

2017  
**1**

Кемеровский  
государственный  
университет

Объединяем  
знания и людей

# статус – ВО! студенческий вестник



стр. 2

*Открытие юбилейной Студенческой весны в КемГУ: чем порадовали зрителей коллективы вуза*

стр. 3

*Какими качествами должен обладать идеальный студент? Юна и Блюп помогли разобраться*

стр. 6

*Купить бумажную книгу или прочитать электронную? Выясняем, что лучше для нашего восприятия*

## КемГУ в лицах



## ИХ СОЕДИНИЛ УНИВЕРСИТЕТ

Текущий 2024 год в стране был объявлен Годом семьи. Именно она является основным источником любви, понимания и поддержки. Об истории создания своей семьи нам рассказали Карина и Данила Дивеевы, преподаватели Кемеровского государственного университета. Они победили в конкурсе «Студент года – 2023» в номинации «Студенческая семья года».

**- История поступления: почему Вы выбрали именно КемГУ?**

**Д:** В Кемеровскую область переехал вместе с родителями из Алтайского края, на тот момент я был в 9 классе. В 2015 году, когда закончил 11 класс и нужно было подавать документы в университет, я выбрал именно КемГУ. Окончил бакалавриат и магистратуру, получил психо-

лого-педагогическое образование. Сейчас я учусь в аспирантуре, направление «Педагогическая психология».

**К:** В 2016 году я закончила школу, поступать решила в Санкт-Петербург. Но проучилась там всего лишь год, захотелось вернуться на родину. Подала документы в КемГУ, где меня сразу привлёк Институт образова-

ния. Училась я на педагога с двумя профилями: «Дошкольное образование» и «Иностранный язык». Сейчас учусь в магистратуре на направлении «Управление образовательной организацией».

**- Как Вы познакомились?**

**Д:** Окончив бакалавриат, я стал думать, чем заниматься дальше. После психолого-педагогических практик

решил, что хочу ещё поучиться, поэтому поступил в магистратуру. Вскоре после этого поработал в дирекции своего института и решил остаться там. А через год на кафедру педагогики пришла моя будущая жена.

**К:** Когда я пришла в дирекцию, мне рассказали о том, что с некоторыми пор здесь работает Данила, который сидит на месте заместителя дирек-

тора. Он показался мне угрюмым, поэтому я старалась не обращать на него внимания. Затем меня пригласили работать на кафедру. Так вышло, что мы находились в соседних кабинетах!

**Д:** И до сих пор работаем рядом друг с другом!

(продолжение на 4 стр.)

## Событие

# «ТЫ ПРИДЁШЬ, КОГДА ЗАЦВЕТЁТ ВЕСНА». ОТКРЫТИЕ СТУДВЕСНЫ В КЕМГУ

В Кемеровском государственном университете состоялось открытие фестиваля непрофессионального творчества студентов «Студенческая весна в КемГУ – 2024». Концертную программу представили учащиеся-активисты и творческие коллективы вуза.

4 марта участники студенческого клуба выступили на сцене Концертного зала КемГУ с программой, посвящённой юбилею Студенческой весны в нашем вузе. Ребята представили публике как лучшие номера последних фестивалей, так и новые, поставленные специально для открытия мероприятия. Зрителей познакомили с составом жюри, в который вошли народные артисты КемГУ и многократные победители всевозможных студенческих творческих конкурсов. Далее последовали эффектный выход руководителей направлений разных институтов, стзм, в котором вместе со студентами участвовали и сами члены жюри, танцевальные и вокальные номера, оригинальный жанр и выступление студии современной хореографии «Vne фокуса». Свои творческие способности также продемонстрировала команда Концертного зала, устроив представление света и музыки. Зрителям тоже довелось внести свой вклад в открытие фестиваля. Им было предложено принять участие в съёмке видеопоздравления в честь юбилея Студенческой весны.

Рядом с Концертным залом гостей ожидала необычная фотозона, сде-



ланная из сотен надувных шаров. Пришедших встречали приветливые активисты Студклуба. Особую атмосферу создавали взаимоотношения между бывшими выпускниками: давние друзья и коллеги общались, вспоминали собственные выступления и ностальгировали.

Напомним, что студенческий клуб КемГУ был создан в 1974 году, именно с него и ведётся отсчёт «Студенческой весны в КемГУ». Уже 50 лет фестиваль проходит ежегодно, и за это время он ни разу не прерывался, несмотря на различные обстоятельства. Университет поздравил с юбилеем Студенческой весны

проректор по молодёжной политике КемГУ Мария Геннадьевна Леухова, директор Концертного зала КемГУ Игорь Иванович Мизгирёв, а также экс-директора Студенческого клуба КемГУ.

Также университет поздравил министра науки, высшего образования и молодёжной политики Кузбасса Сергей Александрович Пфецера:

«Студенческая весна прекрасна тем, что каждый день в Концертном зале Кемеровского государственного университета живёт круглосуточно та самая жизнь, которая и называется студенческой».

Среди приглашённых гостей в зале



присутствовали ректорат и бывшие выпускники университета, из которых многие – народные артисты КемГУ. По окончании открытия участники концерта вместе с почётными гостями запечатлели свои эмоции на общей фотографии.

Фестиваль продлится до 4 апреля 2024 года. Его программа состоит из 14 концертов всех институтов, факультета и колледжа, и 7

мини-фестивалей. По завершении мероприятия покажут масштабный гала-концерт, на котором зрителям представят лучшие номера концертных программ и мини-фестивалей, а также будут подведены итоги всей «Студенческой весны в КемГУ-2024».

За предоставленные фото благодарим фотоклуб «Монохром»



АВТОР: ДАРЬЯ МОШЕЙКО



## Узнаём КемГУ

# ЗА УЧЕБНЫМИ КУЛИСАМИ

Что в представлении большинства людей означает «лаборатория»? Стерильное помещение, стоящие вдоль стен шкафы с пробирками и колбами, разноцветные вещества?.. Но лаборатории Юридического института живут совсем другой жизнью.

### Лаборатория криминалистики

При входе в помещение первое, на что обращаешь внимание – десятки орудий преступлений: взгляд бежит от отмычек и ножей до самодельных стреляющих устройств и мин. Сегодня это лишь экспонаты под толстым стеклом, но когда-то они использовались для криминала. Помимо оружия, в лаборатории также размещены фотоаппараты, металлоискатели, микроскопы, прибор для поиска пустот и криминалистические комплекты. Здесь всё то, с помощью чего исследуют места происшествий, выявляют отпечатки обуви, собирают микрочастицы и многое другое.

– Вы когда в отпуск уезжаете, то все нужные вещи складываете в чемодан. Так и эксперт-криминалист должен быть мобильным, поэтому всё, что может ему потенциально пригодиться на выезде, собрано здесь, – пояснил заведующий кафедрой уголовного процесса и криминалистики Юридического института Юрий Геннадьевич Волгин.

Находится здесь и такое, что может вызвать у постороннего человека отторжение: настоящий череп, реалистичные изображения ранений, муляжи с демонстрацией различных типов ран. Но без всего этого не обойтись будущим профессионалам-криминалистам, которые, помимо специальных навыков, должны обладать крепкими нервами.

Помещение было укомплектовано не за один день: чтобы оно выглядело как сейчас, потребовалось много времени и усилий.

– Когда появилась идея оборудовать лабораторию, аудитория была всего одна, и в ней кроме столов не было ничего. Потом на факультете приобрели первый телевизор, затем шкафы, в которые стали собирать орудия и муляжи. А



когда институт переехал в двенадцатый корпус, и в нашем распоряжении оказалось два кабинета, стало то, что вы видите теперь. Для этого в перерывах от занятий мы сверлили, долбили, прикручивали, – рассказал заведующий лабораторией криминалистики Олег Дмитриевич Сергеев.

Здесь студенты занимаются почерковедением, описанием внешнего облика человека, изучением следов, баллистикой. На учебном полигоне они формируют навыки работы со следами на месте происшествия, их обнаружения и фиксации. В этом им помогают муляжи Дима и Максим: студенты осматривают место происшествия, описывают его, на основе обнаруженных следов выносят постановление. При этом они создают протокол осмотра, в котором должны описать всё как можно точнее и подробнее.

– Многие воспринимают это как квест. Но жизнь – это разве квест?



Квест – это игра. А жизнь – это не такая уж и игра, – поделился Юрий Геннадьевич Волгин.

Приобретённые в ходе таких занятий навыки необходимы студентам не только на учёбе, но и в научной деятельности, подготовке к участию в конкурсах, ведь «есть вещи, которые должны выполняться руками».

Закреплять знания на практике помогают и занятия в кабинете криминалистической тактики. Он отличается от лаборатории тем, что в нём изучают не приспособления и работу на месте происшествия, а последовательность действий и теоретические вопросы: о проведении обыска, допросов, осмотре места. Студенты на занятиях много работают на компьютере, и задачи, которые они решают, преимущественно из реальной криминалистической практики.

– Один из первых вопросов, который мы задаём студентам: «Знания каких наук не использует кримина-

листика?» А таких нет. Тут всякое может пригодиться, даже в какое время с какой стороны светит луна, – рассказал Олег Дмитриевич Сергеев.

### Природоохранная лаборатория

Основная её задача – разработка проектов нормативно-правовых актов и проведение экспертиз. Например, до того, как на горе Туманной в Таштагольском районе расположили горнолыжные трассы, заведующий лабораторией Тимур Борисович Невзоров вместе с коллективом экспертов проводил ОВОС (прим.: оценка воздействия на окружающую среду), цель которой – предусмотреть негативные последствия для природы.



АВТОР: МАРИЯ ДРОБАХИНА



Лаборатория сотрудничает с природоохранными органами Кемеровской области: Министерством природных ресурсов и экологии, Департаментом по охране объектов животного мира и Дирекцией особо охраняемых природных территорий. Ведь Кузбасс – это богатые земельные и лесные ресурсы, но в то же время и многие предприятия, которые могут причинить вред природе.

Лаборатория также участвует в проведении мероприятий на особо охраняемых природных территориях Кемеровской области.

– Нам предложили поработать над материалами, связанными с Шорским национальным парком. Самая главная проблема в том, что в Таштагольском муниципальном районе порядка сорока поселений шорцев находится на земле этого парка. И поскольку это особо охраняемая территория, то возникают проблемы и с законодательством, и в отношениях жителей с органами власти. Например, они, как коренной народ, привыкли свободно ходить по тайге с оружием или ездить на моторных лодках, что запрещено на территории национального парка.

К работе по необходимости привлекаются старшекурсники, которые заняты в Лаборатории правового сопровождения развития городских агломераций.

Сотрудники Природоохранной лаборатории, ко всему прочему, действуют в ведении Красной книги Кемеровской области. Они дают консультации о правильной последовательности процедур, помогают правильно оформить, согласовать и подать документы, в то время как основную работу выполняют биологи: собирают гербарии, составляют описания, структурируют информацию об экосистемах.

# ИДЕАЛЬНЫЙ СТУДЕНТ

Каждый человек считает по-разному, какие качества студента являются главными. Блюп и Юна, mascоты профсоюза КемГУ, тоже имеют своё мнение на этот счёт. Узнаем?



АВТОР: САВИЯ ИСЕНОВА



КемГУ в лицах

## ИХ СОЕДИНИЛ УНИВЕРСИТЕТ



ФОТО: АРХИВ ГЕРОЕВ

(окончание, начало на 1 стр.)

**- Как Вы поняли, что начали зарождаться чувства?**

**Д:** Дружеское общение между нами возникло изначально. Когда люди много лет друг друга знают, то могут подкалывать, не обижаясь на это. У нас сразу началось именно такое общение.

**К:** После работы мы часто гуляли по Кемерову, лишь бы не идти по домам, настолько нам было интересно друг с другом. Мы старались всё больше времени проводить наедине, общаться на разнообразные темы.

**Д:** Я всегда был серьёзный, голова была забита работой и другими делами. Коллеги за год привыкли ко мне, но не Карина. Она только пришла, и её удивляло такое поведение. Карина пыталась показать, что вести себя так – это странно: подкалывала, шутила, заставляла улыбнуться. Так и начали зарождаться чувства.

**- Как решились пожениться?**

**Д:** Сначала мы полгода просто проводили вместе время, узнавали друг друга. Затем 1,5 года были в отношениях, и уже после я сделал предложение руки и сердца. Мы сразу поняли, что наши отношения кардинально отличаются от тех, в которых мы были раньше. В них намного больше позитива, чувственности. Я договорился с коллегой по работе, и она мне помогла всё устроить.

**К:** Данила сговорился с нашей общей подружкой устроить мне сюрприз. Она попросила нас поехать в деревню всем вместе. Затем, когда мы остались с ней вдвоём, она сказала мне: «Закрывай глаза, надень капюшон, не смотри». Как сейчас помню: иду с закрытыми глазами, а она смеётся. Получилось неожиданно, потому что я была в спортивной одежде, на природу собралась же, а Данила в деревню поехал в белой рубашке. Ещё долго отговаривала его, ведь на дачу

празднично не одеваются. Даже не догадывалась о том, что он что-то задумал.

**- На данный момент Вы оба педагоги, преподаёте в университете. Как думаете, людям одной профессии сложнее или проще взаимодействовать друг с другом?**

**К:** Для нас проще. Когда у меня возникают проблемы или вопросы, то я обращаюсь к мужу, ведь он всегда готов помочь, дать совет, поделиться своими методическими материалами.

**Д:** Глядя на старших коллег, мне кажется, что людям одной специальности легче, потому что они разговаривают на одном языке. Начинать свою карьеру мне не так сложно, как могло бы быть, ведь рядом всегда есть человек, с которым можно поделиться своими переживаниями. У нас схожие трудности, и решать их вместе намного удобнее.

**- Влияет ли ваш семейный статус, общая фамилия, на восприятие вас студентами?**

**К:** Когда мы появились в расписании под одной фамилией, я переживала из-за этого. Никто из студентов не знал о наших отношениях, и когда я начала вести занятия, ко мне подошла студентка и спросила: «В расписании Дивеев стоит, он Ваш папа?». Мне было так смешно и неловко. Я не ожидала, что будет такой вопрос, и засмузилась. Даже, наверное, хорошо, что мы можем такие шутки подержать, отразить.

**Д:** Вначале Карина боялась, что будет неловко. Мы ведь особо не афишировали наши отношения, рядом с университетом переставали держаться за ручки. Первые полгода были шуточки пару раз, но если на

это не реагируешь, то студенты не продолжают их.

**- Как Вы решились подать свою кандидатуру на конкурс «Студент года»?**

**К:** Я сказала Даниле, что он заканчивает аспирантуру, я – магистратуру, и это наш последний шанс проявить себя. Всё так сложилось, что не было других кандидатов. Звёзды сошлись, мы оказались единственными претендентами на победу в номинации «Студенческая семья года».

**Д:** Мы решили подавать заявку, потому что Карина ещё может быть студентом (поступить в аспирантуру, например), а у меня этот год последний, поэтому я уже студентом точно не буду. Отсутствие конкурентов чуть смягчило радость от победы. Но я и моя жена всё равно счастливы, что награда досталась именно нам.

**- Могли бы Вы дать несколько советов студентам, которые тоже собираются вступить в семейную жизнь?**

**К:** Совет, который я бы дала: научиться слушать и слышать другого человека. Если я вижу, что Данила расстроен чем-то или злится, то пытаюсь выслушать, успокоить его. Мы с ним обсуждаем многие проблемы, потому что важно проговаривать с партнёром всё, что беспокоит. Главное – не замыкаться в себе.

**Д:** В начале отношений всегда есть ощущение, что всё чудесно, но это быстро может измениться. Поэтому есть два варианта: постоянно работать над отношениями и совершенствоваться, либо пытаться найти именно своего человека. Если искать, то обязательно найдётся тот самый человек, с которым всё удастся. Главное – не терять надежду и веру.



АВТОР: АНАСТАСИЯ ЛЕБЕДЕВА



Экспедиция

## НАУЧИТЬ ПОНИМАТЬ РОССИЮ

С 2015 года в России работает Международная волонтерская программа «Послы русского языка в мире», инициированная Государственным институтом русского языка им. А.С. Пушкина. Её цель – популяризация русского языка, культуры и литературы в России и за рубежом, а также развитие и укрепление партнёрских связей межвузовского и международного характера, пропаганда культурных ценностей и организация диалога культур.

Программа предусматривает возможности для стажировок студентов и аспирантов в формате образовательно-просветительских экспедиций в России и за рубежом. Перед направлением в образовательно-просветительские экспедиции волонтеры проходят серьёзный конкурсный отбор и основательную подготовку.

Участники программы проводят занятия по русскому языку в увлекательной интерактивной форме, знакомя детей из России и зарубежья с культурой и историей нашей страны через музыку, живопись, фольклор и танцы.

Магистрант, преподаватель кафедры стилистики и риторики, участница Лингвоперсоналогической школы КемГУ Дарья Беляева расскажет о своём опыте участия в программе «Послы русского языка в мире», о победах, новых знаниях и воспоминаниях, которые остались после прошедшего мероприятия в Таджикистане.

**О наиболее интересных этапах программы**

Экспедиция в Таджикистан оказала очень сильное влияние на меня, хотя и была безумно сложной в моральном и физическом планах. На-



пример, подготовка могла длиться до 2-3 ночи, а в 6 часов утра нужно было вставать. Случались непредвиденные ситуации: мы приезжаем в школу, а вместо обещанных 8-11 классов приходится вести уроки в третьем, четвёртом и седьмом. Также до знакомства с детьми ты не можешь быть на сто процентов уверенным, насколько хорошо всё пойдёт. Поэтому послам необходимо уметь адаптировать один и тот же урок под разные уровни подготовки ребят.

**О коммуникации с учениками в Таджикистане**

Стоит отметить, что, во-первых, дети там очень дисциплинированные, с ними легко общаться, однако они более скромные и немного стеснительные. Нам удавалось беседовать с коллегами, но они го-

ворили обратное, что дети были шумные, громкие, и они с ребятами весело провели время. Наверное, всё зависит от людей: в любой стране есть разные классы и группы. В целом, было очень приятно работать, потому что дети отзывались на наши действия.

**О типичном уроке в школе Таджикистана**

Наши уроки были, чаще всего, образовательно-культурного характера, например «7 чудес России». Как это происходило: мы начинаем со знакомства, и ребята рисуют человечка, рассказывают про себя какой-нибудь факт. По сути, каждый должен выступить и рассказать немного о своей жизни, но нужно рассчитывать время, которое было ограничено одним уроком. Потом мы переходили к презен-



ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ ГЕРОИНИ

тации, много говорили про «Чудеса Света». Также устраивали викторины: дети знали многое о «Чудесах России». Ребята сами дополняли и показывали, что мечтали бы посетить. Мы вместе составляли список мест, куда они хотели бы поехать в первую очередь. Потом наши ученики работали в группах, составляли свой список «Чудес Таджикистана» и рассказывали про них.

**Об опыте участия в мероприятии**

Программа даёт очень многое, она

полезна, поскольку дарит знания и радость тем людям, к которым ты приезжаешь. Пробыв неделю в экспедиции, я получила колоссальный опыт в разных направлениях, но, думаю, что это отличная возможность именно для студентов, людей открытых, молодых, у которых ещё нет какого-то расписания и графика на каждый день. Для меня это оказалось классной сменой обстановки и деятельности. Ты откладываешь свои дела и погружаешься в абсолютно другой мир, и в этом есть как свои плюсы, так и минусы.



АВТОР: НИКИТА СЛАВНИКОВ



Диалог поколений

# ВЗГЛЯД В БУДУЩЕЕ

**Ключ к успеху в будущем – это определение задач и построение путей их реализации в настоящем. Председатель Совета ветеранов Александр Сухих рассказал нашему редактору Марии Дробахиной о планах ветеранской организации КемГУ на год.**

**О важном**

В 2023 году нам удалось достичь всех поставленных задач, они же остаются первоочередными и в 2024-м. В основном, это освещение деятельности ветеранской организации, сотрудничество со студенческими объединениями университета, организация участия в спортивных мероприятиях и многое другое. Из нового: в Год семьи мы будем поздравлять супружеские пары, прожившие вместе 50 и 60 лет.

В конце марта пройдёт встреча, на которой подведём итоги деятельности организации

и выберем новый состав Совета ветеранов КемГУ, определим делегатов на отчётно-выборную конференцию профкома.

Продолжим сотрудничество с Советом ветеранов Центрального района г. Кемерово. Там проводятся различные семинары, на которых приглашённые спикеры рассказывают о льготах, пенсиях, санаторном лечении. Я сам тоже часто выступаю по вопросам психологического здоровья. Также организуются курсы по повышению цифровой грамотности: недавно сертификат пользователя компьютерной техникой получила наш ветеран Вера Бабенко.

**О сотрудничестве со студентами**

Мы открыты к сотрудничеству со студентами. На различных встречах студенты могут узнать больше о развитии вуза, начиная с первых лет его существования. Также в этом

году гражданско-патриотическое воспитание продолжает оставаться одним из главных векторов общественной службы активистов ветеранской организации. Например, на прошедших лекциях историк Людмила Решетникова рассказывала о подвиге советских солдат в Сталинградской битве. О других военных событиях и выдающихся людях ветераны смогут рассказать на встречах со студентами и школьниками.

**О двадцатилетии вокально-инструментального ансамбля «С песней по жизни!»**

Организатор ансамбля Валентина Знаменская и художественный руководитель Александр Чумара разработали ряд мероприятий, посвящённых юбилею: обновление репертуара, участие в конкурсах, выступления в лицеях, гимназиях и центрах соцзащиты. Участ-

ники ансамбля готовят презентацию о своей творческой деятельности за 20 лет. Она будет исполнена при выступлениях в концертных залах. В настоящее время идёт подготовка к фестивалю «Семья – главная ячейка общества».

**О присутствии ветеранской организации в медиапространстве**

Я считаю важным заявлять о своих достижениях, поэтому мы собираемся активно использовать различные средства информации. Планируем начать взаимодействие с ветеранскими организациями других вузов. Возьмёмся за создание юбилейного фотоальбома ансамбля «С песней по жизни!», подготовку и выпуск брошюр, буклетов, ветеранской газеты «Вестник». Также продолжим сотрудничество с пресс-службой университета.

Практика

# ПОД ОТКРЫТЫМ НЕБОМ



ФОТО: АРХИВ ГЕОГЕОГРАФОВ

**В добыче полезных ископаемых, градостроительстве, исследовании почв и сохранении ландшафта труд геологов и географов играет значимую роль. В КемГУ учатся студенты, которые в ближайшее время станут специалистами в этих сферах. Мы узнали, чем запомнилась практика студентов направлений «География» и «Геология».**

Будущие профессионалы проходят практику уже с первого курса. Два года летом студентов ждёт выезд в поле, где они получают начальные компетенции.

**Юлия Носкова, направление «География», 2 курс:**

Летние каникулы начались с поездки в село Берёзово, где на территории туристической базы «КемВод» и проходила моя полевая практика. В первую очередь такие «выезды на природу» нужны, чтобы научиться применять те знания, которые мы в течение двух семестров получали на парах. Для этого мы группой выходили в поле, чертили план-схему участка, повторяли названия цветов. Но интереснее всего было собирать данные: мы спускались к реке, замеряли температуру воды, скорость ветра и прочее, после чего собирали информацию в таблицу и анализировали погоду. Благодаря совместному выполнению заданий наша группа стала сплочённой.

**Анжела Готина, направление «Геология», 3 курс:**

Практика у нас была выездная и на первом, и на втором курсе мы выезжали в Горную Шорию. Наша группа исследовала окрестности посёлка Мундыбаш, хотя сам лагерь располагался в посёлке Осман. Мы изучали выходы на поверхность горных пород, рисовали их схемы, отбирали их образцы для дальнейшего изучения, вели полевую дневник, куда вносили данные. В навигаторе фиксировали точки сбора образцов и своё местоположение, потом вносили это на карту и в специальной программе рассчитывали пройденный маршрут. Практика стала прекрасной возможностью закрепить теоретические знания.

**Герман Федосюк, направление «Геология», 3 курс:**

Мы проходили полевую практику в районе посёлков Осман и Мундыбаш. Изучали составление маршрутов, методики ведения геолого-съёмочных работ и опробования – способа выявления качества полезного ископаемого. После полевого этапа перешли к описанию отобранных образцов и составлению геологических карт.

О практике у меня остались самые тёплые воспоминания. Было интересно погрузиться в деятельность по специальности, получить уйму новых знаний и навыков. Были и очень долгие, длинные маршруты под палящим солнцем, и подьёмы в ливень по грязи, и трудные задания после маршрутов, над которыми мы ломали голову всей группой.

Помимо нелёгкой, но увлекательной полевой практики, студенты проходят и производственную. Это работа на предприятии, где они могут приобрести профессиональный опыт и проявить себя в проектировании, анализе готовых данных, мониторинге среды.

**Ксения Румянцева, направление «Геология», 4 курс:**

Я проходила практику в ООО «НПО Эконедра». Организация занимается гидрогеологией, а конкретно – лицензированием скважин, составлением отчётов о запасах подземных вод, составлением проектов зон санитарной охраны и планированием геологоразведочных работ. Практика открыла для меня новые возможности: я смогла поработать в тех программах, на которых в университете работать не научат. Самым увлекательным во время практики стала обработка результатов анализа подземных вод. Нам прислали протоколы по исследованию воды с данными о химическом составе, микробиологии, радиологии, которые не были структурированы. Их пришлось очень долго группировать по каждой скважине, чтобы представить в виде таблицы. Это нужно для отчёта о запасах подземных вод на участке.

Работа на предприятии так сильно меня покорила, что после летней практики я трудоустроилась в «Эконедра» гидрогеологом третьего разряда.

**Елизавета Печёркина, направление «Геология», 4 курс:**

Проходила практику в ООО СП «Барзасское товарищество», на угольном разрезе. Впечатления остались только положительные: наяву испытать то, чем будешь заниматься в будущем, очень мотивирует. Я выезжала на разрез, где отбирала пробы угля для отправки на фабрику. Делать это нужно с разных пачек, то есть чистых пластов угля, и прослоев, где уголь чередуется с горной породой. Также в мои обязанности входило отслеживание состояния разреза, чтобы избежать геологических и технических нарушений. Особенно интересным было проектировать 3D модель разреза и смотреть, какие параметры изменились, для понимания, где и как добыт уголь.

Студенты реализуют себя не только как исследователи и работники на предприятиях, но и как преподаватели. Они помогают составлять графики, структурировать новую информацию, запоминать ранее не знакомые термины.

**Андрей Шевелев, направление «География», 2 курс магистратуры:**

Свою последнюю практику я про-

ходил в университете на кафедре геологии и географии в качестве преподавателя-ассистента по дисциплине «Физическая география материков и океанов» у второго курса направления «География». На парах мы повторяли особенности Мирового океана и его характеристики, составляли и анализировали диаграммы площади, объёма воды, средней глубины, повторяли строение и рельеф дна, заполняли контурные карты.

Было приятно возвращаться к знакомому коллективу и проводить занятия у этой группы, ведь нам повезло познакомиться на их первой полевой практике, когда я стал вожаком. Всего было девятнадцать человек, и в течение двух недель мы ходили в поле, проводили исследования, по утрам делали зарядку, а вечером бегали с навигаторами и рациями в поисках тайников, участвовали в спортивных играх и многое другое. Отмечу, что студенты справились с испытаниями практики и доказали, что являются настоящими географами. В каждом из них есть доброта, любовь к своему делу, каждый индивидуален и интересен, а вместе они готовы свернуть горы!



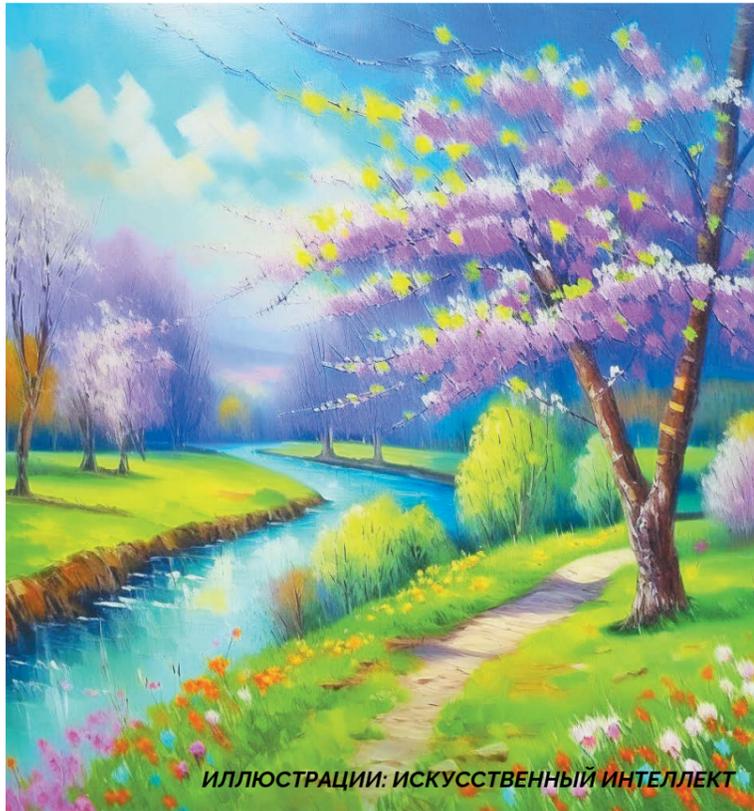
**АВТОР: МАРИЯ ДРОБАХИНА**



## Почитаем

# ДВА МГНОВЕНИЯ ВЕСНЫ

Весна врывается в город внезапно, и спастись от неё невозможно. Будьте осторожны с этой капризной дамой, она любит разжигать в сердцах пламя. А чтобы справиться с огнём чувств, эмоций и страстей иногда достаточно взять в руки правильную книгу.



ИЛЛЮСТРАЦИИ: ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

## «Весенний август» Петра Киле

Как приятно порой путешествовать в старом трясущемся вагоне в компании случайных людей и слушать романы их жизней, рассказанные без прикрас.

Почувствовать атмосферу «вагонной беседы» можно и не выходя из дома. «Весенний август» – это сборник повестей о разных героях, где каждая – лишь часть древа истории жизни мальчика из нанайского посёлка с берегов Амура.

В этом сборнике нет описания непростого пути страдающих персонажей, их тяжёлой доли, вездесущей несправедливости, но есть рассказ о жизнях обычных людей. Их судьбы, мелкие переживания, их вчера и сегодня – вот то, что вдохновляло Петра Киле на создание произведения с атмосферой случайной встречи.

Писатель не гнался за изысканными образами, которые придадут повествованию элегантность, поэтому придирчивый читатель может даже укорить автора за простой слог произведения. Однако именно этот язык и делает «Весенний август» книгой, к которой возвращаешься как к старому попутчику, чтобы вновь услышать знакомые истории.

## «Весна с отколотым углом» Марио Бенедетти

Что такое родина для маленькой девочки, которая живёт в чужой стране и знает о ней лишь из писем отца?

Что значит для старого челове-



ка ждать из тюрьмы единственного сына и знать, что остаток его жизни пройдёт в горестях?

Что значит для молодого человека полюбить жену друга, когда он, его близкий друг, далеко, и живёт только ради любимой женщины и маленькой дочери?

Что значит для заключённого, истязаемого и отвергнутого, жёлтые осенние листья, залетевшие в камеру через решётку?

Что значит «весна с отколотым углом»?

Невероятно чувственная, насыщенная событиями южноамериканская литература будто нарочно создаётся, чтобы взбудоражить душу, и «Весна с отколотым углом» тому пример. В этой книге найдётся всё: любовь и разлука, приключения и размышления, преступления и наказания, разочарование и надежда.



АВТОР: СВЕТЛАНА БОЛДЫРЕВА



## Исследование

# КУПИТЬ, НЕЛЬЗЯ ЧИТАТЬ ОНЛАЙН



ФОТО: ЕГОР МОРОЗОВ

По мнению учёных, чтобы полностью понять текст, нужно читать печатные книги. Электронные не улучшают способность понимания текста, а даже наоборот – могут её ухудшить! С ними согласны миллионы людей во всём мире, которые празднуют Международный день дарения книги.

На первый взгляд, в эпоху цифровизации электронная книга кажется предпочтительнее печатной. За год количество пользователей сервисов электронных библиотек среди кузбассовцев увеличилось на 7%, а в январе 2024 года – на 36% в сравнении с аналогичным периодом прошлого года. Это можно понять: электронная книга в два-три раза дешевле печатной, у каждого есть смартфон, большинство электронных ридеров компактные, мало весят, поддерживают видео- и аудиоформаты. В них также можно регулировать шрифт, делать заметки. Существуют, конечно, и недостатки: электронный ридер и смартфон требуют постоянной зарядки и не гарантируют защиту глаз от утомления. Долгое время эти проблемы не мешали цифровому формату уверенно вытеснять печатного предшественника из нашей жизни, но тренды переменчивы.

Недавнее исследование Лидии Альтамура, Кристины Варгас и Ладислао Сальмеро, опубликованное в журнале «Review of Educational Research», показало, что чтение печатных книг улучшает способность

детей понимать текст, а с электронных устройств, напротив, со временем ухудшает остроту восприятия. И это только при чтении Википедии! Аналогично, чтение образовательных сайтов не так полезно, как печатных справочников и методических пособий.

Несмотря на окружающую нас цифровую действительность, печатные книги всё же незаменимы, когда важно запомнить и понять значительные объёмы текста. Они нужны школьникам и студентам для учёбы, в особенности во время подготовки к сдаче ОГЭ, ЕГЭ и сессий. Работники библиотеки КемГУ подтвердили эту необходимость: студенты приходят за печатными экземплярами учебных пособий, а их, зачастую, не хватает для всех желающих – электронный формат уже успел потеснить традиционную книгу. Но и здесь заметен сдвиг: последние два-три года на федеральном и региональном уровнях выделяются деньги для комплектования библиотек.

Напечатанный на бумаге текст легче усваивается и запоминается по ряду факторов. Психологи связывают это с существованием некоего ритуала: мы создаём благоприятную атмосферу, погружаясь для чтения в уютное кресло в любимой комнате. Нам нравится тактильный контакт с книгой: мы любим листать страницы, видеть их прочитанное количество и гордиться этим, ощущать размер и даже запах. Особенно эти склонно-

сти заметны в среде библиофилов и так называемых библиофагов – «пожирателей книг».

Несмотря на все старания производителей электронных читалок, полноценной альтернативы печатным книгам пока нет. И в обозримом будущем вряд ли их что-то заменит. Книга создана человеком, она живёт и трансформируется уже не одно тысячелетие. Сегодня происходит ровно то же самое, только при несравнимо больших технологических возможностях. Мы уже видим, что печатная книга является культурным ядром, вокруг которого нарастают новые коммуникативные слои: кино, сериалы, мультимедиа, радио, журналы, компьютерные игры и так далее.

Конечно, по мнению исследователей, будут развиваться новые форматы книг. Печатная книга вчера – это текст плюс иллюстрации. Печатная книга завтра, по мнению издателей, – это гибридное издание, где произойдёт слияние текста, гипертекста и цифрового ареала. Чтение такой книги станет фактически театральной постановкой. Размещённые в издании QR-коды дополняют и расширяют исходный текст: будет звучать музыка, появятся образы виртуальной реальности, в которых возможны тактильные ощущения, передача ароматов и резких запахов. Печатная книга будет стволем дерева, корни которого ушли в смысловое поле, а ветви проросли в цифровое.

Но пока мы не попали в столь ин-

тересное цифровое будущее, необходимо решать насущные проблемы настоящего. На днях наш преподаватель по риторике попросил ответить на вопрос:

– Что произошло с нашим питанием в последние годы?

– Оно превратилось в фастфуд! – дружно воскликнула в ответ аудитория.

– А что делают информационные технологии и социальные сети сегодня? – продолжал он. И сам тут же ответил на свой вопрос:

– Они кормят нас огромным количеством медиафастфуда!

Речь тогда шла о клиповом мышлении и о том, что цифровые медиа заставляют наш мозг работать в режиме сканирования и быстрого реагирования, а чтение длинного печатного текста переключает его совсем в иной режим. Какой? И тут многие стали вспоминать: кому-то книгу читала мама или бабушка, кто-то сам начинал читать и тут же засыпал, кому-то на улице вдруг захотелось найти «исходник» его любимый игры, он зашёл в книжный магазин и вышел оттуда только через час. Самые продвинутые сообщили, что они «подсели» на книжных блогеров,

которые создали свои площадки для обсуждения книг в социальных сетях и сформировали литературное комьюнити. На самом деле, это один из самых успешных просветительских проектов русскоязычного интернета. Его лидеры снимают ролики, выпускают подкасты и решают проблему, с которой система школьного образования пока справляется плохо – борются с «нечитунками» и задают тренд на чтение. Один из самых заметных и крупных книжных блогеров на YouTube – Энтони Юлай (Антон Ульянов). На его канал подписаны более 1 миллиона человек, а самое популярное видео набрало около 5 миллионов просмотров.

Так что будем считать, что электронные книги дополняют печатные. Однозначного ответа на вопрос, какие всё-таки лучше, не существует. Я предлагаю всегда читать это предложение как «Купить, нельзя читать онлайн». А в Международный день книгодарения – подарить книгу другу. Это, по-прежнему, лучший подарок. Девиз этого праздника в нашей стране: «Дарите книгу с любовью!». Она достойна нашей благодарности!



АВТОР: ЕКАТЕРИНА БОГДАНОВА



Литературный разбор

# СОН В ТЫСЯЧУ ЛЕТ



**В очередном выпуске «Литературного разбора» рассказываем о героическом фэнтези Елены Кондрацкой «Сон в тысячу лет». Дебютировала писательница совсем недавно, в 2022 году, однако уже сейчас выпустила трилогию о завораживающей атмосфере мифологической Японии. Речь в тексте пойдёт о первой книге в серии.**

Главная героиня Мико в поисках пропавшей сестры попадает в мрачное место – рёкан, который находится на границе между мирами: землями смертных и обителью ёкаев – духов-оборотней из японской мифологии. Девушка становится работницей гостевого дома и начинает расследование, попутно стараясь не оказаться в желудке у кого-то из гостей. В процессе повествования ей придётся столкнуться со множеством испытаний: встреча с паукообразным демоном Цутигумо и битва с ним, путешествие в деревню Кадзин, где обитают олеми-оборотни, и смерть того, кто стал ей очень близок. Мико сталкивается как с внешними, так и с внутренними конфликтами.

Стоит отметить троп сильной главной героини, который сейчас набирает популярность в литературе. Трагедия, случившаяся в далёком детстве, навсегда отпечаталась уродливым шрамом на лице девушки и осталась неясными воспоминаниями в голове, сделав из неё «нежеланный товар». Неспособная

выйти замуж и принести почёт родителям, она становится обузой для семьи, из-за чего вынуждена учиться защищать себя сама. Даже если это значит сломить себя духовно и физически и слепить то, чем она стать никогда не желала.

Натуралистичные описания взаимоотношений между героями впечатляют, хоть и оставляют осадок недосказанности. Так, между сёстрами происходят конфликты, они постоянно ругаются и дерутся. Но даже это не останавливает Мико, когда она, рискуя жизнью, отправляется на поиски похищенной Хотару.

К людям и «нелюдям», появившимся в её жизни, главная героиня относится по-разному: с духом-журвалём Акирой общается с неловкостью и благоговением, а вот с его слугой ёкаем-вороном обращается грубо, показывает истинный характер. Елене Кондрацкой удалось мастерски передать чувства Мико: в какой-то момент ловишь себя на мысли, что постепенно «срастаешься» с героиней, вместе переживаешь взлёты и падения.

Писательница славится своими неожиданными сюжетными поворотами, которых и в этой книге до-

статочно много. С читателем словно играют в прятки, заставляют его задуматься и самому искать разгадку. Правильный ответ при этом постоянно ускользает, оставляя ни с чем не только читателей, но и главных героев.

Стоит отметить и подробную проработку мира, которую создаёт Елена Кондрацкая в своих книгах. Она уделяет им большое внимание, обосновывает события и поступки героев особенностями и законами своего мира. Незаметно начинаешь верить, что когда-то действительно существовала загадочная Хиношима, наполненная необычными потусторонними существами и опасностями.

Подробный мир, захватывающий сюжет и интересные, живые герои вовлекают в повествование и дарят яркие эмоции. История получилась многослойная: несмотря на обилие аутентичных деталей и мифологических персонажей, сюжет и его изложение детально проработаны. Без углубления в тонкости японской мифологии «Сон в тысячу лет» читается легко и без вопросов.



**АВТОР: МАРИЯ ЦЫМБАЛЮК**



Смотрим вместе

# Я – ЧАСТЬ ТОЙ СИЛЫ...

Российский кинематограф продолжает активно взаимодействовать с отечественной классикой. На больших экранах уже вышли фильмы по мотивам известных мультфильмов и романов, а в ближайшее время ожидаются кинокартины о жизни именитых писателей и поэтов нашей страны. Ранее на экраны вышла неоднозначная кинокартина «Мастер и Маргарита», основой для которой послужил одноимённый роман Михаила Булгакова. Разбираемся, что из себя представляет «Мастер и Маргарита» 2024 года.

Необходимо сразу отметить, что по задумке режиссёра Михаила Локшина картина не является экранизацией романа. Это отдельное произведение, в основу которого лёг оригинальный сюжет. Именно поэтому некоторые моменты фильма не совпадают с первоисточником, выглядят иначе из-за индивидуального режиссёрского прочтения.

В роли Мастера и Маргариты снялись Евгений Цыганов и Юлия Снигирь, ранее знакомые зрителю по многим другим картинам российского кино, таким как «Битва за Севастополь» и «Шалапин». Оба отлично справились со своей ролью: химия между актёрами ощущалась очень ярко. Показывалось, как постепенно, встреча за встречей, герои узнавали больше друг о друге, учились видеть



достоинства и принимать недостатки. Пока Мастер писал роман и читал его Маргарите, она была единственным слушателем. Красивый тандем, не так ли? По отдельности актёры не менее хороши: Евгений отлично передал душевное состояние Мастера, как он разрушался и возрождался, испытывая взлёты и падения. Юлия, невероятной красоты девушка, покорила сердца зрителей не только своей внешностью, но и тем, как чётко попала в роль Маргариты. Сильная, независимая, не боящаяся боли и ответственности женщина, готовая на всё ради своего мужчины.

На роль Воланда был приглашён немецкий актёр Аугуст Диль, наиболее известный по фильму Квентина Тарантино «Бесславные ублюдки». Именно его фигура стала самой обсуждаемой в интернете: одни говорят, что он прекрасно справился с ролью, другие же сравнивают его игру с привычным для российского зрителя Олегом Басиллашвили из экранизации 2005 года. В исполнении Дила Воланд – хитрый мужчина, познавший людскую суть за многие годы своего существования. Он умный, саркастичный и изворот-

ливый. Как настоящий Сатана он упивается тем, что творит, вместе с этим разоблачая человеческие грехи. Аугуст Диль словно открыл нам нового, не менее интересного и фактурного персонажа. Такой Воланд – колоритный герой со смесью ума, харизмы и холодной мудрости, вызывающей мурашки по коже.

Заявленный хронометраж фильма – целых 3 часа. Все самые значимые события, прописанные в романе Булгакова, были показаны: смерть Берлиоза на трамвайной линии, сцена в театре, разгром квартиры критика Латунского Маргаритой, и, конечно же, самый ожидаемый бал Сатаны. Атмосфера и антураж картины создаются за счёт цветокоррекции, которая постоянно меняется в зависимости от того, кто находится в кадре. Мастера и Маргариту чаще всего показывают в тёплых желтоватых тонах. Появление Воланда знаменуется мрачными и неяркими оттенками. Прделана колоссальная работа со спецэффектами и декорациями, которые идеально вписываются в общую картину и не выглядят как плохая 3D анимация.

Отдельные моменты и диалоги в

фильме были сжаты или вовсе вырезаны, чтобы сделать акцент на главной сюжетной линии. В первый час будет возникать много вопросов без ответов. Зритель увидит двух Мастеров в психиатрической больнице, история поэта Бездомного будет перекликаться с тем, что есть в романе Мастера. По режиссёрской задумке фильм получился с концепцией «роман в романе». Наш главный герой пишет историю о Понтии Пилате, которая, кстати, тоже появляется в фильме, но лишь отдельными сценами. Для человека, который не читал оригинальное произведение, и во всё будет не понятно, для чего эти моменты появляются в кинокартине. Помимо этого, Мастер пишет роман про самого себя, как бы выступая в роли Михаила Булгакова. Именно здесь появляется Воланд, фантастические элементы и всё то, что в ори-

гинальной книге предстаёт как реальность. В фильме же это было лишь выдумкой Мастера, перенесённой в рукопись. По сути мы имеем 3 сюжетные линии: обычная жизнь главных героев, романная жизнь этих же героев и Воланда, и история Понтия Пилата, появляющаяся периодически то в одной, то в другой реальности.

У тех, кто уже посмотрел фильм, много теорий и догадок о том, а существовал ли Воланд на самом деле? Некоторые предполагают, что всё было правдой, ведь Мастер писал только то, что знал или видел. Другие ссылаются на то, что герой сошёл с ума, и весь его роман – выдумки. Мы, как зрители, не узнаем, что же всё-таки хотел сказать режиссёр кинокартины. Он лишь дал нам почву для размышлений, однако каждый решит для себя сам, какие надо сделать выводы.



**АВТОР: УЛЬЯНА УВАРОВА**



**О весенних кинопремьерах читайте в сообществе «Статуса-ВО!» в ВК**

# УСЫ, ЛАПЫ И ХВОСТ

Кошки сопровождают человека с древних времён. Они оставили свой след в разных сферах его жизни: культуре, искусстве, науке. Как раньше, так и сейчас хозяева кошек должны знать об их особенностях, разбираться, где правда, а где вымысел.

Хитрые и изворотливые, но мягкие и ласковые, кошки испокон веков жили среди людей и были окружены множеством мифов, тайн и легенд. В славянском фольклоре присутствовал грозный Кот Баюн – традиционный герой русских сказок. Имя его означает «говорун», «рассказчик», что описывает и особенность героя. Однако этот кот – отнюдь не добрый сказочник. Местом обитания его, по обычаю, становился безжизненный лес, где нет ни птиц, ни зверей. Встреча с Баюном грозила человеку смертью – обладая чарующим голосом, он усыплял песнями путников, после чего разрывал их железными когтями. Но шли на встречу с ним сказочные герои не зря: изловив столь опасного зверя, они получали спасение от всех болезней.

Но это легенды, в 21 веке жизнь и повадки кошачьих по-прежнему овеяны разными тайнами. Развенчиваем некоторые мифы вместе с кандидатом биологических наук, заведующей кафедрой ветеринарии КемГУ Оксаной Смолковской.

## Кошкам можно пить молоко?

– Примерно до 12-ой недели жизни в организме животного вырабатывается лактаза – фермент, который участвует в расщеплении лактозы. У взрослых котят и кошек выработка лактазы либо сильно замедляется, либо прекращается вовсе, и организм перестаёт усваивать молоко. На медицинском языке это явление называется гиполактазией. Давая коровье моло-

ко кошке с гиполактазией, хозяин подвергает пищеварительную систему питомца лишнему риску. Кроме того, в 100 граммах молока может содержаться до 64 ккал. Для малоподвижного животного такая «диета» может обернуться проблемами с лишним весом. Справедливости ради стоит отметить: молоко нельзя давать далеко не всем кошкам. Некоторые хвостатые с удовольствием лакомятся им и не испытывают проблем ни с пищеварением, ни с лишними килограммами. Всё зависит от способности организма расщеплять лактозу.

## Кошку можно подкармливать со стола?

– Ветеринарные врачи категорически не рекомендуют кормить кошек со стола. Многие хозяева домашних животных и не догадываются, что продукты, которые они едят, могут представлять серьёзную опасность для здоровья животных. При приготовлении пищи человек использует масла, соусы, специи, которые могут неблагоприятно отразиться на работе желудочно-кишечного тракта животных. Консервированные продукты способны вызвать отравления и аллергии. Не стоит полагаться на то, что кошка несколько раз уже пробовала «запретный плод» и всё обошлось без осложнений: аллергики имеют свойство накапливаться.

## Кошки не поддаются дрессировке?

– Кошки тяжело ей поддаются. Важно помнить, что они не склонны к следованию командам так, как собаки, из-за независимого характера. Кошки также не всегда видят смысл в выполнении приказов хозяина. Они могут предпочесть отдохнуть или поиграть, если не в настроении или им не



ФОТО: ИНТЕРНЕТ

нравится метод дрессировки. И, в конце концов, кошки развиваются медленнее, чем собаки, что может привести к меньшей восприимчивости к командам. Однако с терпением и правильным подходом можно научить кошку некоторым базовым командам.

## Кошки всегда приземляются на лапы?

– У кошек есть встроенная си-

стема балансировки, называемая рефлексом выпрямления, которая позволяет им сориентироваться и приземлиться на подушечки лап. Первые рефлекс проявляется у ко-

тят в возрасте 3 недель, а к 7 неделям полностью формируется. Однако высота падения может повлиять на то, будет ли приземление удачным.

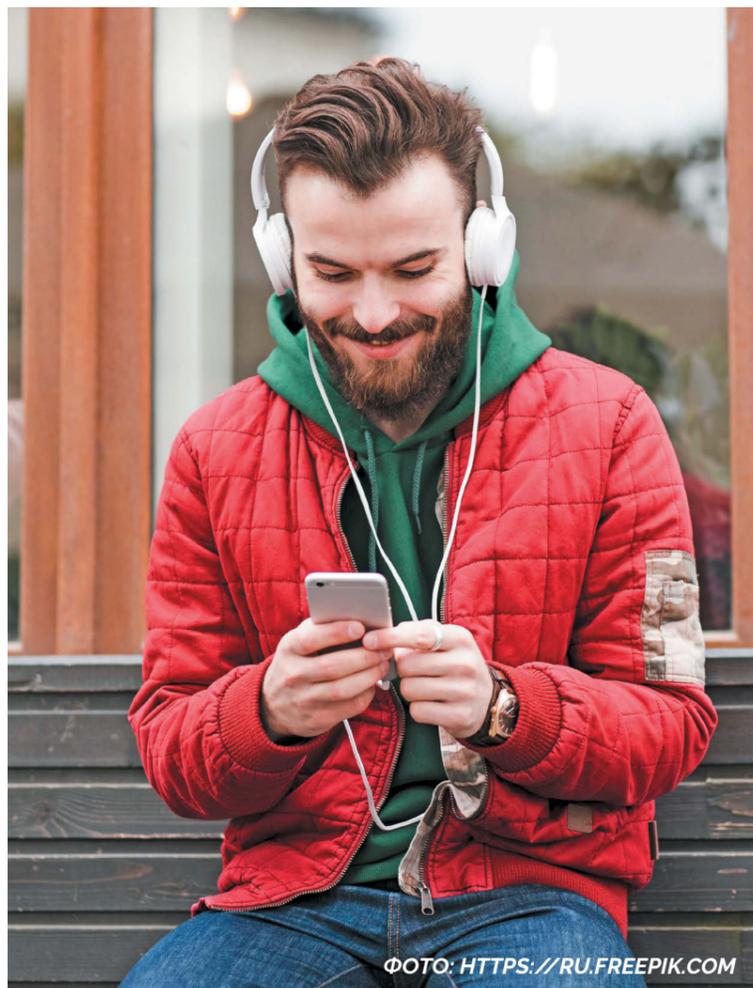


АВТОР: АНАСТАСИЯ БЕЛОУСОВА



## Мнение

# ЛЕЧЕБНАЯ СИЛА МУЗЫКИ

ФОТО: [HTTPS://RU.FREEPIK.COM](https://ru.freepik.com)

**Музыка имеет целительное воздействие. С её помощью врачи помогают пациентам преодолеть эмоциональные трудности и быстрее справиться с последствиями различных болезней. В любой ситуации музыкотерапия оказывает только положительное влияние на человека, становясь дополнительным средством, никоим образом не заменяющим основное лечение. Она действует как катализатор, способствуя ускорению процесса выздоровления.**

История метода лечения с помощью музыки насчитывает многие века, она существует столько же, сколько и сама музыка. Уже во времена древнего Израиля описывается история, когда игра на гуслях Давида помогла избавиться израильского царя Саула от злого духа. Пифагор, один из главных философов Древней Греции, описывал в своих трудах целебные свойства музыки, рассматривая её как средство для борьбы с разными моральными упадками: от уныния до гнева и алчности.

В более современном виде музыкотерапия начала развиваться после Первой и Второй мировых войн. Музыка помогала восстанавливать солдат после стрессовых ситуаций, а также избавлять их от различных недугов, включая посттравматический стресс. В 1950 году в Америке появилась первая ассоциация музыкотерапии.

А как обстоят дела с музыкотерапией в России? Основное развитие этой терапии приходится на начало 20 века, когда по инициативе В.М. Бехтерева, известного русского

психиатра и основоположника музыкальной терапии в России, был создан комитет по исследованию музыкально-терапевтических эффектов в 1913 году. Однако в отличие от Америки или Швеции, где есть свои школы и собственные методы музыкотерапии, в Советском Союзе не удалось институционализировать этот метод лечения.

Что лечит музыка? Ответ на этот вопрос можно найти в мнениях экспертов, опубликованных в научных источниках и средствах массовой информации. Многие специалисты соглашались во мнении, что музыка способна уменьшить боль. Хирург клиники факультетской хирургии имени Бурденко Сеченовского Дмитрий Вычужанин отмечает, что музыкотерапия улучшает психоэмоциональный фон пациентов, несмотря на отсутствие убедительных доказательств её действия как анальгетика. Люди, получающие музыкальное воздействие, меньше обращают внимание на боль и чувствуют себя лучше. Это особенно эффективно в хосписах и паллиативных отделениях.

Ритм и мелодия помогают пережить стресс. Клинический психолог Олеся Толстухина считает, что первым ритмом, который воспринимает человек, является ритм биения материнского сердца. Ритм и мелодия автоматически ассоциируются с успокоением и

стабилизацией работы вегетативной нервной системы. Воздействие цветов также играет роль: красный цвет возбуждает, а синий расслабляет. Исследования показывают, что арт- и музыкальная терапия эффективны для лечения неврозов и реабилитации пациентов с тяжёлыми психическими заболеваниями.

Музыка способна повысить производительность и улучшить сон. Исследования показали, что музыкальное сопровождение может затруднить выполнение сложных задач, но заметно увеличивает продуктивность при рутинной работе. Классическая музыка также улучшает работу мозга. Кроме того, классическая музыка и так называемый белый шум, представляющий собой природные звуки, например, шум дождя или шорох листьев, могут помочь при бессоннице и способствуют расслаблению.

Таким образом, музыка обладает уникальной способностью оказывать благотворное воздействие на человека. Она уменьшает боль, помогает пережить стресс, обеспечивает работоспособность и улучшает сон. В наше время музыкотерапия широко признаётся и используется в различных областях медицины и психологии.



АВТОР: НИКИТА ЛУКИН

