

Лауреат губернаторской премии «Молодость Кузбасса»  
Победитель Всероссийского конкурса журналистов «Золотой гонг - 2013»

12+

ТЫ В АРМИИ СТУДЕНТОВ

# Статус BOB!

СТУДЕНЧЕСКИЙ ВЕСТНИК

№ 6, 31 октября 2020 г.

КЕМГУ В ЛИЦАХ



## РЕЗУЛЬТАТ УПОРНОГО ТРУДА

Недавно в университете награждали обладателей сразу двух стипендий – Президента и Правительства РФ. Александр Киндяков в их числе. Он - наглядный пример слияния двух черт – трудолюбия и любви к своему делу. Сейчас он учится на четвёртом курсе «Прикладной математики и информатики» (ИФН), за его плечами больше пяти исследований. Стипендиям Всероссийского уровня обязан самому масштабному проекту - разработке системы, которая проводит сбор и оценку информации о психологическом состоянии и суицидальных настроениях старшеклассников.

Уже на втором курсе Александр помог разработать программу в рамках грантового исследования, руководителем которого является Ирина Станиславовна Морозова, директор Института образования. Работа выполнялась вместе преподавателями кафедры прикладной математики и сотрудниками кафедры акмеологии и психологии развития. В течение двух лет предстояло создать автоматизированную систему для сбора и обработки данных. Результат оказался отличным – программа прошла апробацию в школах Кемерово и Новокузнецка, а её результаты опубликовали в нескольких научных журналах.

– В основе программы – сложные алгоритмы, с помощью которых психологи могут получать информацию о суицидальных тенденциях старшеклассников и уже на её основе формировать профилактическую работу со школьниками из группы риска. Ведь проблема суицида среди подростков остаётся

актуальной. Александр считает, что получение двух стипендий – результат упорного труда. Для него программирование – это и работа, и хобби. Он помогает ускорить работу в тех проектах, где требуется собрать большой объём данных. Под руководством Елены Сергеевны Каган, зав. кафедрой прикладной математики, студент продолжает работать над программами, которые обрабатывают массивы информации. На их основе составляются прогнозы и комплексно оцениваются данные в медицине, психологии или в любой другой сфере, где необходимо использовать математические модели и алгоритмы.

– Времени такая работа, конечно, отнимает довольно много, но когда делаешь то, что нравится, получаешь удовольствие, а когда появляется результат, то и удовлетворение, - признается Александр.

Алина Кобец, ИФИЯМ, 2 курс.  
Фото Федора Баранова.

**1**<sup>2017</sup> Кемеровский государственный университет  
Объединяем знания и людей

Всемирная неделя космоса. Планетарий сегодня

стр. 4-5

15 лет географическому образованию в КемГУ

стр. 6

Маска на лице – правильный статус в обществе!

стр. 8

ЗНАЙ НАШИХ!

# В Молодёжной палате Союза женщин России – НАША СТУДЕНТКА!

В середине сентября в Москве прошёл первый Молодёжный форум Союза женщин России. Студентка 4 курса направления «Журналистика» Института филологии, иностранных языков и медиакоммуникаций КемГУ, корреспондент редакции «Статус-ВО!» Наталья Шишкина стала единственным представителем от Кузбасса. В рамках мероприятия участники из более 50 субъектов РФ поделились опытом работы молодёжных женсоветов, поучаствовали в тренингах и семинарах, посвящённых добровольчеству.

Интерес к журналистике у Натальи появился ещё в школе. Она была юнкором студии «Молодое слово» (г. Белово) под руководством Любови Валерьевны Черновой. В 11 классе заняла 1 место в конкурсе «Золотой жираф». Сейчас она участвует в культурно-творческих и общественных проектах, пишет научные статьи. В прошлом году активную деятельность девушки заметили члены Союза женщин Кузбасса, которые и пригласили её в Молодёжную палату организации.

**— Как произошло твоё знакомство с Союзом женщин Кузбасса?**

— В Кузбассе работает Проект по социальной адаптации женщин-заклучённых «Жизнь продолжается». Меня «зацепил» идея: помочь женщинам встать на «правильный путь» с помощью культурно-творческой деятельности. Представители Союза женщин Кузбасса – активные участники этого проекта. Мне предложили освещать мероприятия, которые организовывал и проводил Союз женщин Кузбасса. Я участвовала во флешмобе «Стихи и песни Победы», писала очерки для проектов «Дети войны» на официальный сайт этой организации. Чем больше я делала, тем лучше понимала масштаб и значимость этой работы. Мне было интересно сотрудничать с женской общественной организацией.

Председатель Союза женщин Кузбасса Ирина Алексеевна Крым выдвинула

мою кандидатуру, когда Молодёжная палата СЖР только начала формироваться. О том, что я стала членом всероссийского молодёжного женсовета, узнала от куратора Молодёжной палаты Союза Женщин России Анастасии Касаткиной: «Наталья, вы приглашены на форум!» Позже выяснилось, что была единственным представителем от Кузбасса.

**— Расскажи о форуме.**

— В первый день, объединившись в команды, мы представляли свои территории. Второй день был насыщен полезной информацией. Нам рассказывали о том, как молодёжные палаты должны функционировать в регионах, откуда брать финансирование, как вести соцсети отделения. Наметили стратегию на будущее, поделились опытом реализации некоторых успешных проектов.

**— Что запомнилось больше всего?**

— Чудесные девушки, которые приехали со всей России. Инициативные, активные, творческие, неравнодушные, красивые! Они выступают за сохранение общественных, социальных, культурных ценностей. С дорогими подругами – так принято обращаться к членам Союза – мы договорились, что будем разрабатывать и воплощать в реальность межрегиональные проекты. Нашу инициативу разделяет и председатель СЖР – Екате-

рина Филипповна Лахова. Я восхищаюсь этой женщиной! Екатерина Филипповна – настоящий лидер женского движения в России, для которой защита прав женщин и семьи – дело всей жизни.

**— Форум проходил в Москве. Какие у тебя были впечатления от города с великой историей?**

— Я – человек любящий просвещаться. Поэтому в свободный вечер отправилась в музей, а по пути бродила по улицам, паркам и Красной площади. Город – разнообразный: чего стоит только архитектура классицизма – имперская и сталинская! Кстати, общероссийское отделение Союза женщин России тоже находится в культурно-историческом здании. Этот дом причислен к архитектурным памятникам. Очень красивый!

**— После форума ты...**

— Я, переполненная эмоциями, заряженная на дальнейшее развитие Молодёжной палаты в регионе, собираю команду из молодых активисток Кузбасса. Я уверена в важной роли женщины в современном обществе, ведь основы всех жизненных ценностей, любви, сострадания, ответственности воспитывает именно она. Получается, женщина мир за собою ведёт! Хочется быть полезной нашему обществу на этом пути.

Елена Варенникова, ИФИЯМ, 2 курс.



УЗНАЙ ПЕРВЫМ!

## Дни Германии

В КемГУ прошёл фестиваль «Дни Германии». В нём приняли участие студенты ИФИЯМ, а также жители региона. Фестиваль дал возможность студентам и школьникам познакомиться с немецкой культурой, языком и менталитетом.

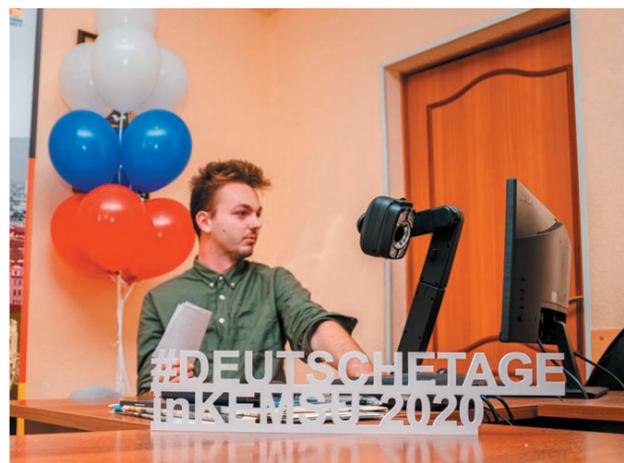
За неделю все неравнодушные к немецкому языку и культуре люди в формате семинаров узнавали об особенностях этой страны. Профессор КемГУ К. А. Шишигин провёл открытую лекцию о взаимодействии немецкого языка в условиях поликультурного общества. Представитель информационного центра ДААД Т. Н. Молодцова в онлайн-формате познакомила участников фестиваля со стипендиальными программами для академических обменов студентами, магистрантами и аспирантами. На платформе

Zoom состоялся IV региональный конкурс чтецов немецкой поэзии среди школьников и студентов. В рамках фестиваля в библиотеке КемГУ открылась выставка книг на русском и немецком языках известных деятелей, которую посвятили 250-летию со дня рождения Людвиг Бетховена. Параллельно в сети Instagram была запущена акция, посвящённая жизни и творчеству композитора. Участники искали интересные факты о нём и писали посты на русском и немецком языках.

— Фестиваль проводится с 2013 года. Последние 5 лет проходит при финансовой поддержке Посольства Германии в России. Каждый год мы выбираем разное направление. В этом году мы сделали акцент на науку. В этом уникальность фестиваля 2020 года, – отмечает руководитель фестиваля «Дни Германии» в КемГУ Анна Геннадьевна Смирнова.

Анна Буланкина, ИФИЯМ, 1 курс.

Фото Сергея Каракадько, ИФИЯМ, 3 курс.



РАДИО-ВО!



Недавно в КемГУ был проведён кастинг корреспондентов учебного студенческого радио «Радио-ВО!».

## НА РАДИОВОЛНЕ

В аудиторию №5307, оборудованную под студию радиовещания, пришли школьники и студенты, которые пробовали свои силы в качестве радиожурналистов, продумывали собственные рубрики, обсуждали темы радиозэфиров. Уже сейчас на ютуб-канале, в социальных сетях и сайте ИФИЯМ можно слушать подкасты от начинающих и уже имеющих опыт радиоведущих

— На данный момент наш проект находится в стадии активной работы над собой: занимаемся разработкой дизайна, джинглов и рубрик. Также по результатам кастинга сформирована команда, которая полна не только энтузиазмом, но и идеями, – отмечает Марина Горохова, автор проекта и главный редактор.

— Эти несколько часов были весьма интересными, даже скажу – волнительными. Представить себе не мог, что кастинг для учебного радио может обрести такой серьёзный характер. Но он оказался именно таким, что стало его несомненным плюсом. Думаю, работа в этом проекте даст свои плоды в виде интересных открытий в области радиожурналистики, – поделился Влад Буянов, участник кастинга.

Мария Анисимова, ИФИЯМ, 2 курс.

ПЕРВОКУРСНИК-2020

## Практическая журналистика – реальность!

В начале сентября в медицентре КемГУ состоялась встреча редакции студенческого вестника «Статус-ВО!» и пресс-службы университета с первокурсниками направления «Журналистика». Их познакомили с деятельностью корпоративных СМИ и актуальными проектами.

Мероприятие проходит ежегодно. Его цель – привлечь первокурсников к журналистской деятельности в различных университетских СМИ. Это возможность начать практиковаться и получать важный опыт в будущей профессии с самого начала обучения.

Корреспонденты-старшекурсники рассказали о студенческом вестнике и о своей деятельности в нём. Представители пресс-службы показали проекты, которые реализуют. Состоялась презентация нового учебного проекта «Статус-ВО!» – учебного радио «Радио-ВО!».

— Мне понравилось это мероприятие, оно было очень полезным и тёплым. Мне уже захотелось практиковаться в газете или радио. Я считаю, что для нас важно общаться со старшекурсниками, они помогают понять, что нас ждёт впереди. Со многими я уже была знакома. Профильная смена «Молодые ветра» подарила эту возможность. Именно там я поняла, что точно хочу связать свою жизнь с журналистикой! – поделилась Ангелина Алимпьева, студентка 1 курса ИФИЯМ.

Татьяна Матевосян, ИФИЯМ, 1 курс.  
Фото Сергея Каракадько, ИФИЯМ, 3 курс.



ВАЖНО!

# О кризисах, стратегии и нужных знаниях

Редакция предлагает вниманию читателей тезисы о важности стратегии развития государства в условиях пандемии COVID-19. К чему может привести отсутствие чёткого понимания сущности стратегии, и рассказывает доктор экономических наук, профессор, иностранный член РАН, заведующий кафедрой экономической и финансовой стратегии Московской школы экономики МГУ Владимир Львович Квинт.



(Окончание.  
Начало в номере 5)

Стратегирование придаёт прогнозам большую практическую значимость, а планы благодаря стратегии направляются на реализацию наиболее важных и обоснованных приоритетов и целей.

В этой связи хочу подчеркнуть, что стратеги никогда не должны пренебрегать интуицией. Но нельзя и слепо на неё полагаться, поскольку стратегические решения принимаются, как я уже говорил, как раз на грани рационального и иррационального, когда наряду с глубоким изучением теории стратег полагаются и на интуицию.

Экономическая природа теории и практики стратегирования связана с тем, что стратегия всегда должна быть обеспечена необходимыми видами ресурсов. Стратегия без ресурсов – это набор добрых пожеланий, маниловщина. И сегодня такие стратегии, к сожалению, встречаются всё чаще, а в России практически доминируют. Важная составляющая стратегии – выбор правильного ориентира. Представьте ситуацию: лидер повёл за собой десятки или сотни тысяч людей к ложной цели. Ресурсы будут потрачены напрасно, а последователи придут к краю пропасти.

Ещё один, и важнейший, фактор стратегии – своевременность. Наиболее эффективно, а иногда и жизненно важно достигать намеченной цели в нужный момент времени – не раньше и не позже. Когда появляется новое изобретение, а спроса на него ещё нет, не стоит ожидать, что оно выйдет в массовое производство. Стратег может способствовать тому, что технологическое новшество появится именно к моменту первых импульсов востребованности.

## Новые тренды и инновационные технологии

В процессе стратегирования изучаются тренды: глобальные, отраслевые, региональные, корпоративные. Они различаются не только по качеству, ориентации, факторам и сферам жизни, на которые они воздействуют, но и по степени зрелости. Одни характеризуются высокой фазой зрелости, вторые затухают, а другие только зарождаются. И стратег, как астроном, должен первым выявить возникновение тренда.

Какая страна или корпорация всегда будет впереди? Та, чьи учёные, стратеги или лидеры первыми заметят новый тренд и смогут на его основе осуществить разработку инновационных технологий, обеспеченных всеми необходимыми ресурсами: трудовыми, материальными, финансовыми, инфраструктурными.

## Как успешно реализовывать стратегии

Существует мониторинг стратегии, анализ её реализации в изменяющихся внешних и внутренних условиях, уточнение ориентиров под влиянием новых возможностей и неожиданных угроз. Например, в Китае благодаря великому стратегу Дэн Сяопину была утверждена разработанная им к 1976 году стратегия на столетний период. Она до сих пор реализуется. Сейчас руководители Коммунистической партии Китая сократили период реализации столетней стратегии до 2068 года и одновременно начали

подготовку к реализации уже разработанной стратегии на 200 лет. Каждые три месяца проходит пленум ЦК КПК, на котором подводятся итоги предыдущего этапа реализации стратегии и вносят нужные уточнения. Но основные элементы стратегии – её главные ориентиры, приоритеты и вектор направленности – не меняются.

Важно, что любая стратегия призвана реализовывать глубинные ценности объекта стратегирования, анализировать их и систематизировать в сформулированных интересах, в конечном счёте способствующих повышению качества жизни людей. Это относится и к стране, и к региону, и к предприятию, и к отдельно взятому человеку. У каждого из нас одна жизнь. А как можно жить, не оценив, чем ты хочешь заняться, к каким ориентирам направить свой путь, используя свои способности и конкурентные преимущества, стоит ли твоя жизнь этого или нужно посвятить себя чему-то другому?

## Теория и практика стратегирования

Вот уже 48 лет моя профессиональная жизнь посвящена теории и практике стратегирования. Мне довелось участвовать в разработке комплексных программ экономического развития Сибири, Дальнего Востока, Арктики, научно-технического прогресса Красноярского края и других. Многие из этих программ были утверждены на национальном уровне. Мне удалось поработать над стратегиями с коллегами в Албании, Болгарии, Бразилии, Великобритании, Монголии, США, Узбекистане и других странах.

Десять лет назад ректор МГУ академик В. А. Садовничий поручил мне возгла-

вить Центр стратегических исследований Института математических исследований сложных систем МГУ, где мы с коллегами работаем над важнейшими стратегиями России и зарубежных стран. Например, нами была разработана стратегия развития водоснабжения и водоотведения Санкт-Петербурга, которая успешно реализуется и сегодня. Водоканал обеспечивает северную столицу России чистой водой – основным источником здоровья населения. До того как в Санкт-Петербурге были внедрены новые технологии очистки воды, в городе доходило до 147 случаев заболеваний вирусным гепатитом, а сейчас – менее шести случаев на 100 тысяч, в основном не по причине качества воды.

Этот опыт пригодился моим коллегам и мне в разработке стратегии водоснабжения, водоотведения и водного баланса Узбекистана, где существуют серьёзные проблемы с качеством воды и водоотведением.

## Через призму реализации стратегии

Чаще всего проблема в том, что не работают замороженные стратегии, выполненные руководителями, бухгалтерами, экономистами; все они прекрасные специалисты, но не в сфере стратегирования, не обладают действенной методологией стратегирования. Есть и другой вариант, когда стратегия подготавливается не для её воплощения в жизнь (неважно, качественная она или нет), а для отчётности. Такие стратегии обычно пылятся на полках.

Мне повезло сотрудничать с выдающимися лидерами государств и компаний со стратегическим складом ума, такими, например, как глава General Electric Джек Уэлч, который использовал стратегию как

рабочий документ и все текущие решения рассматривал через призму её реализации.

Стратегия – это всегда результат взаимодействия с лидерами. Но зачастую проблема связана с нехваткой специалистов. Например, региональная стратегия никогда не будет реализована, если она никак не учитывает интересы тех корпораций, предприятий, которые функционируют в этом регионе, а также интересы его жителей. В результате стратегия повисает в воздухе. А между тем и региональная, и национальная стратегии всегда реализуются на уровне производителей товаров и услуг.

Наконец, все лидеры предприятий, регионов и стран всегда испытывают дефицит ресурсов, и профессионально подготовленная стратегия позволяет даже с небольшими, но сконцентрированными на важнейших приоритетах ресурсами достигать значимых и даже великих целей.

## Оценка стратегирования с точки зрения достижения реальных результатов

Прежде всего, я анализирую планы, декларируемые программы и цели. Я пытаюсь выяснить, насколько эти цели обеспечены ресурсами. Много может рассказать стоимость единицы производимого национального или регионального продукта (или продукта той или иной компании). Если затраты на производство продукта ниже, чем его стоимость на рынке, дела компании в порядке. Но если на производство одного рубля продукции тратят ресурсы на два рубля, такая компания не доживёт до понедельника.

Помимо этого, необходимо следить за динамикой важнейших экономических показателей. Один из них – валовой внутренний продукт. Впервые этот индикатор был предложен в 1934 году Саймоном Кузнецом, который в 1971 году был удостоен Нобелевской премии.

Будущее любого объекта стратегирования нужно оценивать с точки зрения достижения не декларируемых, а реальных результатов. Если государство, регион или предприятие ставят цели, которые им не по карману, это приводит к разрухе. Подобные стратегии показывают свою ущербность, а лидеры, их предлагающие, – свою недалёкость. Поэтому стратегия так опасна для политического лидерства: ведь она может указать на конкретные ошибки и несостоятельность целей и ориентиров. С другой стороны, обоснованная стратегия как практика и методология даёт любому лидеру исключительно действенное оружие достижения побед даже с самыми ограниченными ресурсами.

Стратегия – это философия успеха. Она всегда ориентирована на победу. Между тем стратегия – очень тонкое дело. Ведь большая часть её элементов и документов всегда конфиденциальны. Древнекитайский стратег Сунь-цзы, живший в VI-V веках до н. э., говорил, что выиграть сто сражений из ста – это второе лучшее, выиграть у планов противника – это наилучшее. Но как осуществлять такое, если вы не знаете эти планы? Поэтому значительная часть стратегии всегда должна быть неизвестна конкурентам и противникам.

В подобной ситуации лидеры сталкиваются с дилеммой. С одной стороны, сущность реализуемой стратегии должна быть скрыта мраком неизвестности от конкурентов и противников, а с другой – лидеру для успеха нужно пробуждать энтузиазм людей, показывая им те ценностные ориентиры, интересы и чаяния, которые стратегия позволит превратить в реальность их жизни.

Источник: [review.uz](http://review.uz)

ВETERАНСКОМУ ДВИЖЕНИЮ КЕМГУ – 40 ЛЕТ

Ветеранская организация КемГУ как самостоятельное общественное объединение была образована в 1981 году. Отряд ветеранов, находящихся на заслуженном отдыхе, насчитывает 540 человек. Руководит движением Совет ветеранов. В 2021 году исполняется 40 лет ветеранскому движению нашего вуза. Председатель Совета ветеранов А. В. Сухих рассказывает нашему корреспонденту о работе организации.

- Дел у нас много. Стараясь везде успевать! Наш девиз: «Дойти до каждого ветерана». Для этого систематически прово-

## Главное – приносить пользу

дится индивидуальная работа с одиноко проживающими и больными пенсионерами, оказывается материальная помощь в ремонте квартир, получении бесплатных путёвок в санаторий – профилакторий «Вита» и бассейна города.

Достаточно много сил прилагают члены Совета ветеранов (19 человек) к работе по патристическому воспитанию молодёжи. Руководит этим направлением историк Л. С. Решетникова. Установлена тесная связь со студенческим советом, профкомом,

студенческим клубом, театром «Встреча», студенческой газетой «Статус-ВО!». Советом кураторов вуза, волонтерами и заместителями директоров институтов КемГУ по воспитательной (социальной) работе.

В Совете активно работает культурно-массовый сектор. Организован клуб, проводятся выставки художественного творчества пенсионеров, уже 15 лет существует прекрасный ансамбль «С Песней по жизни» (рук.: В. Т. Знаменская и А. Н. Чумара). В этом году ан-

самбле достойно выступил на фестивале «Песни военных лет».

Совет тесно сотрудничает с отделом истории музея КемГУ. Благодаря этому открыта экспозиция по истории вуза, созданы витрины «Ветеранская организация», «Ветераны ВОВ». Фотоархивы и документы использованы в шести книгах по истории КемГУ («Ветераны КемГУ», «Помним всех поимённо», «Историко-биографический справочник с фотографиями ветеранов ВОВ»). В 2019 году материалы из этого спра-

вочника были переданы для издания книги «Дважды победитель» в областной Совет ветеранов. Результатом совместной работы творческих студенческих групп, Совета ветеранов, профкома и археологического музея стал сайт «Диалог поколений» (<http://dialog.kemsu.ru>).

Совет выпускает полезные буклеты «РЕАЛ» (Реализуй свои возможности, ветеран). В них заинтересованные могут найти и психологические рекомендации, и советы по лечебной физкультуре.

Сотрудничество с администрацией вуза, особенно с проректором по молодёжной политике и общественным коммуникациям М. Г. Леуховой, даёт нам возможность правильно выстроить свою работу с ветеранами и дарит ещё больше сил и мотивации. Неоценимую помощь нам оказывают председатель профкома КемГУ Т. Н. Протасова и сотрудник Н. В. Егорова. Когда мы перестаём обучаться, узнавать новое и вести активный образ жизни – мы действительно стареем. Если стареть, то красиво. Для нас важно приносить пользу нашему университету и обществу.

Подготовила  
Ангелина Алимпьева,  
1 курс ИФИЯМ.

ВСЕМИРНАЯ НЕДЕЛЯ КОСМОСА

КОНКУРС



# Найди свою звезду



**Первого сентября прошлого года в КемГУ состоялось открытие планетария имени К.П. Мацукова — знаковое событие не только для сотрудников вуза и студентов, но и для всех жителей города. Ведь теперь, чтобы приблизиться к разгадке тайны Вселенной, не нужно ехать далеко: в Кемерове есть собственный планетарий. О том, что изменилось за этот год, корреспонденту «Статус-ВО!» рассказала руководитель планетария Оксана Сергеевна Красильникова.**

## Планетарий сегодня

— Планетарий сразу же начал работать, обмениваться опытом с коллегами и активно сотрудничать со школьниками. У нас появилась копия модели телескопа сэра Исаака Ньютона 1668 года. В рамках форума «СибАстро» от лица оргкомитета форума директор планетария СГУГИТ Ирина Владимировна Парко подарила его нам. Оригинал же хранится в библиотеке Лондонского королевского общества. Также планетарий КемГУ оказал информационную поддержку «Ассоциации планетариев и лиц, содействующих их развитию», подготовил сопроводительную документацию по проекту «Инновационное образовательное мультимедиапособие «Солнце и жизнь Земли». А результатом совместной работы стал проект, поддержанный грантом президента РФ, по итогам которого планетарий КемГУ безвозмездно получил новую цифровую программу «Солнце и жизнь Земли». Её автором является профессор, директор астрономической обсерватории Иркутского государственного университета Сергей Язев.

Самыми важными достижениями за прошедший год Оксана Сергеевна считает участие и презентацию планетария на Сибирских астрономических форумах, подготовленный материал для каталога планетариев РФ для АНО «Корпоративная Академия Роскосмоса». Ещё одно знаковое событие — торжественное открытие планетария, посвященное 45-летию КемГУ. На мероприятии присутствовала Анна Юрьевна Кикина — единственная женщина в отряде космонавтов с 2016 года.

— Мы до сих пор поддерживаем отношения, Анна Юрьевна поздравляет студентов опорного университета с Днем космонавтики. На открытии ректор вручил ей значок, который она обещала взять в космическую экспедицию 2022 года.

## График работы планетария

В планетарии формируют группы по предварительной записи, принимают заявки от школ и учреждений города. Индивидуальные посетители могут присоединиться к группам. Для этого необходимо позвонить в планетарий и уточнить время сеанса и наличие свободных мест.

Понедельник – пятница: 9.00 – 18.00

Суббота–воскресенье: по предварительной записи

Запись по телефону 8-905-901-39-41

График работы обсерватории, наблюдение в телескоп по записи.

Что посмотреть?

- «Астрономия»
- «Удивительное путешествие по Солнечной системе»
- «10 шагов сквозь небо. Созвездия»
- «Энергия Вселенной»
- «Темная материя»
- «В глубины Вселенной»
- «Удивительный телескоп»
- «Угроза из космоса»
- «На голубой планете» (6+)
- «Космическая викторина для детей 6-7 лет»

В 2023 году наш планетарий примет участие в интерактивной выставке, которая пройдет в Москве и будет посвящена 100-летию со дня изобретения оптико-механического прибора Планетарий. После чего будет издан каталог об истории планетарного движения России. В нём расскажем историю и нашего учреждения. Архивные фотографии для каталога предоставили директор музея «Археология, этнография и экология Западной Сибири» Н. А. Белоусова и руководитель отдела истории музея КемГУ Л. З. Боголепова.

как международного дня планетариев. Сотрудничая с А. С. Сарсацкой, зам. директора ИБЭИПР, используем планетарий как площадку по формированию экологической культуры. Провели с Экодесантом КемГУ акции по привлечению внимания к световому загрязнению. Кстати, в планетарии КемГУ размещена капсула для сбора отработанных батареек.

Активно планетарий работает и с редакцией студенческой газеты «Статус-ВО!», где регулярно публикуются материалы о его деятельности, размещаются итоги конкурсов.

## 90 - ЛЕТИЕ К. П. МАЦУКОВА

Основатель Кемеровского планетария Кузьма Петрович Мацуков ушел от нас два года назад, но память о первом профессиональном астрономе в Кузбассе, первом декане физического факультета в КемГУ продолжают сохранять и передавать будущим поколениям.

В этом году в Ассоциацию планетариев России была передана биографическая статья и фотографии Кузьмы Петровича для размещения на сайте Ассоциации планетариев России в разделе люди-звезды, посвященном людям, отдавшим свою жизнь творческой деятельности в планетариях.

6 октября студенты опорного университета писали астрономический диктант. Вопросы были разделены на три блока: история космонавтики, основы астрономии, вклад кузбассовцев в космонавтику и астрономию. Третий блок вопросов был посвящен памяти космонавта А. А. Леонова и основателя планетария К. П. Мацукова.

23 октября в планетарии для студентов провели тематическое занятие, посвященное памяти Мацукова, и показали короткометражный фильм о Кузьме Петровиче.

— Наши планы на будущее — это продолжать традиции, заложенные Кузьмой Петровичем, использовать возможности, которые предлагают нам социальные сети, работать со школьниками, студентами, гостями планетария, придумывать новые конкурсы и программы, — говорит Оксана Сергеевна.

— На базе планетария по инициативе проректора по молодежной политике и общественным коммуникациям М. Г. Леуховой вскоре будет создан астрономический отряд им. А. А. Леонова.

Планетарий сегодня — это современная, динамичная, технологичная площадка, где готовы к переменам, открыты к новым идеям, которые обязательно будут у студентов КемГУ и которыми они захотят поделиться. Основными направлениями работы планетария являются просветительская, профориентационная и информационная деятельность.

**Алиса Бодянская,**  
ИФИЯМ, 2 курс.

Фото **Александр Бондаренко,**  
ИФИЯМ, 3 курс,  
**Дмитрия Киричанина.**

Иллюстрации  
**Марии Анисимовой,**  
ИФИЯМ, 2 курс.

# ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ



**Студенческая газета «Статус-ВО!» Кемеровского государственного университета и планетарий КемГУ им. К. П. Мацукова подвели итоги литературно-художественного конкурса для школьников и студентов Кузбасса «Звездный десант». Конкурс проводился в номинациях «Литературное и журналистское творчество: рассказ, стихотворение, эссе, репортаж, рецензия, интервью» и «Художественное творчество: рисунок, графика, эстамп».**



Творческие работы посвящены важным историческим и астрономическим

событиями 2020 года и людям, которые внесли огромный вклад в развитие советской и российской космонавтики. Лучшие работы были размещены в аккаунтах социальных сетей планетария КемГУ им. К. П. Мацукова. В этом номере редакция знакомит читателей с победителями номинации «Литературное и журналистское творчество» (стр. 5).



На конкурс поступило 40 заявок. Победители определялись в двух категориях:

среди школьников и студентов. Победителям конкурса были вручены дипломы, подарки с символикой Кемеровского государственного университета и памятные призы от Союза женщин Кузбасса.

— Важную роль в популяризации космоса и истории космонавтики среди подрастающего поколения играют творческие конкурсы и олимпиады. Конкурс «Звездный десант» показал интерес школьников и студентов к данной теме. Благодарим всех конкурсантов «Звездного десанта». Каждая работа отличалась уникальностью и глубиной. В конкурсе приняли участие школьники Казахстана. Сохраняйте интерес к космической тематике и в будущем. — отметила Оксана Сергеевна Красильникова, руководитель планетария КемГУ им. К. П. Мацукова.



**Елизавета Матико,**  
3 курс  
ИФИЯМ.



## Памяти А.А.Леонова

Все когда-то началось с мечты,  
Все когда-то началось в семье.  
Маленький мальчишка видел сны,  
Путь его лежал к большой звезде.  
Годы шли, и парень стал героем.  
Смело в бездну Космоса шагнул:  
Он увидел Землю – голубой,  
Сотням звезд с улыбкой подмигнул.  
Мы сегодня гордо говорим:  
«На весь мир прославлен был Кузбасс!»  
Подвиг земляка неповторим,  
Он примером будет для всех нас.  
Мне пока всего лишь 10 лет.  
Я смотрю на звездные пути,  
Ничего достойней в мире нет,  
Чем к мечте сквозь тернии идти!  
Все когда-то началось с мечты,  
Все когда-то началось в семье.  
Свет звезды он подарил тебе,  
Ты теперь храни его в себе.

Вафина Александра  
МАОУ «СОШ №78»,  
3 класс «Е»

ПОСВЯЩАЕТСЯ А. А. ЛЕОНОВУ

# ЧЕЛОВЕК — ПЛАНЕТА

**Я увидела как-то марку на конверте. С почтовой марки на меня смотрит Человек, увидевший мир со стороны в прямом смысле, он улыбался не только губами, но и глазами, излучая свет и радость.**

В свои 85 лет он был полон энергией, занимался велосипедным спортом, фехтованием, охотой, большим теннисом, баскетболом, фото- и киносъемкой. С детства он мечтал стать художником или писателем. Любовь к живописи привил не учитель, не художник, а одноклассник, показавший ему альбом с черно-белыми репродукциями Айвазовского, где корабли рассекали морские просторы, где игра однотонных красок показывала, как вода плавно перетекала в небо, и только солнце становилось самым ярким пятном, освещающая поверхность и лазурного моря, и высоких несокрушимых обточенных волнами скал, и корабля-путешественника. Его тогда поразила мощь стихии и одиночество в ней сильных людей.

С ранних лет мальчик проявлял способности к искусству, рисовал стенографы и хотел поступить в Рижскую художественную академию, но из-за отсутствия денег в семье не получилось. Зато романтическая, но опасная лётная его карьера пошла вверх и принесла славу всей стране.

Вместе с художником-фантастом Андреем Соколовым он создал ряд почтовых марок СССР на космическую тему. На них изображены бескрайние просторы космоса, покоряющие с первого взгляда,



**«Космос — это нечто, наделённое тишиной, где можно услышать своё дыхание и биение собственного сердца и ощутить себя мельчайшей песчинкой в этом безграничном пространстве».**

новейшее межпланетное оборудование, а также выход человека за пределы космического корабля.

Являясь автором двухсот картин и пяти альбомов с репродукциями, он так и ощущал себя — песчинкой в мире искусства. В числе его работ космиче-

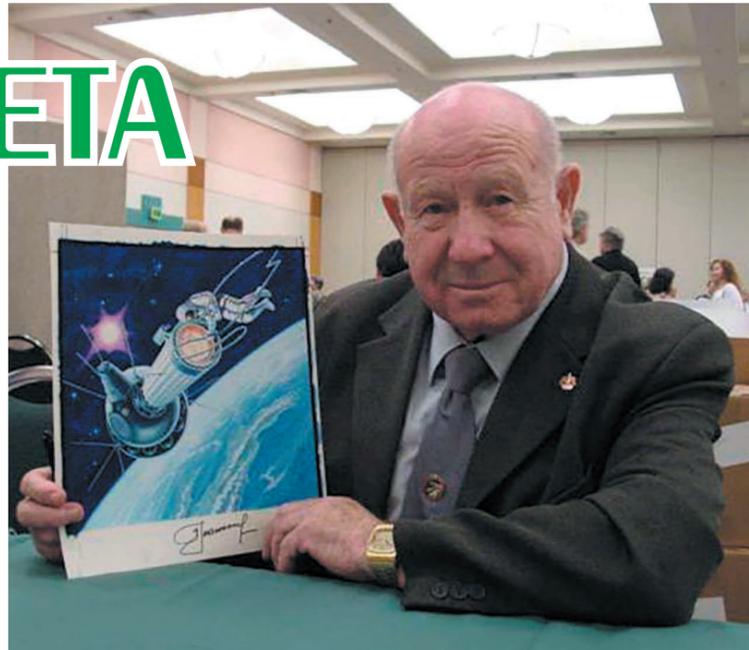
ские и земные пейзажи, портреты друзей, фантастические сюжеты. Он любил работать маслом, акварелью и голландской гуашью. В книгах «Выхожу в космос», «Загадки звёздных островов» он писал не только о своём полёте, но и о мужестве людей, истории космоса и о современных научных гипотезах.

О его космическом подвиге знает каждый ещё со школьной скамьи, ведь только бесстрашный человек мог отважиться сделать шаг, такой важный для всего человечества. После выхода фильма «Время первых» его подвиг опять вдохновляет новые поколения юных мечтателей и патриотов.

А фраза: «Надеяться всегда нужно на лучшее. Нет веры? Выдумайте её. Нет героев? Создайте» — даёт толчок к саморазвитию, самосовершенствованию и к новым свершениям во имя Родины. Ведь кем бы ни был человек, он не только кузнец своего счастья и творец своей судьбы, но и создатель страниц истории Цивилизации.

Вызывает уважение его одержимость небом, космосом: «Я сквозь потолок звёзд вижу! Нет, не так! Я вообще потолка не вижу!»

Научившись слушать самого себя, отыскав ту самую внутреннюю тишину, можно познать тайны космоса собственной



души, проложить путь к делу всей жизни, которое может быть, поставит вас в ряд знаменитых земляков. Не только человек славит свой край, но и край славит человека. Его именем в столице Кузбасса названа улица, аэропорт. Есть памятник. Этот человек доказал, что не важно, где ты родился, в столице или в небольшом сибирском городке, важно, что ты сделал и каким тебя запомнят люди. Наше поколение гордится, что Кузбасс — малая родина Алексея Архиповича Леонова, что мы — земляки, дети земли Кузнецкой!

Алексей Архипович Леонов — человек-планета, человек — Вселенная, удивительно интересная личность. Его цельность и ценность чувствуется в его позывном «Алмаз», присвоенном в Центре управления полётами. Его хобби и увлечения делают его ближе и понятней множеству людей. Он своим жизненным примером всегда будет освещать людям путь к высоким целям.

**Арина Косинцева,**  
пресс-центр «Поколение Next»  
МБОУДО «ЦДТ»  
Центрального района г. Кемерово.

НАШЕ КИНО

Кинокартина повествует о небольшом эпизоде отечественной истории. А именно о «холодной» войне, когда СССР противостоял США в гонке вооружений. Соревнование коснулось и космонавтики. Лозунг «Выше! Дальше! Быстрее!» в жизни «шестидесятников» был определяющим во всех сферах жизни. Поэтому страна Советов должна была во что бы то ни стало покорить космос раньше Америки, пусть даже на ракете, которая не прошла испытания. Страна рисковала не только своим авторитетом, но и жизнями двух лучших летчиков.

Быть первыми любой ценой — характерная черта советского человека (а может и ментальность русской нации?!). 18 марта 1965 года, опередив американских космонавтов почти на три месяца, Павел Беляев и Алексей Леонов, несмотря на трудности, все же вышли на орбиту и заслуженно стали героями своего Отечества. Достойный пример для молодого поколения!

Не хватит слов, чтобы передать, что пережили русские космонавты, даже после просмотра киноленты, снятой по воспоминаниям самого Алексея Леонова. Переплетенные судьбы двух товарищей вдохновили продюсеров и режиссерскую группу. Особенно прониклись историей актеры. Глядя на фотографии прототипов, сложно различить, где молодой Павел Беляев, а где Константин Хабенский, Алексей Леонов или актер Евгений Миронов. Каждый профессионально вжился в роль. Реплики шли от сердца, словно каждый испытал все, о чем говорил, на себе. Слова Константина Хабенского, который исполняет роль командира корабля «Восход-2» Павла Беляева: «Как Родина прикажет...», произвели на меня особое впечатление. Актер раскрыл своего героя так, что любой приближенный к нему бы сказал: «Да, это и есть Паша!». Беляев — настоящий комсомолец, не смел перечить вышестоящему, выполнял приказы безотказно, отважно исполняя долг перед Отечеством.

Алексей Леонов, в образ которого искусно вжился Евгений Миронов, наоборот, шел против правил и инструкций. Находил лазейку в таких безвыходных ситуациях, что на протяжении всего фильма не один раз восторженно

## Подними ГОЛОВУ!

**Взгляните вверх, и увидите миллионы сверкающих в ночной тиши хрупких кристалликов. Звёзды... Правда, глядя на них, хочется окунуться в необъятное пространство космоса? А ведь кто-то это уже сделал до нас. Два русских парня — Павел Беляев и наш земляк Алексей Леонов 18 марта 1965 года первыми вышли в открытый космос. Это было время энтузиастов-мечтателей, время рекордов и достижений, ВРЕМЯ ПЕРВЫХ... Именно под таким названием творческий тандем Тимура Бекмамбетова и Дмитрия Киселёва выпустил в кинопрокат свою работу, заручившись успехом звездного состава актеров. Евгений Миронов, Константин Хабенский, Владимир Ильин, Анатолий Котенёв, Александр Урсуляк... Кинообразы советских героев в их исполнении позволили с головой окунуться в эпоху великих свершений, о которой до сих пор вздыхает старшее поколение и практически ничего не знает современная молодежь. 6 апреля 2017 года стал днем, когда пришло время рассказать о том, как это было... В числе первых зрителей фильма была и я.**

проносилось в мыслях: «Наш земляк родился в рубашке!». Так, за несколько часов до взлета Алексея Леонова, отчаявшись полететь в неизведанное, отстоять честь страны и покорить космос, произносит монолог, который призывает каждого задуматься о судьбе русского человека. Легендарный Сергей Королёв называет его «деревней», а будущий герой и не опровергает этого. Он с гордостью заявляет: «Да! Село Листьянка! Кемеровская область!», а потом со слезами на глазах рассказывает о той боли и горечи, что привелось пережить ему и его семье без отца с восьмью детьми. Космонавт говорит о том, что после всего пережитого ему,

русскому человеку, уже ничего не страшно. Он готов пойти на все, лишь бы отстоять честь страны: даже полететь на ракете, в которой не уверен сам конструктор. И «Алмазы» рискнули — вышли на орбиту. Тогда никто из них и подумать не мог: все, что только можно, пойдет не так.

Повествование о роли в отечественной космонавтике Алексея Леонова разбавляют эпизоды из его детства. Это делает картину более живой, задевает тонкие струны души. Еще будучи деревенским мальчишкой, он мечтал о небе. И однажды ночью сбежал из дома, чтобы проследить, где все-таки спит птица. Лешка, как его звал отец, запнулся и упал в



поле. Вдруг он увидел, как тысячи огоньков поднимаются ввысь и забирают его с собой в далёкое небо, к звездам. Это были светлячки. «Я летал!» — кричал он отцу, когда тот нашел его. Было ясно: стихия Леонова — это прекрасное небо над головой. Добиваться исполнения мечты он начал с авиации и продолжил в космонавтике. Тот самый день — выход в открытый космос — он навсегда запомнил на всю жизнь. Стремление вернуться к семье, жить против правил, но служить Отчизне — все это помогло ему преодолеть трудности в небе, космосе и на острове Сахалин, где он вместе с Павлом оказался после приземления.

Режиссеру Дмитрию Киселёву и группе сценаристов удалось воплотить свою задумку: рассказать с детальной точностью о первом выходе человека в космос. В этом помогал непосредственный участник события и прототип главного героя — Алексей Леонов. Спецэффекты позволили создать на экране завораживающую картинку. Космос околдовал, светлячки тянули за собой в звездное небо вместе с Лешкой, а паучок на цветке заставлял морщиться от страха, что он вот-вот выпрыгнет и атакует зрителя. Когда в кадре появился «родной» дом четы Леоновых, с экрана сочился скромный уют, теплота родных сердец и кузбасские просторы... Все это не-

вольно вызывает улыбку на лице. Но в страшные моменты, когда приходилось переживать за судьбы героев, например, во время нештатных ситуаций на корабле «Восход-2», мурашки пробегали до костей. Сочувствие, глубокое уважение и гордость — это то, что я пережила за два часа просмотра премьеры и что остается со мной до сих пор. Это дорожка трюков и спецэффектов, потому как напоминает зрителю о ценности жизни и поступков, которыми он ее наполняет.

Однажды я прочла, что фильмы надо смотреть сразу после выхода на экраны, потому что, как выразился автор, «кино — свежий скоропортящийся продукт». Не думаю, что скоро придет черед разочаровываться во «Времени первых». Кинолента, посвященная подвигу русских летчиков-космонавтов, памяти Павла Беляева и — после ухода из жизни в октябре прошлого года — Алексея Леонова, не отправится в дальний ящик отечественного кинематографа. Наоборот, она станет легендой, по которой наши потомки будут изучать историю.

«Подними голову!» — с этим слоганом фильм вышел в прокат. Отличный знак для поколения современной России, повод задуматься о своей роли в ее истории, призыв сохранять память и преумножать достижения своих великих предшественников. Время быть первыми и не бояться этого!

**Наталья Шишкина,**  
4 курс ИФИЯМ.

15 ЛЕТ ГЕОГРАФИЧЕСКОМУ ОБРАЗОВАНИЮ В КЕМГУ

# Мы без географии — НИГДЕ!

**Интересна предыстория открытия специальности «География» в Кемеровском госуниверситете. В 1977 году на биологическом факультете КемГУ по инициативе членов Географического общества СССР создавалось Географическое студенческое общество. Направлениями работы коллектива университета в 1986/87 учебном году предусматривалось с 1989 года открыть подготовку студентов по специальности «География». Однако лишь в 2003 году возник вопрос о введении географических дисциплин на специальности «Биология», а затем об открытии через два года новой специальности — «География».**

Так, в 2005 году на биологическом факультете КемГУ открылась специальность «География», на которую был запланирован набор 50 человек (25 — на дневное и 25 — на заочное отделение). Вуз откликнулся на давний запрос кузбасских школ и администрации области о подготовке учителей географии в Кемерове.

С 2010 года «Географией» в КемГУ руководит Брель Ольга Александровна, сегодня — заведующая кафедрой геологии и географии КемГУ, доктор педагогических наук.

## «Второе рождение» и новый импульс развития

Примечательно, что в 2020 году, именно в юбилейный год географического образования, в КемГУ осуществлён первый набор студентов по направлению «География», профиль «ГИС-технологии в мониторинге природных и социальных процессов». Сегодня готовится к лицензированию магистерская программа «Социально-экономическая география и цифровая пространственная аналитика» по направлению «География».

*О.А.Брель: «Необходимость подготовки специалистов в сфере географии и географического образования в Кемеровском государственном университете на этапе открытия была обоснована не только потребностью северной и центральной части региона в учителях географии, но и в специалистах с географическим образованием в целом для различных отраслей экономики и направлений профессиональной деятельности в Кузбассе, таких как туризм, мониторинг окружающей среды, краеведческая деятельность, территориальное управление, научно-исследовательские организации и других.»*

География — это не только наука для романтиков и мечтателей. География идет в ногу со временем и соответствует темпам развития общества. Сегодня информация все чаще представляется в цифровом виде. Геоинформационные технологии становятся катализатором научно-технического и общественного прогресса. Жизнь требует, чтобы каждый человек обладал умением географически мыслить и ориентироваться как в естественном географическом пространстве, так и цифровом.

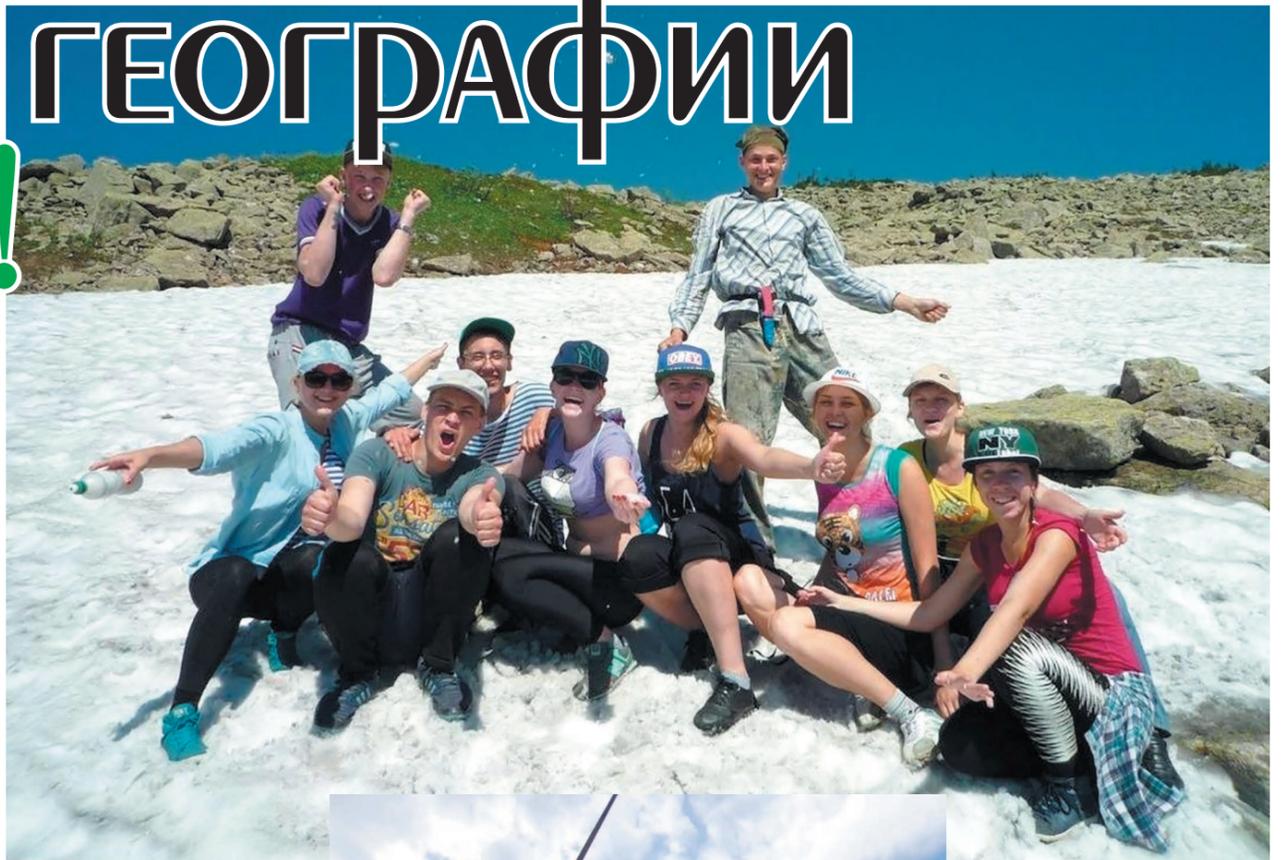
Разработка проекта профессионального стандарта «Географ (Специалист по выполнению работ и оказанию услуг географической направленности)» и открытие новых направлений — новый импульс для развития географического образования в КемГУ. Через несколько лет КемГУ готовится к выпуску будущих специалистов в области геоинформационных систем для компаний, проектно-изыскательских организаций и научных институтов, консультантов и аналитиков по пространственному планированию и территориальному проектированию, инженеров по геонавигации, дистанционному зондированию Земли (ДЗЗ) и управлению БПЛА.

## Востребованность специалистов и непрерывное образование

За 15 лет подготовлено около 200 выпускников по специальности «География», более 120 бакалавров и около 50 магистров по направлению «Педагогическое образование», профиль «География». Сегодня на географических направлениях КемГУ учатся более 60 студентов бакалавриата и 18 студентов магистратуры.

Наши выпускники работали и продолжают работать в школах, лицеях и гимназиях, университетах, колледжах и техникумах Кемеровской области и за её пределами, в туристических фирмах и музеях, в Правительстве Кузбасса и Общественной палате Кемеровской области и т. д.

Треть профессорско-преподавательского состава кафедры геологии и географии КемГУ являются выпускниками КемГУ по специальности «География» и на-



География — мост между природой и обществом. Н. Баранский.

правление бакалавриата и магистратуры «Педагогическое образование, профиль География», готовятся к защите диссертаций на соискание степени кандидата географических наук.

Первых учителей географии выпустили в 2010 году, но востребованность в специалистах была такова, что первые студенты трудоустроивались в школы со второго курса обучения. Выпускники первых лет специальности «География» как первые кемеровские дипломированные специалисты по специальности «География» и направлению бакалавриата и магистратуры «Педагогическое образование, профиль География».

Стоит также отметить, что значительная часть выпускников трудоустроена по специальности в учреждениях дополнительного образования и других городах Кемеровской области и за её пределами.

Особое внимание к подготовке кадров в области географии в КемГУ способствует организации на базе университета системы непрерывного географического образования. Молодые учителя географии, получившие географическое образование в КемГУ, заинтересованы в образовательных успехах и профессиональной ориентации обучающихся, собственном профессиональном



росте, активно взаимодействуют с университетом, принимая участие в научных, методических и общественных мероприятиях КемГУ. Отметим, что в 2016 году выпускница специальности «География», учитель географии Анастасия Сидорова стала победителем кемеровского городского конкурса «Педагог года».

## Что сделано за 15 лет?

За 15 лет географы КемГУ в ходе летних полевых практик побывали на Байкале, в Карелии и

на Соловецких островах, в Волгограде, в Астраханской области и в дельте Волги, на Урале — в Челябинске и Уфе, в Башкирском и Ильменском заповедниках, в Горном Алтае и других уголках нашей Родины.

На кафедре геологии и географии КемГУ действует Научное геолого-географическое общество учащихся, студентов и молодых ученых, созданное при поддержке Кемеровского регионального отделения Русского географического общества, географический клуб «Geo&Geo» для старшеклассников, Школа юных геологов КемГУ, Молодёжный клуб Русского географического общества на базе КемГУ.

Географы КемГУ выполняют научные работы в рамках грантовых проектов, принимают участие в международных и региональных научных экспедициях. Например, в грантовых проектах по изучению коренных малочисленных этносов Кемеровской области, в международной экспедиции Русского географического общества в Центральную Азию и Монголию «По путям географических открытий П. К. Козлова» и др.

В 2017 году впервые состоялась молодёжная научно-практическая школа «Географы Кузбасса» (руководитель У. А. Загумённая), ставшая площадкой для обмена опытом, знакомства с достижениями и современными

исследованиями географов Кемеровской области. В феврале 2021 года планируется открытие Межрегиональной научно-проектной школы «GeoКузбасс» (руководитель О. А. Брель), поддержанной Русским географическим обществом.

Студенты-географы являются победителями и призерами целого ряда научных мероприятий регионального, всероссийского и международного уровня. Географы КемГУ, кроме прочего, являются обладателями призовых мест Всероссийской студенческой олимпиады по географии: 1 место по результатам Сибирского тура в Бийске в 2013 году, 2 место в Новокузнецке в 2013 году, 3 место в Новокузнецке в 2015 году и 1 место в Горно-Алтайске в 2015 году. Сегодня все призёры являются педагогами и молодыми учёными, продолжающими популяризацию олимпийского движения по географии.

На протяжении 5 лет географы КемГУ являются организаторами площадки всероссийской просветительской акции «Географический диктант» в КемГУ — самой крупной площадки в Кемеровской области — Кузбассе.

Географы КемГУ поддерживают многолетние научные и дружеские связи с вузами и научными учреждениями России и зарубежья. Опубликован ряд научных статей и монографий и реализован ряд научных проектов совместно с учёными географического факультета и Московской школы экономики МГУ имени М. В. Ломоносова, Сибирского федерального университета, Тюменского государственного университета и др. В сфере международных связей по обмену на кафедре геологии и географии обучались студенты-географы Грайфсвальдского университета (Германия).

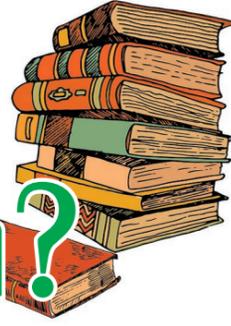
15-летний период развития географического образования в КемГУ — это ускоренный рывок вперёд. Географы КемГУ с нуля провели научно-образовательную и кадровую работу, на которую у многих географических факультетов страны уходило десятилетия. Сегодня можно уверенно сказать, что Кемеровский государственный университет — ведущий динамично развивающийся центр географического образования в Кузбассе, реализующий все уровни университетского образования в области географии: довузовская подготовка, бакалавриат, магистратура, аспирантура, повышение квалификации и профессиональная переподготовка.

Всех географов КемГУ — с юбилеем!



## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

# Как справиться с осенней хандрой?



Настроение оставляет желать лучшего, сил на учебу совсем нет, все вокруг кажется мрачным и депрессивным? Если это тебе знакомо, то, вероятнее всего, ты столкнулся с эмоциональным выгоранием на фоне дождливой осенней поры. Редакция «Статус-ВО!» решила разобраться, как с этим справиться, есть ли различие между легкой осенней хандрой и серьезным эмоциональным выгоранием. На вопросы корреспонденту редакции ответила Ирина Юрьевна Рассохина, доцент кафедры социологических наук, заместитель директора по воспитательной работе СПИ.

– Правда ли, что люди сталкиваются с эмоциональным выгоранием чаще осенью, чем в другие времена года?

– Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) приравнен сегодня к заболеванию, которое требует лечения, это серьезное психофизиологическое состояние, истощение организма после затянувшегося стресса. СЭВ больше связан не со временем года, а с длительностью и характером кризисной ситуации. Хотя, вероятно, осенняя пора, как правило, пасмур-

ная и дождливая погода могут ее обострить.

– Какие симптомы появляются в первую очередь?

– Симптомы СЭВ проявляются на разных уровнях: психоэмоциональном, физиологическом и поведенческом.

Чаще всего наблюдают такие симптомы, как хроническая усталость, бессонница, головная боль, подавленное настроение, тревожность, раздражение,



иногда несвойственная человеку агрессия, прокрастинация и апатия.

– Каковы причины появления такого состояния, которое все называют «осенняя хандра»?

– Осенняя хандра – вовсе необязательно эмоциональное выгорание. Некоторый эмоциональный спад осенью может быть результатом прощания с летом, солнцем, реакция организма на уменьшение светового дня и ожидание зимы. Такое состояние проходит достаточно быстро, как только человек адаптируется к смене времени года. СЭВ же быстро не может пройти, зачастую требуется помощь специалиста.

– Подобному состоянию больше подвержены мужчины или женщины?

– Принято считать, что женщины чаще подвержены эмоциональному выгоранию, поскольку в среднем более эмоционально восприимчивы. Кроме того, этот синдром чаще сопутствует людям творческих и «помогающих» профессий, которые требуют большой моральной отдачи.

– Влияет ли на это наследственный фактор?

– Генетика влияет на склад характера, но не напрямую. Гены определяют чувствительность к гормонам, а те, в свою очередь, контролируют характер эмоциональных переживаний.

– Как правило, в таком состоянии не хочется работать и учиться, как бороться желание остаться в кровати на целый день?

– Если человек действительно страдает синдро-

мом эмоционального выгорания, то ему лучше действительно отдохнуть. Малые стрессы полезны – это хорошо тренирует организм. А если необходимо побороть небольшой осенний стресс, то здесь лучшим средством будет любая физическая активность, прогулки на свежем воздухе, солярий в малых дозах, здоровое разнообразное питание, полноценный сон, интересное дело, обучение чему-то новому, встречи с друзьями. Важно избегать алкоголя, так как в ситуации эмоционального спада обманчивое переключение может привести к зависимости.

– Помогают ли физические нагрузки в борьбе с этим недугом?

– Физическая активность – это лучшее лекарство от многих недугов, в том числе и от эмоционального выгорания. Спорт помогает вырабатывать те волшебные эндорфины и другие гормоны, которые отвечают за хорошее настроение и противостоят стрессу.

– А чай с травами, о пользе которого так часто пишут на форумах?

– Можно использовать всё, что, по мнению человека, ему помогает. Чай – значит, чай. Если на пользу идут медитации – пожалуйста. Следует выработать свой метод и использовать его. Внутренняя убежденность в силе определенной практики гармонизирует внутренний мир человека, настраивает его на излечение.

– Как понять, что легкая осенняя хандра перетекла в тяжелую форму и нужно обратиться к специалисту?

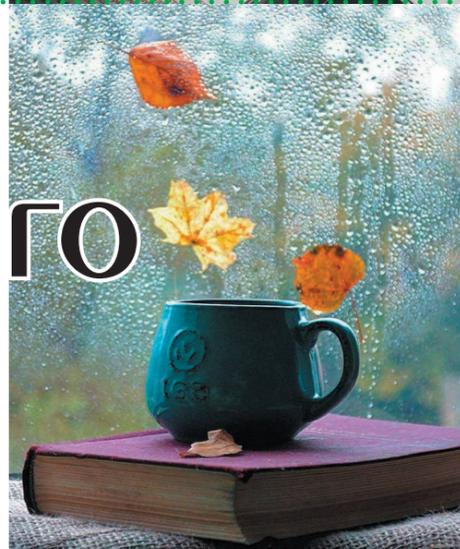
– Первый важный симптом – это длительность состояния и затруднительность самостоятельного выхода из стресса. Если все время хочется спать, а ночью мучает бессонница, если уже утром вы чувствуете усталость, если постоянно откладываете важные дела – подумайте о своем состоянии, прислушайтесь к себе и примите меры.

– Ваш личный совет, как переносить эту змурую осеннюю пору с хорошим настроением и не унывать?

– Совет прост: разрешите себе быть неидеальным, культивируйте позитивное мышление и найдите дело по душе, освоите культуру самоорганизации, планируйте и работу, и отдых, тогда вам будет некогда замечать у себя признаки усталости. Будьте здоровы!

Светлана Семенова, ИФИЯМ, 3 курс.

## Рецепт хорошего вечера



Незаметно пролетело лето, правда? Солнечные дни так быстро сменились дождливой погодой, теперь не так просто выбраться на прогулку с друзьями. Чтобы хоть на часок выйти из дома, нужно укутаться в теплые свитера и шарфы, а если не сделать этого, то прогулка может обернуться долгими и мучительными «Апчи!». Все, что остается студенту – сидеть за домашними работами, пить чай и грустить об ушедшем лете. Стоп! Узнаешь здесь себя? Тогда тебе точно необходим наш рецепт хорошего вечера. Осень – это время вдохновляться и творить, а не поддаваться хандре и усталости. Поэтому лови секретные ингредиенты, которые мы подготовили вместе с психологом и психотерапевтом Евгенией Ярмоленко.

1-й ингредиент – это полноценный отдых. Психологи считают, что умение правильно расслабиться отлично настраивает тело на легкий, позитивный день. Хорошим способом отдохнуть может стать ванна с солями, различными «бомбочками» и пенками. Выделите себе СПА-день и устройте в ванной пенную вечеринку. Тогда организм точно скажет вам спасибо!

Ингредиент № 2 – витамин С. Ешьте апельсины, мандарины, добавляйте кусочки лимона в чай. Научно доказано, что витамин С укрепляет иммунную систему человека, регулирует процессы кроветворения и участвует в синтезе белка. Также этот волшебный витамин содержится в яблоках, капусте, картофеле и ягодах.

Хорошее кино или сериал вполне может стать

3-м ингредиентом в нашем рецепте! Вспомни, какой фильм ты давно хотел посмотреть, но откладывал из-за множества дел. Сейчас самое время отвлечься и посвятить свободный час хорошему кино. Также можно взять в руки интересную книгу. Главное, чтобы она доставила тебе удовольствие.

Теперь добавим в наше блюдо щепотку... СПОРТА! Да, можно романтично укутаться в мягкий плед, сделать какао и, по закону жанра, загадочным взглядом рассматривая листья за окном. Но так осенняя хандра найдет тебя еще быстрее. Важно двигаться, организм хочет чувствовать, что его хозяин активен и полон энергии. Делай ежедневную утреннюю зарядку, отжимайся и растягивай мышцы. Это позволит держать тело и мозг в постоянном тонусе.

Важный элемент – смех! Если грустить и совсем не улыбаться, то унылого непродуктивного состояния не избежать. Как развеселить себя? Подойди к зеркалу и улыбнись. Все еще улыбаешься? Улыбайся дальше, до тех пор, пока не почувствуешь радость внутри. Не получается? Тогда засмейся! Удивительно, но собственный смех должен тебя рассмешить, только уже по-настоящему. Без позитивного настроения трудно сделать свой день насыщенным и ярким, поэтому важно шутить, улыбаться, говорить всем вокруг приятные вещи, ведь это формирует залог хорошего дня – наше с вами настроение.

Последний и самый главный ингредиент – это любовь. Добавляй её везде в неограниченных количествах. Можно провести время с друзьями и близкими людьми. Вместе приготовить ужин или устроить чайные посиделки. Если семья далеко – не поленись позвонить им по телефону или видеосвязи. Любовь родных людей – это то, что согреет даже самой холодной осенью.

Арина Ворфоломеева, ИФИЯМ, 3 курс.

### VII МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ КОНКУРС ЮНЫХ ЖУРНАЛИСТОВ

## «Золотой жираф»

Первый этап. «И журналист, и блогер»

Участникам предлагается вести тематический блог на любой платформе («Ютуб», «Инстаграм», «ВКонтакте» и т. д.) в течение одной – трёх недель: размещать тексты, фотографии, видеоролики, словом, всё, что необходимо для знакомства аудитории с информацией (например, создать группу «Японская культура» во «ВКонтакте»). Необходимо выбрать самую удачную неделю (или две – три, в зависимости от того, насколько часто обновлялся контент) и отправить на конкурс скриншоты материалов, ссылки на них. Эксперты оценят информативность текстов, погружённость автора в тему, оригинальность контента, интересную подачу, ориентацию на целевую аудиторию. Соискателю необходимо указать название блога, период размещения материалов.

Срок проведения первого этапа: 5 октября – 31 декабря 2020 года. Последний день предоставления материалов – 31 декабря.

Кафедра журналистики и русской литературы XX века Института филологии, иностранных языков и медиакоммуникаций Кемеровского государственного университета приглашает школьников 8–11-х классов к участию в межрегиональном конкурсе юных журналистов «Золотой жираф». Конкурс проходит в два этапа (форма участия – заочная). На каждом этапе участники получают баллы, по сумме которых будет определён победитель. Максимальное количество баллов – 90. Оценивается грамотность, оригинальный творческий подход, знание журналистики как профессиональной сферы деятельности. Награждение победителей пройдёт на XI областном медиасеминаре для школьников в апреле 2021 года. Все участники получат сертификаты, победители (1, 2, 3-е место) – грамоты и памятные подарки, а также возможность использовать дополнительный балл в качестве индивидуального достижения при поступлении в КемГУ на направление «Журналистика».

Второй этап. «Журналистика как космос»

В 1961 году Юрий Алексеевич Гагарин стал первым человеком, совершившим полёт в космическое пространство. Все СМИ Советского Союза рассказывали об этом событии, печатали интервью с летчиком-космонавтом. Он стал героем современности. А сам полёт называли «фанта-

стической и дерзкой мечтой в истории человечества».

Участникам предлагается выбрать одну из двух тем:

«Гагарин сегодняшнего времени». Кого бы вы так назвали? И почему? (жанр – эссе).

«Какой фантастической мечтой живёт современная журналистика?» (жанр – эссе).

Срок проведения второго этапа: 9 января – 31 марта 2021 года. Последний день предоставления материалов – 31 марта.

Фото Дмитрия Кирчанова.



## КНИЖНЫЙ МИР

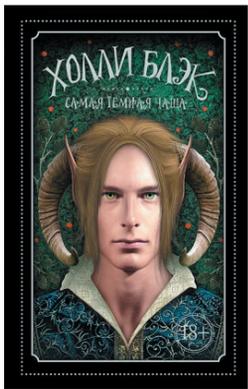
# Прочесть и вспомнить

Листья страниц никогда не опадают, поэтому осенью так приятно взять в руки книгу. В это время года хочется почувствовать, что ты не один, что еще не все шансы упущены, а сюжеты прожиты. Я верю в то, что книги сами находят читателя. Но иногда им нужно помочь, например, предложив подборку уютных книг для вечеров с чашечкой тыквенного пряного латте.



**«Босиком по траве»** Эми Хармон – эта книга не столько о двух подростках, которые потеряли друг друга, сколько о взрослых, которые нашли себя. В жизни Джози и Самюэль никогда бы не встретились, потому что каждый из них привык не вмешиваться в чужие дела. Всегда проще остаться в стороне, чем проявить участие, особенно когда ты уверен в том, что время стирает судьбы. Но в книге все становится возможным, даже странная дружба между людьми разных культур и взглядов, общение бумажными письмами, ведение стены слов, разговоры о музыке и споры о литературе в перерывах между автобусными остановками. Читая книгу, хочется делать пометки на полях, хотя цитат здесь не так много. Суть, скорее, в атмосфере, в том, с каким чувством Джози описывает поиск музыки, пытается сравнить его с проживанием эмоций, или в том, как она бежит

с уроков, задевая траву босыми ногами. Суть не в словах, а в чувствах, которые невозможно выделить карандашной линией.



**«Самая темная чаща»** Холли Блэк запомнилась мне образом мрачного леса, в центре которого прятается стеклянный гроб с рогатым мальчиком. Есть в этой истории аллюзия на легенду о короле Артуре, ведь жители небольшого городка относятся к нему с опаской, что когда-нибудь принц очнется. Для главной героини его пробуждение – мечта, за которую пришлось заплатить не только ей, но и ее брату, семье, соседям. Эта книга написана в русле легенд о феях – существах, которые никогда не будут добры к людям. Главным героям хочется верить в то, что это не так, поэтому они отчаянно пытаются наладить отношения между людьми и существами из леса. Возможно, поэтому история получилась мрачной, философской, но все равно нелинейной сказочной.



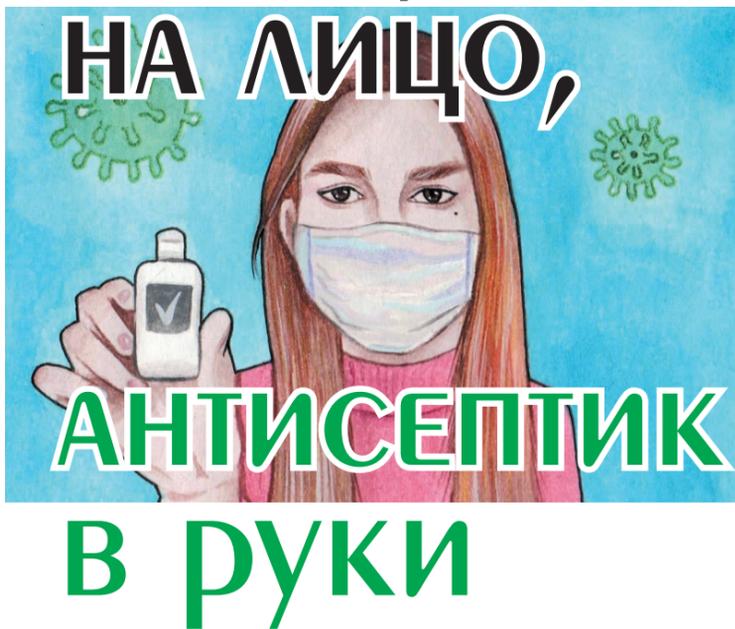
**«Мышиная гвардия. Осень 1152»** Дэвида Питерсена нужно не читать, а рассматривать, потому что это графический роман, выполненный в стиле средневекового фэнтези. История рассказывает о мире мышей, которые слишком слабы для того, чтобы объединиться с более хищными сородичами, но чересчур горды для того, чтобы стать чьим-то ужином. Мышиная гвардия становится организацией, призванной помочь грызунам выжить. Для детской истории в этой книге много жестокостей и серьезных диалогов о неравенстве, теме, о которой решается говорить не каждая книга. Но больше всего запоминается не сюжет, а рисовка, стилизованная под иллюстрации в старинных манускриптах. Мягкие краски, теплые тона, детально прорисованная шерстка героев, внимание художника к костюмам и архитектуре старинных замков делают книгу по-настоящему осенней.

Можно ли прочитать каждую из этих историй и забыть? Можно. Но у меня получилось только прочесть и вспомнить о том, почему я полюбила книги.

**Дарья Пономарёва,**  
ИФИЯМ, 1 курс.

## ЗДОРОВЬЕ

# Маску на лицо,



**Всем известно, что студенты, преподаватели и работники КемГУ обязаны соблюдать масочный режим, чтобы снизить риск распространения вируса. При этом, как оказывается, многие студенты не соблюдают это правило: носят средство защиты на подбородке или вообще забывают о том, что оно должно быть. На вопрос, почему так важно носить маску и периодически обрабатывать руки, корреспонденту «Статус-ВО!» ответила Анна Сергеевна Сарсацкая, заместитель директора ИБЭИПР по воспитательной работе.**



Анна Сергеевна считает, что ношение масок в общественных местах и закрытых помещениях является обязательным ритуалом в период пандемии. Маска является эффективным барьерным способом защиты от бактерий, вирусов, микробов, а также взвешенных частиц и пыли. Правильное ношение маски – плотное ее прилегание к лицу и смена каждые 2-3 часа – обеспечивает фильтрацию воздушно-капельного потока как при вдохе, так и при выдохе.

Это снижает концентрацию микробов и вирусов в окружающей среде до 60%, а значит, защищает того, кто надел маску, и тех, кто находится рядом. – К сожалению, никто из нас сейчас на 100% не может сказать, что здоров, если не сдал анализы на COVID-19. Всё чаще среди студентов фиксируются случаи бессимптомного течения заболевания, а в зону риска попадают люди старшего поколения за 50 лет, а это и преподаватели, и родители, и пожилые люди. Особенно важно сейчас подумать об их здоровье, – говорит Анна Сергеевна.

Наверняка многих интересует вопрос: почему преподавателям разрешено ходить без маски? Ответ следующий: преподаватель во время лекции может находиться на расстоянии 1,5 метров от студентов без средства защиты. При активном говорении маска очень быстро намокает, становится трудно дышать, это приводит к нагрузке на организм. Однако, если же во время практического или лабораторного занятия он что-то

объясняет студенту, находясь от него ближе, чем 1,5 метра, то обязан быть в маске, плотно прилегающей к органам дыхания.

Второй путь, по которому вирусы и микробы могут попасть в организм, – это руки, поэтому антисептиком важно обрабатывать их и поверхности, с которыми приходится соприкасаться. Наиболее эффективны антисептики на основе спирта, содержание которого должно быть не меньше 60%. Часто используют для обработки поверхностей хлоргексидин, раствор перекиси водорода 6%, гипохлорита натрия (белизна).

А когда нужны перчатки? Носить их следует в том случае, если на коже есть повреждения, аллергические реакции, именно тогда барьерная функция кожи нарушена и риск проникновения вирусов увеличивается.

Если вы не имеете вредных привычек грызть ногти, брать ручки или карандаши в рот, и в принципе руками лишний раз не трогаёте ни лицо, ни слизистые, то перчатки можно не носить. Просто чаще обрабатывайте поверхности антисептиком и мойте руки с мылом. Если же вам в общественном месте необходимо прикасаться неоднократно к различным предметам, то лучше в таких случаях надеть перчатки, обработать их антисептиком. Тогда можно считать, что себя и других вы обезопасили.

х х х  
Редакция газеты «Статус-ВО!» выступает за ношение масок, ее корреспонденты на собственном примере показывают, что у человека в маске – правильный статус в обществе! На зеленых масках, которые редакция собирает раздать своим корреспондентам, есть логотип газеты, где восклицательный знак заменен на цветок. Цветок – символ жизни! Соблюдая социальную дистанцию, пользуясь масками, мы ограничим распространение вируса.

Редакция благодарит ООО фирму «Стиль» (директор Т. Н. Изергина) и лично Л. Н. Леонову (Союз женщин Кузбасса) за изготовление масок, неравнодушие и социальную ответственность.

**Екатерина Загорюлько,**  
ИФИЯМ, 4 курс.

Иллюстрации и дизайн масок  
**Марии Анисимовой,**  
ИФИЯМ, 2 курс.

## Мы провели опрос и узнали, все ли студенты соблюдают масочный режим и зачем они это делают.

Из 177 проголосовавших, 92 человека соблюдают масочный режим лишь для того, чтобы не получить штраф. Остальные 85 респондентов носят маску, чтобы обезопасить себя и окружающих от вируса. 85 человек пользуются антисептиком, 38 не пользуются, остальные решили воздержаться от ответа. Всего лишь один человек из проголосовавших надевает перчатки в общественных местах, 80 же не видят смысла в их ношении.

# Что значит это слово?

**Работники рекламы отпраздновали свой профессиональный день 23 октября. С этой сферой мы сталкиваемся ежедневно, так или иначе и используем профессиональные термины в обычной жизни, иногда не до конца понимая их значения и происхождения (а это интересно!).**

Начнём с того, что значит «реклама». А. Ю. Денисова в «Большой Российской энциклопедии» объясняет: «реклама – это информация, направленная на потребителя в целях привлечения внимания, побуждения приобрести какие-либо товары или услуги, содействовать популярности какой-либо организации, политического или общественного деятеля». Само слово пришло в русский язык

через немецкое Reklame, заимствованное из французского (reclame), означающего «подзывание сокола на охоте; ключевое слово в конце страницы» (по Словарию М. Фасмера).



Французское слово восходит, в свою очередь, к латинскому глаголу reclamo («кричу», «выкрикиваю»). Термин «афиша» имеет схожее происхождение с «рекламой». Слово

восходит к французскому глаголу afficher, что значит «прибивать к стене, разглашать». Но, в отличие от слова реклама, это объявление обычно о массовых зрелищных или воспитательных мероприятиях, напечатанное крупными буквами и вывешенное на видном месте. Эти два слова часто являются синонимами и относятся к менеджменту, который сейчас активно набирает популярность.

Менеджмент – это «деятельность, связанная с воздействием на социально-экономические и технические системы для перевода их из данного состояния в заданное;» (А. Л. Семёнов «Большая Российская энциклопедия»). Немецкий историк И. Шайд считает, что слово «менеджмент» пришло в английский язык от итальянского maneggiare – умение управлять лошадью. Объясняется это тем, что искусство верховой езды такое же сложное, как и умение управлять организацией. Это подтверждается и тем, что английское слово manage означает не просто «руководить», но и «умудряться».

**Дарья Алехина,**  
ИФИЯМ, 2 курс.