

затем могут сохраняться в памяти компьютера, и с этими файлами в дальнейшем можно работать, как и с любыми компьютерными документами.

Благодаря тому, что электронная доска позволяет не просто воспроизводить компьютерные файлы, а управлять ими, возможности преподавателя и учащихся на занятии значительно расширяются. Использование интерактивной доски не только усиливает наглядность изложенного материала, делает занятие живым и увлекательным, но и повышает заинтересованность учащихся, позволяет улучшить запоминание учебного материала. Учащиеся активно «добывают» новые знания, разрешают проблемные ситуации, работают с разными источниками информации, могут самостоятельно разрабатывать и демонстрировать тематические презентации. В результате гораздо эффективнее происходит совершенствование их интеллектуальных и творческих способностей. Предоставляется больше возможностей для участия в коллективной работе, развития личных и социальных навыков.

Интерактивные доски могут изменить преподавание и обучение в различных направлениях:

1. Презентации, демонстрации и создание моделей. Доска может упростить объяснение схем и помочь разобраться в сложной проблеме. Преподаватели могут использовать доску для того, чтобы сделать представление идей увлекательным и динамичным. Доски позволяют учащимся взаимодействовать с новым материалом, а также являются ценным инструментом для преподавателей при объяснении абстрактных идей и концепций. На доске можно легко изменять информацию или передвигать объекты, создавая новые связи. Преподаватели могут рассуждать вслух, комментируя свои действия, постепенно вовлекать учащихся и побуждать их записывать идеи на доске.

2. Активное вовлечение учащихся в учебный процесс. Интерактивные доски, используя разнообразные динамичные ресурсы и улучшая мотивацию, делают занятия увлекательными и для преподавателей, и для учеников.

3. Улучшение темпа и течения занятия. Работа с интерактивными досками предусматривает простое, но творческое использование материалов.

Таким образом, интерактивная доска – ценный инструмент для обучения. Это визуальный ресурс, который помогает преподавателям излагать новый материал очень живо и увлекательно. Она позволяет представить информацию с помощью различных мультимедийных ресурсов, преподаватели и учащиеся могут комментировать материал и изучать его максимально подробно. Она может упростить объяснение схем и помочь разобраться в сложной проблеме. Преподавателям открываются широкие возможности для обучения учащихся, независимо от дисциплины.

## **ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ У СТУДЕНТОВ**

**В. Б. СОКОЛОВ**

*Учреждение образования*

*«Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»*

Психосоматические заболевания у студентов высшей школы – проблема, представляющая особый интерес. Дело в том, что такие заболевания в определенных случаях не ограничиваются банальной головной болью. Известны случаи,

когда психологический дискомфорт приводил и к острым приступам аппендицита, и к сердечной недостаточности, и даже к повышенному травматизму. Конечно, можно удалить аппендикс, и аппендицит уже не будет угрожать, но в таком случае открывается простор для язвы желудка, гастрита и так далее – если заболевание имеет психосоматическое происхождение, то его не устранить даже хирургическим вмешательством. Вмешательство должно быть не столько и не только на физическом, сколько на психологическом уровне.

Откуда же наши студенты берут эту самую пресловутую психосоматику? Как они ухитряются обзавестись достаточно тяжелыми заболеваниями без достаточных для этого физиологических предпосылок? Ведь сколько раз приходится наблюдать печальную картину: в вуз приходит полный сил и энергии абитуриент, а через несколько лет из его стен выползает больной инженер, имеющий диплом, но страдающий от целого букета заболеваний, начиная от гастрита и заканчивая бронхиальной астмой.

Чаще всего корни подобной психосоматики находятся в семье, в отношениях с родителями. Родители слишком много ожидают от отпрыска, а тот не может или не желает оправдывать эти ожидания, но в то же время не хочет огорчать родителей – и в результате возникает психосоматическое заболевание. Он, вроде бы, ни в чем и не виноват, его неуспеваемость является следствием болезни! Тут накладывается еще и детская психологическая травма, когда ребенок убежден, что родители не любят его просто так, их любовь нужно заслужить каким-либо способом, например, хорошей успеваемостью. Если учеба ему дается – это победы, но вот если возникают сложности – так и жди проблем со здоровьем.

Еще одна причина психосоматических заболеваний: нежелание самого студента учиться. Ему не нравится специальность, он не хочет работать в данной области, у него – совершенно другие интересы и склонности. И если по каким-либо причинам он иначе не может избавиться от ненужной учебы, психосоматическое заболевание является практически неизбежным – оно позволяет освободиться, никого не разочаровав при этом. Интересно, что он и себе не признается, что болезнь имеет психологическую природу.

Страх неудачи – достаточно распространенная причина возникновения психосоматических заболеваний. Студент опасается не сдать сессию, боится конкретного преподавателя или конкретного предмета, который ему не дается. Если он не находит в себе достаточно внутренних сил, чтобы преодолеть страх, если у него отсутствует внешняя поддержка, то и в этом случае психосоматическое заболевание не заставит себя ждать. Ведь гораздо проще заболеть, и тогда не придется сдавать сессию, общаться со «страшным» преподавателем и так далее. Более того, детский опыт подсказывает, что во время болезни все будут максимально внимательны и сочувствующи – отношение, разительно отличающееся от отношения к студенту, завалившему сессию.

Нередко от психосоматических заболеваний страдают иногородние студенты младших курсов – они в один момент лишаются привычной родительской опеки, и не все могут справиться с ситуацией, которая требует немедленного взросления. Подсознание тут же включает режим психосоматического заболевания, которое позволит студенту оставить учебу и вернуться в привычные условия домашней жизни под опеку родителей.

Самым неприятным в этом является то, что заболевание может быть достаточно тяжелым, затрагивающим не просто психологическую, но и физиологическую область. Известны случаи, когда психологические проблемы вышеописанного рода приводили даже к онкологическим заболеваниям. Ну а различные варианты вроде мигреней, вегетососудистой дистонии, сердечной недостаточности, артериальной гипертензии, различных тиков, спазм, дерматологические проблемы и так далее можно даже не рассматривать, настолько они являются обыденными – вроде «медвежьей болезни» перед экзаменом у многих студентов (тоже, кстати, проблема, имеющая психологическую природу). Также психологическую природу может иметь повышенный травматизм – иногда подсознание толкает людей буквально под машину, лишь бы только избавиться от каких-то жизненных неурядиц.

Одна из граней проблемы в том, что студенты прекрасно знают, что такое психосоматические заболевания, однако, практически все они уверены, что именно к ним подобное не относится. Они просто не могут страдать от психосоматики! Кто угодно, только не они! И поэтому при возникновении заболеваний, имеющих под собой психологическую основу, студенты обращаются к кому угодно, только не к психологу. Однако, диагностировать подобное заболевание и способствовать его излечению может только специалист. И именно такие специалисты – профессиональные психологи, должны периодически заниматься со студентами, проводить тестирование и так далее, а заодно и объяснять им опасность психосоматических расстройств. Также контролировать студентов с точки зрения психологических проблем должны кураторы групп, и при необходимости обращаться за помощью к специалистам-психологам.

## **ИНОГОРОДНИЕ СТУДЕНТЫ: ГРУППА РИСКА НА МЛАДШИХ КУРСАХ**

**В. Б. СОКОЛОВ**

*Учреждение образования*

*«Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»,*

**Е. А. КРИШТОПОВА**

*Учреждение образования*

*«Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»*

*филиал «Минский радиотехнический колледж»,*

**С. ЛАНГХАММЕР**

*Университет прикладных наук г. Миттвайда (Германия)*

**Аннотация.** В статье уделяется внимание некоторым вопросам адаптации студентов вузов на младших курсах

Иногородние студенты это в первую очередь это молодые люди, вырвавшиеся в одночасье из-под родительской опеки и оказавшиеся в ситуации, когда от них требуются взрослые решения и взрослая ответственность. Но психологически они еще не в состоянии это сделать, у большинства из них отсутствует опыт подобных решений, они ни разу не были полностью самостоятельными.