

# #SEMPER\_IN\_MOTU

**Психолог в ИГЭУ**  
*Все о практике*

**ДОБЛЕСТЬ И ЧЕСТЬ**  
**Спорт и юмор**

*И снова бал, и снова танцы...*



# Сколько балов по шкале Рихтера?

*Очень вредно не ходить на бал, когда ты этого заслуживаешь. Так и заболеть можно.*

*(из сказки «Золушка»)*



Какую бы эпоху вы выбрали, если бы у вас была возможность отправиться в путешествие на машине времени? Наверное, на этот вопрос каждый ответит по-своему. Одних привлекает раннее средневековье – великое переселение народов, принятие христианства варварскими племенами, образование многих государств, в том числе Древней Руси. Другим по нраву Серебряный век – период революций и гражданских войн, третьим – Древний Египет с его архитектурными формами, практической медициной и основами математики, а четвертые отдали бы все, чтобы оказаться на балу у императрицы Екатерины Великой.

Ждать пока у каждого появится «карманная» машина времени – слишком долго. Поэтому, почему бы не устроить маленькое путешествие в прошлое своими силами? Конечно, вооружаться стрелами и саблями и идти завоевывать соседнее государство – слишком масштабное мероприятие. Поэтому для начала будет достаточно танцев под эгидой Бала ИГЭУ.

Мы привыкли лишь читать о балах в томиках Джейн Остин или Луизы Мэй Олкотт, быть наблюдателями на этом празднике. Но вот настала пора самим стать героями любимых романов.

Прошло мероприятие в фойе Ивановского музыкального театра. С участниками, а именно с 33 парами работали приглашённые хореографы вышеназванного театра: Владимир Владимирович и Ирина Александровна Золотухины. За два месяца репетиций ребятам предстояло выучить 9 танцев, в числе которых: полонез, менуэт, вальс

*Продолжение на стр. 3*

Начало на стр. 2

Людовика XV, шакон, алеман, мазурка, русская кадриль, полька и вальс. Также, чтобы дополнить историческую картину и взбудоражить публику, между танцами была продумана сценка с дуэлью.

Кроме практической стороны долгожданного события была продумана и эстетическая. Для погружения в атмосферу и создания необходимого антуража участникам были предоставлены бальные костюмы. У зрителей же была возможность не только наблюдать за этим танцевальным водоворотом, но и принять в нем участие. Им предлагалось разучить несколько элегантных и красивых движений, предложенных хореографами.

«Было классно то, что в интерактив вливались и дети, и взрослые, – уверен зритель Илья Кузнецов. – Порадовало, что все объяснялось очень просто, а атмосфера располагала к активности!»

Конечно, этот праздник бы не состоялся, не будь у него команды ответственных и предприимчивых организаторов. В кратчайшие сроки они провели огромную рекламную кампанию по набору участников бала, разработали дизайн афиш, пригласительных билетов, а также дипломов и благодарностей, договорились о примерке костюмов, о музыкальном сопровождении репетиций, подготовили площадку для выступлений.

«Далеко не у всех есть возможность погрузиться в атмосферу балов. Как отмечали участники, они никогда не забудут этот день» – комментирует организатор Елена Морозова.

Наряду с этим ребята занимались оформлением огромного числа документов, приказов, списков, а также освещали грядущее событие в группе, проводили голосование для зрителей и многое другое.

Голосование проходило в трех номинациях: «Лучшая пара», «Лучший образ XIX века», «Самая артистичная пара». Кроме этого, были особые призы от ректора университета, директора театра и хореографов. Одной из самых талантливых пар, по мнению профессиональных танцоров, стали Сергей Андронов (3-45) и Виктория Бухарина (3-13).

Продолжение на стр. 4



Начало на стр. 3

Виктория поделилась историей своего участия:

«Решение об участии в бале я приняла очень быстро. Эта мысль в голове у меня таилась очень давно, с тех пор как я случайно увидела группу с фотографиями бала прошлых лет. И я думала о том, как было бы прикольно возродить это в традицию, и вот благодаря ОСО это мероприятие ожило и получило второе дыхание.

Не могу сказать, что тренировки были очень изнурительными в физическом плане, потому что за плечами есть танцевальный опыт. С этой стороны трудностей я не испытывала. Но иногда было сложно собраться морально и пойти на очередную репетицию, после учебных будней,

иногда не клеился вальс с партнером, но со всеми этими мелочами мы справились и смогли проникнуться атмосферой бала. Иногда возникали мысли сойти с пути и прекратить участие, но результат того стоил и я вообще не пожалела о том, что приняла участие в этом мероприятии. На самом балу я чувствовала себя как в сказке, и даже не хотелось, чтобы это заканчивалось.

Очень надеюсь, что это мероприятие войдет в традицию, и оно будет иметь ежегодный характер, потому что в первую очередь оно воспитывает культуру. И в целом это интересно. Можно разбавить свой досуг и попробовать что-то новое».

Юлия  
Дюдькина  
4 - 29



## ПРАЗДНИК

# НОВЫЙ ГОД ШАГАЕТ ПО СТРАНЕ

До Нового года осталось несколько дней. Вне всяких сомнений, это любимый праздник страны. Это время, которое ждут все – от мала до велика. Новый год по-настоящему объединяет и сближает людей по всей России. Только у нас есть уникальная традиция встречать и отмечать Новый год по часовым поясам.

Абсолютно точно знаем, что в Ивановском энергоуниверситете можно встретить студентов со всех уголков России: от Калининграда до Камчатки. А наши выпускники успешно трудятся на ведущих предприятиях по всей стране. И где бы вы не находились в новогоднюю ночь, помните, что ИГЭУ, как одна большая, дружная семья, объединяет и греет своим теплом. С праздником, энергеты!

## ВРЕМЯ В МОСКВЕ, КОГДА В РЕГИОНАХ РОССИИ НАСТУПАЕТ НОВЫЙ ГОД



# Почему страх?

22 ноября, в России отмечался День психолога – профессиональный праздник всех специалистов, работающих в сфере психологии. С этого года и в ИГЭУ его отмечают, поскольку в вузе появилась психологическая служба. А консультацию можно получить у специалиста – Марины Валерьевны Захаровой совершенно бесплатно: – понедельник и четверг с 9:00 до 15:00, – вторник и среда с 9:00 до 13:00 (каб. С-211а).

Часто задаюсь вопросом: почему у людей возникает чувство страха при слове «психолог»? Давайте разбираться вместе. Зачастую складывается стереотипное мнение о психологе. Молодые люди уверены, что не нуждаются в какой-либо помощи, но как они ошибаются... Видно, всему свое время.



*«Проблемы разные, то есть необязательно серьезные, просто даже выговориться иногда некому. Например, уехали от родителей, считают, что родители в чем-то могут не понять, друзей еще нет, которым можно довериться, поэтому могут прийти за советом как дальше быть», – утверждает психолог.*

Что и требовалось доказать. Проблемы необязательно должны быть серьезные. Ситуации случаются разные: кому-то трудно адаптироваться в новом коллективе, кто-то приехал из другой страны, для кого-то объем получаемой информации велик, кому-то не хватает человека для душевного разговора или совета – это только малая часть причин создания в учебном заведении службы психологической поддержки.

Марина Валерьевна очень добрый человек, с ней легко найти общий язык, так как она на одной волне со студентами. За то время, которое существует психологическая служба, немало ребят воспользовалось бесплатной консультацией. Поскольку информация о клиентах конфиденциальна, то попробуем узнать, с какими проблемами приходят студенты в целом.

*«Первые 3 месяца это тревожность, – рассказывает Марина Валерьевна, – связанная с процессом адаптации. Кто склонен к тревожности, у того она и повышена. Это не какие-то клинические выраженные ситуации, просто есть момент, на который стоит, возможно, обратить внимание. Я обучаю ведению дневника в рамках когнитивно-поведенческой терапии, и чаще всего студент уже видит, из-за чего эмоции меняются, из-за чего тревожность появляется, какие мысли эта тревожность вызывает, поэтому ведение дневника достаточно универсальное.*

*Это специальная методика: эмоции, мысли, поведение – все взаимосвязано. Мысли могут влиять на поведение и, следовательно, на эмоции. Также и эмоции могут повлиять на какие-то мысли. Проскользнула и почему-то ты поступил именно так, а не иначе».*



Довольно интересный подход с ведением дневника. Интересно было бы самому попробовать. Достаточно необычно, и, по всей видимости, практично! Это доказательство того, что психологическая служба разнообразна. Тогда возникает вопрос, почему возникает страх при упоминании психологов? Наглядным образом видно, что ничего бояться не надо. Все довольно просто. Вместе со специалистом разбираешься в себе, а это очень важно! Иногда надо покопаться в собственных мыслях, чтобы не наделать лишних движений. Не будем углубляться, так как это уже совсем другая история...

**Алексей Кошечкин**  
1 - ЭЭ-3

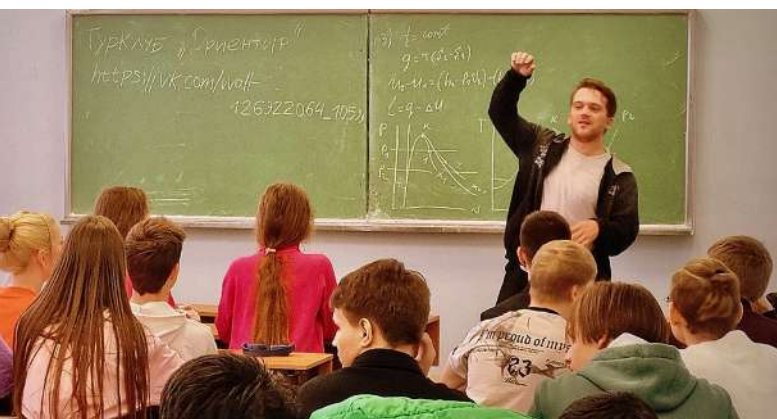


# Доблесть и честь

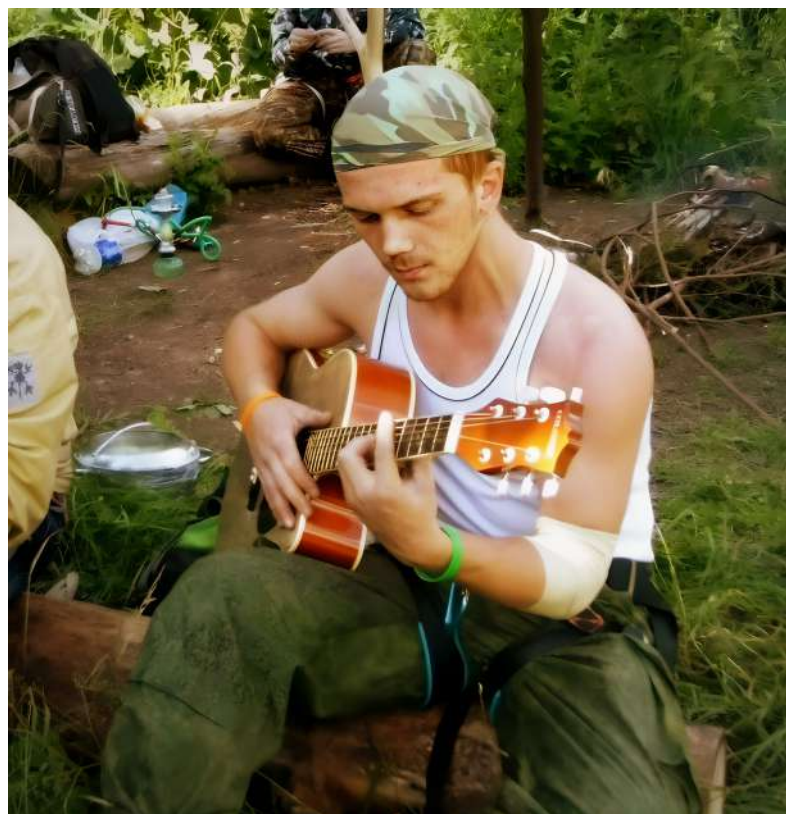
*С сентября в ИГЭУ реализуется проект «ЯГоржусьГероями», в рамках которого студентам посчастливилось встретиться с выпускником нашего университета, участником специальной военной операции Олегом Бровентьевым.*

В последнее время очень актуальной стала проблема патриотического воспитания студентов и подростков. Самой большой опасностью, которая подстерегает наше общество сегодня, является разрушение личности человека. Поэтому что искажены представления о доброте и милосердии. 10 ноября для студентов первого курса ТЭФ была организована встреча с Олегом Бровентьевым. Месяцем ранее такое же мероприятие посетили первокурсники ЭМФ.

Олег окончил ИГЭУ в 2016 году по профилю «Технология воды и топлива на ТЭС и АЭС» и за годы учебы стал одним из активистов студенческого самоуправления. Именно он является фактическим создателем студенческого туристического клуба «Ориентир», который был образован в 2014 году и существует по сей день. Часть своей встречи Олег посвятил студенческой жизни, своему опыту в организационной работе, призвал студентов активнее участвовать в общественной деятельности вуза.



Сейчас первокурсники только начинают свой путь, «примеряя» на себя разные роли. К примеру, студент группы 1-ТЭ-3 Юрий Сергеев признался, что за три осенних месяца уже принял участие в нескольких образовательных проектах, организованных ОСО и не собирается на этом останавливаться. Молодой человек отметил: *«Олег замечательный человек. Он в необычной форме, общаясь с нами как с друзьями, рассказал о том, что ждет наши группы, к чему быть готовым, и как может пойти жизнь после окончания вуза, ну и так же немного поговорили на тему СВО».*



Именно боевому участию Олега в специальной военной операции была посвящена вторая часть разговора со студентами. На фронт наш герой попал в рамках проведения частичной мобилизации осенью 2022 года. За проявленную доблесть во время наступательных действий на Угледарском направлении О.В. Бровентьев получил государственную награду – медаль Суворова. Во время рассказа особое внимание Олег уделил высокому духовно-нравственному положению в армии, особенностям фронтовой жизни. Отметил, что настрой у бойцов боевой, задачи, поставленные командованием, выполняются в большинстве успешно.



Как отмечают первокурсники, Олег Бровентьев преподносил всю информацию с частичкой юмора и старался не затрагивать «тяжелые» темы. Студенты остались под большим впечатлением от общения и с чувством легкого волнения и гордости покидали аудиторию.

Мы далеки от основных событий, над нами голубое небо и мы редко представляем, что происходит не так далеко. Поэтому такие встречи, возможность задать вопросы людям, которые действительно защищают нашу родину, особенно ценны.

**Мария Апухтина**

2 - 48



# Глазами студентов

*Зачем студенту практика? Прежде всего, это возможность получить нужный опыт по своей специальности и положительную характеристику от работодателя. А вот где её проходить, энергетики с удовольствием рассказывают, опираясь на собственный опыт.*

## **ПАО «ИЛ» – ЭМЗ им. Мясищева**

### **Леонид Рева (1-33М):**

«В настоящее время предприятие занимается разработкой перспективной авиационной техники, в том числе специального назначения, ремонтом, модернизацией и сервисным обслуживанием самолетов. В отделе статической прочности я занимался расчетом на прочность конструкции фюзеляжа под установку механизма управления рулежным устройством передней опоры самолета Ил-114-300. Мой сокурсник в отделе ресурса занимался расчетом долговечности модернизированной конструкции фюзеляжа самолета Ан-124 под установку оптических блоков. Все расчеты выполнялись в программном комплексе Siemens NX».



## **ООО «Нейрософт»**

### **Александр Филатов (4-35):**

«Летнюю стажировку я прошел в компании по производству медицинского оборудования «Нейрософт». Занимался разработкой устройства, от идеи до электрической принципиальной схемы. Начал со структурной схемы и принципа работы устройства, потом на их основе составил функциональную схему, затем выбрал электронные компоненты (резисторы, транзисторы и т.д.) и перешел к принципиальной схеме. Практика была интересной, на ней у меня появился новый взгляд на схемотехнику. В университете мы разбирали в основном «как» работают различные схемы и компоненты, но на практике для разработки структуры устройства очень важно, «почему» и «когда» применяются схемы и компоненты».

## **Заполярный филиал ПАО ГМК «Норильский Никель»**

### **Даниил Золин (4-7):**

«Практику я проходил по программе «Профессиональный старт». Коллектив принял меня дружелюбно. Каждый хотел внести какой-либо вклад в мое обучение: кто-то рассказывал мне общую информацию о станции, на которой я работал, кто-то проводил меня по цеху, подробно рассказывая всю информацию по основному и вспомогательному оборудованию, а кто-то даже устраивал мне экскурсии в другие цеха. Также и на самом предприятии были различные события, на которые нас приглашали. Одним из таких был тренинг на тему «Динамическая оценка рисков», который будет полезен не только при работе на промышленном предприятии, но и в повседневной жизни. По окончании практики студенты сдавали экзамен на предприятии, чтобы получить свидетельство о том, что мы обучались по своей профессии и были аттестованы на соответствующую группу квалификации. Также была возможность заключить договор на последующее обучение и работу в данной компании».



25-26 ноября в Ярославле прошел **Открытый турнир «Открытие зимнего легкоатлетического сезона в помещении»**. Семь спортсменов ИГЭУ показали хороший результат. Первые места заняли Бутаков Никита в беге на 300 м и Айсин Роман в прыжке в длину и в тройном прыжке. Среди девушек лучшую позицию заняла Орлова Марина – 2-е место в беге на 2000 м. Тренеры: Гильмутдинов Ю.В., Чахунов Е.И., Сафина Н.Ю

29 ноября в ФОК «Арена 37» состоялся очередной этап **Спартакиады вузов – плавание**, где сильнейшие пловцы состязались в личном первенстве (50 метров вольным стилем) и эстафетном заплыве (4x50 вольным стилем). По итогам общекомандного зачета команда юношей заняла 2-е место: в личном первенстве Игнатъев Тимофей стал первым, по результатам эстафет наши завоевали серебро. Тренер Е.В. Лебедева.

5-8 ноября в г. Орел проходил **Чемпионат мира по всестилевому карате**. Студент группы 3-8 Дмитрий Баженов занял 1 место в категории С3-ката-группа. Инна Гришанова (3-12) заняла 2 место в категории ПК женщины до 60 кг.



6 декабря прошла **заключительная игра по мини-футболу** между командой ИГЭУ и сборной ИПСА ГПС в рамках Спартакиады вузов. По итогам наши спортсмены в турнире заняли 3 место, уступив сильному сопернику.

**Коровина Елизавета (2-ЭЭ-2) стала двукратной победительницей** юниорского первенства ЦФО по самбо в весовой категории до 65 кг в поединках среди взрослых спортсменов. Золото принесло спортсменке путевки на Первенство и Чемпионат России по самбо. Соревнования проходили в Брянске 8-9 декабря.



**Женская сборная ИГЭУ по баскетболу 3x3 – победитель финала Кубка «Оранжевый атом»**. Соревнования проводились среди организаций Госкорпорации «Росатом». Лучшим игроком команды стала Арина Шапорова. Елизавета Бондарчук вошла в символическую сборную, а MVP «Оранжевого атома» была признана Юлия Соколова.



# ПАНОРАМА

ИГЭУ

месяцем со всеми этими зачетами да курсовыми... но ничего! Позитив в ИГЭУ еще остается. А все почему? А потому что с вами снова мы, Панорама ИГЭУ, и самые правдивые новости о нашем университете!

## ОСТОРОЖНО, КНИЖКИ НЕ ТЕРЯЕМ!

Библиотека ИГЭУ опубликовала новый распорядок действий в отношении студентов, теряющих книги. Вместо оплаты штрафа будет полагаться другое наказание: написать книги от руки. Гусиным пером. Да еще и на память, само собой.

Ожидается, что отказ от данной практики не останется без последствий, поэтому можем лишь посоветовать никогда не терять книги!



## НОВАЯ ОЦЕНКА, ВЫ ТОЛЬКО ПОСМОТРИТЕ!

Профсоюз Неуспевающих Студентов Университетов России выступил с инициативой признать официальной оценку «ладно». Согласно их предложениям, ставить ее необходимо, когда экзаменуемый не дотянул до тройки, но несколько раз приходил на пересдачу и, наверно, все же старался.

Оценка «ладно» численно равна числу Эйлера (около 2,7), но во всех ведомостях округляется до ближайшего целого числа, то есть тройки.

Профсоюз считает, что введение новой оценки позволит избавить множество студентов от угрозы отчисления и сделает их жизнь гораздо проще. А вы с ними согласны?



## СНЕЖКИ!

Началась зима? Проводим межвузовский турнир по снежкам!

Поздравляем вас с началом зимы! В честь этого спортсмены ИГЭУ призвали остальные ВУЗы города отменить спортивные соревнования по баскетболу 3x3 и вместо них провести турнир по снежкам 3x3. Площадкой проведения соревнований станет кампус ИГЭУ.

Отмечается, что по итогу соревнований лучшая спортивная команда будет награждена сладким подарком, остальные получат кусочек угля.



## ГОТОВИМСЯ: РУГАТЬ БУДУТ

В ИГЭУ преподавателям разрешат сильно ругать студентов незадолго перед экзаменами, ПК и ТК с целью повышения успеваемости.

Доказано – отруганный студент сдает любые экзамены, ПК и ТК на балл выше, чем если бы его не ругали. Поэтому преподавателям официально разрешается сильнее ругать студентов перед контрольными и экзаменами. Если вы вдруг не подготовились к семинару или забыли сделать отчет по лабораторной работе, то не стоит удивляться

что вас ругают — все делается, по сути, для вашего же блага!



Всегда ваши редакторы Панорамы ИГЭУ: Егор Трошин, Савелий Лебедев, Софья Зайцева

