

МИНИИЦЕ

ШКОЛА ВОЖАТЫХ
выпускной 2020

ПРОГРАММА ДВОЙНОГО
ДИПЛОМА: образование за
границей

Инсайт: как никогда
не ошибаться

**У СТРАХА ГЛАЗА
ВЕЛИКИ:** победи
свою фобию!

ТЕСТ: какой
бабкой ты
будешь?

Море по колено

Одна из наших самых главных задач - включать медленное мышление. Автоматически думать может каждый, а ты попробуй зажить осознанно! Брось себе вызов! Как ты узнаешь, на что способен, пока не попробуешь?

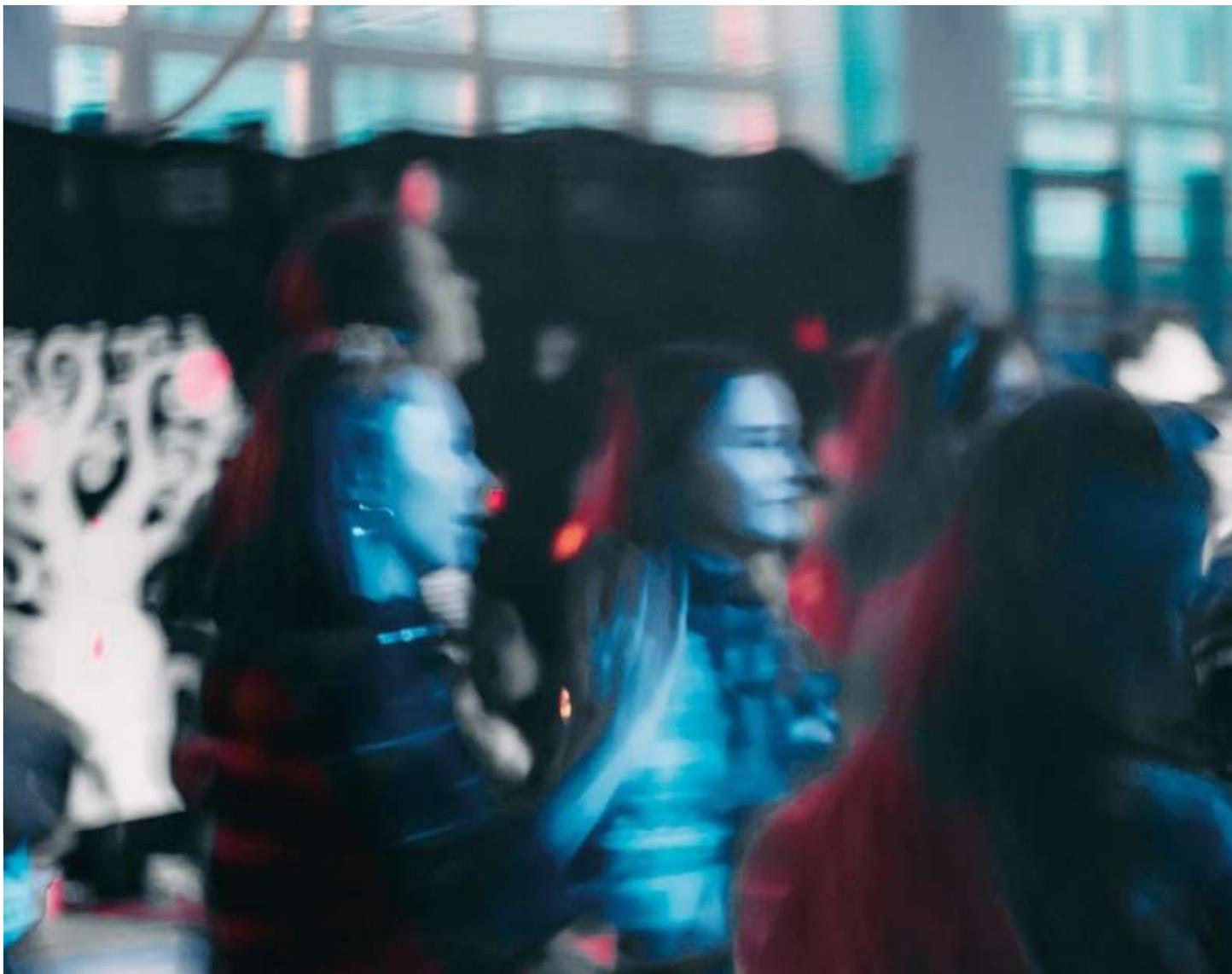
Сколько всего скрывается за стеной страха - подумать только! Там сама жизнь. Так выйди за пределы, за рамки - найди то, что так давно искал. Сделай первый шаг, а дальше сам знаешь: «Дорогу осилит идущий».

Пожалуй, именно об этом наш июньский выпуск. Свято верю, что кто каждый из нас найдёт верное направление и с уверенностью двинется вперёд.

С любовью
от главного редактора
Коршак Анны



*На обложке использовано фото, автором которого является фотограф Юлия Лушникова



СОБЫТІЯ

ШКОЛА ВОЖАТЫХ ВЫПУСКНОЙ-2020



Самое ожидаемое событие для всех будущих вожатых прошло 29 мая. Да, да, это выпускной Школы вожатых-2020! Как же все было? Повлияла ли эпидемиологическая обстановка на событие? Мы узнали обо всем у организаторов и, конечно же, самих участников!

*Анастасия Чернова,
руководитель Школы
вожатых-2020*



Как проходил выпускной Школы вожатых-2020?

В этом году мы впервые попробовали новый формат выпускного и сделали его дистанционным. Конечно, это решение обусловлено внешними факторами, и было много опасений. Результат получился неожиданным, ведь даже через экраны гаджетов можно было прочувствовать атмосферу единения. Мы успели и поплакать от счастья достижения новой цели или от грусти расставания, сказать друг другу слова благодарности, разделить радость побед и горечь неудач, зарядиться на продуктивную работу летом с детьми и сделать новый шаг к своей мечте.

Если посмотреть на это с технической стороны, то я убедилась в очередной раз, что наши ребята могут в любой ситуации сделать потрясающие вещи! Мы монтировали видео, учились запускать прямые эфиры, работали в графических редакторах. А сколько волнения было, когда нас подводил интернет, и не у всех запустилась трансляция - это не передать словами!

Насколько сильно событие отличалось от выпускного Школы вожатых-2019?

Выпускной Школы вожатых-2020 года отличался от всех выпускных в истории наших отрядов. Он был совершенно новым, начиная с дистанционного формата.

На протяжении нескольких лет все участники и организаторы собирались в одном месте. Например, в прошлом году это был концертный зал «Premio». Проводили целый день вместе. У нас были концерты, церемонии награждения, прощальные вечера и свечи в командах. С напутственными словами выступали люди, сделав-

шие значимый вклад в развитие наших отрядов. В этом году мы стремились реализовать всё это, и у нас получилось!

Самое главное, что, несмотря на все обстоятельства, ряды квалифицированных вожатых пополнились, и мы можем гордиться этими героями, нашедшими в себе силы дойти до самого конца.

В очередной раз хочу сказать огромное спасибо команде организаторов за их труд, максимальную отдачу и вклад в общее дело!



*Дарья Шевченко, куратор
Школы вожатых-2020*

Какие впечатления у тебя остались?

Только самые добрые и теплые, яркие и незабываемые. Еще в том году я была участником, а в этом я уже куратор. Я бесконечно люблю свою группу «Вожаполис»! Мы стали лучшей группой смены «понедельник/среда». Очень горжусь каждым из них.

Я бесконечно рада, что полтора года назад приняла решение пойти на Школу Вожатых. Это место, после которого ты влюбляешься в то, что ты делаешь, осознаешь значимость себя как вожатого. Спасибо!



*Анна Оглобина, тьютор
Школы вожатых-2020*



Тебе понравилось, как всё прошло?

Выпускной мне очень понравился! В этом году был интересный формат. Видно, что ребята очень качественно подготовились! Это было видно и по продуманному сценарию, и по профессиональной технической работе. Конечно, в связи с возникшими обстоятельствами, пришлось быстро адаптироваться к условиям, но зато все полученные навыки теперь можно каждому участнику добавить в свою копилочку (и я говорю не только о ребятах, которые проходили обучение, но и обо всех организаторах).

*Евгения Невоструева,
участник Школы
вожатых-2020*



Как это было?

Мы все собрались на онлайн-трансляции. Несмотря на все это, мероприятие прошло очень душевно. Я даже представляла, как было бы все, будь мы в актовом зале. Взрыв эмоций, думаю, получил бы каждый зритель. Я сама не раз прослезилась. Организаторы подошли очень ответственно и креативно к этому мероприятию. Даже через экраны гаджетов мы получили огромную порцию любви. Все напутствия и пожелания вселили уверенность в собственных силах.

Также было очень приятно увидеть, что группы, в которых я обучалась на протяжении ШВ, стали победителями в нескольких номинациях. Я ещё раз убедилась, что при большом желании все реально.

*Алина Кудимова, участник
Школы вожатых-2020*

Школа Вожатых оставила после себя немалый спектр впечатлений, потому что за небольшое количество времени мы успели испытать все эмоции. Это было интересно, весело, а главное - полезно для нашего будущего. Обидно, что выпускной проходил в режиме онлайн, не было возможности обнять свою группу и любимых кураторов. Но даже это не помешало мне растрогаться и немного поплакать перед экраном телефона. То, что организаторы сделали для нас, не описать словами. Большое спасибо им за старания и труд.



по мнению участников

Школа вожатых - 2020 - это ...

... люди с горящими глазами и огромной любовью к миру и своему делу. Это новый опыт и море воспоминаний.

...источник радости, мотивации и вдохновения. Это невероятно энергичные люди, которые через пару недель стали самыми дорогими. Это понимающие наставники, кураторы, которые дарят поддержку и веру в свои силы. Это новые возможности, знания и впечатления.

...Вожаполис, который сделал мою жизнь невероятно яркой и волшебной!

...начало чего-то нового, неизведанного и такого интересного!

Несмотря на все трудности и невзгоды, выпускной Школы вожатых-2020 был грандиозным, ярким и эмоциональным!

Мы желаем выпускникам успешно пройти приближающуюся целину!



Материал подготовила:
Наталия Совина

ПРОГРАММА ДВОЙНОГО ДИПЛОМА: образование за границей

Образование за рубежом становится популярнее и гораздо доступнее для наших соотечественников. Поэтому поговорим о программе двойного бакалавриата, которую реализует Мининский университет.

*Данная программа проходит на территории Аньхойского педагогического университета города Уху провинции Аньхой. Подробнее нам рассказала **Анна - студентка 4 курса, обучающаяся на профиле «Иностранный (английский) язык и иностранный (китайский) язык»***

Настя: Расскажи, пожалуйста, нашим читателям: что же такое программа двойного бакалавриата? И как можно стать её участником?

Аня: Программа двойного бакалавриата даёт возможность получить сразу два диплома: об окончании Мининского и Аньхойского педагогического университета. Данная программа проходит у студентов на 2 и 3 курсе. Если честно, я не знаю, как будет проводиться отбор на эту программу в будущем, но у меня это было так: мы проходили собеседование в Мининском университете, предоставляя портфолио с успехами за 1 год обучения в университете. Оценивали наши преподаватели китайского языка, декан факультета, сотрудник международного отдела. Каждый желающий принять участие в этой программе готовил мини-презентацию о себе, рассказывая, почему именно он должен поехать. Также смотрели на общую успеваемость.



Н: Трудно было попасть на данную программу? Как много людей успешно прошли собеседование, и сколько было желающих?

А: Попасть на программу действительно трудно. Я точно не знаю, сколько было желающих, но их точно очень много. Из них прошли только 8 человек.

Н: Оценивают не только показатели успеваемости, но и какие-то успехи во внеучебной деятельности?

А: Да, нас так же оценивали по активности. В приоритете были те студенты, которые посещали дополнительные курсы по китайскому языку на 1 курсе и принимали участие в весенней школе.

**«Главное - не бояться
рисковать»**

Н: Да уж, переезд в другую страну на долгий срок никогда не бывает легким или дешёвым. А было ли тяжело морально? Как вас приняли китайские студенты и преподаватели?

А: И студенты, и преподаватели относились к нам очень хорошо. Не было ни с кем конфликтов. И между собой мы никогда не ссорились, что я считаю очень приятным фактом. На счёт того, было ли тяжело морально... Я считаю, когда ты уезжаешь из дома сразу на полгода и у тебя нет никакой возможности приехать домой на выходных или на какие-либо праздники - это, естественно, тяжело. Но горевать и сильно скучать по дому возможности тоже не было: мы все время были чем-то заняты.



Н: А что насчет самой учебы? На каком языке проходит обучение? Как много у вас предметов было?

А: Обучение проходит на китайском языке. Иногда преподаватели используют английские слова для более понятного объяснения, но в целом - только китайский язык. У нас были в основном уроки китайского, но ещё мы посещали занятия по английскому языку и физической культуре. Занятия по китайскому и английскому всегда делятся на дисциплины: аудирование, разговорная часть, грамматика, чтение, а также предмет, на котором мы учились правильно писать сочинения, письма и прочее.

Н: Программа двойного бакалавриата стоила всех денежных и моральных затрат или нет? Если бы у тебя снова был выбор: уехать на 2 года или остаться здесь, что бы ты выбрала?

А: Да, все того стоило. Я бы с удовольствием поехала ещё раз.

Н: Что бы ты могла пожелать студентам, которые хотят попробовать свои силы в данной программе?

А: Прилагать все возможные усилия на изучение китайского языка. Так как в Китае не говорят на английском, подходить к изучению китайского языка нужно очень и очень серьезно. Но те, кто хочет, обязательно своего добьются. Главное - не бояться рисковать.



Интервью брала:
Анастасия Прохорова



МЫСЛИ



У СТРАХА ГЛАЗА ВЕЛИКИ *как победить фобии?*

Существует множество фобий: от боязни пауков до клаустрофобии. Если страх очень часто одерживает верх, то человек замыкается в круг своей уютной и безопасной зоны комфорта и не двигается вперед.

Согласно словам психологов, часто страх сопровождается

чувством тревоги - отрицательно окрашенной эмоцией, выражающей чувство неопределенности. Испытывая тревогу, человек начинает рыться в памяти и находить там примеры опасных событий, которые могут произойти с ним.

Итак, механизм таков: мы испытываем страх, начинается тревога, которая усугубляет наши отрицательные эмоции, и в результате простое публичное выступление с презентацией превращается в настоящий конец света.

Согласно психологу Юрию Щербатых, все страхи можно разделить на три группы: биологические, социальные и экзистенциальные.

Биологические страхи подразумевают под собой боязнь всего того, что может нести угрозу нашей жизни. Боязни пожаров, высоты, опасных хищников и тому подобное.

К социальным страхам относится все то, что может подорвать наш социальный статус.

Например, боязнь неудач и ошибок (актуально для студентов во время сессии, которые боятся экзаменов), боязнь публичных выступлений или боязнь одиночества. В отличие от биологических страхов, социальные фобии гораздо более злободневны для нас, так как мы живем в обществе и порой слишком сильно переживаем о своём месте в нем.

И, наконец, экзистенциальные страхи, к которым относится страх смерти, будущего и времени. Эти страхи не так актуальны для молодых поколений, но все же имеют место быть. Если страх мешает человеку жить и развиваться, то, безусловно, требует внимания, и его нужно побороть!



Чтобы победить свой страх, советуем помнить о двух вещах:

Первое - это мысль о тех чувствах, которые вы испытаете, когда поборете свой страх. Предвкушение чувства победы явно стоит того, чтобы сделать усилие над собой и разомкнуть круг своей зоны комфорта.

Второе - держите в голове мысль о том, что если победите этот страх сейчас, то все остальное вам будет по плечу. Главное - сделать первый шаг. Самые важные победы в жизни человека - это те, которые он одержал над собой. Так что смело можете считать себя чемпионом и гордиться собой, если смогли побороть себя.

Например, если предстоит публичное выступление, а вы до

дрожи в коленках боитесь сцены, представьте овации в конце и это тёплое чувство уверенности в себе.

Боитесь предстоящего сложного экзамена? Подумайте о том, как с огромным чувством облегчения и гордости за себя будете выходить из аудитории, понимая, что теперь вам ни по чем любой экзамен или тест.

Страхи, хоть порой и мешают нам по жизни, но могут стать мощными двигателями внутреннего прогресса. Поэтому лучше воспринимать страх не как врага, а как повод для саморазвития. Мы становимся намного сильнее, когда принимаем наши слабости и смело вступаем в бой с ними.

Автор статьи:
Лиза Балдина



СОЦСЕТИ: их роль в нашей жизни

Всё большая сторона жизни переходит в виртуальную реальность. Остается ли социальное «социальным» в пространстве единиц и нулей? Узнаем прямо сейчас.

Виртуальная реальность позволяет нам общаться с дру-

гими людьми и самовыражаться. Согласно статистике, обычный россиянин проводит в соцсетях по 2 часа 16 минут в день. Получается, из 24 часов мы проводим одну двенадцатую в некой альтернативной реальности. Тогда встанет вопрос: как это на нас влияет?



За упомянутой ранее естественной потребностью человека в общении как и в соцсетях, так и в реальной жизни стоит именно необходимость в поощрении и привлечении внимания к себе. Наши профили – все равно что чистый холст для художника. Мы стараемся творить: продумываем колористику, поддерживаем



эстетичность, гармонию снимков и постов между собой. Интерес этого явления состоит в том, что наша страница одновременно и “наше лицо”, и творческое произведение. То есть человек, подобно дорогим кутюрье, продумывает каждую деталь собственной “одежды”.



Переменчивость - вот что дают нам Вконтакте, Instagram и Twitter. Острое желание меняться, быть разным, быть нескучным. И здесь, казалось бы, у малоизвестных людей, которые обладают особыми талантами, появляется возможность стать публичными, получить внимание, о котором они мечтали. Но не нужно забывать, что соцсети, помимо объединения людей и доступности информации, приводят в нашу жизнь и дистанцированность. Человек вкладывает ресурсы в себя виртуального, забывая про свое реальное тело и про то, что можно обойтись без лайков и репостов: просто проживать мгновения, которые нам даны.

В такой творческой, но все же поверхностной среде человек живет эмоциями, он задействован в толпе: комментарии под той или иной картинкой, обсуждения проблем на форуме - все это «места», в которых мы чувствуем эмоциональное единение с другими людьми. Сиюминутные братья

по эмоциям - разрозненные части кишащей толпы. А у нее, как известно, своя психология.

Прячась под своей иконкой, мы покупаем продукты, одежду и прочие товары для жизни; общаемся с людьми, с которыми в реальном мире не имели бы возможности пообщаться (например, из-за социального статуса, места жительства); познаем то, что по тем же причинам нам недоступно. Соцсети все глубже проникают в нашу жизнь, становясь неотъемлемой её частью. Это удивительно и притом - пугающе.

В рамках данной логики, тело теперь стало игрушкой-конструктором, которое нужно нам только для перевода в формат JPEG.

Закончу свои рассуждения, как того требует от меня мое философское: «Нам остается только ждать, когда тело восстанет против роли объекта и напомнит, что оно, как и сам человек, лицо действующее».

Автор статьи:
Рыжова Екатерина



ИНСАЙТ: *как никогда не ошибаться*

Мы ждём озарения, а оно не приходит... Почему?

Когда я училась в школе и решала задачи на уроках, очень часто попадала в состояние ступора, никак не могла найти ответа. Просто сидела и смотрела в одну точку. И учительница по математике любила говорить в та-

ких случаях, что «ты ждёшь, когда снизойдет манна небесная?». Иногда решение действительно не приходит в голову вовремя. Лишь спустя время, когда ты уже и думать забыл об этом, будто выстреливает что-то и тут... эврика!

Это - инсайт, и в этом нет никакой магии.

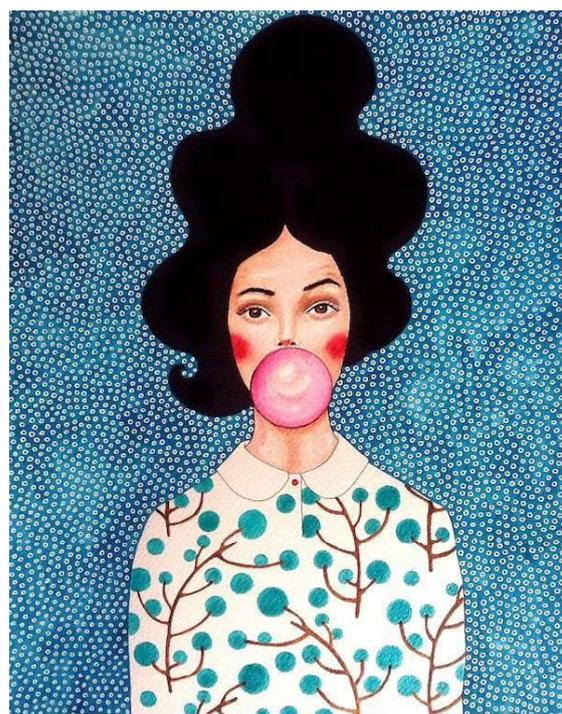
Почему так происходит?

Инсайтом называют состояние, во время которого в голову внезапно приходит решение насущной задачи или образуется новый взгляд на ситуацию.

Существует четыре этапа решения какой-либо задачи, и инсайт – самый вожделенный из них. Однако ему предшествуют знакомство с проблемой и инкубационный период, то есть период вынашивания идеи.

Инкубационный период может длиться сколько угодно долго. Однажды я прочла книгу «Над пропастью во ржи» и только через полгода, когда мыла зимним вечером посуду на кухне, вдруг поняла, в чем состоит смысл названия произведения. Когда масса информации накапливается в голове, наше подсознание «выдаёт» нужное решение. Однако оно отнюдь не новое. Оно все время

находилось в нас. И, казалось бы, мы совершали не связанные с проблемой действия, однако именно они помогли вытащить решение на поверхность.



Так как же это работает?

Есть такое понятие как «гештальт». Закрывать гештальт - значит закончить незавершенное дело, которое не дает покоя, завершить начатое. Именно с закрытием гештальта связана эмоциональная насыщенность инсайта.

Однако не все верят в существование инсайта, потому что это внутреннее переживание, которое трудно измерить, а в лабораторных условиях его и вовсе добиться вряд ли возможно.

Практический совет:

Чтобы случалось больше инсайтов, необходимо не заикливаться на одной проблеме, а переключать внимание на отвлеченные вещи.

Что поможет отвлечься?

Лучше всего помогают переключить внимание спорт, душ и медитация.

Когда мы фокусируемся на другом (чтение книг, просмотр фильмов и т.д.), то находим в этом метафоры, отвечающие на волнующие нас вопросы. Например, мы в одном и том же фильме видим свой смысл именно потому, что подсознание каждого человека стремится ответить на свои индивидуальные вопросы.



Автор статьи:
Коршак Анна



ЛЮДИ
ЛЮДИ
ЛЮДИ
ЛЮДИ
ЛЮДИ
ЛЮДИ
ЛЮДИ
ЛЮДИ

упасть, чтоб высоко подняться

Когда мы смотрим на успешных людей, нам хочется быть похожими на них. Однако не все задумываются над тем, через что пришлось пройти этим «звёздочкам», чтобы сейчас иметь всё то, чему многие завидуют. Далек не каждый родился в обеспеченной семье, не всем подвернулся удач-

ный случай и не каждый взлетел в одно мгновение. Успех – это результат труда, целеустремленности и терпения. Мы расскажем истории тех, кто доказал, что свою жизнь можно устроить так, как ТЫ сам того хочешь: и неважно кем и где ты родился!

Уолт Дисней



В начале карьеры Дисней работал в газете, где своим творчеством привлекал все больше и больше читателей, его уволили, потому что тот «был лишен воображения и хороших идей». До сих пор непонятно, как такая мысль пришла в голову начальника. Но Уолт Дисней был уверен в себе и своём таланте. Поэтому он с нуля создал несколько компаний, взяв огромные кредиты в банках, но все они потерпели поражение. Тогда он в домашних условиях стал творить и рисовать мультфильмы.

Так, в скором времени появилась «Белоснежка». Мультфильм имел ошеломительный успех. После этого его карьера пошла в гору. На идеях Уолта Диснея выросло не одно поколение. А мультфильмы про Микки Мауса смотрел каждый - эти шедевры известны по всему миру.

Мэрилин Монро

Об иконе стиля Мэрилин Монро ходит множество слухов. Например, некоторые современники уверяли, что ее удивительная «танцующая» походка появилась из-за врожденной особенности: одна нога у Мэрилин была короче другой. Чтобы скрыть недостаток, она сильно раскачивала бедрами. Другие утверждали, что для такой «плавности шага» актриса специально укорачивала один каблук.

Однако больше звезда страдала от психологических проблем: у нее было биполярное расстройство, которое вызывало в том числе бессонницу и приступы эйфории, сменяющиеся гневом. Болезнь негативно влияла и на работу Мэрилин, что явно отражалось на съемочном процессе.

Как только молодая девушка смогла прорваться в мир успешных людей и побороть свои комплексы, тут же контракт Монро с Columbia Pictures был расторгнут: продюсеры сказали ей, что она недостаточно красива и талантлива, чтобы быть актрисой. Мэрилин было очень тяжело продолжать свою карьеру дальше, поскольку везде о ней было много слухов и сплетен. Мужчины держали ее за содержанку, она не могла создать полноценную семью. Тогда обострились проблемы с психикой:

ей было крайне тяжело бороться с самой собой, но неожиданно поступило приглашение на эпизодическую роль в кино. Эта маленькая роль настолько вдохновила Монро, что она решила во что бы то ни стало исполнить свою мечту и впервые по-настоящему поверила в себя. Она продолжала добиваться уже главных ролей и стала одним из самых легендарных персонажей Голливуда.



Сергей Кутовой



И в наше время можно найти кучу примеров того, как молодые люди пробиваются в жизни, только уже используя интернет и социальные сети.

Одним из лучших примеров для подражания может быть Сергей Кутовой.

Этого паренька, скорее всего, вы хоть раз встречали на просторах «Инстаграма». Он и его брат-близнец родились в простой семье, в Архангельске. Так вышло, что родители рано развелись, и мальчики остались с папой, который был груб и строг в воспитании. Конечно, его методы сделали из маленьких мальчиков настоящих мужчин, но жить в таком эмоциональном напряжении было явно непросто.

Сережа был обычным школьником, ничем непримет-

ным. Его жизнь была довольно скучной. Но когда ему было 17 лет, произошел несчастный случай - его сбила машина. Сереже пришлось ампутировать ногу. Вся семья боролась за его жизнь. На больничной койке он провел свой последний звонок, выпускной, 18-тилетие – все самые яркие события в жизни подростка. За время в больнице он очень поправился, поэтому после выписки из больницы не видел смысла в своей жизни. Молодой парень, а уже без ноги, в инвалидном кресле, с огромным количеством лишнего веса, весь в шрамах – ему казалось, что ничего хорошего с такой внешностью его уже не ждет. Но в один момент он решил всё изменить. Он регулярно через боль стал тренироваться, чтобы обрести тело мечты, стал работать с психологами. Его работа над собой дала свои плоды, и к 21 году о нём уже знали многие. Он завёл страничку в «Инстаграме», где рассказывал о своих маленьких победах и изменениях. Люди стали восхищаться его любовью к жизни, умением радоваться мелочам. Он показал всем, что жизнь прекрасна, и только ты сам можешь ее изменить.

Сейчас он уже женат, переехал в Санкт-Петербург и хорошо зарабатывает, помогая своему отцу и вообще всем, кто в этом нуждается.

MONATIK



Дима Монатик – это пример того, что успешным можно стать, даже если в начале пути в тебя не верят и говорят «ты не сможешь».

С самого детства он понял, что танцы и музыка – это то, чем он хочет жить. В 2010 году Дмитрий выступал на украинском шоу «Х-Фактор», где ему сказали убедительное «нет», а рэпер Сергей откровенно заявил: «Я уверен, блистать ты не будешь». Конечно, для молодого парня такое слышать было очень тяжело, тем более что это дело было для него любимым, и он отдавал этому все свои силы.

Несмотря на критику, Дмитрий продолжил начатое: репетировал днями и ночами, чтобы доказать, что он может быть лучшим. В 2011 году Монатик снял клип на песню «ТайУлетаю», который стал прорывом в музыкаль-

ной карьере артиста. С того момента его талант стали ценить.

В 2015 году Дмитрий стал «Прорывом года» по версии M1 Music Awards, а уже в следующем году – «Певцом года».

В 2017 году MONATIK с англоязычной версией песни «Кружит» открыл первый полуфинал 62-го международного конкурса песни Евровидение, проходившего в Киеве. Его выступление поразило не только украинцев, но и всех европейских зрителей.

Артист выпустил уже два альбома, которые были очень высоко оценены критиками и публикой. В 2018 году MONATIK собрал столичный Дворец спорта и выступил в «Олимпийском» с презентацией долгожданного третьего альбома. Песни артиста знают и любят не только в Украине, но и далеко за её пределами – он регулярно выступает в Европе и США.

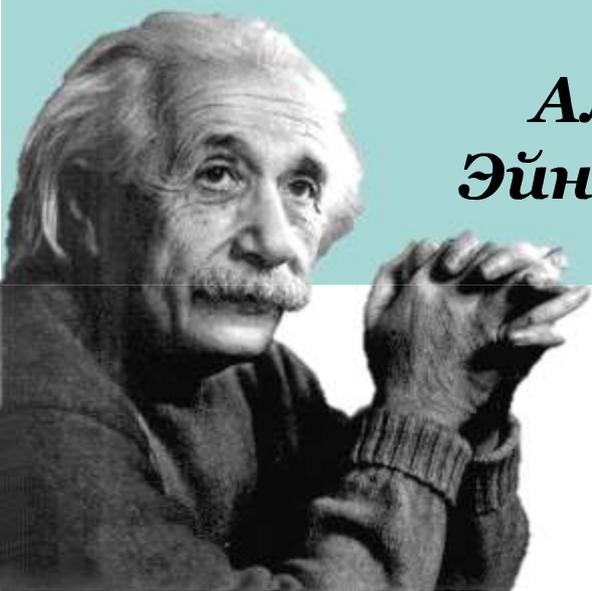
Помните, что всё в ваших руках! Если смогли другие, то и ты сможешь! Нет ничего невозможного. И как бы ни было тяжело, всегда можно найти выход. Главное - очень захотеть!

Автор статьи:
Василиса Веретенникова



«Стремись не к тому, чтобы добиться успеха, а к тому, чтобы твоя жизнь имела смысл».

Альберт Эйнштейн

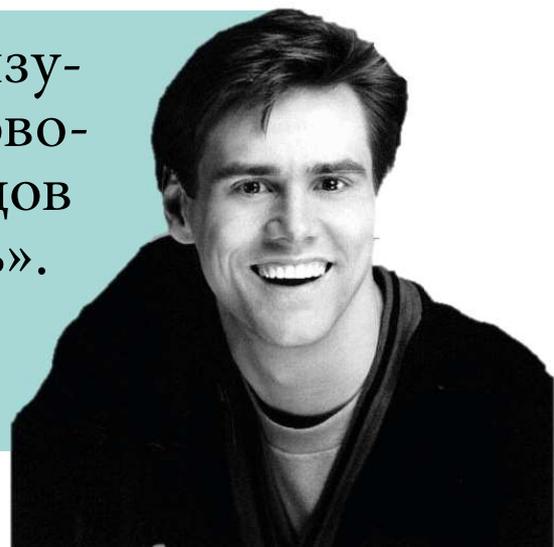


«Неудача - это просто возможность начать снова, но уже более мудро».

Генри Форд

«Отчаяние — это толчок к изучению или созданию чего-то нового. Если у вас не бывают периодов отчаяния — вы не развиваетесь».

Джим Керри





ИНТЕРЕСНОЕ

Какой бабкой ты будешь?



Для тех, кому так не терпится заглянуть в свое будущее, мы составили несерьезный, но очень интересный тест. Пройди и узнай, что тебя ждёт!

1. Как ты любишь проводить свободное время?

- А) готовить/ покушать
- Б) гулять/ слушать музыку
- В) вечеринки
- Г) чтение/ фильмы

2. Какое высказывание тебе ближе?

- А) «Дом, милый дом»
- Б) «Семь пятниц на неделе»
- В) «Красота спасет мир»
- Г) «Семь пядей во лбу»

3. Отдых в каком месте ты предпочитаешь?

- А) Дома
- Б) Поход на природу/ кругосветка
- В) Курорты
- Г) Европа



4. Какая музыка тебе нравится?

- А) инди
- Б) рок
- В) поп/ рэп
- Г) классика



5. Какая страна отражает тебя?

- А) неспешная Финляндия
- Б) динамичная Америка
- В) чувственная Франция
- Г) практичная Германия

6. Каким бы цветком ты была?

- А) простая ромашка
- Б) причудливый одуванчик
- В) непредсказуемая роза
- Г) колючий кактус



8. Твоя любимая еда..

- А) сладости
- Б) пицца/бургеры
- В) фрукты
- Г) салаты

10. Какая литература тебе по душе?

- А) детективы/приключения
- Б) научная фантастика
- В) любовные романы
- Г) психология/биографии

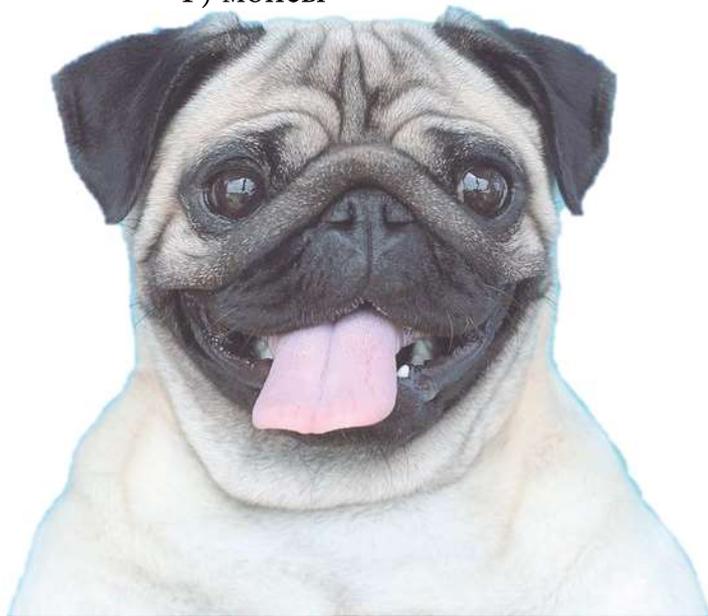


7. Какие фильмы тебя привлекают?

- А) комедии
- Б) ужасы/экшн
- В) мелодрамы
- Г) документалки

9. Какая порода собак нравится тебе больше?

- А) бигль
- Б) хаски
- В) шпиц
- Г) мопсы



ДУШЕВНАЯ МАНЯ (больше ответов «А»)

Печь оладушки, нянчиться с внуками, пить чаёк и шить одеялки в стиле пэчворк – ты явно станешь душевной бабулей, которая будет наполнять светом и любовью не только свой дом, но и весь мир.



НЕУГОМОННАЯ НЮРА (больше ответов «Б»)

Многим кажется, что авантюризм является спутником молодости, но на самом деле и старость может быть в радость! Для тебя уж точно – ты найдешь способ провести свою пенсию нескучно и ярко. Так держать!

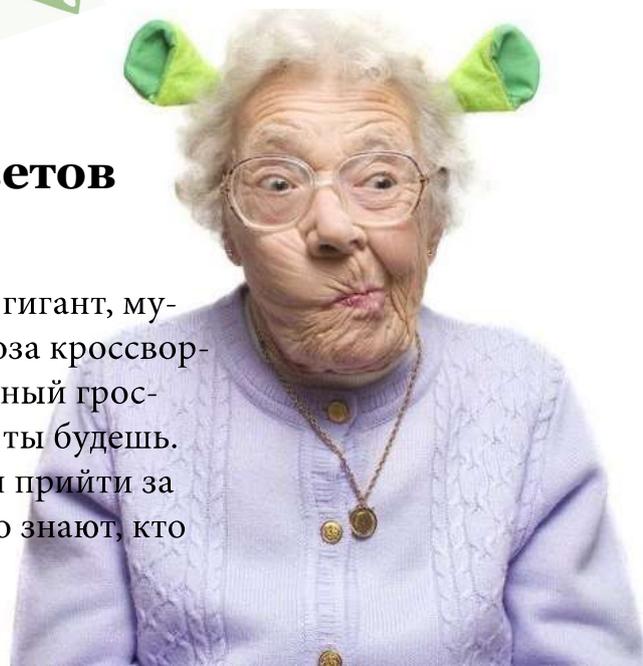
СТИЛЬНАЯ НИНА (больше ответов «В»)

Молодость проходит, а вкус остается! Ты всегда будешь «на стиле» и этому можно только позавидовать. На своей волне и всегда прекрасна – вот какой ты была и будешь!



МУДРАЯ ФАИНА (больше ответов «Г»)

Интеллектуальный гигант, мудрая «Совунья», гроза кроссвордов и непревзойденный гроссмейстер – вот, кем ты будешь. К тебе не побоятся прийти за советом, потому что знают, кто тут самый умный!

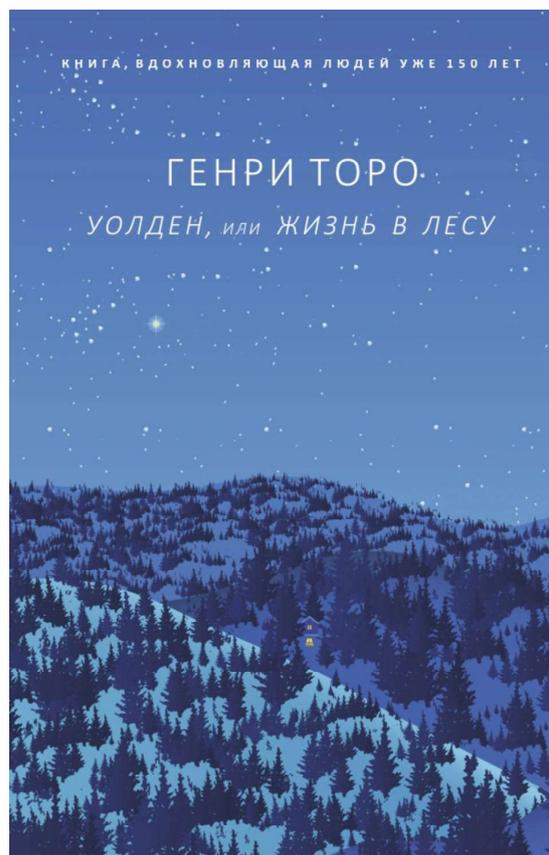


рецензия на книгу

Генри Торо «Уолден, или жизнь в лесу»

Книга, которую надо читать перед поездкой на дачу! А можно и на даче. Потому что автор так заманчиво описывает то, чем занимается, существуя вдали от цивилизации, на лоне природы. Ему удалось передать всю эту необыкновенную атмосферу. Но даже не это главное.

Сама суть именно во взглядах, которые излагает Генри Торо. Конечно, многие из них можно считать противоречивыми, но это уже должен решить каждый сам для себя. Например, мой приятель назвал это произведение «переоцененным», и что оно «годится только на то, чтоб его разобрать на цитатки». Крутых высказываний там много – с этим не поспоришь, но вот с некоторыми я не могу согласиться.



Зато книга побуждает к тому, чтобы отречься от ненужного и лишнего и ступить на путь минимализма. У меня правда руки зачесались сделать уборку. (актуально для тех, кто постоянно её откладывает) и выкинуть что-то. Оставить рядом только самое нужное и любимое. И наслаждаться сутью жизни, а не её излишками, которые на самом деле несут лишь временное удовольствие. А книга Генри Торо – это как раз разгадка тайны о том, где же искать подлинное счастье.



Автор рецензии:
Коршак Анна

Журнал НГПУ им. К. Минина «Минин-Life»

Информационно-развлекательное издание.

Учредитель: Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина

Главный редактор: Коршак Анна

Над номером работали:

Балдина Елизавета, Веретенникова Василиса, Прохорова Анастасия, Рыжова Екатерина, Совина Наталия.

Корректурa: «Центр информационной политики Мининского университета»

Дизайн и вёрстка: Коршак Анна

Фото: Открытые интернет-источники

Адрес редакции: г.Нижний Новгород, ул.Ульянова, д.1

Ежемесячное издание. Распространяется бесплатно.

Ещё больше интересного в
нашем официальном сообществе
«Минин-life»!

Будь в курсе свежих новостей!

<https://vk.com/mininlife>



#mininlife
#mininuniver
#ML