

В Тверской области подведены предварительные итоги Единого государственного экзамена. В общей сложности максимальные 100 баллов набрали 26 человек. Сколько они при этом «потеряли» нервных клеток — неизвестно. О том, каким стрессам подвержена современная молодежь и почему студенты разучились писать, мы беседуем с заведующей отделением медицинской психологии Тверского областного клинического психоневрологического диспансера, кандидатом психологических наук Еленой КАРАСЕВОЙ

# Стрессом об тейбл



— Елена Анатольевна, 10 лет назад, когда ЕГЭ вводился в ряде регионов только в качестве эксперимента, одним из аргументов его сторонников было снижение психологического давления на выпускников и абитуриентов во время вступительных испытаний. Можно ли говорить о том, что массовый экзаменационный невроз ушел в прошлое?

— Здесь следует говорить не о заболеваниях, а о стрессовых состояниях. Невроз — это заболевание, а стресс — временная реакция организма на какую-то ситуацию. Она вполне естественна и даже полезна для молодого человека. Сам по себе стресс при наличии общего психического здоровья помогает человеку — идет гормональная перестройка, подготовка психологических резервов, мобилируются защитные функции организма. Но вот когда он превращается в так называемый дистресс, это уже плохо. Идет разрушительный процесс, который мо-

жет привести к самым плачевным последствиям для подростковой психики. Это проявляется в виде вторичной невротизации, психосоматических проявлений — например, боли в области желудка, в расстройствах желудочно-кишечного тракта, кожных заболеваниях. А изменение системы сдачи экзаменов — это и хорошо и плохо одновременно. С одной стороны, нет причин для острого волнения, потому что абитуриент остается один на один с тестом: что смог, то и продемонстрировал. С другой — отмена устных экзаменов лишает поступающих шанса показать все свои возможности. Ведь при этом оценивается не только уровень знаний, но и коммуникативные навыки абитуриента. Студент может великолепно сдать ЕГЭ по всем предметам, но если у него при этом в характере

не присутствует умение и привычка общаться, он интроверт, замкнутый, необъективно себя оценивает, ему будет трудно в избранной профессии, особенно если она связана с работой с людьми.

— Специалисты говорят, что сейчас дети позже начинают говорить. Связано это якобы с тем, что у ребенка чаще сначала развивается мелкая моторика и только во вторую очередь — вербальная функция, способность к фразовой речи. Причем этой тенденции уже не один десяток лет. Вы замечаете подобные отличия у нынешней молодежи?

— Я преподаю на факультете психологии и постоянно сталкиваюсь с тем, что у современных студентов проблема с русским языком — они пишут так же, как слышат. У них большие трудности с ведением конспектов, записью лекций, постоянно приходится объяснять, зачем это нужно. Конспект — это восприятие информации, переведенное со слуха в графическое изображение, к тому же подчиненное определенным формальным правилам грамматики. Это необходимый навык для специалиста, которому придется перерабатывать большие объемы специфической информации. Составить конспект, написать контрольную по русскому языку — это последовательность нескольких сложных психических актов, с ко-

торыми современные двадцатилетние студенты справляются с великим трудом. У них конспекты — на три строчки. Они не в состоянии записывать и перерабатывать большие объемы информации. Кроме того, у них часто отсутствует способность зашифровывать свои конспекты — помните, как раньше студенты, чтобы успеть за лектором, придумывали какие-то свои символы, значки? Когда я им говорю, что можно так делать, они отвечают — нет, мы потом сами свои записи не пойдем.

— Раньше говорили, что детей воспитывает телевизор, потому что практически с первых дней дети получают из него огромный объем информации. Сейчас, видимо, роль «главного воспитателя» перешла к компьютерам. Насколько вообще вся эта техника способна повлиять на психику человека?

— Конечно, она влияет, особенно на неокрепшую психику подростка. И меняет в основном в сторону зависимости, формирует, как принято говорить, аддитивное (зависимое) поведение. То, чем подросток заменяет реальность, компьютерные игры, приводит к тому, что он воспринимает и осознает окружающий мир в категориях тех же самых компьютерных игрушек. Если есть риск какого-то психического заболевания, то компьютер чаще

всего провоцирует его развитие. Самый простой пример: если ребенок целыми днями играет в «стрелялки», формирование внутренней агрессивности идет по самому примитивному типу. Он совершенно спокойно может выстрелить в человека и в жизни, потому что в силу отсутствия критериев, жизненного опыта у него не сформирована система ценностей, что есть хорошо и что плохо.

— В вашей клинической практике встречались случаи, когда приходится лечить подростков от пристрастия к компьютерным играм?

— Постоянно! У нас теперь даже в классификацию психических заболеваний внесено «игрозависимое поведение». Много игрозависимых и среди подростков, и среди взрослых. Проявления одинаковые. Если речь идет о компьютере, меняется режим сна и бодрствования. Человек перестает вести адекватный образ жизни. Он не ест, не спит, не работает, не бредет, только сидит и играет. Уходит на работу, возвращается и сразу садится за компьютер. Тревогу, как правило, бьют родственники, потому что сами пациенты считают, что у них все хорошо, они же не пьют, не принимают наркотики, просто играют! Хотя проявления зависимости точно такие же, как при алкоголизме и наркомании: человек сам себя исключает из общества.

Владислав ТОЛСТОВ

ОАО АКБ «АВАНГАРД». Генеральная лицензия Банка России № 2879 от 10.05.2012 г.

реклама

САМЫЙ ТЕХНОЛОГИЧНЫЙ БАНК—2011\* ПРЕДСТАВЛЯЕТ

## ЗАРПЛАТНЫЙ ПРОЕКТ ДЛЯ ВАШЕЙ КОМПАНИИ

**кредиты предприятию:**  
целевые в размере ФОТ, под 7% годовых в рублях  
без комиссий и без залога на срок до 25 дней

**карты сотрудникам бесплатно:**  
международных платежных систем, кредитные и дебетовые, с логотипом предприятия

**зачисление бесплатно:**  
мгновенно или в установленное руководством время

**ведомости:**  
в режиме on-line бесплатно, импорт из 1С

**кредиты сотрудникам на спецусловиях:**  
потребительские на карты

\*По версии информационного портала Banki.ru.

\*\*В зависимости от суммы и рыночных условий.

\*\*\*В зависимости от срока кредитования: за 7 дней — 7% годовых; с 8 по 14 день — 11% годовых, после 14 дней — 13% годовых.  
Размер и сроки предоставления кредитов на зарплату и овердрафтов — индивидуально.

### ИНТЕРНЕТ-БАНК



от 100 000 руб.  
до 6% годовых\*\*  
на срок от 1 до 30 дней



до 50 млн руб.  
на срок до 65 дней  
ставка от 7% годовых\*\*\*



платежи за счет средств,  
поступающих из других  
банков текущим днем  
комиссия - от 0,05%



on-line покупка/продажа,  
конвертация валюты по  
текущему биржевому курсу  
комиссия - от 0,15%\*\*

# БАНК АВАНГАРД

Более 250 офисов  
в 50 регионах  
[www.avangard.ru](http://www.avangard.ru)

КРУГЛОСУТОЧНО ОТВЕЧАЕМ НА ВАШИ ВОПРОСЫ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

(4822) 33 99 33

Тверь

8 (800) 555 99 93

(звонок по России бесплатный)