

# ТОЛЬЯТТИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

## От цифровых следов к новым инструментам для образования

В ТГУ разработали методику отслеживания удовлетворённости студентов качеством и сопровождением учебного процесса. В её основе – цифровой след и инструменты Big Data...

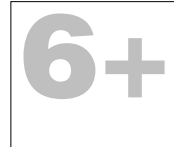
стр. 2



## Татьяна Чапала: «Нас всю жизнь учат только напрягаться»

Как преодолеть нервное перенапряжение, а лучше – предупредить, знает Татьяна Чапала, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Педагогика и психология» ТГУ...

стр. 5



## По вертикали

В России состоялись выборы Президента страны. Победу одержал Владимир Владимирович Путин, набрав более 87 % голосов. Таким образом, действующий глава государства переизбран на новый шестилетний срок полномочий (нынешний срок истекает 7 мая 2024 года).

Впервые выборы Президента России проходили три дня – 15, 16, 17 марта. Участие в них принимали четыре кандидата: действующий глава государства Владимир Путин (самовыдвиженец), а также выдвинутые парламентскими партиями депутаты Госдумы Николай Харитонов (КПРФ), Леонид Слуцкий (ЛДПР) и Вячеслав Даванков («Новые люди»).

Явка по стране составила 77,44 % (87,1 млн избирателей). Такая активность стала рекордной за всю историю выборов Президента России, отметила председатель Центризбиркома России Элла Памфилова. После обработки 100 % бюллетеней лидирует Владимир Путин – 87,28 % (75,9 млн голосов избирателей). Затем идут Николай Харитонов – 4,31 %, Владислав Даванков – 3,85 %, Леонид Слуцкий – 3,2 %.

В Самарской области явка избирателей на выборах Президента России тоже была рекордной и составила 78,86 % (1,8 млн человек). В Самаре проголосовали 78,55 % избирателей, в Тольятти – 60,34 %. Большинство голосов были отданы Владимиру Путину – 86,76 %.

— Это небывало высокая явка на территории региона. Она выше, чем в среднем по России. Такой результат является очень значимым. Это говорит о том, что на территории региона люди находятся во взаимодействии с органами власти, есть понимание совместных целей, настоящего сотрудничества для достижения целей национального развития и обустройства родной земли, — отметил губернатор Самарской области Дмитрий Азаров. — Закономерный результат — безоговорочная победа нашего национального лидера Владимира Владимировича Путина — человека, который своим делом, всей своей жизнью доказал свою преданность Родине и высочайший уровень руководства страной, который, уверен, и в дальнейшем будет приводить нас к победам. Все российское общество консолидировалось вокруг нашего Президента.

## Вектор развития

# Студентов и выпускников ТГУ ждут на АВТОВАЗе



Об этом на встрече с молодёжью заявил президент АО «АВТОВАЗ» Максим Соколов. Познакомиться с руководством автопредприятия, узнать о перспективных проектах компании, о возможностях трудоустройства на АВТОВАЗ приехали около 600 учащихся вузов и ссузов Тольятти и Самары. Большую часть – 330 человек – составили студенты Тольяттинского государственного университета (ТГУ).

В разговоре со студентами также приняли участие первый исполнительный вице-президент по стратегии и техническому развитию АО «АВТОВАЗ» Евгений Шмелёв, ректор Тольяттинского государственного университета Михаил Криштал, глава г. о. Тольятти Николай Ренц. Вице-президент по персоналу и социальной политике АО «АВТОВАЗ» Дмитрий Михаленко отметил, что автозавод последние годы активизировал работу с учебными

заведениями. В 2023 году совет директоров промышленных предприятий Тольятти, который возглавляет президент АО «АВТОВАЗ» Максим Соколов, принял решение: все общеобразовательные школы города должны стать подшефными для тольяттинских предприятий. Основную нагрузку взял на себя АВТОВАЗ: у компании 40 подшефных школ, 8 подшефных колледжей (семь в Тольятти и один в Самаре).

— Мы продолжаем сотрудничать и с Тольяттинским госуниверситетом — основной кузницей инженерных кадров. В 2023 году ТГУ при поддержке президента АВТОВАЗа Максима Юрьевича Соколова получил статус «Передовой инженерной школы». В рамках этого проекта наша работа с вузом будет серьёзно усилена. И конечно, мы ждём в наших подразделениях ежегодно не менее 300 выпускников ТГУ, — сказал Дмитрий Михаленко.

Передовая инженерная школа (ПИШ) «Гибридные и инженерные технологии» (ГибридТех) запущена ТГУ совместно с высокотехнологичными компаниями. При этом АО «АВТОВАЗ» является генеральным партнёром ПИШ. ГибридТех реализуется в рамках Федерального проекта «Передовые инженерные школы», который входит в госпрограмму «Научно-технологическое развитие Российской Федерации». Цель передовых инженерных школ — подготовить квалифицированных инженеров нового поколения, способных обеспечить стране технологический суверенитет. Сегодня в России созданы 50 таких инженерных школ в 23 регионах, и одна из них — в Тольятти.

■ Окончание на стр. 3

■ Окончание на стр. 2

По вертикали

■ Окончание.  
Начало на стр. 1

И несмотря на все проски врагов, люди ответили высокой явкой, активностью, поддержкой выбранного курса, поддержкой России.

Высокую активность на выборах главы государства проявили сотрудники и студенты Тольяттинского госуниверситета (ТГУ). В главном корпусе ТГУ 15–17 марта работал избирательный участок № 4002, где проголосовал 1461 избиратель (из них 805 голо-совали по местонахождению).

Напомним, что в дни голосования в Самарской области проводилась областная викторина «За родное – за своё». Избиратели отвечали на вопросы по истории Самарского края. По итогам викторины 655 жителей губернии стали обладателями ценных призов, в том числе пять человек получили новые автомобили «Лада Веста».

Специально для студентов, принявших участие в голосовании на выборах Президента России, администрация Тольятти провела интеллектуальный марафон «Зачёт на 5». Были разыграны 45 телефонов, 45 портативных колонок и 45 портативных зарядных устройств.

Тольяттинский госуниверситет провёл свою игру-розыгрыш «История ТГУ: вопрос и ответ». Участие в ней приняли 354 сотрудника и 277 студентов ТГУ. Розыгрыш призов состоялся 18 марта. Итоги можно узнать в группе ТГУ в социальной сети «ВКонтакте».



■ По информации пресс-службы Правительства Самарской области, администрации г. о. Тольятти, информационного агентства ТАСС

Индекс успеха

# От цифровых следов к новым инструментам для образования

**В Тольяттинском государственном университете (ТГУ) разработали методику отслеживания удовлетворённости студентов качеством и сопровождением учебного процесса. В её основе – цифровой след и инструменты Big Data.**



■ При создании методики учёные проанализировали более 2 млн сообщений из 548 сообществ вузов ВКонтакте

Работу по созданию методики и основ новой технологии специалисты ТГУ вели в сотрудничестве с Университетским консорциумом исследователей больших данных. Исследование началось ещё в 2020 году, когда пандемия COVID-19 перевернула подход к организации учебного процесса во всём мире, и высшее образование столкнулось с рядом неординарных вызовов, которые ранее не имели прецедентов такого масштаба. Тогда для системы высшего образования на первый план вышла необходимость оценки удовлетворённости студентов качеством образования и эффективностью работы вузов в форс-мажорных условиях.

— Для решения этой задачи мы решили использовать анализ социальных сетей, блогов и форумов — производство пользователь-

ского контента в них постоянно растёт. Часть доступной информации может использоваться для обнаружения общих тенденций, понимания масштабов кризиса или выяснения характерных и специфических изменений в настроениях пользователей, — говорит начальник Отдела технологий онлайн-образования ТГУ Анна Богданова.

Исследователи проанализировали цифровые следы студентов из социальной сети «ВКонтакте» — лидера в России по количеству зарегистрированных пользователей и публикуемых сообщений — с применением отдельных инструментов Big Data на программной платформе PolyAnalyst. Исходными данными стали более 2 млн сообщений из 548 сообществ высших учебных заведений РФ.

— По сути, мы разработали основу технологии, которая позволяет выявлять проблемные вопросы, включая время их возникновения и актуальность, а также степень обеспокоенности пользователей сети, конкретно в нашем случае — студентов. Методика универсальна и подходит не только для оценивания отношения студентов к качеству учебного процесса или его сопровождения, но и для оценки реакции любых социальных групп на любые информационные всплески, включая локальные проблемы и кризисные ситуации глобального масштаба, — подчёркивает профессор, доктор физико-математических наук Михаил Криштал. — Пока технология нами от-

работана и верифицирована в полуавтоматическом режиме. Но мы также обосновали возможность перевода её в полностью автоматический режим, который позволит по запросу делать нужную выборку и анализ данных одновременно с их генерацией, то есть получать нужную информацию из общего потока данных со скоростью её появления. Такой анализ контента полезен для отслеживания возникновения любых проблем или, напротив, позитивных информповодов, то есть для выявления реакций различного знака в студенческом сообществе, а также в других группах и коллективах. Обладая такими данными, можно своевременно реагировать на проблемные ситуации и делать прогнозы.

Работа с цифровым следом представляет собой важную составляющую онлайн-образования, в отличие от традиционного подхода. В ТГУ убеждены, что отслеживание активности студентов, выявление типовых сценариев учебного поведения, прогнозирование, проверка гипотез и создание на научной основе адаптивной системы обучения, а также постоянное совершенствование на основе обратной связи делают онлайн-образование более продуктивным по сравнению с традиционными методами. Такой подход становится конкурентным преимуществом университета, помогая ему укрепить свою позицию на рынке образовательных услуг по сравнению с университетами, которые не используют технологии боль-

ших данных, снятия и анализа цифровых следов, добиться качества онлайн-обучения, сопоставимого с качеством очного обучения.

Учёные считают, что следующим шагом в развитии темы должно стать создание полностью автоматизированной технологии.

— Мы показали, что с достаточно высокой точностью (погрешность примерно 15 %) можно делать выводы о реакции интернет-сообщества на то или иное значимое событие. Генерируемые пользователями данные являются важным и легко доступным источником общественного мнения, который может успешно заменить привычные нам социологические опросы. На этапе отработки методики работа ведётся с данными, сгенерированными в прошлом. Научившись анализировать их в реальном времени, мы получим мощнейший инструмент измерения напряжённости с помощью индексов и метрик, использования этой информации для отслеживания всплесков напряжённости и опережающей реакции, — резюмирует Михаил Криштал.

Результаты исследования отражены в статье, которая размещена в журнале «Высшее образование в России». Ежемесячный научно-педагогический журнал публикует результаты фундаментальных, поисковых и прикладных проблемно-ориентированных исследований. В журнале обсуждаются актуальные вопросы теории и практики модернизации отечественного и зарубежного высшего образования. Журнал одновременно издаётся на русском и английском языках, и его внимательно читают во всём мире, о чём свидетельствует то, что он представлен в международных базах научной периодики, в том числе в Scopus в первом — наивысшем — квартиле.

Университетский консорциум исследователей больших данных — это союз образовательных учреждений и исследователей, занимающихся как фундаментальными исследованиями, так и практическим применением сбора и анализа больших данных. Основная цель консорциума заключается в совместном проведении научных и прикладных исследований, а также в решении задач общественного значения с использованием данных. Сегодня в его составе уже 70 образовательных и научных организаций.

■ Ольга КОЛПАШНИКОВА

Кадры

## В ТГУ выберут заведующих кафедрами

В Тольяттинском государственном университете (ТГУ) объявлены выборы заведующих кафедрами «История и философия» и «Утилизация и рециклинг отходов». Соответствующие приказы подписаны ректором ТГУ Михаилом Кришталом.

В этом учебном году на основании Положения о порядке выборов заведующего кафедрой Тольяттинского государственного университета, утверждённого приказом от 21.01.2013 № 111, будут выбраны:

- заведующий кафедрой «История и философия» гуманитарно-педагогического института ТГУ;
- заведующий базовой кафедрой «Утилизация и рециклинг отходов» кафедры «Химическая технология и ресурсосбережение» института химии и энергетики ТГУ.

Лучшая практика

# Студентов и выпускников ТГУ ждут на АВТОВАЗе

■ Окончание. Начало на стр. 1



**Максим Соколов** отметил, что сегодня перед АВТОВАЗом президентом России **Владимиром Путиным** поставлена гло-

бальная задача — достижение технологического суверенитета автопрома. И автопредприятие уже решает эту задачу. В 2023 году удалось нарастить объёмы производства, усилить свои позиции на рынке, и всё это несмотря на последствия от введения в отношении АВТОВАЗа санкций со стороны США.

— В 2023 году мы реализовали все поставленные цели. При поддержке Президента России Владимира Владимировича Путина, правительства страны и руководства Самарской области АВТОВАЗ провёл беспрецедентную работу по локализации и импортозамещению комплектующих для автомобилей. Локализовано более 1300 позиций. Благодаря этому нам удалось оперативно возобновить выпуск модели «Веста», — сказал Максим Соколов. — В 2023 году было выпущено свыше 374 тысяч автомобилей LADA. За последние десять лет это лучший результат по производству автомобилей бренда на тольяттинской площадке. 36 % составила доля продаж LADA на российском авторынке. Причём модель «Гранта» уверенно занимает первое место по продажам, «Нива» — второе место, «Веста» — пятое место.

АО «АВТОВАЗ» сегодня — это предприятие полного цикла, лидер легкового автомобилестроения в России. Общая мощность сборочных линий на площадках в Тольятти, Ижевске и Санкт-Петербурге составляет до 700



■ Готовить квалифицированных инженеров нового поколения Тольяттинский госуниверситет будет совместно с высокотехнологичными компаниями в передовой инженерной школе «ГибридТех» (генеральный партнёр АО «АВТОВАЗ»)

тысяч автомобилей в год. На заводе в Тольятти работает более 35 тысяч сотрудников, ещё порядка 8 тысяч человек — в дочерних компаниях в Ижевске, Санкт-Петербурге, Москве, Тольятти. У завода более 300 дилерских центров (в том числе за рубежом), более 1650 поставщиков работают по всей стране. В целом в автомобилестроительной отрасли и в смежных отраслях АВТОВАЗ создаёт более 1 миллиона рабочих мест.

В планах АВТОВАЗа запуск производства в середине 2024 года нового автомобиля LADA Aura. Этот бизнес-седан, созданный на платформе «Веста», уже был представлен потребителям и высоко оценён участниками Петербургского международного экономического форума в июне 2023 года. На базе «Весты»

будут появляться и другие автомобили. Над развитием платформы уже трудятся конструкторы, дизайнеры и инженеры АВТОВАЗа. Кроме того, до конца мая этого года автопредприятие планирует перенести производство автомобиля «Ларгус» на площадку в Ижевске, где летом также запустят электрический «e-Ларгус». А в 2025 году на заводе в Тольятти начнут выпуск автомобилей нового семейства LADA Iskra.

Максим Соколов отметил, что в командах разработчиков ждут молодые кадры — студентов вузов и ссузов, которые проходят целевую подготовку в интересах АВТОВАЗа и которые войдут в число обучающихся в передовой инженерной школе «ГибридТех».

— Когда меня спрашивают, чем я горжусь, я отве-

чаю: горжусь, что удалось не просто сохранить инженерную подготовку в ТГУ, но и поднять её на новый уровень, внедрить проектное обучение. И сейчас это стало востребовано. Студентам Передовой инженерной школы даётся возможность работать под руководством наставников над живыми кейсами, над реальными производственными проектами. Причём одновременно можно работать на исследовательском, испытательном и технологическом оборудовании в ТГУ и на АВТОВАЗе. То есть можно использовать и ту, и другую инфраструктуру и опыт сотрудников, — рассказал **Михаил Криштал**.

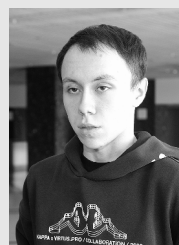


— В ТГУ большей частью упор делается на исследования. У нас работает целый ряд ведущих учёных, профессоров, которые публикуются в ведущих мировых научных изданиях. На АВТОВАЗе — упор на инжиниринг и практическую реализацию. Отсюда возникает синергетический эффект — это внутренний код нашей передовой инженерной школы «ГибридТех».

АО «АВТОВАЗ» и ТГУ сотрудничают в научно-исследовательской работе и в подготовке кадров для автопрома более 50 лет. ТГУ является правопреемником Тольяттинского политехнического института, который был создан в 1966 году на базе филиала Куйбышевского индустриального института именно для кадрового обеспечения тогда ещё строящегося Волжского автозавода. Фактически решение о создании Тольяттинского политехнического института принималось одновременно с решением о создании предприятия.

ТГУ ведёт подготовку инженеров по дополнительной образовательной программе в интересах АО «АВТОВАЗ». Её участниками могут стать студенты, обучающиеся по техническим направлениям подготовки. Для них разработан специальный образовательный блок, который включает инженерные дисциплины и специализированное программное обеспечение, предоставляется возможность пройти производственную практику на АВТОВАЗе. С 2017 года образовательную программу подготовки в интересах АВТОВАЗа прошли и трудоустроились на предприятии около 300 выпускников Тольяттинского госуниверситета.

■ Ирина ПОПОВА



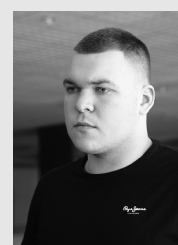
**Марк БАБОШИН**, студент 1-го курса института машиностроения ТГУ:

— Я прохожу обучение по дополнительной образовательной программе в интересах АО «АВТОВАЗ». Посещаю дополнительные курсы и лекции, готовлюсь к практике на автозаводе. ТГУ даёт мне базовые знания, а АВТОВАЗ даст практические навыки. Инжиниринг, проектирование — это то, что мне нравится. Поэтому после окончания университета планирую работать на АВТОВАЗе, разрабатывать новые модели автомобилей и двигать в будущее эту высокотехнологичную компанию.



**Вячеслав АРИСОВ**, студент 1-го курса института машиностроения ТГУ:

— В будущем я буду инженером. Сегодня это востребованная профессия. Инженеры нужны всегда и везде. Когда я поступил в ТГУ, узнал, что вуз сотрудничает с АВТОВАЗом и есть возможность пройти целевое обучение в интересах автопредприятия. Заключаешь договор и получаешь много плюсов: повышенная стипендия, дополнительные образовательные курсы, возможность пройти практику на заводе, гарантия трудоустройства на АВТОВАЗ после получения диплома и другое.



**Иван ПОТАПОВ**, студент 2-го курса института машиностроения ТГУ:

— АВТОВАЗ — привлекательный работодатель для меня. Здесь высокая заработная плата у специалистов, хорошая социальная поддержка сотрудников, есть мотивация для молодых специалистов, есть возможности карьерного роста. Я поэтому и выбрал инженерное направление подготовки, чтобы можно было в будущем трудоустроиться на АВТОВАЗ.



Есть высота!

# Студент ТГУ взял максимальный вес

Пауэрлифтинг (или силовое троеборье) — силовой вид спорта, который включает в себя три упражнения: подъём штанги в приседе, жим лёжа и становую тягу. Спортсмен должен взять максимальный вес в каждом упражнении, результаты суммируются. Открытый Кубок Европы по пауэрлифтингу проходил в Тольятти 16 марта. В нём участвовали спортсмены из 10 регионов и 25 городов России, в том числе из Брянска, Волгограда, Ижевска, Оренбурга, Орска, Самары, Уфы и др.

Одним из лидеров турнира стала тольяттинская команда ArmStrong S.I. Её основатель и капитан **Семён Иванов** — студент 4 курса института физической культуры и спорта ТГУ, инструктор физкультурно-оздоровительного комплекса «Чайка» ТГУ, многократный победитель межрегиональных и всероссийских соревнований по армрестлингу, чемпион мира в строгом подъёме штанги на бицепс, шестикратный чемпион мира по армлифтингу. Спортсмен отметил высокий уровень организации соревнования и подчеркнул, что момент объявления победителей был особенно эмоциональным:

**Т**ольяттинский спортсмен, многократный чемпион мира, капитан команды ArmStrong S.I., студент и сотрудник Тольяттинского госуниверситета **Семён Иванов** стал победителем Открытого Кубка Европы по пауэрлифтингу. Он выполнил норматив «Элита России» и установил три мировых рекорда.



■ Капитан команды ArmStrong S.I. Семён Иванов (на фото слева) и тренер команды Максим Омеляненко

«Когда объявили нашу команду победителем, все кричали в нашу честь, это

было потрясающе! Эмоции переполняли меня не только в тот момент, но и ещё не-

сколько часов после завершения турнира. Я чувствовал эйфорию».

■ Елена ПОЛЯКОВА,  
студентка ТГУ

Человек дела

Доцент центра медицинской химии Тольяттинского госуниверситета **Сергей Соков** стал экспертом регионального трека федерального проекта «Большие вызовы» в городе Орёл.

В 2024 году конкурс проводится в девятый раз. Он рассчитан на подростков, которые занимаются научной или исследовательской деятельностью. Участникам нужно придумать и разработать проект по одному из 14 научных направлений: агропромышленные и биотехнологии; генетика и биомедицина; умный город и безопасность; новые материалы и пр.

**Сергей Соков** (на фото) выступает экспертом федеральной образовательной программы «Большие вызовы» по направлению «Нанотехнологии» с 2020 года.

— Для современной молодёжи наука — это возможность самореализоваться, показать свои знания и навыки, — считает Сергей Соков. — Научные конкурсы зачастую являются для

## Большие вызовы для юных исследователей

школьников стартом в карьере учёного или преподавателя.

В 2024 году на «Большие вызовы» подано свыше 14 тысяч заявок из 89 регионов России, из республик Беларусь, Казахстан, Таджикистан. Отборочный этап продлится до 28 марта, он включает два трека — региональный и дистанционный, которые проходят параллельно. Авторы самых интересных проектов выйдут в финал. По словам Сергея Сокова, уровень участников регионального трека в Орле традиционно высокий:

— Обычно довольно много детей выходит в финал проекта «Большие вызовы» именно из Орловской области. Это говорит о высоком уровне подготовки школьников и профессионализме педагогов, — отмеча-

ет доцент центра медицинской химии.

И для экспертов конкурса участие в проекте тоже своего рода вызов. Экспертная комиссия скрупулёзно проверит все проекты и сформирует перечень курсантов, допущенных к заключительному этапу.

— Вызов для меня как для эксперта, пожалуй, состоит в том, чтобы оценить довольно разносторонние работы участников максимально объективно, — говорит Сергей Соков.

Победителей и призёров конкурса назовут 20 мая 2024 года. В июле они приедут на очную научно-технологическую программу «Большие вызовы» в Сочи, где в составе команд будут работать над реальными задачами, предложенными партнёрами «Сириуса» —



ведущими научными институтами, вузами, крупнейшими промышленными компаниями. Наставниками команд выступят учёные, ин-

По словам Семёна Иванова, во время выступления волнение было, но оно было контролируемым. Это позволило ему успешно выступить, установить три мировых рекорда и победить, выполнив норматив «Элита России».

— Я поднял вес в 84 килограмма, установив тем самым новый мировой рекорд и превысив норматив «Элита России». Очень помогла поддержка команды. У каждого из нас есть желание идти вперёд, побеждать и стать лучшими не только на этом турнире, но и на последующих соревнованиях, — подчеркнул Семён Иванов.

Успеха на соревнованиях в составе ArmStrong S.I. также добились и другие представители Тольяттинского госуниверситета. Выпускник ТГУ, тренер команды, куратор направления «Пауэрлифтинг» Максим Омеляненко выполнил норматив «Мастер спорта» в жиме лёжа в однопетельной софт-экипировке и завоевал первое место. Студент ТГУ **Матвей Дудко** выполнил норматив «Мастер спорта» в жиме лёжа в однопетельной софт-экипировке и стал первым среди юниоров. Студент ТГУ **Андрей Бэйчан** выполнил норматив «Мастер спорта» в строгом подъёме на бицепс и также стал победителем в своей категории среди юниоров. Всё это позволило ArmStrong S.I. добиться победы в общекомандном зачёте кубка.

■ Елена МОРОЗОВА



Перспектива

# Татьяна Чапала: «Нас всю жизнь учат только напрягаться»

## Надо учить бороться со стрессом

— Что изменилось в нашем обществе в последнее время и стало причиной пристального внимания к психическому здоровью? Ведь человек учится бороться со стрессом, наверное, с того момента, как перестал быть обезьяной?

— На нас влияет внешняя среда, так устроен человек. Пандемия изменила наше общество, пролонгированный стресс создал угрозу не только для физического здоровья, но и для психического статуса. Те, у кого адаптационный потенциал высокий, у кого сильная нервная система, смогли справиться с этим вызовом. А те, у кого нервная система слабая (возможно, чисто генетически), становятся более уязвимыми, в такой ситуации человек не может без помощи специалиста справиться с проблемой.

— Как можно помочь такому человеку?

— Нужно учиться саморегуляции и проводить психопрофилактику. Этой темой мы в ТГУ занимаемся давно, задолго до того, как проблема стала очевидной. Мы сработали на опережение, когда ещё в 2018 году по инициативе наших студентов в социальной сети «ВКонтакте» появился проект «Анонимный бот-психолог для социальных сетей Doctor Calm». Разработка получила хорошую оценку на федеральном уровне от фонда #МЫВМЕСТЕ и была востребована в рамках федерального проекта по психологической поддержке и реабилитации медицинских работников в условиях пандемии COVID-19 «Психологи — медикам».

— Какое развитие эта тема получила по окончании пандемии?

— Мы как начали работать по этой проблематике с 2018 года, так и продолжаем, сейчас параллельно развиваем несколько направлений. Во-первых, у нас в вузе в рамках проектной деятельности для сотрудников и студентов действует психологическая гостиная. Во-вторых, наш проект среди сотни других вошел в тройку сильнейших на федеральном конкурсе «Моя страна — моя Россия», мы выиграли грант. Благодаря поддержке Самарской областной организации профсоюза работников народного образования и науки РФ мы закупили современное оборудование и ведём работу в психологической гостиной с применением высоких технологий. И в-третьих, благодаря этим

**З**доровье человека не исчерпывается физическим самочувствием. Причиной его ухудшения может стать стресс. Как преодолеть нервное перенапряжение, а лучше — предупредить, знает Татьяна Чапала, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Педагогика и психология» Тольяттинского государственного университета (ТГУ). Она рассказала, как наработки учёных ТГУ по сохранению психического здоровья развиваются в стенах вуза и, находя поддержку серьёзного индустриального партнёра, выходят за его границы.



■ Доцент кафедры «Педагогика и психология» ТГУ Елена Чапала может научить, как предупредить стресс

достижениям о нас многие узнали, наш проект пробудил интерес. Так, сейчас мы начали сотрудничество с индустриальным партнёром — АО «ТОАЗ». Реализуем совместный проект: в рамках кабинета медицинской профилактики организовано психологическое сопровождение сотрудников предприятия.

## Методика, проверенная временем

— Как работает психологическая гостиная ТГУ?

— В рамках психологической гостиной в ТГУ для сотрудников и студентов мы ведём психопросвещение, психодиагностику и психокоррекционную и психопрофилактическую работу. В тренинговой форме обучаем мышечной релаксации по Джекобсону. Это известная методика, ей 100 лет. Она очень мощная, мы предлагаем только лучшее, что действительно работает. Эту методику используют в подготовке специалистов экстренных служб, силовых структур, где требуется, чтобы человек обладал высокой стрессоустойчивостью и адаптивностью в экстремальных условиях.

— В чём её суть?

— Это особый вид упражнений, при которых чередуется состояние расслабления и напряжения отдельных групп мышц, что доводится до автоматизма, до уровня рефлекса. Методика действу-

ет профилактически. Как ежедневная чистка зубов помогает нам снизить вероятность появления кариеса, так мышечная релаксация по Джекобсону является профилактикой психического здоровья, служит для выработки адаптационных механизмов психики. Стресс очень сильно уязвляет наш организм, причём психическая нестабильность вплоть до расстройства может возникнуть и от положительных эмоций, и от отрицательных. Проблема современных людей в том, что нас всю жизнь учат только напрягаться. С детства, со школы нам дают установки: это надо сделать, надо напрячься и дать результат, даже через «не хочу, не могу». А вот расслабляться нас не учат. И выходит, что кто-то расслабляется перед телевизором, в гаджетах, кто-то с чипсами, кто-то с алкоголем или заедает проблемы сладостями. Нервная система рефлекторна. Если мы три месяца напрягаемся, то становимся, как сжатая пружина, не можем просто расслабиться, а это противоестественно. Тут нам на помощь и приходит мышечная релаксация. Она учит при любых обстоятельствах, в любом месте расслабляться, минимизировать воздействие стрессовых факторов. Но тут нужна планомерная работа, чтобы добиться стойкого результата. Как это сделать, рассказываем, показываем участникам тренинговых за-

ятий в психологической гостиной, где можно не только освоить методику Джекобсона, но и пройти курс релаксации в VR-очках.

— А может быть такое, что ресурс психического здоровья человека на исходе, а он даже не подозревает? И если под влиянием внешних факторов изменился современный человек, то изменилась ли депрессия?

— Да, сейчас очень много так называемых маскированных депрессий. Сегодня по статистике наших медиков стало много ранних деменций. Почему такая тенденция? Просто потенциал мозга из-за перманентного напряжения снижает свои когнитивные способности. И единственное, на что мы можем рассчитывать, — это экология психического здоровья, чтобы дольше оставаться в сохранном уме. И тут каждый должен сделать свой выбор.

— В рамках психологической гостиной вы используете не только проверенную временем методику Джекобсона, но и новые технологии. Как вы к этому пришли?

— В 2019 году активом профкома ТГУ была разработана программа сохранения адаптационного потенциала сотрудников университета. Программа была поддержана грантом Самарской областной организации профсоюза работников народного образования и науки Российской Федерации. На грантовые средства мы закупили оборудование с технологией виртуальной реальности и начали работать. В 2021 году мы приняли участие в Проекте волгоградских психологов, получившем президентский грант, затем прозвучали в публичном пространстве благодаря победе в конкурсе «Моя страна — моя Россия» в Москве. В 2022 году представляли этот проект и достижения в Российской академии образования и в Томске, в 2023 году — на Международном экономическом форуме в Санкт-Петербурге. Вот так всё началось с поддержки профсоюза. Мы очень благодарны Самарской областной организации профсоюза работников народ-

ного образования и науки РФ и лично председателю Антонине Васильевне Гудковой за то, что поверили в нас и поддержали.

## Новые партнёры — новые возможности

— Но в вас поверил ещё и очень крупный индустриальный партнёр. Расскажите об этом проекте.

— Наши наработки всё активнее стали выходить за пределы вуза. Так, на нас обратило внимание одно из крупнейших химических предприятий города — АО «ТОАЗ». Сначала мы были приглашены на предприятие, чтобы продемонстрировать наработки, а потом возник совместный проект. В рамках кабинета медицинской профилактики было организовано психологическое сопровождение сотрудников предприятия. Проводится обучение методам саморегуляции по Джекобсону и релаксации. Работникам предлагается освоить различные техники для снижения психоэмоционального напряжения, развития стрессоустойчивости, в том числе и современные цифровые — релаксация в виртуальной реальности. Психологическая программа абсолютно универсальна, может быть адаптирована под любой запрос. Наша практика может быть интересна другим организациям, промышленным предприятиям, стационарам, поликлиникам, образовательным учреждениям.

— Развитие этой темы имеет не только практический, но и научный интерес?

— Да, действительно. Проект вызывает живой интерес, развивает знания в области психологии. К нам поступают учиться специалисты разных предприятий, и уже среди наших студентов есть сотрудники ТОАЗа, учащаяся у нас в ТГУ на магистерской программе «Психология здоровья». Уникальное сверхсовременное оборудование, которое закуплено предприятием для кабинета медико-психологической профилактики медсанчасти № 7, позволяет этим магистрантам выявить актуальные проблемы и найти решения, реализовать новые знания в темах диссертационных исследований. И это будет ещё одним шагом в нашей работе, в научно-исследовательских проектах по психопросвещению, психопрофилактике и поиску решений актуальной проблемы современности по сохранению психического здоровья человека.

■ Елена МОРОЗОВА

Крупным планом

# Елена Янковская: «Профессия и

## Жизнь разделилась на до и после

– Елена, как возникло желание стать журналистом? Чем привлекла эта профессия?

– Родом я из села Бахилово Ставропольского района Самарской области. С детства, со школы, писала небольшие материалы для газет «Жигулёвский рабочий» и «Ставрополь-на-Волге», освещала деревенские новости. Мне это нравилось, неплохо получалось, поддержку оказывала учитель по литературе **Татьяна Викторовна Шерстобитова**. Так в 8 классе оформилось желание учиться на факультете журналистики. В силу семейных обстоятельств – смерти мамы – я сначала отучилась в техникуме, но продолжила мечтать о ТГУ, о факультете журналистики.

– А почему именно о ТГУ?

– Я никакие другие варианты не рассматривала, мне хотелось учиться именно в вузе с богатой историей. В ТГУ же в своё время училась и моя мама. Я подготовилась к вступительным экзаменам, заново сдала ЕГЭ уже в самом университете и поступила в 2006 году на очно-заочную форму обучения. И ни минуты не пожалела.

– С чем связаны воспоминания об учёбе в ТГУ?

– В первую очередь это преподаватели. Например, **Галина Владимировна Чевозёрова** – человек-практик, человек с большим опытом и непростой судьбой. **Людмила Викторовна Иванова** научила меня писать аналитические материалы, статьи-размышления. А ещё **Любовь Константиновна Гапеева**, с которой мы до сих пор общаемся. На третьем курсе нужно было определяться, какая сфера ближе – радио, ТВ или газета. А кем я тогда была? Девочкой из деревни, неуверенной в себе. И я непросто переживала смерть мамы. Поэтому в тот момент видела себя только в газете, чтобы никто не смог увидеть лица, услышать голоса. А **Любовь Константиновна Гапеева** помогла поверить в себя. Она объяснила, убедила, что ТВ даёт более полный образ происходящего: можно работать и с текстом, и с картинкой, и со звуком. Благодаря ей мы создали в Жигулёвске молодёжную телевизионную студию «Парадокс». Это оказало сильное влияние на мою жизнь. Сейчас я снимаю социальные ролики с детьми-инвалидами. В прошлом году даже сняла фильм. Именно **Любовь Константиновна** разделила мою жизнь на до и после. Она открыла радостный и многогранный мир профессии.

## Лекарство от уныния

– Как появилось понимание, чем заниматься после окончания вуза?

– На третьем курсе университета появилась ясность, что это за профессия и как в ней можно работать, раньше были просто мечты. Например, о том, что мы будем писать о коррумпированных чиновниках. Но **Галина Владимировна Чевозёрова** повторяла нам фразу: не стоит идти с лопаткой против паровоза. Она говорила, какие последствия для журналиста и его близких могут иметь не очень удобные статьи. Я для себя поняла, что как человек эмоциональный, могу навредить своей семье, тогда я уже вышла замуж за **Николая**. Так появилось понимание, что можно и нужно заниматься социальными темами. Они не менее важные и острые. Поначалу я планировала, что буду просто работать журналистом на ВАЗ-ТВ (сегодня телекомпания «Лада-Медиа»). – **Прим. ред.**, но ближе к выпуску благодаря влиянию преподавателей решила работать в некоммерческом секторе. После вуза устроилась в благотворительный фонд «ДетскиеДомики», где все мои навыки и знания, приобретённые в ТГУ, как раз и пригодились. Я была одним специалистом на Тольятти, но при этом выполняла много разных функций – вела 150 семей с детьми-инвалидами. Журналистский опыт очень помог. Книга, которую я сейчас издала, зародилась именно тогда.

– Что за книга?

– Книга называется «Лекарство от уныния». Это сборник рассказов с реальными историями людей, кто усыновлял детей-инвалидов либо забирал своих рожденных детей домой, даже когда врачи говорили, что ребёнка надо оставить в спецучреждении, отказаться от него. В книге 92 реальные истории. Они могут поддержать дух тех людей, у которых непростые отношения с родителями, или тех, кто не может найти своё призвание, предназначение в жизни, или если человек болен, или находится в непростой жизненной ситуации. Эту книгу мы с мужем недавно презентовали в Тольятти.

## Когда любовь совсем не ждёшь...

– Учёба в ТГУ разделила вашу жизнь на до и после. А какую роль сыграло появление семьи?

– На самом деле семья родилась, как и всё в моей жизни, через трудности. Найти своего человека не так просто. Сейчас такое время,

**Е**лене Янковской 37 лет. Она – выпускница Тольяттинского государственного университета (ТГУ), журналист, жена, мама четверых детей, автор книги, занимается благотворительными социальными проектами. Но всё это появилось не сразу, порой через преодоления и испытания. В интервью «Тольяттинскому университету» Елена Янковская рассказала, что ей дала учёба в ТГУ и как судьбу человека могут изменить семья и дети. Дети приёмные и кровные.



■ Елена с мужем Николаем вместе уже 14 лет

когда никто не хочет терпеть и ждать, я была такой же. У меня за плечами был неудачный студенческий брак, который продлился три месяца. Я на общей волне вышла замуж за того, кто за мной ухаживал. Тогда на Рождество я пошла в церковь и говорю: «Господи, я совершила огромную ошибку! Мне не надо больше браков, просто помоги мне спокойно жить одной». Я попросила терпения и принятия ситуации. Но ровно через три недели подруга приглашает меня на свадьбу в мою родную деревню, в село Бахилово. Это была такая деревенская свадьба в спортзале. И вот заходит ОН... Там я познакомилась с моим будущим мужем, он начал ухаживать. Я удивилась такому повороту судьбы, так как просила совсем другого – просто терпения и принятия. А Господь дал большую любовь, которая до сих пор продолжается, и это очень глубокие сильные чувства. Мы сразу поняли, что нам надо быть вместе. Сыграли свадьбу. Но долго была притирка, потому что за плечами неудачный опыт брака и у меня, и у него. Поначалу было недоверие, необоснованные требования друг к другу. На первом году совместной жизни стало понятно, что брак – это работа. Если ты не будешь вкладываться в него, не будешь смирять свой эгоизм, то всё развалится. Как только я стала работать над своим эгоизмом, смирять себя, у нас всё пошло на лад. Но у меня был тяжёлый диагноз бесплодия, я перенесла несколько операций. В Цент-

ре планирования семьи в Тольятти нам сказали, что даже ЭКО в таком случае невозможно, нужна донорская яйцеклетка, у меня просто нет шансов забеременеть самостоятельно. Это было трагедией для нашей семьи. Мы с мужем люди верующие, в нашей системе ценностей нельзя брать донорский материал. Мы поняли, что хотим взять приёмного ребенка.

## Проверка на прочность

– Как вы стали приёмными родителями?

– Это было для нас большой моральной проблемой – выбирать ребёнка. Их же предлагают приёмным родителям на выбор. Нам хотелось избежать этого момента. Но произошло чудо – из моей деревни позвонила воспитатель детского сада. Она сказала, что мальчика из одной семьи забрали органы опеки, и попросила навестить малыша в туберкулёзном диспансере, где ребёнок проходил обследование. Мы с мужем его навестили и сразу поняли: вот он, этот человек, который нуждается в нашей помощи. Ему было 5 лет. Мы тогда не задумывались, что будет дальше, как сложится наша жизнь. Мы жили на съёмной квартире, у нас были низкие зарплаты, с трудом хватало на самые минимальные нужды. Нас очень поддержали органы опеки Ставропольского района. Там работают чудесные люди, которые умудряются быть чиновниками и оставаться при этом людьми с большим сердцем. Так у нас появился

сын. Сейчас он уже подросток.

– Что изменилось в вашей семье с появлением ребёнка?

– Для любой семьи появление ребёнка – это испытание. Особенно если ребёнок приёмный. Малыш часто болеет, родителям надо решать, кому идти на больничный, кто будет за ним ухаживать. Задаёшь себе вопросы: «А что с твоим эгоизмом? Как ты с ним поработал?» Потому что в такой ситуации эгоизм поднимает голову. Это была проверка на прочность наших отношений. Мы выстояли.

– Вы не просто выстояли, но и решили, что семья должна расти?

– Да, спустя два года мы поняли, что нам нужен малыш. Собрали документы и встали на очередь в органах опеки в Тольятти. Нам сказали, что есть младенцы, у которых нет очереди. Это дети с инвалидностью. Их тогда было в базе пять человек. Нам их показали на фото. И вот мы увидели мальчика с рыжими кудрями и печальными глазами, его представили по имени-отчеству – **Константин Николаевич**. А у меня ведь муж **Николай**!.. Ребёнок был в тяжёлом состоянии, специалисты сказали, что он буквально борется за жизнь, родился с тяжёлыми патологиями. Нам не советовали останавливать свой выбор на нём.

Но это был момент истины. Вот как с мужем, когда я увидела его и поняла, что это тот самый мой человек. Или как с первым сыном. Я как будто почувствовала внутренний звон колокольчика, когда увидела фото **Кости**, сердце моё трепетало, и попросила выписать нам направление на посещение ребёнка в детском доме. Мы пришли, я его взяла на руки и поняла, что жить без этого ребёнка дальше не смогу. Ему было шесть месяцев. Он был в тяжёлом состоянии, весил всего 3 кг, весь фиолетовый, потому что у него был тяжёлый порок сердца. Но мы рискнули, забрали его домой, и начались чудеса! Нам стали помогать все наши друзья с его лечением, и стали встречаться просто удивительные врачи! Возможно, они так относились, потому что их восхитил наш поступок. Например, кардиолог Ставропольской центральной

Крупным планом

# Семья определили мою судьбу»

районной больницы **Дина Рифатовна Абрамова**. Она нам помогла оформить инвалидность, выписать направление в Самарский областной кардиоцентр. Она сама приёмная мама. И вела она нас, как ангел-хранитель, помогла восстановить ребёнка. В Самарском кардиоцентре тоже работают неравнодушные врачи. Когда мы с непростым диагнозом Кости приехали туда, заведующий **Сергей Юрьевич Шорохов** сказал: «Таким детям в первую очередь нужна семья, а во всём остальном мы вам поможем». Он очень подбодрил нас, помог в лечении. Мы прошли 12 операций, три из них тяжёлых полостных, остальные мелкие, но под общим наркозом. А с больным сердцем это было очень рискованно. В марте этого года Косте исполнится 8 лет. Он у нас сильный духом мальчик, учится в 1 классе обычной общеобразовательной школы, участвует в олимпиадах, очень умный, любознательный ребёнок. Он до сих пор на препаратах, с них мы не можем уйти, у него стоит имплант, но он ведёт активный образ жизни. И он тоже тот человек, который разделил нашу жизнь на до и после.

## Особенные родители особенных детей

– И что же было после?

– Именно Костя открыл нам дверь в мир детей-инвалидов. Когда такой ребёнок появляется в семье – это новый опыт. Чаще всего ты не знаешь, как себя вести с детьми-инвалидами, мне сложнее всего было общаться с детьми на инвалидных колясках. Костя очень изменил жизнь моего мужа, который всю жизнь работал в торговле. Но благодаря Косте муж получил новое образование, стал учителем-дефектологом и работает сейчас с детьми с особенностями здоровья. Так муж открыл некоммерческую организацию Центр помощи «Пеликан».

– Почему вы приняли решение переехать из Тольятти?

– Мы переехали в 2018 году. Не секрет, что Тольятти – город с тяжёлой экологией. А Болгар – город в Татарстане, где на 200 км вокруг нет никаких заводов. Здесь у нас родилось двое кровных детей. Хотя, по мнению врачей, с моим диагнозом это было абсолютно невозможно. А ведь когда я взяла первый раз Костю на руки, сказала: «Господи, теперь у меня всё есть – у меня двое детей, мне больше ничего не надо». Но буквально через месяц узнала о беременности. Стояла перед иконами и говорила: «Госпо-

ди, беременность – это уже чудесный сверхподарок». Врачи даже поначалу не верили. Они считали, что мы сделали ЭКО. Я им ответила: «Когда и как?» Я была тогда очень уставшей, уход за Костей требовал много сил, мы были постоянно в реанимации почти весь первый год. И врачи мне сказали: «Ваша беременность – это один шанс на миллион». Но ровно

люто здоровых детей. Мы всё это рассказали с коллегами с ВАЗ-ТВ, и после этого мальчика сразу забрали в семью. И именно такая смесь журналистики и социалки сопровождает меня всю жизнь. Потом я стала просто на своей странице «ВКонтакте» выкладывать материалы о детях-сиротах с инвалидностью. И так случилось, что их стали забирать в семьи.



■ В семье Янковских три сыночка и лапочка дочка

через полгода после появления третьего сына я снова пришла к ним вставать на учёт по беременности. И врачи уже не задавали вопросов. Я родила девочку. Сейчас у нас большая дружная семья – три сыночка и лапочка дочка.

## Клуб единомышленников

– Как появилась идея создать Центр помощи «Пеликан»?

– Отправной точкой стало появление Кости. Мы поняли, что детей с инвалидностью бояться брать в семью, потому что многие не знают о них. Об этом нужно говорить, рассказывать людям. И первый наш шаг с мужем был связан с моей журналистской деятельностью ещё в Тольятти. Я попросила разрешение на фотографирование детей-сирот в детских домах. Мы с ВАЗ-ТВ сняли передачу о мальчике с ВИЧ-инфекцией. Это был рассказ о том, что с ВИЧ можно жить, ребёнок никого не заразит, пока он принимает терапию, он может иметь абсо-

А после переезда в Болгар появилась новая идея. Я оказалась в такой ситуации: приёмная мама с ребёнком-инвалидом, у меня трое погодок. Я очень уставала, чувствовала себя измотанной. Мы жили в новом месте, где не было ни друзей, ни родных. Я плакала мужу, что меня никто не понимает. А я ведь не просто многодетная мама, я многодетная мама с приёмными детьми. И понять меня могут только такие же родители приёмных детей. Тогда муж пошёл в местные органы опеки и предложил создать Клуб приёмных семей и Клуб родителей с детьми-инвалидами. Власти нас поддержали.

Сначала мы думали, что будет два разных клуба, но потом поняли, что он должен быть один. Потому что и ребёнок-сирота, и ребёнок-инвалид – это особенные дети, пережившие травму. Одни – травму изъятия из кровной семьи, другие – с инвалидностью – постоянно бывают в больницах, и у них тоже много переживаний и страданий. Когда мы их объединили, то увидели, что дети с

опытом сиротства как-то быстрее восстанавливались, глядя на детей с инвалидностью, кому порой приходится ещё сложнее. Это сначала был просто неформальный клуб. Мы встречались, пили чай с мамочками, делились проблемами, а дети уходили в соседнее помещение на мастер-класс. А потом семей единомышленников стало всё больше и больше. Мой муж получил образование учителя-дефектолога, и мы поняли, что пора создавать некоммерческую организацию, регистрировать юрлицо. Это давало новые возможности. Мы могли претендовать на гранты, собирать пожертвования, работать с другими юрлицами, участвовать в госпрограммах. Мы зарегистрировались, у нас появилось много социальных партнёров, которые стали нас поддерживать. И это было из области чуда. Ведь мы не предпринимали каких-то очень серьёзных усилий. Просто, наверное, люди видели, что мы горим этим делом, живём им, у нас у самих приёмные дети и ребёнок с инвалидностью. Так люди откликнулись на нашу искренность. И вера нам помогла.

– Чем занимается ваш центр?

– Сейчас мы реализуем 15 проектов. Один из них – инклюзивная театральная студия. Я занимаюсь с детьми театром. У нас на сцене танцуют даже дети на инвалидных колясках, а поют дети с аутизмом, синдромом Дауна. И нет никаких препятствий, а есть поддержка. Мы ставим огромные городские постановки со спецэффектами на Рождество и Пасху со светом, со звуком, с дым-машинной, со снег-машинной. Другой проект – выставка фотографий детей-сирот. Каждый год в День семьи, любви и верности 8 июля размещаем в двух местах в центре города фотографии детей из детдомов. Их никто не хочет брать, потому что порой люди не знают, какие эти дети прекрасные, а любые диагнозы можно смягчить и даже снять, если ребёнка взять в семью. Ещё есть Клуб родителей, где мы собираемся с психологом, с юристом и обсуждаем разные проблемы. У нас есть проект «Добрый сад»: в интернатах сажаем фруктовые деревья, чтобы дети, которые там проживают, могли есть эти фрукты и ягоды. Это любимый проект моего мужа, он уже посадил много фруктовых садов по всему Татарстану в разных школах-интернатах.

## Семья – место силы

– Откуда черпаете на всё это силы с четырьмя детьми?

– У меня несколько источников подпитки. Первый

– вера. Православный храм по воскресеньям заряжает батарейки. Исповедь, причастие – это, безусловно, самое главное. Второй – цитата из Библии: «Не отвергай руку врача». Мы – верующие люди, но я, как мама особенного ребёнка, иногда обращаюсь к психологу. Порой не могу разобраться со своими эмоциями, переживаниями. Дети взрослеют, меняются, с ними нужно быть гибкой, менять подход. Сама порой выгораю, потому что нагрузка немаленькая. В нашем Клубе родителей можно бесплатно получить онлайн консультацию одного из лучших психологов Татарстана. Это помогает справиться с какими-то внутренними «дырочками».

И третий источник – наше сообщество единомышленников. Придётся порой, попьёшь чаю с такими же мамами и чувствуешь себя уже по-другому. Именно в нашем клубе я собирала свои истории для моей книги. Это очень наполняет. Потому что мама может зарядиться только вне дома, когда она без детей с кем-то общается. «Пеликан» мы считаем не просто работой, а второй семьей.

Но главное, что даёт мне сил, наполняет – это любовь мужа. Мы уже 14 лет вместе. Я убеждена: в одного и того же человека можно влюбляться несколько раз, и каждый раз это чувство всё глубже и полнее, оно с годами играет новыми красками, я влюбляюсь в него снова и снова. Потому что семья растёт, преодолевает какие-то новые невзгоды. Его поддержка не может не наполнять, рядом со мной такая вторая половина!

– Считаете свою семью идеальной?

– Порой нам так говорят. Но я знаю, что так было не всегда. Мы прошли тяжёлые этапы. Были и у нас проблемы: и финансовые, и бесплодие как проверка отношений, потом приёмный ребенок, затем второй, потом переезд, постройка дома, дети-погодки, ребёнок-подросток – это всё проверка на прочность. Но с помощью Божьей мы шли вперёд. Нам нравится то, чем мы занимаемся. Мы пришли к этому через боль, испытания. Именно так поняли, насколько нужна поддержка другим приёмным родителям и семьям с ребёнком-инвалидом. Поэтому сейчас оказываем им материальную, моральную, психологическую помощь и юридическую поддержку. Я рада, что профессия и семья определили мою судьбу.

■ Елена МОРОЗОВА



Мой помощник МФЦ

## Запись с городских видеокамер через МФЦ

В Тольятти функционирует система видеонаблюдения. Камеры установлены на перекрестках и в общественных местах города, на территории которых проходят городские праздники и мероприятия. Задача системы видеонаблюдения – обеспечение безопасности граждан и контроль общественного порядка.

В МФЦ есть платная услуга «Предоставление информации, получаемой посредством ИС "Интеллектуальная система видеонаблюдения в городском округе Тольятти"». Она предоставляется физическим и юридическим лицам после заключения договора не позднее 17:00 следующего рабочего дня с момента обращения в МАУ «МФЦ» (ул. Советская, 51А, каб. 208).

Срок хранения видеоинформации – 25 суток.

Видеозапись производится на цифровой носитель, предоставленный заявителем.

Документы, необходимые для получения услуги:

- документ, удостоверяющий личность заявителя (оригинал);
- квитанция об оплате услуги.

Стоимость услуги по предоставлению видеоинформации продолжительностью до 5 минут – 1500 руб.

Видеокамеры установлены в следующих местах дорожной сети и общественных местах г. о. Тольятти:

- перекресток ул. Юбилейная / б-р Приморский;
- перекресток ул. Юбилейная / ул. Фрунзе;
- перекресток ул. Юбилейная / ул. Свердлова;
- перекресток ул. Революционная / ул. Фрунзе;
- перекресток Московский пр-т / Приморский б-р;
- перекресток Южное шоссе / Автозаводское шоссе;
- перекресток ул. Горького / ул. Карла Маркса;
- перекресток ул. Родины / ул. Республиканская;
- перекресток ул. Родины / ул. Баныкина;
- перекресток ул. Ярославская / ул. Коммунистическая;
- перекресток ул. Ярославская / ул. Лизы Чайкиной;
- Площадь Свободы;
- Сквер «Николай Чудотворец»;
- Центральная Площадь;
- Речной вокзал;
- ул. Громовой (ОП «Колхозный рынок»).



Вопросы по услуге «Предоставление информации, получаемой посредством ИС "Интеллектуальная система видеонаблюдения в городском округе Тольятти"» можно задать по телефону 52-50-61 или найти информацию на едином портале сети МФЦ по Самарской области [mfc63.samregion.ru](http://mfc63.samregion.ru).

Подшивка

## О чём писала газета «Политехник»...

№ 8 (194) от 7 марта 1974 года  
Комиссар

Совсем не такой я представляла себе Ларису Нефедову, студентку группы А-408. Это единственная у нас в институте девушка-комиссар. Нечасто можно встретить такую. Почему именно её избрали? Спрашиваем Ларису. «Не знаю, может быть, потому, что я очень люблю заниматься общественной работой. Я не мыслю жизни без неё», – отвечает она. Таково её кредо. Я думала увидеть строгое, очень серьезное лицо девушки-комиссара. А передо мной сидит миловидная, симпатичная девушка, даже немного застенчивая.

В 1971 году впервые Лариса стала бойцом студенческого строительного отряда «Альтаир-71». В то время их отряд ездил в Молдавию. Нелегкие трудовые будни и приятные вечера после работы надолго запомнились Ларисе. Она решила не расставаться со студентом. И осталась верной своему слову. Вскоре её избрали комиссаром строительного отряда «Альтаир-71». Трудно вначале. В отряде большинство ребят, но Лариса быстро нашла с ними общий язык. «Своими бойцами я была очень довольна, – говорит она. – И вообще та работа, которая связана непосредственно с людьми, мне по душе».

Кроме того, что Лариса является комиссаром ССО, она ещё член болгарской секции КИДа. Принимает участие в вечерах, беседах секции, ведет переписку с друзьями из Болгарии.

Бойцы строительного студенческого отряда уже начали готовиться к трудовому лету. Предварительно определили места дислокации. Студенческому строительному отряду, где Лариса будет комиссаром, предстоит трудиться в Сызрани. Работа предполагает быть интересной. В отряде 35 человек. Договор уже заключён. Нелегко будет строителям. Но зато как приятно сознавать, что в тот дом, который построил своими руками, ты вложил частичку своей души, своего сердца. А всё, что делает Лариса Нефедова, она делает с большой душой. И недаром про неё говорят ребята: «С таким комиссаром легко работать и интересно жить».

С. ДАНИЛОВА

№ 10 (196) от 21 марта 1974 года

Звучат песни протеста

Бытует мнение среди тех, кто чаще бывает на вечерах, чем на комсомольских собраниях, что студенческие ансамбли – это обязательно бит-музыка, и лишь к конкурсу «Студенческая весна» делаются две-три вещи на тему любви. Наш Клуб интернациональной дружбы решил это мнение поколебать, в связи с чем было решено организовать совместно с Клубом интернациональной дружбы «Гренада» Волжского автозавода конкурс политической песни.

С 3 по 10 марта в г. Владимире проходил фестиваль вокально-инструментальных ансамблей политехнических вузов страны. В нём при-

нял участие и вокально-инструментальный ансамбль студентов второго курса электротехнического факультета «Сонеты». Он стал дипломантом этого конкурса. А солист ансамбля Владимир Святкин занял второе место в конкурсе солистов.

Н. СЕЛЕЗНЕВ,  
президент Клуба интернациональной дружбы «Венсеремос»

№ 7 (653) от 6 марта 1984 года  
Сильнейшие теннисисты страны в Тольятти

С 21 по 26 февраля в спорткомплексе «Старт» студенты нашего института вместе со всеми любителями настольного тенниса города могли наблюдать за игрой мастеров маленькой ракетки, съехавшихся в Тольятти на чемпионат Всесоюзного Совета ДСО профсоюзов.

Среди 80 участников первенства – 10 мастеров спорта СССР международного класса, чемпионы и призёры страны 1983 и 1984 годов, члены сборных команд СССР, РСФСР, БССР и других республик, призёры чемпионатов мира и Европы. Такая высокая квалификация спортсменов предопределила острую и увлекательную борьбу на протяжении всего турнира. Каждый день был до предела насыщен интересными встречами, малыми и большими сенсациями, без которых, как правило, не обходится ни одно соревнование столь высокого ранга.

Отличной школой для теннисистов института, заполняющих трибуны спорткомплекса в течение всех дней

соревнований, стало участие в первенстве Аниты Захарян, завоевавшей за короткое время титулы чемпионки страны, бронзового призёра командного чемпионата мира в Токио, победителя открытого чемпионата Англии.

Надо отметить, что студенты смогли «поболеть» и за своего товарища. Среди нескольких лучших представителей Тольятти в чемпионате выступил и член спортклуба «Буревестник» Андрей Еремеев. Конечно, его участие не произвело сенсации, но то, что Андрей с достоинством сражался с маститыми противниками, а временами показывал поистине зрелую, мастерскую игру, чем привлек интерес одного из ведущих тренеров страны, уже достойно внимания.

Заслуженный тренер СССР, член федерации тенниса страны С.Д. Шпрах в своем интервью отметил, что в таком молодом городе, в таком институте, как наш, настольный теннис просто обязан стать одним из ведущих видов спорта, и даже указал пути его развития.

Б. ЛЕВИН,  
член президиума федерации настольного тенниса г. Тольятти, судья соревнований

■ Подшивку газеты «Политехник» листали сотрудники музея ТГУ. Сохранены орфография и стилистика оригиналов.

«Политехник» – газета, издававшаяся в Тольяттинском политехническом институте (ныне – Тольяттинский государственный университет).