



UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
W POZNANIU

Міжкультурний путівник

Авторки: Моніка Гузек, Клаудія Бончик-Лесюк



NARODOWA AGENCJA
WYMIANY AKADEMICKIEJ



UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
W POZNANIU

Міжкультурний путівник

Авторки: Моніка Гузек, Клаудія Бончик-Лесюк

Графічний дизайн: Агата Шульц-Шинака

Про публікацію

Міжкультурний путівник - це збірка знань, завдань та ситуаційних навичок для самостійної роботи, що сприяють розвитку міжкультурної компетентності спільноти Економічного університету в Познані (UEP). Посібник відповідає цілям проєкту «Підвищення міжкультурної компетентності академічного персоналу і студентів UEP та потенціалу університету у прийнятті людей з-за кордону. Go Global» та в рамках стратегії UEP з інтернаціоналізації університету, розвитку науково-педагогічних кадрів та підтримки акультурації іноземних студентів. Він був створений як для іноземних студентів Економічного університету в Познані, так і для тих, хто бере участь у програмах, що підтримують мобільність. Публікація фінансується Європейським соціальним фондом в рамках Операційної програми «Знання Освіта Розвиток, неконкурсного проєкту «Підвищення компетенцій академічного персоналу та потенціалу інституцій у сфері прийому осіб з-за кордону». - Ласкаво просимо до Польщі.



NARODOWA AGENCJA
WYMIANY AKADEMICKIEJ



UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
W POZNANIU

Зміст

- 4** Наші студенти
- 8** Час для саморефлексії - сприйняття поляків та навчання в Познані
- 9** Акультурація в Польщі - культурний шок
- 10** Симптоми культурного шоку
- 11** Як впоратися з культурним шоком?
- 12** Час для саморефлексії - яка складна ситуація трапилася з тобою за останній тиждень?
- 13** Стереотипи проти реальності
- 16** Час для саморефлексії - як сприймається місце, звідки ти приїхав/ла?
- 17** Перші кроки в Познані
- 18** Студентський квиток
- 19** Познанська електронна агломераційна карта (Poznańska Elektroniczna Karta Aglomeracyjna, PEKA)
- 20** Ласкаво просимо до університету - карта
- 21** Будівлі університету та їхні адреси
- 22** Типи занять в університеті
- 23** Свята, які відзначають у Польщі
- 26** Час для саморефлексії - яке твоє улюблене свято, що відзначається в Польщі?
- 27** Як не припуститися помилки в університеті?
- 28** Час для саморефлексії - чи робив/ла ти якісь помилки під час навчання в Польщі?
- 29** Час для саморефлексії - мій культурний шок у Польщі
- 30** Контактні дані

Добрий день,
мене звали Ян Соколовський
і я приїхав з Києва.
До від'їзду я думав, що Польща
та Україна дуже схожі.
Чи це справді так?
Дозвольте мені розповісти вам
про це.

Привіт,
мене звали Нгуєн Май
і я з В'єтнаму. Я навчаюся на
першому семестрі
в Економічному університеті
в Познані. Я з радістю
познайомлю вас
з університетом і розповім про
свої пригоди в цій дивовижній
країні.

Привіт,
мене звать Софія Гранде
Мартін і я родом з Іспанії.
Я живу в Польщі вже рік
і навчаюся в Економічному
університеті в Познані.
Я розповім вам про те, що
мене найбільше здивувало
в цій країні та університеті.





Ян Соколовський

Що думає і відчуває?

Попри зовнішню схожість, ми не однакові. Кажуть, що поляки дуже організовані, проте уже перша поїздка потягом, і одразу 125 хвилин затримки (що рідко трапляється в Україні).

Що чує?

Хоча наші мови звучать дуже схоже, незабаром я виявив, що окремі слова мають абсолютно інше значення. Одного разу я попросив викладача пояснити мені щось, а він сказав «zaraz» і пішов геть.

Виявилося, що значення цього слова відрізняється від значення в українській мові («zaraz» польською – «за якийсь час»; «zaraz» українською – «зараз»).

Що бачить?

У Познані є багато вивісок українською мовою, що, безумовно, полегшує пересування містом.

Що каже?

В UEP всі викладачі дуже відкриті, і дистанція між ними і студентами менша, ніж в Україні.

Больові точки – страхи та розчарування:

Часто, навіть коли я знаю, що хочу сказати, я боюся, що мене не зрозуміють правильно. Це робить мене більш закритим і відстороненим.

Переваги – бажання та потреби:

Після закінчення навчання я хотів би повернутися в Україну і поділитися тим, чого я навчився. Можливо, я навіть відкрию власний бізнес.

Нгуєн Май

Що думає і відчуває?

Перед приїздом я багато читала про освіту в Польщі і була вражена підприємницьким духом поляків. Більшість моїх однокурсників вже мають досвід роботи.

Що думає і відчуває?

Хоча я чула, що польська мова дуже складна, я була приємно здивована.

Вона дуже структурована і, за винятком вимови деяких звуків, не така вже й погана.

Що бачить?

Гуляючи Познанню, на кожному кроці можна зустріти ресторани різних кухонь світу. Спочатку мені було важко знайти ресторан з польською кухнею.

Я люблю журек!



Що каже?

Мої друзі багато говорять і багато жестикулюють. Коли вони розмовляють польською, здається, що вони постійно сперечаються.

Больові точки - страхи та розчарування:

Я не відчуваю себе комфортно, коли ми робимо проєкт в останню хвилину.

Переваги - бажання та потреби:

Хотілося б, щоб на заняттях було менше імпровізацій і більше місця для групової роботи.

Софія Гранде Мартін

Що думає і відчуває?

Мені дуже подобається Польща. Я відчуваю себе майже як вдома. Шкода тільки, що тут так холодно.

Що чує?

Поляки люблять вульгаризми, спочатку я думала, що це нормальні слова, але незабаром з'ясувала, що їх краще уникати, особливо в університеті ;)

Що бачить?

Люди не посміхаються, тому здається, що вони не в настрої.

Що каже?

В університеті я познайомилася з багатьма приємними молодими людьми, але я помітила, що їм потрібно багато часу, щоб сформувати більш близькі стосунки.

Больові точки - страхи та розчарування:

Я не знаю, чи зможу здати все вчасно.
Обідніх перерв тут немає взагалі, складається враження, що поляки тільки працюють або навчаються.

Переваги - бажання та потреби:

Я би хотіла, щоб мої польські друзі мали більше легкості в собі (не тільки після алкоголю) і вміли насолоджуватися життям.



Який твій досвід?

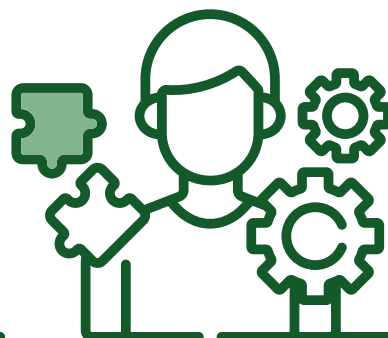
Настав час для саморефлексії!

Подумай і запиши, якими були твої уявлення про поляків
і навчання в Познані.

Як ти готувався/лась до від'їзду?

Що тебе розчарувало після приїзду?

А що стало приємною несподіванкою?



A large rectangular area with a green border and rounded corners, containing horizontal dashed lines for writing.



Лише переїхавши до Польщі, я зрозуміла, як ми дивимося на світ навколо себе. Ви коли-небудь замислювалися над тим, як на наше мислення впливає культура, з якої ми походимо?

Так, я зрозумів це, подорожуючи своєю країною. Мені здається, що вже в межах однієї країни можна зустріти багато відмінностей. Для мене переїзд до Польщі був справжнім культурним шоком.

Акультурація в Польщі

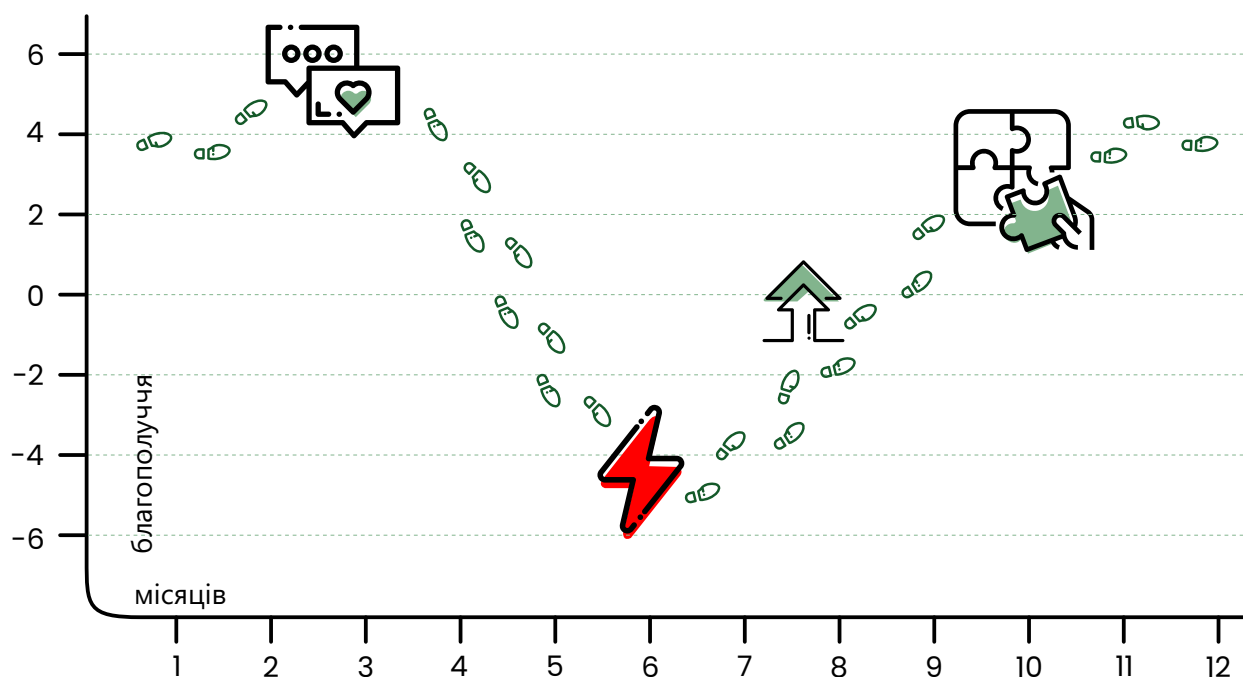
Культурний шок

Будь-яка людина, яка переживає тривалий контакт з іншою культурою, найчастіше в результаті міграції, піддається досвіду так званого культурного шоку. Він охоплює:

«психічне, фізичне та соціальне функціонування людини, є наслідком труднощів, що виникають у приймаючій культурі, його суть - переживання важких емоцій, які, накопичуючись, призводять до погіршення загального самопочуття та задоволеності життям і, як наслідок, до загального функціонування людини».

(Бохнер, за: Ольчак 2006, стор. 42)

Культурний шок



Медовий місяць

(або так звана туристична фаза)
етап захоплення новою культурою, коли все здається позитивним.



Культурний шок

- це зіткнення з реальністю, що викликає сильні стресові реакції, які характеризуються підвищеною тугою за власною країною і можливою ворожістю до чужої культури.



Примирення -

етап покращеного сприйняття власної та іноземної культури.



Адаптація

- фаза повторного прийняття чужої культури як відмінної, але не менш цінної, ніж власна.

Симптоми культурного шоку

☐

відчуття ізоляваності

☐

занепокоєння

☐

смуток

☐

апатія

☐

тривожний

☐

зниження продуктивності

☐

безпорадність

☐

втрата енергії

☐

проблеми зі сном

☐

психосоматичні розлади

Як впоратися з культурним шоком?

Коли людина стикається зі складною ситуацією, такою як міграція, та пов'язаним з нею культурним шоком, існує низка стратегій подолання, які можна використати для того, щоб впоратися з ситуацією та емоціями, які вона викликає. Вжиті дії є індивідуальною справою, зумовленою особистісними схильностями та попереднім досвідом. Для кращого розуміння нового оточення та власних емоцій дуже важливо створити умови для вираження своїх потреб без оціночних суджень та моралізаторства з боку інших. Як потреби, так і емоції є універсальними для всіх людей, лише культура країни, в якій ми виростили, сформувала в нас різні стратегії їх прояву. Тому корисно давати собі можливість висловити те, що відчуваєш, і знаходити спільне рішення в тих чи інших ситуаціях. (Лоренц, Берендт 2019, 233-236).

Для цього може бути використана модель Ненасильницької угоди (Кучинська-Крата 2020):

ФАКТИ

опис ситуації без оціночних суджень та інтерпретацій

ЕМОЦІЇ

визначення емоцій, які виникають у зв'язку зі спостережуваною ситуацією

ПОТРЕБА

усвідомлення потреби, пов'язаної з пережитою емоцією

ЗАПИТ/ПРОПОЗИЦІЯ

чітко і конкретно висловити пропозицію щодо дій, спрямованих на задоволення потреби.

ПРИКЛАД

«Цей університет тупий. Мені це набридло!»

ФАКТИ: Я не можу знайти аудиторію, в якій відбуваються мої заняття.

ЕМОЦІЇ: Я зла і обурена.

ПОТРЕБА: Бачити проблему і помічати потреби іноземців.

ЗАПИТ/ПРОПОЗИЦІЯ: Хотілося б, щоб в університеті були таблички та вказівники англійською мовою, а також корисним був би мобільний застосунок.

Коли ви розмовляєте з іншою людиною, спілкування може відбуватися наступним чином.

ПРИКЛАД перефразування з емпатією

«Цей університет тупий. Мені це набридло!»

Коли ти сказав/ла, що університет тупий і тобі це набридло (**ФАКТИ**)

Я відчув злість та обурення в твоїх емоціях (**ЕМОЦІЇ**)

Ти потребуєш допомоги? (**ПОТРЕБА**)

Можливо, ми б могли поспілкуватися і вирішити, як я можу допомогти тобі? Як ти вважаєш?

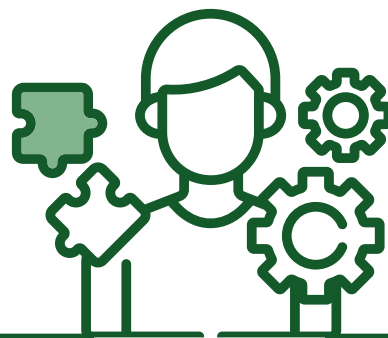
(**ЗАПИТ/ПРОПОЗИЦІЯ**)

Навіть якщо ми не вгадуємо емоцію, яку відчуває інша людина, вона підкаже нам, що це за емоція і що їй потрібно в даній ситуації. За багатьма поведінковими реакціями переважно стоять страх, гнів, смуток або потреба в близьких стосунках.

Як допомогти собі в складній ситуації?

Час на саморефлексію!

Подумай і запиши, з якою складною ситуацією ти зіткнувся за останній тиждень і як ти можеш вирішити її, використовуючи модель Ненасильницької угоди.



ФАКТИ

ЕМОЦІЇ

ПОТРЕБА

ЗАПИТ/ПРОПОЗИЦІЯ



Стереотипи проти реальності

«Наші уявлення про реальність значною мірою складаються з думок інших людей, які найбільше вкоренилися в нашій свідомості.»

В. Ліппман

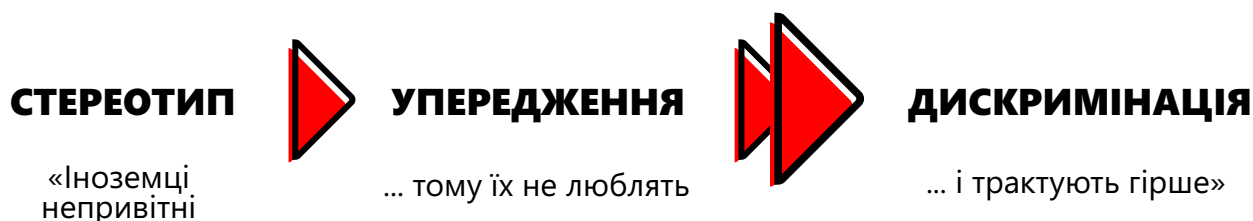
Ти вже в Польщі. Ти, напевно, чув щось про цю країну та її народ. Чи все, що ми читаємо або чуємо від інших, відповідає дійсності? Дуже часто, готуючись до подорожі, ми формуємо своє уявлення про місце на основі розповідей та досвіду інших людей, а звідси лише один крок до стереотипів та дискримінаційної поведінки.

Що таке стереотип?

Стереотип - це надмірне спрощення, узагальнення про групу або окремих її членів. Це означає приписувати людині певні характеристики, якості або риси просто на підставі її приналежності до певної групи. Існують різні типи стереотипів, наприклад, расові стереотипи, національні стереотипи, стереотипи щодо кольору очей, зовнішності, здоров'я, професійні стереотипи та гендерні стереотипи.

Що важливо!

Ми не можемо функціонувати без стереотипів і не можемо позбутися їх повністю, тому що вони спрощують світ, допомагаючи нам функціонувати. З іншого боку, чим більше ми усвідомлюємо, яких стереотипів дотримуємося, які переконання керують нашою поведінкою, тим більше розширюється наш світогляд і тим більше ми можемо протидіяти шкідливим думкам і поведінці. Нерівне, гірше ставлення до однієї зі сторін може проявлятися, наприклад, у застосуванні фізичної агресії, формулюванні образливих речень, жартах, жестах або виключенні з групи. На схемі нижче показано механізм виникнення дискримінаційного ставлення.



Джерело: rownowazni.uw.edu.pl (доступ: 06.12.2022)

Поляки постійно скаржаться!

Польська культура скаржитися відома у всьому світі, на ній навіть базується одна з кампаній, що представляє найважливіші досягнення видатних поляків («Poland. Come and complain»). Дослідження показують, що нарікання виконують важливі функції в соціальному житті, дозволяючи як встановлювати і підтримувати стосунки, так і зображати себе як досвідчену людину. Тому, коли ти запитаєш: «Як справи?», у відповідь часто можна почути, що справи могли б бути кращими, що хтось втомився або погода сьогодні погана. У Польщі легше говорити про труднощі, ніж про позитивні моменти. Ти також можеш спостерігати це, коли просиш когось, наприклад, про зворотній зв'язок після завершення проєкту, який ти реалізував.

Поляки багато лаються!

Вульгаризми часто є одними з перших слів, які запам'ятовують іноземці, коли приїжджають до Польщі, тому існує думка, що поляки люблять лаятися. Чи це правда? Дослідження (від 2013 року) підтверджують, що вульгаризми досить поширені, і найчастіше їх можна почути з вуст чоловіків, на вулиці та в транспорті (наприклад, в автобусі чи поїзді).

Їх також можна побачити в Інтернеті, а кілька років тому вони з'явилися і в політиці. Пам'ятайте, що хоча їх можна почути в громадських місцях, вони все одно вважаються чимось кричущим, таким, що суперечить чинним нормам, тому краще їх уникати, особливо коли ти в університеті.

У Польщі ніхто не посміхається!

На польських вулицях часто можна спостерігати брак усмішок і приглушені прояви прихильності. Посмішка незнайомцям часто асоціюється зі штучністю, а іноді сприймається як щось підозріле. Тож коли ти проходиш повз людину, яка не відповідає на твою посмішку, пам'ятай, що така поведінка зумовлена не неприязню чи ворожістю, а радше ставленням, що не варто прикидатися, що якщо ми не в настрої, то не варто цього приховувати. Адже польська норма природності стосується не лише слів, але й невербальної комунікації, особливо міміки.

Поляки випивають багато алкоголю!

За даними ОЕСР (Preventing Harmful Alcohol Use, 2021), середнє споживання алкоголю в Європі становить 11,3 літра чистого спирту на людину на рік. У Польщі випивають 11,7 літрів, тому ми не надто вирізняємося на фоні інших країн. Поляків відрізняє вживання міцних алкогольних напоїв, таких як горілка. Однак це неправда, що поляки п'ють горілку за сніданком або на кожній товариській вечірці.

Польща - нетолерантна країна!

На жаль, в цьому є багато правди! Польща - однорідна країна. Близько 97% людей, що живуть у Польщі мають польську національність, а 96% населення називають себе католиками (2021), тому багато людей тільки починають дізнаватися, що таке різноманітність у суспільстві.

На жаль, у 2021 році Польща знову посіла останнє місце серед країн Європейського Союзу в рейтингу ILGA Europe, який вимірює рівність для ЛГБТ+ спільноти. Однак не варто впадати у відчай або побоюватися за свої права. Познань - відкрите місто, в якому проживає понад 10 000 іноземців, все більше людей розмовляють англійською мовою, і якщо у тебе виникли неприємні ситуації, ти можеш звернутися за допомогою до Уповноваженого ректора з питань рівного поводження в нашому університеті.

Польська мова - найскладніша мова у світі!

Польська мова дуже часто з'являється в рейтингах найскладніших мов світу. Однак слід пам'ятати, що вони є суб'єктивними, і багато що залежить як від рідної мови (наприклад, людина, яка ніколи не стикалася з флексивними мовами, сприйматиме польську мову інакше), так і від індивідуальної мовної обізнаності користувачів. Тому не варто боятися вивчати польську мову.

Варто спробувати, адже «не такий страшний чорт, як його малюють»! Базові слова «Добрий день» або «Дякую» розбивають лід навіть у спілкуванні з викладачами.



А які стереотипи існують про твою країну?

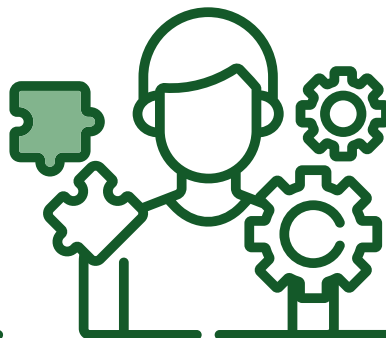
Настав час для саморефлексії!

Подумай і запиши, як сприймається місце, звідки ти приїхав/ла?

Як мешканців твоєї країни сприймають інші?

Які стереотипи вірні, а які ні?

Як ти можеш презентувати свою країну, живучи в Польщі?



A large rectangular area with rounded corners, outlined in dark green. Inside, there are horizontal dashed lines for writing, spaced evenly apart.

Я щойно дізнався/лася, що мені
потрібен номер PESEL.
Ви знаєте, де я можу його отримати?

Громадянам Євросоюзу
він не потрібен.

Номер PESEL? Що це таке?
Вперше чую!



Перші кроки в Познані

Що потрібно знати?

Номер PESEL - одинадцятизначний цифровий символ, який дозволяє легко ідентифікувати особу, якій він належить. Номер PESEL містить дату народження, порядковий номер, стать і контрольний номер. Він використовується при контактах з різними установами та в юридичних транзакціях, наприклад, при отриманні медичної допомоги або відкритті банківського рахунку.

Якщо ти іноземець, який проживає в Польщі, ти можеш зареєструватися самостійно - тоді ти автоматично отримаєш номер PESEL. Якщо ти не можеш зареєструватися, а якась установа вимагає від тебе номер PESEL - звернися до будь-якого уряду гміни. Отримання номера PESEL є безкоштовним!

PESEL

БІЛЬШЕ ІНФОРМАЦІЇ

<https://www.gov.pl/web/gov/uzyskaj-numer-pesel-dla-cudzoziemcow>



NFZ - ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я

БІЛЬШЕ ІНФОРМАЦІЇ

<https://www.nfz.gov.pl/>



Студентський квиток

Всі особи, які навчаються в Економічному університеті в Познані, отримують студентський квиток, який засвідчує їх статус студента. Квиток видається та продовжується автоматично у жовтні і діє до кінця наступного календарного року.

Студентський квиток дозволить тобі користуватися бібліотекою та знижками на проїзд у громадському транспорті, кінотеатрах і навіть у вибраних ресторанах.



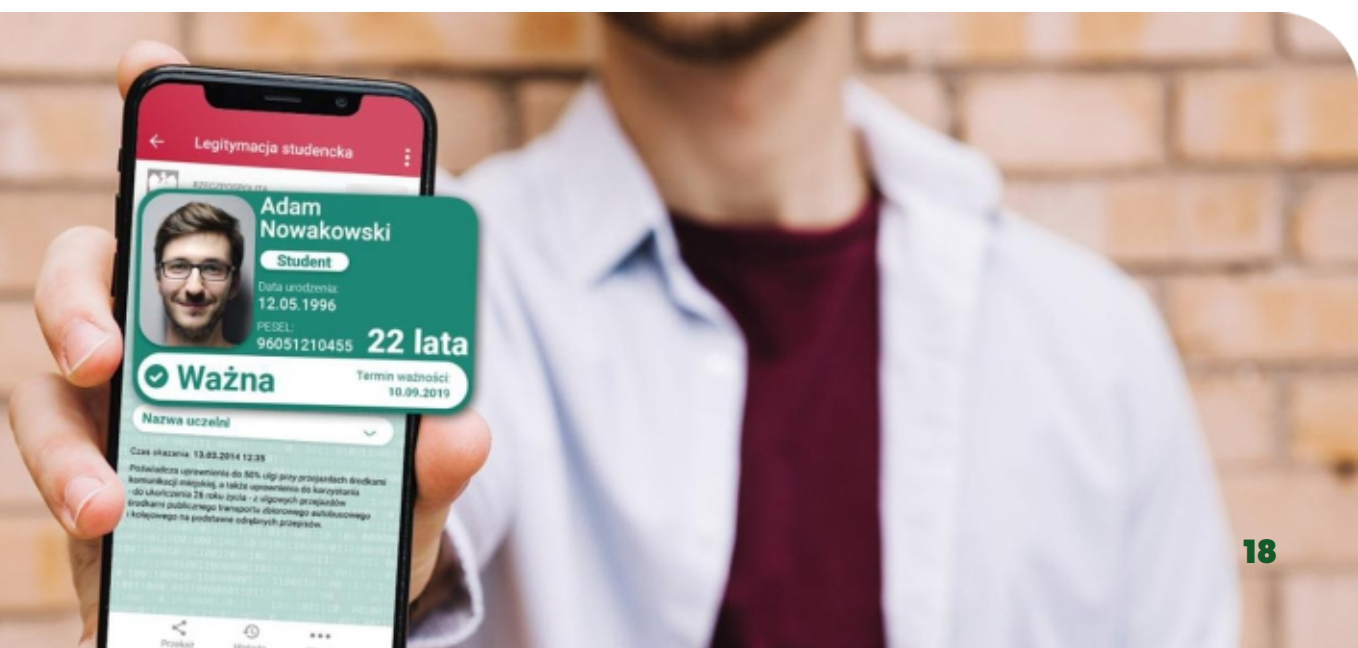
Отримавши квиток, не забудь активувати його електронну версію! mLegitymacja studencka, тобто студентський квиток на телефоні. Цей документ можна активувати за допомогою QR-коду та коду активації, який ти отримав/ла в університеті.

mLegitymacja studencka працює так само, як і традиційний документ. Показуючи його на екрані смартфона, ти підтверджуєш, що є студентом і маєш право на пільги та звільнення від сплати за проїзд. Ти також можеш підтвердити свої дані користувачеві застосунку mWeryfikator. Авторизований користувач підтвердить, серед іншого, твоє ім'я, прізвище та побачить фотографію твого документа з низькою роздільною здатністю. Він також можуть перевірити дійсність твого студентського квитка.

mLEGITYMACJA

БІЛЬШЕ ІНФОРМАЦІЇ

<https://www.gov.pl/web/mobywatel-w-aplikacji/mlegitymacja-studencka>



Познанська електронна агломераційна карта (Poznańska Elektroniczna Karta Aglomeracyjna, PEKA)

Познанська електронна агломераційна карта - це персоналізована картка, за допомогою якої ти можеш:

- купити або поповнити проїзний квиток на маршрут або мережу,
- поповнити рахунок tPortmonetka для разових поїздок,
- брати участь у бонусній програмі.

Зареєстровану картку PEKA можна отримати безкоштовно:

- подавши заявку онлайн - це найзручніший і найпростіший спосіб.
Достатньо заповнити анкету, прикріпити фото у форматі jpg або png,
а потім забрати картку в обраному пункті обслуговування клієнтів ZTM,
- подавши заяву в пункті обслуговування клієнтів ZTM.



карта PEKA

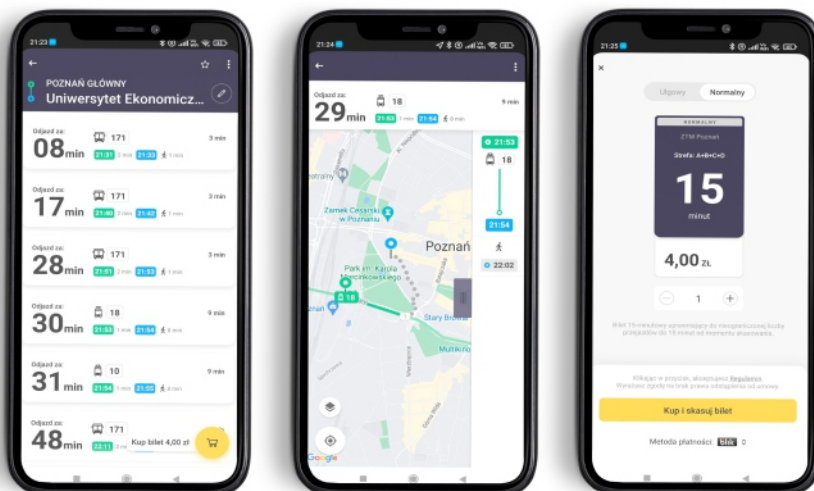
БІЛЬШЕ ІНФОРМАЦІЇ

<https://www.peka.poznan.pl/web/portal>



Застосунок «jakdojade»

У безкоштовному додатку **jakdojade** можна, серед іншого, перевіряти розклад, слідкувати онлайн за маршрутами автобусів, користуватися картою, купувати квитки.



Вітаємо в Університеті

Економічний університет в Познані був заснований у 1926 році і є одним з провідних польських економічних університетів. Своєю репутацією він завдячує високій якості освіти та позиції одного з лідерів економічних досліджень. Сильною стороною університету є його науковий потенціал, умови навчання та орієнтація на співпрацю з бізнесом.

Університет міститься в 6 корпусах, розташованих в центрі Познані.



1

Корпус А

вул. Неподеглогсці, 10

- адміністрація Університету
- Актовий зал
- лекційні аудиторії
- Відділ міжнародних зв'язків
- комп'ютерні лабораторії
- кав'ярня

3

Корпус С

вул. Товарова, 53

- лекційні аудиторії
- публічний медичний центр
- Студентський парламент

5

Collegium Altum

**вул. Повстаньцув
Велькопольських, 16**

- Головна бібліотека:
- 2 поверх – читальна зала
- 3 поверх – журнали/книжки
- лекційні аудиторії
- їдальні (1 поверх і 9 поверх)

2

Корпус В

вул. Неподеглогсці, 12

- лекційні аудиторії
- студентські організації
- Кімната тиші

4

Корпус CEUE

вул. Товарова, 55

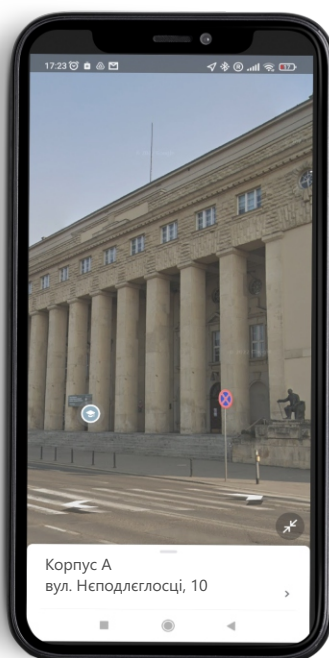
- лекційні аудиторії
- комп'ютерні лабораторії
- Перехід до корпусу «С»
- кав'ярня

6

**Центр практичного
вивчення іноземних мов
вул. Тачака, 9 (ТА)**

- аудиторії для вивчення мов
- кабінети викладачів

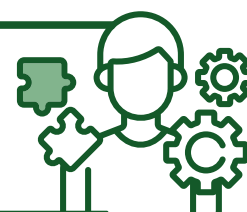
6 корпусів, в яких міститься Університет



світлина: Google Street View, доступ 20.01.2023

Квіз

- В якому корпусі знаходиться бібліотека?
- Де знаходиться кімната тиші?
- Де можна знайти деканат?
- Де знаходиться актовий зал?





Чи вам відомо, яка різниця між лекціями та практичними заняттями?

Навчальний розклад

Види занять кількома словами

Серед студентів існує велика плутанина щодо видів занять і того, які з них необхідно відвідати, щоб здати предмет.



Лекція

викладач представляє теоретичні знання з певного предмету, і ти можеш поставити йому запитання. Відвідування лекцій не є обов'язковим, але варто бути присутнім, щоб без проблем скласти іспит.



Практичні заняття

розширюють знання через практичні заняття, які часто доповнюють лекції. Відвідування практичних занять є обов'язковим. Згідно з правилами університету, ти можеш бути відсутнім/ою 2 рази протягом семестру!



Лабораторні заняття

це практичні заняття, на яких ти проводиш дослідження та експерименти з використанням лабораторного обладнання або дослідницьких приладів (наприклад, заняття з інформаційних технологій, іноземних мов). Відвідування лабораторних занять є обов'язковим. Згідно з правилами університету, ти можеш бути відсутнім/ою 2 рази протягом семестру!



Семінари

тип зазять, який з'являється на старших курсах. Ці заняття готують студента до самостійного написання дипломної роботи. Семінари є обов'язковими. Згідно з правилами університету, ти можеш бути відсутнім/ою 2 рази протягом семестру!

Пам'ятай, що навчальний рік у Польщі може відрізнятися від навчального року в наших країнах. Поляки також мають свої свята. Варто дізнатися про них, щоб знати, коли у тебе будуть вихідні дні.



Свята, які відзначають у Польщі

січень

					1	2	
3	4	5		6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20		21	22	23
24	25	26	27	28	29		30
31							



1.01. Новий рік - свято, коли всі відпочивають і відсипаються після безсонної ночі; в цей день немає занять в університеті. **Вихідний день!**



6.01. Трьох Королів - релігійне свято, під час якого в багатьох містах Польщі організовують хресні ходи; в цей день не проводяться заняття. **Вихідний день!**



21.01. і 22.01. День бабусі та День дідуся - свята, під час яких відвідують своїх бабусь і дідусів та дарують їм листівки та невеликі подарунки. **Увага:** це не вихідний день.



У січні також відбувається фінал Великого оркестру Різдвяного милосердя - найбільшої польської благодійної акції, під час якої збирають кошти, насамперед на закупівлю обладнання для лікарень; у цей час по всій Польщі організовують безкоштовні концерти та інші заходи. Візитною картою Оркестру є червоне серце (наклейка, яку можна отримати за пожертву). Точну дату Фіналу Оркестру для конкретного року перевіряй онлайн!

Увага: це не вихідний день.

лютий

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
 14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	 24	25	26	27
28						

березень

	1	2	3	4	5	6
7	 8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	 27
 28	29	30	31			

квітень

				 1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

травень

 2	 3	4	5	6	7	 8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	 18	19	20	21	22
23	24	25	 26	27	28	29
30	31					



14.02. День святого Валентина – День святого Валентина, в цей день закохані проводять час разом, часто даруючи один одному подарунки. **Увага:** це не вихідний день.



Жирний четвер (Tłusty Czwartek) - припадає на останній четвер перед Великим постом (зазвичай у лютому, хоча іноді в січні або березні) У цей день всі об'їдаються пампухами та вергунами, які обов'язково потрібно спробувати. Точну дату Жирного четверга для конкретного року перевіряй онлайн!

Увага: це не вихідний день.



8.03. – День жінки - міжнародне свято, в цей день жінкам дарують квіти або інші невеликі подарунки.

Увага: однак це не вихідний день.



Великдень - припадає на березень або квітень; це релігійне свято, яке проводять з близькими; святкується два дні: у неділю та понеділок - так званий «śmigus-dyngus», коли, за традицією, обливають один одного водою. **Це вихідні дні.**



1.04. – Перше квітня (prima aprilis) - в цей день ми жартуємо над рідними та друзями, за що ніхто не ображається.

Увага: це не вихідний день



1.05. – День праці - вихідний день.



2.05. – День прапора, не є вихідним днем, проте в цей день в університетах часто не проводяться заняття, а період з 1.05 до 3.05. називається маївкою, і він сприятливий для численних поїздок і проведення часу на свіжому повітрі.

Увага: обов'язково перевір, чи у цей день є заняття!



3.05. – День Конституції 3 травня; саме 3 травня 1791 року польський Сейм прийняв другу у світі і першу в Європі конституцію. У цей день можна побачити польські прапори в багатьох громадських місцях. **Це вихідний день.**



18.05. – Міжнародна ніч музеїв - у цей день музеї та галереї по всій Польщі можна відвідувати безкоштовно до пізньої ночі.

Увага: після цієї виняткової ночі немає вихідного дня.



26.05. – День Матері - це можливість подарувати своїй мамі символічний подарунок. **Увага:** однак це не вихідний день.

червень

			1	2	3	4	5
6	7	8		9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22		23	24	25	26
27	28	29	30				



1.06. – День захисту дітей; у цей день діти отримують подарунки від батьків, бабусь і дідусів. **Увага:** це не вихідний день.



23.06. – День Батька; в цей день батькам дарують символічні подарунки; **Увага:** це не вихідний день.



Свято Тіла і Крові Христових (Boże Ciało) - свято в католицькій церкві, яке відзначається через 60 днів після Великодня. Зазвичай воно припадає на червень і символізується урочистими ходами вулицями міст і сіл. **Увага:** Точну дату свята Тіла і Крові Христових для конкретного року перевіряй онлайн! Цей день вихідний. **Вихідний день.**

липень



				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	



Липень, Серпень та Вересень

У липні та серпні у дітей канікули (вони повертаються до школи 1 вересня), студентам часто доводиться чекати канікул до середини липня (до кінця сесії), зате вересень також є часом відпочинку для більшості студентів (якщо немає якихось відпрацювань). Однак іноді буває так, що перші заняття починаються вже у вересні.

Увага: обов'язково перевір це, щоб знати, коли з'явитися в університеті!

серпень



				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14		15	16	17
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	



15.08. – день двох свят: Війська Польського та Матері Божої (Wojska Polskiego i Matki Boskiej Zielnej), (Успіння Пресвятої Діви Марії); **вихідний день**, тому магазини, а часто ресторани і кафе в цей день будуть зачинені.

вересень



				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

Жовтень



Жовтень - це місяць початку навчального року. Однак буває, що перша сесія починається вже у вересні, тому завжди перевіряйте, коли у вас є заняття!

Жовтень



					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							



1.11. – День всіх святих, відомий як День пам'яті померлих. Це час, коли ми відвідуємо кладовища і запалюємо свічки.
Це вихідний день.



11.11. – День Незалежності - саме 11 листопада 1918 року, після більш ніж 100 років, Польща відновила свою незалежність.
Це дуже урочисте свято і вихідний день.



29.11. День святого Андрія (часто святкується 30.11.) - Вечір ворожіння (найпопулярніша з яких - ворожіння на воску) та Андріївські вечорниці. **Увага:** це не вихідний день.

листопад

	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10		11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28		29	30				

грудень



6.12. – День Святого Миколая - час, коли, перш за все, діти отримують подарунки від Святого Миколая (заховані під подушкою, в шкарпетках чи взутті). **Увага:** це не вихідний день.



24.12. – Святвечір (Wigilia) - це не свято, а святкова вечеря, проведена з близькими людьми. Після вечері під ялинкою з'являються подарунки, принесені Святим Миколаєм (у Великопольському воєводстві - Гвездор). Це не вихідний день, але студенти в університетах зазвичай у цей день не мають занять. **Увага:** переконайся, що у твоєму університеті саме так.



25.12 і 26.12. – Різдво (Święta Bożego Narodzenia) - свята, проведені з родиною, **вихідні від роботи та навчання.**



31.12. – Новорічна ніч (Sylwester) - це пишне святкування нового року і, хоча це не вихідний день, в університетах зазвичай не проводяться заняття.

Який твій досвід?

Настав час для саморефлексії!

Подумай і запиши, яке твоє улюблене свято, що відзначається в Польщі.

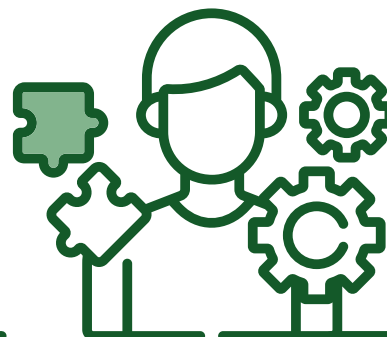
Коли воно припадає? В чому його особливість?

Чи є подібна традиція у твоїй країні?

А яке свято зі своєї культури ти б хотів/ла

презентувати друзям з інших країн?

Це чудовий спосіб інтегруватися та розбити кригу.



Чи відомо тобі,
що в Польщі до викладачів
не звертаються на ім'я?
Варто використовувати наукові
звання та ввічливі форми.

При написанні електронного листа
пам'ятай, що краще написати щось
ламанною польською мовою, ніж
довіритися перекладачеві. Я сам зіткнувся
з помилковим перекладом, через що мав
непорозуміння з викладачем.



Як не припуститися помилки в університеті?



Як звертатися до лекторів:

Pan - Пане

Pani - Пані

prof. dr hab. (проф. д-р габ.) - звертайся
Пане/Пані професор;

dr hab. (д-р габ.) - звертайся Пане/Пані доктор

dr (д-р) - звертайся Пане/Пані доктор

mgr (mgr.) - звертайся Пане/Пані або Пане/Пані
магістр (рідше)



Написання друкованими літерами у Польщі сприймається як крик.

Намагайся цього уникати.

Звертаючись до викладачів, не забудь представитися
(ім'я та прізвище), назвати групу та предмет.

Дай їм принаймні три робочі дні, щоб вони
відповіли на твоє електронне повідомлення.

Відповіді не чекай вечорами, у вихідні чи святкові
дні.



У Польщі дуже важлива пунктуальність.

Допускається запізнення максимум на 15 хвилин (так званий «академічний квадрант»).

Також варто входити тихо, без створення зайвого шуму.

Якщо ви прийшли на заняття, залишайтеся до кінця; неввічливо йти раніше (не повідомивши викладача).



Відвідування занять

Прихід на перше та останнє заняття не гарантує
зарахування. Ознайомся з умовами зарахування,
а якщо виникли сумніви, запитай викладачів.



Алкоголь і куріння заборонені

На території університету заборонено паління та
вживання алкоголю.

В бар краще піти після занять!

Який твій досвід?

Настав час для саморефлексії!

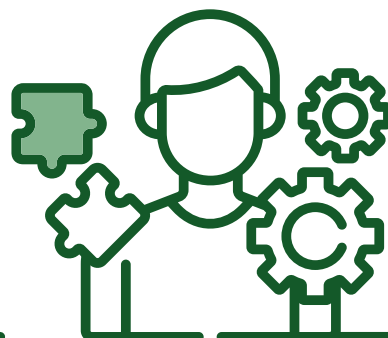
Подумай і запиши, чи робив/ла ти
якісь помилки під час навчання в Польщі?

Що це були за ситуації?

Де вони відбувалися?

Як ти зрозумів/ла, що зробив/ла щось не так?

Чого тебе навчили ці ситуації?



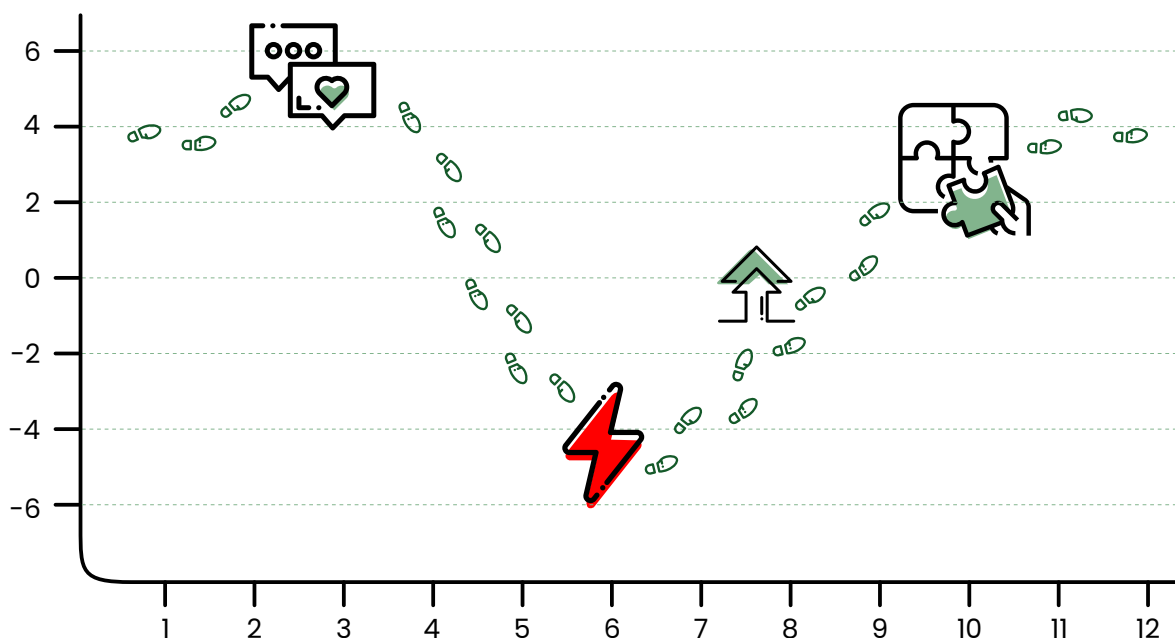
A large rectangular area with rounded corners, outlined in green. Inside, there are horizontal dashed lines for writing, spaced evenly from top to bottom.

Мій культурний шок у Польщі

Ти вже багато дізнався/лася про Польщу та звичаї, які панують в університеті. Момент, коли ти вирішив/ла приїхати до Польщі, став початком твого нового шляху. Багато речей можуть тебе здивувати, але з відкритою душею і допитливістю до світу ти зможеш зустріти цікавих людей і пережити дивовижну пригоду. Навіть якщо Польща і навчання в Економічному університеті в Познані - це лише зупинка у твоїй подорожі, пам'ятай, що процес акультурації є природним, і ти будеш відчувати його в кожному новому місці. Його інтенсивність залежить від твого підходу та досвіду.

Який твій досвід?

Настав час для саморефлексії!



Медовий місяць

Яким був твій перший день у Польщі?
Що тебе здивувало?
А що захопило?



Культурний шок

Чи помітив/ла ти якісь симптоми культурного шоку?
У чому це проявлялося?
Які емоції ти відчув/ла?
Яка ситуація була для тебе найскладнішою?
Як ти з цим впорався/лася?



Примирення

Що стало переломним моментом у твоєму підході?
Хто тебе підтримав у пошуку свого шляху в Польщі?



Адаптація

Чим ти любиш займатися в Познані?
Яке твоє улюблене місце?
У тебе є друзі з Польщі?
Як ти себе тут почуваєш і які твої плани на майбутнє?

Сподіваємося, наші поради стануть тобі у пригоді і допоможуть легше орієнтуватися в Польщі та в університеті. Ми всі проходимо через подібний процес, тому корисно говорити про те, що ми відчуваємо, як про приємні моменти, так і про труднощі.



UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
W POZNANIU

Пам'ятай, що ти завжди можеш звернутися за допомогою, якщо у тебе виникнуть запитання або будь-які труднощі.

Допомогу надасть Відділ міжнародних зв'язків.



**кабінет 120 А (Головний корпус)
вул. Неподрєглосьці, 10**

для студентів, які навчаються
англійською мовою
(full-time students)



**кабінет 218 А (Головний корпус)
вул. Неподрєглосьці, 10**

для студентів, які навчаються
за міжнародним обміном

