ЖУР ФАКТЫ

ГАЗЕТА ФАКУЛЬТЕТА ЖУРНАЛИСТИКИ

www.journ.bsu.by | studlive.by
НОЯБРЬ 2021 г.
№15 (98)

ЖУР ФАКТЫ

Студенческая газета
факультета журналистики БГУ

РЕДАКЦИЯ

Главный редактор
Ксения МАТЮШКО

Верстка
Николай КОСТЮКОВ

Стилистический редактор
Анна РОВИНА

Руководитель проекта
Алёна МАРКОВИЧ

формат А4, 16 полос.

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ
НА ПРАВАХ
ВНУТРЕННЕГО ПОЛЬЗОВАНИЯ
(БЕСПЛАТНО)

На обложке: скульптура
А.Косолапова «Микки и Мини.
Рабочий и колхозница»

При перепечатке ссылка
обязательна.

Мнение редакции может
не совпадать с мнением
авторов.

Авторы материалов несут
ответственность за точность
приведенных фактов, цитат,
цифр и прочих сведений.

Минск,
ул. Кальварийская, 9

+375 29 204 63 79

jurfacts@gmail.com

Группа «ВКонтакте»

в номере:

3 Инструкция к применению
СТУДЕНТЫ О РАБОТЕ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ

4 Интересно знать
БОЛЬШОЕ ИНТЕРВЬЮ С ФОТОГРАФАМИ

8 Один из нас
ВИОЛЕТТА ЗАМИРОВСКАЯ О СВОЕЙ РАБОТЕ

7 Границ.net
ПЕРВЫЕ РАБОЧИЕ МЕСТА ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

10 Интересно знать
ОТКРЫТИЕ БЕЛО-РУССКО-КИТАЙ-СКОГО МЕДИА-ЦЕНТРА

12 Интересно знать
ПСИХОЛОГ РАС-СКАЗЫВАЕТ ОБ ЭМОЦИОНАЛЬ-НОМ ВЫГОРАНИИ

14 Интересно знать
ПУГАЮЩИЙ ОПЫТ РАБОТЫ

15 Форум
КУДА ТРАТЯТ ЗАРПЛАТУ СТУДЕНТЫ?

16 Рецензия
«ПОСЛЕДНЕЕ СЛОВО» – ДОБРОЕ КИНО ПРО ЖУРНАЛИСТИКУ, ПРО ДРУЖБУ И ПРО ЖИЗНЬ

СТУДЕНТЫ-ЖУРНАЛИСТЫ ДЕЛЯТСЯ ОПЫТОМ, КАК ЭТО – РАБОТАТЬ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ

Как совмещать работу и своё хобби и не дойти до эмоционального выгорания? Как уже во время учебы начать работать в журналистике и перебороть свои страхи? Об этом и не только мы узнали у студентов.

текст: Дарья НАДТОЧАЕВА
фото: личный архив

Анжелика Романюк, студентка 3 курса специальности «Журналистика (печатные СМИ)» с 2019 года по сей день работает внештатным спортивным корреспондентом в журнале «Наш Спорт». В основном берет интервью у малоизвестных спортсменов и звёзд белорусского спорта. В этом году получила аккредитацию от издания на матчи хоккейного клуба «Динамо-Минск». Недавно девушка устроилась журналистом еще и в новостной портал, её обязанности заключаются в поиске новостей и рерайте.

— Как думаешь, ты будешь работать журналистом на протяжении долгих лет или сменишь род деятельности?

— В прошлом году я прошла курсы по режиссуре, пока думаю, что мне выбрать. Но признаться, я бы очень хотела совмещать. Есть человек, который мне нравится, как режиссер и документалист, это Кана Байсекеев. Я хочу делать что-то подобное, объединяя журналистику и режиссуру. А еще хочу снимать фильмы по белорусским произведениям, сейчас вынашиваю идею реализации фильма «Кветка пажоўклая».

Антон Шеверинов, студент 3 курса специальности «Журналистика (печатные СМИ)» не имеет определенной привязки к месту работы. Он работает над проектом «Ясно о мини-футболе» на канале «ЯСНАе TV», комментирует футбольные, мини-футбольные, хоккейные матчи. Периодически пишет тексты. Антон хотел бы сделать карьеру, похожую на ту, что у Юрия Дудя: человек получает гигантский опыт и потом реализует его в сфере развлечений.

— С какими трудностями ты сталкиваешься на работе и почему они тебя не пугают?

—Буквально в четверг пришлось покататься по всему городу, то есть по кольцу полный круг сделать. 3 репортажа за один вечер. Моя работа – рассказывать о новых людях, новых знакомствах. Я не берусь за то, что мне не нравится. Ты сам должен быть заинтересован в результатах своего труда. Проездить очень много ради того, что тебе приносит удовольствие – это мелочь, ведь ты развиваешься, а это главное.

Екатерина Нифонтова, студентка 2 курса специальности «Журналистика (печатные СМИ)» – внештатный журналист газеты «7 дней», что входит в БелТА. Пишет материалы на любимые темы. Их публикуют и в газете, и на сайте. Катя интересуется спортивной журналистикой, потому что она сама спортсменка.

– Твоя работа ради денег или для души?

– Скорее для души, потому что мне нравится писать о спортсменах. Это развивает меня как личность, помогает преодолевать преграды в общении с другим человеком. Уровень моего мастерства поднялся за время работы и учебы на журфаке.

Опыт студентов нашего факультета показывает, что трудолюбие поможет добиться желаемого. Может быть, сегодня вы просто студент, но стоит приложить усилия — и вы сможете стать примером для других, работать по выбранной специальности и уж точно не будете скучать в офисе с чашкой безвкусного кофе.

Анжелика РОМАНЮК

Антон ШЕВЕРИНОВ

Екатерина НИФОНТОВА

БОЛЬШОЕ ИНТЕРВЬЮ С ФОТОГРАФАМИ

«ФОТОГРАФИЯ – ЭТО ПОКАЗ НЕ ПРОСТО ВНЕШНОСТИ ЧЕЛОВЕКА, А ЕГО ВНУТРЕННЕГО МИРА, ЕГО ИСТОРИИ».

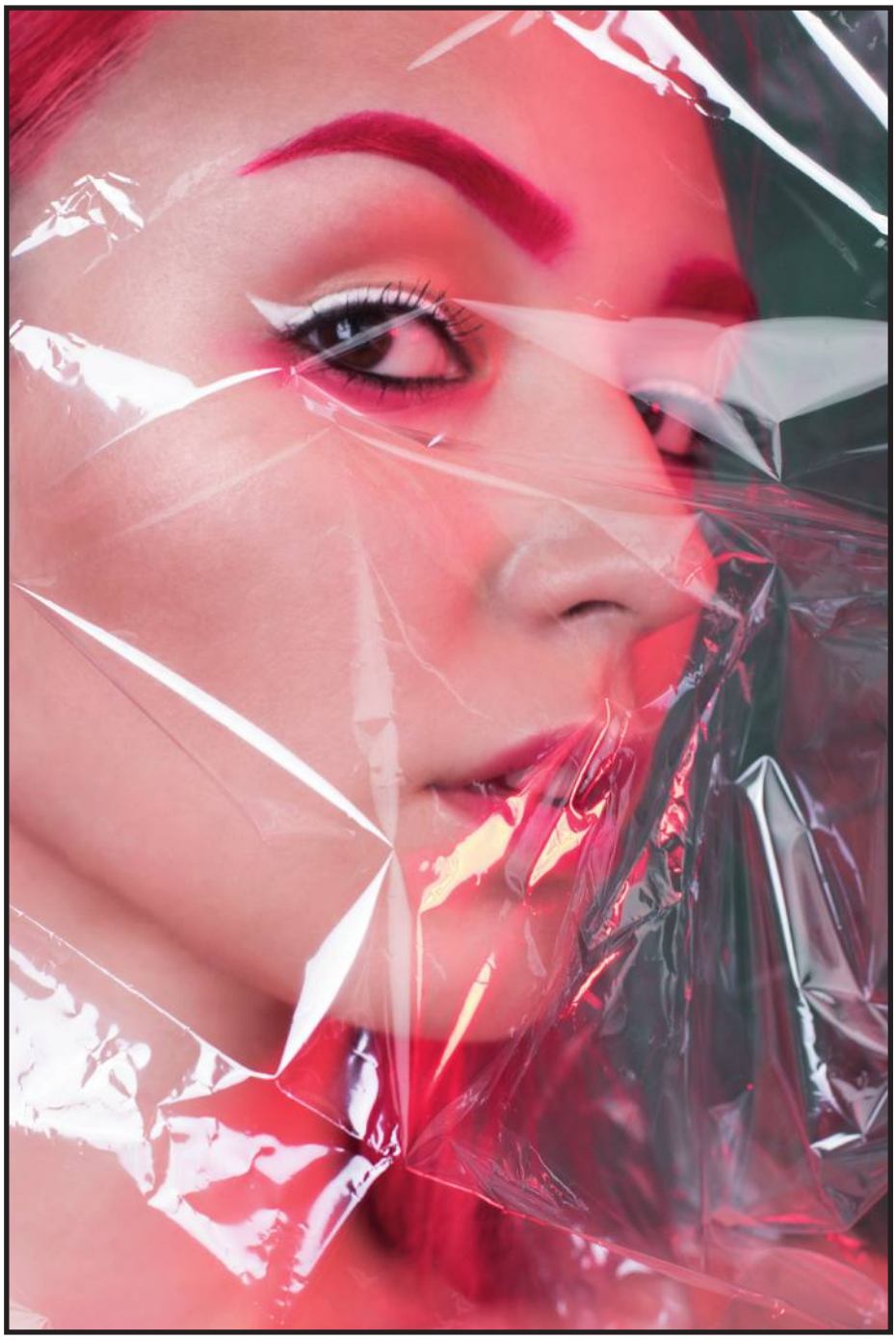
Запечатлеть красоту мира, раскрыть человеческую душу, показать события с иного ракурса и визуально передать идею — это задача не только художника, но и фотографа. Студенты факультета журналистики, которых объединяет любовь к фотографии, рассказали «ЖурФАКТАМ» об особенностях своей работы.

Людмила Макаренко, студентка 3-го курса специальности «Журналистика (веб-журналистика)», куратор фотонаправления Творческого союза факультета журналистики, рассказывает:

— Я специализируюсь на креативных съёмках. И это далеко не просто «щёлк». Это создание образов целиком: работа визажиста, стилиста, дизайнера, аренда или покупка одежды и украшений, подбор локации, продумывание ракурсов и даже поз. Моя задача как творца — создавать необычные, стильные фотографии. Да, в мире много уже снято, тяжело выделяться. Мои работы кое-чем отличаются от других фотографов: мне не нравится создавать естественные кадры. Кто угодно может красиво сфотографировать человека. Чтобы создать что-то необычное, мне нужно делать упор на нестандартность, развивать ее не только в образах, но и в подборе локаций, интересного света, реквизита. Также у меня большой опыт в съёмке спортивных репортажей.

Как обычно проходит фотосъемка?

— Сперва придумываешь и вынашиваешь идею, советуешься с командой. Дальше думаешь над образом. После нужно найти соответствующий реквизи-



Модель: Дарья Королёва / Фотограф: Л. Макаренко

зит, подобрать локацию и свет. Параллельно в голове вырисовываются примерные ракурсы, позы. Перед съёмкой нужно обязательно настроить модель и свою команду на позитивный лад. Лучше снимать под музыку или душевные разговоры. Уже дома я ретушируюполученный материал: пробую разнообразную цветокоррекцию и обработку, иногда применяю фотомонтаж.

Виктория Рихтерс, студентка 2 курса специальности «Журналистика (веб-журналистика)».

С какими проблемами может столкнуться фотограф?

– Расскажу свою любимую историю. У меня была съемка с группой ребят на Минском море. За нее мне должны были заплатить 20 рублей. Параллельно я решила выполнить задание по одному из предметов – по основам фотожурналистики. Моя подруга сказала мне, что аппарат не фотографирует. Я смотрю, в чем причина: батарейка на месте, заряд полный, но оказывается, что не установлена карта памяти. Ехать до общежития было далеко, но и покупать карту за 18 рублей мне не хотелось. Что же делать? Пришлось поехать на метро в сторону общежития. К счастью, мне не пришлось даже сходить с платформы – карточку принесла соседка. Я потеряла полтора часа, зато сэкономила 18 рублей и навсегда запомнила, что нужно внимательнее относиться к аппаратуре и не забывать все дополнения к ней. Бывает еще, что не хватает памяти на карте, и приходится «ужиматься». Также может разрядиться батарейка.

Какие ошибки ты совершала?

– Моя главная ошибка была связана с коммуникацией. Я достаточно общительный человек. Но когда дело касалось работы, возникал какой-то барьер. Поначалу я очень сильно стеснялась разговаривать с моделью. В отзывах о моих съемках, были замечания, что модели приходят к фотографу, чтобы раскрепоститься, а я сама не могла этого сделать. В итоге я все-таки

Модель: Алина Калимуллина / Фотограф: В. Рихтерс

Продолжение на стр. 6 ►

научилась говорить. Люди, которые уже снимались у меня раньше, стали замечать, что я выросла в этом плане, и это грело мне душу.

Алиса Цёсь, студентка 2 курса специальности «Журналистика (веб-журналистика)».

Как ты стала фотографом?

— Желание фотографировать появилось ещё в детстве. Лет в 7 мне подарили мой первый фотоаппарат — маленькую «мыльницу» Panasonic. Фотографировала я все, что видела. Вторая камера появилась где-то в 12 лет, когда мне захотелось снимать ролики для YouTube. Правда, снимать видео я так и не начала, но фотографировать мне все так же нравилось. Когда я поступила на журфак, мне подарили мою третью камеру, которой я пользуюсь сейчас. Я очень люблю снимать людей и природу: нравится нежность и легкость. Я всё ещё учусь фотографировать и, думаю, никогда не перестану совершенствоваться.

Какой была самая запоминающаяся съемка?

— Есть у меня одна маленькая гордость. Как-то в автобусе я увидела красивого светловолосого кудрявого мальчика, а с ним высокого и тоже кудрявого мужчину. Поняла, что это отец и сын.

Тут же я подумала предложить съёмку, но очень волновалась. В итоге решилась подойти, а они... согласились! Оказалось, что они приехали на пару недель в Минск из Израиля, на каникулы к бабушке. Потом мы договорились о встрече, обсудили образы, для мальчика я даже взяла свою рубашечку. Это была самая непринужденная съёмка в моей жизни. Папа с сыном ни разу не позировали, они просто играли друг с другом: бегали, понарошку дрались, шутили. А я «ловила» все эти моменты. Результат получился невероятным!

Модель: Отец - Сергей и его сын - Ноан / Фотограф: А. Цёсь

Все фотографии вышли естественными, живыми и счастливыми. Горжусь, что поборола страх.

Работа фотографов требует немалых усилий, творческого подхода и нескончаемого энтузиазма. Процесс совершенствования навыков требует времени и, наверное, может быть бесконечным, но уже сейчас очевидно, что все это не зря, и факультет журналистки может гордиться своими перспективными студентами.

текст: Егор ДУЛЕВИЧ, Майя ГУРЬЯНОВА

«РАЙОНКА», БОЛЬНИЦА, ДЕТСКИЙ ЛАГЕРЬ. УЗНАЛИ О ПЕРВЫХ РАБОЧИХ МЕСТАХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

Первая работа — это всегда волнительно. Многие сталкиваются с неуверенностью в своих силах и боятся совершить ошибку. Кто-то с первого раза находит работу мечты, а кому-то надо до этого перепробовать многое. Мы решили поговорить с преподавателями журфака об их первой работе.

текст: Анна ВЕЛИКОБОРЕЦ
фото: личный архив / journ.bsu.by

Максим Сергеевич Тютеньков, преподаватель кафедры медиалингвистики и редактирования, начал свой профессиональный путь еще в 10 классе, когда готовился к поступлению:

— Сотрудничал с районной газетой «Наш край» в Барановичах. За 2 года собрал хорошее портфолио: более 50 материалов в разных жанрах.

Во время первой летней практики сотрудничал с каналом «Культура» Белорусского радио. Это была хорошая школа журналистики, которая закаляла меня ежедневно. Помню случай, когда в 10 утра была двухчасовая пресс-конференция, а спустя 5 часов новость нужно было дать в эфир двухминутный материал. Я справился, и новость услышали по радио. На 4 курсе проходил практику на телеканале «Беларусь 3» в отделе новостей культуры, выезжал на различные мероприятия, общался с художниками и артистами, кураторами и посетителями галерей. По окончании практики получил предложение остаться в коллективе. Так с 4 курса я стал штатным корреспондентом Белтелерадиокомпании.

Как вы считаете, нужно ли студентам уже на 1 курсе «гнаться» за тем, чтобы найти работу по специальности?

— Первокурсникам стоит полностью окунуться в студенческую жизнь. Работать еще рано, потому что начало обучения в университете — трудоемкий процесс, к которому стоит привыкнуть.

Татьяна Владимировна Силина-Ясинская, заместитель декана по сотрудничеству со СМИ, старший преподаватель кафедры периодической печати и веб-журналистики, не перестаёт удивлять своей уникальностью и разносторонностью. По первой специальности Татьяна Владимировна — медсестра:

— Моя первая работа и правда была по специальности, на которую я училась. Я работала медсестрой в больнице в отделении патологии новорожденных. Днем я училась, а вечером работала.

Если говорить о журналистике, то началось всё с журналистских практик. Когда я училась, не было разделения по направлениям, а набирали всех по одной специальности «Журналистика». Потом уже определяли на кафедру телевидения и радиовещания или на кафедру периодической печати. Поскольку я была на кафедре телевидения и радиовещания, то начинала с работы на радиостанции «Сталіца». Там у меня были свои рубрики: «Приятного аппетита» и «Путешествия». Потом сотрудничала с программой «Здоровье» на телевидении. На 4 курсе я пошла работать в журнал «Вестник ассоциаций белорусских банков», туда же распределилась и проработала 5 лет. Затем уже пришла преподавать на журфак, где и работаю до сих пор.

Говорят, найдите работу, в которую влюбитесь, и вам не придется трудиться ни одного дня в жизни. А Вы воспринимаете свою работу как труд или работаете для удовольствия?

— Для удовольствия я пеку пирожные. А если говорить серьезно, то я люблю писать, создавать какие-то творческие вещи, в том числе и поэзию, прозу. Занимаясь этим, я отдыхаю.

Свою нынешнюю работу я люблю. Уже почти 20 лет преподаю, и ни разу не пожалела об этом. Преподавание – это вечная молодость. Общение со студентами, новые проекты всегда вдохновляют!

Юлия Ивановна Залесская, старший преподаватель кафедры педагогики и проблем развития образования, начала свой профессиональный путь на 3 курсе с педагогической практики в детском лагере:

— Для меня это был очень крутой опыт. Я до сих пор помню события, происходившие там и людей, которые были вместе со мной. Как для педагога, эта практика была важным этапом личностного и профессионального формирования. Тогда я сделала много открытий, осознала важность практических знаний в жизни.

А преподавать на журфаке я начала в 2013 году.

Ваша работа — приятное времяпровождение или тяжелый труд?

— Мне нравится преподавательская деятельность. Передавать информацию, учить чему-то новому и делать все, чтобы те, с кем ты работаешь, развивались — все это меня вдохновляет и мотивирует. Однако когда ты видишь не 5 групп, а, например, 15 одновременно, тогда это, конечно, перегрузка. Становится тяжело и наступает выгорание, потому что к работе я отношусь очень серьезно.

«СТИЛЬ ЕСТЬ У КАЖДОГО». ВИОЛЕТТА ЗАМИРОВСКАЯ О СВОЕЙ РАБОТЕ

Виолетта Замировская – стилистка и редакторка журнала Fashion Collection. Девушка учится на третьем курсе специальности «Журналистика (аудиовизуальная)», а ее клиенты – выпускники факультета журналистики. «ЖурФАКТЫ» спросили Виолу о том, как увлечение модой помогает на журфаке и сложно ли в девятнадцать лет преуспевать в нескольких сферах сразу.

текст: Анна ТАРАСЕВИЧ
фото: личный архив

В начале своего профессионального пути Виолетта не думала, что будет работать в fashion-журналистике. Но интерес к модной индустрии победил: девушка начала искать варианты стажировки. Летом 2020 года Виола стажировалась в Fashion Collection. Затем журнал на время прекратил свою работу, и третьекурсница продолжала поиски изданий, в которых могла бы публиковаться. Писала всем: издательству Condé Nast, журналам GQ, Vogue, даже одному польскому журналу, хоть и не была уверена, что у нее получилось бы хорошо писать на польском языке.

– Однажды я ехала в метро, и мне позвонил редактор интернет-портала российского журнала Harper's Bazaar, чтобы предложить сотрудничество. Я стажировалась у них и набила руку для написания материалов. В 2021 году мне предложили должность редактора моды в Fashion Collection, там я сейчас и работаю.

– Что входит в твои обязанности?

– Я пишу по четыре-пять материалов в месяц для печатной версии журна-

ла, верстаю и подбираю фотографии. Пишу в жанре интервью и аналитики. Также каждую неделю я выпускаю небольшие публикации про тенденции на сайт.

Виолетта говорит, что с обязанностями у нее все довольно свободно: она сама выбирает что писать, ориентируется на наиболее актуальные течения. Например, две недели назад у нее вышел материал «Игра в кальмара: модные тренды из популярного корейского сериала», так как это было на гребне волны.

– Какие материалы запоминаются больше всего?

– Каким бы крутым ни был аналитический материал, это не заменит удовольствие общения с людьми. Даже просмотры на сайте показывают, что людям интереснее читать интервью. Мне понравилось говорить с основательницей дома платьев LI'TELLE. Он находится в центре Минска. Никогда еще я не видела подобных мест. Когда заходишь туда, чувствуешь себя как в сказке. Там все платья ручной работы, в них все продумано до деталей. Также мне запомнилось интервью с дизайнером интерьера в студии дизайна Dizzo. Еще писала интервью с косметологом. Героиня моего материала оказалась настолько приятной, что я записалась к ней на процедуру. Когда я пришла к ней с новым имиджем, она меня не узнала, но потом поняла, кто я, и очень благодарила за интервью. В нем, кстати, не понадобилось ни одной правки.

– Мода и журналистика: в твоей жизни эти сферы дополняют друг друга?

– Конечно, эти две сферы хорошо переплетаются в моей жизни. Например, к семинарам по fashion-журналистике я почти не готовлюсь, потому что могу поддержать беседу на любую тему. По журналистскому мастерству нам каждую неделю нужно делать зачетное задание, и преподаватель засчитывает мои видео в Tik Tok. Это приятно.

Виола также участвует в съемках проекта Brands Fashion Show, занимается «бэкстейджами» и иногда выступает в роли ведущей. Это требует поставленной речи и умения вести себя в кадре. Этому Виолетту научили именно преподаватели журфака Егор Вячеславович Хрусталёв, Светалана Алексеевна Боровская, Ольга Николаевна Бельмач. Виола не выходит на публику без разминки речевого аппарата, без работы над диафрагмой и языком. Она продумывает все детали речи, ей несложно писать сценарии для «Тик-токов».

– Мне кажется, что таким увлеченным людям мало 24 часов в сутки. Как ты все успеваешь?

– Я всегда продумываю соотношение работы и учебы в жизни. Корреляция помогает брать от учебы максимум полезных знаний, – рассказывает стилистка.

На зачетную неделю девушка не ставит себе много работы, так как понимает, что придется выложиться по полной. Старается брать курсовые работы и рефераты на темы, которые связаны с ее интересами.

– Сейчас у меня курсовая работа на тему, связанную с имиджем телерадиокомпаний, а руководитель курсовой предложила в последней главе мне самой дать рекомендации по имиджу. Приятно, когда ты можешь выступить в роли эксперта.

– Среди преподавателей журфака есть те, которые выделяются своим стилем или чей стиль тебе импонирует?

– Определенный стиль есть у каждого, и у всех он очень разный. И мой ответ на этот вопрос не что иное, как «субъективщина» и «вкусовщина». Стержень стиля наших преподавателей– их образованность, интеллект и умение преподносить информацию. Когда преподаватель читает лекцию, мы, студенты, не обращаем внимание на его одежду. Мы смотрим на его отношение к нам, к предмету, на то, какие цели он преследует. Я знаю далеко не всех преподавателей, в основном это моя кафедра. Могу отметить своеобразный стиль Натальи Григорьевны Стежко. Она одевается в стиле Chanel с ретро флером, всегда выглядит с иголочки: каблучок, юбка классического кроя, пиджак, ухоженная прическа. Это ее характерный стиль, который всегда будет вне времени. Нравится мне также стиль телеведущей Светланы Алексеевны Боровской. У нее хара́ктерность в том, что преобладают натуральные оттенки и ткани, все довольно объемное, но при этом в меру строгое. Привлекает ее зализанный хвост, большие очки, серьги. Мы постоянно делаем ей комплименты. Еще я вдохновилась стрижкой Раисы Ивановны Мелешевич, ее красивым холодным блондом. Видно, что человек как минимум интересуется стилем, тщательно подбирает детали образа. Ну и, конечно, меня привлекает ее тактичность и харизматичность.

– Есть ли у тебя клиенты с журфака?

– Никто из сверстников ко мне не обращался, зато могу рассказать одну историю, как-то у меня и еще трех стилисток брала интервью журналистка раздела fashion портала Лора. Она окончила журфак 10 лет назад. Это интервью в сторис увидела ее одногруппница. Она подписалась на всех четырех стилисток, следила за нами два месяца в Instagram и записалась именно ко мне. Она отметила, что я хорошо себя

У Виолетты с ее молодым человеком парный гардероб.

позиционирую и у меня яркая и понятная подача информации в блоге.

– Читаешь ли ты книги? Какие книги о моде можешь посоветовать?

– Я люблю научно-популярную литературу. О моде книг читаю мало, потому что просто сошла бы с ума. В силу работы мне и так приходится читать много статей, публикаций о моде. Поэтому выбираю отвлеченные темы, чтобы на время отойти от fashion-сферы. Но одну книгу все же отмечу – это «Дресс-код». Она очень простая, интересная, недорогая. Затрагивает и модную журналистику, и fashion-индустрию в целом, поднимает вопросы экологии и психологии. Кстати, это публицистика, что для меня плюс. Я не люблю художественную литературу. Иногда могу читать биографии дизайнеров и историю искусств. Это точно поможет развиваться в моде.

– Блиц. Лучшие кроссовки?

– Balenciaga Track

– Самая удобная одежда?

– Спортивные джоггеры

– Самая дорогая вещь в твоем гардеробе?

– Кожаная сумка-шоппер Lacoste

БЕЛОРУССКО-КИТАЙСКИЙ МЕДИАЦЕНТР ОТКРЫЛИ НА ЖУРФАКЕ

Проект позволит повысить качество практической подготовки будущих журналистов и развить межкультурный диалог белорусских и китайских студентов. О новом подразделении рассказала заместитель декана по международной деятельности и интернационализации образования Виктория Коршук.

текст: Алеся ДАВИДОВИЧ
фото: journ.bsu.by

– Виктория Владимировна, расскажите, кому принадлежит идея создать белорусско-китайский медиацентр?

– Наш партнер Ван Яотянь, учредитель «Образовательного центра «Яотянь»» (КНР), обратился к ректору БГУ и декану нашего факультета с этой инициативой. Он предложил создать медиаплатформу для информирования китайской аудитории о жизни БГУ и Беларуси в целом.

– Какие возможности открылись благодаря медиацентру?

– Глобальная цель проекта – интеграция Беларуси и Китая в области образования. Для белорусских студентов участие в работе наше-го медиацентра – это способ прокачать навыки в различных направлениях журналистики. Кроме того, это прекрасная возможность познакомиться с китайской культурой, выучить китайский язык, и даже зарекомендовать себя в проектах, позволяющих продолжить обучение в китайских ВУЗах.

Хочется, чтобы китайские студенты не чувствовали себя в университете чужими. Поэтому важно, чтобы белорусские и китайские студенты преодолевали барьеры в общении, развивали межкультурный диалог. Этому поспособствует работа нашего медиацентра.

Наконец, мы заинтересованы в поддержании позитивного имиджа факультета журналистики и БГУ в Китае. Да, китайские студенты имеют языковые трудности. Однако они очень дисциплинированные, ответственные, трудолюбивые, и мы надеемся, что они приложат усилия для укрепления отношений наших стран.

– Какие проекты действуют в медиацентре?

– Названия наших проектов отражают их задачи: «Важное для студентов», «Поступающим на журфак БГУ», «Жизнь БГУ», «Партнерство Беларуси с Китаем». В рубрике «Призвание преподавать» скоро выйдут интервью с преподавателями. Один из проектов называется «Культурный шок». В развлекательных репортажах белорусские и китайские студенты знакомятся с блюдами, народными традициями обеих стран.

Для работы медиацентра оборудовано специальное помещение, которое по своей технической укомплектованности может посоревноваться с современной редакцией. Предполагается, что в будущем Белорусско-китайский медиацентр станет базовой площадкой по созданию студенческих медиа. Студенты смогут работать в 236 аудитории с 10 до 13 часов. Отрадно, что ребята из других студенческих СМИ уже предлагают совместные проекты. Например, в газете «Журфакты» может появиться страница на китайском языке, где материалы, возможно, будут дополнены QR-кодами, отсылающими к видео медиацентра.

Помимо журналистских, в медиацентре будут реализованы образовательные проекты, например, дополнительные семинары и практические занятия с ведущими учеными и практиками.

– Сколько студентов входит в творческий состав медиацентра?

– К нам присоединились уже более 70 ребят. Хотелось бы, чтобы работа была системной. Поэтому в ближайшее время наши активисты проведут встречи со студентами и расскажут о вариантах сотрудничества. Пользуясь случаем, приглашаю студентов к нам. Каждому мы найдем занятие по интересам.

Проректор Константин Козадаев вместе с учредителем Образовательного центра «Яотянь» Ван Яотянем торжественно перерезают красную ленту

Китайские студент работают над новым выпуском интервью для рубрики «Призвание преподавать»

Страница медиацентра в китайской соцсети WeChat

Я УСТАЛ, Я БОЛЬШЕ НЕ МОГУ. ПСИХОЛОГ РАССКАЗЫВАЕТ ОБ ЭМОЦИОНАЛЬНОМ ВЫГОРАНИИ И КАК С НИМ СПРАВИТЬСЯ

Иногда сильно погружаешься учебу и работу, а потом чувствуешь, что сил вообще нет, и даже отдых не помогает. В некоторых случаях это может быть признаком выгорания. Что это такое, какие есть причины и как с ним бороться, расскажет педагог-психолог факультета журналистики Юлия Геннадьевна Яцкевич.

текст: Екатерина УМРИХИНА
фото: личный архив

Дарья Рачко, студентка 2 курса специальности «Журналистика (веб-журналистика)» столкнулась с выгоранием в этом году:

– Мне ничего не хотелось делать. Какая-то лень напала, учитывая, что обычно я очень продуктивный человек. На работе выгорание не отразилось, а учеба пострадала. Я не ходила на пары, не делала домашнее задание и вообще хотела бросить университет. Поняла, что если сейчас не возьму себя в руки, придется тратить много времени, чтобы все это разгрести, и тогда пострадает работа, которую я очень люблю.

– Выгорание – это состояние, которое возникает в виде эмоционального, физического и мотивационного истощения как реакция на серьезный стресс в профессиональной деятельности, – объясняет **Юлия Геннадьевна Яцкевич, педагог-психолог факультета журналистики**. – Понятие «эмоциональное выгорание» в 1974 году ввел американский психиатр Г. Фрейденбергер. Синдром характеризуется цикличностью. Вначале человек очень воодушевлен. Но из-за монотонности, стресса, отсутствия баланса между личным и рабочим нарастает истощение.

Выгоранию подвержены в основном люди, чья профессия связана с коммуникацией, поэтому изначально выгорание фиксировали у психологов, медицинских и социальных работников. Сейчас понятие рассматривают шире и считается, выгорание может произойти в любой профессиональной среде.

– Причины выгорания могут быть психологические и средовые. Если мы говорим про средовые, это, например, температура помещения, монотонность или ненормированный рабочий график, – отмечает Юлия Геннадьевна. – Психологические причины связаны с отношениями внутри коллектива, самореализацией и ответственностью. Если человек не восполняет свои внутренние силы, ожидания от работы не оправдываются, происходит разочарование: работник обесценивает свой опыт и труд, объективирует коллег или клиентов. Выгорание может выглядеть как депрессия, полная апатия, отсутствие мотивации.

Такое состояние влияет не только на настроение, но может привести к более тяжелым последствиям:

– Это сильный дисбаланс между тем, что человек берет от жизни, и тем, что он отдает. В начале выгорание может быть эмоциональным. Далее идет физическое отсутствие сил и мотивационное истощение, когда человек не видит смысла в деятельности. Дальше может случиться субдепрессивное состояние, когда человек в полной мере не может быть встроенным в общество, реализовывать свой потенциал и жить счастливо, – продолжает Юлия Геннадьевна. – Если ничего не делать, может начаться соматизация и развиться болезнь. Выгорание часто связано с зависимостями, например, с алкоголизмом или заеданием стрессов, попыткой неосознанно восполнить баланс, отключиться от ситуации.

Юлия Геннадьевна обращает внимание на то, как распознать и предотвратить выгорание:

– Вот самые явные признаки: вы включаетесь в деятельность, много вкладываете и замечаете, что устали, а отдых не помогает расслабиться, вы посвящаете работе 80–90% времени, забываете отдохнуть и не хотите больше делать то, что раньше вам нравилось. Чтобы предотвратить выгорание, постоянно отслеживайте баланс между тем, что вы даете, и тем, что получаете, будь то деньги, время, силы. Делайте то, что нравится. Смотрите, сколько времени занимает работа и сколько вы оставляете для себя, общения и хобби.

Есть очень хорошая книга под названием «Выгорание» от Эмили Нагоски. Там все понятно написано.

Порой от выгорания могут страдать ваши родные и друзья. Юлия Геннадьевна подсказывает, что делать, если заметил тревожные признаки у близкого:

– Спросить. Если друг не знает об этом понятии, расскажите, что такое выгорание. Запомните: если вы заметили признаки выгорания у вашего близкого, то это в первую очередь его ответственность сделать что-нибудь. Если человек не готов или отрицает, вы ничем не поможете. Выдохните, расслабьтесь и займитесь своей жизнью.

«ТУТ НИКОГО НЕ ТРУДОУСТРАИВАЮТ»: ПУГАЮЩИЙ ОПЫТ РАБОТЫ

текст: Екатерина НИФОНТОВА
фото: личный архив

Яна Иванюк, студентка 3 курса специальности «Журналистика (Веб-журналистика)». Работала бариста.

– На 1 курсе я устроилась работать бариста в кофейню. Для этого не нужен был опыт работы: брали всех желающих. В первый день мне рассказали, что и как делать, и поручили работать помощником: мыть посуду, убирать и тд. Я работала с девушкой, которая обучала меня. Она сказала мне, что тут никого не трудоустраивают. Моя стажировка должна была длиться 4 часа. Получилось иначе: девушка собралась, сообщила, что ее рабочий день окончен, а бариста на смену не придет, и ушла. Я осталась одна в кофейне. Я еще не умела готовить кофе, не знала, как работать с кассой. Мне до сих пор жаль всех тех людей, которым я что-то готовила. Я проработала до 9 часов вечера. В девять вернулась девушка, которая была утром. Я уже уходила, она пыталась меня остановить.

Более того, условия работы были отвратительные: тараканы, антисанитария, подавали просроченные продукты, отсутствовала санкнижка, никого не трудоустраивали официально. Наш начальник был не самым приятным человеком: он запрещал на рабочем месте разговаривать с клиентами, приходить в кофейню в нерабочее время и приводить знакомых. В кафе висели камеры, и если ему что-то не нравилось, он звонил и выдвигал претензии. Как-то раз пришла девушка, заказала сэндвич и кофе. Я поздравила её с восьмым марта, начальник тут же позвонил на рабочий телефон, стал спрашивать: зачем ты разговаривала, кто это был? Я проработала там месяц и мне выплатили... 22 рубля! Потому что начальник постоянно ставил необоснованные штрафы. Я ушла с этой работы.

Яся Просина, студентка 3 курса специальности «Журналистика (Печатные СМИ)», работала в кофейне и в кинобаре.

– Я работала бариста. Отношение к сотрудникам было отвратительное: нас считали мусором. Были намеки совсем не рабочего характера со стороны начальства. В итоге меня уволили без предупреждения и непонятно за что. В один день зашла посмотреть график, а там меня нет.

Еще я работала в кинобаре. Не скажу, что там ужасно, но было так много смен, что я буквально жила на работе. Произошла неприятная ситуация: я стояла за прилавком, ко мне подошел пьяный мужчина и сказал: «Пойдем, покурим. Я буду ждать тебя после работы». В тот момент мне стало страшно настолько, что пришлось позвонить отцу, чтобы тот встретил меня и забрал с работы.

Виктория Капитан, студентка 2 курса специальности «Журналистика (Печатные СМИ)». Работает бариста.

– Я работаю в кофейне уже два месяца – мне нравится. У кафе есть три точки, одна из которых расположена на станции метро Грушевка. Моя основная точка расположена на проспекте Победителей, где чуть меньше поток людей, чем на Грушевке. На Победителей все ребята дружные, никто ни на кого не кричит, даже если на потоке идёт что-то не так. На Грушевке по-другому. Там у меня была одна ужасная смена, когда я только начинала работать. Я впервые столкнулась с таким наплывом посетителей – еще большим, чем обычно – и старалась быстро выполнять работу. И тут другая сотрудница кафе начала меня подгонять: «Давай быстрее. Ты делаешь не так! Почему ты такая медленная?» Я терпела, думала, что эта девушка куда опытнее меня. Но позже с моей стороны началась пассивная агрессия. Я делала все просто ради того, чтобы сделать. Через час она снова начала: «Ты не так делаешь». К слову, она сама работала в том же темпе , что и я. Почему она наезжала на меня, когда сама не лучше? Позже я по её «приказу» относила заказы не только в зал, но и за столики на улице. Я была в футболке и на следующий день мне было плохо: разболелось горло, я простыла. Это была моя самая неудачная смена.

СЪЕМНОЕ ЖИЛЬЕ И IPHONE: КУДА ТРАТЯТ ЗАРПЛАТУ СТУДЕНТЫ ЖУРФАКА?

Совмещать учебу с работой для современных студентов – обычное дело. Кто-то пытается устроиться по специальности, чтобы получить опыт, кто-то идет в любую сферу, дающую хороший заработок. Для большинства работать – значит быть независимым от родителей. Куда же уходят заработанные деньги?

текст: Полина ГАРДЕВИЧ
фото: личный архив / сайт СТВ

Анастасия Подлипская, студентка 3 курса специальности «Журналистика (веб-журналистика)»:

– Я начала работать, чтобы покупать то, что мне хочется, не зависеть от родителей. Мне кажется, на третьем курсе человек должен быть достаточно взрослым и самостоятельным, чтобы не клянчить по мелочам. На мелкие покупки не уходит весь мой заработок, и удается копить на мечту. Сейчас, например, собираю деньги на летний отдых. Я работаю телевизионным репортером, поэтому часть зарплаты уходит на одежду, на то, чтобы привести себя в порядок и хорошо выглядеть в кадре.

Как-то раз мне захотелось порадовать себя чем-то стоящим. Мой взгляд упал на новый iPhone 13 Pro Max. Он мне сразу понравился внешним видом, параметрами, и я решила его купить. От работы всегда стараюсь брать максимум, поэтому деньги на такую дорогую покупку у меня были. Так, я самостоятельно осуществила свою мечту благодаря работе.

Джейлан Сильванович, студентка 4 курса специальности «Журналистика (веб-журналистика)»:

– Свою зарплату я решила вложить в саморазвитие: хожу на курсы английского языка. За 4 месяца – 1600 BYN. Но осталась очень довольна школой, которую выбрала. Мне нравится сервис и преподаватель, от которого, на мой взгляд, зависит большая часть успеха.

Учеба, работа, курсы – все это отнимает много времени, приходится жертвовать отдыхом. Это плохо сказывается на здоровье и эмоциональном состоянии. В последнее время особенно стало тяжело вставать по утрам и заставлять себя что-то делать. Не хватает сил даже на ведение аккаунта в Instagram. Работать в свободное от учебы время – отличная возможность обеспечивать себя, но важно не переусердствовать.

Валерия Кабак, студентка 3 курса специальности «Журналистика (веб-журналистика)»:

– Я работаю в газете, поэтому зарплата не такая большая, как хотелось бы. Практически половина заработка у меня уходит на съемное жилье. Мы с подругой снимаем комнату пополам, но даже несмотря на это, выходит дорого. Снимать жилье в Минске – удовольствие не из дешевых. Не хочу, чтобы квартиру мне оплачивали родители. Думаю, двадцатилетняя девушка в состоянии зарабатывать на это сама.

Жилье пришлось искать в последний момент, за пару дней до учебы. Столько, сколько мы платим за нашу комнату, с учетом ее состояния, – это дорого. Но, думаю, вариант получше найти будет сложно. К тому же, меня устраивает расположение: 15 минут на автобусе до университета и две остановки на троллейбусе до метро.

Кроме того, часть зарплаты я откладываю на летнее путешествие. Раз уж работаю, могу себе позволить повидать мир. То, что остается от зарплаты после всего этого, уходит на питание и всякие мелочи.

Ксения ЗАРЕЦКАЯ

«ПОСЛЕДНЕЕ СЛОВО» – ДОБРОЕ КИНО ПРО ЖУРНАЛИСТИКУ, ПРО ДРУЖБУ И ПРО ЖИЗНЬ

priormovie.com

Журналисты довольно часто становятся главными героями фильмов и сериалов, но в большинстве случаев они предстают грубыми, беспринципными и готовыми на всё ради эксклюзива. Создаётся впечатление, что их работа строится только на предательствах, подлостях, нарушении личных границ. Нет, мы не будем надевать розовые очки: и такое бывает в журналистской среде, как, впрочем, и в любой другой профессии, однако именно за журналистами закрепились столь нелицеприятные образы, как «желтушники», «папарацци» (в переводе с итальянского – назойливый комар), «стервятники» и так далее. И как же приятно наткнуться на фильм, где о профессии, с которой ты связал жизнь, говорят пусть и немного наивно, но с любовью.

«Последнее слово» – история о молодой журналистке Энн, которая специализируется на написании некрологов, и богатой бизнес-леди Хэриетт, которая устала от жизни, но не может уйти, оставив дела незаконченными. Она нанимает Энн, чтобы та написала её некролог ещё при жизни. И этот некролог должен быть идеальным, должен раскрыть все положительные черты Хэриетт, должен стать завершением ее долгой, полной трудностей и побед жизни.

Энн старается. Она делает всё, что может, она связалась более чем с сотней людей, но никто, абсолютно никто, не может сказать про Хэриетт ни одного доброго слова. Журналистка злится: ей самой не нравится эта женщина, и это задание тоже не нравится. И она не собирается врать и выдумывать тёплые слова. Энн честно говорит: «Ваша жизнь – вот такая. На один абзац. И я ничего не могу поделать».

Хэриетт... Она ведь действительно ужасная. Считает, что знает эту жизнь лучше всех, никому не позволяет действовать против её воли, уверена в непогрешимости собственных суждений. И она решает за оставшееся время стать хорошим человеком. Кто как не Энн сможет ей с этим помочь?!

Хэриетт берёт опеку над «проблемной» чернокожей девочкой, устраивается работать на радио и пытается растормошить Энн, которая, вообще-то, мечтает стать писательницей-эссеистом.

Принципиальная бизнес-леди не перестаёт быть самой собой даже перед лицом смерти. На слова врача о том, что ей осталось жить совсем немного и что он даже не может дать точный прогноз, она заявляет: «Меня это не устраивает».

Она не просит прощения у дочери, которую не видела уже много лет, не перестает ссориться с мужем, который давно уже бывший, и нападает на агентство, из которого её несправедливо выгнали.

Когда Энн признается Хэриетт, что боится совершать ошибки, так отвечает: «Нет, ты не создаешь ошибки. Ошибки создают тебя. Ошибки делают тебя умнее. Они делают тебя сильнее и увереннее. Падай лицом вниз. Ошибайся. Проваливайся с треском. Когда ошибаешься – ты учишься. Когда терпишь поражение – ты живёшь».

Концовка фильма предсказуема, читается с первых же кадров, но это совсем не минус. Это закономерность. Жизнь всегда заканчивается, и разве не лучше, если это происходит в кругу близких людей, под песни любимой рок-группы «The Kings», с осознанием, что в твой некролог будет о чем написать?

«Это лучшее, на что мы можем надеяться. Что нас не забудут», – слова Энн на поминальной церемонии самой несносной женщины штата. Вот в этом и есть основная задача журналиста. Пусть и такого, что пишет лишь некрологи. Не позволять людям забыть о самом важном, быть голосом, пусть назойливым, пусть порой раздражающим, но непрестанно заставляющем помнить о том, что нельзя отрекаться от человечности.

«Последнее слово» – очень тёплая картина, идеально подходящая для мрачных ноябрьских вечеров. Режиссёру Марку Пеллингтону и актрисам Ширли Маклейн и Аманде Сейфорд удалось создать умное, смешное и, как бы банально это ни звучало, доброе кино про журналистику, про дружбу и про жизнь.