



UNIwersytet  
EKONOMICZNY  
W POZNANIU

# Przewodnik międzykulturowy

**Autorki: Monika Guzek, Klaudia Bączyk-Lesiuk**



**NAWA**

NARODOWA AGENCJA  
WYMIANY AKADEMICKIEJ



UNIWERSYTET  
EKONOMICZNY  
W POZNANIU

# Przewodnik międzykulturowy

**Autorki: Monika Guzek, Klaudia Bączyk-Lesiuk**

Opracowanie graficzne: Agata Szulc-Szynaka

## O publikacji

Przewodnik międzykulturowy to o zbiór wiedzy, zadań i studiów przypadku do pracy własnej umożliwiających rozwój kompetencji międzykulturowej przez społeczność Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu. Przewodnik stanowi odpowiedź na cele postawione w projekcie "Podniesienie kompetencji międzykulturowych kadry akademickiej i studentów UEP oraz potencjału uczelni w przyjmowaniu osób z zagranicy. Go Global" i w ramach strategii UEP dotyczącej umiędzynarodowienia uczelni, rozwoju kadry naukowo-dydaktycznej oraz wsparcia procesu akulturacji studentów zagranicznych. Powstał z myślą zarówno o zagranicznych studentach Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu, jak i o osobach biorących udział w programach wspierających mobilność.

Publikacja jest finansowana ze środków budżetu państwa w ramach programu NAWA – WELCOME to Poland edycja 2020.



NARODOWA AGENCJA  
WYMIANY AKADEMICKIEJ



## Spis treści

- 4** Nasi studenci
- 8** Czas na autorefleksję - wyobrażenia na temat Polaków i studiowania w Poznaniu
- 9** Akulturacja w Polsce - szok kulturowy
- 10** Objawy szoku kulturowego
- 11** Jak można radzić sobie z szokiem kulturowym?
- 12** Czas na autorefleksję - jaka trudna sytuacja spotkała cię w ostatnim tygodniu?
- 13** Stereotypy vs rzeczywistość
- 16** Czas na autorefleksję - jak postrzegane jest miejsce, z którego pochodzisz?
- 17** Pierwsze kroki w Poznaniu
- 18** Legitymacja studencka
- 19** Poznańska Elektroniczna Karta Aglomeracyjna (PEKA)
- 20** Witamy na Uczelni- mapa
- 21** Budynki należące do uczelni i ich adresy
- 22** Rodzaje zajęć na Uczelni
- 23** Święta obchodzone w Polsce
- 26** Czas na autorefleksję - jakie jest Twoje ulubione święto obchodzone w Polsce?
- 27** Jak nie strzelić gafy na Uczelni?
- 28** Czas na autorefleksję - czy Ty popełnił\*ś jakieś gafy, studiując w Polsce?
- 29** Czas na autorefleksję - mój szok kulturowy w Polsce
- 30** Dane kontaktowe

Dzień dobry,  
nazywam się Jan Sokolovski  
i przyjechałem z Kijowa.  
Przed wyjazdem myślałem,  
że Polska i Ukraina są bardzo  
podobne. Czy tak jest?  
Pozwól, że Ci o tym opowiem.

Hej,  
nazywam się Nguyen Mai  
i jestem z Wietnamu. Jestem  
w trakcie pierwszego  
semestru na Uniwersytecie  
Ekonomicznym w Poznaniu.  
Chętnie przedstawię Ci  
uczelnię i opowiem o moich  
przygodach w tym  
niezwykłym kraju.

Cześć,  
nazywam się Sofia Grande  
Martin i pochodzę z Hiszpanii.  
Od roku mieszkam w Polsce  
i studiuje na Uniwersytecie  
Ekonomicznym w Poznaniu.  
Opowiem Ci o tym, co  
najbardziej zaskoczyło mnie  
w tym kraju i na uczelni.





## Jan Sokolovski

### Co myśli i czuje?

Wbrew pozorom nie jesteśmy tacy sami. O Polakach mówi się, że są bardzo poukładani, a wystarczyła pierwsza podróż pociągiem i już 125 minut opóźnienia (co w Ukrainie rzadko się zdarza).

### Co słyszy?

Chociaż nasze języki brzmią bardzo podobnie to szybko się przekonałem, że znaczenie poszczególnych słów jest zupełnie inne. Kiedyś poprosiłem wykładowcę, by wyjaśnił mi jedno zagadnienie i powiedział "zaraz", po czym sobie poszedł. Okazało się, że znaczenie tego słowa jest inne niż w języku ukraińskim (zaraz po polsku - za chwilę; zaraz po ukraińsku - teraz).

### Co widzi?

W Poznaniu jest wiele napisów po ukraińsku, co zdecydowanie ułatwia poruszanie się po mieście.

### Co mówi?

Na UEP wszyscy wykładowcy są bardzo otwarci, a dystans między nami jest mniejszy niż w Ukrainie.

### Bolączki - obawy i frustracje:

Często nawet, gdy wiem, co chcę powiedzieć, boję się, że nie zostanę zrozumiany w odpowiedni sposób. Przez to jestem bardziej zamknięty i zdystansowany.

### Korzyści - pragnienia i potrzeby:

Po studiach chciałbym wrócić do Ukrainy i podzielić się tym, czego się nauczyłem.

Może założę nawet swoją firmę.

## Nguyen Mai

### Co myśli i czuje?

Przed przyjazdem sporo czytałam na temat edukacji w Polsce i jestem pod wrażeniem przedsiębiorczości Polaków. Większość moich znajomych z roku ma już doświadczenie zawodowe.

### Co słyszy?

Chociaż słyszałam o tym, że język polski jest bardzo trudny to miło się zaskoczyłam. Jest on bardzo uporządkowany i nie licząc wymowy niektórych głosek, nie jest taki zły.

### Co widzi?

Chodząc po Poznaniu, na każdym kroku można znaleźć restauracje różnych kuchni świata. Na początku miałam problem, by znaleźć restaurację z polskim jedzeniem. Uwielbiam żurek!



### Co mówi?

Moi znajomi bardzo dużo mówią i sporo gestykują. Gdy mówią po polsku to mam wrażenie, że się ciągle kłócą.

### Bólączki - obawy i frustracje:

Nie czuję się komfortowo, gdy wykonujemy projekt na ostatnią chwilę.

### Korzyści - pragnienia i potrzeby:

Chciałabym, aby na zajęciach było mniej improwizowania i więcej przestrzeni na pracę grupową.

# Sofia Grande Martin

## Co myśli i czuje?

Polska bardzo mi się podoba. Czuję się prawie jak w domu. Szkoda tylko, że jest tak zimno.

## Co słyszy?

Polacy uwielbiają wulgaryzmy, na początku myślałam, że są to normalne słowa, ale szybko się okazało, że lepiej ich unikać, szczególnie na uczelni ;)

## Co widzi?

Ludzie się nie uśmiechają i wydają się nie mieć dobrego humoru.

## Co mówi?

Na uniwersytecie spotkałam wielu sympatycznych, młodych ludzi, ale zauważyłam, że dużo czasu zajmuje im nawiązanie bliższych relacji.

## Bolączki - obawy i frustracje:

Nie wiem, czy zdążę wszystko oddać na czas. Tutaj w ogóle nie ma przerw na lunch, wydaje się, że Polacy tylko pracują lub się uczą.

## Korzyści - pragnienia i potrzeby:

Chciałabym, aby moi znajomi z Polski mieli w sobie więcej luzu (nie tylko po alkoholu) i umieli czerpać radość z życia.



**Jakie są Twoje doświadczenia?**

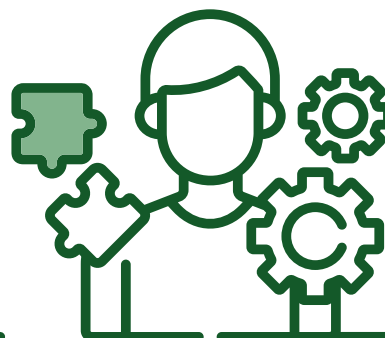
## **Czas na autorefleksję!**

Zastanów się i zapisz, jakie były Twoje wyobrażenia na temat Polaków i studiowania w Poznaniu.

Jak przygotowałeś się do wyjazdu?


Co było dla Ciebie frustrujące po przyjeździe?

A co było miłym zaskoczeniem?



A large rectangular area with rounded corners, outlined in green. It contains horizontal dashed lines for writing, intended for the student's reflections.



A photograph of three young adults sitting outdoors, likely in a park or campus setting. A young man with a backpack is leaning over a young woman with glasses, who is looking at a laptop. Another young woman is sitting next to her, smiling and looking at an open book. The background is filled with green trees and foliage.

Dopiero przeprowadzka do Polski uświadomiła mi, w jaki sposób patrzymy na otaczający nas świat. Czy kiedykolwiek zastanawiałaś się, jaki wpływ na nasze myślenie ma kultura, z której pochodzimy?

Tak, zdałem sobie z tego sprawę podczas podróży po moim kraju. Wydaje się mi się, że już w obrębie jednego państwa można spotkać się z wieloma różnicami. Dla mnie przeprowadzka do Polski wiązała się ze sporym szokiem kulturowym.

## Akulturacyja w Polsce

### Szok kulturowy

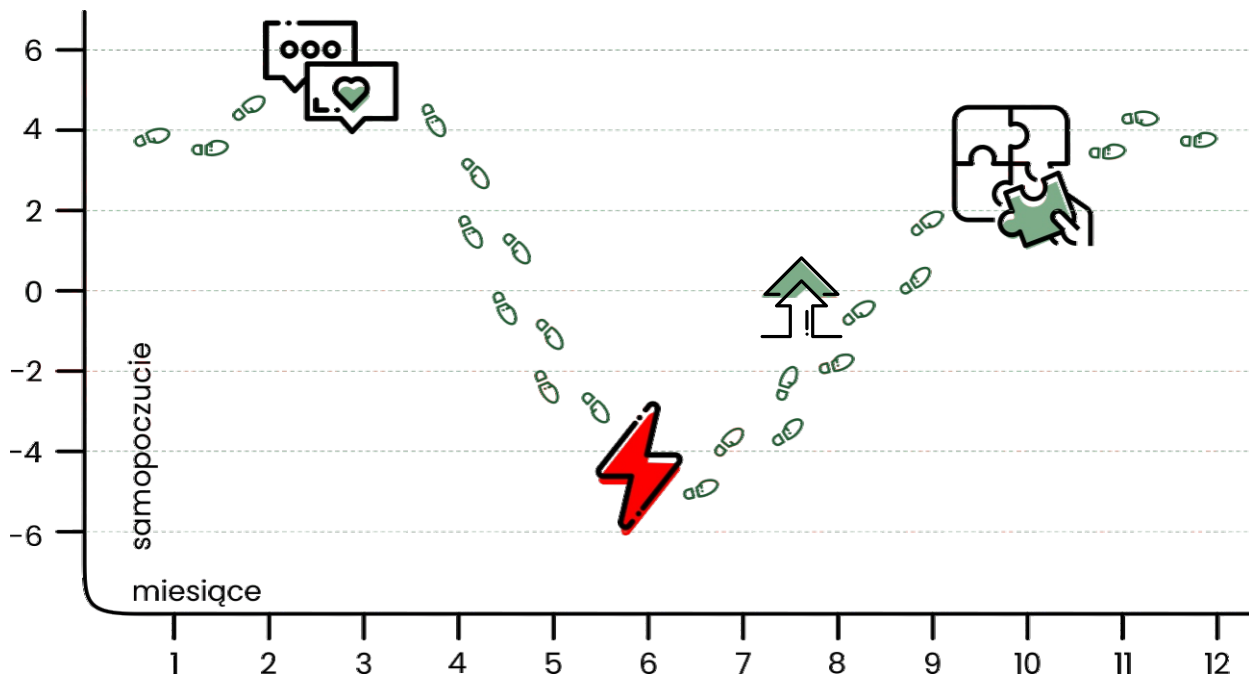
Każda osoba doświadczająca dłuższego kontaktu z inną kulturą, najczęściej na skutek migracji, jest narażona na doświadczenie tzw. szoku kulturowego.

Obejmuje on:

*„funkcjonowanie psychiczne, fizyczne i społeczne człowieka, jest rezultatem napotkanych w kulturze przyjmującej trudności, jego istotą jest doświadczanie trudnych emocji, które kumulując się, owocują pogorszeniem ogólnego samopoczucia i satysfakcji z życia, i co za tym idzie całości funkcjonowania człowieka”.*

(Bochner, za: Olczak 2006, s. 42)

## Szok kulturowy



### Miesiąc miodowy

(inaczej tzw. faza turystyczna)  
etap fascynacji nową kulturą, w której wszystko wydaje się pozytywne.



### Szok kulturowy

zderzenie z rzeczywistością, powodujące silne reakcje stresowe, charakteryzujące się zwiększoną tęsknotą za własnym krajem i możliwą wrogością wobec obcej kultury.



### Ożywienie

etap poprawy postrzegania siebie i obcej kultury.



### Adaptacja

faza ponownej akceptacji obcej kultury jako odmiennej, ale nie mniej wartościowej niż własna.

## Objawy szoku kulturowego

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> poczucie izolacji | <input type="checkbox"/> obniżenie wydajności pracy  |
| <input type="checkbox"/> niepokój          | <input type="checkbox"/> bezradność                  |
| <input type="checkbox"/> smutek            | <input type="checkbox"/> spadek energii              |
| <input type="checkbox"/> apatia            | <input type="checkbox"/> problemy ze snem            |
| <input type="checkbox"/> zamartwianie się  | <input type="checkbox"/> zaburzenia psychosomatyczne |

## Jak można radzić sobie z szokiem kulturowym?

W obliczu trudnej sytuacji, jaką jest migracja i związany z nią szok kulturowy, można korzystać z rozwiązań wielu strategii radzenia sobie z zaistniałą sytuacją i emocjami, które ona wywołuje. Podejmowane działania są kwestią indywidualną, uwarunkowaną predyspozycjami osobowościowymi i wcześniejszymi doświadczeniami. Aby lepiej zrozumieć nowe środowisko i własne emocje, bardzo ważne jest stworzenie warunków do wyrażania swoich potrzeb, bez osądów i moralizowania ze strony innych osób. Zarówno potrzeby, jak i emocje są uniwersalne dla wszystkich ludzi, jedynie kultura kraju, w którym dorastaliśmy, ukształtowała w nas różne strategie ich okazywania. Dlatego warto dać sobie możliwość wyrażenia tego, co się czuje i znalezienia wspólnego rozwiązania w danych sytuacjach. (Lorenc, Berendt 2019, 233-236).

**W tym celu można wykorzystać model Porozumienia bez przemocy (Kuczyńska-Krata 2020):**

### FAKTY

opis sytuacji bez ocen i interpretacji

### EMOCJE

identyfikacja emocji, które pojawiają się w związku z obserwowaną sytuacją

### POTRZEBA

uświadomienie sobie, z jaką potrzebą wiąże się ta przeżywana emocja

### PROŚBA / PROPOZYCJA

wyrażenie jasno i konkretnie propozycji działania sprzyjającego zaspokojeniu potrzeby

### PRZYKŁAD

**„Ta uczelnia jest głupia. Mam jej dosyć!”**

**FAKTY:** Nie mogę znaleźć sali, w której odbywają się moje zajęcia.

**EMOCJE:** Jestem zła i rozżalona.

**POTRZEBA:** Dostrzeżenia problemu i zauważenia potrzeb obcokrajowców.

**PROŚBA / PROPOZYCJA:** Chciałabym, aby na uczelni były tabliczki po angielsku; przydałaby się też aplikacja.

**Gdy rozmawiasz z inną osobą komunikacja może przebiegać w następujący sposób.**

### PRZYKŁAD przeformułowania z empatią

**„Ta uczelnia jest głupia. Mam jej dosyć!”**

Gdy powiedział\*ś przed chwilą, że uczelnia jest głupia i masz jej dosyć (**FAKTY**)

Odczytałam rozżalenie i złość w Twoich emocjach (**EMOCJE**)

Czy chodzi Ci o pomoc? (**POTRZEBA**)

Może moglibyśmy teraz porozmawiać i zastanowić się, jak mogę Ci pomóc? Co Ty na to?

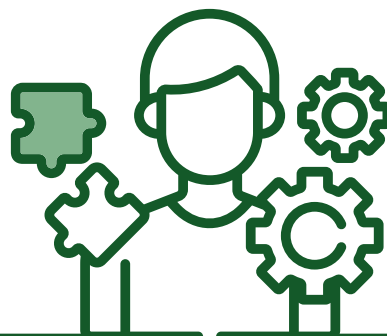
(**PROŚBA / PROPOZYCJA**)

Nawet jeżeli nie odgadniemy odczuwanej przez inną osobę emocji, ona sama naprowadzi nas na to, jaka jest to emocja i czego potrzebuje w danej sytuacji. Pod wieloma zachowaniami kryje się przede wszystkim lęk, złość, smutek czy potrzeba bliskich relacji.

**Jak radzić sobie z trudną sytuacją?**

## **Czas na autorefleksję!**

Zastanów się i zapisz, z jaką trudną sytuacją spotkał\*ś się w ostatnim tygodniu i jak możesz sobie z nią poradzić, wykorzystując model Porozumienia bez przemocy.



### **FAKTY**

.....

.....

.....

.....

### **EMOCJE**

.....

.....

.....

.....

### **POTRZEBA**

.....

.....

.....

.....

### **PROŚBA / PROPOZYCJA**

.....

.....

.....

.....



## Stereotypy vs rzeczywistość

*„Nasze wyobrażenia o rzeczywistości w znacznej mierze składają się z cudzych opinii, najbardziej zakorzenionych w naszej świadomości.”*

W. Lippman

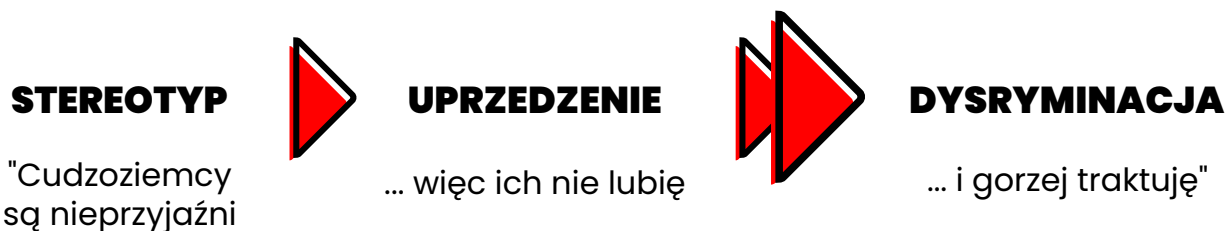
Jesteś już w Polsce. Zapewne słyszał\*ś coś o tym kraju i jego mieszkańcach. Tylko czy wszystko co przeczytamy albo usłyszymy od innych jest zgodne z prawdą? Bardzo często, przygotowując się do wyjazdu, opieramy nasze wyobrażenie o danym miejscu na podstawie opowieści i doświadczeń innych osób, a od tego już krok do bazowania na stereotypach i pojawienia się zachowań dyskryminujących.

### Czym jest stereotyp?

Stereotyp jest to nadmierne uproszczenie, generalizacja odnosząca się do danej grupy czy konkretnych członków danej grupy. Oznacza przypisywanie konkretnych cech, właściwości, charakterystyk danym osobom, jedynie z racji przynależności do danej grupy. Istnieją stereotypy różnego rodzaju, np. związane z podziałami rasowymi, z przynależnością do konkretnej nacji, kolorem oczu, wyglądem zewnętrznym; związane ze stanem zdrowia, daną grupą zawodową czy stereotypy płciowe.

## Co ważne!

Nie jesteśmy w stanie funkcjonować bez stereotypów i nie jesteśmy w stanie się ich całkowicie wyzbycić, bowiem one, upraszczając świat, pomagają nam funkcjonować. Natomiast im bardziej będziemy świadomi tego, jakimi stereotypami się kierujemy, jakie stereotypy są na nasz temat, jakie przekonania kierują naszym zachowaniem – tym bardziej rozszerza się nasza perspektywa i możemy przeciwdziałać krzywdzącym opiniom i zachowaniom. Nierówne, gorsze traktowanie którejs z stron, może się przejawiać, np. poprzez stosowanie agresji fizycznej, formułowanie obraźliwych zdań, żartów, gestów czy wykluczenie z grupy. Poniższy schemat przedstawia mechanizm powstawania postaw dyskryminacyjnych.



Źródło: rownowazni.uw.edu.pl (dostęp: 06.12.2022)

## Polacy wciąż narzekają!

Polska kultura narzekania znana jest na całym świecie, na niej oparto nawet jedną z kampanii przedstawiającą najważniejsze dokonania wybitnych Polaków („Poland. Come and complain”). Badania wykazują, że narzekanie spełnia ważne funkcje w życiu społecznym, pozwalając zarówno na nawiązanie i utrzymanie relacji, jak i na ukazanie siebie jako osoby doświadczonej. Stąd jak zadasz pytanie: „co słysząc?”, w odpowiedzi często możesz usłyszeć, że mogłoby być lepiej, że ktoś jest zmęczony lub dzisiaj jest kiepska pogoda. W Polsce łatwiej mówi się o trudnościach niż o pozytywach. Możesz to również zaobserwować, prosząc kogoś np. o feedback po wykonanym przez Ciebie projekcie.

## Polacy bardzo często przeklinają!

Wulgaryzmy są często jednymi z pierwszych słów, które zapamiętują obcokrajowcy przyjeżdżający do Polski, stąd też zrodziło się przekonanie, że Polacy kochają przeklinać. Czy jest ono prawdziwe? Badania (z 2013 r.) potwierdzają, że wulgaryzmy są dość powszechne, a najczęściej można je usłyszeć z ust mężczyzn, na ulicy i w środkach transportu (np. w autobusie czy pociągu). Widoczne są też w Internecie, a od kilku lat pojawiają się w polityce. Pamiętaj, że chociaż można je usłyszeć w przestrzeni publicznej, nadal uznawane są za coś rażącego, wbrew obowiązującym normom, dlatego lepiej ich unikaj, zwłaszcza gdy jesteś na uczelni.

## W Polsce nikt się nie uśmiecha!

Powszechnym spostrzeżeniem na polskiej ulicy jest brak uśmiechu i stonowane okazywanie uczuć. Uśmiech skierowany do nieznanomych często utożsamiany jest ze sztucznością i bywa traktowany jako coś podejrzanego. Gdy zatem mijasz osobę, który nie odwzajemnia Twojego uśmiechu, pamiętaj, że zachowanie tej osoby nie wynika to z niechęci i wrogości, a raczej z nastawienia, że nie warto czegoś udawać, że jeśli nie mamy nastroju to nie powinniśmy tego ukrywać. Polska norma naturalności odnosi się bowiem nie tylko do słów, ale także do komunikacji niewerbalnej, a zwłaszcza mimiki.

## **Polacy piją bardzo dużo alkoholu!**

Według danych OECD (Preventing Harmful Alcohol Use, 2021) średnie spożycie alkoholu w Europie wynosi 11,3 litra czystego alkoholu rocznie na osobę. W Polsce wypija się 11,7 litra, nie wyróżniamy się więc znacząco na tle innych krajów. To co wyróżnia Polaków to spożycie mocnych alkoholi np. wódki. Jednakże nie jest prawdą, że Polacy piją wódkę na śniadanie lub na każdym spotkaniu towarzyskim.

## **Polska to kraj nietolerancyjny!**

Niestety jest w tym dużo prawdy! Polska to homogeniczny kraj. Około 97% osób mieszkających w Polsce to osoby narodowości polskiej, a 96% społeczeństwa określa siebie jako katolików (2021), dlatego też wiele osób dopiero poznaje, czym jest różnorodność w społeczeństwie. Niestety po raz kolejny w 2021 roku Polska znalazła się na ostatnim miejscu krajów Unii Europejskiej w rankingu ILGA Europe, mierzącym równouprawnienie społeczności LGBTQIAP+. Jednak nie zniechęcaj się ani nie obawiaj o swoje prawa. Poznań jest otwartym miastem, w którym mieszka ponad 10 tys. obcokrajowców, coraz więcej osób mówi w języku angielskim, a w razie jakichkolwiek nieprzyjemnych doświadczeń możesz zgłosić się o pomoc do Pełnomocnika Rektora ds. Równego Traktowania na naszej uczelni.

## **Język polski jest najtrudniejszym językiem na świecie!**

Język polski bardzo często pojawia się w rankingach najtrudniejszych języków świata. Należy jednak pamiętać, że są one subiektywne, a wiele zależy zarówno od języka natywnego (inaczej np. na język polski będzie patrzeć osoba, która nigdy nie zetknęła się z językiem fleksyjnym), jak i indywidualnej świadomości językowej użytkowników. Nie warto zatem bać się nauki języka polskiego, a spróbować, gdyż „nie taki diabeł straszny jak go malują”! Podstawowe słowa „Dzień dobry” czy „Dziękuję” przełamują lody, nawet w interakcjach z wykładowcami.



**Jakie są stereotypy o Twoim kraju?**

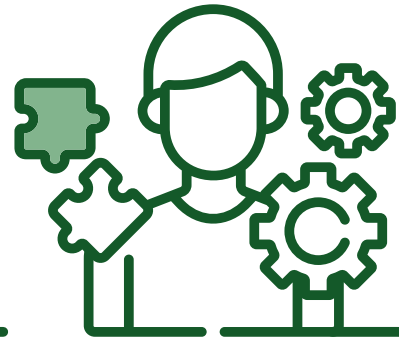
## **Czas na autorefleksję!**

Zastanów się i zapisz, jak postrzegane jest miejsce, z którego pochodzisz.

Jak postrzegani są mieszkańcy Twojego kraju przez innych?

Które stereotypy są prawdziwe, a które nie?

Jak Ty możesz zaprezentować swój kraj, mieszkając w Polsce?



A large rectangular area with rounded corners, enclosed by a thick green border. Inside this area, there are approximately 25 horizontal dashed lines, providing a space for writing answers to the questions above.



Właśnie dowiedziałem się, że jest mi potrzebny numer PESEL. Czy wiecie, gdzie mogę go otrzymać?

Obywatele Unii Europejskiej go nie potrzebują.

Numer PESEL? A co to jest? Pierwsze słyszę!



## Pierwsze kroki w Poznaniu

### Co należy wiedzieć!

Numer PESEL to jedenastocyfrowy symbol numeryczny, który pozwala na łatwą identyfikację osoby, która go posiada. Numer PESEL zawiera datę urodzenia, numer porządkowy, oznaczenie płci oraz liczbę kontrolną. Jest on używany w kontaktach z różnymi instytucjami oraz w obiegu prawnym np. podczas korzystania z opieki medycznej czy zakładania konta bankowego.

Jeśli jesteś cudzoziemcem, który mieszka w Polsce, możesz zameldować się – wtedy automatycznie dostaniesz numer PESEL. Jeśli nie możesz zameldować się, a jakiś urząd wymaga od Ciebie numeru PESEL – złóż wniosek w dowolnym urzędzie gminy. Wyrobienie numeru PESEL jest bezpłatne!

#### PESEL

##### WIĘCEJ INFORMACJI

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



#### NFZ - OPIEKA MEDYCZNA

##### WIĘCEJ INFORMACJI

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



## Legitymacja studencka

Wszystkie osoby studiujące na Uniwersytecie Ekonomicznym w Poznaniu otrzymują legitymację poświadczającą status studenta. Legitymacja jest wydawana i przedłużana automatycznie w październiku i jest ważna do końca następnego roku kalendarzowego.

**Legitymacja studencka pozwoli Ci na korzystanie z biblioteki oraz zniżek w transporcie publicznym, kinach a nawet w wybranych restauracjach.**



Kiedy będziesz już mieć legitymację, nie zapomnij aktywować jej elektronicznej wersji!

mLegitymacja studencka czyli legitymacja studencka w telefonie. Ten dokument można aktywować poprzez kod QR oraz kod aktywacyjny otrzymany na uczelni.

mLegitymacja studencka działa tak, jak tradycyjny dokument. Pokazując ją na ekranie smartfona, potwierdzisz, że jesteś studentem, skorzystasz z ulg i zwolnień. Możesz również potwierdzić swoje dane użytkownikowi aplikacji mWeryfikator. Uprawniony użytkownik potwierdzi m.in. Twoje imię, nazwisko i zobaczy Twoje zdjęcie z dokumentu w niskiej rozdzielczości. Może sprawdzić również ważność Twojej mLegitymacji studenckiej.

### mLEGITYMACJA

#### WIĘCEJ INFORMACJI

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



## Poznańska Elektroniczna Karta Aglomeracyjna (PEKA)

Poznańska Elektroniczna Karta Aglomeracyjna to karta imienna, za pomocą której można:

- kupić lub doładować bilet okresowy na trasę lub na sieć,
- doładować konto tPortmonetki służącej do opłacania przejazdów jednorazowych,
- wziąć udział w programie premiowym.

Imienną Kartę PEKA można uzyskać bezpłatnie:

- poprzez złożenie wniosku przez Internet - to najwygodniejsza i najprostsza metoda.

Wystarczy wypełnić wniosek, dołączyć zdjęcie w formacie jpg lub png,

a później odebrać kartę w wybranym przez siebie Punkcie Obsługi Klienta ZTM,

- poprzez złożenie wniosku w Punkcie Obsługi Klienta ZTM.



**karta PEKA**

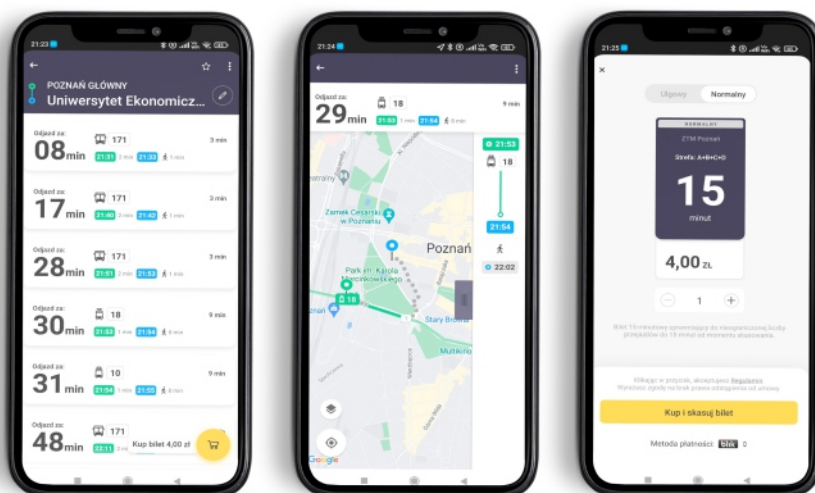
**WIĘCEJ INFORMACJI**

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



## Aplikacja jakdojade

W darmowej aplikacji **jakdojade** możesz między innymi sprawdzić rozkład jazdy, śledzić na żywo trasy autobusów, korzystać z mapy, kupować bilety.



# Witamy na Uczelni

Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu został utworzony w 1926 roku i należy do ścisłej czołówki polskich uczelni ekonomicznych. Swoją renomę zawdzięcza wysokiej jakości kształcenia oraz pozycji jednego z liderów badań naukowych w zakresie nauk ekonomicznych. Siłą Uczelni jest jej potencjał naukowy, warunki kształcenia oraz orientacja na współpracę z biznesem.

## Do uczelni należy 6 budynków w centrum Poznania.



1

### **Budynek A, ul. Niepodległości 10**

- administracja Uczelni
- Aula
- sale wykładowe
- Dział Współpracy z Zagranicą
- pracownie komputerowe
- kawiarnia

3

### **Budynek C ul. Towarowa 53**

- sale wykładowe
- publiczne centrum medyczne
- Parlament Studentów

5

### **Collegium Altum ul. Powstańców Wielkopolskich 16**

- Biblioteka główna:  
II piętro – czytelnia  
III piętro – czasopisma/książki
- sale wykładowe
- stołówki (1 piętro i 9 piętro)

2

### **Budynek B ul. Niepodległości 12**

- sale wykładowe
- organizacje studenckie
- Pokój Ciszy

4

### **Budynek CEUE ul. Towarowa 55**

- sale wykładowe
- pracownie komputerowe
- połączenie z budynkiem „C”
- kawiarnia

6

### **Studium Praktycznej Nauki Języków Obcych ul. Taczaka 9 (TA)**

- sale wykładowe dla języków
- pokoje lektorów

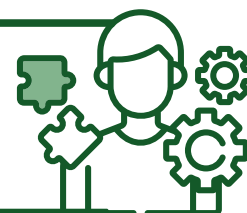
## 6 budynków należących do Uczelni




zdjęcia: Google Street View, dostęp 20.01.2023

### Quiz Zastanów się i odpowiedz:

- W którym budynku znajduje się biblioteka?
- Gdzie znajdziesz dziekanat?
- W którym miejscu znajduje się Pokój Ciszy?
- Gdzie jest Aula?





Wiecie jaka jest różnica między wykładem a ćwiczeniami?

## Plan zajęć

### Rodzaje zajęć w pigułce

**Duże zakłopotanie wśród studentów wzbudzają rodzaje zajęć i na które trzeba uczęszczać by móc zaliczyć przedmiot.**

#### Wykład

prowadzący przedstawia na nim teoretyczną wiedzę z danej dziedziny, można zadawać pytania prowadzącemu zajęcia. Obecność na wykładach nie jest obowiązkowa, ale warto na nie chodzić, by bez problemów przystąpić do egzaminu.

#### Ćwiczenia

poszerzają wiedzę przez zajęcia praktyczne, często stanowią uzupełnienie wykładu. Ćwiczenia są obowiązkowe. Zgodnie z regulaminem uczelni możesz być nieobecny\* 2 raz w ciągu semestru!

#### Laboratoria

należą do zajęć praktycznych, podczas których przeprowadzasz badania i doświadczenia z wykorzystaniem sprzętu laboratoryjnego lub aparatury badawczej (to np. zajęcia informatyczne, językowe). Laboratoria są obowiązkowe. Zgodnie z regulaminem uczelni możesz być nieobecny\* 2 razy w ciągu semestru!

#### Seminarium

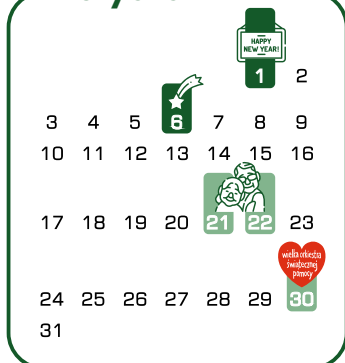
typ zajęć, który pojawia się na wyższych latach studiów. Zajęcia te przygotowują studenta do samodzielnego napisania pracy dyplomowej. SeminaRIA są obowiązkowe. Zgodnie z regulaminem uczelni możesz być nieobecny\* 2 razy w ciągu semestru!

Pamiętajcie, że rok akademicki w Polsce może się różnić od tego, który obowiązuje w naszych krajach. Polacy też mają swoje święta. Warto je poznać, by wiedzieć, kiedy mamy wolne.



## Święta obchodzone w Polsce

styczeń



**1.01. Nowy Rok** – święto, kiedy wszyscy odpoczywają i odsypiają nieprzespaną noc; tego dnia nie ma zajęć na uczelni. **Wolny dzień!**



**6.01. Święto Trzech Króli** – święto religijne, podczas którego w wielu miastach w Polsce organizowany jest Orszak Trzech Króli, wtedy też nie ma zajęć na uczelni. **Wolny dzień!**



**21.01. i 22.01. Dzień Babci i Dzień Dziadka** – święto, podczas którego odwiedza się swoich dziadków, obdarowując ich laurkami i drobnymi upominkami. **Uwaga:** nie są to dni wolne od zajęć.



W styczniu odbywa się też Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy – największej w Polsce imprezy charytatywnej, podczas której zbiera się pieniądze, przede wszystkim na zakup sprzętu dla szpitali; wtedy też w całej Polsce organizowane są darmowe koncerty i innego wydarzenia. Znakiem rozpoznawczym Orkiestry jest czerwone serduszko (naklejka, którą można otrzymać za datkę). Dokładną datę Finału Orkiestry w danym roku sprawdź w Internecie! **Uwaga:** nie jest to dzień wolny od zajęć.


## luty

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						





## marzec

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			

## kwiecień

				 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	

## maj

 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. – Walentynki** – dzień świętego Walentego, tego dnia zakochani spędzają razem czas, często wręczając sobie upominki.  
**Uwaga:** nie jest to dzień wolny od zajęć.



**Tłusty Czwartek** – przypada w ostatni czwartek przed Wielkim Postem (najczęściej w lutym, chociaż czasem w styczniu lub w marcu). Tego dnia wszyscy zjadają się pączkami i faworkami, których koniecznie trzeba spróbować. Dokładną datę Tłustego Czwartku w danym roku sprawdź w Internecie!  
**Uwaga:** nie jest to dzień wolny od zajęć.



**8.03. – Dzień Kobiet** – święto o międzynarodowym zasięgu; tego dnia kobiety dostają kwiaty lub inne drobne prezenty.  
**Uwaga:** nie jest to jednak dzień wolny od zajęć.



**Wielkanoc** – przypada w marcu lub w kwietniu; jest to święto religijne, spędzane w gronie najbliższych; dwa dni świąt: niedziela oraz poniedziałek – tzw. śmigus-dyngus, gdy zgodnie z tradycją polewamy się wodą. **Są to dni wolne od zajęć.**



**1.04. – prima aprilis** – tego dnia robimy żarty rodzinie i znajomym, za które nikt się nie obraża.  
**Uwaga:** nie jest to dzień wolny od zajęć.



**1.05. – Święto Pracy – dzień wolny od zajęć.**



**2.05. – Dzień Flagi;** nie jest to jednak dzień wolny od pracy, często jednak na uczelniach tego dnia nie ma zajęć, a czas od 1.05. do 3.05. nazywany jest majówką, sprzyja on licznym wyjazdom i spędzaniu czasu na świeżym powietrzu.

**Uwaga:** koniecznie sprawdź, czy tego dnia masz zajęcia!



**3.05. – Święto Konstytucji 3 Maja;** to właśnie 3 maja 1791 roku polski sejm przyjął drugą na świecie, a pierwszą w Europie konstytucję. Tego dnia w wielu miejscach publicznych zobaczysz polskie flagi.

**Jest to dzień wolny od zajęć.**



**18.05. – międzynarodowa Noc Muzeów** – tego dnia muzea i galerie w całej Polsce można zwiedzać do późna za darmo.  
**Uwaga:** po tej wyjątkowej nocy nie ma dnia wolnego od zajęć.



**26.05. – Dzień Matki** – jest to okazja, by dać mamie symboliczny upominek. **Uwaga:** Nie jest to jednak dzień wolny od zajęć.



## czerwiec

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

## lipiec

			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

## sierpień

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




## wrzesień

			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

## październik

				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						

## listopad

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



**1.06. – Dzień Dziecka;** tego dnia dzieci dostają prezenty od rodziców i dziadków. **Uwaga:** nie jest to jednak dzień wolny od zajęć.



**23.06. – Dzień Ojca;** tego dnia wręcza się tacie symboliczne upominki. **Uwaga:** nie jest to dzień wolny od zajęć.



**Boże Ciało** – święto w kościele katolickim, obchodzone 60 dni po Wielkanocy. Najczęściej przypada w czerwcu, a jego symbolem są uroczyste procesje ulicami miast i wsi.

**Uwaga:** dokładną datę Bożego Ciała w danym roku sprawdź w Internecie! Tego dnia nie ma zajęć. **Dzień wolny.**



## Lipiec, Sierpień i Wrzesień

W lipcu i w sierpniu dzieci mają wakacje (wracają do szkoły 1 września), studenci często muszą czekać na wolne do połowy lipca (do zakończenia się sesji), ale za to wrzesień dla większości studentów to też czas odpoczynku (chyba że ma się jakieś poprawki). Bywa jednak tak, że we wrześniu rozpoczynają się już pierwsze zajęcia.

**Uwaga:** koniecznie sprawdź to, by wiedzieć, kiedy pojawić się na uczelni!



**15.08. – dzień dwóch świąt: Wojska Polskiego i Matki Boskiej Zielnej** (Wniebowzięcia Maryi Panny); dzień wolny od pracy, więc tego dnia sklepy, ale często restauracje i kawiarnie będą zamknięte.

## Październik



Październik to miesiąc rozpoczęcia roku akademickiego. Zdarza się jednak, że pierwszy zjazd jest już we wrześniu, dlatego zawsze pamiętaj, by upewnić się, kiedy masz zajęcia!



**1.11. – Wszystkich Świętych**, potocznie nazywane Świętem Zmarłych. Jest to czas, gdy odwiedzamy cmentarze i zapalamy znicze.

**Ten dzień jest wolny od zajęć dydaktycznych.**



**11.11. – Święto Niepodległości** – to właśnie 11 listopada 1918 roku, po ponad 100 latach, Polska odzyskała niepodległość.

**Jest to bardzo uroczyste święto i dzień wolny od pracy.**



**29.11. Andrzejki** (często obchodzone 30.11.) – wieczór wróżb (z których najpopularniejszą jest lanie wosku) i andrzejkowych imprez. **Uwaga:** nie jest to dzień wolny od zajęć.

## grudzień



**6.12. – Mikołajki** – czas, kiedy przede wszystkim dzieci otrzymują prezenty od Świętego Mikołaja (chowane pod poduszką, w skarpetach lub w butach). **Uwaga:** nie jest to dzień wolny od zajęć.



**24.12. – Wigilia** – nie jest to święto, a uroczysta kolacja, którą spędza się w gronie najbliższych. Po wieczerzy pod choinką pojawiają się prezenty, które przynosi Święty Mikołaj (a Wielkopolsce – Gwiazdor). Nie jest to dzień wolny od zajęć, ale często na uczelniach tego dnia studenci mają już wolne. **Uwaga:** upewnij się, jak jest u Ciebie.



**25.12 i 26.12. – Święta Bożego Narodzenia** – święta spędzane w rodzinnym gronie. **Dni wolne od pracy i zajęć dydaktycznych.**



**31.12. – Sylwester** – huczne świętowanie nowego roku i chociaż nie jest to święto, na uczelniach najczęściej nie ma wtedy zajęć dydaktycznych.

## Jakie są Twoje doświadczenia?

# Czas na autorefleksję!

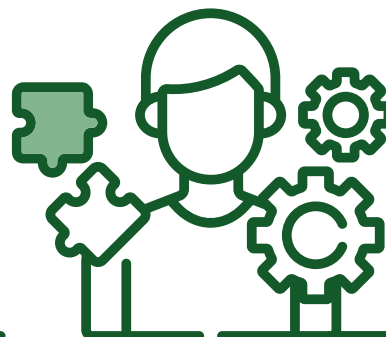
Zastanów się i zapisz, jakie jest Twoje ulubione święto obchodzone w Polsce.

Kiedy przypada? Czym się charakteryzuje?

Czy w swoim kraju masz podobną tradycję?

A jakie święto z Twojej kultury chciał\*byś zaprezentować kolegom i koleżankom z innych krajów?

To świetny sposób na integrację i przełamanie lodów.



Czy wiecie, że do wykładowców w Polsce nie mówi się po imieniu? Warto używać tytułów naukowych i form grzecznościowych.

Jak piszesz mail to pamiętaj, że lepiej napisać coś łamaną polszczyzną niż wierzyć translatorom. Sam doświadczyłem błędnego tłumaczenia i nieporozumienia z wykładowcą.



## Jak nie strzelić gafy na Uczelni?



### Jak zwracać się do wykładowców:

Pan – Mr

Pani – Mrs

prof. dr hab. – zwracaj się Pan / Pani Profesor

dr hab. – zwracaj się Pan / Pani Doktor

dr – zwracaj się Pan / Pani Doktor

mgr – zwracaj się przez Pan/Pani lub Pan/Pani Magister (mniej popularne)



### Pisanie drukowanymi literami w Polsce odbierane jest jako krzyk.

Staraj się tego unikać.

Kontaktując się z wykładowcami, pamiętaj o przedstawieniu się (imieniem i nazwiskiem), podaniu swojej grupy oraz przedmiotu.

Daj przynajmniej trzy dni robocze na odpisanie na Twojego maila. Nie oczekuj odpowiedzi wieczorami, w weekendy i święta.



### W Polsce punktualność jest bardzo ważna.

Dopuszcza się maksymalnie 15 min spóźnienia (tzw. kwadrans akademicki). Warto też wejść po cichu, nie robiąc zbędnego zamieszania.

Jeśli przychodzicie na zajęcia to zostańcie do końca, niegrzecznie jest wychodzić przed czasem (bez porozumienia z wykładowcą).



### Uczestnictwo w zajęciach

Przyjście na pierwsze i ostatnie zajęcia nie gwarantuje zdania. Zapoznaj się z warunkami zaliczenia, a w razie wątpliwości – dopytaj wykładowców.



### Zakaz picia alkoholu i palenia tytoniu

na terenie Uczelni obowiązuje zakaz palenia papierosów i picia alkoholu. Do baru lepiej umówić się po zajęciach!

**Jakie są Twoje doświadczenia?**

## **Czas na autorefleksję!**

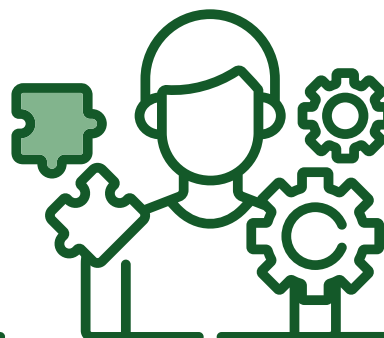
Zastanów się i zapisz, czy Ty popełnił\*ś jakieś gafy, studiując w Polsce.

Jakiego typu były to sytuacje?

Gdzie miały miejsce?

W jaki sposób dowiedział\*ś się, że zrobił\*ś coś nie tak?

Czego nauczyły Cię te sytuacje?



A large rectangular area with rounded corners, outlined in green. It contains horizontal dashed lines for writing, intended for the student's reflection on their experiences.

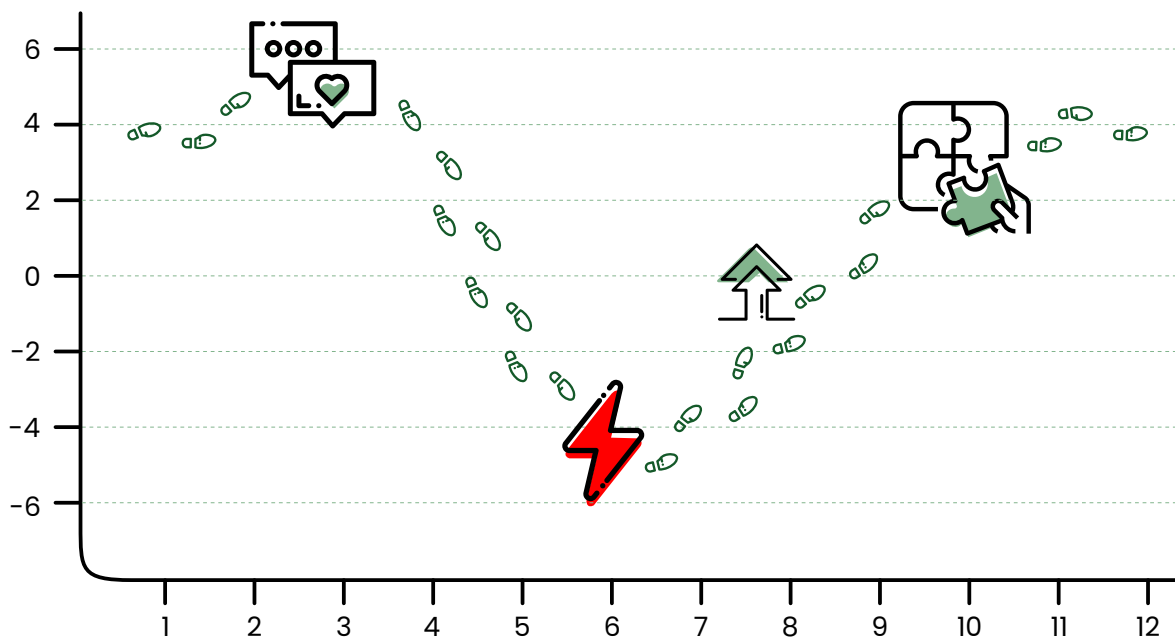
# Mój szok kulturowy w Polsce

Dowiedział\*ś się już sporo o Polsce i zwyczajach panujących na uczelni. Moment w którym zdecydował\*ś się przyjechać do Polski, był początkiem Twojej nowej drogi. Wiele rzeczy może Cię zaskakiwać, lecz dzięki otwartej głowie i ciekawości świata możesz poznać interesujących ludzi i przeżyć niesamowitą przygodę.

Nawet jeżeli Polska i studia na Uniwersytecie Ekonomicznym w Poznaniu są tylko przystankiem w podróży, pamiętaj, że proces akulturacji jest czymś naturalnym i będziesz go doświadczać w każdym nowym miejscu. Jego intensywność zależy od Twojego podejścia i doświadczenia.

## Jakie są Twoje doświadczenia?

## Czas na autorefleksję!



### Miesiąc miodowy

Jak wyglądał Twój pierwszy dzień w Polsce?

Co Cię zaskoczyło?

A co Cię zafascynowało?



### Szok kulturowy

Czy zauważył\*ś u siebie objawy szoku kulturowego?

Czym on się przejawiał?

Jakie emocje Ci towarzyszyły?

Jaka sytuacja była dla Ciebie najtrudniejsza?

Jak sobie poradził\*ś?



### Ożywienie

Co było przełomem w Twoim podejściu?

Kto Cię wspierał

w odnalezieniu się w Polsce?



### Adaptacja

Co lubisz robić w Poznaniu?

Jakie jest Twoje ulubione miejsce?

Czy masz przyjaciół z Polski?

Jak się tutaj czujesz i jakie są Twoje dalsze plany?

Mamy nadzieję, że nasze wskazówki są przydatne i pomogą Ci z większą łatwością odnaleźć się w Polsce i na uczelni. Wszyscy przechodzimy przez podobny proces, więc warto jest rozmawiać o tym, czego doświadczamy, zarówno o miłych chwilach, jak i trudnościach.



UNIwersytet  
EKONOMICZNY  
W POZNANIU

Pamiętaj, że w razie pytań lub jakichkolwiek trudności zawsze możesz poprosić o pomoc.

### Pomocy udzieli Ci Dział Współpracy z Zagranicą.



#### **pokój 120 A (Budynek Główny)**

**ul. Niepodległości 10**

dla studentów kierunków  
anglojęzycznych (full-time students)



#### **pokój 218 A (Budynek Główny)**

**ul. Niepodległości 10**

dla studentów przebywających  
na wymianie zagranicznej

