

ESTETIKA

OPTIMISME

PENJENAMAAN DIRI
MINGGU 8 - GANJIL 24/5

Dosen Koordinator:
Pradipta Dirgantara, S.IP., M.IL., M.Sc.



Mengapa harus optimisme?

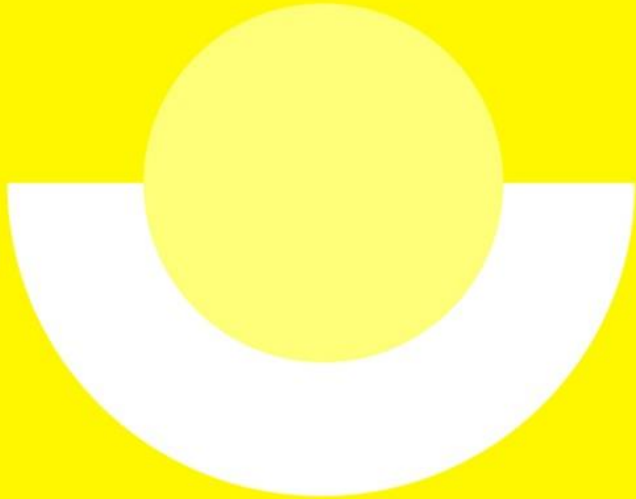
- Manusia memiliki niat naluriah bertahan hidup dalam ragam keadaan termasuk yang dilabeli negatif: sedih, terpuruk, memiliki masalah, dsb.
- Manusia seringkali merasa kesepian dan kesendirian sehingga cenderung mencari kelompok/orang lain dengan perasaan sama untuk mengingatkan bahwa mereka tidak sendiri.
- Latar belakang senasib sepenanggungan ini membangun optimisme dalam menjalani hidup
- Berulang kali dalam penjenamaan diri diperlukan kedekatan antara kreator dengan khalayaknya agar ada perasaan dan pengalaman yang relevan

Mengapa harus optimisme?

- Manusia memiliki niat naluriah bertahan hidup dalam ragam keadaan termasuk yang dilabeli negatif: sedih, terpuruk, memiliki masalah, dsb.
- Manusia seringkali merasa kesepian dan kesendirian sehingga cenderung mencari kelompok/orang lain dengan perasaan sama untuk mengingatkan bahwa mereka tidak sendiri.
- Latar belakang senasib sepenanggungan ini membangun optimisme dalam menjalani hidup
- Berulang kali dalam penjenamaan diri diperlukan kedekatan antara kreator dengan khalayaknya agar ada perasaan dan pengalaman yang relevan

Optimism.

Historically, the philosophical position that this is the best of all possible worlds, more often used to describe a cheerful or positive worldview.



Optimisme

- Berasal dari Bahasa Latin: optimus – "yang terbaik."
- Sebuah filosofi yang berharap bahwa segala sesuatu akan berjalan lancar dan yang terjadi adalah yang terbaik
- Optimisme bukan hanya "mengharapkan yang terbaik" atau "berpikir positif", melainkan "melakukan yang terbaik".
- Optimisme kurang realistis daripada pesimisme
- Optimisme bisa meningkatkan kebahagiaan, kesehatan, dan kesuksesan

Keindahan Optimisme

- Optimisme memiliki estetikanya sendiri.
- Bisa berakar pada banyak hal seperti rasa syukur (gratitude), penerimaan diri (self-acceptance), nilai positif (positive values), dan keberserahan (surrender)
- Manusia memiliki keinginan untuk terus bertahan hidup. Konten yang fokus pada optimisme seperti berharap matahari cerah pada hari yang mendung, tapi juga mempersiapkan diri membawa payung.

Konten Optimisme

- Optimisme bukan meniadakan emosi yang dilabeli negatif seperti kesedihan, kehilangan, dan kemurungan.
- Optimisme mencoba merasionalisasi bahwa emosi dan pengalaman apapun yang terjadi adalah hal yang terbaik (kemudian mampu untuk dilewati).
- Optimisme ini juga dikenal dengan *SILVERLINING*: aspek positif dari setiap kejadian negatif.

THE SILVER LINING



Hati-hati dengan optimisme

Cari tahu istilah berikut:

- Schadenfreude
- Poverty Fetish
- Toxic Positivity
- Blind optimism



Hati-hati dengan optimisme

Apa perbedaan optimisme yang sehat dan suportif dengan istilah tersebut?

Terima kasih