

Якість освіти! Якість роботи! Якість життя!



СЬОМІЙ ПОВЕРХ

МЕГУ - 32 роки успіху

ТЕРИТОРІЯ СТУДЕНТІВ

Студентська газета Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка С. Дем'янчука

АНОНС

МЕГУ створила міжнародну науково-практичну конференцію

2 стор.

Професорка МЕГУ взяла участь у 69-й сесії Комісії ООН

3 стор.

В МЕГУ відбулася презентація фільму «Люди на війні, війна в модях»

4 стор.

Пресконференція із заступником головного інженера Хмельницької АЕС відбулася в МЕГУ

5 стор.

РЕГЕНА-МЕГУ – бронзовий призер Чемпіонату України з волейболу

6 стор.

«Помічник чи загроза?» – що думають студенти МЕГУ про штучний інтелект

7 стор.

Студентка МЕГУ нагороджена дипломом III ступеня

8 стор.

Весняне відродження: симфонія почуттів і змін

8 стор.



«Помічник чи загроза?» – як ставляться студенти МЕГУ до штучного інтелекту

Сьогодні штучний інтелект (ШІ) вже міцно вкоренився в навчальний процес вищих навчальних закладів, ставши його невід'ємною частиною. Цей інструмент значно полегшує студентам написання наукових, дипломних та курсових робіт, допомагає перевіряти й редагувати тексти на граматику, а також пропонує ідеї для твор-

чих завдань. Але чи дійсно все так ідеально? Чи дійсно штучний інтелект є таким зручним інструментом? Ми вирішили дізнатися думку студентів МЕГУ і з'ясувати, для яких завдань вони використовують ШІ в навчальних цілях і наскільки вважають його зручним та корисним помічником.

продовж. на ст. 7

МЕГУ співорганізатор міжнародної науково-практичної конференції



Науково-дослідним інститутом публічного права спільно з ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» та Центром українсько-європейського наукового співробітництва організовано та проведено міжнародну науково-практичну конференцію: «Вища освіта у період воєнного стану: сучасні виклики та проблемні питання». Модераторами наукового заходу виступили Андрій Боровик – кандидат юридичних наук, доцент, академік, віце-президент з наукової роботи Науково-дослідного інституту публічного права (м. Київ) та Наталія Дерев'янка – доктор філософії в галузі права, доцент, академік, декан юридичного факультету ПВНЗ «Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука».

У науковому заході прийняли участь понад 230 науковців з 42 навчальних закладів України, Молдови, Латвії та Франції, з них 37 ректорів та проректорів, які представляють 29 навчальних закладів особисто прибули для участі у роботі конференції.

У контексті теми науково-практичної конференції були піднятими на загальне обговорення важливі питання сучасної вищої освіти в умовах повномасштабного воєнного вторгнення. Зокрема, розглядали проблеми функціонування та можливості української вищої освіти в умовах воєнного стану, академічної відповідальності ЗВО, проблемні питання функціонування вищих навчальних закладів у прифрон-

тових регіонах України тощо. Під час конференції вивчено корупційні ризики під час здобуття наукового ступеня в Україні та державну антикорупційну політику у сфері освіти, розглядали можливості захисту дисертацій на території країн ЄС. Також обговорили тему «Приєднання України до механізму цивільного захисту ЗВО Європейського союзу та ключові аспекти реагування на надзвичайні ситуації». Не залишилися поза увагою питання підготовки здобувачів медичних спеціальностей, що також є актуальним у сучасних умовах.

Співмодератор академік Наталія Дерев'янка зазначила, що кризи завжди є поштовхом до змін. Українська освіта сьогодні не просто виживає – вона трансформується, адаптується, запозичує найкращий світовий досвід. Саме тому сьогоднішня конференція є надзвичайно важливою – адже тут ми не лише аналізуємо виклики, а й шукаємо шляхи їх подолання разом із міжнародними партнерами. Вищі навчальні заклади сьогодні є осередками спротиву та майданчиками для міжнародного діалогу. І ця конференція ще раз підтверджує, що українська освітня спільнота не ізольована – вона має підтримку колег з усього світу. «І я впевнена, що спільними зусиллями ми зможемо знайти



найкращі рішення для розвитку освіти навіть у таких складних умовах.» – зауважила науковець.

За результатами роботи конференції кожен її учасник отримав відповідний сертифікат, а окремі її учасники – почесні звання і нагороди.

Науковці МЕГУ взяли участь у ланч-семінарі з Університетом Бат Спа



Нещодавно науковці Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука долучились до чергового наукового ланч-семінару, який був організований Школою Освіти Університету Бат Спа (Велика Британія) на тему мульти-вікових та змішаних класів (multigrade/mixed age classrooms). Семінар став чудовою нагодою для обміну досвідом та обговорення важливих аспектів сучасної освіти.

Серед доповідачів були: Dr. Cath Gristy, Університет Плімут (UK), яка поділилася дослідженнями щодо практик в мульти-вікових класах та їхнього впливу на розвиток учнів; Dr. Anne Parfitt, Школа освіти, Університет Бат Спа (UK), яка розглянула педагогічні підходи та стратегії управління в змішаних класах.

Начальниця міжнародно-проектного відділу МЕГУ Аліна Кругляк та заступниця начальника відділу з наукової діяльності та аспірантури Руслана Грицун мали можливість дізнатися про новітні дослідження в цій галузі, подискутувати на тему практичних викликів і переваг таких класів, а також розглянути майбутні напрямки для наукових досліджень та розвитку освіти в цій сфері.

Професорка МЕГУ взяла участь у 69-й сесії Комісії ООН



Професорка кафедри кримінально-правових та адміністративно-правових дисциплін Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука Любов Крупнова взяла участь у сесії Комісії ООН зі становища жінок. Пані Любов мала нагоду представити на міжнародному рівні правову позицію щодо захисту прав українок в умовах війни, забезпечення справедливості для постраждалих і притягнення до відповідальності за воєнні злочини.

Цьогоріч 69-та сесія Комісії ООН проходила в штаб-квартирі

ООН у Нью-Йорку. Сесію відкрив Генеральний секретар ООН Антоніу Гутерріш, який наголосив на важливості рівності, прав жінок та розширення їхніх можливостей у всьому світі. Як правозахисниця, Любов Крупнова мала можливість поставити питання до Генерального секретаря ООН Антоніу Гутерріша, зосередивши увагу міжнародної спільноти на необхідності притягнення росії до відповідальності за злочини проти жінок і дітей в Україні. Адже цьогорічна сесія приурочена до 30-річчя Пекінської декларації та Платформи дій — ключового міжнародного документа щодо прав жінок і дівчат.

Любов Крупнова зазначила, що справедливість має бути не лише принципом, а й реальним

механізмом захисту прав людини. На її думку, спільна робота допоможе сформувати міжнародні механізми відповідальності, які забезпечать покарання винних і захист постраждалих. Україна продовжує боротися не лише за власну незалежність, а й за верховенство права у всьому світі.

Любов Крупнова, очільниця адвокатського об'єднання «Круп-



нова і партнери», заслужена юристка України, заступниця Вищої кваліфікаційно-дисциплінарної комісії адвокатури України, докторка, професорка

ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» та практикуюча адвокатка.

Голова студентської ради МЕГУ взяла участь у тренінгу «UAS QA POOL»



Голова студентської ради ПВНЗ МЕГУ Марина Ковальчук представляла студентську спільноту на триденному тренінгу, організованому Українською Асоціацією Студентів – «UAS QA POOL», який відбувся у Луцькому національному технічному університеті.

Програма заходу включала лекційні та практичні заняття для студентів, кейсові завдання та цікаві інтерактивні вправи, учасники яких мали виконувати індивідуально або залучатися до командної роботи. Молодь погли-

блювала знання про сучасні стандарти забезпечення якості освіти, обговорювали роль студентів у цьому процесі та обмінювалися досвідом із представниками інших університетів.

Учасники тренінгу здобули нові знання та навички щодо забезпечення якості вищої освіти і вважають, що це були три насичені дні продуктивного навчання, нових знайомств та натхнення.

Голова студентської ради МЕГУ Марина Ковальчук повернулася із сертифікатом про участь, цінними контактами та ідеями, які можна реалізувати для покращення студентського життя в університеті! Голова студентської ради МЕГУ Марина Ковальчук повернулася із сертифікатом, цінними контактами та ідеями, які можна реалізувати для покращення студентського життя в Міжнародному економіко-гуманітарному

університеті імені академіка Степана Дем'янчука.

Нагадаємо, Українська асоціація студентів є незалежним національним об'єднанням, що діє з 1999 року, основними напрямками діяльності якого є захист прав студентів, розвиток якості вищої освіти, розвиток ОСС та просвітництва, займається представництвом інтересів українського студентства. З 2007 року Українська асоціація студентів є членом Європейського Союзу студентів (ESU).



У МЕГУ відбулася презентація фільму «Люди на війні, війна в людях»



Нещодавно в Міжнародному економіко-гуманітарному університеті імені академіка Степана Дем'янчука відбулася презентація документального фільму «Люди на війні, війна в людях». Кінострічку презентували військові кореспонденти Максим Коломис та Олексій Грицай, репортерка Анастасія

Черніцька та Павло Навесенко – рівненські журналісти, які є частиною творчого колективу «Рівне Онлайн».

Після перегляду кінокартини відбулася пресконференція, учасники якої розповіли про процес роботи над фільмом, психологічні бар'єри, з якими довелося боротися героям документального фільму та знімальній групі на фронті. Обговорили важливі аспекти війни і її впливу на особистість. Олексій Грицай, розповідаючи про виклики, які стоять сьогодні перед журналістом на фронті, наголосив: «Головне – це повернутися і розповісти історію».

Наприкінці зустрічі гості провели вікторину. Анастасія Чер-

ніцька презентувала подарунок, який вони з командою підготували для переможця, який зможе дати найвичерпнішу відповідь щодо деталей кінострічки «Люди на війні, війна в людях». Виборила перемогу Карина Мішук, студентка першого курсу факультету журналістики. У подарунок першокурсниця отримала шеврон «Перемога після перемоги СВОЄРІДНІ». Цей військовий знак команда «Рівне Онлайн» привезла з передової, який отримала від військових під час проведення зйомок документального проєкту.

Викладачка МЕГУ провела лекцію для держслужбовців

Професорка МЕГУ взяла участь у презентації колекції «Кобзарів» Тараса Шевченка



Нещодавно Лілія Овдійчук, завідувачка кафедри української мови та літератури, професорка МЕГУ, представила «Кобзарі», видані Рівненським міським об'єднанням товариства «Просвіта» імені Тараса Шевченка в Рівненській обласній універсальній науковій бібліотеці (РОУНБ).

На заході пані Лілія, як член товариства «Просвіта», розповіла про історію Рівненської просвітянської Кобзаріани, представила сім книг, яким подарував друге життя видатний просвітянин, провідник книговидавничої справи Рівненщини Михайло Борейко. Лілія Овдійчук є авторкою післямови до раритетного

видання – двотомника «Кобзаря», який був виданий у Празі в 1876 році та до берлінського видання «Кобзаря» 1941 року. На зустрічі викладачка Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука розповіла про книговидавничі проєкти у яких брала участь та про важливість цих книг не тільки для українців, а й для культурного простору тогочасної Європи.

Модераторка заходу, завідувачка відділу зберігання та реставрації бібліотечних фондів Наталія Паламар розповіла історію створення колекції, характеризувала найцікавіші видання. Про видання іноземними мовами детально розповіла Світлана Волкова, завідувачка відділу документів іноземними мовами.

На заході звучали відомі поезії пісні нашого національного Пророка – Тараса Шевченка у виконанні юних бандуристок. Усі учасники висловлювали впевненість у тому, що Шевченкове слово допомагає нам нині жити, боротись і наближати перемогу.



Старший викладач кафедри української мови та літератури Лариса Брильова провела лекцію на тему «Зміни в українському правописі» для працівників Рівненської районної державної адміністрації.

Лариса Євгенівна ознайомила присутніх з історією створення правопису, розповіла про зміни, які відбулися в українській мові упродовж усіх етапів її розвитку, що спричинило з'яву усталених засад та принципів для передачі мовлення у писемному варіанті. Вона наголосила на необхідності використання правил нового правопису і запропонувала кілька інтерактивних вправ для слухачів.

Заняття дало змогу держслужбовцям зрозуміти особливості наявних норм у писемному мовленні та важливість їх засвоєння.

Пресконференція із заступником головного інженера Хмельницької АЕС відбулася в МЕГУ



У ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» відбулася пресконференція із заступником головного інженера з будови 3 і 4 енергоблоків Хмельницької АЕС Геннадієм Самосеєм. Захід проведено за програмою відзначення двадцятиріччя факультету журналістики МЕГУ.

Студенти факультету журналістики та юридичного факультету мали можливість обговорити питання щодо розвитку енергетики в Україні.

Під час зустрічі представник ХАЕС розповів про хід спорудження чергових енергоблоків, передумов їх радіаційної та екологічної надійності.

Гість торкнувся теми створення нових атомних енергетичних потужностей за технологією США (проект AP-1000). Йшлося і про надійність антисейсмічного захисту Хмельницької АЕС, можливість створення в Україні повного циклу виробництва ядерного палива, захист персоналу від опромінення, використання роботизованої техніки під час проведення робіт у радіаційному середовищі.

Геннадій Самосей наголосив на необхідності врахування в майбутніх проектах розширення ХАЕС заходів щодо соціально-економічного розвитку тридцятикілометрової зони станції.

Аніта Глінчук

Студенти МЕГУ зустрілися з членами 13-тої бригади оперативного призначення НГУ «Хартія»

На зустрічі з членами 13-тої бригади оперативного призначення НГУ «Хартія» — Сергієм Жаданом, Вахтангом Кіпіані, Юлією «Тайрою» Пасвською та Євгеном Турчиновим, яка відбулася у обласній філармонії, побували студенти МЕГУ.

Під час неї Сергій Жадан розповів про ідеї, мотивацію та цінності бригади, зачепив тему стандартів НАТО, а також познайомив з особливим членом їх команди — роботом Елвісом.

Підготовка планування операції, технологічність та людська гідність — основні цінності яких дотримується хартієць. «Ми будовуємо нашу громаду як односторонців» — поділився Сергій Жадан.

Також гості обговорили тему співпраці з іншими бригадами та



проекти, в тому числі і розвиток «Радіо Хартія».

Історик Вахтанг Кіпіані розповів про важливість знання історії України. Під час підготовки військових вони вивчають історичне минуле нашої країни і як воно впливає на теперішній час. «Якщо не воювати, не підтримувати військо, не донатити — все в Україні стане російським» — зазначив історик.

Особливості комунікації з військовими обговорили в МЕГУ

У ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» відбулася лекція «Організація психологічної підтримки ветеранів та діючих військових», яку провела військовий психолог, психотерапевт Психологічної підтримки персоналу ОК «Захід» Ольга Галицька.

Лекторка розповіла про психологічні труднощі, з якими стикаються ветерани та діючі військові після повернення із зони бойових дій, особливості роботи з військовослужбовцями, що мають ознаки бойових психічних травм, ГСР, ПТСР, специфіку психологічної підтримки та допомоги воїнам після отриманих поранень або травмувань.

Здобувачі освіти Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука ознайомилися з принципами та основними методами надання психологічної допомоги військовим, дізналися про важливість соціальної підтримки для ветеранів, важливість залучення родини та громади в процес психологічної реабілітації.

«У воєнний час, наявність поряд людини, яка вислухає, дасть пораду та підтримає — є особливо важливою, оскільки з'являються умови безперервної загрози життю та здоров'ю, ймовірність втрати бойових товаришів, тривалі навантаження, які нерідко перевищують межі людських можливостей. На плечах психолога лежить велика відповідальність не тільки за психічний та емоційний стан військовослужбовців, але ще й за їхнє життя», — зазначила психотерапевт Ольга Галицька.

РЕГІНА-МЕГУ – бронзовий призер Чемпіонату України з волейболу



Волейбольна команда РЕГІНА-МЕГУ здобула бронзові медалі в Чемпіонаті України з волейболу серед жінок у Вищій лізі сезону 2024/2025.

Завершальні матчі турніру продемонстрували високу майстерність, згуртованість і незламний бойовий дух наших спортсменок. Завдяки наполегливій праці, професіоналізму тренерського штабу та підтримці

вболівальників, команда змогла досягти цього вагомego результату.

Упродовж сезону РЕГІНА-МЕГУ демонструвала стабільну гру, здобуваючи перемоги над сильними суперниками.

У вирішальних матчах фінального етапу команда показала свою міць, довівши, що гідна місця серед лідерів українського волейболу. Досягнення РЕГІНА-МЕГУ є результатом наполегливих тренувань, тактичної грамотності та великої самовіддачі кожної спортсменки. Це ще один крок до повернення рівненської команди на вершину українського волейболу.

Викладачі й студенти факультету географії, історії та туризму взяли участь у засіданні НТШ імені Тараса Шевченка

Нещодавно відбулося чергове засідання Рівненського осередку Наукового товариства імені Тараса Шевченка, під час якого здобувачі спеціальності 014.03 Середня освіта (Історія та громадянська освіта) заслухали цікаві доповіді.

Студенти отримали нові знання з різних галузей знань. Зокрема Андрій Жив'юк, керівник науково-редакційної групи «Реабілітовані історією. Рівненська область», голова секції історії розповів про особливості діяльності церкви в умовах радянського режиму, Лілія Овдійчук - завідувачка кафедри української мови та літератури МЕГУ, очільниця філологічної секції познайомила студентів з Уласом Самчуком як важливою історичною постаттю.



Про можливості використання технологій штучного інтелекту в сучасних умовах доповів професор НУВГП Юрій Турбал. Учасники засідання та наші студенти активно долучилися до обговорення і окреслили подальші напрями для співпраці

У засіданні взяв участь голова історичної комісії НТШ Андрій Фелонюк, старший науковий співробітник Львівського відділення Інституту української археографії та джерелознавства ім. М. С. Грушевського НАНУ, який привітав нових учасників НТШ і вручив членські квитки.

Членами цього поважного та одного з найстаріших наукових товариств уже довгий час є Лопатська Н. М., Старжець В. І. – викладачі кафедри історії, теорії держави і права та філософії ПВНЗ МЕГУ.

Декан факультету журналістики взяла участь у семінарі Media IQ: ефективні ідеї для розвитку медіакомпетентності учнів в умовах сьогодення



На базі Рівненської спеціалізованої школи І-ІІІ ступенів № 15 відбувся семінар у формі предметного інтенсиву для вчителів англійської мови закладів загальної середньої освіти Рівненської міської територіальної громади з теми «Media IQ: ефективні ідеї для розвитку медіакомпетентності учнів в умовах сьогодення».

Одним із спікерів та тренерів семінару виступила декан факультету журналістики ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» Вікторія Климюк, яка поділилася практичними кейсами та інструментами роботи з інформацією. Зокрема, як розпізнавати фейки та маніпуляції в медіапросторі, як користуватись інструментами перевірки фактів та достовірності інформації. «У сучасному світі учні щодня споживають величезну кількість інформації. Наше завдання – навчити їх аналізувати новини, відрізняти правду від фейків та формувати власну думку на основі фактів», – зазначила Вікторія Климюк.

Семінар організував КУ «Центр професійного розвитку педагогічних працівників» Рівненської міської ради відповідно до плану роботи Управління освіти виконавчого комітету Рівненської міської ради.

«Помічник чи загроза?» – що думають студенти МЕГУ про штучний інтелект

продовж.

Що таке штучний інтелект?

«Батьком» визначення штучного інтелекту вважається Джон Маккарті, американський учений інформатик. У 1955 році він разом із іншими учасниками, які готували промову для конференції в Дартмуті, визначив ШІ як «науку і техніку, спрямовані на створення розумних машин».

Штучний інтелект створений для того, щоб навчатися на основі здобутого досвіду, знаходити повторювані елементи та ухвалювати рішення на основі зібраних даних. Такі системи здатні виконувати різноманітні завдання, як-от: розпізнавання зображень, створення текстів тощо. Через свою універсальність ШІ іноді сприймають як технологію, яка може виконати будь-яке завдання. Однак, як зазначає студентка факультету ЗФКС Катерина Соцевик: «Звичайно в деяких моментах ШІ дуже сильно допомагає, але бувають і такі моменти, коли це буває зайвим, тому що люди перестають читати книги, щоб знайти інформацію».

ШІ – помічник

Чимало студентів визначають, що штучний інтелект значно полегшує їхнє навчання. Зокрема, ШІ допомагає в перевірці граматики, стилістики текстів, створенні конспектів до складних матеріалів, а також є помічником у перекладі на мови світу. «Це корисно, тому що спрощує багато роботи, яка зайняла б багато часу. Це інструмент, яким потрібно вміти користуватися всім, бо, як казав Білл Гейтс: «Якщо ти в 21 столітті не будеш вміти користуватися мишкою, ти будеш користуватися лопатою», – зазначив Дмитро Сухан, студент факультету журналістики.

Також штучний інтелект шукає та аналізує великий обсяг інформації, структурує дані та навіть генерує ідеї для наукових



робіт. «Я вважаю, що це зараз дуже поширена і хороша річ, яка може допомогти. Набагато легше, коли не потрібно шукати інформацію десь в Google чи ще десь. Ти зайшов, написав текст й тобі одразу дало відповідь і там можна просити джерела. Це саме те, чого не вистачало.» – поділилася з нами своєю думкою Коротчук Анна, студентка факультету європейської освіти.

Штучний інтелект – загроза?

Однак, важливо пам'ятати, що залежність від таких технологій може і завдати шкоди. Одним із найяскравіших прикладів – зниження здатності до критичного мислення. «Люди не знають межі в наглоті, тому використовують ШІ більше ніж треба, й починають лінуватися навіть думати про щось, а одразу все питають в нього», – наголосила на цьому Мулярчук Марія, студентка факультету географії та туризму.

Також ШІ небезпечний, тому що він може помилятися та навіть гірше – вигадувати інформацію на основі даних, якими володіє. Це може мати негативні наслідки, адже студенти покладаються на штучний інтелект як на єдине джерело інформації, не перевіряючи її достовірність. «Я вважаю, що штучний інтелект не завжди видає правдиву інформацію. Так як я ним часто користуюся, то інколи помічала, як він спотво-

рював факти», – вважає Аліна Коханевич, студентка історико-філологічного факультету МЕГУ.

Незважаючи на всі переваги ШІ, є й серйозні побоювання, що в майбутньому цей інструмент стане причиною нових форм плагіату та академічної недоброчесності. І через це студенти змогли б маніпулювати технологіями ШІ, щоб отримувати результати без реального зусилля. Як зазначає студент економічного факультету Владислав Шевчук: «Я думаю, якщо він буде прогресувати і не буде певних заборон, наприклад, на академічну доброчесність чи на цензуру, це буде певною катастрофою. Тому, що тоді людина втратить своє «Я», втратить свою індивідуальність, особистість».

На думку багатьох студентів, штучний інтелект має дійсно великий потенціал помічника в навчальному процесі, допомагає зекономити час, необхідний для виконання завдань, робити навчання більш ефективним. Однак, важливо не зловживати цим, адже надмірна залежність може призвести до зниження критичного мислення, ініціативи самостійно долати труднощі. Для того, щоб уникнути цих небажаних наслідків, важливо навчити студентів правильно зберегти баланс між використанням ШІ та розвитком власного «Я».

Каріна Міщук

Студенток МЕГУ нагороджено дипломом III ступеня



Першокурсниця Катерина Хомич, здобувачка освіти першого (бакалаврського) рівня освітньої програми Середня освіта

014.01 спеціальність Українська мова та література та другокурсниця Анастасія Закревська, здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 013 Початкова освіта вибороли третє місце на фінальному етапі XV Міжнародного мовно-літературного конкурсу учнівської та студентської молоді імені Тараса Шевченка.

Науковими керівниками, які готували студенток до участі в конкурсі були професор Наталія Мединська, професор Таміла Груба та старша викладачка кафедри української мови та літератури Лариса Брильова Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука.



*Березневий день, з паростка весни
Посмішку свою дарував мені.
Грози загудуть як тепло прийде,
Роси заблистять у траві скляні.*

*Запечуть в душі спогади про все,
росяним дощем, зеленню в траві.
І весна полям коси заплете,
Квіти зацвітуть весняно-п'янкi.*

*Зорі заблищать, задзюрчать струмки,
ночі оживуть співом комарів.
Затанцює вітер, задзвенять птахи,
прилетять до дому сірі журавлі.*

*Одягне пушок жовте каченя,
запашисть теплом матінка-земля
Розмалює все барвами тепла,
пензликом в руці дівчина-весна!*

Весняне відродження: симфонія почуттів і змін

Весна... Це слово звучить як мелодія, що пробуджує внутрішній світ від зимової дрімоти. Коли перші промені сонця торкаються землі, а бруньки розпускаються, ми відчуваємо, як щось змінюється всередині нас. Це не просто зміна пори року, це симфонія почуттів і змін, що резонує з нашим еством.

Я, як і багато моїх однолітків, студентів, відчуваю цей весняний подих. Здається, що разом з першими квітами розквітає і моя душа, наповнюючи мене енергією та натхненням. Але чи завжди цей вплив однозначно позитивний? Чи не є весна лише ілюзією щастя, що приховує під собою більш складні процеси?

З наукової точки зору, збільшення світлового дня стимулює вироблення серотоніну, гормону радості. Це пояснює наш піднесений настрій та приплив енергії. Але чи лише гормони керують нашими емоціями? Я вірю, що весна

має глибокий психологічний вплив. Вона асоціюється з оновленням, новими починаннями, надією. Колори та аромати весни пробуджують в нас дитячу радість та цікавість до світу.

Прогулянки на свіжому повітрі, активний відпочинок на природі – все це дарує нам відчуття легкості та свободи. Ми, студенти, часто проводимо час у задушливих аудиторіях, тому весняне тепло стає справжнім порятунком. Але не все так просто. Весняна астения, відчуття втоми та слабкості, можуть затьмарити радість від пробудження природи. Перепади настрою, пов'язані зі зміною погоди, також можуть впливати на наше самопочуття.

Я вірю, що весна – це час для самопізнання. Це час, коли ми

можемо прислухатися до свого внутрішнього голосу, розібратися у своїх почуттях та бажаннях.



Весна – це чистий аркуш паперу, на якому можна написати новий розділ свого життя.

Щоб максимально насолодитися весняним періодом, намагаюся проводити більше часу на природі, займатися спортом, спілкуватися з друзями. Я ставлю перед собою нові цілі та мрії, намагаючись використати весняну енергію для їхнього досягнення.

Весна – це час для радості, оновлення та натхнення. Але це також час для саморефлексії та усвідомлення своїх почуттів. Важливо прислухатися до свого внутрішнього голосу, давати собі час на відпочинок та насолоджуватися кожним моментом цього чудового періоду.

Максим Тухтії

Максим Тухтії



Студентська газета Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка С. Дем'янчука

Наша адреса:
м. Рівне, вул. акад. С. Дем'янчука, 4
т. (098) 866-80-22; e-mail megu.edu.ua

Відповідальний за випуск: Вікторія Климюк
Верстка: Антоніна Зубарець
Літературний редактор Валентина Миронюк