

Piotr Dyba
*dr nauk biologicznych, specjalista antropolog
członek Stowarzyszenia „Różowe Okulary”*



Masz prawo dobrze wyglądać

Odkąd mały człowiek potrafi rozpoznać się w lustrze, wygląd zewnętrzny staje się nieodzowną częścią jego wizerunku i oceny własnej sytuacji w otoczeniu.

Wielu z nas bagatelizuje wygląd umniejszając jego znaczenie, jednak nie da się zupełnie wyłączyć całego systemu cech i wartości kształtowanego przez lata. **Nawet, jeśli świadomie twierdzimy, że wygląd nie ma znaczenia, to podświadomie nadal wartościujemy osoby z otoczenia również pod względem wyglądu. Samych siebie również.**



„Strasznie wyglądam bez włosów”, „okropnie jakoś bez tej piersi” lub innej części ciała. Często mamy takie myśli. Każdy ma poczucie integralności własnego ciała, widoczny / odczuwalny brak części ciała działa bardzo niekorzystnie na psychikę, zmniejsza poziom samooceny, jak również komplikuje życie społeczne.

Dobre samopoczucie w trakcie choroby – to brzmi dziwnie. Chorujemy, cierpimy, usuwają nam części naszego ciała. Kto ma wtedy dobre samopoczucie, kto ma siłę starać się o dobry wygląd?

Oczywiście, początkowo nawet kapitulujemy. Potem jednak chce nam się żyć pomimo wszystko. **Chcemy żyć najpierw dla kogoś, potem również dla siebie. Często podejmujemy decyzję żeby coś w życiu zmienić, aby było lepiej niż przed chorobą. Nie mamy po prostu siły na powielanie starych błędów.**

Zamiast widzieć w lustrze osobę chorą powinniśmy zrobić wszystko, aby widzieć osobę powracającą do zdrowia. Wygląd ma tu ogromne znaczenie. Nawet, jeśli wiesz, że brew jest domalowana, a pierś to proteza, to obraz dobrze wyglądającej osoby pozostanie w podświadomości jako przeciwwaga nieprzyjemnych doświadczeń.

Postęp medycyny sprawia, że można zrekonstruować coraz więcej części ciała. Różnego rodzaju endoprotezy i implanty pozwalają przywrócić wygląd zdrowego człowieka. Nie należy unikać tego typu rekonstrukcji, gdyż przynoszą zbyt wiele wymiernych korzyści w sferze fizycznej i psychicznej.

Dobry wygląd w trakcie leczenia i zdrowienia to nie jest fanaberia. To bardzo ważny element Twojej drogi powrotu do zdrowia.



Pokaz mody, fot. archiwum Stowarzyszenia „Różowe Okulary”

**Masz prawo dobrze wyglądać, jak przed chorobą.
A nawet znacznie lepiej.**