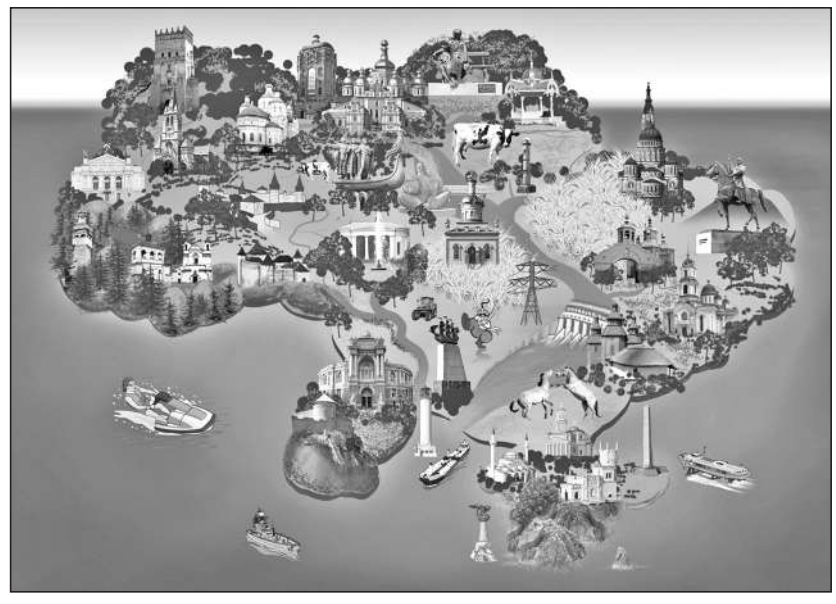
ЖИТЬ СТАЛО ЛУЧШЕ, ЖИТЬ СТАЛО ВЕСЕЛЕЙ?

В следующем году мы отметим 30 лет с момента обретения независимости.



А сейчас, в начале 2020-го, есть повод оглянуться и посмотреть, как мы жили десять лет назад и сравнить с тем, что имеем сейчас. При современном темпе жизни любое государство за такой срок должно очень сильно измениться.

ПОЛИТИЧЕСКАЯ ОБСТАНОВКА

Начавшийся 2010-й оказался годом конца правления команды, которая пришла во власть после первого Майдана. На президентских выборах в феврале во втором туре реванш взял лидер Партии регионов Виктор Янукович.

То есть Новый год пришелся на самый разгар предвыборной кампании.

Президент Виктор Ющенко на тот момент уже был сбитым летчиком — он имел рейтинг в районе 5%. А самый популярный кандидат от «оранжевых» Юлия Тимошенко проиграла во втором туре в силу ряда причин.

Во-первых, ей оппонировали не только могущественные тогда регионалы, но и Ющенко, имевший влияние на губернаторов. То есть админресурс на полную силу в пользу Тимошенко не только не работал, но и во многом мешал.

Во-вторых, народ в целом устал от «оранжевого» проекта — главным образом в силу того, что политики первого Майдана перессорились буквально через месяц после «помаранчевой революции» и не переставали это делать до конца своих политических дней (включая выборы президента).

В-третьих, предшествовавший выборам год был годом мирового финансового кризиса, который больно ударил по Украине. Гривна упала более чем в полтора раза (второй раз она упадет еще сильнее уже после второго Майдана). Население серьезно обеднело, многие были уволены.



ЧТО ГОВОРИЛИ ПОЛИТИКИ В НОВОГОДНЮЮ НОЧЬ 10 ЛЕТ НАЗАД

О кризисе говорил 31 декабря 2009 года в своем новогоднем обращении Виктор Ющенко.

Кстати, так же, как и Зеленский десять лет спустя, Ющенко говорил о том, что Украина освободила моряков (правда, речь шла о судне, захваченном сомалийскими пиратами).

Премьер Юлия Тимошенко в своем новогоднем обращении назвала уходящий год «самым сложным за все время независимости».

Тимошенко, как и Ющенко, упомянула о евро, новых ГЭС и самолетах, которые строит Украина. И пообещала, что уже в ближайшее время наша страна будет «гордостью и украшением Европы».

В целом о предстоящих выборах 31 декабря 2009 года высказался только тогдашний спикер парламента Владимир Литвин. Он сказал, что от этих выборов зависит «судьба родины». На выборах Литвин тогда получил 2,3%.

ВАЛЮТА, ЗАРПЛАТЫ И ПЕНСИИ

После финансового кризиса 2008—2009 годов доллар стоил 8 гривен (обвалившись с пяти). Это курс на январь 2010 года.

Тогда это казалось много — но уже после второго Майдана в 2014 году выражение «доллар по 8» стало мемом и означало сытую довоенную жизнь. Ведь после того, как доллар укрепился до астрономических 27—28 гривен, сообразно поднялись и цены на весь импорт.

По данным Госкомстата, средняя зарплата в январе 2010 года составила 1916 грн. По тогдашнему курсу валют это было 240 долларов.

Сейчас среднеукраинская зарплата — в районе 11,7 тысячи гривен, то есть порядка 490 долларов.

В сравнении с 2010 годом — прогресс налицо. Однако если сравнить с последним предмайданным годом — декабрь 2013 — то с тех пор она выросла только на 40 долларов (с 450 до 490).

То есть на протяжении шести лет после второго Майдана зарплата росла в среднем на 6,5 доллара в год. Тогда как три года перед Майданом прибавляла по 45 долларов в год.

А вот пенсии сегодня не выдерживают сравнения даже с тем, что было десять лет назад.

Минимальная пенсия с 1 января 2010 года выросла более чем на сто гривен и составила 695 грн (86 долларов). Сейчас она составляет 69 долларов (1638 грн). Можно, конечно, предположить, что десять лет назад пенсию подняли перед выборами, однако она и до повышения составляла 71 доллар.

КОММУНАЛЬНЫЕ УСЛУГИ И ЦЕНЫ

Коммунальные услуги за эти десять лет поставили рекорд по росту — поднявшись в 10—20—30 раз.

Сильнее всего подорожало тепло — как в батареях, так и в кранах.

Услуга	2010, грн	2019, грн
Отопление	1,6	38,50 за м²
Горячая вода	10,05	93,22
Холодная вода	2,87	10,95
Свет	0,25	0,90–1,68
Газ	0,72	5,75

Средние цены на продукты, сигареты и алкоголь также серьезно возросли.

Хлеб из муки высшего сорта стоил — 4,44 грн за 1 кг (в 2019-м — 21,94).

Гречка — 11,40 грн за 1 кг (сейчас — 30,20).

Рис — 8,57 грн за 1 кг (в 2019 — 24,20).

Молоко — 5,96 грн за 1 л (сейчас — 28,41).

Масло сливочное — 48,03 грн за 1 кг (сейчас от 120 грн).

Говядина — 37,82 грн за 1 кг (сейчас — 140,96).

Курица — 18,86 грн за 1 кг (сейчас — 99,95).

Яйца — 6,98 грн за 1 десяток (сейчас — 23,99).

Сахар — 8,59 грн за 1 кг (сейчас — 13,06).

Масло подсолнечное — 11,44 грн за 1 литр (сейчас — 31,43).

Картофель — 4,34 грн за 1 кг (сейчас — 13,24).

Капуста — 3,90 грн за 1 кг (сейчас — 5,54).

Пачка Bond и Monte-Carlo стоила 8 грн; Marlboro — 11 грн; Winston — 9 грн; сейчас соответственно 40, 50 и 46 грн.

Водка — 20,4 грн (0,5 л), сейчас 89,51.

Вино — 16 грн (0,5 л), сейчас 57,56 грн.

Коньяк три звезды — 30,47 грн (сейчас — 158,76).

ЦЕНЫ НА НЕДВИЖИМОСТЬ

На вторичном рынке жилья в Киеве средние цены на квартиры в эконом-сегменте десять лет назад были такими: 1-комнатные гостинки — 50 тыс. долларов; 2-комнатные хрущевки — 65 тыс. долларов; 3-комнатные «чешки» — 85 тыс долларов.

Сейчас квартиры подешевели в долларах на 30—50%. Есть две причины. Первая — накануне 2010 года цены на жилье формировались под влиянием ипотечного бума и были завышенными (хотя к тому времени они уже и обвалились после кризиса 2008 года). Во-вторых, после 2014 года девальвация гривны резко снизила покупательскую способность — и квартиры подешевели.

Средняя аренда квартир в Киеве в 2010 году была такой (она отличалась в зависимости от района).

Сейчас аренда однушки в среднем составляет 8—10 тысяч, двухкомнатной квартиры 9000—11000, трехкомнатной — 12—18 тысяч. В долларах — примерно то же, что и было десять лет назад.

НАСЕЛЕНИЕ СОКРАТИЛОСЬ НА 4 МИЛЛИОНА

По состоянию на начало 2010 года население Украины составляло 45,8 миллиона человек.

За 10 лет в ходе аннексии Крыма и войны на востоке страна потеряла территорию полуострова и часть Донецкой и Луганской областей. И число ее жителей сократилось до 41,8 млн на ноябрь 2019 года.

Причем это официально зарегистрированное население. Данный показатель не учитывает число мигрантов, которые выехали на работу за границу. А таковых, по разным данным, 5–7 миллионов. Причем миграция особенно усилилась в последние 6 лет — после начала войны и введения безвизового режима.

БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ

Неудачным это десятилетие было не только для среднестатистических граждан Украины, но и для большинства олигархов.

По подсчетам издания «Лига», стоимость их активов (если смотреть по рейтингу «Форбса») упала на треть — с $31 до $21 млрд.

Больше всех понес потерь Ринат Ахметов — весь его бизнес подешевел на $6 млрд. Это не удивительно, учитывая потерю контроля над предприятиями на Донбассе, а также почти трехкратное падение курса гривны.

Состояние Пинчука сократилось на 1 миллиард. На столько же «обеднел» Коломойский. Жеваго потерял активов на 1,6 млрд.

По $200 млн потеряли Дмитрий Фирташ и Вадим Новинский.

Подросли в оценке всего трое нынешних участников первой десятки рейтинга. Экс-президент Украины Петр Порошенко разбогател на $387 млн и перешел из «лиги миллионеров» в «клуб миллиардеров».

Собственник нефтегазовой компании Burisma Николай Злочевский взлетел с 89-го на 10-е место, его бизнес подорожал со $114 до $686 млн.

Рывок сделали владельцы торговой сети «Эпицентр» Александр и Галина Гереги: за девять лет они поднялись с 35-го на 7-е место, их активы подросли на $572 млн.

ВЫВОДЫ

Минувшее десятилетие можно смело называть самым провальным для Украины с 90-х годов.

Доходы резко замедлили рост (пенсии в долларовом эквиваленте вообще упали), цены, наоборот, взлетели. Особенно на траты первой необходимости — например коммуналку. То есть даже после мирового кризиса, который серьезно положил украинскую экономику, мы жили лучше, чем после Майдана, войны и других событий, которые он вызвал к жизни.

10 ПРИЧИН НЕ ДАВАТЬ РАНО ТЕЛЕФОН ДЕТЯМ

В век компьютерных технологий проблема зависимости детей от гаджетов становится, как никогда, острой. Многие, наверное, не раз наблюдали картину, когда родители суют ребенку смартфон, чтобы от него отделаться. «Вот тебе, умник, мультики, и отстань от родителей!» — это так знакомо, не правда ли?



Дети быстро привыкают. Пока гаджет в руках, не издают ни звука, но стоит его отобрать — сразу в крик. А потом родители удивляются, почему с детьми невозможно найти общий язык и почему у них не складываются отношения в реальной жизни.

Навыки общения закладываются в нас с самого детства. По мнению педиатров, возраст от 0 до 3 лет очень важен для развития зрения, формирования речевого аппарата и обогащения словарного запаса малышей. Детям до 3 лет особенно важно как можно больше разговаривать с родителями и сверстниками, а не с маминым смартфоном.

Американская академия педиатрии заявляет, что дети в возрасте 0–2 лет вообще не должны подвергаться воздействию электронных устройств. А в возрасте от 3 до 5 лет должны пользоваться гаджетами не более одного, с 6 до 18 лет — двух часов в день.

В то же время статистика утверждает, что современные дети проводят перед экраном в среднем в несколько раз больше времени, 6–7 (!) часов в день. Большинство американских детей ежедневно пользуются мобильными устройствами с двух лет, а с 7–8 лет уже имеют постоянный доступ к интернету.

Мобильные устройства значительно увеличили доступность современных технологий для маленьких детей. Поэтому педиатр Крис Роуэн настаивает на том, чтобы запретить использование мобильных электронных устройств детьми в возрасте до 12 лет. Назовем 10 главных причин для такого решения.

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ГАДЖЕТОВ

Чем больше родители проверяют почту, прокручивают ленту новостей, стреляют в монстров и смотрят сериалы, тем больше они отдаляются от своих детей. Нехватка внимания взрослых часто компенсируется всё теми же гаджетами и цифровыми технологиями.

В отдельных случаях малыш сам становится зависимым от портативных устройств, интернета и телевидения. Уже сейчас зависимость детей от гаджетов приобрела черты эпидемии. Каждый одиннадцатый ребенок в возрасте 8—18 лет — «цифровой наркоман».

ВРЕДНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ

В 2011 году Всемирная организация здравоохранения и Международное агентство по изучению рака классифицировали радиоизлучение сотовых телефонов и других беспроводных устройств как потенциальный канцероген, определив в группу 2В («возможно, канцерогенных для человека» факторов).

Однако следует учитывать, что дети более чувствительны к различным негативным воздействиям, поскольку их мозг и иммунная система всё еще развиваются.

ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ МОЗГА

Мозг младенца втрое увеличивается в размерах от рождения до двух лет и продолжает расти вплоть до 21 года. Развитие мозга в раннем возрасте определяется раздражителями окружающей среды или их отсутствием.

Стимулирование мозга избыточным воздействием гаджетов, как показывают исследования, чревато когнитивными задержками, повышенной импульсивностью, снижением способности к саморегуляции и самодисциплине.

ОТСТАВАНИЕ В РАЗВИТИИ

Сидение за планшетом или телефоном, а значит, недостаток движения может привести к задержке физического и умственного развития. Эта проблема стала очевидна в США, где каждый третий ребенок поступает в школу, имея отставание в развитии, что ярко отражается на его успеваемости. Физическая активность, в свою очередь, улучшает внимание и способность к познанию и усвоению нового. Ученые утверждают, что применение электронной техники вредит развитию детей и отрицательно влияет на их обучаемость.

ОЖИРЕНИЕ

Увлечение просмотром телевизора и компьютерные игры — примеры непищевых привычек, которые напрямую связаны с эпидемией лишнего веса. Среди детей, которые неконтролируемо и постоянно пользуются портативными электронными устройствами, ожирение встречается на 30% чаще. Каждый четвертый молодой канадец и каждый третий американский подросток страдают от лишнего веса, причем среди них в 30% случаев будет диагностирован диабет.



Вдобавок к этому подростки, страдающие ожирением, подвергаются более высокому риску раннего инсульта и сердечного приступа, что серьезно сокращает продолжительность их жизни. Ученые бьют в колокола, призывая всех родителей следить за весом детей, ведь первое поколение XXI века имеет большие шансы умереть раньше своих родителей.

Статистика по США говорит о том, что 60% родителей вообще не контролируют, как тесно их чада дружат со всевозможными гаджетами, а в трех из четырех семей детям разрешают брать электронные устройства даже с собой в кровать.

Синее свечение экранов телефонов, планшетов и ноутбуков препятствует нормальному засыпанию, что приводит к сокращению времени отдыха и недосыпу. Ученые по вредности для организма сравнивают недостаток сна с недоеданием: и то, и другое истощает организм, а соответственно, отрицательно сказывается на успехах в школе.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

Интернет-зависание часто приводит к замкнутости и развитию фобий. Этот список можно смело дополнить биполярным расстройством, психозом, поведенческими отклонениями, аутизмом и расстройством привязанности (то есть нарушением тесного эмоционального контакта с родителями).



К сведению, один из шести канадских детей имеет какое-либо психическое заболевание, что зачастую лечится лишь сильными психотропными препаратами.

АГРЕССИВНОСТЬ

Жестокость на телевидении и в компьютерных играх находит свое отражение в реальной жизни. Ребенок получает готовую схему поведения, которую он может реализовать в окружающей его действительности. И множество исследователей приходят к одному и тому же выводу: насилие с экрана имеет как краткосрочный, так и долгосрочный эффект — агрессия может проявиться далеко не сразу.

ЦИФРОВАЯ ДЕМЕНЦИЯ

Научные наблюдения доказывают, что влияние гаджетов на детей в возрасте 1—3 лет приводит к проблемам с концентрацией внимания к седьмому году жизни. Дети, которые не могут сосредоточиться, попросту теряют возможность что-либо узнать и запомнить.

ОТДАЛЕНИЕ ОТ РЕАЛЬНОСТИ

Чрезмерное использование детьми электронных технологий не только влияет на их психику и способность к эмпатии, но и делает их более уязвимыми в условиях реальной жизни, которую они по большому счету не знают.

То есть время, проведенное в виртуальном мире, часто не учит их ничему полезному, а знание электронных устройств не обеспечивает успех в будущем, потому что технологии постоянно совершенствуются, и успевать за ними будет всё сложнее.

СОВЕТЫ

Так что же делать родителям? Может быть, просто забрать у ребенка все гаджеты, телевизор и запретить выходить в интернет? Так только хуже. Ребенок будет злиться на родителей, и они станут в его глазах врагами.

Гаджеты — необходимая часть современной жизни. Нужно позволить ребенку учиться пользоваться смартфоном, но не слишком рано. Не стоит пихать телефон в руки годовалому ребенку, лишь бы отвлечь его внимание. В годик ребенку можно показать столько интересного в привычном нам окружающем мире, для этого вовсе не нужны смартфоны.

Забирать смартфон не стоит, но ограничить время, которое ребенок проводит у экрана, всё-таки необходимо. Педиатры советуют выработать четкие правила пользования гаджетами для всей семьи.

Например, определить пространства, свободные от гаджетов, — кухню, гостиную или машину. Желательно договориться, что за обеденным столом телефонам не место.

Хорошо бы настоять на том, что час перед сном дети ничего не смотрят. Чтобы добиться большего эффекта, можно проявить солидарность и ввести ограничения и для себя (может быть, это будет полезно и родителям?).

Нынешнее время технологий и интернета отбирает у ребенка очень много времени на вещи, которые его совсем не развивают: социальные сети, бесконечные мультики и игры.

P. S. Лучшее, что могут сделать родители для своих детей, — это и для себя ввести «время без гаджетов», отложить в сторону телефоны и планшеты, и просто общаться, играть, шутить и быть по-настоящему близкими!

Подготовила Алла КОСАРЕВА