



Dr. Jessica Alleva

## Thema: Sociale Media en Lichaamsbeeld: Het Goede, Het Slechte en Wat We Eraan Kunnen Doen

Universitair Docent aan de Universiteit Maastricht

De snelle digitalisering van de samenleving heeft de manier waarop mensen naar de wereld en zichzelf kijken getransformeerd. Een gebied waar deze transformatie bijzonder duidelijk is, is het lichaamsbeeld, waarbij digitale media een rol spelen in hoe mensen denken en voelen over hun eigen lichaam en wat zij als 'mooi' of niet beschouwen. In deze keynote zal Dr. Jessica Alleva ingaan op de complexe relatie tussen digitale media en lichaamsbeeld, gebaseerd op decennia van onderzoek, inclusief hoe en waarom digitale media een negatieve invloed kunnen hebben op lichaamsbeeld, maar ook hoe en waarom digitale media het potentieel hebben om lichaamsbeeld positief te beïnvloeden. Er zal ook aandacht worden besteed aan nieuwe technologieën - zoals kunstmatige intelligentie ("AI") - en de mogelijke implicaties ervan. Ten slotte zal Dr. Alleva zich richten op hoe deze bevindingen kunnen worden toegepast in het eetstoornisveld, met concrete aanbevelingen voor onderzoek en praktijk.

Dr. Alleva is Universitair Docent aan de Universiteit Maastricht, met 15 jaar ervaring op het onderzoeksgebied van lichaamsbeeld, en zelf bekend met een eetstoornis in het verleden. Haar onderzoek heeft zich gericht op hoe en waarom sociale media lichaamsbeeld beïnvloeden, evenals op nieuwe strategieën om positief lichaamsbeeld te versterken. Naast haar onderzoek en onderwijs op dit gebied is zij ook Associate Editor voor *Body Image: An International Journal of Research* en heeft zij als consultant gewerkt voor wereldwijde merken, organisaties en bedrijven, zoals META (Instagram, Facebook, WhatsApp). Haar onderzoek is geïntegreerd in wereldwijde lichaamsbeeldprogramma's via Dove en UNICEF, en in wereldwijde media zoals een serie voor Cartoon Network en voor Women's Health.

English:

### **"Social Media and Body Image: The Good, The Bad, and What We Can Do About It"**

The rapid digitalization of society has transformed how individuals view the world and themselves. One area where this transformation is particularly clear is with regards to body image, with digital media playing a role in how people think and feel about their our own bodies and what they consider to be "beautiful" or not. In this keynote, Dr. Jessica Alleva will delve into the complex relationship between digital media and body image based on decades of research, including how and why digital media can negatively affect body image, but also how and why digital media has the potential to positively affect body image. Attention will also be paid to quickly evolving technologies—such as artificial intelligence (AI)—and what its implications might be for body image. Taking this knowledge together, Dr. Alleva will also explore how the present findings can be applied to (helping) individuals with an eating disorder, with concrete recommendations for research and practice.

Dr. Alleva is an Assistant Professor at Maastricht University, with 15 years of experience in the research field of body image, as well as personal experience of having had an eating disorder in the past. Her research has focused on how and why social media affect body image, as well as on novel strategies for enhancing positive body image. Besides her research and teaching in this field, she is also an Associate Editor for *Body Image: An International Journal of Research*, and has been a consultant for global brands, organizations, and companies, such as META (Instagram, Facebook, WhatsApp). Her research has been integrated into global body image programs through Dove and UNICEF, and into global media such as a series for Cartoon Network and for Women's Health.