

# АБЗАЦ

ГАЗЕТА ФАКУЛЬТЕТА ГУМАНИТАРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ



Молодая филология:  
новое поколение,  
новый язык,  
новые правила

Как студенту справиться  
со стрессовыми  
ситуациями

«Почему я не могу стать  
самым лучшим?»



## В номере

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР**  
Ангелина Марченко

**ЗАМЕСТИТЕЛЬ  
РЕДАКТОРА**  
Анастасия Бердникова

**КОРРЕКТОР**  
Татьяна Пермякова

**ДИЗАЙН**  
Первушина Виктория

**ЖУРНАЛИСТЫ**  
Анна Рыхлицкая  
Алина Лашко  
Злата Юрков  
Дарья Барабанова  
Анастасия Кулагина  
Ангелина Марченко  
Екатерина Чвагинская  
Шахло Хакимова  
Иван Овечкин  
Софья Сафонова  
Анастасия Бердникова

**НА ОБЛОЖКЕ**  
Юлия Эрдынеева

**ФОТОГРАФ**  
Казакова Мария

**УЧЕРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ**  
Новосибирский государственный технический университет

**АДРЕС**  
Проспект Карла Маркса, 20

**ОТПЕЧАТАНО  
В ТИПОГРАФИИ НГТУ**

**ТИРАЖ**  
400 экз.

Слово редакции	3
Новости	4
Письмо первокурснику	5
КВН возвращается: борьба за эмоции зрителя	6
Стремление учиться	7
Молодая филология: новое поколение, новый язык, новые правила	8-9
Перевод — тонкое искусство	10
Клубок тревожности: как студенту справиться со стрессовыми ситуациями	11
Фотография с эмоцией: отснять момент, который нельзя отмотать назад	12
«Превращение осени»	13
«Жизнь важнее самого выдающегося репортажа»: образ военного журналиста	14
Психологический Хэллоуин	15

# Слово редакции

Осень сменила лето, и все мы снова оказались в стенах университета. Вечная серость за окном, сборы на учебу к первой паре в крошечной тьме и холод, который пробирается даже через самую теплую куртку. Хочется укутаться в одеяло и просто уснуть, чтобы проснуться уже весной и наслаждаться еще молодыми лучами солнца. Но не стоит отчаиваться, в непогоду можно найти тепло среди друзей. И тогда каждый день станет особенным из-за людей, находящихся рядом. Два месяца учебного года прошли незаметно, а значит, настало время нового выпуска «Абзаца». Изменения происходят не только в природе, но и в редакции нашей газеты: Полина с Лизой передали свои полномочия нам, новым редакторам — Ангелине Марченко и Анастасии Бердниковой. Спешим вас успокоить: в выпуске не будет никакой осенней хандры — только тепло новостей студенческой жизни.



Новые редакторы  
газеты «Абзац»  
Анастасия  
Бердникова (слева)  
и Ангелина  
Марченко (справа)

# Новости ФГО

## Декада психического здоровья

В НГТУ НЭТИ прошла Декада психического здоровья. Цель организаторов – решить наиболее актуальные на сегодняшний день проблемы студентов и поддержать их во время всеобщей напряженности. Преподаватели психологи прочитали студентам лекции на темы: «Синдром отличника. Я боюсь не оправдать ожидания», «Тревожная личность нашего времени» и «Вся правда о гипнозе. Гипноз как осознание собственных чувств». Позже студентам предстояло самостоятельно выбрать интересующие их темы для психологических тренингов. Так в стенах университета прошли занятия — «Личные границы: самопомощь в токсичных отношениях» и «Детские травмы и как с ними жить».



## Акция «Подари книгу» от студентов-волонтеров

Студенты-волонтеры в рамках проекта «Возьми и сделай» посетили Городскую клиническую больницу № 3. Это был заключительный этап проведения акции «Подари книгу». Всего лишь за неделю студентам удалось собрать 3 пакета книг — поучительные сказки, развивающие журналы и раскраски. «Без порванных и разрисованных страниц» такие требования предъявили организаторы к книжкам, которые должны были перейти в руки к новым владельцам — детям, находящимся на лечении в больнице. Теперь у юных пациентов есть интересное занятие — всегда можно почитать свою книжку или обменяться с соседом по палате и прочитать уже новую сказку. В преддверии Нового года команда волонтеров планирует подарить детям новые истории.

## Филологи НГТУ НЭТИ знакомят иностранцев с русским языком и культурой

Студенты-филологи создали бесплатный онлайн-клуб для студентов, которые изучают русский язык как иностранный. Участие в этом проекте поможет иностранцам при поступлении в магистратуру российских вузов, а также при дальнейшем трудоустройстве в России. Цель проекта — языковая практика с носителями языка и знакомство иностранцев с особенностями менталитета русских людей и их культурой. Сейчас студенты-волонтеры сотрудничают с Таманским университетом (город Тайбэй, Тайвань). Пока что занятия проходят по скайпу, так как это наиболее удобная платформа для иностранцев. Однако в дальнейшем команда планирует разработать отдельный сайт для простого и доступного обучения всех иностранцев, изучающих русский язык.

## Сбор гуманитарной помощи для студентов Донецка

Студенты НГТУ НЭТИ собирают гуманитарную помощь для учащихся Донецкого национального технического университета. С начала акции собрали уже более 30 килограммов различных круп, мясных консервов, чая и прочих продуктов. Сейчас общий вес посылки составляет примерно 55 кг. В преддверии холодов особенно необходимы тёплые вещи — пуховики, пальто, дублёнки, варежки, перчатки и шапки. В Донецк отправится более 15 пакетов одежды, среди которой есть мужская и женская, детская и взрослая, демисезонная и зимняя.



# Письмо первокурснику

Привет!

Ты, наверное, вряд ли в это поверишь, но я — это ты из будущего. Я уже учусь на втором курсе и мне нужно срочно тебя предупредить, дать несколько советов. Для того, чтобы обрести этот опыт, мне пришлось потратить много сил, и я спешу позаботиться о тебе (себе), чтобы твоя жизнь была легче.

Начнём с самого важного, с того, что поможет тебе хорошо учиться. Я, конечно же, говорю о еде. Ты ещё не знаешь, где можно хорошо и вкусно поесть при таком многообразии выбора. Речь пойдет о бургеро из столовой второго корпуса. Что? Не знаешь, где второй корпус? Это тот, который с большим экраном над входом. Там еще новости НГТУ показывают. Сердце корпуса — на втором этаже, там ты и найдешь буфет. На витрине, под стеклом, хранится прекраснейшее бургеро. Когда я его попробовал, мой мир чуть не перевернулся. Но учти, спрос на продукты из буфета крайне высок. На переменах, особенно на большой, все пространство заполняется студентами почти до отказа. Толпы, как в маршрутке, когда ты едешь к первой паре. Поэтому, если хочешь вкусно покушать — приходи туда до начала перемены.

Второе, о чём я тебе поведаю, это о парах. Ты, должно быть, думаешь, что нужно посещать каждое занятие? А если что-то пропустишь, то тебя сразу отчислят? Иногда бывает такое, что первой парой стоит лекция. Казалось бы, обязательно нужно сходить и сделать конспект, но высыпаться тоже нужно, особенно когда живёшь в 1,5 часах езды от вуза. Занятие пропустить можно, НО это нужно делать на свой страх и риск. Потому что именно ты ответственен за то, что делаешь. Это как дополнительный урок жизни, если пропустишь лекцию, нужно будет попросить конспект и переписать его. Именно так, ты учишься самостоятельности, берешь ответственность за свои поступки.

Следующий совет напрямую связан с предыдущим и касается он задолженностей по учебе. Ох, большая тема студентов. Как говорят преподаватели, важно отвечать за свои поступки. Если ты грамотно не смог организовать свое время, получил новую проблему. Именно долги мешают нормально учиться и, что самое страшное, порождают новые. На их ликвидацию уходит очень много времени. Помимо того, что они наносят урон учёбе, так ещё на них ты тратишь свое время и нервы, постоянно тревожишься. Очень тебя прошу: не зарабатывай долги. Решить эту проблему будет гораздо сложнее, чем делать домашки вовремя. Опыт старших курсов уже показал, что гораздо круче уходить на каникулы со спокойной душой и думать о том, как ты будешь отдыхать, чем переживать о долгах и не находить себе места.

Мой следующий совет — просто не откладывай. Есть огромный соблазн выполнить задание ближе к сроку его сдачи. Но общее количество домашних может резко возрасти, если откладывать это в долгий ящик. Иногда лень тратить время на переписывание конспекта, хочется отложить на потом, но стоит это сделать сразу. Бессонные ночи перед сдачей — не самое лучшее решение этой проблемы. От такой конвейерной работы страдает качество самих материалов. Если будешь делать все вовремя, то учеба не будет для тебя таким испытанием. Я надеюсь, что это письмо дойдет до тебя и сделает твою жизнь чуточку легче. Не потеряй свой запал ко второму курсу!

С наилучшими пожеланиями,  
Ты из будущего



# КВН возвращается: борьба за эмоции зрителя

Два года без юмора, постановок и выступлений — пандемия разлучила любителей КВНа с командами. И только сейчас, в этом году, они смогли вновь встретиться на сцене актового зала НГТУ НЭТИ. За это время студенты успели прокачать свои актерские навыки и 19 октября, после долгой разлуки, продемонстрировали зрителю свои юмористические способности.



«Движение Лиги КВН-22 связывает почти все подразделения университета. После подписания документа об обязательном проведении такого формата в вузах, КВН приобрел поддержку администрации, что несомненно вдохновило студентов!» — отметила Анна Мартьянович, организатор Лиги.

Семь команд в составе от 2 до 7 человек с разных факультетов боролись за 1-е место и главный приз. Чтобы запомниться публике и расположить к себе членов жюри, команды должны были решить непростую задачу — не только придумать оригинальные шутки, но и вызвать у зрителя эмоции.

Оценивали игру члены жюри: Федоскина Ольга Валерьевна — директор Центра культуры, Илья Орлов — руководитель танцевальной группы New Siberia, Можейкина Людмила Борисовна — проректор по воспитательной работе и Ксения Котова — руководитель центра воспитательной работы и молодежной инициативы.

Каждая команда отличалась своим стилем и репертуаром. Костюмы, реквизит и аксессуары — помимо юмора, нужно было создать живую картинку. По словам юмористов, вдохновение они находили в ситуациях из реальной жизни, с которыми мог бы столкнуться каждый студент. Действовали как единый живой организм на благо общей цели — завоевать внимание зрителя. В номинации лучшая женская роль победила участница «Бестолкового Словаря» Екатерина Казанцева: «Когда все начали кричать — «Катя! Катя!» — я была в восторге. Неужели стольким людям понравилась моя игра? Я поняла, что для любого актера важен отклик публики. И когда публика начинает реагировать, это значит, что все не зря».

На фестивале победила команда «Бестолковый словарь». Серебро забрала «Карусель». Остальные команды получили вкусный подарок и грамоту участников. Такие грамоты позволят ребятам подать заявку на повышенную стипендию или получить скидку за обучение.

# Стремление учиться

*Они уже давно закончили школу, получили высшее образование, но вот они здесь — в НГТУ НЭТИ. Снова учатся, снова жаждут знаний и стремятся к самосовершенствованию. Элегантный возраст для них не помеха. Их девиз — учиться никогда не поздно.*



«Мне совестно, когда шестилетний внук мне показывает, куда нажать, а я не понимаю этого. Не хочу так чувствовать себя», — с этой фразы началось знакомство пенсионеров с редакцией «Ежмедиа». Работа с техникой — проблема для старшего поколения, поэтому они обратились к студентам НГТУ(НЭТИ). Научиться писать статьи, комментарии, заводить страничку в социальных сетях — для молодежи это не проблема, а вот для пенсионеров настоящие дебри.

«Мы обозначили тему — «Работа с телефоном», ведь социальные сети сейчас мы очень активно используем. Мы хотим сегодня на занятии попробовать открыть страничку «ВКонтакте», написать пост, прикрепить фотографии», — рассказала преподаватель студии «Элегантный возраст» Анна Долозова.

Зачастую дети и внуки не понимают, как помочь с техникой своим бабушкам. Для них работа в телефоне стала образом жизни, все просто и понятно. Поэтому команда студентов-волонтеров провела первый мастер-класс для участниц студии стиля «Элегантный возраст». «Иногда пытаешься где-то зарегистрироваться, а там спрашивают информацию, или паспортные данные, или номер карты. Меня это настораживает. Можно ли?» — поделилась своими переживаниями Александра Песняк.

На курсе компьютерной грамотности им рассказали, как регистрироваться в социальной сети «ВКонтакте», выкладывать фотографии, находить друзей и общаться с ними. Также новоиспеченные «студенты» подали запросы в банковские приложения и освоили электронный портал «Госуслуги».

«Главный принцип был таков: мы руководим процессом, а бабушки сами в своих телефонах это исполняют. Студенты были упорными, поэтому работать с ними было одно удовольствие», — рассказала волонтер Яна Дерябина.

После мастер-класса пенсионеры подружились с гаджетом, который казался непостижимым в освоении. Теперь они смогут общаться со своими знакомыми через социальные сети, смотреть фотографии родственников из отпуска и отслеживать счет банковской карты. Женщины покорили новую вершину, ведь главное в жизни — это стремление к учебе, а возраст никогда не станет помехой.

# Молодая филология: новое поколение, новый язык, новые правила

Умный и душный, занудный и вредный — он сутками пропадает в библиотеках и спит со словарем под подушкой. Профессия этого человека овеяна стереотипами, а его личность — под маской неизвестности. В языковом сообществе люди понимают, кто он такой и чем занимается. Для остальных — это специалист, который всю жизнь учит правило «жи-ши пиши с буквой и». С первых дней в университете на нем клеймо — поступил на филологию, значит, пойдешь работать учителем русского языка и литературы в школу.



**За 20 лет существования кафедра филологии НГТУ НЭТИ выпустила целое поколение универсальных специалистов — журналисты, преподаватели русского как иностранного, юрислингвисты, пиарщики, писатели. В 21 веке их специальность кажется обществу непрестижной, однако абитуриенты продолжают подавать заявления, а значит, интерес молодежи к изучению языка не пропадает. Почему эта специальность остается актуальной? И какое оно — новое поколение филологов?**

**В этом поможет разобраться Юлия Эрдынеева, студент 3 курса направления Филология.**

— Почему ты решила поступить на филологию?

— Сначала я хотела поступать на лингвиста — долго учила английский. Обсуждала со своим преподавателем, которая готовила меня к ЕГЭ, на какие специальности можно поступить, чтобы изучать разные языки (не один-два, а много). Она посоветовала мне пойти на филологию, потому что именно там учат основам языка, его структуре. Я подумала: «А может, правда, стать филологом? Мне всегда нравился русский язык». Решилась и пошла пересдавать экзамены. Пропустила год, ведь чтобы поступить на это направление, нужен был не английский, а общественные и литература. За это время я влюбилась в русский язык еще больше и поняла, что приняла правильное решение.

— Не пожалела, что изменила свое решение и выбрала это направление?

— Нет! Мне очень нравится изучать язык — это как знакомство с человеком, с каждой новой встречей, ты узнаешь его с разных сторон.

— Быть филологом — это...

— Это быть экспертом в сфере языка — исследовать изменения в нем, «ставить диагнозы» словам, употребленным неправильно, уметь работать с текстами. Нужно быть мобильным, отслеживать динамику языка в обществе.

— Часто слышу среди студентов-технарей такой стереотип, что на филологию поступают девочки-тихони, серые мышки, которые сутками пропадают в библиотеках. Правда ли это?

— (смеется) Я разве похожа на серую мышку? У меня из серого только пальто! Филологи, на самом деле, очень яркие, общительные ребята. Я не сижу сутками в библиотеках, это вообще такой стереотип. Сейчас вся информация есть в свободном доступе в интернете, в электронных библиотеках. Это редкие случаи, когда приходится ехать, например, в ГПНТБ, потому что некоторые издания словарей можно найти только там.

— С какими еще стереотипами ты сталкивалась?

— Главный стереотип, с которым я столкнулась, я бы назвала так: «Ой, ты же филолог, ты должна знать все!» А как я могу

знать все, если я еще студент, я только в самом начале «филологического пути». Еще многие не до конца понимают, что такое филология. Часто слышу от знакомых: «Ты всю жизнь будешь изучать только один язык?». Но на самом деле, это не так. Филолог может специализироваться на нескольких языках — белорусский, украинский, древнегреческий, латинский, старославянский. И это только малая часть списка.

— Чем новое поколение филологов отличается от старого?

— Новое поколение адаптирует информацию, написанную профессиональным языком, под разные слои общества. Я часто в интернете натываюсь на такие группы, где ребята объясняют сложные правила русского языка просто, с помощью каких-то ассоциаций, визуализации, мемов. Они просвещают общество на добровольных началах. Новое поколение филологов старается показать, что русский — не только для специалистов в области языка, он для всех. Но не стоит забывать, что весь наш опыт строится на опыте старших коллег.

— Была ли у тебя когда-нибудь профдеформация? Журналисты, например, видят во всем инфоповоды, строители — разглядывают каждый кирпичик дома. А как профдеформация проявляется у филологов?

— Мне это мешает жить! Я слышу, как люди допускают ошибки, и мне очень хочется их поправить. Быть филологом в этом плане очень сложно. У меня раньше была такая привычка — если кто-то из родственников допускал ошибку, мне было важно сказать, что они неправы. До меня не доходило, что им может быть некомфортно, особенно, когда я поправляю их перед всеми, в кругу семьи. Однажды после такой ситуации я поймала на себе серьезный взгляд и поняла, пора завязывать с этим. Но периодически кровь вскипает, и я думаю: «Да как так можно говорить?».

— Почему филология может быть скучной?

— Для меня филология нескучная. Но в представлении моих родственников, эта наука — скука смертная. «Ты изучаешь древние языки, мы сейчас на них не разговариваем. Что тебе это даст», — часто слышу такое на семейных праздниках. Как

это может быть скучно? Это же интересно, узнавать, почему мы говорим именно так, почему мы пишем по определенным правилам, как эти правила сформировались. Какие события произошли в прошлом, что сейчас русский язык построен по таким канонам. А как литература может быть скучной? Когда ты читаешь, ты, словно смотришь фильм, режиссером которого становишься ты сам. Это очень развивает образное мышление. Я не понимаю этих людей, которые называют филологию скучной. Скорее всего, они не знают, что это такое.

— Филология считается довольно древней наукой, остались ли какие-то «неизученные окошки» для молодых филологов?

— «Окошки» есть всегда. Невозможно изучить все. Сам мир меняется, и вместе с ним меняется язык, каждый день появляются новые слова. Если рассматривать по уровням языка, то фонетика очень подвижна, в ней никогда не закончатся темы для изучения, в отличие, например, от грамматики — она довольно консервативна.

— На рынке профессий сейчас основную нишу занимают IT — специалисты. Почему, по твоему мнению, филология остается конкурентоспособной?

— Даже программисты говорят на русском языке. Им тоже нужны грамотные тексты, чтобы целевая аудитория смогла понять их. Филологи становятся посредниками между обществом и культурой, которая тоже движется, меняется. Они необходимы, так как, отчасти, способны фильтровать информационный шум.

— Кем можно работать с филологическим образованием?

— Самое примитивное — учителем или репетитором. Я учусь на специализации «русский как иностранный», поэтому буду преподавать студентам — иностранцам. Ребята, которые учатся на «юрислингвистике» смогут работать в суде. А если смотреть масштабнее, тексты повсюду — инструкции к таблеткам, рекламные посты или пресс-релизы к событиям. Можно работать корректором, редактором, копирайтером, журналистом, потому что филолог универсален — он сможет работать в любых сферах.

# Перевод — тонкое искусство

Наши любимые зарубежные книги, фильмы и комиксы — все это дело рук переводчиков. Чтобы мы смогли расслабиться вечером и насладиться мировыми шедеврами — им нужно упорно работать: адаптировать зарубежный сленг, разобраться в контексте и понять, как перевести слово, учитывая его многозначность. И это только малая часть проблем.

«Главное при переводе, это сохранить коммуникативную задачу, то есть передать смысл, который задумал автор оригинала, донести чувства и эмоции до читателей. Иногда бывает сложно понять, какую окраску автор хотел передать, например, если мы говорим о художественных текстах», — Анна Евстигнеева, студент группы ИЯ-03.

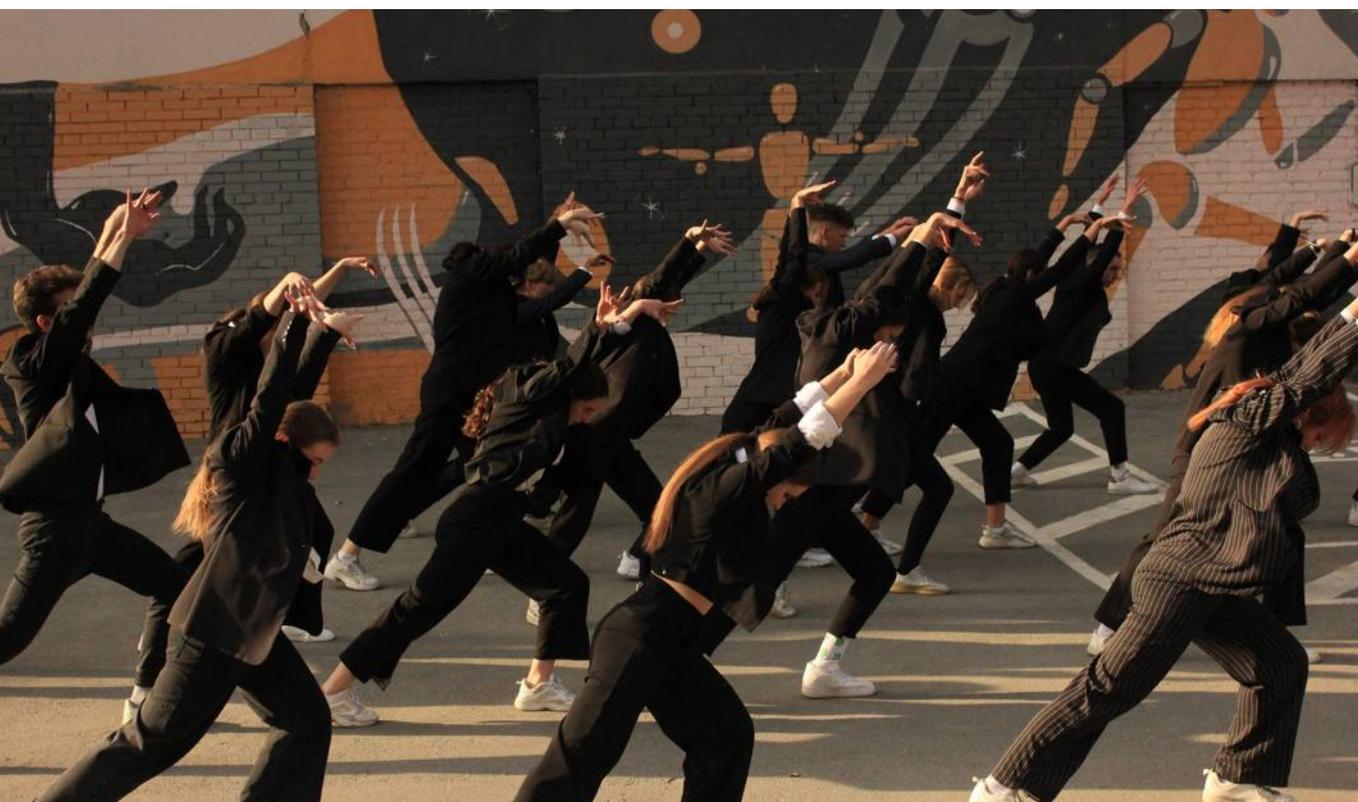
«В работе переводчика существует множество рисков, так как одно неверное слово в переводе может повлечь серьезные последствия. Особенно, если это юридические документы. Например, оформление визы — многие документы необходимо перевести на английский. Сделаешь это неверно — человек не сможет уехать за границу», — Анастасия Габышева, выпускница кафедры перевода и переводоведения.

«При переводе с китайского языка очень важно знание грамматики, чтобы верно перевести предложение, не потерять или не исковеркать его смысл. Не менее важно знание лексики, потому что рядом стоящие иероглифы могут либо иметь разные значения и быть самостоятельными, либо в совокупности означать какое-то общее значение», — Полина Попова, студент группы РГ-05.

Студенты НГТУ и других вузов в Международный день переводчика демонстрируют свои профессиональные навыки на конкурсе перевода мультфильмов и художественных текстов. Основная задача — познакомить зрителя/читателя с традициями и историей разных народов мира, учитывая особенности культуры и языка.

«Хочется, чтобы больше людей участвовало в переводе текстов. Обычно при переводе идея произведения понятна, но передать её — сложная задача, для этого нужен большой талант. Искусство быть переводчиком означает передавать различные культурные реалии в каждом тексте», — старший преподаватель кафедры иностранных языков Екатерина Геннадьевна Итэсь.

После напряженной умственной работы студенты заканчивают отмечать свой профессиональный праздник просмотром видео-флешмоба. «Международный день переводчика стал уже традицией для факультета гуманитарного образования. В нем мы показываем таланты наших ребят и их интеллектуальные качества. Формат — изменение текста выбранной песни на тему переводческой деятельности, специализации нашего факультета. В этом году мы были вдохновлены французскими песнями, и наш выбор пал именно на этот язык», — рассказывают организаторы Дарья Бабанова и Анастасия Ким. Видео готовят студенты двух направлений — переводчики и регионоведы. Они изучают разные языки — западные и восточные, но вместе их объединяет общий праздник.



# Клубок тревожности: как студенту справиться со стрессовыми ситуациями

Когда ты школьник, картина студенческой жизни кажется тебе счастливой и беззаботной. В сознании она написана яркими красками, нет ни одного темного мазка. Тусовки, самостоятельная жизнь, что может быть лучше, когда ты неограничен строгостью и правилами. Но при поступлении становится понятно, что все это лишь иллюзия. Загруженность по учебе, проблемы общения с однокурсниками и родителями, страх «взрослой жизни» — это нормальная реакция после крахового падения розовых очков.

В рамках проекта «Школа Ежа» прошел мастер-класс с Екатериной Мартыановой — практикующим клиническим психологом, ведущей трансформационных игр. Она рассказала об обсуждении со студентами их проблемы и дала советы, как справиться с тревожностью в стрессовых ситуациях.



## Ошибка при выборе специальности

Представление родителей о будущем ребенка не всегда соответствует желаниям выпускника школы. На этом фоне возникают конфликты внутри семьи — родители желают детям лучшего будущего, но не хотят слышать их аргументы. Как бы банально не звучала эта фраза — проблема отцов и детей. В это время повзрослевший ребенок сравнивает себя с выбранным идеалом и понимает, что не соответствует ожиданиям родителей. Вторая же сторона конфликта — считает, что решение родителей единственно верное, думает, что таким образом они спасают свое чадо от ужасного будущего. В этом случае важно правильно построить общение — дать понять родителю, что именно вам не нравится в их выборе. Заранее продумайте аргументы. Не бойтесь выписать их на листок, чтобы в случае, если вы растеряетесь — построить свою мысль правильно, обратившись к «шпаргалке». Родители не хотят навредить вам, скорее они заботятся о вашем финансовом благополучии: «Пускай идет учиться на экономиста, всегда будет работа, будет на что кусок хлеба купить, когда мы уже не сможем ему помочь». Первой реакцией родителей всегда будет отрицание, нужно быть к этому готовым. Но, если задать необходимое направление разговору, можно добиться желаемого.

## Финансовая зависимость

«Мама, прости меня, пожалуйста, я снова трачу так много. У вас там все хорошо, вам хватает денег на еду?» — так проявляется чувство вины за финансовую зависимость от родителей. Кажется, что вы становитесь балластом для семьи, и это начинает давить на психику. Вы начинаете искать работу, но никому не нужен такой работник — студент очной формы обучения. Это как будто становится вашим клеймом. Нужно понять, что просить родителей о финансовой поддержке — это нормально, ведь в студенческие годы вы делаете акцент на учебу, формирование себя как личности. Однако учитывайте их возможности и не тратьте деньги на ненужные вещи. Объясните, для чего вам нужны деньги. Совместно подсчитайте, сколько вы в среднем тратите в месяц. Взрослые заняты бытом и работой, поэтому могут не догадываться о потребностях студента. Обговорите все нюансы, чтобы не надумывать себе лишних проблем.

## Синдром отличника

Когда человек пытается довести дело до идеала — загруженность увеличивается до космических размеров. Студент неосознанно тратит много времени и сил, но остается не удовлетворен собой, потому что, как показывает практика, идеала достичь невозможно. Всё это сопровождается вечной усталостью, слезами и приводит к выгоранию. Состояние неприятное — не хочется ничего делать, остается просто лежать и жалеть себя. Говорить — «ну я же так много делаю. Ну почему я не могу стать самым лучшим, получить самый высокий балл в группе». В такие моменты важно взять паузу, отдохнуть и понять, почему вы хотите стать «идеальным». Какая конечная цель у этого марафона? Нет наилучшего решения, есть только ваш выбор, и он будет правильным. Можно сделать, а можно не сделать. Сделать хорошо или суперхорошо. А можно мучить себя и ничего в итоге не добиться, потому что кончились силы.

## Почему я не могу стать самым лучшим?

# Фотография с эмоцией: отснять момент, который нельзя отмотать назад

Массовая съемка на параде, интимная один на один с моделью или пейзажная на закате в поле — во всех случаях нельзя упустить момент, ведь пропадет эмоция фотографии, ее фактура. Нельзя допустить ошибку, нужно быть многозадачным — выбрать экспозицию, разместить объект в кадре и работать со светом.

Для людей, готовых посвятить свою жизнь творчеству, 24 сентября прошёл мастер-класс с Александром Копаловым, почетным членом Союза фотохудожников России. Общение началось с забавной истории: «Ни в коем случае не ходи в фотоклуб! Увлечёшься этим делом и начнёшь пропускать учебу», — так долгое время родители умоляли Александра не становиться фотографом. Думали, что сын только время потеряет. Но они ошиблись. За время профессиональной карьеры его работы выставлялись в 16 странах мира. Фотография стала частью его жизни, которую он смог показать зрителю на собственных выставках.

В ходе мастер-класса Александр Копалов дал несколько советов начинающим фотографам:

1. Самое основное в работе фотокорреспондента — нельзя переснять. Нужно успеть поймать момент, который уже не отмотать назад. Нельзя просто нажать на кнопку «шедевр». Нужно снимать с разных ракурсов, видеть картинку многогранно.

2. Если нужно, используйте фотоп. Он экономит время, здоровье и нервы. Однако главное правило — чтобы зритель не видел его. Компьютер даёт широчайший спектр возможностей, и нужно держать себя в руках, чтобы

не перестараться. Вмешательства не должно быть видно.

3. Важно сохранить в фотографии много непредсказуемых элементов, случайных световых и цветовых пятен, чтобы зритель хотел рассматривать ее.

4. Необычная деталь — двигатель композиции. Это создаёт иллюзию окна в реальное, а не подтасованное. Нужно найти свой стиль, чтобы с помощью этой детали зритель понял, кто автор этой фотографии.

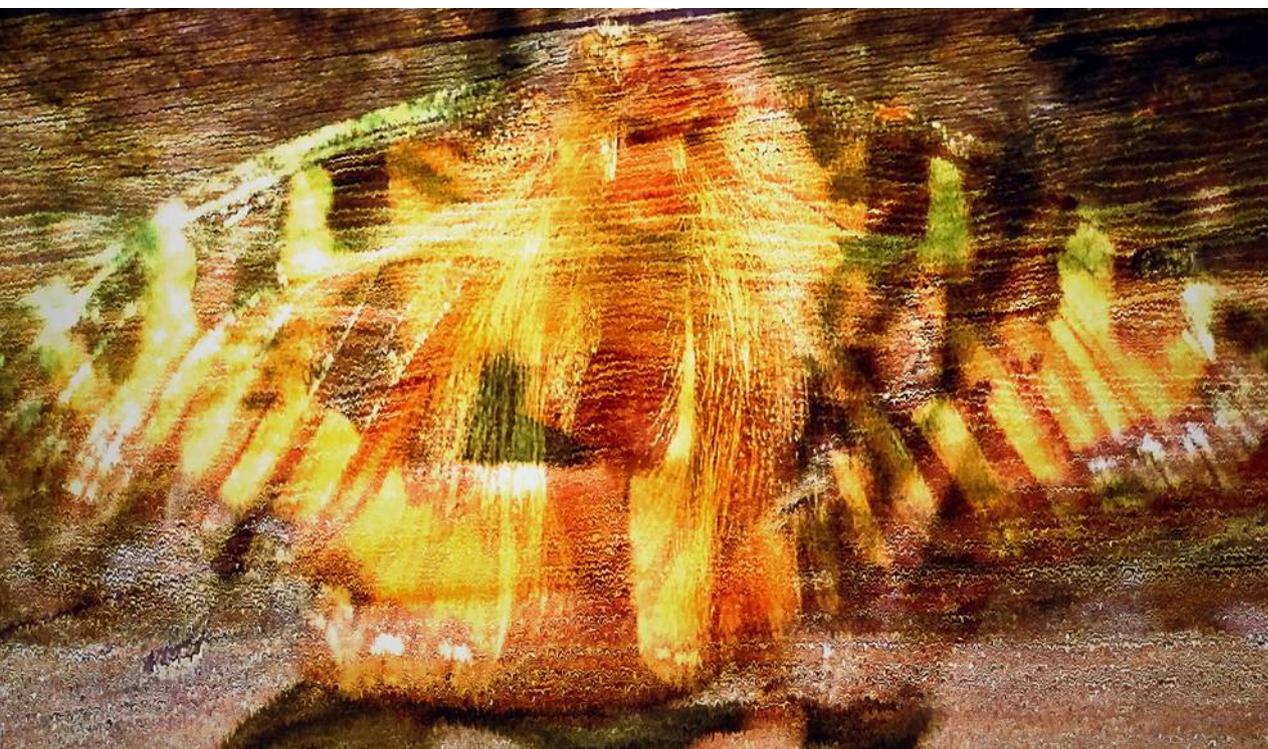


Фото  
из коллекции  
Александра  
Копалова  
«Бабочка»

# «Превращение» осени

«Проснувшись однажды утром после беспокойного сна, Грегор Замза обнаружил, что он у себя в постели превратился в страшное насекомое. Лежа на панцирнотвердой спине, он видел, стоило ему приподнять голову, свой коричневый, выпуклый, разделенный дугообразными чешуйками живот, на верхушке которого еле держалось готовое вот-вот окончательно сползти одеяло. Его многочисленные, убого тонкие по сравнению с остальным телом ножки беспомощно копошились у него перед глазами».



Франц Кафка — немецкий писатель-экзистенциалист, экспрессионист. Ни одно своё произведение он не дописал до конца.

Характерное отличие работ писателя заключается не только в за кадровой завязке, но и в гнетущей атмосфере. Зачастую осенние унылые пейзажи, дожди, угрюмые тучи над головами героев. Природа, даже описанная двумя словами, создает настроение произведению: пасмурность за окном заменяет бесконечные хоромы слов, описывающих внутреннее состояние героя.

На протяжении всей новеллы «Превращение» Грегор Замза не проронит ни слова. Весь его мир, сжавшийся до размеров комнаты, раскрывается через мысли, которые переплетаются с мрачностью погоды за окном. В комнате всегда темно. При пробуждении слышны только шум дождя и мысли Замзы. Владимир Набоков пишет, что немота насекомого — образ немоты, сопровождающей нашу жизнь: мелочное, суетливое, вторичное обсуждается и перемалывается часами, но сокровенные мысли и чувства, основа человеческого естества, остаются в глубинах души и умирают в безвестности.

Ужас новеллы начинается с шумом ливня за окном. Мрачная осенняя погода, раннее утро, работа коммивояжером, бесконечные поездки, скудная еда и тараканы лапки, которые не дают герою слезть с кровати.

Мистика окутывает читателя с первого же предложения — когда Грегор обнаруживает себя паразитом. Переход ото сна к пробуждению меняет главного героя до неузнаваемости. Никто не управлял превращением Замзы. Всё происходит совершенно спонтанно. Ужас от спонтанности, страх случайности, меняющей человека до неузнаваемости, делает эту новеллу мрачной, ужасающей. Гнетущая обстановка, дождь, невозможность дотянуться и посмотреть в окно.

В одном из писем Кафка описал приключившийся с ним странный случай. В своей комнате в гостинице он обнаружил клопа. Явившаяся на его зов хозяйка весьма удивилась и сообщила, что во всей гостинице ни одного клопа не видно. С чего бы появиться ему именно в этой комнате? Может быть, этот вопрос задал себе и Франц Кафка. Клоп именно в его комнате — это его клоп, его собственное насекомое, как бы его альтер-эго.

Притягательная особенность новеллы «Превращение», как и многих других произведений Франца Кафки, в том, что фантастические, абсурдные события описываются автором как данность. Он не поясняет, почему коммивояжер Грегор Замза однажды проснулся в своей постели насекомым, не дает оценку событиям и персонажам. Кафка, как сторонний наблюдатель, описывает историю, произошедшую с семейством Замза. Превращение Грегора в насекомое продиктовано абсурдностью окружающего мира. Находясь в противоречии с действительностью, герой вступает с ней в конфликт и, не находя выхода, трагически погибает. Почему Грегор Замза не возмущается, не ужасается? Потому что он, как и все основные персонажи Кафки, с самого начала не ждёт от мира ничего хорошего. Превращение в насекомое — это лишь гипербола обычного человеческого состояния.

Грегори Замза, всю жизнь боявшийся стать обузой для своей семьи, паразитом, просыпается насекомым.

Осень бывает промозглой, холодной, серой. У Франца Кафки настроение многих сюжетов прописано через слякоть. Главное в этой сырости — не проснуться однажды паразитом. Каждый раз оказываясь в кровати, старайтесь находить в себе человека. Тогда в самых сильных ливнях можно увидеть отражение солнца.

# «Жизнь важнее самого выдающегося репортажа»: образ военного журналиста

Вместо утренней чашки кофе, люди первым делом тянутся к своему гаджету и проверяют ленту новостей. Общество формирует свое мнение исходя из текстов, которые читает. Именно поэтому СМИ называют четвертой властью.

Некоторые журналисты рискуют своей жизнью во время работы, ведь они — военные корреспонденты. Репортеры буквально живут в горячих точках — могут быть убиты, серьезно ранены или даже похищены террористами. Сейчас эта профессия считается опасной, но в то же время востребованной.

В России нет однозначного понятия «военный журналист», поскольку в разных областях оно трактуется по-разному. Например, в одном из источников военным журналистом считают человека, который занимается освещением вопросов, связанных с российской армией, и обязательно носит погоны. А вот в телевизионной терминологии это относится к тем, кто большую часть времени находится в «горячих точках». Поэтому можно сделать вывод, что военным журналистом можно назвать того, кто рассказывает о текущей ситуации в районе боевых действий, делает репортажи, снимает фото- и видеоматериалы. Работа в качестве военкора (военного корреспондента) требует специальной подготовки для работы в зоне вооруженного конфликта.

## Специфика работы военного корреспондента

В НГУ НЭТИ состоялась встреча с военным корреспондентом — Антоновым Ростиславом Валерьевичем, который поделился своим опытом работы с начинающими журналистами. Самый опасный вид журналистики стал для него образом жизни. Специфика его ремесла не может оставить равнодушным даже ребенка. Военкор должен быть морально и психологически подготовлен перед отправкой на место событий. Осознанно подвергать себя ежедневному риску. Брать ответственность за каждое произнесенное слово и отснятый сюжет, поскольку репортажи журналистов формируют взгляды общественности на происходящее в зоне вооруженного конфликта.

Чтобы объективно и достоверно описать происходящее, необходимо постоянно получать информацию из надежных источников. В военной журналистике основным является армейский пресс-центр. В можно узнать все актуальные инфоповоды о ходе военных действий. Другой способ получить информацию — это пресс-конференция или брифинг, организованный уполномоченными лицами. Зачастую трудно получить информацию, потому что военные отказывают в ее предоставлении в интересах безопасности. Но всегда можно установить личные контакты, например, с солдатами, врачами военного госпиталя или другими медицинскими работниками. Однако они не располагают достоверной информацией.



Для работы в зоне конфликта важно соблюдать следующие правила безопасности:

1. Изучите законодательство страны, в которую направляетесь, и выясните, какие действия могут вызвать проблемы;
2. Узнайте, кто может прийти на помощь в чрезвычайной ситуации, и запишите их контакты;
3. Уточните, где вы можете получить юридическую и медицинскую помощь;
4. Ни в коем случае не вооружайтесь, помните, что этический кодекс категорически запрещает журналисту брать оружие, даже в шутку;
5. Старайтесь общаться с коллегами, не отказывайтесь от помощи;
6. Не забывайте, что человеческая жизнь важнее самого выдающегося репортажа, не рискуйте своей жизнью и жизнью других людей понапрасну.



# Психологический Хэллоуин

Преподаватели кафедры ПИП в рамках Осенней недели психологии решили отметить Хэллоуин «по-особенному». 25 октября Яшанина А. А. провела лекцию «Нейроужасы». Главная тема: «Что такое страх и почему мы его испытываем?». Приглушенный свет, компания студентов-психологов и тайные гости с других факультетов, которые пришли сюда из любопытства и желания узнать о себе немного больше.

«Изначально единственной опасностью для человека был другой человек, срабатывала реакция — «бей или беги». При реакции «бей» — в организме запускается цепь сигналов для воздействия на раздражитель. Сейчас же люди переживают даже острые стрессы «сидя на диване». Организму некуда выплеснуть энергию, он не в состоянии ее переработать», — рассказала Анна Анатольевна Яшанина.

Чем еще особенна эта эмоция и что еще мы не знали о страхе?

1. Существует несколько теорий возникновения страха:

- страх — сознательная эмоция, возникающая в момент осознания факта опасности;
- страх — защитная реакция в ответ на внутреннее негативное состояние;
- страх — ответная реакция на предсказания о том, что может случиться.

2. Запах пота человека, испытавшего страх, может повлиять на восприятие информации человеком, не испытавшим страха.

3. Поклонники фильмов ужасов проявляли большую устойчивость во время пандемии. Это согласуется с гипотезой о том, что знакомство с пугающими вымыслами позволяет аудитории практиковать эффективные стратегии для выживания, которые могут быть полезны в реальной жизни.

4. Боясь убийцы или монстра на экране, зрители могут практиковать навыки регуляции эмоций. Переживание негативных эмоций в безопасной обстановке способствует более спокойному состоянию во время вызывающих страх ситуаций в реальной жизни.



# АБЗАЦ

ГАЗЕТА ФАКУЛЬТЕТА ГУМАНИТАРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

