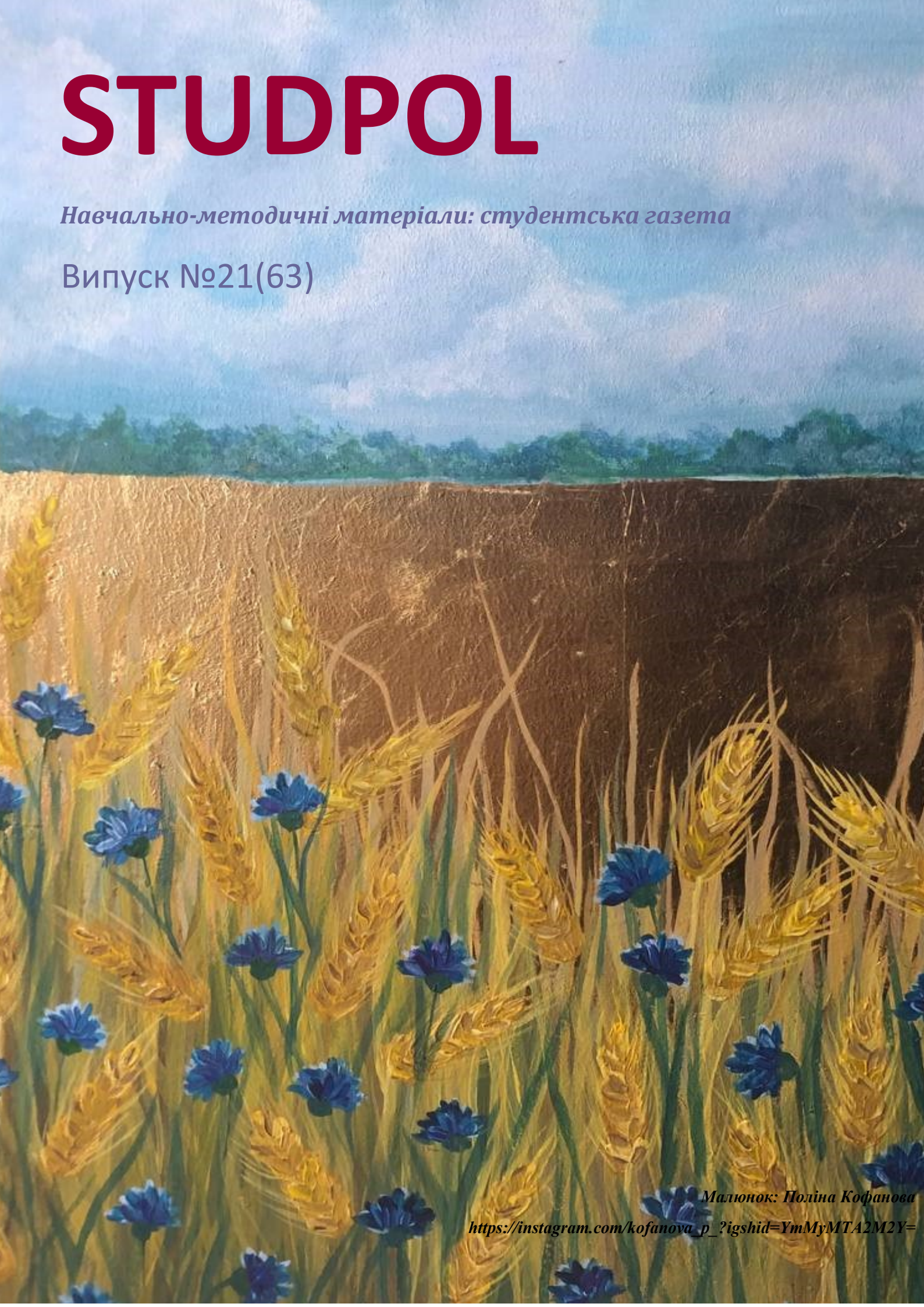


STUDPOL

Навчально-методичні матеріали: студентська газета

Випуск №21(63)



Малюнок: Поліна Кофанова

https://instagram.com/kofanova_p_?igshid=YmMyMTA2M2Y=

Запоріжжю потрібні інженери!



31 травня 2022 року в. о мера міста Анатолій Куртєв разом із міською радою та Національним університетом «Запорізька політехніка» підписали Меморандум про співпрацю.

Це робиться для того, аби популяризувати інженерні та технічні професії у нашому промисловому місті. Вся країна знає й пишається Запоріжжям, а містяни з гордістю розповідають, що наша запорізька промисловість – це вагома частина всієї державної індустрії.

Головна мета Меморандуму, підписаного нашим університетом та міською радою – створення всіх сприятливих умов для того, щоб наше місто розвивалося як головний індустріальний центр. Це потрібно також для того, аби Запоріжжя не втрачало чудової репутації, і всі навколо розуміли, що Запорізька земля надає корисну, якісну та професійну освіту!

Співпраця розвиватиметься в трьох напрямках:

- ~ участь в освітніх місцевих, регіональних, національних та міжнародних конкурсах;
- ~ організація круглих столів, спільних семінарів, тренінгів та конференцій;
- ~ реалізація спільних проєктів, аби вся країна знала Запоріжжя як місто з висококласним рівнем освіти.

Діана Пилипенко

Конкурс на краще студентське видання

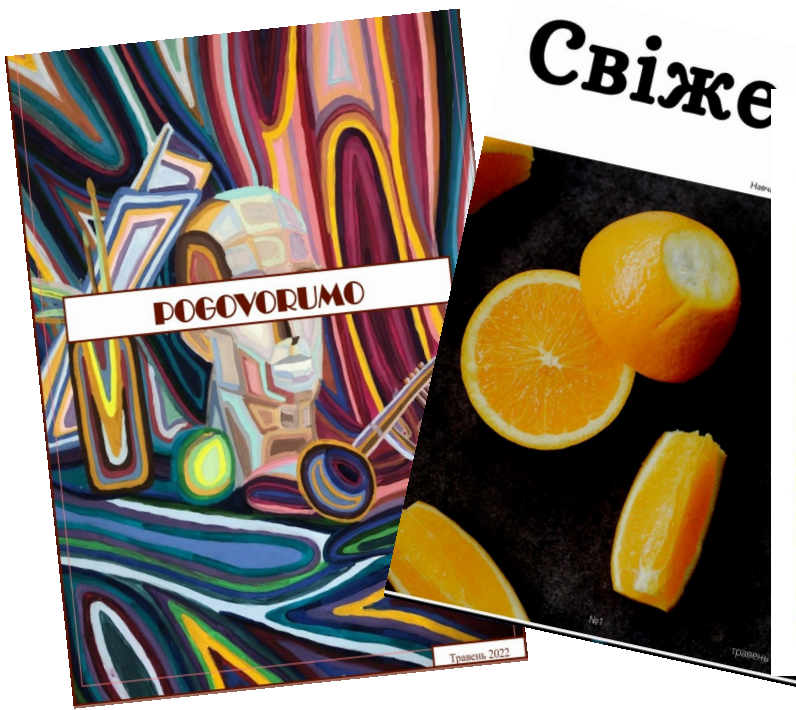
Вже другий рік поспіль першокурсники Національного університету «Запорізька політехніка» під час вивчення дисципліни «Газетно-журнальне виробництво» створюють та презентують свої власні видання. Цей рік не став винятком. 31 травня групи СН-311 та СН-321 продемонстрували свої газети та журнали в онлайн форматі.

Протягом усього семестру студенти працювали над своїми матеріалами для видань. Ознайомившись із журналами та газетами, можна з впевненістю сказати, що першокурсники доклали максимум зусиль і, не зважаючи на всі обставини, створили «круті» видання. Звичайно, після презентацій було анонімне голосування за трійку лідерів з двох груп. Але було важко виділити лише трьох людей, тому кожне місце розділили два студенти. На третьому місці Віра Шмаль (журнал «Frech teens») та Юлія Слободенюк зі своїм журналом «Життя на сторінках».

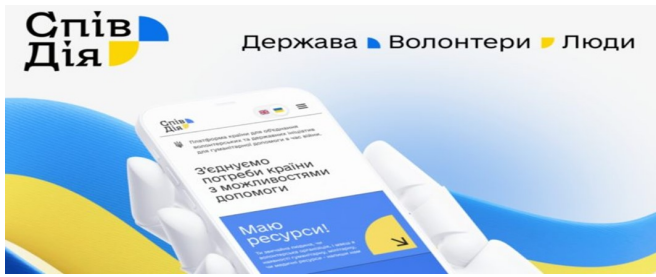
Друге місце розділили між собою дівчата з групи СН-311 Вікторія Швець з журналом «Свіже» та Анастасія Заводюк з виданням «Час». І на першому місці в нас дві роботи, які не змогли залишити байдужим нікого та покорили своєю незвичайністю та креативністю. Це журнал «By the way» Еліни Тіліліної та «Роговорумо» Анастасії Семенюк. Переглядаючи ці видання, отримуєш не тільки естетичне задоволення, але й натхнення та мотивацію робити краще та більше.

Я вважаю, що, не зважаючи на результати конкурсу, кожен почувався переможцем, тому що всі студенти з гідністю представили свої перші газети й журнали. Ми всі заслуговуємо на те, щоб про наші видання дізналося якомога більше людей.

Вікторія Швець



Платформа «СпівДія»



В Україні створено офіційну платформу для об'єднання волонтерських та державних ініціатив з гуманітарної допомоги в час війни – «СпівДія» (spivdiia.org.ua). Волонтерське об'єднання «СпівДія» координується за підтримки Офісу Президента України спільно з Міністерством розвитку громад та територій України, Міністерством охорони здоров'я України та Міністерством молоді та спорту України. Створення платформи ініційовано волонтерами разом із Координаційним штабом з гуманітарних і соціальних питань для ефективної організації допомоги населенню.

Як працює платформа?

На базі платформи відбувається взаємодія фізичних осіб, волонтерських організацій та фондів. Верифіковані волонтери в режимі реального часу допомагають громадянам – збирають всі потреби та наявні ресурси, оперативно відправляють гуманітарну допомогу та медичні засоби тим, хто цього потребує найбільше, а саме: населенню та волонтерам, установам, що приймають вимушено переміщених осіб, шелтерам. Найближчим часом на базі молодіжних центрів та громадських організацій будуть відкриті «Співдія хаби» для більш швидкої взаємодії з потребуючими та створення додаткових соціальних сервісів. «СпівДія» є ініціативою волонтерів та органів державної влади, що гарантує безпеку як надавачам, так і одержувачам допомоги.

Яку допомогу залучають?

Гуманітарна допомога: їжа, засоби гігієни, одяг, матраци, побутова техніка тощо.

Медичні ресурси: ліки та устаткування.

Добровільна особиста та майнова допомога: волонтери, склади, транспорт.

Фінансова допомога: перерахування коштів на закупівлю необхідних ресурсів.

Сервісна допомога: водії-чоловіки призовного віку від 18 до 60 років, які перетинають кордон для здійснення міжнародних вантажних автомобільних перевезень, можуть подавати заявки для виїзду за кордон з метою перевезення гуманітарних вантажів.

Як отримати або запропонувати допомогу? Громадяни чи організації, які потребують допомоги, можуть заповнити відповідну форму на сайті spivdiia.org.ua. Фахівці координаційного хабу зателефонують для підтвердження запиту. Заявки обробляються в порядку критичності та часу. Фізичні особи або волонтерські організації, які мають у наявності гуманітарні чи медичні ресурси, можуть так само запропонувати допомогу, сконтрактувавши через платформу з фахівцями координаційного хабу.

Як допомогти в забезпеченні логістики? Власники транспортних засобів – фізичні особи чи транспортні компанії – можуть надати легкові автомобілі, фури, автобуси та мікроавтобуси, а також зареєструватися у якості водіїв для перевезення між країнами, в гарячі точки по своїй області, місту чи селу, а також у точки без активних бойових дій.

У центрі «СпівДія хаб Запоріжжя» вже надали гуманітарну допомогу 20 тисячам людей

У центрі «СпівДія хаб Запоріжжя», штаб якого знахо-

диться за адресою: вул. Патріотична, 49 (Обласний центр молоді), вже надали гуманітарну допомогу близько 20 тисячам людей – запоріжцям та переселенцям, які постраждали від війни. У кожному гуманітарному пакунку – крупи, макарони, рибні або м'ясні консерви, солодощі, гігієнічні засоби. В залежності від запитів можуть додаватися й інші продукти, дитяче харчування, речі тощо.



Дуже пишаюся нашою командою, серед нас є й студенти, і дорослі люди, які мають власні родини, роботу. Кожного дня ми приходимо з самого ранку і до вечора видаємо пакунки. У нашому штабі також є кол-центр, працівники якого здійснюють величезну роботу: телефонують людям та дізнаються про запити, спілкуються та надають психологічну допомогу, консультують з різних питань. Також ми маємо власного психолога, що проводить тренінги й консультації, та онлайн-юриста.

Пишаюся тим, що вже на першому курсі мені випала честь стати керівницею такої важливої організації!

Текст і фото: Дарина Марченко



01.06.2022. Студенти, випускники та співробітники Запорізької політехніки продовжують активно працювати задля перемоги!

Представником Волонтерського штабу університету Деркач Наталією було ініційовано збір коштів на придбання захисного шолому для одного з випускників нашого машинобудівного факультету, який захищає Україну (ім'я та прізвище не розголошується зі зрозумілих причин).

Щира подяка працівникам АК «Константа» та адміністрації машинобудівного факультету, за допомогою яких було зібрано кошти, необхідні для придбання шолому!

01.06.2022. Національний університет «Запорізька політехніка» продовжує інформувати громадськість про особливості вступної кампанії цього року. Відповідальний секретар приймальної комісії Олександр Климов нагадав вступникам, що зараз триває перший етап підтвердження реєстрації на участь у національному мультитестовому тесті, а також пояснив особливості цьогорічної вступної кампанії для випускників шкіл, нагадавши про термін подавання заяв. Також університет пропонує абітурієнтам вступ на понад 40 спеціальностей, серед яких спеціальності як технічного, так і гуманітарного спрямування. Детальніше – <https://fb.watch/dH-o6EVUtC/>

03.06.2022. Зміна щодо виплати стипендій. Виплату стипендій за підсумками зимової екзаменаційної сесії 2021/2022 навчального року продовжено і у липні 2022 року. Призначення стипендії за підсумками літньої сесії 2021/2022 навчального року відбудеться з серпня 2022 року. Прес-служба профкому студентів інформувала, що для отримання стипендії саме в Приватбанку 7 червня в ауд.248а оформлювалися картки даного банку.

08.06.2022. Співпраця НУ «Запорізька політехніка» з Запорізьким обласним відділенням Громадської організації «Українська спілка інвалідів – УСІ». 8 червня 2022 року під час зустрічі з Президентом ВГОІ «Українська Спілка Інвалідів-УСІ» Никитенком Станіславом було підписано меморандуми про співпрацю між Національним університетом «Запорізька політехніка» та Запорізьким обласним відділенням Громадської організації «Українська спілка інвалідів – УСІ» та Радою ректорів закладів вищої освіти Запорізького регіону та Запорізьким обласним відділенням Громадської організації «Українська спілка інвалідів – УСІ».

Детальніше – <https://www.facebook.com/444537372309689/posts/5121917514571628/>

14.06.2022. ЕОЦ «Мазаль Тов» ЖСС «Mazal Tov» допомагає гуманітарної підтримкою.

Національний університет «Запорізька політехніка» висловлює щирі подяки колективу ЕОЦ «Мазаль Тов» ЖСС «Mazal Tov» за гуманітарну допомогу, надану Волонтерському штабу НУ «Запорізька політехніка» для осіб, які були вимушені евакуюватися з тимчасово окупованих територій та зон активних бойових дій. Отримані миючі засоби та засоби гігієни було передано до гуртожитків нашого університету, в яких знайшли тимчасовий прихисток тимчасово переміщені особи та їх сім'ї.

15.06.2022. Відбулося засідання Президії Гро-

мадської організації «Спілка ректорів закладів вищої освіти України». 15 червня 2022 року відбулося розширене засідання Президії Громадської організації «Спілка ректорів закладів вищої освіти України» за участі Міністра освіти і науки України Шкарлета Сергія Миколайовича та заступника Міністра Даниленко Світлани Василівни, повідомляє НУ «ЗП» у фейсбуці.

Під час засідання обговорили низку таких питань: Функціонування ЗВО в умовах воєнного стану та завершення навчального року;

Зміни до Порядку вступу до закладів вищої освіти в 2022 році;

нові умови ліцензування та акредитації ЗВО; інформація про підсумки участі делегації Спілки ректорів України у святкуванні 25-річчя Конференції ректорів академічних шкіл Польщі у м.Варшава.

15.06.2022. Представники Запорізької міської ради привітали лауреатів міської програми підтримки обдарованої молоді міста Запоріжжя – студентів Національного університету «Запорізька політехніка» та наших фахових коледжів, а також молодих вчених.

Вітаючи лауреатів, заступник міського голови Анатолій Васюк зазначив: «Представники найінтелектуальнішої та найкреативнішої молоді є гордістю нашого міста та майбутнім нашої країни. Завдяки своїм інтелекту, наполегливості та старанням вони у своєму юному віці вже мають неабиякі досягнення. Саме такі люди і є рушійною силою позитивних змін». Детальніше – https://t.me/press_nuzp/1752?single

16.06.2022. Перспективи взаємодії Запорізької міської ради та НУ «Запорізька політехніка». Плідна взаємодія університету та міста сьогодні – запорука успішного післязавтра. Спільні освітні проекти, дослідницька та наукова діяльність у сфері медіа, бізнесу, містобудування та містопланування – ключ до формування Запоріжжя як сучасного індустріального центру, в якому вища освіта працює на розвиток міста. У подальшому це сприятиме створенню збалансованого ринку праці, адже спільне планування майбутнього дозволить вибудувати освітні вектори фахівців з урахуванням потенційних специфічних потреб Запоріжжя на момент завершення їх навчання. Створення комфортних умов для здобуття вищої освіти та можливість подальшого успішного працевлаштування зробить місто привабливим для молоді, повідомляє НУ «ЗП» у фейсбуці.

Спільне створення технопарків, індустріальних парків, бізнес-інкубаторів стане потужним поштовхом до формування нових центрів активності в Запоріжжі.

Детальніше – <https://www.facebook.com/444537372309689/posts/5140958299334216/>

20.06.2022. 20 червня в НУ «Запорізька політехніка» відбулося засідання вченої ради університету, на початку якого ректор університету Віктор Грешта вручив нагороди за ініціативу та наполегливість, високий професіоналізм, сумлінне виконання службових обов'язків та вагомий внесок у розвиток сфери освіти і науки України.

Юлія Роншина (за матеріалами сайту НУ «Запорізька політехніка»)

Підписано меморандум про співпрацю з ГО «СТУДЕНТСТВО»

Вища освіта – це не лише про навчання та науку. Це про виховання цілісної незалежної свідомої особистості з розвинутими soft skills. Мега університету – підготувати для країни не тільки професійних фахівців, а й майбутніх лідерів, політичних та громадських діячів.

Робота з молоддю та молодіжними організаціями є ключовою складовою у цьому напрямку роботи. НУ «Запорізька політехніка» завжди обирає для студентів найкраще: найпотужніші зразки техніки в лабораторіях, висококваліфіковані викладачі з практичним досвідом та значними науковими здобутками, найперспективніші компанії та підприємства для проходження практики і подальшого працевлаштування.

Тож для створення комфортних умов з усіма необхідними складовими для персонального, колективного росту та розвитку теж обрали найкращих – сьогодні було підписано меморандум про співпрацю між Запорізькою політехнікою та ГО «СТУДЕНТСТВО».

Впевнені, що така співпраця відкриє для студентів нашого університету нові можливості, такі як навчання в



«Академії лідерів», участь у спільних заходах, спрямованих на всебічний розвиток.

Діана Пилипенко (за матеріалами сайту НУ «Запорізька політехніка»)

Зі святом! Все буде Україна!



Щороку 28 червня наша країна відзначає державне свято – День Конституції України. Цьогоріч виповнилося 26 років з дня ухвалення Основного Закону. Вперше наш народ відзначає День Конституції в умовах воєнного стану, запровадженого через повномасштабне вторгнення Росії.

У нашому виші 28 червня відбулося святкування ще й Дня політехніки, адже саме в червні 3 роки тому Машина набула нового статусу.

До урочистостей долучилася голова обласної ради Жук Олена Юрївна, яка в своїй промові проголосила: «Єдине свято, про яке сьогодні мріють українці – це перемога над нашим ворогом – російською федерацією. І кожен новий день – це черговий день боротьби за цінності, які чорним по білому назавжди закарбовані в нашій Конституції: Україна є суверенна й незалежна, демократична, соціальна, правова держава».

Разом з ректором університету Олена Жук привітала колектив і студентство зі святами, а також взяла участь у нагородженні стипендіатів та працівників університету.

Працівники університету та студенти отримали грамоти Запорізької обласної ради, сертифікати стипендіатів Запорізької обласної ради, грамоти ректора, Департаменту освіти та науки України, районної адміністрації Запорізької міської ради по Олександрівському району, нагрудні знаки «За бездоганну працю» I, II та III ступенів.

Під час заходу відбулася ще одна знакова подія – було підписано меморандум про партнерство та співробітництво між Запорізькою обласною радою та Національним університетом «Запорізька політехніка».

У подальшому така співпраця сприятиме розвитку області та міста як індустріального, інноваційного та наукового центру країни, а Запорізька політехніка стане осередком якісної вищої освіти в регіоні, центром для розвитку, творчої та інтелектуальної самореалізації молоді.

Приєднуємося до святкових вітань та бажаємо миру нашій країні, злагоди нашим родинам!

Діана Пилипенко (за матеріалами сайту НУ «Запорізька політехніка»)

Фото: <https://www.facebook.com/nuzaporizkapolitekhnika/>

У 2020 році першокурсники спеціальності «журналістика» розпочали навчання за новими навчальними планами, згідно яких перевага під час навчання надається практичним дисциплінам. Що це означає? Величезний обсяг власного контенту, портфоліо з переважної більшості дисциплін, власні видання, блоги, радіо– та фотопродукція. Важко? Звісно. Але й цікаво, і корисно. Своїм досвідом діляться студентки 1-го та 2-го курсів.

Перші ластівки



ської журналістики стала моїм фаворитом, адже, як на мене, немає нічого цікавішого за історію. Ця дисципліна разом із філософією та історією зарубіжної журналістики вивчається понад рік, а наша група зі швидкістю світла опанувала все і засвоїла.

Цікавим для мене став предмет «Інтернет-виробництво» – це, до речі, була єдина практична дисципліна цього року, яка припала мені до душі. Все тому, що ми мали можливість створити власні сторінки в соціальних мережах. Саме завдяки цій роботі я зрозуміла, що створювати аналітичні жанри зовсім не важко, хоча це, звісно ж, моя суб'єктивна думка. Ви маєте чудову можливість познайомитись ближче із нашим проектом, для цього потрібно погортати сторінки цього випуску.

На першому курсі на заваді навчанням став COVID-19, але цьогоріч все набагато тяжче... Агресія сусідньої держави становить загрозу не тільки навчанням в університеті, але й для дистанційки є небезпечною. Ця новина пригнічує мене особисто й усіх навколо, бо час летить швидко, а ми так і не встигли отримати повноцінний кайф від відвідування вишівських аудиторій. Усім зараз треба сподіватися, що колись людство схаменеться і студенти та школярі повернуться до звичного навчання Off-line.

Хочеться сказати нашим наступникам, що в них все вдасться! Нічого страшного не станеться, коли викладачі дадуть завдання створити авторську радіограму чи свою газету. Ви повинні робити помилки, бо лише так навчитеся робити правильно. Помилки – це круто, бо надалі будете згадувати все це з посмішкою і думати: «Як класно, що все це все зі мною було!».

Я особисто вважаю, що експеримент вийшов вдалим, адже всі ті, хто брав у ньому участь, залишилися задоволеними, а це – найголовніше!

Ми через це пройшли, тому і у вас все стовідсотково вийде!

Наснаги!

Діана Пилипенко (СН-310)
Фото: Катерина Єськова

Всім привіт! Сьогодні маю на меті розповісти вам про один цікавий експеримент, який влаштували Міністерство освіти та наш університет «Запорізька політехніка».

У серпні 2020 року заклад сформував групу СН-310 із 11 студентів. Експериментом для всіх став сам вступ, бо через першу пандемію на той момент ще одинадцятикласники склали ЗНО аж у липні, тому автоматично вступна кампанія розпочалася в серпні, а до аудиторій студенти вперше потрапили 28 вересня.

До речі, ще зі шкільних років саме наші класи вивчали все за новою програмою, отримували найновіші підручники. Це збіг чи ми просто «везунчики», бо і в школі, і в університеті саме на нас все випробовують?

Студенти 1 курсу спеціальності «Журналістика» на той момент і уявити не могли, що саме разом із ними викладачі також вчать, бо з'явилося багато практичних дисциплін, яких раніше не було в навчальних планах. Через це наставники мають встигнути дати весь матеріал збудувачам освіти дуже швидко, а студенти – опанувати все й гарно скласти сесію.

Для прикладу візьму самі лише предмети: ті студенти, що зараз на старших курсах навчаються, вивчали

дисципліни «Фотожурналістика», «Газетно-журнальне виробництво», «Радіовиробництво» протягом 3 років, а наша група впоралася з цим на одному лише першому курсі! Цікавинка, чи не так?)

У віці 17 років ми вже створили власні сайти, фотоблог, газетне видання та авторську радіограму. Студенти, що навчаються на курс вище, робили свою газету у групі, наприклад по 5 людей, а кожен студент нашого експериментального курсу створив свою ІНДИВІДУАЛЬНО!

Так, нам взагалі не відчутна різниця у навчанні, але викладачі, мабуть, мають з цього приводу свої висновки, та, напевно, виділяють переваги й недоліки.

Минув рік. Студенти групи СН-310 вже закінчили 2 курс навчання в НУ «Запорізька політехніка». Особисто мені дуже цікаво, чого ми навчимося в наступному навчальному році. Цікавість мене переповнює, адже здається всі практичні дисципліни ми вже пройшли. Саме тому не дуже хотілося, аби надалі ми вивчали лише нуднува-ту, але, тим не менш, важливу теорію.

За цей навчальний рік ми поглибили свої знання з дисциплін, які наші попередники вивчали протягом року або навіть 3 семестрів. Історія україн-

Мої враження від першого курсу

Вступ на спеціальність «Журналістика» був для мене... неочікуваним. Впродовж усього шкільного життя я перебрала масу професій, починаючи з лікаря і закінчуючи менеджером. На останній зупинилася. Була впевнена, що вступлю на менеджмент попри мою нелюбов до математики, і вже уявляла собі майбутнє в яскравих кольорах. І щоб ненароком не зурочити, я говорила всім, що вступаю на журналістику; люди не дивувалися, бо я мала авторитет у школі, пов'язаний з успішними конкурсами й олімпіадами з мови та літератури.

Але завжди є «але». Я не врахувала те, що мої знання з предметів впливають

на результати ЗНО, за якими й вступають до вишів. Тому в липні, тримаючи в руках телефон з балами, де математика ледве перейшла поріг, а історія дивом за нього не вийшла, я зрозуміла, що менеджером мені не бути. «Накаркала», – подумала я, шукаючи університети зі спеціальністю «Журналістика».

Шматочок моєї біографії тут не тому, що я надто самозакохана, а щоб пояснити, як я потрапила сюди. Можна уявити мій стан у вересні, коли всі плани пішли шкереберть... Та я все одно прямую до корпусу тепер вже мого університету – навчатися професії, яка, як виявилось, мені пасує.

Спочатку було... так собі. Знайомство з одногрупниками, викладачами, університетом. Все нове, всі нові, всі щось хочуть. Я думаю: «Господи...», – і якось стаю старостою своєї групи. Причому сама на це підписалася, тому дуже жалітися не буду, просто все швидко відбувалося.

Потім почалися розмови про карантин і нескінченні пошуки аудиторій по всіх корпусах, я навіть була в

підвалі (такий собі досвід, не рекомендую). Всі почали звикати одне до одного, роззнайомилися, притерлися. Були на тренінгах, де здобували імпровізаційні перемоги та смачно їли.

ескалацію з боку рф робили мою тривожність ще тривожнішою. Я страшенно не хотіла їхати на навчання, але довелося.

Тому знову – пари, аудиторії,

одногрупники і АТБ ввечері, бо чогось хочеться, а якщо хочеться і стрес одночасно, то треба. Ну, і сама ж я не піду, тому витягую когось із дівчат-сусідок за компанію.

Час ішов. Я вчилася, обговорювала з дівчатами, як швидко нас закриють, і вже майже не думала про війну. Знову вибралися з дівчатами до кав'ярні. Взагалі-то на ковзанку, але хто там ди-



Я навіть почала спілкуватися поза університетом. Ми з дівчатами вирішили піти на каву (або чай). Так я познайомилася з іншими факультетами і... пішла на карантин. Адже на тому ж тижні наш університет офіційно закрили.

Почалася дистанційка. Все як у тумані. Пам'ятаю лише, як зраділа, що не пішла на менеджмент, як моя подруга, бо я не знаю, що б робила з вищою математикою та програмуванням. Ну й зимова сесія, звісно, викликала острах. Нею всі лякали, і я вже уявляла, як буду сидіти й зубрити всі чотири чи п'ять предметів за два тижні, бо я люблю відкладати справи, а потім труситися перед викладачем. Та виявилось, якщо працювати весь семестр, то автомат полетить тобі в руки тільки так. Тому я здавала лише один екзамен, якого довше боялася, ніж розповідала. Після нього з закритою сесією і чистою совістю стала готуватися до новорічних свят.

Другий семестр почав хвилювати мене ще з середини січня. Новини про захворюваність на ковід та про

вирішили розклад роботи заздалегідь, тому довелося до кав'ярні. Ми гарно провели час: багато сміялися, знову знайомилися (так-так, нові знайомства і цього разу). Потім нас, відправили на вимушені канікули.

Але більше до університету ми не повернулися. Я тоді лише думала: «Як добре, що матеріал для стріму поїхала записувати 22.02, а не як завжди».

Після того – знову все, як у тумані. Місяць канікул і дистанційка. Всі налякані й заплакані, але з надією. І ненавистю. Ну і, звісно, боргами й новими практичними. Не хочу довго на цьому зациклюватися, просто не хочу.

Зараз червень. На вулиці +30°, сесія закрита, але я знову роблю все в останню мить. Думаю, мій дідусь не перебільшував, коли розповідав про свої подорожі до школи...

Анастасія Семенюк (СН-321)

Фото: Катерина Єськова

«Зараз ти на роздоріжжі. Але перед тобою відкриті всі двері,» – такі слова я чув від своїх рідних після закінчення школи. Час, коли мені довелося обирати, де і на кого я хочу вчитися. Цей вибір був повністю моїм власним, а від того – одним із найскладніших у житті.

Багато безсонних ночей я провів, випишуючи переваги та недоліки різних вищих навчальних закладів України. Але скільки б часу я на це не витратив, скільки б листів паперу не використав, сліди гелевої ручки все одно вели до напису «Запорізька політехніка».

Пам'ятаю, коли вперше побачив головний корпус університету декілька років тому: монументальна споруда дивувала своєю яскравістю, а пам'ятник Тарасу Шевченку ласково зустрічав біля входу всіх охочих.

Чи міг я тоді подумати, що буду тут навчатися? Аж ось вже 2 курс, спеціальність «журналістика», факультет соціальних наук і студентський квиток у руках. Нове життя!

Можу сказати, що «Запорізька політехніка» за правом посідає місце в рейтингу найкращих ЗВО нашої країни. Маючи за своєю спиною більш ніж 120-річну історію, Машинка й донині продовжує готувати фахівців, які матимуть попит на ринку праці. На сьогодні в університеті налічується 13 факультетів та 60 кафедр. Матеріально-технічна база збільшується та оновлюється кожного року, що забезпечує організацію повноцінного навчального процесу. Але тут важливо розуміти, що «Запорізька політехніка» – це не лише цифри, передові технології чи безіменні стіни. «Запорізька політехніка» – це, в першу чергу, люди – добрі, щирі та відкриті.

Навчання в університеті цікаве й різнобарвне. Створення авторських проєктів, радіопрограм, газет, ведення блогів – все це з перших днів захопило мене у вир творчої самореалізації. Саме тут з'явилася можливість проявити свої здібності та поділитися думками. Особливо подобається, що теоретична інформація завжди підкріплюється практичними завданнями.

Мій вибір!
Мое майбутнє

Перспективи **Можливості**
– мій університет!

Запорізька політехніка

- Професіоналізм
- Дружня родина
- Цікаве навчання
- Успіхи
- Перемоги
- Новітні технології
- Самореалізація

Підтримка **Розвиток** **Ідеї**

Так матеріал засвоюється швидко та якісно, а під час роботи виробляються корисні для майбутньої діяльності навички. За 2 роки навчання я вже встиг отримати декілька здобутків і перемог, стати головним редактором студентської газети «StudPOL», а також пройти свою першу практику в запорізькому інформаційному агентстві «Форпост. Медіа».

Тут не варто боятися поразок. Якщо щось не виходить, то викладачі завжди готові прийти на допомогу. Їх можна назвати справжніми професіоналами своєї справи. Вони постійно беруть участь у програмах з підвищення кваліфікації, семінарах, тренінгах і залюбки готові передати багаж набутих знань своїм студентам. Загалом складно описати рівень підтримки, який ти отримуєш в університеті. Іноді викладачі вірять в тебе й твої здібності більше, аніж ти сам. І це, безперечно, не може не впливати на твої успіхи! Під таким чуйним наглядом кожен зможе розкрити свій потенціал.

Йти до своїх цілей набагато легше, коли знаходишся в оточенні своїх однодумців. Пощастило, що для мене такими людьми є мої одногрупники. Ми часто працюємо в парах, обговорюємо ідеї та разом втілюємо їх у реальність. А мотивують не зупинятися на досягнутому приклади випускників нашої кафедри. Більшість з них зараз успішно працюють в авто-

ритетних регіональних і всеукраїнських засобах масової інформації. Зокрема, на телеканалах СТБ, TV5, ALEX.UA, МТМ Запоріжжя.

Національний університет «Запорізька політехніка» плає під своїм крилом освічену та творчу молодь, яка повсякчас готова поглиблювати свої знання й розвиватися. Для цього є купа можливостей: в університеті часто проходять науково-практичні виставки, конференції, а також конкурси, флешмоби, літературні та музичні вечори. Співка студентського самоврядування постійно пропонує якусь активність чи проєкт, щоб перед студентами не стояло питання «а чим займатися сьогодні?».

Але... війна внесла корективи в наше життя. Університет вимушено перейшов на дистанційну форму навчання. А деяким студентам, замість зошитів і підручників, доводиться складати речі та тікати під звуки вибухів... Особисто мене новина про конкурс застала на вокзалі, коли я сидів на валізах і чекав маршрутку до невідомого. Наш звичний світ враз перевернувся з ніг на голову, і нам не залишається нічого іншого, як збиратися з силами та продовжувати щось робити.

Складно не погодитися з тим, що зараз ніхто не може бути впевненим у завтрашньому дні. Події, що зараз відбуваються, не сприяють оптимізму і руйнують плани. Але навіть у такі часи в дечому я переконаний точно: «Запорізька політехніка» – це той університет, який, попри все, допоможе мені стати тією людиною, якою я хочу бути. І це головна відповідь на всі запитання.

Не полишаймо надію на те, що вже незабаром ми повернемося в рідні корпуси, побачимо знайомі очі викладачів та друзів, і разом з відбудовою Держави, день за днем закладемо фундамент знань для побудови свого кращого майбутнього. Обов'язково у вільній і незалежній Україні!

Олександр Носок (СН-310)

МАШИНКА!

Типова скарга студентів будь-якого вишу – замало практики. Зазвичай навчання складається з лекційних і практичних занять, написання й захисту курсових і постійного занурення в науковий здобуток усього людства.

Кафедра журналістики Національного університету «Запорізька політехніка» не має нічого спільного з цим сценарієм. У чому ж відмінність?

Лекції та практичні. Їх важко назвати суто лекційними або практичними, адже кожне заняття – завжди дискусія. Багато аспектів журналістської діяльності є неоднозначними й потребують всебічного розгляду. Студенти та викладачі мають неписану угоду: «Діалог народжує істину».

Досвід. Як здобути журналістський досвід, якщо ти навчаєшся на першому, другому або третьому курсі? Наші викладачі давно знайшли відповідь. Практичні завдання. Читачам зараз може здаватися, що я жартую, адже їх практичні заняття можуть не мати нічого спільного з реальним досвідом, який знадобиться в майбутньому. Але у студентів кафедри журналістики все працює інакше. Ми робимо власні газети та журнали, відео- та аудіозаписи, монтуємо, займаємося фотографією, пишемо, адаптуємо матеріали під різні формати, ведемо блоги та сторінки в соціальних мережах.

Найсухіша дисципліна на кафедрі журналістики перетворюється на активне поле журналістської діяльності.

Зрозуміло, що деякі дисципліни більш практичні. Наприклад, фотожурналістика. Повноцінно предмет у мене викладався на третьому курсі. Проте з першого курсу мене запрошували на практичні фотозйомки з іншими групами. На радіовиробництві ми записували авторські передачі, на телевиробництві нас запрошували на телебачення.

Викладачі. Якщо в школі вас лякають байдужістю, вимоганням та погрозами «як у школі більше не буде», запам'ятайте – БУДЕ КРАЩЕ. Наші викладачі ніколи не дозволяють собі зверхнього ставлення, не дають зайвих коментарів з приводу вашого зовнішнього вигляду, поведінки та способу життя. Єдине, що може виявитися незвичним у їх поведінці: беззаперечне бажання допомогти й абсолютна відкритість до студентських ідей.

Додаткова діяльність. Кафедра журналістики співпрацює з багатьма проектами, ініціативами, іншими університетами, громадськими організаціями та діями. У наших викладачів багато знайомих журналістів-практиків. Їх часто запрошують до університету для проведення різних тренінгів та майстеркласів. Зараз я навчаюся на третьому курсі, наведу приклади, у яких заходах я мала змогу взяти участь:

семинар «Журналістика конфліктів: стереотипи, лексика, акценти»;

курс навчання з медіаграмотності та основ міжнародних журналістських стандартів (Медіашкола від віжн-радіо «На дотик»);

круглий стіл «Англійська мова: спосіб мислення, професійна комунікація та діалог культур», посіла друге місце з доповіддю на тему «English for Specific Purposes» (кафедра іноземних мов у Запорізькому державному медичному університеті);

проект «Голос жінки має силу-2020»;

проект «Споживай! Розумій! Впливай!»: медіаграмотність та соціокультурна комунікація в епоху інфодемії» (проект здійснювався в рамках програми «Вивчай та розрізняй: інфомедійна грамотність: національне розгортання», яка виконується IREX (Рада наукових досліджень та обмінів) за підтримки Посольств Великої Бри-

танії та США, у партнерстві з Міністерством освіти і науки України та Академією української преси);

міжуніверситетська спеціальна програма навчання та міжнародний конкурс за темою «Висвітлення торгівлі людьми в медіа»

брейнринг з фактчеку від ГО «Детектор Медіа» у рамках проекту «БезБрехні» (команда «Ельфи Політеху»);

навчальний курс медіашколи «Відновлювана енергетика для журналістів», організований Вінницьким пресклубом у 2021–2022 роках в рамках освітньої ініціативи, підтриманої USADI Проектом енергетичної безпеки (ПЕБ).



До речі, на базі нашого університету існує організація «Best», яка проводить різні конкурси та заходи. В них можна взяти участь студентам з університетів, де обов'язково представлені технічні спеціальності. Може здатись, що брати участь також можуть лише представники технічної частини університету. Проте в моїй команді були студенти з кафедр психології та журналістики.

Два роки поспіль я і моя команда брали участь у конкурсі «eВес», вигравали локальний етап та брали участь у національному; отримали багато класних призів.

Якщо вас цікавить навчання сучасного зразка, а не звичайне копіювати-вставити, прочитати-здати-забути, тоді вам точно сподобається навчання в Національному університеті «Запорізька політехніка».

Текст та фото: Олександра Наливайко (СН-319)

journalism_nuzp

127 Дописи 157 Читачі 213 Відстежу...

Кафедра журналістики НУ "ЗП" ВНЗ
Медійний простір для журналістів-початківців і професіоналів.
Просто, цікаво та продуктивно 😊
zp.edu.ua/kafedra-zhurnalistyky

Редагуват... Рекламні і... Статистика

Вакансії Робота концерт2019 Створити

детектор медіа А жінко чесно? Бумер, як зброя масового опору

FAKE

Не дивись вгору

«САМЕ ТАМ! САМЕ ТОДІ!»

5 років постановці в Київському молодому театрі

Нещодавно вдалося побувати на ювілейному показі вистави «Саме там! Саме тоді!», якій в цьому році було рівно п'ять років. Незважаючи на досить довгий період показу й часовий проміжок від першої публікації в світі, вистава щоразу залишається цікавою для глядачів, адже що на ювілеї, що на звичайній постановці неможливо знайти хоча б одного вільного місця у залі київського «Молодого театру».

Варто зазначити, що сама постановка базується на оригінальній п'єсі 1975 року Бернарда Слайда – відомого американського письменника. Попри вже досить поважний вік даного мистецького твору (а це майже півстоліття), він і досі підіймає важливі саме сьогодні суспільні питання. Я впевнений, що кожен буде згоден з цим, оскільки дружба, любов, взаємодопомога, душевні втрати – все те, що притаманне кожному з нас, кожен з цим стикався й долає. На думку багатьох людей, критиків, глядачів, та й мою також, основним переломним і кульмінаційним моментом вистави стала загибель старшого сина головного героя Джорджа під час війни у В'єтнамі. Хлопця вбили, коли він витяг своїх побратимів із-під завалів – погодьтеся, що для нас з вами ця проблема є аж занадто близькою, такою вона була і для багатьох американців того часу. Звісно, що для багатьох батьків така трагедія змінює життя на «до» й «після».

Також вистава піднімає проблему брехні у відносинах, в сім'ях, адже основна сюжетна лінія базується на стосунках героїв, які після мимолітної зустрічі приховували свою зраду від власних сімей,

коханих та дітей. Звісно, можна й виправдати головних героїв, оскільки ця проста інтрижка переросла в щось більше – спра-

ми, адже комусь подобається, комусь – ні, а хтось взагалі не заглиблюється в проблематику і просто спостерігає за персонажа-



вжню любов. І це ми дійсно яскраво бачимо, навіть не тоді, коли персонажі зізнаються в цьому добровільно, а коли Джордж рятує шлюб своєї нової коханої. Проте, як то кажуть, «все таємне стає колісь відомим» – тож, попри всі приховування, дружина нашого героя все ж таки здогадалася про зраду, хоча так і не наважилася сказати про це Джорджу аж до кінця свого життя, адже вона вирішила зберегти для себе найголовніше – сім'ю, статус та любов дітей, проявивши власну силу і залізний характер.

Однак правда проблематика, на жаль, не може подобатися всім. Саме тому відгуки на виставу є досить неоднозначни-

ми або за своїми улюбленими акторами – Ігорем Портянком та Оленою Хижною, заслуженими артистами України, які грають у багатьох українських серіалах, фільмах, театральних постановках тощо.

Підсумовуючи, можу з упевненістю сказати, що рекомендую переглянути виставу кожному, заглибитися в її зміст, суть і проблематику, оскільки вона дійсно багатогранно піднімає велику кількість важливих соціальних, культурних та життєвих проблем.

Артем Бойко (СНЗ-311)
Фото: <https://molodyytheatre.com/repertoire/same-tam-same-todi>

«МІСІС ДАУТФАЙР»: цікаве

<https://skeptik.com.ua/wp-content/>

во залишається враження: воно може бути як позитивне, так і негативне. Сьогодні хочу розповісти про оscarоносну кінострічку, яка стала для мене прикладом і залишила по собі лише позитивні емоції. Фільм «Міссіс Даутфайр», режисором якого є Кріс Коламбус, вийшов на екрани у далекому 1993 році (та був створений до речі, за романом Енн Файн «Мадам Даутфайр») та й досі не втратив своєї актуальності. Це та стрічка, яку я переглядала в дитинстві, але сенс її зрозуміла лише зараз. Шкода, що видатний американський актор, виконавець головної ролі в картині, Робін Вільямс не прочитає ці рядки, але сподіваюся, що відчує мої

позитивні думки, бо вони в першу чергу про нього.

Я особисто під час перегляду не помітила величезних недоліків, тому цей відгук лише позитивний, як і весь фільм. Поринувши у картину, зовсім не помічав, як промайнув час (а це трохи більше двох годин), бо кіно супроводжується безліччю кумедних сцен. До прикладу згадаю фрагменти, коли маска Деніела впала з вікна і її переїхало авто, або сцена в ресторані, коли кожні 15 хвилин нетверезий головний герой вимушений був перевдягатись і бігати в різні куточки зали ресторану.

Тепер детальніше. У фільмі розповідається про розлади в стосунках у сім'ї Хілардів, наслідком чого стає розлучення Деніела та Міранди та можливість батьку бачити дітей лише раз на тиждень. Міранда Хілард – видатна дизайнерка, яка не може приділяти багато часу дітям, тому вирішує найняти няню. За сюжетом, Деніел – актор та пародист, тому йому легко вдається відсіювати потенційних управи-



[uploads/2021/06/unnamed.jpg](https://skeptik.com.ua/wp-content/uploads/2021/06/unnamed.jpg)

Кіно... Кіно – це не просто відображення сьогодення людства, це поштовх до нових досягнень, повчання, як має чи не має бути, і найголовніше – приклад. Після перегляду будь-якого фільму стовідсотко-

Сесія закінчилася, що далі?

Стрес – це захисна реакція організму на зовнішні подразники. Вона проявляється психічно, фізично, емоційно та дає змогу адаптуватися до змін. Класична теорія стресу вирізняє три стадії: гострий стрес, звикання та виснаження. Саме звикання допомагає нам пережити війну й тривалу хворобу. Але виснаженню слід запобігти.

Кожному студенту в цьому році навчання допомагало заповнити час і відволікати від стресу. Адже ми займалися дистанційно, зустрічалися майже кожного дня з викладачами та одногрупниками, робили домашнє завдання, захищали свої проекти, готувалися до сесії та складали іспити.

Сесія закінчилась – і що далі?

По-перше, позбавтеся великої кількості новинних джерел. Знайдіть для себе декілька телеграм каналів, де виходить підтверджена й правдива інформація, дивіться або слухайте марафон «Єдині новини».

По-друге, знайдіть для себе нове хобі. Життя не зупиняється, треба його продовжувати та йти далі.

Хобі можуть бути різними: читання (є дуже багато безкоштовних сайтів та додатків для українців), малювання, спорт, кулінарія, вишивання на одязі, садівництво та багато інших занять.

По-третє, якщо навчання для вас було важливим і вам подобається розвиватися, тоді можна спробувати відвідувати різноманітні курси, де ви ще можете отримати диплом:

Prometheus – громадський проект відкритих онлайн-курсів. Обравши тематику, з'являється можливість переглядати відеолекції, виконувати інтерактивні завдання.

Coursera – проект, який пропонує сотні безкоштовних онлайн-курсів з різних предметів від провідних американських університетів.

Ed-era – освітній проект, до кожної лекції входить конспект з ілюстраціями та поясненнями. Кожного тижня студенти здають домашнє завдання, а в кінці курсу – екзамен.

Якщо ви поставили собі за мету вивчити іноземну мо-



© dreamstime.com

ID 131968424 © Onyxprj

ву, в нагоді стане безкоштовна платформа **Duolingo**, де більше уваги приділяється письмовим урокам та диктантам, розмовній мові – менше.

Інтерактивна платформа для навчання онлайн **Camrster** відкриє для українців безкоштовний доступ до курсів із програмування, маркетингу, тайм-менеджменту, копірайтингу, вивчення мов тощо.

Тому не залишайтеся в одній даті – життя продовжується, літо починається, а все погане закінчується.

Анастасія Заводюк (СН-311)

видовище й гендерні стереотипи

тельок і зрештою стати новою нянею для власних дітей. Створити образ тендітної бабусі йому допоміг брат, візажист Френк. Саме за цей грим, на який візажисти щодня витрачали по 5–6 годин, фільм отримав нову номінацію премії «Оскар» – «За най-



кращий грим».

З тижні тому під час пари ми розбирали гендерні стереотипи, і я одразу згадала цей фільм і озвучила його. Саме тому неабияким здивуванням для мене стало,

коли у переліку фільмів для домашнього опрацювання була улюблена комедія дитинства: «Місіс Даутфайр!» Згадуючи сцени із фільму, можна констатувати, що найголовнішим стереотипом стало те, що нянею повинна бути лише жінка. Хоча на прикладі чудового батька Деніела Хіларда видно, що іноді чоловіки краще розуміють дітей. Другим стереотипом, на мій погляд, є те, що Міранда вважала, що чоловік має бути серйозним годувальником, тобто зосередженим лише на забезпеченні сім'ї, яким, на жаль, чи на щастя, не був її життєрадісний чоловік. Ще один момент (як на мене, його також можна вважати стереотипом) – це брат головного героя – гомосексуал Френк. В реальному житті дівчата говорять, що геї – це найохайніші чоловіки, вони зазвичай працюють стилістами, візажистами, модельєрами, так і в цьому фільмі.

Аналізуючи фільм, я перечитала багато коментарів, рецензій, що писали люди, які розуміються на своїй справі. Завдяки чесним відгукам, я дізналася про

такі прийоми, як гендерні перевдягання (коли актор за сюжетом перевдягається в те, що не відповідає його статі) та гендерна невизначеність або інтрига, які займають ключову роль у роботі режисера. Проблематика фільму стосується психології і сімейних цінностей, таких важливих і завжди злободенних. Саме через це «Місіс Даутфайр» ніколи не втратить актуальності. Багато хто, я вважаю, зможе зробити висновки, переглянувши цю комедію, і, можливо, навіть врятувати свою родину від розлучення.

Чесно кажучи, мені не зовсім зрозумілий кінець цієї комедії, тому я завжди сподівалася на другу частину фільму, але не так сталося, як гадалося, мабуть через смерть виконавця ролі головного героя... Саме тому, як на мене, фінал цієї стрічки глядач має додумати самостійно, але тим цікавіше.

Діана Пулипенко (СН-310)

Фото: <https://skeptik.com.ua/wp-content/uploads/2021/06/unnamed.jpg>

Вони повернуться іншими:



Кожного дня оприлюднюється багато матеріалів про те, як війна впливає на психіку дітей та як вберегти емоційну стабільність. Так, безперечно, це важливі аспекти. Але чому так мало пишуть про психіку військових?

Нещодавно я натрапила на відео в інтернеті, де дівчина плаче через те, що її молодий чоловік повернувся з війни зовсім іншою людиною. Що робити в таких випадках? Як підтримати близьку людину та не давити на неї?

Потрібно пам'ятати, що війна – це завжди величезний психічний вплив на людину. Кожному військовому, який захищає нашу країну, також необхідна психологічна допомога, адже під час війни та після закінчення бойових дій може сформуватися синдром ПТСР (посттравматичний стресовий розлад).

Перше, що потрібно зробити – визнати, що ПТСР, безперечно, є хворобою, якою ОБОВ'ЯЗКОВО повинні займатися кваліфіковані та досвідчені фахівці.

Полковник Едуард Литвиненко,

учасник АТО, у 2014–2017 роках – заступник начальника управління психологічного забезпечення Головного управління МПЗ Збройних Сил України, військовий психолог, кандидат психологічних наук, розповів:

– Основний психологічний та соціальний виклик – те, що людина повертається з війни іншою, з новим досвідом, здобутками й новими травмами. На мій погляд, є необхідність розглядати питання не реабілітації воїна (а саме ПОВЕРНЕННЯ його психіки, свідомості й здоров'я до довоєнного стану), а його Абілітації – можливості подальшого ефективного та повноцінного життя з НОВИМ набутим досвідом, хай і болючим. Негативний наслідок кумулятивного тривалого посттравматичного стресового розладу – депресія, відчуття провини того, хто вижив, нездатність створювати позитивні контакти і як результат – руйнування родин, суїцидальні думки, реальний соціальний і фізичний суїцид.

Також Едуард розповів, з якими

проблемами він стикався унаслідок надмірного психологічного і психічного навантаження:

– Пам'ятаю, як перший місяць після повернення падав сплоснений вночі на підлогу від шуму автомобіля за вікном. Як із побратимом гепнулися на асфальт у парку під Києвом від вибуху петарди.

Детальніше інтерв'ю з полковником – <https://armyinform.com.ua/2021/05/19/shho-take-bojova-psyhotravma-i-shho-z-neyu-robyty/>

Я вважаю, що допомагати людині потрібно ВІДРАЗУ після появи симптомів ПТСР.

Психолог Анна Попова у розмові з УНН розповіла про модель надання першої психологічної допомоги, який знизить вірогідність розвитку посттравматичного синдрому.

1. Змусити людину діяти. Тут потрібно розуміти, що людина повинна сама про себе піклуватися. Вона не повинна розраховувати на інших. Можна лише допомогти, підштовхнути людину до дій. Не варто пропонувати їй сідати чи лягати в такому стані. В стресовій ситуації виділяється багато гормонів, які відправляють потік крові до кінцівок для того, щоб людина змогла захистити себе. Саме так природа запрограмувала нас на збереження себе. Така фізіологічна реакція дає змогу битись чи тікати. Коли ми пропонуємо людині сісти, їй нема куди подіти свою стресову реакцію, і гормони стресу починають працювати проти неї – зазначає психологиня.

2. Не пропонувати пити воду. Ковтаючи воду, людина може заспокоїтися. Почне падати тиск та кров перестане надходити у мозок. Це призведе до втрати свідомості та непритомності. В такому випадку психологиня радить дати людині якісь завдання, які вона повинна виконати наразі. Коли людина починає діяти, це допомагає не включатися емоційно та повернутися до адекватного стану.

Анна Попова пропонує надати такі

ЗМІ, яким

Прийняти й осмислити війну складно, але, на жаль, це наша реальність. Ми повинні читати й передивлятися всю можливу інформацію, адже це наша історія, яка відбувається на наших очах кожного дня. Але виникає питання: «Де ж дізнаватися актуальні новини з фронту?»



ArmiaInform – це інформаційне агентство Міністерства оборони України.

На сайті можна прочитати актуальні новини, російські фейки, інфографіки та багато іншого пов'язаного із війною та безпекою України.

Defense Express – компанія, яка про-



тягом 20 років висвітлює питання оборонно-промислової політики, військово-технічного співробітництва, а також політики оборони і безпеки держави. Взаємодіє з представниками Посольств іноземних

психологічне здоров'я військових

інструкції:

- порахувати автівки навколо;
- взяти якусь річ та покласти її на місце;
- перевірити кількість поранених;
- порахувати, скільки залишилося патронів тощо.

Після цього потрібно подякувати за допомогу та позитивно налаштувати людину. Це важливо для того, щоб запустити роботу дофамінового комплексу.

3. Не говорити з людиною про емоційний стан. Не можна допитувати людину щодо її емоційного стану. Краще поговорити про її плани на майбутнє, про те, що вона може зробити. В такій ситуації також не варто допомагати, підказувати розв'язання самої проблеми. Можна поговорити з людиною про технічні факти та моменти. «Якщо ми спробуємо її активізувати, то людині буде легше функціонувати ефективно і приймати правильні рішення. Коли ми говоримо про емоції – ми запускаємо в роботу лімбічну систему, яка відповідає за всі емоції, в тому числі посилене відчуття страху,» – розповідає спікер Анна Попова. Якщо ви втрачаєте контакт з людиною, то краще звернутися до неї, назвавши ім'я. Психологи наголошують, що такі дії можуть допомогти увімкнути свідомість.

4. Допомогти людині реконструювати хронологічні події, які відбувались в кризовий момент. Під дією стресу відбувається сплутаність подій. Багатьом важко переказати все, що було, послідовно. Тут необхідно допомогти людині встановити чітку хронологію подій. Психологія зазначає, що на це є 6 годин з моменту завершення загрозливих подій. Якщо зробити це вчасно, не буде посттравматичного розладу та страшних спогадів з нічними кошмарами. Інструкція: треба проговорити факти в хронологічному порядку, це дуже важливо навіть для всіх учасників подій. Треба швидко підсумувати усі події та їх послідовність.

5. Сфокусувати увагу та дати сло-

весну підтримку. Якщо людина відмовляється з вами спілкуватися або ви втрачаєте її увагу, потрібно сфокусувати її увагу на собі. «Скажіть людині: подивись на мене, я з тобою. Я буду поруч, поки не прийде допомога. Якщо ми будемо працювати як команда і ти будеш мені допомагати – у нас точно все вийде. Так ви фокусуєте людину на співпраці, включаєте її когнітивні функції, надаєте впевненість, що ви поруч до якогось періоду, поки не з'явиться інша допомога чи людина не стане повністю самостійною», – радить Анна Попова.

Більше інформації – <https://www.unn.com.ua/uk/news/1969618-pershah-psikhologichna-dopomoga-viyskovim-yak-zniziti-virogidnist-rozvitku-posttravmatichnogo-sindromu-pislya-viyni>



Також хочу розповісти про фрази, які не можна говорити воєнним, які захищають нашу країну. Коли ми розмовляємо з людиною, яка перебуває на фронті, нам хочеться дізнатися більше інформації, але потрібно розуміти, що деякі питання можуть бути недоречними.

Психолог Ілона Ханько склала список фраз, які не можна говорити військовим на фронті.

1.Тобі страшно? Страшно всім, хто бачить війну своїми очима. Ця фраза точно не підтримає бойовий дух людини.

2. У нас є шанси перемогти? Всі ми щиро віримо в перемогу України. Ця фраза підриває вашу віру у людину, яка

ризикуює своїм життям задля перемоги.

3. Ми всі за тебе хвилюємось. «Коли військовий це чує, у нього створюється враження, що він є головною причиною страхів і переживань в сім'ї,» – зазначає психологія. Але на мою думку, ця фраза поганого нічого не робить. Що тут такого, що сім'я хвилюється за людину? Навпаки, вона висловлює любов та турботу. Але не варто повторювати її кожного разу.

4. Навіщо ти туди пішов? А навіщо військові взагалі нас захищають? Це питання знецінює вибір людини. В такому випадку краще поважати людину та її вибір.

5. Давайте, наваляйте їм там. Здавалося б, звичайна фраза, що тут такого? Коли військовий чує таку фразу, особливо від людини, яка не була на фронті, йому хочеться закликати цю людину піти та «наваляти». Якби ж це було легко, як гадаєте, військові б не «навалляли» одразу?

6. Потрібно ж закінчувати цю війну. Потрібно, всі це розуміють. Але це зробити не так легко, як гадають інші.

7. Російська армія не вмє воювати. Насправді росія – це сильний та численний ворог. Якби ж вона не вмєла воювати, то війна давно вже б закінчилася. Така фраза знецінює роботу наших військових.

Детальніше – https://t.me/psy_support/749

У висновку хочу зазначити, що психологічна допомога воєнним – дуже важливий аспект, адже багато бійців повернуться із багажем психічних та психологічних проблем. Варто розуміти, що навіть після реабілітації людина не буде такою, якою вона була до війни. Все, що нам залишається, – це підтримувати й приймати рідних і близьких такими, якими вони є зараз, а також регулярно звертатися по допомогу до фахівця.

Юлія Ронишина (СН-310)

можна вірити

держав, акредитованих в Україні, з питань організації різноманітних заходів задля розвитку взаємовигідної міждержавної та міжнародної співпраці.

InformNapalm – міжнародна волонтерська спільнота. Спільнота заснована у березні 2014 підчас збройної агресії Росії проти України у Криму. На даний час на волонтерських засадах у спільноту InformNapalm входять люди з 20 країн світу, які проводять OSINT-дослідження, перекладають та поширюють публікації іноземними мовами, ведуть важливу медійну, дипломатичну і просвітницьку роботу.

Місія спільноти – збір доказів та інформування світового співтовариства про реальну роль Росії в гібридних конфлі-



ктах та спецопераціях. Розкриття фактів про російське військове вторгнення в Україну. Викриття учасників агресії проти Грузії. Збір матеріалів про операції РФ в краї-

нах Східної та Центральної Європи і на Близькому Сході.

Donbas Frontliner – незалежне репортерське інтерактивне медіа про військовий конфлікт та гібридну війну РФ проти України.

Ідея медіа показати повну картину того, що відбувається в війну, військових, цивільних, соціальні настрої, проблеми і позитиви.

Юлія Ронишина (СН-310)

Місяць Гордості

ЛГБТК : як виховувати толерантність за допомогою кіно



Червень – це не лише початок літа й канікул. У перший день літа починається Місяць Гордості (Pride Month), коли ЛГБТК спільноти всього світу збираються разом та відзначають свято свободи та гордості бути самими собою.

Чому саме Місяць Гордості? Цю назву придумала Бренда Говард – американська бісексуальна квір-активістка, відома як Мати Гордості. Вона організувала перший ЛГБТК парад у 1970 році й назвала його Pride, що з англійської перекладається як гордість: «Гордість – тому, що ми, представники ЛГБТК спільноти, пишаємося тим, якими ми є. Незважаючи на гомофобні думки церкви, влади та інших, адже ми заслуговуємо на щастя та кохання. Ми любов, ми гордість».

Ми підготували для вас найкращі, на нашу думку, фільми та серіали на цю тему. Вони допоможуть не лише навчитися толерантно ставитися до ЛГБТК спільноти, а й, наприклад, допомогти батькам прийняти сексуальну орієнтацію чи гендерну ідентичність дитини.

«Гордість». Фільм заснований на реальних подіях. У 1984 році в Англії під час правління «залізної» Маргарет Тетчер, відомої своїм край негативно ставленням до секс-меншин, було ухвалено рішення про закриття 20 шахт, що позбавило постійного заробітку близько 20 тисяч сімей. Представники ЛГБТК, які принижувалися й засуджувалися тодішнім суспільством, намагалися заявити про свою рівноправність.

Загалом фільм – про підтримку та гордість, з якою людина нетрадиційної орієнтації говорить про себе як про особистість. Це гордість, яка переступила всі перепони шаблонів, породила дух єдності двох, раніше начебто далеких одне від одного, угруповань.

Також у фільмі багато гумору та доброти. Цікаво спостерігати, як розви-

вається дружба між абсолютно різними людьми. Стать, вік, професія, орієнтація – не важливі, коли на першому місці людяність та толерантність.

«Дівчина з Данії». «Я жінка. І я чоловік... Ось у чому нещастя мого життя...» Це історія про першого в світі чоловіка, який зважився на операцію зі зміни статі. У центрі сюжету – молодий одружений чоловік, який загубився в своїх почуттях. Його дружина допомагає йому знайти себе, тому що дивитися на страждання коханої людини набагато гірше, ніж страждати самій. Психологічна драма про те, як важко бути не тим, хто ти є. Знайти в собі сміливість та ризикнути, щоб стати самим собою. А ще – про силу кохання – не до чоловіка, і не до того, ким він став, – про кохання до людини, бо зовнішня оболонка ніщо, душа – ось головне. Фільм, який змушує задуматися про проблеми та переживання іншої людини.

«Сексуальне виховання». Серіал, який мають подивитися люди будь-якого віку! Особливо батьки підлітків. Яскраве відтворення картинки міжособистісних відносин, самовираження, прийняття та пізнання себе та, звичайно, сексуальних стосунків. Одна з основних тем – інтимна, багато постільних сцен. Натуралі, бісексуали, геї, лесбійки – секс охоплює всі орієнтації та віки. Саме цей серіал сміливо можна назвати толерантним: серед учнів є люди різних рас, орієнтацій, світоглядів, релігій, люди з різною вагою та обмеженими можливостями. При тому, що в серіалі їх не виділяють – усі взаємодіють нарівні, ніхто нікого не дискримінує.

«Ейфорія». Розбещеність неповнолітніх, лесбійки, геї, трансгендери та наркотично залежні. Але кожна людина має почуття. «Ейфорія» показує біль та безсилля, причини проблем та шляхи їх вирішення... У серіалі чудово розкривається толерантність до прийняття оріє-

нтації.

«Перші ластівки». У серіалі торкаються різних тем: булінг, селфхарм, суїцид, ЛГБТ, стосунки з батьками, зради та хвороби. Провідною темою є не просто ЛГБТК, це гомосексуальність у гомофобній родині. Невдоволення батьківських амбіцій, які перекладаються на дитину. «Перші ластівки» – це перший ЛГБТК серіал в Україні. Це найкраще, що могли створити в нашому суспільстві.

Радимо і вам передивитися запропоновані нами фільми та серіали, а також порекомендувати їх тим, хто не досить толерантно ставиться до вибору інших людей.

Факти зі світової історії ЛГБТК:

1. Одне з ранніх зображень сексуального зв'язку, яке було створено понад 3 тисячі років тому, показує, що бісексуальність була нормою вже тоді. Петрогліфи, наскельні малюнки, знайдені у віддаленому регіоні північного заходу Китаю, демонструють ритуал родючості.

2. Деякі історичні особи зводили своїх коханців у статус богів. Олександр Македонський хотів проголосити богом свого коханця Гефестіона, але зміг лише оголосити його божественним героєм після смерті.

3. «Карміла» – готична новела 1872 року про лесбійку-вампіра, яка полювала на молодих жінок; була створена ірландським письменником Джозефом Шеріданом Ле Фану за 26 років до «Дракули» Брема Стокера.

4. Чверть населення світу вважає, що бути ЛГБТК прирівнюється до злочину.

5. Кожен п'ятий представник ЛГБТК пережив злочин чи інцидент на ґрунті ненависті.

Дайджест новин у світі моди

ритом сезону. А до жовтого підбирали блакитний.



1) Kalush Orchestra на бірюзовій доріжці

Музиканти вбралися в стримані чорні костюми, а лідер гурту Олег Псюк також одягнув фірмову рожеву панаму. Доповнювали образи жовто-блакитні прапорці.



2) Рожева панамка – головний аксесуар цього літа

Літо вже не за горами, і ми знаємо напевне, в чому зустрічатимемо теплий сезон. Гурт Kalush Orchestra на міжнародному пісенному конкурсі «Євробачення-2022» приніс Україні перемогу, зробивши рожеву панаму найупізнаванішим та найбажанішим аксесуаром сезону.

3) Met Gala 2022: ніжно-жовтий



– головний колір сезону

У нью-йоркському музеї «Метрополітен» другого травня відкрилася тематична виставка Інституту костюма, з цієї нагоди пройшов бал Met Gala. Тема виставки – американська мода 1870 – 1890 років. Традиційні чорний і білий кольори цього разу поступилися ніжно-жовтому, який став фаво-



4) Королева Єлизавета II вибирає синьо-жовте поєднання

Її Величність особисто була присутня на відкритті нової гілки лондонського метро, названої на її честь Elizabeth Line. Для такого відповідального заходу вона обрала вбрання в синьо-жовтих кольорах – поєднанні, яке сьогодні в усьому світі асоціюється з підтримкою України. Це поєднання кольорів справді личить королеві Єлизаветі II. Вона й сама нерідко робила ставку на жовтий з украленнями блакитного.

5) Дизайнерка Христина Бобкова проведе благодійний розпродаж на підтримку України



У Франкфурті-на-Майні українська дизайнерка Христина Бобкова провела благодійний розпродаж. Кошти пішли на підтримку України. Насамперед, на вивіз з Чернігова дітей та дорослих.



Нова благодійна колекція бренду Marianna Senchina

Модні дизайнери й далі всіляко допомагають Україні, нашій армії, біженцям і всім, хто потребує підтримки, намагаючись водночас зберегти ще й власний бізнес. Ще однією ініціативою в цьому напрямі стала благодійна міні-колекція бренду Marianna Senchina, сукупність якого є в гардеробах Адель та Дуа Ліпи. Дизайнерка Маріана Сенчіна використовує в дропі свої фірмові елементи – аплікацію з квітів у новій інтерпретації – синьо-жовті кольори як знак майбутньої перемоги над насиллям, жорстокістю та терором.

7) Червона калина – головний символ нової колекції BEVZA

У своїх колекціях BEVZA завжди висвітлює українські культурні коди. Цього разу таким кодом стала червона калина, відома не лише в Україні, а й далеко за її межами. В перші дні війни український співак, фронтмен гурту «Бумбокс» Андрій Хливинок заспівав український гімн січових стрільців «Ой у лузі червона калина», що об'єднав усю Україну та надихнув на створення особливої моноприкраси.

8) Balenciaga присвятили нову колекцію Україні, миру та любові

Напередодні шоу гості отримали синьо-жовті футболки й передмову креативного директора бренду. Шоу було пронизано безліччю подвійних смислів. Оформлення було зроблене так, ніби моделі прориваються крізь снігову хуртовину, їхні сумки схожі на поспіхом зібрані торбинки, з якими вже півтора мільйони українців були змушені тікати від війни.



9) #моякультурнаброня

Масмаркет бренд жіночого одягу JUL втретє об'єднався з етнографічним візуальним щоденником Ukrainian Folks для продовження фольклорної колаборації навколо українських народних та естрадних пісень.

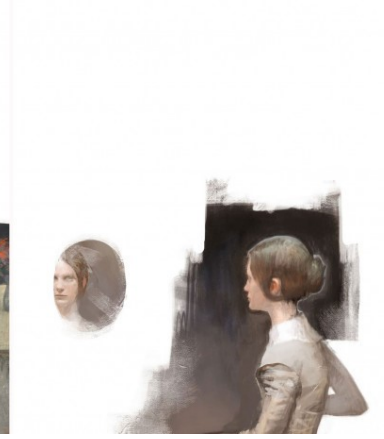
Вікторія Швець (CH-311)

Топ-3 книги для відпочинку

Останнім часом ми живемо в умовах постійного стресу. Нас оточує негативна інформація, яка емоційно виснажує. Книжки, напевно, не зможуть вирішити усі наші проблеми, але тимчасове відволікання від реальності – гарантують.

Ми підготували Топ-3 книги для відпочинку, які зачарують вас своїм сюжетом та героями, затягнуть у свій міжрядковий світ.

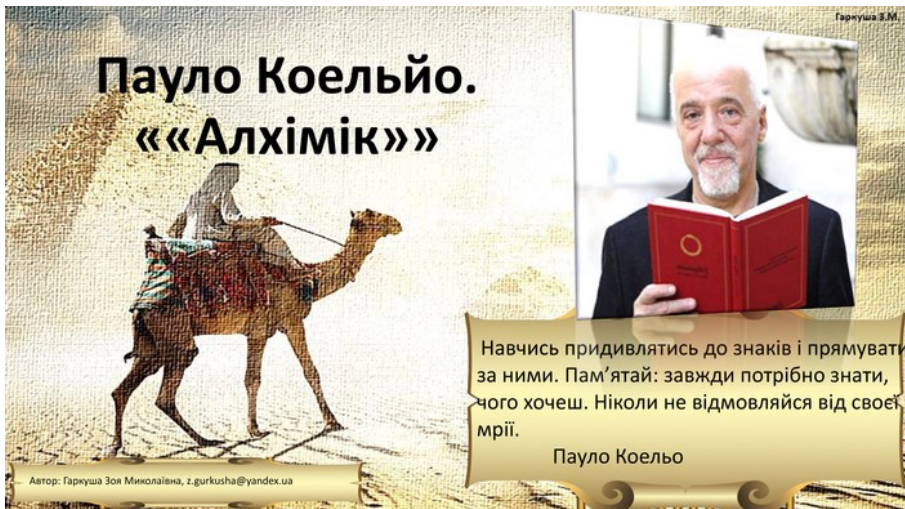
«Джейн Ейр» – роман Шарлоти Бронте, який є шедевром англійської (і не тільки) класики. Події в книзі насправді хвилюють. Головна героїня, яку ніхто не любив у дитинстві, крім батька, після смерті якого дівчинка потрапила в сім'ю до своєї багатой та злої родички. Джейн прийшлося багато чого пережити: ненависть до себе, відчуття непотрібності та нелюбові. Оскільки оповідання йде від першої особи, то в процесі читання ти відчуваєш її самотність, переживаєш всі емоції та намагаєшся разом із головною героїнею пройти усі чорні смуги життя. «Джейн Ейр» – це роман на всі часи. Не сумніваємося, що багато хто читав цю книгу, можливо й не раз. Неймовірна атмосфера тих часів, старовинні замки, одяг, життя без телефону. Також цей фільм є чудовим прикладом становлення особистості й пошуку себе.



«Дім дивних дітей» – роман-трилогія американського письменника і сценариста Ренсома Рігза. Ця історія дуже дивовижна та не схожа на інші казкові світи. Джейкоб – звичайний підліток, який дуже любить свого дідуся. Хлопчик з самого дитинства слухає всі історії дідуся про чудовиськ та дивних дітей, які володіють різними неймовірними здібностями. З часом Джейкоб починає сумніватися в правдивості цих розповідей, вважаючи їх байками. Все змінюється, коли дідусь помирає при досить загадкових обставинах. Після кошмарів та довгої роботи з психологом Джейкоб вирішує знайти усі відповіді та з'ясувати правду про історії старого. Книга дуже проста та цікава, особливо, якщо вас цікавить тема подорожей у часі, таємниць світу, який наповнений різними загадками.



«Алхімік» – роман бразильського письменника Паоло Коельйо. Дуже глибока та емоційна книга, наповнена почуттями. Вона нагадає про важливе в житті та змусить по-іншому дивитися на багато речей. А можливо, ви навіть зміните своє життя. Роман описує труднощі та перешкоди на шляху до істинних скарбів та як головний герой з ними справлявся. Іноді просто необхідно вийти зі своєї зони комфорту й рушити за знаками, надісланими нам згори. Книга фантастична, але водночас у ній багато психологічних моментів, крилатих висловлювань, фраз, над якими треба замислитись. «Якщо людина дуже прагне до чогось, то весь Всесвіт цьому допомагає» – лейтмотив роману. Також Паоло Коельйо наголошує, що основним скарбом є пізнання себе та світу, а не матеріальні цінності. Ви почнете помічати те, чого не бачили.



STUDPOL

Навчально-методичні матеріали:
студентська газета

Укладачі: С. А. Панченко, В. Л. Погребна, О. Ю. Пода, Н. В. Островська;
Рецензенти: Г. М. Волинець, К. В. Єськова;
Головний редактор: О. Носок;
Редколегія: Швець В., Заводюк А., Пилипенко Д., Роншина Ю.

Комп'ютерна верстка та дизайн: Швець В.
Затверджено на засіданні
кафедри журналістики
Протокол №11
від 21.06.2022 року
Телефон редакції:
+38(061) 769-8-463