Международные связи

«Улучшение качества преподавания — наш девиз»

В начале февраля Высшую школу управления и бизнеса посетили с деловым визитом координаторы совместного академического проекта ВШУБ и Банковской Академии г. Франкфурт-на-Майне (Германия) программы ТРАНСФОРМ г-да Анне Штанге и Вильхельм Клаус.

Г-жа Анне Штанге получила университетское образование по специализации языки и экономика. С 1996 года она работает в Банковской Академии в отделе повышения квалификации. Г-н Вильхельм Клаус уже 26 лет работает в банковской сфере. Он сам заочно учился в Банковской Академии и является дипломированным специалистом банковской системы. В течение 8 лет г-н Клаус работает в звании доцента в Германии и почти 6 лет занимается преподаванием и участвует в различных международных проектах. За это время он более 40 раз проводил научные семинары в различных странах мира.

Сотрудничество немецких коллег с Высшей школой началось в 1996 году и продолжается в настоящее время. Во время последнего визита г-д Штанге и Клауса наш корреспондент Ирина Уточкина встретилась и побеседовала с ними.

— В чем состоит суть вашего академического проекта?

А.Ш.: Банковская академия очень активно принимает участие в работе по повышению квалификации как в Германии, так и за рубежом. Наши визиты в Беларусь проходят в рамках программы ТРАНСФОРМ, которая финансируется Министерством иностранных дел Германии. Я осуществляю всю координационную работу этого проекта.

В.К.: В ноябре 1996 года я прибыл сюда впервые. Мы начали с подготовки семинаров и первого выпуска магистров, который уже состоялся. С 1997 года мы активно проводили семинары и одновременно начали подготовку для заочного обучения магистров, составили 10 учебных пособий. На стадии подготовки я проводил переговоры со многими белорусскими экспертами. Это были представители как ВШУБ, так и банков. Мы подобрали команду: 2 эксперта с белорусской стороны и 1 — с немецкой стороны.

Первый выпуск магистрантов состоялся три года назад. Мы разделили весь срок обучения на 4 семестра, магистранты-заочники получили наши пособия на каждый семестр по три и должны были с их помощью подготовиться самостоятельно. В феврале 1998 года в обучении приняли непосредственное участие авторы пособий, они проводили и семинары. В конце каждого семестра слушатели сдавали экзамены.

В прошлом году как продолжение учебных занятий мы провели деловую игру, и участники могли ознакомиться со сделками и операциями, которые в настоящее время проводятся в международных банках. В результате, магистрантам удалось успешно выдержать выпускные экзамены.

— Экономические системы Германии и Беларуси во многом отличаются. Не испытывали ли вы трудностей в том, что полученные теоретические знания не находили практической поддержки у слушателей Высшей школы?

В.К.: Конечно, эти проблемы существовали и будут существовать еще какое-то время, потому что законодательство в Беларуси отличается от немецкого. Но в некоторых областях, таких как "кредитные сделки" или "международные денежные операции" все происходит таким же образом, как и за границей. Что касается некоторых других предметов – эти знания пригодятся в будущем. Например, "менеджмент рисков" или "контролинг" сейчас не распространены, но в будущем, если ваша банковская система придет к такому же функционированию, как и во всем мире, они обязательно найдут применение.

А.Ш.: Мы всегда обращаем внимание на то, чтобы не только немецкие преподаватели проводили семинары, но и белорусские коллеги принимали участие в этом процессе и указывали своим зарубежным партнерам на те отличия, которые здесь существуют. Кроме того, они могут ответить на любые вопросы слушателей. В настоящее время именно ваши преподаватели продолжают вести занятия по всем предметам курса.

В.К.: Люди, которые преподают здесь, имеют связи с другими республиками. Они действительно хорошо знают все, что происходит на территории постсоветского пространства.

(Окончание на 2-й стр.)

ГАЗЕТА БЕЛАРУСКАГА ДЗЯРЖАЎНАГА ЭКАНАМІЧНАГА УНІВЕРСІТЭТА

ЭКАНАМІСТ

ВЫХОДЗІЦЬ АДЗІН РАЗ У ДВА ТЫДНІ

№ 3 (744)

СЕРАДА, 23 ЛЮТАГА 2000 года

Заснавана ў студзені 1977 года
Кошт па падпісцы 10 000 рублёў

Университетский Олимп

Премии — одаренным

В нашем университете впервые столь торжественно состоялась церемония награждения студентов, ставших лауреатами I Республиканского конкурса творческих работ по общественным наукам, посвященного единению славянских народов. 15 наших студентов разных факультетов были награждены премиями специального фонда Президента Республики Беларусь по социальной поддержке одаренных студентов и школьников. Всего лауреатами этого конкурса в республики определено 196 человек, почти десятая часть — наши студенты. Такой результат творческой деятельности молодежи БГЭУ не может не радовать.

Поздравляя победителей конкурса, Нина Владимировна Пташник, секретарь Совета специального президентского фонда, отметила, что в нашем вузе учится, безусловно, талантливая молодежь, которая неизменно из года в год радует как руководство университета, так и иные республиканские структуры своими успехами. В БГЭУ немало лауреатов престижных республиканских и международных конкурсов. Поэтому фонд и заинтересован оказывать конкретную помощь молодым талантам в их становлении. К примеру, если в 1996 году, когда фонд только начинал свою деятельность, 200 студентов получили материальную поддержку в виде стипендий и премий, то в нынешнем году за успешную учебу и активную научную деятельность поощрены уже более 1000 человек. Глава нашего государства хорошо понимает важность и настоятельную необходимость поддержки и развития одаренной молодежи, подчеркивая неизменно в своих выступлениях , что это основной капитал нашей страны.

Фонд разработал две новые комплексные целевые программы "Одаренная молодежь" и "Обществоведению XXI века инициативу и творчество одаренной молодежи", которые призваны еще шире вовлечь молодежь республики в активную научную и общественную деятельность, помочь им утвердиться, определить приоритеты своих знаний и выбрать наиболее правильный путь дальнейшей работы.

Творческие работы студентов этого конкурса касались как темы экономических взаимоотношений с нашим восточным соседом, так и исторических корней дружбы славянских народов. Весьма примечательно, что конкурс проводился в преддверии подписания договора о Союзе и показал, что нашей молодежи не безразличны отношения между Беларусью и Россией, каким будет дальнейшее сотрудничество двух стран. Будущие экономисты-практики пытаются прогнозировать глобальные экономические перемены на всем постсоветском пространстве, ведь всем известна необходимость налаживания связей между производителями на основе партнерских отношений. Наши экономики настолько завязаны друг с другом, что без координационных советов здесь не обойтись, правда, в основу этих отношений легли иные, рыночные механизмы. Эти проблемы нашли отражения в таких студенческих научных работах как "Международная экономическая интеграция и место Республики Беларусь в интеграционных процессах" Елены Маковской, студентки 3 курса ФМЭО (научный руководитель — ассистент кафедры экономической теории и истории экономических учений Л.Б. Мусич); "Изучение макроэкономических показателей Республики Беларусь" Натальи Захаренковой, студентки 3 курса УЭФ (науч. рук. — доцент кафедры экономической теории Н.Н. Сухарева); "Молодежь и политика" А. Нарышкина, студента 3 курса ФМ (науч. рук. — доцент кафедры политологии В.Л. Ефременко.

С наградами студентов поздравил и первый проректор нашего университета профессор С.П. Гурко, который подчеркнул в своем выступлении, что избранный студентами путь правильный и он обязательно даст свои плоды в будущем. Ведь в науке нет столбовой дороги и каждый к успеху идет своим путем. Поэтому останавливаться на достигнутом никак нельзя, надо продолжать поиски, пробовать себя и в других научных направлениях.

Многие работы студентов, участвующих в конкурсе , были посвящены истории, культуре наших братских народов — "Мифология славян как историческая форма духовной культуры" Н. Кима, студента 2 курса ФМЭО, его однокурсник В. Завадский направил свое творческое мышление на изучение "Цивилизованного развития славян" по работе Н.Я. Данилевского "Россия и Европа" (науч. рук. — доцент кафедры философии Е.А. Криштапович), студентки 2 курса ФМ О. Совко и И. Кононович в своей работе "Пушкин как выдающийся политический мыслитель" постарались раскрыть как поэт-классик помогает становлению личности в наше непростое время.

Следует особо отметить и вклад наших преподавателей в успех творчества студентов, которые уделяют немало внимания в своей работе развитию в молодежи способностей. Так ассистент кафедры экономической теории Ж.П. Гляцевич была руководителем 4 научных работ, авторы которых стали лауреатами нынешнего конкурса, а доцент кафедры гражданского права Л.Я. Островский вправе разделить успех троих своих студентов, которые также стали лауреатами.

Плодотворно в этом направлении поработали и кафедры философии (проф. В.К. Лукашевич), политологии (доцент В.Л. Ефременко, профессор Н.В. Кузнецов), экономической истории и др. Все они, выступая на церемонии вручения наград, высоко оценили труд своих учеников и выразили желание продолжить научную работу со студентами и в будущем.

После завершения выступлений участников награждения ждал "сладкий стол", за которым они могли свободно общаться и обмениваться своими впечатлениями. За такую неординарную заботу следует сказать отдельное спасибо руководству нашего университета, которое не поскупилось на поощрение студентов и превратило вроде бы рядовое мероприятие в яркий и запоминающий праздник.

На снимках: секретарь Совета президентского фонда Н.В. Пташник рассказывает студентам о деятельности фонда; профессор С.П. Гурко вручает диплом студентке 3 курса ФМЭО Елене Маковской; зав. кафедрой философии В.К. Лукашевич со своими студентами Н. Кушнеровой (2 курс ФМ), Н. Кимом, В Завадским (ФМЭО).

Фото Н. Леонова.

Сегодня — День защитников Отечества!

Мы от всей души поздравляем сильную половину нашего университета с этим праздником! Мужества им, чести и доблести, чтобы их любимые женщины всегда чувствовали себя зашишенными, не обделенными мужским вниманием.

Слово "ветеран" всегда звучало как-то по-особенному из уст русского, белоруса. И это неспроста. После окончания Второй мировой вряд ли нашлась бы хоть одна советская семья, которую обошло стороной военное лихолетье. Проходят годы. Забываются ужасы Великой Отечественной. Но даже в мирное время отголоски войны не дают покоя, то и дело нарушая людские будни.

Задумывались ли вы над тем, сколько "сюрпризов" в виде взрывчатки, боеприпасов хранит белорусская земля? Наверняка нет. "Сотни тысяч, возможно, миллионы", — сообщил мне в разговоре Валерий Васильевич Артемов, председатель профкома сотрудников университета. Об этом он знает не из прессы и телевидения, а... из своего личного опыта.

«Сюрпризы» войны ждали своих героев

Есть люди, для которых быть полезным обществу, рисковать своей жизнью ради спасения тысяч других – не просто высокопарные фразы. Один из них – Валерий Васильевич, человек, которого знают преподаватели и сотрудники университета как защитника своих профессиональных интересов. Среди документов о профессиональном образовании Валерия Васильевича Артемова есть один, который вызывает в его памяти немало волнующих воспоминаний. Впрочем, об этом по порядку.

1967 год. Его, восемнадцатилетнего парня, призвали на службу в армию. Никому в те времена не приходило в голову "отлынивать" от армейской службы, но даже тогда защемило в сердце у родных Валерия – местом своей службы парень добровольно выбрал специальность разведчика-пиротехника в инженерных войсках. Специализация – разминирование авиационных бомб. За два года службы на личном счету у Артемова 1228 разминированных снарядов, в том числе и порядка 87 авиационных бомб, "охотиться" за которыми приходилось по всей территории Беларуси.

Было ли тяжело, страшно? Как любому человеку. Еще в школьные годы Валерий увлекался самодеятельным туризмом. Служба в армии, да еще по такой "героической" специальности, казалась делом увлекательным и смелым. В действительности, за два года парни исколесили всю Беларусь, но героями себя не чувствовали. Скорее профессионалами. Как в любом деле, начинаешь чувствовать свою полезность, необходимость, незаменимость и гордость за достигнутые результаты. Полгода парней серьезно готовили к предстоящей работе сапера: обучали обращению с немецкими, английскими, советскими авиационными бомбами. И лишь затем приступили к практике.

Куда только не забрасывала судьба солдата. В 1968 году командование отправило парней на разминирование побережья озера Нарочь, знаменитого белорусского курорта. Во время войны советские летчики направлялись в сторону Кенигсберга с большим запасом боеприпасов на борту, но получили сообщение, что группировка противника уже уничтожена. Свой опасный груз они сбросили в озеро. В тот период не все авиационные бомбы срабатывали, часть их осталась на побережье. В течение нескольких месяцев Валерий Васильевич и его однополчане занимались разминированием нарочанских берегов.

Даже свой микрорайон (Тракторного завода) приходилось разминировать самому. Много авиационных снарядов осталось в Минске в районе железнодорожного вокзала. А однажды солдат подняли по команде ночью: на разминирование Дома правительства. Во время войны в этом здании находился штаб германских войск военно-воздушных сил "Люфтвафе". Здание неоднократно подвергалось бомбардировке и часть боеприпасов была засыпана землей и осталась ждать своего часа в котлованах. При замене инженерных коммуникаций был обнаружен один из таких котлованов.

Однажды ребятишки нашли целый склад с авиационными бомбами, которые оказались самоуничтожающимися, и трогать их было нельзя. Если бы произошел взрыв – были бы большие материальные потери, человеческие жертвы. Трогать нельзя, а разминировать необходимо, такие случаются парадоксы.

Часто ли приходилось рисковать собственной жизнью? Практически, каждый раз. Некоторые ребята с заданий не возвращались. Да и сам Валерий Васильевич носит на руке следы от осколков снаряда. Один случай из армейской жизни запомнился особенно: парней командировали в Витебскую область на разминирование огромной 500-килограмовой бомбы с часовым механизмом. Когда стали извлекать взрыватель – часы пошли. Сколько осталось времени до взрыва: секунда, минута, час, сутки – никто не знал. К счастью, снаряд удалось обезвредить благополучно.

После этого случая, а возможно, учитывая все предыдущие заслуги, в 1968 году солдат представили к награждению: Валерий Васильевич и командир взвода были награждены орденами Красной Звезды, другие парни – медалями "За отвагу" и "За боевые заслуги".

Как память о днях армейской службы у Валерия Васильевича остались не только награды, шрамы, но и удостоверение для работы со взрывными веществами. Еще несколько лет после демобилизации его тянуло в родную часть, пообщаться с командирами, вспомнить былое.

Потом начались мирные будни: учеба в "нархозе", затем работа в комитете комсомола Института народного хозяйства, в профкоме сотрудников. С нашим вузом связаны 25 лет профессиональной деятельности Валерия Васильевича Артемова. Его нынешняя должность говорит прежде всего о доверии коллектива, администрации университета.

Валерий Васильевич считает, что в жизни ему везет на руководителей. И прежний ректор БГЭУ Боровик Федор Васильевич, и Роман Михайлович Карсеко всегда готовы выслушать и поддержать. Помощь матерям, детям, ветеранам, пятидесятипроцентная надбавка к зарплате преподавателям и сотрудникам – все это сейчас как никогда необходимо и своевременно. Не забывает университет и своих пенсионеров: не только материальная, но и моральная поддержка приходит в дома бывших работников БГЭУ. И во многом благодаря заботе профсоюзного комитета и его лидера.

И.Уточкина.
Фото А. Конотопа.

Практика на «отлично»

Факультет банковского дела идет в ногу со временем и это не голословное утверждение. Хотя бы в установлении оперативной связи с внешним миром. После выполненного ремонта деканат оборудован новыми компьютерами, подключенными к локальной университетской сети и к сети Internet. Нельзя переоценить возможности такого соединения. И вот первые плоды этого усовершенствования — прием сообщений от непосредственных потребителей "продукции" университета. Предлагаем содержание одного из них, полученное из одного из коммерческих банков республики. Окончание учебной сессии прошлого года для четверых студентов ФБД БГЭУ — Павла Малышко, Романа Шевченко, Вячеслава Баландина и Марии Гусевой ознаменовалось началом работы в СКБ "Технобанк". Будучи студентами, они предполагали, что карьера их начнется с кредитного, депозитного и подобных им отделов, занимающихся традиционными банковскими операциями. Однако руководство банка предложило им несколько иную сферу деятельности: Мария оказалась в отделе уставного фонда, а молодые люди стали биржевыми дилерами, чем остались весьма довольны.

"Для Павла, Романа и Вячеслава это полугодие прошло в форсированном ознакомлении с международными финансовыми рынками, а для Марии — с банковскими технологиями в депозитарной деятельности. Сегодня они знакомятся с особенностями борьбы между "быками" и "медведями" на американском и европейском фондовом рынках, оценивают положение на товарных и сырьевых рынках мира, где необходимо вникать в разнообразные тонкости международных соглашений, рынка облигаций с его постоянным риском повышения процентных ставок центральными банками, и конечно, чувствительного к событиям в международной политике и экономике валютного рынка.

Быть собранным и принимать во внимание малейшие тонкости, нужно всегда. Для дилера фондового рынка — от особенностей новых технологий сотовой связи или дебеторско-кредиторской задолженности конкретных компаний, до степени "перегретости" рынка в целом. В поле зрения того, кто торгует фьючерсами на энергоносители — информация о состоянии спроса и предложения сырой нефти на мировых рынках, причем, особое внимание уделяется странам ОПЕК и состоянию перерабатывающих отраслей в целом по миру. Работа напряженная, но очень информативная и аналитичная.

Администрация СКБ "Технобанк" выражает благодарность БГЭУ за прекрасную подготовку молодых специалистов. На сегодняшний день более 70 % сотрудников нашего банка являются выпускниками БГЭУ и их работой мы очень довольны". Эта оценка подготовки наших выпускников весьма лестна и для нас, преподавателей университета.

В. Казбанов, заместитель декана ФБД.

22 февраля на учетно-экономическом факультете состоялось торжественное вручение дипломов выпускникам-заочникам специальности "бухгалтерский учет, анализ и аудит". Впервые студенты данной специальности, закончившие профильные техникумы, обучались четыре с половиной года: три года по общепрофильным дисциплинам и полтора – изучая предметы по четырем специализациям: бухгалтерский учет, анализ и аудит в торговле, в АПК, в промышленности, в бюджетных и научных учреждениях.

Квалификация, и диплом с отличием в придачу

Преподаватели и экзаменационные комиссии всегда относятся к таким студентам по-особому: это не вчерашние школьники – своенравные, немножко легкомысленные и инфантильные. Выпускники техникумов, как правило, чувствуют себя самостоятельными личностями, с которыми уже можно общаться на профессиональном уровне. Эти ребята и к учебе, и к работе относятся серьезно, о чем свидетельствуют и отметки по результатам выпускных экзаменов и защитам дипломных работ: около половины студентов-заочников получили наивысшую оценку своих знаний и лишь у десяти процентов во вкладыше к диплому будет стоять "удовлетворительно".

Конечно, тот кто уже чувствует себя профессионалом, не допустит заниженной оценки собственных практических знаний и умений. Хотя многим заочникам приходится нелегко. Предприятия и организации сейчас неохотно отпускают сотрудников даже в неоплачиваемый отпуск на сдачу сессии. Немало студентов жертвуют своим законным месячным отдыхом, чтобы посещать лекции и семинары или мчатся на занятия прямо с работы. Поэтому и результаты этих усилий вознаграждаются.

Из 154 заочников, получивших на днях дипломы об окончании БГЭУ, у троих – "корочки" с отличием. Им одновременно присваивается степень бакалавра. Так держать!

Наш корр.

Конкурс

Интеллектуалы! Есть шанс заявить о себе

24 марта в нашем университете состоится чемпионат БГЭУ по игре "Что? Где? Когда?". В нем могут принять участие все желающие, а особенно те, кто обладает незаурядным интеллектом, хорошим багажом энциклопедических знаний и здоровым честолюбием .

В игре принимают участие команды, состоящие из шести человек. Это могут быть студенты разных курсов и факультетов, аспиранты и молодые преподаватели. Лишь бы их объединяло одно желание — победа и они хорошо понимали друг друга. Наш студклуб ранее уже проводил подобные игры и они оставили у зрителей хорошее впечатление — ведь умных студентов в вузе немало. Так давайте возродим хорошую традицию и разнообразим наш досуг. Включайтесь в наш конкурс и спешите заявить о своей команде. По всем интересующим вас вопросам обращайтесь в профком студентов (кор. 6, каб. 9).

В. Громак, студент 1 курса ФМ, председатель клуба интеллектуальных команд.

Международные связи

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

— Приходилось ли вам вступать в непосредственный контакт со слушателями? Какие вопросы они чаще всего задают?

В.К.: Я лично знакомился со слушателями в течение последних трех лет и постоянно здесь преподавал. Как пример этого, у нас до сих пор сохранились хорошие отношения с выпускниками, с которыми на днях нам довелось еще раз встретиться, обменяться мнениями. Мы поддерживаем эти контакты и прослеживаем, как применяют выпускники ВШУБ полученные здесь знания.

«Улучшение качества преподавания — наш девиз»

А.Ш.: Этот непосредственный контакт, о котором вы упомянули, являлся очень важной составной частью всей программы, чтобы мы могли своевременно реагировать на критику слушателей. Вопрос о разнице в системах двух наших государств возникал постоянно, но мы не раз подчеркивали важность полученных знаний для будущего.

— Какие пожелания высказывали слушатели в процессе учебы?

А.Ш.: Частично, это улучшение методики работы белорусских преподавателей. Они увидели разницу в качестве преподавания белорусских и немецких лекторов. Это та сфера, где можно провести изменения в лучшую сторону. Кроме того, в учебных пособиях оказались некоторые неточности перевода и в ближайшем будущем они будут исправлены.

— Есть ли возможность у белорусских слушателей и преподавателей поехать на стажировку в Германию?

А.Ш.: Это вопрос, который постоянно возникает. Очень много людей, которые хотели бы пройти стажировку в Германии, но количество мест ограничено. Есть некоторые проекты, где такая стажировку за рубеж включена уже изначально, тогда это осуществляется без труда. Мы всегда пытаемся помочь людям в их желании познать зарубежный опыт на месте, но здесь надо подчеркнуть, что необходимо очень хорошее знание немецкого языка. Если человек знает только русский, или даже английский — этого недостаточно.

— Как складываются ваши взаимоотношения с преподавателями и администрацией ВШУБ?

В.К.: Отношения очень хорошие. Ваших преподавателей мы знаем уже более трех лет и нас каждый раз радуют новые встречи. Мы научились высоко ценить и уважать друг друга.

А.Ш.: Что касается администрации, мы можем сказать тоже самое. У нас возникли даже дружеские отношения, хотя поначалу были некоторые трения из-за столкновения двух разных культур. От лица Банковской Академии могу сказать, что мы очень рады, что получили возможность продолжать нашу работу.

— Какие перспективы у вашего совместного проекта?

А.Ш.: Финансирование становится все более затруднительным, что имеет свои политические причины. В Беларусь со стороны Европейского сообщества вкладывается уже не так много средств, как раньше. Но мы рады уже тому, что смогли подготовить первый выпуск магистров и получили финансовую поддержку на следующий год.

Наш девиз: "Улучшение качества преподавания". Мы хотим продолжить работу над учебными пособиями и организовать взаимообмен между белорусскими и немецкими преподавателями.

Есть потенциал для более значительных достижений

В науке, высшей школе республики все более обостряется кадровая проблема. Увы, оптимальный вариант — один профессор на 100 студентов — сегодня не могут себе позволить даже ведущие "кузницы кадров" — БГУ, БГПА и в том числе наш университет. Тем не менее возможности для роста молодых ученых, притока одаренных выпускников вуза на преподавательскую работу есть. Об этом в нашем интервью делится своим мнением доцент, декан факультета менеджмента Л.Ф. Догиль. В прошлом году в нашем университете докторские диссертации защитили 3 человека, Леонид Филиппович был одним из них.

— Леонид Филиппович, позвольте прежде всего поздравить вас с успешной защитой докторской диссертации. Какова ее тема и эффективность для экономики республики?

— Большое спасибо за поздравления. Тема моих диссертационных исследований — "Хозяйственный риск и финансовая устойчивость предприятий АПК". В результате 20-летнего научного поиска, особенно напряженного по данному направлению последние 6 лет, разработана и апробирована на практике технология комплексного анализа и поиска выходов из сложных хозяйственных ситуаций, позволяющая организационно-правовым формированиям приростного и предпринимательского типов получать дополнительные доходы или снижать до минимума возможные потери. Дополнительный чистый эффект по вероятным исходам отдельных альтернативных вариантов может различаться в зависимости от стечения благоприятных или неблагоприятных ситуаций более чем на 40—50 %.

Поскольку без профессионального и эффективного управления в условиях риска невозможно рациональное производство, то на базе полученных в процессе научных исследований теоретико-методологических и методических разработок введен в учебный процесс спецкурс "Хозяйственные риски" для студентов факультета менеджмента и "Менеджмент риска" — для магистрантов.

Приемы организации действенного менеджмента риска на предприятиях АПК студенты изучают по учебным пособиям "Экономика предприятий и отраслей АПК" (1996 г.) и "Предпринимательство и малый бизнес" (1997 г.), где введены темы "Риск в хозяйственной деятельности предприятий АПК" и "Риск как неизбежный аспект предпринимательства". Широко используется в учебном процессе и изданная по результатам моих диссертационных исследований монография "Хозяйственный риск и финансовая устойчивость предприятий АПК" (1999 г.)

— Какое место сегодня на вашем факультете занимает наука. Какие кафедры можно назвать флагманами научных поисков? Есть ли перспективы для профессионального роста преподавателей?

— В целом наука на факультете занимает приоритетное положение. Мы понимаем, что без четко поставленных научных исследований, включая и научно-методические разработки, невозможно на должном уровне организовать учебный процесс, повышать профессиональный уровень профессоров, доцентов и ассистентов, готовить молодую смену преподавателей. Все шесть кафедр на факультете активизировали научную работу по фундаментальным и прикладным направлениям исследований проблем стабилизации экономики Республики Беларусь и разработке организационно-экономических предложений по обеспечению ее устойчивого и поступательного развития. Флагманами в научном поиске не только на факультете, но и в целом по университету выступают специализированные кафедры: экономики промышленных предприятий (зав. кафедрой д. эк. н. Л.Н. Нехорошева), экономики и управления предприятиями АПК (д. эк. н. П.В. Лещиловский), организации и управления (д. эк. н. Н.П. Беляцкий), регионального управления (д. эк. н. В.И. Борисевич), прикладной математики и экономической кибернетики (д. э .н. Н.И. Холод). Содержательная динамика фундаментальных объектов исследуемой реальности переходного периода к рыночной и в рыночной экономике, факторы, обусловливающие принятие рациональных экономических решений изучаются и на кафедре философии (зав. кафедрой д. ф. н. В.К. Лукашевич).

Вместе с тем, потенциал кафедр не в полной мере задействован в плановой тематике. В прошлом году к выполнении НИР было привлечено 22 студента, 3 магистранта, 11 аспирантов и 2 докторанта.

На кафедрах же факультета сейчас обучаются 5 докторантов, 41 аспирант и 9 магистрантов. Всех их необходимо сориентировать на ключевые, наиболее проблемные направления исследований. Это позволит им своевременно, на высоком научно-методическом уровне закончить исследования, внедрить разработки в производство и учебный процесс, защитить в срок кандидатские и докторские диссертации, магистерские работы.

Решить проблему своевременной и достойной замены опытнейших педагогов пенсионного возраста молодыми, остепененными преподавателями можно в значительной степени за счет внутренних резервов. На кафедрах факультета работает 28 ассистентов, которые раньше закончили аспирантскую подготовку, были соискателями, но не защитили кандидатские диссертации. Эта категория преподавателей заведующими кафедрами должна быть взята под особый контроль. Их диссертационные исследования нужно направить в русло научных работ соответствующей кафедры и создать самые благоприятные условия для проведения научного поиска, завершения и защиты диссертаций.

— Наука и учебный процесс. Как эти два важнейших фактора высшей школы влияют друг на друга?

— Без хорошо поставленной научно-исследовательской и научно-методической работы невозможно на кафедре осуществлять учебный процесс на уровне требований университетского образования. Только на основе всесторонней и глубокой оценки явлений, событий и процессов, связанных с определенной сферой человеческой деятельности, преподаватель оттачивает предметное знание, ориентирует свою мысль на овладение современными тенденциями научно-технического и социально-экономического развития, ассимилирует свое познание на факторах, обуславливающих принятие рациональных экономических решений. Все это позволяет ученому исследователю совершенствоваться как педагогу, а именно: излагать свои мысли логично, предметно, аргументировано, завоевывать авторитет своими обширными и глубокими познаниями, способностями заинтересовать студентов и вызвать у них восторг к изучаемой дисциплине или спецкурсу.

— Как деканат вашего факультета стимулирует развитие студенческой науки, как приобщает молодежь к НИР и готовит себе достойную смену?

— Привлекать студентов к научно-исследовательской работе крайне важно уже с 1 курса. Это развивает самостоятельность их мышления, неординарность решений глобальных проблем, стратегических и тактических задач. Активно работающие в научных кружках студенты на более высоком уровне выполняют курсовые и дипломные работы, готовят и успешно публикуют научные статьи, выступают на научно-практических конференциях с докладами и сообщениями, быстрее адаптируются к практике, успешно проходят обучение в магистратуре и аспирантуре, защищают диссертации.

На факультете разработан комплекс мер по широкому приобщению молодежи к научным исследованиям. Оплотом организации СНО, инициатором и активным участником соревнований научных имиджей и интеллектов выступает студенческий актив факультета, который возглавляет В. Метлицкий. На каждом курсе, в каждой группе выделены из студенческой среды организаторы научно-исследовательской работы. Один из заместителей председателя факультетского подразделения СНО отвечает за привлечение студентов всех курсов к различным формам научной работы, другой — поддерживает связь с кафедрами при выполнении общих задач и планов научно-исследовательских работ студентов.

Разработано положение о студенческом научном обществе, которое выступает составной частью положения о студенческом самоуправлении факультета. Утверждена дифференцированная система поощрительных мер и стимулов для активизации как непосредственно научно-исследовательской, так и научно-организационной деятельности членов и актива СНО. Студенты, максимально себя проявившие, завоевавшие призовые места на международных, республиканских, общеуниверситетских конкурсах получают наряду с дипломами, грамотами и материальное вознаграждение. Успешно работающим членам факультетского управления СНО деканатом также выделяются денежные премии. Лучших представителей студенческой науки среди выпускников Совет факультета направляет в магистратуру, рекомендует в аспирантуру, в научно-исследовательские учреждения и учебные заведения.

— Леонид Филиппович, Вы прекрасно понимаете, что наука без практики, производства мертва. Какова на сегодняшний день отдача нашей науки, к примеру, в АПК? И каковы перспективы дальнейшего сотрудничества с хозяйствами республики? И еще — есть ли на текущий год госзаказы на выполнение нашими учеными научных исследований в этом направлении?

— Кафедры факультета поддерживают тесные связи с Государственным комитетом по санации и банкротству, Белорусской научно-промышленной ассоциацией, Минсельхозпродом РБ, Минэкономики РБ. Действует договор о творческом сотрудничестве с Минским подшипниковым заводом, Мозырьским нефтеперерабатывающим заводом, совхозом "Советский" и фермерским хозяйством Парфиановича Минского района, колхозом "Пераможнік" Брагинского района и рядом других предприятий АПК республики.

Отдача от нашей вузовской науки в наибольшей степени проявляется в учебном процессе. По результатам проведенных исследований освоены новые спецкурсы "Управление хозяйственным риском", "Теория и практика приватизации", "Управление проектами", "Основы лидерства", "Антикризисное управление", "Культура управления" и др. На основании многолетних научных исследований в прошлом году подготовлены монография "Хозяйственный риск и финансовая устойчивость предприятий АПК" , учебные пособия: "Анатомия научного метода", "Основы менеджмента. Практикум для экономических специальностей" и др.

Кафедрами факультета выполнены, а по отдельным темам продолжаются исследования, которые особенно значимы для развития экономики нашей страны. Это, в первую очередь, направления научного поиска, осуществляемого по заказу фонда фундаментальных исследований: "Разработать предложения по созданию республиканской сети венчурных фондов (научный руководитель д. эк. н. Л.Н. Нехорошева), "Направление реформирования механизма управления и хозяйствования в Республике Беларусь на уровне регионов" (д. эк. н. В.И. Борисевич) и др. Успешно проводятся исследования по фундаментальным НИР, финансируемым Министерством образования Республики Беларусь и за счет внутреннего университетского финансирования. Однако отдача от факультетской науки в массовой практике еще незначительная. Необходимо незамедлительно активизировать работу профессорско-преподавательского состава кафедр в этом направлении. Перспективы дальнейшего сотрудничества здесь весьма заманчивы. На хоздоговорной основе необходимо разработать и оказать помощь в практической реализации на предприятиях Минпрома и Минсельхозпрода РБ ряда инвестиционных и инновационных проектов. Значительно расширен и госзаказ на научные исследования по фонду фундаментальных исследований и на выполнение межвузовской программы в области экономики. Следовательно, горизонты научной сферы деятельности уже в ближайшем будущем будут более перспективными

— Леонид Филиппович, как Вы считаете, что сегодня важнее для преподавателя вуза — быть хорошим лектором и педагогом или ведущим ученым в своей области науки?

— В век стремительного развития научно-технического прогресса, глобализации экономики для преподавателя вуза, особенно университетского типа, крайне важно в диалектическом единстве оттачивать педагогическое мастерство, развивать лекторские способности, повышать свой профессиональный уровень на базе фундаментальных познаний, постоянно расширяемых и углубляемых в результате научного поиска.

— Спасибо за беседу и дальнейших творческих успехов ученым вашего факультета!

А. Петрова.

Л.Ф. Догиль на одной из университетских конференций.

Фото Н. Леонова.

Студенческая наука сильна организацией

Отрадно заметить, что в текущем учебном году научно-исследовательская работа студентов университета отмечается высокой результативностью. Если судить по таким важнейшим критериям ее эффективности, как количество студенческих научных работ, представленных на республиканские конкурсы и их оценка, количество докладов и выступлений на республиканских и международных конференциях, количество опубликованных тезисов докладов, статей и других материалов, то очевидно, что БГЭУ неизменно входит в тройку ведущих в этом отношении вузов республики. Вот лишь несколько примеров.

На проходившей в октябре прошлого года межвузовской студенческой научной конференции "Современный мир глазами студенческой молодежи" НИРС нашего университета была представлена шестнадцатью выступлениями, а доклад студента 3 курса УЭФ Дмитрия Максимова о состоянии и проблемах рынка ценных бумаг в Беларуси был вынесен на пленарное заседание и вызвал неподдельный интерес и внимание аудитории. Четырнадцать студентов университета выступили с сообщениями на 2 Международной научно-практической конференции "Научные, социальные и культурные проблемы студенческой молодежи", организованной БГУ в октябре прошлого года. Хороший резонанс получили выступления наших студентов на республиканской научно-практической конференции "Основные направления социально-экономического развития республики на рубеже XXI века", организованной в ноябре прошлого года Академией управления при президенте Республики Беларусь. Высокую оценку здесь получило выступление студентки 5 курса ФЭУТ Татьяны Дорожко.

Особенно ощутимого успеха добились студенты, участвуя в республиканском конкурсе научных работ, посвященного единению славянских народов. Из 20 авторов, представленных на этот конкурс от БГЭУ 14 стали лауреатами. Все они отмечены дипломами и денежными премиями. Приказом ректора преподаватели, осуществлявшие научное руководство этими студентами, также отмечены денежными премиями.

Есть победы наших студентов и на международной арене. Так студенты ФМЭО Анна Муравская и Дмитрий Долгоруков в сентябре прошлого года стали победителями брюссельского финала деловой игры "Моделирование экономики и менеджмента", в которой принимали участие 836 команд из 45 стран мира.

Эффективность студенческой науки во многом предопределяется ее организацией. В мае прошлого года вопрос о состоянии и проблемах НИРС слушался на Совете университета. Примечательно, что его обсуждение вылилось в плодотворную дискуссию. Был высказан ряд рекомендаций по совершенствованию студенческой науки. В этом отношении следует выделить кафедру философии (заведующий – профессор Лукашевич В. К.), которая представила нам свое письменное коллективное мнение об организации студенческой науки. Основной лейтмотив этих предложений – в организации НИРС предоставить максимальную самостоятельность самим студентам.

В начале текущего учебного года был избран новый состав Совета университетского СНО. Его председателем назначен студент 4 курса ФМЭО Константин Андреенко. Председателями факультетских СНО стали В. Метлицкий (ФМ), В. Русецкий (ФУС), Д. Максимов (УЭФ), А. Желобкович (ФЭФ), Р. Шевченко (ФБД), Р. Лумпов (ФМЭО), И. Маховик (ФЭУТ), О. Черненко (ФМК), Д. Килов (ФП), Р. Прочаков (ВШТ). По своей инициативе активно включился в организацию НИРС студент УЭФ Эдуард Гасак.

Новый состав Совета СНО очень энергично и инициативно начал работу. Проведено уже несколько заседаний, которые показали, что все его участники проявляют неподдельное стремление к улучшению студенческой НИР. Если попытаться определить основные задачи, которые ставит перед собой "штаб" студенческой науки, то можно назвать три основные. Во-первых, подготовка и проведение на высоком уровне университетской (а по существу – республиканской) студенческой научной конференции в апреле. Уже доработаны и обсуждены общий порядок ее проведения, критерии оценки студенческих выступлений (они непременно должны содержать в себе актуальные проблемы, теоретическую значимость, четкие выводы, новизну предложений, культуру выступлений и т.д.). По каждому из этих критериев будут выставляться баллы, сумма которых и определит лучшие доклады. Во-вторых, максимальное приближение студенческой науки к университетским, факультетским, и кафедральным направлениям научных исследований. В этом есть резон: научные исследования на всех уровнях нашего вуза должны быть не раздробленными и разобщенными, а концентрированными по определенным проблемам, носить коллективный характер. В-третьих, студенческая наука должна стать составной частью учебного процесса.

Есть основания полагать, что эти задачи, равно, как и другие, будут успешно решаться, учитывая инициативу Совета СНО, самих студентов, а также помощь, оказываемую НИРС со стороны руководства университета. Так, в распоряжение Совета выделена отдельная комната, где будет работать студенческий "научный штаб", скоро у них будет свой компьютер. Действенную помощь в организации этой работы оказывает проректор по научной работе, доктор экономических наук, профессор Н.Е. Заяц, доцент кафедры финансов Н.А. Мартыненко, осуществляющая научное консультирование СНО; заместители деканов факультетов.

Все это позволяет надеяться, что постепенно будет преодолено еще бытующее отношение к студенческой науке как к чему-то второстепенному в вузовской работе, что студенческая научная среда станет важнейшим источником пополнения магистратуры и аспирантуры. Правда, что касается последнего, то, справедливости ради, следует заметить: студента-выпускника правильнее рассматривать как потенциального аспиранта, ибо опыт показывает, что аспирантской деятельностью предпочтительнее заниматься после нескольких лет практической работы, но это тема для отдельного разговора.

А. Корольчук, начальник управления подготовки кадров высшей научной квалификации.

«Чарадзеі» в мире искусства

Кто хоть однажды видел выступления детского ансамбля эстрадного танца "Чарадзеі" тот надолго запомнит, с каким вдохновением показывают свою программу его участники. Десять лет назад, создавая коллектив при Доме культуры "Минскпромстрой", я и не думал, сколько забот возникнет с его маленькими артистами. Но на помощь пришла хореограф Ольга Расолько.

С самого начала было желание привить детям чувство прекрасного как со стороны родителей, так и руководителей ансамбля. Все эти годы "Чарадзеі" работали с большой отдачей, последнее время находясь уже в составе студенческого клуба БГЭУ. Отдельная благодарность за теплый прием и хорошую организацию репетиций и выступлений директору клуба С.Н. Шелегу и художественному руководителю И.А. Дороховой. Здесь наши дети и их родители обрели немало друзей, почувствовали себя увереннее на сцене, добились хороших успехов.

Сейчас мы готовимся к фестивалю "Белая Русь-2000", будем участвовать во всех его мероприятиях. В сентябре ансамбль ждет свое пополнение и мы приглашаем детей сотрудников университета принять участие в отборе в наш коллектив. Подарите своим детям возможность приобщиться к миру искусства, развить в них чувство прекрасного. А перспективы у нашего коллектива есть — сейчас мы боремся за то, чтобы ансамблю присвоили звание "образцовый".

Л. Деркач, руководитель ансамбля.

БЕЛАРУСКІ ДЗЯРЖАЎНЫ ЭКАНАМІЧНЫ УНІВЕРСІТЭТ

Аб'яўляе конкурс на замяшчэнне вакантных пасад:

Прафесара кафедры эканамічнай гісторыі;
Дацэнтаў кафедраў: статыстыкі, фінансаў, маркетынгу; эканамічнай гісторыі, МЭА (2 адз.);
Ст. выкладчыкаў кафедры фізвыхавання (2,5 адз.);
Выкладчыкаў кафедры фізвыхавання (2,5 адз.);
Асістэнтаў кафедраў: банкаўскай справы (3 адз.), эканамічнай гісторыі (2 адз.), МЭА.
Тэрмін падачы дакументаў на конкурс — месяц з дня апублікавання аб'явы.

Дакументы накіроўваць на адрас: 220070, г. Мінск, пр-т Партызанскі, 26, Рэктару

Наши спортивные «звезды»

Наталья Шнейдерова — второкурсница ФЭУТ — знаменита среди студентов факультета тем, что может почти любого парня положить на лопатки. Она мастер спорта по борьбе самбо. Этот титул Наталья получила, став в прошлом году призером международного турнира в г. Бобруйске и заняв третье место на чемпионате Республики Беларусь по борьбе самбо.

Сильна девушка не только на борцовском ковре, но и в учебе. Последнюю сессию, как впрочем и предыдущие, сдала на "отлично". Есть чем гордиться ее тренерам — преподавателю кафедры физвоспитания В.Э. Мицкевичу и доценту О.В. Хижевскому.

Сейчас Наталья усиленно готовится к очередному чемпионату Республики Беларусь по борьбе самбо, который состоится в последнее воскресенье февраля. Есть надежда, что и здесь девушка станет призером и подтвердит свой титул одной из сильнейших спортсменок республики в своей весовой категории.

Успехов тебе, Наташа, и на татами, и в личной жизни.

Фото Н. Леонова.

МВД предупреждает

Жизнь студента, рассматривая ее с точки зрения материальной, была и остается тяжелой. Именно по этой причине многие из вас, имея автомобиль, пытаются подзаработать "таксованием". Стоит ли это делать? Оставим в стороне проблемы, которые могут возникнуть с налоговыми органами. Обратим внимание на более неприятные, порой угрожающие жизни, моменты. Факт, приведенный ниже, надеемся, позволит задуматься и сделать соответствующие выводы.

Водителю повезло, если его только избили

В один из январских дней 44-летний военнослужащий, житель Заводского района, выехал с места жительства на личном автомобиле АУДИ-80 с целью подработать частным извозом и не вернулся. После обращения жены в милицию началась интенсивная работа по его поиску.

Ночью в оперативно-дежурную службу Минского РУВД поступило сообщение от заместителя начальника ОУР Заводского РУВД г. Минска Гриба Николая Николаевича о том, что в 10 км. от дороги Новый Двор — Королищевичи вблизи деревни Новый Двор обнаружен труп владельца автомашины, при осмотре которого были установлены признаки насильственной смерти путем удушения с применением удавки.

В ходе оперативно-розыскных мероприятий, благодаря слаженным действиям сотрудников Центрального РОВД г. Могилева, задержавших эту машину, Заводского РУВД г. Минска, Минского РУВД, установлено, что данное преступление совершили два брата, оба ранее судимые, 1976 и 1975 г. р. Один из них задержан и водворен в ИВС, второй находится в розыске.

Как предотвратить подобное? Как выбраться из такой ситуации, если она все-таки вас настигла?

Попытка завладеть чужой машиной чаще всего выглядит так. В оживленном или безлюдном месте двое пассажиров (чаще от 18 до 35 лет) просят подвезти их за хорошую плату. Пассажир может быть и один, в том числе и девушка. Чтобы не спугнуть жертву, "съемщик" прикидывается провинциалом, пьяным бизнесменом, спешащим в аэропорт гостем с юга и прочее.

После того, как автомобиль выехал в безопасное для бандитов место, они постараются остановить машину: пока руль у водителя жизнь пассажиров в его руках. Остановить машину могут под благовидным предлогом или угрожая оружием. После остановки в ход идут оружие, газовый баллончик, удавка. Не исключено и просто психологическое давление. Можно считать, что водителю повезло, если он будет только избит.

В зарубежных изданиях можно найти немало различных советов водителям. Приведем некоторые из них:

— разговаривайте с "голосующим" через приоткрытое стекло справа, двери должны быть заперты, нога на педали газа;

— пассажира посадите на переднее сиденье и попросите его пристегнуться ремнем безопасности, двоих человек лучше вообще не брать;

— если есть подголовник, поднимите его как можно выше — это затруднит удар по голове и накидывание удавки;

— держите под рукой монтировку, средства защиты,

— если пассажир вызывает у вас подозрение, остановитесь у поста ГАИ, что-нибудь спросите или махните рукой инспектору как знакомому — грабители очень не любят свидетелей;

— в случае прямой угрозы со стороны пассажира всячески привлекайте внимание к своей машине: нарушайте правила дорожного движения, поцарапайте крылом соседнюю машину, включите аварийные световые сигналы или противоугонную сигнализацию.

В. Новиков, инспектор пресс-группы Заводского РОВД г. Минска.

Советы психолога

Как из врага сделать друга

Распространенная в начале века фраза "все болезни от нервов" превратилась в современную — "все болезни от стрессов".

По данным Всемирной организации здравоохранения 45 % всех заболеваний связано со стрессом, причем некоторые специалисты считают, что эта цифра в 2 раза больше. По данным исследования, проведенного в бывшем СССР в начале 80-х годов, 30—50 % посетителей поликлиник — это практически здоровые люди, нуждающиеся лишь в улучшении эмоционального состояния.

Немногим лучше обстоят дела в развитых странах дальнего зарубежья. К примеру, по материалам американского журнала "Психология сегодня" от стрессов страдают примерно 40 % японцев, пятая часть рабочих в Великобритании, 45 % наемных рабочих в США. Частые жалобы при этом — депрессия, тревога и головные боли.

Вряд ли на свете есть люди, которые прожили свою жизнь без стрессов. Принято считать, что причиной возникновения стрессов являются болезненные переживания, которые возникают в нашей жизни и сопровождают любое неприятное событие, тяжелое испытание или утрату: семейные неурядицы или конфликты с начальством, болезни или травмы, потеря работы, финансовые или юридические проблемы. Но причиной стресса могут стать и события, несущие радость: женитьба или беременность, поступление в ВУЗ, получение новой работы, финансовая удача. Любое значительное изменение в нашей жизни может вызвать стресс. Обычно это касается перемен, которые затрагивают наше окружение. Стресс настигает нас, когда мы вынуждены изменить режим или условия нашей работы. Даже такие безобидные на первый взгляд вещи, как соблюдение диеты или изменение распорядка дня может вызвать стрессовое состояние.

Но почему изменения в нашей жизни вызывают стресс? В первую очередь потому, что они часто разрушают привычный и удобный нам порядок жизни, предлагая взамен новые опасные ситуации. Они могут потребовать умение и опыт, которыми мы еще не обладаем. Вместе с этим могут появиться новые обязанности, что может быть достаточно хлопотно, могут разрушаться старые связи, может сокращаться время, отведенное на отдых и релаксацию.

Факторы внешней среды — жара, влага, беспорядок, шум, толпа — увеличивают чувство внешнего дискомфорта и снижают психическую устойчивость. Известны исследования, которые подтвердили связь между продолжительной жарой и увеличением фактов насилия. Люди, работающие на шумных производствах или живущие вблизи аэропортов, постоянно пребывают в состоянии нервного напряжения. Горожане гораздо чаще жалуются на проявление симптомов стрессового состояния, чем сельские жители.

Чувство внутреннего напряжения — неотъемлемая часть таких психических расстройств, как тревога и длительная депрессия. Однако к факторам, способным вызвать напряжение, каждый из нас относится по-разному. Можно встретить людей, которые боятся высоты или открытых мест, собак, змей и др. Порой у них даже возникает стойкое психическое расстройство — фобия. В то же время для большинства людей все эти факторы не настолько значимы, чтобы вызвать состояние подавленности, паники или заставить прекратить работу.

Какие процессы происходят в нашем организме, когда мы чувствуем опасность? Надпочечники начинают вырабатывать гормон адреналина, который готовит наше тело к выходу из критической ситуации. Сердце начинает биться быстрее, дыхание становится чаще, увеличивается приток крови к мозгу, которому нужно больше кислорода для активной деятельности во время опасности, мускулы напрягаются и готовы действовать, прекращается процесс пищеварения, что позволяет сэкономить немало энергии. Подобные, хотя и не столь сильные изменения происходят и в менее опасных ситуациях. И если человек не может управлять собой, то во всем теле могут произойти необратимые, хотя и малые, изменения. Как это происходит до сих пор не выяснено, однако многочисленные исследования показывают, что, превратившись в устойчивые, эти изменения вызывают в человеке ощущения слабости, болезненности и способствуют возникновению новых стрессов.

Стресс — фактор, вызывающий многие недомогания и болезни: головную боль, мигрень, хронические боли в спине, язвы, астму, колиты, гипертонию и некоторые болезни сердца. Наиболее часто подвержены стрессам так называемые "трудоголики". Их напряжение часто осложняется беспричинной спешкой или хроническим гневом.

Как противостоять стрессу?

Любые проблемы несут в себе угрозу стресса. Именно поэтому для борьбы с ними полезны навыки конструктивного решения личностных проблем в преодолении негативных явлений. Очевидно, что, концентрируясь на отрицательных мыслях и чувствах, мы способствуем возникновению стресса, и, наоборот, умение принимать удары судьбы, привычка позитивно мыслить, навыки решения личностных проблем помогут избежать его.

Стрессовая ситуация часто возникает потому, что мы вынуждены вступать в отношения с самыми разными людьми, не обладая при этом навыками общения. Именно поэтому, развивая у себя способности к общению, мы закрываем лазейку стрессу. И если вы можете поделиться с близким человеком наболевшим, способны идти на компромисс, прощать себя и других — у вас будет мало шансов пережить стресс на почве взаимоотношений с другими людьми. Навыки релаксации необходимы для борьбы со стрессом. Релаксация уменьшает напряжение в теле и снимает физическое воздействие. Благодаря ей меняется картина воздействия гормонов на организм человека. С помощью упражнений можно преодолеть гнетущее чувство беспокойства и депрессии. Мышечная релаксация уменьшает риск сердечных заболеваний.

Если ваша жизнь до недавнего времени была хаотически наполнена разнообразными делами, вам необходимо сделать вашу повседневную деятельность более эффективной. Не бойтесь уменьшать количество дел и уделять внимание отдыху и расслаблению. В случае, когда вы не в состоянии повлиять на человека, который постоянно создает в вашей жизни стрессовые ситуации, решительно ограничьте или полностью прервите свои отношения с ним.

Проще всего увеличить ежедневную двигательную активность. Замените ходьбой все автомобильные поездки на близкие расстояния. Ежедневно увеличивайте продолжительность ваших прогулок. Но если они вызывают у вас чувство дискомфорта, слабость, то необходимо прекратить упражнения или прогулки.

Автор учения о стрессе Ганс Селье считает, что стресс может быть полезен, повышая силы организма, и лишь в определенных условиях может быть болезнетворным.

Поэтому наша задача — превратить этого врага в друга или успешно преодолеть его, если уж "подружиться" не удалось. Необходимо научиться справляться не только с обстоятельствами жизни, вызывающими стресс, но и свойствами своей натуры, которые "потворствуют" стрессам. Для начала попробуйте осознать, какие реакции на стресс вам присущи чаще всего: импульсивные, случайные, обусловленные сиюминутным стечением обстоятельств, легко переходящие в панику, плохо контролируемые, либо ответы на вызовы жизни — поступки, за которыми вся сила личности, обретенный опыт и устремленность в желаемое будущее. Последнее — во всех отношения предпочтительней для любого человека и это то, к чему мы должны стремиться.

Найдя свой способ преодоления стрессов, свой путь к стрессоустойчивости, вы обретете не только здоровье и силы, но и новое ощущение жизни, где не терзают страхи и тревоги, заботы жизни не выбивают из колеи, а, наоборот, мобилизуют и наполняют энергией.

Н. Чурила, психолог УВР БГЭУ.

Факультет международных экономических отношений и коллективы кафедр иностранных языков № 1, 2, 3 выражают глубокое соболезнование Валентине Александровне Симхович в связи с постигшим ее горем – смертью матери.

Аўтары апублікаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за падбор і дакладнасць фактаў. Іх меркаванні неабавязкова адлюстроўваюць пункт гледжання рэдакцыі. Матэрыялы друкуюцца на мове арыгінала.

НАШ АДРАС: 220070, г. Мінск, Партызанскі пр., 26А, пакой 321, кор. № 2

Тэлефон: 230-87-06

Заснавальнік газеты — БДЭУ

Газета набрана і звярстана на рэдакцыйна-выдавецкім комплексе БДЭУ. Надрукавана афсетным спосабам з арыгінал-макетаў на Паліграфічнай фабрыцы "Чырвоная зорка" ВПП ім. Я. Коласа.
220073, г. Мінск, 1-ы Загарадны зав., 3.
Ліц. 569, фар. А-3. Зак. 1581 . Тыр. 1000.
Нумар падпісаны да друку 22.2.2000 г. 14.00