

SELFIE X IDENTIDADE

Edvard Munch retratava a si mesmo quase sempre expressando sentimentos negativos, como a melancolia – que o assolou durante a Primeira Guerra Mundial –, a depressão provocada por doenças, a solidão na velhice e até o modo como ele percebia o amor e os relacionamentos afetivos.



©Fotorena/Alamy

MUNCH, Edvard. *O olho no olho*. [1899-1900]. 1 óleo sobre tela, color., 136 x 110 cm. Museu Munch, Oslo, Noruega.

| 3 | Encaminhamento do conteúdo.

Vai ter textão!

Ao contrário dos autorretratos de Munch, as *selfies* atuais dificilmente mostram pessoas tristes ou insatisfeitas, não é mesmo? Todo mundo posa sorridente, fazendo coisas muitíssimo interessantes, como viagens e comemorações. É por isso que, ao vê-las, temos a impressão de que a vida dos outros é quase sempre melhor do que a nossa.

Pura ilusão. Todos nós alternamos momentos bons e ruins, de alegria e tristeza, e não passamos a vida festejando, o que é perfeitamente natural e necessário para o nosso desenvolvimento emocional.

Jogue a primeira pedra quem nunca se sentiu mal vendo tanta gente feliz nas redes sociais, principalmente naqueles dias em que não está muito bem. Quando se sentir assim, desgrude da tela e vá fazer outra coisa: leia um livro, assista a um filme ou saia para passear. Lembre-se de que imagens postadas são apenas recortes de um momento na vida e quase ninguém divulga *selfies* estudando, trabalhando, pegando ônibus, limpando o quarto, enfim, em muitas outras ocasiões do dia a dia.

Que tal conversar, pessoalmente, com seus amigos? Você vai descobrir que eles também têm medos, angústias, dúvidas, tristezas. Juntos, vocês podem compartilhar esses sentimentos, aprender a entendê-los melhor e enfrentá-los. Lembre-se: é válido deixar de seguir aquelas contas virtuais que, por qualquer motivo, puxam você para baixo!



©Shutterstock/Jacob Lund

AME FALE

Curtido por **lulima** e outras pessoas
aninhadasilva fim de semana na praia com a turma.
Bom demais!

lulima



©Shutterstock/Mego studio

AME FALE

Curtido por **aninhadasilva** e outras pessoas
lulima Amizade pra toda a vida!

aninhadasilva 🙌🙌🙌
carolcosta @lulima O sentimento é recíproco, amiga!
🙌