

1²⁰¹⁷

Кемеровский
государственный
университет
Объединяем
знания и людей

статус — ВО! студенческий вестник



стр. 3

стр. 5

стр. 5-6

стр. 8

Уроки финансовой грамотности. Открываем несложный путь к финансовой независимости и рассказываем, как рационально тратить деньги

КемГУ удивляет. Разузнали истории студентов, которые нашли себя в университете

Как найти способ перестать зависеть от родителей? Разбираем проблемные ситуации с практикующим психологом

Есть ли жизнь за пределами аудитории? Рассказываем о студенческих объединениях КемГУ

КемГУ в лицах



ФОТО: САВЕЛИЙ БАШИРОВ

«Я не рассчитывал на победу»: почему никогда не стоит сдаваться

Выиграть в конкурсе «Студент года КемГУ — 2022» в номинации «Староста года», стать отличным куратором для первокурсников, разработать проект «Модель Венского конгресса» — о своих достижениях рассказал студент 2 курса Института истории и международных отношений, гость рубрики «КемГУ в лицах» Владислав Лехер. Огромные возможности для самореализации университет предоставляет каждому. Главное — найти то, что тебе нравится и развиваться в этом направлении.

— Влад, расскажи, как ты стал старостой?

— Когда я только поступал, то даже не думал о том, чтобы занять какую-нибудь должность. Ближе к началу учёбы председатель Студенческого совета обучающихся нашего института вместе с кураторами создал в социальной сети общую беседу первокурсников. Они рассказали нам о том, что внутри каждой студенческой группы избирается две должности — староста и профорг — и я решил узнать, что входит в их обязанности. Роль старосты заинтересовала меня — я хотел учиться в сплочённом коллективе и был готов его организовать. Позже создал чат для будущих одногруппников, чтобы

все могли познакомиться друг с другом. Изначально, когда выборы старосты проходили в сентябре, многие проголосовали за меня, но из-за определённых обстоятельств решение изменилось. В КемГУ, к сожалению, не все корпуса оборудованы лифтами, пандусами и подъёмниками, поэтому одногруппники не были уверены, что я справлюсь с задачами старосты. Старостой назначили другого человека, а я стал его заместителем. Спустя полгода группа приняла решение о перевыборах, и большинство проголосовало за меня.

— Ты победил в конкурсе «Студент года КемГУ — 2022» в номинации «Староста года». Почему решил подать заявку? Как проходил конкурс?

— Мой путь к номинации «Староста года» начался с конкурса «Лучший староста ИИИМО». Я не рассчитывал на победу, а просто решил попробовать свои силы, но мне удалось занять 1 место, и тогда старостат стал играть для меня особую роль. Когда объявили, что начинается конкурс «Студент года КемГУ» и там есть номинация «Староста года», то я понял — участвовать буду обязательно. Сам конкурс проходил в заочном формате: нужно было подать заявку, прикрепить грамоты и выполнить творческое задание — самопрезентацию. В ней я рассказал о своих достижениях не только в роли старосты, но и в других областях: науке, волонтерстве, организации мероприятий и так далее. А также попросил одногруппников и курируе-

мых первокурсников написать отзыв о моей деятельности.

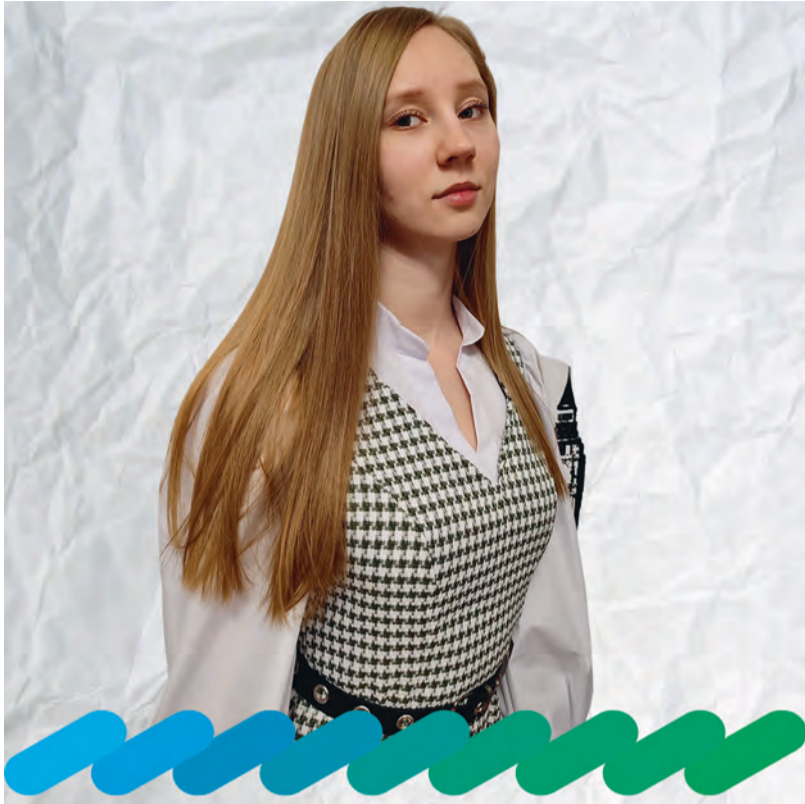
— Ты стал куратором первокурсников. Сложная ли это работа? Как проходила адаптация новых студентов?

— На самом деле быть куратором несложно. Ты просто выполняешь такие же функции старосты, только для другой группы. Например, я курирую первокурсников зарубежного региона. Помогать им адаптироваться к студенческой жизни я начал ещё в августе. В социальной сети была создана беседа первокурсников вместе с кураторами. Мы общались с ними: отвечали на вопросы и давали советы. Второго сентября стартовала «Школа

актива» — специальное мероприятие для первокурсников. В течение трех дней осуществлялась интеграция в студенческую жизнь. Первокурсники знакомились, узнавали про свой институт, участвовали в квестах на логику, слушали образовательные курсы про креативное мышление, лидерские качества, работу в коллективе и многое другое. В последний день был организован концерт, к которому мы вместе с ребятами подготовили танец. За три дня у нас было несколько кураторских часов, где мы общались со своими группами. После «Школы актива» также собирались вместе и устраивали игры на сплочение.

(Окончание на 4-й странице)

Колонка редактора



Друзья!

Этот выпуск газеты привнес нечто новое в уже организованную систему. Изменения — неотъемлемая часть всей жизни, но подготовиться к ним бывает трудно. Как молодой редактор я столкнулась с обязанностями, о которых не подозревала до начала работы над выпуском, и, признаюсь честно, мне было тяжело.

Студенческая газета — это не просто конвейер по созданию качественных и интересных материалов, это, прежде всего, поиск инфоповодов, распределение тем, организация рабочей атмосферы, коммуникация с авторами, жёсткий дедлайн и только потом работа с текстами. Не погрузившись в это дело с головой, не поймёшь, насколько большой труд стоит за красивой обложкой нового выпуска!

Содержательное и эстетическое наполнение номера зависит от творческих намерений авторов и их работы над текстами. Все материалы, вошедшие в весенний выпуск, заслуживают внимания читателей. Достойная подача и увлекательное наполнение — вот то, ради чего стоит прочитать нашу газету.

Смена руководящего состава всегда ведёт к переменам, в нашем случае это изменение дизайна и направления дальнейшего развития газеты.

Я воспринимаю студенческий вестник как труд «от студентов для студентов» и хочу прийти к такой форме работы, когда журналисты наперебой будут предлагать идеи для выпусков, когда заинтересованные люди смогут реализовать творческий потенциал, когда читатели с интересом будут следить за деятельностью нашего коллектива.

Всем нашим читателям, а особенно тем, кто только планирует присоединиться к большой и дружной семье КемГУ, желаю интересного путешествия по страницам студенческого вестника!

**ВАШ ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР,
ЕКАТЕРИНА АНАШКИНА**

Диалог поколений

СТАРОСТЬ ДОМА НЕ ЗАСТАНЕТ!



ФОТО: ПРЕСС-ЦЕНТР КЕМГУ

Продолжаем освещать мероприятия Совета ветеранов КемГУ.

В начале года к ветеранской организации университета присоединились ветераны Колледжа промышленных, информационных технологий и права — и теперь вместе они одна семья.

Члены этой большой семьи за два месяца побывали на различных культурных мероприятиях. Так, ветераны посетили премьеру фильма «Алексей Леонов. Космос внутри», выставку «Сокровища Якутии. Кузбасс-2023», выступление Литературного театра «Слово» и множество других мероприятий. Более того, установилось тесное сотрудничество ветеранской организации с Государственной научной библиотекой Кузбасс имени В. Д. Фёдорова. Например, член Совета ветеранов Людмила Сергеевна Решетникова выступила с лекцией «Образы русской аристократии в творчестве Л. Н. Толстого».

Ансамбль «С песней по жизни» не остался в стороне. 15 февраля коллектив выступил на ежегодном

фестивале-конкурсе военно-патриотической песни «Виктория», а также на концерте, состоявшемся в КемГУ накануне 8 марта. Ансамбль не собирается сбавлять темп: полным ходом идёт подготовка к городскому и районному фестивалю художественно-творчества ветеранов.

Члены ветеранской организации КемГУ продолжают не только духовно обогащаться, но и поддерживают здоровье. В феврале ветераны приняли участие в ежегодном спортивном мероприятии «Лыжня России» и в лыжных прогулках в Сосновом бору.

Ветеранский коллектив активно работает и в сфере патриотического воспитания. С января лекторская группа провела уроки в школах, лицеях и гимназиях г. Кемерово на темы «Чем живёт город Кемерово», «Город трудовой доблести и славы», «Кемеровчане — герои Сталинградской битвы».

АВТОР: МАРИЯ ДРОБАХИНА

КемГУ: факты

ВПЕРВЫЕ В ПОЛУФИНАЛЕ!



ФОТО: АНДРЕЙ БОРТКО, АССОЦИАЦИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО БАСКЕТБОЛА

Баскетбольная команда КемГУ впервые вышла в полуфинал Ассоциации студенческого баскетбола дивизиона «Сибирь» Сибирского федерального округа.

В четвертьфинале, который проходил в Новокузнецке, обыграв Алтайский государственный педагогический университет, наша команда попала в Финал четырёх, чего ещё никогда не было за всю историю участия КемГУ в ассоциации. Матч за третье место прошёл неделей позже в Новосибирске в спортивном комплексе «Ника» с командой Сибирского государственного университета водного транспорта. Игра для нашей команды оказалась тяжёлой и неоднозначной, в честной борьбе баскетболисты заработали своё заслуженное 4 место.

АВТОР: ЗЛАТА КИСЛИЦЫНА

БУДЬ ПЕРВЫМ — БУДЬ В ДВИЖЕНИИ!



ФОТО: КУЗБАССКИЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В Кузбассе появляется всё больше и больше молодёжных объединений для школьников и студентов. Одним из таких стало новое первичное отделение Российского движения детей и молодёжи «Движение Первых», открытое на базе Кемеровского государственного университета.

Своим мнением о новом проекте поделился председатель Студенческого совета обучающихся КемГУ Данила Ёлшин: «Движение первых» — это возможность стать центром притяжения талантливых школьников Кузбасса. КемГУ задаёт тренд в регионе. Молодёжная

политика — направлена на взаимодействие со студентами и школьниками. Когда я учился в школе, существовало лишь одно объединение «Молодёжь 42», потом всё переросло в Российское Движение Школьников. Здорово, что под потребности нового поколения появляются свои движения и организации».

«Движение первых» уже активно реализует свою деятельность. В феврале в ДООЦ «Сибирская Сказка» прошла смена «Будь в движении», в которой студенты КемГУ проявили себя как педагоги-организаторы.

«Работы было много, и она была разная. Мы успевали и проводить

мастер-классы, и снимать ролики, и следить за работой вожатых, а ещё разрабатывали сценарии и чек-листы на каждый день», — делится организатор смены «Будь в движении» Елизавета Шевелёва.

Весной 2023 года Кемеровский госуниверситет совместно с Российским движением детей и молодёжи «Движение Первых» запустил новый сезон школы молодых лидеров «Кузбасс горячих сердец», посвящённый развитию ученического самоуправления в Кузбассе.

АВТОР: УЛЬЯНА МАТЮШ

КОМАНДА КЕМГУ — ПОБЕДИТЕЛИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО КУБКА



ФОТО: ПРЕСС-ЦЕНТР КЕМГУ

В день российского студенчества прошёл квиз, в котором принимали участие более 400 студентов Кузбасса. Они отвечали на вопросы из разных сфер: музыка, логика, история. Например, в одном из восьми раундов участникам квиза предложили угадать, что изображено на маске для сна у человека — логично, что таблица Менделеева!

Кемеровский государственный университет представляли студенты разных институтов: Ирина Гарлова (ИИМО), Лада Булатова (ИФИЯМ),

Максим Кадушкин (ИЭиУ), Екатерина Антонова (ИЭиУ), Дмитрий Кузнецов (ЮИ) и Алина Асланян (ИЭиУ).

Команда КемГУ «Ума палата» забрала главный приз Интеллектуального кубка — поездку в Шерегеш.

«Поездка в Шерегеш прошла прекрасно. Я впервые встала на сноуборд, замёрзла, получила кучу синяков и эмоций. А также побывала в Грелке, потому что слышала, что если в неё не сходить — значит не побывать в Шерегеше» — поделилась своими впечатлениями от поездки Лада Булатова, участница команды «Ума палата».

Организаторами Интеллектуального кубка выступили Министерство науки, высшего образования и молодёжной политики Кузбасса, Кузбасский молодёжный центр и Кузбасская региональная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации.

Организаторами Интеллектуального кубка выступили Министерство науки, высшего образования и молодёжной политики Кузбасса, Кузбасский молодёжный центр и Кузбасская региональная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации.

Организаторами Интеллектуального кубка выступили Министерство науки, высшего образования и молодёжной политики Кузбасса, Кузбасский молодёжный центр и Кузбасская региональная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации.

АВТОР: ЕЛИЗАВЕТА ЖУРАВЛЁВА

«ДЕТИ АЗИИ» В КЕМГУ

С 23 февраля по 5 марта в Кузбассе проходили II зимние Международные спортивные игры «Дети Азии», которые объединили около тысячи спортсменов из одиннадцати иностранных государств и восьми субъектов Российской Федерации.

Одной из площадок проведения стал Кемеровский госуниверситет. 23 и 24 февраля здесь проходила деловая программа Игр. На протяжении двух дней спортивные функционеры, тренеры, судьи, преподаватели, спортсмены и почётные гости из разных стран обсуждали вопросы развития детско-юношеского

спорта в азиатском регионе, укрепления международного спортивного и гуманитарного сотрудничества и вовлечения детей в физическую культуру и спорт.

В деловую программу для гостей университета была включена культурная, в рамках которой они смогли познакомиться с Институтом цифры КемГУ, побывать в Кемеровском планетарии им. К.П. Мацукова и в Музее «Археология, этнография и экологии Сибири».

В организации мероприятия приняли участие около 50 студентов-волонтеров университета. Всего же на

спортивных площадках Игр «Дети Азии» в Кузбассе волонтерами стали порядка 200 студентов КемГУ, которые работали на позициях переводчиками, специалистами технической группы, журналистами, а также принимали участие в организации соревнований и проведении торжественных церемоний награждений. Кроме того, наряду с федеральными и региональными СМИ освещением программы Игр занимался студенческий пресс-центр, созданный на базе КемГУ.

АВТОР: ВАРВАРА ВОДЗИНСКАЯ

КемГУ: наука

ПЕРЕДОВЫЕ ЛАБОРАТОРИИ



ФОТО: АННА ВЕСНИВА

Кемеровский государственный университет предоставляет множество возможностей для развития талантливых людей, которые впоследствии будут помогать обществу. Уже сейчас сотрудники Лаборатории биотестирования природных нутрицевтиков и Лаборатории фиторемедиации техногенно нарушенных экосистем работают над проектами по улучшению качества жизни населения.

Для достижения этой цели в Лаборатории биотестирования природных нутрицевтиков старший научный сотрудник Вячеслав Фёдорович Долганюк и команда учёных занимаются получением препаратов, увеличивающих продолжительность жизни; разработкой биоразлагаемых

материалов упаковки; получением специального питания для граждан на определённых стадиях реабилитации после химиотерапии и облучения рентгеновскими лучами; реализуют проект по добыче и изучению свойств индивидуальных веществ из сибирских лекарственных растений, которые замедляют старение. Также учёные выиграли тендер на переработку молочной сыворотки для того, чтобы в дальнейшем получать из неё мусс наподобие молочного.

В Лаборатории фиторемедиации техногенно нарушенных экосистем под руководством Людмилы Константиновны Асякиной ведётся разработка технологий для использования на угольных предприятиях. Применение данной технологии по-

зволит восстановить плодородный слой земли и вернуть ландшафт в первоначальное состояние.

Учёные этой лаборатории ищут способы очищения воздуха и почвы от различных видов загрязнений. Они занимаются изучением бактерий, способных сделать нашу жизнь лучше, а природе чище.

Обе лаборатории получили гранты на выполнение государственных заказов.

Реализацию проекта «Скрининг биологически активных веществ растительного происхождения, обладающих герпротекторными свойствами, и разработка технологии получения нутрицевтиков, замедляющих старение» обеспечивает

Лаборатория биотестирования природных нутрицевтиков в рамках государственного задания высшим учебным заведениям в сфере научной деятельности.

«Лаборатория фиторемедиации техногенно нарушенных экосистем» выполняет проект, направленный на решение двух актуальных задач Кемеровской области — Кузбасса.

Во-первых, это разработка эффективных систем «растение — ризосферные бактерии», которые

позволят очистить природные экосистемы, а именно воздух и нарушенные угледобычей почвы от различных видов загрязнений, например, углеводородов или тяжёлых металлов.

Во-вторых, разработка «омиксных» технологий, используемых для изменения генома ростостимулирующих бактерий и растений с целью улучшения очистки сточных вод, грунтов и атмосферного воздуха при помощи бактерий и растений.



АВТОР: АНАСТАСИЯ БЕЛОУСОВА

Уроки финансовой грамотности

РАЦИОНАЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДОХОДА, ИЛИ НА ПУТИ К ФИНАНСОВОЙ НЕЗАВИСИМОСТИ



ФОТО: ИНТЕРНЕТ



ФОТО: ИНТЕРНЕТ

Хотите увеличить свой капитал? Несмотря на то, сколько сейчас он составляет, его можно увеличить, благодаря пассивному доходу. Главное – построить план вложений и следовать ему.

Американский предприниматель Роберт Кийосаки однажды сказал: «Если у тебя нет плана, как стать богатым, значит, у тебя есть план, как стать бедным, причём хотите вы того, или нет». Богатство нельзя найти в кошельке, его нужно выстроить в характере, образе жизни и мышлении. Только тогда может ждать финансовый успех.

Учёные выделяют три концепции финансового мышления, основанные на формировании у человека очередности трёх действий: рассчитаться с обязательными платежами, купить желаемое, инвестировать.

В концепции мышления бедного человека на первом месте покупки желаемого, на втором – оплата обязательных платежей, на третьем – инвестиции.

Получая доход, человек, сначала тратит деньги на свои желания (новый телефон, дорогой автомобиль, модная одежда) и только потом направляет финансы на обязательные расходы: питание, проживание, передвижение. Человек честно планирует направить оставшиеся финансы на инвестиции. Но, как правило, до последнего действия дело не доходит. А если финансов не хватает на

покрытие обязательных расходов и желаний, то формируются долги, на обслуживание которых необходима дополнительная сумма средств.

В концепции мышления нормального человека на первом месте затраты на обязательные расходы, затем покупки желаемого, на последнем месте инвестиции.

Человек, получая доход, в первую очередь, осуществляет обязательные расходы и траты на свои желания. Если после этого остаются свободные денежные ресурсы, то они направляются на формирование капитала – инвестиции. И, согласитесь, мало у кого хватает дисциплины на такой алгоритм действий.

В концепции мышления богатого человека на первом месте – инвестиции, далее – траты на обязательные расходы, только на последнем месте покупки желаемого. Экономисты считают, что только такая модель финансового поведения может привести к формированию богатства. Человек, получая доход, первоначально выделяет средства на инвестиции в размере 10% от своего дохода. Часть оставшейся суммы направляет на оплату обязательных расходов, а затем из того, что останется, позволяет себе купить желаемое.

Можно долго думать о том, что сейчас недостаточно денег, чтобы их куда-то вкладывать, ведь маленькие суммы ни к чему не приведут. Но как раз те вложения, которые сейчас не-

дооценить, через двадцать лет начнут «играть» на счёте так, что можно удивиться тому, насколько увеличился капитал.

Формирование личного капитала основано на принципе сложного процента, в экономике это называется принципом реинвестиций. Прибыль, полученная от первоначальных инвестиций, не изымается, а остаётся на брокерском счёте и ещё раз инвестируется. Система генерирует проценты на проценты, что и приводит к росту капитала. Необходимо как можно раньше начать инвестировать и продержаться первые 20 лет.

«В эти первые два десятка лет основным источником пополнения капитала будет являться ваша заработная плата. От суммы вашего дохода необходимо 10% направлять на сбережения и инвестиции посредством размещения в финансовые активы на брокерском счёте. После 20 лет инвестиций сумма накопленных сложных процентов начнёт расти в геометрической прогрессии. Если вы продержитесь ещё 20 лет, то наступит тот самый эффект сложных процентов, когда сумма накоплений в 7-8 раз превысит сумму, которую вы инвестировали за счёт личного дохода. В итоге получится значительный личный капитал. Сегодня самым наглядным примером применения такого подхода является портфель Уоррена Баффета, человека сумевшего в течение жизни с помощью стратегии пас-

сивных инвестиций сформировать самый большой личный капитал в мире», – комментирует Елена Федулова, доктор экономических наук, доцент КемГУ.

Единственная роскошь, которая сможет привести к таким пассивным доходам – время. Экономисты не рекомендуют растрачивать его на сомнения. Ошибочно думать, что сначала отучусь, потом пойду работать, а там карьеру ещё построить надо. И только спустя годы мне будут платить достойную зарплату, 10% от которой я и смогу отправлять на инвестиции. При таком подходе велик риск потерять те самые первые двадцать лет, после которых заметен эффект сложных процентов и наблюдается бурный рост капитала. Приумножить свой капитал с помощью пассивных инвестиций уже станет сложно.

Еще одним важным аспектом инвестирования является периодичность взносов. Инвестирование по неделям – лучший вариант, чем раз в месяц или раз в квартал. Инвестирование должно стать привычкой, приносящей приятный результат.

«Если вы инвестируете, лучше это делать через брокерский счёт,



АВТОР: АЛИНА ЕВСТРАТОВА

КемГУ в лицах

(Окончание. Начало на 1-й странице)

«Я НЕ РАССЧИТЫВАЛ НА ПОБЕДУ»: ПОЧЕМУ НИКОГДА НЕ СТОИТ СДАВАТЬСЯ

— В каких организациях КемГУ состоишь? Над какими проектами работаешь сейчас?

— На данный момент я состою в шести организациях. С самого поступления вступил в Студенческий совет обучающихся и в Студенческое научное общество ИИИМО. Чуть позже присоединился к Социально-правовой комиссии и Комитету по организации массовых мероприятий ППОС КемГУ. В сентябре прошлого года стал членом Центра межкультурных коммуникаций КемГУ, а не так давно вступил в Молодёжный клуб дипломатии. Из значимых проектов могу выделить «Модель Венского конгресса», где я являюсь одним из руководителей. Идея этого проекта появилась ещё в августе прошлого года: мы вместе с одногруппницей решили подать заявку на конкурс для дальнейшей реализации модели. Сейчас у нас есть команда и ор-

ганизации, которые тоже вовлечены в проект. Мы планируем провести грандиозное мероприятие на базе всего КемГУ, его участники смогут попробовать себя в роли делегатов от государств, принимающих участие в Венском конгрессе, а также в переговорах и дебатах. Ещё в рамках этого мероприятия планируется проведение бала, где каждый сможет перевоплотиться в историческую личность.

— Ты много времени уделяешь внеучебной деятельности. Есть ли у тебя хобби?

— Одно из моих хобби — изучение иностранных языков. Мне нравится писать на разных языках, говорить и читать. На данный момент в рамках учебной программы я углублённо изучаю английский язык и осваиваю немецкий. Ещё с 8 класса самостоятельно учу испанский. На 1 курсе меня заинтересовал арабский язык,

но из-за нехватки времени углубиться в него мне не удалось. А на 2 курсе я записался на дополнительные занятия по китайскому.

— Что для тебя значит быть старостой?

— Староста — это не просто связующее звено между студентами и дирекцией. Это прежде всего человек, к которому каждый член группы может обратиться за помощью. Он создаёт в коллективе дружелюбную атмосферу: сплавливает одногруппников, разрешает конфликты и всех поддерживает.

— Влад, какой важный совет дашь нашим читателям?

— Никогда не сдавайтесь и всегда стремитесь к своей цели. Я на своём примере убедился, что добиться желаемого возможно! Главное — искренне этого хотеть и прикладывать усилия.



ФОТО: АНЖЕЛИКА ГРУШКИНА

Полную версию интервью слушайте на площадке студенческого «Радио-ВО!»



АВТОР: КСЕНИЯ МИГУЛЁВА

КемГУ объединяет

ЗНАНИЯ — ОСНОВА ЛЮБВИ

Ни для кого не секрет, что на протяжении многих лет КемГУ объединяет знания и людей. Герои нашей рубрики поделились нежными историями о том, как университет подарил им любовь к науке и друг к другу.

Кандидат исторических наук, доцент кафедры истории средних веков Оксана Николаевна Терехова и её супруг доктор исторических наук, профессор кафедры новой, новейшей истории и международных отношений Олег Эдуардович Терехов.

Роман Оксаны Николаевны и Олега Эдуардовича по праву можно назвать служебным. Оксана Николаевна работала на кафедре истории средних веков, а Олег Эдуардович на кафедре новой, новейшей истории и международных отношений.

Они были коллегами и всегда ценили интеллектуальные и личные качества друг друга. По словам Оксаны Николаевны, служебные браки имеют несколько сторон. С одной стороны, они могут стать основой крепкой семьи, так как изначально коллег объединяют общие интересы. С другой — это может стать и главной трудностью. Необходимо уметь отделять работу от дома. Супруги равнялись на своих коллег с исторического факультета, учились у них не только профессиональным навыкам, но и созданию крепкой семьи: они вдохновляли супругов и прививали ценность брака.

Оксана Николаевна принадлежит к педагогической династии. Её дедушка был директором школы и учителем начальных классов, мама преподавала математику, а папа вёл

военное дело и физкультуру. При поступлении в вуз у неё были сомнения насчёт факультета, но она выбрала исторический. В студенческие годы Оксана Николаевна активно занималась наукой и выступала на конференциях. После окончания университета осталась работать на кафедре. Олегу Эдуардовичу история нравилась ещё в школе. С пятого класса он уже читал вузовские учебники по истории и монографии учёных. Поступив на исторический факультет, целенаправленно занимался любимым делом — наукой. Он со студенчества отличался целеустремлённостью и трудолюбием.

По мнению Тереховых, чтобы брак был хорошим, необходимо понимать, что в жизни бывает всякое, случаются и раздоры. Но стоит меньше уделять времени мелочам и больше оберегать близких. Секрет хорошего брака — абсолютное доверие друг к другу, поддержка своего человека в любых трудностях. Важно каждый день дорожить тем, кого тебе подарила судьба. В жизни крайне сложно найти близкого человека, но Оксане Николаевне и Олегу Эдуардовичу с этим очень повезло.

Профессор кафедры стилистики и риторики Наталья Борисовна Лебедева и её супруг профессор кафедры русского языка и литературы Николай Данилович Голев.

Наталья Борисовна и Николай Данилович познакомились в 1965 году во время поступления в Казахстанский университет. Оба сдали вступительные экзамены, но конкурс пройти не смогли, и им пришлось развехаться: Наталья Борисовна отправилась в город Экибастуз Павлодарской области, а Николай Данилович вернулся в посёлок Тальменка Алтайского края. Но связь между ними не оборвалась — они отправляли друг другу письма. Как вспоминает Наталья Борисовна, в гараже её родителей хранилось два чемодана «приятного общения». Спустя время друзья по переписке приняли решение поступать в Томский государственный университет, но и здесь всё оказалось непросто. Для поступления требовался опыт работы на производстве. Николаю Даниловичу удалось поступить на очное отделение сразу, а вот Наталье Борисовне только спустя два года. За время студенчества они стали настоящими друзьями! После



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ГЕРОЕВ

окончания учёбы Николай Данилович по распределению уехал работать в Алтайский университет, а Наталья Борисовна осталась в аспирантуре. В это время Наталья Борисовна вышла замуж, а позднее женился и Николай Данилович, но это не помешало им оставаться хорошими друзьями. Об их дружбе ходили легенды, они умели выслушать и поддержать друг друга в самых сложных ситуациях. И лишь спустя тридцать три года дружбы, как шутит Наталья Борисовна, Николай Данилович «вместо того, чтобы жениться на какой-нибудь аспирантке, как полагается профессору, женился на старом друге». В Кемеровский государственный университет они попали по приглашению председателя диссертационного совета Людмилы Алексеевны Араевой, по сей день трудятся во благо науке.



АВТОР: ПОЛИНА КУЦЫХ



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ГЕРОЕВ

КемГУ удивляет

ПОЧЕМУ Я ВЫБРАЛ КЕМГУ?

Что делать? Куда поступать? Как правильно выбрать университет и не ошибиться? Именно такие вопросы волнуют абитуриентов. Сегодня им предоставлен широкий выбор университетов, но каждый желает найти место, в котором захочет задержаться надолго. Те, кто выбрали для поступления Кемеровский государственный университет, не жалеют о своем решении, ведь КемГУ удивляет своих студентов с первого дня обучения!

Каждый найдет в КемГУ место не только для себя, но и для реализации своих хобби. Именно с этим связана история Екатерины Ушениной — студентки первого курса направления «География»:

— Я всегда знала, чего хочу и что меня интересует. Я люблю рисовать, чертить и играть на пианино, но сложилось так, что судьба связала меня с направлением «География» — мой самый последний вариант обучения. Я очень рада этому выбору: в университете у меня появилось много друзей, хотя ранее их практически не было. Они стали моей второй семьей, и я не хочу их потерять. А самое замечательное то, что я продолжила заниматься музыкой. В моем институте есть направление инструментал, в котором я теперь состою, ведь музыка для меня всё!



Конечно, большие города так и притягивают своими красотами и возможностями, но и родной край способен удивлять. В этом убедился Павел Цвиль — студент первого кур-

са направления «Фундаментальная информатика и информационные технологии».

— Меня всегда манили большие города: Москва, Санкт-Петербург, Казань... После экзаменов в 11 классе я с семьей поехал в отпуск в Питер. Мы посетили день открытых дверей в СПбГУ, но там оказалось не так хорошо, как я себе представлял. Преподаватели СПбГУ не так заинтересовали меня, как преподаватели КемГУ, да и планетарий наш произвел намного большее впечатление. Поэтому я вернулся обратно: все же родные просторы и близкие меня не отпускали. Я остался доволен своим решением.



Марина Хроменкова, студентка пятого курса направления «Психология служебной деятельности» утверждает, что лучшее студенческое движение — это движение КемГУ. Возможность перевестись на бюджет вполне реальна.

— При выборе места обучения у меня было 2 варианта: медицинский колледж или КемГУ, и я выбрала университет. Могу сказать, что в первую очередь я осталась здесь из-за крутой движухи. Я состою в студклубе и каждый год участвую в концертах. КемГУ — это отличная площадка для раскрытия своей личности с новых сторон. К тому же наш университет оказывает

огромную поддержку, например, материальную. Я поступила в университет на коммерческой основе, а уже в следующем году перевелась на бюджет. Всё это благодаря моим грамотам и активности, ну, и сессию я закрыла с одной четвёркой. Студенческое движение в КемГУ на высшем уровне, оно раскрывает ребят с совершенно разных сторон, я считаю это одним из самых больших плюсов нашего университета.



Выбор университета не всегда хорошо продуман, порой он бывает спонтанным, а иногда вынужденным. Студенты по разным причинам выбрали КемГУ, но все обрели здесь счастье.

Кстати, у корреспондентов «Статуса-ВО!» тоже есть свои истории. Предоставим им слово.

Найти себя с первой попытки удаётся не каждому. Стоит пробовать развиваться в разных направлениях, пока не найдёшь то, что будет твоим, как это сделала Полина Куцыц.

— Я с детства была мечтательным и эмоциональным ребёнком. Часто фантазировала о том, что я великая актриса, а домашние — мои поклонники. Все вокруг говорили моим родителям: «Ей в театральное надо, она у вас актрисой будет!». А в это время на стуле я давала представление и радовалась, когда после слова «всё» раздавались бурные аплодисменты. Я долго шла к своей мечте:

играла в школьных спектаклях, побеждала на конкурсах и, наконец, поступила на факультет режиссуры. Однако, мечте пришлось разбиться о суровую реальность. Оказалось, актёрство — это не умение вовремя показывать эмоции, а жизнь в театре и полное опустошение. Мне хотелось творить, создавать, общаться с людьми, а вместо этого я получила чёрную форму и постоянное самокопание. Уйти было сложно, ведь я не знала, чего хочу на самом деле. Когда пришло время очередного поступления, выбрала КемГУ, ведь не хотела расставаться с близкими мне людьми и уезжать в чужой город. В университете я обрела друзей, любовь к своему делу, море разных проектов и новую мечту. Долго не могла понять, почему сначала КемГУ как кипятка боялась. Университет стал для меня опорой и изменен до неузнаваемости. Я не пожалела о своём выборе.

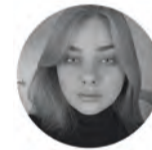


Атмосфера и люди способны повлиять на выбор! История о том, как профильная смена «Молодые ветра» покорила сердце Ульяны Матюш.

— С 10 класса я грезил о своей новой жизни в другом городе. Но по иронии судьбы я подала документы именно в КемГУ. На вступительном собеседовании меня спросили, что у меня в приоритете: университет или ТГУ, я совершенно без сомнения сказала — КемГУ. Всё решилось спонтанно и даже инфантильно: сидя перед комиссией, я вспомнила про чудесную смену в «Сибирской сказке», которую организовывали студенты КемГУ. Я была в восторге! Они поразили меня своими знаниями и умениями. Во время собеседования я поняла, что хочу стать частичкой этой семьи, частичкой этого большого несмолкающего сердца. Быть в тусовке студентов КемГУ — вот причина чтобы остаться.



Поступай в КемГУ — поступай правильно! Вся информация от приёмной комиссии здесь



АВТОРЫ:
ТАТЬЯНА КУДРЯВЦЕВА,
АНАСТАСИЯ ЕВГРАФОВА

Психологическая служба КемГУ

КАК НАЙТИ СПОСОБ ПЕРЕСТАТЬ ЗАВИСЕТЬ ОТ РОДИТЕЛЕЙ



ФОТО: ИНТЕРНЕТ

В жизни каждого человека должен настать момент, когда он становится независимым от родителей и начинает нести ответственность за себя сам. Психологи называют процесс отделения от семьи сепарацией. Сепарация — один из важнейших этапов становления личности, который выражается в эмоциональном, финансовом, территориальном и физическом отделении ребёнка от родителей. Но не все готовы к этому шагу. Несмотря на то, что человек физически давно вырос, он не всегда может стать взрослым.

Предлагаем рассмотреть ситуации, в которых показаны часто

встречающиеся проблемы отделения ребёнка от родителей, вместе с практикующим клиническим психологом, гештальт-терапевтом, старшим преподавателем кафедры психологических наук Социально-психологического института КемГУ Аллой Янко.

А ВОТ ХОРОШИЙ РЕБЁНОК...

Родители стремятся обезопасить своего ребёнка, а также обустроить его жизнь так, чтобы она была идеальной и правильной. Но иногда это желание может проявляться в тотальном контроле, который чреват негативными последствиями, например, ухудшением семейных отноше-

ний или воспитанием беспомощности у человека.

Ежедневные неоправданные звонки, проверки успеваемости в школе, в вузе, на работе, а также нескончаемый список советов о том, как надо жить. Это одни из немногих действий, которые совершают чрезмерно участливые родители в процессе воспитания.

Одним из способов воздействия на ребёнка становится авторитетность, то есть давление с позиции возраста, когда речь заходит о жизненном опыте или материальном положении, когда встаёт вопрос обеспечения.

Ребёнок старается отстоять свою свободу: защищает право на личное мнение и пытается ограничить влияние родителей на свою жизнь. Такие действия могут рассматриваться как нелюбовь или неблагодарность и, возможно, будут проигнорированы.

Алла Янко: «Корни подобного поведения могут уходить в тревожность родителей и убежденность в том, что ребёнок без них не справится. А частый способ избавиться от тревоги — это контролировать то, что возможно, да и то, что невозможно, тоже. Тогда не важно сколько ребёнку лет, двадцать или тридцать, он может оставаться беспомощным

перед жизнью и перед влиянием родителей».

Поэтому, как бы ни было сложно, но в подобных ситуациях важно отстаивать свою свободу. Хотя при этом стоит задуматься: нет ли чего-то в моем поведении, что родители воспринимают как несамостоятельность?

История, про детей, которые чрезмерно любят родителей — это, конечно, манипуляция, с попыткой вызвать чувство вины и за счёт этого получить желаемое поведение. Здесь важно отметить то, что человек действительно чувствует от того, что ему пытаются навязать. Попытка доказать обратное необязательно даст плоды, потому что цель такой манипуляции не обсудить того в действительности любит.

Не нужно что-то доказывать, но следует для себя поставить вопрос: как сделать так, чтобы родители уважали мой выбор, признавали меня, как взрослого и самостоятельного человека?

Цель — не переделывать родителей, а изменить их поведение по отношению к себе».

(Окончание на 6-й странице)

КАК НАЙТИ СПОСОБ ПЕРЕСТАТЬ ЗАВИСЕТЬ ОТ РОДИТЕЛЕЙ

БЕСКРАЙНЯЯ ЗАБОТА — ПРЕПЯТСТВИЕ К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Любовь родителей может проявляться по-разному, и одним из её выражений является забота. Но даже у неё должны быть пределы, иначе ребёнок может начать воспринимать подобные за собой ухаживания как нечто должное. Он привыкает к комфорту и впоследствии от него не отказывается: уже будучи взрослым, человек не стремится к самостоятельности, а продолжает находиться на обеспечении родителей.

Он начинает требовать к себе повышенное внимание, например, своим безответственным отношением к финансам. Человек спокойно растрчивает все имеющиеся у него средства на любые свои желания, ведь знает, что к нему всегда проявят особое отношение и никогда не бросят в беде.

Алла Янко: «Есть такая идея, что многое о личностных качествах человека может сказать его положение среди родственников: старший он, младший или средний».

Старшие, как показывает практика, более ответственные ещё и потому, что им пришлось, так или иначе, принимать участие в воспитании. Младшие — как раз гиперопекаемые дети. Более раз-

балованные и менее самостоятельные.

Дети знают, что люди работают и живут самостоятельно, но могут выбрать беспомощную позицию, по сути позицию жертвы. И тогда родители становятся вечными спасателями из каких-либо ситуаций.

Нужно постепенно поддерживать независимость и самостоятельность ребёнка. То есть научиться отказывать. Конечно, у него не будет получаться всё и сразу, но трудности — это нормально».

Чтобы сепарация прошла последовательно и правильно, родителю необходимо поддерживать ребёнка в его кризисах.

Кризис трёх лет, или «Я сам». В этом возрасте ребёнок начинает замечать себя как отдельную личность, он учится отказывать, потому что начинает осознавать свои желания. Родителям нужно не мешать, а наоборот, поддерживать его решения и давать возможность делать выбор.

В кризисе семи лет ребенок активно социализируется и учится самостоятельности. На этом этапе можно не навязывать свою помощь и

постепенно снижать контроль, чтобы ребёнок ошибался и делал выводы. Также в этом возрасте важно, чтобы у ребёнка были две-три домашние обязанности.

В подростковом возрасте родители перестают быть авторитетами, ребёнок замечает их недостатки, начинает бунтовать против устоев, правил, ценностей в семье. И здесь важно дать подростку пространство, свободное от вторжения родителя. Когда убирать, как обустроить комнату — всё это решает подросток.

Нужно помнить, что сепарация — это задача ребёнка, а родитель должен просто помочь и не мешать становиться ему самостоятельным. Главное — понять свои желания, потребности и возможности, поэтому здесь важно заручиться поддержкой родителей.

Если родители всё же вторгаются в этот процесс, то нужно отстаивать свои границы и говорить: «Мама, я понимаю, что ты беспокоишься обо мне, но я хочу, чтобы ты...» или «Я понимаю, что ты беспокоишься обо мне, но я принял(а) решение. Мне жить свою жизнь и нести за неё ответственность».

Чувствуйте грань между заботой и опекой.



ФОТО: ИНТЕРНЕТ

Более подробно разбирается с проблемой отделения детей от родителей с участием практикующих психологов автор подкаста «Мам, пап, дальше я сам» Полина Куцых. Подкаст доступен в ВК и Телеграм — #подкасты КемГУ



АВТОР: АННА НОСОВА



Юридическая практика

ПРОЙТИ ЮРИДИЧЕСКУЮ ПРАКТИКУ ЗА 72 ЧАСА? ВОЗМОЖНО!

И ВПОЛНЕ РЕАЛЬНО ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ЗИМНЕЙ АКАДЕМИИ «МОЯ ПРОФЕССИЯ — ЮРИСТ»



ФОТО: ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ КЕМГУ

IX Международная Зимняя академия «Моя профессия — юрист» проходила в период студенческих зимних каникул одновременно в городах Сочи и Кемерово на площадках Сочинского института (филиала) РУДН и КемГУ. Прошедшие обучение в Зимней академии получили удостоверения и сертификаты о повышении квалификации по программам ДПО «Формирование практических навыков юриста».

Ежедневно в течение 5 дней команда преподавателей и тренеров из Москвы, Кемерово и Сочи организовывала интенсивное обучение практическим навыкам, профессиональное общение и содержательную культурную программу в Международной Зимней академии «Моя профессия — юрист».

Корреспонденту «Статуса-ВО!» Екатерине Гавриловой удалось понаблюдать за процессом со стороны и узнать мнение и впечатления — студентки 3 курса Юридического института Ольги Овчинниковой.

В первый день произошло знакомство участников и организаторов, экспертов и тренеров, были поставлены цели и задачи обучения. Студенты всех возрастов и квалификаций устремились в залитый зимним солнцем зал для конференций, торопливо рассаживаясь. Их было как минимум 40 и как максимум — 50. Торжественное открытие и телемост Кемерово — Сочи смотрели бакалавры, специалисты, магистры и первокурсники наряду с преподавателями, которые хотели повысить свою квалификацию, отточив практические навыки. Самое большое впечатление произвело выступление Марины Викторовны Немытиной, доктора юридических наук, профессора кафедры публичной политики и истории государства и права юридического института Российского университета дружбы народов, автора и руководителя проекта «Зимняя ака-

демия». Она выступала с лекцией на тему «Формирование практических навыков и компетенций юриста».

Расписание учёбы будущего юриста Ольги Овчинниковой, плечом к плечу с которой я прошла всю учебную неделю, было крайне насыщенным: семинары, лекции, дискуссии, тестирование, интерактивные занятия и, конечно же, практика.

На пятый день Зимней академии в Кемерово, тёплая и дружественная атмосфера обучения наконец получила практическую направленность. И это импровизированный судебный процесс. Представители команд участников в Сочи и Кемерово выступали с разных позиций в интересах сторон по делу. Этому выступлению участники с удовольствием и воодушевлением посвятили не один час напряжённого труда.

В этом судебном процессе не принимали участие преподаватели — они выступали в роли слушателей. И, когда в зале появился Егор Сергеевич Трезубов, — Ольга, поглощённая обсуждением будущего выступления, как и другие студенты, сочла его обычным слушателем. Он был знаком всем участникам, ведь читал у них лекции, но никто даже и подумать не мог, в какой роли он предстанет сегодня.

Егор Сергеевич Трезубов был строгим и, по мнению многих студентов, суровым судьёй в этом «судебном процессе», имея за плечами степень кандидата юридических наук и должность доцента, а также заместителя директора Юридического института КемГУ по научной работе. Его манера вести дело была полезной: у студентов, как представителей сторон на судебном заседании, появился шанс узнать, как дело будет рассматриваться в реальной жизни. И что нельзя писать капслоком в официальных документах, потому что документы — это лицо юриста.

Ольга Овчинникова, наряду с другими членами Юридической Клиники, принимала самое активное участие в судебном заседании: она выступала представителем банка — истцом. Дело было не из простых и заставило студентов хорошенько поломать голову над отстаиванием своей позиции. Оно относилось к гражданским, которые сегодня более актуальны в юридической практике. Полтора часа студенты разбирали фабулу дела, разрабатывали позиции и формировали навыки публичного выступления.

Ольга торопливо подбрасывала одну идею за другой. На студентке как на представителе стороны-заявителя лежал огромный груз ответственности за убедительное выступление. Этот груз помогли разделить и преподаватели, и студенты: вместе прорабатывали позицию и предъявление исковых требований, исследовали на что сослаться, как назначить экспертизу, какие документы приложить к иску и как их составить, а также какие привести аргументы в защиту своей позиции, поскольку аргументация — это основа юридической деятельности. Без правильных аргументов ты не докажешь свою правоту.

«Самое главное, — отмечает Ольга после успешного выступления, — не просто разыграть роль, как в театре, а правильно проработать и представить свою позицию, потому что от того, что мы скажем и как мы это скажем, зависит исход дела».

По мнению будущего юриста и участницы Зимней академии, замечательно, что есть мероприятия, которые позволяют отработать практические навыки. Вне зависимости от места работы и должности (истец или ответчик в суде, адвокат, прокурор или судья) — эти навыки будут одинаково полезны.



ФОТО: ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ КЕМГУ



ФОТО: ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ КЕМГУ



АВТОР: ЕКАТЕРИНА ГАВРИЛОВА



КемГУ развивает

«У КАЖДОЙ ФИГУРЫ ЕСТЬ СВОЯ ЦЕНА»



ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ ГЕРОЯ

Точные науки всегда требовали от студентов усидчивости и умения логично мыслить. Такими же качествами должен обладать любой успешный шахматист. Наш герой одинаково легко решает математические задачи и проводит сложнейшие шахматные комбинации. Он поставил свой первый мат в девять лет, а в тринадцать стал обладателем третьего спортивного разряда. Ценные игровые навыки этот молодой человек применяет и в жизни: умение продумывать свои действия наперёд помогло ему стать успешным студентом. За время обучения в Институте цифры Кемеровского государственного университета он стал призёром седьмой Всекузбасской спартакиады студенческих отрядов, а также университетской спартакиады среди первых курсов. Знакомьтесь: математик, шахматист и прекрасный собеседник Александр Сирмайс.

— Как началось твоё знакомство с шахматами?

— Я где-то прочитал, что это достаточно сложный и интересный вид спорта. Мне захотелось попробовать свои силы и я попросил отца научить меня играть. Сначала, конечно же, проигрывал, поэтому появилась мотивация развить шахматные умения.

— Я сам научился играть в шахматы примерно в девять лет. Дальше игр с друзьями это не заходило. Почему ты решил заниматься этим профессионально?

— Я часто слышал о том, что шахматы могут развить логику, и решил это проверить. В своё время отец захотел отправить меня в шахматную секцию, а мама предложила пойти на скрипку. Я выбрал первый вариант, поскольку учиться в музыкалке особо не горел желанием. У меня был интерес к этому виду спорта, и в тот момент он превратился в желание добиться высоких результатов.

— Ты учишься в Институте цифры. Помогают ли шахматы в учёбе?

— Да. Шахматы развивают интеллектуальные навыки. В этой игре нужно уметь строить план как обыграть соперника, а также учиться представлять следующие ходы. Способность думать наперёд очень помогает в решении учебных задач.

— Почему не шашки?

— Когда я в первый раз пошёл в шахматную школу, мне предлагали играть и в них, но предпочтение я

отдал шахматам. Шашки показались мне не такими интересными.

— Есть ли какая-то наиболее запоминающаяся шахматная партия?

— Была одна партия, которая длилась четыре часа. Изначально на игру даётся полтора часа, плюс 30 секунд за каждый ход. В середине турнира у меня была серия поражений, соперник тоже был достаточно низко. Мы боролись за то, чтобы выйти в верхнюю часть списка. Партия первые два часа была достаточно скучной, а потом мы начали по очереди совершать ошибки. И я, и он стали думать по десять минут над каждым ходом. Закончилось тем, что мы остались последними играющими и нам пришлось ускориться, потому что у каждого оставалось секунд по пять на ход. У меня получилось поставить мат. В том турнире я занял десятое место из семидесяти.

— В октябре 2020 года чемпион мира по шахматам Магнус Карлсен, выигравший 125 партий подряд, проиграл Яну-Кшиштофу Дуде и прервал свою победную серию. А как часто проигрываешь ты?

— В настоящее время я достаточно много играю по сети без участия в турнирах и люблю поэкспериментировать. Я вроде бы знаю, как правильно нужно ходить, но задаюсь вопросом: а что будет, если я похожу иначе. И нередко отдаю преимущество сопернику. Из десяти партий таким образом три — четыре я проиграю.

— А на турнирах?

— Последние два турнира, в которых я участвовал, были на выбывание, так что больше одного раза там не проиграть. В обоих турнирах у меня второе место. В одном я успел сыграть четыре партии, а в другом больше шести.

— Что, по-твоему, самое сложное в шахматах?

— Думаю, умение концентрироваться. Моя самая долгая партия длилась четыре часа. В такой ситуации трудно сфокусировать внимание. Тебе хочется отвлечься, пойти домой. Очень сложно сидеть и смотреть на доску десять минут, пока твой сопер-

ник делает ход.

— Что тебе больше всего нравится в шахматах?

— Азарт, который я получаю. Вот идёт партия. Я пытаюсь экспериментировать, найти выход из сложной ситуации. Если получается, я радуюсь, если нет — это становится для меня поводом стать лучше.

— А что не нравится?

— Слишком много теории. Тренер давал мне много книг для самостоятельного изучения. Я так ни одну и не открыл. Учусь на своих ошибках.

— Кто твой любимый шахматист, и что бы ты ему сказал?

— Я думаю, в настоящее время это Ян Непомнящий, который уже третий год подряд пытается взять первенство мира по шахматам. Ну... Что ему сказать... Попрошу автограф. Можно сыграть ради интереса. Понимаю, шансов нет, но хотелось бы посмотреть на его стиль, послушать, что он скажет. Может, даст какой-нибудь совет.

— Какие советы ты даешь новичкам?

— Умейте терпеть и учитесь получать опыт из своих ошибок. Не нужно думать во время проигрыша: всё, глупая игра, брошу это! А наоборот: ага, здесь я совершил ошибку, в следующий раз я этого не сделаю. Многие новички ловятся на «вилке». Они не могут предсказать действия оппонента. Есть такое правило в шахматах: если твой соперник походил неправильно, ему ставят проигрыш или добавляют тебе время. Многих ловят на нарушениях, связанных, например, с рокировкой. Часто у новичков проигрыши бывают из-за невнимательности.

— Если бы наше интервью было шахматной партией, какой бы ты был фигурой?

— Можно сказать, что сейчас на меня идёт атака, а я защищаюсь, но при этом, если не отвечу на какой-то вопрос, это не будет иметь особого значения. Поэтому я — это те восемь пешек, с которых идёт основная линия обороны.

— Шах или мат?

— Шах и мат.



АВТОР: ИЛЬЯ ВОРОНИН

Литературный разбор

КНИЖНЫЙ ЗАРЯД ДЛЯ ДУШИ И УМА



Учёные выявили четыре эффективных способа развития мозга — это занятия математикой, изучение иностранных языков, чтение книг и игра в шахматы. В этом выпуске редакция газеты «Статус-ВО!» поймала сразу двух зайцев и подготовила для вас самую интеллектуальную подборку художественной литературы, которая посвящена шахматному искусству.

Один из наиболее известных романов Владимира Набокова «Защита Лужина», рассказывает историю жизни шахматного вундеркинда. Главный герой с самого детства чувствует себя чужим не только в окружающем мире, но и дома. Его главным щитом служат шахматные



партии, пока однажды в судьбе Лужина не случается переломный момент. Заглавие книги хранит в себе многогранный и в то же время пророческий смысл, который вы узнаете после прочтения произведения.

«Значит, шахматам капут? С удовлетворением отметила мать. — Что же это от него останется, — одно голое сумасшествие?»

Следующая книга «Клуб неисправимых оптимистов» Жана-Мишеля Генассия, вопреки своему названию погрузит вас в водоворот тоски и неизбежности. Повествование ведётся от лица 12-летнего мальчика Мишеля Марини, который родился в обеспеченной семье и оказался предостав-



лен самому себе. Его жизнь видится непримечательной и скучной, пока однажды он не попадает в «Клуб неисправимых оптимистов», который находится в недорогом бистро. Там он знакомится с эмигрантами из СССР, играет с ними в шахматы и общается. Каждый из участников клуба рассказывает свою жизненную историю про необходимость побега и мечте вернуться на Родину.

«Взять хотя бы Имре. Ему пятьдесят, он передвигает фигуры по доске тридцать пять лет. Приложив немного усердия, ты сумеешь у него выиграть. Запомни: главное — сосредоточение ума плюс капля воблажения».

Для всех любителей увлекательных



детективов мы приберегли фантастический роман Бернара Вербера «Последний секрет». Главный герой, доктор Сэмюэл Финчер, решил попробовать свои силы в шахматной партии против компьютера. Противостояние длилось почти неделю, но закончилось победой Финчера, который стал чемпионом мира. Однако тем же вечером его нашли мёртвым на его же собственной вилле.

«Шахматы ведут к духовности,



так как они заставляют нас понять, что существует борьба между двумя силами — белыми и чёрными, которые символизируют добро и зло, положительное и отрицательное. Они дают понять, что у каждого из нас своя роль, но разные способности: пешка, дама или ферзь, но в зависимости от своего нахождения все мы, даже простые пешки, можем поставить мат».



АВТОР: МАРИЯ АНИСИМОВА

Неспортивные советы

КАК БЫТЬ НЕ ЛЕНИВЫМ, А СПОРТИВНЫМ



ФОТО: ИНТЕРНЕТ

Вести здоровый образ жизни и заниматься физической активностью не только полезно, но и модно. Хотя, как и любое другое дело, начинать спортивные активности всегда сложно, особенно если последнее событие — это летящий в лицо мяч. Но начать свою спортивную карьеру никогда не поздно! Спортивными хитростями поделилась Злата Кислицына.

1. Чтобы не запнуться о гантели, спрячьте их подальше в шкаф и не доставайте их во избежание травм. Также у этого способа есть ещё один плюс — вы перестанете замечать пыль на дальней полке.
2. К легкому перекусу советуем вместе с гамбургером, наггетсами и луковыми кольцами брать газировку без сахара, чтобы не набрать лишних килограммов.
3. С целью не переутомиться во время ежедневной тренировки, советуем делать регулярные перерывы промежутком примерно в 2-3 недели.
4. Чтобы быстро сбросить вес, нужно в основном питаться фруктами и овощами, вовсе не важно какими, главное, что немывыми.
5. Прогуливание физкультуры намного опаснее, чем вы думаете. Во-первых, вы теряете свою форму, во-вторых, ваш преподаватель будет грустить, а от грусти зачёты не ставят.
6. Для повышения мотивации советуем приобрести абонементы в раз-

личные спортивные секции. Желание двигаться может так и не появиться, но потраченные средства отработать придётся.

7. Для привлечения себя к спортивной деятельности проводите больше времени на спортивных площадках. Для начала можно просто гулять рядом, смотреть на то, как занимаются другие.

8. Наличие спортивных предметов повышает мотивацию! Начните носить с собой спортивную бутылку для воды, и отнюдь не важно, насколько калорийная газировка в ней будет.

9. Перед началом тренировки в спортивном зале не так сильно важна разминка и растяжка, как хорошее фото в зеркале. Ведь результат похода в зал виден не сразу, а фото можно выставить в этот же день.

10. Начинать свою спортивную карьеру нужно с малого, например, с пальчиковой гимнастики для рук, потом переходите к большему — пальчиковая гимнастика для пальцев ног.

11. Для поддержки мышечного тонуса вовсе не обязательно ходить в зал или на физкультуру. Наматывать круги по коридорам — уже хороший вариант физической нагрузки.

12. Любое занятие должно приносить пользу, в том числе и окружающим. Поэтому включайте в ежедневную тренировку упражнения, которые оценит мама: мытьё полов, протирание пыли и стирку одежды.



ФОТО: ИНТЕРНЕТ

АВТОР: ЗЛАТА КИСЛИЦЫНА



Студенческий компас

ЖИЗНЬ ЗА ПРЕДЕЛАМИ АУДИТОРИИ



ФОТО: ПЕРЕКРЁСТОК / ИГРОВОЙ КЛУБ КЕМГУ

Студенчество — это время, от которого нужно взять всё. Оно не ограничивается долгими лекциями, домашними заданиями и экзаменами. Студенческие объединения КемГУ дают множество возможностей для развития творчества и спортивных достижений, реализации волонтерской инициативы. Подробнее — в материале Марии Дробахиной.

СТУДЕНЧЕСКИЙ КЛУБ КЕМГУ

Студенческий клуб — это сосредоточение непрофессионального творчества в КемГУ. Он организует и проводит в концертном зале массовые фестивали непрофессионального творчества «Первый снег» и «Студенческая весна», творческие школы актива для талантливых студентов. Включает в себя театр-студию «Встреча», студию современной хореографии «Vne фокуса», вокально-инструментальную студию «Vne времени», лигу КВН КемГУ, Академический хор, танцевально-акробатическую студию «В невесомости», фотоклуб «Монохром», студию уличных танцев «Denza», проект «Ножницы», киноклуб «2.35/1».

Студенческий клуб КемГУ является неоднократным лауреатом Гран-при Студенческой весны в Кузбассе; Российской студенческой весны, входит в состав «Золотого фонда Российской студенческой весны».



СТУДЕНЧЕСКОЕ НАУЧНОЕ ОБЩЕСТВО КЕМГУ

Это площадка для реализации научного потенциала и способностей обучающихся КемГУ. Члены общества пишут научные статьи, участвуют в конференциях, олимпиадах и форумах, а также проводят свои научные мероприятия в университете. Наличие публикаций помогает построить академическую карьеру, выделиться при приеме на работу, даёт дополнительные баллы при поступлении в магистратуру. В 2022 году проректор по Молодёжной политике и общественным коммуникациям КемГУ М. Г. Леухова отметила СНО за активную гражданскую позицию, инициативность и мастерство, направленное на развитие студенческого самоуправления и молодёжной политики Кемеровского госуниверситета.



ВОЛОНТЕРСКИЙ ЦЕНТР КЕМГУ

Это площадка для реализации волонтерской инициативы. Члены центра помогают проводить университетские мероприятия, например, олимпиады, конкурсы и форумы, работают в рамках общероссийской акции взаимопомощи «Мы вместе», сортируют и собирают медикаменты и вещи для участников СВО, организуют субботники.



СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТИВНЫЙ КЛУБ КЕМГУ

Клуб нацелен на популяризацию спорта, здорового образа жизни, активного отдыха и развитие массового студенческого спорта в университете, а также на вовлечение студентов в систематические занятия физической культурой и спортом. В клубе культивируются различные виды спорта: от футбола и волейбола до рафтинга и пауэрлифтинга.

Команды участвуют в соревнованиях и занимают призовые места. Так, студенты КемГУ — победители легкоатлетического кросса в зачёт XXI областной Универсиады вузов Кузбасса, серебряные медалисты Золотой лиги Всероссийского проекта «Мини-футбол — в вузы», победители регионального этапа Всероссийской киберспортивной студенческой лиги.



ЦЕНТР МЕЖКУЛЬТУРНЫХ КОММУНИКАЦИЙ КЕМГУ

Центр Межкультурных Коммуникаций помогает иностранным студентам со всего мира адаптироваться и освоиться в КемГУ, интегрироваться в общественную и научную жизнь университета и Кузбасса в целом. Центр поддерживает и проводит интеллектуальные квесты, фестивали, ярмарки. Успешно реализованы проекты по культурной адаптации иностранных студентов, а также обмен иностранными студентами, который проходит совместно с отделом международных коммуникаций КемГУ.

Кстати, газета «Статус-ВО!» — это тоже творческое объединение, члены которого всегда открыты к сотрудничеству со школьниками. Издание может стать площадкой для журналистского старта, дать возможность расширить портфолио для поступления, а также просто реализовать свой творческий потенциал. Материалы для публикации можно направлять на электронный адрес редакции: status_vo@mail.ru



АВТОР: МАРИЯ ДРОБАХИНА



АССОЦИАЦИЯ «СОФИЯ»

«Сofия» — это ассоциация духовно-нравственного просвещения, привлекающая внимание к вопросам морали и проведению просветительских и добровольческих акций. Работает в нескольких направлениях: наука и религия, социальная работа и волонтерство, культура, медиа пространство, спорт, патриотическое направление. Члены ассоциации в КемГУ организуют ежегодную акцию «Открытка маме» в честь Дня матери, проводят квесты для первокурсников, экскурсии по городу для иностранных студентов, помогают в организации религиозных праздников, посещают детские дома и хосписы.



ИГРОВОЙ КЛУБ КЕМГУ «ПЕРЕКРЁСТОК»

Клуб организует и проводит викторины, просмотры фильмов, квартирники, настольные и ролевые игры с элементами косплея. Развлекательные мероприятия проходят на базе второго корпуса КемГУ, а также в Творческой гостиной и Звёздном зале. Члены клуба в качестве волонтеров посещают различные культурно-развлекательные мероприятия, например, «Библионочь» и «Ночь искусств», а за свои труды получают благодарственные письма и наравне с другими объединениями КемГУ участвуют в ректорских приёмах.



Главный редактор: Е. Д. Анашкина

Вёрстка: Д. С. Труфанова

Координатор: В. Е. Соломин

Учредитель и издатель: ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет». 650000, Кемеровская область — Кузбасс, г. Кемерово, ул. Красная, 6

Газета «Статус-ВО!» зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Кемеровской области — Кузбассу. Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ42-00650 от 23 июля 2013 года.

Адрес редакции: 650000, Кемеровская область — Кузбасс, г. Кемерово, ул. Красная, 6, корпус 5, каб. 307. Электронный адрес: status_vo@mail.ru

Тираж 500 экз. Отпечатано в ООО «Офсет», 650000, Кемеровская область — Кузбасс, г. Кемерово, ул. Пролетарская, 9. Газета распространяется бесплатно.

Подписано в печать по графику 29.03.2023 в 18.00. Фактически в 18.00. Выход в свет 30.03.2023