



Універсітэцкі ВЕСНІК

№ 19

(308)

красавік –
чэрвень
2025

Выдаецца з мая 1996 г. Перыядычнасць – 4 разы на год

Газета ўстановы адукацыі «Магілёўскі дзяржаўны ўніверсітэт імя А. А. Куляшова»

Дорогие преподаватели и сотрудники университета!

Сердечно поздравляем вас с 80-летием Победы советского народа
в Великой Отечественной войне!

Этот день – символ мужества, стойкости и непоколебимого духа
нашего народа. Мы помним о героях, которые отдали свои жизни
за свободу и мир,

и гордимся тем, что можем продолжать их дело, сохра-
няя историческую память и уважение к подвигам предков.

Пусть этот день напомнит нам
о важности единства и патриотизма.

Желаем всем крепкого здоровья, счастья и мирного неба над головой!
С 80-летием Великой Победы!

Ректорат и профком сотрудников университета

Поздравляем!

Ректорат и профком сотрудников университета
поздравляют с юбилеем

БИРУКОВУ Татьяну Сергеевну,
КИСЕЛЁВУ Татьяну Ядвиговну,
КОНДРАТЕНКОВУ Екатерину Александровну,
ЖАРИНУ Ирину Анатольевну,
КЛЕБАНОВА Александра Владимировича,
МОТЫЧКО Елену Владимировну,
СЫЧОВУ Елену Константиновну.

Примите самые искренние пожелания крепкого здоровья, неиссякаемой энергии
и счастья!

Пусть каждый день вашей жизни приносит радость от успехов на работе, по-
ложительные эмоции от встреч с родными и близкими людьми.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИДЕОЛОГИЧЕСКОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СО СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖЬЮ ЗА 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

В 2024/2025 учебном году идеологическая и воспитательная работа в МГУ имени А.А.Кулешова осуществлялась в соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании, Постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 29 января 2021 г. № 57 «О Государственной программе “Образование и молодежная политика” на 2021–2025 годы», другими нормативными правовыми актами, инструктивно-методическими документами, регламентирующими вопросы организации идеологической и воспитательной работы с молодежью, а также в соответствии с планом идеологической и воспитательной работы на 2024/2025 учебный год, с учетом требований системы менеджмента качества образования в области идеологической и воспитательной работы в МГУ имени А.А.Кулешова.

Согласно Кодексу Республики Беларусь об образовании **целью воспитания** является формирование разносторонне развитой, нравственно зрелой, творческой личности обучающегося. В университете воспитание включает 14 основных направлений.

Идеологическое воспитание. Гражданское и патриотическое воспитание

Важным компонентом идеологической и гражданско-патриотической работы в университете является участие студентов в мероприятиях, направленных на формирование духовно-ценностных ориентиров, национального самосознания, укоренение любви к Родине, чувства уважения к своему историческому и культурному наследию. На всех факультетах нашего университета проводится целенаправленная, планомерная и систематическая работа по формированию гражданско-патриотических навыков у студентов.

Работа по ознакомлению с историей и значением государственной символики Республики Беларусь, воспитание уважения к ней складывается на лекциях, семинарских занятиях, информационных часах, а также в процессе проведения торжественных общеуниверситетских мероприятий, на которых исполняются ритуалы, связанные с государственными символами. Так, на факультетах при торжественном открытии семестра выносятся Государственный флаг Республики Беларусь, звучит гимн Республики Беларусь. Пониманию государственных символов Республики Беларусь, их исторической преемственности способствует участие студентов в патриотических акциях и проектах «Марафон единства», «Квітней, Беларусь!», «Символ единства», «Споём гимн вместе»;

диалоговых площадках «Нам есть чем гордиться, нам есть что беречь», «Беларусь – это мы!», «Встреча на все 100!», «Зачетный разговор»; информационных встречах с политическими и государственными деятелями.

Студенты и работники университета принимали активное участие в городских мероприятиях «Мы сильные, когда едины» ко Дню народного единства, «Беларусь помнит!» ко Дню Великой Победы; в митинге-реквиеме, посвященном 36-й годовщине вывода советских войск из Афганистана; в митингах ко Дню государственных символов Республики Беларусь; «Звон скорби» ко Дню всенародной памяти жертв Великой Отечественной войны и геноцида белорусского народа; знакомилась с содержанием документальных фильмов «Культурный код», «Памяти сожженных деревень», «Чужое небо».

Патриотическое воспитание сегодня является крайне важным направлением в воспитании подрастающего поколения. Несомненно, ключевая позиция здесь – историческая память. Основной вехой исторической памяти является память о Великой Отечественной войне. В рамках празднования 80-летия Победы советского народа в Великой Отечественной войне были реализованы такие проекты, как «Ода Великой Победе», «Песни Победы», «Письмо прадеду», «Их именами названы улицы», «Победный вальс», «Память поколений», была проведена реконструкция театрализованного концерта «1418 дней...»

В целях формирования у студентов любви к Родине, уважения к ее истории, бережному отношению к государственной символике Республики Беларусь традиционными стали митинги у памятников и воинских захоронений, возложение цветов, благоустройство памятных мест, торжественный прием в ряды БРСМ.

Духовно-нравственное воспитание

Духовно-нравственное воспитание студентов является приоритетным направлением в идеологической и воспитательной работе университета. Оно направлено на повышение статуса духовности и нравственности во всей системе воспитательной деятельности и имеет целью формирование духовности как фундаментально-го качества личности, определяющего ее позицию, поведение, отношение к себе и окружающему миру.

Сотрудничество МГУ имени А.А.Кулешова с БПЦ реализуется в рамках Программы сотрудничества между Министерством образования Беларуси и Белорусской Православной Церковью на 2021–2025 годы,

которая предусматривает проведение совместных образовательных научных мероприятий и акций воспитательного характера.

В рамках акции «Маршрутами памяти» студенты факультета начального и музыкального образования посетили Свято-Троицкую церковь в деревне Польшовичи. На факультете физического воспитания в рамках Недели родительской любви в учебных группах прошли информационные часы, посвященные важности семейных ценностей и роли родителей в жизни детей.

Ежегодно студенты со всех факультетов принимают участие в благотворительных акциях «Соберем детей в школу», «От всей души», «Братям нашим меньшим», в работе волонтерского клуба «Рука помощи», различных акций совместно с Могилевской областной и Ленинской районной организацией Белорусского Общества Красного Креста.

Эстетическое воспитание

Для эффективной организации эстетического воспитания со студенческой молодежью активно используется потенциал учебно-экспозиционного комплекса университета. За истекший период текущего учебного года (сентябрь 2024 – май 2025 года) проведено 276 экскурсий, которые посетили 3027 человек.

На базе выставочного зала были организованы и проведены открытие и работа 5 выставок:

- 1) выставки творческих работ сотрудников университета «Квітней, Беларусь!», посвященной Дню народного единства;
- 2) выставки фотографий и елочных украшений сотрудников и студентов университета «Путешествие в новогодний мир детства»;
- 3) выставки «Книги в дар Президенту» из фондов Национальной библиотеки Беларуси в рамках проведения «Марафона единства»;
- 4) выставки «Перад сабой і светам будзь прайдзівы» визуального творчества студентов учреждений высшего образования Республики Беларусь в рамках республиканской культурно-просветительской акции «Грани творчества»;
- 5) персональной выставки живописи «Колеры і вобразы» члена союза художников Республики Беларусь Оксаны Михайловны Евдокименко.

Воспитание психологической культуры

На сегодняшний день формирование психологической культуры личности в учреждении высшего образования является одним из наиболее

актуальных направлений идеологической воспитательной работы в Республике Беларусь.

Это отражено в Программе непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи на 2021–2025 годы и, соответственно, в Программе воспитательной работы МГУ имени А.А.Кулешова на 2021–2025 годы.

Основные направления воспитания психологической культуры студентов в МГУ имени А.А.Кулешова:

1. **Тренинги:** «Эмоциональный интеллект: развитие и применение» – обучение распознаванию и управлению своими эмоциями; «Стресс и техники релаксации» – способы снижения стрессового напряжения и повышения стрессоустойчивости; «Коммуникативные навыки и конфликтология» – развитие навыков эффективного общения и разрешения конфликтов и др. (за 2024/2025 учебный год проведено более 40 тренинговых занятий).

2. **Просветительские мероприятия и акции:** Дни психологического здоровья («Знай, куда обратиться», «Социальная безопасность личности») – лекции, презентации, консультации по вопросам психического благополучия; тематические недели («Неделя борьбы со стрессом», «Дни толерантности»).

3. **Индивидуальные и групповые консультации:** групповые тренинги по развитию навыков саморегуляции (согласно журналам учета консультаций специалистов) – 881 (248 – первичных, 633 – повторных).

4. **Онлайн-мероприятия.** Педагоги-психологи по запросу проводят онлайн-встречи со студентами университета по темам эмоционального интеллекта, стресса, межличностных отношений. Специалисты социально-педагогической и психологической службы ведут официальные страницы в социальных сетях Инстаграм, ВКонтакте, где размещают необходимую информацию.

5. **Проекты и социальные инициативы.** Специалисты СППС для воспитания психологической культуры вовлекают учащихся в волонтерские акции и социальные проекты, направленные на помощь нуждающимся. В рамках сотрудничества с Могилевской областной организацией БОКК организованы проекты «Психосоциальная поддержка детей при участии клоунов-волонтеров», «Бумаге – вторую жизнь»; «Сила добрых дел: как волонтерство меняет мир».

6. **Внедрение профилактических программ.**

Специалисты СППС разрабатывают различные программы по профилактике депрессии, тревожных рас-

стройств («Давай поговорим», «Это важно знать»). Проводимые мероприятия позволяют не только повысить уровень психологической культуры студентов, но и создать внутриуниверситетское сообщество поддержки и развития.

Воспитание физической культуры

Физическое воспитание студентов – это систематизированный педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств, формирование двигательных навыков, укрепление здоровья и повышение физической подготовленности студентов, а также на воспитание позитивного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни. Так, в сентябре все факультеты приняли участие в республиканской акции «Неделя спорта и здоровья». На факультете физического воспитания в сентябре прошел традиционный легкоатлетический кросс, посвященный 80-летию освобождения Беларуси от немецко-фашистских захватчиков. Это значимое событие в спортивной жизни факультета собрало студентов всех курсов.

В мае прошел чемпионат Республики Беларусь по спортивной гимнастике, приуроченный к 80-летию Победы в Великой Отечественной войне. За награды боролись более 90 лучших гимнастов страны. Победу в самом престижном виде программы – многоборье – одержал студент факультета физического воспитания Олег Тесельский, продемонстрировав высокий уровень подготовки и уверенность в исполнении каждого элемента. Его золотой результат составил 75,700 балла.

Формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни, осознания значимости здоровья как ценности и важности его сохранения

В современных условиях социально-экономического развития одним из определяющих факторов становится здоровье. Здоровье человека отражает одну из наиболее значимых сторон жизни общества и тесно переплетается с фундаментальным правом на физическое, духовное, психическое, социальное благополучие. Формированию навыков ЗОЖ в университете уделяется большое внимание. Проводятся спортивные соревнования, музыкальные флешмобы, информационные часы, профилактические беседы и многое другое.

Продолжение на стр. 2

Семейное и гендерное воспитание
Семейное и гендерное воспитание студентов – это комплексное формирование у обучающихся знаний, умений и навыков, касающихся семейных отношений, гендерных ролей и культуры взаимоотношений между полами. Ежегодно накануне Международного дня пожилых людей проводится акция «Подари тепло» для проживающих в доме престарелых. Акция «Поздравление любимой мамочки» ко Дню матери проводится на всех факультетах. Организуются круглые столы «Функции и задачи семьи» и «Семья и семейные ценности», фотовыставки «Все мы родом из детства» ко Всемирному дню ребенка, акция «Теплые слова против насилия» к Международному дню борьбы за ликвидацию насилия в отношении женщин. Так, на факультете физического воспитания была организована творческая акция «Семья – это...», направленная на пропаганду и формирование семейных ценностей. Факультет иностранных языков традиционно проводит благотворительную акцию «Мамины пироги». Факультет экономики и права принимал участие в мероприятиях «Семейно-спортивные праздники», организованных управлением Следственного комитета Республики Беларусь по Могилевской области.

Трудовое и профессиональное воспитание
Трудовое воспитание является важным элементом в подготовке будущего специалиста с высшим образованием. В нашем университете организован процесс стимулирования трудовой де-

ятельности студентов, формирования у них трудовых умений и навыков, воспитания добросовестного отношения к своей работе; поддержка творчества, инициативы и стремления к достижению более высоких результатов. На протяжении учебного года проводилась профориентационная работа с учащимися учреждений образования Республики Беларусь.

Студенты и работники университета активно принимают участие в наведении порядка во время субботников, а также ухаживают за закрепленными памятниками и воинскими захоронениями.

На историко-филологическом факультете состоялись такие мероприятия, как интерактивная гостиная «Есть такая профессия», круглый стол «Мой профессиональный выбор». Викторина «Лингвистический челлендж: сериальный перевод», посвященная Международному дню переводчика, проводилась на факультете иностранных языков.

Ежегодно проводится информационно-массовое мероприятие «Ярмарка вакансий для молодежи», организованное совместно с Управлением по труду, занятости и социальной защите Могилевского горисполкома. Также студенты активно участвуют в научно-исследовательских проектах, грантах, конференциях и семинарах, что помогает им развивать критическое мышление и научные навыки, а также повышать свой профессиональный уровень.

Воспитание, направленное на фор-

мирование у обучающихся бережного отношения к окружающей среде и природопользованию

В рамках ежегодной республиканской акции «Сады надежды» студенты университета принимают участие в работах по благоустройству сельскохозяйственных объектов в СПК «Колхоз “Родина”». Студенты и работники принимают участие в республиканской акции «Дай лесу новое жыццё». На факультетах проводятся викторины ко Всемирному дню энергосбережения, информационные часы, посвященные Дню чернобыльской трагедии, акции «За безопасность вместе».

Воспитание культуры безопасности жизнедеятельности

Воспитание культуры безопасности жизнедеятельности студентов – это процесс формирования у них не только знаний о безопасности, но и умения применять эти знания в повседневной жизни и в случае чрезвычайных ситуаций. Этот процесс включает в себя формирование культуры поведения, позволяющей минимизировать риски для себя и окружающих.

В течение учебного года проректором Э.В. Куцаковым проводятся со студентами всех факультетов встречи на темы: «Экстремизм – проблема современности», «Информационная гигиена», «Кибербезопасность», а также беседы об обязательности исполнения Правил внутреннего распорядка университета и Кодекса Республики Беларусь об образовании.

Студенты с кураторами факультета экономики и права традиционно по-

сещают Центр безопасности жизнедеятельности Могилевского областного управления МЧС Республики Беларусь.

Воспитание культуры быта и досуга

Воспитание культуры быта и досуга организовано через максимальное вовлечение обучающихся в различные виды деятельности, способствующей формированию культуры быта с учетом их интересов, способностей и потребностей. Проводятся различные игры, конкурсы, турниры, флешмобы, кураторские часы, дискотеки.

В университете реализуются такие проекты, как конкурс для первокурсников «Давайте познакомимся!», слет волонтеров, конкурс «Звездный путь», конкурс на лучшую комнату в общежитиях и многие другие. Студенты с радостью участвуют в республиканском фестивале художественного творчества учащейся и студенческой молодежи «АРТ-вакацыі», в конкурсе работ молодых журналистов «Золотое перо “Белой Руси”».

Поликультурное воспитание

Поликультурное воспитание студентов – это процесс, направленный на формирование у будущих профессионалов уважительного отношения к различным культурам, навыков межкультурной коммуникации и готовности к сотрудничеству в поликультурном мире. Студенты факультета физического воспитания принимали участие в фестивале национальных культур «Все разные – все равные». Факультет иностранных языков успешно реализует образовательно-воспитательный про-

ект «География студентов факультета иностранных языков». Преподавателями факультета экономики и права организовано участие магистрантов (КНР) в VIII Международной научно-практической конференции «Государство и право: актуальные проблемы формирования правового сознания». Также на всех факультетах проводятся информационные часы, направленные на формирование толерантности, культуры межнационального общения.

Экономическое воспитание

Экономическое воспитание – это организованная деятельность студентов, направленная на формирование экономической культуры, овладение экономическими знаниями, закрепление умений и развитие потребности применения этих знаний на практике. Основой экономического воспитания является формирование у студентов экономического мышления, поведения, качеств личности, которые необходимы как в производственно-экономической деятельности, так и в повседневной жизни.

На факультете экономики и права были организованы встречи с представителем Сберабанка по вопросам финансовой грамотности, представителями ООО «Софтмастер» и Парка высоких технологий по вопросам повышения уровня профессиональной грамотности и самоопределения.

*По материалам доклада начальника отдела по идеологической и воспитательной работе
Е.Н. Молдовановой*

НОМО MIRABILIS

(К ЮБИЛЕЮ ЕЛЕНА КОНСТАНТИНОВНЫ СЫЧОВОЙ)

Более 35 лет рядом с нами работает удивительный человек – Елена Константиновна Сычова – начальник научно-исследовательского сектора, кандидат филологических наук, доцент.



Елена Константиновна Сычова родилась 18 мая 1960 г. в городе Могилеве. Училась в средней школе № 3 г. Могилева (ныне гимназия № 3). Работала сначала почтальоном, потом рабочим на Могилевском металлургическом заводе. В 1983 году поступила на филологический факультет МГПИ имени А.А. Кулешова по специальности «Русский язык и литература», после окончания которого работала по распределению в Соколовской средней школе Чериковского района Могилевской области учителем, организатором внешкольной и внеклассной работы, заместителем директора по учебно-воспитательной работе. С 1990 года вернулась в МГПИ в качестве ассистента кафедры русского языка. В 1992 г. поступила в аспирантуру Белорусского государственного университета (заочно), досрочно защитила кандидатскую диссертацию. И далее – добросовестный труд и непрерывный рост: старший преподаватель – доцент – заместитель декана – ответственный за НИРС – начальник научно-методического сектора. Преподавала дисциплины «Введение в языкознание», «Общее языкоз-

нание», «История русского литературного языка», «Лингвистический анализ художественного текста». Участвовала в более 60 научных конференций и является автором более 70 научных и учебно-методических публикаций. Работала в редколлегии «Университетского вестника».

Елена Константиновна Сычова награждена Грамотой Министерства образования Республики Беларусь в 2010 г. В 2018 г. была занесена на Доску почета университета. Награждена Почетной грамотой Министерства образования Республики Беларусь в 2018 г., Почетной грамотой Главного управления по образованию Могилевского облисполкома в 2021 г., нагрудным знаком университета в 2022 г., нагрудным знаком Министерства образования Республики Беларусь «Выдатнік адукацыі» в 2023 г.

Во всех сферах деятельности Елена Константиновна проявила себя с самых лучших сторон как педагог, ученый, руководитель. Но в первую очередь – как человек. Человек удивительный (Номо mirabilis) по сочетанию качеств, казалось бы, противоположных. Елена Константиновна – человек настолько же скромный, насколько выдающийся – во всех отношениях: от умения починить бытовой прибор до умения дать глубочайший анализ текст тексту, ситуации, явлению... Наверное, нет такой сферы, в которой Елена Константиновна не могла бы дать совет, не только компетентный, но и мудрый. А еще она всегда готова подставить плечо, помочь, поддержать.

«Готов ученик – готов ему и учитель» – так гласит восточная мудрость. А Елена Константиновна была готова с детства. Ее Учителями тоже были люди удивительные, я бы сказала, выдающиеся: Кира Михайловна Яцевич, учительница русского языка и литературы, известная организацией неповторимых литературных вечеров; Олег Васильевич Озаровский, доцент, руководитель факультетского СНО, потом заведующий кафедрой русского языка, под руководством которо-

го Елена Константиновна (тогда еще просто Лена, Леночка) готовила курсовую, дипломную, конкурсную работу; известный белорусский ученый-языковед, доктор наук, профессор Бронислав Александрович Плотников, под руководством которого Елена Константиновна защитила кандидатскую диссертацию.

Елене Константиновне удалось аккумулировать все лучшее, чем наставники делились со своими учениками и последователями, и тихо, скромно, без всякого внешнего пафоса воплощать этот опыт в своем ежедневном труде, в своей жизни, делиться им с окружающими.

Считаю, что мне очень повезло долгое время находиться рядом с таким человеком. И, несмотря на то что мы начинали обучение и трудовую деятельность в университете почти одновременно, я всегда училась и продолжаю учиться у Елены Константиновны Сычовой – ее удивительной организованности, трудолюбию, всесторонности, скромности, порядочности, альтруизму.

От всей души поздравляю дорогую коллегу с юбилеем и желаю бодрости, оптимизма и дальнейшей плодотворной деятельности!

Т.В. Мосейчук, заместитель декана по идеологической и воспитательной работе факультета математики и естествознания

Елена Константиновна – талантливый руководитель и способный организатор, инициативный, принципиальный, глубоко порядочный человек, отличающийся образцовым исполнением своих трудовых обязанностей. Это профессионал, преданный корпоративному духу МГУ имени А.А. Кулешова, многое сделавший для процветания родного университета. Елена Константиновна является собой пример образцового администрирования в новых условиях развития науки. К любому поручению она относится максимально ответственно, выполняет поставленные задачи усердно и качественно. Елена

Константиновна – мудрый посредник, сохраняющий преемственность между поколениями наших филологических школ, взрастивший много своих сподвижников и последователей. За время многолетней научно-педагогической деятельности она как талантливый лингвист смогла достичь высочайшего уровня профессионального мастерства и внести значительный личный вклад в подготовку высококвалифицированных специалистов – филологов-русистов. Хочется пожелать Елене Константиновне крепкого здоровья, жизненности и дальнейших успехов!

Н.В. Маковская, проректор по научной работе

Елену Константиновну Сычову я знаю давно (более 30 лет!), поэтому совершенно точно могу сказать: это человек – Профессional своего дела: и как начальник научного-исследовательского сектора, и как преподаватель. Широкий кругозор, гибкость ума, серьезность и ответственность – вот отличительные черты Елены Константиновны. А еще доброта, скромность, чувство юмора, желание помочь в решении самых разных вопросов.

В юбилей хочется пожелать дорогой Елене Константиновне здоровья, радости, молодости души, простора для дальнейшего роста, успехов и, конечно же, личного счастья! Чтобы оптимизм, вера в свои силы никогда не покидали, а ангел-защитник оберегал на всех жизненных дорогах!

Т.С. Воробьева, заведующий аспирантурой и докторантурой

С Еленой Константиновной я познакомилась еще в 80-е годы, когда была студенткой филологического факультета, а Елена Константиновна молодым преподавателем. С тех пор судьба не разводила нас: совместная работа на кафедре русского языка, а с 2010 года – в научно-исследовательском секторе. Всем хочется пожелать такого начальника – доброжелательного, отзывчивого, порядочного, когда чувствуешь себя не подчинен-

ной, а, скорее, другом, и все рабочие вопросы решаются легко и результативно. В год юбилея дорогой Елене Константиновне мои самые искренние пожелания крепкого здоровья и оптимизма на долгие годы, счастья и удачи во всех начинаниях, внимания и заботы близких и родных людей. С юбилеем, Елена Константиновна!

Т.Н. Силивончик, ведущий специалист научно-исследовательского сектора

Елена Константиновна – редкий в наше время человек, которому «во всем ... хочется дойти до самой сути», уникальный человек, с высочайшей степенью ответственности относящийся к задачам любой сложности, удивительный человек, являющий собой пример верного и беззаветного служения общему делу просвещения. Я трепетно храню воспоминания о том, как, будучи студенткой, могла постигать азы лингвистического анализа художественного текста под руководством такого талантливого преподавателя, тонко чувствующего Слово и умеющего абстрактные понятия сделать зримыми и доступными для понимания. Сейчас мне комфортно работать в коллективе, где начальник – первый среди равных – не только четко раздает указания, но и мягко направляет на пути их выполнения, готов оказать поддержку даже во время своего отпуска. Чем дольше общаюсь с Еленой Константиновной, тем больше восхищаюсь ее остроумной и мудрой оценкой различных ситуаций, глубже познаю многогранность ее личности. Елена Константиновна свято чтит память своих предков, для каждого из которых, привлекая все возможные, в том числе и архивные, источники, она составила подробнейшее жизнеописание.

Желаю уважаемой Елене Константиновне здоровья, энергии для новых свершений, благополучия и благодарю ее за то, что своим присутствием она делает мир гармоничнее!

Е.А. Болтовская, старший научный сотрудник научно-исследовательского сектора

ЭКЗАМЕНЫ – ЭТО ИСПЫТАНИЕ НА ПРОЧНОСТЬ ИЛИ ОПЫТ?

Проверка знаний является неотъемлемым этапом, который сопровождает людей на протяжении всей их жизни. Успешное преодоление этой ситуации студентом не только скажется на его учебной деятельности, но и определит его психоэмоциональное благополучие, а также сформирует его самооценку в отношении профессиональной готовности к будущей взрослой жизни. В то же время у многих молодых людей экзамены вызывают такие сильные негативные эмоции, что на переживания, связанные с экзаменом, уходит больше энергии, чем на подготовку к нему. Одно исследование продемонстрировало, насколько значительны для молодых людей экзамены. В нем участников попросили назвать самые неприятные жизненные события. Юноши и девушки поставили экзамены на первое место, даже выше таких трагических событий, как тяжелые болезни, ядерная война или потеря близких. Можно только представить, как некоторые студенты «накаляют» себя перед экзаменом! В итоге на экзаменах они демонстрируют более слабые результаты, чем могли бы, поскольку значительную часть времени тратят на переживания. Более того, стресс, связанный с экзаменами, способен негативно отразиться на самочувствии студента. К этому могут располагать такие обстоятельства, как нерегулярное питание, нарушение распорядка дня, отсутствие сна или его дефицит, что ухудшает внимание, память и мышление.

Как же подготовиться к экзаменам максимально эффективно и не рас-

ходовать попусту энергию? И как действовать на самом экзамене, чтобы показать свои лучшие стороны и добиться хорошего результата?

Мы, педагоги, являемся основной поддержкой студентов в предэкзаменационный период. Мы должны научить и родителей, и студентов, как вести себя в данных ситуациях, так как у каждого из нас есть педагогический и жизненный опыт. Важно развивать как академические навыки, так и практическое умение управлять своими эмоциями. Психологическая поддержка, индивидуальный подход, правильная организация учебного процесса и создание благоприятной психологической атмосферы для обучения могут значительно снизить уровень стресса и повысить эффективность обучения.

Успешное обучение зависит не только от конечных результатов, но и от атмосферы, которую создают педагоги: доброе слово, улыбка улучшают настроение и укрепляют доверие между людьми.

Важно, чтобы преподаватели не только обращали внимание на результаты учебной деятельности, но и способствовали творческому и позитивному отношению к процессу обучения, что в конечном итоге приведет к высоким достижениям и удовлетворению от полученных знаний.

Положительные эмоции активизируют наш организм, позволяют найти силы работать продуктивнее. Соответственно, шансы на успех возрастают. Мы тратим силы не на переживания, а на сам процесс подготовки к экзамену. Вывод таков: хочешь добиться успеха – думай об успехе и создавай его.

Моя работа педагога-психолога заключается в том, чтобы помогать студентам прислушиваться к себе и возвращать в них веру в то, что они способны приближаться к наиболее благоприятным для себя жизненным выборам. Эти выборы, в чем я всё время убеждаюсь на опыте, связаны в первую очередь с сохранением и развитием человеческих отношений и человеческого в себе. И это во многом зависит от каждого из нас. Вместе с психологическим сопровождением я стараюсь дать студентам тот уровень поддержки и принятия, на который способна сама. Стремлюсь при этом не прятать собственную личность за ролевой маской педагога-психолога, а оставаться живым человеком. Вот так, в живых отношениях и взаимодействиях, мы учимся и обогащаемся как личности – и я, и они.

Часто решению проблемы мешают устоявшиеся стереотипы и комплексы, и, чтобы сделать верный выбор в сложной жизненной ситуации, студентам нужно сопровождение психолога, помощь кураторов и преподавателей. В последнее время у студентов растет необходимость обращения к смежным специалистам: психотерапевтам, неврологам, психиатрам. **Преодоление трудностей – это не только сложности, но и возможности для личностного роста.**

Преподаватели и учителя сегодня – такие же специалисты помогающих профессий, как психологи и врачи. Что может в этой работе помочь? Нам нужно помнить: мы не знаем, когда закончатся тревожащие нас события, но наша психика способна многое выдержать. Да, через

несколько стадий принятия придется пройти, но рано или поздно любое большое событие становится общим фоном.

Когда всё хранишь внутри себя, ничего хорошего не происходит. Так что **первое правило помощи и себе, и студентам: не молчать, говорить о тревоге или о других своих эмоциях.** Это поможет установить контакт с собой и другими и улучшить взаимодействие. И в тоже время тревога преподавателя либо другие сильно выраженные негативные эмоции и состояния сильно сказываются на эмоциональном состоянии студентов. Важно помнить и заботиться о себе, о своем психологическом благополучии.

Сессионный период часто сопровождается высоким уровнем фоновой тревоги, при которой **нежелательны:** 1) алкоголь, потому что он депрессант и диуретик, снимает напряжение в моменте, но на длинной дистанции усиливает тревогу и депрессию, выводит из организма воду; 2) сладкая еда и напитки, так как может сформироваться цикл заедания тревоги, к тому же повышение уровня глюкозы в крови у некоторых людей приводит к повышению гормонов, связанных со стрессом; 3) психоактивные вещества и стимуляторы (к ним относятся кофе, чай, энергетики), которые приводят к выбросу гормонов и нейромедиаторов, связанных со стрессом, поэтому тревожным людям вообще лучше их не употреблять; 4) постоянное отслеживание новостей. Лучше не фокусировать свое внимание на том, на что не можете повлиять. Бессилие и наблю-

дение за общей паникой повышает тревогу; 5) плацебо-методы (гомеопатия, акупунктура и т.д.), если Вы их раньше не пробовали, так как по ним нет достаточной доказательной базы и они помогают не всем.

Рекомендуются при высоком уровне фоновой тревоги: 1. Телесная активность. Тело хорошо оттягивает внимание на себя и помогает выйти из цикла тревоги. Подойдет всё, что задействует наше тело: физическая нагрузка, особенно аэробный и ритмичный спорт, ходьба на месте, приседания, душ, ванна, массаж, приготовление пищи и т.д. 2. Медитация, релаксация, растяжка. Мозг при тревоге не может быть в покое, ему нужно помочь. Есть специальные приложения и готовые аудио- и видеозаписи для этих целей. 3. Поддерживающее окружение. 4. Психогигиена. 5. Переключение внимания (поговорить с кем-то, заняться уборкой, посмотреть фильм, послушать музыку и др.). 6. Антистрессовое рукоделие (рисование, вышивка, вязание и т.п.). 7. Управление коммуникациями. 8. Привычное окружение, ритуалы. 9. Юмор.

Если возникли вопросы, со мной можно связаться:

milochkina@m.msu.by

За помощью в социально-педагогическую и психологическую службу Вы можете **анонимно, индивидуально, бесплатно** обратиться по адресу: ул. Космонавтов, 1, корпус 1, каб. 305. Тел. 71-37-96.

И.Л. Милочкина, педагог-психолог

ДНЮ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ 75 ЛЕТ!

С 1950 года 1 июня мировое сообщество отмечает Международный день защиты детей. В 2025 году этот праздник встретил свой 75-летний юбилей!

Студенты и преподаватели факультета педагогики и психологии детства традиционно готовят к Международному дню защиты детей благотворительные акции, спортивно-развлекательные игры, мастер-классы, иные торжественные мероприятия. Большую роль в их подготовке и проведении играет первичная организация университета ОО «Белорусский союз женщин», ее молодежное крыло и волонтеры во главе с председателем первичной организации, деканом факультета педагогики и психологии детства Еленой Александровной Башаркиной.

Ежегодно делегация факультета посещает Могилевский специализированный Дом ребенка для детей с органическим поражением центральной нервной системы с нарушением психики и Детский социальный приют. Студенты организуют творческие конкурсы и игры, передают детям подарки (канцелярские принадлежности и средства личной гигиены), в спо-

ре которых активное участие принимают студенты и преподаватели других факультетов.

Июнь становится временем активной работы волонтеров. Так, на базе Могилевского городского центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации студенты факультета педагогики и психологии детства проводят спортивно-развлекательный праздник «Стартуют все!» Волонтеры сопровождают ребят в спортивных конкурсах, помогают им выполнить различные физические упражнения. В конце праздника студенты вместе с детьми исполняют веселые танцы.

В 2025 году 2 и 3 июня представители молодежного крыла ОО «Белорусский союз женщин» факультета педагогики и психологии детства провели серию творческих встреч «Дошкольное детство» в государственных учреждениях образования г. Могилева – детских садах №30, №42 и №48. Студенты представили игровую программу, с помощью которой закрепили представления детей младшего возраста о хороших и плохих поступках, провели



викторину на тему противопожарной безопасности.

Юбилейный праздник защиты детства сопровождался массой положительных эмоций! Студенты и дети получили огромное удовольствие от общения друг с другом. В этой связи декан факультета педагогики и психологии детства Е.А. Башаркина отметила: «В День защиты детей наши студенты традиционно рядом с ребятами, которым важна и нужна помощь и поддержка, искреннее общение. Такие встречи с детьми позволяют будущим педагогам еще раз убедиться в востребованности их профессии, незаменимости их участия в заботе о детях, в необходимости проявления к ним доброты, отзывчивости, милосердия».

М.И. Матюшевская, заместитель декана по идеологической и воспитательной работе факультета педагогики и психологии детства

ВПЕЧАТЛЕНИЯ НАШИХ СТУДЕНТОВ О ГОРОДСКОМ ВЕЛОПРОБЕГЕ

1 мая состоялся городской велопробег. Мероприятие уже успело стать традиционным для горожан и гостей города. Участие в велопробеге приняли преподаватели и студенты нашего университета.

Мероприятие глазами студентов
Цырикова Инга, студентка 3 курса историко-филологического факультета:

Этот велопробег был отличной возможностью провести выходной активно и интересно. Мне очень понравилось, что организаторы предусмотрели комфортный маршрут, по которому можно было насладиться красотой города. Было здорово видеть столько людей разных возрастов, объединенных любовью к спорту, что создавало очень позитивную атмосферу.

Для меня это было не только весело, но и полезно: я зарядилась энергией и почувствовала, что активный отдых помогает отвлечься от учебных забот.

Шуринова Янина, студентка 3 курса историко-филологического факультета:

1 мая я вновь приняла участие в велопробеге, который уже стал для меня доброй традицией. В этот раз он запомнился особенно ярко. Несмотря на капризы погоды, атмосфера настоящего торжества не покидала нас ни на минуту.

Ощущалось, что каждый рад быть частью этого грандиозного события. Организаторы удивили всех, кардинально изменив маршрут, и это решение оказалось очень удачным. Мы проехали по живописным местам, которые раньше не были частью велопутешествия.

Выбор несложного маршрута позволил всем: и взрослым, и детям – наслаждаться поездкой в комфортном темпе. Этот велопробег стал не просто спортивным мероприятием, а праздником любви к активному образу жизни, который наполнил меня невероятной энергией и позитивом.

Василевская Вероника, студентка 3 курса историко-филологического факультета:

Я участвовала в городском велопробеге во второй раз, и это было очень здорово. Атмосфера заряжала энергией с самого утра: сотни людей на велосипедах, музыка, улыбки. Чувствовалось, что многие рады быть частью этого события.

Маршрут проложили удобно и безопасно, часть дорог перекрыли для машин, так что можно было спокойно ехать. Особенно понравилось ощущение единства: и семьи с детьми, и студенты, и школьники на велосипедах – все поддерживали друг друга.

Это не просто спорт, а настоящий праздник для города и его жителей!



80 ЛЕТ ПОБЕДЫ В ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЕ



9 мая 2025 года исполнилось 80 лет со дня Победы в Великой Отечественной войне, которая длилась 1418 дней и ночей.

Великая Отечественная война, оставившая неизгладимый след в сердцах и памяти народа, навсегда вписана в историю Беларуси. Эта трагическая страница нашей истории напоминает о том, как жестоко и беспощадно может быть время войны. С каждым годом мы всё больше осознаем, насколько важна память о тех событиях, которые затронули жизни миллионов людей. Время уносит с собой свидетелей тех ужасов, и, к сожалению, нередко это приводит к искажению исторической правды.

Сохранение исторической памяти становится важной задачей для общества. Мы должны помнить о страданиях и героизме тех, кто пережил войну, тех, кто сражался за свободу и независимость. Это не просто набор фактов, а живая память о людях, которые отдали свои жизни ради будущих поколений. Важно, чтобы мы передали эту память следующим поколениям, чтобы они

знали о том, какой ценой была завоевана мирная жизнь.

В 2025 году Беларусь отмечает 80-летие Победы советского народа в Великой Отечественной войне, что стало важным событием для всей страны. В Могилеве, как и в других городах, прошли торжественные мероприятия, посвящённые памяти героев войны. Парады, митинги и концерты собрали тысячи людей, которые пришли отдать дань уважения тем, кто сражался за свободу и независимость.

В преддверии этого значимого юбилея студенты и преподаватели Могилевского государственного университета имени А.А.Кулешова, Социально-гуманитарного колледжа, Горьковского педагогического колледжа активно включились в реализацию ряда патриотических мероприятий, направленных на сохранение исторической памяти и воспитание гордости за подвиги наших предков.

В рамках республиканского проекта «Письмо прадеду» студенты различных факультетов написали трогательные обращения

к своим прабабушкам и прадедам – участникам войны, выражая искреннюю благодарность за их мужество и стойкость. Студенты всех факультетов университета активно участвовали в этом проекте, создав послания, в которых отразили свою признательность за самоотверженность и героизм предков. Эти письма стали символом связи между поколениями, живой памятью, которая передается из сердца в сердце, укрепляя уважение к истории и подвигам тех, кто сражался за свободу и независимость нашей страны.

На каждом факультете прошли информационные часы и кураторские встречи, посвященные важности памяти о Великой Победе. Так, студенты факультета педагогики и психологии детства, вернувшись после учебной практики, с энтузиазмом присоединились к подготовке патриотических мероприятий. На факультете иностранных языков прошли круглые столы «Мы помним! Мы гордимся!», где обсуждали форматы патриотических мероприятий для молодежи, а группа студентов представила эссе о подвигах своих близких.

Актив студентов историко-филологического факультета посетил 99-летнюю узницу войны Ираиду Васильевну Высоцкую, обладающую уникальным жизненным опытом. Встреча с ней стала живым уроком истории: Ираида Васильевна щедро поделилась с молодым поколением своими воспоминаниями о суровых годах войны, наполнив разговор глубиной и трогательностью.

Студенты, обучающиеся по специальностям «Филологическое образование (Белорусский язык и литература)» и «Филологическое образование (Русский язык и литература)», также приняли участие в торжественном возложении цветов к памятнику

«Детям войны». Это событие стало значимым моментом, сплотившим всех участников в общем стремлении отдать дань уважения тем, кто пережил ужасные испытания войны.

На факультете начального и музыкального образования студенты приняли участие в финале конкурса видеоклипов «Песни Великой Победы поем вместе», организованном прокуратурой Могилевской области – из 163 конкурсантов именно они заслуженно вышли в финал, показав искренность и эмоциональность своих выступлений.

Важным событием стала областная научно-практическая студенческая конференция «Никто не забыт, ничто не забыто!», которая объединила студентов, преподавателей и школьников для обсуждения исторических фактов и роли молодежи в сохранении памяти.

Студенты факультетов почтили память погибших минутой молчания и возложением цветов, а волонтеры клуба «Рука помощи» поздравили ветеранов и организовали уборку мемориала «Детям войны» и братской могилы ополченцев, проявляя неравнодушие и уважение к истории. Эти личные, душевные проявления памяти стали частью общей подготовки к главному событию празднования.

Кульминацией этих торжеств стал масштабный парад в Могилеве 9 мая, посвященный 80-летию Победы советского народа в Великой Отечественной войне. Более 50 тысяч человек приняли участие в торжественном шествии, которое стало символом уважения к подвигу предков и включало различные праздничные мероприятия и акции. Вместе с факультетами иностранных языков, физического воспитания, математики и естествознания студенты и преподаватели историко-

филологического факультета с большим уважением и гордостью приняли участие в торжественном шествии, которое стало памятным символом благодарности за подвиг наших предков.

Непередаваемую душевную атмосферу принесло мероприятие, посвященное ветеранам и бывшим узникам концлагерей. Студенты подарили им настоящий праздник, наполненный военными песнями, которые звучали с большой искренностью и трогали сердца каждого слушателя.

В рамках празднования самым масштабным событием стал театрализованный концерт «1418 дней...», собравший на площади Славы в Могилеве более трех тысяч участников. Артисты, хоры, танцевальные коллективы, кадеты и волонтеры вместе создали мощное творческое послание, в котором звучали темы мужества, боли, любви и, конечно, Победы.

Все эти события: парады, концерты, шествия, творческие акции и встречи – стали живым свидетельством того, как глубоко вплетена память о Великой Победе в сердца и умы молодого поколения. Они подтверждают, что в нашем университете не просто чтят историю, но и несут ее с гордостью вперед, вдохновляясь при этом на новые достижения и сохраняя священный огонь памяти живым.

Важно помнить, что каждый из нас – это продолжение великой истории. Сообща мы способны создать мир, в котором не будет места войне. Пусть дух Победы вдохновляет на добрые дела, а память о героях служит путеводной звездой в стремлении к миру и согласию!

Янина Шуринова, студентка 3 курса историко-филологического факультета

ДЗЯЦІНСТВА ПАД АГНЁМ

Дым над хатай, попел горкі,
Неба чорнае, як ноч,
Вочы дзетак поўны смутку,
Слёзы кацяцца, як дождж.

Адцвілі ў лузе кветкі,
Зіма ў сэрцы, холад, страх.
Дзе ж вы, радасці палеткі?
Дзе ж ты, сонейка ў вачах?

У час, калі зямля гудзела
І неба поўнілася слёз,
Што будзе заўтра – ім незразумела.
Адкуль чакаць яшчэ пагроз?

Замест цацак – асколкі снарадаў,
Замест калыскі – сырая зямля,
Дым і попел замест даляглядаў,
Раз'яднана вайною сям'я.

Калыханку замясцілі выбухі і стогны,
Замест сну – халодны склеп сыры.
На іх маленькіх тварах смутак цёмны
І слёзы, слёзы, моўчкі, без віны.

Колькі бачылі забойстваў дзеці –
Іх адбывалася прощма тады.
І няма большай страты на свеце,
Чым згубіць бацькоў назаўжды.

Яны раслі без бацькоўскай апекі,
Без цёплых абдымкаў і казак на ноч,
Марылі пра вялікае шчасце навекі,
Але яно прайшло недзе побач,
наўзбоч.

Яны не плакалі бяссоннымі начаі,
Калі, ратуючы ад бомбаў, неслі іх у склеп.
І словы першыя, якія яны чулі,
Былі пра немцаў, пра вайну і хлеб.

Іх лялькі – гільзы з выбуховай сталі,
А сны – пра смерць, пра боль, пра страх.
Гармат і выстралаў пуцаца перасталі,
З калыскі ім знаёма слова “жах” ...

Для нас яны ўжо зараз ветэраны...
З усмешкаю глядзяць на сённяшніх дзяцей.
Але не сціхне больш ніколі боль
глыбокай раны,
Якая засталася ў сэрцы тых людзей.

Дар'я Сталярова, студэнтка 2 курса гісторыка-філалагічнага факультэта

АДНОЙЧЫ РАНКАМ

Я не хачу, каб зноў была бяда.
Мне хочацца, каб мір быў на планеце!

Дзень Перамогі ў сэрцы захаваны.
Мы помнім усё пра страшныя часы,
Мы не дазволім, каб святая гасла памяць,
Герояў праз стагоддзі пачуем галасы.

Скрозь слёзы распачы, скрозь горыч страты
Мы ўспамінаем тых, хто не прыйшоў,
Хто ў бітвах страшных, лютых і крывавых
Калісьці дзеля нас аддаў жыццё.

Вялікі дзякуй вам, героі-ветэраны,
За мірны небасхіл, за цішыню,
За шчасце жыць на свеце, строіць мары,
За вечную і светлую вясну.

Ім нашай не пабачыць пшчаснай долі,
На полі кветак больш ніколі не сабраць:
Зямля трымае душы ў няволі
І вечны будзе сон абараняць.

Нам шчасціць, што не чуем бразгатанне,
Не бачым, як узрываецца снарад.

Нам сонца кожны дзень даруе прывітанне,
Надзеі адкрываюць дзівосны далягляд.

Вайна... страшнейшага больш слова
На свеце мне нідзе на ўсім не ўзяць!
Забойствы, раны, смерці, здрады, гора...
Ну ці ж не лепей ў міры шчасце будаваць?

Занадта дарага далася перамога,
Занадта танна вораг жудасны забраў
Галовы непавінных, чыя магла дарога
Бялуткай стужкай віцца напругала.

З магілы ім не ўстаць ужо ніколі:
Яны жыццё зляжылі дзеля нас.
Іх целы засталіся ў няволі,
Але душу не знішчыць нават час.

Ідуць гады, а памяць застаецца
У сэрцах тых, каму пашанцавала сёння жыць.
Аднойчы ранкам сонейка прачнецца,
І людзі скажуць: “Вечна міру быць!”

Яўгенія Сталярова, студэнтка 2 курса гісторыка-філалагічнага факультэта