

Александра Лопухова провела лекцию для первокурсников



26 октября студенты Высшей школы медиакоммуникаций и связей с общественностью Гуманитарного института совместно с проектом «Лепота» провели мероприятие, посвященное ключевым составляющим эффективной учебы. Адаптация первокурсников — цель встречи в пространстве «Башня Политех».

Мероприятие было разбито на три тематических блока: внимание, память и тайм-менеджмент. За два часа участники встречи узнали, как эффективно учиться, сходу запоминать даже сложную информацию. А также сохранять концентрацию, не прокрастинировать, совмещать работу, учебу, хобби, личную жизнь и не выгорать.

В рамках третьего блока, посвященного тайм-менеджменту, спикером стала студентка Высшей школы медиакоммуникаций и связей с общественностью Гуманитарного института, член молодежного парламента Законодательного собрания Санкт-Петербурга, заместитель руководителя студенческого коммуникационного агентства «Инженеры смыслов», руководитель студенческой команды добровольческого проекта «Политех дарит тепло!» Александра Лопухова. Она поделилась секретами, которые помогают ей развивать в себе чувство времени, бороться с хронофагами и правильно расставлять приоритеты.



«Было неожиданно и очень приятно, что организаторы пригласили меня выступить. С участниками мероприятия я поделилась своими секретами, как успевать все и не терять себя. Несмотря на то, что мое выступление было завершающим, зрители активно вовлекались, задавали вопросы и после завершения выступления не торопились уйти, подходили и задавали вопросы. Мне всегда очень приятно делиться знаниями и опытом. По своей профессиональной деятельности я чаще выступаю “серым кардиналом” подобных мероприятий, так что очень соскучилась по публичным выступлениям. Огромная благодарность организаторам и всем участникам. Надеюсь, что полученные знания ребята будут применять на практике», — поделилась Александра.

Подробнее читайте [здесь](#)