

ІІ НАУКОВА ІСТОРІЯ

Серія інтерв'ю до Міжнародного дня
жінок і дівчат у науці

Марія Стефанчук

кандидат фізико-математичних наук,
наукова співробітниця Інституту математики НАН України

Сфера наукових досліджень:

опуклий аналіз, комплексний та гіперкомплексний аналіз, узагальнено опуклі множини та узагальнено опуклі функції в евклідових просторах, квазіконформні відображення та їх узагальнення.

Цитата, якою науковиця керується в житті або науці:

«Успіх приходить до тих, хто наполегливо працює, вчиться на невдачах і не зупиняється на півдорозі»

Шлях у науку

Як почалася ваша історія в науці?

Моє захоплення математикою почалося ще зі шкільних років: я із задоволенням розв'язувала задачі, брала участь в олімпіадах і здобувала призові місця. Це природно привело мене до вибору фаху — вступу на фізико-математичний факультет Тернопільського національного педагогічного університету за спеціальністю «Математика». Поступово інтерес до математики переріс у свідомий вибір наукового шляху. Вирішальну роль у цьому відіграли навчання в університеті, спілкування з викладачами, а також перші самостійні спроби розв'язувати нетривіальні задачі. У 2013 році я закінчила магістратуру з відзнакою, після чого вступила до аспірантури Інституту математики НАН України. Моїм науковим керівником був доктор фізико-математичних наук, професор Юрій Борисович Зелінський, який, на жаль, помер через кілька місяців після захисту моєї кандидатської дисертації. Після закінчення аспірантури з 2016 року працюю у відділі комплексного аналізу та теорії потенціалу Інституту математики НАН України.

Чому саме математика / ваша галузь?

Математика привабила мене своєю універсальністю та внутрішньою гармонією. Це наука, у якій кожне твердження має чітке обґрунтування, а краса результату часто полягає в простоті й точності формулювань. Саме можливість досліджувати складні явища строгими математичними методами та відкривати нові закономірності стала головною причиною мого вибору цього напрямку.

Чи був момент, коли ви сумнівалися, що це «ваше»?

Так, такі моменти були. Науковий шлях неминуче пов'язаний із труднощами: складними задачами, які довго не піддаються розв'язанню, періодами невизначеності та сумнівами у власних силах. Інколи здавалося, що прогрес відбувається надто повільно або що обраний напрям є занадто складним. Проте саме ці моменти спонукали мене глибше занурюватися в проблему, переглядати підходи та шукати нові ідеї. З часом я усвідомила, що сумніви є природною складовою наукової роботи, а подолання таких етапів лише зміцнює впевненість у тому, що наука і математика — це справді мій шлях.

Хто або що найбільше підтримало вас на старті?

На початковому етапі найбільшу підтримку для мене забезпечили наукові наставники – доктор фізико-математичних наук, професор Юрій Борисович Зелінський, а також доктор фізико-математичних наук Руслан Радікович Салімов, які не лише передавали знання, а й вірили в мій потенціал, заохочували до самостійних досліджень і допомагали формувати наукове мислення. Важливу роль відігравало також спілкування з колегами, з якими можна було обговорювати ідеї, ділитися сумнівами та першими успіхами. Не менш суттєвою була моральна підтримка родини, яка давала відчуття стабільності й упевненості, необхідні для зосередження на науковій роботі.

Виклики

З якими труднощами ви стикалися як жінка в науці?

Найскладнішим періодом для мене був час після народження дитини. Поєднувати наукову роботу з доглядом за маленькою дитиною було непросто як фізично, так і емоційно: бракувало часу, сил і можливостей для повноцінної концентрації на дослідженнях. Водночас необхідно було зберігати наукову активність і не втрачати зв'язок із професійним середовищем. Цей період вимагав особливої витримки, самоорганізації та підтримки з боку близьких.

Чи доводилося вам доводити свою компетентність більше, ніж колегам-чоловікам?

Я не прагнула додатково підтверджувати свою компетентність у порівнянні з колегами-чоловіками. Основну увагу приділяла науковій роботі, розв'язанню дослідницьких задач, вважаючи, що саме результати найкраще говорять про професійний рівень.

Чи маєте ви синдром самозванця. Якщо так, то як ви з ним справляєтеся?

Так, періодично я відчувала прояви синдрому самозванця, особливо на етапах нових викликів – під час участі в конференціях, підготовки публікацій або роботи над складними результатами. У такі моменти виникало відчуття, що власні досягнення є недостатніми або випадковими. З часом я навчилася сприймати ці відчуття як нормальну реакцію на зростання та вихід із зони комфорту. Допомагає опора на конкретні результати – опубліковані роботи, завершені проєкти, позитивні відгуки колег, а також усвідомлення того, що сумніви переживають майже всі дослідники. Найефективнішим способом подолання цього синдрому для мене стала систематична робота та зосередженість на самому процесі дослідження, а не на порівнянні себе з іншими.

Який найскладніший момент у кар'єрі ви вже пройшли?

Складним, але водночас визначальним етапом у моїй кар'єрі став період, коли довелося адаптуватися до нових умов, поєднуючи науку з материнством і водночас не втратити професійний напрям розвитку.

Баланс у житті

Як ви поєднуєте науку з особистим життям?

Поєднання науки з особистим життям для мене є постійним процесом пошуку балансу. Наукова робота часто виходить за межі формального робочого часу, тому важливо свідомо встановлювати пріоритети та межі. Я намагаюся планувати роботу так, щоб залишався час для відпочинку, родини та відновлення сил. Водночас розумію, що в певні періоди – під час дедлайнів або активної дослідницької фази – наука потребує більшої концентрації. Допомагає підтримка близьких і усвідомлення того, що повноцінне особисте життя не заважає науковій діяльності, а навпаки, сприяє ясності мислення та довготривалій професійній стійкості.

Чи реально «мати все» – і кар'єру, і сім'ю?

Мати все цілком реально, але це завжди питання балансу та пріоритетів. Потрібно усвідомлювати, що одночасно все робити на 100% практично неможливо – завжди доводиться вибирати, де зосередитися саме зараз. Кар'єра та сім'я можуть взаємно збагачувати одне одного: підтримка близьких дає енергію для професійних досягнень, а успіхи в науці додають впевненості та самореалізації. Важливо мати чіткі межі, планувати час і приймати, що іноді одне отримує більше уваги, ніж інше. «Мати все» – це скоріше про усвідомлений баланс і гармонію, ніж про абсолютну рівність у кожній сфері.

Що допомагає не вигорати?

Щоб уникати вигорання, для мене важливо поєднувати професійну діяльність із відпочинком і заняттями, які відновлюють сили. Допомагає чітке планування роботи та встановлення реалістичних цілей, щоб не перевантажувати себе. Велике значення має підтримка колег і близьких, можливість ділитися труднощами та отримувати емоційну підтримку. Також корисно періодично змінювати ритм роботи: переключатися на інші задачі, займатися хобі або просто проводити час на природі. Найважливіше – усвідомлення, що відпочинок і турбота про себе не суперечать успішній кар'єрі, а навпаки, роблять її стійкішою і продуктивнішою.

Успіх і мотивація

Яким досягненням ви найбільше пишаєтеся?

Найбільше я пишаюся тим, що змогла поєднати наукову кар'єру з материнством і при цьому не втратити інтересу до науки та професійного зростання, отримуючи результати, які були опубліковані у фахових наукових виданнях і стали частиною розвитку відповідного напрямку досліджень.

Що для вас означає успіх у науці?

Успіх у науці для мене – це не лише кількість публікацій чи отримані нагороди, а передусім здатність відкривати нові знання, робити внесок у розвиток своєї галузі та вирішувати складні наукові задачі. Це також вміння підтримувати власну цікавість і мотивацію та долати труднощі й сумніви.

Який міф про жінок у STEM ви хотіли б зруйнувати?

Я хотіла б зруйнувати міф, що жінки нібито менш здатні до точних наук або менш спроможні до серйозних досліджень у STEM. Насправді компетентність, аналітичне мислення та творчість у науці не залежать від статі. Жінки здатні досягати високих результатів, робити значний внесок у розвиток науки та вести складні проекти на рівні з будь-яким колегою-чоловіком. Важливо лише забезпечити рівні можливості та підтримку, а таланту та наполегливості жінок вистачає для того, щоб успішно розвиватися в будь-якій науковій галузі.

Послання майбутнім науковицям

Що б ви сказали собі 10 років тому?

Я б сказала собі: «Вір у власні сили і не бійся помилятися. Труднощі та сумніви – це частина шляху, а не ознака, що ти на неправильному шляху. Кожна складна задача, над якою ти працюєш, робить тебе сильнішою та досвідченішою. Довіряй своєму інтересу до науки, і результати обов'язково з'являться».

Яку пораду дали б дівчатам, які бояться йти в науку?

Я б сказала: не бійтеся робити перший крок і довіряти своїй цікавості. Наука потребує наполегливості та сміливості ставити запитання, і в цьому немає нічого «нежіночого». Важливо оточити себе наставниками, однодумцями та підтримкою, яка допоможе долати сумніви. Помилки й складнощі – це не поразка, а невід'ємна частина навчання та росту. Найголовніше – вірити в себе, свої ідеї та здібності: саме це дозволяє досягати результатів і відкривати нові горизонти в науці.

Чому жінкам важливо бути видимими в науковому просторі?

Жінкам важливо бути видимими в науці, бо це руйнує стереотипи та показує, що наукові досягнення не залежать від статі. Видимість надихає молодих дівчат обирати STEM-напрямки, показує реальні приклади успішної кар'єри і створює культуру рівних можливостей.