Уважаемые родители! Как много в жизни моментов, которые хочется запечатлеть, чтобы потом наслаждаться яркими снимками и теплотой воспоминаний. К сожалению, искусство фотографии, к которой мы с вами привыкли, постепенно уходит в прошлое. Сегодня в моде селфи – автопортреты, которыми пестрят новостные ленты социальных сетей.

Причём желание себя запечатлеть и выложить для сбора лайков ныне актуально не только для детей и для подростков.

Существует ли опасность селфи или это модное увлечение пройдёт со временем и про него никто вскоре не вспомнит? Нужно ли беспокоиться родителям, чьё чадо каждые полчаса выкладывает селфи-фото в надежде насобирать как можно больше заветных «сердечек». На что способны селфисты, чтобы выделиться из большой толпы соцсети? Об этом наш сегодняшний разговор.

**Откуда берётся зависимость от селфи?**



Мода фотографировать самого себя вспыхнула после 2010 года, и сегодня осталась «на волне». В гонке за удачными кадрами многие не думают ни о безопасности вокруг, ни о психологических нарушениях. Думали ли вы когда-нибудь, есть ли вред в автопортретах и не болезнь ли это – с должной регулярностью постить своё лицо?

Конечно, само по себе желание заполучить свою фотографию не несёт в себе какой-то страшной особенности, пока это не становится навязчивой идеей. Каждодневные визуальные доклады съеденного, на себя одетого и показ сугубо личного – это уже повод для того, чтобы задуматься.

**В чём заключается природа тяги к селфи?**

* Комплексы и неуверенность. Частая причина — доказать себе, что ты чего-то стоишь. Страх быть непопулярным и непризнанным влечёт желание заполучить одобрение окружающих через удачное селфи. Благо, различные компьютерные программы позволяют «тут почистить», «тут пригладить», «тут убрать».



Выставить себя с удачного ракурса, завоевать виртуальные симпатии – всё это постепенно перерастает в навязчивую зависимость. Кроме того, увлёкшиеся фанаты таких «себяшек» порой начинают забывать об обычных правилах безопасности, не замечая ничего вокруг.

* Нарциссизм. Предрасположенность к тому, чтобы безумно ценить себя любимого играет злую шутку. Такая «себялюбовь» начинает просачиваться в круг друзей и соцсети. Стремление заполнить собой всё свободное пространство других заставляет делать бесконечное количество селфи и постить, постить, постить.

**Стоит ли переживать?**



Безусловно! Психологи бьют в колокола. Если верить прогнозам врачевателей души, при дальнейшем развитии зависимости от селфи слишком активные любители этого вида «искусства» войдут в число пациентов с новым психическим заболеванием.

Процент зависимости от социальных сетей с многочисленными фото зашкаливает. Отсутствие адекватных самооценок переходит все границы. Реальные друзья заменяются виртуальными, не способными воочию оценить внешность и характер селфиста.

Да ещё и эти современные технологии, уделяющие качеству фронтальных камер смартфонов особое внимание и создавшие даже специальную селфи – палку, чтоб удобней было заснять самого себя. Куда дальше?



Сегодня врачи уже выделяют три степени селфи-фанатизма:

* первостепенная – если делается 2-3 снимка для своей странички в соцсети,
* острая – количество «себяснимков» превышает 5, при этом снимается не просто фото, а этому предшествует мысль, где лучше и как лучше,
* хроническая – кадры бесконечно сливаются на протяжении дня из смартфона на страницы социальных сетей.

Фотографировать себя перед зеркалом в лифте, в туалетной комнате, вместе с подругой или другом, а также в паре с домашним питомцем – всё это ягодки.

*Особую опасность представляют экстремальные фото. Именно трагические последствия от необузданного желания получить уникальный кадр заставили современное общество посмотреть на селфизм совершенно с другой стороны.*

**Безумство «храбрых»**



Рассматривая красивые посты, мало кто задумывается о вреде селфи. Но всё это до тех пор, пока в очередных новостях не прозвучит информация о том, что очередному подростку заветная фотография стоила жизни. Стремясь вызвать ошеломляющие комментарии аудитории и побить всевозможные рекорды соперников по степени опасности сделанного селфи, юные пользователи соцсетей бьют все рекорды.

В зону риска попадают дети и подростки, так как у них энергии хоть отбавляй, а чувство самосохранения ещё срабатывает слабо. Да к тому же они – активные жители виртуальной планеты и видят в интернете простой способ самоутвердиться без особых трудозатрат.

А количество мест, где ещё не ступала нога адекватного человека, постепенно уменьшается, вдруг не успею?! Поэтому ползут на крыши высотных зданий, встают на кромки высокогорий и опоры мостов, приставляют к виску оружие, бегут перед надвигающимися поездами, испытывают терпение опасных диких животных.



А что дальше? Кто сказал, что это всегда ведёт к тысячам лайков и восхищению окружающих? С каждым годом всё чаще это необузданное стремление к экстриму заканчивается болью утраты и слезами близких.

**Голые факты**

В России популярен городской альпинист, любитель заползти повыше без страховки Кирилл Орешкин. Он регулярно играет в рулетку с жизнью, осваивая новые экстремальные высоты и выкладывая фотоотчёты.



Если этому парню до сих пор везёт, то многим удача уже не улыбнётся – их нет в живых. Одни упали с моста, не удержав равновесие, другие оступились и слетели вниз с горного обрыва, третьи умерли от высоковольтного провода, схватившись за него руками, иные не удержались за край крыши.

Среди трагически погибших есть те, кто считал вдруг выстреливший пистолет абсолютно безопасным, и те, кто умел водить машину, глядя в фотокамеру. Не слишком ли большая плата за вздохи и ахи виртуальных поклонников?

**Проблема века**

Как не прискорбно об этом говорить, но Россия занимает второе место по числу трагически закончившихся попыток селфи. Первой страной по количеству последних в жизни автопортретов стала Индия. При этом треть погибших – это упавшие с высоты.



Наше государство серьёзно озаботилось необходимостью контролировать селфизм – у российского Министерства внутренних дел разработана памятка «Делай безопасные селфи», которую активно распространяют в учебных заведениях среди молодёжи. Материал содержит примеры самых опасных способов получения фотографии:

* за рулём;



* стоя на трассе или железнодорожных путях;



* с оружием в руках;



* на крышах зданий и вагонов;



* будучи на воде;



* вблизи с высоковольтными проводами;



* в компании с дикими животными.



*Психологи советуют: зайдите на страничку своего ребёнка в социальной сети и проанализируйте выложенные им фотографии. Любая фотография из мест вышеперечисленных должна навести вас на мысль о доверительной беседе, пока ещё не поздно.*

*Если вы сами любите селфи, убедительная просьба – не делайте из него смысл жизни, ведь золотое правило «всё должно быть в меру» здесь как нельзя кстати!*