Памятка - "Опасное селфи!"



 Селфи — это разновидность автопортрета, запечатление самого себя на фотокамеру.

Селфи стали повальным увлечением молодежи после изобретения компактных камер, которыми можно было довольно удобно фотографировать себя, просто протянув руку в сторону.

Селфи, как массовая форма молодежной культуры, имеет как положительные, так и отрицательные стороны.

Отрицательные стороны чрезмерного увлечения селфи:

1. Проявление нарциссизма;

2. Экстремальное селфи = жизнь в опасности;

3. Неудовлетворенность своей внешностью (изменение себя с помощью пластической хирургии).

Положительные стороны – можно фиксировать летопись своей жизни.

Рекомендации для создания привлекательного и безопасного селфи

1. Прежде, чем взять в руки телефон и включить камеру, определитесь, для чего вам это необходимо: вы хотите создать произведение искусства, которое вдохновит других, хотите потешить собственное самолюбие и удостовериться, что вы милашка, или представить окружающим результат вашей работы над собой.

2. Помните, что внешняя красота начинается с внутреннего состояния, и отражается в вашем взгляде, улыбке, выражении лица.

3. Относитесь к себе с чувством юмора. Не стесняйтесь использовать выразительную мимику. Такие «живые» фотографии пользуются наибольшим успехом, чем постановочные кадры с идеальной мимикой или «утиными губками».

4. Избегайте стандартов. Типичные сексуальные позы и милые мордашки — это конечно хорошо, но, когда их миллионы, вы рискуете затеряться в этом потоке. Делайте яркие акценты, креативьте, выражайте себя, свою индивидуальность.

5. Не забывайте о приложениях для обработки фотографий. Различные эффекты, фильтры и подписи помогут вам делать фотографии более красочными и выразительными. Это лучше, чем пластика.

6. Размещая селфи в социальной сети, отдавайте себе отчет в том, что вы создаете всего лишь виртуальный образ себя, который мало соответствует действительности, и трезво относитесь к реакции окружающих на этот образ.

7. Помните, что ваша ценность и значимость определяется не количеством лайков, а полезными поступками и делами. Пространство интернет — только дополнительный ресурс для общения. В вашей реальной жизни есть те, кто вас любит, принимает и поддерживает. Цените это!

Помните, что НЕЛЬЗЯ делать селфи:

* На высоте (крыше зданий, краю обрыва и т.д.);
* В процессе выполнения трюков;
* За рулем транспортного средства;
* В экстремальной близости от животных (хищников);
* Во время экстремальных развлечений (попытке прокатиться между вагонами, на крыше движущего транспорта, поезда )