

Селфи – способ самовыражения?

Слово «селфи» известно всему миру — на сегодняшний день оно является едва ли не самым популярным видом фотографирования — это треть всех снимков, сделанных людьми в возрасте 18–24 лет. По версии Оксфордского словаря «селфи» было словом 2013 года, и с тех пор оно нисколько не утратило своей популярности.

Для ребят твоего возраста следование моде естественно и понятно, к тому же последующая демонстрация фотографий в соцсетях придает уверенности и значимости. Делают селфи практически все: для многих это увлечение стало забавой, для некоторых — хобби, для кого-то — смыслом жизни. И последнее особенно обидно — посвящать жизнь самолюбованию и ожиданию лайков.

По мнению любителей фотографировать себя с расстояния вытянутой руки, это занятие поднимает самооценку, даёт дополнительное внимание, снижает тревогу. Возможно, селфи и тебе помогает переживать какие-то сложные периоды — что ж, замечательно, **главное, чтобы увлечение не перешло в патологическую форму и не стало смыслом жизни.**

Информации сейчас так много, что она очень быстро забывается, и даже если твой шедевр высоко оценят, то через пару дней о нём и не вспомнят, так как на смену придёт тысяча подобных фоток. Неужели стоит тратить драгоценное время, да ещё и рисковать ради мимолётного успеха?

Бывает, что в погоне за эффектным кадром, люди подвергают свою жизнь опасности — забираются на крышу, выполняют опасные трюки. Человек не так живуч, как хотелось бы — нет у него нескольких жизней, как в компьютерных играх, поэтому **жизнь и здоровье необходимо ценить и беречь!** Глупо погибнуть из-за фото, хоть и крутого.

Способов самовыражения предостаточно, но многие идут по пути наименьшего сопротивления, поддаваясь «стадному» чувству. Постоянно ждут одобрения неуверенные в себе люди — по-настоящему крутым людям это не нужно: они не будут **самовыражаться** с помощью селфи, потому что для этого есть масса гораздо более достойных, значимых и уникальных сфер. Заявить о себе можно не только снимком в Интернете — сфотографировать себя и выложить фотку в Сеть может каждый, а вот занять призовое место на соревнованиях, написать песню/статью/книгу, придумать оригинальную бизнес-идею – единицы. **Пробуй самовыражаться в чём-то настоящем — читай познавательную литературу, занимайся спортом, развивай ценные навыки – это будет гораздо круче, чем жить ради снимков, лайков и сомнительной славы.**

Фотографируйся, радуйся, но не увлекайся — живи настоящим!

Если ты не знаешь, как заявить о себе, поднять самооценку или снизить тревожность — звони на Детский телефон доверия **8-800 -2000-122!**