

ТЫ В АРМИИ СТУДЕНТОВ

Статус-ВО!

студенческий вестник

№1, 25 февраля
2022 г.

КЕМГУ В ЛИЦАХ

Нам
25!

Четверть
века
пишем
о главных
событиях
КемГУ

1²⁰¹⁷
Кемеровский
государственный
университет
Объединяем
знания и людей



КемГУ начинает
подготовку
медицинских
работников

стр. 3

Газеты умеют
говорить?
Читайте, о чём
нашептал нам
«Статус-ВО!»

стр. 4

Профориента-
ционный отряд
«КемСтану» —
большая работа
с абитуриентами
Кузбасса

стр. 7

«Мисс Студенчества Кузбасса — 2022»

В КузГТУ 22 января прошёл финал конкурса «Мисс Студенчества Кузбасса — 2022». Среди 11 претенденток на звание лучшей оказалась студентка Кемеровского государственного университета Екатерина Одегова, которая смогла уверенно пройти весь путь конкурса от заочного этапа до победы.

Красивых и талантливых студенток нашего региона, желающих принять участие в конкурсе, оказалось не мало, но лишь лучшие получили возможность показать свои интеллектуальные способности и умение держать себя на сцене в заключительном этапе. Среди них оказалась и Екатерина Одегова, студентка Института инженерных технологий направления «Пожарная безопасность» КемГУ.

Во время всероссийского образовательного форума «Студвесна» в Казани девушка случайно узнала о

старте заочного этапа. Решила записать видео визитку и неожиданно с успехом прошла в следующий этап.

По условиям конкурса участницы демонстрировали свои таланты. Екатерина сразу знала, что будет танцевать, потому что с юного возраста занимается именно этим видом искусства. В прошлом году студентка стала одним из руководителей коллектива уличных танцев «DENZA» и уже два года выступает в команде «JAM CREW» под руководством Лизы Доцук на всероссийских и международных конкурсах. Несмотря на то, что Катя

не раз выходила на сцену с коллективом, в душе появился страх, ведь сейчас к зрителям нужно было выйти одной.

— Я никогда раньше не выступала сольно, поэтому творческое задание для меня стало испытанием. Очень волновалась, но уже на сцене начала получать невероятное удовольствие от того, что делаю, потому что заряжалась энергией зрителей, ловила их поддержку. Страх ушёл, а приятные воспоминания от этого опыта теперь навсегда останутся со мной, — призналась победительница.

Поддержку Екатерина чувствовала и от своих близких и друзей. Для участия в дефиле конкурсантки не только учились красиво ходить по сцене, но и самостоятельно шили платье. Конечно, у многих не было навыков шитья. На помощь Кате пришла её подруга Юлия Теплова, которая помогла сшить наряд всего за одну ночь.

В решающий день всё прошло лучшим образом: платье смотрелось великолепно, творческий номер восхитил всех зрителей в зале, а на неожиданные вопросы от

жюри ответы нашлись очень быстро. В финальном испытании Екатерине предложили поделиться своими мыслями и чувствами со зрителями о том, что значит творчество для девушки. Речь, которую озвучила наша финалистка со сцены, помогла ей одержать победу и забрать главную награду — титул «Мисс Студенчества Кузбасса — 2022».

— Когда назвали моё имя, на глаза выступили слёзы. Конечно, это от радости, но больше меня растрогала мысль о том, что всё закончилось. Люди, которые меня поддерживали, зрители, которые с улыбкой смотрели на нас, участницы, с которыми мы очень сдружились, и организаторы, которые всегда помогали, — всё это наполняло меня невероятными эмоциями в течение всего конкурса, — рассказала студентка.

Поздравляем Екатерину и желаем ей в будущем больших побед!

Александра Сосновская,
ИФИЯМ, 1 курс.

Дорогие наши читатели!

В этом году студенческий вестник «Статус-ВО!» отмечает 25 лет. Основная наша аудитория — молодёжь, поэтому логично, что время от времени у нас спрашивают: «Почему в эпоху Интернета газета продолжает выходить в классическом бумажном виде?» Конечно, каждый номер «Статуса» есть и в электронной версии. Но нет ничего приятней, чем взять в руки новый выпуск, ещё пахнущий краской, найти свой комментарий или интервью с другом на большом развороте, увидеть знакомые лица на фотографии.

Наша редакция уникальна, ведь здесь трудятся студенты разных Институтов и направлений обучения, чтобы сделать вузовское издание интересным каждому. Из номера в номер мы пишем историю КемГУ. На страницах вестника видно, как менялись студенты и их увлечения, как преобразился университет, какие достижения и победы были в разное время. Праздничный выпуск тоже сохранит память о важных для нас событиях, датах, открытиях и талантливых людях.

В день рождения газеты мы желаем ей оставаться такой же разноплановой, её корреспондентам — гореть своим делом, а читателям — получать удовольствие от каждого выпуска. Спасибо, дорогие читатели, что вы все эти годы с нами. В наш день рождения дарим вам лучший подарок — новый выпуск «Статус-ВО!».

Главный редактор студенческого вестника «Статус-ВО!»
Алина Кобец.



От ВСЕЙ ДУШИ ПОЗДРАВЛЯЮ С 25-ЛЕТИЕМ!

Какой прекрасный возраст — 25 лет: самый расцвет молодости, а впереди большие перспективы, мечты и планы, смелые решения и надежда только на лучшее. Газета «Статус-ВО!» всегда была олицетворением юности. Здесь работают начинающие журналисты, которые пишут на её страницах о жизни студентов, поднимают смелые темы и рассматривают актуальные вопросы современности.

За четверть века издание менялось вместе с его студентами. Из шуточной газеты «Статус-ВО!» вырос в зарегистрированное СМИ, которое высоко оценивается жюри на всероссийских конкурсах. Студенческий вестник стал официальным представителем КемГУ, рассказывая из номера в номер о том, что происходит в стенах вуза. Читая каждый раз тексты корреспондентов, гордились тем, что наши ребята создают качественный медиапродукт наравне с региональными СМИ.

КемГУ уже невозможно представить без «Статус-ВО!», который стал его историей. В день рождения газеты желаю корреспондентам редакции оригинальных идей, неиссякаемого вдохновения и упорства в вашей нелёгкой, но невероятно интересной профессии.

С наилучшими пожеланиями,
проректор по учебной и научной работе
Ю. Н. Журавлев.

ДЕЛОВАЯ ИГРА

Примерь роль ДИПЛОМАТА

В Кемеровском государственном университете 12 и 13 марта пройдёт «Кемеровская Межрегиональная модель ШОС — 2022», организованная Институтом истории и международных отношений и Студенческим научным обществом ИИИМО КемГУ.

Межрегиональная модель ШОС пройдёт в формате деловой игры, в рамках которой будет осуществляться работа одного из органов Шанхайской организации сотрудничества — Совета глав государств. В ходе работы участники в роли дипломатов-делегатов конкретных стран будут обсуждать и решать проблемы международного характера.

К участию в работе модели приглашаются студенты вузов: бакалавры и магистранты. Мероприятие направлено на всех, кто интересуется глобальной политикой. Участники овладеют навыками дипломатического общения, расширят знания в области международного права, научатся составлять международные документы, а также познакомятся с интересными людьми из разных университетов, неравнодушных к проблемам современного мира.

Чтобы узнать подробности и подать заявку, сканируй QR-код.



СНО ИИИМО.

АНОНС

ВЕСЕННИЙ ПАРАД НАУКИ



Как сказал советский физик Пётр Леонидович Капица: «Наука должна быть веселая, увлекательная и простая». Редакция подготовила список научных событий вуза, соответствующих этим правилам, где вы можете принять участие уже этой весной.

Традиционно в апреле состоится Международная научная конференция студентов и молодых учёных «Образование, наука, инновации: вклад молодых исследователей», в рамках которой каждый институт университета организует и проведёт заседания секций по профильным тематикам.

С 20 по 21 апреля в ИБЭИПР состоится V Симпозиум «Междисциплинарные подходы в биологии, медицине и науках о Земле: теоретические и прикладные аспекты».

В стенах юридического института 23 апреля пройдёт XIV (XXI) Международная научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых учёных «Правовое образование — Гражданское общество — Справедливое государство».

ИФИЯМ организует симпозиум «Филология, иностранные языки и медиакоммуникации», который пройдёт 28 апреля.

В Институте экономики и управления в рамках работы секций конференции «Образование, наука, инновации» студенты, магистранты, аспиранты и молодые учёные института представят результаты своих научных изысканий по таким направлениям, как «экономика и управление предприятием, региональным и на-

циональным хозяйством», «учётно-экономическое обеспечение бизнеса», «финансово-аналитическая экономика», «теория и практика менеджмента», «цифровая экономика», «государственное и муниципальное управление».

ФФКИС проведёт Международную научно-практическую конференцию «Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма».

В стенах вуза состоится ежегодная конференция «Эрудит». В ТИП-Пе будут организованы две секции: «Промышленная экология и биотехнологии» для учеников 9-11-х классов и «Современные тенденции в технологии пищевых продуктов и общественном питании» для студентов СПО, которые учатся на специальностях, близких к пищевой промышленности. Институт отмечает, что готов предоставить учебные лаборатории для экспериментов и провести ряд консультаций.

Большой простор для научных поисков предоставляет ИИИМО. С 22 по 24 апреля институт приглашает на международную конференцию «Россия и ЕС: вопросы партнёрства и конкуренции в международных отношениях» в рамках проекта «Erasmus + Jean Monnet Chair». К участию приглашаются коллеги из российских и зарубежных вузов, студенты и аспиранты направлений «Международные отношения», «Зарубежное регионоведение», «История», «Международное право», «Политология» и другие. Кроме заседания секций, в рамках симпозиума состоятся семинары для молодых исследователей.

На базе КемГУ ИИИМО пройдёт Всероссийская научно-практическая конференция «Молодежь в условиях информационного общества: международный, национальный и региональный аспекты». Работа будет проводиться в очно-дистанционном формате 23 марта. К участию приглашаются научные и практические работники, преподаватели, аспиранты, магистранты и студенты вузов.

Студенты научного общества ИИИМО разрабатывают большой исторический форум, состоящий из трех секций. Одна из них — научно-практическая конференция. Кроме этого, планируются секции по созданию игр и социальному проектированию.

Дарья Савицкая,
ИФИЯМ, 1 курс.

РАСШИРЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ



Непрерывное ОБУЧЕНИЕ ВЕТЕРИНАРОВ



непрерывность получения образования.

— У студентов будет возможность получить сначала среднее профессиональное образование в колледже по специальности «ветеринарный фельдшер», а затем желающие смогут поступить в высшее учебное заведение и получить специальность «ветеринарный врач», — отмечает руководитель ссуза.

В учебный план будущих ветеринаров войдут такие дисциплины и профессиональные модули, как латинский язык в ветеринарии, анатомия и физиология животных, основы микробиологии, основы зоотехнии, ветеринарная фармакология, болезни мелких домашних животных и другие.

В 2022 году на специальность «Ветеринария» планируется набрать одну группу на базе девяти классов, а в следующем году уже две: девяти и одиннадцати классов.

Срок обучения при наличии основного общего образования — 3 года 10 месяцев, среднего общего образования — 2 года 10 месяцев.

Практику студенты будут проходить сначала в «Ветеринарном центре» КемГУ, а затем в ветеринарных клиниках города Кемерово. Кроме того, колледж будет помогать выпускникам в трудоустройстве.

Екатерина Кухлевская,
ИФИЯМ, 2 курс.

Будущих ветеринарных фельдшеров начнут обучать в колледже промышленных, информационных технологий и права КемГУ. Абитуриенты смогут подать заявки в ходе приёмной кампании 2022 года. В Кузбассе специалистов в этой области готовят лишь два учебных заведения. В Кемерове одно — КемГУ.

Если раньше можно было поступить на направление «Ветеринария» только окончив одиннадцать классов, то теперь у абитуриентов будет возможность окунуться в профессию уже после девяти лет обучения

в школе. Выпускники колледжа смогут повысить квалификацию в Институте биологии, экологии и природных ресурсов КемГУ. По словам директора колледжа Олеси Шейфель, открытие новой специальности обеспечит



ОБМЕН ОПЫТОМ

ТВОРЧЕСКАЯ ПЕРЕЗАГРУЗКА

Студенты КемГУ побывали на Школе актива «Студвесна. Перегрузка-2022», которая прошла 5 и 6 февраля в КузГТУ. Второй год подряд организаторы собирают кузбасских студентов, чтобы обменяться знаниями и вместе пройти подготовку к волнительному для творческой молодёжи фестивалю «Студенческая весна».



— Основная цель была познакомить ребят с фестивалем студенческого творчества в Кузбассе: показать направления, рассказать об экспертах и поговорить о некоторых нюансах в работе над концертной программой, — рассказала Анна Блохина, эксперт Школы по направлению «Журналистика».

В течение двух дней около двухсот юношей и девушек из высших учебных заведений и муниципальных образований Кузбасса погружались в работу семи площадок: театр, музыка, арт, танцы, оригинальный жанр и цирк, видео, журналистика. Мастер-классы, которые провели приглашённые эксперты, помогли студентам создать свой собственный гала-концерт.



Студентка ИЭиУ Мария Леснова стала участницей направления «Театр». Художественным словом девушка начала заниматься ещё в седьмом классе и продолжила эту деятельность в вузе.

— Моя цель на школе актива — побороть дрожь в голосе. Как оказалось, проблема была в концентрации внимания не на зрителе, а на дрожи. Проблема найдена, осталось её проработать, — поделилась итогами работы Мария. — За эти два дня я получила много новой информации.

Поняла, что нужно полностью концентрировать своё внимание на зрителе, а не на себе, при этом удивило, что к залу можно поворачиваться спиной. Эксперты успокоили, что волнение перед любым выступлением — это абсолютно нормально. Как сказал режиссёр Никита Бетехтин, который проводил мастер-класс на театральном направлении: «Если ты волнуешься, если ты переживаешь, значит, ты живой». Зато после концерта ощущаешь лёгкость, радость и хочется поскорее вернуться на сцену.



В числе организаторов Школы актива был Председатель ССО КемГУ Данила Ёлшин. Молодой человек считает, что такие мероприятия очень помогают ребятам настроиться на создание чего-то нового и повысить уровень качества итоговой работы на фестивале, а значит, и шансы на победу в своих номинациях.

— Именно на подобных встречах рождаются новые уникальные идеи, потому что здесь для этого есть все условия: общение с единомышленниками, обмен знаниями и мыслями с более опытными ребятами, возможность узнать что-то новое от экспертов, — уверен активист. — Когда приходит время подготовки к фестивалю «Студенческая весна», участники уже заряжены на творчество и подготовка номеров и концертной программы проходит легче.

Школа актива дала нашим ребятам возможность пообщаться с опытными экспертами, опробовать свои навыки на практике, весело и с пользой провести время в команде единомышленников, а самое главное — подготовиться не только к университетской, но и всероссийской Студвесне, которая в этом году пройдёт в Самаре.

Анжелика Грушкина,
ИФИЯМ, 1 курс.

Фото: Денис Скоробогатов.



В НОВОМ НАПРАВЛЕНИИ

— Почему университет выбрал именно медицинское направление для развития?

— На это повлиял ряд факторов. Медицина сегодня — перспективная отрасль, в которой каждые пять лет происходит революция. Меняется представление о диагностике, лечении заболеваний. Второй момент: в нашем регионе, даже в России в целом, мы столкнулись с системным кризисом в медицине: наблюдается большой дефицит работников. Необходимо открывать новые факультеты, чтобы учить дополнительный поток студентов и восполнять численность кадров. Также сейчас активно говорят об экспорте врачей: международном сотрудничестве с Индией, арабскими странами.

— Известно ли количество мест приёма в 2022-м?

— По направлению «Лечебное дело» в 2022-2023 учебном году планируется набор студентов в количестве 100 человек, которые могут пройти обучение на контрактной основе. Бюджетные места, в том числе и целевой приём, запланированы на следующий год.

— Где и как часто будут проходить практику студенты?

— По программе практика у студентов начинается уже с первого курса. По актуальным нормативным документам количество практики увеличено по сравнению с программой двухлетней давности. Договоры заключены с Кузбасской областной клинической больницей им. С. В. Беляева, которая станет ключевой базой для нас, а также с Кузбасской клинической больницей скорой и медицинской помощи



ОТКРЫВАЕТ ДВЕРИ



Они всегда ассоциировались с белым халатом, стетоскопом и ежегодным осмотром. Сейчас больше с красной зоной, защитными костюмами и сменами в реанимации. В современных реалиях необходимо всё больше врачей широкого профиля. В декабре 2021 года Кемеровский государственный университет получил лицензию на открытие направления «Лечебное дело». О новом медицинском институте и наборе студентов в 2022 году рассказал исполняющий обязанности директора института Вадим Гельевич Мозес.

ализированную аккредитацию, что является допуском к работе в первичном звене. Выпускники смогут работать в поликлиниках на должности врача общей практики. По желанию студентов можно продолжить обучение в ординатуре по узкому профилю. Это можно сделать и в КемГУ: у нас начинается обучение по четырём наиболее востребованным направлениям — терапия, офтальмология, хирургия, урология.

— Будет ли мединститут сотрудничать с научным центром, делать упор на исследовательскую работу?

— Сотрудничество с научным

центром — это один из базовых аспектов работы любого института. Это помогает студентам развиваться, а вузу — возвращать собственные кадры, так как среди трудолюбивых студентов мы часто находим будущих преподавателей. Будем привлекать студентов к научной деятельности с первого курса.

— Кто будет преподавать студентам нового института?

— Сейчас идёт подготовка кадров. Много врачей из кемеровских больниц, которые имеют учёную степень, готовы быть преподавателями в КемГУ. Преимущество таких специалистов в том, что они являются не только те-

оретиками, но могут дать студентам и практические знания, без которых медицинское образование бессмысленно. А наличие преподавателей КемГУ у нас обязательно, считаем, что здесь должна быть здоровая конкуренция. Особенность образовательных программ будет проявляться в большом количестве часов и ряде дополнительных фундаментальных и гуманитарных дисциплин в учебном плане, ведение которых возьмут на себя преподаватели КемГУ.

— Вы исполняете обязанности директора мединститута. Расскажите, как ваша жизнь связана с медициной?

— Я происхожу из династии врачей, в медицине это не редкость. Мой отец, как и я, специализировался в направлении «Акушерство и гинекология». Учился я в КемГУ с 1990 года, и последующая моя жизнь была неразрывно связана с этим университетом. Я прошёл путь студента, ассистента, доцента, завкафедрой, декана факультета, защитил кандидатскую и докторскую. Но я перешёл в КемГУ, потому что верю в потенциал этого вуза, думаю, что здоровая конкуренция делает качество образования выше.

— Чехов писал: «Профессия врача — подвиг. Она требует самоотверженности, чистоты духа и чистоты помыслов». Сможет ли институт воспитать эти качества?

— Абитуриенты должны понимать, на какую специальность они поступают. Конечно, от учащихся не ждут подвигов с первого курса, но нужно осознавать, что профессия связана с оказанием медицинской помощи, ведётся работа с людьми, и конечно, эта сфера имеет свои сложности. Но современное образование помогает развивать эмпатию, сострадание, готовность помогать людям.

Врач — благородная и ответственная профессия, которая ждёт пополнения ресурсов новыми кадрами. Появление возможности получить медицинское образование в нашем регионе, в том числе и в КемГУ, — это большое и значимое событие для всего Кузбасса.

Лада Булатова,
ИФИЯМ, 1 курс.

Фото: kemsu.ru, kemsu.ru.

С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ!

В этом году 14 февраля студенческий вестник «Статус-ВО!» отметил двадцать пять лет. В преддверии праздника мы случайно услышали, как газета разговаривает... Да-да, газета умеет говорить! Мы решили подслушать, чего такого интересного она хочет сказать.

Не простая ГАЗЕТА

В 1997 году инициативная группа учащихся на отделении журналистики нынешнего ИФИЯМ решила создать газету, которая бы стала информационной площадкой для всех студентов, преподавателей и сотрудников КемГУ. В прекрасный февральский день, праздник для всех влюблённых, на свет появилась я, такая нужная и незаменимая — газета «Статус-ВО!». Моим первым редактором стал Кирилл Самшонков, а своей крёстной мамой я считаю Ирину Красикову, потому что именно она дала мне имя, навеянное названием популярной тогда музыкальной группы «Status Quo», а их песня «In the army now» подарила идею нашего слогана — «Теперь ты в армии студентов».

Кстати, я не просто какая-то там газетка... Я информационное, культурно-развлекательное, официально зарегистрированное СМИ. Выхожу четыре раза в год тиражом пятьсот экземпляров.

За двадцать пять лет у меня набралось столько наград! Хотите, расскажу о них? Знаю-знаю, хотите. На самом деле, наград у меня ой-ой-ой, но все перечислять не буду, расскажу только о самых ярких.



В 2013 году я была признана «Лучшим специализированным изданием для детей и юношества» на Всероссийском конкурсе журналистов «Золотой гонг-2013». В 2014 году стала победителем II городского конкурса молодёжных СМИ в номинации «Лучшее студенческое издание». Весной 2016 года была признана «Лучшим студенческим СМИ» на Всероссийском конкурсе «МедиаВЫЗОВ». Также являюсь лауреатом губернаторской премии «Молодость Кузбасса».

Мои корреспонденты постоянно участвуют в форумах, конкурсах и фестивалях различного уровня, где активно проявляют себя, показывая высокий уровень профессиона-

Редакция 2020 года



МНЕ — 25!

лизма. Корреспондентка Валерия Зуева в декабре 2015 года одержала победу во Всероссийском конкурсе журналистов «Хрустальная стрела». Её коллега Карина Марсуверская на Всероссийском фестивале «Прайм-тайм» победила в номинации «Лучший журналистский материал». В 2019 году по результатам 25-го Всероссийского конкурса журналистов «Золотой гонг-2019» Анастасия Копылова заняла I место в номинации «Журналистский дебют года», ранее по результатам XIII Всероссийской студенческой олимпиады «Журналистика» Анастасия вошла в число победителей. Помимо всего прочего, мои корреспонденты постоянно становятся обладателями стипендии для журналистов имени А. В. Клишина.

И такие способные, талантливые люди работали со мной всегда. Именно на моих страницах начался профессиональный путь многих известных журналистов: Вадима Такменёва (НТВ, «Центральное телевидение»), Марии Байдиной, Клима Санаткина (НТВ, «Центральное телевидение»), Елены Болтиновой («Москва 24»).

Всегда в эпицентре событий

«Статус-ВО!» для университета — важное звено. Я участвую в событиях учебной, спортивной, культурной жизни КемГУ, да и сама являюсь событием студенческой жизни, достойно отражая её многогранность. В рубрике «Спортивный Олимп» постоянно освещаю достижения студентов ФФКИС и студентов других институтов. В «Азбуке наций» рассказываю о студентах КемГУ из разных стран, их нравах и обычаях. В рубрике «Твои люди, университет» показываю достижения и заслуги студентов, преподавателей и сотрудников вуза.

Уже более десяти лет я организую ежегодный медиасеминар для школьников Кузбасса. На базе университета в течение двух дней для юных корреспондентов проходят различные мастер-классы от студентов и преподавателей вуза, а также ведущих журналистов Кузбасса. Традиционно в рамках медиасеминара проходит творческий конкурс буду-

щих журналистов «Золотой жираф». Победителей награждают дипломами, которые дают дополнительные баллы при поступлении.

Кроме того, я — один из организаторов Школы практической журналистики «Медиапоколение», где школьники знакомятся с азами профессии и готовятся к поступлению в КемГУ.

— всё это бурно обсуждается и решается, как будто реализовываться идеи. Каждый корреспондент выбирает себе тему — и тут начинается самое интересное. Один идёт договариваться с героями материала и фотографами, другой проводит интервью, третий бежит на место события, чтобы написать репортаж, а четвёртый — всё вместе взятое. У корреспондентов всегда кипят мысли в голове: как организовать текст, как сделать его ярким, увлекательным.

только потом, дорогие читатели, вы можете получить в руки свежий номер, страницы которого ещё пахнут типографской краской.

Принимаю поздравления!

Мария Анисимова, ИФИЯМ, 3 курс: «Первая ассоциация со «Статусом» — дом. То чувство, когда ты заходишь в редакцию, где тебя искренне рады видеть, не сравнимо ни с чем. Елена Дмитриевна Филонова, которая до недавнего времени курировала работу студенческой редакции, всегда нальёт чашечку чая и искренне поинтересуется моими делами. Редактор обязательно поможет дельным советом о том, как действительно улучшить материал, поддержит любую инициативу студентов и подскажет интересную тему. С уверенностью могу сказать: лучшей площадки, где печатники могут практиковаться, в нашем университете нет. Поэтому в юбилей газеты я желаю «Статусу» счастья зелёного цвета, неравнодушных корреспондентов и большой тиражей».

Алина Ткаленко, ИФИЯМ, 4 курс: «Статус-ВО!» — площадка для реализации себя как начинающего журналиста, пространство для воплощения всех своих желаний. Это одно из немногих изданий, которое даёт огромную свободу творчества. Благодаря сотрудничеству с газетой я попала на «Молодые ветра». Для меня фестиваль стал большим событием, открытием. Это возможность не только обрести новых друзей, но и обменяться полезными знаниями с ребятами во всех сферах».



Ежегодно совместно с кафедрой журналистики и русской литературы XX века ИФИЯМ я участвую в организации Областной профильной журналистской смены «Молодые ветра». Мои корреспонденты — кураторы этого проекта. Под их руководством школьники выпускают журналы и газеты, записывают радиозаписи, снимают телевизионные программы, учатся фотографировать и готовить качественные материалы в социальные сети.

Тайна рождения

Сегодня я открою вам завесу тайны и расскажу, как появляются на свет мои выпуски.

Каждый месяц корреспонденты собираются в редакции, чтобы обсудить круг тем будущего номера. Какие-то темы предлагает редактор, какие-то озвучивают сами корреспонденты

Светлана Викторовна Инешина, руководитель направления подготовки «Журналистика» ИФИЯМ КемГУ: «Газета «Статус-ВО!» — сильная площадка для наращивания и тренировки журналистских «мышц». Это студенческое издание, но работа в редакции выстроена по-взрослому — с реальными людьми, актуальными информационными поводами, интересными темами. И на выходе мы, читатели, видим конкретный результат — газетный номер. Мне кажется, это та редакция, в которую нестрашно прийти со своими идеями, мыслями, текстами. Для начинающих журналистов всегда очень важно ощутить поддержку на первых порах, услышать совет, увидеть работу других ребят, таких же, как ты, понять, что творческие трудности — примерно одинаковые у всех, и ты не одинок в своих переживаниях. Это опыт, плюс общение, плюс попадание в пространство, в котором можно расти профессионально. Найти такое сегодня — большая удача для человека творческой профессии».

Елена Варенникова, 3 курс, ИФИЯМ: «Мне кажется, я тот корреспондент «Статус-ВО!», который больше любил не писать, а рисовать и предлагать идеи. Такой творческий живчик. И очень рада, что в своё время Оля Тарабанова помогла мне освоиться в новом объединении, Лиза Матико — проявить способности. И вот сейчас на их посту Алина Кобец. Здорово быть корреспондентом газеты, общее дело редакции сближает и даже роднит. «Статус» всегда объединял думающих людей, меня это не может не привлекать. Хочу пожелать, чтобы огонёк нашей студенческой газеты никогда не погас».

**Поздравляю и я!**

Наверное, я могла быть скромнее, но мне так хочется сказать: я была с первых дней моего существования трудолюбивой и неутомимой. И до сих пор вместе со своими коллегами достойно выполняю работу. Всегда с гордостью говорю, что мои корреспонденты ответственные, старательные и очень инициативные. А мои читатели самые любознательные и благодарные.

Мой коллектив, я всем сердцем тебя люблю и желаю, чтобы каждый день был успешным, плодотворным, щедрым на хорошие новости и большие перспективы! С днём рождения меня!

Екатерина Трофимова, ИФИЯМ, 4 курс.

Автор иллюстраций: **Мария Анисимова.**
Фото из архива «Статус-ВО!».



ПОБЕДА

ИЗ СТУДЕНЧЕСКОГО КОЛЛАБОРАТОРА — В МГУ

В декабре на расширенном заседании Учёного совета КемГУ стали известны итоги спецпроекта «Студенческий коллаборатор», в котором приняли участие 90 студентов опорного вуза. Победительницей первого сезона конкурса идей стала студентка второго курса Института образования Ангелина Кашеварова. С 1 сентября 2022 года по 31 августа 2023 года она пройдёт стажировку по направлению «Педагогика» в МГУ им. М. В. Ломоносова.

— Как вы решились принять участие в состязании?

— Как только мне в социальных сетях на глаза попала информация о спецпроекте, я сразу заполнила заявку. Интересно было испытать свои силы в чём-то новом. Ин-



триговала и манила неизвестность: что будет дальше, какие будут этапы? Сомнений не было, только уверенность в себе и интерес.

— Как проходили этапы конкурса?

— Первый этап простой — подача заявки, второй тоже не вызвал сложностей — создание видеоролика о себе. Тут, кстати, мне было очень интересно обобщить информацию о своей жизни, учёбе, увлечениях, показать себя с разных сторон. Время было ограничено, что немного усложняло зада-

чу. Самым трудным мне показался третий этап — кейс. У меня было много идей, которые хотелось бы показать в итоговой работе, но условия конкурса ставили нас в рамки. На деловой игре я познакомилась с другими участниками, увидела всех с разных сторон: каждый здесь показал свои умения, знания и таланты. Последний и самый волнующий этап — собеседование с ректором, на котором участники рассказывали о себе. Конечно, эта встреча запомнится на всю жизнь: переживала, но очень радовалась такой возможности.

— Что вам дало участие в конкурсе?

— Для меня всегда важны люди, которые появляются на разных жизненных этапах. Последние два испытания проекта дали мне возможность познакомиться с участниками. Каждый из них по-своему креативный, талантливый, интересный, и у каждого я научилась чему-то новому.

— Какие были первые эмоции после объявления результатов?

— Я не поверила в то, что назвали моё

имя. Потом, конечно, меня переполнила радость. Победа в этом конкурсе — очень значимый для меня результат.

— Был ли всё это время рядом с вами какой-то наставник?

— На самом деле, во время участия в проекте меня поддерживало большое количество людей, что приятно удивило. Наставником не только в самом проекте, но и в жизни для меня является Таисия Евгеньевна Варакина, заместитель директора Института образования по социально-воспитательной работе. Я очень ей благодарна за то, что она всегда рядом, всегда готова помочь.

— Почему местом стажировки вы выбрали МГУ и программу по педагогике?

— МГУ является одним из старейших университетов в России и одним из самых престижных. Когда выпала возможность выбора места для стажировки, я не сомневалась, потому что уверена, что смогу многому там научиться и применить в дальнейшем эти знания в работе в Кузбассе. А выбор программы связан с тем, что я учусь на педагога и хочу связать с этой деятельностью свою жизнь.

— Конкурс станет ежегодным. Что бы вы пожелали участникам следующих лет?

— В первую очередь я бы пожелала не бояться рисковать и пробовать себя в чём-то новом. Первый шаг на пути к цели сложный, но важный, поэтому нужно быть уверенным в себе. Помните, даже если у вас что-то не получится, рядом всегда будут близкие люди, которые вас обязательно поддержат.

Варвара Водзинская,
ИФИЯМ, 3 курс.

Фото: Ангелина Кашеварова.

ПЕРВЫЙ СНЕГ

Трудности не сломили победителей

В КемГУ 25 января прошёл гала-концерт фестиваля «Первый снег», в рамках которого с яркими и громкими программами выступили одиннадцать институтов и один факультет. Несмотря на то, что традиционный фестиваль был перенесён, это не помешало студентам продемонстрировать свои таланты во всей красе. Лучший концерт, по мнению жюри «Первого снега», был у Юридического института, которому и досталось первое место.

Концертная программа лидеров выделялась интересной пиратской темой, в атмосферу которой ребята без труда поместили зрителей. Как отметили сами авторы идеи, это была большая сценическая метафора.

— Работая над сценарием, мы постоянно проводили ряд ассоциаций: пиратский корабль — это наш студклуб, матросы — актив института, студклуба. В сюжете раскрывается яркая жизнь наших активистов и рассказывается актуальная история для каждого первокурсника ЮИ, который хочет оказаться в гуще этих событий. И вот как раз Ивашка, наш главный герой, — это образ первокурсника, который пришёл в команду и тоже хочет стать пиратом, то есть активистом. Ивашка с успехом справляется с этой задачей, показывая всем боязливым пример, — поделился Виталий Аргудав, ответственный за разговорный жанр.



Выступления были невероятно красочными. Яркие костюмы, хорошо продуманные декорации — всё создавалось руками студентов. Да, концерт не состоялся бы без слаженной работы технической группы.

— Мы с самого начала подготов-



ки продумывали декорации, потому что они играют значимую роль в общей концепции, — отметил Дмитрий Кузнецов, ответственный за техническую часть концерта. — Самой большой трудностью для нас стало воплощение задумки о морских видах. Долго не могли решить, как



изобразить море. В итоге показали дно океана. Ещё одна непростая задача — академический номер, который казался пустым. Добавили вокалистке юбку из длинной ткани, а на сцену морских элементов, например, украсили стойку микрофона водорослями.

Команда активистов тщательно готовилась к концерту, но работа была временно приостановлена. Пауза, на которую поставили фестиваль, оказалась настоящим испытанием для ребят.

— Дополнительное время на репетиции не дало нам преимуществ. Подготовка продолжилась, но у ребят началось явное перегорание. Было не просто сохранить боевой настрой, но нам удалось это побороть, и после новогодних каникул мы быстро влились в работу, — поделилась Анастасия Вегнер, ответственная за вокал. — Честно говоря, трудностей при подготовке почти не возникло. Лучший способ разрешения каких-либо проблем — разговор. Всегда нужно уметь найти правильные слова, и всё встанет на свои места.

Перенос концерта хоть и заставил студентов поволноваться, многие ребята получили от общей работы удовольствие. Причём не только первокурсники, но и их старшие наставники.

— Именно сейчас я впервые ощутила студенческую атмосферу творчества: чувство полной свободы, гармонии, ощущение, что ты в своей тарелке и с нужными людьми, — отметила Анастасия Власенко, ответственная за танцевальное направление. — Нам очень повезло с первокурсниками: молодые люди подготовленные, талантливые, вдохновлённые на дела и свершения. «Первый снег», безусловно, всех сплотил. Работать с ребятами было одно удовольствие!

Как отмечают студенты старших курсов, которые помогали в подготовке концерта, первокурсники выкладывались на полную: с горящими глазами посещали репетиции и с таким же драйвом показали себя во время выступления.

— Фестиваль дал множество эмоций, начиная с репетиций и заканчивая победой! С самого начала было немного страшно, — признался Леонид Киселёв, который сыграл главного героя по сюжету. — Человек всегда боится выйти из зоны комфорта, но пройдя этот маленький путь, я понимаю, что переживать не стоило, потому что «Первый снег» дал нам возможность раскрыть свой потенциал и вдохновиться на покорение новых вершин. После эйфории от новости о победе появилось такое грустное, но приятное чувство, что эта страничка жизни длиною в четыре месяца перевёрнулась и оставила только самое лучшее.

Победители уверены, что настрой, который ещё остался внутри у многих ребят, поможет поймать творческую волну при подготовке к «Студенческой весне», получить удовольствие от репетиций и снова сделать выступление, достойное высшей награды.

Татьяна Москвичёва,
ИФИЯМ, 2 курс.
Фото: Фотоклуб
КемГУ «Монохром».

ЮБИЛЕЙ



Ветераны на спектакле «Счастье моё» студенческого театра «Встреча», 2014 год



Акция «Помоги престарелым и инвалидам». Совет ветеранов приехал в Дом престарелых с подарками, 2006 год



Акция «Благоустройство захоронений». Студенты и ветераны КемГУ у могилы профессора В. Н. Скалона, 2015 год

Перелистывая странички фотоальбомов, Александр Витальевич с гордостью и неимоверным трепетом рассказывает историю Совета ветеранов КемГУ. Каждое лицо на этих снимках он знает лично. О каждом может рассказывать часами и о том, сколько эти люди сделали для студентов за свой немалый срок работы в университете. Будучи председателем первичной ветеранской организации, Александр Витальевич Сухих вместе с активистами продолжает развивать ветеранское движение в стенах КемГУ. Сейчас объединение — это не просто работа с пенсионерами и ветеранами, а авторитетная общественная организация, имеющая поддержку ректората и профкома.

— На данный момент в нашем совете состоят 600 человек, из них 257 — ветераны труда, но цифры постоянно меняются. Когда препода-

ватель или кто-то из сотрудников университета принимает решение уйти на заслуженный отдых, он также решает, вступить в наши ряды или нет. Всё абсолютно добровольно. Попадая в Совет, люди, вне зависимости от профессии в университете, становятся равны между собой. Все пользуются одинаковыми правами как ветераны и пенсионеры, — рассказывает председатель.

Открывая первую страничку, Александр Витальевич, задержав дыхание, показывает фотографии, в которых будто остановилась история. На снимках люди, которые ещё в 1962 году решили развивать ветеранское движение. Следом идёт фотография первого председателя Совета ветеранов КемГУ Евдокии Яковлевны Комшиной. Кстати, официально ветеранскую организацию основали только в 1981 году.

— В прошлом году мы пережи-

Клуб по интересам. Занятие ведёт Э. П. Гриневич, 2012 год



ДОЙТИ ДО КАЖДОГО ВETERАНА

В нашем вузе десятки студенческих объединений поддерживают культурную и общественную жизнь университета. Однако организация, о которой мы расскажем сегодня, отличается не только своим составом, но и опытом работы. В 2021 году Совет ветеранов КемГУ отпраздновал своё 40-летие. Университет давно стал вторым домом для активистов этого объединения, куда они рады возвращаться вновь и вновь. Общение со студентами для них — глоток свежего воздуха, а их почтенный возраст не помеха для яркой и активной жизни. Об истории и деятельности первичной ветеранской организации нам рассказал её председатель Александр Витальевич Сухих.

ли важную для нас дату — 40-летний юбилей. Вот уже четыре десятка лет Совет ветеранов делает всё возможное, чтобы облегчить жизнь пенсионеров, — продолжает рассказ Александр Витальевич. — Наш девиз: «Дойти до каждого ветерана». Мы проводим индивидуальную работу с одиноко проживающими пенсионерами, вместе с волонтерами-студентами помогаем в ремонте квартир, получении путёвок в «Виту» и бассейн города. Кажется, при таком количестве человек невозможно дойти до каждого, тем не менее через куратора или напрямую мы продолжаем помогать. Эта работа часто не видна, но, когда

мы чествуем юбиляра, сполна чувствуем счастье от нашей деятельности. В любой работе наши активисты на передовой!

Довольно большая страница в жизни ветеранов университета — работа со школьниками и студентами. Ещё в 90-х члены Совета ветеранов прилагали много сил для работы по патриотическому воспитанию молодёжи. Тесная связь со студенческими организациями и сегодня помогает Совету организовывать встречи ветеранов вуза со студентами университета и учениками школ города.

— Ветераны КемГУ — живая связь времён и поколений. Боль-



Выступление ансамбля «С песней по жизни» на День Победы

шая проблема для нас сейчас — это неосведомлённость студентов о нашей деятельности. У нас огромный ресурс — 600 человек: и филологи, и экономисты, и историки, и психологи, и каждый рад взаимодействовать с молодёжью. Нам важна и необходима обратная связь от студентов. Как показывает практика, такое взаимодействие всегда продуктивно для обеих сторон, — отмечает руководитель Совета. — К примеру, недавно мы записывали ролик для проекта «Сквозь года» вместе с активистами ассоциации «София». В планах снять ещё несколько фильмов.

Отдельную роль в жизни ветеранской организации играет творчество. Возраст — состояние души, как говорят ветераны. Объединение постоянно организует мероприятия в честь знаменательных дат, активисты посещают выставки, экскурсии, театры, поэтические вечера и спортивные соревнования.

— Посмотрев на наши фотографии, вы можете прочитать нашу летопись. В информационное издание, которое, кстати, скоро можно будет увидеть в университете, мы попытались поместить всю нашу активную жизнь: кружки, клубы, книги, походы в ботанический сад и планетарий, — говорит Александр Витальевич. — На самом деле, в нашем коллективе очень много талантливых людей: художники, певцы, поэты. Долгое время в переходе университета стояла наша выставка с письмами фронтовиков, которая была популярна, благодаря совместной работе с музеем университета. Часто говорят: мы перестаем играть, потому что стареем. Нет, мы стареем, потому что перестаем играть.

Ансамбль ветеранов «С песней

по жизни» — это отдельная гордость для Совета. Красные концертные платья, ленточка на левом плече — тот самый символ стойкости и героизма ради победы в страшной войне. И самое главное — воодушевление в лицах, за что люди так любят их исполнение.

— Как говорим мы: «Ансамбль звучит гордо». Аж дух захватывает! Семнадцать лет коллектив радуется своим исполнением. Много наград и успешных выступлений за спиной, — рассказывает председатель. — Женское обаяние и теплота, с чувством и вкусом подобранный репертуар, душевное исполнение — я считаю, главные слабые стороны нашего ансамбля. Только представьте, в репертуаре собрано больше семидесяти песен советских композиторов и кузбасских авторов. Сейчас, к примеру, ансамбль разучивает школьные песни.

Как передаёт Александр Витальевич, планов на 2022 год у Совета совсем не мало. Впереди у ветеранской организации проект «Сквозь года», три крупных круглых стола «О родине», встречи со студентами и школьниками города, участие в проектах «Слово сильнее времени» и «Память поколений», а также организация помощи пенсионерам на придомовых территориях совместно со «Снежным десантом».

— Наша история — это люди. Начиная с тех, кто ещё в начале пути этот поезд на рельсы ставил, делая первые шаги в ветеранском движении, до тех, кто продолжает это дело сегодня, — отмечает Александр Витальевич. — Когда мы перестаем общаться, узнавать новое и вести активный образ жизни, мы действительно стареем. Но если стареть, то красиво, чтобы старость была в радость, а не в тягосте себе и родным. Для нас важно приносить пользу нашему университету и обществу в целом.

Валерия Городецкая,
2 курс, ИФИЯМ.

Фото из архива ветеранской организации.

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

Подари игрушку для храбрости

Помните, как в детстве мы боялись медицинских процедур? Да и сейчас отворачиваемся от шприца в прививочном кабинете. Нравящиеся взрослые из благотворительного фонда «Клуб добряков», придумали для ребятшек проект — «Коробка храбрости». За всё время существования акции, к ней подключились 54 города, и Кемерово в их числе.

Работники благотворительного фонда «Клуб добряков» восемь лет оказывают помощь детям, которые борются с различными сложными заболеваниями, поэтому хорошо знают, как трудно даются малышам испытания в процедурном кабинете. Чтобы маленьким пациентам было легче пере-

носить медицинские манипуляции, проявленная храбрость на каждой процедуре поощряется.

— Дети в больницах ежедневно преодолевают страх и боль. По их мнению, всё самое страшное происходит в процедурном кабинете: инъекции, перевязки,

установка и промывка катетеров... Иногда малышам до рёва пугает даже простой осмотр врача, — говорит координатор проекта «Коробка храбрости» в Екатеринбург Надежда Захарова. — Поэтому в процедурных кабинетах детских больниц, которые подключаются к акции,

есть волшебные коробки. В них хранятся небольшие подарки, помогающие высушить детские слезы. Такие презенты выдаются очень часто, поэтому «Коробка храбрости» должна пополняться не реже двух раз в неделю.

Принять участие в акции могут все желающие кемеровчане. Сделать это просто: достаточно принести подарочки на один из пунктов приёма. КемГУ тоже подключился к доброду делу: теперь во втором и третьем корпусах университета можно заметить пластиковые контейнеры, куда и призывают активисты проекта положить игрушки для малышей. Правда, есть некоторые правила, которые необходимо соблюдать, чтобы не нанести вред храбрецам процедурных кабинетов.

Что можно положить в коробку?

Любые игрушки небольшого размера из пластика, маленькие конструкторы LEGO, раскраски, карандаши, пластилин, кукол, наборы животных из твёрдых материалов, пазлы, машинки.

Важно: все игрушки должны быть новыми и изготовлены из гипоаллергенных материалов, так как у детей в больницах ослаблен иммунитет!

Что нельзя приносить?

Деревянные, мягкие, бьющиеся, острые игрушки со множеством мелких деталей, заколки и детскую косметику.

Анжелика Грушкина,
ИФИЯМ, 1 курс.



ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ

— Расскажите подробнее, какую работу вы ведёте в отряде?

— Когда начали реализовывать идею, активисты нашего отряда выезжали только в городские школы, где рассказывали о вузе и направлениях подготовки. Сегодняшний проект — это выезды и за пределы Кемерово. В ходе общения со школьниками мы рассказываем о жизни нашего вуза, о возможностях абитуриентов и проводим профориентационные игры. Выезды за пределы города часто проводятся совместно с Правительством Кузбасса, поэтому формат этих встреч немного отличается: также играем с ребятами, рассказываем им о профессиях с помощью игр, а потом собираем школьников и учителей в концертном зале, где для них проводится концерт. Перед большой публикой часто выступает куратор нашего отряда — Евгения Юрьевна Поселенова, кандидат филологических наук, которая рассказывает про направления подготовки в КемГУ. Вот, например, недавно были в посёлке Ягуново. Выезд был совместный с Администрацией Кузбасса и впервые со студлубом КемГУ.

— На каком возраст ориентированы выезды?

— Мы берём во внимание школьников девяти-одиннадцатых классов, поскольку они являются потенциальными абитуриентами КемГУ. Иногда по запросу школ мы проводим профориентационные мероприятия и с учащимися седьмых-восьмых классов, но не младше. Однако я отметила, что самая интересная работа проходит именно с восьмиклассниками. Хотя это ещё и не наша аудитория, основная задача прежняя — заинтересовать, поэтому мы строим нашу работу на чередовании информативных кейсов о КемГУ и профориентационных игр. Кстати, особое внимание ребят всегда привлекают фотографии с «Первого снега» и «Студенческой весны».

— Проводится ли какая-то работа со школьниками после мероприятий?

— Да, конечно. Помимо очных выездов и выходов в школу, у нас есть беседа абитуриентов во ВКонтакте, где мы общаемся с ребятами, отвечаем на их вопросы. Ещё проводим экскурсии по КемГУ по запросу школ.

«КемСтану» — проводник в мире профессий

В 2018 году студенты нынешнего ИФИЯМ София Фахреева и Динар Худяков, участвуя в Школе актива КемГУ, представили идею создания профориентационного отряда. Инициатива была одобрена руководителями вуза, а проект позже оказался успешным и перспективным. Чем живёт отряд профориентации «КемСтану» сегодня, нам рассказала Инна Агеева, его экс-руководитель, студентка четвёртого курса ИФИЯМ направления «Отечественная филология».



— Как удаётся заинтересовать подростков?

— На самом деле, нет одного определённого секрета, но есть масса приёмов, которыми действительно можно заинтересовать старшеклассников. Во-первых, не-

спроста про вуз и различные профессии рассказывают студенты, то есть те, кто ещё недавно сам был абитуриентом. Во-вторых, игровые формы и вовлечение ребят в беседу про творческую и научную деятельность, про волонтерские объ-

единения и возможности в КемГУ оживляют аудиторию. И в-третьих, ребята всегда с интересом слушают о финансовой стороне студенчества: о возможностях получения стипендии, субсидии и скидок. Это помогает заинтересовать не только подростков, но и их родителей.

— Почему в этом году популяризируется именно педагогическое образование?

— К сожалению, в Кузбассе большая утечка кадров, а ещё зачастую ребята думают, что педагогика — это скучно, неперспективно и никому не нужно. На самом деле, наш регион нуждается в преподавателях по многим направлениям, поэтому в этом году было принято решение создать педагогический десант,

задача которого — показать абитуриентам возможности профессии, замотивировать их поступать на педагогов и в дальнейшем строить свою карьеру в Кузбассе.

— Какая мотивация у студентов отряда?

— Когда у нас проходят первые собрания для набора людей в отряд (в сентябре и феврале), мы рассказываем про нашу деятельность, о выездах и других мероприятиях. Мы показываем фотографии и видим, как у многих студентов загораются глаза, потому что они тоже хотят работать со школьниками, чтобы помочь им сделать этот важный выбор — определиться с будущей профессией. Конечно, в конце семестра некоторые наши мероприя-



тия отмечаются благодарственными письмами, поэтому помимо увлекательной работы, можно получить и дополнительные баллы для ПГАС.

— От чего, по вашему мнению, зависит эффективность вашей работы?

— Эффективность оценивается по тому, насколько школьники захотели поступать в наш вуз, а это видно по реакции ребят и по уровню их интереса к направлениям подготовки. Если во время работы у абитуриентов нет вопросов или они занимаются своими делами, значит, нужно что-то менять: иначе подать информацию, найти актуальность той или иной профессии именно для этой аудитории. Эффективность нашей работы оценивается количеством абитуриентов, которые в итоге приходят вуз с документами в период работы приёмной кампании. Как ещё недавний руководитель, я считаю, что наша работа достаточно эффективна. У нас уже налажена система выездов, структура экскурсий по КемГУ и сотрудничество с другими организациями вуза. Кроме того, в отряде есть ребята, с которыми мы работали ещё в школе, а сейчас они стали студентами КемГУ и пришли к нам в отряд «КемСтану». Это, наверное, лучше всего демонстрирует, что мы всё делаем правильно!

Мария Рейхерт,
ИО, 1 курс.

ПРОСТАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Что же такое «прокрастинация»? Это склонность к постоянному откладыванию даже важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и психологическим эффектам. Насчёт жизненных проблем всё понятно: просроченные дедлайны, бессонные ночи и прочее, а вот последствия второго уже серьёзнее.

У термина есть два определения. Прокрастинация — возникновение заблуждения о меньшей важности предстоящего дела и замена его альтернативой. Прокрастинация — болезненное состояние души, при котором человек осознаёт происходящее, но продолжает откладывать запланированные дела, а после винит себя в том, что работа не выполнена вовремя.

Замена цели суррогатом иногда может давать и положительный результат, хоть и похожа на оправдание: диплом не написан, зато я сытый, посуда чистая и кот нагажен. В этой ситуации мы обманываем себя, что день бесконечен, при этом снижается значимость первоначальной цели: времени много, поэтому можно и телевизор посмотреть, и чай попить, и параграф курсовой успеть написать. В целом победить такую установку нетрудно, нужно лишь взять себя в руки и заняться самоконтролем.

Во втором случае прокрастинация становится похожей на болезнь, в которой человек сам себя начинает корить за отложенные дела. Дедлайны наступают на пятки, раздражают и порождают в бедном прокрастинаторе агрессию, которая может вылиться и на окружающих. К со-

Отложить дела на потом — обман или болезнь?

Случалась ли у вас такая ситуация: перед написанием дипломной или курсовой работы вы наливаете себе чай, проверяете сообщения в социальных сетях, вступаете с кем-нибудь в переписку... Проходит час, может два, а работа даже не начата. Увидели себя? Значит, вы — прокрастинатор.

жалению, здесь без специалиста сложно обойтись. Именно понимание того, что «прокрастинация — часть моих будней, избавиться от которой я сам уже не в силах», побудит человека искать способы борьбы с ней.

— «На зло бабушке отморожу уши» — старая поговорка. Идея в том, что человек осознанно откладывает на потом какие-то дела, как проявление враждебности к кому-либо осознанно или бессознательно. Эта враждебность, как правило, формируется ещё в детстве. Если удастся разобраться с этим внутренним протестом, то

человек станет более свободным в выборе целей, — поясняет Игорь Алексеевич Буцких, психотерапевт центра практической психологии в Кемерово.

Игорь Алексеевич рассматривает прокрастинацию как внутренний протест, причину которого надо искать, но психотерапевт успокаивает, что прокрастинация — это не болезнь и «таблеток пить не нужно». Но если возникшая проблема, как яд, отравляет вас каждый день, лучше обратиться к психотерапевту, который найдёт наиболее комфортный для вас выход из ситуации. Для остальных случаев суще-

ствуют бытовые способы борьбы с откладыванием важных задач.

Во-первых, разбейте большую цель на несколько маленьких. Начать уборку проще, когда у тебя в голове конкретный пункт: протереть пыль с подоконников. Продолжать же начатое приятнее, когда понимаешь, что осталось только пропылесосить ковры.

Во-вторых, ставьте работе ограничение по времени. Определите точное количество минут, сколько вы будете выполнять что-то без отвлечений от большой цели. Например, дайте себе установку: работаю без капризов ровно десять минут, затем три минуты перерыв — и так по кругу.

Прокрастинация — явление достаточно распространённое: ежесекундно мы отклады-

ваем какие-то дела. Главное — вовремя распознать проблему и признаться самому себе, что пора всё менять. А после обязательно найдите пути решения и на душе станет легче.

Павел Гончаров,
ИФИЯМ, 2 курс.



КНИЖНЫЙ МИР

Часто во время затяжной зимы пропадает вдохновение и мотивация что-либо делать. Причин много: сессия, авитаминоз, болезни, которые так легко подхватить в сезон простуд. Чтобы восполнить свои силы, просто завернитесь в мягкий плед, возьмите в руки мотивационную книжку и проведите вечер, погрузившись в невероятную историю. Мы подобрали вам книги, с которыми вы точно не потратите время зря.



Робин Шарма
«Монах, который продал свой «Феррари»»

В этой книге можно найти ответ на вопрос, который задаёт себе практически каждый: как найти своё призвание и стать самим собой? Помимо этого, в бестселлере изложена формула достижения подлинного успеха и алгоритм счастливого человека. С помощью истории, рассказанной бывшим миллионером Джулианом Мэнтлом, вы сможете отправиться в Сивану — страну, где исполняются мечты!

«Научись искусству маленьких шагов — и они приведут тебя к большой победе».



Джоджо Мойес
«Серебристая бухта»

Лиза Маккалин убегает от своего прошлого в тихий городок Австралии, где мечтает обрести душевный покой. Но её планы нарушает появление Майка Дормера, молодого человека с прекрасными манерами, чувством стиля и умением смущать одним только взглядом. В его планах — превращение спокойного городка в сверкающий огнями курорт.

НЕ ВЫГОРАЙ — бери и читай!

Эта книга про любовь, окрыляющую надежду и море. Рекомендовано к прочтению всем разочаровавшимся, отчаявшимся и заблудившимся.

«Посмотрите подольше на море, когда оно капризничает или бушует, посмотрите, каким оно бывает прекрасным и жутким, и у вас будут все истории, какие только захотите. О любви и опасностях, обо всём, что жизнь может принести в вашу сеть. А то, что порой не ваша рука управляет штурвалом и вам остаётся только верить, так это хорошо».

может помочь ему значительно повысить свой IQ.

«Я открыл, как человек может начать презирать самого себя. Это происходит, когда он осознаёт, что поступает неправильно, но не может остановиться».



Шарлотта Бронте
«Джейн Эйр»

Наверняка вы когда-нибудь слышали об этом романе или смотрели одну из его экранизаций. А если вы всё ещё не читали книгу, то самое время прожить вместе с героями эту прекрасную историю.

Джейн в раннем возрасте осталась без родителей на попечении злобной тётки миссис Рид, которая позже отдала девочку в пансионат. Эта книга о героине, которая, как и сама Шарлотта Бронте, бросала вызов обществу, боролась с предрассудками и отстаивала свою любовь.

«Напрасно утверждают, что человек должен довольствоваться спокойной жизнью: ему необходима жизнь деятельная; и он создаст её, если она не дана ему судьбой».



Дэниел Киз
«Цветы для Эджернона»

Начало этой книги может вызвать у вас орфографический инфаркт. Но если вы продолжите читать дальше, то поймёте гениальность этого произведения.

Главный герой книги — тридцатитрёхлетний Чарли Гордон — с умственной отсталостью. Однажды ему делают необычное предложение: поучаствовать в опасном научном эксперименте, исход которого



Терри Пратчетт
«Мор, ученик Смерти»

Пока Смерть ловит рыбу, напивается в трактире, веселится на вечеринке, вовсю пользуясь своим выходным, все его обязанности должен выполнять ученик Мор — юноша не от мира сего.

В этой истории вас ждёт искромётный юмор и игра со словами, после которых ваша жизнь покажется вам сокровищем.

«Вот они — смертные, — продолжал Смерть. — Всё, что у них есть, — совсем немного лет в этом Мире. И они проводят драгоценные годы жизни за усложнением всего, к чему прикасаются. Очаровательно».



Нинэ Абагрян
«Понаехавшая»

Юная и гордая красавица приезжает покорять Москву. Для героини город выглядит таким, каким она и хотела его увидеть: суежливым, шумным и бестолковым. Однако вокруг неё оказываются чудесные люди, готовые предложить помощь, когда её совсем не ждёшь.

Позитивная, светлая, местами горькая, но очень смешная книга Нинэ Абагрян раскрывает тему амбиций и карьерного роста, молодости и наивности и подарит хорошее настроение.

«Нужно относиться ко всему проще. Не получается сейчас, получится потом. Обязательно получится. Главное, не унывать и не сомневаться».

Мария Анисимова,
ИФИЯМ, 3 курс.

ЧТО ЗНАЧИТ ЭТО СЛОВО?

МОДНАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ

Наша редакция продолжает разбираться в значениях и этимологии слов. В этом выпуске рассмотрим термины, которые сегодня активно используются для призыва к осознанности, ответственности, заботе о себе.

Представьте, что вы долго не можете решить проблему, кажется, что выхода нет. И вдруг вас словно озаряет: в голове появляется то самое решение — это и есть **инсайт**. Термин образован от английского слова insight, в переводе — «внезапная догадка, прозрение».

В некоторых ситуациях случается так, что человек преднамеренно вредит себе, то есть занимается **селфхармом**. Проявляется это в различных формах, но чаще всего — в нанесении телесных повреждений. Слово произошло от английского термина self-harm — «причинять себе вред».

Кто сможет помочь человеку лучше, чем он сам? Иногда бывает так, что никто. Когда кто-то самостоятельно разбирается с проблемами, анализирует их, обращается к различным источникам информации, он проводит большую работу над собой. Такой подход к сложным ситуациям называется **селф-хелп**. Слово образовано от английского термина self-help — «самопомощь».

Некоторым людям часто не везёт, из-за этого их может преследовать чувство, будто они — последние неудачники. Им даже может казаться, что находиться в социуме — не для них. Таких людей называют **аутсайдерами**, с английского outsider в дословном переводе означает «за бортом». Чтобы не остаться в этом состоянии, стоит попробовать заняться селф-хелпом.

Ксения Мигулёва,
ИФИЯМ, 1 курс.

ВРЕМЯ ОТДОХНУТЬ

Играть или не играть? Вот в чём вопрос!

Когда человек отдаёт предпочтение не прогулке на свежем воздухе, встрече с друзьями, чтению книг, а компьютерным играм — это начинает тревожить близких. Но стоит ли волноваться, если это увлечение приносит удовольствие? Давайте вместе оценим плюсы и минусы отдыха в виртуальном мире.



После долгой подготовки к сессии каждому студенту нужен отдых. Все это делают по-разному, но самый любимый вариант — компьютерные игры. Кто откажется от того, чтобы «замочить» парочку зомби вместе с лучшим другом, правда? Но не всё так гладко. Такое времяпровождение плохо влияет на ваш организм. Давайте по порядку:

- 1) Глазные мышцы испытывают сильное напряжение от яркого экрана, а значит, повышается риск ухудшения зрения;
- 2) Боли в спине — частая проблема после долгих игр в неудобной позе с круглой спиной, особенно в отсутствии хорошего игрового кресла;
- 3) Прерываются на еду во время онлайн-игр только слабаки, а значит, проблем с желудком ждать не придётся;
- 4) Тёмной ночью намного интереснее играть, чем лежать в кровати под одеялом, а потом просто невозможно уснуть.

Можно перечислить ещё много недостат-



ков, но все их регулярно озвучивают родители, знакомые или советчики в Интернете. В противовес списку минусов специалисты выделяют реальную пользу от игр, что подтверждает нейропсихолог, руководитель сектора нейропсихологии в Центре тестирования и развития «Гуманитарные технологии» Никита Хохлов.

— Любители компьютерных игр лучше ориентируются в пространстве, так как в бродилках идёт движение по коридору, где нужно помнить, куда уже заходил, куда нет. Развивается внимание и реакция, — отмечает эксперт. — Также определённая агрессия, которая могла бы быть реализована в жизни, находит выход в игровой ситуации.

Нейропсихолог советует играть в квесты, которые помогут в регуляции и контроле деятельности, развитии навыков программирования. Польза очевидна, но в играх

важно знать меру и выбирать качественные развлечения. Мы предлагаем вам список полезных игр с захватывающим сюжетом, головоломками, квестами:

The Walking Dead. Приключенческая игра по мотивам комикса Роберта Киркмана «Ходячие мертвецы» про тяжёлую жизнь в зомби-апокалипсисе, командную работу и человечность. Вас ожидает череда тяжёлых решений, которые обязательно повлияют на ход сюжета.

Tomb Raider. Это серия игр про археолога Лару Крофт, которая пытается найти затерянные вещи или места по следам своего погибшего отца. Большое количество квестов заставят поломать голову, ведь без них вы не сможете узнать дальнейший сюжет.

Resident Evil. Серия игр, которая много лет не утрачивает своей популярности. Одна фармацевтическая компания решила, что мир должны населять сверхлюди, а обязательным условием является проведение опытов на человеке. Во всех частях герои сражаются, спасая мир от монстров. Для этого используют не только оружие, но и смекалку, разгадывая множество головоломок.

Выбирайте качественные игры, ведь потратить своё время гораздо приятнее и полезнее на интересный сюжет и загадки. И помните о своём здоровье: расслабляясь за компьютерной игрой, не забывайте от неё тоже отдохнуть.

Анастасия Гурьянова,
ИФИЯМ, 2 курс.