

ПРОСТО

26 (66) декабрь

Мы не просто газета, мы газета ПРОСТО



стр.4-5, «Люди»

Истории студентов
о детстве



стр. 8-9, «Просторно»

Любимые книги
детства



стр.11, «Просторно»

Ностальгия
в Новый год



Скучать по чему-то — нормально. Все мы вспоминаем лучшие моменты и жалеем, что не можем снова пережить их.

Я часто вспоминаю первый курс с тоской. Кажется, будто трава была зеленее, жизнь кипела: выезды на базу, фестиваль первокурсников, начало работы в газете. Да, пусть сейчас лишний раз мы не выходим из дома, а с друзьями видимся через экран, это не повод жить прошлым.

Ностальгия опасна своей способностью «затянуть» в былое и сделать настоящее безликим и унылым. Мы часто обесцениваем достижения «здесь и сейчас», не «ловим момент». А потом вспоминаем это время, как лучшее.

В выпуске мы много говорим о ностальгии: делимся любимыми историями из детства, рассказываем о книгах и показываем нас с другого, непривычного ракурса.

Наша редакция во многих историях нашла себя, улыбнулась и не смогла не поделиться с вами. Листай выпуск. Надеюсь, он откликнется в тебе.

// Наталья Новикова,
главный редактор

Когда скучаешь по дому

Про студенческие годы всегда говорят как про «те самые». Но никто не предупреждает, что на первом курсе ты столкнешься с ностальгией по привычной для тебя обстановке. Сильная тоска по прошлому может сбить фокус с поставленной цели и вообще выключить режим «функционировать».

Насколько тяжело отрываться от дома? Что помогает отвлечься? И будет ли тоска длиться вечно? Иногородные студенты поделились своими историями.

Кирилл, 19 лет, вырос в Ханты-Мансийске. Студент второго курса стромтельного факультета в СПб-ГАСУ.

«Конечно, я очень сильно скучал, мне было тоскливо по дому ещё 4 месяца. Я всегда был общительным, а с переездом в Петербург у меня не осталось ни одного знакомого, которому можно было бы рассказать переживания. Но вскоре это решилось.

Мне повезло, что чувство ностальгии продлилось недолго. Помогло общение: новые люди, которые сейчас стали моими друзьями, не давали погружаться в тоску. Сейчас я чувствую себя прекрасно: заряжен позитивом и новогодним настроением.

Ностальгия — удивительное чувство, ведь ты даже не представляешь, как сильно она может повлиять на настроение. Особенно в первое время, когда вопрос о переезде в другой город ещё под сомнением.

Оглядываясь в прошлое, я понимаю, что все было сделано правильно, но пару советов я бы всё-таки дал:

— Слушай только себя и не заглушай эмоции.

— Дай себе время грустить, это нормально.

— Не забывай вкусно есть! Ведь еда всегда поднимает настроение и направляет мысли в позитивное русло».

Валерия, 20 лет, родом из Оренбурга. Студентка третьего курса факультета международных отношений и политических исследований СЗИУ РАНХиГС.

«Весь первый курс — жуткая тоска. Были мысли все бросить и уехать домой, поступить в местный вуз. На крайний случай — с закрытыми глазами отучиться 4 года здесь и вернуться

в родной Оренбург. Иногда на паре сидела и лила слёзы, рыдала в туалете. Звонила маме, папе, бабушке и плакала им в трубку.

Я очень скучала, но это послужило стимулом к учёбе. Я чувствовала ответственность перед семьёй, ведь я стала для них гордостью.

Я понимала, что не хочу и не могу их подвести безответственным отношением к учебе. Хотелось оправдать надежды. Никакая ностальгия не сравнится со страхом перед первой сессией. Я старалась убраться эмоции и учиться сквозь слезы и сопля.

Утешительные фразы вроде: «Не реви, дальше проще будет! Ещё уезжать домой не захочешь!» не помогли бы. На тот момент всё вырывалось из глубины души домашней девочки, которая привыкла к уюту. Необходимо время, чтобы научиться жить одной и получать от этого удовольствие.

После летних каникул я убедилась, что привыкла к самостоятельной жизни. У меня появились взгляды, которые отличались от убеждений родителей.

Из-за этого возникали скандалы, нам стало «тесно» вместе.

Я привыкла распределять свой день самостоятельно, заботиться только о себе оказалось очень удобно и комфортно. Иногда бывают периоды тоски по дому, но совсем не такие сильные, как на первом курсе. Сейчас хочется вырваться из дома обратно в Петербург, где есть самостоятельная жизнь».



Саша Башарина, практикующий психолог, специалист в области коммуникации рассказала, как упростить адаптацию к новой обстановке, почему мы привязаны к родителям и нужно ли бороться с тоской.

— Почему мы скучаем по прошлому?

Ностальгия может быть приятным чувством: нам когда-то было хорошо и наш мозг воспроизводит это снова и снова, чтобы мы еще раз получили удовольствие.

Ностальгия может помогать забыть, отключиться от неприятной реальности или пережить трудности в настоящем. Например, в моменты напряжения в отношениях с любимым человеком воспоминания о прошлых приятных совместных переживаниях помогают пройти напряженный момент, не предпринимая резких шагов. Они будто останавливают в голове обиду, злость и показывают, что есть и хорошие стороны в этих отношениях.

С другой стороны, ностальгия может стать проблемой, когда прошлое кажется неповторимым и невозможным в настоящем. Например, «так хорошо, беззаботно, как в детстве, уже не будет. Сейчас всё не то».

Концентрируясь на каком-то идеальном моменте прошлого, мы часто отнимаем шансы у настоящего: новые знакомые всегда проигрывают по сравнению с «теми самыми» лучшими друзьями, юность уступает зрелости, а новые авантюрные выходки не дарят ощущения «тех самых» приключений. Ностальгия очень часто становится врагом настоящего: мы так увлечены идеализацией прошлого, что не замечаем возможности, которые возникают прямо сейчас.

Может быть еще такой вариант — воспоминания становятся «мыслительной жвачкой», которая крутится перед сном и не позволяет заснуть. Так бывает из-за сильной перегрузки, когда не выстроена смена учебы (работы) и отдыха или есть интеллектуальная и эмоциональная нагрузка, но нет физической. В таком случае стоит пере-

смотреть свой режим дня.

— Как включиться в настоящее в момент сильной тоски?

Чтобы понять, что делать, нужно разобраться в причинах: почему это происходит? Такие случаи только на первый взгляд могут казаться понятными и похожими. На самом деле, причины всегда разные.

Когда появилось чувство тоски, не убегайте от него. Вустите его в свое настоящее, скажите: «Да, я слышу себя, я сейчас тоскую, мне грустно». Попробуйте разобраться, когда и из-за чего возникли эти чувства, что было за минуту/час/день до этого? Чем быстрее вы признаете, что чувства есть, тем слабее они будут: им не придется громко кричать, чтобы вы услышали.

— Нужно ли бороться с ностальгией и тоской?

Ни с этим чувством, ни с каким-либо другим бороться не стоит. Это лишь усугубляет ситуацию. Тут как в фильмах ужасов: чем быстрее и безрассудней герой убегает от злодея, тем скорее и безжалостней тот его настигает. Наши чувства не плохие и не хорошие. Они естественны. Они — наша внутренняя сигнализация: если нам хорошо, мы испытываем радость, счастье, восторг; если плохо — грустим, злимся, тревожимся. Чувства помогают ориентироваться, поэтому к ним нужно прислушиваться.

Если кажется, что у вас какие-то «неправильные» чувства или желания, значит, вы их еще не поняли, боитесь или не готовы удовлетворить.

— Стоит ли часто приезжать домой, чтобы быстрее опустить привычную жизнь? Или лучше резко оторваться?

Если хочется и есть возможность, если общение с родными поддерживает и радует, то зачем от этого отказываться?

Возможно, это про незавершенное отделение от родителей, которое так тревожит. Может быть, вы впервые почувствовали себя самостоятельными и естественно, что это пугает.

Однако сепарация (отделение) важный этап взросления. Она приводит к способности отличать себя, свои чувства и желания от других, понимать, что принадлежит вам. После сепарации человек взрослеет, научается принимать, любить себя и окружающий мир.

Если вы все еще находитесь в тесной связи с родителями, не повзрослели, то:

— вы постоянно стараетесь отстоять свою независимость или, наоборот, находите авторитет, который говорит вам, что делать;

— разочарование в людях — ваш частный спутник, они не соответ-

ствуют вашим ожиданиям;

— повторяете поведение ваших родителей, хотя планировали жить по-другому;

— не понимаете, чего хотите, мнение других сильно влияет на ваше решение;

— вам важно одобрение окружающих, а в критике вы слышите «ты плохой (плохая)» и это обесточивает;

— если удастся достичь успехов, вы не можете радоваться, кажется, что это всё не ваше;

— в общении с друзьями и близкими ведете себя по-детски: истерики, обиды, избегание проблем;

— в вашей жизни есть друг — «я знаю, как лучше». Вы от него зависите и обижаетесь, если не хватает его внимания;

— в отношениях с партнером хотите, чтобы он подтверждал свою любовь постоянно, всегда был рядом, а если вы расстались — это предательство;

— вам не удается построить личную жизнь.

— Какие есть способы или упражнения, чтобы быстрее адаптироваться к новому?

В первую очередь, принимайте то, что происходит с вами сейчас. Вполне вероятно, что это естественный процесс взросления, привыкания к новой жизни. Не бойтесь открыто просить поддержки у родных и друзей, проговаривайте свои чувства и переживания. Также поступайте с незавершенными событиями из прошлого. Если рядом нет того, кому можете доверять, пишите на бумаге, перечитывайте то, что написали. Так эти чувства будут вами поняты и станут менее значимыми и тревожащими, а незавершенные события смогут завершиться.

Не перегружайте себя. Дарите себе приятные впечатления, не закрывайтесь от мира. А если понимаете, что не можете справиться сами, обращайтесь за помощью к психологу.

В случае необходимости помощи, можно обратиться к Саше через её сайт:



//Маргарита Сбродова, 3 курс

ИСТОРИИ СТУДЕНТОВ О ДЕТСТВЕ

Думаем, что в детстве каждого найдется парочка забавных историй, вспомнить которые приятно и трогательно. Мы с редакцией покопались в своей памяти, а также попросили некоторых студентов сделать то же самое. А что из этого вышло – читайте ниже.

Пуговку жалко

Когда я была маленькой, совсем не любила послеобеденный сон. В детском саду тихий час был для меня настоящей пыткой. Я всегда придумывала, чем бы таким занять себя, чтобы и скучно не было, и воспитательнице в глаза не бросаться.



На фото Арика Сердюк

И обычно находила себе развлечения. У меня была красивая голубая пижама с перламутровыми пуговками. Я, оторвав одну из них, сначала долго рассматривала, крутила, перебирала в руках, а потом зачем-то решила засунуть ее себе в нос (хотя до этого ни розетки, ни мелкие предметы меня не привлекали). Естественно пуговица застряла в ноздре. И когда поняла, что вытащить ее самостоятельно я уже не в силах, то обратилась за помощью к воспитательнице (я была очень спокойна и почему-то не думала, что это опасно). Воспитательница испугалась, быстро повела меня к раковине, открыла кран и попросила сильно выдохнуть через нос. Пуговица выскочила из носа, упала в раковину и исчезла в водосточной трубе. Я расплакалась. Нет, не потому что осознала возможные по-

следствия и испугалась, а потому что мне стало жалко пуговицу! Мою красивую перламутровую голубую пуговицу...

Арика Сердюк, 2 курс, ФСТ

Модный приговор от 4-х летней Алины

Пока все в детстве бегали по двору, падали, играли и жили беззаботно, я уже была историком моды Александром Васильевым. Мне было 4, когда родители улетели отдыхать в Турцию и оставили меня с бабушкой.

Однажды утром, собираясь в садик, я вынесла гольфам с рюшами анти-трендовый вердикт.



На фото Алина Резаева

Поняла, что они мне больше не нравятся. На все уговоры бабушки и её просьбы надеть гольфы побыстрее и уже выйти из дома, я просто не реагировала. И тут мне в голову пришла гениальная идея. Я сказала бабушке, что надену их только в том случае, если и она будет в гольфах. Сами понимаете – бабушка в моих детских гольфах! Но у неё уже не было другого выхода,

потому что мы опаздывали. Бабушка без единой эмоции берет и надевает мои гольфы, а сверху открытые босоножки. В таком виде мы шли до самого садика, потому что ехать на машине я тоже не хотела (характер у меня был «что надо»). Когда мы пришли в садик, моя воспитательница из последних сил сдерживала смех. Ну а мне казалось, что всё хорошо, ведь я ничего такого не натворила, будто и не заставила взрослого человека пройти по городу в детских гольфах.

Алина Резаева, 1 курс, ФСТ

Неслучайно

9 мая 2005 года. Эта фотография – одна из серии. Первая такая была сделана в 2002 году. Здесь я сижу на собаке, а рядом стоит фотограф. Мне нравилось ощущение, что никто из взрослых так не может. Они все уже слишком большие, чтобы посидеть на спине у бронзового бульдога. Так появилась традиция: каждый раз папа фотографировал, пока я не доросла до момента, когда уже не могла уместиться на этой собаке. Спустя время я нашла папину плёночную мыльницу, на которую и были сделаны эти фотографии. Тогда же и я начала снимать, стала часто ходить в музей фотографии Карла Буллы. И только спустя некоторое время узнала, что бронзовый человек с бульдогом, на спине которого я любила сидеть, и есть собирательный образ фотографа, прототипом которого послужил сам Карл Булла.

Елизавета Круглова, 3 курс, ФСТ



На фото Елизавета Круглова



Дамба. И ничего важнее, кроме дамбы

Во втором классе мы с друзьями решили построить ручейки. Взяли лопатки, грабли, ведерки и пошли на поле. Тогда на помощь пришли все: искали глину, приносили какие-то ветки, камешки, и у нас все получилось. Тогда не было ничего важнее дамбы, друзей и самых классных граблей, которые хотели взять все. Иногда хочется, чтобы все ненадолго стало так же просто.

Наталья Новикова, 3 курс, ФСТ

Марсик

Когда мне было три года, мы с родителями поехали на Удельный рынок за продуктами. Пока они выбирали овощи, я рассматривала все, что происходит вокруг, и увидела мужчину

на велосипеде с котятками на плечах. Как сейчас помню: на правом плече сидел мой Марсик. Я поняла, что не могу уйти без него домой.

Марсик стал моим подарком на день рождения. На фото ему почти год, он прожил 15 лет и все это время был самым близким другом. Я часто вспоминаю тот день, рынок и крошечного Марсика. Помню то чувство радости, когда в руках лежит пушистый комочек счастья.

Анастасия Орлова, 3 курс, ФСТ

Дедушка

Мне было лет 6. Я часто выходила гулять одна. Любила качаться на качелях (и, кстати, до сих пор люблю). Мама с бабушкой каждый раз выглядывали из окна и наблюдали за мной. Я об этом знала, но и так никуда бы не ушла. Как-то раз я гуляла и ко мне подошёл мой дедушка, который предложил пойти с ним в гараж. Я согласилась, но перед этим хотела позвонить маме и предупредить её. Дедушка мне сказал: «Мама с бабушкой знают, что мы идем вместе». Я успокоилась, и мы пошли. Мы пробыли в гараже недолго, ну, по моим детским меркам. Возвратились в тот самый двор, и тут на меня вылетает мама. Обнимает, плачет и ещё сильнее прижимает к себе. Оказывается, все это время они вместе

с папой ездили и искали меня по дворам, совершенно ничего не зная про дедушку и наш поход в гараж.

Вот такая история из моего детства, немного грустная, но в то же время очень тёплая. Благодаря ей я поняла, насколько сильна любовь моей мамы. P. S. Дедушке славно досталось!

Кристина Хилькевич, 2 курс, ФСТ



На фото Анастасия Орлова

//Арика Сердюк, 3 курс

НОСТАЛЬГИЯ ПО ДЕТСТВУ

Если спросить у большинства людей, какой период их жизни они бы назвали самым светлым и беззаботным, этим периодом наверняка окажется детство. Время, когда мир казался огромным, а любая царапина заживала, как только мама на нее подует.

Мы расспросили наших преподавателей о самых запоминающихся историях из их детства и готовы ими поделиться.

История Анны Михайловны Сосновской



На фото Анна Сосновская

Начало 1978 года. Через неделю мне будет 5 лет, и мы с бабушкой возвращаемся домой в Купчино, едем по набережной на трамвае №25 с Васильевского острова от родственников. Ехали мы медленно по всему городу больше двух часов. Я увидела прекрасную церковь на углу 15 линии.

— Бабушка, я хочу туда зайти.

— Нет, там каток, тебя не пустят. Надо хорошо кататься на коньках.

— Бабушка, а кто это на фотографии в твоей газете?

— Политбюро ЦК КПСС.

— А чтобы там работать, где надо учиться?

— А вот там, — и бабушка махнул на здание 12 коллегий, с моста Лейтенанта Шмидта хорошо виден весь университетский комплекс.

И вот мы долго обгибаем площадь вокруг Никольского Собора.

— Бабушка, здесь тоже каток?

— Нет, там работают священники, но тебя тоже не пустят, потому что ты не умеешь креститься.

— А ты меня научишь?

— Ну как-нибудь.

Мы с папой катались на коньках во дворе. Я выстраивала план: сначала папа научит меня делать прыжок, а перебежку я уже умею, и тогда меня пустят в церковь на Васильевском, а потом — бабушка научит креститься. Интересно, ему папины

коньки подойдут?

Бабушка неспеша рассказывал про структуру правительства, про факультеты университета.

— Какой тебе факультет нравится? Кем ты хочешь быть?

— Мне понравился философский. Я хочу быть священником или работать в Политбюро.

— Обычно женщины не работают на таких профессиях, это тяжело.

А я подумала, что женщины бывают сталеварами и шахтерами. Я же старательная, я попробую и обязательно смогу.

В детстве я жил в Ташкенте. Помню, самым ярким

История Максима Николаевича Кима

впечатлением был поход в школу. Я всегда ходил в школу пешком: где-то в районе 10 км. Идти одному, конечно, было скучно. Очень часто, смотря на облака, я придумывал разные истории. Поэтому и стал, видимо, так рано писать. Но этим мой долгий поход не ограничивался. Еще я постоянно устраивал бои с высокими сорняками, которые встречались мне на пути.

В детстве было так много историй, что очень сложно

История Олега Игоревича Трифонова

выбрать. Но, наверное, самая запоминающаяся — та, что приходит первой на ум.

Я, когда думаю о детстве, сразу вспоминаю Новый Год. С самого раннего возраста я писал новогодние сценарии для семейных представлений, спектаклей. Вся семья, все родные и близкие, все гости, приходившие к нам домой, знали, что 31 декабря я буду делать очередное шоу с участием актеров, которыми становились члены семьи.

В свой день рождения, 16 февраля, я делал самое грандиозное представление: своими руками делал костюмы известных героев, пел, танцевал. Каждый праздник, который отмечался в нашей семье, из обычных посиделок становился настоящим спектаклем.

Часто, находясь дома, я пересматриваю кассеты VHS



На фото Анна Сосновская (слева) с семьёй

с записью всех моих концертов. Это, пожалуй, самое приятное воспоминание о детстве, и особо приятно, что оно осталось со мной навсегда.

//Татьяна Логунова, 2 курс

НОСТАЛЬГИЯ ПО ДОМУ

Переезд в новый город — волнительное событие для студентов. Тоска по прошлой жизни неизбежно возникает у всех. О том, как с ней справиться рассказывают студенты «семейного» факультета международных отношений и политических исследований.

«Мне тяжело расставаться с близкими», — Полина Петрова, 3 курс

«За 17 лет я никогда так надолго не расставалась с домом, поэтому сначала не понимала, что происходит. Когда пришло время прощаться, ни у кого не было слез и наставлений, словно родители отвозили меня в лагерь на три недели. Тоска по дому началась в тот момент, когда я поняла, что мне сложно выходить из зоны комфорта, а еще тяжелее перебарывать страхи.

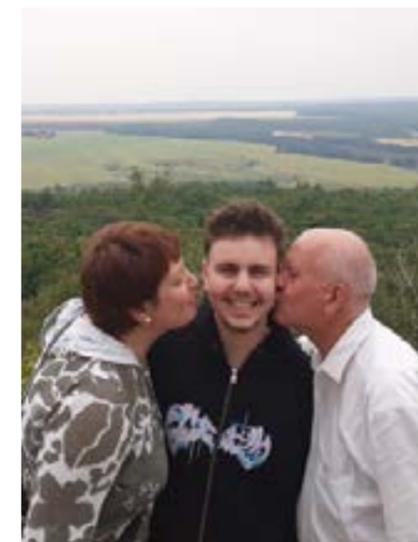
В родной Пензе все было привычно. Я всегда знала с кем поделиться радостью или куда сходить, когда становилось плохо. В Петербурге первое время у меня было только общежитие и маршрут до института.

С родителями я созваниваюсь каждый день, с друзьями реже, потому что у всех началась другая жизнь. Я всегда уезжаю на праздники домой, потому что не могу справиться с разлукой. На первом курсе не было особой хандры, потому что был интерес к новому городу. Пик тоски пришелся на второй курс: в Петербурге выстроилась неподходящая для меня обстановка.

В пандемию я первый раз, находясь в Пензе, заскучала по Петербургу. По людям, которые «делают» мое студенчество. Большой город дает много возможностей — займитесь чем-то новым, экспериментируйте! Загружайте себя делами, которые вызывают улыбку, звоните родителям и друзьям чаще — все это помогло мне не потерять связь с привычной жизнью. Надеюсь, вам тоже станет лучше».



Полина Петрова с семьёй



Гордей Чеботарев с семьёй

«Я потерял энергию», — Гордей Чеботаев, 2 курс

«Я чувствовал опустошенность. Сначала она очень сильно давило, но я осознал, что переезд должен был произойти. С родителями поддерживаю связь где-то раз в неделю. С друзьями общаюсь реже. Основная проблема для меня — это расстояние. Но когда у нас появляется возможность собраться в одном городе, я понимаю, что связь не исчезла: мы продолжаем быть одним целым.

На праздники не уезжаю домой, потому что в этом городе появились люди, с которыми хочется провести время. Я успел обустроиться здесь. Тем более, мама скоро переедет в Петербург, поэтому будем видеться чаще. На втором курсе намного легче справляться с грустью, чем в год, когда только поступил. Наверное, потому что за это время картина мира изменилась: я понял, что нет смысла тосковать о том, что было. Нужно двигаться вперед, создавать свою жизнь такой, какой ты хочешь ее видеть.

Я создал атмосферу, похожую на домашнюю. Это помогло мне меньше скучать по дому, попробуй! Определи свои цели, пропиши список задач и ответ на вопрос, чего именно ты хочешь добиться? Так будет легче двигаться вперед.

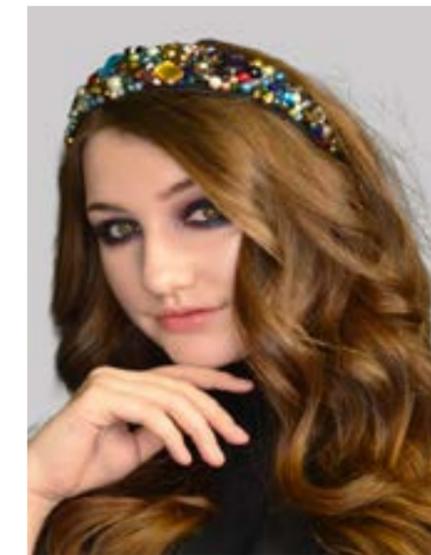
«Скучать по дому — нормально», — Анастасия Верхоланцева, 3 курс

«В Санкт-Петербург я приехала одна, поэтому чувствовала себя потерянной. В голове крутились одни и те же мысли: «Ну все, сейчас начнется новая взрослая жизнь. У меня будет куча интересных знакомств». Я была очень счастливой. Но быстро заскучала по дому, когда поняла, что еда сама себя не приготовит.

Когда уезжала — совсем не переживала, очень хотела сменить обстановку. Я всегда возвращаюсь домой на праздники. В родном городе кажется, будто время отмоталось назад. Словно и не переезжала в Петербург.

Единственный человек, с которым близко общаюсь — это моя подруга Ксюша, которая уехала учиться в Ростов-на-Дону. Все три года я поддерживаю с ней связь. Вторая подруга поступила в Петербург. Именно она была тем человеком, с которым я проводила первое время в незнакомом для меня городе. Мы поддерживали друг друга.

С родителями общаюсь почти каждый день. Маме всегда интересно, что происходит у меня в жизни. Скучать по дому — это нормально. Но если я нахожусь в родном городе, Волгодонске, то не чувствую себя свободной. Хочу посоветовать вам не бояться и переосмыслить переезд. Это не страшно, но вы почувствуете себя лучше, когда привыкните. Изучайте город и займитесь чем-то новым. Живите здесь и сейчас».



Анастасия Верхоланцева



ЛЮБИМЫЕ КНИГИ ДЕТСТВА

Кристина Григорьева, студентка ФМОПИ, 2 курс

«В школе у меня не хватало усидчивости для пересказа – всегда хотелось пофантазировать. Но спустя время от книг меня уже было не оторвать: я полюбила жанр фантастики.

Такая важная для меня любовь началась со слов бабушки: "Кристина, я тебе взяла в библиотеке книжку почитать. Говорят, молодёжи она нравится". Этой книгой была "Таня Гроттер и магический контрабас". Да, русская версия Гарри Поттера, где Школа Чародейства и Волшебства Хогвартс называется Тибидохсом. Я прочитала все книги из этой серии, искала похожие, спрашивала у библиотекарей и проводила всё свободное время за изучением поведения героев.

Теперь в школе мне не доставляли труда чтение и пересказ. Я стала изучать человеческую психологию, что определило мой дальнейший путь».

Максим Николаевич Ким, заведующий кафедрой журналистики и медиакоммуникаций ФСТ

«Когда мне было 12 лет, в сельской библиотеке я случайно нашел книгу "Беседы о журналистике" профессора МГУ В.В. Ученовой. Прочитав её, решил поступать на факультет журналистики МГУ. Мечта сбылась. Я учился у неё в аспирантуре МГУ и даже получил автограф».

Олег Игоревич Трифонов, преподаватель ФСТ, кандидат филологических наук

«Моей любимой книгой был сборник анекдотов и смешных афоризмов известных людей. Я читал их, запоминал, рассказывал друзьям и каждый год покупал новую. Помню, часто даже брал их в поездки. Почему именно эта книга? Наверное, потому что я очень позитивный человек с самого детства. Всегда старался искать в любых ситуациях плюсы, поддерживать хорошее настроение. Эта книга поучаствовала в формировании моего чувства юмора и желания участвовать в юмористических мероприятиях, она сопровождала меня в детстве».

Влада Галецкая, студентка ЮФ, 1 курс

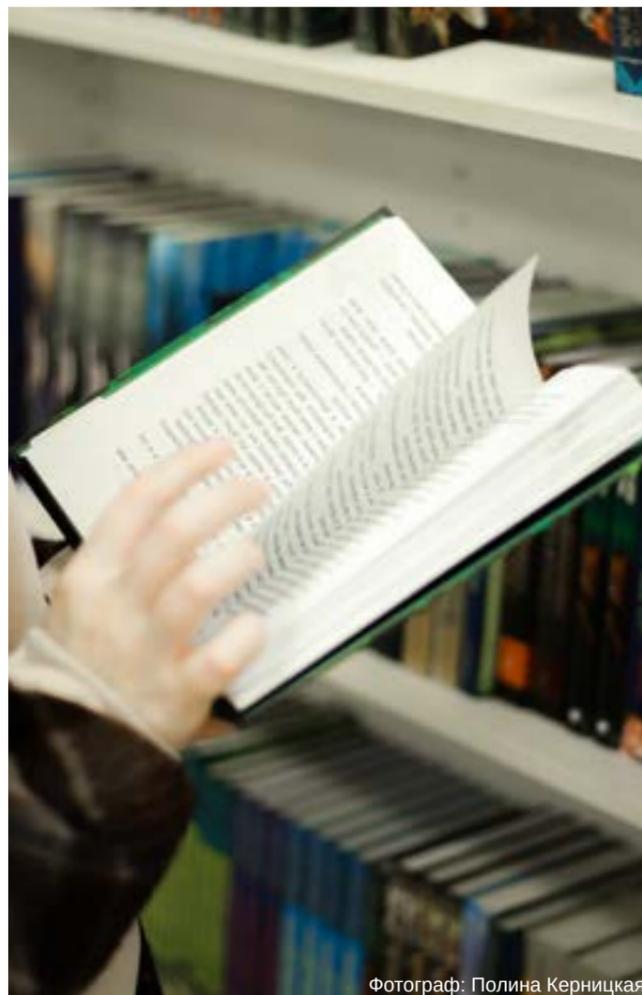
«В шестом-седьмом классе я любила прогуливать уроки английского языка, из-за чего маму вызвали в школу. Тогда же на литературе мы начали проходить роман А.С. Пушкина "Дубровский": он и стал моим наказанием. Когда мы вышли из школы, мама дала мне час, чтобы прийти домой и прочитать роман полностью перед проверкой на знание текста. Так быстро домой я ещё никогда не бежала.

Роман мне настолько понравился, что я не могла оторваться и закончила его читать вовремя. С тех пор книга стала любимой».

Руслан Мунгалов, студент ФГИМУ, 4 курс

«Точно не помню, как называлась книга, но зато помню историю, которая достаточно забавна. С пятого класса я занимался в театральной студии школы. Там мы готовили какую-то постановку по книге для того, чтобы выступить на конкурсе.

Уже в старших классах мы проходили эту же книгу. Кажется, это был 9 класс, потому что время на чтение было не так уж много. И вот меня вызывают рассказать, что я прочитал. Мне подсказывают начало, и я вспоминаю, что оказывается с этой книгой знаком. В итоге успешно рассказал и получил заветную пятёрку. Мораль: все наши книги дают нам знания и лучше не пренебрегать чтением, ведь никогда не известно заранее, где эти знания нам могут быть полезны».



Фотограф: Полина Керницкая

Герман Городецкий, студент ФСТ, 4 курс

«В раннем детстве я любил книгу "Маленький принц". Уже тогда понял, насколько она мудрая и каким сильным и правильным вещам учит не только детей, но и взрослых. В старшем возрасте меня впечатлил "Портрет Дориана Грея". Даже не могу сказать, чем именно. В книге понятные простые истины, но она очень понравилась. Помню ещё книгу, над которой впервые пустил слезу. Это была "Три товарища" Ремарка».

// Анна Власова, 2 курс





ПРИМЕТЫ

Многим в детстве мамы и бабушки говорят, что просыпанная соль — к ссоре, разбитое зеркало — к семи годам несчастий, а «посидеть на дорожку» сделает поездку приятной и незаметной. Когда мы спрашиваем, почему так, нам отвечают — примета. Она стала отражением народной жизни, так как эти суеверия передаются из поколения в поколение. Мы даже не задумываемся, работают они или нет.

Сложно сказать, откуда именно появились приметы, но известна причина их существования. В древности нашим предкам не хватало научных знаний для того, чтобы что-то обосновать. Они наделяли предметы и явления душами или магическими свойствами. Именно поэтому чёрная кошка приносит несчастье, ведь она ассоциируется с темнотой, в которой скрываются злые существа.

Однако некоторые из примет действительно имеют обоснование.

Например, рассыпанная соль могла стать причиной ссоры, потому что раньше эта специя была очень дорогой, и такой убыток считался непозволительной роскошью.

Условно приметы можно разделить на три группы: мистические, бытовые и религиозные. Первые связаны с потусторонними силами. В мифологии зеркало — опасный предмет. Говорят, что оно может украсть душу. Вторые считаются самыми обширными, так как на каждый предмет или инструмент есть своя примета. Если девушка ест с ножа, то муж будет острым, как нож. Сломался зубец на граблях — будут убытки в хозяйстве. Многие из примет так и не были научно доказаны, однако людям надо во что-то верить. Также суеверия можно классифицировать по предмету суеверия: природные явления, животный мир, человек и предчувствия.

Нельзя делать комплименты детям, девушкам и животным в чужом доме. Это связано с тем, что духи, увидев хорошее, обязательно захотят забрать себе. Поэтому, когда в детстве нас называют непоседами, капризулями, негодниками — нас хотят уберечь.

Нельзя дарить пустой кошелёк, ножи и кинжалы. Кошелёк без денег может привести к разорению, банкротству, уменьшению заработной платы. Надо обязательно положить купюру или монетки. Острые предметы навлекают беду и возможное ранение, нападение в будущем.

Нельзя зашивать на себе одежду. Это приводит к потере памяти и некоторых навыков. Возможно, поэтому многие люди ни с того ни с сего начинают всё забывать.

Возвращаться — плохая примета. А если еще и ненадолго, например, вернуться за забытым зонтиком дома — то ещё хуже. Если что-то вернуло тебя, значит, это предостережение — оставайся дома. Но если выбора нет, тогда посмотри в зеркало.

Разбитая посуда — на счастье.

Упавший столовый набор — к гостям.

Високосный год не очень-то и счастливый. 2020 нам это доказал.

В России почти каждый третий верит в приметы. «Тьфу-тьфу-тьфу, чтобы не сглазить» прибавляет уверенности и надежности действиям. По словам Игоря Загарина, доцента социальных и экономических наук РАНХиГС, русские так суеверны, потому что приметы — некий социальный опыт, который закрепляется в виде традиции и потом все время самовоспроизводится.

Работают ли суеверия или нет — неважно, главное, что они есть в сознании. Это и вызывает к ним такой интерес.

Безусловно, верить или не верить — выбор каж-

дого. В течение жизни взгляды могут меняться в связи с неожиданными случаями или ситуациями. Однако стоит прислушиваться к мудрости наших предков и быть всегда начеку.

// Анастасия Нехаева, 2 курс



НОСТАЛЬГИЯ В НОВЫЙ ГОД

Новый год — праздник, который мало у кого вызывает вопрос: отмечать или нет? Ответ очевиден: разумеется, отмечать. До его наступления мы стараемся завершить все начатые дела, оставить проблемы в уходящем году и каждый год обещаем себе, что с 1 января уж точно заживём с чистого листа. Но что насчёт Старого Нового года? Одно его название уже звучит немного комично и нелепо. Мы пытаемся разобраться, откуда же взялась традиция отмечать ещё один Новый год, с 13 на 14 января.

Старый Новый год появился ещё в советской культуре, когда в 1918 году большевики решили поменять календарь. Тогда Европа уже давно жила по григорианскому календарю, а не по юлианскому. Разница между двумя системами исчисления — 13 дней, что создавало неудобства для ведения международной политики и общения между людьми из разных стран в целом. Поэтому 14 февраля 1918 года РСФСР перешла на западно-европейский календарь, после чего и появился необычный праздник — Старый Новый год. Проще говоря, это Новый год по старому стилю, который не забыли и из которого сделали традицию. Но праздник этот отмечали не так масштабно, как ночь с 31 декабря на 1 января.

Ещё одна причина, почему Старый Новый год

и вызывает размытые ассоциации из прошлого.

Феномен ностальгии — это погоня за призраками: не объективное восприятие реальности, а запоминание и воспроизведение субъективных ощущений. Всё дело в избирательности нашей памяти. Поэтому мы и думаем о Новом годе в СССР только в хорошем ключе и даже мечтаем перенестись туда. Неважно, как трудно было тогда достать те же продукты на новогодний стол, отстояв огромные очереди, хотя сегодня можно без особых усилий подготовиться к празднику даже за день.

Мы все равно продолжаем думать, что «раньше было лучше», и сожалеть, что те времена уже не вернуть. Старые вещи в шкафу, стеклянные ёлочные игрушки, потрёпанные детские книжки, видеокассеты и особенно просмотр «Иронии судьбы»



Фотограф: Анастасия Короткая

закрепился у нас как неофициальный праздник, — русское духовенство. Оно не согласилось с переходом на новый стиль, что было не очень-то важно для большевиков, но в народе традиция всё равно сохранилась. В период официальных новогодних праздников верующие соблюдают пост, поэтому им также необходим Новый год по старому стилю, чтобы в полной мере отметить этот праздник после Рождества. Но вряд ли из ночи с 13 на 14 января сделали бы еще один праздник, если бы не было желания продлить яркие эмоции и вспомнить, как хорошо было отмечать Новый год в детстве. Главная причина тут прячется в коллективной ностальгии, которая сейчас стала ещё активнее развиваться в постсоветском пространстве.

Одна из главных деталей ностальгии — запахи. А так как в Новый год сохранилась традиция покупать сладкие подарки, мандарины и готовить примерно одни и те же блюда, то каждый раз, когда мы чувствуем их аромат, мысленно переносимся в приятные воспоминания о советском Новом годе. В то время на столе стоял всё тот же оливье и пахло мандаринами, поэтому наш мозг и выделяет гормон удовольствия — дофамин

в новогодний вечер — всё это будет вызывать у нас ностальгию по идеальной реальности, которой даже не существовало. Усиливают чувство приятной грусти и ремейки старых фильмов, но они часто выходят хуже оригинала. Вообще само слово ностальгия переводится как «страдание, боль», что отлично отражает её сущность.

Мы «ведёмся» на запахи, плёночные фото, отсылки к тем временам в фильмах, потому что так устроен наш мозг, который желает получить новую порцию удовольствия от приятных чувств, связанных с прошлым. Хотя у нас может и не быть собственных воспоминаний о советском Новом годе, кто-то попросту не жил или не родился в то время, но в голове мы склеиваем образы из тех же ремейков фильмов или картинок в интернете, тем самым только увеличивая всеобщую ностальгию по утерянному Новому году.

// Александра Пошкус, 2 курс

НОСТАЛЬГИЯ ПО ЮНОСТИ

Своей историей из юности с нами поделилась Марина Андреевна Алякринская – доцент кафедры журналистики и медиакоммуникаций, кандидат филологических наук, доцент.

Я родилась в Ташкенте и до 16 лет жила там. Но так получилось, что в 16 я уехала из дома в тогдашний Ленинград, в Ленинградский Государственный университет учиться на факультете журналистики. Я была единственной дочерью, и, конечно, мои родители страшно скучали по мне. Особенно скучал папа.

Он часто писал мне письма, в которых давал советы, утешал, делился впечатлениями. Я тогда не воспринимала их всерьез: кто будет серьезно относиться в детстве или юности к советам родителей? Бегло просматривала письма, а сама писала домой редко. Меня слишком увлекла бурная студенческая жизнь, сразу появилось множество друзей и приятелей, и мне было не до того. Но в нашей семье не принято выбрасывать письма, и я их все сохранила. Несмотря на то что я часто переезжала с места на место, эти письма всегда возила с собой.

Пять лет назад я заболела и лежала с температурой дома. От нечего делать начала разбирать вещи, нашла эти письма и стала читать. Я нашла в них очень много полезных советов, которые могли бы мне пригодиться в свое время, если бы тогда отнеслась к ним внимательнее.

Теперь мне уже поздно прислушиваться к чьим-то советам, пора учиться самой. Но, возможно, эти советы пригодятся кому-то другому...



Твоё последнее письмо попало в нас, как противотанковый снаряд влетает в танк, со страшным звоном и силой. Что сказать тебе? Конечно, среди ваших предметов на факультете есть пустые, граничашие со схоластикой. Но казённого духа преподавания много везде. Думаю, нужно не печалиться по поводу того, что журфак не может дать, а радоваться тому, что он даёт: английский язык, литературу. Будут еще какие-то интересные вещи.



«Не переживай из-за отметок, я думаю, что учиться нужно избирательно, чтобы не перегружать голову трухой, но эту мысль при маме я не осмелюсь сказать вслух и провожу ее здесь конспиративно».

«Желаю тебе успешно сдать сессию, а если произойдет какая-нибудь «коровьевская штука», ты должна знать, как к ним относиться – не суетиться, не прятать доллары в вентилиацию и не бежать к Воланду с нарезанными этикетками. Все образуется».

«Наверное, когда получишь письмо, останешься один на один с разъяренными преподавателями, сессия – бой быков, студент – торeadор. Желаю тебе бодрости в экзаменах, стой насмерть, как наши предки на Куликовом поле».

//Татьяна Логунова, 2 курс

ПРОСТО

студенческая газета
СЗИУ РАНХиГС
№ 1 (70)

Редакция благодарит за содействие
директора СЗИУ В.А.Шамахова,
декана факультета социальных технологий О.С. Кузина,
директора программы Liberal Arts В.Н.Киселева, руководителя образовательных направлений: «Журналистика» и «РиСО» М.Н. Кима.

Главный редактор
Наталья Новикова
Шеф-редактор
Полина Самсонова
Билд-редактор
Елизавета Круглова
Ответственный секретарь
Арика Сердюк
Куратор проекта
Марина Алякринская
Дизайн и верстка
Анна Власова
Полина Самсонова
Елизавета Круглова
Арика Сердюк
Наталья Новикова

Периодическое печатное издание, газета.
Регистрационное свидетельство ПИ №ТУ78-01592 от 15 июля 2014г.
выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Северо-Западному федеральному округу.

Адрес редакции: 191119, Санкт-Петербург, ул. Чернышевского, д. 6/10
Тел.: 8 (812) 335 94 94 доб.2233
E-mail: simmary@gmail.com
Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции

Газета отпечатана в
Издательско-полиграфическом
центре СЗИУ, Санкт-Петербург,
8 линия В.О., д. 61

Заказ №
Время подписания в печать:
по графику - 15.12.2020, 15:00
фактическое - 15.12.2020, 15:00
Тираж 500 экз.
Распространяется бесплатно.