

МИНСКИЙ КУРЬЕР

20 122
Тираж недели

РЕДАКЦИЯ УП «АГЕНТСТВО
«МИНСК-НОВОСТИ»

Вторник, 20 октября 2020 года
№ 120 (3482)

minsknews.by

Газета основана в феврале 1908 года.
Восстановлена в апреле 2001 года

**Цельный вид,
а не заплатки. В кварталах
усадебной застройки
грядут перемены | стр. 3**

**В Минске пять диалоговых
площадок. Какие перспективы
развития города и страны
там обсуждают | стр. 6**



ЗНАЕМ О СТОЛИЦЕ ВСЁ. ПИШЕМ – О ГЛАВНОМ!

Благо устраивать



Высаживают аллеи,
приводят в порядок
двор. В столице
продолжается
месячник по
благоустройству
и озеленению.

► Стр. 4-5

Социум | 9

Картинки вместо
текста и свобода
от условностей.
Психолог —
о современных
подростках



Городское хозяйство | 11

После дождя
ни пройти ни
проехать. Что
поможет избавить
минские улицы от
подтоплений



Потребительский клуб | 21

500 рублей за
моральный ущерб.
Как покупатели
защищают свои
права в суде



Фото: Ирина МАЛІНІВСКАЯ

Социум

Юлия БОЛЬШАКОВА

Н икогда еще разрыв между поколениями не был так заметен, как сегодня. Дети, родившиеся после 2000 года, — terra incognita даже для родителей, а для бабушек и дедушек — подавно. Психологи утверждают: методы воспитания наших предков не подходят для поколений «альфа» и «зет». Наладить взаимодействие с ребятами, помочь им в трудных жизненных ситуациях призваны центры, дружественные подросткам (ЦДП), созданные при поддержке ЮНИСЕФ в рамках проекта «Укрепление здоровья подростков».

Особенные дети

Сейчас основу нашего общества составляют пять поколений: молчаливое (1923-1943 годы рождения), беби-бумеров (1943-1963), «икс» (1963-1984), «игрек» (1984-2000), «зет» или «зумеры» (2000-2015). Есть еще шестое — «альфа» — дети, родившиеся после 2010 года.

Подростки «зет» и «альфа» научились пользоваться гаджетами, прежде чем писать или читать. Они живут в мире, в котором алгоритм жизни построен на лайках или дизлайках. Это не хорошо и не плохо. Это просто совсем не так, как было у тех, кто родился до 2000 года. Поэтому и взаимодействовать с современной молодежью нужно иначе. Но как?

С 2014 года психическое здоровье подростков во многих странах заметно ухудшилось. Каждый четвертый жалуется на раздражительность, нервное напряжение и нарушение сна.

— В нашем мире есть две крайности: либо подросток перегружен учебной, кружками и секциями, либо он вообще ничем не занят. Последнее чаще всего означает, что он погружен в онлайн. В любом из этих случаев не остается времени, чтобы побыть наедине с собой, со своими мыслями, понять и ощутить себя. Поэтому ребятам сложнее справиться с чувствами, которые их переполняют в пубертатный период, — поясняет психолог ЦДП «Доверие» Светлана Полещук.

Современные юноши и девушки очень хорошо понимают последствия любого своего решения или выбора. Картинка уже давно заменила для них текст, время умственной концентрации сократилось до 1 секунды. Именно за это время они определяют, интересен им какой-либо материал или нет. А еще они свободны от разных условностей, будь то культурные, гендерные, национальные или политические различия. Границ для них не существует. Кроме того, они постоянно меняются и развиваются вместе с техническим прогрессом.



Предпочитают картинки вместо текста, свободны от разных условностей. Что отличает современных подростков, и как с ними общаться

Альфа и зет

На одном языке

При этом они любят получать новые знания, способны запоминать и обрабатывать большие объемы информации. Основные сведения берут из Интернета. Авторитет признают не за взрослыми, а за ровесниками, которые имеют популярность в соцсетях, и персонами, связанными с современными технологиями.

— Все задачи, которые вы ставите перед этим поколением, нужно формулировать четко и детально. Они не любят работать на долгосрочную перспективу, их необходимо мотивировать на выполнение каждого задания. Предпочтительная связь — через Интернет. Они не приветствуют текстовую информацию, а больше предпочитают смотреть или слушать короткие видео- и аудиоролики. Кроме того, они охотнее прислушиваются к своим ровесникам, — объясняет ведущий научный сотрудник лаборатории Республиканского научно-практического центра медицинских технологий, информатизации, управления и экономики здравоохранения Марина Солтан.



ВАЛЕНТИНА ШУКАН

Именно поэтому в каждом районе Минска созданы центры, дружественные подросткам, в которых с ребятами из группы риска проводят тренинги, консультации, дискуссии, игры их ровесники или молодежь чуть постарше — волонтеры-инструкторы, равные консультанты и аутрич-работники. При этом они должны обладать знаниями в области формирования здорового образа жизни, а также психологии и педагогики.

В центрах занимаются профилактикой пищевых расстройств, инфекций, передающихся половым путем, ВИЧ-инфицирования и наркомании, алкоголизма и табакокурения, психических заболеваний.

Первыми были созданы ЦДП «Доверие» на базе 8-й детской поликлиники и «Ювентус» в 17-й детской поликлинике. Их опыт постепенно перенимают другие центры.

— В середине октября я присутствовала в качестве ментора на презентации работы в ЦДП «Ювентус», где Андрей Мясников проводил групповое занятие для учащихся торгового колледжа. Тут были и девушки, и парни, — рассказывает Валентина Шукан, психолог, валеолог, координатор ЦДП «Доверие». — Предполагалось, что встреча займет не более часа, но беседа затянулась до вечера. Это говорит о том, что ребятам было интересно. Они сами выбирали темы для разговора, задавали вопросы. И в результате пришли через несколько дней, чтобы обучиться и стать равными консультантами. Это очень хороший результат. Остальные тоже получили ценную информацию: если у их друзей возникнет сложная жизненная ситуация, они знают, куда обратиться за помощью.



ИНЕССА ПАЛАЗНИК

Все задачи, которые вы ставите перед поколениями «альфа» и «зет», нужно формулировать четко и детально. Они не любят работать на долгосрочную перспективу, их необходимо мотивировать на выполнение каждого задания. Предпочтительная связь — через Интернет. Не приветствуют текстовую информацию, предпочитают смотреть или слушать короткие видео- и аудиоролики.

взросления. Проблемой оно становится тогда, когда приобретает разрушительный или саморазрушительный характер. И, увы, таких примеров всё больше.

Исследования показывают, что с 2014 года психическое здоровье подростков во многих странах заметно ухудшилось. Каждый четвертый жалуется на раздражительность, нервное напряжение и нарушение сна. Каждый пятый находился в состоянии алкогольного опьянения как минимум дважды в жизни. К 15 годам половую жизнь начинают 24 % юношей и 14 % девушек. Здоровое питание тоже не в приоритете: примерно две трети молодых людей не потребляют достаточное количество питательных веществ, а с проблемами лишнего веса и ожирения сталкивается каждый пятый.

— Чаще всего подростки обращаются в ЦДП из-за ожирения и избыточного веса, нездоровых пищевых привычек, нарушения сна. Второй блок проблем — выбор профессии. Третий — психологическое и репродуктивное здоровье, предохранение от беременности. В некоторых центрах проводится предроботной консультирование. Также посетители интересуются, как преодолеть трудности в общении — и со взрослыми, и со сверстниками. Из бесед с ребятами мы поняли: нужно больше внимания уделять безопасности в Интернете, противостоянию кибербуллингу, — делится координатор ЦДП «Ювентус» врач-валеолог Инесса Палазник.

Победить проблемы

Психологи утверждают: рискованное поведение — неотъемлемая часть процесса

