



ШУТКОЙ ЕДИНЫ

В этом году в Сочи прошёл 31-й Международный фестиваль команд КВН «КиВиН-2020». Для нашего региона итоги этого фестиваля стали знаковыми — сразу четыре новосибирских команды вышли в основные телевизионные лиги КВН: «Я обиделась» — в Высшую, «Новосиб» — в Премьер, «Столик» — в Первую лигу и «Всегда кажется» — в Международную. «Рост» поговорил с кураторами движения КВН в Новосибирской области Александром Загрядским и Алексеем Лукомским и лидерами команд, прошедших во второй тур.

→ 4-5

НЕЖЕНСКОЕ ДЕЛО:

девушки в «мужских» профессиях



→ 8-9

→ 12-13

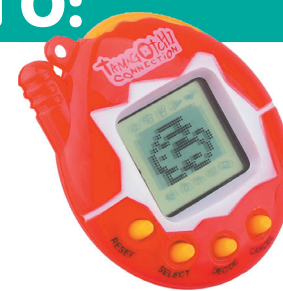
ЛЮДИ КОСМИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ:

как живёт кукольный театр

ИГРУШКИ ИЗ ПРОШЛОГО:

по каким вещам мы скучаем

→ 15



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ЭКСПЕРТЫ ПОДЕЛЯТСЯ ОПЫТОМ С НАЧИНАЮЩИМИ ЖУРНАЛИСТАМИ



Проект «НовоМедиа» проводит серию мастер-классов для молодых людей из районов Новосибирской области, увлечённых журналистикой и медиа. В марте специалисты проекта посетят Купино и Маслянино, а в апреле десант экспертов побывает в Чаных и Каргате. В составе команды журналисты и редакторы новосибирских СМИ, студенты и преподаватели факультета журналистики НГУ.

Выездные мастер-классы – тра-

диционные мероприятия проекта: эксперты отправляются по области, чтобы поделиться с молодыми людьми актуальными тенденциями современной медиасферы и опытом профессиональной деятельности, а также выявить творческих и талантливых ребят для оказания поддержки по продвижению в профессиональной среде.

Участниками мастер-классов становятся старше школьники, молодые преподаватели, предста-

вители молодёжных сообществ, работающие с медиаконтентом, а также представители медиацентров и молодёжных редакций. Самые востребованные направления – создание видеоконтента, написание текстов и социальные медиа.

Регистрация на мастер-классы проводится в АИС «Молодёжь России»: <https://myrosmol.ru/>. Подробности в группе проекта «НовоМедиа» https://vk.com/novomedia_nsk.

В РЕГИОНЕ ВЫБЕРУТ СТУДЕНЧЕСКИХ ЛИДЕРОВ

В Новосибирской области проходит приём заявок на конкурс лидеров студенческого самоуправления «Студенческий лидер – 2020». К участию в конкурсе приглашаются студенты образовательных организаций высшего образования и профессиональных образовательных организаций Новосибирска.

Конкурс состоит из заочного и очного этапов, которые пройдут в нескольких номинациях: «Студенческий лидер образовательной организации высшего образования», «Студенческий лидер профессиональной образовательной организации», «Кубок первокурсника образовательной организации высшего образования», «Кубок первокурсника профессиональной образовательной организации».

Для участия в конкурсе необходимо до 24 марта заполнить заявку на сайте автоматизированной информационной системы «Молодёжь России» <https://myrosmol.ru/>, а также выполнить два задания – написать эссе на тему «Мои лидерские компетенции» и снять видео на тему «Я – студент НСО» длительностью не более полутора минут.

Очный этап конкурса предполагает проведение трёх встреч, по результатам которых будут определены участники финального испытания, где им предстоит презентовать творческую работу на тему «Я – студенческий лидер».

Подробности в группе проекта «Студенческое самоуправление» https://vk.com/stud_samouprav.



ПРОЕКТ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТАРТУЕТ В РЕГИОНЕ



«100 дней ЗОЖ» – это молодёжный проект, дающий участникам практические навыки и теоретические знания для самостоятельного физического и социального развития.

Участником проекта может стать любой молодой человек, ориентированный на здоровый образ жизни, в возрасте от 16 до 30 лет. В течение 100 дней участники тренируются по предложенной организаторами программе, которая разработана совместно с опыт-

ными тренерами и спортсменами. Программа предусматривает возможность занятий для людей с любым уровнем физической подготовки. Участники тренируются как самостоятельно, так и на открытых тренировках с кураторами и тренерами проекта. В тренировочном процессе предусмотрено выполнение заданий, за которые участникам начисляются баллы. Тот, кто по итогам проекта наберёт наибольшее количество баллов, получит статус победителя.

Кроме тренировок для участников запланировано проведение дискуссионных площадок, тематических лекций, семинаров и мастер-классов со спортсменами, успешными людьми и активистами здорового образа жизни.

Проект стартует 20 марта и продлится до 27 июня – сто дней, которые могут изменить вашу жизнь. Подробности в группе проекта «100 дней ЗОЖ» <https://vk.com/stodneyzozh>.

РАБОТАЮЩАЯ МОЛОДЁЖЬ РЕГИОНА ПРОВЕРИТ СВОЙ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

В Новосибирской области проходит серия интеллектуальных игр «Кадры решают всё 2.0» среди представителей работающей молодёжи. Участники мероприятий – команды предприятий и сборные муниципальных районов и городских округов, состоящие из представителей работающей молодёжи в возрасте от 18 до 30 лет.

Игры проходят в формате квиза. В каждой игре команды состязаются в пяти турах, каждый из которых посвящён определённой

тематике. До конца марта отборочные игры пройдут в Тогучине, Бердске, Довольном, Купино, Барабинске и Татарске.

Команды, занявшие призовые места в отборочных играх, отправятся на финал, который пройдёт в июне в рамках Регионального форума работающей молодёжи Новосибирской области.

Подробности в официальном сообществе проекта «Работающая молодёжь» https://vk.com/rm_apminso.



«СТУДЕНЧЕСКАЯ ВЕСНА»: ВПУСТИ ТВОРЧЕСТВО В СВОЮ ЖИЗНЬ

Проведение регионального этапа фестиваля «Российская студенческая весна» в Новосибирской области в этом году взяло под свой патронаж Агентство поддержки молодёжных инициатив совместно с организациями высшего образования и профессиональными образовательными организациями. Учредителями стали министерство образования Новосибирской области и Новосибирская региональная общественная организация Российского Союза Молодёжи. Фестиваль адресован студенческому сообществу и предлагает молодым и активным продемонстрировать свои таланты в девяти творческих направлениях. Победители регионального этапа смогут представить свой регион в Ростове-на-Дону в финале фестиваля. «Рост» узнал, как будет проходить новосибирский этап и чем «Студвесна» может оказаться полезной для участников.

ТЕКСТ: ИРИНА НЕТУЖИЛОВА
ФОТО: ИЗ АРХИВА ПРОЕКТА

— «Российская студенческая весна» — яркое и значимое событие для талантливой студенческой молодёжи, — делится руководитель пресс-службы регионального фестиваля Юлия Акиньшина. — Фестиваль объединяет творческих ребят из разных образовательных организаций на одной сцене, даёт возможность общения, обмена опытом — именно за это и любят такие события. В обычной жизни университеты не имеют возможности «разговаривать» друг с другом, а здесь, на протяжении хотя бы одного дня, можно пообщаться с единомышленниками. Это та площадка, где можно показать себя и услышать мнение профессионального сообщества.

В этом году жюри фестиваля максимально профессионально. Судить в направлениях «Вокальное» и «Оригинальный жанр» приедет Елена Гущина, певица, актриса, участница команды КВН «Союз». Танцевальное направление предстоит оценивать Елизавете Дружининой, танцовщице и хореографу, участнице шоу «Танцы на ТНТ».

— Благодаря проекту студенческая молодёжь увидит, что есть возможность участвовать, быть увиденным и услышанным, раскрыть свой потенциал и показать, что ты из себя представляешь. Участник «Студвесны» — одна из ступеней успешного будущего, потому что после фестиваля можно смело покорять новые творческие вершины, — продолжает знако-

мить с проектом Юлия Акиньшина. — Новосибирск всегда славился «Студенческой весной», многие наши звёзды — выходцы из этого проекта, например, популярный дуэт «Алмас».

Фестиваль зародился в 1992 году и впервые проходил в Самаре, а через год уже завоевал сердца студентов Санкт-Петербурга. После этого началось активное шествие «Студенческой весны» по стране. Сегодня фестиваль включает в себя 80 региональных, десять всероссийских и 4 международных мероприятия. Ежегодно в программе участвует около полутора миллионов студентов, представляющих более 1 200 образовательных организаций со всех уголков России.

Программа нынешнего фестиваля охватывает девять направлений: «Театральное», «Танцевальное», «Вокальное», «Инструментальное», «Оригинальный жанр», «Мода», «Журналистика», «Видео» и «Концертные программы». Жюри будет оценивать участников в 42 номинациях.

— В этом году многие номера будут посвящены важной памятной дате — 75-летию Победы в Великой Отечественной войне, — говорит Юлия. — Для исполнения можно взять, например, уже известную композицию, но представить её по-новому, в авторской интерпретации, а можно написать свою песню или стихотворение — я уверена, ребятам это по силам.

Фестиваль «Студенческая весна» проходит в три этапа: первый — внутривузовский, где студенты разных факультетов проходят конкурсный отбор; второй — регио-



нальный, где в рамках конкурсных дней жюри оценивает творческие номера по направлениям фестиваля, а 12 апреля будут объявлены победители регионального этапа, которые представят Новосибирскую область на всероссийском уровне.

— Сейчас идёт активная подготовка к фестивалю. Хочется отметить, что в этом году рамки фестиваля будут расширены: мы выезжаем в Бердск, Куйбышев и Карасук. Планируется, что всего в

конкурсной программе фестиваля примут участие более 1500 человек. Новосибирская область — это студенческий регион, в котором должен быть большой студенческий праздник. И мы рассчитываем, что он действительно будет таковым, — говорит директор Агентства поддержки молодёжных инициатив Павел Бачанов. — Фестиваль этого года ожидает новшество — масштабное открытие. Такого в программе «Студвесны» ещё не было! Открытие состоится 25 марта. Ещё одним нововведением станет главный приз — переходящий кубок, который будет храниться у победителя до следующего фестиваля.

Главный режиссёр предстоящего события Сергей Махеров, он же главный режиссёр Городской дирекции творческих программ, в своё время становился победителем танцевального направления «Студвесны». Открытие фестиваля он планирует сделать в стиле исторического прошлого, о чём говорит и название концертной программы — «Легенды Студвесны», где выступят победители прошлых лет.

Новшеством для фестиваля этого года стала программа продвижения молодёжного творчества «Студвесна ONLINE». Это возможность для участников, не дожидаясь регионального этапа, записать видео своего выступления и выложить его в социальную сеть «ВКонтакте», обозначив специальным хэштегом #студвеснаONLINE. Те участники, чей ролик наберёт больше просмотров и баллов жюри, попадут на финал в Ростов-на-Дону, даже если

не пройдут региональный этап.

Студенческий клуб СибГУТИ принимает участие в фестивале «Студенческая весна» с его основания в столице Сибири. Самые ранние дипломы, найденные в архиве университета, указывают на участие вокального ансамбля «Воляр» ещё в 1997 году.

— Впечатления о «Студенческой весне» остаются всегда самые положительные, ведь это волна студенческого творчества, общения, масса энергии, — уверен заместитель директора студенческого клуба СибГУТИ Алексей Дмитриев. — Самые яркие эмоции всегда вызывает гала-концерт и церемония награждения. Особенно возможность получить путёвку на Россию. Как бывший участник от СибГУТИ, представлявший Новосибирскую область в финале фестиваля в Казани в 2009 году, могу сказать, что это было самое грандиозное событие в моей студенческой жизни. Тогда казалось, что круче ничего уже быть не может. Фестиваль — это, конечно же, обмен опытом, огромные эмоции, особенно если удаётся поучаствовать в совместных номерах на гала-концерте, и к тому же это развитие и здоровый дух соперничества.

Участники и организаторы приглашают всех желающих стать зрителями открытия или любого конкурсного дня фестиваля. Для этого нужно дождаться регистрационной ссылки в официальной группе «Российская Студенческая Весна | НСО» (<https://vk.com/sv2020nso>) и получить билет на электронную почту. До встречи на «Студенческой весне — 2020»!



ШУТКОЙ ЕДИНЫ

В этом году в Сочи прошёл 31-й Международный фестиваль команд КВН «КиВиН-2020». Для нашего региона итоги этого фестиваля стали знаковыми — сразу четыре новосибирских команды вышли в основные телевизионные лиги КВН: «Я обиделась» — в Высшую, «Новосиб» — в Премьер, «Столик» — в Первую лигу и «Всегда кажется» — в Международную. «Рост» поговорил с кураторами движения КВН в Новосибирской области Александром Загрядским и Алексеем Лукомским и лидерами команд, прошедших во второй тур.

ТЕКСТ: СВЕТЛАНА ЛАРИОНОВА
ФОТО: АНДРЕЙ БОРТКО, ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА
УЧАСТНИКОВ

— **КВН — это хорошая возможность заявить о себе. Как вы попали в КВН?**

Александр: У меня серьёзное знакомство с КВН произошло в 1997 году, когда в Бердске образовалась команда «Последний шанс», где играли учителя школ. Проводилась программа «Мини-макс» среди школьных команд — аналог КВН. В ней не было ведущих в общепринятом смысле слова, а на связках выходили учителя и разыгрывали какие-то сценки. И потом решили, почему бы самим не поиграть в КВН. Я с ними начал как автор, после чего они пригласили меня на сцену.

Наша история развивалась параллельно с командой «Дети лейтенанта Шмидта». В 1998 году мы проиграли «Детям» в финале лиги «КВН-Сибирь», когда они уже были чемпионами Высшей лиги. В сезонах 1999 и 2001 годов мы выиграли эту лигу. Это было в серьёзном возрасте, поэтому я подходил к КВНу уже осознанно.

Алексей: У нас в школе организовали КВН. Я попал туда, потому что был ярким и харизматичным человеком. Но у меня параллельно развивалась спортивная карьера, поэтому с КВН сначала не сложилось. В классе в девятом появился повод вернуться в КВН: в моём городе организовалась школьная лига, нужно было представлять нашу команду. Позднее меня пригласили в студенческую лигу. Будучи студентом и выступающим кавээнщиком, я попал в сборную города — команду «Дежа вю». Так для меня начался большой путь, который привёл в Высшую лигу.

— **У ваших команд тогда были какие-нибудь традиции, талисманы?**

Александр: У каждой команды может быть и кричалка перед игрой, и талисманы, которые возят с собой. Как и в любой семье, здесь формируются свои традиции.

Алексей: В моей команде за месяц до игры нельзя было щёлкать семечки — если сделаешь это, то проиграешь. Это круто, это объединяет.

— **Замечая, что КВНщики очень дружно между собой общаются. А когда на сцену выходят — конкуренция появляется? Или дух дружбы царит всегда?**

Александр: Да, конечно. Амбиции есть у каждого. Мы можем быть лучшими друзьями в жизни, но когда мы выходим на сцену, мы становимся соперниками. Каждый хочет выиграть. Соперничество и двигает любую команду. Как только в тебе засыпает спортивный дух, ты перестаёшь развиваться, расти.

Алексей: Это обычная конкуренция, когда тебе нужно доказать, что именно ты должен быть выше на одну ступень.

— **Команды часто привлекают сторонних авторов для написания шуток?**

Александр: В какой-то период у каждой команды встаёт проблема: своими силами она не может реализовываться дальше. Если ты заходишь в серьёзные лиги, то АМИК («Александр Масляков и Компания» — Прим. «Роста») подразумевают, что у тебя должны быть авторы, ведь у любой команды могут возникнуть проблемы с шутками. Чем позже наступает такой момент, тем лучше для команды. Но обычно это происходит, когда команда добивается чего-то серьёзного. Если изначально работаешь только с авторами, то быстро деградируешь, рассчитывая на других людей.

материал просто не является конкурентоспособным. Бывает ещё такое, что ты проходишь все этапы редакции, а потом в Премьер и в Высшей лигах Александр Васильевич Масляков смотрит шутки и говорит: «Этого не будет». Никто не объясняет, почему «этого не будет». Просто ставят перед фактом. Чем выше лига, тем чаще случаются такие вещи. В лигах ниже уровнем редактор может сознательно пропустить шутку, яростно отстаиваемую командой, чтобы реакция зрителя дала или не дала шутке право на жизнь. Команды должны поскальзываться и учиться в том числе и на своих ошибках.

Алексей: КВН — это игра достаточно табуированная. Существует список тем, на которые в КВНе не принято шутить: война, религия, в детском КВН ещё наркомания, алкоголизм. Мы в КВНе приверженцы светлого, интеллектуального, философского юмора. КВН тем и хорош, что умеет воспитывать хорошие качества.

все шутки форматируются. Если раньше шутили про Ельцина, то сейчас — про Медведева или нашего президента. Тогда были «новые русские», сейчас их заменили чиновники. Так или иначе объекты юмора циклично сохраняются. Юмор меняется вместе с тем временем, в котором он живёт.

— **Вы уже давно проводите летние школы КВН. Зачем они нужны, человека разве можно научить шутить?**

Александр: Наша летняя школа началась двадцать лет назад. Когда спрашивают о том, можно ли научить шутить, я всегда говорю, что можно. Чувство юмора похоже на любую другую человеческую активность. Если ты его начинаешь использовать постоянно, то оно развивается. За пять дней школы КВН каждая команда должна написать, поставить и показать пять кавээнских конкурсов.

доходят до хороших результатов. Почему?

Александр: Команды формируют лицо территории. Кавээнщик идёт к серьёзным телевизионным лигам годы, порой десятилетия. Но порой, когда он попадает туда, выясняется, что делал он это только для себя! Это твои финансовые, организационные и человеческие проблемы, и больше никому они не интересны. Возникает парадокс, который не должен происходить в нормальном обществе.

Алексей: Рущатся судьбы... Мы уже не воспринимаем нашу жизнь без кавээнщиков, ведь они делают музыку, телепроекты, пишут книги, создают национальные проекты и платформу нашей культуры.

Для меня кавээнщики, которые сейчас играют, начиная от ребёнка и заканчивая взрослым человеком, — это дети, воспитанники. Я сейчас готов стремиться, чтобы их жизни были крутыми, чтобы о них узнавали, чтобы каждый человек мог услышать имя этого «ребёнка» и, как и я, гордиться им.

В этом году фестиваль в Сочи стал очень важным для новосибирского КВНа, потому что впервые за три года во второй тур прошли сразу три новосибирские команды: «Я обиделась», «Новосиб», «Столик», которые попали в Высшую, Премьер- и Первую лиги. Для меня это самая запоминающаяся победа, ведь это победа всего новосибирского КВНа. Нам важно то, какие мы сейчас, что мы даём игре. Победы воспитанников, в которых ты вложил силы, эмоции, — это, наверное, самое ценное.

Александр: Хочется, чтобы люди имели возможность развиваться. Хорошая команда должна ездить на игры, а для этого нужна финансовая поддержка. На КВН выделяются деньги, но сильной поддержки не закладывается.

Мы хотим, чтобы команд было больше, чтобы качество этих команд было выше, чтобы результаты этих команд были ещё выше тех, что мы имеем на сегодняшний момент.

И второе — нам очень нужен Дом КВН, где могли бы собираться кавээнщики, куда могли бы приходить молодые люди, создавать свои команды, перенимать опыт, развиваться и составлять конкуренцию сегодняшним лидерам.

— **Если бы у вас была возможность, что вы бы изменили в КВНе?**

Александр: Это наша игра, но не нами она придумана. Пусть КВН существует таким, какой он есть, а мы будем внутри него. Нам достаточно того, что в Новосибирской области мы сами можем формировать вектор развития. А вообще, КВН сам меняется внутри того времени, которое его окружает.



— **Наверняка есть какая-то система отбора шуток.**

Александр: Всё зависит от этапа. Когда команда молодая, зелёная, она приносит шутки, редакторы эти шутки начинают вычитывать. «Эта шутка не имеет права на жизнь, потому что была в телевизоре», а эта шутка хорошая, её можно пока оставить» — шутки отбирают по такому принципу. Когда уже команда поиграла, то она сама начинает отбирать лучшие шутки и показывать их редактору, а он так же из лучших отбирает лучшее.

— **Были случаи, когда редакторы вырезали почти весь материал?**

Александр: Да, такое происходит, и не редко. В основном в случае если, на взгляд редактора,

— **Плагият шуток часто встречается?**

Александр: Конечно. Состязание в собственном остроумии — это одно из первых условий, когда ты приходишь в КВН. Эту мысль мы пытаемся донести до любого человека, который приходит сюда. Всё, что придумывается, должно быть придумано тобой. Бывает так, что то, что было придумано до тебя, ты просто не знаешь в силу объективных причин. Это момент не расстрельный. Ты просто говоришь человеку: такое уже было.

— **Вы уже давно занимаетесь КВНом. Сильно изменился юмор в игре за это время?**

Александр: Каждый юмор живёт в свою эпоху. Но, вообще,

это сложно, напряжение очень сильное. И создаётся ощущение, что участников школы выбрасывают из лодки и говорят: «Плывите».

Алексей: В школе спартанские условия, я бы сказал. Это соревнование, которое проходит каждый день и позволяет прогрессировать в этом ремесле. Летняя школа проходит в период, когда не функционируют лиги. Этот меридиан позволяет усилиться и перед сезоном набраться уверенности и опыта, чтобы после закончить сезон на более яркой ноте.

— **Получается, школа ежегодно выпускает новых кавээнщиков, которые хотят и готовы играть. Но часто бывает, что даже талантливые команды не всегда**



КОМАНДА КВН «НОВОСИБЬ»

КОМАНДА КВН «НОВОСИБЬ»

Команда образовалась в 2015 году, но, что интересно, состояла совершенно из других людей. В 2016-2017 годах в «Новосиб» пришли новые игроки, которые теперь выступают на встречах КВН. В этом году «Новосиб» прошёл в Премьер-лигу.



Иван Кузнецов, лидер
команды «Новосиб»

«Новосиб» — масштабное и в то же время простое название команды, благодаря которому понятно, откуда мы и что из себя представляем. Мы — классическая команда, формат у нас далеко не новый, поэтому берем только юмором.

Перед «КиВиНом-2020» мы поставили цель — попасть в

Высшую лигу. И это у нас почти получилось — попали в Премьер-лигу КВН. Надеемся, что сможем дойти до финала. Уже вовсю готовимся к играм 1/8 финала: в приоритете у нас не только написание материала, но и поиск финансирования на поездку в Сочи. От заключительной игры в 1/8 финала мы ждём, чтобы нас позвали первыми на проход в 1/4, как это было в прошлом году. А пока что у нас в планах хорошо отыграть и достойно представить наш город.

Если говорить о проблемах новосибирского КВНа, то мы бы хотели изменить его, осовременить, сделать более профессиональным, как технически, так и в плане специалистов, которые смогут подготовить команды к телевизионным лигам Международного союза КВН.

КОМАНДА КВН «Я ОБИДЕЛАСЬ»

Можно сказать, что команда «Я обиделась» появилась в 2014 году во время летней школы КВН Новосибирской области. Тогда участницы познакомились друг с другом. Изначально они играли в разных командах, но после

окончания школы поступили в один университет — в НГУ. На



КОМАНДА КВН «СТОЛИК»

одном из мероприятий в вузе девушки решили выступить — так и появилась женская команда «Я

обиделась». В этом году девушки прошли в Высшую лигу.



Яна Боброва, лидер команды
«Я обиделась»

Назваться нам хотелось как-то по-женски, а «Я обиделась» — очень распространённая фраза, которую можно услышать от многих девушек.

В прошлом году в финале Премьер-лиги нас пригласили в сезон Высшей лиги — 2020, но нужно было подтвердить статус участников Вышки. И нам это удалось: по итогам фестиваля в Сочи мы вошли в список Высшей лиги, тем самым доказав, что были приглашены не зря.



Павел Федотов, лидер
команды «Столик»

Перед фестивалем «КиВиН-2020» мы поставили перед собой цель — пройти во второй тур и добиться лучших результатов. Наш коллектив прошёл в Первую лигу не только благодаря своему опыту, ведь мы уже в четвёртый раз выступали на Сочинском фестивале, но и такому персонажу, как Михаил Круг. Он запомнился

КОМАНДА КВН «Я ОБИДЕЛАСЬ»



Сейчас все наши планы связаны с играми в Высшей лиге. Игра 1/8 финала с нашим участием состоится 12 марта, телевизионная версия выйдет чуть позже на Первом канале. Мы хотим запомниться, понравиться, чтобы людям было смешно, интересно и всем хотелось нас видеть снова. Задача на этот сезон — сделать всё, что от нас зависит, чтобы добиться максимально возможного результата.

Говоря о проблемах КВН в нашем регионе, очень хочется, чтобы вырос интерес к игре со стороны спонсоров и в целом города. К сожалению, далеко не у всех команд в Новосибирске есть финансовая поддержка. И это, к сожалению, негативно влияет на их кавээновский путь.

*Пока верстался выпуск, девушки успели пройти в 1/4 финала Высшей лиги КВН, с чем мы их от всей души поздравляем!

КОМАНДА КВН «СТОЛИК»

Участники «Столика» познакомились друг с другом на Летней

залу и жюри тем, что использовал в номерах «свои» переделанные песни.

К игре в Первой лиге мы готовы уже давно и можем спокойно её выиграть, так как у нас хороший материал. А сейчас мы колесим по городам, играем, выигрываем деньги для поездки в Сочи. Перед фестивалем мы собираемся поехать в Тюмень на фестиваль Лиги КВН «ЗАПСИБ», где будем работать с редакторами из команды «Союз», а в планах у нас, конечно, пройти в Высшую лигу.

Я считаю, что в новосибирском КВНе всё становится хорошо, потому что в этом году целых три команды КВН из Новосибирска прошли во второй тур. Не смотря на это, мне хотелось бы изменить отношение людей к КВНу, чтобы они больше интересовались игрой, чтобы появлялись те, кто мог бы спонсировать команды. Если бы на КВН выделялись деньги, тогда уровень наших команд был бы намного выше. Сейчас у многих команд нет возможности куда-либо выехать за пределы города, показать себя, посмотреть, как играют другие команды.

ДАЙ, ПЁС, НА СЧАСТЬЕ ЛАПУ МНЕ

В России первое пёсокафе Dog house появилось два года назад — в Новосибирске. Кафе помогает бездомным собакам найти нового хозяина: за два года семьи обрели 24 пса. Сейчас в Dog house живут семь питомцев. Создатель кафе Аня Бояркина рассказала «Росту» о том, как сотрудники выбирают потенциальных хозяев питомцам и почему важно менять сознание людей.

ТЕКСТ: АННА ЕРМОШИНА
ФОТО: ИЗ АРХИВА DOG HOUSE

— Вводились ли какие-то новые правила общения посетителей с собаками после того, как вы открылись?

— У нас правила очень часто менялись за это время. При знакомстве мы рассказываем посетителям, что нужно присесть, дать собаке руку, чтобы она обнюхала вас, а потом только проходить в кафе. Мы объясняем, с каким животным как надо общаться. Каждый раз, когда появляется новая собака, к ней нужен новый подход. Недавно появилось правило, что нельзя смотреть прямым взглядом в глаза собаке, например. Герда на это плохо реагирует, пугается, а Мина боится резких движений, что тоже теперь под контролем. Также теперь от потенциального хозяина мы больше требуем: раньше проводили собеседование и анализировали, как человек ведёт себя на прогулке с собакой. Теперь мы ввели ещё базовый курс кинологии для будущего хозяина. По итогу он проходит тестирование.

— В одном из отзывов на «Флампе» посетитель отметил, что не понимает, как быть полезным вашему кафе, ведь собаками занимаются администраторы, нет чётких правил, как приблизиться к собаке, чтобы впоследствии забрать её к себе домой. Как происходит знакомство собаки с её потенциальным хозяином?

— Мы стараемся всем уделять внимание, понятно, что собаки всё равно больше привязаны к администраторам. Но если человек хочет забрать собаку себе, мы создаём для этого все условия. Сначала рассказываем

про характер каждой собаки, если человеку кто-то понравился, то в течение недели он должен прийти к ней три раза минимум, далее собеседование и тестирование.

— Были случаи, когда собака не приживалась в новом доме?

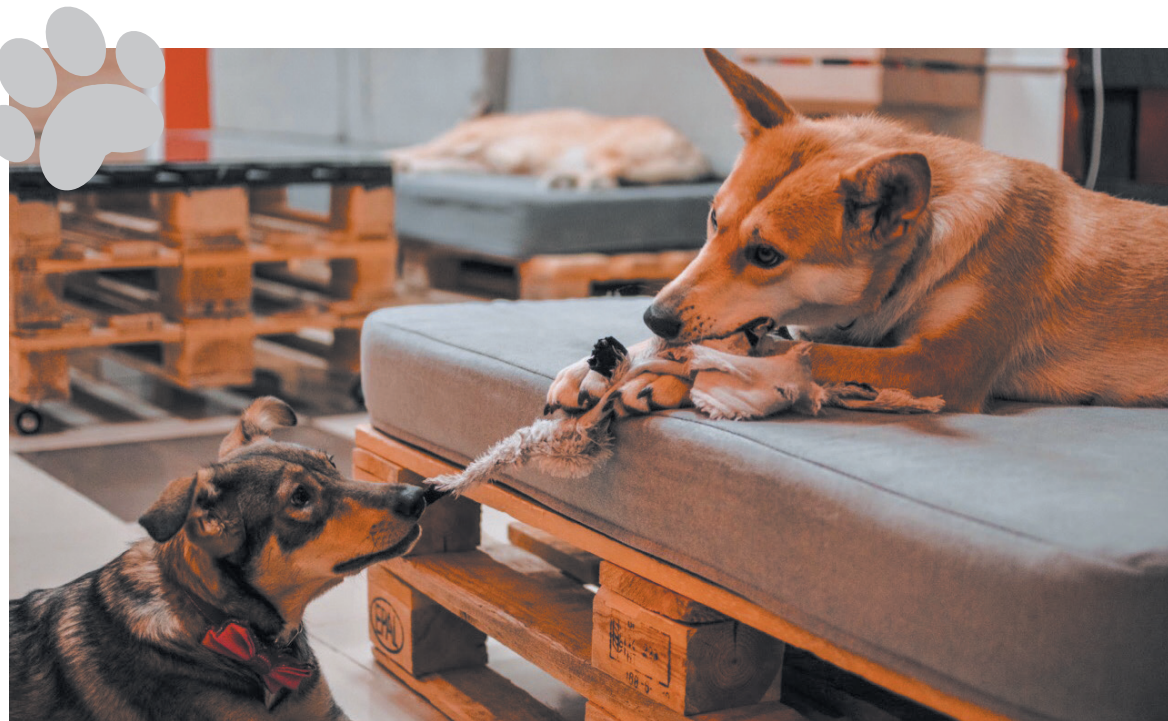
— Вообще бывали такие случаи только на испытательных периодах. Мы даём две недели с момента, когда собаку забирает хозяин. Это для того, чтобы понять: точно ли они подходят друг другу. Никогда не было такого, что собака долго-долго жила в новом доме, а потом её вернули. Во время испытательного срока мы просим хозяев отправлять «Привет из дома» — фотографии, видео. Так узнаём, как дела у животного.

— К вам часто приходит большое количество посетителей, особенно родителей с детьми. Нет ли у собак стресса из-за этого?

— На самом деле у нас небольшая вместимость, и, если собакам некомфортно, они уходят в отдельную комнату, где могут спокойно отдохнуть. Особенно такое бывает в выходные дни или праздники.

— Что вы делаете в ситуациях, когда собаки не хотят общаться с посетителями? Получается, что люди платят свои деньги ни за что?

— Мы ничего не делаем с этим. У нас есть цель — менять мышление людей, но если человек наотрез отказывается понимать, нет смысла ему что-то доказывать. Собаки — живые существа, они могут уставать, и мы не будем их заставлять всё время играть с посетителями. В нашей стране очень развита культура контактных зоопарков, цирков, но мы к этим местам никак не



относимся. Когда к нам заходит человек, мы стараемся понять — зачем он сюда пришёл. Если ему нужно просто выложить фото в Instagram, показав аудитории, что он здесь побывал, мы создаём для него эти условия. Если он пришёл помочь и, возможно, забрать собаку к себе, то также всё показываем, объясняем. В любом случае стараемся найти подход к каждому гостю.

— Проводить время с животными каждый день довольно тяжело, были случаи, когда специалисты из вашей команды отказывались от работы?

— Сначала мы тщательно искали людей, пытались понять, кто нам нужен, потому что эта работа не для всех. Нужно много знать о собаках, уметь налаживать с ними контакт. Когда к нам

приходят люди на работу, то все думают, что это мило, классно, собачки, все дела. На самом деле всё не так легко. Большую часть наших админов животные просто не слушались, а это большая проблема, с которой работают наши кинологи. Много людей уходило, столько же приходило, но сейчас у нас собралась очень хорошая команда.

— Сталкивались с финансовыми трудностями?

— Да, конечно. Всё зависит от сезона, например, декабрь был очень сложным месяцем, людей почти не было. Из-за этого не было прибыли ни с посещения, ни с нашей сувенирки. В прошлом году мы в минус ушли, а в этом знали, что можем уйти в минус, и сделали благотворительную распродажу с Vsemayki.ru. Они предоставляли нам вещи, а вся выручка шла нам. Мы уже знаем, в какой месяц как получится, подстраиваем мероприятия под сезон. Часто на развитие не хватает денег на ремонт или рекламу.

— А какие мероприятия вы проводите в кафе?

— Лекции и мастер-классы по разным темам: психология, кинология, экология. У нас проходят крутые квартирники, люди приходят и играют на музыкальных инструментах, а также киноночи.

— Сейчас Dog house единственное кафе с собаками в России. Как вы думаете, почему нет ещё таких мест?

— Кажется, были в других городах, но закрылись. Это дело не особо прибыльное и само по себе сложное, нужно очень сильно гореть этой идеей, иначе устанешь. Также огромные

заботы о помещении, уходе за собаками, взаимоотношениях администраторов с животными, развитии.

— Планируете ли вы ещё где-нибудь открыть кафе такого формата?

— Пока мы только думаем над этим. Большая сложность с помещением, очень трудно найти подходящее.

— Правда, что вы хотите поменять формат заведения из-за того, что собаки сильно привязываются к людям и эмоционально истощаются?

— Да, изначально мы хотели найти другое помещение и разделить его на две комнаты. В одной была бы кофейня, а в другой — общение с собаками. Мы очень долго искали, но пока ничего не нашли. Сложность в том, что из-за лая собак нам нужно место только на цокольном этаже, а таких предложений не очень много. Пока что мы решаем эту проблему, создавая для собак комфортные места для отдыха от людей.

— Чего ждать от пёсокафе в будущем?

— У нас в планах доделать ремонт. Пока что мы только покрасили стены, оборудовали прихожую, добавили декор. Для каждой собаки мы делаем отдельное место отдыха — мини-комнаты в виде будок. Ещё нужно поменять забор на входе, докупить стеллажи для книг, повесить проектор и поставить видекамеры.

В пёсокафе, помимо общения с собаками, каждый посетитель может насладиться различными напитками, полакомиться вкусным печеньем, поиграть в настольные игры, почитать книги и посетить мероприятия заведения.



НА СТРАЖЕ СВОИХ ПРАВ

Амин Ганифаев — юрист компании Equity Law. На встрече «Спроси юриста», которая прошла в открытом пространстве «Балкон», он рассказал, как следует себя вести в спорных ситуациях и что делать, если нарушили ваши права.



ТЕКСТ: ДАРЬЯ КАЗЬМИНА
ФОТО: ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ И АРХИВА ЭКСПЕРТА

«Здравствуй, пусти меня в клуб»

Представьте ситуацию: вы приходите в клуб — вы трезвы и вам уже есть восемнадцать, но охранник на входе произносит безучастно: «Вы не пройдёте». На ваше эмоциональное «Почему?» он скупно отвечает: «Мы имеем право не пустить вас без объяснения причин».

Любое увеселительное заведение — это коммерческая организация. Наше действующее законодательство обязывает коммерческие предприятия оказывать услуги каждому, кто к ним обратится. В магазине и ресторане не могут сказать: «Мы не хотим вам что-то продавать». Это их прямая обязанность. В гражданском праве есть такое понятие — «публичный договор». Под ним подразумевается договор, заключённый лицом, осуществляющим предпринимательскую деятельность. Договор устанавливает его обязанности по оказанию услуг. При этом коммерческая организация не имеет права оказывать предпочтение одному лицу перед другим. И если человека не пускают без какой-либо причины, значит, предприятие нарушает положение статьи Гражданского кодекса (ст. 426).

В каком случае фейсконтроль легален?

Если заведение вывешивает на всеобщее обозрение требования к внешнему виду посетителей, тогда всё легально. Например, вы приходите в ресторан, а на входе написано: «Наши посетители должны быть в одежде только делового стиля, правило применяется ко всем без исключения». Это своеобразный декларируемый дресс-код, который находится в рамках закона, поскольку законодательство позволяет организациям устанавливать свои правила внешнего вида.

Но тут есть тонкая грань. Иногда эти требования носят дискриминационный характер (в тех случаях, когда они применяются избирательно). К примеру, в клуб запрещено приходиться в кроссовках. Но в дешёвой спортивной обуви не пускают, а в новых «Аирмаксах» можно пройти. Также незаконно устанавливать требования к внешности, ориентации, расовой либо национальной принадлежности, к статусу посетителя, к бренду, цене одежды клиента. Человек, которому отказали на вышеперечисленных основаниях, вправе обратиться в суд, взыскать компенсацию морального вреда.

Что мне делать, если в обслуживании всё же отказывают?

Нужно попросить правила внешнего вида у охраны. Немотивированный отказ в любом случае недопустим. Желательно требовать письменный отказ для

того, чтобы он при необходимости мог послужить доказательством в суде. Также должны быть свидетели происходящего, которые подтвердят ваши слова.

Были случаи, когда люди бронировали стол, вносили предоплату, а им отказывали по причине того, что они не прошли фейсконтроль. В таких ситуациях можно потребовать деньги, которые были заплачены, и неустойку за то, что организация не оказала услугу.

В некоторые места и магазинах охранники могут задержать человека и провести досмотр. Это законно?

Задерживать человека имеет право только полиция. Охрана в целях безопасности может посмотреть ваши вещи только с вашего согласия, без вашего разрешения они не имеют права проводить досмотр.

В некоторых местах не пускают с едой. Это действительно запрещено?

Со своей едой можно прийти, это законом не запрещено. Но вы должны быть потребителем, то есть пользоваться услугой места, в которое вы пришли. Если вы просто решили посидеть, у вас нет никаких оснований там находиться. Например, вы заказали кофе и принесли с собой шоколадку, значит, пользуетесь услугами. Соответственно, неправы те, кто вас выгоняет. Организация

не имеет права бесосновательно выводить потребителя.

«Здравствуй, верните мои деньги»

У вас есть сертификат на покупку чего угодно. Но вам не хочется покупать это «что угодно», вам нужны деньги. Вы приходите в магазин в надежде обналить свой сертификат, а вам в услуге отказывают. Знакомо?

Любой подарочный сертификат — это аванс. Это бумага, которая удостоверяет, что человек пришёл в магазин и внёс предоплату. Поэтому потребитель вправе в любой момент отказаться от договора и потребовать, чтобы вернули все внесённые средства, даже если это

сертификат ему подарили.

Многие люди считают, что раз подарили сертификат, то придётся пойти и закупиться товарами, которые не нужны. Но сертификаты можно обналить: вернуть их и потребовать возврат денег.

Если я потратил сертификат на половину стоимости, могу получить оставшиеся деньги?

Да, вы можете приобрести товар на меньшую сумму и попросить вернуть вам оставшиеся на сертификате деньги. Помните: любые надписи в стиле «Сертификат не подлежит возврату и обмену на деньги» ничтожны, потому что каждое условие, которое противоречит закону, не имеет правовой силы. Если отказывают в возврате, стоит обратиться в Роспотребнадзор.

А на абонементы это распространяется? Подлежат ли они возврату и обмену?

Зачастую на абонементы пишут, что они не возвращаются и на деньги не обмениваются. Это полнейшая глупость. Потребитель-телю обязан вернуть средства за неиспользованный срок абонемента. Например, если человек платил по абонементу тысячу рублей за месяц, а потратил только 15 дней, ему должны вернуть остаток.

Многие из нас не придают значения ситуациям, когда нарушаются наши права. Однако не стоит забывать: если мы сами не будем заботиться о себе и законодательно отстаивать свои права, никто не сделает это за нас.



ОЛЭЗД ДЭЛЭ НЕЖЖЭНЭЖЖЭНЭ

В 2000 году в нашей стране был составлен перечень работ и должностей, запрещённых для женщин, в который вошли 456 профессий. И вот спустя два десятилетия Минтруд решил расширить возможности женщин в профессиональной реализации. И с 1 января 2021 года этот список сократится до 98 пунктов. А это значит, что женщины смогут работать водителем грузовика и машинистом электропоезда, ремонтировать машины на СТО и профессионально прыгать с парашютом. И ещё женщина сможет стать частью палубной команды, а не знаком несчастья на корабле. В общем, женщинам открываются большие профессиональные перспективы! «Рост» поговорил с представительницами прекрасного пола, работа которых, может, и не входит в список «запрещённых», но, по мнению общества, относится к занятию «мужским делом», и узнал, почему они выбрали такую профессию и как часто сталкиваются со стереотипами на работе.



ТЕКСТ: АЛИНА КРАВЧЕНКО
ИЛЛЮСТРАЦИИ: МАРИЯ ХРЕБТОВА



Хоккеист Марина

Марина Исаева — тренер по футболу и хоккею. Девушка в

неделю проводит по 8-12 часов на льду и на поле. На коньки Марина встала 8 лет назад, в хоккей пришла после футбола. Сейчас она совмещает работу взрослого и детского тренера и вратаря в женской хоккейной команде города Бердска «Кристалл». С репликами в духе «это не женское дело», «футбол и хоккей — мужские виды спорта» Марина встречается часто.

— Обычно это шутки с оттенком восхищения, нежели серьёзная критика. В последние лет пять к женскому футболу отношение поменялось, его приняли. Сейчас чаще сталкиваюсь со

стереотипом о девушках в хоккее. А ведь женский хоккей с шайбой — это обычный игровой вид спорта, к тому же олимпийский. Единственное отличие женского хоккея от мужского в том, что в женском нельзя применять силовые приёмы и играть в шлеме с визором. Мы играем с частично открытым лицом, просто в маске, чтобы предупредить серьёзные травмы, — поясняет Марина. — Недавно меня подвизила девушка-таксист, я была удивлена этому. И она не меньше — ожидала мужчину с большим хоккейным баулом, а подседа к ней я.

На фотографии Марина стоит в воротах, массивные щитки

закрывают ноги и, должно быть, сковывают движения. Непонятно почему вид девушки в форме и с клюшкой или спортивной сумкой вызывает у людей море вопросов. В хоккей не играют трусы, но кто списал со счетов женщин?

— Я тренируюсь с мужчинами, это многих удивляет. Меня расспрашивают, почему я играю в хоккей, как ношу такую форму, ведь у вратаря она очень объёмная, щадят ли меня мужчины на поле, ну и подобные вопросы. А есть те, кто интересуется, куда записать дочь, чтобы она смогла заниматься хоккеем, и это меня очень радует.

В Новосибирске есть два женских хоккейных клуба – «Гризли» и «Сибирские хаски». В последний как раз открыт набор девочек с пяти лет. В бердский «Кристалл» также приглашаются девочки.

склада характера и стиля общения у людей не возникает ощущения, что я нежный и беззащитный цветок. Такого выражения, как «не женское это дело», я давно уже

шлейфом и в босоножках на высоком каблуке – стереотип, что девушки-спортсменки выглядят неженственно, рушится сам собой. Ксюша Биржиминская –

красивые девочки, а спорт такой тяжёлый». Почему мальчики могут заниматься борьбой, а мы нет? Спорт, он же для всех. Красивых девушек много, а чемпионки

или неженское это дело, никогда не было. Если ты понимаешь в этой работе, дружишь с физикой, разбираешься в электричестве, то какая разница, женская или



Прораб Алеся

— В моей трудовой написано, что я менеджер по развитию, но по факту я прораб в крупной компании, занимающейся недвижимостью, — поясняет Алеся Яблонских. — Руководители бригад, с которыми мы заключаем договоры, сначала с недоверием относятся ко мне. Думают: как же это? Женщина приходит, вникает в процесс стройки, руководит. Но после пятнадцати минут разговора люди понимают, что я разговариваю с ними на одном языке, разбираюсь в своём деле, понимаю, почему нельзя приклеить гипс на клей и как выправить стену, например. Меня принимают, появляется доверие и даже уважение.

При работе на объекте поблажек по половому признаку нет. Единственное, при мне мужчины стараются не выражаться, — улыбается Алеся. — Но если что-то идёт не так, я пытаюсь получить тот результат, который мне необходим, а не тот, что мне предлагают. Я становлюсь введливой и привередливой, но



Главный мотив определения «запрещённых» для женщин профессий — защита репродуктивного здоровья. Оценку условий работы и определение её вредности дают специалисты. С развитием технологий многие профессии поменяли свой класс вредности, что позволило сократить список почти в пять раз.

не слышала. Дома я могу взять перфоратор, просверлить стену и повесить самостоятельно полочку, но стараюсь этого не делать. Одно дело быть прорабом и руководить стройкой на работе, другое — дома быть просто женщиной, где найдётся тот, кто повесит эту полочку, а я только поставлю на неё красивые цветочки в вазочке.

Алеся с удовольствием вспоминает свои «трудовые подвиги», которые рушат все стереотипы о женщинах на мужской работе:

— Однажды на объекте было нужно поднять тяжёлый станок при помощи крана, загрузить через оконный проём на второй этаж, а затем передвинуть на место. Громадный станок и небольшая бригада, в которой в том числе женщина. Даже не напрягаясь, только испачкав руки, потому что станок был в масле и пыли, за час бригада с задачей справилась. И ни у кого не возник вопрос: «Что здесь делает женщина?». Если люди грамотно выполняют своё дело, получают результат, не работая на пределе человеческих возможностей, то эта работа не должна делиться на мужскую и женскую.

миниатюрная девушка с сильным характером. Внутренний стержень в спорте важен, особенно в вольной борьбе. В профессиональный спорт она пришла в 14 лет, «чтобы деть куда-то свою энергию»:

— Борьба возмужала во мне чувство ответственности и долга. Я должна тренироваться, чтобы победить. Это формирует целеустремлённость: я хочу прийти к цели и работаю над этим. Борьба ограждает от плохих компаний. Я знаю, что у меня по расписанию учёба, тренировка, дом, и времени на что-то плохое не остаётся.

Ксюша кандидат в мастера спорта по вольной борьбе, студентка факультета физической культуры педагогического университета и детский тренер. В детстве она хотела быть врачом, планировала даже поступать в медицинский. В восьмом классе увлеклась спортом, начались поездки, соревнования, победы. Пришлось выбрать что-то одно: «этому делу нужно отдаваться полностью».

Девушка легко может сделать сложный бросок, уложить соперника на лопатки, но объяснить всем возмущающимся,

мало. Не все мужчины настолько дисциплинированы, не у всех есть волевые качества, как у девушек-спортсменок. О том, что борьба не женский вид спорта, чаще всего говорят те, кто не разбираются в этом. Такие люди, видимо, думают, что если девушка борец, то она ведёт себя всегда так же жёстко, как на тренировках. Они не имеют представления, что мы совсем не агрессивные.



Электромонтёр Любовь

В трудовой книжке Любови Гринёвой стоит отметка, что уже 25 лет она работает электромонтёром в Горводоканале. Любовь уточняет, она — обмотчица, всегда занималась ремонтом электродвигателей — меняла обмотку у проводов.

мужская работа? Главное, что ты специалист хороший.



Интересно, что даже нормы русского языка не предусматривают женского рода для традиционно «мужских» профессий — шахтёр, архитектор, дальнобойщик, инженер, строитель, военный, декан. Но не будем заикливаться на этом, тем более что история знает немало женщин, которым сей факт не помешал сделать головокружительную карьеру в нетипичных для женщин профессиях. Например, ирако-британская архитектор Заха Хадид, которая стала первой в истории женщиной, награждённой архитектурным «Оскаром» — Притцкеровской премией. Или американка Марисса Энн Майер, достигшая высот в нетипичной для женщин IT-индустрии: будучи бакалавром информатики, в 24 года она устроилась в лабораторию Google, став первой в истории корпорации женщиной-инженером, в 37 лет она заняла пост исполнительного директора в Yahoo, а сегодня входит в состав совета директоров пяти крупных корпораций. Да что далеко ходить, депутат Законодательного собрания Новосибирской области Ирина Диденко успешно совмещает политическую деятельность и совсем неженское хобби — она чемпионка России по вертолётному спорту.

В общем, долой стереотипы! Гендерные, социальные — любые! Мы можем выбирать работу своей мечты вопреки всем шаблонам и без оглядки на расхожие стереотипы..



Согласно опросу Superjob.ru, сокращение списка «мужских» профессий одобряют всего 47% опрошенных. Чаще всего против нововведения выступают мужчины.

при этом понимаю, что главное в любой командной работе — умение договариваться, ни к чему тянуть одеяло на себя.

В компании Алеся работает одиннадцать лет, девять из них занимается ремонтно-строительными работами.

— Приходилось самой залезать на лестницу и показывать, как нужно ровнять стены, своими знаниями доказывать, что тебя не нужно здесь держать за палантинку. Видимо, из-за моего



Борец Ксения

На выпускном Ксюша была в изящном розовом платье со

что в этом нет ничего «не женского», пока не получается. Со стереотипами Ксюше приходится бороться даже чаще, чем в зале.

— Выбери с подругой, тоже спортсменкой, борцовки в магазине. Вдруг мужчина нам говорит: «Это же не женский вид спорта, зачем вы, такие хрупкие, красивые, им занимаетесь?» Этот спорт тоже красивый. Можно заниматься борьбой и оставаться женственной. На сборах повара в столовой говорят: «Как вы вообще этим занимаетесь —

— Представьте насос, в нём двигатель, который качает воду, в нём какая-то неполадка. Двигатель отправляют к нам. На ремонт одного двигателя обычно уходит от одного до трёх дней.

После электромашиностроительного техникума женщина сразу устроилась на завод «Луч», в цех по ремонту электродвигателей. И работала среди женщин.

— Обмотчица считалась вполне женской специальностью. И никаких разговоров о том, женское

ЧЕРЕЗ ВИДОСЫ К ЗНАНИЯМ

Youtube, как и всё в нашей жизни, противоречив и неоднозначен. С одной стороны, платформа не в лучшем свете зарекомендовала себя благодаря скандальным челленджам, пранкам и прочему сомнительному контенту. С другой стороны, здесь можно найти массу полезной и познавательной информации. «Рост» подготовил подборку видеоканалов, которые сделают вас настоящими эрудитами.



ТЕКСТ: ИРИНА НЕТУЖИЛОВА
ФОТО: ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ

ANDREY KURPATOV

Видеоблог учёного, автора теории о трёх типах мышления. Андрей Курпатов — врач-психотерапевт, автор многочисленных книг по психологии, научных монографий по психотерапии и философии, что позволяет ему глубоко рассуждать на многие темы и подкреплять свои доводы весомыми аргументами. Видеоролики затрагивают различные тематики, касающиеся биологии и психологии. Учёный знает всё о работе мозга, поэтому на канале можно найти видео о том, как заставить мозг мыслить нестандартно или как научить его учиться. А ещё здесь много практических тем, которые могут пригодиться в жизни любому человеку, например, правила общения с окружающими или способы повышения самомотивации.

TORANATOMY

Канал рассказывает о строении и функциях различных органов человека. Toranatomy будет полезен студентам-медикам, потому что темы разбираются на уровне университета, но благодаря подробному изложению и последовательному, наглядному объяснению на рисунках анатомия станет понят-

на каждому желающему, который хоть немного знаком с медициной или просто хочет разобраться, как устроен человек. Хорошая возможность понять строение и функции органов буквально за пять минут.

SCIONE

Команда журналистов, инженеров, молодых учёных и просто творческих людей, которые считают науку и просвещение величайшими достижениями человечества, рассказывает, как устроен мир вокруг и внутри нас. Авторы пропагандируют любовь к знаниям и науке и сопровождают всё это качественным визуалом и соответствующим юмором, что повышает у молодёжи стремление к обучению. На канале можно найти не только передачи о разных научных явлениях, но и большие интервью с выдающимися учёными — Майклом Шермером, Мэттом Тейлером, Джеймсом Уотсоном.

UTOPIASHOW

Развлекательно-познавательный канал для желающих взглянуть на общепринятые версии событий и фактов с другой стороны. Блогер Евгений Попадинец расследует общеизвестные истины и объясняет их с точки зрения реальности. Иногда предполагаемая правда становится мифом: действительно ли лекарством от бес-

сонницы может быть перечисление овец перед сном? Научные факты не успевают наскучить, потому что они сопровождаются смешной подачей и качественными шутками. Видеоролики выпускаются регулярно, а их длительность редко превышает 20 минут, поэтому узнать новое можно, пока вы готовите себе завтрак или собираетесь на прогулку.

ФИЗИКА ОТ ПОБЕДИНСКОГО

Если вы до сих пор думаете, что физика — это сложно и скучно, то Побединский развеет это заблуждение. Дмитрий Побединский — выпускник Московского физико-технического института — в своих десятиминутных роликах помогает взглянуть на привычные вещи под другим углом и понять, сколько всего удивительного придумали человек и природа. На канале можно узнать, почему ноль в нулевой степени даёт единицу, что поможет защититься от радиации, как можно не заряжать телефон месяцами и ещё много всего интересного.

ХИМИЯ – ПРОСТО

Ментор, который не только может понять химию без особых сложностей, но и завлечёт в эту

удивительную науку. Уже само название канала подразумевает, что химия вполне по силам среднестатистическому человеку. Канал наглядно знакомит с тем, как проходят различные реакции, с которыми мы сталкиваемся в повседневной жизни, позволяет узнать, как, например, приготовить мороженое из спирта или определить поддельное лекарство. Ещё на канале «Химия — просто» объясняют, из чего состоит работа настоящего учёного и каким оборудованием он пользуется.

АНТРОПОГЕНЕЗ.РУ

Научно-просветительский канал, который выпускает видео уже на протяжении восьми лет и рассуждает о древнейшей истории и эволюции человека. Авторы канала — антропологи, археологи и научные журналисты. Они реконструируют древние технологии и показывают, как выглядели предки людей. Учёные просвещают аудиторию — рассказывают не только о крупнейших в мире открытиях, но также борются с мифами, которые доходят до людей в искажённом виде. Ещё до появления канала его авторы запустили образовательный портал antropogenez.ru, где также размещаются познавательные материалы различного формата на тему эволюции человека.

КОСМОС ПРОСТО

Космос полон необъяснимых тайн, которые так и не могут разгадать учёные. Однако на долю тайного приходится столько же разгаданного и при этом не менее удивительного. Канал «Космос просто» помогает обычному человеку понимать Вселенную. Все феномены и процессы ведущий канала Андрей Кузнецов объясняет простым языком, поэтому гуглить каждое слово не приходится. Можно спокойно наслаждаться просмотром и расширять свой кругозор. Почти вся информация в роликах — из англоязычных источников: официальных сайтов космических агентств и научных публикаций.

SPACE ROOM

Еще один интересный канал про космос. Автор канала Дилера популяризирует любовь к космическим знаниям. В видеороликах девушка рассказывает о космосе и астрономии с научной точки зрения, а также знакомит аудиторию с космическими мифами и легендами. Каждое видео — погружение в тайный, загадочный мир, о котором люди в повседневной жизни знают немного. Если вас интересует тема космических двигателей или вы хотите знать, какие события повлияли на новую эру в области астрономии, то канал Space Room сможет приоткрыть завесу тайны.

СКРЫТЫЙ СМЫСЛ

Канал для настоящих киноманов, где собраны анализы фильмов на профессиональном уровне. Автор, выпускник философского факультета СПбГУ, Роман рассматривает кино с философской и психологической точек зрения. Задумывались ли вы, какой скрытый смысл таит мультфильм «Смешарики»? А вот Роман нашёл его и поделился со своей аудиторией. Автор в обзоре редко пересказывает сюжет, больше внимания уделяет анализу персонажей и логическим разъяснениям их поступков. Разборы рассчитаны на тех, кто уже посмотрел фильм и успел над ним поразмышлять.

TECHKNOWLEDGE

Ведущий канала Георгий Лилушвили говорит о новинках в области технологий, рассказывает факты об окружающем мире и разоблачает научные мифы. Почему вечные двигатели не работают? Почему объектив круглый, а фото прямоугольные? Автор отвечает на эти вопросы с научной точки зрения, используя знание истории и законов физики, чтобы аудитория всё было понятно. TechKnowledge также делает смелые предсказания о технологиях, которые будут наполнять мир в будущем.

НОУТБУК, ДВЕ ЛАМПОЧКИ И ФАНТАЗИЯ

Антон Душкин — режиссёр анимационных мультфильмов и преподаватель анимации. У него есть своя студия «Лес», где любой желающий может попробовать сделать свой мультфильм. «Рост» поговорил с Антоном о перспективах отечественной анимации, авторских программах преподавания и занятиях в студии.

ТЕКСТ: АННА ШЕЛОВОВА
ФОТО: ИЗ АРХИВА ЭКСПЕРТА

— Вы стали руководителем студии «Лес» в 2019 году, до этого работали в студии «Рыжий воробей» — это можно назвать результатом роста?

— Со студии «Рыжий воробей» я начинал. В школе искусств №21 на художественном отделении, где я работал преподавателем анимации, была открыта эта анимационная студия. Проработал я там пять лет, последний год в должности руководителя студии и заведующего художественного отделения, а потом понял, что надо открывать что-то своё.

— В своей студии вы преподаёте по авторской программе. Какие принципы в ней заложены и чем она актуальна?

— Когда я работал в школе искусств, нужно было писать много различных документов. Например, подавая документы на первую категорию преподавания, нужно было представить программу, которую мы используем в работе. Выяснилось, что программ по ани-

— Это плоскостная техника анимации, которая снимается на станке. Если более подробно, то сверху, перпендикулярно плоскости станка, находится камера, которая делает снимки. К примеру, у нас есть персонаж, который совершает различные движения. Каждое движение становится цифровым снимком. Двигать персонажей и объекты нужно аккуратно, чтобы движения были плавные, а последующий результат целостным. Техника stop-motion тяжела в исполнении, потому что для хорошего результата необходимо потратить большое количество времени только на выстраивание композиции и дальнейшие передвижения.

— Как проходят занятия в студии?

— На данный момент в студии часть занятий строится как научно-популярный проект. Есть группа детей, к ним приходит научный эксперт, ведёт лекцию на какую-то тему, и на основе полученных знаний мы делаем с детьми фильм. После лекции мы обсуждаем то, что узнали, пишем сценарий, делаем раскадровку, производим мультипликацию и снимаем.

куратно, плавно. И снимать один фильм целый год. В лаборатории научной анимации, где я являюсь режиссёром, есть жёсткие рамки: есть двадцать пять занятий по полтора часа, и за это время группа снимает анимационный фильм на три-пять минут.

В анимации масса разных сложностей. Это в целом сложное синтетическое искусство, в котором воедино соединяются большое количество аспектов. Во-первых, драматургия. Придумать интересную историю — это основа, как правило, это даётся тяжелее всего. Во-вторых, необходимо художественное решение, то есть решение формы, стилизация, цветовое решение. Даже если у вас хорошая история, но визуально это выглядит плохо, то шансы на успех резко сокращаются. В-третьих, сама анимация — как персонажи, объекты должны двигаться, потому что от этого зависит вообще всё восприятие. Далее идёт монтаж, необходимо собрать кусочки в один фильм. Завершает всё работа с композицией и звукорежиссёром. Как говорил Николай Бронзит: «Пятнадцатиминутный анимационный фильм по трудозатратам и бюджету равняется полнометражному игровому кино». И это так.

— Где ещё, кроме лекций, берёте идеи для сюжета мультфильмов?

— Лекции — это то, от чего мы отталкиваемся в научно-популярных проектах. Истории у нас, как правило, придумываются самостоятельно. Я стараюсь рассказать детям или взрослым основы драматургии. И только после этого мы придумываем персонажей, локации, их действия и взаимодействия.

— Стоит ждать фильм большего формата от студии «Лес»?

— В нашей студии есть ещё творческие коллективы, но это немного другая тема. Например, здесь снимался один из фильмов студии «Жажа» — это небольшой творческий коллектив, состоящий из четырёх человек. Мы сняли несколько фестивальных фильмов, некоторые из них получили награды. Например, пластилиновый мультфильм «Заместители» о животных, обладающих «суперспособностями», получил главный приз фестиваля Science shorts. Это работа некоммерческая, мы просто собираемся и все вместе делаем искусство. Не так давно доделали ещё один совместный проект. Поэтому фильмы, конечно, стоит ждать.

— У анимации в будущем хорошие перспективы?

— У анимации перспективы богатейшие. Начнём с того, что анимация находится вокруг нас. Например, включаешь смартфон, листаешь — все движения и иконки анимированы, также весь интернет состоит из анимации. Занима-



ются анимацией различные люди, кто-то связан с программированием, кто-то, наоборот, художник. Фильмы, программы, приложения — везде есть место для аниматоров. Если рассматривать перспективы со стороны создания анимационных фильмов, то они больше, чем у кино. Актёр — живой, он дышит, моргает тогда, когда этого хочет. Твой же персонаж полностью зависит от тебя, ты делаешь за него абсолютно всё. Поэтому анимация, с одной стороны, очень сложное искусство, но, с другой стороны, она даёт возможность сделать персонажа таким, каким нужно для передачи сверхзадачи фильма.

— Наша, отечественная анимация может на международном рынке конкурировать?

— Отечественная анимация хороша, прекрасна и во многом изумительна, но она малюсенькая. В сравнении с американской, азиатской и французской мы практически не существуем. Наши специалисты, конечно, едут за рубеж и работают над большими проектами, а наша индустрия не позволяет привлекать к себе новых специалистов из-за отсутствия материальной поддержки и желания её развивать.

Если мы хотим, чтобы в нашей стране создавалось больше полнометражных анимационных фильмов, то должно быть государственное финансирование этой сферы. Необходимо, чтобы студии пытались выходить на мировой уровень.

— Можете выделить ключевых отечественных аниматоров, чьи работы вам нравятся?

— Режиссёров тогда. Аниматор — это тот, кто создаёт картинку, а режиссёр — принимает участие

более глобальное. Мне кажется, самый лучший режиссёр сейчас — это Николай Бронзит. Недавно его короткометражный мультфильм «Мы не можем жить без космоса» был номинирован на премию «Оскар».

— Что посоветуете начинающим аниматорам — тем, кто только планирует этим заняться?

— Я всему учился сам. Это всё возможно, главное — больше читать, больше смотреть и каждый день пробовать. Если сложно технически или трудно разобраться в программе, то можно походить в студию. Нужно сначала набраться опыта, попробовать, посмотреть, а потом переходить к самостоятельным съёмкам. Благо сейчас для того, чтобы быть хорошим аниматором и режиссёром, необходимы только ноутбук, фотоаппарат, две лампочки и фантазия.



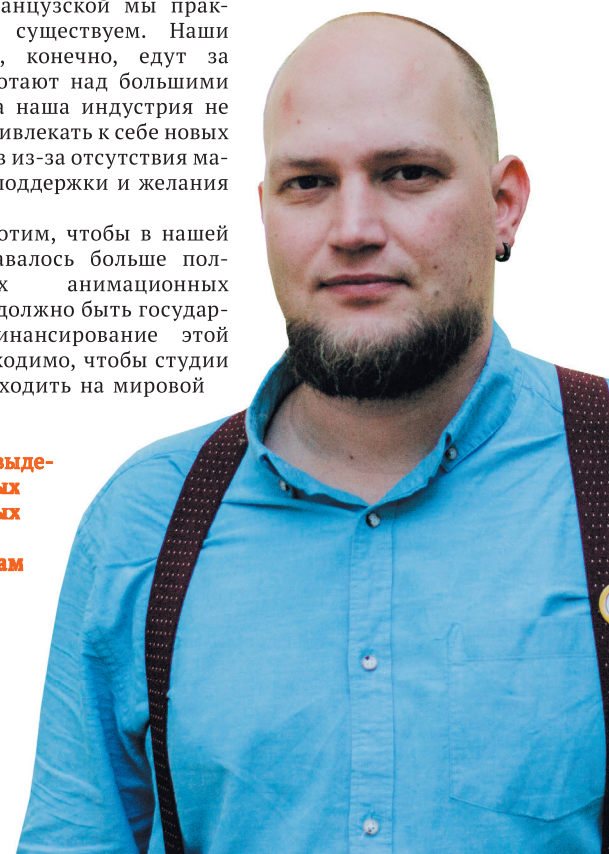
мации для детей не существует, поэтому её пришлось создать. Программу приняли, но по мере моего развития в сфере анимации я её обновляю, делаю более актуальной. Основывается она на работах замечательного режиссёра Фёдора Хитрука. У него есть также книга «Профессия — аниматор». Это дало мне большой толчок к формированию представления, что и как нужно преподавать. В основе программы лежит движение. Анимация — это в первую очередь движение. Разбирая по кирпичикам, как оно строится, можно обучиться всему. Актуальность её в том, что мы можем научиться на специальном станке делать анимацию и потом её практиковать в любой компьютерной программе — stop-motion анимации, в объёмах и так далее.

— Как работает stop-motion?

К нам приезжали историки и рассказывали про викингов, и сейчас мы по ним работаем. Бывает, когда приходит группа, мы сами придумываем идею и снимаем. Помимо детских групп, есть также группы для взрослых. Со взрослыми всё происходит по-другому, но в целом тоже учимся базовым принципам анимации и делаем коротенький фильм.

— И сколько обычно уходит времени на коротенький фильм?

— Этот вопрос мне задают на протяжении всех десяти лет. На него ответить практически невозможно. Всё зависит от сложности задумки и исполнения. Можно сделать простую анимацию, вырезать что-нибудь из бумаги для мультипликата и быстро получить готовый фильм. А можно снимать минимальные движения очень ак-



ЛЮДИ КОСМИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Кукла — неотъемлемый атрибут детства. А в театре кукол — это главный персонаж, который оживает в руках мастеров. Корреспондент «Роста» посетил закулисы Новосибирского областного театра кукол и узнал, как рождаются главные герои сцены.



ТЕКСТ: АЛЕКСАНДРА БАСАРГИНА
ФОТО: ИРИНА НЕТУЖИЛОВА

Сокровищница театра

Вереницы узких коридоров и лестниц привели меня в «сокровищницу» театра. Бутафорский цех — самый важный в театре кукол. Именно здесь декораторы, художники и костюмеры создают куклы.

Чувствую запах краски. Разнообразие реквизита сразу бросается в глаза. На стенах висят яркие барабаны, маски, фрукты, столы завалены инструментами и эскизами, а с полок с любопытством выглядывают папуасы и солдатики. В углу разместилось вешало — специальное приспособление, на котором куклы «отдыхают» между спектаклями. Рядом — художник-бутафор Елена ремонтирует декорации.

— Зинаида Вениаминовна — ветеран нашего ремесла, много лет работает в театре и знает всё, периодически даже экскурсии для детей проводит, — представляет Елена свою коллегу. Сегодня она станет и моим экскурсоводом.

— Я долго играла в куклы в детстве, — смеётся Зинаида Вениаминовна. — Своих не было, поэтому я их делала сама: Вот у меня как-то так логично перетекло увлечение в работу.

Чтобы кукла смогла участвовать в спектакле, нужно проделать огромную работу. Сначала художник придумывает эскиз, затем делает каркас. После надо вылепить голову, сделать папье-маше, затем отдать его конструктору, который выполнит механику, чтобы кукла могла двигаться.

Швейная мастерская

Зинаида Вениаминовна приглашает в соседнюю комнату — швейную мастерскую, где «обшиваются» куклы.

У каждого бутафора есть своя машинка. Все куклы они делают вручную, но иногда большие части ткани нужно шить на машинке. В распоряжении модельера Елены целых пять швейных машин.

— Это человек, который всё делает по костюмам. В последнее время их стало очень много в спектаклях, поэтому она выручает художников. Бывает, дают очень короткие сроки, и Лена выходит в выходной. Конечно, мы всегда мечтаем, чтобы не было сверхурочных, но что поделаться — театр! Творческий процесс не заканчивается, когда человек сдаёт эскизы. Он и дальше думает, что бы ещё подкинуть в мастерскую. Посмотрите, как у нас столы завалены. Всё потому, что сейчас принимается к постановке третий спектакль параллельно. У нас почти у всех не театральные профессии. Человек не сразу начинает заниматься театральными делами, а приходит к этому спустя время, — рассуждает Зинаида Вениаминовна.

Мастер продуктивной работы

У Анны голубые волосы. Она — художник, но временно занимает должность бутафора. Девушка с 1 января работает без выходных, спит по несколько часов в сутки. У неё ответственная миссия — за три дня слепить 21 голову.

Задача художника состоит в том, чтобы сориентировать цеха на продуктивную работу,

была красивая, выбираю общую концепцию, составляю цветовую схему, а дальше мы уже вместе с режиссёром пишем список кукол, общие размеры, их назначение. После я приступаю к эскизам. Само творчество длится всего неделю, а дальше — это всё технические дела.

Оживление кукол

— Я занимаюсь оживлением кукол, задаю им движение, — встречает меня художник-конструктор Юрий Юрьевич Юрьев. Надвери его кабинета висит табличка «Оживление кукол». — Узы, крепления, декорации. Всё на ручных приборах, электричество не использую. Сначала продумываю, как это делать, потом выбираю материалы, собираю их. Работаю с поролоном, деревом, фанерой, пластиком и многими другими материалами. Художник-постановщик делает технические эскизы, не цветные, закладывает своё представление о том, как кукла должна двигаться, а я уже пытаюсь реализовать то, что он хочет. Например, вы видите, как у куклы во время спектакля моргают глазки или сгибаются ручки. Всё это благодаря различным механизмам, которые я применяю в своей работе.

Когда кукла работает, например, глазами, механизм крепится на деревянном устройстве — гапите. На руки куклы ставятся трости, благодаря которым открывается рот, а голова поворачивается в разные стороны. Бывают куклы без механики: ими работают на столе. Таких кукол называют планшетными, а тех, кто выступает на полу, — паркетными.

— Наш конструктор — умничка, сам иногда придумает такое, что руками разведёшь, — делится Зинаида Вениаминовна.

Мастерство кукловода

Андрей Николаевич Галактионов — артист-кукловод. Работает в театре с 1980 года.

— Со всеми куклами работать тяжело. Тростевая или марионетка, например, не каждому даётся в руки. Я много лет работаю с марионетками, поэтому они как часть моей руки. Мы люди не суеверные, но стараемся не давать своих кукол кому-либо. Хотя... именно в этом и суеверны, — улыбается Андрей Николаевич. — Кукла — она живая. Пока мы репетируем, она привыкает к тебе, твоим рукам, твоей энергетике. А здесь всё будет живым, — артист показывает рукой на сцену. — И домок, и тень, и пень. Кстати, пень видели, да, как оживляется? Смотрите, сейчас покажу.

Андрей Николаевич прячется за декорациями на сцене и руководит пнём. Кукла начинает хмуриться, сдвигать брови, открывает рот. Создаётся ощущение, будто пень разговаривает.

— У нас на первом плане всегда не актёр, а кукла, — утверждает кукловод. — Хотя в последнее время стараются вытаскивать актёра на сцену, но мы всё-таки театр кукол, мы их оживляем. Самого себя оживлять неинтересно. Я когда надеваю маску того же самого медведя, становлюсь уже живым персонажем, хотя это считается ростовой куклой. Мастерство кукловодства — действительно мастерство. И нет



предела совершенству — оно только растёт и растёт, если, конечно, ты сам в этом заинтересован.

Светлые головы

По переходному мостику над потолком меня проводят в будку осветителей. Фонари слабо освещают дорогу, а голова предательски кружится от высоты. Меня встречают главный художник по свету Вячеслав Ковалёв и операторы по свету — два Олега — Шляхтов и Сердягин.

— У нас немного недооценённая работа. Хотя принято считать, что художественно-световая постановка — треть спектакля. Вот так пашешь-пашешь, а потом даже никто спасибо не скажет. А когда нас нет — сразу паника, спектакль отменяют, — смеётся Вячеслав.

— Осветитель — тот же актёр, он тоже свою роль исполняет, — говорит Олег Шляхтов. — Важно атмосферу передать или акцентировать какую-нибудь сцену спектакля. Цвет может влиять на настроение зрителя.

наша задача — всё это реализовать, выставить грамотно и правильно, работать синхронно со всеми цехами, актёрами, чтобы действие было единым, целостным.

— Да, ты правильно сказал, — улыбается Вячеслав. — Мы делаем одно дело. Если мы друг друга понимать не будем, как лебедь, рак и щука, то ничего не получится.

Вячеслав пришёл в театр в 2000 году:

— Честно говоря, мало имел представления о театральном свете. Вечерами оставался, сидел, изучал пульт, вникал, чуть ли не ночевал тут сначала. Через неделю у меня уже были спектакли. Некоторым на это надо больше времени, некоторые вообще на это не способны. Сейчас учат на технических работников, например, в ГИТИСе, а раньше такого не было. Происходило так: есть у тебя образование электрика, значит, осветителем подходишь.

— Я вообще с другого жанра пришёл — на концертной площадке работал световиком. Мне было сложно перестроиться.



— Недаром говорится, что в театре не работают, в театре

зарабатывать, а именно...

— Отрабатывать, — смеётся один из Олегов.

— Девушка одна приходила недавно, один вечер всего пробыла. «Хочу в театре работать!» Говорю, ну, давайте, я покажу вам, как буду спектакль ставить, а вы просто смотрите, — вспоминает Вячеслав. — Я побегал, фильтры снял со всех фонарей, галереи, выноса, подключил, отключил. Она устала за мной бегать. Ну, ладно, сказал ей: «Подходите завтра к десяти часам». На следующий день её нет. Перезвонил, ответ такой: «Простите, но эту работу я себе по-другому представляла».

Цеховые люди

Во время путешествия по закулисью театра меня не отпускали слова, сказанные художником Анной о своих коллегах. Они прозвучали так просто и в то же время так мощно, так проникновенно и так убедительно:

— Мой мастер учил нас относиться к «людям цеховым» с большой любовью, потому что это костяк театра. Они очень рабочие, благостные люди,

которые среди всех, кто «болтают», работают именно руками. С ними всегда приятно общаться, их не раздрают страшные амбиции, в отличие от актёров, режиссёров, с которыми нужно драться и ругаться. Цеха надо любить. Очень часто в них сидят гениальные люди, просто у них нет амбиций, чтобы становиться великими художниками. В цехах я встречаю людей с космическими возможностями и удивительными талантами. Они могут и картины писать, и стулья выпиливать, и сюртуки сажать. Такие маленькие вещи постороннему человеку незаметны, но они стоят большого труда. Люди вкладывают в этот театр и в это сажание сюртуков всю свою жизнь. Всё это — большое искусство. Наличие таких людей в театре — большая ценность.



Зрительный зал постепенно наполняется тишиной, лампы выключаются, а куклы «ложатся спать». Уже завтра они снова увидят десятки детских лиц, а бутафоры, осветители и актёры продолжают создавать для своих зрителей сказку.



Есть разные световые функции. А прожекторы — это не просто лампочка Ильича. Все думают, что кнопку нажал — и свет появился.

— Прежде чем включить одну кнопку, столько всего надо переделать, десять раз мозги сломать, — продолжает Вячеслав. — Сначала надо придумать, с какого ракурса осветить, какой эффект именно откуда пустить.

Вячеслава учили так: если свет замечают, значит он сделан плохо. Он с этим немного не согласен. На детском спектакле необходимо, чтобы иногда свет замечали, ведь детям нужно что-то яркое и увлекательное.

— Развиваемся мы и технически, — подхватывает Олег Сердягин. — Все новые веяния не обходят наш театр стороной. Например, сейчас готовим видеоспектакль, это технологически сложная часть, она также на наших плечах. Многим кажется, что театр кукол — что-то примитивное. Это большая ошибка. Здесь ведётся своя большая художественная работа. Всё зависит от специфики спектакля, от видения режиссёра, а

Театральный свет отличается от эстрадного. Начинать с нуля, хотя у нас так полстраны и работает, — вступает в разговор Олег Шляхтов.

— А я с кинотеатра пришёл.

— Можно научиться и без образования специального, если голова светлая, — отмечает Вячеслав. — Например, Олег пришёл с эстрады, он немного уже знаком с делом. Конечно, разделение есть в эстраде и театре — в первом больше динамики, в другом — классики. Это разные вещи. Говорят же, что эстрада в театр придёт, вот, Олег к нам уже пришёл, значит, мы первые в этом плане.

— Такое ощущение, что здесь могут работать только люди, которые пришли за искусством и творчеством. Если у человека нет тяги к прекрасному, не думаю, что он надолго задержится, — рассуждает Олег Сердягин. — Мы работаем не так давно, но всё чаще убеждаюсь, что люди здесь работают, если можно так назвать, помешанные на своём деле, фанатики, энтузиасты, готовые здесь жить, умирать и прочее.

— служат, — говорит Вячеслав. — Люди приходят сюда не



СОСТОЯНИЕ «НЕСТОЯНИЯ»

Синдром выгорания – современный недуг, которому подвержены все социально активные люди. Зачастую он проявляется физическим и моральным истощением, усталостью, отрешённостью, развитием комплекса неполноценности. Выгорание не наступает вдруг. Невозможно проснуться однажды утром и понять, что вас «накрыло», оно формируется постепенно, приводя человека в состояние «нестояния». Молодые люди, которые на себе испытали действие недуга, поделились с «Ростом» своими историями, а специалисты посоветовали, что нужно делать, чтобы не выгореть дотла.

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ ЗУБОВА
ФОТО: ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ



Найти себя

Маша изучает журналистику. Во втором полугодии первого курса вся дружная группа начала соревноваться за место под солнцем. И если многие одноклассники Маши уже имели за плечами опыт журналистской деятельности – работали в школьных пресс-центрах, сотрудничали с районными газетами, то она начала писать с нуля в университете.

— Мне стало страшно, что я не смогу с ними бороться, не успею их догнать, — делится Маша. — Что-то переклинило в голове, я начала критиковать свои тексты, потом просто отошла в сторону, чтобы никому не мешать, и просто ждала, когда меня отчислят. Когда я попала на первую практику, меня будто перезапустили. Появился интерес к учёбе, оказалось, что у меня получается писать неплохие тексты. Сомнения сразу ушли, а вместе с ними и комплекс неуспешности.



Учёба на отлично

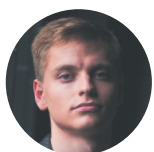
Настя столкнулась с университетским выгоранием на первом курсе.

— Весь первый семестр я была в эмоциональном напряжении. Думала, что после сессии смогу отвлечься и отдохнуть, — рассказывает студентка. — Но на каникулах расслабиться не получилось: надо было писать курсовую, потом опять учёба, сдача курсовой, сессия, практика и... всего лишь месяц отдыха.

Отдохнуть за один месяц у Насти не получилось — мысль о том, что скоро снова начнётся учеба, экзамены, недосыпы, не покидала ни на минуту.

— Я реально подумывала забрать документы и уйти в какую-нибудь шаругу. Друзья рассказывали, что там париться не надо, зачётка работает сама на себя, — вспоминает Настя. — Первого сентября я пришла в универ за документами. Весь деканат начал читать мне нотации, мол, как это я с пятёрками в зачётке могу просто уйти. Сошлись на том, что я несколько дней подумаю и потом озвучу своё решение.

Я мечтала учиться на своей специальности, а получается, что из-за трудностей в учёбе решила всё бросить и уйти туда, где легче. В итоге я собралась, нашла в себе силы, чтобы добиться своей цели.



Через боль

Когда Никита поступал на факультет хореографии, студенты старших курсов делились, что из-за слишком интенсивных физических нагрузок многим хочется бросить учёбу.

— Я думал, у них просто переутомление. А потом сам на первых курсах столкнулся с эмоциональным выгоранием: постоянные репетиции вперемешку с лекциями стали угнетать, — говорит Никита. — Я был уверен, что со временем привыкну к такому режиму, я же буду вечно танцевать — это же моя мечта... Но потом я стал прогуливать пары — танцевать уже не хотелось, все силы в это вложил, а выхлопа никакого.

Никита решил забрать документы, но преподаватели посоветовали ему сначала сдать сессию.

— На каникулах по телеку крутили интервью с Ляйсан Утяшевой, — продолжает Никита. — Она рассказывала о трудностях своих тренировок, которые повлекли за собой проблемы со здоровьем. Но она все равно продолжала и стала заслуженным мастером спорта по художественной гимнастике.

Никита закончил университет, все экзамены сдал на хорошо и отлично. После университета принял участие в профессиональном танцевальном шоу, но не попал в полуфинал, зато открыл свою студию, где теперь обучает хореографии детей школьного возраста.



Ожидание vs реальность

Толя поступил на специальность «прикладная информатика в экономике»:

— При поступлении я нигде не

видел приписку «в экономике», поэтому и не понимал, почему прикладная информатика была сначала на факультете бизнеса.

У студента начались пары по экономике. Давались они ему трудно. Некоторые дисциплины удавалось сдавать не с первого раза. Появилось ощущение, что он находится не на своём месте.

— Я бы и отчислился, если бы не целевое направление, — комментирует Толя. — А раз уж начал — надо побеждать, ведь работать мне тоже по этой профессии. Я всё-таки не просто хочу получить диплом и потом пойти работать грузчиком или таксистом.



Иван Томилов, завкафедрой автоматизированных систем управления ИГТУ

«С выгоранием я сам столкнулся будучи студентом, потому что процесс обучения в университете построен не так, как в школе. Мне было недостаточно уровня школьных знаний, и это сказывалось на эмоциональном состоянии, но я просто включился в процесс, и всё встало на свои места.

Выгорание может появляться как на первом курсе, так и на старших. На первых этапах обучения существенный объём занимает гуманитарный блок, который не соответствует ожиданиям студентов технических направлений. И наоборот, у гуманитариев встречаются технические дисциплины. Поэтому и наблюдается потеря интереса.

Способные студенты, которые

успешны в образовательном процессе, начиная с третьего курса пробуют себя в трудовой профессиональной деятельности. Понимая, что уже на этом этапе можно получать достойную заработную плату, студент стоит перед нелёгким выбором между профессиональным развитием и продолжением обучения. Многим удаётся эти аспекты совмещать, но часть ребят теряет интерес к учёбе, поняв, что могут зарабатывать деньги.

К сожалению, на первом курсе мы не можем предотвратить выгорание, потому что это государственные стандарты, нас обязывают выдавать образовательную базу, тут только сам студент в силах справиться с нагрузкой. Во втором случае к студентам мы пробуем найти индивидуальный подход, привлечь к проектной деятельности, занять человека, чтобы он был ближе к университету».



Алёна Борзда, преподаватель актёрского мастерства НОККИ

«Я работаю педагогом уже 18 лет, поэтому определить эмоциональное выгорание у студентов могу по внешним признакам. Студенты сбрасывают вес, мешки под глазами увеличиваются, они запускают свой внешний вид и держатся отчужденно.

Мне кажется, это связано с тем, что человек не может элементарно распределить своё время, голова учащегося забита постоянными домашними заданиями и тем, как преподаватели будут жёстко требовать их выполнение. Дома нет времени для отдыха, потому что большой объём домашней работы.

Своим студентам я всегда советую на парах отдаваться полностью занятиям, а на переменах не говорить и не

думать о предстоящей паре, лучше отвлечься, расслабиться, помедитировать.

Дома тоже обязательно нужно посвящать время себе, читать книжку или опять же медитировать, это поможет разгрузить голову и дать отдохнуть своему организму. А потом со свежей головой можно сесть за домашнее задание, которое будет делаться быстрее».



Татьяна Романова, психолог

«Эмоциональное выгорание часто встречается у людей, взаимодействующих с большим количеством людей, или несущих большую ответственность.

Есть три фазы эмоционального выгорания. Первая — нервное напряжение, предвестник эмоционального выгорания. Анализируя свою деятельность, студент загоняет себя в клетку. Выхода из этой клетки нет. Отсюда появляются переживания, тревожность и разочарование в своём выборе. Это крайняя точка в первой фазе.

Вторая фаза — резистенция, то есть формирование защиты с участием эмоционального выгорания. Она характеризуется неприятием должного эмоционального отношения к субъектам. Человек выражает эмоциональность по желанию, хотя ему кажется, что он ведёт себя вполне естественно. Это происходит при общении с друзьями и родными, так студент снижает эмоциональные затраты.

Последняя фаза — истощение, когда падает тонус и ослабевает нервная система. Человек испытывает недостаток положительных эмоций. Все действия происходят на автомате, появляется неприязнь к окружающим, он постоянно пребывает в плохом настроении, нервничает при одной мысли об учёбе и всем, что с ней связано.

Понять, что вы находитесь в этой фазе, можно через несколько опросников: Маслач, Бойко и Ильина.

Справиться с эмоциональным выгоранием поможет организация своего времени. Это можно сделать по правилам трёх восьмёрок. В сутках три раза по 8 часов, отсюда следует, что студент должен уделять по 8 часов учёбе, личной жизни и сну. Если на учёбу уходит больше времени, то можно восполнить свои часы отдыха за неделю в выходные дни.

Ещё не стоит ставить себе глобальные цели. Ставьте цели, которые будут подвластны вам. И помните, что нужно постоянно переключаться на другую деятельность, даже тот, кто сильно любит свою работу, быстро от неё устанет, если кроме работы ничего нет».



ИГРУШКА ИЗ ПРОШЛОГО

Каждой эпохе — свои увлечения и коллекции. В нулевых дети собирали фишки с покемонами, вкладыши от жвачки Love is, рейнджеров и картриджи для приставок. У современных подростков совсем другие предметы обожания. Но независимо от времени с возрастом, как правило, все с ностальгией вспоминают свои детские игрушки. «Рост» поговорил с молодыми людьми о вещах из детства, по которым они до сих пор скучают.

ТЕКСТ: ЯНА БЕРДЮГИНА
ФОТО: ИЗ АРХИВА ЭКСПЕРТОВ



Диана, 26 лет

В конце первого класса в моей школе появилась мода на тамагочи. У меня тоже их было много. Все они не жили дольше пары недель, потому что я либо забывала его покормить, либо его отбирала моя мама, чтобы я не отвлекалась во время уроков... за это время они успевали умереть. Новых тамагочи я просила у бабушки, которая, заметив моё пристрастие к этой игрушке, купила сразу несколько разных брелоков. В ту ночь в нашем доме никто не спал, потому что я завела сразу нескольких питомцев, и они пищали каждую минуту. В итоге папа не выдержал и выбросил их в окно. Больше у меня никогда не было тамагочи, но я присматривала за чужими в школе.

Однажды у моей соседки по парте на перемене умер тамагочи, и она очень плакала, это был её первый питомец. Наш одноклассник предложил разобрать брелок и посмотреть: реально ли её питомец мёртв. После уроков мы дружно пошли на школьный двор, где мальчишки раздолбили камнем брелок. Соответственно, ничего оттуда не выскочило, отчего одноклассница расстроилась ещё больше, мы похоронили остатки её тамагочи около турника. Через год уже никто и не помнил про тамагочи: как внезапно возникли, так и ушли.

Сейчас существуют аналоги тамагочи, например, приложение на телефон «Говорящий Том» и множество других игр. Но я всё равно скучаю по старой версии, потому что длительность жизни твоего питомца полностью зависела от тебя, и это было очень увлекательно. Я бы хотела вновь поиграть в тамагочи, но не уверена, что смогу постоянно за ним ухаживать.



Данила, 21 год

Я дал старшему брату поиграть радиоуправляемую машинку, которую мне подарили на день рождения. Он её разбил, причём почти сразу, как только вышел поиграть во двор. Я разозлился, конечно же, но взамен он предложил мне свой тетрис. Сейчас понимаю, что обмен был далеко не равноценен, но для пятилетнего ребёнка тетрис тогда был в новинку.

Я таскал его везде, даже в садик. Тайком, на сончасе, пока воспитатели не видели, рубился в него. Я мечтал пройти все игры, но моими любимыми были гонки, танки и «кирпичики».

Позже, уже в начальной школе, я получил в подарок от родителей на новый год мини-приставку PSP. Такой тогда не было почти ни у кого. Наверное, самое яркое воспоминание, когда я пришёл в школу, сел за парту и достал её. Сначала заинтересовался мой сосед по парте, а через несколько минут нашу парту обступили уже с десяток любопытных одноклассников, желающих поиграть. В тот день у нас было три урока. И знаете что? Все их мы провели, передавая приставку.

К слову, игр там было не особо много, потому что стоили они для тогдашнего школьника недёшево — приходилось перепроходить одну и ту же игру по несколько раз. Моя любимая была «Полиция Майами: отдел нравов».

Две эти старые игрушки стали причиной моего нынешнего увлечения компьютерными играми. Я до сих пор часто играю в приставку, а вот тетрис — это уже нечто очень древнее. Многие дети даже не знают, что это такое. Я бы хотел купить себе тетрис сейчас, чтобы убивать время в дороге. Хорошая игрушка была — долго зарядку держала.



Алексей, 24 года

В двенадцать лет на первые заработанные деньги я купил себе йо-йо. Среди моих друзей тогда было немало трюкачей, поэтому я сильно его хотел.

Йо-йо — это целая субкультура, то есть, мало было просто его иметь, нужно было им ещё правильно пользоваться, выполнять трюки. Мы с друзьями даже одевались в одном стиле: кеды, кепка с прямым козырьком и, конечно, разноного цвета йо-йо. Они могли быть и светящимися, и с водой внутри, у меня был классический синий.

Летом я поехал в лагерь. Там познакомился с парнями, которые в промежутках между мероприятиями и в сончас учили меня базовым вещам. Например, выполнять «солнышко», когда йо-йо делает большой круг около руки и возвращается, «собачку», когда ты должен так плавно опустить его на землю, чтобы он не сбился, и вернуть обратно.

Дома я смотрел видео в интернете, учился трюкам посложнее, мечтая побить рекорд по количеству связок. Тогда я играл приблизительно на 4-5-м уровнях. А в школе не было совершенно никого, кто бы также виртуозно обращался с йо-йо! У меня появились подражатели и ученики, которым я давал мастер-классы на переменках. Это было моё звездное время. Когда интерес к йо-йо у всех пропал, я всё равно продолжал его крутить.

Не так давно в переходе я снова купил йо-йо. Взял его в руки, попробовал покрутить... и ощутил трепет. Не знаю, что это — ностальгия, может. Оказалось, что руки уже не помнят все трюки, пришлось смотреть технику связок в интернете, учиться всему заново. Моя девушка в шоке от того, что я так умею крутить йо-йо.



Светлана, 28 лет

Умой бабушки был «Денди». Приставку ей привёз из поездки мой дядя ещё в начале девяностых. К бабуле в гости я приезжала летом. И почти каждый вечер проводила за приставкой. У бабушки был старый, толстый советский телевизор, я не испытывала каких-либо неудобств, напротив, качество изображения, как по мне, было даже лучше.

В наборе с приставкой был пистолет, которым можно было «отстреливать уток». Это была моя любимая игра. Ещё мне нравилось проходить «Марио» и «Утиные истории». Вот это были самые сложные игры, и я никогда не проходила их до конца. Каждый раз, когда я приезжала, меня ждали новые картриджи. Бабуля перед моим приездом обменивала в местном ларьке старые игры на новые.

«Денди» был у меня одной на полгорода, поэтому ко мне часто заходили ребята со двора, с которыми я особенно дружила. Мне даже иногда казалось, что подружиться со мной хотели все — ведь на кону была игра в «Денди». С друзьями мы любили играть в «Чипа и Дейла». Постоянно спорили, кто каким персонажем будет. С девочками мы играли, на удивление, в «Мортал Комбат».

Недавно я позвонила бабушке, спросила, куда она дела «Денди». Оказалось, она отдала приставку внуку своего брата, которые тоже уже давно выросли. Где «Денди» теперь — неизвестно. Сегодня он был бы настоящим раритетом. Я бы с удовольствием поиграла сейчас в «Денди». Это было так весело. Всегда вспоминаю, как трещали джойстики во время игр. Кнопки издавали такой узнаваемый, громкий звук...

Мне было лет семь-восемь, когда компания «Лего» начала выпускать биониклов — таких монстро-роботов. Каждый со своим оружием, которое ты можешь собирать, как хочешь. Это была целая вселенная. Существовали мультфильмы, игры и комиксы с очень сложными сюжетными линиями, в которых я перестал разбираться. Мне нравилось играть с самими фигурками. В то время круче конструктора нельзя было придумать, монстры выглядели очень круто, а у некоторых имелись такие диски на спине, которые можно было пулять.

Выход новой серии фигурок где-то раз в полгода был каждый раз долгожданным событием. Моя мама в то время получала второе высшее и регулярно ездила в Кермеров, где их и покупала. Стоили они тогда порядка тысячи рублей за одну фигурку. Ещё откуда-то мама приносила мне каталоги игрушек «Лего», где весомая часть страниц была уделена биониклам. О-о, это были мои священные листы! Я листал их каждый день и латал степлером, когда они разваливались.

Как у любой популярной игрушки, у биониклов было много подделок. Однажды во время долгой поездки на машине мы остановились около небольшого магазина в какой-то глуши. Я попросил маму купить мне какую-нибудь игрушку.

— Вот, нашла твоих любимых роботов! — сказала мама и протянула мне пакет.

Конечно, это оказалась китайская подделка, но играть в пиратского бионикла было можно.

Родители всё ещё хранят мои игрушки. Когда я приезжаю к ним в гости, иногда рассматриваю свою коллекцию биониклов. Хорошее было время.



Молодым людям предлагают сэкономить на путешествиях



Европейская Ассоциация молодых карт (EYCA) — дисконтная система для поддержания интереса молодежи к культуре разных стран и путешествиям. Сегодня в программе участвуют уже 38 стран Европы, в том числе и Россия.

В нашей стране эксклюзивным представителем EYCA является Российский Союз Молодёжи. Чтобы стать участником системы и получить доступ к десяткам тысяч скидок и бонусов более чем в 30 странах Европы, необходимо вступить в Международный клуб привилегий Российского Союза Молодёжи. Например, владельцы карт

могут получить скидки в кафе, театрах, музеях, гостиницах, магазинах, а также на занятия спортом, обучение и другие услуги как внутри страны, так и за рубежом. Список партнёров системы постоянно пополняется.

Оформить европейскую молодёжную карту может любой молодой человек в возрасте от 14 до 30 лет включительно на сайте Международного клуба привилегий Российского Союза Молодёжи www.mkr-ruy.ru. Стоимость карты 500 рублей, оформить кобрендинговую карту у партнёра проекта Газпромбанка можно бесплатно.

Конкурс «НовоМедиа» приглашает молодых журналистов региона

1 апреля стартует конкурс профессионального мастерства молодых журналистов Новосибирской области «НовоМедиа».

Конкурс проводится по трём номинациям: «Печатная публикация», «Видеосюжет» и «Фоторепортаж». Темы конкурса посвящены знаковым событиям и актуальным проектам: «Память народа» — материалы, посвящённые 75-летию Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945

годов, ветеранам, молодёжным патриотическим проектам и мероприятиям; «Область экологии» — материалы, посвящённые экологическим инициативам жителей Новосибирской области, экопроектам и людям, которые их реализуют; «Новое поколение» — материалы, посвящённые молодёжи, молодёжным проектам и достижениям, которые вносят значительный вклад в развитие Новосибирской области в науке, политике,

спорте, бизнесе, культуре.

К участию приглашаются начинающие и молодые журналисты от 16 до 25 лет, проживающие в муниципальных районах и городских округах Новосибирской области. Заявки на участие принимаются до 31 мая в АИС «Молодёжь России» <https://myrosmol.ru>. Подробности в группе проекта «НовоМедиа» https://vk.com/novomedia_nsk.



РОСТ

№ 1, 18 марта 2020 года
Тираж — 5 500 экз.

Газета зарегистрирована Управлением федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Сибирскому федеральному округу.

Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ54-00567 от 25 апреля 2013 года

Учредитель — Правительство Новосибирской области.
Адрес учредителя — 630011, Новосибирск, Красный проспект, 18.
Издатель — ГБУ НСО «Центр молодёжного творчества».
Директор — Е. В. Рущикова.

Адрес редакции (издателя): 630055, Новосибирск, проспект Строителей, 21, ДМ «Юность».
E-mail: cmt.nso@gmail.com.

Главный редактор: Елена Владимировна Рущикова.
Редактор номера: Светлана Бронникова.
Корректор: Елена Михайлова.
Верстальщик: Дмитрий Хоптюк.

Подписано в печать по графику: 16.03.2020 г., 18:00
Подписано в печать фактически: 16.03.2020 г., 19:00
Дата выхода в свет: 18.03.2020 г.
Отпечатано в АО «Советская Сибирь».
Адрес: 630048, г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104.