VIP-БЕСЕДКА

КЛЮЧЕВОЙ ВОПРОС:

«Подвержены ли вы интернет-зависимости?»

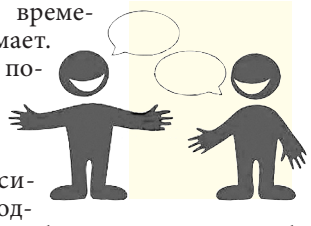
Руслан Викторович Жалнин, заведующий кафедрой прикладной математики, дифференциальных уравнений и теоретической механики:

– Да. Но, видимо, надо объяснить, что значит это «да». Представьте, что в один миг перестала работать электронная почта... Что произойдёт? Встанет работа многих организаций и, в частности, многих подразделений нашего университета. Сегодняшние реалии таковы, что бизнес-процессы связаны с коммуникацией посредством Интернета. И в этом смысле мы все интернет-зависимы. Часто интернет-зависимость связывают именно с социальными сетями. Они стали практически неотъемлемой частью жизни современной молодёжи: кто-то просто общается, кто-то подрабатывает, а для кого-то это сфера профессиональной деятельности, например для специалистов SMM. Но всё же следует отметить случаи, когда интернет-зависимость имеет патологический характер. Всё должно быть в меру и на пользу дела.

На самом деле современные социальные сети и мессенджеры во многом упрощают общение со студентами. Иногда студенту оперативнее задать короткий вопрос по курсовой или дипломной работе в мессенджере, чем ждать личной встречи с руководителем. А для преподавателей возможности соцсетей – это один из способов оперативного доведения информации до аудитории. Я в свою очередь являюсь активным пользователем современных средств коммуникации, поэтому на поставленный вопрос отвечаю: «Да».

Елена Семяхина, студентка III курса Института электроники и светотехники:

– Пристраститься к чему-то – дело нехитрое, много времени не занимает. Куда сложнее потом отказаться от вредной привычки. Интернет-зависимость является одной из важных проблем современного общества. Она проявляется в том, что люди настолько сосредоточены на своей виртуальной жизни, что фактически отказываются от реальной. Многие проводят по несколько часов в Сети исключительно ради общения или развлечения. Это, безусловно, неплохо, так как социальные сети дают возможность поддерживать связь с теми, кто за сотни и тысячи километров находится от нас. Но из-за виртуального общения люди начали отвыкать от реальных встреч. А уж о том, что сейчас мы всё меньше и меньше пользуемся Интернетом для того, чтобы узнать новую и полезную информацию, не стоит даже говорить.



Честно признаюсь ,что я подвержена интернет-зависимости. Мне удобно общаться в социальных сетях, смотреть фильмы, узнавать и находить что-то новое, даже книги читать в электронном варианте. Но я считаю, что осознавать сверхпотребность в Сети – это уже положительный момент, потому что трезвая оценка ситуации даёт возможность её исправить. А это значит, что я держу под контролем своё отношение и время, проведенное онлайн, и чётко разделяю реальное и виртуальное пространство.

Денис Якобсон, студент III курса Института физики и химии:

– Пожалуй, многие люди не осознают, что уже не могут представить себе день без телефона и Интернета. Я считаю себя зависимым, но только частично.

Во-первых, просыпаясь утром, чаще всего я беру в руки телефон и читаю новости, которые появились за то время, пока я спал. Хотя в последнее время я стараюсь избавить себя от этой привычки, потому что уделяю этому много времени, которого мне потом не хватает. А с другой стороны иногда это помогает проснуться и вовремя узнать важную информацию, например об отмене первой пары.

Во-вторых, могу уверенно сказать, что я способен обойтись без Интернета, социальных сетей и вообще без телефона в течение дня. Ничего страшного не произойдёт, если я не прочитаю пару лишних статей в течение дня. Недавно у меня сломался телефон, поэтому две недели я жил без него и чувствовал себя абсолютно комфортно, у меня не было какого-то непреодолимого желания зайти, например, в социальные сети «ВКонтакте» или Instagram. Невозможно в наше время полностью отказаться от Интернета, но контролировать интернет-зависимость можно и нужно.

Ведь намного лучше общаться в реальности с родителями, друзьями, знакомыми. Никакой Интернет не заменит искренние улыбки и эмоции, которые ежедневно окружают нас.

Алина Киреева, студентка III курса Института национальной культуры:

– Безусловно, Интернет стал неотъемлемой частью жизни, в особенности для молодых людей. К сожалению, это единственное место, откуда люди черпают не только информацию, для чего первоначально создавалась глобальная сеть Интернет, но и принятие форматов поведения и выявления для себя модели повседневной жизни. Уже сложно представить себе получение информации из других источников с такой же скоростью и достоверностью, как из Интернета.

Жизнь современного поколения тесно связана с количеством лайков и просмотров в Сети. Это в свою очередь является синонимом чего-то позитивного, креативного, что принято считать трендом. Если вы хотите добиться успеха в своём деле, то можно просто добиться популярности от интернет-аудитории. Однако на что ориентируются пользователи Сети, не всегда правильно или вообще имеет смысл. Рамки цензуры в Интернете не имеют никакого смысла, хотя они и формируются самими людьми. Эта зависимость необратима, она растёт в геометрической прогрессии. Люди хотят создавать тренды и являться трендмейкерами, а на самом деле они трендсеттары. Даже мнение любого блогера можно купить за деньги, вопрос лишь в количестве этих денег. Можно сделать вывод, что всё население земного шара является интернет-зависимым, потому что мы живём в информационном социуме.

Нужна ли нам снежная сауна?

Как известно, римляне любили свой фригидарий, или одно из помещений римских терм, предназначенных для охлаждения, с бассейном, наполненным холодной водой. Неудивительно, что финны также любили поваляться в снегу после сауны. Но в то, что мода на холод прижилась и в Германии, где она весьма странным образом называется «снежной сауной», которой можно наслаждаться независимо от погодных условий даже в разгар лета, любители принятия солнечных ванн на пляже вряд ли поверят.

После сауны посетители идут не под холодный душ или в бассейн, а в просторную кабину с искусственным снегом, вылетающим из снежной пушки. Он, как настоящий снег, состоит из кристалликов льда и воздуха, прилипает к потолку и стенам, а также покрывает пол.

Несмотря на то что минимальная температура в кабине как минимум минус 4 градуса, тем не менее посетители в ней не мёрзнут. Всё дело в том, что холод здесь сухой, а не влажный. В «снежной комнате» остаются минут на пять, чувствуя медленное воздействие холода, которое менее ощутимо, чем при погружении в бассейн с холодной водой.

Правда, подобные процедуры до сих пор ещё редко предлагают посетителям саун и оздоровительных центров Германии. Тем не менее в некоторых из них, например в Bulmare в городе Бургленгенфельд федеральной земли Бавария или в Meerwasser Wellenbad в городе Эккернфёрде федеральной земли Шлезвиг-Гольштейн, «снежные комнаты» всё же имеются. Производители предлагают оборудовать их в саунах частных домов.

Перевод с немецкого переводчика-стажёра молодёжной секции МРО СПР Д. Вяльшиной