

FILTRIRANA ljepota



Dobro je znati

Korištenje filtera za lice može biti zabavno, ali filteri mogu utjecati na tvoje samopouzdanje. Nemoj misliti da moraš izgledati poput osoba koje su se fotografirale s filterom da bi bila lijepa.



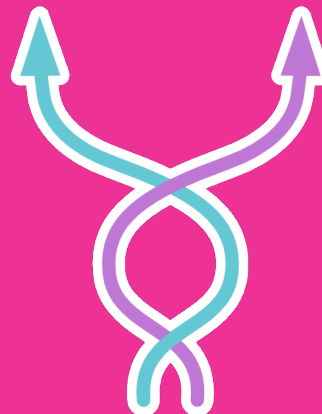
Ponekad možemo zaboraviti kako izgledamo u stvarnom životu ako previše ili prečesto koristimo filtere. Imamo pravo biti voljeni i prihvaćeni onakvi kakvi jesmo – neovisno o visini, težini, boji kože, dužini nosa, veličini grudi ili drugim obilježjima. Važno je prihvatiti i voljeti sebe onakvima kakvi jesmo. Izgled ne treba igrati najvažniju ulogu u životu i svatko smije kreativno razvijati vlastiti stil.



FILTRIRANA ljepota

Statistika

Prema istraživanju Pew Research Centra, više od polovice tinejdžera u dobi od 13 do 17 godina na svojim fotografijama za društvene mreže koristi filtere za lice, a mnoge djevojke i žene s filtriranim fotografijama odlaze estetskom kirurgu i raspituju se za estetske operacije, povećan je broj poremećaja u prehrani (npr. anoreksije, binge-eatinga i sl.), češće su depresije zbog kompleksa vezanih uz izgled.



13-17 godina



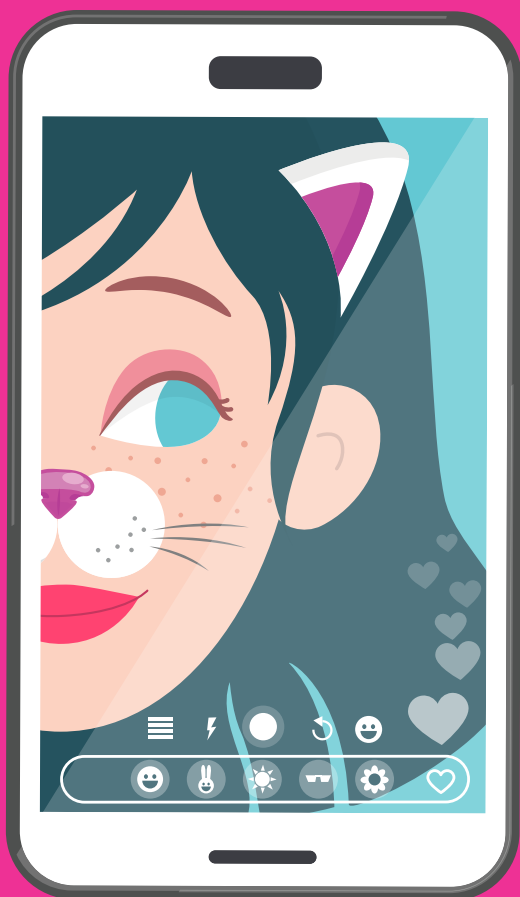
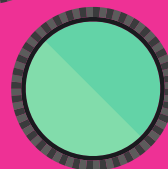
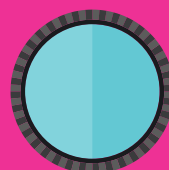
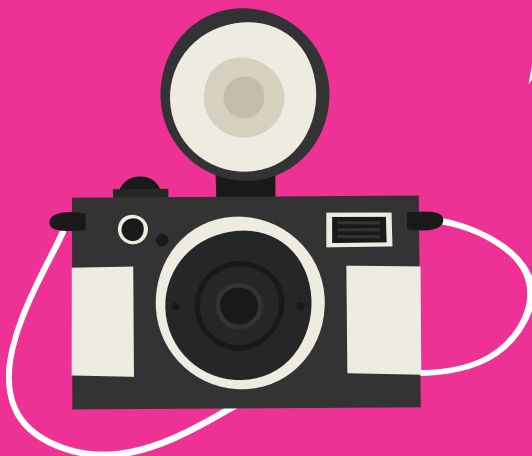
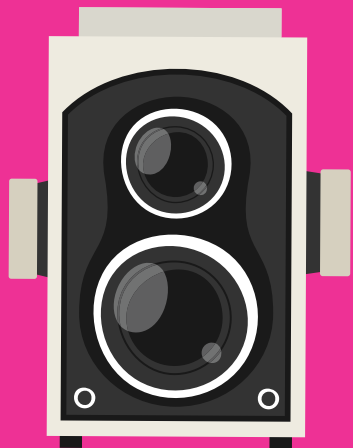
Najnoviji trendovi

Sada postoje tisuće različitih filtera za lice koje možeš koristiti kako bi svoje fotografije učinila zabavnijima i kreativnijima. Trendovi se brzo mijenjaju pa se uvijek pojavljuju novi filteri inspirirani raznim temama poput životinja, superheroja ili čarobnih efekata.

FILTRIRANA ljepota

Zanimljiva povijest

Znaš li da su prvi filteri za lice bili dostupni samo na profesionalnim fotoaparatom? Nisu bili dostupni na mobilnim telefonima kao danas. Prvi popularni filteri za lice na društvenim mrežama pojavili su se prije nekoliko godina i postali su pravi hit među korisnicima.



Zanimljiva činjenica

Prvi popularni filter za kameru, Snapchatov „mačji filter“, uveden je 2015. godine i postao je viralan trend među korisnicima.

FILTRIRANA

ljepota

Na ovom se posteru bavimo različitim filterima na društvenim mrežama i time zašto stvaraju pritisak našem viđenju ili našoj slici osobne ljepote. Filteri su popularni na društvenim mrežama i važno je razumjeti kako utječu na našu percepciju ljepote.



Ovaj poster će nam pomoći bolje razumjeti zašto se filteri koriste i kako možemo razviti zdrav odnos prema vlastitom izgledu. Želimo razgovarati s vama i čuti vaša razmišljanja o tome i vaša iskustva.



PRITISAK & očekivanja

Dobro je znati

Gledanje slika nerealnih tijela može utjecati na samopouzdanje i stvaranje negativne slike o vlastitom tijelu. Svako tijelo lijepo je na svoj način. Ako osjećaš pritisak zbog nerealnih ideala ljepote, može ti pomoći praćenje profila koji prikazuju zdravu sliku tijela i samoprihvatanje. Osim toga možeš s drugim ljudima razgovarati o toj temi i razmjenjivati iskustva. To ti može pomoći da se oslobodiš negativnih osjećaja.



PRITISAK & očekivanja



80%



59%



37%

Statistika

Prema kanadskoj studiji čak 80 posto djevojčica do 13 godina koristi neku od aplikacija za uređivanje selfija. Dvije trećine tinejdžerica između 10 i 17 godina prije objave na mrežama izmijenile su ili sakrile barem jednu stvar koja im se na njihovom izgledu odnosno tijelu ne sviđa, a 59 posto je nesigurno u vezi izgleda pa redovno uređuju fotografije prije nego ih podijele. Oko 37 posto je uvjerenjeno da ne izgledaju dovoljno dobro na fotografiji ako je ne obrade.

Najnoviji trendovi

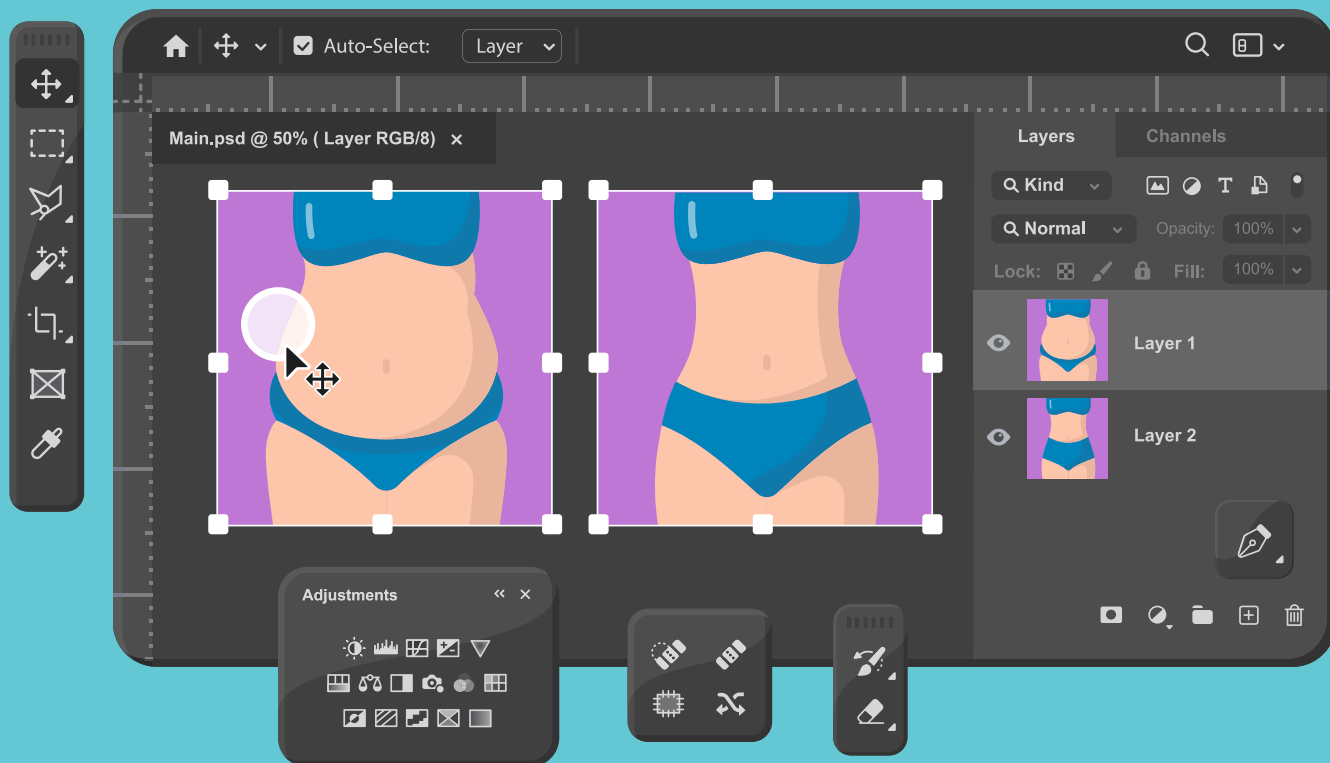
Pozitivni trendovi uključuju kampanje koje promoviraju tijela u svim oblicima i veličinama, i koje slave raznolikost. Također se pojavljuju hashtagovi poput #BodyPositive, #Bodypositivity, #bodyneutrality i #NoFilter koji potiču ljude da prihvate svoje tijelo onakvo kakvo jest i da se ne fokusiraju previše na izgled.



PRITISAK & očekivanja

Zanimljiva činjenica

Popularni alat za uređivanje slika Photoshop često se koristi za manipulaciju tijela na fotografijama poznatih osoba i modela.



Zanimljiva povijest

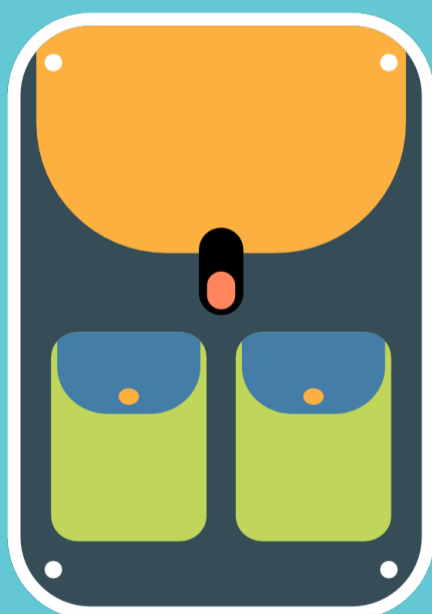
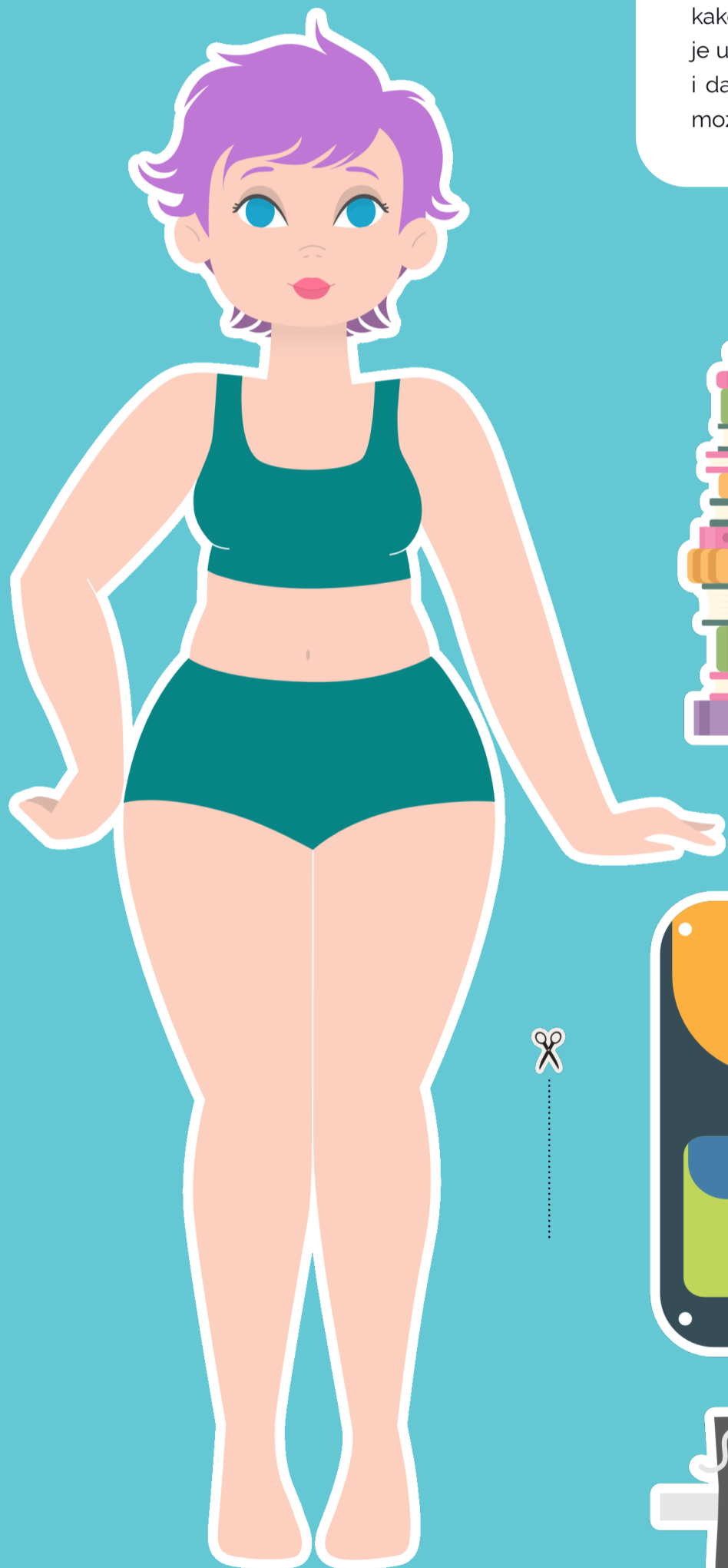
Fotografije tijela koje vidamo na internetu često prolaze kroz mnoge filtere i tehnike uređivanja kako bi izgledale savršeno. Prije su se takve fotografije uglavnom pojavljivale u časopisima, ali sada su svugdje na društvenim mrežama.

PRITISAK & očekivanja



Na ovom posteru baviti ćemo se slikama naizgled savršenih tijela na internetu. Takve slike kod nas često izazivaju potrebu da i mi izgledamo tako. Ti se ideali ljepote međutim gotovo da i ne mogu dostići, između ostaloga i zato što su te osobe šminkali profesionalci, snimljene su iz određene perspektive i njihove fotografije su zatim digitalno obrađene. Ovaj poster pomoći će nam razumjeti kako takve slike nastaju i zašto većina tih tijela u stvarnosti i ne postoji. Cilj nam je upoznati tehnike manipulacije i osvijestiti da ideale ljepote postavlja društvo i da oni nisu stvarni. Ovi zadaci nam osim toga pomažu da razmislimo kako možemo naučiti prihvatiti i cijiniti vlastito tijelo.

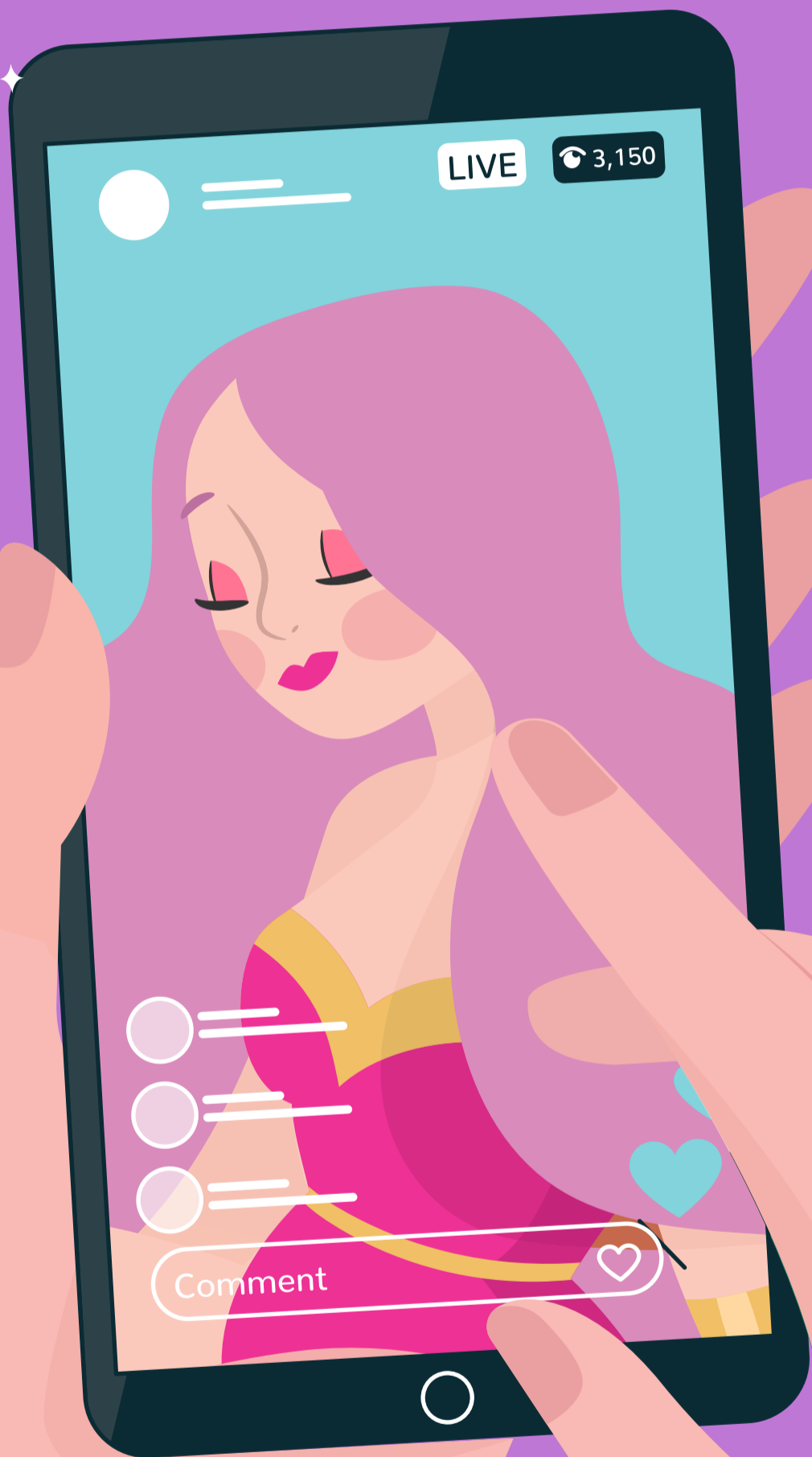
12 87 9



U MREŽI

Kako influenceri utječu na nas

Na ovom posteru ćemo istražiti na koji nas način oblikuju online životni stilovi i kako utječu na naš život (influencing). Ovaj poster će nam pomoći bolje razumjeti kako možemo (za)držati zdravu ravnotežu između online i offline aktivnosti.



U MREŽI

Kako influenceri utječu na nas

Dobro je znati

Biti influencer je uzbudljivo, ali važno je biti svjesna da online-svijet može biti drugačiji od stvarnosti. Uspoređivanje s drugim influencerima može dovesti do osjećaja nezadovoljstva. Budite autentične i dijelite sadržaj koji vam je važan, a ne samo ono što mislite da drugi žele vidjeti. Razmislite o tome je li broj pratitelja jedini pokazatelj uspjeha.



Pomaže ako promatrate same sebe i postavite si sljedeća pitanja: Je li mi ovaj sadržaj zabavan? Ili se zapravo ne osjećam ugodno kada ga gledam ili čitam? Bi li možda bilo bolje da prestanem pratiti tu osobu? Nađi influencerere koji te obogaćuju, npr. dijele informacije o različitim hobijima i temama koje te zanimaju.



U MREŽI

Kako influenceri utječu na nas

Statistika

Prema istraživanju Common Sense Media, 45% tinejdžera provodi više od 5 sati dnevno koristeći elektroničke uređaje kao što su pametni telefoni i računala.



Najnoviji trendovi

Danas društvene mreže kao što su Instagram, TikTok i YouTube omogućuju ljudima da postanu influenceri i dijele svoje živote s tisućama pratitelja. Trendovi se mijenjaju brzo, pa se influenceri često prilagođavaju novim izazovima, modnim stilovima ili popularnim temama, kako bi privukli i zadržali publiku. Svi ljudi online pokazuju samo ono što je na njima najbolje i najljepše. To je normalno i ljudski.

U MREŽI

Kako influenceri utječu na nas

Zanimljiva povijest

Online stil života, u kojemu ljudi dijele svoje svakodnevne aktivnosti i postaju "influenceri", postao je popularan u posljednjih desetak godina. Prvi influenceri i prve influencerice bili su blogeri koji su dijelili svoje iskustvo i preporuke na internetskim blogovima i YouTube kanalima.



Zanimljiva činjenica

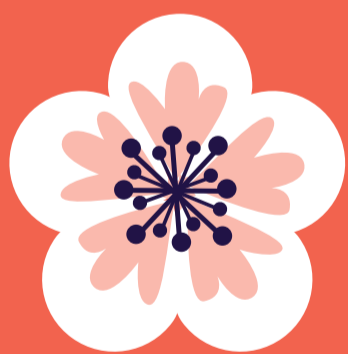
Popularni influenceri i popularne influencerice na društvenim mrežama često stvaraju "savršeni" prikaz svojih života, ali u stvarnosti mogu postojati razlike između njihovog virtualnog i stvarnog života. Influenciranje je plaćen i težak posao i svakodnevni život je zbog plaćene reklame prikazan iskrivljeno.



Pa što ako nije **ONLINE?**



Na ovom posteru ćemo istražiti zašto je važno razmisliti o sadržaju prije nego što ga objavimo online. Ovaj poster će nam pomoći razumjeti posljedice dijeljenja osobnih informacija i fotografija na internetu i naučiti kako možemo zaštititi svoju i tuđu privatnost.



Pa što ako nije **ONLINE?**



Dobro je znati

Prije nego nešto podijelite online, trebate biti svjesni da će postati vidljivo svima. I ljudima koje ne poznajete. Važno je razmisliti o granicama vlastite privatnosti. Što od sebe želite pokazati, a što ne? Dizajneri aplikacija danas programiraju aplikacije tako da ih koristimo što dulje odnosno da na njima provedemo što više vremena. Stoga ima smisla razmisliti o tome ako ponekad skrolate bez cilja samo radi skrolanja – i ne znate što zapravo radite ili ste htjeli napraviti. Ako se želite malo odmoriti od beskrajnog sadržaja, tu vam može pomoći izlazak van, odlazak u prirodu, druženje s prijateljima ili jednostavno gašenje mobitela.



Pa što ako nije **ONLINE?**

Statistika

Prema studiji Pew Research Centra, 92% tinejdžera dijeli svoje stvarno ime na društvenim mrežama, dok 71% dijeli školske informacije i lokaciju.



Najnoviji trendovi

S porastom svijesti o privatnosti i mentalnom zdravlju sve više ljudi se okreće praksama poput digitalnog detoksa ili selektivnijeg dijeljenja sadržaja online. Trendovi kao što su #OfflineIsTheNewLuxury promiču važnost „isključivanja“ i pronalaženja ravnoteže između online i offline svijeta.

Pa što ako nije **ONLINE?**

Zanimljiva činjenica

Prema istraživanju koje je proveo Ipsos, 42% mladih ljudi priznaje, da su već požalili zbog nečega što su objavili online.



Zanimljiva povijest

Prije pojave društvenih mreža ljudi su zadržavali svoje privatne trenutke i uspomene za sebe ili su ih dijelili samo s najbližima. S razvojem tehnologije i društvenih mreža postalo je uobičajeno da ljudi dijele gotovo svaki aspekt svojega života na fotografijama, videosnimkama i statusima.

