

# Студ птация

# совершенствуйся\_осознанно



# Концепция «СтудАптация»

«СтудАптация» – это прикладное понимание взаимосвязи нашего тела, эмоций, разума и осознанности, с индивидуальностью каждого человека в середине

«СтудАптация» – это комплекс мер, знаний, навыков, формирующий осознанный подход к собственной жизни

«СтудАптация» расшифровывается через понимание о том, что человек должен адаптироваться к постоянно меняющемуся миру, учиться чему-то новому, развиваться, т.е. каждый человек — это студент жизни. Студент, обучающийся адаптации к жизни



**Осознанность**



**Разум**



**Эмоции**



**Тело**





# Команда Сообщества «СтудАптация»

Студ  птация



**Александр  
Целиков**  
Оператор



**Светлана  
Лаптева**  
Методолог



**И Сун Чер**  
Идеолог,  
основатель



**Евгения  
Осетрова**  
Архитектор



**Алсу  
Сулейманова**  
Комьюнити-  
менеджер



# Сообщество «СтудАптация»

Студ  птация



**Каждый участник,**  
может себя проявить,  
найти друзей, прокачивать  
свои скилы, на равных  
общаться с успешными  
предпринимателями,  
получать новый опыт  
**и расширять свои  
возможности**





# Сообщество «СтудАптация» в 2022

С октября по декабрь  
для 200 студентов,  
провели 11 мероприятий,  
по 4-м направлениям:



## Осознанность

«Путь Икигай — фундамент  
счастливой жизни»  
Работа с внутренними резервами



## Эмоции



Эмоциональный  
интеллект,  
игра «Соль жизни»



## Разум

Командообразование,  
эффективная коммуникация,  
актёрское мастерство



## Тело

П.О.С.Т.  
Самооборона



# Сообщество «СтудАптация» в 2023

**1 000 000** счастливых,  
Процветающих и Благодарных Людей,  
которые повысили уровень своего  
здоровья, положительных эмоций,  
разумности, осознанности благодаря  
внедренным технологиям (сервисы,  
услуги, продукты) Сообщества  
«СтудАптация»



Увеличение кол-ва участников Сообщества x 10 = **2 000 человек**



Запуск адаптированного курса «**СтудАптация 2.0**»



Издание настольной **игры «#СтудАптация»** и Дневника осознанности «**#СтудАптация**»



Проведение **онлайн эстафеты #вызовмозг45** с информационным охватом x 10 = **50 000 000**



## 1 КТО Я?

ВОДА



Осознанность



Разум

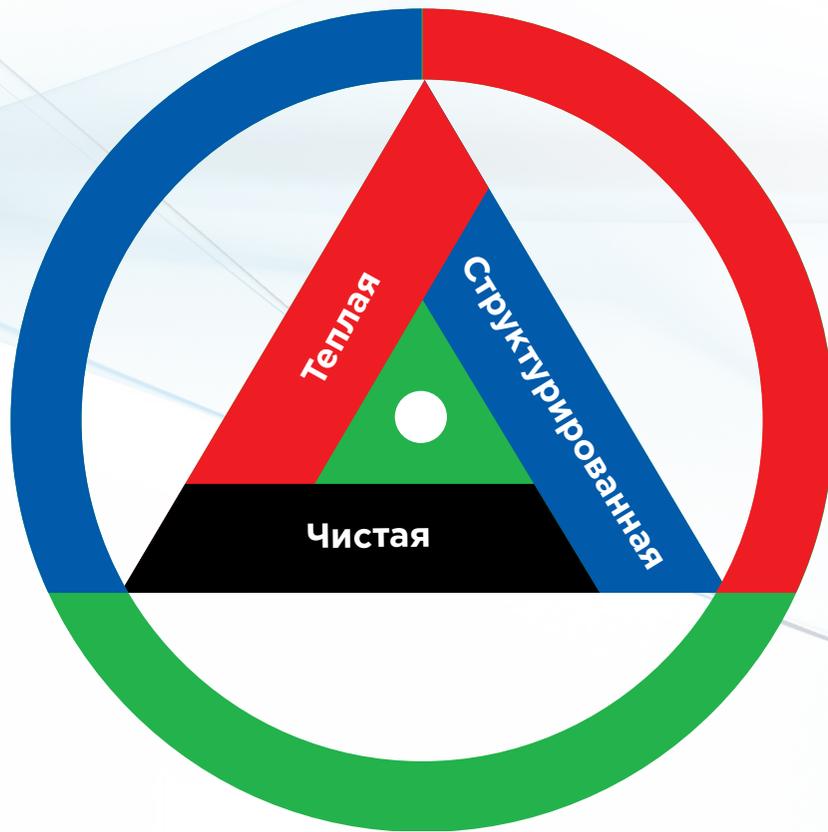


Эмоции



Тело

## 2 КАКОЙ (АЯ)?



## 3 ЗАЧЕМ?

СЧАСТЬЕ

РАДОСТЬ

ЛЮБОВЬ

ЭНЕРГИЯ



## И Сун Чер

идеолог, основатель  
Сообщества «СтудАптация»

**+7 (910) 419-51-15**



<https://vk.com/isuncher>



<youtube.com/ИСунЧер>



# Чат Сообщества «СтудАптация» в Телеграм

