



Что для нас значит Медиациентр?

Медиацентр для меня - это место, где можно показать себя с разных сторон, научиться чему-то новому, найти новых друзей и поучаствовать в разных интересных мероприятиях, благодаря которым можно показать и раскрыть свои таланты!

Для меня Медиациентр - это уже не друзья, а семья! Семья, с которой всегда весело, познавательно и атмосферно. С ребятами и педагогами очень здорово работать. Вы просто лучшие!

Куприна Ксения, 8а

Александра Амосова, 96

Для меня медиацентр олицетворяет слово «опыт». С каждым разом я набираюсь всё больше опыта, держусь перед камерой более уверенно и учу текст достаточно быстро. Я пришла по совету одного из бывших редакторов медиацентра почти три года назад. У меня не было никакого опыта, но журналистика меня привлекала.

Также я рада тому, что у нас есть дружный коллектив, в котором царит комфортная атмосфера. Там тебе всегда помогут и подскажут.

Для меня Медиацентр - удачная находка и дорога в будущее!

Хаева Арина, 8а

Я считаю, что Медиацентр является той атмосферой, где можно расслабиться, узнать что-то новое и вспомнить старое. Первое интервью, первая съемка ведущей, первые ошибки - это часть медиасферы. Вспоминая каждый момент из жизни Телевестей, на моём лице появляется улыбка. Благодаря этому прекрасному месту я обрела новых друзей и поняла, чего могу достичь.

Ножева Анастасия, 9а

Медиацентр - это одна большая семья, место для новых знакомств и начинаний.

Осипов Дмитрий, 6б

Александра Шпилькина

Знакомство с педагогами

Искусство в простом

Гимназия приветствует нового учителя ИЗО - Сарыглар Айлан Ивановну!
Давайте вместе узнаем, как её жизненный путь привёл к нашим дверям.

Почему Вы связали свою жизнь с рисованием?

- Всё моё окружение рисовало, поэтому мне хотелось тоже овладеть данным искусством. А так как моя подруга пошла по этому направлению, я решила пойти вместе с ней.

Вы с самого начала хотели стать учителем ИЗО или же были другие цели?

- Я о детях сначала не думала. Мне лишь хотелось доказать, что рисованию можно легко научиться и встать на один уровень вместе с одарёнными людьми. И после окончания моего обучения, я пошла преподавать в школу, где учила рисовать детей так, как училась я сама, тем самым доказав, что этот вид искусства не такой сложный, как кажется на первый взгляд.

Есть ли у Вас любимый стиль или направление в искусстве?

- Конечно, я люблю рисовать акварелью, так как она доступна всем, и даже дети способны этими красками создать неповторимые карти-

ны в любом стиле, будь то реализм, авангард или аниме.

Что Вам даёт рисование?

- Рисование - это моя отдушина. Через картины я отражаю те эмоции и чувства, которые невозможно описать людям. Несмотря на всё происходящее в жизни, я знала, что через творчество смогу не только создавать свои лучшие работы, но и находить спасение в них.

Что бы Вы пожелали детям, которые сомневаются в своих способностях?

- Не опускать руки и идти по своему пути!

P.S. А чтобы познакомиться с новым редактором Медиацентра, переходите по QR-коду. Кто сможет разгадать загадку Евгении Владимировны - получит приз!

Александра Амосова



Просканируй меня

БУЛЛИНГ:

НЕВИДИМЫЕ РАНЫ И ПСИХОЛОГИЯ АГРЕССИИ

Буллинг — это систематическое агрессивное поведение, направленное на причинение физического или эмоционального вреда. Чтобы понять природу этого явления, важно погрузиться в психологию обеих сторон и научиться распознавать признаки, которые часто остаются незамеченными.

Что стоит за поведением жертвы?

Жертвы буллинга часто испытывают чувство беспомощности и стыда. Их психологическое состояние формируется под давлением постоянного страха и унижения, что в свою очередь влияет:

на самооценку, на эмоциональное состояние, на чувство изоляции.

Примеры признаков у жертвы:

- Резкое ухудшение успеваемости или нежелание идти в школу/на работу.
- Частые «потери» вещей, синяки или царапины без логичных объяснений.
- Замкнутость, избегание социальных контактов, отказ от хобби.
- Физические симптомы: головные боли, потеря аппетита, нервные тики.

Психология абьюзера: почему они это делают?

Агрессоры редко действуют без причины. Их поведение часто коренится в глубоких личных проблемах:

- Потребность в контроле: Унижая других, они компенсируют чувство беспомощности в других сферах жизни.
- Социальное подражание: В некоторых группах буллинг становится способом «вписаться» в окружение, где доминирует культура силы.
- Дефицит эмпатии: Многие агрессоры не осознают последствий своих действий, воспринимая жертву как объект, а не человека.

Обидчики склонны высмеивать слабости других, демонстрируя свое превосходство. У них частые вспышки гнева, особенно в ответ на критику, а также неосознанные манипуляции в общении. Часто подобное поведение приводит к проблемам не только с дисциплиной, но и к конфликтам с законом.

Для жертвы буллинг может стать триггером долгосрочных психических расстройств: депрессии, тревожных расстройств, ПТСР. Некоторые начинают винить себя, что повышает риск суицидальных мыслей.

Обидчики, оставшиеся без последствий, часто переносят знакомую им модель поведения во взрослую жизнь. А чтобы прервать нескончаемый круг боли, то нужна не только родительская поддержка, но и общеобразовательных организаций, которые должны внедрять антибуллинговые программы, создавая среду нетерпимости к травле.

Буллинг — не конфликт «равных», где страдают все участники. Распознавание ранних признаков и своевременная помощь могут спасти чью-то жизнь, превратив молчание в диалог, а боль — в надежду.

Знайте, если вам нужна помощь, то вы всегда можете получить ее от психолога Детского телефона доверия! Вам лишь нужно позвонить по номеру 8 800 2000 120 или на короткий номер 124, где в полной анонимности и конфиденциальности будете выслушаны и услышаны. Не бойтесь говорить о своих проблемах, ведь помощь всегда рядом!

Никита Ершов





Я НЕ УМЕЮ РАЗГОВАРИВАТЬ!

О важном

И это - единственная причина не сдать устное собеседование!

Первый экзаменационный шаг для каждого девятиклассника — итоговое собеседование! Его боятся многие, но на самом деле оно может стать вашим самым лёгким испытанием.

Это письмо в будущее, поэтому, восьмиклассники, вам обязательно дочитать статью до конца – мы расскажем то, что учителя предпочитают опускать!

Итоговое собеседование — это зачёт, который проверяет не ваши знания, а умение общаться, выражать свои мысли и формулировать аргументы.

**Не имеет значения, о чем вы будете говорить.
Важно, как вы донесете информацию до слушателя.**

«Да зачем мне готовиться? Я смогу сдать с первого раза!»

Если вы уверены в своих коммуникативных силах, это замечательно! Однако, изучить формат экзамена лишним не будет.

Устное собеседование состоит из четырёх заданий:

1. Чтение текста вслух. Вам будет предложен текст, который необходимо прочесть с правильными ударениями и интонацией.

2. Ужасный и неповторимый пересказ текста. Его боялись все, особенно, перед входом в аудиторию!

3. Монолог на животрепещущую тему.

Для любителей искусства – описание фотографии, для мечтателей – повествование о важном событии, а для мыслителей – рассуждение.

4. Диалог со строгим экзаменатором.

Короткое задание, на котором вы можете потерять такие желанные и заветные баллы!

Почему именно сегодня, в эпоху интернета и быстрого контента, нужно внимательнее готовиться к собеседованию? Потому что умение общаться умело и уверенно — это навык, который пригодится не только в школе, но и в жизни в целом. И здесь вам не помогут никакие сленговые выражения, огромные познания в трендах тик-тока или цитаты медийных личностей. Лишь умение говорить, быть хорошим собеседником, слушать и слышать, правильно читать и понимать прочитанное даст вам возможность блистать, а не волноваться!

Читайте книги, друзья! (Читать, кстати, полезно всегда, а не только для подготовки)

Как обстоят дела с подготовкой?

Предлагаем вам мини чек-лист, который стоит открыть хотя бы за неделю до дня X:

- Первый шаг к успешному выступлению — это осознание своих страхов. Проводите по несколько минут в день, вспоминая, что вас пугает: заикание, мысли о том, что вас не поймут, или страх упустить важные моменты. Это нормально! Запишите свои тревоги и постарайтесь противостоять им — напомните себе, что все на самом деле не так страшно, как кажется.

- Знания — сила! Понимание того, что вы хотите сказать, — важная часть подготовки. Умение выбрать нужное среди множества информации придаст вам уверенность в своих силах.

- Разговор — ключ к успеху! Если уж вам совсем страшно, сядьте с другом или родителем и проведите пробное собеседование. Пусть они задают вам вопросы, и старайтесь отвечать на них так, как будто вы уже на реальном зачёте.

- Внешний вид и уверенность. Ваш образ на зачёте тоже имеет значение! Убедитесь, что вы одеты удобно, практично и аккуратно. Это создаёт настрой на успех. Если вы будете выглядеть лучше, вы будете чувствовать себя уверенней.

На самом собеседовании говорите чётко и спокойно, избегайте слов-паразитов в речи, расслабьтесь и дайте своему голосу звучать так, как вам хочется.

Правильная осанка и открытые жесты помогут вам выглядеть уверенно. Не бойтесь расправить плечи, снять напряжение. Если вы будете выглядеть открытым человеком, это создаст ощущение доверия и улучшит коммуникацию.

Не бойтесь делать паузы. Это даст вам время подумать и избежать «эээ» и «м-м-м» в речи.

Не заблуждайтесь: даже если у вас что-то не получится, это не провал! Каждый опыт — это возможность для роста. Важно извлекать учение из ошибок и не допускать их в будущем.

P. S. Собеседование – это самый простой и незамысловатый экзамен, который мне приходилось сдавать! Впереди ОГЭ, который окажется новым испытанием на дороге знаний, за ним ЕГЭ, решающий судьбу поступления. Дорогие читатели, я желаю вам в следующем году только высоких баллов!

Верьте в себя, и результаты не заставят себя долго ждать!

*Собеседование
это не
рассказ?*

Зоя Гробовикова

«RUFIN»

Ежемесячное издание

Учредитель
ГБОУ Гимназии №227
Санкт-Петербург
улица Турку, 30-А

Над выпуском работали:

Александра Шпилькина
Зоя Гробовикова
Александра Амосова

Никита Ершов
Евгения Подпряткова
Дмитрий Тимошенко

Номер подписан в печать 25.02.2025

Тираж 100 экз.

NOTA BENE

Мнение авторов публикации
может не совпадать с мнением
редакции и организации