

Мечта
на миллион



Стр. 4

Яркий старт
учебного года
«Пушкинлэнд»



Стр. 6-7

«Ночь
в ЛГУ»



Стр. 12

УНИВЕРСИТЕТСКИЙ ОБОЗРЕВАТЕЛЬ



ГАЗЕТА ЛЕНИНГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА

№7 (118) СЕНТЯБРЬ 2025 ГОДА

5 октября —
День
учителя!

*Интервью со студентами
университета —
будущими педагогами
читайте на стр. 2*

Иллюстрация Светланы Тетериной

Есть такая профессия — детей обучать!

5 октября в России отмечается День учителя. В этом году дата выпала на выходной день, поэтому в свой профессиональный праздник педагоги будущие и настоящие будут отдыхать. Кстати, о будущих педагогах — нам стало интересно, почему молодые люди идут в эту важную и сложную профессию. Мы поговорили со студентами разных факультетов нашего университета, которые связали свою жизнь с преподавательской деятельностью, и узнали много нового и интересного.

Елизавета ПАШКОВА, студентка 5-го курса факультета иностранных языков.



— Почему ты выбрала эту профессию?

— Выбор профессии педагога для меня был не случайным. С детства мне нравилось не просто изучать языки, но и объяснять что-то одноклассникам, помогать им разобраться в сложных темах. Я чувствовала огромное удовлетворение, когда у них «щелкало» и получалось. Этот интерес к передаче знаний, помноженный на любовь к английской и французской культурам, преопределил мой выбор.

— Кем ты себя видишь после университета?

— После окончания университета я планирую работать по специальности — преподавателем английского и французского языков. В перспективе мне хотелось бы не только вести практические занятия, но и разрабатывать собственные учебные материалы или курсы, возможно, совмещая преподавание с переводческой деятельностью.

— С какими сложностями ты сталкиваешься в своей профессии?

— Основная сложность, с которой я, как и многие будущие педагоги, сталкиваюсь, — это разноуровневая подготовка студентов. Сложно бывает построить занятие так, чтобы и сильным не было скучно, и отстающие могли усвоить материал. Это требует тщательного планирования и гибкости. Еще один вызов — эмоциональное выгорание. Профессия требует большой душевной отдачи, и очень важно учиться сохранять баланс, чтобы энтузиазм и энергия не иссякли.

— Если не педагогом, то кем ты могла бы стать?

— Вероятно, попробовала бы себя в одной из двух сфер. Во-первых, в дизайне. Мне очень нравится визуальная составляющая подачи информации: я с удовольствием создаю презентации, продумываю макеты и инфографику. Во-вторых, меня всегда манила музыкальная индустрия. Я очень люблю музыку, и мне было бы интересно узнать эту сферу изнутри.

Кирилл АНДОЛА, студент 1-го курса факультета естественных наук, географии и туризма:



— Почему ты выбрал эту профессию?

— Мне нравится работать с детьми. Я люблю обучать их чему-то новому. У этой профессии есть миссия, именно поэтому я и решил стать учителем.

— Почему ты решил преподавать биологию и географию?

— Со школьных лет мне очень нравилась биология. В 11-м классе я понял, что хочу заниматься этим дальше в университете.

— Кем ты себя видишь после университета?

— Учителем. Я хочу построить карьеру в этой сфере, мне нравится моя специальность. Возможно, чуть позже я получу второе образование и стану психологом. Получив образование психолога, я смогу лучше понимать детей.

— С какими сложностями ты сталкиваешься в своей профессии?

— Мне кажется, у педагогов слишком много бумажной работы. Мне нравится работать с детьми, но не заполнять журналы. Это отнимает много времени и сил.



— Кто из твоих учителей тебе запомнился больше всех и почему?

— Мне очень запомнилась моя учительница по биологии. Да, она была строгой и заставляла учить абсолютно все, но зато благодаря ей я хорошо разбираюсь в биологии.

Арина ЛЕНЕЦ, студентка 3-го курса факультета иностранных языков:



— Почему ты выбрала эту профессию?

— Меня привлекает возможность быть наставником, делиться знаниями и узнавать что-то новое в процессе преподавания, потому что человек обучается всю жизнь.

— Кем ты себя видишь после университета?

— Педагогом, который помогает другим развиваться в профессиональной сфере.

— Если не педагогом, то кем ты могла бы стать?

— Я думаю, что могла бы стать сотрудницей международного отдела в какой-нибудь фирме или переводчиком.

Наталья Баталова, студентка 3-го курса филологического ф-та.

Иллюстрация с сайта flowwow.com



Золото Сингапура

СТУДЕНТКА ЛГУ ИМ. А.С. ПУШКИНА
НА WORLD AQUATICS MASTERS CHAMPIONSHIPS

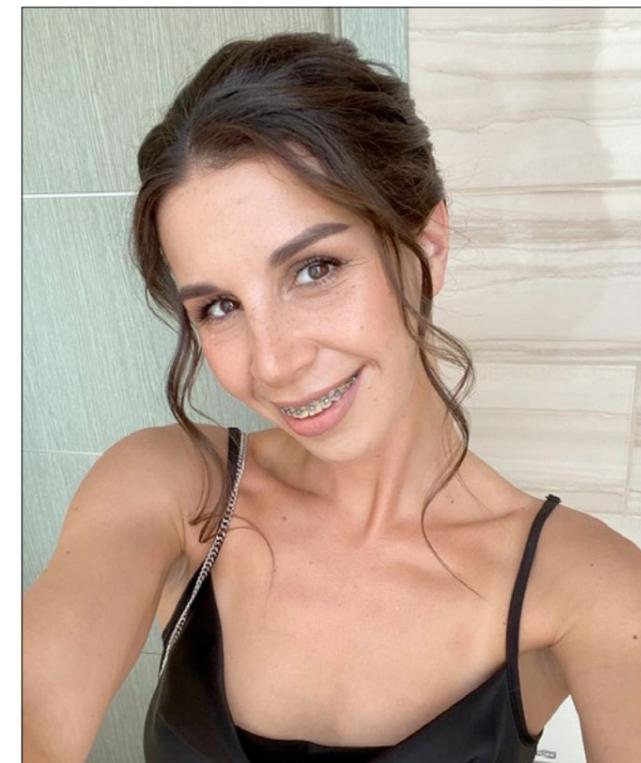
Мы привыкли к тому, что карьера профессионального спортсмена заканчивается после 25 лет. Но самому возрастному чемпиону планеты по плаванию было почти 39 лет, а австралийский пловец Джордж Коронес в 100 лет установил мировой рекорд, преодолев 50-метровую дистанцию за 56,12 секунды. Студенты нашего университета тоже считают, что возраст — не помеха для спортивных успехов. Про свои победы на World Aquatics Masters Championships (международных соревнованиях по водным видам спорта для участников в возрасте 25 лет и старше) нам рассказала Надежда Винюкова, студентка 4-го курса факультета физической культуры.

— Как начался твой путь в плавании? Как ты пришла в этот вид спорта?

— Я пловец уже в третьем поколении, так что это у нас семейное. Первым был дедушка, потом мама с папой, а потом и я. В четыре года меня отдали на танцы, но спустя два месяца неудачных попыток преуспеть в этом деле, мама сдалась и отвела меня в бассейн. Помню, что соревнования всегда были для меня стрессом. Все вокруг почему-то уверяли меня, что это здорово, говорили, ты показываешь свои способности, доказываешь, что время, потраченное на тренировки, прошло не зря, но я этой радости не разделяла. Не один раз я хотела закончить со спортом, меняла тренеров, выступала за разные регионы и в конце концов действительно бросила, просто надоело и перестало вызывать интерес. После завершения профессиональной карьеры я три года совершенно не занималась спортом. А потом попала в «Мастерс». «Мастерс» — это система турниров для бывших профессионалов и любителей. Если в большинстве соревнований участвуют спортсмены с 16 лет, то здесь — 25 лет и старше. Цель таких стартов — пропаганда здорового образа жизни и поддержание взрослых людей в хорошей физической форме.

— Чемпионат по плаванию World Aquatics Masters Championships — это очень важное событие. Как ты к нему готовилась? Как проходил отбор спортсменов?

— Вообще, «Мастерс» отличается тем, что любой старт ты оплачиваешь самостоятельно, поэтому поехать может практически любой спортсмен, то есть жесткой системы отбора тут нет. Но, конечно, на предыдущие заслуги все равно обращают внимание. Думаю, смотрели на результаты чемпионата России, на котором я завоевала золотую медаль. А вообще, мне в этом плане повезло, я попала в команду, которой поездку на чемпионат в Сингапур спонсировали. Готовиться пришлось ответственно и усердно, нужно было совмещать тренировки с работой, учебной и жизнью за пределами бассейна и университета. Тренером, главной опорой и поддержкой стал для меня мой молодой человек, я полностью доверилась ему в этом вопросе и точно не прогадала. Моя основная дистанция — сто метров на спине. Перед стартом волнение я испытала



страшное, тряслись руки и подкашивались ноги, как будто попала в прошлое, где я снова терпеть не могу соревнования и очень боюсь. Но стоило выйти на старт, страх и ужас отступили, и я постаралась выполнить все, о чем говорил мне тренер, максимально выложиться и показать лучший результат. А дальше я уже совсем не переживала, на каждую дистанцию выходила собранной и спокойной, и все пошло по накатанной.

— Какие цели ты ставишь перед собой на ближайший сезон и в долгосрочной перспективе?

— Моя мечта на данный момент — поехать на чемпионат Европы в Париж, обидно только, что от меня здесь почти ничего не зависит. На выступление российских спортсменов должна дать согласие Европейская лига плавания, а с этим сейчас сложно. Но мы не унываем, продолжаем надеяться, что все-таки удастся туда попасть. А пока настраиваюсь на чемпионат России в ноябре, там мы планируем побить мировой рекорд по женской комбинированной эстафете. Так что продолжим усердно тренироваться и готовиться к новым стартам. А от World Aquatics Masters Championships у меня остались потрясающие воспоминания. Столько эмоций я испытала: от ужаса и оцепенения до восторга и ликования! Пока даже не верится, что я выступала на таких масштабных соревнованиях.

Ксения Шадрунова, студентка 3-го курса филологического ф-та. Фото из личного архива Надежды Винюковой

Мечта на миллион



НАШИ
ПРОЕКТЫ



Ежегодно более 50 тысяч молодых людей в возрасте от 18 до 35 лет принимают участие в грантовых конкурсах Федерального агентства по делам молодежи. В настоящий момент в нашей стране действуют более 100 грантовых площадок, а создать собственный проект можно по 18 номинациям: волонтерство и добровольчество, медиа и творчество, наука и технологии, сохранение духовно-нравственных и семейных ценностей и т. д. Призовой фонд этих конкурсов составляет 2,5 миллиарда рублей, поэтому каждый участник может рассчитывать на поддержку своей идеи в размере от пяти тысяч до одного миллиона рублей.



В сентябре состоялись сразу несколько форумов, в ходе которых у участников была возможность представить свои проекты и получить деньги на их реализацию. На этих грантовых площадках были представлены проекты студентов, сотрудников и выпускников нашего университета.

Грантовые конкурсы, которые проходят в рамках форумов, предполагают очную защиту. Это означает, что кроме конкурсной заявки автор проекта рассказывает о своей инициативе перед экспертной комиссией.

Публичная защита состоит из двух частей: презентации проектной заявки, на которую отводится три минуты, и вопросов экспертов в течение двух минут. В рамках презентации проекта можно рассказать о его уникальности, а эксперты помогут по-новому посмотреть на него.

С 31 августа по 4 сентября в Ленинградской области проходил моло-

дежный образовательный форум Северо-Западного федерального округа «Ладога». На конкурс было заявлено более 40 проектов, четыре из которых стали победителями и получили от 650 000 до 867 000 рублей.

В числе других были представлены два проекта от нашего университета. Первый — цикл образовательных видеоподкастов «Кино и время» от команды Медиацентра. Это цикл из 10 видеоподкастов, в которых ведущий и эксперты-историки обсуждают фильмы из первичного списка отечественных фильмов для образовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения России.

И второй — от добровольческого отряда «Сыч» молодежного проекта «Ладожский десант» под руководством Ивана Фофанова, выпускника факультета философии, культурологии и искусства. Это добровольческий проект для студентов и молодежи, в рамках которого отряд оказывает адресную трудовую помощь семьям участников специальной военной операции и представителям социаль-

но незащищенных слоев населения в отдаленных поселениях Выборгского района Ленинградской области.

С 6 по 10 сентября в Ленинградской области прошел молодежный форум «Территория БезОпасности». Одним из шести победителей на этой площадке стал Иван Фофанов, который получил 450 000 рублей на реализацию своего проекта.

— Я принял участие в двух форумах: «Ладога» и «Территория безОпасности», — рассказывает Иван. — Мне удалось успешно защитить проект на форуме «Территория безОпасности» и получить финансирование для его реализации. Стоит отметить, что это не первая моя попытка получить государственную поддержку — я добивался ее на протяжении двух лет. Опыт показал, что для победы необходимо последовательно и регулярно подавать проект, постоянно совершенствуя его с учетом обратной связи от экспертов. Главное — помнить: если не сдаваться и не опускать руки, любая цель становится достижимой.

С 15 по 18 сентября в Карелии состоялся молодежный образовательный форум «Берег». На этот конкурс заявок было меньше — 20, в вот победителей больше — выиграли семь проектов на общую сумму около трех миллионов рублей.

На этой грантовой площадке Медиацентр также представил проект «Кино и время».

— Я вхожу в команду проекта в качестве специалиста по продвижению в социальных сетях, — рассказала Любовь Мармузова, студентка 3-го курса филологического факультета. — Проект всегда защищает только руководитель, в нашей команде это Анастасия Новикова. К сожалению, победить нам не удалось, но мы смогли получить консультацию сразу от трех экспертов из разных регионов и качественно доработать проект. У нас есть все шансы на победу во втором сезоне конкурса «Росмолодежь. Гранты».

С 1 августа по 9 ноября проходит Всероссийский конкурс молодежных проектов среди физических лиц «Росмолодежь. Гранты. 2-й сезон». Подача заявок на него уже завершилась, и остается только ждать подтверждения. Результаты станут известны после 9 ноября.

Анастасия Новикова,
заведующий Медиацентром.
Фото из группы форума
«Территория БезОпасности» в ВК

Стартап из гаража

КАК СДЕЛАТЬ ПЕРВЫЕ ШАГИ В БИЗНЕСЕ И НЕ ОШИБИТЬСЯ?

Каждый студент задумывается о будущем месте работы после окончания университета. Многие не хотят ограничивать себя работой по найму и строгим графиком, а самые смелые решаются открыть собственное дело. Александр Кузьменко, выпускник факультета истории и социальных наук, как раз из таких. Шесть лет он развивал кофейный бизнес, который продал несколько лет назад. Сегодня Александр занимается молодежной политикой и образованием, а в нашем интервью делится историей своего предпринимательского пути, трудностями и уроками, которые помогли ему достичь успеха.

— Что вас вдохновило на открытие кофейни?

— Меня вдохновило то, что я не хотел работать по найму пять дней в неделю со строгим графиком, мне хотелось полностью распоряжаться своим временем и не зависеть от начальства. Я достиг своей цели, но все оказалось не так просто. От начальства я действительно не зависел, но работать пришлось круглосуточно и без выходных. При этом я полностью распоряжался своим временем, но не так, как планировал, например, выбирал между «поехать заменить сотрудника, который не вышел на работу» или же «починить кофемашину в другой точке».

— Как начинался ваш бизнес?

— Я начал свой бизнес вместе с другом, и это было похоже на историю Стива Джобса. В гараже у дяди мы своими силами сделали кофейный киоск. Вместо того чтобы тратить 600 тысяч рублей на покупку нового, потратили всего 70 тысяч рублей на наш проект. Параллельно с этим разработали привлекательные предложения и разослали их в банки, университеты, медицинские центры, предлагая открыть кофейные точки. В результате из ста отправленных писем лишь около десяти привели к встречам. Этот процесс научил нас принимать отказы с высоко поднятой головой и не сдаваться.



— Как вы преодолели трудности, с которыми столкнулись на старте?

— Мы столкнулись с достаточно распространенными трудностями. В голове было много вопросов. Где взять деньги, когда хватает только на интернет и бензин для старой «лады»? Куда ставить кофейные точки, когда все места вокруг уже заняты? И кто будет работать, если все опытные бариста трудоустроены? Искали ответы в процессе работы и поняли, что нельзя заикливаться на перфекционизме. Нужно действовать с теми ресурсами, которые есть. Мы взяли в долг 150 тысяч рублей у отца друга, добавили свои сбережения с последней зарплаты. Это и стало нашим начальным капиталом. Нашли б/у-мебель и попросили материалы для киоска у дяди. Кофемашины брали в аренду. Что касается бариста, то мы решили обучать их с нуля: наняли специалиста, который подготовил нашу команду за две недели.

— Как вы справлялись с высоким уровнем конкуренции в кофейной индустрии?

— Выбрали это направление, потому что были неопытными. Думали, что это легкий бизнес, но все оказалось намного сложнее. Я извлек важный урок: не стоит идти в те ниши, где большая конкуренция. В тот момент мы надеялись, что качественный продукт привлечет клиентов. Однако позже осознали, что сначала нужно хорошо освоить стандарты, например такие как ISO 9000 или 9001 (международные стандарты для систем ме-

неджмента качества), и только потом приступать к делу. Пройдя этот путь, я настоятельно рекомендую начинающим сначала изучить основы.

— Как вы оцениваете успех своего бизнеса?

— Я считаю своим главным достижением то, что, несмотря на кризисы последних лет, нам удалось расширить сеть точек и увеличить прибыль. Завершение бизнеса на высоком уровне и успешная его продажа также стали важными этапами. Теперь у меня совершенно другой взгляд на бизнес-процессы, и этот большой опыт оказался очень полезным.

— Какой совет вы бы дали другим студентам, мечтающим о создании собственного дела?

— Для успешного ведения бизнеса необходимы смелость, стрессоустойчивость и упорство. Важно в нужное время фокусироваться на работе; если вы планируете строить отношения или развлекаться параллельно, вы не добьетесь успеха. Бизнес требует концентрации и жесткости к себе. И не стоит надеяться на то, что вы когда-нибудь полностью отойдете от дела и начнете жить на пассивный доход — это иллюзия. Каждый опыт, даже самый трудный, формирует вас и приближает к мечте. Пройдите через испытания и извлеките из них уроки. Это того стоит.

Милана Агафонова,
студентка 3-го курса
филологического ф-та.
Фото из личного архива
Александра Кузьменко



Яркий старт нового учебного года — «Пушкинлэнд»!

11 и 12 сентября в нашем университете царила особая атмосфера творчества и энергии. В эти дни проходил традиционный фестиваль студенческих клубов и объединений «Пушкинлэнд» — главное событие для всех, кто хочет ярко и насыщенно провести студенческие годы, прежде всего для первокурсников.

На одной площадке собрались десятки активистов: представители творческих коллективов, спортивных секций, научных сообществ и волонтерских клубов. Каждый представил свою работу, посетителям мероприятия рассказали, как можно раскрыть таланты, найти единомышленников и стать частью дружной команды клуба. Помимо этого все желающие могли подкрепиться в студенческом буфете и запечатлеть этот день, сделав фото в фотобудке. В конце каждого дня фестиваля был устроен розыгрыш настольных игр и сертификатов на посещение антикафе «12 комнат».

«Пушкинлэнд» — это не просто презентация возможностей, а настоящий праздник для студентов всех курсов и факультетов. Здесь звучали музыка, смех, проходили интерактивы, которые помогли каждому найти занятие по душе.



Мы попросили участников фестиваля поделиться своими впечатлениями.

Надежда ДЕГТЯРЕВА, студентка 2-го курса экономического ф-та, руководитель культурно-массового отдела ПрофСовета:

— Подготовка была сложной из-за того, что после лета наша команда вышла из «рабочего режима» и вернуться в него сразу на таком масштабном двухдневном мероприятии было тяжело. Однако мы справились с этим вызовом. Больше всего мне запомнилось, как мы рисовали плакаты на «Пушкинлэнд» накануне, вместе пели песни, обсуждали прошедшее лето и много смеялись. На мероприятии было очень приятно видеть знакомых и первокурсников, вновь работать вместе с другими клубами, и, конечно, получить обратную связь от студентов. Команда ПрофСовета ждет новых участников, с которыми мы сделаем больше, проще и теплее!

Наталья ЗЕНИНА, студентка 3-го курса ф-та философии, культурологии и искусства, заместитель председателя Студенческого совета:

— В этом году проведение «Пушкинлэнда» мы целиком взяли на себя. Сами делали декорации не только для своего стенда, но и для мероприятия в целом, продумывали логистику размещения станций, различные интерактивы для ребят. Мы очень старались порадовать наших студентов.

Даяна ШАКИРОВА, студентка 2-го курса ф-та философии, культурологии и искусства, руководитель клуба «ФиксуLAND»:

— В этом году мы впервые представляли свой клуб. На фестивале присутствовали представители множества клубов, каждый из которых



был готов делиться опытом и идеями. После мероприятия у нас появились новые силы творить и совершенствоваться. В прошлом году, когда наш клуб еще не существовал, именно «Пушкинлэнд» вдохновил нас на его создание. Теперь мы с нетерпением ждем новых встреч.

Софья СЕКАЕВА, студентка 5-го курса ф-та естественных наук, географии и туризма, руководитель экологического клуба «Расцветающее поколение»:

— Было приятно увидеть первокурсников — они все с интересом рассматривали стойки клубов. Также к нам подходили люди с курсов постарше, которые тем не менее тоже узнавали о нас что-то новое. Очень понравилось, что во второй день мероприятие проходило на улице, где была атмосфера из 2000-х. Это было круто, живая музыка очень зашла на «Пушкинлэнде».

Варвара Крайнева, студентка 3-го курса филологического ф-та.
Фото Анастасии Осетинской, Ксении Шадруновой, Ксении Вороновой, Миланы Агафоновой



Прикоснуться к Средневековью



КЛУБ
XIII ВЕК

Начало учебного года — это хороший шанс попробовать себя в различных студенческих активностях. Клуб исторической реконструкции «XIII век» — одно из масштабных объединений ЛГУ, в котором у любителей истории есть возможность почувствовать себя средневековым рыцарем. Об этом и о многом другом нам рассказал руководитель клуба Станислав Дмитриевич ВЕРЕЩАГИН.

— Какова главная цель и «философия» вашего клуба?

— Главная цель нашего объединения — как можно четче и достовернее воссоздать атмосферу XIII века.

— Сколько участников в клубе сейчас?

— Наш клуб считается одним из крупнейших среди объединений, занимающихся реконструкцией позднего Средневековья. Сейчас в нем 42 участника.

— Как осуществляется подготовка к участию в крупных фестивалях?

— Подготовка клуба к любому мероприятию ведется осенью и зимой. Мы чиним элементы быта, заказываем новые вещи в клуб и делаем своими руками мебель. Новички же в этот период шьют свои комплекты костюмов. На регулярной основе проводятся тренировки по военной и строевой подготовке для ребят, которые собираются участвовать в боях на фестивалях. Мы обучаем всех желающих сражаться в строю и драться различными видами вооружения Средних веков.

— Откуда вы берете информацию, чтобы воссоздать тот или иной облик? Как решаете вопрос с источниками информации?

— Для более детального воссоздания образов и элементов традиций и быта XIII века мы используем весь спектр разнообразных источников об эпохе: от письменных до конкретных артефактов. В нашем клубе не обходится без неоднозначных моментов, и из-за этого возникают дискуссии. Однако после споров мы все приходим к компромиссу.



— С какими самыми распространенными мифами о XIII веке вы сталкивались?

— Еще не было ни одного фестиваля или выезда, где бы мы не сталкивались с мифами о Средневековье. Наверное, самый распространенный — тотальная антисанитария. Образ грязного и вшивого Средневековья — это сильное преувеличение. Реальная санитарная обстановка была сложной, противоречивой и менялась со временем, но средневековое общество не было безразлично к вопросам чистоты и гигиены.

— Расскажите о самых крупных мероприятиях за всю историю существования объединения.

— Ritter Weg — один из крупнейших фестивалей, на котором нам удалось побывать. Он проходил в Подмосковье. На мероприятии собралось более 300 реконструкторов эпохи XIII века. Ко второму по масштабности можно отнести фестиваль Ritter Schlacht. Он проходил в Санкт-Петербурге и собрал не менее сотни участников. Это действительно масштабное и важное событие для всех любителей истории. Также могу отметить фестиваль «Времена и эпохи». На нем реконструкторы охватывали период от каменного века до XX века. Тысячи реконструкторов организовали площадки по всей Москве, чтобы познакомить зрителей с их любимым



историческим периодом. Наш клуб не являлся исключением.

— Как вступить в ваш клуб?

— Все очень просто — нужно просто написать мне в личные сообщения в социальной сети «ВКонтакте».

— Ваши планы на будущее?

— Перед нами всегда стоит задача по увеличению численности клуба, так как чем больше людей вовлечено, тем масштабнее проходят все наши мероприятия. В этом году мы также хотим сделать акцент на различных ремеслах и подготовить несколько выездных площадок.

Вероника Волобуева,
студентка 2-го курса
филологического ф-та.
Фото из личного архива

С.Д. Верещагина и группы клуба в ВК

Счастье бывает разным

«Не нужно гоняться за счастьем, нужно лечь на его пути», — так говорил Марк Твен, а мы стараемся следовать его совету. Что это за волшебное чувство и когда его можно ощутить? Чтобы ответить на этот вопрос, мы поговорили с преподавателем факультета психологии нашего университета, а также выслушали истории педагогов и студентов.

Мария СЕРГЕЕВА, старший преподаватель кафедры обшей и прикладной психологии.

— Как психологи измеряют счастье, есть ли для этого наглядный индикатор?

— С одной стороны, счастье — это удовлетворенность собственной жизнью. Если я удовлетворен достаточно для себя самого, то я проживаю счастье. Однако это большое чувство, и внутри него есть различные эмоциональные переживания. С другой стороны, это чувство, которое остается с человеком надолго и не изменяется от влияния внешних условий. В то же время каждый человек индивидуален, и причины его счастья и удовлетворенности могут отличаться от других.

— Существуют ли «универсальные рецепты» счастья, которые работают для всех?

— Многие приходят к психологу за «волшебной таблеткой» для счастья, которой, я думаю, не существует. Мне кажется, что счастье — это смысл. Если человек живет согласно своим целям, то он будет проживать это чувство и сопутствующие ему приятные эмоциональные переживания. Важно постоянно задавать себе вопрос: «На моем ли я месте сейчас?». Если в данный момент я делаю что-то, что мне нравится и это связано с моими целями, то это прямой путь к удовлетворению и самому счастью. Получается, что универсальный рецепт — это поиск собственных смыслов, которые неразрывно связаны с нашими желаниями и потребностями.

— Что для вас счастье?

Алиса Михайловна НИКИФОРОВА, кандидат филологических наук, старший преподаватель кафедры иностранных языков и профессиональной коммуникации:

— В детстве я иногда просила маму приготовить мне оладушки с яблоками. Чаще всего мама пекла оладьи по осени, когда было много

СЧАСТЬЕ —
ЭТО КОГДА...



яблок. Теперь уже мои дети просят приготовить это чудо-блюдо, тоже по осени и из своих яблок. Хорошо, что время меняется, а семейные традиции остаются. В этом для меня радость и счастье.

Владислав ВИРУНЕН, студент 3-го курса юридического факультета:

— Для меня счастье кроется в мелочах, в простых, но теплых моментах, которые наполняют каждый день радостью и уютом. Это смех друзей за общим столом, когда разговоры текут легко и непринужденно. Счастье для меня — это не конкретный момент, а мозаика из таких

повседневных радостей, которые делают жизнь полной. Оно в том, как мама улыбается, когда я рассказываю ей о своем дне.

— Расскажите историю, когда вы были по-настоящему счастливы. Владислав ВИРУНЕН:

— Если говорить о самом счастливым моменте в моей жизни, то я вспоминаю свой 13-й день рождения. Вся моя большая семья — родственники из Карелии, Псковской области, Москвы и других уголков страны — собрались вместе, чтобы отпраздновать мой день рождения. Я помню, как бабушка из Пскова рассказывала смешные истории из своего детства, как дядя из Карелии учил меня вырезать деревянные фигурки. Мы ели огромный торт, который испекла мама. Этот момент был особенным не из-за подарков или угощений, а из-за того, что я чувствовал себя окруженным любовью и единением.

Антон Сергеевич РОМАНЕНКО, старший преподаватель кафедры философии:

— Самым счастливым временем своей жизни я бы назвал детство. Оно было очень разным: и радостным, и беспечным, иногда даже тяжелым. Но у детей, на мой взгляд, есть способность обращать все в игру и радоваться. Хотя по мере взросления люди утрачивают это свойство, и я в том числе. Вернуть эту способность — задача не из легких. Думаю, если понимать счастье именно в таком смысле, то быть счастливым — достойная жизненная цель.

Софья САВЧИНСКАЯ, студентка 3-го курса факультета иностранных языков:

— Я сразу вспоминаю свой 16-й день рождения. Мы с друзьями собрались в путешествие по нашей малой родине и поехали на электричке ко мне на дачу. Я впервые в жизни каталась на электричке, лицезрела шикарные виды из окна. На даче нас уже ждали мои любимые бабушка с дедушкой и мама. И еще мне подарили много письменных открыток, которые я обожаю читать.

Любовь Мармузова,
студентка 2-го курса
филологического ф-та.
Иллюстрация с сайта: pikabu.ru

СНО: перезагрузка

На факультете философии, культурологии и искусства (ФФКИ) обновляется отделение Студенческого научного общества под руководством доцента кафедры философии Елены Николаевны Шатовой. В основе — модернизация структуры СНО факультета, повышение вовлеченности студентов в научную работу, обеспечение доступа к ресурсам, а также наставничество преподавателей. Как осуществляется задуманное — в нашем интервью.



— Пожалуйста, расскажите о себе: как давно вы преподаете?

— Я работаю на кафедре философии, являюсь кандидатом философских наук, доцентом. В ЛГУ я оказалась в мае 2007 года во время защиты кандидатской диссертации, а с 2008 года я здесь работаю.

— Что послужило для вас главным импульсом к обновлению СНО?

— Мне бы хотелось, чтобы студенты воспринимали исследовательскую деятельность прежде всего как творчество. Чтобы они сначала думали о том, что наука — это область служения истине, стране, людям. Мне бы хотелось, чтобы студентов объединяли интересы, поиск, дискуссии, и все это помогало им открыть себя, найти «свою проблему» и ее решение.

— Какие основные цели и задачи вы ставите перед СНО?

— Цель очень глобальная, стратегическая. В академическом мире принято «служить». Это высокая, почетная позиция, которая обязывает. Осознание студентами значимости такой исследовательской стратегии — ключевой момент. А если говорить о задачах, то они более осязаемы: многому научиться, выступать с научными докладами, защищать свою позицию в дискуссии, получить навыки планирования и проведения научного мероприятия и многое иное. Все это позволит молодому исследователю предпринимать шаги на той дорожке «служения», на которую он встал и сделал это осознанно.

— Какие возможности будут предоставлены членам СНО?

— Если говорить о возможности публикации, то да, она есть. Это могут быть университетские сборники, факультетские сборники научных текстов молодых ученых. Есть конференции, где одним из условий участия



является возможность опубликовать результаты исследования. В университете уже много лет проходит апрельская конференция «Царское-сельские чтения».

Более того, есть много предложений со стороны других университетов, электронные журналы, сборники трудов молодых ученых. Мы будем собирать информацию обо всем этом.

— Каждый ли сможет стать членом СНО? Есть ли какие-либо формальные требования к студентам?

— Формальных требований я не вижу. Попробовать, думаю, может

каждый. Безусловно, есть качества, способствующие успешному научному становлению молодого человека. Это интеллектуальный потенциал, наличие стойкого интереса к избранной теме, усидчивость, организованность. Результат вашей работы зависит прежде всего от вас.

— Смогут ли присоединиться к СНО ФФКИ студенты других факультетов?

— Я не вижу препятствий для участия в СНО факультета студентов других направлений подготовки. Хотелось бы, наоборот, подхватывать инициативу и от других факультетов, сотрудничать с ними.

Научно-исследовательская деятельность будет всякая. Каждый студент проложит свой маршрут научного поиска. Исследование может ограничиваться рамками какой-то специальности (философии, культурологии, дизайна и др.), оно также может вестись в границах нескольких практик, современная наука тяготеет к междисциплинарности.

— Какие формы работы вы планируете использовать для развития научных интересов?

— Нет плохих или хороших форм работы. Конференции, семинары, дискуссии? Да. Хотелось, чтобы были круглые столы.

Безусловно, одна из форм работы — это обучающая программа.

Выездные формы работы — почему нет? Если нам хорошо друг с другом, если мы живем в Санкт-Петербурге, было бы странно организовывать и осуществлять наше общение только в аудиториях. Если есть желание совместного времяпрепровождения, я готова его поддерживать.

Олеся Осипова,
студентка 3-го курса факультета философии, культурологии и искусства.

Фото из личного архива Е.Н. Шатовой

В первые учебные недели моральное состояние студентов схоже с грозой тучей: множество переживаний, которые могут сказываться как на душевном, так и на физическом состоянии. Адаптация к новым условиям проживания и учебы у всех проходит по-разному. В этом материале разберем причины появления тревог у первокурсников и дадим советы от сотрудников психологической службы ЛГУ и студентов старших курсов.



Долой тревогу, да здравствует учеба!

РАССТАВАНИЕ С СЕМЬЕЙ И БЛИЗКИМИ

Анна МАКОФКИНА, студентка 1-го курса факультета иностранных языков:

— Я считаю, что страх расставания с семьей — один из самых частых у студентов. Всю осознанную жизнь я жила в условиях, когда рядом находились любимые люди, которые могут помочь в любой момент. Вырвавшись в самостоятельную жизнь, я не чувствую опоры, как раньше. Это вызывает большой страх.

Иван Дмитриевич ГОЛОВЕШКИН, заведующий психологической службой ЛГУ:

— Переживания, связанные с расставанием, нужно дать себе прожить. Позволить себе осознать свои чувства, дать волю эмоциям, чтобы они не копились на душе. Важно держать близкую связь с родственниками хотя бы первое время — это поможет легче адаптироваться к новому месту.

БЫТОВЫЕ СЛОЖНОСТИ

Алиса ТУР, студентка 1-го курса филологического факультета:

— Мой страх — это самостоятельная жизнь в новом месте, который должен стать моим домом. Это касается как тех, кто проживает в общежитии, так и тех, кто снимает отдельное жилье. Рядом уже нет человека, который мог бы приготовить тебе еду или по-

глядить одежду. Приходится учиться делать все самой и узнавать все тонкости быта, чтобы было комфортно жить в новом месте.

И.Д. ГОЛОВЕШКИН:

— Самое главное для общей адаптации — это позитивный настрой и домашний уют. Нужно окружить себя привычными вещами, которые будут напоминать об отчем доме, — это поможет быстрее создать «ту самую» атмосферу уюта и спокойствия. Чтобы влиться в учебную и повседневную жизнь, нужно не просто плыть по течению, а брать все в свои руки и начинать приобщать себя к новому миру. Новые знакомства, соседки по комнате, внеучебная деятельность — все это поможет быстро освоиться и почувствовать себя в «своей тарелке». Не нужно бояться выходить из зоны комфорта.

НОВЫЙ КОЛЛЕКТИВ

Матвей КОШКИН, студент 1-го курса экономического факультета:

— Приходить в новый коллектив всегда волнительно, и для меня это не стало исключением. Переживания о новом коллективе с возрастом становятся только сильнее. Репутацию нужно нарабатывать с самого начала, страшно показать себя в плохом свете. А невозможность найти друга или просто человека, с которым можно скоротать обеденный перерыв, кажется катастрофой.

Денис ШУШЛЯКОВ, студент 3-го курса факультета физической культуры:

— Новый коллектив также когда-то был и моим страхом. Но выпускники прошлых лет дали мне понять, что бояться не найти «своего» человека не нужно. В ЛГУ все «свои», каждый преподаватель или студент уже являются твоими друзьями, а совершать ошибки не страшно. Важно, чтобы твои намерения были искренними.

РЕЖИМ ДНЯ И АДАПТАЦИЯ К НОВЫМ ПРАВИЛАМ

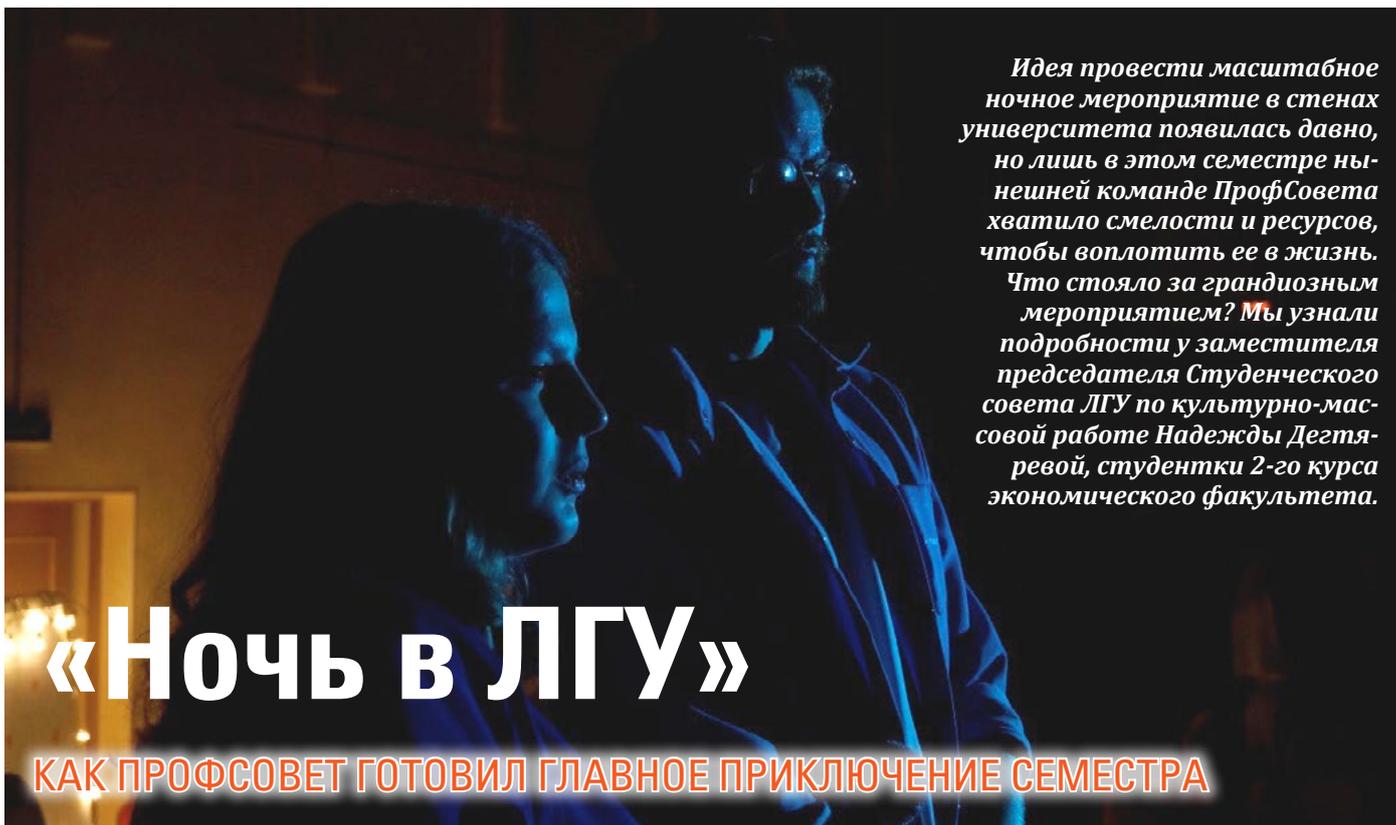
Наталья ШАТРОВА, студентка 1-го курса филологического факультета:

— Меня волнует вопрос о правильном режиме и распорядке своего учебного дня. Как совмещать учебу, отдых, приготовление пищи или работу так, чтобы к концу недели не выглядеть зомби. Это становится большой проблемой для неопытных ребят.

Денис ШУШЛЯКОВ, студент 3-го курса факультета физической культуры:

— Желательно вести ежедневник, хотя бы первое время — он поможет вам структурировать день по времени и важности дел. Еще можно вести списки покупок, чтобы правильно распоряжаться финансами.

Валерия Суцневская,
студентка 1-го курса филологического ф-та



Идея провести масштабное ночное мероприятие в стенах университета появилась давно, но лишь в этом семестре нынешней команде ПрофСовета хватило смелости и ресурсов, чтобы воплотить ее в жизнь. Что стояло за грандиозным мероприятием? Мы узнали подробности у заместителя председателя Студенческого совета ЛГУ по культурно-массовой работе Надежды Дегтяревой, студентки 2-го курса экономического факультета.

«НОЧЬ В ЛГУ»

КАК ПРОФСОВЕТ ГОТОВИЛ ГЛАВНОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ СЕМЕСТРА



— Как зародилась идея квеста?

— Все началось весной прошлого года на выезде студенческого актива. Именно там, в рамках командной работы, рождались планы мероприятий на год. Одной из самых ярких и амбициозных идей стала «Ночь в ЛГУ».

Разработка перешла в руки ПрофСовета, и мы начали действовать.

— Так что же такое «Ночь в ЛГУ»?

— Это не просто квест по университетским коридорам, а масштабное путешествие по миру студенческой жизни ЛГУ. Это ночной квест протяженностью с 21:00 до 23:30 со стартом в актовом зале.

Мы активно работаем со студенческими объединениями, поэтому на мероприятии участники смогли увидеть не только членов ПрофСовета, но и представителей вузовских клубов, получив отличный шанс поближе познакомиться с внеучебной жизнью университета.

Что касается станций, то они были самые разнообразные: интеллекту-

альные головоломки, творческие задания и немного физической активности. Команды, следуя по маршрутным листам, поэтапно проходили этапы квеста. А в финале состоялось награждение: команда, набравшая наибольшее количество баллов, получила заслуженные призы.

— Каковы цель и миссия мероприятия?

— Перед нами стояла цель сплотить студентов, а также помочь первокурсникам лучше ориентироваться в стенах университета. Поэтому мы разместили станции на разных этажах и в разных аудиториях. Это помогло новичкам освоиться и почувствовать себя как дома.

— Кто участвовал в организации мероприятия?

— Подготовка такого события — огромный труд. В команде организаторов собрались действующие члены ПрофСовета и студенты, обучающиеся в школе профактива.

Для нас важно, чтобы ребята не только слушали наши лекции, но и могли применить знания на практике.

В этом году в наши ряды вступило много инициативных первокурсни-

ков, и все они с большим энтузиазмом приняли участие в подготовке квеста — это бесценный опыт.

— Как проходило согласование с администрацией?

— Проведение ночного мероприятия в учебном корпусе — задача, требующая четкой организации и доверия со стороны администрации, здесь сложностей не возникло. Руководители университета с интересом восприняли наше предложение, а после предоставления подробного плана мероприятия сразу согласовали его проведение.

«Ночь в ЛГУ» — это гораздо больше чем игра. Это тщательно спланированный проект, в который его создатели вложили не только силы и время, но и веру в то, что студенческие годы должны быть яркими. Это возможность для каждого студента найти друзей и почувствовать себя частью большой команды. Для организаторов же это первый, но уверенный шаг к созданию новой традиции, которая, мы надеемся, будет жить долгие годы.

*Арина Юсупова,
студентка 2-го курса
филологического ф-та.
Фото Анастасии Осетинской*

