С Днем учителя!

36 и 6

Гомельский государственный медицинский университет

www.gsmu.by

«ВРАЧ ДОЛЖЕН ОБЛАДАТЬ ВЗГЛЯДОМ СОКОЛА,
РУКАМИ ДЕВУШКИ, МУДРОСТЬЮ ЗМЕИ И СЕРДЦЕМ ЛЬВА» Авиценна

№9 (247) ПОНЕДЕЛЬНИК, 26 ОКТЯБРЯ 2026 г.

ВЫХОДИТ С 6 АПРЕЛЯ 2001 г.

РОДИТЕЛИ – ГЛАВНАЯ ОПОРА. ЧЕСТВОВАНИЕ МАТЕРЕЙ И ОТЦОВ

14 октября в Гомельском государственном медицинском университете состоялось чествование матерей и отцов.

Празднование Дня матери и Дня отца в Гомельском государственном медицинском университете в Год белорусской женщины приобрело особый смысл. Традиционно Гомельский государственный университет проводит Неделю родительской любви, которая становится не просто календарным событием, а важным моментом для выражения благодарности тем, кто стоит у истоков каждой семьи.

В рамках Недели родительской любви в ГомГМУ состоялось торжественное чествование матерей и отцов. Ректор университета к.м.н., доцент Ирина Вячеславовна Назаренко поздравила собравшихся с Днем матери и Днем отца, подчеркнув, что родители – это главная опора в жизни человека и основа воспитания достойных граждан Беларуси. Также ректор пожелала всем родителям здоровья, долгих лет и радости от достижений и успехов детей.



На мероприятие были приглашены не только сотрудники, но и студенты, которые уже сами стали родителями. Среди них – две студенческие семьи, воспитывающие маленьких детей. Всем были вручены цветы и сладкие подарки, а солисты студенческого клуба подготовили трогательные музыкальные номера.

Также в преддверии праздника начальник военной кафедры полковник медицинской службы К.М. Семутенко, по традиции, лично поблагодарил матерей студентов, которые обучаются по программе подготовки офицеров медицинской службы запаса, и направил им благодарственные письма.

Пресс-служба

ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ СОТРУДНИЧЕСТВА С КИТАЕМ

Ректор ГомГМУ к.м.н., доцент И.В. Назаренко в составе делегации Гомельской области во главе с председателем Гомельского областного исполнительного комитета И.И. Крупко посетила Китайскую народную республику.



21 октября ректор ГомГМУ к.м.н., доцент И.В. Назаренко приняла участие в бизнес-форуме «День Гомельской области Республики Беларусь в провинции Цзилинь», где провела презентацию организации образовательного процесса в Гомельском государственном медицинском университете, а также продемонстрировала имеющийся опыт работы нашего университета с коллегами из Китая.

В результате встречи между Гомельским государственным медицинским университетом и Даляньским университетом был заключен Меморандум о стратегическом сотрудничестве.

На встрече ректора Гомельского государственного медицинского университета с руководством Чанчуньского института международной коммерции обсудили расширение взаимодействия между вузами и подписали Меморандум о взаимопонимании.

На встрече с Департаментом отдела образования провинции Цзилинь Иван Иванович Крупко подробно представил возможности системы образования в Гомельской области, белорусская сторона познакомилась с образованием в Цзилинской провинции.

В результате переговоров в провинции Цзилинь Гомельский государственный медицинский университет заключил соглашение о сотрудничестве с двумя крупными китайскими вузами. Меморандум о взаимопонимании заключен с Яньбяньским государственным университетом и меморандум о сотрудничестве – с университетом Бэйхуа.

Ирина Вячеславовна посетила Чанчуньский медицинский колледж, где руководитель колледжа ознакомил с возможностями получения образования.

– *Поездка была очень продуктивной* , – отметила Ирина Вячеславовна.

По материалам СМИ

ЖИВАЯ ТРАДИЦИЯ МЕДИЦИНСКОЙ НАУКИ

В ГомГМУ состоялся масштабный международный форум инфекционистов и иммунологов

24–25 сентября 2026 года Гомельский государственный медицинский университет стал площадкой для проведения IV Гомельского международного конгресса «Инфекционные болезни, микробиология и иммунология». Масштабное научно-практическое мероприятие объединило более 500 специалистов из Беларуси, России, Казахстана и Узбекистана, заинтересованных в развитии медицинской науки, совершенствовании диагностики и лечения инфекционных заболеваний.

Главная цель конгресса – обсуждение актуальных проблем инфекционной патологии, современных подходов к диагностике, лечению и профилактике социально значимых инфекционных заболеваний, а также укрепление международного научного сотрудничества.

Конгресс объединил очное участие и онлайн-трансляцию.

Организаторами конгресса выступили Министерство здравоохранения Республики Беларусь, Гомельский государственный медицинский университет и Евро-Азиатское общество по инфекционным болезням.

– *Для нашего университета конгресс – это не просто знаковое событие,* – подчеркнула в своем приветственном слове ректор ГомГМУ к.м.н., доцент Ирина Вячеславовна Назаренко, – *это добрая живая традиция, которая укрепляется и набирает силу из года в год.*

Свое приветствие участникам и организаторам конгресса направил Юрий Владимирович Лобзин, президент МОО «Евро-Азиатское общество по инфекционным болезням», академик РАН, д.м.н., профессор (г. Санкт-Петербург, Россия).

Международный характер мероприятия подчеркнул значимость профессионального взаимодействия специалистов разных стран. Обмен научными результатами, клиническими наблюдениями и практическим опытом позволил рассмотреть актуальные вызовы современной медицины с различных профессиональных позиций.

Одним из значимых направлений конгресса стало обсуждение возможностей практического применения результатов научных исследований. Участники рассматривали вопросы совершенствования лабораторных методов, внедрения современных диагностических технологий и развития междисциплинарного взаимодействия.

По материалам пресс-службы



Коротко о важном



15 сентября в рамках развития взаимодействия между учреждениями образования заключены договоры о сотрудничестве между Гомельским государственным медицинским университетом и гимназией г. Рогачева, а также гимназией № 1 г. Жлобина.

Документы направлены на укрепление партнерских связей, развитие профориентационной работы и создание условий для осознанного выбора учащимися будущей профессии. Особое внимание планируется уделить популяризации медицинских специальностей, знакомству школьников с образовательными возможностями ГомГМУ и формированию интереса к профессиям сферы здравоохранения.

Гимназисты смогут больше узнать об особенностях обучения в ГомГМУ, требованиях к поступлению и перспективах профессионального развития в медицинской отрасли.

В симуляционно-аттестационном центре ГомГМУ для руководителей гимназий провели экскурсию. Начальник центра М.В. Радовня рассказал и показал руководителям средних общеобразовательных учебных заведений практическую сторону подготовки врачей, как это осуществляется в условиях современной симуляционной среды.



17 сентября ректор, члены ректората, студенты, преподаватели и сотрудники университета объединились, чтобы вместе исполнить главное музыкальное произведение Беларуси. Гимн – это символ сплоченности, преемственности поколений и искренней любви к родной стране.

День народного единства напоминает нам о силе, которая рождается в единстве, взаимопонимании и готовности работать вместе во имя процветания родной страны. Для медицинского сообщества этот праздник приобретает особое звучание: наша профессия по своей сути объединяющая – мы служим людям независимо от возраста, национальности и вероисповедания, сохраняя верность главному принципу – «не навреди» и «помоги каждому».

Коллектив Гомельского государственного медицинского университета был и остается примером ответственного отношения к делу, патриотизма и профессиональной солидарности. Наши выпускники работают во всех уголках Беларуси, сохраняя связь с альма-матер и приумножая ее славу. В Год белорусской женщины особенно важно подчеркнуть роль женщин-медиков, женщин-ученых и женщин-наставников в укреплении единства нашего университета и общества в целом.



Студенты ГомГМУ приняли участие в III Международном конгрессе «Инновационная кардиология».

8-9 октября в Минске проходил III Международный конгресс «Инновационная кардиология». В работе конгресса приняли участие студентка лечебного факультета Анастасия Аноничева и студентка медико-диагностического – Валерия Хорошун.

Программа мероприятия включала пленарные заседания, научные секции и мастер-классы. Участники обсудили новейшие методы диагностики, инновационные подходы в лечении сердечно-сосудистых заболеваний, а также вопросы цифровизации здравоохранения и применения искусственного интеллекта в кардиологии.

Как подчеркнула заместитель председателя Постоянной комиссии Совета Республики по образованию, науке, культуре и социальному развитию, главный врач Республиканского клинического медицинского центра Управления делами Президента, доктор медицинских наук, профессор Ирина Степановна Абельская:

– *Здесь собрались организаторы и управленцы, маститые ученые и люди, которые делают только первые шаги в исследованиях. Потому что проблема сердечно-сосудистых заболеваний мультидисциплинарная. И для того чтобы выбрать правильное направление, определить этапы решения, должен работать командный подход.*



В преддверии Дня матери активисты профкома студентов ГомГМУ посетили детскую больницу.

Вместе с маленькими пациентами они сделали трогательные поздравительные открытки для самых дорогих людей – их мам.

Такие встречи помогают детям, находящимся на лечении, отвлечься от больничных будней, почувствовать заботу и внимание, а также проявить творчество.

Активисты профкома помогали маленьким пациентам выбирать материалы, придумывать оформление и аккуратно воплощать задуманное. В ход шли цветная бумага, карандаши, наклейки и, конечно, фантазия. Открытки получились разными, но одинаково дорогими, ведь сделаны они своими руками и от чистого сердца.

Особую атмосферу праздника создал маскот университета Рысь. Он стал настоящим любимцем и пациентов, и их родителей.

Как отметила председатель Мария Шалобасова, главная цель акции – не просто поздравить мам с праздником, но и подарить детям и их семьям положительные эмоции, поддержку и веру в то, что рядом всегда есть люди, готовые помочь и разделить важные моменты.

Профком студентов



15 октября в ГомГМУ состоялся Единый день информирования, посвященный теме «Традиционные ценности белорусов: семья, общество, государство».

С докладом перед сотрудниками, ректоратом нашего университета выступила доцент кафедры социальной политики и идеологии Института государственной службы Академии управления при Президенте Республики Беларусь кандидат социологических наук Ирина Владимировна Домасевич.

В ходе встречи было отмечено, что семья остается одной из ключевых ценностей белорусского общества. Крепкая семья способствует демографической стабильности, обеспечивает преемственность поколений, сохранение исторической памяти и укрепление социальной солидарности.

Особое внимание докладчик уделила взаимосвязи личности, семьи, общества и государства. Было подчеркнуто, что уважение к старшим, забота о детях, трудолюбие, ответственность за близких и родную страну формируют духовно-нравственный фундамент белорусского общества. Такие ориентиры помогают молодежи осознанно строить жизненный путь, сохранять культурную идентичность и вносить вклад в развитие Республики Беларусь.



15 октября в рамках профориентационной работы состоялась экскурсия учащихся 10-11 классов Могилевского государственного областного лицея № 1 в ГомГМУ.

Декан факультета довузовской подготовки к.ф.н., доцент Н.П. Тимошенко познакомила с организацией образовательного процесса, воспитательной работы и творческой жизни медицинского университета. Подробнее Наталья Павловна остановилась на особенностях вступительной кампании и подготовке к вступительным испытаниям, познакомила с программой проведения подготовительных курсов и проектом «Студент ГомГМУ на неделю». Для учащихся лицея была организована познавательная экскурсия в симуляционно-аттестационный центр и в анатомический музей при кафедре анатомии человека с курсом оперативной хирургии и топографической анатомии.

Также ребята познакомились с уникальным по своим функциям столом Пирогова, который настолько привлек их внимание, что они долго наблюдали за его возможностями.

Факультет довузовской подготовки



22 октября состоялась VI Республиканская научно-практическая конференция с международным участием «Непрерывное профессиональное медицинское образование и аттестация медицинских работников: цифровые технологии и искусственный интеллект как инструмент обучения и контроля».

Были рассмотрены такие темы, как опыт использования цифровых технологий в образовательном процессе, риски применения искусственного интеллекта в обучении и аттестации медицинских работников, перспективы внедрения ИИ-инструментов в учебно-методическую и научно-исследовательскую деятельность.

На конференции работали секции: инновационные образовательные технологии с использованием ИИ в медицинском образовании; виртуальный пациент: опыт работы, перспективы, ограничения метода; нейросетевое моделирование как инструмент повышения эффективности диагностических технологий; применение ИИ в научно-исследовательской работе; цифровая безопасность при использовании технологий ИИ в образовательном и лечебном процессах; образовательный менеджмент и ИИ.

По материалам пресс-службы

КАДРОВЫЙ РЕЗЕРВ – ДЕЛО СЕРЬЕЗНОЕ

В Гомельском государственном медицинском университете состоялось заседание комиссии.

Комиссия, надо сказать, была серьезная: собралась отбирать студентов в перспективный кадровый резерв. В состав комиссии вошли главный специалист главного управления организационно-кадровой работы Гомельского областного исполнительного комитета Н.О. Сверж, главный специалист отдела организационно-кадровой работы администрации Центрального района г. Гомеля Н.Л. Хребтович, проректор по идеологической и воспитательной работе к.м.н., доцент Л.Г. Соболева, начальник отдела кадров Т.А. Кульвинская, деканы факультетов, председатель первичной профсоюзной организации студентов ГомГМУ М.М.Шалобасова.



На конкурс пришли студенты трех факультетов: лечебного, медико-диагностического и медико-профилактического.

Основная цель заседания была простая: рассмотреть кандидатуры, которых рекомендовали включить в перспективный кадровый резерв.

Кандидаты коротко рассказали о своих достижениях. Кто-то рассказывал об учебе, кто-то – об общественной работе, кто-то – о том, как умеет организовать людей и не растеряться, если дела вдруг пойдут не по расписанию.

Вопросы членов комиссии были разными. Главная цель разговора – понять, есть ли у кандидата управленческий потенциал, готов ли он брать на себя ответственность и может ли работать в условиях многозадачности. Потому что кадровый резерв – дело серьезное. Сегодня студент, а завтра, глядишь, и руководитель. А руководителю важно не только дела вести и за результат отвечать, но и понимать людей. И надо признать: претенденты справились на отлично.





В общем, заседание прошло деловито. Студенты свои качества показали, комиссия свои вопросы задала. А перспективный кадровый резерв, мы уверены, пополнился грамотными людьми.

Управление по идеологической и воспитательной работе

Наших выпускников ждет практическое здравоохранение

В соответствии с дорожной картой по сопровождению самоопределения и профессиональной ориентации обучающихся на 2026/2027 учебный год 6 и 13 октября 2026 года прошли встречи руководителей практического здравоохранения со студентами 6-го курса лечебного и медико-профилактического факультетов, 5-го курса медико-диагностического факультета ГомГМУ.



С напутствием к будущим коллегам, преимуществах наличия первого места работы и получения статуса молодого специалиста обратился проректор по лечебной работе ГомГМУ к.м.н., доцент Владимир Владимирович Похожай, начальник отдела кадров ГУЗО Гомельского облисполкома Людмила Валентиновна Печурина, председатель Гомельской областной организации БПРЗ Надежда Александровна Зимина, декан лечебного факультета к.м.н., доцент Наталья Леонидовна Громыко.

На встречу с нынешними выпускниками приехали главные врачи десяти центральных районных больниц Гомельской области: Добрушской ЦРБ, Лоевской ЦРБ, Мозырской ЦГП, Наровлянской ЦРБ, Октябрьской ЦРБ, Петриковской ЦРБ, Речицкой ЦРБ, Рогачевской ЦРБ, Светлогорской ЦРБ, Хойникской ЦРБ, Брагинскаой ЦРБ, Ветковской ЦРБ, Ельской ЦРБ, Житковичской ЦРБ, Жлобинской ЦРБ, Калинковичской ЦРБ, Кормянской ЦРБ, Лельчицкой ЦРБ, Чечерской ЦРБ и Буда-Кошелевской ЦРБ и представители учреждения «Следственного изолятора № 3» управления Департамента исполнения наказаний Министерства внутренних дел по Гомельской области, «Исправительная колония № 24» управления Департамента исполнения наказаний Министерства внутренних дел по Гомельской области и «Исправительная колония № 12 для содержания и лечения осужденных, больных активной формой туберкулеза» управления Департамента исполнения наказаний Министерства внутренних дел по Витебской области.

О том, какой путь проходят выпускники медицинских университетов в районных учреждениях здравоохранения, рассказали молодые сотрудники больниц, приехавшие в ГомГМУ вместе с главврачами.



А главный посыл встречи, наверно, прозвучал от главного врача Добрушской ЦРБ Надежды Алексеевны Белоглазовой:

– Центральная районная больница – лучший старт для карьеры врача.

По материалам пресс-службы

ЧЕСТНО О ПРОФЕССИИ: ВРАЧ ОБЩЕЙ ПРАКТИКИ

Студенческие годы в медицинском университете – это особенное время. С одной стороны, позади остаются первые лекции, зачеты, экзамены и бессонные ночи над учебниками. С другой – чем ближе выпуск, тем чаще возникает вопрос: «А каким именно врачом я хочу стать?»

Медицина открывает перед молодым специалистом огромное количество дорог. Порой сделать первый шаг бывает очень непросто, но именно такие встречи, как эта, помогают его осуществить.

Разговор о профессии врача общей практики – это в первую очередь разговор о человеке, который ежедневно оказывается на передовой медицинской помощи: первым встречает пациента, выслушивает его жалобы, замечает то, что порой остается незаметным для других, и за те скромные восемь минут приема, которые отведены на каждого пациента, старается не просто поставить диагноз, а понять человека и стать для него тем специалистом, которому можно доверить самое ценное – свое здоровье. Именно этим вопросам и многим другим было посвящено наше мероприятие.

Здесь встретились выдающиеся представители практического здравоохранения, некоторые из которых одновременно являются преподавателями нашего университета, и молодые специалисты, только начинающие свой профессиональный путь. Каждый из них пришел поделиться со студентами не только знаниями, но и частичкой собственного опыта **–** рассказать о буднях врача общей практики и о той ответственности, которая приходит вместе с белым халатом.

– Врач общей практики – это путь постоянного развития. Ведь он знает о пациенте больше всех, видит его не один раз и не с одной стороны, а сопровождает на протяжении многих лет. Поэтому особенно важно, чтобы рядом с молодыми специалистами всегда были опытные коллеги, наставники, которые готовы поделиться знаниями, поддержать и передать то, чему невозможно научиться только по учебникам, – подчеркнула декан лечебного факультета к.м.н., доцент Наталья Леонидовна Громыко.

Слово также было предоставлено почетным гостям университета: главному врачу Гомельской городской поликлиники № 1 и по совместительству депутату Гомельского городского Совета депутатов Тамаре Николаевне Лазаретовой, заместителю директора РНПЦ радиационной медицины и экологии человека по поликлинической работе Людмиле Андреевне Ткаченко, врачу общей практики Ельской центральной районной больницы, заведующему Заширской участковой больницей с АВОП Ивану Алексеевичу Зуникову, врачу общей практики городской поликлиники Светлогорской ЦРБ Татьяне Александровне Душкиной.



Выступление Тамары Николаевны Лазаретовой получилось особенно личным и искренним: начав с вопроса «Как Вы стали врачом?», Тамара Николаевна с улыбкой ответила: «Случайно!»

– Я выбрала терапию за возможность и необходимость постоянно думать. В каждом пациенте есть своя загадка, а когда находишь ответ, появляются блеск в глазах и тот самый профессиональный интерес. Поэтому для меня – только терапия! И даже став главным врачом, я остаюсь ВОПом в душе. В медицине нельзя останавливаться: развиваться нужно всегда, а главное – иметь стремление к знаниям и постоянно работать над собой, – поделилась Тамара Николаевна.

Истории каждого из рассказчиков были разными: кто-то пришел в медицину случайно, кто-то с самого начала видел себя в определенной специальности, а кто-то открыл свое призвание уже в процессе работы. Но, несмотря на разные профессиональные маршруты, во всех выступлениях звучала одна общая мысль: врач общей практики – это уникальная возможность. Возможность получить широкий клинический опыт, научиться видеть пациента целиком и понять, что медицина начинается не только со знаний, но и с человеческого отношения.

Особенно ценно то, что наша встреча стала не просто рассказом о профессии, а честным разговором о сомнениях, первых трудностях, ответственности и радости от осознания того, что ты находишься на своем месте. И, возможно, именно такие встречи помогают будущим врачам сделать свой первый профессиональный выбор немного увереннее.

Лечебный факультет.
Терапевтическое общество студентов

СТУДЕНТЫ ГОМГМУ — ПРИЗЕРЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ ОЛИМПИАДЫ ПО ОПЕРАТИВНОЙ ХИРУРГИИ

7 – 9 октября команда ГомГМУ приняла участие в студенческой олимпиаде по оперативной хирургии и топографической анатомии, проходившей в ГрГМУ в рамках образовательного форума «Актуальные проблемы оперативной хирургии и клинической анатомии».

Участие в олимпиаде приняли 10 команд из Беларуси, России и Казахстана.

Конкурс «Ушивание промежности после эпизиотомии». Бригада: Д.О. Гречишкина (Л-506), М.В. Ильиных (Л-405), А.А.Леонкова (Л-406) заняла III место. Подготовил бригаду заведующий кафедрой акушерства и гинекологии к.м.н., доцент Т.Н. Захаренкова.

Конкурс «Остеосинтез диафиза плечевой кости пластиной». Бригада: М.А. Маканин (Л-625), В.В. Капустин (Л-530), И.М. Михасёв (Л-625) – III место. Подготовил бригаду старший преподаватель кафедры травматологии, ортопедии, ВПХ Г.В. Дивович.

Конкурс «Остеосинтез IV пальца кисти динамическим дистракционным спицевым фиксатором (аппарат Сузуки)» Бригада: М.А. Маканин (Л-625), В.В. Капустин (Л-530), И .М. Михасёв (Л-625) – III место. Подготовил бригаду старший преподаватель кафедры травматологии, ортопедии, ВПХ А.В. Третьяков.



«АВТОГРАФ – 2026»

Национальный центр дополнительного образования детей и молодежи подвел итоги Республиканского конкурса литературного творчества студентов учреждений высшего образования «Автограф – 2026».

На республиканский этап конкурса были предоставлены работы победителей вузовского этапа во всех жанрах литературного творчества: поэзии, прозе, публицистике.

«Арт-актуально: литературный сторителлинг»

Публицистика

I место заняла Марина Гринкевич (Л-425) с работой «Чудодейные владычицы: Миф о Великой Богине-Матери».

Проза

II место заняла Анастасия Садовская (Л-501) с рассказом «Овинник»;

III место в данной номинации заняла Анастасия Круковская (П-401) с рассказом «Ярылаў дзень у мікрараёне «Сонечны».

«Арт-маладосць: мой код – мая гісторыя»

Публицистика

II место заняла Елена Кизилова (Л-206) с работой «Код дажджу: анатомія маёй Радзімы»;

III место заняла Елена Драгун (Л-612) с работой «Сэрцабіццё зямлі».

«Арт-партрэт. Вобраз жанчыны ў гісторыі Беларусі»

Поэзия

II место заняла Виталина Иванова (Л-324) с поэмой «Нити истории в женских руках».

Дипломами Национального центра художественного творчества детей и молодежи, за активное участие в Республиканском конкурсе награждены: Александра Михуто (Л-604), Елена Драгун (Л-612), Екатерина Ковалева (Л-217), Анастасия Глекова (Д-204), а также выпускники лечебного факультета 2026 года Дарья Марчик и Мария Матюшенко.

Специальными дипломами за большой вклад в гражданско-патриотическое и художественно-эстетическое воспитание молодежи, создание условий для творческого развития и самореализации молодежи награждены руководители творческих коллективов и объединений студентов. Среди награжденных Ева Антоновна Дудорга, руководитель Клуба юных журналистов при газете «36 и 6» учреждения образования «Гомельский государственный медицинский университет».

Поздравляем участников и победителей Республиканского конкурса литературного творчества студентов учреждений высшего образования «Автограф – 2026».

Е.А.Дудорга,
редактор газеты

Что в этом мире есть такого, ради чего хочется жить

Есть вопросы, которые не задают в светской беседе. Ответ на них слишком хрупок, чтобы произносить его вслух. «Ради чего хочется жить?» – из этой категории. И всё же десятки женщин согласились ответить. Не ради статистики – скорее, чтобы услышать самих себя. Чтобы в тишине, наедине с вопросами, сказать то, что обычно остается за кадром: между работой, делами, заботами, между «надо» и «потом».

Мы не будем приводить их слова дословно – это было бы нарушением тишины, в которой рождались ответы. Мы бережно проявим то, что стоит за ними. Никто не написал: «Я живу ради карьеры», «ради успеха». Ответы возвращаются к одному: ребенок, внучка, муж, мама, сын, кот, пес, куры, ждущие завтрака. Женщины находят опору в конкретных актах заботы. Испечь внучке блины. Обнять ребенка. Позвонить маме. Приготовить еду для того, кто ждет. Это не громкие подвиги – это ежедневная верность, из которой растет желание просыпаться утром.

Даже те, кто отвечает «ради себя», почти всегда добавляют – «ради себя и близких». «Я» здесь не отделено от «мы» – оно обретает ценность только в связи с другими. Как будто сама жизнь говорит: ты нужна. Ты важна. Тебя ждут. И в этом «ждут» столько тепла, что его хватает на целый день. А иногда – и на целую жизнь.

Спросите человека, что дает ему силы, – и он назовет не то, что вы ожидаете. Не достижения. Не планы. А чашку кофе в тишине, пока никто не проснулся. Запах свежего хлеба. Шуршание осенних листьев. Утренний свет из окна. Пение птиц.

Эти крошечные сенсорные якоря – не бегство от реальности. Это защитный механизм. Когда мир штормит, тело ищет точку опоры – и находит ее в запахе, вкусе, прикосновении. В том, что было всегда и будет. В том, что не зависит от новостей, зарплаты и чужих решений.

Кофе упоминается чаще всего. Двенадцать раз из пятидесяти. Это не случайность, а ритуал. Способ сказать себе: «Я здесь. Я могу чувствовать. Значит, стоит прожить этот день».

И еще одно звучит в этих ответах – благодарность. За то, что сердце стучит. За то, что руки могут обнять ребенка. За то, что тело – не просто оболочка, а союзник, который носит нас по земле, терпит ошибки, усталость – и все равно продолжает работать. Продолжает жить нашу жизнь. Разве это не чудо – то, что мы обычно не замечаем?

Когда женщин спросили, чему бы они научили молодую девушку, ответы сложились в тихую, но твердую мудрость. Терпению. Доброте. Умению слушать – даже то, что собеседник не говорит. Не отчаиваться. Любить себя. Хранить семейные традиции. Печь хлеб. Оставаться человеком в любой ситуации.

А иногда – горькое, выстраданное: «Не доверять до конца никому». «Полагаться только на себя». Это не цинизм. Это шрамы, которые говорят. И за ними – желание защитить тех, кто идет следом, от боли, которую пришлось пережить самим.

Преемственность – не абстрактное слово. Это способ сделать свою боль не напрасной: превратить ее в опыт, в совет, в предостережение, в хлеб, испеченный своими руками, – чтобы кто-то другой ел и был сыт. В этих ответах столько нежности к тем, кто только начинает жить. Столько желания сказать: «Ты справишься. Я справилась – и ты справишься». Это ли не самое щедрое, что может отдать человек – то, что далось ему дорого?

Среди ответов были и такие, где звучала глубокая усталость. Потеря мужа. Развод. Предательство. Онкология. Депрессия. Но боль почти никогда не становится точкой. Она становится фоном, на котором проступает другое: «Я справилась». «Все проходит». «Бог помог». «Дети помогли». «Юмор спас». «Я не сломалась».

Травма здесь – не идентичность, а пройденный путь. И из него извлечен смысл: «Дочь потом вспомнит не мои проблемы, а то, как я с ними справлялась». В этой фразе – не боль, а сила, которая из неё выросла.

Когда читаешь такие ответы, становится стыдно за свои мелкие огорчения. И одновременно – легче. Потому что видишь: человек может выдержать очень многое. И не просто выдержать – а остаться собой. Остаться тем, кто способен любить, заботиться, радоваться чашке кофе и шуршанию листьев.

Были в опросе ответы, которые невозможно читать равнодушно. Ответы, где сквозь строки прорывается отчаяние: «Нет, достали все». «Не хочется». Это крик. И его нельзя замолчать красивыми выводами.

Мы не знаем, кто эти женщины и что происходит в их жизни сейчас. Но мы знаем: за общим позитивным фоном стоит спектр состояний. Не все участницы находятся в ресурсе. И сам факт того, что они ответили, – возможно, уже попытка позвать на помощь.

Это напоминание: о том, что рядом с нами могут быть люди, которым прямо сейчас очень тяжело. И, может быть, наша простая человеческая внимательность поможет им дожить до утра. До чашки кофе. До запаха хлеба. До нового дня.

Проведенный опрос – не исследование в строгом смысле. Выборка нерепрезентативна, вопросы субъективны, ответы невозможно свести к цифрам. И все же в них есть то, что не нуждается в статистике.

Жизнь держится на связях (отношениях). На тех невидимых нитях, которые тянутся от человека к человеку, от человека к животному, от человека к месту, от человека к собственному телу. Жизнь держится на мелочах. На кофе. На запахе хлеба. На шуршании листьев. На тишине. Жизнь держится на памяти и надежде. На том, что было, и на том, что еще может быть. И – на возможности сказать об этом вслух. Хотя бы один раз. Хотя бы анонимно. Хотя бы в опросе.

Может быть, именно это и есть ответ на вопрос «ради чего хочется жить». Ради того, чтобы однажды – в тишине, с чашкой кофе, глядя на море или на спящего ребенка, – поймать себя на мысли: «Как хорошо, что эта жизнь у меня есть». Ради того, чтобы успеть сказать близким, как вы их любите. Ради того, чтобы увидеть, как растут дети и внуки. Ради того, чтобы просто дышать – и замечать, как это прекрасно. И, может быть, ради того, чтобы однажды кто-то другой – дочь, внучка, студентка, коллега – прочитал эти строки и тоже задумался. Остановился. Посмотрел в окно. Улыбнулся. И сказал себе: «А ведь и правда. Есть ради чего».

Эссе подготовлено на основе анонимных ответов анонимного опроса сотрудниц ГомГМУ, проведенного в апреле 2026 года. Конкретные цитаты, имена и детали не публикуются в целях сохранения конфиденциальности. Благодарим всех, кто нашел в себе силы ответить.

Педагог-психолог
1 категории
С.А. Задорожнюк

Малотиражная университетская газета
36 и 6

Адрес редакции:
Гомель, ул. Ланге, 5 (каб. 208)
тел: 35-97-36, факс: 35-98-38,
e-mail: gazeta36i6@gsmu.by

Полноцветный вариант читайте на сайте ГомГМУ
http://gsmu.by/index.php/un/-q36-6q
и в соцсетях "ВКонтакте" и "Одноклассники"

При перепечатке материала ссылка на газету «36 и 6» обязательна
Тираж 299 экз.
Периодичность – 1 раз в месяц

Учредитель:
УО «Гомельский государственный медицинский университет»

Редактор газеты
Анна ЯКОВЕНКО
Корректура текста О.М. Спектор

Авторы публикуемых материалов несут ответственность за достоверность и точность приводимой информации. Редакция может печатать материалы в порядке обсуждения, не разделяя точку зрения автора. Редакция оставляет за собой право сокращать и редактировать материал.

Отпечатано с оригинал-макета заказчика в ОАО «Полеспечать», г. Гомель, ул. Лепешинского,1. Зак.