Disclaimer: we collected these articles from Internet part of Social Awareness Campaign, we are thankful to the creators. We use for non-profit, free education purpose only. To know more, please visit: www.freegurukul.org

ప్రభాత
వెలుగు
లైఫ్
మంగళవారం
07.05.2019
www.v6velugu.com

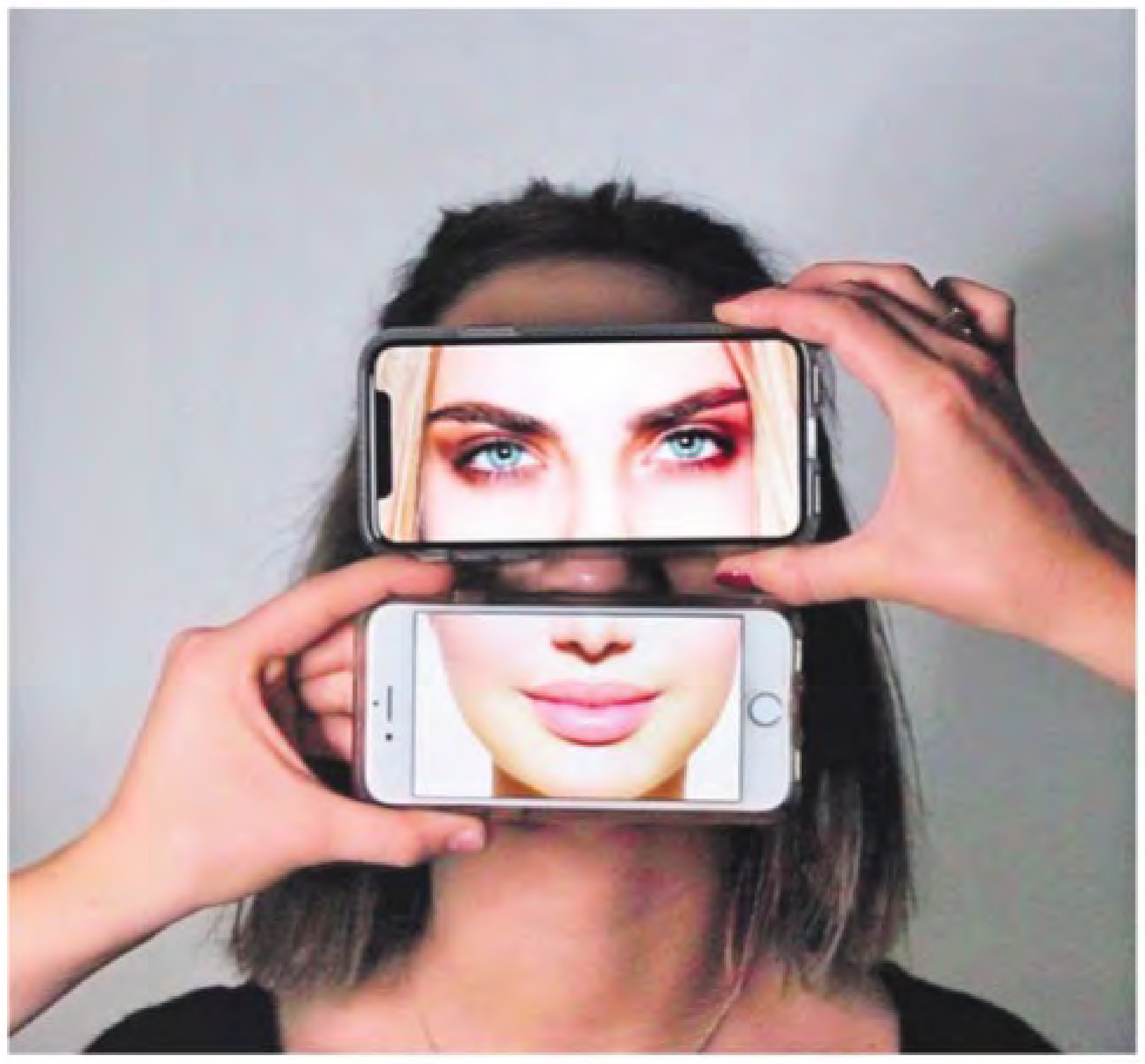
మనిషి మారిపోతుండు. తన మొఖం అందంగా లేదని పౌడర్ వేసుకుంటుండు. పక్కోళ్లను,, సెలబ్రిటీస్‌ను చూస్తూ.. వాళ్లు ఏం చేస్తే అదే చేసేటందుకు రెడీ అయితుండు. సోషల్ మీడియా వచ్చినంక ఈ పోలికలు ఇంకా ఎక్కువైపోయినయ్. పక్కోళ్లతో పోల్చుకుంటూ... తనలా తాను బతకడం మర్చిపోయిండు. పక్కోడికి నచ్చేలా బతకడానికి ప్రయత్నిస్తుండు!

ప్రతీ ఒక్కరిలో ఏదో ఒక ప్రత్యేకత ఉంటుంది. మనలో ఉన్న ప్రత్యేకత ఏంటి? దాన్ని వెలుగులోకి ఎలా తీసుకురావాలి అన్నది ఆలోచించాలి. మనలో ఉన్న నెగెటివ్స్‌ని పాజిటివ్స్‌గా మార్చుకోగలగాలి. అప్పుడు ఖచ్చితంగా గుర్తింపు దొరుకుతుంది. ఎవరిలాగానో మనం ఉంటే మనకి సొంత ఐడెంటిటీ ఏముంటుంది? మనం మనలా ఉంటేనే నిజమైన ఆనందం.

మీరు.. మీలెక్కనే ఉన్నారా?

www.freegurukul.org
(Values, Skill Based Education In Digital)

www.freegurukul.org



కవితకు ట్రెడిషనల్ దుస్తులంటే చాలా ఇష్టం. అవి వేసుకుని ఫేస్‌బుక్‌లో పోస్ట్ పెడితే ఎవరూ లైక్ కొట్టలేదు. అదే వాళ్ల ఫ్రెండ్ ప్రియా జీన్స్ వేసుకుని పెట్టిన ఫొటోకి మాత్రం బోలెడు లైక్స్ వస్తున్నాయి. 'ఓహో జీన్స్ వేసుకుంటేనే లైక్ చేస్తారేమో' అనుకుని కవిత కూడా జీన్స్‌కి మారిపోయింది. అప్పటి నుంచి తనకి నచ్చిన ట్రెడిషనల్ వేర్ వేసుకోవడం పూర్తిగా మానేసింది. లైకులు కామెంట్ల కోసం ఎవరెవరినో అనుకరిస్తూ పోతుంది.

ఇక కిరణ్ విషయానికొస్తే తనకు పార్టీలంటే అస్సలు ఇష్టముండదు. కానీ ఎప్పుడు ఇన్‌స్టాగ్రామ్ ఓపెన్ చేసి చూసినా ఫ్రెండ్స్ అందరూ ఏదో పార్టీలో ఎంజాయ్ చేస్తూ ఫొటోలు పెడుతుంటారు. ఫొటో కింద వాళ్లు పెట్టే 'ఫీలింగ్ హ్యాపీ' అనే ఫొటో రైటప్స్ చదువుతూ 'అందరూ హ్యాపీగా ఎంజాయ్ చేస్తున్నారు. నేను ఎందుకు చేయలేకపోతున్నా. నేనేమైనా తప్పు చేస్తున్నానా?' అని ఒకటే ఆలోచన.

వీళ్లిద్దరే కాదు ఇప్పుడు చాలామంది ఇదే అనుకరణ బాటలో ఉన్నారు. ఆఖరికి చిన్న పిల్లలు కూడా సినిమాల్లో హీరోలను అనుకరిస్తూ ఫొటోలు, వీడియోలు పెడుతున్నారు. కొందరు అమ్మాయిలు అయితే రకరకాల బ్యూటీ యాప్స్ ఉపయోగించి అందరికన్నా అందంగా కనిపించాలని తెగ తాపత్రయ పడుతున్నారు. ఇవన్నీ చూస్తుంటే.. నేటి యూత్ తమకి నచ్చినట్లు కాకుండా పక్కవారి మెప్పు కోసం బతుకుతున్నారు అనిపిస్తుంది. ఫిట్‌నెస్, బట్టలు, అందం.. ఇలా టోటల్‌గా వాళ్ల లైఫ్‌స్టైల్‌ని సెలబ్రిటీస్ లైఫ్‌స్టైల్‌తో లేదా ఇతరుల లైఫ్‌స్టైల్‌తో పోల్చుకుని జీవిస్తున్నారు. తన ఒరిజినాలిటీ కోల్పోయి, అన్ని విషయాల్లో ఎదుటి వారికీ నచ్చే విధంగా మారుతూపోతున్నారు. లైక్స్, కామెంట్ల కోసం రియల్ లైఫ్‌ను విడిచిపెట్టి వర్చువల్ లైఫ్‌ను ఇమిటేట్ చేస్తున్నారు ప్రజెంట్ యూత్.

నెగెటివ్ బాడీ ఇమేజ్

సోషల్ మీడియాలో గడిపే చాలా మంది 'నా కంటే ఇతరులు పెట్టేవే బాగున్నాయ్. నేనెందుకు వాళ్లలా ఆలోచించలేకపోతున్నా' అని ఆలోచిస్తూ ఒత్తిడికి లోనవుతున్నట్టు కొన్ని సర్వేలు చెప్తున్నాయి. పోలిక కొన్ని విషయాల్లో మంచిదే కావచ్చు కానీ! ప్రతీది వేరొకరితో పోల్చుకోవడం చాలా అనర్థాలకు దారితీస్తోంది. మనమెలా ఉన్నామో అలానే అంగీకరించకుండా వారిలా వీరిలా ఉండాలని అనుకున్నప్పుడే సమస్యలు వస్తాయంటున్నారు సైకాలజిస్టులు. ఇలాంటి స్వభావం కలిగిన టీనేజర్స్ ఇప్పుడు నెగెటివ్ బాడీ ఇమేజ్ అనే సమస్యలతో వేదనకు గురవుతున్నారట.

Disclaimer: we collected these articles from Internet part of Social Awareness Campaign, we are thankful to the creators. We use for non-profit, free education purpose only. To know more, please visit: www.freegurukul.org