

Научно-исследовательская работа
Основы безопасности жизнедеятельности

ВЛИЯНИЕ СЕЛФИ НА ПСИХИКУ ЧЕЛОВЕКА

Выполнила:

Трубникова Юлия Алексеевна

учащаяся 8 класса

МБОУ «Гимназия №7 «Ступени»

Россия, Челябинская область, город Верхний Уфалей

Руководитель:

Иванова Татьяна Юрьевна

учитель математики и информатики

высшей квалификационной категории

МБОУ «Гимназия №7 «Ступени»

Россия, Челябинская область, город Верхний Уфалей

СОДЕРЖАНИЕ

1.Понятие селфи	5
2. Селфимания: влияние селфи на человека	7
3.Селфи-флешмоб	11
4. Выводы по исследованию	13
Заключение	15
Список литературы	18
Приложение 1. Памятка МВД России «Безопасное селфи»	19
Приложение 2. Рекомендации по безопасному использованию селфи	20
Приложение 3. Анкета. Результаты исследования	21

ВВЕДЕНИЕ

Тебе кажется, что ты ловишь момент, но на самом деле ты его упускаешь.

Мир технически развивается стремительно быстро, и этот факт оставляет свой отпечаток на его пользователях. С давних времён люди искали пути запечатлеть изображение более простыми путями, чем рисование. И это не удивительно, ведь мы всегда ищем лёгкие пути для решения своих задач. Одним из последствий поиска более легкого пути стало селфи.

Постановка проблемы: Сколько на вашем смартфоне собственных фото? Что это? Увлечение? Мода? Или проблема? Ежедневно просматривая новостные ленты в социальных сетях, я встречаю огромное количество снимков. Я не стала исключением, потому что фотографирую себя. Только взрослые говорят о том, что увлечение селфи - это не всегда хорошо. Возникло противоречие: между потребностью делать селфи и необоснованными запретами родителей. Данное противоречие указывает на необходимость создания работы на тему «Селфи: модное увлечение или зависимость?».

Актуальность исследования. Феномен селфи стал трендовым общественным явлением. Количество фотоавтопортретов на личных страничках в соцсетях день ото дня увеличивается, состязание фотографов за пальму первенства доходит до абсурда. Когда человек хочет делать селфи постоянно, когда он просто не может не фотографироваться каждый день, тогда возникает проблема. На сегодняшний день эта проблема актуальна как никогда. Что же такое селфи – психическое расстройство, дань времени или пример абсолютного нарциссизма?

Объект исследования: селфи

Предмет исследования: влияние селфи на человека

Цель исследования: изучить явление селфи, как социальное явление; разобраться в пользе и вреде селфи не только для себя, но окружающих меня людей.

Задачи: раскрыть понятие селфи, выяснить положительные и

отрицательные влияния селфи; изучить отношение к селфи учащихся МБОУ «Гимназия №7 «Ступени»; найти рекомендации специалистов для профилактики опасных селфи; сформулировать рекомендации по съемкам безопасного селфи.

Гипотеза: Постоянное желание фотографировать себя – это всего лишь способ самовыражения, позволяющий утвердиться в своем кругу общения.

Практическая значимость: Возможность использования полученной информации в работе педагогами. Привлечение внимания к проблеме селфи, как психологическому заболеванию. Рекомендации, сделанные в исследовании, позволят информировать людей о недостатках селфи, чтобы снизить риск зависимости и разного рода происшествий.

Методы исследования: теоретические (чтение литературы, поиск информации в сети Интернет по данной теме), эмпирические (социологический опрос учащихся школы, разработка рекомендаций); статистический (обработка данных анкетирования).

1. Понятие селфи

Селфи (selfie) – это (в переводе с английского – приставка, обозначающая принадлежность; сам; делать что-либо самостоятельно) фотоавтопортрет, сделанный фронтальной камерой мобильного устройства или компьютера, или снимок отражения любой зеркальной поверхности, содержащий часть тела снимающего для самопрезентации в виртуальном пространстве.

Впервые это понятие появилось на интернет-форуме ABC Online 13 сентября 2002 года в Австралии. В Оксфордском словаре этот термин был добавлен в 2013 году и определен как «собственная фотография, сделанная с помощью смартфона или веб-камеры для публикации на форуме или в социальной сети». И всего лишь через пять месяцев после официального признания данного понятия оно уже стало словом года. За этот же год его употребление возросло более чем на 17000%. В бесплатной социальной сети Инстаграм (Instagram), предназначенной для обмена фотографиями и видеозаписями с возможным применением фильтров, было выложено свыше 73 миллиона фотографий с подписью «селфи».

Селфи получили популярность благодаря массовому распространению смартфонов с камерами достаточного для высококачественных снимков разрешения и мобильного доступа в Интернет. Именно благодаря мобильным ИКТ селфи и становятся инструментом заочного общения с референтной виртуальной группой по принципу: «Пришел – сфотографировал – запостил». И, конечно, получил обратную связь («собрал лайки»). Селфи влияет и на повседневное поведение людей, и на культуру общества, и даже на язык.

Селфи стали настолько популярны, что для них создали даже специальные устройства, например, палка для селфи.

У селфи есть свои разновидности. Вот некоторые из них:

1. В зависимости от запечатленных на них людей и окружающих объектов:

Селебрити-селфи (снимок со «звездой»), релфи (relationship selfie, селфи как иллюстрация близких отношений), груфи (group selfie, коллективное

селфи), фелфи (farmer selfie, селфи с животными, изначально – «фотографии на ферме»), селфи с едой (food selfie).

2. В зависимости от запечатленных на них частей человеческого тела:

«Уткоселфи» (duckface) или губные селфи («губки бантиком»), брелфи (breast selfie, то есть селфи молодых мам, запечатлевающее кормление грудью), бифи (bikini selfie, селфи в бикини), шуфис (shoes selfie, фото- портрет ног, обычно в обуви), мелфи (man selfie, в стиле «гора мышц»).

3. В зависимости от обстоятельств съемки:

Лифтолук (селфи в зеркале лифта), туалук (туалетный лук – автопортрет в ванной или туалете напротив зеркала) и баселфи (bath selfie, селфи в ванне), фитнеселфи (fitness selfie), селфи в момент отдыха (rest selfie), просоночные селфи (wake up selfie, селфи после пробуждения), алкоселфи (в момент распития алкоголя) и «похмельные» селфи, сагли (selfie ugly, «изуродованное» селфи), экстремальные селфи (eXtreme selfie, XS).

2. Селфимания: влияние селфи на человека

Сегодня смартфоны заменяют для современного человека и записную книжку, и компьютер, и видеокамеру, и даже фотоаппарат. Многие подростки уже не могут прожить и одного дня, чтобы не сфотографировать себя. Раньше снимок был событием, которое тщательно готовилось, чтобы поместить все желаемое в 36 кадров пленки. Фотографии, снятые на телефон, редко попадают в альбомы, при этом теряя свою ценность. Происходит девальвация ценности снимков.

Массовое и часто бездумное фотографирование всего приводит к тому, что человек не помнит о том, что происходит вокруг него. В Гарвардском университете психологом был проведен эксперимент, в котором студентов привели в музей и попросили их запомнить экспонаты. При этом было разрешено пользоваться любой техникой. При оценке результатов выяснилось, что те студенты, которые не фотографировали в музее, запомнили намного больше экспонатов, чем те, кто фотографировал их. Студенты, которые смотрели на экспонаты своими глазами, запомнили не только внешний вид, но и все детали, а также историю искусства.

Психологи выявили новую социомедийную зависимость как «селфимания», а проще говоря — «селфизм». Учёные из Американской психиатрической ассоциации дали точное и лаконичное описание этому заболеванию: расстройство характеризуется постоянным желанием фотографировать себя и выкладывать снимки в социальные сети. Психотерапевт Марк Сандомирский утверждает, что: «Селфизм, или увлечение селфи — частный случай социомедийного нарциссизма и виртуального сетевого эксгибиционизма. В этом проявляются детские черты поведения — эгоцентризм и самолюбование».

Различают три уровня расстройства:

Начальный-эпизодический. Человек делает мобильный автопортрет не менее трёх раз в день, но не размещает в социальных сетях.

Второй уровень называется острый. Человек фотографирует сам себя не менее трёх раз в день и выкладывает селфи на своей странице в социальных сетях.

Третья стадия является хронической. Для человека характерно постоянное неконтролируемое желание делать собственные автопортреты, независимо от времени суток, и выкладывать их в Интернет не менее шести раз в день.

В одних случаях люди могут избавиться от этой странной зависимости самостоятельно, в других им требуется провести личную беседу с психологом или пройти психологический тренинг. В особо сложных случаях специалистам даже приходится назначать селфи-зависимым людям медикаментозную терапию.

Чем же грозит селфимания:

- опасность селфимании для отношений в семье и коллективе;
- опасность для физического здоровья;
- опасность для психического здоровья с развитием отклонения в психике;
- развитие нарциссизма, что влияет на отношения с окружающими.

За последние годы селфимания набрала обороты. Селфи делают не только знаменитости, но и чиновники, простые рабочие, студенты и школьники. Такой способ самолюбования, по словам психологов, совсем не безвреден. Селфит - один из видов невроза навязчивых состояний, когда человеку снова и снова требуется подтверждение: «А я хорош! Ведь правда хорош? Ну скажите, что правда!». Размещать удачные «самострелы» в [соцсетях](#) (то есть фактически показывать их всему миру) - яркий симптом сразу двух комплексов: во-первых заниженной самооценки, во-вторых - острой нехватки живого общения. Каждый «лайк», который появляется под выставленным фото, воспринимается авторами селфи, как похвала и успех в обществе. Со временем эта похвала становится жизненной необходимостью: не получив очередную дозу «лайков», «самострельщик» испытывает своеобразную психологическую ломку - грустит,

злиться, не находит себе места, в общем испытывает стресс. Так, подросток из Англии пытался покончить жизнь самоубийством из-за неудачного селфи.

Иногда селфимания приводит к нелогичным и безрассудным поступкам, в ходе которых человек получает увечья или погибает. Вот примеры трагических происшествий при съемке экстремальных селфи.

- Туристка из Италии пострадала в московском метро, делая селфи.
- В Чечне подросток погиб под бетонной плитой при попытке сделать селфи.
- Школьница погибла при попытке сфотографироваться у открытого окна.
- В Екатеринбурге дети придумали суицидальную игру «Перебеги на красный», снимают на видео и выкладывают в соцсетях.
- Тульского подростка убило током при попытке сделать селфи.
- В Рязанской области девятиклассник забрался на железнодорожный мост, собираясь сделать селфи, и упал вниз, на железнодорожные пути, с высоты третьего этажа.
- Школьницы из Ростова чуть не сгорели заживо, делая селфи на цистерне.
- В Индии студенты делали селфи на фоне приближающегося поезда и погибли страшной смертью.
- Бесстрашные туристы делали селфи за секунды до смерти на вершине японского вулкана.
- В Кремоне, на севере Италии, двое туристов сломали статую Геркулеса, пытаясь сделать селфи. Они залезли на скульптуру и случайно отломали кусок мраморной колонны.
- Российского туриста арестовали в США за опасные фото с Бруклинского моста.
- Пьяный житель Кузбасса уничтожил памятник Ленину, пытаясь сделать селфи.

- В Москве девушка, находясь на работе, попросила охранника дать ей травматический пистолет, чтобы сделать селфи, и случайно выстрелила себе в голову.

- На индонезийском острове Нуса Лембонган недалеко от Бали гражданин Сингапура встал на обрыв двухметровой скалы, чтобы сделать селфи, и сорвался вниз.

Для предупреждения в топовые тренды Twitter, Facebook, Вконтакте, Instagram регулярно выходят хэштеги «неповторять», «опасность», #dangerous («опасно»), #dangerouselfie («опасное селфи»), #LuckyWeDidntCrash («К счастью, мы не разбились») и #LookMeNoHands («Посмотрите, как я еду без рук»).

МВД России обеспокоено участвовавшими случаями травматизации и даже летального исхода при попытке сделать уникальное селфи. Каждый из таких случаев можно было предотвратить. МВД России разработало рекомендации по безопасности любителям селфи (приложение 1).

Проанализировав изученный материал, мною сформулированы рекомендации по безопасному использованию селфи (приложение 2).

3. Селфи-флешмоб

В настоящее время массовое увлечение селфи используют для селфи-флешмобов. Так 18 января проходит международная акция «Селфи в музее», запущенная британским блогером и независимым музейным экспертом Маром Диксоном в целях популяризации культурного наследия. С 2016 года Уфалейский историко-краеведческий музей принимает участие в акции. Некоторые музеи даже составили списки рекомендаций, как правильно делать селфи в музее.

26 июня активисты Крыма запустили флешмоб ради популяризации крымской топонимики. Суть флешмоба заключалась в том, чтобы люди фотографировались в своих населенных пунктах с табличкой, на которой написано их историческое название.

Флешмоб «Селфи с Лениным» помог не только популяризовать образ вождя среди молодежи, которая любит делать селфи, но и увидеть состояние памятников Ленину по всей стране.

«Семейные селфи» – новый популярный тренд в Инстаграме. Пользователи выкладывают фотографии в окружении своих близких, чтобы привлечь внимание к семейным ценностям. Фотографии с хештегом #famfie («фэмфи» (famfie) – от английского «семья» (family) и «селфи» (selfie)) стали для всех призывом объясниться в любви своим родным и рассказать о том, что в их жизни значит семья.

Но часто селфи-флешмобы не несут в себе никакой пользы, а лишь развлечение. Например, One Finger Selfie Challenge – родом из Японии: любители аниме массово фотографируют себя обнажёнными, прикрываясь только одним пальцем. В Twitter флешмоб: парящий смартфон, участники которого поставили автоспуск, подбросили телефон и сфотографировали отражение в зеркале.

Флешмоб Mannequin Challenge, в рамках которого люди замирают в общественных местах, притворяясь манекенами. Акция была запущена американскими подростками в конце октября 2016 года, однако обрела

последователей по всему миру.

Необычный флешмоб под названием «Теперь ты Луна!». Чтобы сделать свое лицо похожим на спутник Земли, люди делают фотографии через втулку от туалетной бумаги.

В 2014 году государственные политики приняли участие в флэшмобе «Селфи с любимым политиком». Глава Чечни Рамзан Кадыров вместе с премьер министром России Дмитрием Медведевым сделали селфи на фоне Президента России Владимира Путина.

4. Выводы по исследованию

Среди учащихся МБОУ «Гимназия № 7 «Ступени» было проведено исследование с целью проанализировать их отношение к селфи. В опросе приняло участие 104 человека: 58 девочек и 46 мальчиков. Респондентам была предложена анкета, состоящая из 9 вопросов.

Проанализировав данные можно сделать вывод, что девочки чаще выполняют селфи, чем мальчики. Наиболее заинтересованы делать селфи учащиеся 13 и 14 лет. Травмы во время селфи получили 2% (хотя это может быть и шутка). Большой % учащихся предпочитают делать групповое селфи, что является проявлением общественной активности.

95% опрошенных выкладывают свои фотографии в социальные сети (большинство используют ВКонтакте и Instagram) и только 5% не считают это необходимостью.

29% учащихся делают селфи на память, 52% - просто нравится делать селфи, 12% делают селфи с целью самолюбования. Большинство учащихся не испытывают негативных эмоций при просмотре чужих фотографий.

90% опрошенных не являются селфи зависимыми, 10% делают селфи более 5 раз в день – это учащиеся, которые испытывают зависимость и им нужна помощь.

Учащиеся отметили, что селфи стало популярно из-за появления социальных сетей и развития интернет и мобильных технологий, лишь несколько человек отнесли селфи к модной тенденции.

В интернет сети есть интерактивные тесты, которые позволяют вам определить насколько вы зависимы от селфи. Я прошла один из таких тестов (<https://riamo.ru/article/76829/naskolko-vy-zavisimy-ot-selfi-test.xl>) и вот результат, который мне презентовали:

Вы (то есть я) – свободный от селфи человек. Вам не обязательно показывать всему миру, как вы сегодня выглядите и как здорово на вас сидит новая футболочка, чтобы чувствовать себя комфортно. Вы не любите заниматься самолюбованием и ни в чем не убеждаете других, а ваше чувство

уверенности в себе никто не колеблет. «Селфи» для вас - лишь очередной тренд в мешанине современных увлечений молодежи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Значение слова «селфи» состоит в том, что человек с помощью современных гаджетов (планшета, мобильного телефона, фотоаппарата) фотографирует сам себя или собственное отражение в зеркале. Стиль селфи приобрел популярность в начале 2000-х годов, когда в жизнь каждого из нас вошли социальные сети.

Селфи – это не только фото себя и своих частей тела, а также все, что мы сообщаем о себе: еда, которую мы съедим через минуту, ландшафт и помещения, в которых мы пребываем, наши песики, котики, хомячки, цветы, выращенные нами или нам понравившиеся, наши близкие, ну и другое наше человеческое окружение. В целом при определенной активности такое комплексное «о себе» – глобальное селфи – серьезное самооцифровывание, уникальная информация о каждом, запечатленная в Сети. Кроме того, селфи – это не только фотография, а целая программа последовательных действий, включающих три этапа: запечатление себя, работа над собой виртуальным и выкладывание результата в Сеть, а также получение обратной связи в виде комментариев и лайков.

Таким образом, селфи в целом – это яркий пример одной из новых культурных практик, возникших в век Интернета и связывающих две реальности сегодняшнего мира – онлайн и офлайн. Подростки мгновенно усваивают такие практики, превращают их в повседневность. Селфи становится инструментом, который помогает удовлетворить потребность в самопознании, признании, идентичности, самореализации, способствует формированию навыков самопрезентации и цифровой грамотности. Главное, чтобы селфи осталось увлечением и не оказалось психологической проблемой, именуемой селфизмом.

Селфи как массовая форма современной культуры имеет как положительные, так и отрицательные стороны. Селфи не может само принести вред или пользу человеку без его участия, все зависит от человека.

Увлечение селфи — это, безусловно, проявление нарциссизма. Скрупулезно создавая историю своей жизни в формате селфи, люди чувствуют себя главными героями реалити-шоу «За стеклом». Такая сосредоточенность на себе может негативным образом сказаться на реальных взаимоотношениях с окружающими.

Исследования показали, что чрезмерное увлечение выкладыванием автопортретов (то есть селфи) в сеть приводит к тому, что в реальности человек становится менее симпатичен для окружающих, снижается теплота в реальных отношениях, и люди отдаляются друг от друга.

Самооценка и эмоциональное состояние такого человека могут зависеть от количества набранных лайков, а отсутствие внешнего внимания к их селфи может спровоцировать депрессивные состояния.

Еще одной проблемой, связанной с чрезмерным увлечением селфи, можно считать неудовлетворенность человеком своей внешностью и навязчивые идеи по ее коррекции. Пластические хирурги обращают внимание на увеличение числа молодых людей (преимущественно девушек), решившихся на пластическую операцию после неудачных селфи.

Повальное увлечение селфи привело к появлению нового тренда - экстремального селфи. Такие фотографии пользуются большей популярностью в социальных сетях. В погоне за десятками дополнительных «лайков» некоторые фанаты селфи готовы пойти на все: они выбирают экстремальные условия фотосъемки и подвергают свою жизнь опасности. Статистика несчастных случаев в результате экстремальной фотосъемки неумолимо растет и заставляет органы правопорядка бить тревогу.

К тому же, селфи — это хороший способ запечатлеть свою жизнь. Но не по дням и часам, а по целым годам. Фотографируя себя хотя бы раз в месяц из-за какого-то знаменательного неординарного события, можно собрать целую фототеку на себя. А потом, лет через пять, просматривать старые фотографии и с улыбкой вспоминать былое.

Пересылая фотографии можно общаться без границ в реальном масштабе времени с родителями или друзьями (если они далеко от вас).

При правильном подходе селфи могут быть замечательным инструментом работы над собой. Например, в погоне за идеальным фото, люди больше времени проводят в спортзале, в стремлении создать идеальную фигуру и выложить в сеть. Конечно, стремление к анорексичному типу фигуры не является хорошим примером.

Модным увлечением стало участие в различных флешмобах, которые могут быть полезными и познавательными, но и порой абсурдными.

Подводя итоги исследования, вернемся к гипотезе: селфи, хоть и имеет недостатки, но все же является отличной возможностью фотографировать себя самому. Она частично верна. В то же время не стоит забывать о недостатках и опасных последствиях, которые селфи может повлечь.

Я считаю, что стоит лучше информировать людей о недостатках селфи, чтобы снизить риск зависимости и разного рода происшествий. Однако все зависит от нас самих: мы сами вправе отвечать за наши действия и поступки. И перерастет ли увлечение фотографировать себя в зависимость, а желание сделать необычный снимок в травму – решать только нам.

Наше здоровье и наша жизнь дороже миллионов лайков в соцсетях!

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Безопасное селфи. – https://мвд.рф/safety_selfie
2. Иванина, И. Феномин селфи: автопортрет или эволюция нарциссизма. – <http://medbooking.com/blog/post/fenomen-selfi-avtoportret-ili-evolyucija-narcissizma>
3. Сандомирский, М. Культ публичности // Дети в информационном обществе. – 2015, - №21. – С. 34 - 43
4. Сандомирский, М.. Новая социальная эпидемия: селфимания, экстремальные селфи и селфицид. – <http://pam-rus.ruspsy.net/article.php?post=561>

ПАМЯТКА МВД РОССИИ «БЕЗОПАСНОЕ СЕЛФИ»

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ 

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ 

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ 




СЕЛФИ
за рулем – может
сделать твою дорогу
гораздо короче!

Место для твоего
**БЕЗОПАСНОГО
СЕЛФИ!**




<http://mvd.ru/apps>

МВД России
119040, г. Москва, ул. Житная, 16
Телефон: (495) 667-02-99
Интернет-сайт: mvd.ru
Общественный совет
при МВД России
117342, г. Москва, а/я 35
Телефон: 8 800 250 85 02
Интернет-сайт: os.mvd.ru





делай
безопасные
СЕЛФИ

Крутое СЕЛФИ
может стоить тебе **ЖИЗНИ**



МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ 

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ 

МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ 



СЕЛФИ
на железнодорожных
путях – плохая идея,
если тебе дорога
жизнь!

Подросток из Рязанской области хотел
сфотографировать себя на путях железной дороги и
зацепился за линию электропередачи. От удара током
он упал с моста, скончался в больнице.



СЕЛФИ
с оружием убивает!
21-летняя москвичка
случайно выстрелила себе
в голову из травматического
пистолета, пытаясь сделать
эффективное селфи.



СЕЛФИ
под напряжением?
Не стоит
напрягаться!

Девятиклассник из
Подмосковья погиб, делая
селфи. Он ухватился
за оголенные провода,
находящиеся под
напряжением.



СЕЛФИ
на крыше здания –
высоко падать!

СЕЛФИ на воде –
трудно удержать
равновесие!






СЕЛФИ
выбери свой путь!
Соверши безопасный
подъем!





СЕЛФИ
с животными
не всегда мило!



СЕЛФИ
на вагонах поездов –
бьет током!




РЕКОМЕНДАЦИИ ПО БЕЗОПАСНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ СЕЛФИ

Когда человек пытается сфотографировать сам себя - у него рассеяно внимание, он не смотрит по сторонам и не чувствует опасности. Делая селфи, убедитесь, что Вы находитесь в безопасном месте и вашей жизни ничего не угрожает!

При создании фотоснимка на воде следует помнить о равновесии. Утратив бдительность, легко потерять координацию движений и упасть в воду.

Фотографии, сделанные на большой скорости движения при управлении транспортным средством, отличаются динамичностью. Однако фотографы, сосредотачивая внимание на съемке, забывают о правилах дорожного движения.

Особенной популярностью пользуются селфи, сделанные на высоте. Головокружительные пейзажи – это не только красиво, но и опасно. Не подходите к краю обрыва и не взбирайтесь на неустойчивые поверхности, такие как скалы или камни. Прекрасные заснеженные сопки зачастую лавиноопасны.

При фотосъемке на льду следует учитывать рекомендации по безопасному пребыванию человека на ледовом покрытии водоемов. Особенно весной, когда лед хрупкий, ваш автопортрет будет гораздо безопаснее, если будет сделан на берегу.

Селфи с животными также могут быть опасными. Многие дикие и даже домашние животные могут вести себя агрессивно по отношению к человеку.

Собираясь сфотографироваться — оглядитесь, нет ли поблизости линий электропередач. Даже подходить к объектам энергетики опасно, тем более пытаться там фотографироваться.

Оружие — не игрушка. Не пытайтесь фотографировать себя с оружием. Это опасно!

Не делайте «экстремальные селфи» для привлечения внимания к себе.

Если же вы осознаете, что чрезмерно увлеклись селфи и хотите отказаться от этого, то действуйте постепенно. Сначала фотографируйте себя, но не выкладывайте в сеть в ожидании лайков. Потом – фотографируйтесь, но сразу же удаляйте селфи. Затем замените фотографирование разглядыванием себя в зеркале с одновременными «эмоциональными поглаживаниями», комплиментами самому себе.

АНКЕТА

Здравствуйте. Ответьте, пожалуйста, на вопросы анкеты.

- 1) Укажите свой возраст _____. Ваш пол _____
- 2) Вы любите делать селфи?
 - а) Да
 - б) Нет
- 3) Как часто Вы делаете селфи?
 - а) 1-2 раза в день
 - б) Больше 5 раз в день
 - с) Несколько раз в неделю
- 4) Для чего вы делаете селфи?
 - а) На память
 - б) Просто нравится
 - с) Самолюбование
 - д) Влияние моды
- 5) Вы предпочитаете
 - а) индивидуальное селфи
 - б) групповое селфи
- 6) Какой соц.сетью вы пользуетесь больше всего?(Можно несколько ответов)
 - а) Вконтакте
 - б) Instagram
 - с) Одноклассники
 - д) Facebook
 - е) Twitter
 - ф) Свой ответ (напишите) _____
- 7) Какие эмоции и чувства вы используете когда смотрите на чужое селфи?
 - а) Никаких
 - б) Раздражение
 - с) Зависть
- 8) Вы получали травмы при селфи?
 - а) Да
 - б) Нет
- 9) Как Вы считаете, почему в последнее время такое развлечение как селфи стало популярно?(выберите не более 2-х вариантов)
 - а) из-за появления социальных сетей;
 - б) развитие интернет и мобильных технологий;
 - с) потому что это модно;
 - д) из-за простоты создания снимка;
 - е) другое

Спасибо за анкетирование!

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

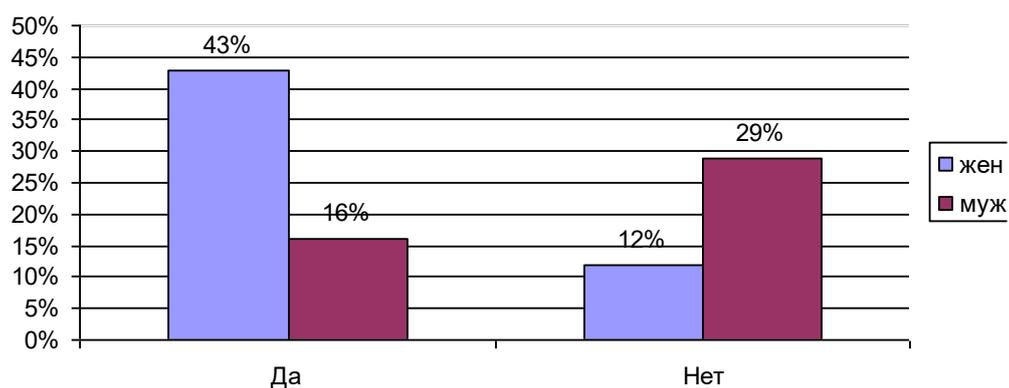


Рисунок 1. Любите ли Вы делать селфи? (пол респондентов)

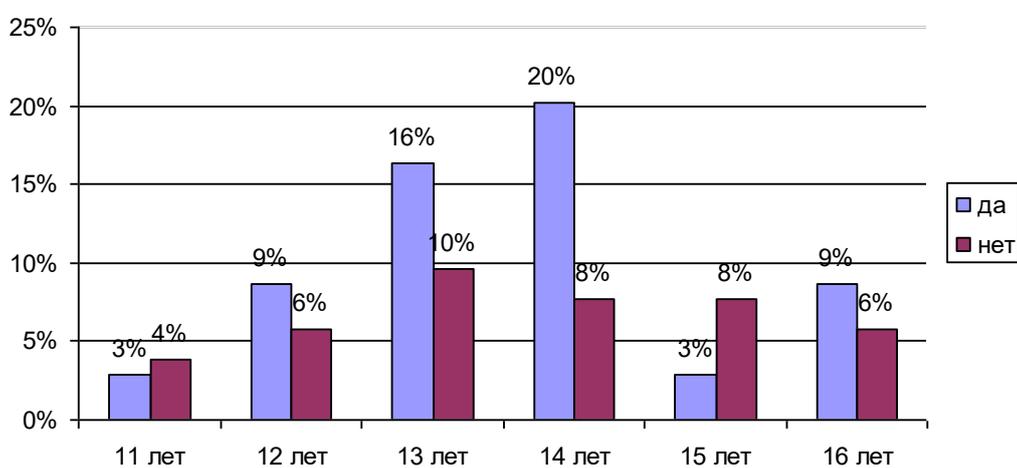


Рисунок 2. Любите ли Вы делать селфи? (возраст респондентов)

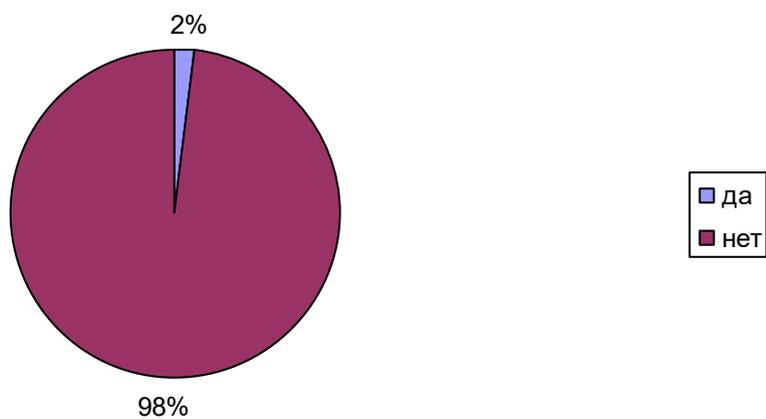


Рисунок 3. Травмы при селфи

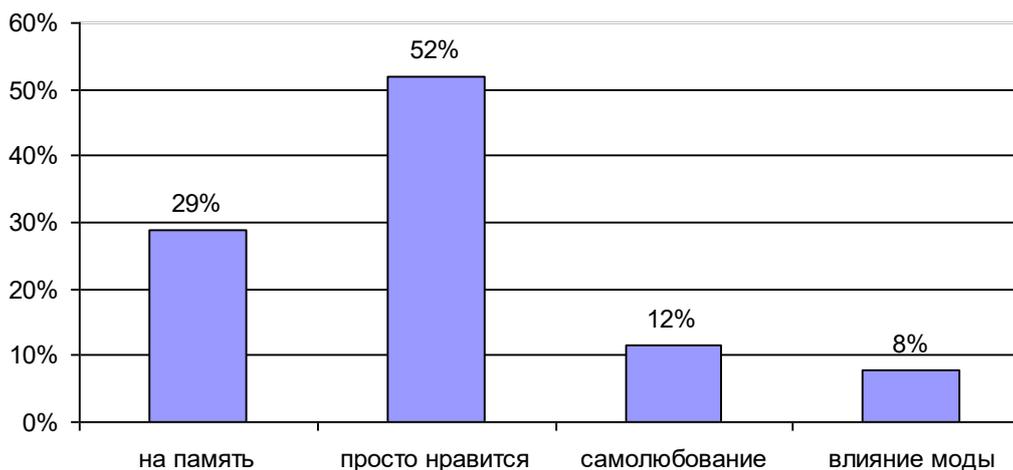


Рисунок 4. Зачем Вы делаете селфи?

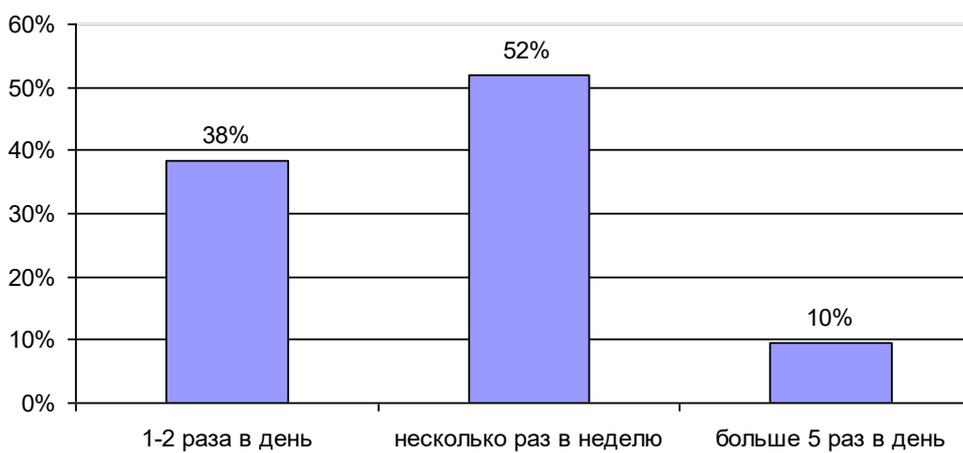


Рисунок 5. Как часто Вы делаете селфи?

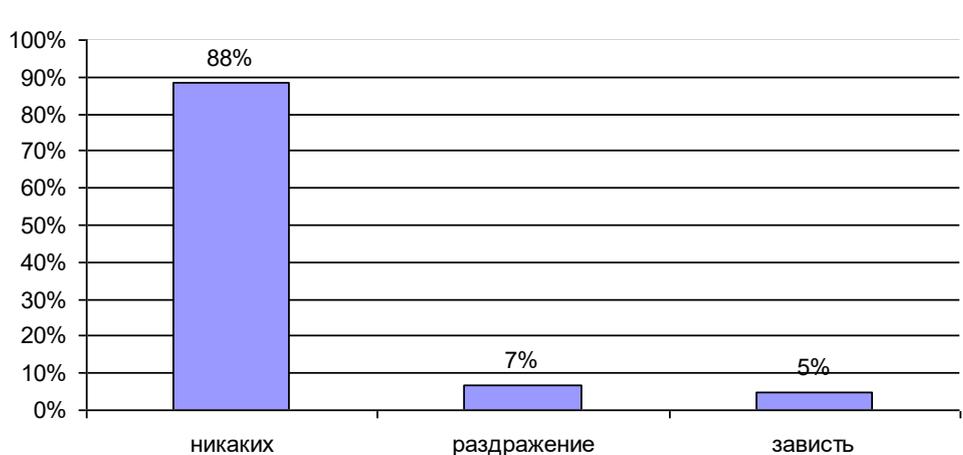


Рисунок 6. Эмоции, которые Вы испытываете при просмотре чужих селфи