

ПРОБЛЕМА

Вернуться из виртуального мира



Интернет-зависимость не менее опасна, чем зависимость от алкоголя и наркотиков. И главные ее жертвы – дети и подростки.

Сегодня благодаря Wi-Fi Интернет есть практически во всех общественных местах, а подключиться легко благодаря ноутбукам, планшетам и мобильным телефонам. Уйти в другую реальность можно из любой точки планеты. А вот вернуться в настоящий мир не так просто, как кажется. Годовалых детей нынче успокаивают не погремушками и колыбельными, а айфоном и айпадом. Еще толком не научившись читать, первоклашки уже знают, как скачать новые серии «Маши и медведя» из Интернета. Для подростков Интернет становится главным источником информации, главной площадкой для общения и самовыражения.

Интернет становится главным источником информации, главной площадкой для общения и самовыражения. В век высоких технологий это воспринимается как нечто уже естественное. Но грань между

увлечением и зависимостью порой оказывается очень тонкой. И не так легко распознать начало серьезного психического расстройства.

Нередко молодые люди уходят в виртуальную реальность, спасаясь от проблем в семье, учебе или отношениях со сверстниками. Интернет – это еще и множество ресурсов, недоступных в реальности (онлайн-магазины, онлайн-игры), и множество действий, которые нельзя осуществить офлайн (хакерство, рассылка спама, заработок на аккаунте, эмиссия кибервалюты). И возможность общения, не выходя из дома (посредством форумов, социальных сетей, скайпа и т.д.). Здесь также можно представить себя другим в идеальном образе – успешного, красивого, пользующегося популярностью у противоположного пола. Сегодняшние соцсети – настоящая ярмарка тщеславия и фабрика по производству фантазий и откровенного вранья.

Как распознать зависимость? По мнению психотерапевта, ведущего научного сотрудника Федерального медицинского исследовательского центра психиатрии и наркологии Министерства здравоохранения РФ (ФМИЦПН)

Льва Пережогина, симптоматика всех зависимостей практически одинаковая. Замените слово «алкоголь» на «Интернет» – поведение человека все равно то же самое. Попробовал – понравилось. Потом понял, что хочется еще. Характерные внешние проявления на ранних стадиях – слабость, недосыпание, плохой аппетит – родители часто списывают на загруженность в школе или еще какие-то обстоятельства, не догадываясь, что происходит на самом деле.

Замените слово «алкоголь» на «Интернет» – поведение человека все равно то же самое. Попробовал – понравилось. Потом понял, что хочется еще

ле. Далее человек уже перестает понимать, зачем он заходит в Интернет, – действует автоматически. Затем он отрывается от реальных проблем и обстоятельств. Уходят на второй план учеба, забота о младших братьях и сестрах, домашних животных, спорт и общение с друзьями. А дальше уже начинается ощущение дискомфорта при расставании с компьютером, поиски

возможности выйти в Сеть любимыми путями – нечто сродни «ломке» у наркоманов. «На этой стадии подключается и весь комплект вегетативных симптомов: покраснение лица, повышенное потоотделение, нехватка воздуха, дрожь, возбудимость, агрессия. И все это нередко приводит к бездумным поступкам, в том числе и попыткам суицида», – говорит Лев Пережогин. Последняя стадия – полное погружение в виртуальное пространство, параллельная работа на нескольких устройствах (например, и на компьютере, и на планшете), полная десоциализация, утрата всех контактов, неизбежные финансовые и личные проблемы.

Виртуальная зависимость может обернуться трагедией. В одном из регионов России школьник, страдавший от аневризмы, скончался после восьмичасового сидения за компьютером ночью: лопнул сосуд головного мозга. Студентка московского вуза погибла от удара током: не смогла расстаться с айфоном, приняла ванну. Другая девушка покалечилась, пытаясь сделать селфи (т.е. автопортрет на фото) с травматическим пистолетом: нечаянно выстрелила себе в голову.

В зависимости ребенка от

электронных устройств, хуже развивается моторика пальцев и медленнее пополняется словарный запас.

По словам специалистов, проблема еще новая, научных разработок не много и очень не хватает статистики. Но она очень опасна, а потому нуждается в изучении, диагностике и профилактике.

Ошибочно думать, что проблема уйдет сама по мере взросления маленького человека. Стало тяжелее учиться, быстро устаешь, испытываешь трудности с концентрацией внимания, реже общаешься со сверстниками – не виноват ли в этом компьютер? Лучше поделиться проблемой с родителями и вовремя принять меры. И не откладывать визит к специалисту.

Пора перестать бояться слова «психиатр». Сегодня помощь интернет-зависимым организована на базе Морозовской детской городской клинической больницы. «Здесь ведут совместную работу высококвалифицированные специалисты во всех областях, сотрудничающие с кафедрами университетов, – рассказывает руководитель неврологической службы Консультативно-диагностического центра Морозовской детской городской клинической больницы Департамента здравоохранения города Москвы Инна Щедеркина. – Это позволяет оптимизировать сроки обследования и не допустить нарастания болезни в процессе. Порой требуется назначение и тяжелых препаратов. Но без них нельзя обойтись, когда проблема запущена. Но чаще всего сегодня проблема решается в амбулаторном режиме – без травмирующей госпитализации. Поэтому бояться нечего».

Безусловно, современный человек не может существовать изолированно от главной информационной среды. Но эта среда должна работать исключительно в целях развития и образования, а не во вред.

Татьяна КУТАРЕНКОВА

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

Как сдать ЕГЭ: заметки выпускника

В России закончился основной период сдачи ЕГЭ-2015. Я, только что получившая аттестат о среднем полном образовании, хочу рассказать о своем опыте подготовки и сдачи экзамена: как он проходил и как оценивают свои шансы на успешное поступление в вуз сегодняшние выпускники?

В далеком 2004 году я, первоклашка, не думала ни о контрольных, ни о годовых оценках. Мне просто очень нравилась школьная форма, новые книги, пахнущие типографией, и, конечно же, ласковая и добрая улыбка первой учительницы. Многое изменилось спустя 11 лет. В 9-м классе я благополучно написала ГИА и, приняв этот экзамен за генеральную репетицию перед настоящим испытанием, посчитала, что с ЕГЭ справиться будет не сложно. На деле все оказалось совсем не просто.

Русский и математика прошли очень спокойно по сравнению с другими предметами. Успокаивала мысль, что никому не миновать этой участи, да и разработчики упростили варианты по основным предметам по сравнению с прошлым годом. Весь мой класс написал русский на оценку «5», а вот на математике оказалась пара несдавших.

Два дня провела в ожидании обновлений страницы с результатами на портале ЕГЭ – баллы приходили с опозданием на сутки. Впереди меня ожидали профильные предметы – литература, обществознание и история, к которым готовилась весь год. С первыми двумя собралась и справилась, а экзамен по истории, самый сложный, на мой взгляд, для гуманитариев, писала с температурой в душной аудитории. Выходя из аудитории, опомнилась и поняла, что напутала исторических деятелей. Иван I в моих ответах самым странным образом превратился в Ивана III. День обер-

нулся слезами – о 100 баллах уже не могло быть и речи.

Выпускной экзамен – это экзамен зрелости. Иначе не скажешь. Насколько самостоятельно ты предпринимаешь шаги к выбору будущего, насколько успешно преодолеваешь вступительные испытания в вуз, с каким осознанием определяешься с профессией, насколько готов к взрослой жизни.

Главный фактор, который может помешать успешной сдаче, – волнение и стресс. Они

Я благодарна моим учителям, которые успокаивающе напоминали, что ЕГЭ все же не объективный показатель знаний. Вряд ли об уровне интеллектуального багажа человека можно судить из его ответа на вопрос по литературе: «Назовите номер главы, из которой взят эпиграф»

подстерегают еще на этапе подготовки. Видела ребят, которые, наглотавшись «от нервов» «Ново-Пассита», были крайне вялые и рассеянные. Видела и тех, кто после выхода из кабинета падал в обморок.

По словам разработчиков, госэкзамен – это не что иное, как объективная оценка качества подготовки учеников, освоивших образовательные программы среднего общего образования. Однако, я считаю, ученик со школьной подготовкой не может успешно сдать ЕГЭ, многие задания требуют более глубокого изучения с уклоном вузовской подготовки. Так, профильная математика

привела в ужас ребят, которые пришли получить высокий результат для поступления в вузы и весь год решали задачки повышенной сложности. Задания разительно отличались от тех примеров на сайте ФИПИ, по которым готовились. ЕГЭ необходимы четкие пределы содержания и требований.

За этот учебный год правильно оформлению бланка было уделено едва ли не столько же времени, что и самому предмету: ошибка при заполнении клеточек фатальна.

По сравнению с прошлыми годами усилены меры против нарушения сдачи ЕГЭ: металлоискатели, камеры слежения, охрана и безопасное хранение информации о КИМах. Однако многим удалось пронести технику и справочники.

Я благодарна моим учителям, которые успокаивающе

напоминали, что ЕГЭ все же не объективный показатель знаний. Вряд ли об уровне интеллектуального багажа человека можно судить из его ответа на вопрос по литературе: «Назовите номер главы, из которой взят эпиграф».

Не буду оригинальной, но главное для успешной сдачи – готовиться. И делать это систематически. Расставьте свои приоритеты и рационально распределяйте время.

Заставьте себя перебороть страх, сомнения и неуверенность – и результат непременно будет.

Яна БАХМУТ

ПРАКТИКА

Либо «лизать по счетам», либо «романтика в провинции»

У студентов всех поколений проблемы похожие.

Июль – это не только макушка лета. Для многих студентов это время практики. Она помогает ознакомиться с нюансами будущей профессии. Для кого-то это возможность разобраться в себе: правильно ли была выбрана специальность.

Студенты белорусских вузов проходят практику не только в нашей стране, но и за ее пределами. Зарубежное партнерство сегодня активно развивается практически в каждом вузе нашей страны.

Например, Белорусский государственный медицинский университет сотрудничает с различными иностранными учреждениями образования и с научно-исследовательскими организациями. Более двадцати студентов-медиков в рамках соглашений о международном сотрудниче-

стве ежегодно проходят практику в Польше, Германии, России...

Но чтобы попасть в эту группу практикантов, одного желания будет недостаточно, нужны еще отличные отметки в зачетке, активное участие в общественной деятельности университета, научные труды и обязательный стаж работы в медицинской сфере. Студентка 5-го курса лечебного факультета Татьяна Науменок считает, что ей в этом году фортуна улыбнулась. Этим летом ее практика будет проходить в Первом Московском государственном медицинском университете имени П.М. Сеченова, одном из самых авторитетных медицинских вузов СНГ, а может быть, и Европы.

Но, понятно, тут дело не только в удаче. Татьяна эту практику «заработала»:

– Средний балл у меня хороший, плюс я еще и активистка. Вот и решила напи-

сать заявление на прохождение практики в России – попытка не пытка. И была безмерна рада, когда мне позволили из деканата и предложили поехать в Москву с 20 по 31 июля. Я, конечно, согласилась. У нас уже было обучение в больницах Минска, мы ассистировали врачам во время операций, осматривали пациентов, обосновывали предложенный диагноз, проводили экспертизы. Я уверена, что этот опыт пригодится мне как на практике в Москве, так и в моей будущей работе.

А пока студенты пытаются найти время для того, чтобы совместить и практику, и летние забавы, выпускники вузов ломают голову над поиском места работы. Не все, конечно. У студентов бюджетной формы обучения их будущее на два года вперед определено было еще весной – когда в белорусских вузах проходит так называемое распределение,

которое гарантирует первое рабочее место.

Хочется отметить, что действительно нередко не совпадает с желаниями молодых специалистов. Например, выпускники Института журналистики Белорусского государственного университета в этом году разъезжались по различным «географическим точкам» нашей страны – в Гомель, Речицу, Полоцк, Кричев, Жодино...

В столице остались минчане и единицы из молодых специалистов-иногородних. Согласно кодексу об образовании Республики Беларусь, студенты могут на законных основаниях отказаться от работы по месту распределения. Но тогда им придется возместить университету затраты на обучение за все годы, проведенные в альма-матер, а сумма эта немалая. Вот и приходится выбирать – либо «платить по счетам», либо наслаждаться романтикой жизни в провинции.

Уже совсем скоро, в конце июня, тем студентам, кто жил в общежитиях, придется собирать чемоданы и высылаться: правила одни для всех.

Чтобы получить место в общежитии, уже осенью им необходимо будет снова собрать документы, подтверждающие необходимость предоставления жилья. Больше всего шансов будет у льготников и тех, кто летом работал в студотрядах.

В Беларуси почти каждый пятый молодой человек – студент. На смену одного поколения студенческой братии приходит другое. Но вопросы у всех студентов разных поколений одни и те же: как без проблем сдать сессию и «поймать халяву», как и где применить свои знания и умения, где найти работу. И как все это и многое другое успеть сделать, если в сутках по-прежнему лишь 24 часа.

Кристина ХИЛЬКО

СОЦПРОС

Семейные ценности всегда в моде

«Ценности у нашей молодежи нынче нет», – часто говорят представители старшего поколения. Поспорить с ними не только можно, но и нужно. Социологическое исследование, проведенное в Беларуси, показало: молодые люди во многом стремятся к тому же, что и их предшественники несколько десятилетий назад. Более половины респондентов

ставят перед собой отнюдь не материальные цели. Создать крепкую и дружную семью, воспитать детей, сохранить здоровье – главные приоритеты белорусской молодежи. Материальные ценности отходят на второй план. Каждый третий думает о том, как сделать карьеру, каждый четвертый – как организовать свое дело.

Какие цели ставят перед собой молодые люди?

(в % от числа опрошенных людей в возрасте от 18 до 29 лет)

Воспитать хороших детей

64

Сохранить и укрепить здоровье

62

Получить достойного человека, создать семью

41,5

Достичь успеха, сделать карьеру

37

Стать профессионалом в своей специальности

34

Организовать свое дело

23,5

Быть хорошим сыном/дочерью

23

Источник: Информационно-аналитический центр при Администрации Президента Беларуси



ДЕТСКИЙ ОТДЫХ



ФОТО КОНСТАНТИНА ЛЮДЧЕНКО/ТАСС

Теплые костры «Артека»

Когда-то «Артек» был мечтой. Как шхуна под алыми парусами на близком рейде. И для большинства советских детей он был недостижим так же, как мечта. Сегодня «Артеку» – 90.

Те счастливицы, которым довелось провести там хоть одну смену, – отдыхающие или вожатые – вспоминали о времени в лагере, как о лучших каникулах.

В этом году, 16 июня легендарный «Артек» отпраздновал свое 90-летие. К летнему сезону полностью завершилась масштабная реконструкция шести лагерей, и уже сейчас в Международном детском центре (МДЦ) «Артек» отдыхают более

2 тысяч детей. Всего «Артек» примет в этом году около 20 тысяч ребят за 11 смен – с апреля по декабрь.

Современные дети во многом лишь догадываются, что такое быть «артековцем», поселясь в вафлях под ностальгические воспоминания родителей.

Этот маленький чудесный детский мир родился в 1925 году недалеко от Ялты, в поселке Гурзуф. Только побывав там,

можно проникнуться удивительной атмосферой детства и приключений и узнать, что такое гора-Медведь, где живет призрак Белой Леди и кто такой Абсолют.

По доброй традиции, попасть в «Артек» можно за выдающиеся отличия в учебе и спорте, искусстве. «Коммерческие путевки будут, но мало, – говорит директор МДЦ Анатолий Каспаржак. – Прервать коммерческое распределение в один момент нельзя. Есть дети, которые годами ездили в «Артек», и они с родителями готовы митинги устраивать, чтобы еще раз туда попасть. Стоить это будет не дороже, чем в прошлом году, до

60 тысяч рублей. Сейчас речь идет не более чем о 5% коммерческих путевок».

В этом году выделено 19 тысяч путевок, из которых 75% распределено по российским регионам. Остальное получили организации-партнеры: Лига юных журналистов, фонд конкурса юных чтецов «Живая классика», Русское географическое общество, Роскосмос и другие.

Вопреки опасениям, несмотря ни на какие антироссийские санкции, своей «международности» лагерь тоже не потерял. Заявки на отдых поступают со всего мира, в том числе и из Украины.

В «Артеке» действуют 11

оборудованных спортивных площадок и теннисных кортов, 4 новых открытых бассейна с горками, Дворец спорта с крытым бассейном, гимнастическим и тренажерным залами. Скоро появится и яхт-клуб.

Обновленный «Артек», сохранивший добрые старые традиции, получил и новый логотип, разработанный на основе детских рисунков. В конкурсе участвовало 1700 работ со всей России. Победил школьник из Воронежа Тимофей Оболенский, изобразивший артековский костер – самое теплое и сплачивающее отрядное мероприятие.

Юлия МОРГУНОВА