

библиотек, создание при монастырях школ, возникновение исторического «летописания», расцвет церковного зодчества и живописи. Изменялись нравы людей в отношении многоженства, кровной мести. Проповедовалось благочестие, гуманность, милосердие к слабым и беззащитным. В то же время некоторые элементы язычества вошли в русское христианство, а также его следы сохранились в обычаях, фольклоре, песнях, народных поверьях.

В. Махнач

СМАРТФОН: ДРУГ ОН ИЛИ ВРАГ?

Что находится при нас 24 часа в сутки, к чему мы обращаемся в любой ситуации, с чем коротаем время в длительных поездках и не можем без этого обойтись и дня? Безусловно, это наш смартфон. Однако друг ли он нам? И возможна ли в наши дни жизнь без него? Попробуем разобраться.

Продажи первых смартфонов начались в 2006 году. А всем известный iPhone был выпущен в 2007 году. И мог ли представить Стив Джобс, что его устройство буквально через 10 лет будет в руках практически каждого человека?! Безусловно, есть ряд достоинств смартфона: быстрая связь из любой точки мира, доступная энциклопедия, словарь, учебник и тысячи художественных книг в кармане, мгновенное нахождение любой информации и сотни развлекательных приложений, которые никогда не дадут заскучать.

Но, к сожалению, это столь любимое нами устройство имеет и ряд недостатков. Во-первых, его работа связана с опасностью для здоровья. Помимо известных проблем со зрением, слухом и головной болью, в медицине в связи с появлением смартфона как неотъемлемого атрибута современного человека начали появляться новые термины, связанные с болезнями. Болезни шеи, спинномозговое расстройство являются следствием избыточного использования смартфонов, обсессивно-компульсивное – отражение чрезмерного напряжения и страха при отсутствии сообщений, номофобия – проявление боязни лишиться доступа к телефону, а также одержимости доставать телефон из кармана каждые 5 минут, чтобы проверить соцсети. И этот список пополняется ежегодно. Кроме того, смартфон забирает у людей большое количество времени. Ведь в любую свободную минуту мы не читаем, не болтаем с другом, не любимся природой, а смотрим на экран своей любимой игрушки и не замечаем, как проходят часы.

Зная такие недостатки устройства, предлагаю ответить на второй вопрос, поставленный в начале тезисов: возможна ли жизнь без смартфона сегодня?

На первый взгляд кажется, что ответ очевиден. Однако, к большому удивлению, многие известные, состоятельные, очень занятые люди отказываются от использования этого устройства. Например, Элтон Джон никогда не пользовался мобильным телефоном, он также категорически против Интернета и, считая его вредным, выдвинул предложение «закрыть Всемирную паутину». Тому же примеру последовала Шейлин Вудли. Трудно представить, что молодая звезда добровольно отказалась от использования смартфо-

на. Она считает, что «умные», накрученные гаджеты – это угроза для социума, поскольку разрушают живое общение, являющееся важнейшим аспектом жизни любого развивающегося активного человека.

В заключение хотелось бы отметить, что отказаться от смартфонов сегодня чрезвычайно трудно, а иногда и невозможно. Однако для того чтобы он действительно стал для нас другом и не влиял пагубно на наше здоровье, мировосприятие, интеллект, следует по возможности ограничивать его использование.

Ю. Михнюк

ОСНОВНЫЕ НАРУШЕНИЯ ДЕЛОВОГО СТИЛЯ ОДЕЖДЫ У ЖЕНЩИН

Стиль одежды, предназначенный для использования в деловой сфере, характеризуется строгостью, сдержанностью и консерватизмом. В данной работе делается попытка обозначить основные правила стиля одежды для деловых женщин.

Попробуем назвать наиболее типичные нарушения, которые допускают в выборе деловой одежды.

Для недопущения ошибок при конструировании своего образа необходимо знать о трех типах делового стиля и следовать их правилам.

Первый – это строгий деловой стиль, предназначенный для ведения переговоров, выступлений на презентациях и конференциях. Деловая одежда должна быть сдержанной в выборе ткани, цвета, покроя и аксессуаров. Одно из важнейших условий – ничего лишнего. Классическим вариантом, как правило, является темный костюм и светлая блузка.

Повседневный деловой стиль менее строг, так как предназначен для обычной работы в офисе.

Третий – условный деловой стиль, который допускает свободное сочетание элементов одежды, например, джинсовых брюк и пиджака, спортивные рубашки и обувь.

Следует отметить, что переизбыток украшений, чрезмерная их яркость считаются неуместными в деловой сфере. Украшения должны быть сдержанными, но от них не стоит отказываться вообще. Здесь всегда стоит помнить «правило трех» при их выборе (не более трех).

Верхняя одежда деловой женщины также должна быть продумана во всех деталях, это касается подбора сумочек, шарфиков, головных уборов, перчаток, соответствующих времени года.

В ходе анализа различных образов, используемых женщинами чаще всего, отмечают следующие типичных ошибки, допускаемые деловыми дамами:

- небрежность, неаккуратность одежды;
- застегивание «на все пуговицы»;
- излишнее использование черного цвета и других темных тонов;