Art Flash, 19/07/2021, материал: «Не для глаз: коротко о феномене невидимого искусства»

Скриншот из архива:



«Не для глаз»: коротко о феномене невидимого искусства

Анастасия Добрицкая 19/07/2021

Белые холсты и пустые стенды – новый взгляд на искусство или признак того, что мир сошёл с ума?

Не так давно, в конце мая, в СМИ появилась новость, которая многих шокировала: итальянский художник Сальваторе Гарау продал на аукционе свою скульптуру I am («Я есть») за €15 тыс., что составляет почти 1,5 млн. рублей. Дело в том, что этот арт-объект невидимый и, по словам автора, состоит из энергии, силы и мыслей. Художник создал эту работу очень нестандартным способом: он долго всматривался в пустоту, наполняя пространство своей энергетикой.

Сальваторе Гарау. Источник: Instagram @salvatore_garau

Такое необычное произведение искусства вызвало недоумение у большинства людей, хотя это далеко не первая скульптура, которую невозможно увидеть. Есть множество других примеров и даже целых выставок похожих произведений. Так в чём же смысл невидимого искусства, как давно оно существует и почему белые холсты и пустые стенды вызывают интерес? Расскажем обо всём по порядку.

Текст статьи:

«Не для глаз»: коротко о феномене невидимого искусства

Белые холсты и пустые стенды – новый взгляд на искусство или признак того, что мир сошёл с ума?

Не так давно, в конце мая, в СМИ появилась новость, которая многих шокировала: итальянский художник Сальваторе Гарау продал на аукционе свою скульптуру I am («Я есть») за €15 тыс., что составляет почти 1,5 млн. рублей. Дело в том, что этот арт-объект невидимый и, по словам автора, состоит из энергии, силы и мыслей. Художник создал эту работу очень нестандартным способом: он долго всматривался в пустоту, наполняя пространство своей энергетикой.



Сальваторе Гарау. Источник: Instagram @salvatore_garau

Такое необычное произведение искусства вызвало недоумение у большинства людей, хотя это далеко не первая скульптура, которую невозможно увидеть. Есть множество других примеров и даже целых выставок похожих произведений. Так в чём же смысл невидимого искусства,

как давно оно существует и почему белые холсты и пустые стенды вызывают интерес? Расскажем обо всём по порядку.

Non-Visible Art: безумие или гениальность?

На первый взгляд может показаться, что Сальваторе Гарау аферист и продал воздух за миллион. Да и на второй тоже. Но в невидимом искусстве всё же есть смысл.

Художник продал не столько саму пустоту, сколько право на обладание интеллектуальной собственностью и, что самое главное, – концепцию. Ценность произведения искусства уже давно вышла за пределы его формы, и стала выражаться в оригинальности идеи. Грубо говоря, неважно, как художник воплощает свой замысел, важно, что именно он задумал. А форма может быть примитивной, как, например, у художников-супрематистов, которые изображают простейшие геометрические фигуры. Или же отсутствовать вовсе. Невидимые скульптуры и картины – самый яркий тому пример.

На этом принципе основан музей невидимого искусства The Museum of Non-Visible Art (MONA), где вы не увидите ни одного вещественного экспоната. Описания под пустыми стендами и рамами – вот, что составляет ценность, что заключает в себе идею художника. Без них пустота – это всего лишь пустота, но с ними она обретает смысл.

Пример такого экспоната – работа Perfect Peace («Совершенный покой») творческого дуэта Praxis:



Источник: официальный сайт The Museum of Non-Visible Art
museumofnonvisibleart.com

Перевод:

Это визуализация совершенного покоя.

Он невидим и потому действительно совершенен.

Им можно воспользоваться в любом месте и в любое время, закрыв глаза и сфокусировавшись на этом тексте, который вы можете запомнить.

Это словно портал, всегда находящийся в вашем распоряжении, чтобы перенести вас в другой мир, что абсолютно фантастически.

На сайте музея также опубликован манифест. Согласно ему, некоторые идеи художников могут быть настолько оригинальными и концептуальными, что им лучше существовать только в воображении автора и зрителя. Материальная форма, по мнению создателей музея, для таких произведений убийственна, именно поэтому они и невидимы.

Музей предоставляет возможность купить понравившийся экспонат. Например, другая работа авторства Praxis, которая называется Fresh Air («Свежий воздух»), была продана за $10 тыс.

Можно считать это полнейшим безумием, но нельзя отрицать, что в произведения невидимого искусства на самом деле заложен определённый смысл. Именно идеи покупаются на аукционах и привлекают ценителей посетить подобные выставки.

Новый и уникальный способ творить или давно изобретённый приём?

Для многих людей новость, связанная с продажей скульптуры Сальваторе Гарау, показалась чем-то совершенно уникальным. Однако на самом деле это не так, ведь невидимое искусство появилось уже довольно давно.

Его родоначальником считается французский художник Ив Кляйн, который еще в 1958 году организовал выставку под названием «Пустота». Художник разослал приглашения огромному количеству людей, чем создал настоящий ажиотаж. У входа в зал выстроилась очередь более чем из трех тысяч человек, которые, как выяснилось позже, пришли смотреть на пустоту. В выставочном зале не было ничего, кроме шкафа, который на деле оказался даже не экспонатом, а обыкновенным предметом интерьера.



Ив Кляйн в Музее Дома Ланге и Эстер, 1961

Фото: Чарльз Пол Уилп

Общественность замысла художника так и не поняла – посетители остались недовольны, и выставка провалилась. Однако она всё же оставила след в истории искусства, породив совершенно новое его направление.

Вслед за Ивом Кляйном в арт-пространстве стали появляться новые художники, экспериментирующие с невидимым искусством. Одним из таких стал Энди Уорхол, американский художник, известный в мире как «отец поп-арта». В 1985 году в Нью-Йоркском ночном клубе Area он представил публике свою «Невидимую скульптуру». Художник некоторое время простоял на пьедестале, после спустился с постамента и ушёл, оставив только небольшую табличку на стене: «Энди Уорхол, США, Невидимая скульптура, смешанная техника, 1985». Он, как и Кляйн, хотел показать, что и пустота может быть искусством.



Энди Уорхол и «Невидимая скульптура», 1965

Фото: Эрик и Дженнифер Гуд

Эта работа была представлена на выставке «Невидимое. Искусство не для глаз», которая проходила в 2012 году в лондонской галерее Хейворд. Кроме Энди Уорхола там выставлялись и другие художники. Например, невидимая картина Тома Фридмана «1000 часов взгляда». Художник в течение пяти лет смотрел на пустой холст, который в настоящее время находится в коллекции Нью-Йоркского Музея современного искусства.

Как можно заметить, Сальваторе Гарау не был первым, кто решил бросить вызов форме. О родоначальниках и в целом о представителях невидимого искусства мало кто слышал в России: оно более известно в Америке и Европе. Возможно, поэтому случай с Гарау был воспринят как что-то уникальное и новое, хотя у направления уже есть история длиной более чем в 60 лет.

Без сомнений, невидимое искусство – особый, провокационный взгляд на творчество, который всегда вызывал и продолжает вызывать споры и недоумение. И это при том, что направление не такое уж и новое. Однако оно не лишено смысла и потому имеет право на существование. Основа невидимых произведений – оригинальность идеи. Именно она и привлекает ценителей искусства, в том числе потенциальных покупателей.

Art Flash, 29/07/2021, материал: «Сальвадор Дали и его усы, обращённые в небо»

Скриншот из архива:

Сальвадор Дали и его усы, обращённые в небо

Анастасия Добрицкая 29/07/2021

Как появился знаменитый символ художника и при чём здесь коммунизм, Ницше и финики.

Сальвадора Дали по праву можно считать одним из самых эксцентричных деятелей искусства: он скромно называл себя гением, часто общался на непонятном смешении языков и носил причудливые усы, ставшие настоящим брендом. Художник придавал им огромное значение, ведь именно они, по его мнению, отражают характер человека, его самосознание и даже влияют на историю. Многое об этом своеобразном символе сюрреализма Дали рассказал в автобиографической книге «Дневник одного гения», а его современники рассказывали об этих знаменитых усах немало интересных историй.



Сальвадор Дали. Фото из архива Филиппа Халсмана

Текст статьи:

Сальвадор Дали и его усы, обращённые в небо

Как появился знаменитый символ художника и при чём здесь коммунизм, Ницше и финики

Сальвадора Дали по праву можно считать одним из самых эксцентричных деятелей искусства: он скромно называл себя гением, часто общался на непонятном смешении языков и носил причудливые усы, ставшие настоящим брендом. Художник придавал им огромное значение, ведь именно они, по его мнению, отражают характер человека, его самосознание и даже влияют на историю. Многое об этом своеобразном символе сюрреализма Дали рассказал в автобиографической книге «Дневник одного гения», а его современники рассказывали об этих знаменитых усах немало интересных историй.



Сальвадор Дали. Фото из архива Филиппа Халсмана

Откуда взялись «антиницшеанские усы»

Эпатажно торчащие усы стали визитной карточкой художника. Однако он не первый, кто решил использовать такой необычный способ выделиться из толпы. Известно, что Дали был фанатом Диего Веласкеса, художника золотого века испанской живописи, который творил при дворе Филиппа IV. И король, и сам Веласкес носили закрученные кверху усы. Им-то и стал подражать Дали.

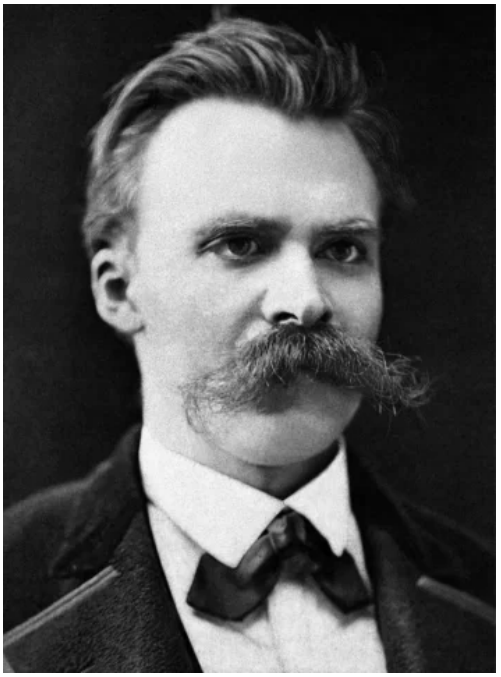


«Автопортрет» (Диего Веласкес, 1645)



«Портрет Филиппа IV» (Диего Веласкес, 1656)

Но почему же художник называет свои усы «антиницшеанскими»? Дело в том, что своим «бодрым и жизнерадостным» усам Дали противопоставлял «обвислые» усы Ницше, которые, по словам художника, навевают тоску, напоминают о густых туманах (а Дали их терпеть не мог) и выдают в их носителе «депрессивного неврастеника». Ницше имел густую растительность на лице, что Дали считал большой гордостью, однако сюрреалист решил превзойти философа во всём, даже в усах, и устремить свои в небо, как антенны, которые ловят энергию космоса.



Фридрих Ницще (1875)

Кстати, в одном из интервью Дали признался, что действительно считает свои усы своеобразными радиолокаторами: «Однажды я заметил, что мои усы – это мои антенны. С тех пор я много думал над этим и сегодня почти готов поверить в то, что тогда сказал». По словам художника, идеи сюрреалистических картин он получал из космоса с помощью устремлённых вверх усов-антенн.

«Усатая» книга и безумная теория о коммунизме

Художник так любил свои усы, что даже посвятил им целое, как он сам его называл, «абсурдное произведение» – книгу «Усы Дали: фотоинтервью». Эта книга была написана в соавторстве с фотографом Филиппом Халсманом и состояла исключительно из снимков Дали и различных вариаций его усов. Здесь они и завязаны в узел, и сложены в виде знака бесконечности, и изображают значок доллара. Сам Дали утверждал, что его усы «не бывают одинаковы два дня к ряду», и все эти причудливые формы он собрал в своей книге.

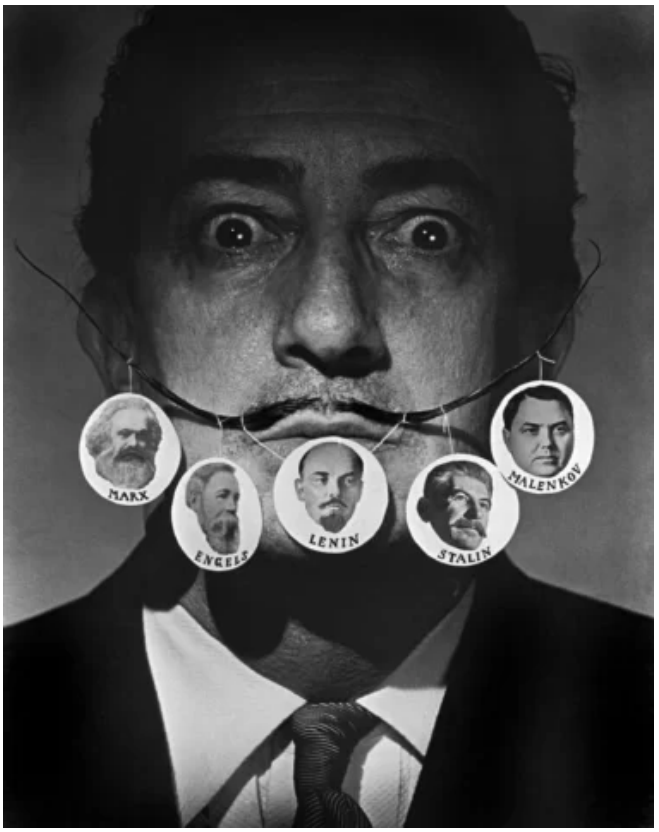




Фото Филиппа Халсмана из книги «Усы Дали: фотоинтервью»

Особенно примечательна фотография, где на усах Дали подвешены портреты знаменитых вождей и идеологов коммунизма в хронологическом порядке: Маркс – с пышной бородой, густыми усами и волосами, Энгельс – с чуть более скромной прической, Ленин – со своими небольшими усиками и бородкой, Сталин – только с усами и гладко выбритый Маленков. Такое фото было сделано неслучайно. Однажды Халсман решил узнать мнение Дали о развитии коммунизма, и художник ответил, что спад этих идей обусловлен

тем, что их представители перестали носить пышные шевелюры, усы и бороды. Дали сделал такое абсурдное предположение в 1954 году, и забавно, что оно действительно имеет логическую связь. Ведь если вспомнить более поздних коммунистических деятелей, то можно заметить, что под эту теорию подпадает и Хрущёв, у которого даже волос на голове практически не было, не то что бороды и усов.



Дали и идеологи коммунизма. Фото из книги «Усы Дали: фотоинтервью»

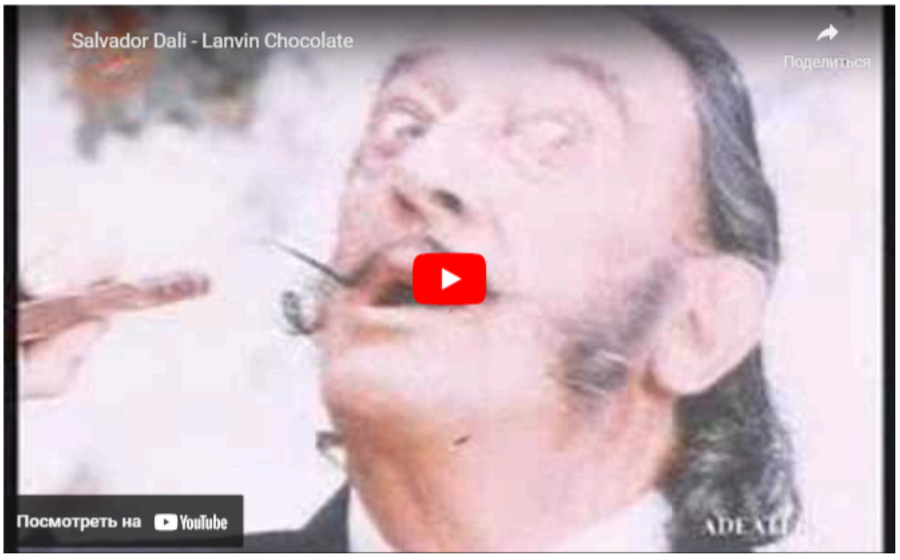
Финики, колдуньи и знаменитая реклама

С усами Сальвадора Дали связано множество странных историй и необычных фактов. Например, художник утверждал, что укладывает свои усы с помощью (внезапно!) фиников. Он написал в своём «Дневнике…», что часто заказывает на десерт эти плоды и, прежде чем вымыть руки, проходится ими по усам. Таким образом, волоски склеиваются и держат форму. Другим достоинством такого способа укладки художник считал мух,

которые слетаются на сахар. Это едва ли похоже на правду, но никто не может знать точно, шутил художник тогда или был абсолютно серьёзен, ведь Дали был поистине экстравагантной фигурой.

Иногда эта странность выходила за рамки честного отношения к людям. Однажды Йоко Оно, художница и жена Джона Леннона, попросила у Дали небольшую часть его усов. Дали был в хороших отношениях с её мужем, но ей самой не доверял. Тем не менее, художник принял предложение, взяв с Оно $10 тыс. Однако вместо усов японка получила взамен горстку сухой травы. Дали побоялся, что она захочет использовать его волосы для колдовских обрядов.

Это не единственный случай, когда люди были готовы заплатить за усы Дали огромные деньги. Художник снялся в пятнадцатисекундной рекламе шоколада Lanvin, которая обошлась компании в $150 тыс. В ней художник пробует шоколад, и его усы начинают закручиваться. До сих пор эта реклама популярна в интернете: на YouTube она собрала почти миллион просмотров.



Реклама шоколада Lanvin. Источник: YouTube

Усы Дали – больше, чем просто часть образа. Это бренд, символ, отдельный вид сюрреалистического перформанса. Джозеф Пла, автор

биографической книги о художнике, часто повторял: «Когда-нибудь эти усы станут знаменитыми!». И не ошибся.

Art Flash, 06/08/2021, материал: «Краткий гайд по терминам: модерн, постмодерн, модернизм и постмодернизм»

Скриншот из архива:

Краткий гайд по терминам: модерн, постмодерн, модернизм и постмодернизм

Анастасия Добрицкая 06/08/2021

В чём отличие, как их запомнить и правильно использовать.

Перечисленные в заголовке этой статьи -ерны и -измы встречаются нам изо дня в день. Их можно услышать где угодно: от бытовых разговоров до политических дебатов. Однако люди зачастую просто не понимают значения этих терминов. Команда **ART FLASH** решила разобраться в смыслах и различиях между ними.



«Композиция VIII» (Василий Кандинский, 1923)

Текст статьи:

Краткий гайд по терминам: модерн, постмодерн, модернизм и постмодернизм

В чём отличие, как их запомнить и правильно использовать.

Перечисленные в заголовке этой статьи -ерны и -измы встречаются нам изо дня в день. Их можно услышать где угодно: от бытовых разговоров до политических дебатов. Однако люди зачастую просто не понимают значения этих терминов. Команда ART FLASH решила разобраться в смыслах и различиях между ними.



«Композиция VIII» (Василий Кандинский, 1923)

Модернизм и модерн – в чем разница?

В конце XIX – начале XX века многим художникам и ценителям искусства наскучил академизм, и среди авторов начались поиски новых форм, стилей и смыслов. Так сложилось направление, получившее название

«модернизм». Его представителей объединяла вера в то, что человек может создать новое общество, основанное на идеях разума и прогресса, отказавшись от всех традиций и опыта предшественников. Это стремление проявлялось по-разному и художники не сходились в едином стиле. В итоге, внутри течения модернизма образовалось множество отдельных направлений: импрессионизм (Клод Моне), постимпрессионизм (Ван Гог), абстракционизм (Василий Кандинский), сюрреализм (Сальвадор Дали) и многие другие, в том числе, модерн.



«Юдифь и Олоферн» (Густав Климт, 1901)

Модерн – это конкретный стиль в искусстве. У него, в отличие от разрозненного течения модернизма, есть чёткие отличительные признаки. Например, произведения модерна можно узнать по ярким изогнутым линиям,

а также по образам растений в композиции и орнаменте. Эти черты модернисты позаимствовали у художников древних цивилизаций и японских гравёров. Больше всего особенности стиля проявились в архитектуре и декоративно-прикладном искусстве, хотя среди известных представителей были и живописцы, например, австрийский художник Густав Климт.



«Настольная лампа в форме стрекозы» (Эмиль Галле)



«Дом Куши» (Поль Коши, 1882)

Постмодерн и постмодернизм – что изменилось?

Постмодернизм, как и модернизм, представляет собой не отдельное направление, а совокупность течений, объединённых общими идеями. Однако модернисты и постмодернисты противостоят друг другу в теоретической части.

Во второй половине XX века начинается кризис модернизма. Во многом благодаря работам Маркса, Ницше и Фрейда стало ясно, что иногда человек не властен даже над самим собой, и поэтому он не способен подчинить внешний мир своему разуму. Окончательно разрушило модернистские теории ещё одно осознание: всё, что можно создать, уже было создано и задача современного творца – не отрицать труды предшественников, а умело их переработать. Так и возникли новые движения в искусстве, одно из которых – постмодерн.



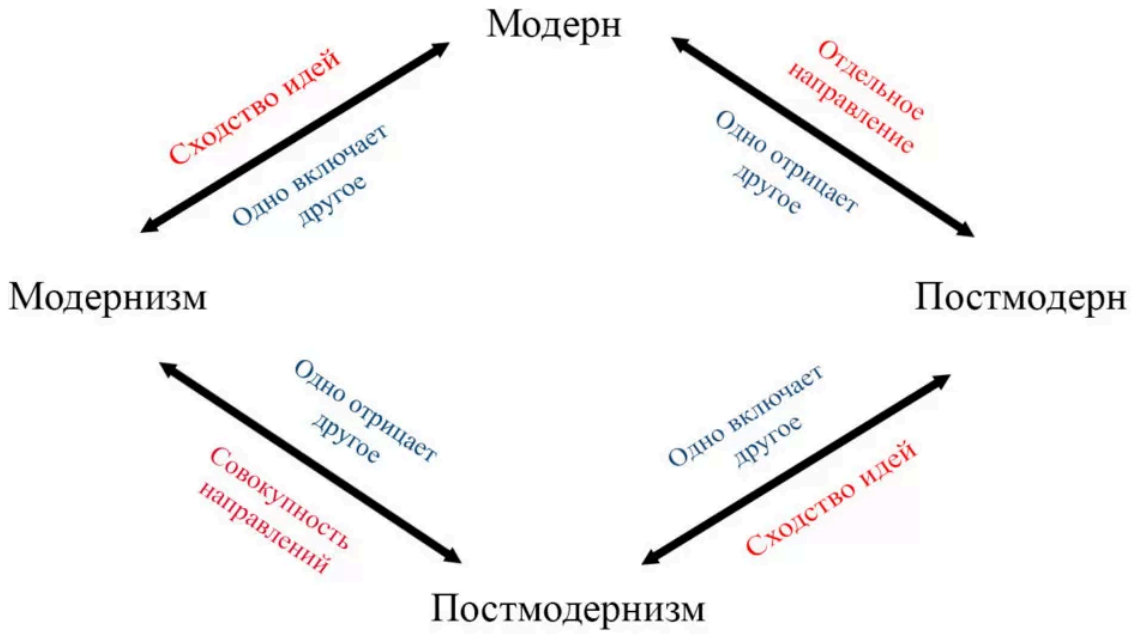
«Сандро Боттичелли, Рождение Венеры» (Энди Уорхол, 1984)

Постмодернисты отказались создавать какой-либо универсальный канон, поэтому выделить общие стилевые черты в их творчестве очень сложно. И всё же они есть: в первую очередь, произведения постмодернизма выделяются особой свободой самовыражения. Авторы могут смешивать разные художественные стили и даже виды искусства в рамках одного произведения, включать привычные, традиционные образы в новый контекст, переосмыслять их или иронически обыгрывать. Часто такая свобода действий приводит к тому, что художники создают демонстративно скандальные и эпатажные работы.



«Святая троица» (Дэмиен Херст, 2000)

Теперь разница между схожими на первый взгляд понятиями прояснилась. Или не совсем? Закрепить пройденное поможет схема, составленная командой ART FLASH.



Газета «Журналист», 26/10/2021, материал: «Проект Displair. Как аспирант из Астрахани претворил в жизнь мечту фантастов»

Скриншот из архива:



2 Журналист Студенчество Вторник, 26 октября 2021

Проект Displair

Как аспирант из Астрахани претворил в жизнь мечту фантастов

В Дубае 1 октября открылась выставка Expo 2020, которая ранее была отложена на год из-за пандемии, сообщает BBC News. Стартаперы из более 190 стран за 182 дня работы выставки продемонстрируют свои достижения в области техники, науки и искусства. Среди участников – молодой предприниматель из России Роман Доронин, который представил проект EORA – стартап, связанный с разработкой и внедрением бизнес-решений на основе машинного обучения. Это не первое его крупное дело: будучи студентом, он вместе со своими ровесниками руководил компанией Displair, выпускающей «воздушные экраны». Роман рассказал газете «Журналист» о том, как начинался их путь с лидером проекта Максимом Каманиным и к каким результатам это привело.

Анастасия Добрицкая

История создания

Голограмма – одна из самых популярных технологий, которые приходят на ум, если представить себе будущее. Так рассуждал и Максим Каманин, аспирант IT-специальности из Астрахани, который вместе с командой единомышленников рискнул воплотить эту идею в жизнь.

Озарение пришло неожиданно: Максим заметил радугу, которая появилась от дождевателя для газона. Это натолкнуло его на мысль о том, что изображение можно воспроизводить на основе воздуха и воды. Так, при помощи ультразвука, разбивающего воду на мельчайшие частички, и светового проектора, передающего картинку, был создан прототип воздушного экрана.

В 2010 году первый образец безэкранного дисплея был представлен на форуме «Селигер», который посетил президент Дмитрий Медведев. С этого момента была создана компания Displair Inc и началась ее история.

Финансы

Первые деньги, направленные на развитие проекта, были личными: участники команды брали их в кредит и у родственников. Вскоре Максим понял: ему есть что предложить инвесторам, ведь разработка впечатляет. На любой выставке, где стояли безэкранные дисплеи, люди не отходили от стенда. Проект выглядел как технология, сошедшая со страниц фантастических книг. О Displair стали писать международные СМИ, Mashable и TechCrunch, а видео на официальном YouTube-канале посмотрели во многих странах. Компания стала получать первую прибыль от сдачи дисплеев в аренду.

Вскоре после этого при поддержке Адриана Хенни, главного редактора информационного портала о новых технологиях East-West Digital News, удалось привлечь внимание инвесторов. Еще больший интерес к проекту возник, когда разработчики ввели систему мультитач, основанную на компьютерном зрении, – «экран из тумана» стал сенсорным. Это вызывало восторг: на выставках всем хотелось поуправлять висящим в воздухе изображением, прикоснуться к нему. Проект выиграл «Кубок технований-2011», «Саров-2011» и другие престижные конкурсы, стал резидентом «Сколково». Все это позволило через год закрыть раунд инвестиций на первый миллион долларов. Среди инвесторов Displair были крупные венчурные фонды, например, Leta Capital, который активно помогал в управлении бизнесом, а также бизнес-ангелы Эстер Дайсон (член совета директоров «Яндекс» и президент венчурного фонда EDventure Holdings), Пьер Вибер (финансовый директор Rasec Vostok), Бастиан Бодска (руководил развитием KapiVIP, Ozon.ru, Labiода.Ru) и другие известные в профессиональном круге лица.

Клиенты

Продуктами Displair стали пользоваться такие бренды, как Intel, Microsoft, Audi, было заключено партнерство с Adobe, «Мегафон» и другими компаниями. В общей сложности стартап сумел привлечь 10 дистрибьюторов в России, Испании, Болгарии и США. Дисплеи использовались в рекламной сфере и производили вау-эффект на потребителей. Были и другие идеи применения этих экранов, иногда совсем неочевидные. Например, Displair мог стать стендом для парфюмерной продукции L'Oréal. За счет частичек воды экран был способен воспроизводить запахи, что помогло бы при выборе духов. Кроме того, дисплеи могли использоваться и в медицине для реабилитации пациентов после инсультов и других нарушений нервной системы. Запускалась «игра», в которой нужно было попасть пальцем в круг, висящий в воздухе, не проткнув его, что должно было помочь людям восстановить координацию движений.

Результат

Казалось бы, проект явно пользуется успехом и популярностью, есть компании, готовые заключать контракты на покупку продукции, есть новые смелые идеи применения, но этого оказалось недостаточно, и многое так и не было реализовано. В 2014 году компания закрылась. Пожалуй, каждый член совета директоров мог бы назвать свою причину этого исхода. Повлияло отсутствие опыта, ведь для большинства членов команды это был первый крупный проект. Сказались и недоработки продукта: высокая себестоимость, низкое качество изображения. Но роковой ошибкой стало решение работать с Китаем. На производстве дисплеев были потрачены практически все инвестиции. В итоге партия задержалась на год и значительная часть продукции пришла бракованной или повредилась во время транспортировки: не работали вентиляторы, световые диоды, проекторы. Почти вся команда технических специалистов была отправлена в Китай для починки неисправных дисплеев, но спасти проект было уже невозможно. Компания объявила о том, что закрывается и не будет продлевать дистрибьюторские контракты. Однако Displair – все же шаг в будущее и яркий пример того, как аспирант из Астрахани создал и развил технологию, опередившую время.

Текст статьи:

Проект Displair

Как аспирант из Астрахани претворил в жизнь мечту фантастов

В Дубае 1 октября открылась выставка Expo 2020, которая ранее была отложена на год из-за пандемии, сообщает BBC News. Стартаперы из более 190 стран за 182 дня работы выставки продемонстрируют свои достижения в области техники, науки и искусства. Среди участников – молодой предприниматель из России Роман Доронин, который представил проект EORA – стартап, связанный с разработкой и внедрением бизнес-решений на основе машинного обучения. Это не первое его крупное дело: будучи студентом, он вместе со своими ровесниками руководил компанией Displair, выпускающей «воздушные экраны». Роман рассказал газете «Журналист» о том, как начинался их путь с лидером проекта Максимом Каманиным и к каким результатам это привело.

История создания

Голограмма – одна из самых популярных технологий, которые приходят на ум, если представить себе будущее. Так рассуждал и Максим Каманин, аспирант IT-специальности из Астрахани, который вместе с командой единомышленников рискнул воплотить эту идею в жизнь.

Озарение пришло неожиданно: Максим заметил радугу, которая появилась от дождевателя для газона. Это натолкнуло его на мысль о том, что изображение можно воспроизводить на основе воздуха и воды. Так, при помощи ультразвука, разбивающего воду на мельчайшие частички, и светового проектора, передающего картинку, был создан прототип воздушного экрана.

В 2010 году первый образец безэкранного дисплея был представлен на форуме «Селигер», который посетил президент Дмитрий Медведев. С этого момента была создана компания Displair Inc и началась ее история.

Финансы

Первые деньги, направленные на развитие проекта, были личными: участники команды брали их в кредит и у родственников. Вскоре Максим понял: ему есть что предложить инвесторам, ведь разработка впечатляет. На любой выставке, где стояли безэкранные дисплеи, люди не отходили от стенда. Проект выглядел как технология, сошедшая со страниц фантастических книг. О Displair ста ли писать международные СМИ, Mashable и TechCrunch, а видео на официальном YouTube-канале посмотрели во многих странах. Компания стала получать первую прибыль от сдачи дисплеев в аренду.

Вскоре после этого при поддержке Адриана Хенни, главного редактора информационного портала о новых технологиях East-West Digital News, удалось привлечь внимание инвесторов. Еще больший интерес к проекту возник, когда разработчики ввели систему мультитач, основанную на компьютерном зрении, – «экран из тумана» стал сенсорным. Это вызывало восторг: на выставках всем хотелось поуправлять висящим в воздухе изображением, прикоснуться к нему. Проект выиграл «Кубок техноваций-2011», «Саров-2011» и другие престижные конкурсы, стал резидентом «Сколково». Все это позволило через год закрыть раунд инвестиций на первый миллион долларов. Среди инвесторов Displair были крупные венчурные фонды, например, Leta Capital, который активно помогал в управлении бизнесом, а также бизнес-ангелы Эстер Дайсон (член совета директоров «Яндекс» и президент венчурного фонда EDventure Holdings),

Пьер Вибер (финансовый директор Rasec Vostok), Бастиаан Годска (руководил развитием KupiVIP, Ozon.ru, Lamoda.Ru) и другие известные в профессиональном кругу лица.

Клиенты

Продуктами Displair стали пользоваться такие бренды, как Intel, Microsoft, Audi, было заключено партнерство с Adobe, «Мегафон» и другими компаниями. В общей сложности стартап сумел привлечь 10 дистрибьюторов в России, Испании, Болгарии и США. Дисплеи использовались в рекламной сфере и производили вау-эффект на потребителей. Были и другие идеи применения этих экранов, иногда совсем неочевидные. Например, Displair мог стать стендом для парфюмерной продукции L'Oréal. За счет частичек воды экран был способен воспроизводить запахи, что помогло бы при выборе духов. Кроме того, дисплеи могли использоваться и в медицине для реабилитации пациентов после инсультов и других нарушений нервной системы. Запускалась «игра», в которой нужно было попасть пальцем в круг, висящий в воздухе, не проткнув его, что должно было помочь людям восстановить координацию движений.

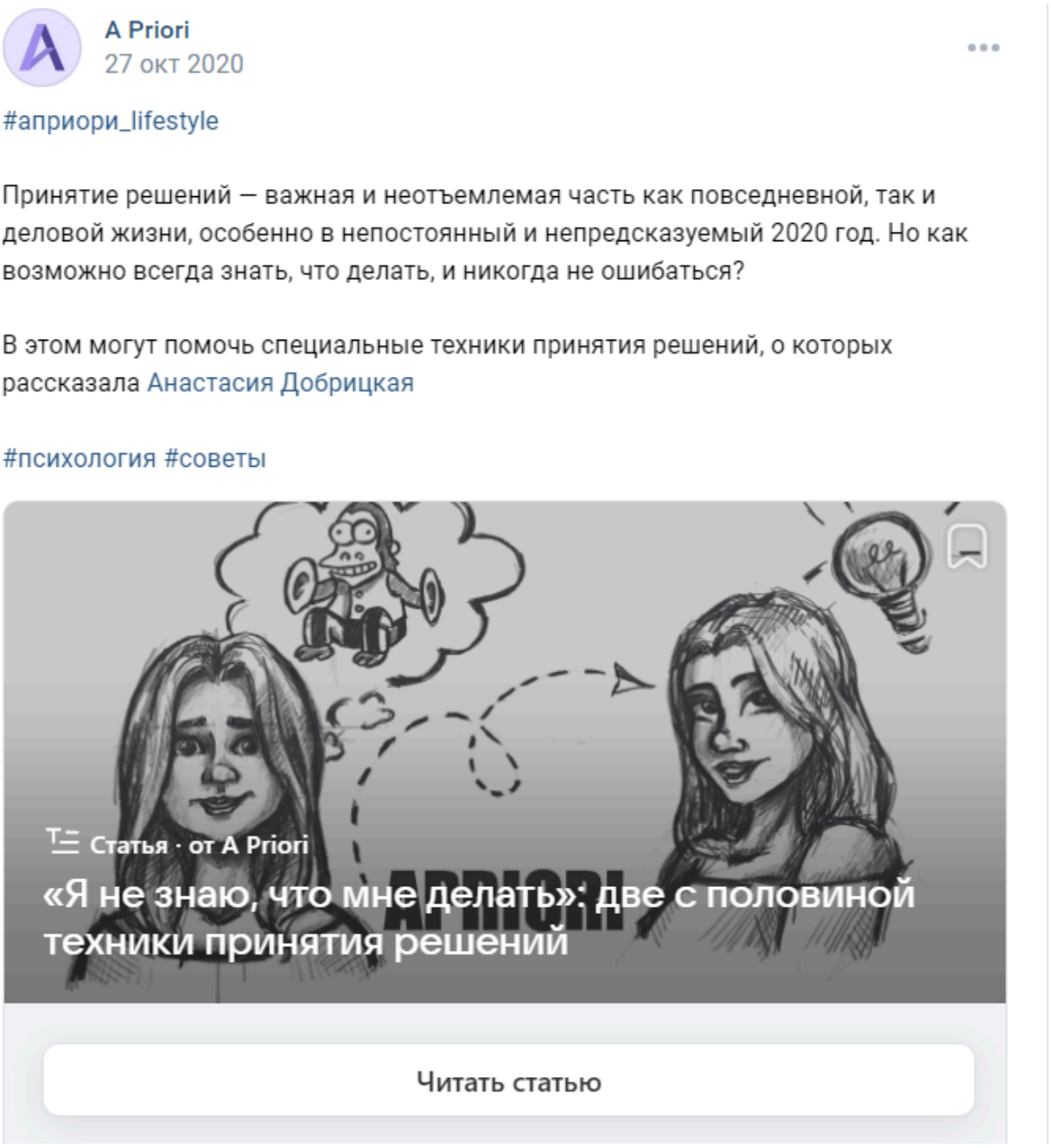
Результат

Казалось бы, проект явно пользуется успехом и популярностью, есть компании, готовые заключать контракты на покупку продукции, есть новые смелые идеи применения, но этого оказалось недостаточно, и многое так и не было реализовано. В 2014 году компания закрылась. Пожалуй, каждый член совета директоров мог бы назвать свою причину этого исхода. Повлияло отсутствие опыта, ведь для большинства членов команды это был первый

крупный проект. Сказались и недоработки продукта: высокая себестоимость, низкое качество изображения. Но роковой ошибкой стало решение работать с Китаем. На производство дисплеев были потрачены практически все инвестиции. В итоге партия задержалась на год и значительная часть продукции пришла бракованной или повредилась во время транспортировки: не работали вентиляторы, световые диоды, проекторы. Почти вся команда технических специалистов была отправлена в Китай для починки неисправных дисплеев, но спасти проект было уже невозможно. Компания объявила о том, что закрывается и не будет продлевать дистрибьюторские контракты. Однако Displair – все же шаг в будущее и яркий пример того, как аспирант из Астрахани создал и развил технологию, опередившую время.

А Priori, 27/10/2020, материал: «Я не знаю, что мне делать: две с половиной техники принятия решений»

Скриншот из архива:



Текст статьи:

«Я не знаю, что мне делать»: две с половиной техники принятия решений

Автор материала и обложки: Анастасия Добрицкая

«Что делать?» — это, как известно, один из вечных «русских» вопросов. Наверное, каждый человек хотя бы раз оказывался в ситуации, когда нужно было найти решение, а в голове, как у Гомера Симпсона, возникала только обезьяна, бьющая в тарелки. И все же избежать выбора вряд ли получится. Но как не ошибиться? Что делать, если положение кажется тупиковым? Тут могут помочь две с половиной техники принятия решений. Почему две с половиной? Об этом дальше.

Техника № 1 «Быть или не быть»: квадрат Декарта

Первая техника применяется в ситуациях, когда трудно выбрать между «сделать» или «не сделать». Она помогает наглядно проанализировать оба варианта и выбрать из них лучший.

Инструкция по применению:

Чтобы принять взвешенное решение, задайте себе четыре вопроса:

Что будет, если это ПРОИЗОЙДЕТ: плюсы от совершения задуманного.

Что будет если это НЕ произойдет: плюсы от не совершения задуманного.

Чего НЕ будет, если это ПРОИЗОЙДЕТ: минусы от совершения задуманного .

Чего НЕ будет, если это НЕ произойдет: минусы от не совершения задуманного.

Свои ответы для наглядности необходимо записать.



Разберем на примере:

Катя учится в МГУ им. М. В. Ломоносова, ее группу перевели на дистанционное обучение на две недели. Она живет в Иркутске, до которого ехать на поезде примерно три с половиной дня, и стоить будет эта поездка недешево. Так стоит ли ехать домой на неделю, да еще и пропускать дистанционные пары в дороге? А как же ковид? Слишком много вопросов, в голове путаница. Нужно рассмотреть ситуацию со всех сторон. Катя берет листок бумаги и пишет:

Что будет, если я ПОЕДУ (+): 1. Увижусь со своей семьей 2. Почти неделю проведу дома 3. Сменю обстановку 4. Не буду сидеть на карантине в общежитии	Что будет, если я НЕ поеду (+): 1. Сэкономлю деньги, которые я потратила бы на дорогу 2. Не будет шанса подхватить коронавирус в поезде или на вокзалах 3. Не пропущу пары из-за нестабильной связи в дороге 4. Если карантин вдруг снимут раньше, я буду готова выйти на учебу
Чего НЕ будет, если я ПОЕДУ(-): 1. Могу проконтактировать с заболевшим на вокзале и в вагоне 2. Потрачу деньги на дорогу 3. Пропущу пары, пока буду ехать 4. Если карантин снимут раньше, я не смогу быстро вернуться обратно	Чего НЕ будет, если я НЕ поеду (-): 1. Не увижусь с родными 2. Останусь на карантине в общежитии 3. Не будет шанса сменить обстановку

Теперь мысли Кати систематизированы, она может увидеть перед собой ситуацию со всех «четырех сторон» квадрата и, исходя из своих приоритетов, принять взвешенное решение.

Техника № 2+0,5 Сначала «Что делать?», потом «Что выбрать?»: мозговой штурм + матрица Кепнера-Трего

Эти способы настолько слаженно работают в тандеме, что их даже не хочется считать за два: это полторы техники, которые помогут найти целый спектр решений и выбрать беспроигрышный вариант. Чтобы придумать несколько идей, стоит воспользоваться мозговым штурмом.

Инструкция по применению:

Обычно этот метод используется группой людей, но он также работает и индивидуально.

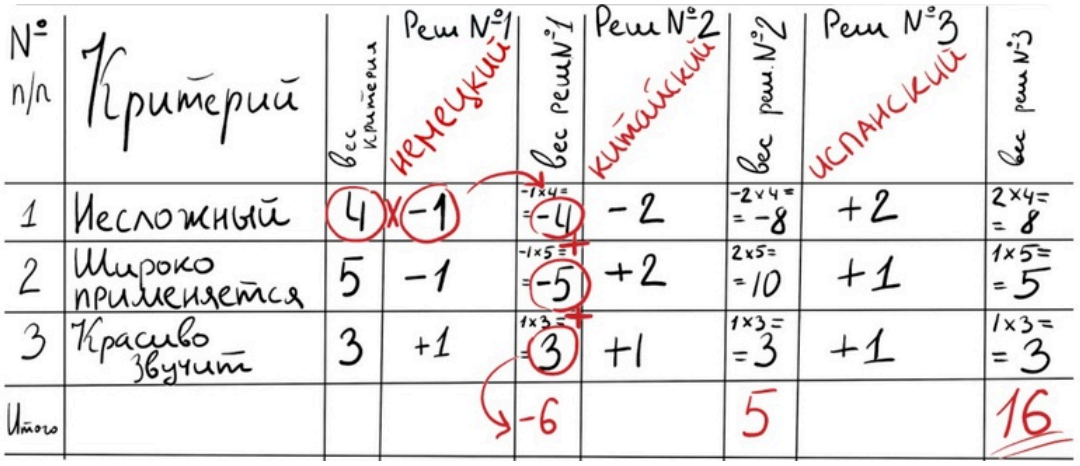
Суть его заключается в следующем:

Четко поставьте вопрос;

В течение 10 минут запишите на бумаге все решения, которые приходят вам в голову, даже откровенно бредовые и невозможные.

Если идей совсем нет, можно пофантазировать: представьте, что вы с этой проблемой оказались в Средневековье или просто в другой стране, или у вас бесконечное количество денег и времени, или даже преувеличьте ситуацию в 10 раз и попробуйте разрешить ее.

Через некоторое время вернитесь к написанному. Теперь взгляните на свои идеи критически: пришло время матрицы Кепнера-Трего.



№ п/п	Критерий	Вес критерия	Реш №1 немецкий	Вес реш №1	Реш №2 китайский	Вес реш №2	Реш №3 испанский	Вес реш №3
1	Несложный	4	-1	-1×4= =-4	-2	-2×4= =-8	+2	2×4= =8
2	Широко применяется	5	-1	-1×5= =-5	+2	2×5= =10	+1	1×5= =5
3	Красиво звучит	3	+1	1×3= =3	+1	1×3= =3	+1	1×3= =3
Итого				-6		5		16

Как оценивать имеющиеся варианты? Также рассмотрим на примере:

Вася в совершенстве знает английский и теперь хочет учить второй иностранный язык. Немецкий нравится ему по звучанию, китайский широко применим, а испанский не слишком труден в изучении. Чтобы сделать правильный выбор, Вася чертит таблицу и следует алгоритму:

Обозначает, по каким критериям будет оценивать варианты: язык должен быть несложным, широко применимым и красивым. Критериев можно придумать сколько угодно, но лучше не меньше трех, то же самое и с количеством решений. Критерии можно пронумеровать (как в нашей таблице выше) и записать номера в первый столбик, а сами критерии — во второй.

Оценивает каждый критерий по важности от 1 до 5 (результат напрямую зависит от приоритетов!). Записывает цифры в третий столбец.

Далее Вася фиксирует в таблице имеющиеся варианты, пропуская после каждого один столбик: немецкий, китайский, французский.

Теперь необходима оценка вариантов по соответствию критериям от -2 до +2, где -2 — это полное несоответствие критерию, -1 — не соответствует частично, а 0 — не влияет на критерий (либо трудно определить). Вася выписывает эти оценки в таблицу.

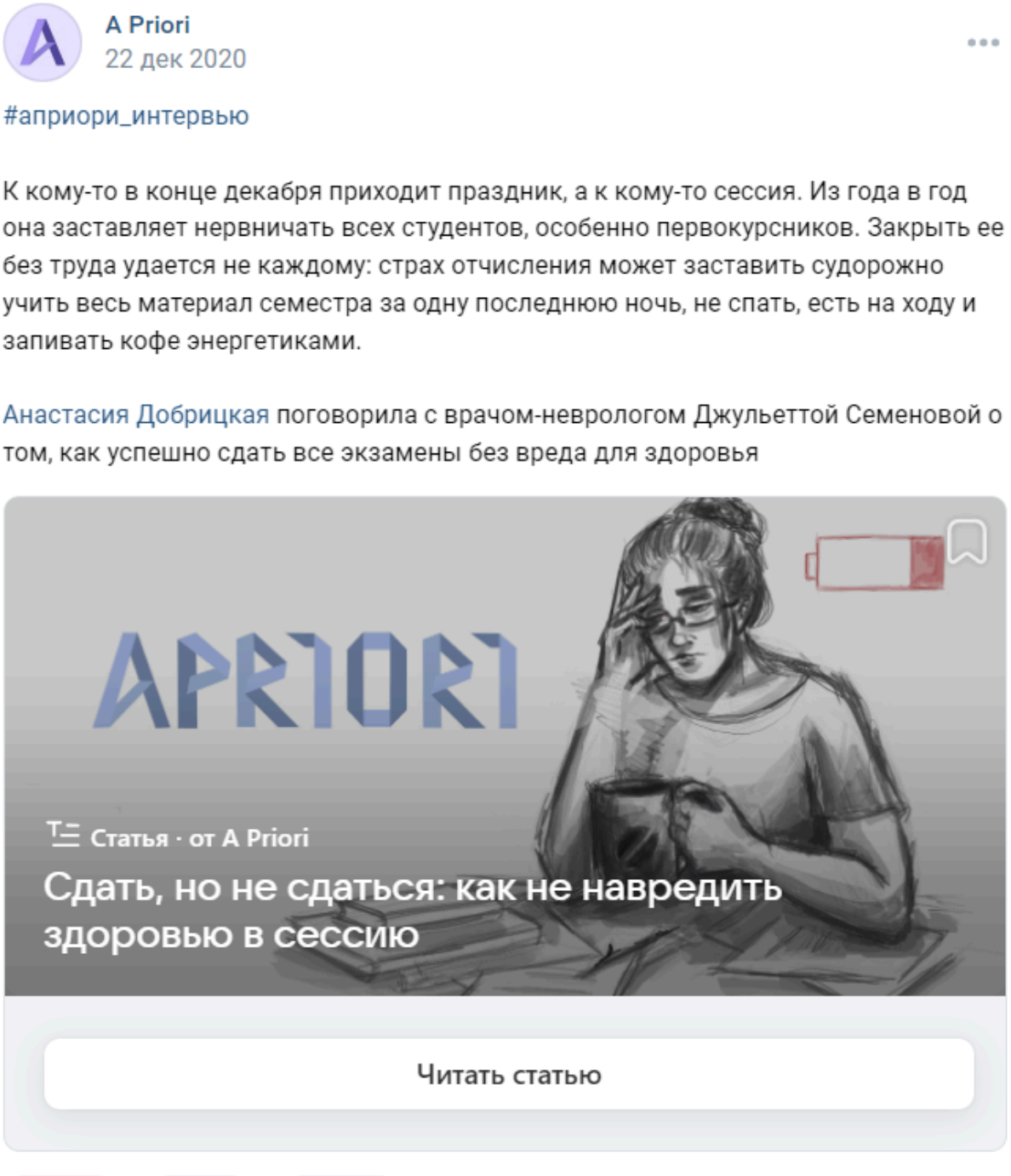
Теперь время подводить итоги. Нужно умножить вес критерия на оценку соответствия и сложить значения по всем критериям (звучит сложновато, так что ориентируйтесь на пример выше).

Тот вариант, который набрал больше всего баллов, — лучший из представленных. В случае Васи им оказался испанский язык (16 баллов). Этот вариант объективно удачный, так как его балл не ниже ⅔ от максимального. Это нетрудно посчитать: здесь максимум составляет 4*2+3*2+5*2=24, а ⅔ от него — 16. Ровно это число и набрал испанский язык.

Такие техники можно применять как в повседневной жизни, так и в бизнесе. Они помогут определиться, менять ли место работы, куда вложить деньги, как выбрать себе новый ПК и в других ситуациях. Если уделить подобному анализу немного времени, то можно избежать многих ошибок и принять верное решение, о котором не придется сожалеть.

A Priori, 27/10/2020, материал: «Сдать, но не сдаться: как не навредить здоровью в сессию»

Скриншот из архива:



Текст статьи:

Сдать, но не сдаться: как не навредить здоровью в сессию

Автор материала и обложки: Анастасия Добрицкая

От сессии до сессии, как известно, живут студенты весело. А в период зачетов и экзаменов уже становится не до веселья. Сдача дедлайнов превращается в шоу «Успеть за 24 часа», напряжение возрастает, а количество часов сна, наоборот, резко сокращается до минимума. Режим, когда человек спит по 3 часа в сутки, может отразиться на здоровье, поэтому во время сессии особенно важно заботиться о себе. О том, как это делать рассказала Семенова Джульетта Хасановна, врач-невролог высшей категории, которая работает в клинике нервных болезней Сеченовского университета уже 21 год.

— Во время сессии нагрузка значительно возрастает: например, многие ребята начинают меньше спать и питаться на ходу. Как правильно выстроить режим дня, чтобы все успеть и не навредить своему здоровью?

— Во время подготовки к сессии и в период сдачи зачетов и экзаменов я бы не рекомендовала радикально менять режим дня. Нет смысла через силу учить ночью, а потом от усталости пытаться восполнить упущенные часы сна с помощью кофе и энергетиков, потому что это имеет лишь кратковременный эффект. Лучше всего поддерживать такой распорядок: ложиться не позже полуночи или часа ночи, вставать в одно и то же время. Питаться надо

регулярно и не торопясь. Если вы потратите несколько минут на прием пищи, это никак не отразится на вашей учебе, поэтому пренебрегать этим не стоит.

Не нужно и заставлять себя учиться без отдыха. Важно делать перерывы во время подготовки: позанимались час-полтора — сделали тайм-аут на 5-10 минут, подвигались, посмотрели в окно. Можно еще, например, отвлечься на любимое хобби или просмотреть какие-нибудь легкие, забавные видео в интернете. Хорошо помогает точечный самомассаж надбровных дуг, ушных раковин, головы и плечевого пояса. Он будет улучшать приток крови к головному мозгу.

Кроме того, необходимо находить хотя бы полчаса в день для небольшой прогулки, чтобы клетки организма насытились кислородом. Все это помогает сохранить мозг в активном состоянии, иначе он, как компьютер, включает «спящий режим», чтобы сэкономить свои силы. Иными словами, когда человек долгое время занят одной проблемой, пользы не будет, а концентрация внимания снизится, следовательно, материал не усвоится. А переключаясь, мы восполняем свои ресурсы.

— Для многих студентов (особенно на первых курсах) сессия — это моральное испытание. Как поддержать себя психологически?

— Конечно, сдача экзаменов — это всегда стресс. Стресс — двигатель к выполнению задачи, но в то же время он не должен влиять на физическое и ментальное здоровье. Поэтому важна психологическая подготовка. Она, на мой взгляд, имеет даже большее значение, чем физическая, ведь когда человек находится в страхе, у него спазмированы сосуды и мышцы. Отсюда плохое кровоснабжение головного мозга и резкое снижение работоспособности. Поэтому важно не допускать страха, говорить себе: «Я все смогу, я справлюсь, все через это проходят».

Лучше не тратить лишнее время на обсуждение экзаменов с одногруппниками, потому что такие разговоры вызывают в человеке сомнения и тревогу. Нужно понять, что сессия — это не сверхзадача. У молодых людей хорошо работают механизмы адаптации, стоит только их «включить». Тогда организм поможет, «вытащит», у него есть для этого ресурсы.

— Есть ли смысл принимать какие-то лекарства или БАДы? Если да, то какие?

— Зимний период и дистанционное обучение, при котором студенты сидят дома и реже выходят на улицу, приводят к недостатку солнечного света и, как следствие, дефициту витаминов. Поэтому желательно поддержать организм приемом витамина D и витаминов группы B. Это не лекарства, но они помогают укрепить нервную систему и улучшают обменные процессы.

— Некоторые студенты стараются объять необъятное и выучить «от и до» все дисциплины, что, конечно, изматывает. Как справиться с таким максимализмом?

— Это называется «синдром отличника», он зарождается с детства. Такой человек постоянно ощущает спазмы и напряжение. В подобной ситуации нужно искать причину. Например, это происходит, если родители были требовательными, а дети должны были соответствовать их ожиданиям. Иногда наоборот, родители дают детям расслабиться, но у детей есть амбиции, они хотят доказать, (прежде всего себе), что могут чего-то достичь. Или они просто хотят быть значимыми, чтобы их заметили, на них обратили внимание. На то у каждого свои причины.

«Синдром отличника» формируется в семье и в обществе, на него также может влиять генетика. Чаще всего к неврологам попадают именно амбициозные перфекционисты с высоким уровнем тревожности, которые обращаются с последствиями в виде головной боли и нарушения сна. Человек замечает проблему, когда она уже выливается во что-то телесное. А причина — шлейф, который идет из детства. Я бы посоветовала подойти к этой проблеме осознанно, проработать ее со специалистом, например, с клиническим психологом, психотерапевтом или неврологом. Потому что в противном случае это приведет к постоянному стрессу, внутреннему конфликту, который может повлиять на физическое самочувствие, перерасти в телесные проявления. Не обязательно лечить это медикаментозно, иногда может помочь одна лишь беседа.

— Подводя итог, какие еще рекомендации вы могли бы дать студентам в сдаче сессии?

— Все основные рекомендации я озвучила ранее, и если их выполнять, то сессия пройдет легче для организма. Если коротко все обобщить, то необходимо: поддерживать распорядок дня, чередовать умственную деятельность с физической, восполнять дефицит витаминов, готовиться психологически, договариваться с самим собой, что все будет хорошо, и убирать тревогу и страхи.

ОЭЗ «Технополис Москва», 16/08/2022, материал: «Диагностика будущего: что такое биочипы и как они работают»

Скриншот из архива:



Диагностика будущего: что такое биочипы и как они работают

16 августа 2022 · 205 прочитали

Наука
Больше по теме

Технологии
Больше по теме

Фото: Argonne National Laboratory

Биология и микроэлектроника – мощный симбиоз, рождающий изобретения, которые меняют представления о возможностях современной медицины. Один из таких продуктов – биологический чип. Это устройство заменяет собой целую лабораторию: благодаря ему можно заметить несколько тысяч аллергенов, онкогенов, различных биологически активных веществ, и даже генетических дефектов. Рассказываем, что это за инновация и как она работает.

Текст статьи:

Диагностика будущего: что такое биочипы и как они работают

Биология и микроэлектроника – мощный симбиоз, рождающий изобретения, которые меняют представления о возможностях современной медицины. Один из таких продуктов – биологический чип. Это устройство заменяет собой целую лабораторию: благодаря ему можно заметить несколько тысяч аллергенов, онкогенов, различных биологически активных веществ, и даже генетических дефектов. Рассказываем, что это за инновация и как она работает.

Что такое биочип?

Биочип – это электронное устройство, содержащее биологические молекулы. На маленькую стеклянную пластинку-матрицу наносятся белки, нуклеиновые кислоты или биоструктуры, которые позволяют определять «генетический портрет» возбудителей различных болезней. Слово «биологический» может сбить с толку и заставить думать, что чип помещают в организм человека, но это не так. ДНК-биочип не вживляют, у пациента просто берут образцы биоматериала и направляют их в лабораторию, где с помощью чипа определяют, содержится ли в образце возбудитель того или иного заболевания.

Как это работает?

Из школьного курса биологии мы знаем, что спираль ДНК состоит из двух цепей, которые образованы четырьмя нуклеотидами: тимином, аденином, цитозином и гуанином. От строения одной цепи зависит строение другой, потому что нуклеотиды комплементарны. Это значит, что напротив аденина всегда стоит тимин, а напротив цитозина – гуанин. Благодаря такому

строению возникают водородные связи, которые удерживают цепи вместе, и спираль не раскручивается. Именно на способности нуклеотидов образовывать эти связи и основан принцип работы биологического чипа.

Когда лабораторный образец, например, кровь человека, взаимодействует с биочипом, происходит химическая реакция между двумя комплементарными цепями ДНК: одна из них, проба, фиксируется на подложке, другая, меченная флуоресцентным красителем, вносится в чип. При этом взаимодействии ячейки начинают биочипа начинают светиться – это маркер различных заболеваний. Чем интенсивнее свет, тем сильнее реакция, а значит и больше возбудителей болезни содержится в образце. Прибор-анализатор выявляет и сопоставляет наиболее ярко светящиеся ячейки, затем, исходя из этой информации, определяются результаты анализов и ставится диагноз.

Биочип – настоящая экспресс-лаборатория, которая значительно экономит время как врачей, так и пациентов, позволяя как можно быстрее начать необходимое лечение. Биологические чипы – лишь одно из многочисленных изобретений микроэлектроники, которая сейчас активно развивается не только в западных странах, но и в России. Чтобы еще эффективнее модернизировать эту сферу, необходимо поддерживать инновационные проекты. Этим занимается ОЭЗ «Технополис Москва». Его резиденты «Микрон» и «Ангстрем» являются крупными производителями отечественной микроэлектроники. В особой экономической зоне локализованы и другие компании: например, «Юматекс» и НЦК изготавливает композиты из углеродных волокон, а «Аддитивный инжиниринг» – создает на 3D-принтере стоматологические элайнеры и другие изделия. Благодаря специальным льготам и техническим возможностям ОЭЗ «Технополис Москва» эти компании стабильно развиваются и совершенствуют свои разработки.

ОЭЗ «Технополис Москва», 10/08/2022, материал: «Двигатель прогресса: три важнейших изобретения микроэлектроники»

Скриншот из архива:

Двигатель прогресса: три важнейших изобретения микроэлектроники

Микроэлектроника — это довольно молодая сфера. Однако за непродолжительное время своего существования она прошла большой путь от самого первого транзистора до современных микрочипов, которые производятся в ОЭЗ «Технополис Москва». Среди всех изобретений в области микроэлектроники можно выделить три самых важных, ставших значимым шагом для технического прогресса.

День рождения электроники: первый точечный транзистор



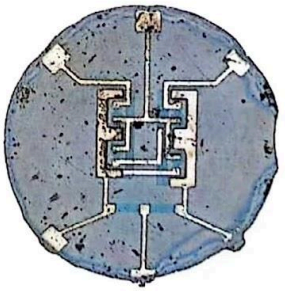
Первый точечный транзистор. Фото: Control Engineering Russia

23 декабря 1947 года по праву можно считать днём рождения электроники, потому что именно в этот день ученые Уильям Шокли, Джон Бардин и Уолтер Браттейн впервые официально представили свое изобретение — точечный биполярный транзистор. Разработки проводились в лабораториях американской научно-исследовательской фирмы Bell Telephone.

Транзистор — это полупроводник, который усиливает и генерирует электромагнитные колебания. Он применяется в схемотехнике большинства электронных устройств и интегральных микросхем, о которых далее будет рассказано подробнее.

Само изобретение первого транзистора после череды неудач произошло совершенно случайно. Уолтер Браттейн совершил ошибку, подсоединив электрод не туда, куда планировал. Казалось бы, это должно было закончиться очередным провалом, однако полупроводник заработал. С этого счастливого случая началась история микроэлектроники.

Компактное устройство: создание интегральной микросхемы



Кристалл интегральной схемы, 1960 г. Фото: IXBT.com

Заместитель руководителя департамента

по маркетингу и связям с общественностью
М.В.Стрельцова

Текст статьи:

Двигатель прогресса: три важнейших изобретения микроэлектроники

Микроэлектроника — это довольно молодая сфера. Однако за непродолжительное время своего существования она прошла большой путь от самого первого транзистора до современных микрочипов, которые производятся в ОЭЗ «Технополис Москва». Среди всех изобретений в области микроэлектроники можно выделить три самых важных, ставших значимым шагом для технического прогресса.

День рождения электроники: первый точечный транзистор



Первый точечный транзистор. Фото: Control Engineering Russia

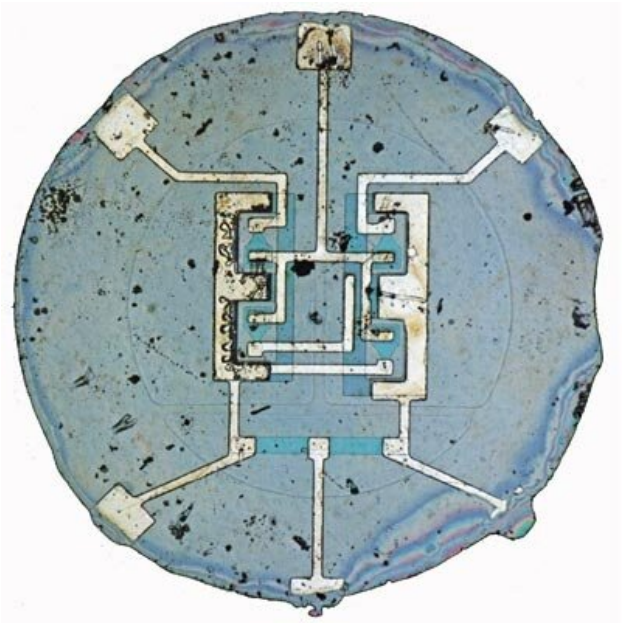
23 декабря 1947 года по праву можно считать днём рождения электроники, потому что именно в этот день ученые Уильям Шокли, Джон Бардин и Уолтер Браттейн впервые официально представили свое

изобретение — точечный биполярный транзистор. Разработки проводились в лабораториях американской научно-исследовательской фирмы Bell Telephone.

Транзистор — это полупроводник, который усиливает и генерирует электромагнитные колебания. Он применяется в схемотехнике большинства электронных устройств и интегральных микросхем, о которых далее будет рассказано подробнее.

Само изобретение первого транзистора после череды неудач произошло совершенно случайно. Уолтер Браттейн совершил ошибку, подсоединив электрод не туда, куда планировал. Казалось бы, это должно было закончиться очередным провалом, однако полупроводник заработал. С этого счастливого случая началась история микроэлектроники.

Компактное устройство: создание интегральной микросхемы



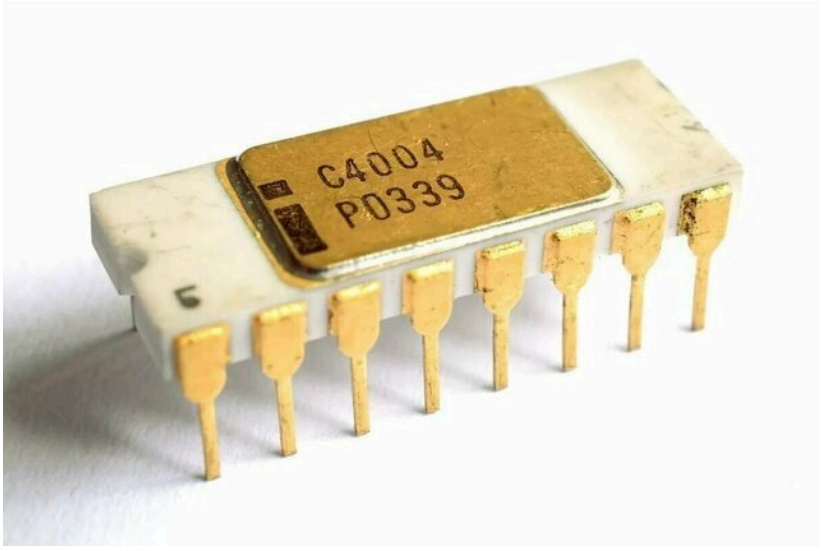
Кристалл интегральной схемы, 1960 г. Фото: iXBT.com

Ещё в 1952 году британский радиотехник Джеффри Даммер впервые предложил объединить множество электронных компонентов в монолитном кристалле полупроводника, иными словами, создать интегральную

микросхему. В то время осуществить это было невозможно: технологии не были настолько развиты.

Но уже в 1958 году произошел технический прорыв. Здесь так же, как и в случае с первым транзистором, работала «святая троица» американских ученых. Это были Джек Килби из Texas Instruments, Курт Леговец из Sprague Electric и Роберт Нойс из Fairchild Semiconductor. Им удалось решили три проблемы, которые препятствовали созданию микросхем. Они запатентовали принцип интеграции, изобрели принцип электрической изоляции компонентов полупроводника и способ их электрического соединения. На основе их открытий были созданы первые интегральные микросхемы, которые стали основой для современных процессоров.

Начало компьютерной эры: изобретение микропроцессора



Первый в мире коммерчески доступный микропроцессор Intel 4004 Фото: Timetoast

Первые процессоры, которые умели выполнять несложные арифметические и логические операции появились еще в 1940 году. Однако они были слишком медленными, громоздкими и выделяли слишком много тепла, поэтому применять их дома было нельзя.

Однако через несколько десятков лет все изменилось. В 1970 году сотрудник крупнейшего отдела разработки компонентов для электронно-вычислительных машин Эдвард Хофф презентовал Intel интегральную схему, которая выполняла те же функции, что и процессоры ЭВМ, при этом помещалась в руке, обрабатывала 4 бита информации в секунду и стоила гораздо дешевле.

Так, от громоздких процессоров и транзисторов человечество пришло к миниатюрным чипам, которые производятся в наше время. Крупнейшим производителем таких микросхем в России считается резидент ОЭЗ «Технополис Москва» компания «Микрон». Она производит более 700 видов продукции, в том числе интегральные схемы для платежных и транспортных документов таких как карта «Тройка» и многие другие устройства полупроводниковой отрасли. Особая экономическая зона предоставляет компании все необходимые условия для развития. В ОЭЗ «Технополис Москва» существует свыше 30 производств в сфере микроэлектроники. Все они являются двигателем технического прогресса и способствуют развитию отечественной электронной промышленности.

Подписывайтесь на наш канал в Дзене, чтобы быть в курсе обновлений в мире инноваций.

ОЭЗ «Технополис Москва», 02/09/2022, материал: «Искусство инноваций: компания “ЦТБ” объединила русское народное творчество и печатные платы»

Скриншот из архива:

23

2

Искусство инноваций: компания «ЦТБ» объединила русское народное творчество и печатные платы



Производство инноваций – это в каком-то роде такое же творчество, как и создание музыки или поэзии, а изобретателя так же можно считать художником, как и живописца. Создание нового, преобразование мира – то, что объединяет искусство и технологии. Яркий пример соединения этих двух сфер – печатные платы резидента ОЭЗ «Технополис Москва» предприятия «Цифровые технологии безопасности» («ЦБТ»), которое входит в компанию «Резонит».

Компания решила подчеркнуть неповторимость русской традиционной культуры и запустила проект «Технологии как искусство». В рамках этого проекта создатели плат использовали народные орнаменты для росписи своих устройств. Это особенно актуально сейчас, в 2022 году, который президент объявил Годом народного искусства и нематериального культурного наследия народов России.



Императорский фарфор, хохлома, гжель, городецкая роспись – производители использовали четыре самых известных народных орнамента. Печатные платы «ЦБТ» выглядят как настоящие произведения искусства. На них изображены цветы, птицы, различные узоры. Когда смотришь на эти изделия, сперва трудно поверить, что это действительно платы, а не экспонаты музея народного промысла, и кажется, будто такие устройства-картины могут выполнять только декоративную функцию. Но это не так: на самом деле все изделия настоящие и рабочие. Заготовки прошли весь стандартный цикл изготовления, поэтому по своим свойствам они не уступают обычным печатным платам. Отличие лишь в том, что на расписные устройства нанесли масочные слои разных цветов в нужных комбинациях, которые в результате образовали яркий и узнаваемый орнамент.

Проект «Технологии как искусство» показал, что и к созданию печатных плат можно подойти творчески, и напомнил, какими восхитительными узорами славятся русские народные промыслы. Даже на заводе есть место искусству, если взглянуть на производство под другим углом.

Компания «Резонит» является крупнейшим производителем печатных плат в стране и одним из лидеров на рынке контрактного производства в России. В ОЭЗ «Технополис «Москва» компания представлена резидентом ООО «Цифровые технологии безопасности». Собственные производственные мощности компании позволяют выполнять изготовление и монтаж печатных плат, а также трафареты для SMT-монтажа в минимальные сроки.

Заместитель руководителя департамента по маркетингу и связям с общественностью М.В.Стрельцова

Текст статьи:

Искусство инноваций: компания «ЦТБ» объединила русское народное творчество и печатные платы

Производство инноваций – это в каком-то роде такое же творчество, как и создание музыки или поэзии, а изобретателя так же можно считать художником, как и живописца. Создание нового, преобразование мира – то, что объединяет искусство и технологии. Яркий пример соединения этих двух сфер – печатные платы резидента ОЭЗ «Технополис Москва» предприятия «Цифровые технологии безопасности» («ЦБТ»), которое входит в компанию «Резонит».

Компания решила подчеркнуть неповторимость русской традиционной культуры и запустила проект «Технологии как искусство». В рамках этого проекта создатели плат использовали народные орнаменты для росписи своих устройств. Это особенно актуально сейчас, в 2022 году, который президент объявил Годом народного искусства и нематериального культурного наследия народов России.

Императорский фарфор, хохлома, гжель, городецкая роспись – производители использовали четыре самых известных народных орнамента. Печатные платы «ЦБТ» выглядят как настоящие произведения искусства. На них изображены цветы, птицы, различные узоры. Когда смотришь на эти изделия, сперва трудно поверить, что это действительно платы, а не экспонаты музея народного промысла, и кажется, будто такие устройства-картины могут выполнять только декоративную функцию. Но это не так: на самом деле все изделия настоящие и рабочие. Заготовки прошли весь стандартный цикл изготовления, поэтому по своим свойствам они не уступают обычным печатным платам. Отличие лишь в том, что на расписные устройства нанесли масочные слои разных цветов в нужных комбинациях, которые в результате образовали яркий и узнаваемый орнамент.

Проект «Технологии как искусство» показал, что и к созданию печатных плат можно подойти творчески, и напомнил, какими

восхитительными узорами славятся русские народные промыслы. Даже на заводе есть место искусству, если взглянуть на производство под другим углом.

Компания «Резонит» является крупнейшим производителем печатных плат в стране и одним из лидеров на рынке контрактного производства в России. В ОЭЗ «Технополис «Москва» компания представлена резидентом ООО «Цифровые технологии безопасности». Собственные производственные мощности компании позволяют выполнять изготовление и монтаж печатных плат, а также трафареты для SMT-монтажа в минимальные сроки.

ОЭЗ «Технополис Москва», 19/09/2022, материал: «Все для инновационного бизнеса: какие преференции получает резидент ОЭЗ “Технополис Москва” и как им стать»

Скриншот из архива:

Все для инновационного бизнеса: какие преференции получает резидент ОЭЗ «Технополис Москва» и как им стать

19 сентября 2022

Экономика
Больше по теме

Где в Москве разместить высокотехнологичное производство, где получить необходимую консультацию, а также поддержку от государства для развития бизнеса – на пути к созданию инновационного продукта возникает множество вопросов. Для локализации производств приоритетных отраслей экономики столицы существует ОЭЗ «Технополис Москва». Особая экономическая зона предоставляет резидентам пакет льгот и преференций, что позволяют развивать производство и получать поддержку Правительства Москвы. Что же это за преференции и как стать резидентом – расскажем подробнее.



Текст статьи:

Все для инновационного бизнеса: какие преференции получает резидент ОЭЗ «Технополис Москва» и как им стать

Где в Москве разместить высокотехнологичное производство, где получить необходимую консультацию, а также поддержку от государства для развития бизнеса – на пути к созданию инновационного продукта возникает множество вопросов. Для локализации производств приоритетных отраслей экономики столицы существует ОЭЗ «Технополис Москва». Особая экономическая зона предоставляет резидентам пакет льгот и преференций, что позволяют развивать производство и получать поддержку Правительства Москвы. Что же это за преференции и как стать резидентом – расскажем подробнее.

Налоговые преференции

Для резидентов столичной ОЭЗ действуют специальные налоговые условия. Такие компании не платят таможенную пошлину при ввозе товаров и оборудования.

В течение десяти лет резиденты освобождены от уплаты земельного, имущественного и транспортного налогов. При этом периоды отсчитываются с момента возникновения права собственности на земельный участок и регистрации транспортного средства.

Еще одна важная льгота – специальные условия выплаты налога на прибыль. Для компаний-резидентов особой экономической зоны он составляет всего 2% (основная ставка в десять раз больше – 20%). Если резиденты захотят выкупить землю, на которой расположено их производство, то цена продажи участков в таком случае составит 1% от их кадастровой стоимости.

Льготы по аренде земли

Помимо налоговых льгот ОЭЗ «Технополис Москва» предоставляет арендные преференции. Компании платят базовую арендную ставку в 2% от кадастровой стоимости, умноженную на понижающий коэффициент. Эти коэффициенты отличаются в зависимости от того, какую деятельность осуществляет предприятие: технико-внедренческую или промышленно-производственную.

Технико-внедренческая деятельность связана с созданием научно-технической продукции, программ для ЭВМ, баз данных или информационных систем. Для компаний, которые занимаются такой деятельностью, понижающие коэффициенты зависят от времени аренды: 0.4 – в первый год, 0.5 – во второй, 0.6 – в третий и 0.7 – с четвертого по восьмой год.

Промышленно-производственная деятельность – это переработка сырья и производство товаров. Для таких предприятий понижающие коэффициенты будут зависеть уже не от количества лет, а от объема капиталовложений. Чем их сумма больше, тем меньше коэффициент: от 120 миллионов рублей – 0.9, от 240 – 0.7, а при вложениях не менее 360 миллионов – коэффициент составит 0.5.

Как стать резидентом?

Чтобы стать резидентом ОЭЗ «Технополис Москва» необходимо пройти несколько этапов. Сначала заключить договор аренды, предоставить бизнес-план, затем подготовить пакет документов. После этого необходимо подать заявку в Департамент инвестиционной и промышленной политики. При этом не забыть обязательно проверить, соответствует ли компания экономическим требованиям. Специалисты ОЭЗ «Технополис Москва» готовы проконсультировать и подобрать площадку в существующих локациях ОЭЗ.

Требование к компаниям

Во-первых, предприятие должно быть зарегистрировано в границах того же муниципального образования Москвы, что и особая экономическая зона. Во-вторых, у потенциального резидента должны отсутствовать филиалы, представительства и обособленные подразделения за территорией ОЭЗ.

Также у руководства не должно быть права передавать свои права и обязанности другому лицу. Компания должна заключить соглашение об осуществлении промышленно-производственной или технико-внедренческой деятельности и осуществлять производство на территории ОЭЗ в соответствии с этим соглашением.

Ряд требований зависит от типа площадки. Для типа Гринфилд (застраивается свободный земельный участок) необходимо, чтобы инвестиции на 1 Га за 5 лет составляли 323 634 300 руб., средняя зарплата была 76 501 руб., а выручка на 1 Га за год – 404 809 900 руб.

Для Браунфилд (используется готовая производственную площадка) действуют другие требования. Инвестиции должны составлять 57 677 руб. на м², планируемая средняя зарплата за календарный год – 76 501 руб, а годовая выручка на 1 м² – 268 093 руб.

Необходимые документы

Для того, чтобы заключить соглашение с ОЭЗ Москвы необходимо подать пакет документов, включающий заявку на заключение соглашения, копии учредительных документов, бизнес-план, копию свидетельства о регистрации юридического лица или ИП и другие.

Полный перечень документов, а также порядок получения статуса резидента ОЭЗ утвержден Федеральным законом от 22.07.2005 № 116-ФЗ «Об особых экономических зонах в Российской Федерации» и Постановлением Правительства Москвы от 11.02.2016 года № 38-ПП «О мерах по реализации промышленной и инвестиционной политики».

ОЭЗ «Технополис Москва» в столице предоставляет уникальные возможности для создания инновационного продукта и развития производства. Пройдя все этапы, заключив соглашение и получив статус резидента, компании получают льготы и преференции, которые помогают снижать издержки и использовать сэкономленные средства для развития бизнеса. Преференции и особое положение ОЭЗ «Технополис Москва» привлекают промышленных инвесторов.

ОЭЗ «Технополис Москва», 29/09/2022, материал: «Более 30 инноваций: как устроен отечественный электрогрузомобиль»

Скриншот из архива:



Более 30 инноваций: как устроен отечественный электрогрузомобиль

Электротранспорт – больше не завтрашний день, он активно развивается уже сегодня. Российское производство не отстает в этой сфере: пример таких автомобилей будущего – электрогрузовики EVM PRO от компании «Электромобили Мануфэкчуринг Рус», резидента ОЭЗ «Технополис Москва». Как они производятся, чем инновационны и каковы их преимущества – расскажем далее.

EVM PRO и УАЗ «Профи»

Электрогрузовики EVM спроектировали совместно с УАЗ. У этого производителя компания позаимствовала шасси. Разработчики рассматривали европейские и китайские модели, но в итоге остановились на УАЗ «Профи». Это просторное, надежное и устойчивое к коррозии шасси, которое легко обслуживать. Так же легко адаптировать под него разработанные компанией узлы и агрегаты. Еще одним плюсом стала возможность быстро выпускать автомобиль на рынок. На разработку новых шасси пришлось бы потратить минимум 2-3 года, а производителю

Разработки компании: 30 инноваций

Всего инноваций в электромобиле более 30: только в одном электродвигателе — 10 оригинальных технических решений. Все адаптировано под серийное производство. Многие технологии, которые используются в работе грузовиков, создали инженеры компании. Например, бортовой компьютер полностью разработали в Санкт-Петербурге и адаптировали под китайские комплектующие, которые не подлежат санкциям. Но даже если с китайским производителем что-то случится, компания сможет легко его заменить. Более того, в «Электромобили Мануфэкчуринг Рус» производят электронику – для этого есть все технические возможности.

Инженеры компании также разработали технологию, которая позволяет внедрять пусковую систему двигателя. Весь секрет — в нагреве корпуса. Для этой операции создали специальный станок. Всего на предприятии спроектировали более 10 различных станков для автоматизации производственных процессов.

Заместитель руководителя департамента по маркетингу и связям с общественностью М.В.Стрельцова

Текст статьи:

Более 30 инноваций: как устроен отечественный электрогрузомобиль

Электротранспорт – больше не завтрашний день, он активно развивается уже сегодня. Российское производство не отстает в этой сфере: пример таких автомобилей будущего – электрогрузовики EVM PRO от компании «Электромобили Мануфэкчуринг Рус», резидента ОЭЗ «Технополис Москва». Как они производятся, чем инновационны и каковы их преимущества – расскажем далее.

EVM PRO и УАЗ «Профи»

Электрогрузовики EVM спроектировали совместно с УАЗ. У этого производителя компания позаимствовала шасси. Разработчики рассматривали европейские и китайские модели, но в итоге остановились на УАЗ «Профи». Это просторное, надежное и устойчивое к коррозии шасси, которое легко обслуживать. Так же легко адаптировать под него разработанные компанией узлы и агрегаты. Еще одним плюсом стала возможность быстро выпускать автомобиль на рынок. На разработку новых шасси пришлось бы потратить минимум 2-3 года, а производителю удалось прийти к сегодняшнему результату всего за год.

Разработки компании: 30 инноваций

Всего инноваций в электромобиле более 30: только в одном электродвигателе — 10 оригинальных технических решений. Все адаптировано под серийное производство. Многие технологии, которые используются в работе грузовиков, создали инженеры компании. Например, бортовой компьютер полностью разработали в Санкт-Петербурге и адаптировали под китайские комплектующие, которые не подлежат санкциям. Но даже если с китайским производителем что-то случится, компания сможет легко его заменить. Более того, в «Электромобили Мануфэкчуринг Рус» производят электронику – для этого есть все технические возможности.

Инженеры компании также разработали технологию, которая позволяет внедрять пусковую систему двигателя. Весь секрет — в нагреве корпуса. Для этой операции создали специальный станок. Всего на предприятии спроектировали более 10 различных станков для автоматизации производственных процессов.

Батарея на 30 точек доставки в день

Аккумулятор состоит из 10 сегментов по 12 ячеек в каждой. Ячейки поставляются из Китая и с помощью лазера собираются в монолитную конструкцию уже на предприятии. Эта конструкция неразборная, при этом аккумуляторная «сборка» почти идеально скомплектована по параметрам, в частности, ёмкости и внутреннему сопротивлению.

Аккумуляторный блок у EVM PRO достаточно тяжелый – он весит 600 кг. Поэтому снаряженная масса электрогрузомобиля ощутимо больше, чем у УАЗ «Профи»: 2,6 тонны против 2,2 тонны. Все это влияет на дальность хода. Чтобы увеличить ее, производители искусственно ограничили максимальную скорость до 80 км/ч. Это значение можно изменить в настройках и подстроить под производственные задачи.

С полной загрузкой автомобиль может проехать 200 км в день и обслужить до 30 точек доставки. Если взять груза поменьше – около 200 кг – и при этом ехать не быстро, заряда хватит на все 300 км.

Быстрая починка

Компания разработала методику для фирменных сервис-центров УАЗ, персонал уже прошел необходимое обучение. При этом производитель реализует концепцию «горячей» замены: по стране создадут 10 точек, где

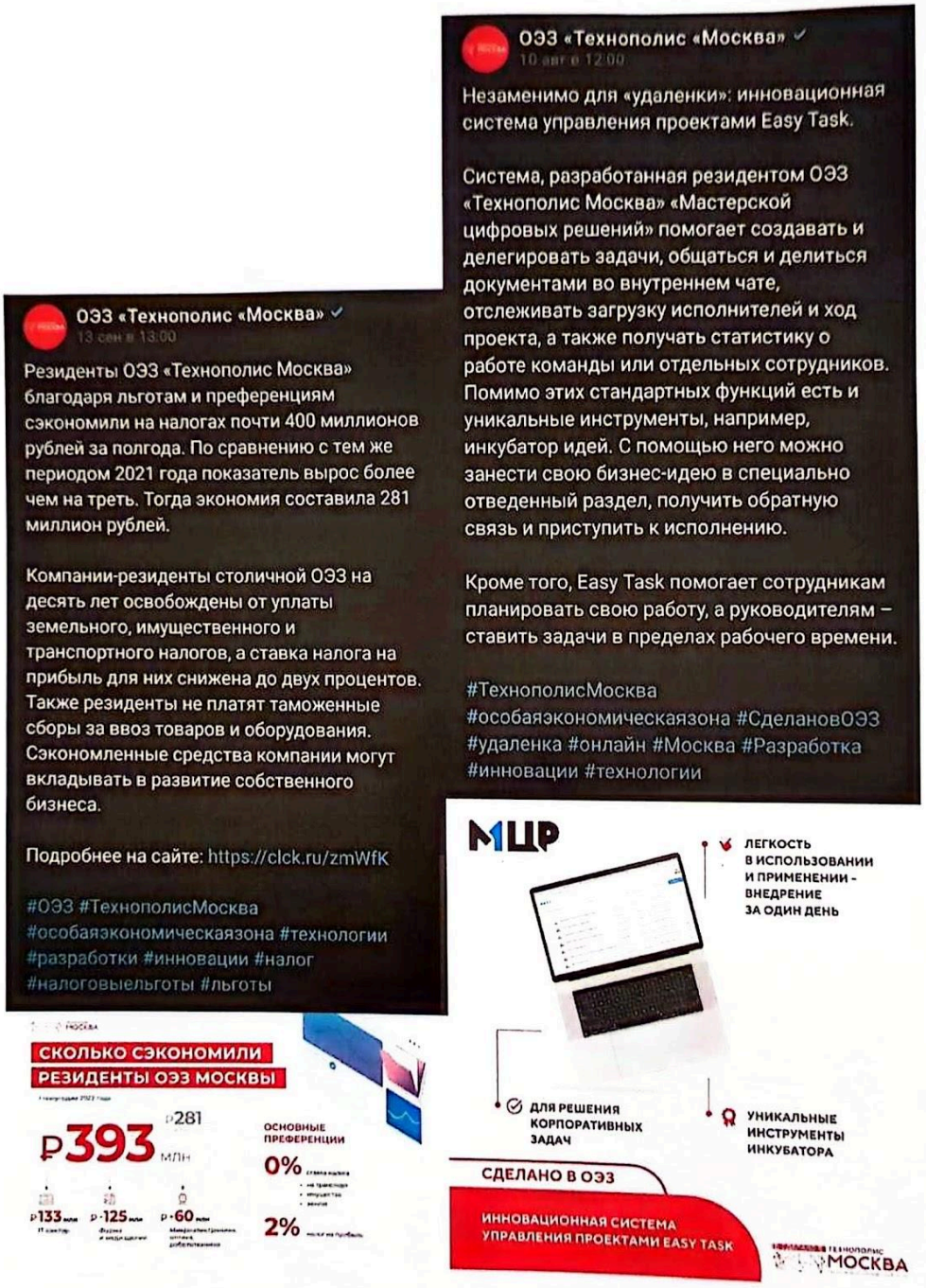
будут храниться запасные части для быстрой починки автомобиля. Это позволяет свети время ремонта к минимуму.

Инновационная «зарядка»

Вместе с автомобилем потребитель получает специальную разработку производителя – станцию зарядки, которая позволяет за два часа полностью зарядить батарею. К тому же компания провела переговоры с «Роснано», чтобы владельцы EVM PRO могли заряжаться на ее «зарядках» со скидками.

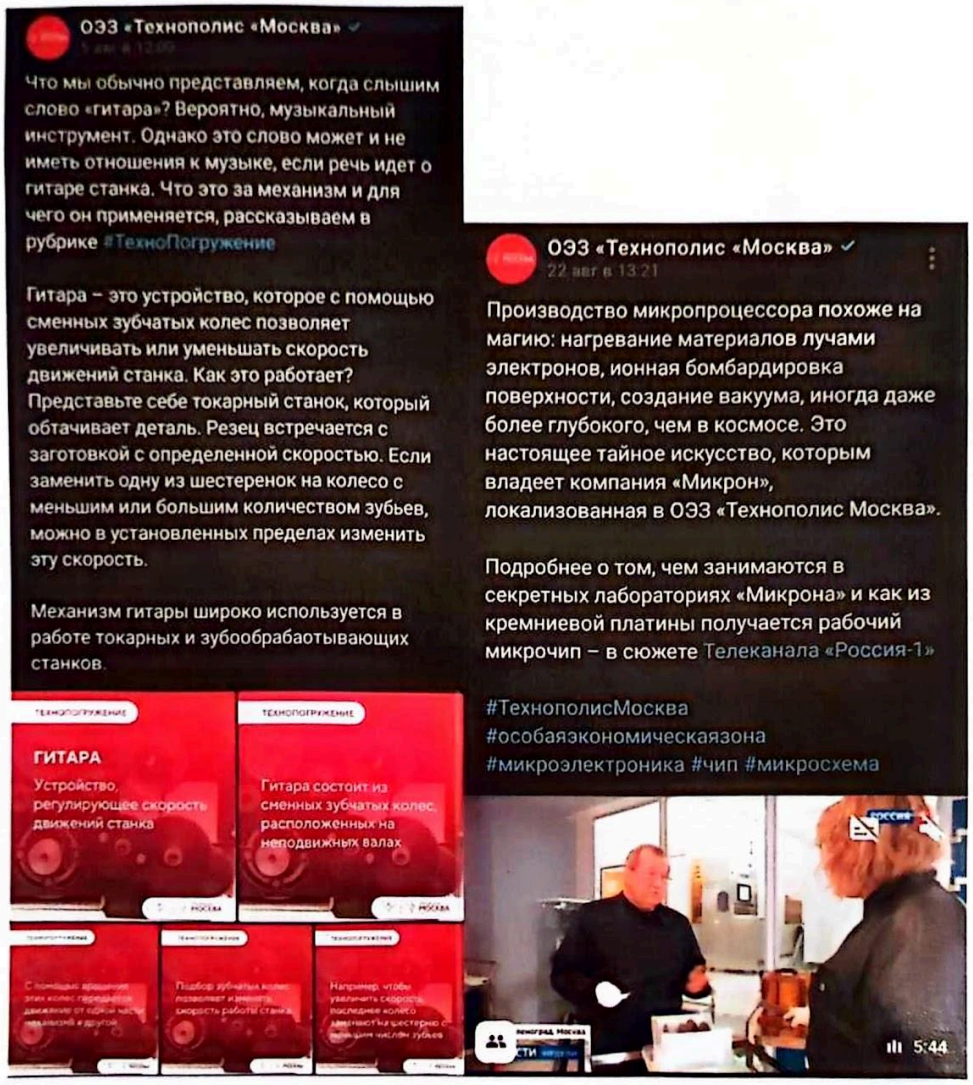
Сборку EVM PRO осуществляют на территории ОЭЗ «Технополис Москва», где есть три производственных цеха. Особая экономическая зона столицы предоставляет все необходимые условия для выпуска автомобилей и внедрения инноваций. До конца этого года планируется реализовать несколько десятков грузовиков, а в следующем – 1000. В планах компании – выпускать до 5000 электрокаров.

Подписывайтесь на наш канал в Дзене, чтобы быть в курсе последних событий в мире отечественных инноваций.



Заместитель руководителя департамента

по маркетингу и связям с общественностью
М.В.Стрельцова



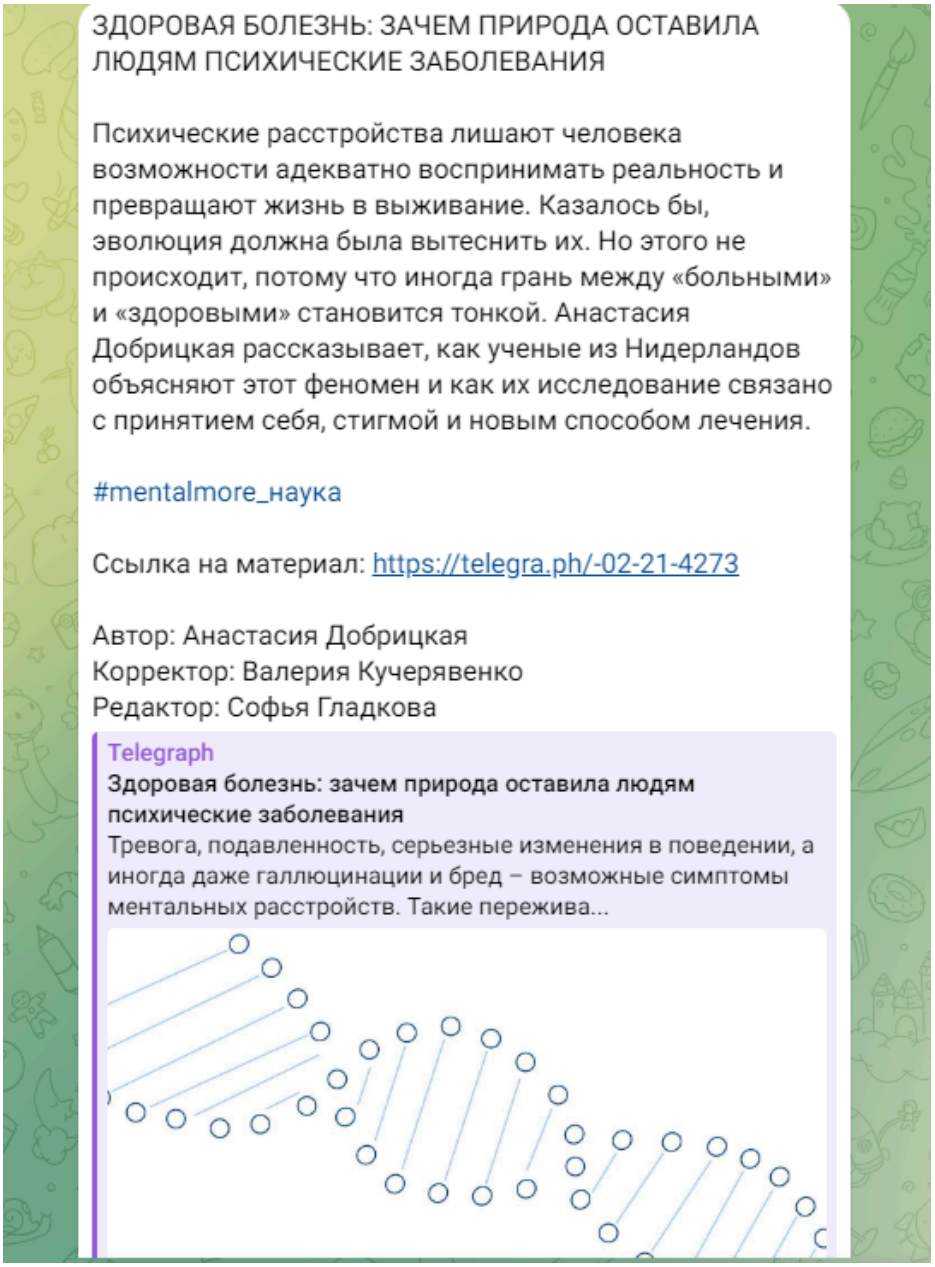
Заместитель руководителя департамента

по маркетингу и связям с общественностью
М.В.Стрельцова

С февраля 2022 года я также веду информационный проект о психиатрии и психологии MentalMore media (https://t.me/mentalmore)

MentalMore, 21/02/2022, материал: «Здоровая болезнь: зачем природа оставила людям психические заболевания»

Скриншот из архива:



Текст статьи:

Здоровая болезнь: зачем природа оставила людям психические заболевания

Тревога, подавленность, серьезные изменения в поведении, а иногда даже галлюцинации и бред – возможные симптомы ментальных расстройств. Такие переживания сильно сказываются на жизни человека и во время острого эпизода (сезонного обострения или резкой реакции на стресс), и даже после него. Например, исследователи из Канады выяснили, что психоз может повлечь за собой посттравматическое стрессовое расстройство.

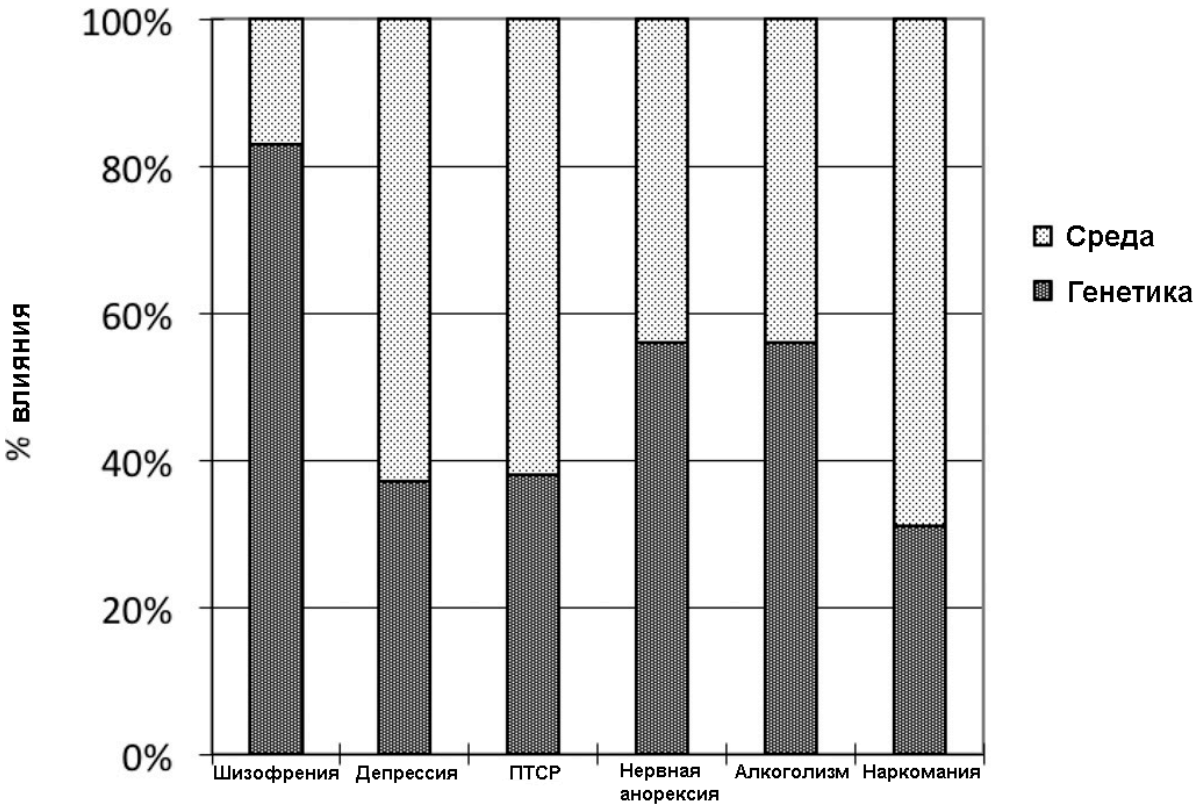
Как же эволюция допустила, что такие болезни до сих пор существуют? Нидерландские ученые нашли ответ на этот вопрос. Статья «Психоз как эволюционный адаптивный механизм к изменяющимся условиям» была опубликована в журнале Front. Psychiatry. Авторы считают, что их работа поможет людям принять свою болезнь, избавиться от стигм и получить правильное лечение. Корреспонденты MentalMore решили изучить эту статью.

Эволюционная загадка

До этого исследования ученые уже описали несколько гипотез, которые должны были объяснять такой феномен, и все можно подвергнуть сомнению. Раньше предполагалось, что психические расстройства могут быть связаны с высоким уровнем стресса и большим количеством информации в наши дни. Но почему же тогда эти болезни существовали и гораздо раньше? Видимо, дело не в этом. Вторая гипотеза связана с «уравновешивающим отбором». Эволюция могла оставить людям ментальные расстройства как компромисс: некая польза в обмен на затраты. Но не слишком ли велики эти затраты? Неужели природа не могла изобрести более выгодный механизм? Судя по всему, эта гипотеза тоже не работает.

Есть и третье объяснение, на котором ученые и основали свою теорию. Со сменой поколений гены мутируют – изменяются, образуют разнообразные сочетания. Средний человек сейчас несет более 500 таких мутаций. В результате, в нем сочетаются гены, связанные с симптомами какого-либо расстройства, которые сами по себе нормальны, и гены, несущие в себе когнитивную «уязвимость» мозга. Она-то и превращает норму в болезнь. Это подтверждают различные исследования, которые приводились с помощью МРТ, ЭЭГ, изучения генома. По их результатам, гены, отвечающие за симптомы психических заболеваний, были найдены и у здоровых людей.

Ученые развили эту гипотезу и предположили, что «уязвимость» может быть не только наследственной, но и возникать под влиянием среды и жизненных событий. Что это за «уязвимость» и зачем человеку здоровая способность к тревожности, депрессии, галлюцинациям и бредовым состояниям? Об этом далее.



Влияние генетики и среды на формирование расстройств.

How does the social environment ‘get into the mind’? Epigenetics at the intersection of social and psychiatric epidemiology. Satoshi Toyokawa, Monica Uddin, Karestan C.Koenen, Sandro Galeae

Адаптивный ответ

Согласно исследованиям кембриджских ученых, симптомы психических расстройств встречаются почти у 17% здоровых людей. Почему же так происходит? Есть две причины.

Первая заключается в том, что эти симптомы – мощный защитный механизм, который помогает адаптироваться в новой среде. Особенно часто это проявляется в подростковом возрасте (40-66%), когда ребенок становится самостоятельным, выходит в большой мир. Человек еще не знает, кому доверять, а кому нет. Психика запускает повышенную тревожность и «здоровую» паранойю. Мозг также может прокручивать новые для человека ситуации, чтобы адаптироваться к ним. Поэтому у некоторых подростков возникают слуховые галлюцинации, часто такое происходит перед сном. Это состояние может быть и у взрослых людей, например, при миграции и других стрессовых ситуациях. Переживания и болезни также могут запустить депрессию – состояние подавленности, которое необходимо организму, чтобы восстановиться. Таким образом, объясняют ученые, нам нужна возможность испытывать некоторые симптомы расстройств в определенных обстоятельствах. Это можно сравнить со способностью поднимать температуру, чтобы справиться с вирусом. Исчезновение генов, связанных с этими защитными механизмами, было бы невыгодно для эволюции.

Вторая причина касается симптомов психоза: галлюцинаций и бреда. Она заключается в их тесной взаимосвязи со способностью человека к самосознанию. Самосознание – это умение посмотреть на себя как бы от третьего лица, оценить свои чувства и мысли. Иными словами, люди не только являются своими телами (как растения), но также владеют ими (как животные) и, кроме того, имеют «внетелесные переживания». А что такое психоз? Это состояние, когда реальность осознается искаженно, граница между внутренним «я» и внешним миром как бы теряется. А чтобы ее потерять, нужно в первую очередь осознать свой внутренний мир. Так, способность к самосознанию и может объяснить существование психотических симптомов.

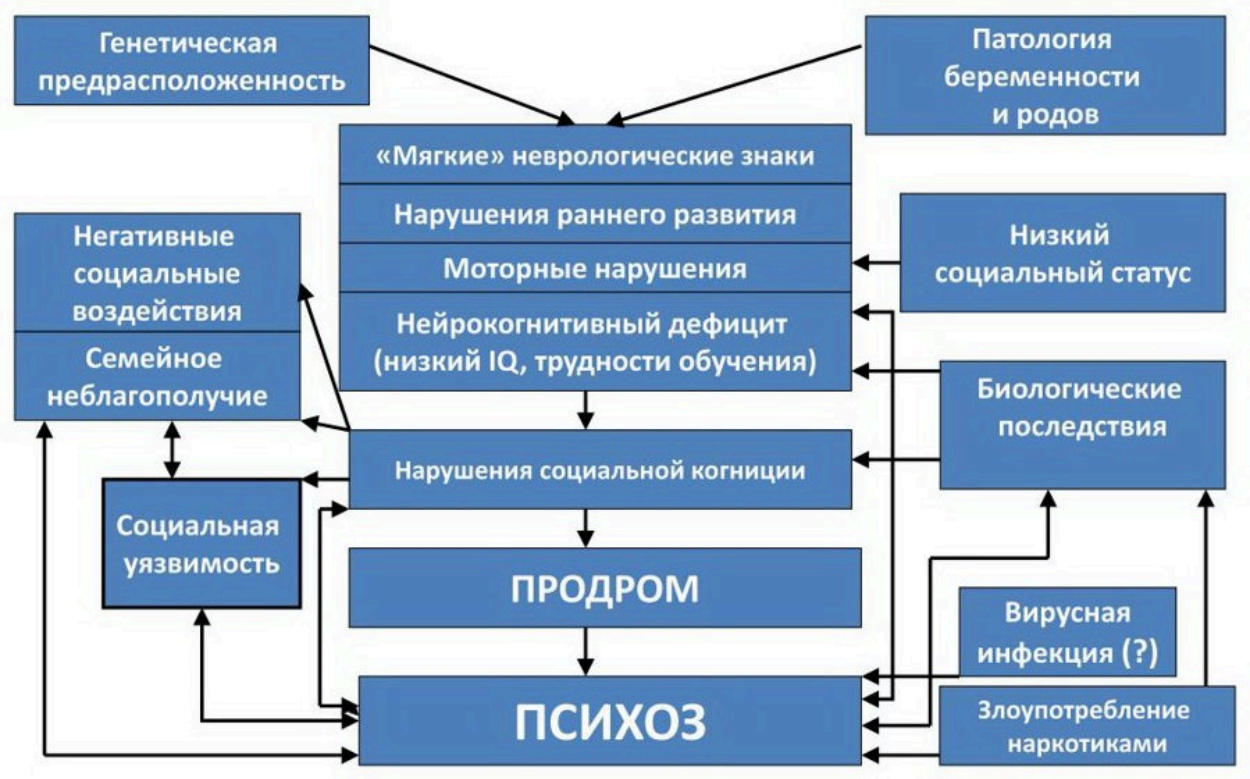
Все это укрепляет идею о том, что черты психических расстройств сами по себе могут быть нормальным явлением. Они становятся болезнью, только когда выходят из-под контроля.

Когнитивная «уязвимость» и откуда она берется

Естественный защитный механизм дает сбой из-за слабых способностей к адаптации. Они зависят от многих когнитивных, то есть интеллектуальных и познавательных, функций. Среди них социальные навыки, саморефлексия, абстрактное мышление, интеллект. Если что-то из этого списка не развито прочно, защитный механизм может выйти из-под контроля.

На когнитивные функции может влиять генетика. Если человек унаследовал гены психического заболевания и неразвитые способности к адаптации, для него очень высок риск эндогенного расстройства, то есть возникшего по большей части из-за внутренних причин, а не психотравм. Если когнитивные функции были нарушены в связи с травмой головы,

стрессом, приемом веществ, может развиться экзогенное заболевание, то есть обусловленное внешними факторами. Болезнь часто развивается из-за совокупности взаимосвязанных причин.



Внутренние и внешние причины психоза, их взаимосвязь.

https://psy4psy.ru/bpsm

Знание того, что симптомы психических расстройств сами по себе не патология, может помочь людям принять себя, избавиться от предубеждений. Кроме того, это открытие меняет взгляд на лечение. Вместо подавления симптомов можно укреплять лежащие в основе заболевания «уязвимости» и восстанавливать контроль изнутри. В таком случае, цель психотропных препаратов больше не будет заключаться в том, чтобы свести симптомы к нулю. Эти лекарства должны будут просто уменьшить проявления болезни до уровня, с которым пациент сможет нормально жить. Основное внимание будет уделяться восстановлению баланса между изменениями и адаптацией к ним. Так нидерландские ученые изменили взгляд на природу психических заболеваний и их лечение.

MentalMore, 10/05/2022, материал: ««Это от безделья!»: что такое депрессия и как ее распознать»

Скриншот из архива:



Текст статьи:

«Это от безделья!»: что такое депрессия и как ее распознать

«В наше время никаких депрессий не было», — часто можно услышать от людей старшего поколения. Однако, на самом деле, депрессия — это серьезный диагноз, который нельзя недооценивать. Как она проявляется и чем отличается от обычной тоски? Как понять, что у тебя или близкого тебе человека депрессия и надо обратиться за помощью? Об этом корреспондент MentalMore Анастасия Добрицкая расспросила врача-психиатра Анастасию Савостину (tg:@PsySavostina) и людей с депрессивными расстройствами.

— Чем депрессия отличается от обычной грусти или лени?

— Обычная грусть, как правило, непродолжительна во времени и связана с конкретными жизненными ситуациями. Депрессивное настроение может быть нормальной реакцией на тяжелые жизненные события: например, потерю близкого или развод. Но также оно бывает симптомом психического расстройства. В таком случае подавленное настроение занимает большую часть дня на протяжении минимум двух недель и человек перестает испытывать удовольствие («Мне все равно»). Этим симптомам сопутствуют: изменения сна, аппетита, низкий уровень энергии и чувство усталости, снижение концентрации внимания, мысли о собственной виновности и бесполезности, вялость или беспокойство.

— Что происходит с работой мозга во время депрессии?

— До сих пор однозначного ответа на этот вопрос нет. Сейчас активно ведутся исследования, связанные с различными звеньями патогенеза депрессии. Например, известно, что у людей с депрессивным расстройством повышена выработка «гормона стресса» — кортизола. Также, согласно

некоторым исследованиям, у пациентов с давней депрессией снижается объем лобных долей мозга. Основной же акцент в настоящее время делают на изучении нейронов: у пациентов с депрессией размер, количество и плотность нервных клеток снижены. В то же время нарушается передача сигнала между ними через химические вещества, называемые «нейротрансмиттерами» — серотонин, дофамин, норадреналин.

— Всегда ли причина депрессии — тяжелые события?

— Действительно, возникновению депрессии часто предшествуют стрессовые жизненные ситуации, в некотором роде «запускающие» депрессивное расстройство. Но эта связь не всегда очевидна. Сегодня, что у депрессии широкий спектр факторов риска. Сюда включают генетику, жестокое обращение в детском возрасте, семейные проблемы, дисфункциональные убеждения человека о себе и мире, наличие у человека иных психических расстройств или соматических заболеваний и многое другое.

— Какие неочевидные проявления депрессии вы могли бы выделить?

— Очень часто упускают из вида трудности с концентрацией и вниманием. Например, человеку при чтении книги нужно перелистывать ее назад, чтобы вновь уловить нить повествования. Или человек начинает вести записи, чтобы не пропустить важную встречу, хотя раньше обходился без них. Кроме того, депрессия часто сопровождается выраженной раздражительностью или тревожностью, которая может маскировать непосредственные симптомы расстройства. Также бывают и физические симптомы — головные или мышечные боли, снижение либидо, ощущение «свинцовой» тяжести в конечностях.

— Как лечат депрессию?

— Как правило, используют сочетание психотерапии и фармакотерапии, и именно комбинированное лечение является наиболее эффективным. Основной группой препаратов являются антидепрессанты. Они оказывают влияние на нейротрансмиттеры, увеличивая их количество в головном мозге.

— Можно ли вылечить депрессию без таблеток?

— Исследования показывают, что психотерапия в среднем так же эффективна, как антидепрессанты. При этом одним из преимуществ психотерапии является то, что ее положительные эффекты часто сохраняются даже после прекращения лечения, поскольку человек обучается более адаптивным стереотипам мышления и поведения. Депрессия легкой степени тяжести может быть скорректирована психотерапией, однако при средней и тяжелой степени намного эффективнее применять комбинированное лечение. Важно помнить, что оценить тяжесть состояния и предложить дальнейшую тактику лечения может только специалист с медицинским образованием (врач-психиатр, психотерапевт).

— Что будет, если не лечить?

— Лечение крайне важно, так как качество жизни людей с депрессией ниже и они более склонны к самоубийствам. Есть исследования, показывающие, что у тех, кто страдает этим заболеванием, почти в два раза выше риск смертности.

— Как понять, что у тебя или близкого тебе человека депрессия и надо обратиться к психиатру?

— Необходимо помнить, что люди в депрессии часто не понимают, что они находятся в депрессии. Стоит обратиться к специалисту за консультацией, если:

- вы узнаете себя или близкого в описанных симптомах депрессивного расстройства
- у вас есть мысли о смерти, бессмысленности жизни или вы слышите, как их высказывает близкий человек
- вы чувствуете, что вам стало сложнее справляться с учебой, работой или решением семейных задач
- вы наблюдаете изменения сна или аппетита

Чтобы узнать, что чувствуют люди с депрессией, мы расспросили несколько человек с разными видами этого диагноза.

Девушка, 19 лет, реактивная депрессия (состояние, возникающее при сильных эмоциональных потрясениях):

— Как депрессия проявлялась у тебя?

— Полное отсутствие сил, аппетита, интереса к чему-либо. Иногда у меня не было сил даже сходить за водой и продуктами в магазин в соседнем доме. Поэтому я старалась пить как можно меньше воды, чтобы мне не пришлось вытаскивать себя на улицу. Я помню, как заказывала еду на дом, а потом не могла собраться с силами и разогреть уже готовое. Иногда приходилось есть просроченную еду, потому что я не могла взять себя в руки и заказать что-то. У меня не было сил встать в туалет, не было сил помыться, я просто лежала и

плакала. А со временем сил перестало хватать и на слезы. Наступило состояние полного безразличия ко всему.

Тяжелее всего было, когда у меня началась бессонница. Я не помню, что я делала целыми днями. Кажется, просто часами смотрела в стену. Когда я могла спать, я старалась делать это днем, чтобы как можно меньше общаться с людьми. Мне казалось, что я уже умерла и представляю собой заживо гниющую оболочку.

— Что ты НЕ хотела бы слышать от окружающих?

— Я бы не хотела слышать, что я ленивая и безвольная. Я очень злилась, когда мне говорили, что я никчемная, потому что эта мысль не оставляла меня в покое. Мне было бесконечно стыдно за то, как я выгляжу, за то, что у меня дома было шесть мешков мусора и гора грязных вещей и посуды. Было очень стыдно слышать, что есть проблемы гораздо значимее.

— Что помогало справиться?

— Мне помогло дать себе погрустить столько, сколько мне было нужно, слушать грустную музыку и плакать столько, сколько хотелось. Благодаря этому сейчас ничего не триггерит меня и не напоминает о прошлом.

Я старалась вспомнить, о чем я мечтала до того, как я рассталась с очень значимым для меня человеком. Со временем несбыточные мечты о голубоглазых детях, домике за городом и золотистом ретривере сменились мечтой научиться петь, покорить Эверест, съездить на море и поплавать с ластами.

Так же очень значимой стала следующая мысль: ты не можешь снова стать тем человеком, которым ты был до травмирующего опыта, ты станешь другим человеком, но он тоже может быть счастлив. Мне хотелось доказать

самой себе, что я человек, достойный счастья, а не смерти. Я начала записываться на разные процедуры, я делала себе ногти, отстригла челку, старалась хотя бы раз в неделю кушать еду, которую когда-то очень любила. Если честно, сначала мне хотелось умереть красивой, с длинными уложенными волосами, в белом платье, в окружении любимых цветов, и я начала стремиться к этой картинке. Потом я посмотрела на себя в зеркало и понравилась себе. Мне стало жалко закапывать в землю красивую девушку, которую я увидела в отражении. Это меня и спасло.

— Какие слова поддержки могли бы тебе помочь?

— Одна моя подруга сказала, что я очень сильный человек. Впервые за долгое время кто-то не обесценил мои старания, не указал пальцем в слабости.

Парень, 19 лет, большое депрессивное расстройство (для состояния характерны более продолжительные периоды подавленности):

— Как проявляется депрессия у тебя?

— Сначала я хотел только спать, потому что во сне я могу не думать. Потом я старался находить способы выполнять свои обязанности, но все давалось непросто. Сейчас иногда бывает тяжело встать с кровати или выйти из дома. Жуткая апатия, проблемы с приемом пищи (либо я ем слишком много, либо несколько дней пью только воду), мысли о безысходности и своей беспомощности, самоповреждения — вот мои основные симптомы. Иногда появляются интермиссии [периоды здорового состояния — прим.ред.], но они длятся всего от одного часа до двух дней. Также я часто «запиваю» проблемы, но алкоголь как депрессант дает о себе знать, и я ухожу еще дальше в себя.

— Что ты НЕ хотел бы слышать от окружающих?

— От близких — безразличие. Например, фразы: «ты и так все знаешь», «ты можешь справиться, как и всегда», «развеселись», — меня всегда очень ранят. Мне важно и нужно внимание, это очень помогает.

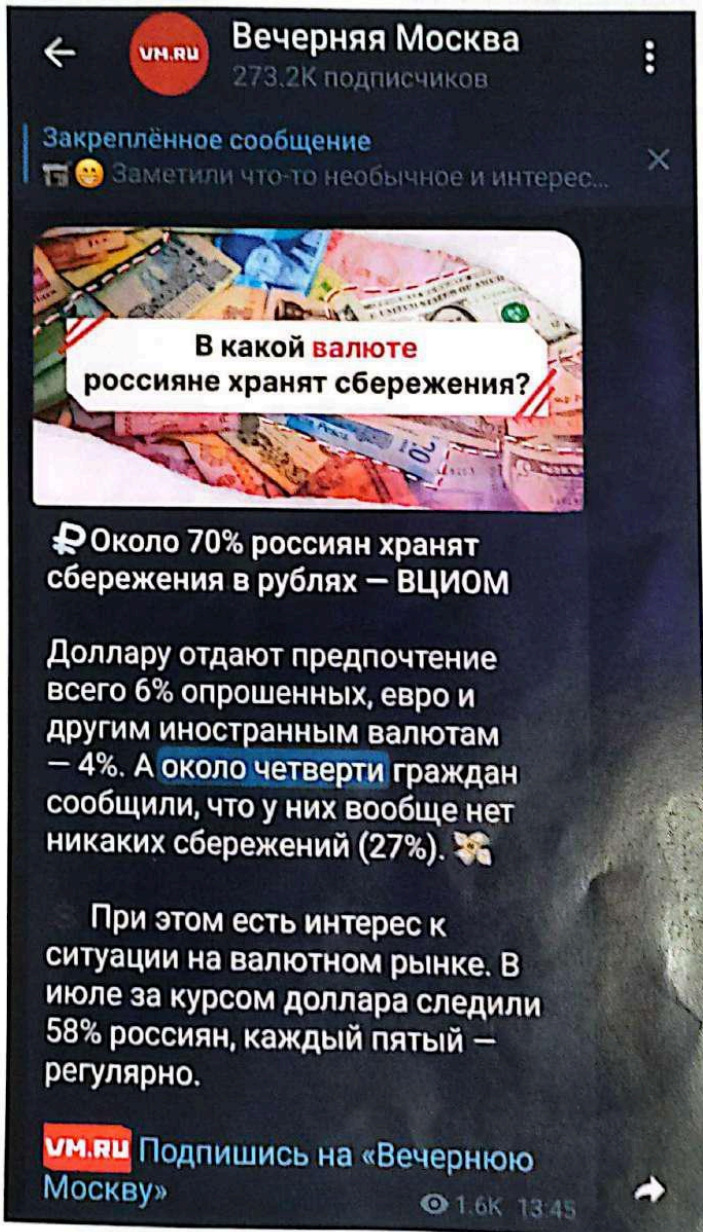
— Что помогает справиться?

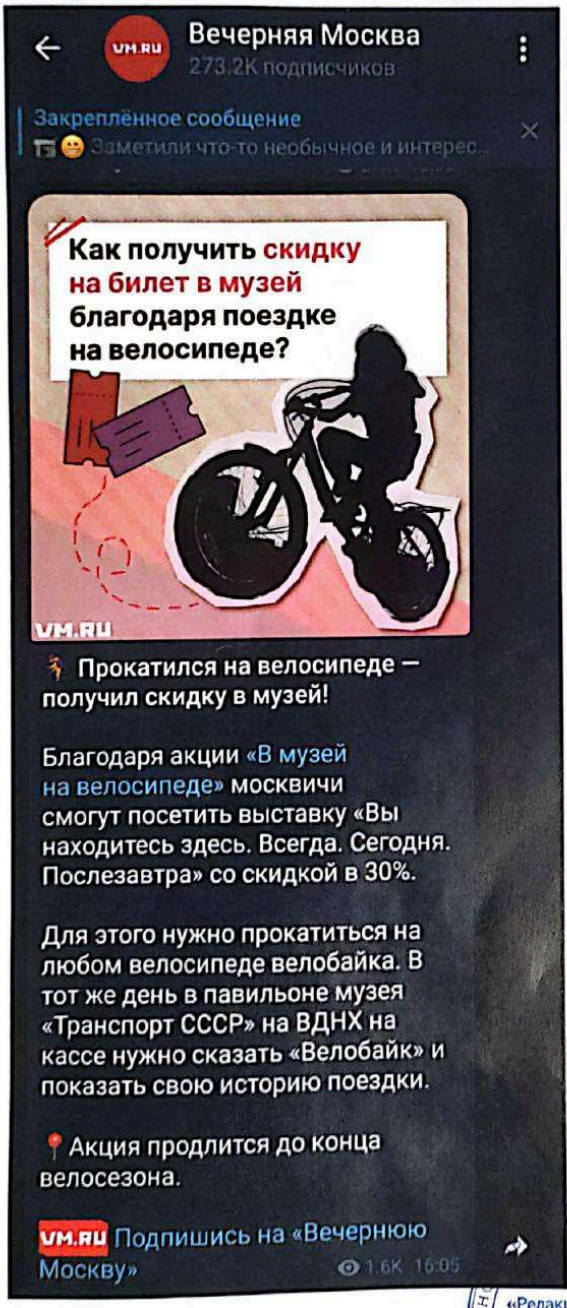
— Хорошие эмоции. Не яркие, потому что после них будет еще хуже, а просто хорошие. Иногда помогают близкие люди, приятные встречи, чашечка кофе или чая в хорошем заведении, прогулки по лесу, ну или сеанс психолога, что немаловажно при депрессии.

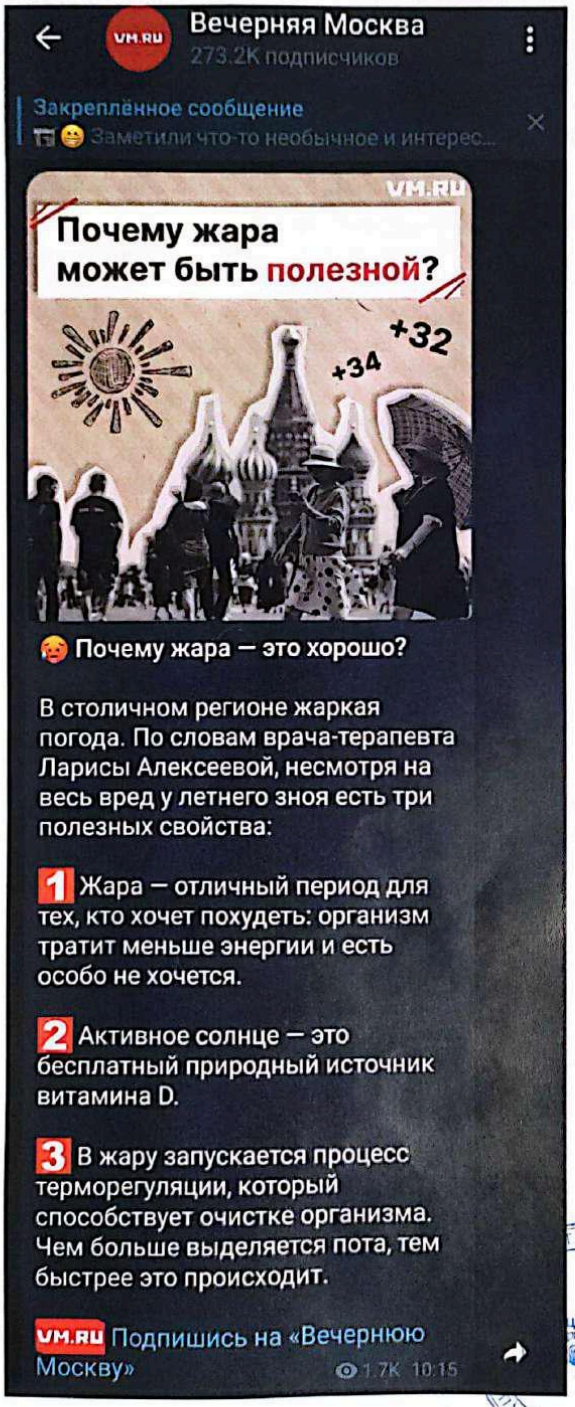
— Какие слова поддержки могли бы тебе помочь?

— Мне помогает фраза: «Я не знаю, что тебя может сломать». Не знаю почему, но как-то вдохновляет. Еще очень помогает ощущение нужности. Например, когда меня куда-то зовут. Фразы «давай начнем вместе…» тоже для меня работают как антидепрессанты.

Депрессия — это не лень и не слабость. Это тяжелое заболевание, которое не дает заниматься повседневными делами и значительно снижает качество жизни. Оно нуждается в медикаментозном и психотерапевтическом лечении. Поэтому, если вы заметили признаки депрессии у себя, обязательно и незамедлительно обратитесь к врачу-психиатру.

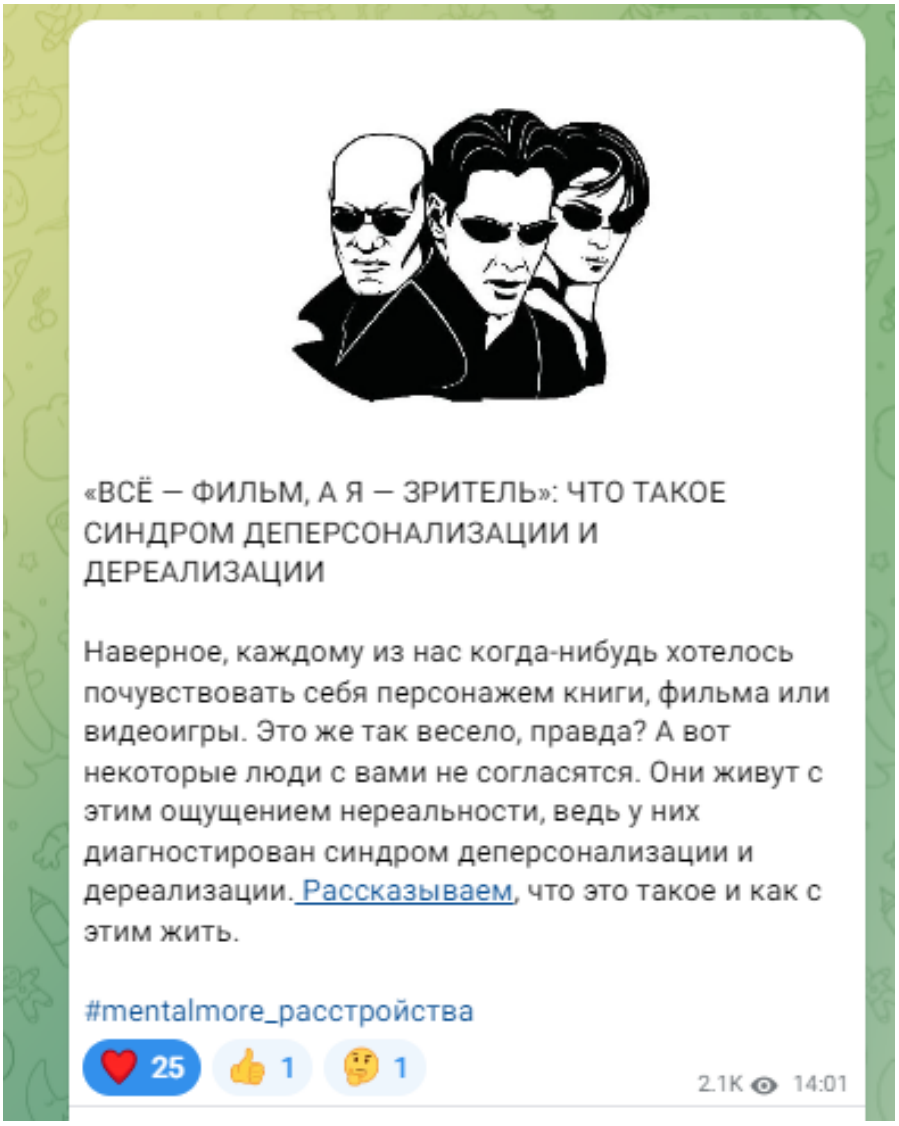

Вечерняя Москва
273.2K подписчиков
Закреплённое сообщение
Заметили что-то необычное и интерес...
В какой валюте
россияне хранят сбережения?
Около 70% россиян хранят сбережения в рублях — ВЦИОМ
Доллару отдают предпочтение всего 6% опрошенных, евро и другим иностранным валютам — 4%. А около четверти граждан сообщили, что у них вообще нет никаких сбережений (27%).
При этом есть интерес к ситуации на валютном рынке. В июле за курсом доллара следили 58% россиян, каждый пятый — регулярно.
Подпишись на «Вечернюю Москву»
1.6K 13:45


Вечерняя Москва
273.2K подписчиков
Закреплённое сообщение
Заметили что-то необычное и интерес...
Как получить скидку на билет в музей благодаря поездке на велосипеде?
VM.RU
Прокатился на велосипеде — получил скидку в музей!
Благодаря акции «В музей на велосипеде» москвичи смогут посетить выставку «Вы находитесь здесь. Всегда. Сегодня. Послезавтра» со скидкой в 30%.
Для этого нужно прокатиться на любом велосипеде велобайка. В тот же день в павильоне музея «Транспорт СССР» на ВДНХ на кассе нужно сказать «Велобайк» и показать свою историю поездки.
Акция продлится до конца велосезона.
VM.RU Подпишись на «Вечернюю Москву»
1.6K 16:05


Вечерняя Москва
273.2K подписчиков
Закреплённое сообщение
Заметили что-то необычное и интерес...
VM.RU
Почему жара может быть полезной?
+34
+32
Почему жара — это хорошо?
В столичном регионе жаркая погода. По словам врача-терапевта Ларисы Алексеевой, несмотря на весь вред у летнего зноя есть три полезных свойства:
1 Жара — отличный период для тех, кто хочет похудеть: организм тратит меньше энергии и есть особо не хочется.
2 Активное солнце — это бесплатный природный источник витамина D.
3 В жару запускается процесс терморегуляции, который способствует очистке организма. Чем больше выделяется пота, тем быстрее это происходит.
VM.RU Подпишись на «Вечернюю Москву»
1.7K 10:15

MentalMore, 10/05/2022, материал: «Всё — фильм, а я — зритель: что такое синдром деперсонализации и дереализации»

Скриншот из архива:



Текст статьи:

«Всё — фильм, а я — зритель»: что такое синдром деперсонализации и дереализации

Наверное, каждому из нас когда-нибудь хотелось почувствовать себя персонажем книги, фильма или видеоигры. Это же так весело, правда? А вот некоторые люди с вами не согласятся. Они живут с этим ощущением нереальности, ведь у них диагностирован синдром деперсонализации и дереализации. Рассказываем, что это такое и как с этим жить.

Что это?

Синдром деперсонализации и дереализации – это состояние отчуждения от самого себя и окружающего мира. Люди часто описывают это как ощущение нереальности. Им кажется, что все вокруг происходит без их контроля, и они не чувствуют своего тела.

Почему возникает?

Стрессовые события, травмы, эмоциональные переживания, а также употребление запрещенных веществ могут спровоцировать синдром деперсонализации и дереализации. Однако он может быть и не самостоятельным заболеванием, а проявлением других ментальных нарушений, например, панического расстройства, ПТСР и депрессии.

Как ощущается?

Ощущения при синдроме деперсонализации и дереализации индивидуальны. Одни люди описывают это состояние как «наблюдение за собой со стороны», другие — как «чужеродность собственного тела»,

«чувство, что все вокруг нереально» или «чувство, будто я живу во сне». Ощущения могут быть временными и возникать периодически, а могут быть сильными и постоянными.

Чтобы узнать, каково это — жить в фильме, мы поговорили с человеком, у которого диагностирован этот синдром:

«Я чувствую себя так, будто я оторван от своих мыслей и эмоций, словно они не мои. Иногда такое ощущение, что все вокруг — один большой фильм, а я зритель. Буквально! У меня бывает чувство, что я наблюдаю за своей жизнью со стороны. А люди — NPC из видео-игры.

В прошлом были травмы, трешовые ситуации, с которыми я не до конца справился. В итоге я обратился к психотерапевту, чтобы понять, что происходит со мной и как с этим бороться. Пока с этим трудно справиться, но я стараюсь прорабатывать свои травмы и поддерживать здоровый образ жизни»

Парень, 20 лет

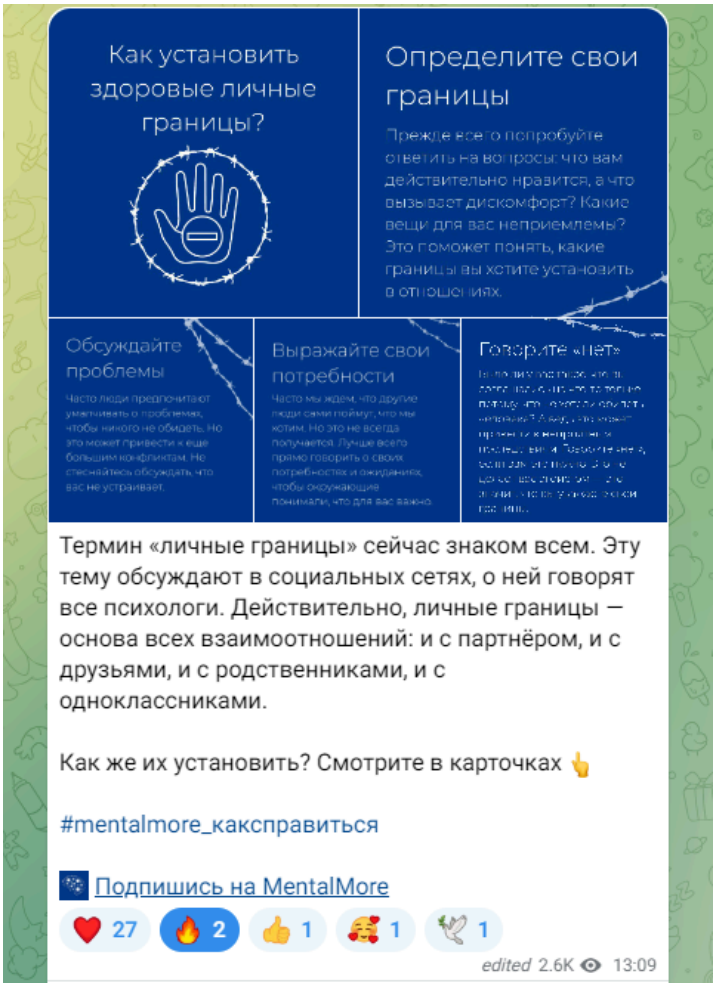
Как диагностируют и чем лечат?

Для диагностики синдрома важно обратиться к психиатру или психотерапевту. Лечение может включать психотерапию и лекарственную терапию. Так, во время сеансов с психотерапевтом пациент может научиться управлять своими эмоциями, преодолевать стресс и адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам. В некоторых случаях назначают антидепрессанты или другие лекарства для улучшения эмоционального фона и снижения тревожности.

Важна в этом деле и самопомощь: нужно обратить внимание на свой образ жизни. Регулярные физические упражнения, здоровое питание,

достаточный отдых и сон, а также сокращение количества стрессовых событий помогут скорректировать такое состояние.

Ощущать себя будто в кино — совсем не весело, если у вас синдром деперсонализации и дереализации. Ведь это — психическое расстройство, которые нужно лечить. Если вы узнали себя — обязательно обратитесь к специалисту.





Определите свои границы

Прежде всего попробуйте ответить на вопросы: что вам действительно нравится, а что вызывает дискомфорт? Какие вещи для вас неприемлемы? Это поможет понять, какие границы вы хотите установить в отношениях.

Обсуждайте проблемы

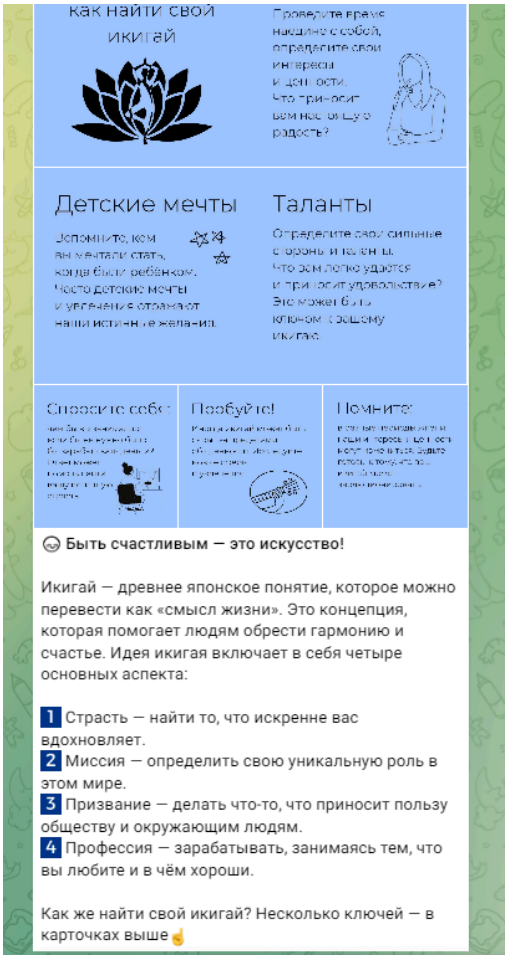
Часто люди предпочитают умалчивать о проблемах, чтобы никого не обидеть. Но это может привести к еще большим конфликтам. Не стесняйтесь обсуждать, что вас не устраивает.

Выражайте свои потребности

Часто мы ждем, что другие люди сами поймут, что мы хотим. Но это не всегда получается. Лучше всего прямо говорить о своих потребностях и ожиданиях, чтобы окружающие понимали, что для вас важно.

Говорите «нет»

Было ли у вас такое, что вы соглашались на что-то только потому, что не хотели обидеть человека? А ведь это может привести к неприятным последствиям. Говорите «нет», если вам это нужно. Это не делает вас эгоистом — это значит, что вы уважаете свои границы.



Ключ к счастью: как найти свой икигай



Самоанализ

Проведите время наедине с собой, определите свои интересы и ценности. Что приносит вам настоящую радость?



Детские мечты

Вспомните, кем вы мечтали стать, когда были ребёнком. Часто детские мечты и увлечения отражают наши истинные желания.

Таланты

Определите свои сильные стороны и таланты. Что вам легко удаётся и приносит удовольствие? Это может быть ключом к вашему икигаю.

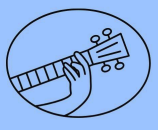
Спросите себя:

чем бы вы занимались, если бы не нужно было бы зарабатывать деньги? Ответ может помочь найти вашу истинную страсть.



Пробуйте!

Иногда икигай может быть скрыт за пределами обыденности. Исследуйте новые сферы и увлечения.



Помните:

в разные периоды жизни наши интересы и ценности могут измениться. Будьте готовы к тому, что ваш икигай может эволюционировать.



Каждый второй житель Земли рискует получить психическое расстройство

К таким выводам пришли ученые, проанализировав сведения ВОЗ. Исследование показало, что хотя бы один ментальный диагноз есть у 28,6% мужчин и у 29,8% женщин.

При этом риск заболеть к 75 годам достигает 46,4% и 53,1% соответственно. Проще говоря, к старости хотя бы одно психическое расстройство будет у половины земного шара!

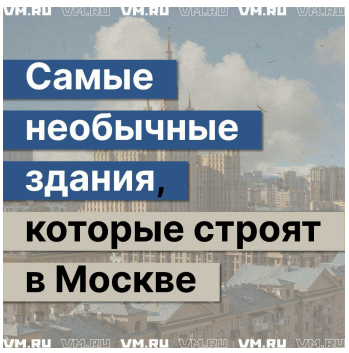
Первые признаки появляются довольно рано: в детстве, подростковом или юношеском возрасте. У мужчин — чаще всего в 19 лет, у женщин — в 20.

#mentalmore_наука

Подпишись на MentalMore

19 3 3 1

edited 2.5K 12:01





Подкова

Около «Москвы-Сити», на месте промзоны между Звенигородским шоссе и улицей Мневники, построят 200-метровый жилищный комплекс (около 60 этажей) из двух башен в виде подковы.



Каменный цветок

Новый жилой комплекс в виде цветка построят в Даниловском районе. По задумке, «каменный бутон» создадут три разноуровневых дома с эркерами *(выходящими из плоскости фасада частями помещения. — «ВМ»)*, балконами, террасами и лоджиями.



Дом с «упавшей» частью

На Звенигородском шоссе построят гостиницу с «упавшей» частью. Один корпус сделают в форме буквы «П», а другой — в виде трапеции. Соединят их «упавшей» черной перекладиной: она наклонена и соединяется с «П» на уровне 7–10-го этажей.



«Корнишон»

В Даниловском районе построят еще одну оригинальную высотку, которая по проектному плану напоминает огурец. Главный архитектор Москвы Сергей Кузнецов заявил, что здание сможет конкурировать с лондонской башней, которую называют «Корнишоном».



Яблони и груши

В составе транспортно-пересадочного узла «Мичуринский проспект» появятся жилые башни с необычным фасадом — их украшением станут паттерны в виде груш, вишен и яблок. Сложную геометрию лаконичным зданиям придадут элементы из гнутого стекла.



Космический курорт

Возле станции метро «Прокшино» построят крупнейший в стране аквакурорт, который внешне будет похож на космическую станцию. В нем будет несколько закрытых бассейнов и один открытый с аттракционами, а также искусственная гора высотой 2,5 метра с маршрутами движения против течения.



Японский водопад

В районе Раменки на Мосфильмовской улице возведут жилой комплекс из двух зданий по проекту японского бюро. Один из фасадов выполнят в форме ступеней, напоминающих каскад водопада. Он будет терракотового цвета, со скругленными углами и бесшовным остеклением.





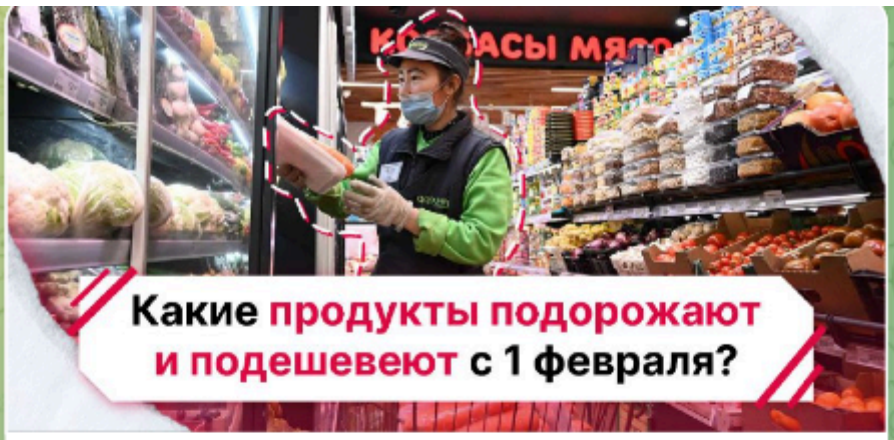
🐼😍 Дептранс выпустил карту «Тройка» с пандой Катюшей из Московского зоопарка

> — За новорожденной пандочкой Катюшей следит вся Москва. Мы знаем, когда она начала ползать, как прошла первый медосмотр и как за ней ухаживает мама. А теперь Катюша появилась на карте «Тройка», — следует из публикации в Telegram-канале «Дептранс Москвы».

Всего выпустили три варианта карт «Тройка» в честь маленькой панды. Приобрести их можно на стойках «Живое общение», во флагманских магазинах на станциях «Маяковская» и «Трубная», а также в интернет-магазине.

Видео: Telegram / Дептранс Москвы

VM.RU Подпишись на «Вечернюю Москву» 2.4K 16:05



Какие продукты подорожают и подешевеют с 1 февраля?

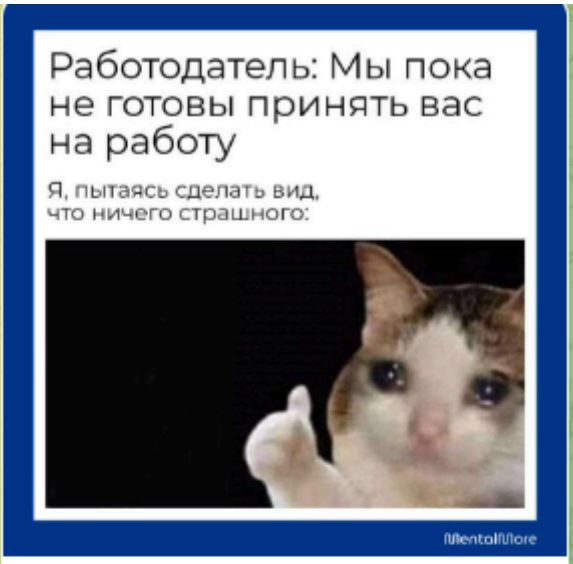
Чай и кофе подорожают, яйца подешевеют — как изменятся цены в феврале?

📈 Первыми о повышении цен объявили поставщики чая и кофе. Средняя цена 1 килограмма зернового кофе может повыситься до 900 рублей, а 200 граммов листового чая будут стоить 250 рублей.
📈 Значительно подорожают шоколад и кондитерские изделия — на 7–10%.
📈 Вина подорожают на 5%. Изменение в стоимости коснутся как иностранных напитков, так и отечественных. Правда, последние прибавят в цене не так сильно.

📉 Стоимость куриных яиц продолжит понижаться и может упасть до 95 рублей за десяток.
📉 Куриное мясо подешевеет на 3–4%.
📉 Аналитики прогнозируют падение цен на смартфоны и бытовую технику.

VM.RU Подпишись на «Вечернюю Москву»

13.3K 17:15



Как научиться отказывать, мы уже рассказали. Теперь не менее сложная задача — принимать отказы!

Конечно, слышать слово «нет» очень неприятно, а иногда даже болезненно. Как же научиться справляться с такими ситуациями? 👇

1 На свой счёт принимаем только деньги. А отказ далеко не всегда связан с вами. У другого человека могли быть свои причины, на которые невозможно было повлиять.
2 Воспринимайте отказ как урок. Попробуйте понять, что ценного для себя вы можете извлечь из ситуации.
3 Вы крутые сами по себе. Ваша самооценка не должна зависеть от того, какие решения принимают другие.
4 Отказы — это не конец света, а естественная часть жизни. Они не определяют вас или ваше будущее.

#mentalmore_каксправиться

Подпишись на MentalMore

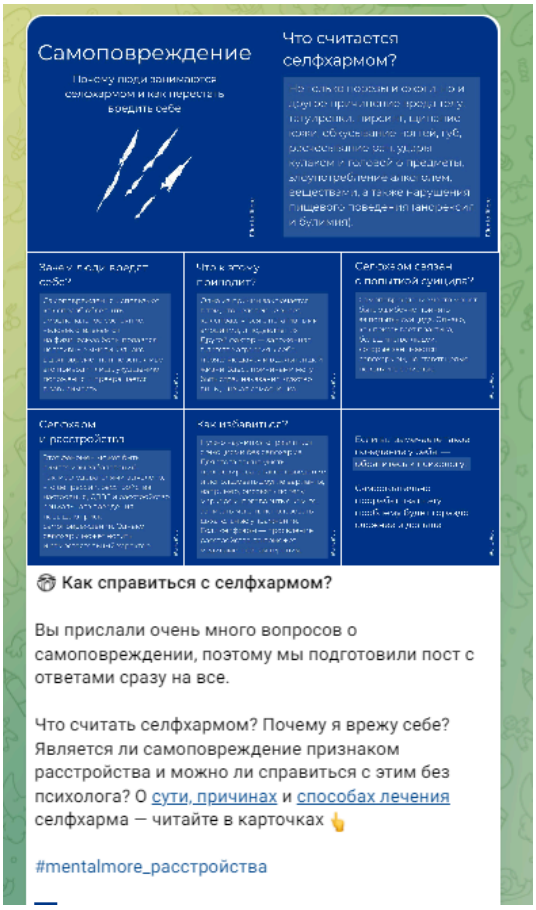


⏳**«Вот когда ...., то сразу заживу!»**

Синдром отложенной жизни — это состояние, при котором человек постоянно откладывает планы до «лучшего момента». Будто не живёт, а только готовится к жизни. Или ждёт какой-то особенный повод для того, чтобы «достать» все свои мечты, как сервиз из серванта.

Как бороться с этим синдромом и начать жить полной жизнью уже сегодня 👇

1️⃣ Жизнь — это не только конечная цель, но и путь к ней. Важно научиться наслаждаться моментом «здесь и сейчас».
2️⃣ Представьте, что заветное «потом» никогда не наступит. Вам ни к чему не нужно готовиться. Лучший момент — сегодня.
3️⃣ Определите конкретные цели. Что приведет вас к ним?
4️⃣ Начните действовать уже сегодня. Даже маленькие шаги важны!

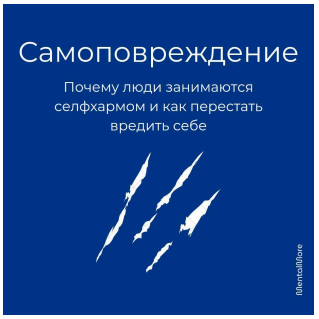


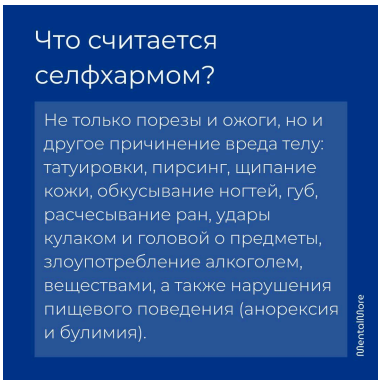
Как справиться с селфхармом?

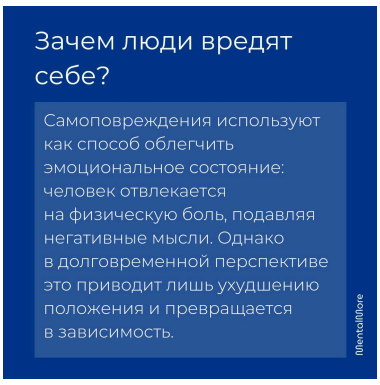
Вы прислали очень много вопросов о самоповреждении, поэтому мы подготовили пост с ответами сразу на все.

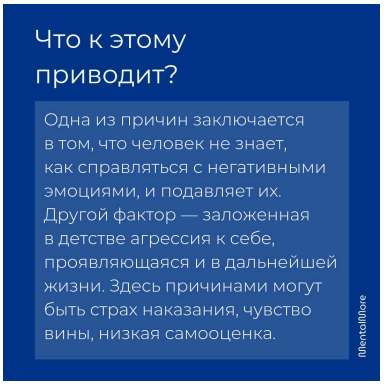
Что считать селфхармом? Почему я врежу себе? Является ли самоповреждение признаком расстройства и можно ли справиться с этим без психолога? О сути, причинах и способах лечения селфхарма — читайте в карточках 👆

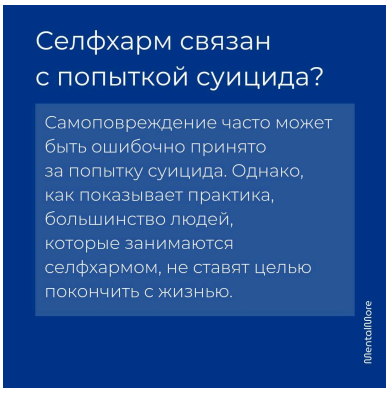
#mentalmore_расстройства

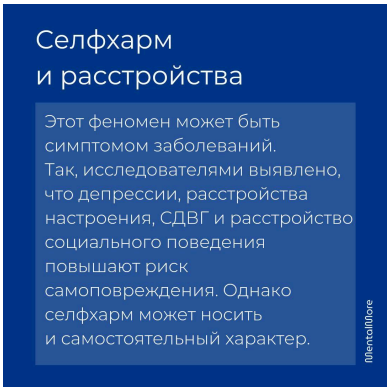


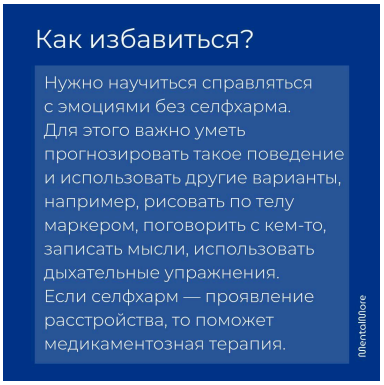


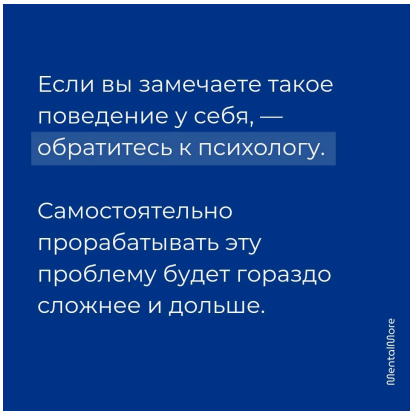


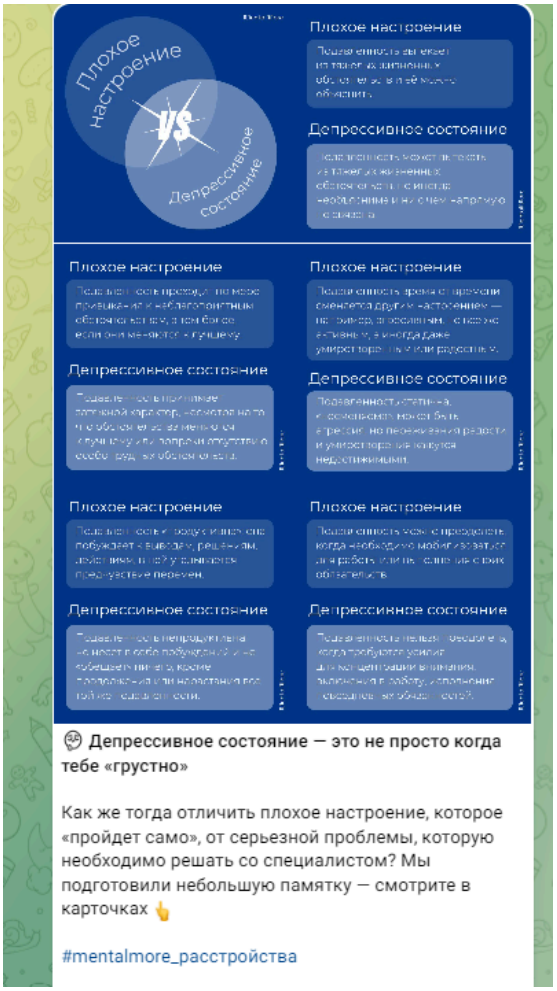








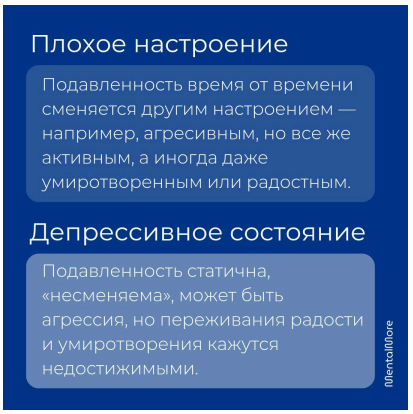



Плохое настроение
VS
Депрессивное состояние
Плохое настроение
Подавленность вытекает из тяжелых жизненных обстоятельств и её можно объяснить.
Депрессивное состояние
Подавленность может вытекать из тяжелых жизненных обстоятельств, но иногда необъяснима и ни с чем напрямую не связана.
Плохое настроение
Подавленность проходит по мере привыкания к неблагоприятным обстоятельствам, а тем более, если они меняются к лучшему.
Депрессивное состояние
Подавленность принимает затяжной характер, несмотря на то, что обстоятельства меняются к лучшему или вопреки отсутствию особо трудных обстоятельств.
Плохое настроение
Подавленность время от времени сменяется другим настроением — например, агрессивным, но все же активным, а иногда даже умиротворенным или радостным.
Депрессивное состояние
Подавленность статична, «несменяема», может быть агрессия, но переживания радости и умиротворения кажутся недостижимыми.
Депрессивное состояние — это не просто когда тебе «грустно»
Как же тогда отличить плохое настроение, которое «пройдет само», от серьезной проблемы, которую необходимо решать со специалистом? Мы подготовили небольшую памятку — смотрите в карточках
#mentalmore_расстройства


MentalMore
Плохое настроение
VS
Депрессивное состояние


Плохое настроение
Подавленность вытекает из тяжелых жизненных обстоятельств и её можно объяснить.
Депрессивное состояние
Подавленность может вытекать из тяжелых жизненных обстоятельств, но иногда необъяснима и ни с чем напрямую не связана.
MentalMore


Плохое настроение
Подавленность проходит по мере привыкания к неблагоприятным обстоятельствам, а тем более, если они меняются к лучшему.
Депрессивное состояние
Подавленность принимает затяжной характер, несмотря на то, что обстоятельства меняются к лучшему или вопреки отсутствию особо трудных обстоятельств.
MentalMore


Плохое настроение
Подавленность время от времени сменяется другим настроением — например, агрессивным, но все же активным, а иногда даже умиротворенным или радостным.
Депрессивное состояние
Подавленность статична, «несменяема», может быть агрессия, но переживания радости и умиротворения кажутся недостижимыми.
MentalMore


Плохое настроение
Подавленность «продуктивна»: она побуждает к выводам, решениям, действиям, в ней угадывается предчувствие перемен.
Депрессивное состояние
Подавленность непродуктивна: не несет в себе побуждений и не «обещает» ничего, кроме продолжения или нарастания все той же подавленности.
MentalMore


Плохое настроение
Подавленность можно преодолеть, когда необходимо мобилизоваться для работы или выполнения своих обязательств.
Депрессивное состояние
Подавленность нельзя преодолеть, когда требуются усилия для концентрации внимания, включения в работу, исполнения повседневных обязанностей.
MentalMore