Remarcăm, în prezent, o focalizare tot mai intensă a oamenilor asupra aspectului exterior. Cu toţii încercăm să părem mai frumoşi, mai inteligenţi, mai interesanţi, mai atrăgători sau mai sexy (mai ales femeile), mai puternici (mai ales bărbaţii), mai.... Ne putem întreba, sincer, oare nu suntem toate acestea? Nu suntem puternici, atrăgători, frumoşi,....? Şi dacă nu suntem aproape nimic din toate acestea, atunci putem trage concluzia că încercăm să părem ceea ce nu suntem. Aşadar, pentru omul contemporan este mai importantă **imaginea** pe care o are în ochii celorlalţi (anturaj, presă, familie, colegi, etc.), şi mai puţin (sau deloc)
ceea ce este
cu adevărat (esenţa sa, calităţile reale ale propriei fiinţe).

Această nevoie de imagine favorabilă ia, în anumite cazuri, forme interesante. Neacceptarea aspectului fizic propriu are se rezolvă în diverse moduri. În cazul femeilor vorbim despre saloanele de înfrumuseţare, care pot face din orice „anonimă” o aparentă „divă”. Numeroasele accesorii, articole de vestimentaţie şi încălţăminte, variate tipuri de tratamente, spa-uri, mergând până la chirurgia estetică, toate acestea reprezintă, de asemenea, modalităţi de îmbunătăţire a imaginii feminine. În cazul bărbaţilor, imaginea este ajustată prin intermediul saloanelor de tatuaj, piercing, prin frizeriile de fiţe (unde se afirmă „hair – styliştii”), şi se continuă prin tratamente cu hormoni androgeni şi exerciţii epuizante la sala de forţă (chirurgia estetică fiind în mai mică măsură solicitată de sexul masculin).

Pentru a înţelege de ce a progresat, în ultimele decenii, această industrie a imaginii, este necesar să înţelegem mult mai bine psihicul uman. Aşadar, fiecare om, începând din copilărie, trecând prin adolescenţă, şi ajungând la vârsta adultă, trebuie să-şi răspundă la întrebarea „cine sunt eu?”. Mai întâi se percepe identitatea de gen: „sunt băiat” sau „sunt fată” (nu dezvoltăm aici subiectul tulburării identităţii de gen, care poate conduce la transexualitate), care devine „sunt bărbat” sau „sunt femeie”. În etapa următoare se caută înţelegerea normei sociale pentru băieţi/bărbaţi sau fete/femei („băieţii/bărbaţii de azi sunt aşa...”, „fetele/femeile de azi trebuie să...”).

Apoi se caută modele masculine şi feminine, cu care el sau ea vrea să se identifice. Problema este că, datorită unicităţii fiecărui om, nu toţi putem avea înălţimea ideală, greutatea standard, sânii perfecţi, musculatura bine conturată, abdomenul plat, etc. Lipsa perfecţiunii exterioare este percepută de mulţi oameni ca un eşec, imperfecţiune, „păcat” (în ochii opiniei colective), şi de aici începe cursa „ajustărilor”, „înfrumuseţărilor”, „fortificărilor”. Ceea ce mulţi nu înţeleg este că goana după o imagine perfectă se realizează în dauna cultivării aptitudinilor şi calităţilor interioare, că este neglijată frumuseţea sufletului.

Cum latura psiho-emoţională este lăsată la o parte, diverse tensiuni, frustrări, emoţii negative, dezechilibre psihice vor ieşi la suprafaţă. Deşi poate arăta ca un manechin de top, omul se simte vulnerabil emoţional, încă nesigur de el, dependent de opinia colectivă. De aici până la consumul de stupefiante sau diverse acte iraţionale (automutilări, tentative suicidare, etc.), distanţa e foarte mică. Astfel realizăm că aceste standarde colective aplicate bărbaţilor şi femeilor (legate de greutate, aspect, vestimentaţie, machiaj, musculatură, etc.), şi întărite cu îndârjire de mass-media, sunt o povară artificială sub greutatea căreia mulţi se pot frânge.

Rolul psihologului, în cazul în care este solicitat de persoane cu astfel de probleme, este de a conduce clientul către găsirea unei identităţi personale fundamentate pe baze sănătoase (emoţionale, afective, morale, spirituale). Descoperirea propriei identităţi şi fundamentarea ei sănătoasă conferă un echilibru interior mult mai puternic, adesea, decât orice formă de notorietate sau celebritate pe care o putem obţine în exterior (pentru că a ne accepta pe noi înşine, a ne împăca şi linişti cu sinele nostru este ceva mai valoros decât părerea colectivă).

taguri: vulnerabilitate, emotii, vulnerabilitate emotionala, aspect exterior, imagine personala