



# ИНСАЙТ



Газета факультета психологии и педагогики  
ГГУ им. Ф. Скорины

№9 сентябрь / 2019

**Инсайт** – (англ. insight – проницательность, проникновение в суть, понимание, озарение, внезапная догадка) – интеллектуальное явление, суть которого в неожиданном понимании стоящей проблемы и нахождении ее решения.

Выпуск студенческой научно-исследовательской лаборатории  
«Социально-педагогический проект»

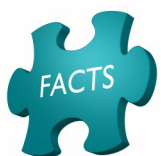
СП – проект

## Читайте в этом номере:



**НОВОСТИ ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ**

СТР. 2



**ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ**

СТР. 4



**10 СЕНТЯБРЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ САМОУБИЙСТВ**

СТР. 5



**КИНОПРЕМЬЕРЫ СЕНТЯБРЯ!**

СТР. 6



**ГОРОСКОП ЛЮБВИ НА 2019 ГОД**

СТР. 7

## 9 правил – как защититься от осенней простуды

1. Одеваемся по погоде. Не стоит наряжаться в легкие курточки, если днем ожидается плюсовая температура.
2. Больше витаминов с грядки. Включайте в ежедневный рацион больше овощей и фруктов. Свежие морковь, свекла, капуста, яблоки помогут поддержать защитные силы организма.
3. Больше гуляем на свежем воздухе. В плотном графике надо постараться найти время для прогулок, причем не в задымленных каменных джунглях.
4. Закаливаемся. Контрастный душ по утрам укрепит иммунитет и сосуды. И, что немаловажно, взбодрит.
5. Чаше моем руки. Частое мытье рук поможет уберечься от некоторых микробов. Наиболее доступный способ в борьбе с вредоносными бактериями – мытье рук с мылом.
6. Торгово - развлекательные центры обходим стороной. Места большого скопления людей, например, торговые центры, стараемся избегать, особенно это актуально в период вспышек ОРЗ и ОРВИ.
7. Лук и чеснок на ночь. Не отказываемся от естественных фитонцидов. Есть лук и чеснок по утрам, конечно, не стоит, а вот перед сном – пожалуйста.
8. Держим «на пульсе» хронические заболевания. В осеннюю пору обостряются хронические заболевания. Поэтому стоит заранее подготовиться к сезонному обострению и посетить своего врача, пропить необходимый курс таблеток.
9. Бегом к врачу. В период простудных заболеваний особенно внимательны к своему здоровью должны быть дети, пожилые люди и беременные женщины.



## У волонтеров нет каникул!!!



В период летних каникул, в рамках волонтерского движения «Стримлайн» (руководитель отряда - А.Н. Крутолевич, доцент кафедры психологии), студенты-волонтеры факультета психологии и педагогики посетили пациентов взрослого отделения № 7 и детского отделения № 15 УГОКПБ «Гомельская областная клиническая психиатрическая больница». Пациентам больницы были переданы детские вещи, мягкие игрушки, средства гигиены, собранные студентами и их друзьями.

## ЦУР в «Психологической мастерской»

В «Психологической мастерской», которая работает при кафедре социальной и педагогической психологии, состоялось занятие, посвященное реализации целей устойчивого развития в Беларуси, в ходе которого участники изучали материалы по цели № 5 - обеспечению гендерного равенства. По индексу гендерного неравенства Беларусь находится на 30 месте из 188 стран. Индекс гендерного неравенства отражает уровень неравенства возможностей мужчин и женщин в трех измерениях: репродуктивное здоровье, расширение прав и возможностей в целом и на рынке труда. В рамках занятия под руководством заведующего кафедрой социальной и педагогической психологии Т.Г. Шатюк, старших преподавателей О.А. Короткевич и А.Е. Журавлёвой студенты разрабатывали проект «Отец тоже имеет право!».





## Добрые дела!!!



18 сентября собранные канцелярские принадлежности студенты-волонтеры отрядов «Созвездие», «Незабудки» и «Планета доброты» торжественно вручили воспитанникам Улуковской вспомогательной школы-интерната для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а также волонтеры отряда «Созвездие» подготовили развлекательно-игровую программу для учащихся.



Больше часа ребята играли, пели, танцевали, отгадывали загадки. Администрация школы выразила огромную благодарность университету за оказанную помощь.

Подобные акции – это прекрасная возможность оказать помощь, тем самым сделать мир чуточку добрее.

### Вопросы молодого специалиста

В ГГУ существует традиция проводить встречу с молодыми специалистами. Очередная такая встреча состоялась 26 сентября.

Цель подобных мероприятий – информирование молодежи о формах социально-правовой и экономической защищенности, льготах и гарантиях, предоставляемых им в жилищной и бытовой сфере.

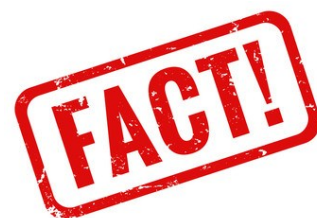
Встречу открыл проректор по воспитательной работе Юрий Никитюк, который поприветствовал молодых коллег и пожелал им успехов на их первом рабочем месте.





*Если влюбленная пара смотрит в течение трех минут друг другу в глаза, тогда у них синхронизируется частота сердечных сокращений.*

*Влюбленные за одну минуту поцелуя могут сжечь до 26 калорий, поэтому пользуйтесь этим «десертом», для похудения.*



*43% женщин предпочитают не слышать любовные признания от мужчины, который не готов к принятию серьезных обязательств.*

*Согласно статистике в мире живет около 38% людей, которые никогда не смогут найти свою вторую половинку. А значит они не испытают чувства счастливого брака.*



*Привычка держаться за руки с любимым человеком помогает облегчить физическую боль и снижает уровень страха и стресса.*

*Любовь может оказывать такое же напряжение на тело, как и пережитый сильный страх. У влюбленного человека наблюдаются те же самые физиологические реакции: расширение зрачков, потные ладони, увеличение частоты сердечных сокращений.*



## 10 сентября - Всемирный день предотвращения самоубийств

### «ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ»

Брест: 8-0162-25-57-27

Гомель: 8-0232-31-51-61

Гродно: 8-0152-75-23-90

Могилев: 8-0222-47-31-61

Минская обл.: 8-017-202-04-01

*«Самоубийство – мольба о помощи, которую никто не услышал» Р. Алев*

**Самоубийство, суицид (от лат. sui – себя, caedere – убивать) – это намеренное, осознанное и быстрое лишение себя жизни.**

Всемирной организацией здравоохранения 10 сентября каждого года объявлен Всемирным Днем предотвращения самоубийств. Этот день призван привлечь внимание органов государственного управления, депутатского корпуса, медицинских работников, организаций и учреждений различной ведомственной принадлежности, общественных и религиозных организаций и отдельных граждан к проблеме суицидального поведения. Глобальной целью Всемирного Дня предотвращения самоубийств является снижение суицидальной активности населения (уменьшение уровня суицидов).

### **ПРОБЛЕМЫ И ПРЕПЯТСТВИЯ**

Во всем мире предотвращению самоубийств не уделяется надлежащего внимания, в основном, из-за недостаточной информированности о том, что самоубийства являются значительной проблемой, а также из-за того, что во многих обществах открытое обсуждение этой проблемы запрещено.

Предупреждение самоубийств представляет собой непростую, но выполнимую комплексную задачу, для достижения которой в Республике Беларусь объединены усилия многих министерств и ведомств, организаций и учреждений, местных испол-

нительных и распорядительных органов, а также общественных объединений и традиционных религиозных конфессий. Профилактика суицидов является составной частью политики повышения демографической безопасности государства.

В настоящее время в стране успешно реализуется Комплекс мер по профилактике суицидального поведения населения Республики Беларусь на 2015 – 2019 годы. Его выполнение позволило достичь в стране устойчивой тенденции к снижению уровня суицидов среди населения, и достиг по шкале ВОЗ среднего уровня (менее 20 на 100тыс. населения).

### **ВАЖНО ЗНАТЬ!**

#### **Когда следует обращаться за профессиональной помощью:**

- Вы чувствуете враждебность к людям, к которым раньше относились хорошо;
- У вас нет интереса к чему бы то ни было;
- Ваше здоровье существенно подорвано;
- Вы попадаете в зависимость от лекарств или алкоголя;
- Вы избегаете общества и большую часть времени проводите в одиночестве;

**SUICIDE**

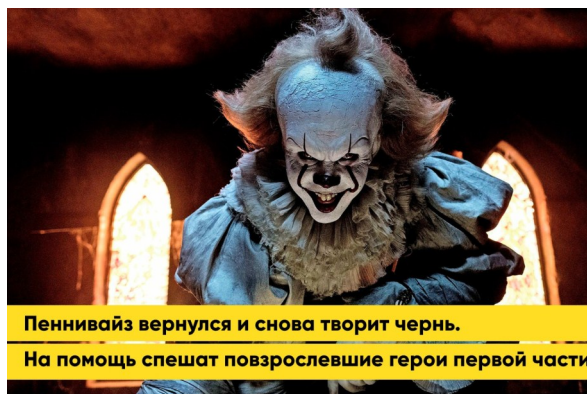
## Встречайте!!! Кинопремьеры сентября

### «Оно 2» (с 5 сентября)

Режиссер: *Андрес Мускетти.*

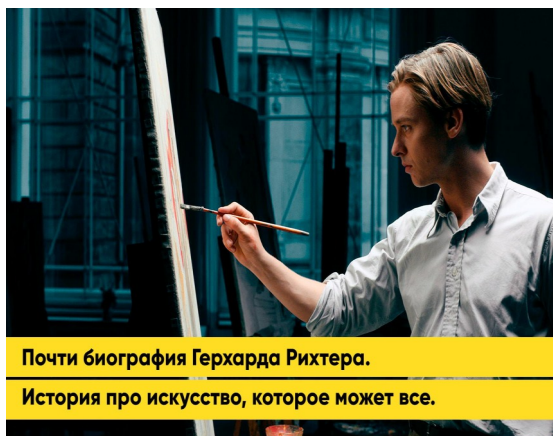
В ролях: *Билл Скарсгард, Джессика Честейн, Джеймс МакЭвой.*

Спустя два года выходит продолжение «стивенкинговского» ужастика. «Оно» 2017 года выпуска вышло однозначно лучше предшественника почти 30-летней давности. А для многих новая экранизация знаменитого романа стала культовой. Потому что вышло в меру страшно и атмосферно.



Пеннивайз вернулся и снова творит чернь.

На помощь спешат повзрослевшие герои первой части



Почти биография Герхарда Рихтера.

История про искусство, которое может все.

### «Работа без авторства» (с 5 сентября)

Режиссер: *Флориан Хенкель фон Доннерсмарк.*

В ролях: *Том Шиллинг, Себастьян Кох, Паула Бир.*

А эта лента была дважды номинирована на «Оскар» (как лучший фильм на иностранном языке и за работу оператора). Правда, не получила ни одной премии. Но это не повод ее пропускать, потому что «Работа без авторства» — просто интересный рас-

### «К звездам» (с 26 сентября)

Режиссер: *Джеймс Грэй.*

В ролях: *Брэд Питт, Лив Тайлер, Томми Ли Джонс, Дональд Сазерленд.*

Астронавт Рой МакБрайд отправляется в далекое космическое путешествие, чтобы найти своего пропавшего отца. Заодно ему придется разгадать некую страшную тайну, которая угрожает существованию нашей планеты и ставит под вопрос место человечества в космосе.



Похоже на «Интерстеллар».

Брэд Питт в фантастике со смыслом.

## ГОРОСКОП ЛЮБВИ НА 2019



**ОВЕН** – В любовных отношениях в наступающем году наиболее интересными обещают быть следующие периоды: 08 января-03 февраля очень возможно романтическое знакомство в какой-нибудь далекой поездке или с человеком издалека. Тем, кто заинтересован в поиске партнера, звезды благоприятствуют, поэтому рекомендуется проявлять инициативу и вообще вести себя активно. С 21 апреля-15 мая - в этот период благоприятно продвигать вперед уже имеющиеся

**ТЕЛЕЦ** – С 04 февраля-01 марта в вашей жизни произойдет закладка грядущих перемен, которые довольно глубоко трансформируют ваши отношения. С 16 мая – 09 июня у вас будет нестандартная возможность взглянуть на уже имеющиеся отношения под другим углом и скорее всего вы откроете для себя что-то совершенно новое в отношениях. С 09 октября-01 ноября будьте готовы к тому, что отношения будут проходить жесткую проверку на прочность, кроме того начинать новый роман в это период можно конечно, но без далеко идущих



**БЛИЗНЕЦЫ** – встретят 2019 год без каких-либо потрясений. В уже устоявшихся отношениях преимущественно полный штиль, может быть только за исключением тех, кто родился в первой декаде июня. Что же касается романтических отношений, то тем у кого их на данный момент нет, самым подходящим периодом для восполнения пробела будет с 10 июня- 03 июля, когда появится дополнительная возможность расширить круг знакомств, может быть вы сможете иначе взглянуть на кого-то, кого вы уже давно знаете

**РАК** – С 13 – 28 февраля придется окунуться с головой в проблемы личного характера, возможно вы будете вынуждены пожертвовать какими-то личными интересами, в общем на алтарь отношений вам придется принести жертву. С 27 марта - 20 апреля у многих женщин Раков есть вероятность влюбиться и эта влюбленность подействует на вас как опьянение или анестезия, так, что вы перестанете чувствовать боль и обиды прошедшего.



*Продолжение в следующем номере...*