



Скворец

№ 10 (декабрь 2019)

Друзья, наш Скворец прилетел к вам уже в десятый раз! Мы рады, что выпуск юбилейного номера совпал с подготовкой самого домашнего, самого чудесного праздника. Поэтому всем нам – самого теплого и уютного настроения в ожидании любимейших праздников и, конечно же, выходных дней!

Зима уже вступила в свои права, поэтому самое время "включать" новогоднее настроение! А что делать, если не включается? Быть может, новогоднего настроения нет из-за... нас самих? Когда мы были маленькими, для нас его создавали взрослые. Сейчас взрослые уже мы, и вместо того, чтобы это новогоднее настроение создавать - мы только сокрушаемся, что его нет. Все хотят ощущать, создавать самим как-то не хочется или мы ошибаемся?

Внимание! Психологическая газета «Скворец» предлагает вам, нашим любимым читателям и коллегам, стать участниками новогоднего газетного квеста «В поисках настроения»! А начнём мы поиски «включателя» новогоднего настроения с ответов на вопрос: «Что же такое зимние праздники»? Сориентироваться вам помогут подсказки - картинки на страницах нашей газеты. Итак, друзья, вперёд!

Ожидания и действительность в Новом году

Кто из нас не мечтает начать новую жизнь с нового года? Даже взрослые люди мечтают о чудесах и сюрпризах на новый год. Ведь так хочется верить в деда Мороза и его подарки. Поэтому мы каждый год мечтаем начать новую жизнь с нового года: похудеть, заняться спортом, устроиться на новую работу, начать новые отношения и так далее.



Мы загадываем желания под звон курантов и надеемся, что они волшебным образом исполнятся. Но мы уже не дети, и нужно понимать, что сюрпризов от жизни не будет. Под лежачий камень вода не течёт! А это значит, что нужно

самим попробовать приготовить для себя и для своих близких сюрпризы. Конечно, начать ходить в спортзал в конце года не очень охота, да и не целесообразно, но вот приобрести абонемент с нового года вполне возможно. Увольняться с работы в канун праздников тоже как-то безрадостно, но сходить на собеседование и подумать на праздниках - самое то.

А ещё новый год - это своеобразный рубеж, когда можно подвести итоги. Нужно обязательно подумать, что в этом году удалось сделать, чего удалось добиться, что можно наметить на следующий год. Самое лучшее – потратить немного времени и записать все свои достижения. Вы

удивитесь, какой обширный будет список. Не ленитесь - похвалите себя за успехи.

Так же можно написать на бумаге и свои неудачи. А вот ругать себя за них не стоит! Ведь отрицательный опыт - это тоже бесценный опыт! Когда вы знаете, где вы сделали ошибку, то в следующий раз вы не наступите на эти же «грабли».

Обязательно нужно мечтать! Ведь мечта - это двигатель наших мыслей и желаний. Мечты так же можно записать на бумаге, и тогда вам легче будет ориентироваться, что можно сделать в первую очередь или что можно подготовить для достижения.



Перед новым годом каждого из нас посещает вдохновение. Всем очень хочется украсить дом к новому году, поставить елку, наготовить кучу вкусностей для себя любимых. Так используйте это вдохновение чтобы навести порядок в своих мыслях, делах. Если вы успеете среди

уборки, украшений дома и готовки уделить время своим мечтам, то новый год вы действительно встретите обновлённым не только внешне, но и внутренне.

Ольга Котина



Почему мы дарим подарки?

Новый год - один из самых волшебных праздников. Он овеян волшебством, добром, запахом хвои, цитрусов и корицы. В этот день, а также и в Рождество принято дарить подарки. Сегодня, красочно завёрнутые коробки и кулёчки, воспринимаются как знак внимания, любви и заботы, способ сделать приятное близкому человеку. Откуда же пошла традиция дарить подарки?



Самый первый эпизод вручения подарков описан ещё в Библии. Когда родился Иисус, волхвы преподнесли ему щедрые дары: золото - в знак признания его царём, ладан - как символ божественного начала и смирену - напоминание о том, что он всё же смертен. Народы, у которых принято отмечать не столько Новый год, сколько Рождество, изначально как бы повторяли поступок волхвов.



Три волхва, пришедшие к новорождённому Иисусу

Так или иначе, подношение даров в истории - это знак поклонения, просьба о милости и защите. Например, египтяне дарили друг другу тотемы, статуэтки своих богов. Этот народ праздновал Новый год в период разлива Нила, то есть таким образом люди ублажали высшие силы, умоляя о хорошем урожае. Боги Олимпа регулярно получали от греков ягнят, а Кришна - блюда из риса, благовония и цветы.



Кришна получает праздничное подношение

Однако настоящими прародителями традиции дарения новогодних подарков по праву считаются древние римляне. Утопающая в роскоши знать придумывала для себя всё новые развлечения, занятия и ритуалы. Щедрые на подарки патриции подносили своим близким ветки священных деревьев, различные плоды с пожеланиями счастья.



Римская знать за праздничным столом

С ходом истории, сменой общественных строев, форм власти и мировоззрения обряд трансформировался. Подданные британских королей, всегда верные своим монархам, собирали

им дары, ожидая смягчения налогового бремени и снисхождения.



Средневековая британская семья монархов

В странах, где постепенно зарождалась демократия, попытки и способы задобрить власть сходили на нет. И вот тогда со временем люди начинали дарить подарки на Новый год друг другу, желая добра и успеха. Конечно, сегодня все древние традиции видоизменились. Подарок на Новый год перестал быть актом жертвенности и молитвы, а превратился в добрую традицию.



Подарки на Новый год - это так же естественно, как восход солнца утром и закат вечером. Мы преподносим новогодние подарки в первый день Нового года ещё и потому, что следуем традициям наших предков, чтобы увидеть радость в глазах близких и почувствовать её в наших сердцах.

Получать подарки любят все, особенно те подарки, над которыми подумали. Современные психологи считают, что самый «продуманный» подарок должен сочетать в себе выражение личности дарящего («я вложил в это свои способности для тебя»), внимание к интересам и желаниям получающего подарок («я знаю, что это для тебя важно»), выражение смысла праздника (в данном случае «новое в Новом году») и выражение чувств и отношений, приятное получающему подарок.

Получать подарки любят все, особенно те подарки, над которыми подумали. Современные психологи считают, что самый «продуманный» подарок должен сочетать в себе выражение личности дарящего («я вложил в это свои способности для тебя»), внимание к интересам и желаниям получающего подарок («я знаю, что это для тебя важно»), выражение смысла праздника (в данном случае «новое в Новом году») и выражение чувств и отношений, приятное получающему подарок.

Кроме того, важно помнить, что подарки-события и подарки-переживания запоминаются лучше: произнесенные поздравления, антураж, театральные действия, сюрпризы, «флеш-мобы». **Чтобы ваши близкие чувствовали себя ближе, дарите переживания.** Приятные переживания, полученные вместе с подарком «сцепляются» с полученной в подарок вещью. Благодаря этой связи, подарок при каждом использовании доставляет дополнительное удовольствие за счет этих воспоминаний.

Дарите и получайте подарки с удовольствием!



Новогодние истории: философские и не очень.



(написанные вами и сохраненные в авторском варианте)

Почему я наряжаю ёлку в ноябре?

Говорят под Новый год,
что н пожелается,
Все всегда произойдет,
все всегда случается
Как приблизить новый год,
если душа просит,
На дворе листва лежит,
ветер ветки носит.
Дождик мелкий моросит,
туча грозно хмурится,
кошка на окне сидит.
и от солнца жмурится.
Предложу надежный метод,
он сработает на 100,
нарядите елку летом,
новый год быстрее придет.

Если елка в ноябре
у вас уже наряжена,
настроение на праздник
у вас уже заряжено.
Остается только ждать,
Новый год, подарков,
Снег ложится на асфальт,
и уже не жарко.
Замела метель круги,
завертела вьюга,
Вот и здравствуй, новый год!
К нам стучится чудо!
Дождались...



известный автор

Как проверить ёлочные игрушки

Раздался звонок. Я, как обычно, присел напротив двери, дожидаясь свою хозяйку. Она всегда приносила шуршащие пакеты, из которых, чудесным образом, появлялась еда. Два щелчка и дверь открылась. Но вместо хозяйки ввалилось что-то непонятное. С его колючих веток прямо мне на нос посыпалось белое и очень мокрое неизвестно что. Я вздрогнул. Следом за ним появилась моя хозяйка с шуршащими пакетами. Это было впервые, когда я не обратил на них внимание. Сильно пахнувшее зеленое чудо - вот что меня волновало!

- Оно будет жить с нами?

Я забрался на самое высокое место в доме, люди называют его шкафом.

- Как же хозяйка собирается посадить это живое дерево? Неужели... Ну, нет, не думаю, что мой горшок можно использовать в этом направлении.

Я всё сидел и неторопливо поворачивал голову то направо, то налево. А хозяйка бегала, суетилась. Я и не заметил, как уснул.

Наступила ночь, мой желудок сообщил мне, что пора чем-нибудь подкрепиться. Я не сразу заметил, что большого и мохнатого дерева нигде нет. Вместо него стояла блестящая и переливающаяся игрушка. Я аккуратно обошел и осмотрел её со всех сторон. Один момент и вот я уже на нижнем ярусе веток.

- Так это же дерево, только зачем на него повесили так много ярких и сверкающих игрушек? Это всё для меня? Хозяйка же не собирается с ней играть или собирается? Елка начала немного пошатываться, когда я потянул свою лапу к висящему шарик. Раздался очень звонкий и громкий «дзынь».

- Какая-то некачественная игрушка. Нужно проверить остальные шарики. Только почему то они падали и разбивались.

- Вот же, нужно обязательно рассказать хозяйке, что она принесла бракованные.

Спрыгнув с дерева, я пошел её звать. Да не успел, сама прибежала. И, махая руками и охая, начала собирать осколки игрушек.

Присев рядом, я положил свою мордочку ей на колени.

- Не переживай хозяйка, хорошо что я **ВОВРЕМЯ** проверил игрушки.

Кот Мурзик



Немного о чае

Самый заботливый на свете напиток - это чай. Когда нам холодно - он помогает согреться, когда мы болеем - он помогает выздороветь, а когда чем-то расстроены - он своей безмолвной и верной компанией способен унять наши волнения лучше любого психолога. Ну, а если чай с конфетками или

пирогом.. Тут уж совсем не до проблем... Ну что ж, идём на кухню?! Хотя самое главное в кухне - это процесс, а не результат. Но ведь так замечательно, когда получается и то, и другое. Приятного аппетита, друзья, в эти уютные домашние праздничные дни.

Про зимние чудеса



Декабрь - самый чувственный месяц. Месяц тонкого елового запаха, живущего постоянно во всём воздухе, месяц тихих вечеров и уютных ленивых обедов. Время созерцания, неспешного любования приятной праздничной суетой. Почувствуй! Живи в этом мире сказки наяву, просто будь здесь и сейчас.

☺ Преврати обыденность в сказку. Почаще готовь на ужин апельсиновый кекс, даже когда кажется, что нет на это дело никаких душевных сил. Они обязательно будут, обещаю.

☺ Вместо тапочек грейся в красных смешных носках, вместо утренней спешки танцуй под Чайковского и улыбайся чуду пробуждения!

Говорят, в Новый год случаются чудеса.

Ну, давай, чудо, я буду тебя ждать...

☺ Обычный кофе пусть заменится какао с зефиром и корицей или горячим глинтвейном.

☺ Окна твоей спальни пусть сияют тёплыми огоньками. И в сердце пусть тоже будет тёплый огонёк.

☺ Включи погромче Щелкунчика, колдуй вместе с феями вдохновения. И пусть заботы и дела чуть отойдут... ненадолго.

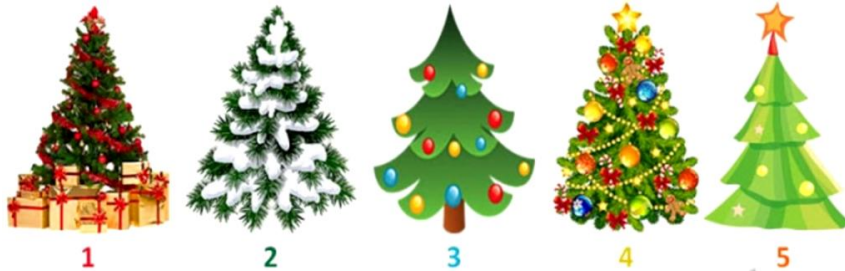
☺ И, главное помни, что ты... да, да, именно ты - волшебник. Начни творить чудеса вокруг себя уже сейчас.

Раз, два, три... Ну, где наши имбирные пряники?

Виктория Дорн

Тест

Выберите елку и узнайте, что вас ждет в 2020 году



Елка №1

2020 год наградит вас теплыми семейными ценностями. Любовь и забота заполнят вашу жизнь. Выбранная вами елка - идеальный треугольник. Она украшена со вкусом, вам нравится простота в вашей личной жизни, вы не из тех, кто ищет драму. Вы счастливы, когда вокруг все хорошо и спокойно.

Елка №2

2020 год принесет успех и процветание во всех делах. У вас будет получаться абсолютно всё. Скорее всего вы - человек, который любит быть собой и никому не подчиняться.

Елка №3

2020 год принесет признание и славу. Возможны большие успехи на работе. Ваша елка отражает

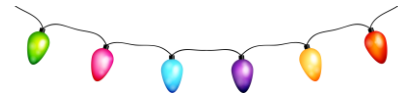
ваш успех. Елка достаточно минималистично украшена - это говорит о том, что вы очень конкретный и серьезный человек.

Елка №4

2020 год принесет большую славу. Вы добьетесь всего того, к чему шли так долго и кропотливо. Посмотрите на то, как украшена выбранная вами елка! На ней очень много разных украшений - скорее всего вас ждет неожиданное богатство.

Елка №5

2020 год приготовил вам череду райских наслаждений. Этот год подарит вам много любви и успехов во всех начинаниях.



Наш необычный квест на страницах Скворца подходит к концу. Думается, вы нашли «включатели» новогоднего настроения. Прежде всего, они находятся внутри нас самих. Если вам понравилась идея искать их, или если вы не нашли того, чего хотели, обязательно продолжите эти поиски уже самостоятельно, со своими близкими и друзьями. Ещё раз перечитайте страницы прежних выпусков Скворца.

Психологическая служба желает вам маленьких и больших радостей. Чашку ароматного кофе, сваренного не вами. Неожиданного телефонного звонка от старого, доброго друга. Зеленых светофоров по дороге на работу или за покупками. Но, а если же вам по-прежнему будет холодно, то... ведите себя теплее сами.