

Toimittaja Veera Kankare:

Sosiaalisessa mediassa jaetaan kuvastoa, joka kertoo katsojilleen miltä kuuluu näyttää ja miten kuuluu syödä psykologin Monica Ålgars, miten sosiaalisessa mediassa näkyvät keho ihanteet vaikuttavat mielenterveyteen ja onko niillä yhteys syömishäiriöihin?

Monica Ålgars:

Joo toi on tosi hyvä kysymys ja mä ajattelen, että ehdottomasti on yhteys ja mä ajattelen, että me varmaan kaikki tunnustetaan, että kyllähän se iso kuva ja video tulva jollain tavoin vaikuttaa meihin ja tiedetään myös tutkimuksesta se, että mitä enemmän aikaa viettää esimerkiksi sosiaalisessa mediassa, niin keskimäärin sitä enemmän syömishäiriö, oireita ja tyytymättömyyttä kehoa. Ja toki se voi olla myös niinkuin osittain toisinpäin, että ihmisillä, joilla on hankala suhde omaan kehoon ja syömiseen myös ehkä hakeutuu someen ja katsoo tiettyä tietynlaista matskua enemmän. Mutta mä ajattelen, että että varmasti se on myös niin päin, että se sosiaalinen media vaikuttaa meihin.