

Міністерство освіти і науки України
Поліський національний університет

К. Я. Климова, А. А. Плечко

ВИВЧАЙ УКРАЇНСЬКУ — БОРОНИ НАШУ ДЕРЖАВНІСТЬ

(збірник текстів для мовного самонавчання та самовдосконалення)

Житомир
2025

УДК 81:811.161.2:378
К 49

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Поліського національного університету
Протокол № 3 від 29 жовтня 2025 року*

РЕЦЕНЗЕНТИ:

Галина ГРИМАШЕВИЧ

кандидат філологічних наук, доцент, завідувачка кафедри української мови та методики її навчання Житомирського державного університету імені Івана Франка;

Євгенія КАНЧУРА

кандидат філологічних наук, доцент, завідувачка кафедри теоретичної та прикладної лінгвістики Державного університету «Житомирська політехніка»;

Світлана СИТНЯКІВСЬКА

доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри іноземних мов Поліського національного університету.

К 49 Климова К. Я., Плечко А. А. Вивчай українську — борони нашу державність (збірник текстів для мовного самонавчання та самовдосконалення) : навчальний посібник для здобувачів вищої освіти та викладачів-словесників. Житомир : Поліський національний університет, 2025. 104 с.

ISBN 978-617-8410-10-0

Навчальне видання спрямоване на формування мовної компетентності майбутніх фахівців нефілологічних спеціальностей як активних учасників професійної комунікації. Орієнтовна тематика запропонованих для опрацювання текстів відображає основні аспекти життя та діяльності українців. Матеріали можуть використовуватися як диктанти, тексти для переказів, як зразки монологів для підготовки до складання іспиту на володіння державною мовою, а також як тексти для виразного читання.

Посібник призначений для здобувачів освіти, викладачів ЗВО, учителів-філологів та всіх охочих.

ISBN 978-617-8410-10-0

© К. Климова, А. Плечко
©Поліський національний університет

Зміст

<i>Передмова. Робота із текстом як основа формування мовної компетентності</i>	4
<i>Орієнтовна тематика текстів для розвитку мовленнєвої діяльності</i>	7
<i>Тема 1. Насамперед про українську мову</i>	7
<i>Тема 2. Автор творить книгу, а її долю – суспільство (В. Гюго)</i>	24
<i>Тема 3. Сучасне суспільство: культура, етика, мораль</i>	28
<i>Тема 4. Інновації ХХІ століття та їх роль у глобалізації й міжкультурній взаємодії</i>	56
<i>Тема 5. Про якісну освіту і працю: «Лиш праця світ таким, як є, створила. Лиш в праці варто і для праці жить» (Іван Франко)</i>	74
<i>Тема 6. Кожна подорож – це відкриття нових горизонтів розуміння себе та світу (Майкл Ліндсей)</i>	88
<i>Тема 7. Показник якості управління — звичайні люди, що роблять незвичайні речі (Пітер Друкер)</i>	91
<i>Тема 8. "Справжній патріот – це той, хто дбає про майбутнє своєї країни" (Микола Куліш)</i>	97
<i>Список рекомендованих джерел для мовного самовдосконалення</i>	102

ПЕРЕДМОВА. РОБОТА ІЗ ТЕКСТОМ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ МОВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

Компетентнісна парадигма сучасної освіти передбачає формування мовної особистості, здатної ефективно використовувати знання літературних норм у різноманітних сферах родинного, анонімного, службового та неформального спілкування; спроможної підвищувати рівень культури мовлення у процесі самонавчання. Комунікативні якості мовлення: правильність (унормованість), вимовна та інтонаційна чистота, лексичне і фразеологічне багатство, художня і технічна виразність, точність, доречність, доступність, логічність, впливовість — є критеріями для визначення культури мовлення носія та сформованості в нього мовнокомунікативної компетентності.

Оптимальне поєднання мовної і мовленнєвої компетентностей — володіння мовними нормами в усіх видах мовленнєвої діяльності — відбувається на основі роботи здобувачів освіти із *текстом*. Останній є предметом наукових досліджень багатьох українських мовознавців та лінгводидактів.

«Мова – це насамперед текст утворення. Через текст ми здійснюємо комунікування, спілкування чи персоналізовані, спрямовані до визначеної особи, чи можливо до невизначеної колективної особи», — зазначає Павло Гриценко [https://www.radiosvoboda.org/a/mova-pravopys-dekolonizatsiya/32975293.html].

Любов Мацько із погляду риторики розглядає текст у кількох аспектах: смислової єдності, зв'язності, лінійної послідовності та бере до уваги його риторичну мету [8].

Саме текст є основним дидактичним засобом під час аудіювання, читання, говоріння і письма. Стилiстично марковані тексти-розповіді, описи, роздуми, запропоновані на заняттях з української мови у ЗВО, без сумніву, є зразками для створення власних текстів, «занурених у життя», тобто дискурсів, зміст яких зумовлений ситуацією, умовами спілкування та комунікативними намірами. Науковці зазначають, що від початку 80-х років ХХ ст. терміни *текст* і *дискурс* почали розрізняти: «під текстом розуміють об'єднану смисловим зв'язком послідовність знакових одиниць, основними властивостями якої є зв'язність і цілісність, а під дискурсом – різні види актуалізації тексту, розглянуті з погляду ментальних процесів і у зв'язку з екстралінгвальними чинниками» [17, с. 10].

У сучасному світі актуальною є здатність фахівця адаптуватися до інновацій, критично оцінювати запропоновану інформацію, виявляти мовну самосвідомість та громадянську позицію. А вміння проаналізувати прочитане можна розвивати, опрацьовуючи *тренувальні тексти*.

Дослідники пропонують комплекс характеристик навчального тексту, як-от: 1) комунікативна одиниця; 2) смислова, граматична та інтонаційно

завершена одиниця; 3) основний дидактичний матеріал для тренувальних вправ; 4) джерело загальних знань (зокрема з мови); 5) засіб розвитку всіх видів мовленнєвої діяльності та ін.; 6) засіб формування креативності.

У цьому навчальному посібнику пропонуємо добірку текстів, об'єднаних за тематичними рубриками задля зручності використання у навчальному процесі або під час самопідготовки з української мови.

Посилаючись на лінгводидактичні дослідження [3], окреслимо низку критеріїв, за якими визначалася тематика текстів: 1) *країнознавчий* (тематика злободенна, інформація достовірна, пізнавальна); 2) *лінгвістичний* (стилістична маркованість, лексичне та фразеологічне багатство); 3) *виховний* (гуманістична спрямованість, емпатійність); 3) *комунікативний* (розвиток комунікативних навичок); 4) *універсальності* (змістової доступності для певного віку та рівня знань).

Робота із текстом спирається насамперед на комунікативно-діяльнісний та функціонально-стилістичний підходи — йдеться зокрема про лінгвістичний аналіз цілісної мовної одиниці, у якій закладено певний комунікативний задум — поінформувати, вплинути на почуття, переконати, загітувати, виховати тощо. Під час лінгвістичного аналізу тексту здобувачі визначають його стилістичну приналежність та відповідні лексичні, фразеологічні і граматичні мовні засоби, які сприяють досягненню комунікативної мети автора. Доцільно проаналізувати структуру тренувального тексту (вступ, мікротеми в основній частині, висновки), його тип (розповідь, опис, міркування), засоби зв'язку між реченнями й окремими частинами (граматичні та лексичні). Рекомендовано також підкреслити у текстах ті слова, словосполучення та речення, які стануть матеріалом для різних видів мовного розбору (фонетичного, лексичного, морфологічного, синтаксичного). Окрему увагу також слід приділити лінгвокультурологічному аналізу текстів, а також риторичному аналізу текстів промов.

Кожен із текстів, запропонованих у книзі, — оригінальний, складений авторами; він може бути використаний насамперед як диктант відповідного до вимог обсягу або як зразок монологу. Оскільки усне монологічне мовлення викликає певні труднощі, зумовлені нерідко психологічними або іншими чинниками, претенденти на посади державної служби потребують ретельної самопідготовки до складання цієї частини іспиту, впровадженого Національною комісією зі стандартів державної мови відповідно до українського законодавства. Під час підготовки до письмового переказу прослуханого тексту (аудіювання) також рекомендовано звертатися до наведених у книзі зразків.

В умовах змішаного навчання можна запропонувати вправи для аудиторного та самостійного виконання, групові та індивідуальні завдання. Варто зосередити увагу на таких прийомах, як читання, переказ тексту, редагування деформованого тексту, заучування (фрагментів).

Оптимізують роботу з текстом такі прийоми розвитку критичного мислення студентів, як: ПМЦ Едварда де Боно, прийом сюжетної таблиці, "Мозковий штурм", "Тронування", прийом "Вільного письма" (н-д, для написання есе на основі прочитаного тексту), діаграма Вена, "Акваріум", "Синтез думок", "Кубування" та ін. При цьому доцільно використовувати принцип діалогізації навчання.

Отже, цей збірник текстів може стати гарним помічником під час навчання і самонавчання як здобувачів, так і всіх, хто хоче вдосконалити мовленнєві уміння і розвивати навички володіння державною мовою усно і письмово.

ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА ТЕКСТІВ ДЛЯ РОЗВИТКУ МОВЛЕННЄВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ТЕМА 1. НАСАМПЕРЕД ПРО УКРАЇНСЬКУ МОВУ

Щороку, 21 лютого, починаючи з 1999 року, в усіх країнах святкують Міжнародний день рідної мови. Науковці визначають рідну мову як ознаку національної приналежності людини, як материнську, функціонально першу мову (якою почав розмовляти у ранньому дитинстві). Будь-яка мова виникає задля комунікації населення, об'єднаного спільною територією, економікою та культурою. Мовну політику держави характеризують за такими критеріями, як-от: законодавчий, просвітницький, науковий та освітній. Державний статус української мови засвідчують 10-та стаття Конституції України 1996 року, а також закон 2019 року «Про забезпечення функціонування української мови як державної». Важливу роль у формуванні культури мовлення громадян відіграє Національна комісія зі стандартів державної мови – іспит на рівень володіння українською мовою складають претенденти на різноманітні службові посади. Наразі популяризація української мови здійснюється в усіх сферах нашого життя: під час масових заходів, присвячених визначним історичним подіям, календарно-обрядовим святкам, лунають українські пісні, вірші. Завдяки вітчизняним ученим-мовознавцям світ дізнається про витоки української мови та української державності, а мовна освіта, використовуючи новітні технології, підвищує свою якість.

Позаяк мова є багатогранною знаковою системою, визначень цього поняття, висловлювань про мову, а також запитань щодо мови – чимало. Розкриємо зміст типових із них.

Чому мову називають серцем народу та умовою його існування?

Існує багато припущень щодо походження мов на Землі: гіпотези божественного, космічного втручання, гіпотеза звуконаслідування природних явищ, гіпотеза однієї світової мови, яка дала початок усім мовам світу та інші. Науковці стверджують, що загалом існує більше 7000 мов. Нерідко вживають термін *мертві мови*. Населення країни не припиняє свого існування, але мова, якою розмовляли за давніх часів, настільки звузила своє використання, що почала «обслуговувати» лише окремі сфери діяльності – наприклад, латинська мова Давнього Риму використовується католицькою церквою, у медичній та юридичній сферах; старослов'янська (давньоболгарська) має синонім – церковнослов'янська. Ці мови настільки віддалилися від народів, що перестали бути рідними. Нерідко мови зникали, коли держави-переможці силоміць нав'язували населенню завойованих ними держав свою мову – це був «удар у серце народу», коли люди втрачали право на мовну, а значить і національну приналежність. У колишньому сср ідеологи мріяли про створення єдиної

історичної спільноти «радянський народ», коли стираються всі національні особливості, зникають національні мови, а всі розмовляють російською як мовою «старшого брата». Чи так само не мріють сьогодні у Москві, що українська мова стане «мертвою», а завойований народ України «розчиниться», зникне разом зі своєю мовою? Пророчі слова Івана Огієнка, сказані у праці «Десять найголовніших мовних заповідей свідомого громадянина» у 2019 році, нагадують нам про нагальну потребу боронити українську мову, яка є запорукою існування України і українців.

Чи актуальний сьогодні вислів: «Рідна мова – мати єдності, батько громадянства і сторож держави» (М. Даукша)?

Цей вислів литовського священника-перекладача XVI–XVII століть Мікалоюса Даукші ніколи не втрачав актуальності. Якщо дослідити всі його компоненти, отримаємо такі визначення: *єдність* – неподільність, тісний взаємний зв'язок; *громадянство* – юридична приналежність людини до певної країни, яка гарантує її права та визначає обов'язки; *сторож* – охоронець майна або інтересів. Отже, кожен громадянин України має низку основних конституційних прав, як-от: право на життя, свободу, гідність, житло, віросповідання, освіту, охорону здоров'я, власність, право на свободу слова і думки. Громадяни України поєднані територіально, економічно та культурно, мають державну українську літературну мову, яка є засобом консолідації населення різних областей країни. Тарас Шевченко у поезії «Подражаніє 11 псалму» саме мову назвав охоронцем національних інтересів: «Возвеличу Малих отих рабів німих! Я на сторожі коло їх Поставлю слово» [<https://www.ukrlib.com.ua/books/printit.php?tid=23512>]. Поняття рідної мови пов'язане із термінами *материнська мова*, *функціонально перша мова*, *мова національної приналежності*. За 34 роки незалежності докорінно змінилося ставлення багатьох українців до рідної мови. За даними всеукраїнського соціологічного опитування Центру Разумкова, у 2006 році – 52%, у 2017 – 68%, у червні 2024 року вже 78% респондентів назвали українську мову рідною.

[<https://detector.media/infospace/article/213665/2023-07-03-78-ukrainsiv-vvazhayut-ukrainsku-movu-ridnoyu-74-prestyzhnoyu-tsentr-razumkova/>]. Таку позитивну динаміку зумовило декілька факторів: упровадження Закону «Про забезпечення функціонування української мови як державної», створення Національної комісії зі стандартів державної мови, одним із напрямів діяльності якої є забезпечення поглибленого вивчення державної мови претендентами на службові посади, а також особами, які прагнуть отримати українське громадянство. Неабияку роль відіграють і події війни в Україні, які стимулювали вивчення української мови російськомовними громадянами нашої країни. «Ми маємо навчитися відчувати себе українцями», – писав Іван Франко. При цьому слід сприймати рідну мову, як кордон, який ми покликані боронити для прийдешніх поколінь.

Мова на територіях української держави.

Ознаками нації є, як відомо, спільні територія, мова, економіка і культура. Слова нашого національного символу – Гімну УНР (1917 р.) і Гімну України (2003 р.), – написані Павлом Чубинським ще у 1862 році, окреслюють територіальні кордони тодішньої України: згадуються річки Сян, Дон, сивий Дніпро, Чорне море, Карпати і безкраї степи. Історія постійно вносила корективи на карті, оскільки родючі землі завжди припадали до вподоби завойовникам. Не винятком стали і наші часи – вирвавшись із-під імперської «опіки» радянського союзу, Україна продовжує виборювати свою територіальну незалежність під час повномасштабної війни, розпочатої ерефією. Наш територіальний устрій закріплено Конституцію України (статті 132, 133), а стаття 10 підкреслює статус української мови як державної на всій території країни. Не випадково 22 січня ми відзначаємо як державне свято – День Соборності України, щороку згадуючи про Акт Злуки УНР та ЗУНР на Софійському майдані Києва у 1919 році. Усі намагання окупанта «звільнити» російськомовне населення на територіях Сходу України з 2022 року призводять до смертей, знищення та руйнації міст і сіл, до зростання супротиву місцевого населення та усвідомленню необхідності вивчити українську мову як державну.

Літературна мова, беззаперечно, є засобом консолідації усіх українців, незалежно від областей, де вони мешкають, та мови сусідніх країн, яка спричиняє суржик з українською. Поет Дмитро Білоус у вірші «Чудесні барви» виразно проілюстрував розмаїття українських діалектів: «Які чудесні барви у нашій рідній мові, які відтінки різні від Сейму аж по Сян!» [https://virshi.com.ua/dmytro-bilous-chudesni-barvy/#google_vignette]. Сьогодні бути українцем – почесно і престижно, це зрозумів увесь світ. Українська – не лише мова територіальної спільноти людей, це мова героїчного народу, який подарував світові винахідників і митців, який виборює право України як держави посісти одне із провідних місць у європейській спільноті.

Чи здатна мова розвиватися?

Словник української мови пропонує значення слова *розвиток*, по-перше, як процес, результатом якого є перехід від одного якісного стану до іншого, вищого; по-друге, як ступінь освіченості, розумової, культурної зрілості. Іменник «розвиток» походить від дієслова «розвиватися» [<https://slovnkyk.ua/index.php?sword=%D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%BA>]. Зміни мовних норм, за твердженням академіка Андрія Білецького, свідчать про те, що мова жива, вона змінюється, подібно до будь-якого живого організму. Українська мова, за дослідженнями Юрія Шевельова, пройшла багатовіковий шлях, перш ніж стати такою, якою ми послуговуємося сьогодні, – від протоукраїнської мови (VII-XI ст.), староукраїнської мови (XI –

кінець XIV ст.), середньоукраїнської мови (кінець XIV – початок XIX ст.) до нової української мови (із початку XIX ст. до наших днів) [<http://ir.znau.edu.ua/handle/123456789/12818>]. У розвитку української мови вирішальну роль зіграли насамперед дві постаті – Іван Котляревський, який першим використав у поемі «Енеїда» (1798 р.) загальнонародну живу мову українців; завдяки збірці «Кобзар» Тараса Шевченка (1840 р.) українська мова як літературна, писемна мова увійшла до мов світу. Про збільшення кількості слів в нашій мові свідчить хоча б те, що в 11-томному Словнику української мови (1970-1980 рр.) їх понад 135000 одиниць, а в сучасних словниках першої чверті цього століття ця цифра зросла майже до 260000. Як і людина, мова «переживає» тяжкі часи занепаду та періоди розвою – прикладами цього є державні правописи 1918, 1928, 1933, 1989 років і сучасний правопис 2019 року.

Наразі українська мова живе – у словах Гімну нашої країни, в урядових установах, в українських народних та сучасних піснях, у наукових, освітніх та культурних установах, у кожній родині. Вона розвивається із розвитком країни.

Чому до вивчення рідної мови слід ставитися уважніше, ніж до вивчення іноземних?

Французькому філософу, історику та літератору епохи Просвітництва Франсуа Вольтеру належить чимало афоризмів, які стали надбанням світової культури, наприклад: «Читаючи авторів, які добре пишуть, звикаєш добре говорити», «Ніколи не буває великих справ без великих труднощів», «Чужу мову можна вивчити за шість років, а свою треба вчити все життя» [<https://dovidka.biz.ua/volter-tsitati-ukrayinskoyu/>]. Прагнення сучасної людини вивчати чужі мови є цілком умотивованим: плануючи службове відрядження, туристичну подорож до іншої країни або отримавши можливість навчання/працевлаштування за кордоном, насамперед намагаєшся вивчити якомога більше слів, фраз, які хоча б попервах допоможуть комунікувати. Надалі починається невпинне кропітке самонавчання в іншомовному середовищі. За декілька років війни в Україні чимало жінок із дітьми, батьками-пенсіонерами вимушені були виїхати за межі нашої держави. Діти почали відвідувати місцеві школи, старші члени родини – працювати. За останніх три роки вивчення іноземних мов дало позитивні результати, оскільки українці – здібний і наполегливий народ. Ми усвідомлюємо, що знання мов країн Євросоюзу (зокрема англійської, німецької, італійської, французької та ін.) допоможе нам стати по-справжньому європейською державою, вирватися із тенет російської, які століттями перешкождали комфортному входженню українців у світовий простір економіки, освіти, науки, культури. Попри все зазначене вище, рідна українська є «мовою душі» (М. Костомаров), тому ми вдосконалюємо рівень володіння державною мовою, викорінюючи зі свого мовлення потворний суржик, лайливі, матірні слова, уникаємо зайвих

англіцизмів, вживаючи українські відповідники. Ми все життя (іноді з великими труднощами) дбаємо про мовленнєву чистоту, як дбаємо про чистоту свого тіла і своїх думок.

Українська мова за межами нашої країни

«Рідна мова на чужині ще милішою стає», – писав Павло Грабовський. Усе життя видатного українського перекладача, поета, публіциста, політичного діяча Павла Грабовського було пов'язане із боротьбою за свободу українського народу проти гноблення імперською росією. Народжений на Сумщині, він велику частину свого 38-річного життя був то на військовій службі в Туркестані, то в Сибіру на засланні – і скрізь писав про українську мову українською: у поезіях, статтях, листах до І. Франка та Б. Грінченка. Чимало видатних українських письменників, перебуваючи на чужині, написали шедевральні твори, які зробили українську літературу всесвітньо відомою: у Кутаїсі побачила світ драма-феєрія «Лісова пісня» Лесі Українки, Михайло Коцюбинський на Капрі написав оповідання «Подарунок на іменини», у США Василь Барка написав роман-епопею «Жовтий князь», а Іван Багряний – роман «Сад Гетсиманський». Народжений в Україні, канадський підприємець і видатний меценат Петро Яцик усе життя плекав українське слово, вклавши великі кошти у видання Енциклопедії українознавства, у фінансування Міжнародного конкурсу знавців української мови (названого його ім'ям). Юрій Шевельов, український славіст німецького походження, мешкаючи у Нью-Йорку, окреслив періоди становлення і розвитку української мови, які суперечили радянському трактуванню її історії. Учений встиг відвідати незалежну Україну і стати лавреатом Шевченківської премії у 2000 році.

Можна навести багато прикладів відданого служіння рідній мові, виявів патріотизму, любові до української мови з боку наших сучасників, людей, чиє етнічне походження або обставини життя пов'язані з Україною. Важливо, що вони підтримують нас у війні, співають український гімн разом зі спортсменами на змаганнях, зустрічають, як рідних, біженців. Як же зворушливо-ностальгійно звучить українська пісня «Ой у гаю, при Дунаю...» у виконанні народженої в Україні відомої американської співачки та акторки Міли Йовович – вона, співаючи, згадує себе маленькою на вулицях Дніпра і Києва.

Чому деякі носії української мови не воліють спілкуватися нею?

Відомий перуанський письменник іспанського походження Хосе-Марія Арце – автор вислову: «Мова зникає не тому, що її не вчать інші, а тому, що нею не говорять ті, хто її знає» – вважав своєю рідною мову кечуа – одну із мов корінного населення Південної Америки. Так, його вірші та проза видавалися іспанською та кечуа. Отже, якщо пропагувати свою рідну мову, вивчати її

норми, спілкуватися нею як на роботі, так і в сім'ї, – вона буде рідною і для наших нащадків, житиме і розвиватиметься. Історія знає чимало випадків, коли внаслідок колонізаторської політики сильніших держав носії давніх мов примусово або свідомо відмовлялися від рідної мови на користь «панівної»: так було вигідно отримати освіту, працевлаштуватися, побудувати кар'єру, увійти до еліти суспільства. Наприклад, протягом століть англійська мова витісняла ірландську, шотландську; французька мова стала офіційною державною мовою на о. Мадагаскар, поряд із корінною малагасійською. На сьогодні до мовного законодавства багатьох колоніальних колишніх країн внесено корективи.

Наразі стверджують про занепад білоруської мови – зменшується кількість рідномовних шкіл, російська мова у цій країні має статус державної – відтак вона є мовою діловодства та освіти, переважає у ЗМК. Сподіваємося, що білоруська мова не зникне, якщо про неї дбатимуть справжні патріоти. Мовознавці помітили також, що казахська поступово стала «мовою селян» – у містах населення надає перевагу знов-таки російській. Прикладом мовної стійкості є Естонія: естонська мова має статус державної та є однією із мов ЄС: велика російськомовна спільнота у деяких містах не може вплинути на мовну політику країни; окрім того, за виконанням мовного законодавства стежить спеціальний державний орган – Мовна інспекція. В Україні цим займається мовний омбудсмен – Уповноважений із захисту державної мови.

Свідоме бажання українців не тільки вивчати рідну мову, а й говорити нею в усіх сферах залежить насамперед від мовної політики у державі та від того, наскільки у кожного українця розвинена мовна самоідентифікація – визнання української мови рідною, материнською, національною, із якою пов'язане майбутнє його дітей та всіх прийдешніх поколінь.

У чому полягає цінність мови?

Класик української літератури Панас Мирний зазначав: «Найбільше і найдорожче добро кожного народу – це його мова, ота жива схованка людського духу, його багата скарбниця, в яку народ складає і своє давнє життя, і свої сподівання, роздум, досвід, почування» [<https://www.ukrlib.com.ua/referats/printit.php?tid=12508>]. Із цими словами не можна не погодитися, коли йдеться про українську мову, – її скарбниця налічує наразі близько 256 тис. слів; словник нашої мови постійно поповнюється, оскільки прогрес є безупинним, комунікативний простір – глобалізованим, з'являються нові професії, галузі науки і техніки, напрямки культури і мистецтва.

Кожне покоління «створює» нові слова. Згадаймо авторські неологізми, наприклад: *несамовитий* (І. Котляревський), *передмова* (Т. Шевченко), *мистецтво* (О. Пчілка), *свідоцтво* (І. Франко), *обставина* (П. Куліш), *мрія* (М. Старицький), *падолист* (Л. Костенко), *блокнотити* (С. Жадан) – ці та інші слова у різні часи збагатили українську лексику. Щоб зробити наше мовлення

виразним, звертаємося до фразеологізмів – народних або авторських словосполучень чи речень: «Рідна мова – не полова: її вітром не розвієш» (приказка), «Хто мови своєї пурається, хай сам себе стидається» (приказка), «Мова – душа кожної національності, її святощі, її найцінніший скарб» (І. Огієнко).

Пам'яті Тараса Шевченка присвятив свою поезію «Українська мова» Володимир Самійленко, у якій порівняв нашу мову із майстерно обробленим діамантом: «І на злість ворогам засіяла вона, Як алмаз дорогий, як та зоря ясна. І сіятиме вік, поки сонце стоїть, І лихим ворогам буде очі сліпить» [<https://poezia.org/ua/id/10229/>]. Ці рядки написані у 1885 році, але вони актуальні сьогодні, коли триває жорстока боротьба за українську землю і за українське слово.

Яким чином мова сприяє досягненню поставлених цілей?

Слово *ціль* у контексті цього висловлювання можна замінити синонімами *мета*, *сукупність завдань*, *прагнення*. Кожна людина, досягнувши свідомого віку, починає про щось мріяти, прагне стати цікавим співрозмовником, успішним працівником, людиною, ідеальною ззовні. Ми будуємо себе роками, вчимося на помилках, вгамовуємо гнів, заздрість, нудьгу, уникаємо брехливості, прагнемо бути толерантними до наших опонентів – тобто, поводити себе адекватно очікуванням тих, хто оточує нас у житті. Американський філософ XIX ст. Роберт Кольєр зазначав, що «успіх – це сума маленьких зусиль, які повторюються день у день» [<https://todayinukraine.com.ua/vyslovy-pro-uspikh-motyvatsiyni-tsytaty-ukrainskoiu-movoiiu/>].

Мова є засобом досягнення омріяного успіху. Цю думку підтверджують самі функції мови, такі як комунікативна, пізнавальна, контактовстановча, емоційно-експресивна, метамовна та ін. Вважають, що перше враження про незнайому людину складається приблизно за 15 секунд спостережень за її мімікою, жестами, пантомімікою. Але усе може змінитися, коли вона почне висловлюватися: незграбна, на перший погляд, людина раптом зачаровує нас голосом, блиском очей, палкими інтонаціями; навпаки – приваблива зовнішність втрачається за лайливими словами. Анатоль Франс слушно зауважив: «Немає магії сильнішої, ніж магія слів» [<https://krasnomovec.club/citati-vidomih-lyudej/>]. Цю думку підтверджують промови відомих людей в історії світової культури, політики, науки, медіабізнесу, які не тільки досягли успіху, наполегливо працюючи у своїй галузі, але й оволоділи мистецтвом красномовства, яке зробило їх харизматичними – здатними викликати в інших захоплення і довіру. Так, науковці досліджують потужну силу слова, закладену у промовах Демосфена і Цицерона, Кирила Туровського і Михайла Грушевського, Івана Франка і Ліни

Костенко, Любомира Гузара і В'ячеслава Чорновола, Стіва Джобса й Опрі Вінфрі та багатьох інших.

Чи є мова гарантією безпеки населення?

У первісному суспільстві мова виникла насамперед задля безпеки: люди попереджали одне одного про загрозу життю, попервах використовуючи вигуки. Із розвитком цивілізації мова стала аргументованим засобом мирного врегулювання конфліктів – згадаймо хоча б притчі про царя Соломона. Сьогодні, як і за давніх часів, певна подія може трактуватися по-різному: ми висловлюємо полярні погляди, у тому числі використовуючи маніпулятивний вплив – тобто, і безпека і небезпека у певному сенсі завжди були пов'язані із мовою.

Людина відчуває себе у стані безпеки, коли вона захищена, коли ніхто не загрожує її життю, здоров'ю, не завдає шкоди її майну, не порушує її відпочинку, родинного затишку, не заважає кохати, сповідувати релігію, здобувати освіту, користуватися суспільними благами. У 2017 році глава УГКЦ Любомир Гусар під час виступу у Верховній Раді наголосив на важливій місії українського уряду забезпечити "суспільне благо добрих людей" – слова його промови були переконливими і виваженими, вони пролунали як заклик, як заповіт. Чому мову ми ототожнюємо із безпекою? Насамперед тому, що мова є засобом зміцнення нашої держави, захисту української культури та нашої національної ідентичності. Завдяки мові ми зберігаємо пам'ять про історичні події. Окрім того, ми знаємо про магічну функцію мови, коли слова молитви захищають нас і наших рідних у складні періоди життя. Новий Заповіт говорить про велику силу мови, закладену Творцем: "Спочатку було Слово, і Слово було з Богом, і слово було Бог" [<https://www.bible.com/uk/bible/1755/JHN.1.1.%2525D0%2525A3%2525D0%2525A2%2525D0%2525A2>].

Мова є основним знаряддям захисту прав громадян у судочинстві. Звинувачувальні та захисні промови гарантують покарання тим, хто загрожує безпеці людини. Міжнародний суд ООН у Гаазі, який видав ордер на арешт президента РФ та інших злочинців, згодом почує слова правди про військову агресію проти України. Українська мова, вкладена в уста героїв-захисників і захисниць, військових журналістів, капеланів, правоохоронців, державних службовців, волонтерів, освітян, медиків, підприємців – усіх, хто прагне Миру і Перемоги над злом, – по праву є гарантією безпеки.

Мова і свобода – який зв'язок між цими поняттями?

Під *свободою слова* розуміють насамперед відсутність тиску та цензури з боку влади, можливість кожного громадянина вільно висловлювати свою точку зору із того чи іншого питання. *Свобода слова* можлива лише в демократичних

країнах, де діє влада законодавча, виконавча і судова («четвертою гілкою влади» називають журналістику, ЗМК). Якщо йдеться про держави із тоталітарною формою правління, то в них діє цензура на слово – кожне слово, публічно сказане або написане у пресі, на сторінці у соціальних мережах, піддається жорсткій цензурі. У колишньому сср демократичний режим правління все більше витіснявся тоталітарним, жахливі наслідки цього процесу спостерігаємо зараз у сучасній рф. Історія України знає чимало прикладів, коли необережно сказане слово, політичний анекдот ставали причиною жорстоких репресій проти видатних вчених, митців, літераторів, політиків. У художніх творах, перекладах, у наукових працях знаходили крамолу – так заарештували Остапа Вишню, Миколу Зерова, Михайла Йогансена, Григорія Косинку, Миколу Куліша, Леся Курбаса та ін. «Сталінські реєпресії» – не єдиний приклад обмеження законного права свободи слова, згадаймо про долю Василя Стуса, Сергія Параджанова та інших українських дисидентів.

Мова – це виразник нашої свободи. 24 серпня 1991 року українською мовою пролунав Акт проголошення незалежності України – його текст написано на друкарській машинці, усього 93 слова, кожне з яких стало історією.

Так, кожен із нас має право сказати своє слово – але щире і правдиве, коректне і доброзичливе. Брехливі, лукаві слова не належать людям гідним і поважним, тому завжди слід пам'ятати, що свобода слова передбачає громадянську відповідальність за все, що ми кажемо, – дорогою ціною це право було здобуте українцями.

Наша мова – наша сила

Із давніх-давен різні народи наділяли слово надзвичайною силою, здатною змінювати навколишній світ і впливати на перебіг подій, на вчинки людей та на їх долю. Існує чимало фразеологізмів, де відображено цю думку: *дати слово, тримати слово, порушити слово, слово честі, вірити на слово, переказати (щось) слово в слово, слово за слово* та ін. Усі наші важливі кроки, початок справ супроводжуються *словами напуття*, тобто настановами від рідних, наставників: благословення нареченим від батьків на шлюб, духовна проповідь священника, промова учителя перед випускниками, порада спортивного тренера перед змаганнями тощо. Якщо людина поводить себе нечесно, неадекватно на зборах, на судовому засіданні, її можуть позбавити слова – це досить дієве покарання. Вираз *проклинати словом* – майже магічний, оскільки має руйнівну силу в устах матері чи батька на адресу дитини, а матірні слова взагалі прирівнюють до фізичного насильства.

Мова – скарбниця слів, із-поміж яких є надзвичайно «сильні», енергетично насичені, наприклад, слова-символи: *сонце, земля, любов, віра, надія, душа*; сакральні слова: *Господь, ангел, Богородиця*. Наймилішим словом для кожної людини вважається її ім'я, тому мова має у своєму арсеналі чимало

імен, які втілюють красу, мужність, силу і доброту: Олександр, Людмила, Вікторія, Владислава, Дарина, Святослав та інші. У творах художньої літератури читач відчуває силу української мови, закладену майстрами красного письменства – це забезпечує їх естетичне та виховне значення. «Страшні слова, коли вони мовчать, коли вони зненацька причаїлись, Коли не знаєш, з чого їх почать, бо всі слова уже були чиймись...», – у цьому права геніальна Ліна Костенко, яку по праву називають «совістю української нації». Тож наша сила закладена і в мові [https://www.ukrlib.com.ua/books/printit.php?tid=5723#google_vignette].

Чи можна вважати слово зброєю, засобом захисту?

«Смерть і життя – у владі язика», – каже Біблія. Історія знає чимало прикладів, коли слова ставали причиною розбрату або запорукою миру. Риторика як одна із найдавніших наук про ораторське мистецтво знайшла своє друге життя у сучасному світі. Антична міфологія, що породила риторику, донесла до нас імена богів і героїв, які уособлювали силу Слова (богиня мудрості Калліопа, її син Орфей, богині суперечок Ериди, богиня переконання Пейто, бог лихослів'я Мом, богиня чуток Осса та ін.). Із 776 року до н.е. в Афінах почали влаштовувати Олімпійські ігри як випробування сили тіла та сили слова. Тисячі людей приходили на стадіон, щоб почути змагання видатних ораторів (таких як Сократ, Платон, Демосфен). Теоретики риторики – грек Аристотель, римлянин Цицерон, видатні слов'янські оратори князь Володимир Мономах, митрополит Іларіон, єпископ Кирило Туровський, український філософ Григорій Сковорода та інші залишили по собі для нащадків мудрі повчання, актуальні наразі. Мова захищає наше життя: у миті смертельної небезпеки людина звертається із молитвою до Всевишнього, материнська колискова боронить спокійний сон немовляти, слово коханої підтримує пораненого захисника. Українське слово, почуте у чужій країні, може розрадити тугу за батьківщиною. Слова підтримки з боку керівників європейських держав, котрі допомагають нам долати ворога, втілюють надію. Отже, кожне наше слово повинне бути виваженим, оскільки воно може як смертельно вразити, так і надихнути на величні вчинки та добрі справи. «Слово – зброя. Як усяку зброю, його треба чистити й доглядати», – писав Максим Рильський [<https://krasnomovec.club/citati-vidomih-lyudej/>].

Чи відображається наш характер у мовленні?

Кожна людина має свій характер, тобто специфічні психологічні особливості: як вона бачить навколишній світ, природу, інших людей, як поводить себе у різних життєвих ситуаціях, спілкується у товаристві, реагує на критику тощо. Як правило, наше мовлення відображає риси характеру, наприклад, ввічливість, толерантність, комунікабельність, доброту або злість, пихатість, жорстокість, агресивність, замкнутість. У художній літературі

письменники використовують мовні засоби, щоб змалювати характер своїх героїв. Наприклад, у повісті «Кайдашева сім'я» І. Нечуй-Левицький показав читачеві різні типи жіночих характерів – Кайдашихи, Мотрі і Мелашки. Леся Українка у драмі-феєрії «Лісова Пісня» зобразила ніжну, добру і щирю Мавку поряд із лукавою та егоїстичною Килиною. Мова героїв поеми Ліни Костенко «Маруся Чурай» відповідає їхнім характерам – творчій та палкій натурі Марусі, слабкодухому та пасивному Грицю, мужньому Івану Іскрі. Не можна не згадати характери героїв комедії Михайла Старицького «За двома зайцями» – суржикові діалоги вульгарно-простакуватої Проні та брехливого авантюриста Голохвастова.

Нерідко літератори самі визначали особливості свого характеру, наприклад, Леся Українка писала: «Я була малою горда, – Щоб не плакати, я сміялась» [<https://www.ukrlib.com.ua/books/printit.php?tid=5506>]. А про незламність характеру Ліни Костенко свідчать хоча б ці слова: «Я не люблю нещасних. Я щаслива, Моя свобода завжди при мені» [<http://library.nuczu.edu.ua/228-ya-vibrala-dolyu-sobi-sama>].

Характер формується із роками – тими, якими ми мріємо стати, ми не завжди стаємо: може бракувати наполегливості, інтелектуальних здібностей, фізичних можливостей. Але, попри усілякі перешкоди, ми завжди повинні пам'ятати, що наше мовлення повинно бути ввічливим, доброзичливим, щирим – тоді люди будуть із пошаною ставитися до нас, а родинні та службові стосунки будуть комфортними.

Як мовлення відображає світогляд людини?

Слово *світогляд* означає «бачити світ і відчувати своє місце в ньому, ставитися до життя у цілому, до людей, які тебе оточують, до загальновизнаної системи цінностей, до понять «добро» і «зло». Для когось світогляд – це активна громадянська позиція у суспільстві, високі моральні цінності; у когось переважають ниці, тваринні інстинкти, усе життя присвячене матеріальному збагаченню за рахунок інших. Відповідно до світогляду, кожен обирає свій життєвий шлях. Спілкування з тими, хто впливає на наш світогляд ще з дитячих та юнацьких років, є визначальним чинником діяльності у зрілому віці. Перш за все світогляд формують рідні і близькі, шкільні учителі, духовні наставники, тренери спортивних секцій, керівники самодіяльних гуртків – авторитетні для нас старші люди, до слова яких ми дослухаємося. Процес самопізнання – складний і безперервний: ми вдосконалюємося, вчимося на своїх помилках, оволодіваємо новими видами діяльності, читаємо книги, знаходимо необхідну інформацію у соцмережах.

Український письменник Володимир Канівець казав: «Живучи у світі, який створюєш, не бачиш світу, який довкола» [<https://spadok.org.ua/vydatni-ukrayintsi/krashchi-aforyzmy-i-tsytaty-vidomykh-ukrayintsiv>]. Це висловлювання – про наш світогляд, який формується кількома чинниками, як-от: сім'я,

національна культура, середовище, де ми перебуваємо, релігія, ЗМК, тип темпераменту, життєвий досвід. Кожен із зазначених факторів використовує мову як основний засіб впливу.

Велика і почесна місія – формувати світогляд молодого покоління – покладена на вчителя. Про роль ораторського мистецтва педагога уперше докладно написав у своєму трактаті «Педагогічна риторика» римський філософ Квінтіліан. Багато з нас можуть пригадати, як слово першого вчителя відкрило йому цікавий і неповторний світ.

Як ми ідентифікуємо себе через мову?

Самоідентифікація передбачає, що громадянин усвідомлює насамперед свою приналежність до держави, народу, нації, а також до певної соціальної групи. «Хто ми? Чийх батьків діти?» – кожне покоління запитує себе, звернувшись до історичного минулого своєї країни, викладеного у наукових працях, у творах художніх та публіцистичних. Питання національної самоідентифікації порушив геніальний Тарас Шевченко у поемі «І мертвим, і живим, і ненарожденним землякам моїм в Україні і не в Україні моє дружнєє посланіє», закликаючи українців вивчати свою мову, свою історію, щоб посісти гідне місце із-поміж європейських народів: «Не дуріте самі себе, Учітесь, читайте, І чужому наuczайтесь, Й свого не цурайтесь. Бо хто матір забуває, Того Бог карає, Того діти цураються, В хату не пускають». Сьогодні чимало громадян нашої країни, опинившись в надважких умовах війни, змінили свій погляд на роль української мови: для багатьох розмовляти мовою агресора стало неприпустимим. Тут цілком слушно згадати слова відомого українського поета Сергія Жадана: «Українська мова перестала бути екзотичною, її стає більше» [<https://slovopys.kubg.edu.ua/serhii-zhadan-ukrainska-mova-perestala-buty-ekzotychnoiu-ii-staie-bilshe/>]. Щиро вірю: Україна тоді стане соборною, квітучою і могутньою європейською державою-переможницею, коли кожен її мешканець, незалежно від його етнічного походження, вважатиме себе україномовним громадянином, представником української нації, носієм української культури.

Як мова пов'язана із інтелектом та культурою її носія? Яку роль мова відіграє у нашому житті?

Термін *інтелект* у тлумачному словнику української мови визначається як «розум, здатність людини мислити» [<https://slovnyk.ua/index.php?sword=інтелект>]. Тільки людина наділена інтелектом, тобто здатністю мислення продукувати судження. Спочатку ми думаємо, працює наше внутрішнє мовлення, – потім воно переходить у зовнішнє, тобто, ми пишемо або вимовляємо підготовлену фразу. Розвинені вміння слухати, читати, писати та говорити свідчать про рівень сформованості

у людини різних видів мовленнєвої діяльності. Останнім часом набула актуальності проблема взаємодії людини зі штучним інтелектом, коли комп'ютер імітує людське мислення і, відповідно, судження. Однак учені стверджують, що ШІ не здатний замінити інтелект людини із притаманними останньому емоціями, асоціаціями, нестандартним мисленням, творчою уявою – він може їх лише імітувати. Відомий вислів німецького філософа XIX ст. Артура Шопенгауера «Хто ясно мислить, той ясно викладає» свідчить: ерудована людина, яка керується логікою, має багатий словниковий запас, ураховує обставини спілкування та особливості співрозмовників, має всі шанси досягти своєї комунікативної мети – передати знання, переконати, вплинути на розум і почуття адресатів.

Українська фразеологія має чималий запас прислів'їв та приказок про інтелект і мовлення: «Яка головонька, така і розмовонька», «Дурний язик голові не приятель», «Говори мало, слухай багато, а думай ще більше» та ін. Усі наукові досягнення, культурні надбання народу саме завдяки мові поповнюють скарбницю світових цінностей. Україна подарувала світові чимало геніальних учених, які поєднали різні галузі наукових знань із філологічними дослідженнями, наприклад: Іван Пулюй – фізик-винахідник і перекладач Біблії українською, Йосип Тимченко – механік-піонер світового кінематографу та кінорежисер, Агатангел Кримський – видатний історик, поліглот-перекладач та мовознавець кримськотатарського походження, Іван Франко – економіст, політолог, письменник та багато інших. Українська мова з її невичерпними виражальними особливостями гідна повідомляти світові про наукові досягнення наших сучасників українців.

Як відображено у нашій мові українську культуру?

Свого часу Панас Мирний назвав мову «живою схованкою людського духу, його багатою скарбницею, в яку народ складає і своє давнє життя, і свої сподіванки, розум, досвід, почування» [<https://osvita.ua/school/literature/m/71356/>]. Шевченків Перебендя, старий сліпий кобзар, завжди оточений дітьми і дорослими, із дивовижною силою в голосі оспівував героїчне минуле козаків, із сумом оповідав про долю української жінки, вбогого хлопчика-сироти. Наш фольклор зберіг українську самобутність, надихаючи митців. Про це докладно написав у своїй книзі «Історія української культури» професор Іван Огієнко, видатний мовознавець, перекладач, педагог. Ця видатна праця, як і багато інших книг І.І. Огієнка, була заборонена у «советській» Україні». Російська імперія, а потім тоталітарний радянський режим послідовно знищували культурний цвіт української нації (згадаймо представників «розстріляного Відродження»: Миколу Куліша, Леся Курбаса, трагічні долі Миколи Хвильового та Василя Стуса). Із початком цієї війни українську мову та українську культуру зі зброєю в руках стали боронити митці Андрій Хливнюк, Фагот, Тарас Тополя, Гарік Бірча, Макс Барських;

мовознавець Віктор Мойсієнко, письменник Сергій Жадан та ін. Отже, кожен із нас, долучаючись до вивчення потужної культурної спадщини України, її мови як неоціненного скарбу, що існує вже близько семи тисячоліть, передає ці знання разом із власними здобутками прийдешнім поколінням.

Як ставитися до "забутих" слів?

Лексичний склад української мови різноманітний; ядро нашого словника (активну лексику) складають загальноживані слова – ті, що зрозумілі змалечку: *мати, молоко, хліб, хата, ходити, веселий, усмішка, легко* та інші або засвоєні зі шкільних років терміни: *теорема, кут, кома, атом, формула, молекула*... Чимало слів використовується представниками різних професій, людьми, яких об'єднує вид діяльності, хобі, місце проживання – такі слова належать до пасивної лексики. Виходять із ужитку історизми та архаїзми – застарілі слова, які зникають разом із поняттями або отримують нову назву. Але висловлювання сучасного українського письменника Василя Голобородька «Мова вмирає, коли наступне покоління втрачає розуміння значення слів» – радше, не про ці слова, а про ту питому українську лексику і фразеологію, яку з 30-х років XX століття аж до проголошення Незалежності України примусово вилучали зі словників нашої мови, замінювали на кальки з російської мови, щоб знищити у пам'яті народу, щоб затвердити у свідомості молодих поколінь думку про меншовартісність українців та примітивність їхньої мови. Поступово до нас повернулися слова *обабіч, горілиць, навдивовижу, обіруч, хідник, обрус, витребеньки, баяндраси, баляс, мешти, горнятко* та інші. Забута українська лексика привертає увагу сучасних митців – так слово *кав'яр* вжито у пісні «Зелений чай» гурту «Океан Ельзи»; лексично багаті поезії Тараса Шевченка, Степана Руданського, раннього Павла Тичини звучать у виконанні сучасного фольк-гурту «Пиріг і Батіг».

Велику роль у розширенні активного словника молоді відіграє освіта. Готуючись до національного мультимедійного тесту, випускники поклиблено вивчають українську лексику і фразеологію, підвищуючи при цьому рівень культури мовлення. Отже, мова наших предків знаходить належне пошанування.

Як можна пояснити українське прислів'я «Слово – не горобець, вилетить – не піймаєш»?

Українська фразеологія пропонує низку прислів'їв та приказок, у яких засуджуються багатослів'я та невиважені висловлювання. Ось деякі із них: *Умій сказати, умій і змовчати; Хто мовчить, той двох навчить; Слово старше за гроші* [<https://naurok.com.ua/dobirka-prisliv-v-ta-prikazok-moralno-etichnogo-zmistu-86398.html>]. На того, хто занадто балакучий, кажуть *просторікуватий; язик як помело; язиката Хвеська*. Назва твору Івана Нечуя Левицького «Баба Параска та баба Палажка» стала узагальненою для людей із

такими рисами характеру, як злість, сварливість, пліткарство, брехливість, лицемірство.

Як правило, невиважені, «зайві» слова "вилітають" із уст не лише пліткарів, а й людей запальної вдачі – про сказане потім жалкують, але відновити погану репутацію у колективі або виправити чиесь негативне враження про себе зазвичай не вдається. «Одного неточного, невдало сказаного або хоча б погано вимовленого слова, іноді досить, щоб зіпсувати все враження», – писав Адам Міцкевич [<https://rozdil.lviv.ua/aphorisms/aph.php?id=326>]. Психологи пропонують різні способи уникнення впливу негативних емоцій у випадку конфліктної ситуації – уважно і спокійно послухати свого опонента, намагаючись зрозуміти його мотиви; використати ввічливі, коректні слова для спрямування конфлікту у позитивне русло; тимчасово відволікти співрозмовника від неприємної для обох теми, згадавши про щось приємне; насамкінець пообіцяти продовжити розмову згодом, після обмірковування.

Культура мовлення посідає важливе місце у нашому житті, а такі її ознаки, як точність, доречність, доступність, характеризують нас як людину розумну, тактовну і виховану. Маємо враховувати обставини спілкування, психо-фізіологічні особливості, емоційний стан співрозмовника, його вікові особливості. Розвинена емпатія допоможе відчутти, з якими словами звернутися до людини.

Мова і любов

Коли йдеться про повагу, турботу, довіру, інтимну та духовну близькість, це називають любов'ю. Людину поглинають такі емоційні почуття, які важко виразити словами. Але якщо ми говоримо про свою любов щиро, тоді світ, без сумніву, стає кращим, яскравими барвами грає кожна квітка, веселкою – кожна краплинка роси, а очі людини сяють від щастя. В українській мові багато слів про любов, а найвидатніші майстри красного письменства здавна вважали це почуття силою життя, звеличуючи материнську колискову, освідчення в коханні, жертвовну любов до батьківщини. «Любов виникає з любові. Коли хочу, щоб мене любили, я сам перший люблю», – писав український філософ Григорій Сковорода. Любов долає кордони і руйнує фортеці. Любов до сім'ї, друзів, до рідної землі, де народився і працював, наразі є оберегом кожному Захиснику і кожній Захисниці. Проникливо про це написав Юрій Іздрик: «І коли вже довкола пахне війною І вже розгораються перші битви, Говори зі мною, Говори зі мною, бо словом також можна любити» («Молитва»). Історія знає багато прикладів, коли слова любові надихали на неймовірні вчинки: смертельно хворий Бальзак подолав далеку путь, аби зустрітися з Ганською, Остап Вишня написав 29 листів до дружини із концтабору, і в кожному – слова любові. Любов насправді може стати сенсом усього життя, пише Сергій Жадан: «Любов варта всього – варта болю твого, варта твоїх розлук, варта відрази й

мук, псячого злого виття, шаленства та милосердь. Варта навіть життя. Не кажучи вже про смерть» («Життя Марії»)

[\[https://ukrainky.com.ua/sergij-zhadan-pro-lyubov-zhyttya-smert-chas-ta-vijnu/\]](https://ukrainky.com.ua/sergij-zhadan-pro-lyubov-zhyttya-smert-chas-ta-vijnu/)

Мова є нашим супутником у подорожі життям

Якщо уявити, що життя – це подорож, шлях, то ми можемо стверджувати, що мова є нашим вірним супутником на цьому шляху. Із перших слів, сказаних малечою, із її першого запитання: що це? – починається пізнання навколишнього світу. Учені зазначають: у період від двох до п'яти років людина запам'ятовує величезну кількість слів – так формується наш активний словник. Книжки, інформація з мережі, безпосереднє спілкування з цікавими людьми роблять подорож дорогою життя неповторною, особливо коли ми відвідуємо інші країни або ті місця батьківщини, які захоплюють своєю історією, краєвидами. Всесвітньовідомий учений Стів Джобс радив: «Зроби крок, і дорога з'явиться сама собою» [<https://citosfera.top/czytaty-frazy-pro-podorozhi/> © citosfera.top]. Ці слова – про самотійність, наполегливість та чітке усвідомлення своєї життєвої мети. Однак не слід ігнорувати мудрі поради рідних, друзів, наставників. Звісно, кожен має право на помилки, але ж ніхто не хоче, щоб його діти й онуки «ставали на ті ж самі граблі» – тому і застерігає від невважених вчинків, шкідливих звичок. Чому кохану людину називають супутником/супутницею життя? Тому що щира і дружня розмова чоловіка і дружини робить життєвий шлях змістовним та яскравим.

Українська мова – жива і неповторна, вона подорожує світом разом із її носіями. Нашу мову із задоволенням вивчають представники інших країн. Прикладом цього є колумбійський музикант із українським корінням Янко Лобунець – він створив гурт, який популяризує українську мову і українську пісню.

Мова живе разом з людиною: із плином часу змінюються засоби комунікації, словник збагачується, оскільки з'являються нові галузі науки, виробництва, розвивається мистецтво – глобалізація сприяє розширенню міжмовних контактів. Змінюються норми мови, що засвідчує її життя. Живе мова – живе народ.

Чи можна заробляти гроші засобом мови?

Здається на перший погляд, що поняття «мова» пов'язане лише із духовною сферою життя суспільства. Але з погляду економічного мову теж вважають товаром, оскільки населення активно споживає продукт творчої діяльності літераторів, перекладачів, копірайтерів, митців, блогерів та ін. Вартість допису-реклами у стрічці блогера, наприклад, починається з 1500 грн. Соціологи підрахували, що сучасна середньостатистична людина протягом життя

споживає культурного продукту приблизно на десятки тисяч доларів. Український мовознавець Віталій Радчук доводить, що мова може бути експортним товаром. Так, на переклади англійською Євросоюз витрачає щороку близько 1 млрд євро.

[<https://drukarnia.com.ua/articles/vazhlivist-movi-dlya-nashoyi-ekonomiki-jb93v>].

Мовна ситуація у нашій країні із часів незалежності змінювалася – на неї впливала мовна політика: невинний потік російськомовної літератури, перевага російської естради стали джерелом збагачення країни, яка невдовзі почала війну в Україні. Наразі українська мова набула найбільшого розвитку: переважна більшість українців надають перевагу читанню рідномовних книг, перегляду телепрограм та кінофільмів українською, відвідує театри, де актори демонструють зразкове літературне мовлення. Заборона російських естрадних виконавців у нашому етері спонукала митців до створення пісень, зокрема на слова Тараса Шевченка, Івана Франка, Лесі Українки, Павла Тичини.

Українська мова, якої навчаються іноземці за межами нашої країни, щоб відкрити свій бізнес, відбудувати зруйновану ворогом інфраструктуру, є потужним засобом економічного збагачення України, зростання її культурного та освітнього потенціалу.

Культура мовлення носія

Коли ми чуємо, як людина вправно спілкується українською, ми шанобливо їй кажемо: «У Вас гарна мова!» Але при цьому ми самі помиляємося, оскільки маємо на увазі *мовлення*, а не *мову*. Мова – це духовна скарбниця, призначена для спільного використання. Хтось «бере» з неї багато слів-«діамантів» – тоді й мовлення в нього буде багатим, точним, виразним. А хтось «вхопить» з порогу скарбниці два десятки перших-ліпших слів і вважає, що може за їх допомогою висловитися. Звісно ж, убога думка породжує убогі висловлювання! Хоча культуру мовлення формує мовленнєве оточення, людина може самотужки підвищити рівень володіння мовою – вивчати мовні норми із підручників та довідників, повсякчас звертатися до словників, читати українську класику. Неабияку роль у формуванні культури мовлення відіграють так звані «мовленнєві авторитети» – учителі, викладачі, науковці, диктори радіо і телебачення, актори, деякі політики, блогери, професійні психологи. Дослідники з проблеми культури мовлення виокремлюють такі її складники, як: правильність (дотримання норм літературної мови), чистота (відсутність помилок, зумовлених впливом регіональних і соціальних діалектів), багатство (10-15 тис. слів в активному словнику, знання лексичних явищ, термінів, фразеологізмів), точність, доречність, доступність, логічність, виразність (художня і технічна), стислість, впливовість. Дбаючи про культуру свого мовлення, ми забезпечуємо успішне спілкування, інформуємо, переконуємо співрозмовників, справляємо на них позитивне враження. Отже, давньогрецький філософ Сократ слушно казав: «Заговори, щоб я тебе побачив».

ТЕМА 2. АВТОР ТВОРИТЬ КНИГУ, А ЇЇ ДОЛЮ – СУСПІЛЬСТВО (В. ГЮГО).

Чи може книга стати другом?

Книги для читання мають узагальнену назву *читиво* – це стилістично нейтральне слово чомусь набуло іронічного відтінку, позначаючи «бульварну» художню літературу низької якості, розраховану на читача із невибагливими естетичними запитами. Примітивні сюжети, шаблонні виражальні засоби – жодного натяку на розвиток читача, вплив на його емоційний інтелект. «Книга вчить, як на світі жити», – каже народна мудрість. Чого може навчити молоду людину погана компанія? Звісно, «друзі» зі шкідливими звичками, асоціальним типом поведінки, які ігнорують закони та моральні норми, прагнуть залучити до свого кола «новачків», розповідаючи про «романтику», наприклад, кримінального життя із його законами. Так і з книгами. Ми обираємо самі, яка з них стане нам добрим другом, а яка тільки зашкодить – залишить неприємний «післясмак», купу нецензурних слів, якими, до речі, не гребують сьогодні і відомі, гарні літератори, начебто «заграючи» із читачем. Гельвецій слушно сказав свого часу: «Серед книг, як і серед людей, можна потрапити в гарну і погану компанію». Відсутність інтересу до читання художньої літератури – одна із актуальних культурних проблем суспільства. Тут у нагоді стає світовий кінематограф – після перегляду екранізацій літературних творів у багатьох виникає бажання їх прочитати. Так, блокбастерами стали фільми за творами Джона Толкіна «Володар перстнів», Френсіса Фіцджеральда «Великий Гетсбі», Дена Брауна «Код да Вінчі», Джоан Роулінг «Гаррі Поттер», Джейн Остен «Гордість і упередження», Генрика Сенкевича «Вогнем і мечем», Анатолія Дімарова «І будуть люди». Щодо останнього захопливого кіносеріалу 2020 року зазначимо, що війна в Україні зупинила подальші зйомки, але зацікавленість романом, який А. Дімаров написав ще у 1968 році, надзвичайно зросла саме після його екранізації.

Гарну книгу, яка може стати добрим другом, дітям та дорослим радять учителі-філологи, видавництва на своїх сайтах у соціальних мережах, працівники культури.

Сучасний формат книги. Чи можна обійтися без книжок?

«У моїх дітей, звичайно, буде комп'ютер. Але спочатку вони отримають книги», – вважає Білл Гейтс. Звісно, сучасні комп'ютерні технології прагнуть мінімізувати роль книги у становленні особистості: сьогодні дитина із раннього віку надає перевагу розважальним іграм в інтернеті, її друзями стають герої популярних анімаційних фільмів. Не можна стверджувати, що комп'ютер шкодить розвитку особистості, це засновник корпорації Майкрософт, бізнесмен і письменник Гейтс і не має на увазі, тим більше, що електронні книги вже набули широкого вжитку. Йдеться насамперед про традиційний паперовий

формат, спочатку рукописний, а потім друкований – із книг починали пізнавати світ численні покоління: книги передавали знання, досвід, виховували, давали емоційну насолоду. Беручи до рук яскраво ілюстроване видання, сторінки якого пахнуть фарбою, шарудять, коли їх гортаєш, ми відчуваємо неймовірну естетичну тактильну насолоду. Саме тому мати у домашній бібліотеці книги, особливо словники, ілюстровані енциклопедії, та й художні видання може дозволити собі не кожен через високу вартість друкованих видань.

Формат паперових книг буває різноманітним: квадратним і прямокутним, мініатюрним (словники), кишеньковим, збільшеним (для дітей і людей з вадами зору). Окрім того, незрячі користуються книгами із рельєфно-крапковою системою – шрифтом, який розробив Луї Брайль, – в Україні працює, наприклад, видавництво "Антологія", яке видає такі книги на спеціальному цупкому папері. Книги зі шрифтом Брайля є у бібліотеках, спеціалізованих школах та книгарнях. Хоча люди із вадами зору можуть слухати аудіокниги, надзвичайно важлива все ж таки тактильна взаємодія із друкованим виданням – так краще відбувається соціалізація.

Після виснажливого робочого дня, особливо якщо діяльність пов'язана із напруженням зору, ми звертаємося до електронних книг, зокрема в універсальному PDF та DOCX-форматах. Записані на диску, такі книги використовуються і задля релаксації, розваги, і з навчальною метою – їх можна слухати, наприклад, під час подорожі.

Чи потребує книга захисту? Одні вважають, що людей, які читають книгу, можна побачити зрідка – у транспорті, наприклад, а бібліотеки майже порожні через відсутність відвідувачів. Інші вилучають книгу як застаріле явище у сучасному суспільстві. Відповіддю таким опонентам є книжкові ярмарки у різних містах України – стало престижним, наприклад, прийти туди із дитиною і придбати для неї розкішне видання. Отже, книга є геніальним витвором людської думки – у будь-якому форматі вона існуватиме, доки існуватиме людство.

Будь-яка справжня книга – нескінченна (Міхаель Енде)

Слово «книга» має давню історію у кожній мові: з англійської воно означає кору дерева бука, з якої виготовлялися дощечки для писання, у слов'ян це була кора берези, у Месопотамії писали на глиняних табличках, у Стародавньому Єгипті – на папірусі. Відомо, що папірус постачався фінікійцями міста Бібл, звідки і походять слова «бібліотека» та «Біблія». Найбільша у світі Олександрійська бібліотека зберігала понад 800 тисяч давньогрецьких та східних книг на папірусі, але, на жаль, масштабна пожежа знищила ці скарби духовності.

Слово «роман» вказує на римське походження художньої літератури, коли окремі листки пергаменту почали зшивати і прикривати шкіряною палітуркою – із такими книгами (кодексами) вже було зручно мандрувати.

Християнство надало можливість зберігати Святе Письмо у храмах і використовувати книги для богослужіння. Біблія була прикута важким ланцюгом до вітваря, оскільки вважалася найціннішим скарбом. Книги писалися від руки монахами – це була дуже важка праця, яка псувала зір, окрім того, рукописні храмові книги не призначалися для масового користування. Прикладом багаторічного служіння книзі є постать київського ченця Нестора Літописця – автора «Повісті минулих літ», написаної у печері Києво-Печерського монастиря в XI–XII століттях.

Із винаходом дешевшого матеріалу – паперу – у Китаї, а потім появою книгодруку книжкові видання отримали загальний доступ. Стали відомими на весь світ праці видатних учених, користувалися попитом енциклопедії, підручники, словники, кулінарні книги, лікарські поради, травники, календарі сільськогосподарських робіт і – звісно – художня література.

Відомий англійський філософ і політик XVI – XVII століть Френсіс Бекон назвав книги «кораблями думок, що мандрують по хвилях часу і бережно несуть свій дорогоцінний вантаж від покоління до покоління». [<https://rozdil.lviv.ua/aphorisms/aph.php?id=374>]. Дійсно, саме із книжок ми дізнаємося про історію людства, здобуємо дорогоцінні знання, передані нам у спадщину минулими поколіннями, а також отримуємо естетичну насолоду.

Феномен Михайла Коцюбинського

За своє недовге життя (48 років) Михайло Михайлович Коцюбинський зміг залишити по собі потужну літературну спадщину, здобувши світове визнання як майстер психологічної прози. Геніальність письменника полягає насамперед у тому, що його твори не втрачають популярності вже більше ста років. Прикладом є повість «Тіні забутих предків», написана у 1911 році. Сюжет її настільки вразив видатного українського та вірменського режисера Сергія Параджанова, що він у 1964 році вирішив зі знімальною групою кіностудії імені Олександра Довженка відтворити події, описані Коцюбинським, у тому самому селі Криворівня Івано-Франківської області, де створювалася повість. Трагічна історія кохання гуцулів Івана Палійчука та Марічки, атмосфера місцевих звичаїв та обрядів, мальовнича природа Верховини зробили фільм неповторним для глядача. До зйомок фільму долучилися всесвітньо відомі митці – оператор Юрій Іллєнко та композитор Мирослав Скорик. Герої книги «ожили» у виконанні неповторних акторів – Івана Миколайчука і Лариси Кадочнікової.

Світ побачив екранізацію повісті Михайла Коцюбинського під назвою «Дикі коні вогню»: у перший рік фільм переглянуло вісім з половиною мільйонів, а студенти Гарвардського університету – майбутні кінознавці – аналізують твір та фільм за його сюжетом як обов'язковий навчальний матеріал. Показово, що з-поміж ста найкращих витворів українського кінематографу мистецький шедевр «Тіні забутих предків» посідає перше місце.

Інша повість автора – «Дорогою ціною» (про долю закоханих Остапа і Соломії за часів закріпачення українського козацтва) – також має чудову екранізацію, відзначену зарубіжною премією.

Михайло Михайлович Коцюбинський у кожен свій твір вкладав частинку палкої душі та романтичного світосприйняття. Він був звичайною людиною, яка закохувалася, помилявся і страждала. Відомо, що письменник займався громадською діяльністю – був головою товариства «Просвіта» у Чернігові, мав чудову родину, виховував четверо дітей. Так, один із синів – Юрій – став відомим політиком і урядовцем, репресованим сталінською владою, як і другий син Роман. Завдяки доньці Ірині була збережена спадщина Михайла Коцюбинського.

Як приємно читати для задоволення, коли маєш улюблені літературні твори!

Є книги, які, подібно до видатних людей, належать світові. Вони перекладені багатьма мовами, за їх сюжетом знімають фільми, серіали, вони стають улюбленицями багатьох, незалежно від віку, національності, виду занять чи соціального статусу. Улюблені літературні твори подорожують зі своїм автором і читачами у часі і просторі – у цьому, очевидно, закладено секрет вічного життя.

Таким дивовижним письменником є професор Джон Толкін, британський прозаїк, поет, філолог та перекладач XX століття. Його по праву називають основоположником «високого фентезі». У цьому жанрі написані твори про вигаданий світ Середзем'я, зокрема романи «Гобіт» та «Володар Перснів». Цікаво, що все почалося з перевірки студентських контрольних робіт: Толкін знайшов кимось зданий чистий аркуш, на якому несподівано для себе самого написав речення: «У норі під землею жив собі гобіт». Спочатку це була казка для дітей, згодом вона переросла у роман, який захопив молодь.

Прочитавши книгу, уявляєш її персонажів, чарівну країну, помешкання гобіта Більбо та його небожа Фродо, чарівний Перстень Влади, створений у вулкані темним володарем Сауроном для підкорення світу. Сміливий та винахідливий Фродо (Елайджа Вуд) разом із другом Семом, випадково отримавши Перстень, прагнуть знищити його. Долаючи неймовірні перешкоди на землях Мордора, гобіти дізнаються багато нового, усвідомлюють, як може вплинути влада на людину, що таке сила дружби та єдність різних народів у боротьбі зі Злом. Ці теми надзвичайно актуальні для України і всього світу.

Магію книги примножує сила кінематографу – режисер Пітер Джексон у 2001–2003 роках створив кінотрилогію за романом «Володар перснів». Наразі режисер Енді Серкіс знімає продовження фільму. Про визнання проєкту свідчать 17 «Оскарів» у 30 номінаціях.

ТЕМА 3. СУЧАСНЕ СУСПІЛЬСТВО: КУЛЬТУРА, ЕТИКА, МОРАЛЬ

Українські культурні традиції

Тлумачний словник української мови визначає термін «культура» як «сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людством протягом його історії» [<https://slovnyk.ua/index.php?sword=культура>].

Культура кожного народу спирається на звичаї, обряди, святкування, відомості про які передаються від покоління до покоління, зберігаються у родині, фіксуються в етнографічних дослідженнях, популяризуються у суспільстві. Українські культурні традиції знайшли відображення у художній літературі (наприклад, сватання у повісті «Кайдашева сім'я» І. Нечуя-Левицького, гуцульські обряди у повісті «Тіні забутих предків» М. Коцюбинського, релігійна обрядовість у творах У. Самчука та ін.). Докладні та яскраві розповіді про українські культурні традиції вміщено у книзі видатного українського етнографа Олексія Воропая, який у 1946 році в Німеччині видав двохтомник «Звичаї нашого народу». Автор розповів усьому світові про національні символи, український стрій, особливості проведення календарно-обрядових свят та релігійних, а також родинних обрядів українців. Йдеться про Святвечір, Різдво Христове, Водохреще, про колядування та щедрування; закликання весни, Благовіщення, Великодне свято; Трійцю, Івана Купала, Маковія, Яблучний та Горіховий Спас, Обжинки та ін.

Сучасні українці дбають про збереження та популяризацію культурних традицій. Прикладом того є всеукраїнський етнографічний фестиваль «Червона рута», який відбувається щороку першого березня у Львові, міжнародний етнофестиваль «Країна мрій» (2025 р., Київ), щорічний міжнародний молодіжний фестиваль «Пісенний Спас» у Житомирі та ін. Культурні традиції є надійним підґрунтям збереження нашої державності, тому із раннього дитинства слід виховувати повагу до українських звичаїв у дошкільних закладах, у закладах освіти, у кожній родині.

«Кожен край має свій звичай»: надбання української культури

Для кожного з нас історія наших дідусів і бабусь про минулі часи (як раніше люди жили) закарбовувалися в нашої пам'яті, як українські звичаї. Ці звичаї століттями передаються від покоління до покоління. Традиції (звичаї), як і мова, є ознакою ідентичності народу, його цінністю, особливими «родзинками», що відрізняють нас, українців, від інших народів. Можемо порівняти традиції з обличчям, глянувши в яке, можемо скласти портретну характеристику цілому народу. Українські культурні традиції – це неписані правила суспільства, яких дотримуються усі громадяни держави, бо «так має бути».

Традицією для українців є предмети національного одягу, такі як: для жінок – сорочка, спідниця, пояс, хустка, прикраси на шию; для чоловіків – сорочка, штани, пояс, шапка, жупан, свита, чоботи тощо. Особливістю традиційного одягу по всій Україні було вишивання узорів на одязі. Саме цей звичай зберігся до наших часів, нечасто зустрінеш сучасного українця, який не має у своєму гардеробі вишиванку. Щодо жіночого одягу, то у весільному обряді до сьогодні в українців існує обряд зняття фати з нареченої та пов'язування хустини. Традиційними для сучасних українців залишаються вишиті рушники, як мудро зауважили наші предки: «Хата без рушників, що родина без дітей». Кожен регіон України славиться своєю особливою вишивкою.

Страви української кухні, такі як: борщ, пампушки, вареники, голубці, розмаїття домашніх ковбас, холодець та узвар є культурним надбанням від попередніх поколінь, яке сучасні господині бережуть і сьогодні.

Багато звичаїв пов'язано з календарними святами. В українській обрядовій традиції простежується поєднання християнських символів з язичницькими елементами. Здавна восени українці вшановують Богородицю – Святу Покрову, про яку збережено чимало приказок і прислів'їв. Через те, що «Покрова покриє землю або листом, або снігом», українці намагалися всю сільськогосподарську роботу на полях завершити до настання цього свята. У грудні наші предки згадували Святого Миколая, Катерину, Варвару тощо: *Варвара снігом постелить, Сава загладить хуртовиною, а Микола морозом придавить. На Святу Катерину ховайся під перину. Два Миколи в нас – один з травною, інший – із зимою.* У грудні наші предки напередодні Різдва мали урочистий Святвечір з кутею, дванадцятьма стравами, молитвою, піснями. Традиційними в Україні є наспівування колядок, різдвяних пісень, щедрівок в цей особливий період. Святкували Різдво, Водохреще, Василя, Стрітіння та інші зимові календарні свята.

Навесні українці відзначають Масляну, що символізує перехід від зими до весни. Вербна неділя напередодні Великодня пов'язана з освяченням вербових гілок у церквах та поширеним висловом: «*Не я б'ю – верба б'є, за тиждень Великдень*». До Великодня ретельно готувалися, у Чистий четвер в будинку все прибиралося та милося. У сучасній великодній традиції до Пасхальної неділі фарбують крашанки, розмальовують яйця-писанки, печуть паски, збирають пасхального кошика, якого освячують на святковій літургії.

Більшість українців чули легенду про цвітіння папороті на свято Івана Купала, про купальські вогнища та купальські пісні. З літніми календарними святами пов'язано вшанування Іллі, медового Спасу та яблучного Спасу: *Прийшов Ілля, то наробить у полі гнилля. До Іллі люди купаються, а після нього з річкою прощаються. Прийшов Спас – пішло літо від нас. Прийшов Спас – бери рукавиці про запас.*

В українських традиціях – життєва мудрість та настанови щодо способу життя. Вони пояснюють місце людини в природі та суспільстві, духовну цінність окремої людини та народу загалом. Пам'ятаймо наше українське

коріння: народні казки і пісні, прислів'я і загадки, легенди, обряди та звичаї, вивчаймо їх та не цураймося величезного культурного пласту, що передали нам наші предки.

Загальнолюдські та культурні цінності

Свобода, довіра, дружба, любов, милосердя, доброта, співчуття, відповідальність, мудрість, порядність, толерантність, любов... Це ознаки загальнолюдських цінностей. Ці поняття та багато інших формують систему морально-етичних принципів, прийнятих для більшості людей світу. Серед чинників, які впливають на формування цінностей та допомагають розрізняти категорії *добра/зла*, виокремлюють *родину, школу, суспільство, наше оточення* тощо. Загальнолюдські цінності можемо порівняти з компасом, який навчає людину орієнтуватися в тій чи іншій життєвій ситуації та обирати правильні рішення.

Є різновиди цінностей: матеріальні та духовні (моральні), особисті та родинні. Також є цінності окремого народу, які в різних народів будуть різнитися. Так американські цінності – незалежність, самодостатність, індивідуальність, рівність, приватність, демократія, націоналізм тощо. Українські цінності – жага до волі, любов до Батьківщини, людяність, хоробрість, працьовитість, гостинність, мудрість тощо. Але є такі цінності, які об'єднують окремі народи в людей планети Земля, такі цінності називають загальнолюдськими.

Загальнолюдські цінності становлять фундамент для всього людства незалежно від національності та віросповідання, вони допомагають народам мирно співіснувати, знаходити спільну мову, поважати різні культури та традиції, вирішувати конфлікти мирним урегулюванням шляхом перемовин, захищати права та свободи кожної людини, будувати справедливе демократичне суспільство. Загальнолюдські цінності формувалися впродовж всієї історії людства та увібрали в себе найкращі надбання різних історичних епох. З сивої давнини цінувались такі поняття як *краса, доброта, любов, співчуття, справедливість, честь, хоробрість* та інші.

Така цінність як *толерантність* допомагає визнавати права інших людей на власний погляд; *краса* формує відчуття приємності та задоволення, гармонію, надихає творити добро; *чесність* – це властивість говорити правду, уникати обману та неправди; *співчуття* вчить нас чуйності та небайдужості до чужих переживань; *національна гідність* – необхідна цінність для духовного становлення окремого народу та усвідомлення своєї ідентичності; *солідарність* єднає людей відстоювати правду та справедливість, інтереси інших людей.

Загальнолюдські цінності визначають поведінку людини в суспільстві, від того, як людина ставиться до прийнятих суспільством цінностей, залежить її становище в суспільстві. Наш народ має багато приказок про загальнолюдські цінності: *Не шукай краси, а шукай доброти. На красуню дивитися любо, а з розумною жити добре. Невесело у світі жити, як нема кого любить. Життя*

без кохання, як ріка без води. Доброго тримайся, поганого цурайся. Просить убогий, а подаси милостиню Богу. Що посієш, то пожнеш. Хто чисте сумління має, той спати спокійно лягає. Шануй батька та Бога, буде тобі всюди дорога.

Коли йдеться про загальнолюдські цінності, одразу спадає на думку термін «культурні цінності» – матеріальні надбання людства (пам'ятки архітектури, мистецькі споруди, артефакти) і духовні цінності (наукові та мистецькі твори). Вони збагачують кожне покоління, сповнюють сенсу існування нашої планети; охороняються законодавчо, популяризуються, стимулюють інновації. Однак, окрім культурних цінностей, є ті надбання, які забезпечують суспільне Благо і без яких неможливий гармонійний розвиток.

Попри відмінності у культурних, релігійних уподобаннях, попри національні та соціальні особливості, існують спільні для всього людства моральні принципи та ідеали, пов'язані насамперед із етикою (ця наука вивчає правила поведінки, прийнятні у суспільстві, порушення яких викликає громадський осуд). В етиці закладене «золоте правило моральності»: *стався до людей так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе*. Якщо нехтувати цим правилом, виникають конфлікти у родинах, колективах, країнах та в усьому світі, що призводить до трагедій, війн – руйнується *мир*, як загальнолюдська цінність, зникають *толерантність* і *повага*, у цілому змінюється система суспільних відносин, беруть верх жорстокість та мізантропія.

Отже, найбільшою загальнолюдською цінністю є *життя*, якого ніхто не має права позбавити, – тому сьогодняшня війна, розпочата в Україні ерефією, є найганебнішим злочином проти людяності. Цивілізовані країни пропагують *свободу* насамперед слова, віросповідання, гендерної ідентичності тощо. Такі загальнолюдські цінності, як *гідність*, *справедливість*, *чесність*, захищені насамперед у державах із демократичною системою законодавства. Наразі ми маємо чимало прикладів прояву *любові*, *доброти* та *співчуття* із-поміж українців та іноземних громадян, які підтримують нашу країну у жорстокому двобої.

Від мистецтва отримує кожен стільки, скільки він сам в змозі дати (Шопенгауер)

У Стародавній Греції митці мали велику популярність та пошану. Давньогрецькому лікарю Гіппократу належать слова: «Життя коротке, мистецтво – вічне». Дослідники погоджуються з таким трактуванням, оскільки мистецькі шедеври музики, живопису, літератури можуть «пережити» свого творця, бути в будь-яку епоху актуальними, століттями викликати захоплені відгуки поціновувачів. На важливість мистецтва, як людської діяльності, вказує вислів Альберта Ейнштейна: «Релігія, мистецтво і наука – це гілки одного і того ж дерева».

Загалом мистецтво поділяється на образотворче (графіка, живопис, скульптура, фотографія), виконавче (балет, кіно, музика, танці, театр),

літературне та архітектурне тощо. У кожної людини свої уподобання до того чи іншого виду мистецтва і часто вони формуються з дитинства. Серед усіх різновидів мистецтва новітніми (сучасними) видами можемо вважати фотографію й кіно, оскільки ці витвори XIX століття набули особливого поширення у XX столітті.

Інтерес до певного виду мистецтва формується через дитяче пізнання світу за допомогою гри, малювання, співу, танців та іншої діяльності. Нерідко несвідоме захоплення певною діяльністю переходить у більш свідоме сприйняття. На формування вподобань може вплинути приклад батьків, коли ті відвідують театр, слухають музику, читають книги або пишуть прозу, вірші тощо. Позашкільні музичні та образотворчі заклади, танцювальні гуртки розширюють знання про конкретне мистецтво і дають можливість дитині спробувати свої можливості у конкретній діяльності. У шліфуванні майстерності відіграє роль характер, працьовитість та здібності особистості. Загалом це результат взаємодії індивідуальних здібностей із зовнішніми факторами, які створюють сприятливі умови для формування митця.

Кінематограф – унікальний вид мистецтва, що приваблює наших сучасників здатністю поєднувати візуальні образи й звуки, музику, історію в єдине ціле, залишається одним з найвпливовіших засобів масової інформації та найпоширенішим видом розваг. При перегляді кіно ми переживаємо широкий спектр емоцій, завдяки фільму можемо звільнитися від прихованих переживань. Наприклад, перегляд фільму жахів допомагає глядачу долати певні особисті страхи, перегляд драми – допомагає усвідомити власний біль. Відвідування кінотеатру – це спосіб «відірватися» від проблем на роботі, звільнитися від стресу. Фільм не лише розважає глядача, а й навчає, розвиває емпатію, біографічні та історичні кінострічки відкривають нам нові факти. Сьогодні нерідко фільм знімають за відомою книгою. Хоча книга має певні переваги над фільмом – насамперед це багатство сюжетних деталей та глибше «втілення» читача книги в образи головних героїв – кінематограф також виграє завдяки своїй соціальній функції: на відміну від самостійного читання книги, спільний перегляд фільму може згуртувати родину та дає можливість обговорити певні моменти з кінострічки всією родиною.

У кожної людини свої уподобання щодо жанру фільмів: хтось полюбляє історичні пригодницькі стрічки, хтось – детективні серіали, романтичні історії про кохання або фільми жахів, фільми-катастрофи тощо. Серед ряду улюблених кінострічок згадаймо фільм-катастрофу «Титанік», режисер Джеймс Кемерон. Цей фільм отримав 11 нагород із 14 номінацій на врученні премії Оскар 1998 року. Кінострічка вражає масштабністю та реалістичністю відтворення катастрофи, що сталась в Атлантичному океані з лайнером «Титанік» 1912 року у реальному житті. Глибока емоційна історія кохання, яка зародилась на цьому кораблі між двома молодими людьми підсилює емоції, коли лайнер зіткнувся з айсбергом і почав тонути. Фільм про мужність і гідність, силу кохання та страшну трагедію, яка розкриває людські характери й силу людського духу

перед обличчям небезпеки. «Титанік» поєднує у собі катастрофу, драму, мелодраму, це ще одна вічна історія Кохання.

Останнє десятиліття стало періодом відродження і для вітчизняного кінематографа: українські документальні та художні стрічки почали регулярно потрапляти на міжнародні кінофестивалі (Кани, Берлінале); українські міні-серіали, такі як історичні саги «Століття Якова», «І будуть люди» вражають глибиною розкриття людських доль на тлі історичних подій ХХ століття в Україні.

Кожен вид мистецтва по своєму впливає на життя людей. Наприклад, музика може заспокоювати і збуджувати, викликати спогади, вона впливає на емоції та фізичний стан; література сприяє розвитку мовлення, розширює словниковий запас у читача, розвиває уяву, світогляд та покращує концентрацію уваги. Живопис, коли людина споглядає картини, покращує аналітичне мислення, розвиває здатність бачити красу, здатність до співпереживання, концентрує увагу. Відтак любов до мистецтва змінює людину, надихає її, формує здатність бачити красу.

Вір у свою силу, і життя віддячить тобі свободою (козацьке прислів'я)

Праслов'янське слово «свобода» (дослівно «бути самим собою») – багатозначне: *свобода слова, віросповідання, свобода людини і нації, моральна свобода*. Воно розглядається як юридична, філософська, етична категорія у багатьох сферах суспільного життя. Немає жодної людини, яка б не любила свободи: вільно пересуватися світом, задовольняти свої потреби, обирати коханих і друзів, вільно висловлювати власну думку тощо. «Якщо свободу обмежити, вона вже не буде свободою», – скаже хтось. А якщо твоя безмежна свобода спричиняє несправедливі дії, які шкодять іншим? Якщо ти покидаєш напризволяще родину, малолітніх дітей, немічних батьків, мотивуючи це своїм правом на свободу? Насправді, результати наших дій тільки тоді приносять відчуття насолоди свободою, коли людям поряд із тобою теж комфортно.

Чи може бути вільним митець? Віддаючи данину генію – нідерландському художнику-постімпресіоністу Вінсенту ван Гогу, – так само геніальна українська письменниця Ліна Костенко звертається до теми свободи творчої, непересічної людини у суспільстві: «Самовитий – несамовитий – не Сезанн – не Гоген – не Мане – але що ж я можу зробити, як в мені багато мене?! Він божевільний, кажуть. Божевільний! Що ж, може бути. Він – це значить я. Боже – вільний...Боже, я – вільний! На добраніч, Свободо моя!» [https://osvita.ua/school/literature/k/70169/#google_vignette].

Не випадково тема свободи митця хвилює саму Ліну Василівну, яку по праву називають совістю української нації. Бути вільним від цензури та політичного контролю, від усталених забобонів та пліток – мрія людини, яка по-справжньому прагне свободи: «Я не люблю нещасних. Я щаслива. Моя свобода завжди при мені», – це слова принципової та мужньої людини [<https://www.ukrlib.com.ua/books/printit.php?tid=5698>].

Свободу виборюють не лише заради себе, а й заради інших. Жоден народ не хоче рабства. Саме тому у світі тривають війни за свободу – справедливі для тих, хто захищає свою землю, і несправедливі, загарбницькі – для тих, хто керується принципом уседозволеності.

Свобода і уседозволеність

За тлумачним словником української мови лексема *свобода* багатозначна: 1. Відсутність політичного й економічного гноблення, утиску та обмежень; воля. 2. Перебування не під арештом, не ув'язнений. 3. Життя, існування без залежностей від кого-небудь, можливість поводитися на свій розсуд. 4. Філософська категорія – можливість вияву суб'єктом своєї волі в умовах усвідомлення законів розвитку природи і суспільства. 5. Вільний від праці час [1, с. 1300]. Категорія свободи здавна привертала увагу філософів, політиків, митців, економістів та представників інших галузей. Протягом різних епох ідея свободи зазнавала змін, адаптуючись до культурних та соціальних контекстів. В Античності вона трактувалась як свобода громадянина, що існувала лише в межах поліса або республіки. У Середньовіччі її розуміли, як привілей для обраних, а мислителі досліджували зв'язок між свободою, релігією та владою. Епоха Просвітництва принесла кардинальні зміни: *свобода* стала вважатися невід'ємним природним правом кожної людини. Вольтер розширив це поняття, наголошуючи на свободі думки та праві людей вільно висловлювати свої переконання. Джон Локк трактував особисту свободу як природне право на індивідуальний розвиток, освіту та реалізацію своїх талантів. Український філософ Г. Сковорода зосередився на внутрішній свободі, вважаючи, що справжній шлях до щастя лежить через особистий вибір людини, а не через зовнішні обставини.

Сьогодні поняття свободи розглядається у різних сферах: політичній, економічній, особистій, релігійній та ін. Кордони свободи зазвичай встановлюються законом та моральними нормами для забезпечення порядку в суспільстві. У демократичних країнах ключовими вважаються фундаментальні права, такі як свобода слова та преси.

Свобода тісно пов'язана з відповідальністю, адже безвідповідальні вчинки можуть призвести до її втрати. Межа між свободою та уседозволеністю проходить там, де починається відповідальність. Свобода – це можливість діяти на власний розсуд, але в межах, які не порушують права інших. Уседозволеність, навпаки, дозволяє діяти без будь-яких обмежень, ігноруючи інтереси та права, безпеку оточення. Справжня свобода має свої етичні рамки і передбачає моральну відповідальність за вчинки. Наприклад, свобода слова не дає журналісту права ображати, погрожувати та розпалювати ворожнечу, але дозволяє йому викривати злочини, про які замовчують інші. У демократичному суспільстві закон захищає свободу кожної людини, але водночас встановлює обмеження, щоб особа не завдавала шкоди іншим громадянам. Тому крадіжка, агресія та обман є актами уседозволеності, що

порушують свободу інших. Вседозволеність також передбачає уникнення відповідальності, тому що людина вважає, що може чинити як завгодно, незважаючи на шкоду, яку спричиняє.

Отже, свобода – це відповідальність за свій вибір та наслідки вчинків, яка в демократичних країнах дає можливість кожному вільно реалізуватися. Вона протиставляється вседозволеності, яка несе у суспільство хаос та свавілля. Цінують свободу і не плутають зі вседозволеністю!

Бути окриленим – відчувати внутрішню свободу

Давньогрецький міф про Ікара, який, попри заборону батька Дедала, полетів до Сонця і загинув, спаливши саморобні крила, – з одного боку, навчає бути хоробрим та цілеспрямованим, а з іншого – передбачливим і слухняним.

Крила здавна стали символом величі і свободи – ними Ангели-охоронці прикривають нас від хвороб та нещасть. Споглядаючи за птахами, давні люди мріяли літати – і згодом створили літак, який нагадує птаха.

Коли ти відчуваєш потяг до якоїсь справи, натхнення, то кажуть, що в тебе виростають крила, тобто, ти стаєш окриленим. Це трапляється після перших успіхів, після розмови з наставником, хорошим педагогом, психологом або із рідною людиною, яка бачить у тобі хист до якоїсь справи. Існує протилежний за значенням вислів «підрізати крила» – сказати щось або вчинити так, щоб людина зневірилася в собі, відмовилася від подальших кроків для досягнення мети, припинила мріяти.

Геніальна Леся Українка дала влучну характеристику нашим співвітчизникам: «Орлині крила чуєм за плечима, самі ж кайданами прикуті до землі». Цими кайданами для українців стали урядові заборони російської імперії щодо використання рідної мови, більшовицькі репресії, які наполегливо знищували всі здобутки «золотого десятиріччя» української культури і науки. Та й сьогодні ворог намагається прикути кайданами нашу незалежність, пообіцявши «врятувати» українців від європейського поступу та державного розвою.

Перед очима – прекрасний образ мудрої людини, геніального українського актора Богдана Ступки, який доносить до глядачів величні слова Ліни Костенко: «Людина нібито не літає... А крила має. А крила має...». В очах актора – непоборна віра в силу добра і людяності, в перемогу Людини окриленої.

Мрія та її роль у житті людини

Слово *мрія* означає витвір уяви, те, чого прагнуть. Кожен із нас із дитинства мріє про щось позитивне: здебільшого про справу до душі, про щасливе кохання і міцну родину, про достаток і, звісно, про мирне життя на рідній землі. Якби люди не мріяли, Земля, очевидно, припинила б своє існування.

«Мрії надають світові інтересу і сенсу», – писав Анатоль Франс [<https://allazadneprovsk.com/blog/20-luchshih-citat-o-mechtah/>]. Доказом цієї

думки є результати процесу розвитку науки і техніки, поява нових технологій. Міф про Дедала та Ікара відобразив заповітну мрію людей навчитися літати, як птахи – у результаті з'явилася авіація. Прагнення людей створити «залізного коня» втілювалося у створених транспортних засобах. Письменники-фантасти Герберт Веллс, Жуль Верн, Рей Бредбері, Айзек Айзімов, Френк Герберт та інші передбачили багато сучасних винаходів і намагалися зазирнути у майбутнє людства. Наукова фантастика саме тому так приваблює особливо юних читачів, що вони мріють удосконалити цей світ у дорослому віці. Із мрійників виростають герої.

Однією із найкращих промов в історії минулого століття вважають виступ американського проповідника Мартіна Лютера Кінга у 1963 році під назвою «У мене є мрія», спрямований на боротьбу із расизмом у США. Організуючи публічні акції-протести проти расової дискримінації у суспільстві, він здійснив свою мрію – уже через рік було проголошено Акт про права людини в 1964 році, а Кінг отримав Нобелівську премію Миру. Через чотири роки він був смертельно поранений [<https://dovidka.biz.ua/martin-lyuter-king-korotka-biografiya>].

У 1988 році в Україні було створено найпотужніший у світі транспортний літак Ан-225 «Мрія» («Козак»), який був призначений обслуговувати потреби космічних програм, а після розпаду срср використовувався як вантажний. У 2004 році його було занесено до Книги рекордів Гіннеса. Назва літака втілювала мрію насамперед про мир на планеті. У лютому 2022 року літак було знищено ворогом в аеропорту в ангарі – так московія цинічно продемонструвала свою зневагу до українців та їхніх мрій про квітуче життя країни як незалежної європейської держави. «Мрію-2» планують відродити за участю міжнародних компаній – відтак вона знову стане символом нашої могутності.

Щоб мрія стала реальністю...

Відомий вислів американського поета, фольклориста Карла Сендберга «Все, що існує у світі, колись було мрією» спонукає замислитись над сенсом такого поняття як МРІЯ. *Мрія* – багатогранне явище, яке охоплює філософію, психологію, соціологію. З одного боку, мрія є абстрактним ідеалом, який мотивує людей рухатися вперед, з іншого боку, мрія – це цілком конкретний план дій, який змінює наше оточення. Здавна мрія ставала об'єктом зацікавлень філософів, психологів, письменників та інших дослідників. Український філософ сучасності Андрій Баумейстер виводить етимологію поняття *мрія* від лексем *бачення, марення, марево*. [Чому ми мріємо? <https://forbes.ua/news/chomu-mi-mriemo-01122020-634>]. Філософ зауважує, що в понятті *мрія* закарбовані приховані сили, оскільки вона може як надихнути, так і створити приховану загрозу. Окрім цього людей епохи Відродження та Нового часу відрізняла від наших сучасників вміння мріяти. Сучасна людина, потрапивши під владу диктатури сьогодення, на превеликий жаль розучилась мріяти. Але, щоб мати змогу жити у кращому майбутньому, ми спочатку маємо

його уявити, намріяти. Мріючи, ми немовби проєктуємо, малюємо в подумках, створюємо себе і свій світ в уяві.

Буває, що мрії плутають з безплідними фантазіями. Це різні поняття: *мрія* більш значуща категорія, яка має властивість реалізовуватися на відміну від безплідних фантазій, які зникають як марево. Мрія, як внутрішній орієнтир, допомагає людині обирати правильний шлях у житті. Не всі успішні люди одразу отримали визнання та успіх, багато з них переживали життєві труднощі, але не опускали рук та продовжували рухатися до своєї мрії. Серед таких людей Стівен Спілберг, Уолт Дісней, Опра Уінфрі, Джоан Роулінг та інші.

Щоб мрія реалізувалась, потрібен план, наполегливість, терпіння, бажання та інші критерії. Без складеного плану мрія так і залишиться фантазією. Плануючи, краще спробувати «розбити» свою мрію на маленькі, конкретні завдання, які будуть актуальними та досяжними, обмеженими в часі і їх буде легше реалізувати. Для досягнення мрії важливим компонентом є щоденні дії, тобто процес, який помалу, але послідовно наближає до мрії, не дивлячись на усі складнощі та перепони на цьому шляху. Також потрібно врахувати «групу підтримки» – людей, які допомагають реалізувати мрію. Це можуть бути родичі, друзі, колеги по роботі. Неабияку роль відіграють на шляху до заповітної мрії наполегливість, терпіння та бажання.

Мрія, як соціальна категорія, буває колективною, усім відомий термін «американська мрія», яка змотивувала мільйони американців до пошуку кращого життя. Для українців колективною мрією стало прагнення побудувати незалежну Україну, ця мрія спонукала українців до боротьби, яка продовжується і сьогодні.

Часто ми боїмося мріяти, бо нам здається, що мрія недосяжна. Але кожна велика справа починається з малої думки. Тому, замість того, щоб ховати голову в пісок зі страху, почнімо складати план дій. Слід розбити свою мрію на конкретні прості кроки. Нехай вашою метою буде не ідеальний результат, а перші кроки до реалізації мрії. Не бійтеся починати. Почніть мріяти – і світ навколо почне змінюватися!

О, Спорт! Ти прогрес! Ти сприяєш вдосконаленню людини – найбільш прекрасного творіння природи (П'єр де Кубертен)

Більшість людей сприймають *спорт* як фізичну активність, яка позитивно впливає на основні аспекти людського життя. Тому багато людей полюбляють дивитися спортивні передачі по телевізору та інтернету, зокрема трансляцію Олімпійських (Паралімпійських) ігор, чемпіонати з футболу, ходити на футбольні, баскетбольні, волейбольні матчі, вболівати за улюблених боксерів, дзюдоїстів, самбістів, гімнастів та представників багатьох інших видів спорту. Але певна частина людей безпосередньо займається спортом. За даними опитувань від 2023 року 33% українських дітей відвідують спортивні секції, 16 % взагалі не займаються спортом [<https://www.komersant.info/16-ukrainskykh-shkoliariv-zovsim-ne-zaymaiutsia-sportom-rezultaty-sotsiologichnoho-opytuvannia>].

Для розвитку дітей та зміцнення їх здоров'я є велике розмаїття спортивних секцій: футбол, баскетбол, волейбол, хокей, плавання, гімнастика, легка атлетика, спортивні танці, бойові мистецтва (дзюдо, айкідо, самбо, карате тощо) та багато інших. Вибір секцій досить широкий, тому слід шукати ту спортивну секцію, що буде відповідати інтересам дитини, темпераменту, віковим особливостям та фізичним даним. Нерідко дитяче хобі переростає в улюблену професію або у дорослому віці особа починає займатися цим видом спорту вже професійно.

Серед дорослого населення лише 15% українців регулярно займаються спортом, більшість українців (57,9%) – не займаються спортом, для порівняння в Європі близько 32% європейців відвідують спортивні секції [<https://www.village.com.ua/village/business/news/348341-bilshist-ukrayintsiv-ne-zaymayutsya-sportom-ale-15-6-roblyat-tse-regulyarno-minsportu>]. Що ж мотивує людей до фізичної активності? Всім нам відома з дитинства приказка «У здоровому тілі здоровий дух». Насамперед людину спонукає до занять спортом бажання поліпшити власне здоров'я. Регулярні фізичні навантаження допомагають людині знизити вагу тіла, зміцнити імунітет та серцево-судинну систему, покращити дихання. І якщо у людини немає часу або коштів на спортивні секції, вона може почати з ранкової півгодинної зарядки або пробіжок на свіжому повітрі. Гарним мотиватором у цьому може стати українське прислів'я: *«Починай нове життя не з понеділка, а з ранкової зарядки»*. Існує помилкова думка, що фізичні навантаження втомлюють людину, але це не так, як раз навпаки – людина відчуває приплив енергії після занять в тренажерному залі, спортивній секції або після ранкової зарядки. Регулярні тренування уповільнюють процеси старіння в організмі, покращують обмін речовин і загальний тонус організму. До занять спортом людину також спонукають психологічні причини: покращення настрою, зниження тривожності, підвищення самооцінки й впевненості у собі, розвиток дисципліни та сили волі. Після важкого робочого дня у людини є можливість змінити вид діяльності та позайматися у спортивному клубі чи тренажерному залі. Кожен знаходить свою мотивацію: хтось займається спортом заради ідеальної фігури, хтось – щоб подолати стрес, інший – щоб провести годину з користю для здоров'я тощо.

Сім'я – це школа любові

Формування сильної, здорової та свідомої нації значною мірою залежить від родинного виховання. Останні десятиліття в Україні спостерігаються значні демографічні зміни: зниження народжуваності, зростання кількості неповних (коли дитину виховує один з батьків – мати чи батько) та малодітних родин (1-2 дитини). Також серед молодих пар зростає тенденція відтерміновувати народження дітей, надаючи перевагу догляду за домашніми улюбленцями.

Із сивої давнини в Україні існували певні норми родинного виховання, що ґрунтувалися на працелюбстві. Малим дітям доручали пасти гусей, свиней,

більш старшим – худобу; старших дітей привчали до певних обов’язків: дівчата опановували вишивання та ведення домашнього господарства, а хлопці – роботу на землі та біля садиби. Батьки передавали дітям через власний приклад знання, досвід предків, сімейні звичаї та обряди. Вони прищеплювали дітям любов до праці, рідної землі та батьківщини, а також виховували повагу до батьків і старших. Основою сімейного виховання були засади християнства, десять Божих заповідей або «золоте правило моральності»: стався до людей так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе.

Сьогодні дослідники, зокрема педагоги та психологи, виділяють чотири сучасні стилі сімейного виховання: авторитарний, демократичний, ліберальний та потуральний [<https://vseosvita.ua/library/embed/0100awcp-4aa0.doc.html>]. Авторитарний стиль виховання базується на диктатурі, де один із батьків виступає в ролі абсолютного авторитета; а його слово є законом для всіх членів родини (як я сказав – так і буде). У такій атмосфері пригнічується почуття гідності, а прояв самостійності чи ініціативи не заохочується. Результатом такого виховання є формування у дітей слухняності та покірності. Однак це також може спричинити страх та недовіру до батьків, втрату важливих особистісних якостей, як віра в себе, ініціативність, оптимізм і здатність до любові.

Демократичний стиль виховання вважається найбільш ефективним, оскільки він заснований на співробітництві та взаємодії між усіма членами родини. Його ключові принципи – підтримка, надання порад та допомоги, взаєморозуміння та відкрите спілкування між батьками й дітьми. За такого підходу діти вчаться поважати інших, співпереживати, допомагати, відповідати за свої вчинки, не боячись покарання, вчаться самостійно приймати рішення, домовлятися, шукати компромісів. Демократичний стиль виховання передбачає обачливий і турботливий батьківський контроль, який допомагає дітям розвиватися та не обмежує їхньої свободи.

Ліберальний стиль виховання передбачає тактику невтручання, при якій батьки і діти в родині ніби існують паралельно, не втручаючись у життя одне одного. По суті, батьки ухиляються від своїх обов’язків, надаючи дітям повну самостійність. На жаль такий підхід часто призводить до формування у дітей егоцентричності та індивідуалізму, неповаги до інших людей.

Потуральний стиль – це тактика надмірної опіки та безоглядної любові. Батьки виконують будь-які забаганки дитини, не даючи їй можливості проявити самостійність чи докласти власних зусиль для задоволення своїх потреб. Як наслідок дитина виростає безініціативною, несамостійною, безпорадною та уникає відповідальності. Домінуючою рисою такої особистості є егоцентризм, коли весь світ має обернутися навколо її потреб та бажань.

Яких засад потрібно дотримуватись у вихованні? Приймайте дитину такою, якою вона є; будьте уважними і чуйними до кожного члена родини; поєднуйте повагу та любов до дитини з вимогливістю; дайте дитині розуміння, що любитимете її за будь-яких обставин. Оскільки діти нерідко повторюють дії

дорослих, намагайтеся в родині дотримуватися стосунків любові та поваги один до одного, до людей старшого віку, демонструйте спілкування між собою та проведення часу разом у виконанні певної праці чи на відпочинку. Підтримуйте в дитині самостійність, відповідальність та дисциплінованість, частіше спілкуйтеся з дитиною, знайдіть час вислухати її.

Здорова людина – найдорогоцінніший здобуток природи (Т. Карлейль)

Здоров'я – один із найважливіших подарунків Природи людині. У гонитві за матеріальними речами, які є цінністю у сучасному світі, людина відкладає турботу про своє здоров'я на другий план і живе лише заради задоволення різноманітних потреб. Зачасту людина отримує задоволення від шкідливих звичок та небезпечних для здоров'я речей: споживання жирної та мучної їжі, солодоші, солодка випічка, фаст-фуд, алкогольні напої, вживання хімічних речовин тощо. Людина замислюється над своїм здоров'ям лише під час лікування власної хвороби або хвороби близької людини. Також у сучасному світі людині загрожує багато смертельних хвороб: рак, СНІД, COVID та інші.

Тлумачний словник української мови подає семантику лексеми *здоров'я* як «стан організму, при якому нормально функціонують усі його органи // той чи інший стан самопочуття людини» <https://slovnyk.ua/index.php?sword=%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%27%D1%8F>. Цінність здоров'я підкреслював перський філософ, науковець XI століття Авіцена: «Головним скарбом життя є не землі, що ти їх завоював, не багатства, що їх маєш у скринях... Головним скарбом життя є *здоров'я*, і, щоб його зберегти, потрібно багато що знати» [<https://naurok.com.ua/mudri-dumki-pro-zdorov-ya-93821.html>].

Турботі про здоров'я потрібно навчати людину з дитинства, оскільки хвороби легше попередити, ніж лікувати. Звичка, сформована з дитинства щодо дотримання здорових звичок, зробить життя легким, гармонійним, успішним та впевненішим. Які ж чинники впливають на зміцнення здоров'я? Повноцінне збалансоване харчування, щоденні фізичні навантаження у вигляді зарядки, повноцінний сон, прогулянки на свіжому повітрі, скандинавська ходьба, відвідування тренажерних або спортивних залів, відсутність шкідливих звичок, оптимістичне сприйняття світу тощо.

Здорова нація має бути пріоритетом держави, оскільки здорові люди приносять більше користі державі порівняно з громадянами, що мають шкідливі звички. Здоров'я – це не лише відсутність хвороб, це стан фізичного та емоційного спокою. В умовах погіршення екологічної ситуації, ведення російсько-української війни, зниження матеріального добробуту, відсутності державної системи культури здоров'я, людині складно турбуватися про свій фізичний стан. Потрібно впроваджувати таку державну політику, щоб турбота про особисте здоров'я стала способом життя.

Пам'ятаймо, що формування здорового способу життя є набагато ефективнішою та доцільнішою стратегією, ніж систематичне вкладання коштів в подолання наслідків нездорового способу життя, тобто в лікування.

Треба збирати каміння, яке у вас кидають, – це фундамент майбутнього п'єдесталу (Гектор Берліоз)

Фразеологізм *закидати камінням* вживають, коли йдеться про гостру критику, осуд. Наслідком цього, на жаль, може стати пасивно-агресивна поведінка. Реакція на критичні зауваження визначається багатьма чинниками. Насамперед це тип темпераменту, який впливає на наше особисте життя і професійну діяльність. По-різному у стандартних ситуаціях спілкування поведуться жваві та креативні сангвініки, емоційні та запальні холерики, мовчазні та вразливі меланхоліки, виважені та спокійні флегматики. Але навряд чи можна визначити свій темперамент однозначно: зазвичай, він є комбінацією двох-трьох типів.

Отож, уявімо, що нас критикують за певні дії, вчинки, висловлення, хтось негативно висловлюється щодо наших естетичних уподобань, політичних, релігійних або гендерних поглядів. Такими опонентами можуть бути колеги, рідні, друзі, сусіди або навіть випадкові перехожі. Якою буде наша реакція: ми спокійно та помірковано вислухаємо критичні зауваження та дамо відповідь чи «вибухнемо» гнівом, не дослухавши співрозмовника? Неадекватне реагування на критику може бути й ознакою психологічних проблем.

Навряд чи знайдеться людина, яка полюбляє критику на свою адресу, – питання полягає у нашому ставленні до опонента, у спроможності «почути» у критичних зауваженнях «раціональне зерно», у вмінні толерантно сформулювати контраргументи у відповідь. Як приклад наведемо слова із промови Івана Яковича Франка на урочистому зібранні у Львові з нагоди 25-річчя його наукової та літературної діяльності: «Я вдячний своїм противникам і щиро поважаю тих, що борються зі мною чесним оружжям» [<https://www.ifranko.name/uk/Biography/PromovaNa25-litnomuJuvileji.html>].

Уникнути критики може тільки людина бездіяльна. Тут доречно згадати слова давньогрецького філософа-ритора Аристотеля: «Є тільки один спосіб уникнути критики: нічого не робить, нічого не говорять і будьте ніким» [<https://rozdil.lviv.ua/aphorisms/aph.php?id=4805>].

Стрес – це не те, що з вами сталося, а те, як ви це сприймаєте (Ганс Сельє)

Засновник вчення про стрес, канадський лікар Ганс Сельє свого часу зауважив про цей вид емоційного стану: «Похмурі думки та емоції ослабляють нас, роблять хворими, а позитивні – роблять нас сильними та здоровими» [<https://naurok.com.ua/negativniy-vpliv-na-zdorov-ya-lyudini-stresovih-faktoriv-235368.html>]. Лікар Сельє визначав стрес – реакцією організму на виклики, з якими зіштовхується організм, реакцією, що допомагає організму вижити у

небезпечній для життя ситуації. Стрес – це емоція, захисна реакція організму у відповідь на негативні зміни навколишнього середовища: шкідлива екологія, війна, зміни в особистому житті чи на роботі та інші фактори. Стрес буває професійний (на роботі), емоційний, психологічний, операційний (як реакція організму на хірургічне втручання), постравматичний. Які ж ознаки стресу? Спочатку людина починає переживати емоцію тривоги та страху, через певний час людина адаптується до обставин, і цей процес адаптації може тривати довго, після адаптації з'являється стан виснаження (апатія, злість, роздратування, погіршення здоров'я). Наслідком пережитого стресу є розвиток різних хвороб, найчастіше – порушення серцево-судинної системи, безсоння.

Які способи боротьби зі стресом пропонують фахівці? Перш за все здорове збалансоване харчування, регулярна фізична активність, обов'язковий режим сну, розвивати позитивне мислення як це робила дівчинка-сирота Полліана (з однойменного роману Елеонори Портер), яку покійний батько навчив грі в радість – знаходити позитив у будь-яких обставинах життя. Ще один спосіб – дихальна медитація (зосередження на глибокому та рівному диханні), яка насичує організм киснем, заспокоює. Методика перенесення думок – це перемикає увагу на деталі навколо себе: приємні запахи, улюблена книга на полиці, картина на стіні, ваза з квітами. Важливим аспектом є і соціальна підтримка (друзі та родина) та наявність хобі: читання, музика, малювання, вишивання, ліплення з глини тощо. У боротьбі зі стресом допомагає складання плану на день чи тиждень, чіткий режим повертає відчуття контролю над ситуацією.

Дослідники зауважують, що найефективнішим способом боротьби зі стресом є поєднання різних практик: фізичні вправи або біг, плавання, швидка ходьба, плюс здорове харчування і сон, методики релаксації (дихальні вправи й медитація, коли заплющуєш очі та уявляєш себе у приємному затишному місці), спілкування з людьми. Комплексний підхід більш ефективний, тому що враховує різноманітні потреби людського організму, а також дозволяє працювати з причинами стресу, зменшувати його вплив на фізичний стан організму, вчить розвивати навички боротьби зі стресом.

Підсумовуючи, наведемо рядки молитви про Духа радості: «Господи, даруй мені Духа радості, щоб я погоджувався з тим, чого не можу змінити. Даруй мені відвагу, щоб я міг змінити те, що можу змінити. Даруй мені мудрість відрізнити перше від другого».

Людино, допоможи собі сама! (Людвіг ван Бетховен)

Свою знамениту Дев'яту симфонію та інші відомі музичні твори геніальний німецький композитор XVIII-XIX ст. Людвіг ван Бетховен написав, будучи глухим. Але завдяки гарно розвиненому внутрішньому слуху він «програвав» у голові створену ним музику, а потім записував ноти. Реакція митця на «безнадійну», здавалося б, ситуацію вражає і надихає інших.

Добре, коли на життєвому шляху є люди, які сприяють реалізації твоїх планів, коли обставини «складаються», наче пазл, на твою користь. Але можливі й серйозні перепони, коли проблема, здається, не має розв'язку. «Не стукай у зачинені двері», – повчає прислів'я, але відомий також інший вислів: «Хто не стукає, тому не відчиняють». Моряки зичать одне одному *хорошого вітру* – тобто, сприяння природних сил у рейсі. Відоме латинське прислів'я: «Якщо немає вітру, беріться за весла», – про людей цілеспрямованих та сміливих, які вміють працювати у команді.

Українці демонструють чимало прикладів старанності, мужності та завзяття, які у поєднанні з талантом дають неймовірні результати. Згадаймо хоча б про «волинського Фаберже» – Анатолія Бойка, який, маючи інвалідність після поранення, за своє недовге життя (55 років) зумів здивувати світ оригінальними мистецькими техніками різблення на яєчній шкарлупі, оздоблюючи вироби коштовним камінням та металом.

Найкращі у багатьох видах спорту наші паралімпійці – ветерани ЗСУ! Зокрема, це колишній бойовий медик Євген Корінець, який до війни з ерефією був професійним волейболістом. Втративши ногу, він повернувся у спорт, увійшовши до складу нашої паралімпійської збірної. І таких прикладів можна навести чимало.

Україна дивує світ своєю непохитною вірою у перемогу над добре озброєним, жорстоким та численним ворогом, вражає згуртованістю воїнів-героїв, волонтерів та усього цивільного населення. Допомога від багатьох країн світу – це насамперед повага до нашої мужності та завзяття.

Труднощі трапляються із нами. Ми відновлюємося. Ми вчимося на них.

Ми стаємо сильнішими завдяки ним (Тейлор Свіфт)

Тендітна квітка кульбаби шукає тріщини в асфальті, щоб прорости крізь нього і побачити сонце. Кактус, якого стискають скелі, тягнеться вгору, тонкий та викривлений – може здатися, що він слабкий, але в нього вистаріло сил, щоб адаптуватися до таких умов. Щороку, орієнтуючись на сонце та магнітне поле планети, птахи здійснюють сезонні перельоти (чимало з них гине на цьому шляху) у пошуку тепла та їжі. Ми не замислюємося над тим, чому у ведмедів густе біле хутро, як верблюди зберігають воду, навіщо риба зябра, як сова бачить уночі тощо.

Людина теж є частиною природи і має властивість шукати різні способи, щоб вижити за екстремальних умов. Так виживали первісні люди серед дикої природи, яка на кожному кроці могла їх знищити. У XIX столітті український мандрівник-науковець Мікола Міклухо Маклай, опинившись наодинці із папуасами Нової Гвінеї, які агресивно сприймали чужинців, зумів встановити із ними приязні стосунки та із повагою вивчав їхню культуру, заперечивши расову дискримінацію. Першою жінкою-українкою, яка підкорила Еверест, у 2016 році стала Ірина Галай – у травні 2025 року сходження на найвищу гору світу здійснило вже шестеро українських альпіністів.

Тільки неймовірна душевна сила, упевненість у собі та оптимізм дозволяє людині вибратися із пастки, яку їй приготувала доля.

Потрапивши у російський полон із Азовсталі, мужні захисники Маріуполя подолали усі тортури, маючи надію знову побачити рідних і друзів-побратимів. Наприклад, морпіх Максим Полупанов після обміну разом з іншими полоненими повернувся до ЗСУ – тепер він надає психологічну допомогу бійцям, при цьому здобуваючи освіту психолога у Каліфорнійському університеті (США).

Інколи наша фобія є тією скелею, яка стискає мозок, не даючи нам спокою. Ми перемагаємо у цьому двобої і від того стаємо ще сильнішими.

Успіх – це здатність крокувати від однієї невдачі до іншої, не втрачаючи ентузіазму (Вінстон Черчіль)

Як не погодитися з думкою найвідомішого британця (за опитуванням 2002 року), найшановнішого лідера Вінстона Черчилля? Йому належить ще одна фраза про успіх: «Успіх – це ще не крапка, невдача – це ще не кінець: єдине, що має значення – це мужність і далі боротися» [<https://vogue.ua/article/vogueman/lifestyle/uinston-cherchill-ob-otnoshenii-k-zhizni-uspehe-i-celeustremlennosti-42870.html>].

Спробуємо розібратися у значеннях слів у першій цитаті, що таке *успіх*, *невдача* та *ентузіазм*. Тлумачний словник української мови пояснює: *Успіх* – 1. позитивний наслідок роботи, значні досягнення, сприятливий результат. 2. Громадське визнання, схвалення чогось [1, с. 1516]; *Невдача* – безуспішне, не таке, як хтось бажав, закінчення, завершення чого-небудь [1, с. 748]; *Ентузіазм* – сильний запал, захоплення, душевне піднесення [1; с. 352]. Серед цих трьох слів *успіх* та *ентузіазм* – слова з позитивною енергетикою, у чомусь споріднені між собою, а лексема *невдача* – негативного забарвлення і протиставлена *успіху*. Але життєвий досвід показує, що саме через невдачі, наприклад, поразки у змаганнях, спортсмени, не втрачаючи ентузіазму, піднімаючись після падінь, тренуються ще більше і якісніше, і поразки вони сприймають як досвід, з якого вони вже зробили висновки й поступово досягають перемоги, тобто успіху.

У кожної людини може бути своє уявлення про успіх, для когось здійснення його мрії – створити родину, побудувати будинок, посадити біля будинку сад з фруктових дерев, бути багатодітними батьками – це успіх; для іншого зробити кар'єру – це успіх, ще для когось – бути майстром своєї справи, або зробити хобі професією – це також успіх. Головне почуватися щасливою людиною, що досягла поставленої мети, навіть якщо це далось нам нелегко, з перешкодами та труднощами, головне не втрачати віри та ентузіазму.

Доказом правдивості цитати Черчилля є декілька американських фільмів про реальні історії людей, які не злякалися труднощів та перешкод на шляху до мрії та досягли успіхів у різних галузях, зокрема, спорті, бізнесі, кар'єрі: «Король Річард» про тренера-батька, який виховав американських зірок тенісу Вінус і Серену Вільямс, «Соціальна мережа» – історія становлення Марка Цукерберга,

«За мільйон миль» про американського астронавта мексиканського походження Хосе Ернандес та інші. «Постійні зусилля – а не сила і розум – ось ключ до розкриття нашого потенціалу», – ще одна цитата легендарного Вінстона Черчилля.

Два дні в твоєму житті найважливіші: день, коли ти народився, і день, коли зрозумів, навіщо (Марк Твен)

Вислів американського письменника Ернеста Хемінгуея про те, що кожна людина народжується для якоїсь справи, спонукає згадати й іншу цитату із філософським підтекстом: «Життя кожної людини закінчується однаково. Лише деталі того, як вона жила і як померла, відрізняють одну людину від іншої». У повісті «Людина і море» Е. Хемінгуей вкладає в мову досвідченого старого рибака роздуми про людину: «Людина не для того створена, щоб бути переможеною. Людину можна знищити, але її не можна перемогти». Спробуємо пояснити сенс людського життя. Народження нового організму в природі – це звичайний біологічний процес, який триває в природі постійно і безперервно, але для батьків, які отримують нове потомство, будь це тварина чи людина, це щось особливе і нове, це зміна статусу, особливі батьківські почуття, це продовження цього виду. Розглянемо, що означає це народження для самої дитини, яка народилась.

Проаналізуємо цитати Е. Хемінгуея та М. Твена через рядки заповіту святої Терези з Калькутти, католицької монахині [Заповіт матері Терези https://abonement.library.te.ua/2014/04/blog-post_12.html].

Життя – це шанс. Скористайтеся ним. Цей шанс появи на світ нам дають батьки. Кожен прожитий новий день – це шанс чогось досягти й навчитися, зробити кар'єру, стати майстром у своїй професії, посадити дерево, побудувати будинок і народити дитину... або декількох дітей.

Життя – це краса. Милуйтеся нею. Для того, щоб сприймати красу цього світу, щоб усвідомлювати неповторність, бачити привабливість і гармонію довкілля, потрібно мати багатий та глибокий духовний світ у собі, цього привілею людині можуть дати батьки. Як ми будемо ставитися до людей, тварин, природи загалом залежить від нашого виховання в дитячі роки.

Життя – це насолода. Життя – це мрія. Світ навколо нас не є нашим ворогом. Скоріше людина іншій людині може стати суперником і ворогом. Якими очима ми будемо дивитися на світ і довкола себе: з любов'ю, надією та оптимізмом чи зі злістю, роздратуванням та негативними думками – те ми й будемо сприймати навколо: все у світлих підбадьорливих тонах або все у чорному кольорі розпачу й страху.

Життя – це виклик. Приймайте його. Інколи життя посилає нам перешкоди й труднощі, але саме вони можуть нас загартувати, зробити мужніми, якщо будемо сприймати виклики сміливо і рішуче, не озираючись назад, як наші захисники, за це українським військовим особлива вдячність.

Життя – це обов’язок. Виконайте його. У житті ми маємо не лише права (на їжу, освіту, медицину, віросповідання, працю та відпочинок), а й маємо обов’язки, певний статус, який зобов’язує нас до певної поведінки: обов’язки сина або доньки, брата або сестри, дружини або чоловіка, керівника або підлеглого, нарешті обов’язки громадянина України. І свої обов’язки ми маємо добре знати та виконувати: захист Вітчизни, повага до державних символів, дотримання Конституції та законів та інші. [<https://www.president.gov.ua/ua/documents/constitution/konstituciya-ukrayini-rozdil-ii>]. Нам, людям, властива здатність до розмноження. І, напевно, це один із головних обов’язків людини.

Життя – це гра. Станьте гравцем. У кожній грі є умови, і щоб гра вдалася ми маємо дотримуватися певних умов у своїй життєдіяльності, хтось при цьому керується 10-ма заповідями Христа, хтось власним сумлінням, інший – прикладом батьків. Від умов, у яких росте та розвивається людина, певною мірою залежить її майбутнє, і нерідко вибір професії також.

Життя – це цінність. Тому маємо розуміти, що життя – найцінніша річ на противагу смерті, хоча в сучасному світі вбивство людей стає звичною річчю. Доказом цього є війни, які сьогодні відбуваються у світі. Але ми маємо цінувати життя і, за необхідності, боротися за нього.

Життя – це скарб. Бережіть його. Наше життя неповторне та єдине. Кожна людина має свій унікальний досвід життя. Оскільки життя неповторне, маємо дбати про своє здоров’я, уникати загроз життю та проживати його, усвідомлюючи своє призначення у цьому світі.

Життя – це любов. Даруйте її. Оскільки ми народжуємося з любові і отримуємо батьківську любов, то не слід соромитися і приховувати це почуття, любов’ю слід ділитися з іншими через доброту, оптимізм, увагу та щирість, милосердність, повагу до інших.

Життя – це таємниця. Розгадайте її. Людське життя – найбільша тайна, яку ми маємо розгадати: для чого ми живемо, що маємо робити, як маємо жити. Ці вічні питання завжди будуть актуальними. І коли людина знайде на них відповідь, вона стане щасливою, успішною і реалізованою.

Про почуття: «Любов виникає з любові: коли хочу, щоб мене любили, я сам перший люблю» (Григорій Сковорода)

Іноді трапляються такі висловлювання видатних людей, приказки та прислів’я, які викликають дуже багато роздумів. Зокрема, це стосується афоризмів українського філософа, письменника Григорія Сковороди, який залишив українцям у спадок велику кількість філософських цитат про працю, навчання, духовність, слово, любов та інші категорії людського буття. Спробуємо проаналізувати цитату Г. Сковороди «Любов виникає з любові: коли хочу, щоб мене любили, я сам перший люблю».

Досліджуючи почуття любові, науковці вирізняють такі різновиди цієї глибокої емоції: безкорислива любов (агапе), пристрасна любов (ерос),

споживча любов (людус), дружня любов (філія), раціональна любов (прагма) та інші [Філософія кохання: якою буває любов. <https://ukr.media/psihologiya/392417/>]. Коли людина вперше відчуває це почуття? У наших дитячих спогадах завжди є місце для батьківської та материнської любові. Це взаємне почуття, що є глибокою прив'язаністю на рівні інстинктів від батьків до своїх дітей. За наявності такої любові, безкорисливої та безумовної, дитина зростає у впевненості та захищеності, дитина відчуває свою цінність, така любов впливає на психологічний та соціальний розвиток особистості у майбутньому. У цій ситуації головне не перегнути важелі любові, щоб не виховати егоїста, «нарциса» з дитини. У відповідь на батьківську любов дитина теж вчиться любити. Ця взаємність, як притягування магнітів, енергія любові породжує почуття любові.

Якщо ж у родині дитина не відчуває любові батька чи матері до себе або спостерігає в родині постійні сварки між дорослими, коли дитину фізично або психологічно карають за щось, це сильно впливає на маленьку особистість, вона росте невпевненою, з низькою самооцінкою, може вирости жорстокою, агресивною до інших людей. Тому, що ненависть і неприязнь до конкретної людини породжує подібні зворотні почуття, це як бумеранг.

Отже, любов породжує у відповідь подібне почуття приязні та симпатії. Про це свідчать численні приклади з життя тварин. Коли покинутих котів чи собак забирають із притулку в нову родину, їх приручити можна лише через любов, оскільки вони відчувають ставлення господарів до себе.

Стародавні філософи вважали людські почуття дуже важливими. Аристотель навчав своїх слухачів, що наші почуття до інших людей – це продовження вияву почуттів до себе. Тому, щоб дбати про інших, ми повинні спочатку навчитися піклуватися про себе [Вісім видів любові у Стародавній Греції та приклади з Біблії <https://kievicc.org/articles/8-vydiv-lyubovi-u-starodavnij-grecziyi/>].

Чи правда, що «Людина - автор роману про саму себе: оригінального твору або плагіату» (Хосе Ортега-і-Гассет)

Людське життя можна порівняти з книгою: чим більше в ній сторінок, тим більше років прожила на Землі людина. Життя літньої людини, яка прожила довгі роки, нагадує роман-епопею. Ця об'ємна книга життя на декілька сотень сторінок описує події, що відбуваються впродовж тривалого часу, і охоплює життя кількох поколінь з одного роду: батьків, дітей, бабусь і дідусів тощо.

Життєпис людей середнього віку нагадує роман, наповнений важливими подіями та різноманітними перипетіями. У ньому можна знайти риси біографічного, психологічного, пригодницького роману та роману-подорожі або соціально-побутового роману.

Життя дітей нагадує за жанром епічних творів казку або оповідання, життя підлітків – повість, драму, комедію, психологічний роман або роман-щоденник. У закоханих людей, у молодій парі, що створили сім'ю їх життя можна

порівняти з ліричною поемою або інтимною лірикою, романом-щоденником. Якщо порівняти життя жінок з книгою – це дамський роман або інтимна лірика. Життя чоловіків, навпаки, нагадує детектив, психологічний або пригодницький роман. Звісно, ці жанри можуть траплятися в осіб іншої статі, адже все це дуже індивідуально і суб'єктивно.

Оскільки люди різні за характерами та поглядами на життя, деякі з них через свою пасивність та низьку самооцінку починають «приміряти» чуже життя, немов одягаючи чужий піджак. Це особливо помітно по прихильниках відомих людей та блогерів: такі люди, надивившись відео з життя відомих успішних людей, починають копіювати їхній спосіб життя і підлаштовувати під себе. Таке життя стає схожим на плагіат – людина намагається видавати чуже за власне. Про подібні сюжети знімаються фільми та цілі серіали: «Життя як воно є», «Обмін», турецький серіал «Моє чуже життя» тощо.

На противагу людям, які живуть чужим розумом та за чужим прикладом, є соціально активні громадяни. Вони мають високу самооцінку, великий потенціал та власне бачення життя, тому самостійно планують своє майбутнє: здобувають освіту, роблять кар'єру та впевнено крокують до своєї мрії. Такі люди не «підглядають» за чужим життям, адже дуже цінують власну, особисту історію успіху. У цьому випадку кожна людина – автор свого оригінального роману.

Тож цитата іспанського філософа Хосе Ортеги-і-Гассет про те, що людина є автором роману про саму себе: оригінального твору або плагіату є актуальною сьогодні. Наша унікальність у неповторності та несхожості на інших людей. Лише вольові, сміливі та впевнені у собі особистості з багатим духовним світоглядом приймають рішення не йти чужими слідами, оскільки мають змогу залишити свої сліди на цій землі.

Уподібнюйся пальмі: що міцніше її стискає скеля, то швидше і прекрасніше здіймається вона догори (Григорій Сковорода)

Досліджуючи творчість видатного філософа, поета Григорія Сковороди, літературознавці нерідко зауважують на образах-символах у висловах та байках «українського Сократа». Спробуємо виокремити у відомому висловлюванні Сковороди: «Уподібнюйся пальмі: що міцніше її стискає» скеля, то швидше і прекрасніше здіймається вона догори» певні символи. Образ Пальми, яка проростає на Скелі й змушена боротися з її опором, адже Скеля заважає Пальмі рости, також можна порівняти з Людиною, що на своєму життєвому шляху стикається з багатьма різноманітними труднощами. При цьому Скеля символізує перешкоди, виклики й негаразди, які трапляються людині у житті. Автор навчає нас уподібнюватися високій наполегливій Пальмі, яка попри перешкоди (стискання Скелею), підіймається вгору. Це не просто подолання труднощів, а й розвиток, зростання, удосконалення людини. Згідно з цією цитатою труднощі не руйнують, а, навпаки, загартовують, виховують,

змушують особистість швидше реагувати до змін, адаптуватися і рухатися вперед, докладати зусиль.

Перешкоди та труднощі можуть ламати людей, але часто буває і навпаки: за відсутності будь-яких проблем людина інертно живе, без інтересу працює, виконує все суто автоматично. Коли ж на її шляху з'являються перешкоди, вона немов оживає. Це спонукає людину шукати шляхи подолання труднощів, активізувати свою наполегливість, силу волі та готовність до боротьби. Саме в таких ситуаціях загартовується характер. Часто саме труднощі спонукають людину рухатися вперед, діяти, бути активною.

Є багато життєвих прикладів відомих людей, які гартувалися та формувалися, як особистості, через перешкоди та труднощі: Стівен Гокінг, видатний британський фізик, керівник дослідницького Центру космології Кембридзького університету, все життя провів у інвалідному візку через тяжку хворобу, що розвинулася у юності, це не завадило йому успішно займатися науковою роботою; Нік Вуйчич, тренер та директор організації «Життя без кінцівок» – успішна людина, яка попри відсутність рук і ніг, не втратив життєвої наснаги, а продовжує долати нові вершини на життєвому шляху. Справжнім взірцем для нас є українські захисники, які втративши кінцівки в бойових діях, отримали штучні протези. Попри фізичні обмеження, вони не дозволяють зламатися собі морально. Ці люди знаходять у собі неймовірну силу, щоб піднятися, здавалося б, з таких безвихідних ситуацій: вони вчаться жити по-новому, будувати кар'єру, відкривати бізнес і відчують себе повноцінними членами суспільства, хоча і з «особливими» кінцівками.

Ми повинні усвідомити, що справжня краса людини не в безхмарному житті, де все йде тихо і спокійно, де немає перешкод. Вона розкривається в здатності підніматися після падінь, у вмінні не занепадати духом, а бути сильними та мужніми. Підсумовуючи, зауважимо, що життєві труднощі необхідні людині для зростання та переосмислення життя, перешкоди роблять нас «борцями за існування».

Ви ніколи не перетнете океан, якщо не наберетеся мужності втратити берег з поля зору (Христофор Колумб)

Багато цікавих афоризмів, цитат відомих людей люблять аналізувати дослідники, вишукуючи певні символи в образах та словах тексту. Цитата видатного мандрівника Христофора Колумба «Ви ніколи не перетнете океан, якщо не наберетеся мужності втратити берег з поля зору» теж має у собі символічні образи. Так образ Берега означає узвичаєний спосіб життя людини: стабільна робота, щоденний маршрут з дому на роботу і навпаки, внутрішні сумніви та щоденні роздуми про життя. Це все – зона комфорту, яку ми намагаємося не покидати, бо назовні щось невідоме. Образ Океану – це те саме невідоме, якого ми нерідко боїмося, це нові можливості, потаємні мрії, це успіх та самореалізація, кардинальні зміни в особистому та професійному житті. Словосполучення з контексту «втратити берег з поля зору» – це вияв мужності

та рішучості, це прийняття рішення людиною не просто відплисти від берега, від свого узвичаєного життя, а й прийняття факту неповернення назад у відправну точку. Це вибір шляху лише вперед без можливості повернутися до попереднього життя.

Зазвичай Людина боїться щось змінювати у своєму житті, є страх перед невідомим, страх перед змінами. Але, якщо ми хочемо досягти успіху в майбутньому, зробити кар'єру, то наш комфортний Берег, до якого ми звикли і який тримає нас в пасивному, інертному стані, є ілюзією безпеки, насправді той Берег стримує наш розвиток та прогрес у житті.

Зазвичай лише сміливі та мужні люди ризикують щось змінити у своєму житті й відплисти від того звичного життя – комфортного звичного Берега у пошуку нових земель, як це зробив Христофор Колумб, нових знань, нової кар'єри тощо.

Російсько-українська повномасштабна війна теж вплинула на життя багатьох відомих українців: залишили шоубізнес та стали на захист України у боротьбі з росією Андрій Хливнюк – вокаліст групи «Бумбокс», хореограф та танцюрист Дмитро Дікусар, письменник Сергій Жадан, телеведучий Сергій Притула став волонтером і благодійником та інші.

Тому проживати життя – це не лише про стабільність і комфорт, а й постійний розвиток, рух, самоосвіта та прогрес. Тож наберіться мужності й сміливості, рішучості та наполегливості у досягненні поставленої мети, щоб не боялися відплисти від берега, бо лише покинувши берег, можна перетнути океан перешкод і небезпек.

Добрий знаходить на землі рай для себе, злий уже тут смакує своє пекло (народна мудрість)

Мислення, як складний процес мозкової діяльності та невіддільний компонент свідомості, дає людині змогу осмислювати інформацію, розв'язувати проблеми, планувати майбутні дії тощо. Наявність мислительної діяльності є ознакою того, що людина усвідомлює себе та навколишній світ, її мозок працює, людина є повносправною та здоровою. Різномічні аспекти мислення досліджують не лише медики та психологи, а й філософи, педагоги, лінгвісти та соціологи. Свого часу французький філософ та математик, фізик Рене Декарт лаконічно висловився «Мислю, отже існую». Український філософ Григорій Сковорода з цього приводу слушно зауважив: «Розум завжди любить над чимось міркувати, і коли він не матиме доброго, тоді звертатиметься до поганого».

Якщо особа веде активний спосіб життя (навчання, робота, комунікація, хобі), то найімовірніше мислення такої людини налаштовано на розвиток, самовдосконалення та рух вперед. Таке мислення є позитивним. На противагу цьому пасивний, інертний спосіб життя може призвести до негативних наслідків. Коли людині не потрібно заробляти на життя, бо живе на утриманні, немає здорових цілей, є залежною особистістю, немає друзів та здорової

комунікації – це все може призвести до безцільних переживань, пліток, нав'язливих думок, деструктивної поведінки. Як наслідок, негативне мислення починає руйнувати людину психічно та фізично. Така особа починає сприймати все, що відбувається, виключно у негативному сприйнятті. Наприклад, дві особи можуть абсолютно по-різному сприймати дощ, що розпочався. Одна людина радіє йому, оскільки він приносить користь довкіллю: живить рослини, змиває пил, після дощу повітря насичене озоном і легше дихати. Натомість інша, песимістично налаштована людина, починає нарікати на дощ: «Навіщо він іде? Від нього на вулиці мокро і бридко, він порушує плани» і тому подібне. Якщо дозволити негативному мисленню оселитися у своїй свідомості, воно почне з часом зростати у геометричній прогресії, роблячи сприйняття світу нестерпним.

Спрогнозуємо для прикладу таку життєву ситуацію. Колись у минулому талановитий художник чи музикант зараз переживає не найкращі часи: він впав у депресію, не створює нових творів, не розвивається і немовби зупинився на своїх минулих досягненнях. Цього митця починають переслідувати негативні думки про власну нереалізованість, і він постійно на все нарікає. Щоб подолати цей стан, питець має почати писати нові картини або пісні, хоча б малими кроками рухатися вперед, змінюватися та розвиватися. Інший приклад з життя: студент складає сесію, але замість підготовки до іспиту витрачає забагато часу на безцільне гортання соцмереж або комп'ютерні ігри. Логічно, не підготувавшись належним чином до іспиту, він отримує негативну оцінку і починає нарікати на суворість та вимогливість екзаменатора. Щоб подолати ці нарікання, студенту слід переглянути свої життєві пріоритети: усвідомити, чого він прагне досягти, чи хоче він здобувати цю професію і рухатися до реалізації поставленої мети.

Підсумовуючи, хочемо зазначити наступне: лише коли людина зайнята працею, хобі, навчанням, вона рухається вперед і немає часу на негативне мислення. Натомість якщо людина байдикує, нічим не цікавиться, веде пасивний спосіб життя – негативне мислення починає заповоняти її свідомість. Тож працюймо, навчаймося та формуймо у собі позитивне мислення і здоровий дух!

Серцю, впевненому у своїй чесності, важко зрозуміти чужу підступність (Р. Шерідан)

У сучасному світі інформаційних технологій, комп'ютерного прогресу не актуально говорити про моральні чесноти. Сьогодні модними категоріями є *успіх, багатство, кар'єра, публічність* тощо. А категорії моральності, які були визначальним чинником людини в часи давніх цивілізацій, у ХХІ столітті відходять на другий план. З іншого боку, для репутації бізнесмена чи політика категорія чесності залишається важливою. У чому ж полягає чесність?

Тлумачний словник української мови розкриває семантику лексеми **ЧЕСНІСТЬ**: 1. Властивість людини, яка відзначається високими моральними

якостями та яка не схильна до крадіжки / виражає прямоту характеру, відвертість (про обличчя, погляд) / Який старанно, ретельно виконує свої обов'язки, сумлінний / Який не заслуговує ніякої догани, незаплямований / Яка зберігає жіночу / дівочу честь, цнотливість. 2. Чесна поведінка, самовіддане ставлення до когось або чогось [1, с. 1600]. Синонімами *чесності* є лексеми *правдивість, вірність* взятим зобов'язанням та принципам, *справедливість, відкритість* тощо. Протилежною категорією до *чесності* є *брехня, неправда*.

Важливе значення відігравала *чесність* серед моральних чеснот у Стародавній Греції та Римській імперії. Про це свідчать вислови грецьких та римських філософів, політиків: «Єдине, чим повинна керуватися кожна чесна людина у своїх вчинках – це справедливо чи несправедливо те, що вона робить і чи є це діянням доброї чи злої людини» Сократ [https://startphilosophy.blogspot.com/2013/03/blog-post_9001.html]; «Краще бути простим та чесним, ніж розумним та брехливим» Софокл; «Чим чесніша людина, тим менше вона підозрює інших в безчесності» Марк Тулій Цицерон [<https://iek.irpin.com/news/akademichna-dobrochesnist-zaporuka-tvoyih-znan/>].

Психологи та педагоги відзначають початок формування чесності в людині у дитячі роки та розвивається ця риса впродовж усього життя. Чесність – це риса людського характеру, яка вимагає від людини правдивості та щирості в усіх видах діяльності, уникання обману. Чесність сприяє формуванню довіри між людьми та є основою міжособистісних взаємостосунків. Чи актуальна сьогодні така риса як чесність? На це питання складно знайти однозначну відповідь. З одного боку, так, актуальна, тому що репутація чесного бізнесмена викликає у клієнтів довіру і бажання працювати з такою людиною. Політик, який публічно говорить правду і презентує себе як чесна людина, викликає інтерес у виборців та саме йому віддають свої голоси на виборах. З іншого боку, чесних публічних людей не так і багато, а якщо такі є, то їх часто вважають нехитрими, недалекоглядними або сумніваються у їх щирості. Також відома фраза «брехня заради порятунку», «брехня заради добра» щодо хвороб рідних – це все одно спотворена істина, і така нечесність може принести швидко вигоду або позитивний результат, але в довгостроковій перспективі ця неправда впливає назовні й призводить до втрати довіри.

Чому важливо бути чесними перед іншими людьми? Перш за все чесність перед іншими людьми демонструє нашу повагу до них. Люди, сприймаючи нас, як чесних людей, розуміють, що можуть на нас покластися. Відсутність довіри, яка базується на чесності і правдивості, не дає можливості ефективно спілкуватися, співпрацювати і розвиватися разом.

Чи важливо бути чесним перед самим собою? Так, бо це найцінніша і найважливіша наша риса, це вміння визнавати свої помилки, вміння не обманювати себе і не виправдовувати, це вміння оцінювати свої вчинки такою ж мірою, як і вчинки інших людей. Ми живемо у світі маніпуляцій, фейків і тому складно дотримуватися чесності. Легко і гідно бути чесним серед порядних подібних до себе людей, а бути чесним серед нечесних не зовсім

розумно. Повна чесність допустима між схожими людьми, яким притаманна велика внутрішня сила та висока психологічна культура. Коли людина чесна щодо своїх слабкостей, це допомагає їй зосередитися на своєму розвитку і зростанні. Чесність перед собою дозволяє нам об'єктивно оцінювати свої сильні та слабкі сторони. Чесність допомагає нам прийняти себе такими, як ми є і рухатися до поставленої мети, спираючись на реальні факти, а не на вигадані уявлення.

Підсумовуючи, зауважимо, що чесність – це основа здорового свідомого суспільства, це основа міцних взаємовідносин, хоча інколи ця моральна цінність вимагає від людини сміливості та принциповості.

Що таке людяність і чому легко бути людиною, але важко бути людяним?

Всіх людей об'єднує належність до одного виду *Homo sapiens*, при цьому всі люди різняться кольором шкіри, віросповіданням, характерами, поведінкою, мовою, мисленням, своїм ставленням до життя тощо. Здається людей має об'єднувати належність до одного біологічного виду, але відомості про безліч малих і великих воєн між людьми вказує на те, що люди є нетерпимими один до одного, люди не завжди є гуманними. Від лексеми *людина* похідне слово *людяний*, *людяність*. Спробуємо проаналізувати ці лексеми: *людяний* (*гуманний*) – це риса характеру індивідуума, що виявляється у певному особливому ставленні (співчутті) до інших людей або всього живого на планеті. Це ставлення виявляється у повазі, милосердності та доброті щодо інших людей, вболіванні за добробут і здоров'я нужденних, щирому бажанні допомогти у важкій ситуації. За тлумачним словником української мови *людяність* (людинолюбство, гуманність) – це почуття любові до людей, почуття щирого, доброзичливого, чуйного ставлення до інших, уваги до чужих потреб [Бусел 631]. Протиставляється цій лексемі слово *бездушність* – риса характеру, властивість, що виявляє відсутність гуманних почуттів до інших, це суворе та немилосердне ставлення до інших людей, виявлення жорстокості, безсердечності до інших [Бусел 67].

Погоджуємося з цитатою українського письменника Валерія Шевчука «Легко бути людиною, важко бути людяним». Щодо професій, то представники деяких з них обов'язково мають проявляти людяність, до цього ряду належать ті професії, які пов'язані безпосередньо контактом з людьми – педагоги, психологи, лікарі, держслужбовці та інші представники. Чи дійсно державний службовець повинен виявляти людяність? Оскільки місія держслужбовця – служити народу, то серед рис характеру, які мають бути притаманні займаній посаді (професійність, ввічливість, компетентність, доброзичливість та інші), неабияке місце займає людяність. Так, представник державної служби, який працює в податковій службі, в районній адміністрації, сільській громаді, у суді або прокуратурі, в правоохоронній структурі, в пенсійному фонді тощо, має проявляти гуманність до громадян, які звертаються до певних організацій.

Людяність – це не лише обов’язок, а необхідність у наданні послуг громадянам України. Від ставлення держслужбовця до громадян залежить довіра останніх до держави. На підтвердження важливості прояву людяності у професійній діяльності згадаймо слова японського філософа, письменника, самурая 18 ст. Ямамото Цунетомо: «Розум, людяність і сміливість – прагнути чогось більш піднесеного, немає потреби» [<https://test.tsytaty.com/xfsearch/book/хагакүпе%20приховане%20у%20листі/>]. Пам’ятаймо про те, що саме прояв людяності робить нас більше людьми!

**Вибирати кращих можуть всі, а бути вибором кращих – лише обрані
(народна мудрість)**

«Визначай смак не за шкаралупою, а за ядром», – радив Григорій Сковорода.

Якщо незнайома людина гарно, зі смаком вбрана, вона привертає до себе увагу вже у перші 15 секунд, навіть слова не вимовивши, навіть нічого ще не зробивши – ані доброго, ані поганого. А далі усіх можуть очікувати різноманітні «сюрпризи».... Із цього приводу є чимало притч, анекдотів, різноманітних художніх творів та кіносюжетів. Мандрівний сюжет про Попелюшку, яка, перетворившись на чарівну принцесу, так і залишилася скромною, щирою і доброю дівчиною. Ці мотиви зустрічаємо у популярних кінофільмах режисерів: Гаррі Маршалла («Красуня» із Джулією Робертс та Річардом Гіром), Кела Кеннона (мюзикл «Попелюшка»), Девіда Френкеля («Диявол носить Прада» із Меріл Стріп та Енн Гетевей) та багатьох інших.

Яскрава обгортка не завжди є показником досконалості – звісно, вона привертає увагу, допомагає упевнено себе почувати у колі людей самодостатніх, витончених, які розуміються на моді та творах мистецтва. Але не слід забувати про інтелектуальний розвиток – про здобуту якісну освіту і подальшу самоосвіту, про читання і перегляд театральних вистав, гарних кінофільмів, про спілкування із цікавими людьми. Якщо можна поєднати естетичний зовнішній вигляд із досконалим мовленням, гострим розумом, почуттям гумору, емпатією і толерантністю, – тоді йтиметься про харизму як «подарунок долі», як уміння людини справити враження і стати авторитетною у товаристві.

Що мав на увазі видатний український філософ під словом «ядро»? Вочевидь, душу людини, її сутність, яка виявляється через вчинки і ставлення до інших.

У справжньої краси немає вікових, фізичних, расових чи майнових ознак – сучасна людина може бути привабливою у будь-якому віці та у будь-якому одязі. Популярними моделями нерідко стають дівчата і хлопці з інвалідністю – вони дають усьому світові зрозуміти, що життя саме по собі прекрасне і кожна людина в цьому світі – неповторна.

Час не любить коли його витрачають даремно (Генрі Форд)

Один із найбагатших людей ХХ століття, геніальний конструктор автомобілів та підприємець Генрі Форд у юності не виявив бажання допомагати батькові у роботі на фермі – він вважав тодішні аграрно-інженерні технології застарілими і прагнув полегшити працю робітників. Усе ж таки йому вдалося досягти того, щоб люди не витрачали даремно дорогоцінний час на клопітку працю – і винайшов промисловий конвеєр. Час та сили економилися, але і Форд, і усі інші генії різних часів і народів так і не змогли винайти чарівну машину часу, яка б повертала людей у найкращі періоди юності та дитинства.

Ми витрачаємо дорогоцінний час свого земного життя на нагальні і несуттєві справи – іноді важко провести між ними межу: те, що здавалося терміновим і надважливим замолоду, у зрілому віці стає непотрібним і дріб'язковим.

Гонитва за грошима, прагнення досягти вершин професійної діяльності, створити велику щасливу родину – керують майже кожним із нас, і це природньо. Але врешті-решт отримавши бажане, ми залишаємося не занадто задоволеними, бо у літньому віці людина найчастіше не має міцного здоров'я, почуття стають стриманішими, а кошти витрачаються.

Ірландський письменник Оскар Уайльд слушно сказав: «Немає настільки багатой людини, яка могла б купити своє минуле». Дійсно, час повернути неможливо, він живе хіба що у спогадах та в обрисах наших дітей і онуків, які так нагадують нас самих – колись юних та амбітних.

Усі люди поділяються на дві категорії: ті, з якими легко і так само легко без них, й ті, з якими складно, але неможливо без них (Ернест Хемінгуей)

Хто, як не американський письменник, журналіст, лауреат Нобелівської премії з літератури, ветеран двох світових війн, мисливець, рибалка – Ернест Хемінгуей – мав право поділити людей на тих, хто був приємним, але непомітним у житті суспільства, і на тих, кого називали «важкою, але яскравою людиною»? Пройшовши складний життєвий шлях, він сам був складним у стосунках із іншими, психічно не стабільним (що врешті-решт і призвело його до самогубства), однак геніальним – його філософська повість "Старий і море" нікого не залишає байдужим. Чи можемо ми погодитися із таким його поглядом на людей?

Нас оточують особистості, різні за своїми звичками, рисами характеру, естетичними уподобаннями та способом життя. Чимало відомих світові людей були запальними, занадто вразливими, конфліктними, наприклад, Джордж Байрон, Едгар По, Микола Гоголь, Франц Кафка, Нікола Тесла та інші. Щодо кола наших колег, родичів та друзів зауважимо: одна людина може вплинути на багатьох, якщо вона наділена харизмою як даром. Веселий та комунікабельний товариш іноді буває нестерпним, його «занадто багато», але коли він не поряд, усі відчують нестачу цього спілкування. Ми можемо

критикувати вчинки коханої людини, шкідливі звички, але повсякчас потребуємо її присутності у нашому житті. Йдеться, очевидно, про кохання та справжню дружбу.

Пам'ять зберігає спогади про всіх, із ким нас звела доля. Кожне спілкування – це набутий життєвий досвід, розчарування чи приклад для наслідування.

ТЕМА 4. ІННОВАЦІЇ ХХІ СТОЛІТТЯ ТА ЇХ РОЛЬ У ГЛОБАЛІЗАЦІЇ Й МІЖКУЛЬТУРНІЙ ВЗАЄМОДІЇ

Соціальні мережі і людина

Років двадцять тому соціальні мережі не відігравали у нашому житті такої ролі, як сьогодні. З початку 2000-х років в інтернеті почали з'являтися сайти з технологією *Коло друзів* – прототип сучасних соціальних мереж. Сьогодні соціальні мережі: Facebooke, Instagram, Twitter та інші є беззаперечним лідером у людській комунікації, вони є засобом зв'язку між комунікантом та споживачем певної інформації. Звичайно, соцмережа – це не лише платформа, що допомагає людям комунікувати дистанційно, але й інструмент, що об'єднує людей за їх специфічними інтересами. Особливо набули популярності соцмережі під час пандемії COVID 19, коли люди змушені були залишатися у своїх домівках і обмежено пересувалися в країнах. Залежно від наших зацікавлень: готування страв, спорт, садівництво, любов до тварин, мистецтво, блоги відомих співаків, спортсменів та політиків тощо, ми стаємо підписниками конкретних блогів та сторінок мереж, починаємо спілкуватися, слідкуємо за життям та новинами в житті відомих людей, переглядаємо їх фото та дописи і т. д.

Соціальні мережі класифікують за призначенням: для спілкування – мережа «Facebooke», «Twitter», для обміну медіа контекстом (відео, фото) – Instagram, для перегляду передач, вебінарів, освітніх платформ, для збереження відеофайлів – You Tube, сервіс соціальних закладок, платформа візуального пошуку нових ідей, товарів – Pinterest тощо. Сьогодні американським сайтом «Facebooke» користується третина населення планети, а платформа «You Tube» є другою у світі пошуковою системою після системи «Google». Що ж шукають користувачі у соціальних мережах? Спілкування, новин, розваг, навчання, нових ідей тощо.

Вплив соціальних мереж на людство дуже великий: це покращена комунікація між людьми, швидкий обмін інформацією, на жаль не завжди правдивою; обговорення в соцмережах важливих суспільних подій веде до формування громадянської думки; також різноманітні компанії використовують соцмережі для рекламування своїх товарів та послуг тощо.

Соціальні мережі мають як позитивні аспекти, так і недоліки. До переваг соцмереж можемо зарахувати швидку комунікацію, доступ до інформації,

збереження зв'язків, пошук однодумців, самореалізація, самонавчання, розвиток бізнесу тощо. Серед недоліків – психологічна залежність від соцмереж, зниження продуктивності та наростання тривоги, кібербулінг – цькування людини через соцмережі, поширення фейкових новин, втрата особистих даних через злам соціальної сторінки, порівняння себе з іншими, зменшення живого спілкування, проблеми з психічним здоров'ям (депресія, низька самооцінка).

Отже, соціальні мережі є потужним інструментом для комунікації і можуть стати гарним помічником людини, проте людина не повинна ідеалізувати спілкування в соцмережах, а надавати перевагу живому спілкуванню з людьми та своїй соціальній активності у звичайному світі, а не віртуальній реальності.

Щодо глобалізації: «Ми всі живемо в одному світі з глобалізованої економікою, ось тільки глобального співчуття один до одного не відчуваємо» (Міло Рау, швейцарський театральний режисер)

Глобальний, тобто укрупнений, спільний – це добре чи погано? Як жилося до глобалізації, коли був дефіцит товарів і їздили до інших країн за чоботами та дублянками? Коли дотримання культурних традицій представниками інших національностей вважалося дикунством, а чужу їжу боялися смакувати? Молоде покоління, на щастя, не може цього збагнути.

Наразі глобалізація торкнулася усіх сфер життя: економіки, політики, культури, інформаційних технологій, освіти. Люди почали відчувати себе єдиним цілим – просто населенням планети, землянами. У світі моди поціновується поєднання різних етнічних стилів – наприклад, українські вишиванки обожнюють члени королівських родин і зірки Голівуду. Немає потреби, подорожуючи світом, купувати додому як презенти одяг та продукти, які є в кожному супермаркеті – туристи шукають щось своєрідне, національне, екзотичне.

Українці замовляють на вечерю суші і відвідують піцерії, а чудові національні танці, такі як кубінський танець сальса і бразильський танець ламбада давно вже підкорили весь світ, як колись вальс, рок-н-рол і танго.

Ми маємо велике надбання світової цивілізації – глобальний інформаційний простір, всесвітню мережу Інтернету, яка уможливила спілкування із будь-якого куточка планети. Це сприяє прогресу науки, розширює формат освітніх послуг. Позитивним у явищі глобалізації є зростання міжнародних торгівельних відносин, створення міжнародних виробничих комплексів, виконання спільних науково-дослідних проєктів, зокрема екологічних та сільськогосподарських. Робоча сила мігрує, забезпечуючи потреби різних країн на світовому ринку праці – відтак чимало найманих працівників покращують рівень свого життя і добробут родин.

Для регулювання світових проблем створюють міжнародні організації.

Глобалізація стикається із низкою викликів, наприклад, таких як стирання культурних традицій, поглинання національних мов мовами міжнародного спілкування, втрата лісів і корисних копалин, виїзд за межі батьківщини інтелектуальної частини населення, особливо обдарованої молоді.

В умовах глобалізації світ поділився на сили Добра і Зла, коли одні країни мріють захопити цінності, створені іншими країнами, знищити населення та інфраструктуру. Об'єднання заради миру і подальшого прогресу – єдиний можливий спосіб зберегти цю планету.

Життя – це подорож, а не місце призначення (Рой Т. Беннетт)

XX століття стало епохою транспортного технологічного прогресу. До XX століття люди подорожували водним транспортом: кораблі, човни, плоти, пороми тощо, наземним транспортом: карети, вози, брички, сани, які рухались за рахунок тварин (коні, воли, корови, собаки тощо). У XIX столітті зароджується залізничний транспорт, який дав змогу людям швидше і комфортніше пересуватися. У цьому ж столітті з'явився велосипед як транспортний засіб, також були спроби подорожувати повітряними кулями.

XX століття стало проривом у масовому виробництві автомобілів, літаків, тролейбусів, трамваїв, потягів, гелікоптерів. Тоді ж з'явилися космічні кораблі, які дали людині надію на подорожі іншими планетами. Сьогодні у XXI столітті нікого не здивуєш у місті автобусом, трамваєм, електричкою, метрополітеном, мотоциклами, скутерами, велосипедами. При врахуванні особливостей транспорту для подорожей або просто пересування у місті слід звернути увагу на швидкість, комфорт, вартість пересування, своєчасність прибуття до місця призначення тощо.

Відповідаючи на запитання «Яким видом транспорту Ви подорожуєте і чому саме він?», можна зауважити, що кожна людина обирає свій транспортний засіб, який буде мати більше переваг, ніж недоліків. Хтось віддає перевагу власному автомобілю, оскільки це зручний спосіб подорожі від пункту А до пункту призначення Б без пересадок, або зупинкою у потрібних для цієї людини місцях. Немає очікування приїзду транспорту, до того і в погану дощову погоду ніщо людині не завадить пересуватися автомобілем. Автомобіль економить людині час на дорогу, але у великих містах можна потрапити в затори. Поїздка у власному автомобілі – це особистий простір і комфорт, ви слухаєте улюблену музику або їдете в тиші, не турбуєтеся за свій багаж, свої валізи, які знаходяться у багажнику автомобіля і не загубляться, їх не потрібно вам носити за собою. Подорожуючи автомобілем, ви самі контролюєте цю подорож, а не хтось за вас, як в автобусі чи літаку, потязі тощо. Недоліки власного автомобіля: автомобіль – це вартісна річ, пальне для нього, страхування та технічне обслуговування – це немалі витрати, він може в дорозі зламатися і вам самотійно прийдеться розв'язувати цю проблему. Ви знаходитеся в зосередженому стані перебуваючи за кермом, і якщо це триває годинами, водій втомлюється і потребує відпочинку, зупинок автомобіля. Це

неекологічний вид транспорту, оскільки в процесі згорання палива при русі авто виділяються шкідливі речовини у довкілля.

Велосипед, як різновид транспорту для подорожі на середні або короткі відстані, є одним з найпривабливіших варіантів для пересування. Переваги – покращення особистої фізичної форми, зниження стресу та покращення настрою, економія витрат (мінімальні витрати на обслуговування велосипеда, ніж автомобіля), це екологічний вид транспорту, швидкість пересування в заторах, низький рівень шуму. Недоліки: тривалість подорожі, автомобілем це було б швидше, необхідність докладання фізичних зусиль, залежність від погоди, наприклад дощу; питання безпеки на дорогах, коли пересуваєшся поруч із автомобілями тощо.

Хтось полюбляє подорожувати літаком через швидкість, зручність, комфорт, недоліками є ціна авіаквитків, питання безпеки та захисту (авіакатастрофи зовсім не рідкість сьогодні), неекологічний вид транспорту, оскільки під час авіаперельоту при спалюванні авіаційного палива відбуваються шкідливі викиди в повітря; через погодні умови рейс літака може бути відкладений або скасований. Хтось полюбляє мандрівки залізничним транспортом. Оскільки потяг – це і транспорт, що вас везе, і місце ночівлі та відпочинку під час подорожі, тому це комфортно. Мандрівка потягом не залежить настільки від погодних умов, як подорож літаком.

Який би вид транспорту ви не обрали для подорожі, головне комфорт, безпека подорожі, цінова політика, своєчасність прибуття, позитивне налаштування на мандрівку.

Медіа – четверта влада: «Коли помирає преса, то на черзі – демократія» (П. Джонсон)

Тлумачний словник української мови подає термін *медіа* як *мас-медіа* – засоби масової інформації (радіо, телебачення, преса, кіно і т. ін.) [1, с. 649,]. Інтернет-сайт Google Arts&Culture подає ширше тлумачення медіа – засоби передачі інформації, її зберігання та відтворення, призначені для розповсюдження інформації крізь просторові, часові або інші перешкоди [<https://artsandculture.google.com/entity/m03qh03g?hl=uk>]. Існує поділ медіа на мовленнєві ресурси: кіно, радіо, телебачення; друковані: газети, журнали; цифрові: блоги, інтернет-видання, сайти, соціальні мережі; зображувально-рекламні: рекламні щити, рекламні листівки, фотографії тощо. Постає питання, якщо медіа є четвертою владою в суспільстві, то хто ж передує ЗМІ: 1. законодавча влада (Верховна Рада); 2. виконавча влада (Кабінет Міністрів); 3. судова влада (правосуддя). По своїй суті ці гілки влади розподіляють владу рівномірно, щоб жодна з цих гілок не мала надмірної концентрації влади.

Без сумніву, медіа мають вплив на соціум. Ми це спостерігали в часи диктатури Радянського Союзу, коли ЗМІ повністю пропагували політику держави. У часи незалежної України медіа переживали різні часи: злети й падіння, але вони є тою гілкою влади, що впливає на соціум.

Медіа у своїй діяльності повинні дотримуватися певних правил: правдивість і точність інформації, оперативність, об'єктивність і неупередженість, незалежність (в ідеалі медіа має бути поза урядовим, політичним і економічним тиском), повага до приватності та гідності, захист джерел інформації тощо. З нашого суб'єктивного погляду інтернет-медіа є більш незалежними, а телебачення і радіо п'ятдесят на п'ятдесят, нерідко влада намагається впливати на медіаресурси. В Україні до незалежних медіакомпаній належать телеканали Суспільне, Прямий, Культура, Суспільне Спорт та інші, до незалежних радіокомпаній – радіо Свобода, Суспільне, Громадське, Прямий FM тощо. Сьогодні у суспільстві з'являються неоднозначні погляди щодо українського телемарафону «Єдині новини». Якщо спочатку цей телемарафон розглядався як елемент захисту від спроб росії підкорити Україну, то сьогодні зростає занепокоєння щодо надмірного контролю та впливу влади на телемарафон.

Як визначити, що медіа-джерелу можна довіряти? Перевірити чи це відомий авторитетний медіаресурс, чи не містить він зайвих або неправильних літер посилання, в адресі доступу URL, чи це раптово не фейковий сайт. Чи є доступ до інформації про власника медіаресурсу, членів редакції, партнерів, джерело фінансування. Якщо до такої інформації немає доступу, то виникають сумніви щодо ресурсу. Можна ознайомитися з репутацією та історією появи та розвитку медіа. Слід сформувати звичку порівнювати інформацію, отриману з одного джерела, з іншими джерелами: чи збігаються ключові деталі в різних джерелах. Критичне мислення – це найкращий інструмент у сучасному інформаційному просторі.

Економіка України як успішної держави: проблеми і перспективи

Для українців не є секретом новина про те, що під час війни економіка України зазнає колосальних збитків. З 2022 року зросла в рази потреба фінансування армії, зруйновані виробничі підприємства і складські приміщення, втрата сільськогосподарських земель, які заміновані або знаходяться в зоні бойових зіткнень, неможливість портів та залізниць працювати так, як було до війни – всі ці виклики в різних галузях економіки, пов'язані з війною, змінили не лише обсяги української економіки, але і її структуру [<https://blog.youcontrol.market/pierspektivni-ghaluzi-iekonomiki-proghnozi-rozvitku-pislia-viini/>].

Розглянемо питання перспективних галузей економіки в нинішніх умовах. Згідно з результатами опитування щодо післявоєнного розвитку України найбільш важливими й стратегічними галузями після війни будуть будівельна галузь (відновлення зруйнованої інфраструктури населених пунктів) та військово-промислові комплекси (модернізація озброєння української армії, підвищення обороноздатності країни). Оскільки Україну у світі сприймають, як потужну аграрну країну, то і сьогодні, та в післявоєнний період перспективною галуззю є аграрно-промисловий сектор економіки. Також перспективними галузями є металургія, медична сфера, інформаційні технології, освіта і наука,

транспорт та перевезення, легка промисловість тощо [<https://blog.youcontrol.market/pierspektivni-ghaluzi-iekonomiki-proghnozi-rozvitku-pislia-viini/>].

Зупинимося стисло на деяких галузях. Сільськогосподарська продукція України: соняшникова олія, ріпак, кукурудза, пшениця та ячмінь – є важливим компонентом експорту України, причому складала перед війною на 2021 рік 41% від загального обсягу всього експорту України. Сьогодні є багато проблем у цьому секторі: нестача фахівців через мобілізацію та міграцію; мінування місцевості та втрата сільськогосподарських угідь на небезпечній території, близько зони бойових дій; нанесення руйнувань транспортній інфраструктурі – залізницям та портам; пошкодження об'єктів для зберігання та обробки аграрної продукції, відсутність програм страхування для відшкодування воєнних ризиків. Тому аграрно-промислова галузь переживає складні часи та виклики. Є проблеми з металургійною галуззю – втрата заводу Азовсталь та Маріупольського металургійного комбінату, Макіївського металургійного комбінату, Донецького та Снакіївського металургійних заводів та інших. Також половина родовищ залізної руди розташовані на непідконтрольній Україні території.

Постає питання: Чи можливе економічне зростання України в нинішніх умовах? Для зростання економіки першим фактором є закінчення війни. Економіст Ернандо де Сото свого часу зауважив: «Економічне зростання неможливе без чітких прав власності» [<https://www.econgram.com.ua/10-czikavih-czitat-pro-ekonomiku-ta-kapitalizm>]. По завершенню війни економічний розвиток післявоєнної України можливий за умов зосередження на декількох ключових аспектах, які допоможуть відновити, відбудувати країну і створити умови для бізнесу. По-перше, потрібно впровадити гарантії для інвесторів, тобто створити механізми страхування воєнних ризиків. По-друге, оскільки гарантом розвитку економіки є малий та середній бізнес, то слід спростити бюрократичні процедури у сфері бізнесу. Підтримка малого та середнього бізнесу – це надання пільгових кредитів приватним підприємцям. По-третє потрібно розвивати державно-приватне партнерство у сфері відбудови зруйнованої інфраструктури та стратегічно важливих галузей. Впровадження податкових канікул для компаній, що створюють нові робочі місця. Економічному зростанню сприятиме відбудова інфраструктури: доріг, залізниць; забезпечення безперебійного руху товарів; розвиток енергетики України через інвестиції в сонячні та вітрові електростанції; стимулювання повернення українських фахівців із-за кордону; інвестиції в наукову сферу та технології тощо.

Поміркуйте: якою Ви бачите Україну XXI століття?

Питання майбутнього планети Земля завжди хвилювало людство і було одним із найпопулярніших серед філософів, письменників, екологів, політиків тощо. Знімаються фільми, пишуться фантастичні романи та повісті, де

висвітлюють екологічні проблеми, технологічний прогрес, еволюцію людини, контакт з інопланетянами, війну людей з роботами, знищення Землі та колонізацію інших планет. До цієї теми зверталися як українські письменники: Олесь Бердник «Поза часом і простором», «Стріла часу», Макс Кідрук «Колонія. Нові темні віки»; так і закордонні: Герберт Веллс «Війна світів», «Машина часу», Рей Бредбері «451» за Фаренгейтом», Олдос Гакслі «О дивний новий світ» тощо. Фільм «Земля майбутнього: Світ за межами» розкриває пригоди дівчини-підлітка Кейсі, яка за допомогою значка-порталу потрапила в паралельний світ – Землю майбутнього з надсучасними технологіями, планету без війни та політики, без екологічних проблем та хвороб.

Поміркуймо про майбутнє нашої України. Попри всі виклики, пов'язані з російсько-українською війною, спробуємо «намалювати» в уяві оптимістичний варіант розвитку України. Мрія багатьох українців – інтеграція України в Європейський Союз. І це не лише про те, що Україна нарешті стане членом Євросоюзу, це про відповідність нашої держави європейським стандартам, поліпшення добробуту українців, надійна безпека країни, добросусідські стосунки з країнами, що межують з Україною. По закінченню війни нас чекає відбудова країни, модернізація багатьох галузей промисловості та енергетики, розвиток освіти та культури. Нарешті запрацює верховенство права та боротьба з корупцією буде ефективною. Україна стане центром Європи, і не географічним, а такою державою, навколо якої будуть гуртуватися інші країни Європи.

Наслідки російсько-української війни та низька народжуваність на жаль прогнозують значне скорочення населення України та старіння нації. Це призведе до напливу мігрантів як робочої сили. В економічному розвитку України майбутнього має відіграти важливу роль аграрний потенціал, енергетична незалежність, залучення інвестицій та розвиток високотехнологічних галузей. У зв'язку з кліматичними змінами на планеті в недалекому майбутньому нас чекають кліматичні зміни в Україні, це вплине на ведення сільського господарства, екологічну безпеку та водні ресурси.

Загалом майбутнє України залежатиме від рішень, які керівник держави та світові лідери приймають вже сьогодні. Для свого процвітання та розвитку Україні доведеться долати значні виклики та перешкоди. Але віримо, що Україна була, є і буде завжди. Слава Україні! Героям слава!

Штучний інтелект на шляху розвитку людства: помічник чи конкурент?

Коли ми чуємо про новітні технології, на думку одразу приходять мобільні телефони, комп'ютер, інтернет, домашній кінотеатр, пральна та посудомийна машини, хлібопічка, мультиварка, смартгодинник і родзинка сучасності – штучний інтелект. Без багатьох цих речей ми не уявляємо свого життя, ці електронні пристрої стали у нашому житті чимось звичайним та зовсім буденним. Вони мають незаперечні переваги: полегшують людині виконання багатьох справ, ми спілкуємося з людьми, які перебувають за тисяч і

кілометрів від нас, маємо змогу резервувати квитки та купувати товари, не виходячи з квартири. Всі ці новітні технології практичні й зручні й так глибоко проникли у повсякденне життя людини, що без них людина вже не уявляє свого життя.

За допомогою інтернет-технологій, гаджетів та штучного інтелекту ми розважаємося, комунікуємо з іншими людьми, навчаємося, займаємося улюбленими хобі, готуємо нові страви, орієнтуємось в чужому місті по карті google-maps, опановуємо нові навички та вміння. Попри безліч позитивних моментів сучасні технології мають і недоліки: забирають багато нашого часу, який ми просто «просиджуємо» в соцмережах і гаджетах; в інтернеті нас намагаються «спіймати на гачок» аферисти та привласнити нашу приватну інформацію; в інтернеті багато фейкової інформації, яка вводить людей в оману і слід уміти відрізнити правдиву інформацію від фейкової. Також ці новітні технології впливають на наше здоров'я: ми стаємо лінівими, бо багато процесів за нас роблять прилади; менше міркуємо, а більше споглядаємо; намагаємося отримати нові емоції, яких не вистачає, і постійно зростає в них потреба; людина може стати інтернет-залежною, впасти в депресію через комп'ютер, надає перевагу лише віртуальному інтернет-простору і намагається уникати реального життя. Тому маємо навчитися правильно використовувати усі сучасні прилади та комп'ютерні «ноу-хау» і ставитися до них як до технічних пристроїв, за допомогою яких можемо отримувати нові знання та формувати нові навички, за допомогою яких ми вдосконалюємося, і розвиваємося, а не потрапляємо у пастку «віртуального життя».

Сьогодні багато чуємо про штучний інтелект, який швидко «захоплює» різні галузі нашого життя: медицину, освіту, транспорт, робототехніку, дистанційне зондування планети тощо. ШІ – це здатність комп'ютерної системи виконувати будь-які, поставлені людиною, завдання: міркування, вирішення проблем, аналіз та прийняття рішень, це професійні питання, переклад, формування стратегії та багато інших, притаманних людському інтелекту завдань. Знято безліч кінострічок про роботів та штучний інтелект: «Меган 2.0.», «Непокірна Еліс», «Як живий», «Альфа тест», «Машина», «Екс-машина» тощо. Найпопулярніші чат-боти зі штучним інтелектом: Chat GPT, Gemini, Microsoft Copilot, Chatsonic, Character AI та інші. ШІ швидко обробляє поставлене питання та формує відповідь на нього, стає помічником у творчих проєктах з живопису, музики, літератури та дизайну. Чи перевершить штучний інтелект людину в майбутньому? Це залежить від нас, людей, як ми будемо використовувати ШІ у майбутньому, у яких стосунках людство буде зі штучним інтелектом. Людина не повинна надмірно та в усьому покладатися на допомогу ШІ, бо тоді людині загрожує деградація, занепад інтелектуального розвитку, людина сама створює передумови та позбавляє себе можливості самостійно міркувати, малювати, писати літературні шедеври і т.д.

Пам'ятаймо про те, що саме людський інтелект створив штучний інтелект, і всі ці чат-боти – продукт людського розуму. Існування людини в

майбутньому може йти за різними сценаріями: один зі сценаріїв можемо переглянути в усіх фільмах про Термінатора, це не кращий сценарій для людства, який передбачає війну людей з роботами, тобто штучним інтелектом. Важливо пам'ятати, що штучний інтелект – це зазвичай корисний інструмент, який не повинен заміняти людський розум, критичне мислення, творчу уяву та інтуїцію, все що робить нас ЛЮДЬМИ.

Чи доцільно переводити всю інформацію у цифровий формат?

Сучасний світ живе в час шаленого прогресу інформаційних та цифрових технологій. Сьогодні нормою є той факт, що в XXI столітті дива творить не любов, а цифрові технології, хоча ще років 10 тому ніхто навіть не очікував такого явища як цифровізація (діджиталізація або оцифрування).

Застосування цифровізації у різних галузях життя суспільства перетворює державу на цифрову, на державу, яка стає онлайн-сервісом для своїх громадян без черг та корупції, оцифрування в Україні – це насамперед зручність в отриманні послуг громадянами, це рівний доступ до різних ресурсів для всіх верств населення.

Спочатку пандемія Covid-19, наразі повномасштабне вторгнення в Україну російських військ допомогли максимально оцінити необхідність та важливість цифрових технологій для добробуту населення та розвитку державної економіки. Цифрові технології дали змогу комунікувати з іншою людиною з будь-якого куточка світу, організовувати відеоконференції в освіті, науці та бізнесі, купувати продукти та різні побутові товари через мережу інтернет-магазинів. Цифровізація полегшила доступ громадянам до сфери охорони здоров'я та освіти, наданню фінансових послуг тощо. Дистанційна освіта, дистанційна робота з власної квартири, навіть в магазин за браком часу можемо не йти, а замовити доставлення продуктів за домашньою адресою. Це все цифровізація.

У 2024 році проводилося міжнародне дослідження E-Government Development Index, в рейтингу за рівнем розвитку цифрових державних послуг Україна займає 5 місце серед 193 країн світу (трійка країн-переможців – Корея, Данія, Естонія), Київ посів 13 місце серед 193 міст світу [<https://minfin.com.ua/ua/2024/09/20/135932338>].

Також Україна стала першою серед європейських країн зі застосування додатку «Дія», цей мобільний застосунок президент України назвав «державою в смартфоні». В «Дії» ми можемо отримати доволі великий пакет послуг: сформувати довідку про місце проживання громадянина, довідку з пенсійного фонду; маємо доступ до основних посвідчувальних документів: паспорта, водійського посвідчення, військового квитка, студентського квитка, свідоцтва про народження дитини, документ про освіту тощо; через «Дію» відбувається найшвидша реєстрація бізнесу – ФОП.

Поступово цифровізація проникає у різні сфери нашого життя: в ресторанах та кав'ярнях нас чекає цифровізоване меню, з яким ми можемо

ознайомитися через інтернет за QR-кодом; цифровізація для освітян (Google-класи, Google-тести, Google-таблиці, уроки в Zoom, Google Meet, ведення електронних журналів); ведення електронних документів в українських установах та організаціях, використання електронного підпису юридичними та фізичними особами; придбання електронного квитка на потяг або автобус тощо.

Оскільки з розвитком цифровізації удосконалюється автоматизація різноманітних технологій та робототехніка, то в майбутньому це може спричинити масове безробіття людей, на заміну яким придуть роботи. Цифровізація не створює нові робочі місця у звичайній організації, традиційних галузях економіки держави, проте такі місця з'являються у технологічних компаніях, у галузях, які вимагають високого рівня емпатії та навичок міжособистісного спілкування.

Мережева комунікація та спілкування наживо – переваги і недоліки

З появою телефонного зв'язку людство одразу оцінило його переваги, адже тепер можна було спілкуватися, не виходивши з будинку, перебуваючи на далекій відстані від співрозмовника. Здавалося, що кращого способу комунікації, ніж по телефону, у найближчі століття не буде. Однак з розвитком інформаційних технологій, мобільного зв'язку та інтернету у 90-х роках XX століття набуває популярності дистанційний зв'язок – спілкування на відстані за допомогою електронних засобів. Особливо поширеним такий вид спілкування став під час пандемії COVID-19 та в період повномасштабного вторгнення військ російської федерації в Україну. Дистанційне спілкування стало єдиним можливим способом зв'язку між людьми, охопивши сфери освіти, праці, повсякденного життя.

Віддалене (або дистанційне) спілкування має свої переваги та недоліки порівняно з особистою комунікацією віч-на-віч. Під час пандемії COVID-19 людство змогло оцінити зручність і гнучкість віддаленої комунікації. Основні переваги:

- Ефективна економія ресурсів полягає у можливості комунікувати з будь-якого куточка планети, не витрачаючи кошти на подорожі.
- Розширення кола спілкування – завдяки онлайн-платформам можемо легко знайти однодумців, друзів та фахівців різних галузей, з якими раніше не було можливості зустрітися через відстань або інші обставини.
- Доступність і зручність навчання – платформи на зразок Zoome, Meet, Skype та інші дають змогу зберігати отриману інформацію та документи, а також переглянути матеріал пізніше, що робить процес навчання комфортним та ефективним.

До недоліків віддаленого спілкування можна віднести:

- Втрату невербальних сигналів – відсутність можливості продемонструвати мову тіла, жести, міміку.

- Технічні проблеми – ненадійна якість зв'язку, несправності з мікрофоном або камерою.
- Втома – тривале перебування перед екраном комп'ютера виснажує людину.

Хоча віддалене спілкування допомагає підтримувати зв'язок з іншими людьми, воно все ж поступається живому, адже комунікація віч-на-віч завжди є емоційно глибшою.

Загальновідомим є той факт, що живе спілкування є первинним та природним для людей, тоді як дистанційне – вторинним та штучним. Перевагами живого спілкування є повнота невербальної комунікації, що є особливо важливим аспектом під час конфліктів та непорозумінь. Спостереження за емоціями співрозмовника створює більш довірливі та щирі стосунки. Недоліки: живе спілкування обмежене відстанню, а організація зустрічі вимагає витрат часу, сил і грошей.

Підсумовуючи, зауважимо, що живе спілкування є незамінним для встановлення глибоких емоційних зв'язків і повного взаєморозуміння. Водночас дистанційне спілкування ідеально підходить для швидкого вирішення робочих питань або навчання на відстані. Найкращим рішенням є поєднання обох видів комунікації залежно від конкретної ситуації.

Основним законом природи є збереження людства (Джон Локк)

На нашій планеті за останні декілька десятиліть відбуваються різні екологічні зміни. Вперше ми замислилися над цими змінами з десяти років тому, коли стала спостерігати за кардинальними змінами погоди на Новий рік, цей день з року в рік вже не є сніжним і морозним, як у моєму дитинстві кінця ХХ століття. І загалом спостерігаємо кліматичні зміни всієї календарної зими в Україні: все менше зимових днів, коли земля вкривається пухким снігом і температура повітря суттєво знижується. Сучасна українська зима має переважну кількість теплих календарних днів, які більше нагадують ранню весну; наша зима характеризується короткочасними невеликими морозами, частими відлигами, відсутністю сніжного покриву на землі. Взимку все частіше випадає дощ замість снігу. Подібні зміни відбуваються із календарним літом. Останні десятиліття синоптики фіксують у Європі влітку аномально високі температури.

За прогнозами науковців, за 100 років карта кліматичних регіонів України зміниться: традиційні типи клімату зникнуть (континентальний, степовий тощо), на зміну їм прийде тепліший та сухіший клімат в Україну.

Наслідки цих екологічних змін на планеті, що відбуваються вже зараз, ведуть до підвищення частоти посух та суховіїв, вітрів у вигляді смерчу, торнадо. Один з найнегативніших наслідків цих змін – пересихання водойм, що суттєво обмежує доступ людини до прісної води.

Все це наслідки глобального потепління на планеті та роль людини в цих процесах найбільша. Тобто бездумне споживацьке використання природних

ресурсів людиною призвело до екологічних криз на планеті. Сьогодні ми спостерігаємо зміну клімату через підвищення температур повітря, окиснення океанів, засмічення водних джерел, зокрема річок, танення льодовиків, підвищення рівня моря, вирубка лісів, небезпечні стихійні явища, які не притаманні нашому регіону: посухи, урагани, пилові бурі, сильні зливи тощо. Всі ці зміни загрожують нашій планеті катастрофою, зникненню окремих видів рослин та тварин, це загрожує і життю людини.

Як можна відновити екологічний баланс? Це багатоаспектне завдання вимагає зусиль від державної політики країн до індивідуальних дій особистості. Так, щоб зменшити викиди в повітря, слід відмовитися від викопного палива: вугілля, газу та нафти та перейти на екологічні джерела енергії: сонячну, вітрову, водну. Потрібно зменшити споживання енергії у промисловості, відмовитися від індивідуального транспорту (уявляєте автомобільний колапс, якщо кожна людина буде мати власне авто) на користь громадського транспорту та електротранспорту. Припинити вирубку лісів і як альтернативу впровадити масштабне насадження лісів, бо ліс – це легені планети, оскільки дерева поглинають вуглекислий газ та виділяють кисень. Зменшити забруднення водних джерел, створювати заповідники для захисту рослин і тварин; впроваджувати органічне землеробство, відмовитися від хімікатів та пестицидів у сільському господарстві, заборонити використання одноразового пластику, раціонально використовувати воду тощо. Також важливу роль у відновленні екології відіграє просвітницька робота щодо екологічної освіти та діяльність природоохоронних організацій.

Безпосередньо кожен з нас має вчитися екологічній грамотності: зменшити споживання енергії в побуті, сортувати сміття, при пересуванні в місті надати перевагу велосипеду або ходьбі, підтримувати організації, що займаються природоохоронною діяльністю.

Світ не ідеальний, але ми в силах зробити його краще. Пам'ятаймо, що майбутнє планети в наших руках.

Найбільшу небезпеку на дорогах несе машина, яка їде швидше, ніж здатний думати її водій, – яким уявляємо авто майбутнього?

Кінець XIX століття характеризується зародженням автомобілебудування, завдяки німецьким винахідникам, таким інженерам, як: Ніколаус Отто, Карл Фрідріх Бенц, Готтліб Даймлер, Зігфрід Маркус тощо з'явилися автомобілі з бензиновим двигуном внутрішнього згорання. Етимологія терміну «автомобіль» – самохідна колісна машина, яку приводить у рух двигун, призначена для перевезення людей та вантажу, буксирування та виконання спеціальних робіт [<https://slovotvir.org.ua/words/avtomobil>].

За останні півстоліття у великих містах значно збільшилась кількість автомобілів. За статистичними даними Мінфіну України на кінець 2021 року в Україні було зареєстровано понад 10 млн автомобілів, з них майже 9 млн – легкові автомобілі. А на кінець 2024 року за даними Єдиного держреєстру

транспортних засобів на обліку в Україні перебуває 9,8 млн легкових автомобілів [<https://minfin.com.ua/ua/2024/03/20/123560792/>]. Таке збільшення власників легкових автомобілів пов'язано зі збільшенням доходів населення, зі зміною способу життя, бо саме автомобіль став невіддільною ознакою сучасної людини, авто забезпечує економію часу, свободу пересування, комфортне та швидке переміщення з однієї точки в іншу. Але є і негативні моменти великої кількості авто у місті: перевантаження доріг автівками та утворення заторів, зростання рівня забрудненості повітря через шкідливі викиди, що утворюються внаслідок згорання палива в автомобілях; оскільки паркомісць не вистачає для усіх автомобілів, тому машини паркуються де доведеться: на тротуарах, клумбах, біля будинків, перекриваючи заїзд і виїзд іншим машинам. Це все створює незручності людям.

Тому ідеальне авто має бути екологічно чистим, на зразок удосконалених електромобілів, гібридних авто, водневих автомобілів. Також ідеальна машина має бути безпечною для водія, забезпечуючи захист водія від зовнішніх небезпек на дорозі, від несприятливих погодних умов та стихійних лих. Авто має бути комфортним і оснащеним автопілотом, який полегшує водію керування транспортним засобом, особливо у разі поганого самопочуття. Масажні сидіння, сидіння з підігрівачем, клімат-контроль в салоні автомобіля – це все забезпечує комфорт і зручність водію під час руху автівки.

У майбутньому у зв'язку зі збільшенням власників машин транспортні засоби будуть оснащені навігаційними технологіями, щоб можна було переміщатися як по дорозі, а при потребі, у разі затору – і по повітрю. Для паркування автомобіль майбутнього буде оснащений автопілотом для самостійного знаходження вільного місця паркування. Також у майбутньому машина може їхати зовсім без водія, бо керувати нею буде вмонтований в машину штучний інтелект, тому, коли ми будемо викликати таксі, то за нами може приїхати «роботаксі». Звичайно, авто майбутнього буде екологічно чистим, тобто автомобіль буде живитися сонячною або електричною енергією, і тим самим не шкодити екології та довкіллю. Також ця машина буде надійною і безвідмовно., не буде виходити з ладу.

Отже, яким би ідеальним не був транспортний засіб, головну роль у безпеці руху на дорозі все одно відіграє людський фактор. Можна погодитися з висловом британського телеведучого, письменника Тома Чатфілда: «Сучасні автотransпортні засоби безпечніші та надійніші, ніж будь-коли. Але щорічно в автомобільних аваріях по всьому світу гине понад 1 млн людей, а понад 50 млн отримують травми. Чому? Тому що один небезпечний елемент механіки водіння залишається невдосконалим – людина».

Маємо бути європейцями на ґрунті українському (Павло Грабовський)

Тема викликає багато неоднозначних роздумів. З одного боку, все, що пов'язано з частинкою *-євро-*: *євроремонт, євротур, європейська освіта, Європа, Євробачення* нерідко в українців асоціюється з високою якістю,

досягненнями в різних галузях, позитивними емоціями. З іншого боку, це може бути стереотипом, який ми спробуємо проаналізувати й можливо спростувати. Частина українців мріє про вступ України до Євросоюзу, який вже об'єднує 27 європейських держав. При цьому українці сприймають Євросоюз як Шенгенську зону, де європейці мають певну свободу, комфортне пересування з однієї країни в іншу. Погоджуємось, що символом Європи є чудовий стан доріг, які українцям можуть лише «снитися», офіційна валюта – євро, яка використовується в більшості країн ЄС. Також Європу люблять за смачні та оригінальні національні страви різних етносів: італійська піца, польський журек або бігос, угорський паприкаш, чеські кнедлики, англійський пудинг, французькі сири та інші кулінарні шедеври народів Європи. Щодо кулінарії, то й Україна славиться своїми національними стравами: борщ, вареники, голубці, холодець, галушки тощо. Тому, щодо кулінарії, Україна зовсім не поступається європейській «кухні».

В українському сприйнятті лексеми *євроремонт* та *євродім* асоціюються з комфортом та розкішшю. В європейському розумінні – це має бути краса, практичність, комфорт та простота. Не забуваймо, що саме українські будівельники виїжджали до війни на роботу до Європи та розбудовували європейські міста.

Беручи до уваги надання послуг в європейських готелях, ресторанах, кафе, туристи зауважують на високих цінах і середньому рівні обслуговування клієнтів. Український готельний та ресторанний бізнес може похвалитися високим рівнем обслуговування туристів, цифровізацією послуг для клієнтів: електронне меню в ресторані, кав'ярні за QR-кодом, можливість оплати послуг онлайн. Україна намагається «тримати марку» щодо якості овочів та фруктів, обсягу вирощування сільськогосподарських культур. Навіть цифровізація, диджиталізація різних сфер суспільного життя в Україні йде краще, ніж в тій самій Польщі, Чехії чи Болгарії. Пам'ятаймо і про те, що географічним центром Європи є українське село Ділове на Закарпатті.

Тому лексема *європейський* не завжди означає високу якість або кращу якість. Звичайно, маємо переймати європейський досвід, впроваджуючи його в українські реалії, а головне слід цінувати своє, національне, українське.

Погоджуємося з думкою українського поета, перекладача та публіциста XIX століття, представника української інтелігенції Павла Грабовського, який перебуваючи у тривалому сибірському засланні, у листі до редактора львівського журналу «Зоря» Василя Лукича 1893 року висловлює думки про «українськість»: «Чим би я не був, як би на що не споглядав, а в мені жив перш за все українець: прихильність до рідного слова та люду перевершила все інше... Ми мусимо бути європейцями на ґрунті українському...» [<https://kharkiv-nspu.org.ua/archives/5681>]. Розуміємо прагнення представників української інтелігенції тих часів: Івана Франка, Михайла Грушевського, Володимира Антоновича, Олександра Кониського, Миколи Міхновського, родини Косачів та багатьох інших до самоідентичності, ідеї політичної самостійності України.

Як тоді, так і сьогодні свідомі українці розуміють, що географічне розташування України в Європі та її сусідство з розвиненими європейськими країнами вказують на модель, за якою може розвиватися і незалежна, самостійна Україна. Тому цей вислів Павла Грабовського можемо розуміти як заклик до розвитку української ідентичності серед європейських держав, тому що Україна це Європа не лише як географічна позначка на мапі країн світу, це можливість співпраці, взаємодопомоги та спілкування з європейськими державами, це можливість бути членом Європейського Союзу, не втрачаючи української ідентичності. Подорожуючи по Європі або працюючи в ній, ми можемо ділитися з європейцями своєю культурою та традиціями, знайомити іноземців з українською кухнею, тобто вчитися бути європейцями по-українськи.

Підсумовуючи, можна згадати вислів американського фінансиста Джорджа Сороса: «Зараз саме час Європейському Союзу критично оцінити свої дії... Європейцям слід навчитися бути згуртованими, гнучкими і ефективними. Самі європейці повинні уважно придивитися до нової України. Це може допомогти їм відродити первинний дух, який зробив можливим створення Європейського Союзу. Рятуючи Україну, Європейський Союз врятує себе...». Слава Україні! Героям слава!

Інформаційна гігієна у сучасному світі

В епоху інформаційних технологій українці отримують інформацію переважно з трьох джерел: соціальних мереж, з телебачення, новинних сайтів. На жаль, глибокі аналітичні статті від професійних людей втрачають популярність, адже суспільство дедалі більше захоплюється сенсаційними новинами «у яскравій обгортці». За даними досліджень 60% українців отримують інформацію в інтернеті та вважають її об'єктивною та правдивою [https://www.youtube.com/watch?v=NEWuOxK2S_w **Лекція від маніпулятора-практика Оксани Мороз**]. Проте це помилкове враження, адже вона часто буває суб'єктивною, неперевіреною або відверто фейковою. Сучасне інформаційне поле переповнене маніпуляціями, що створює так званий «інформаційний шум» – потік другорядної інформації, несуттєвих новин, які ускладнюють сприйняття корисної інформації.

До того ж не варто забувати про замовні публікації, де інформація подається у вигідному для замовника аспекті. Люди частіше довіряють емоційно насиченим заголовкам із сенсаційними новинами та яскравим зображенням, не бажаючи заглиблюватися в складні аналітичні програми, що вимагають критичного осмислення та глибокого аналізу. Дослідниця інфогігієни Оксана Мороз зауважує на таких ключових моментах, чому українці так легко піддаються впливу маніпуляторів, вірять ворожкам і астрологам. Вона виокремлює декілька причин. По-перше, ми пережили перехід від аналогової ери до цифрової. У ХХ столітті інформація накопичувалась поступово, тоді як сьогодні нас поглинає потік розважальних

ток-шоу та відео. По-друге, в суспільстві існує свобода слова, але немає відповідальності за те, що поширюється. Кожен може говорити будь-що, не турбуючись про наслідки Ці фактори підсилює магічний тип мислення, який, на жаль, досі поширений в Україні. Люди вірять у пророцтва, чарівні таблетки та легкі гроші. Вони шукають легку інформаційну втіху у розважальних серіалах, які хоч і розслабляють, але роблять нас лінивими та пасивними спостерігачами.

Яскравим прикладом маніпуляцій є період COVID 19. Засоби масової інформації, вибірково подаючи новини лише про кількість померлих від вірусу щодня, наганяли паніку на громадян. Водночас вони дуже рідко згадували про тих, хто одужав від вірусу, хоча це могло б вселяти надію у глядачів та слухачів. Сьогодні маніпулювати аудиторією легко завдяки доступності до інформації та можливості отримувати її від некомпетентних джерел, таких як «невідомий дядько Василь». Хоча в цілому інформація є рушієм прогресу, вона може нести небезпеку. Велика кількість даних, які можуть бути неправдивими або частково правдивими, заплутує українців, ускладнюючи пошук істини.

Наразі ми повинні дотримуватися правил інформаційної гігієни – вміння відрізнати правдиву інформацію від фейків. Ось основні поради, які допоможуть вам у цьому:

- 1.Відписуйтеся від анонімних джерел, оскільки вони часто створюються для дезінформації.
- 2.Не шукайте жодної інформації на російських сайтах, бо вони всі є інструментом російської пропаганди, навіть коли критикують свою владу.
- 3.Отримуйте інформацію з надійних джерел. Важливо, щоб перше джерело було надійним, офіційним та урядовим, адже перше сприйняття новин глибоко осідає в пам'яті і змінити потім думку на іншу дуже складно.
- 4.Не допомагайте поширювати фейки. Якщо ви не впевнені в інформації, перевірте її, співставте з іншими джерелами. Не коментуйте сумнівну інформацію та не ставте лайки, адже таким чином ви поширюєте неперевірений текст.
- 5.Навчіться всю інформацію ставити під сумнів. Завжди шукайте подібну інформацію на інших сайтах, співставляйте, аналізуйте.
- 6.Фільтруйте своє оточення в соцмережах. Від того, хто у вас в друзях, залежить, яка інформація до вас надходить в мережі.
- 7.Контролюйте час, проведений в соціальних мережах. Він має бути обмежений, а не годинами сидіти в мережі.
- 8.Усвідомте, що існують пастки інформаційної гігієни. Дослідження показують, що 60 % українців переконані у вмінні відрізнати правду від брехні, але насправді це вміє робити лише 3 % людей. [<https://www.youtube.com/watch?v=cuSbSJiVcqM&t=2418s> «Інформаційна гігієна: як вірусний контент вбиває інформаційний імунітет». Лекція Оксани Мороз для платформи "Аналізуй"]

Інформаційної гігієни слід вчити людей. Щоб відрізнити правду від фейку, потрібно: дослідити джерело інформації, перевірити текст новини, співставити інформацію з іншими джерелами та фактами.

Чи можна вважати адаптацію до змін пристосуванством?

Щоб відповісти на запитання «Чи є адаптація до змін пристосуванством?», слід з'ясувати значення двох лексем: *адаптація* та *пристосуванство*. Адаптація – це еволюційний процес, завдяки якому організм стає здатним жити у нових умовах у власному середовищі або в новому місці проживання; це процес пристосування до мінливих умов зовнішнього середовища. У тлумачному словнику до *адаптації* подано слова-замінники: *пристосуванство*, *призвичаєння*. Спробуємо визначити семантику *пристосуванства*, тлумачний словник такого терміну не подає, а спрямовує до іменників *пристосовництво*, *пристосованець* та дієслова *пристосовуватися*. Електронний словник подає *пристосуванство* як уміння безпринципно змінювати свої погляди та переконання, пристосовуючи їх до обставин. [https://slovnyk.me/dict/vts/%D0%BF%D1%8google_vignette]. У тлумачному словнику *пристосованець* – людина, що безпринципно змінює свої погляди, переконання, уміло пристосовуючись до обставин. [1, с. 1133]. У цьому останньому визначенні відчувається негативна енергетика слова, а в лексемі *адаптація* – позитивна. Тому не можна повністю ототожнювати адаптацію із пристосуванством.

Асоціаціями до *адаптації* є *розвиток*, *самоосвіта*, *пошук нових ідей* тощо. А *пристосуванство* асоціюється із *безпринципністю*, *хитрістю*, *підлабузництвом*, *відмовою від переконань заради вигоди* тощо. Пристосованець – це кар'єрист, що йде по головах інших колег.

Прикладами адаптації людини до кліматичних умов є посилене потовиділення та розширення кровоносних судин у спекотний день, та протилежний процес – звуження судин у холодний морозний день, тремтіння від холоду. Інший приклад адаптації – від регулярних фізичних навантажень на власне тіло спостерігаємо зміцнення м'язів, зменшення ваги, підвищення витривалості тощо. Адаптацією до хвороб є формування імунітету, адаптацією до війни є переосмислення життєвих цінностей, готовність до боротьби за виживання. При кар'єрних змінах у процесі адаптації працівник опановує нові навички, налаштовується до нових вимог та змін.

Життя на планеті постійно зміцнюється, і людині потрібно підлаштовуватися, змінюватися, щоб вижити і бути здоровою і впевненою. Адаптація не є легким процесом, а вимагає гнучкості, здатності до саморозвитку. Щодо пристосуванства, є вислів про те, що влада та гроші можуть змінити хорошу людину на погану, тож коли хороша людина потрапляє у Верховну Раду, у міністерство на високу посаду, система влади та гроші може зламати людину, і людина пристосовується до нових умов і відмовляється від власних попередніх переконань, вона стає гвинтиком системи у негативному

аспекті. Джону Кенеді належить вислів: «Пристосуванство – це тюремник свободи та ворог прогресу».

Тому *адаптація* і *пристосуванство* – це два різні поняття, як позитивне і негативне, як еволюція, прогрес і регрес, відмова від переконань.

Що краще: дистанційне інтернет-спілкування чи безпосередня комунікація?

З появою телефонного зв'язку людство одразу оцінило його переваги, адже тепер можна було спілкуватися, не виходивши з будинку, перебуваючи на далекій відстані від співрозмовника. Здавалося, що кращого способу комунікації, ніж по телефону, у найближчі століття не буде. Однак з розвитком інформаційних технологій, мобільного зв'язку та інтернету у 90-х роках XX століття набуває популярності дистанційний зв'язок – спілкування на відстані за допомогою електронних засобів. Особливо поширеним такий вид спілкування став під час пандемії COVID-19 та в період повномасштабного вторгнення військ російської федерації в Україну. Дистанційне спілкування стало єдиним можливим способом зв'язку між людьми, охопивши сфери освіти, праці, повсякденного життя.

Віддалене (або дистанційне) спілкування має свої переваги та недоліки порівняно з особистою комунікацією віч-на-віч. Під час пандемії COVID-19 людство змогло оцінити зручність і гнучкість віддаленої комунікації. Основні переваги:

- Ефективна економія ресурсів полягає у можливості комунікувати з будь-якого куточка планети, не витрачаючи кошти на подорожі.
- Розширення кола спілкування – завдяки онлайн-платформам можемо легко знайти однодумців, друзів та фахівців різних галузей, з якими раніше не було можливості зустрітися через відстань або інші обставини.
- Доступність і зручність навчання – платформи на зразок Zoom, Meet, Skype та інші дають змогу зберігати отриману інформацію та документи, а також переглянути матеріал пізніше, що робить процес навчання комфортним та ефективним.

До недоліків віддаленого спілкування можна віднести:

- Втрату невербальних сигналів – відсутність можливості продемонструвати мову тіла, жести, міміку.
- Технічні проблеми – ненадійна якість зв'язку, несправності з мікрофоном або камерою.
- Втома – тривале перебування перед екраном комп'ютера виснажує людину.

Хоча віддалене спілкування допомагає підтримувати зв'язок з іншими людьми, воно все ж поступається живому, адже комунікація віч-на-віч завжди є емоційно глибшою.

Загальновідомим є той факт, що живе спілкування є первинним та природнім для людей, тоді як дистанційне – вторинним та штучним. Перевагами живого

спілкування є повнота невербальної комунікації, що є особливо важливим аспектом під час конфліктів та непорозумінь. Спостереження за емоціями співрозмовника створює більш довірливі та щирі стосунки. Недоліки: живе спілкування обмежене відстанню, а організація зустрічі вимагає витрат часу, сил і грошей.

Підсумовуючи, зауважимо, що живе спілкування є незамінним для встановлення глибоких емоційних зв'язків і повного взаєморозуміння. Водночас дистанційне спілкування ідеально підходить для швидкого вирішення робочих питань або навчання на відстані. Найкращим рішенням є поєднання обох видів комунікації залежно від конкретної ситуації.

ТЕМА 5. ПРО ЯКІСНУ ОСВІТУ І ПРАЦЮ: «ЛИШ ПРАЦЯ СВІТ ТАКИМ, ЯК Є, СТВОРИЛА. ЛИШ В ПРАЦІ ВАРТО І ДЛЯ ПРАЦІ ЖИТЬ» (ІВАН ФРАНКО)

Чи "усяка робота майстра хвалить" (народна мудрість)

Який сенс вкладений у прислів'я «Усяка робота майстра хвалить»? Є ще одна подібна приказка – «Діло майстра величає», і зміст цих двох прислів'їв однаковий. В них йде мова про те, що результат праці, яку виконувала людина, по закінченню роботи покаже ким є ця людина – майстром чи профаном, невігласом. Майстер – це фахівець, який досконало володіє певними вміннями у конкретній справі, інакше кажучи, це сучасний фахівець, що досяг високих результатів у певній професії.

Коли випускник школи обирає собі фах, за яким він хоче навчатися, слід врахувати певні аспекти у цьому виборі: інтерес до цієї професії, здібності, фізичні та психологічні ресурси. Коли ми із захватом споглядаємо результати чужої праці: вишиванки, дизайнерський одяг, сумки, кулінарні вироби, якісно виготовлені меблі, іграшки, ідеально відремонтований холодильник або телевізор, якісний ремонт квартири, оновлений дизайн помешкання, то ми сприймаємо всі ці речі як творіння майстрів. Фахівець, залюблений у свою справу, не просто виконує «рутинну» роботу, наприклад виготовляє комп'ютерний стіл на замовлення, а вкладає всю свою душу у цю роботу і намагається досягти кращого результату, ніж було попереднє замовлення. І кожна нова робота для майстра – це можливість удосконалити свої вміння, «відточити» свої навички. Таким чином, фахівець перебуває у постійному розвитку і кожна нова робота, яку він виконує, показує майстерність творця, його прогрес. Хоча буває і навпаки...

Наведемо приклад відомих українських майстрів в різних жанрах мистецтва: майстрині декоративного орнаменту «петриківського розпису», українська художниця у жанрі «наївного мистецтва» Марія Приймаченко, київський архітектор Владислав Городецький з його архітектурними шедеврами (костел

святого Миколая в Києві, будинок з химерами, музей з левами тощо) – їх роботи вражають своєю дивовижною красою.

Буває так, що роботи, виконані декілька століть тому, не втрачають своєї актуальності та краси й сьогодні – це роботи майстрів, талановитих фахівців. Бо бути майстром – це не лише про талант, а й про любов до своєї праці, це відповідальність та натхнення при виконанні роботи. Тому погоджуємося з прислів'ям, що усяка робота майстра хвалить, бо нерідко результат праці, творіння прославляє ім'я свого творця.

Найкраща кар'єра в житті – це бути Людиною на землі

Кар'єра – це цілеспрямований напрямок розвитку особистості в професійній сфері, що охоплює досвід, освіту, навички та досягнення. Вона є ключовим компонентом успіху людини в сучасному суспільстві, оскільки забезпечує фінансову стабільність, професійне визнання та особисте задоволення. Дослідники поділяють кар'єру на вертикальну (рух угору по кар'єрних сходинках – від простого працівника до керівника організації) та горизонтальну (зміна напрямків діяльності впродовж професійного зростання). Лексикографічні джерела тлумачать *кар'єру* як «швидке успішне просування у службовій, суспільній, науковій та інших родах діяльності; досягнення слави» [1, с. 525]. Цей аспект людського життя часто стає сюжетом для кінематографістів: «Асистент зірки», «Почни спочатку», «Стажер», «Кадри» та інші комедійні та драматичні фільми, що показують історії успішних людей та невдах у кар'єрному зростанні. Важливо пам'ятати, що кар'єра може бути складовою професійного успіху, але не єдиним його критерієм. Сьогодні справжній успіх – це гармонія в житті, фізична та ментальна рівновага.

На теперішній час суспільство переживає зміну пріоритетів у професійній діяльності: все більше працівників цінують баланс між роботою та особистим життям вище, ніж безперервне кар'єрне зростання. Якщо ще півстоліття тому успіх вимірювався фінансовими досягненнями та високою посадою, яку займала людина, то зараз у пріоритеті якість життя. Для багатьох здоров'я та особистий розвиток стає важливішим за кар'єру. Особливо це стало помітним під час пандемії COVID 19. Коли здоров'я виявилось найціннішим критерієм, людство усвідомило, що кар'єрний успіх не вартує втраченого здоров'я. Саме тому сучасне покоління цінує емоційне благополуччя та особистий розвиток.

Надмірне кар'єрне зростання може мати значні недоліки та негативні наслідки. Найперше – це ризик фізичного та емоційного вигорання, втрата інтересу до роботи та розвиток депресії. Постійний стрес, перенапруження на роботі, неправильне харчування, недосипання, спричинені гонитвою за кар'єрою, можуть призвести до серйозних проблем зі здоров'ям. Окрім того надмірна зосередженість на професійному зростанні часто призводить до ігнорування особистого життя: втрати зв'язку з родиною, друзями та руйнування міжособистісних стосунків. У гонитві за успіхом кар'єристи

нерідко вдаються до сумнівних та неетичних вчинків: обман, маніпуляції, шахрайство та інші.

Таким чином, прагнення до кар'єри саме по собі не є чимось поганим, але лише за умови, що життя є здоровим і збалансованим, не завдає шкоди іншим сферам життя. Справжній успіх – це гармонія між професійними досягненнями та особистим благополуччям.

Багатством живиться лише тіло. А душу звеселяє споріднена праця (Г. Сковорода)

У нашому сучасному житті є чимало прикладів і доказів, що багатство може вивести людину в мільйонери, але не обов'язково багатство зробить цю людину щасливою. Нерідко як раз навпаки – багатії втрачають жагу до життя і, маючи великі статки, намагаються покінчити зі своїм життям, бо не бачать сенсу в такому житті і не розуміють навіщо їм ті мільйони. Недарма давньогрецькому філософу Сократу приписують відомий вислів: «Ми живемо не для того, щоб їсти, а їмо для того, щоб жити». Саме тому кошти, великі статки, якими володіє особа, не повинні керувати людиною, а людина з розумом має ці кошти витрачати. Гроші не повинні ставати ціллю всього життя, бо коли людина заробить ці кошти, тобто досягне поставленої мети, постане питання, то це все... – кінець? Звичайно, гроші певною мірою потрібні для забезпечення фізичних потреб людини в їжі, одязі, навчанні та відпочинку тощо. Але душу ці гроші людині не «живлять», «не гріють».

Водночас інша людина, заробивши мільйони, починає займатися благодійною діяльністю, волонтерством: вкладає зароблені їм кошти у добрі справи (рятує дітей-сиріт, тварин, створює притулки, школи, спонсорує операції хворим і т. д.) і це приносить мільйонеру задоволення, те, чим він займається, він починає розуміти сенс, для чого він заробляє ці кошти. У цьому прикладі волонтерство, благодійництво, спонсорство стає спорідненою працею, додатковою діяльністю мільйонера, окрім основної праці.

Що ж таке споріднена праця? За твердженням українського філософа Г. Сковороди основою людського щастя є «сродна», або «споріднена» праця, до якої у конкретної людини є природні здібності й талант, інтерес. Це має бути саме той особливий рід діяльності, що дарує людині радість і відчуття самореалізації, успіху і задоволення. Порівнюючи словосполучення «споріднені душі» – це щось однакове, ідентичне, так і споріднена праця – це саме твій рід діяльності, для якого ти народився та існуєш у цьому світі. Навіть своїм особистим прикладом мандрівник, шукач істини Г. Сковорода надихав інших людей «намагатися знайти себе» через зайнятість певною працею, рухатися за призначенням, а не на вимогу батьків чи за кар'єрою. Коли робота приносить задоволення, то не слід зупинятися на досягнутому, а перебувати у постійному розвитку, удосконалюватися. В ідеальному варіанті Ви своєю спорідненою працею можете приносити користь іншим людям і загалом суспільству.

Споріднена праця поглиблює духовний світ людини, робить нас добрішими, чуйнішими, мудрішими і просто щасливими. Багато голлівудських зірок з чималими статками відомі не тільки завдяки своїм ролям у кіно. Вони активно займаються благодійністю: заснують власні фонди та передають кошти тим, хто потребує допомоги. Прикладом є Анджеліна Джолі, Леонарде де Капріо, Джекі Чан, родина Клуні та інші.

Підсумовуючи, бажаємо кожній людині зробити правильний вибір у житті та знайти свою споріднену працю, яка і душу звеселяє, і відкриває кожній людині її призначення у цьому світі.

Мистецтво тайм-менеджменту.

Із усіх втрат втрата часу найтяжча (Григорій Сковорода)

Категорія *часу*, як і інші категорії *простору*, *буття*, *руху*, *матерії*, *причини* і *наслідку* є універсальною характеристикою філософського мислення та пізнання. Також *час* – це не просто фізична величина, яка здавна привертає увагу дослідників, це один з найважливіших ресурсів сучасної цивілізації. Особливо цінують категорію часу успішні люди. Саме тому вислів Г. Сковороди «З усіх втрат втрата часу найтяжча» є актуальним, оскільки на відміну від грошей, здоров'я та матеріальних цінностей, *час*, що минув, неможливо повернути або накопичити. Саме тому багато століть дослідники намагалися винайти машину часу, щоб можна було повернутися у минуле, але цей винахід залишається за межею реальності і машину часу ми спостерігаємо лише у кінострічках: «Машина часу», «Мандрівники у часі», «Кільце часу», «Часова петля», «У пошуках часу» та інші. Бездумне витрачання часу у сучасному житті повному спокус – це дійсно найважча втрата, бо це нереалізовані можливості розвитку, професійного росту, спілкування та досягнень. Цей вислів Сковороди змушує нас серйозно ставитися до кожної години, а то й хвилини нашого складного життя у ХХІ столітті.

Чому ми змарнуємо час? Чому не ставимося до часу з відповідальністю? Відповідь на це питання банально проста: ми не цінуємо час, у нас відсутні чіткі цілі на певний період життя, присутнє засилля відволікаючих факторів, які «крадуть» наш безцінний час: соцмережі, інтернет-ігри, блоги та розважальні платформи. Окрім того у сучасної людини нормою стає відкладання виконання важливих справ на невизначений період – до «кращих часів». І зачасти це стає звичкою, бо ми не хочемо виходити із зони комфорту, боїмося невдачі і сумніваємося у своїх силах, що ми зможемо виконати поставлене завдання.

Як правильно організувати свій час, щоб не витрачати його марно? Існують різні погляди дослідників, які представляють різні стратегії та підходи. Наприклад, за методом Ейзенхауера ми можемо поділити всі свої справи, які маємо виконати, на категорії:

- *термінові справи*, які маємо виконати якнайшвидше;
- *важливі справи, але не термінові* – заплановуємо на найближчий час;

- *неважливі справи, але термінові* – передаємо їх своїм партнерам, які можуть виконати цю роботу;
- *неважливі й нетермінові справи* – можемо ігнорувати їх зовсім.

Планування справ – це не так просто, як здається. Цю звичку слід формувати в собі протягом тривалого часу. І незабаром ми зрозуміємо, що звичка записувати свої плани на завтра в нотатник звечора сьогодні, допомагає нам досягти гарних результатів та веде до успіху. Можемо запланувати складніші завдання зранку, а завершувати день легшими завданнями. При виконанні завдань не відволікайтеся на спокусу посидіти в мережі або говорити з другом по телефону – навчіться «відсторонюватися» від усіх інших справ під час виконання запланованої роботи. Якщо завдання здається вам занадто об'ємним, розбийте його на дрібніші завдання, це зробить роботу більш досяжною для кінцевого результату. Правильне управління часом – це не лише про роботу, а й про відпочинок. Тож плануйте час і для відновлення сил, для хобі та спілкування. Цей вклад у фізичне та психічне здоров'я підвищує продуктивність працівника.

Загалом управління часом – це не про те, як запланувати кожну хвилину часу різними справами, а й про те, щоб наповнити життя змістом. Правильне планування справ та організація часу дозволяє і встигати все виконати і жити більш усвідомлено та відповідально.

Які професії зникнуть з часом, а які будуть популярними в майбутньому?

Наш людський світ знаходиться у постійному русі та розвитку, і наше життя 20 років тому суттєво відрізнялося від сучасного життя. Тому не потрібно робити великої трагедії через те, що в майбутньому через сучасний технічний прогрес зникне багато сучасних професій. Людська цивілізація проходить подібний шлях – зникнення одних професій та поява інших багато століть, якщо не тисячоліть. Наприклад у XVIII-XIX століттях популярним був гужовий транспорт (коли транспортний засіб (підводу, бричку, сани) тягнуть тварини: коні, воли, буйволи, корови і т. д.) і багато професій було пов'язано з цим видом транспорту. Але у II пол. XIX ст. – I пол. XX ст. популярності набуває залізничний та автомобільний транспорт, гужовий транспорт став зникати, а з ним зникли і професії. Тому процес зникнення одних професій та поява нових є сталим і постійним у нашому суспільстві. І цього не слід боятися.

Технічний прогрес, який сьогодні відбувається шаленими темпами дає людству зрозуміти, що штучний інтелект поступово витіснить з ринку праці певні професії та вони зовсім зникнуть. І людство до цього має готуватися. Сьогодні нікого не здивуєш автомобілями з автоматичним керуванням, на автопілоті, коли авто самостійно їде по шосе, хоча сам водій присутній в автомобілі за кермом, але він не керує автомобілем, а може трохи відпочити або розслабитися. У США є сервіс безпілотного таксі, коли вас за місцем призначення везе автомобіль на автопілоті, і це не з області фантастики.

Інтернет-сайти прогнозують, що в майбутньому штучний інтелект може замінити юристів, адвокатів, бухгалтерів, економістів, маркетологів, рекламних копірайтерів, держслужбовців, тобто працівників галузей бізнесу, управління, фінансів та юриспруденції. Чи дійсно це так?

Аналітичні дослідження зауважують, що навіть якщо певні професії зникають, то з'являться нові професії для людини, їй потрібно буде перевчитися, перекваліфікуватися. Штучний інтелект може замінити консультаційні центри, всілякі кол-центри, де консультують з приводу певних товарів. Це буде замінено ШІ, який можливо краще та якісніше буде надавати консультаційні послуги. Якщо ж має бути емоційний аспект у роботі, психологічна підтримка людей, рятування людини, то в цьому випадку штучний інтелект не може замінити людську емпатію. Не можуть зникнути творчі професії: художник, співак, письменник, дизайнер, хоча послуги штучного інтелекту представники цих професій будуть використовувати. Сподіваюся, що людина буде керувати штучним інтелектом, а ШІ буде помічником людини, а не її керівником. Звичайно, для людей, що працюють з текстами: юристи, адвокати, ШІ стане помічником, щоб швидко і грамотно скласти тексти документів, але перевіряти їх правильність і вірогідність має все одно людина. ШІ може доповнювати виконання певної роботи людиною, допомагати нам. Але коли йде мова про судові засідання, про зустріч адвоката з клієнтом, то це не може бути автоматизований робот, а мають бути живі люди зі своєю емпатією, гуманізмом, сумлінням і т.д.

У майбутньому незамінними людськими професіями залишаться ті, що пов'язані з управлінням людьми, де потрібно надихати, контролювати, навчати інших людей, там буде людина, а не робот. Тому психоаналітики, вчителі, священники, лікарі та багато інших професій не зникнуть, а залишаться актуальними людськими професіями. Хоча залучати ШІ в цих професіях теж можна, так ШІ може допомагати лікарю виявити зарання хворобу, визначити алгоритм лікування, але керувати самим лікуванням людини буде справжній людина-лікар. Гадаю нікуди не зникнуть інженери та програмісти, їх не замінить ШІ.

Підсумовуючи, зауважимо: не потрібно боротися з ШІ, щоб бути актуальним і ефективним в роботі, ми маємо опанувати технології ШІ, щоб він став нашим помічником, а не замінив нас у роботі.

Хобі – важлива частина життя, джерело мотивації та засіб самовираження кожної людини

Давньогрецькому філософу Платону належать слова: «Творцем може бути кожен, якщо у нього є те, що його надихає». Цей вислів змушує нас замислитися над важливістю присутності улюбленої справи, хобі у нашому житті. Словники тлумачать *хобі* як *захоплення та улюблене заняття на дозвіллі*. І якщо в дитинстві ми могли сприймати хобі як розвагу, коли з радістю ганяли м'яча у футбол, каталися на ковзанах, із задоволенням грали на

музичних інструментах, малювали, співали, танцювали або займалися у спортивній секції не з батьківського примусу, а з власного інтересу до цієї діяльності, то в дорослому житті ми інакше ставимося до своїх інтересів, які приносять нам задоволення. Особливо за умов повномасштабної російсько-української війни, коли щодня стикаємося зі стресом, тривогами та страхами, важливо мати діяльність, що приносить нам заспокоєння, радість, умиротворення, відвертає від проблем.

Психологиня Вікторія Бардаченко, аналізуючи психологічний аспект *хобі* як захоплення, зазначає, що це стан глибокого емоційного і когнітивного залучення, заохочення до об'єкта, дії або ідеї, що супроводжується позитивними емоціями та мотивацією, концентрацією уваги [<https://psychology.space/psypedia-post/zahoplennya/>]. Хобі – це досвід, який активує внутрішню енергію людини. Дослідниця зауважує, що хобі впливає на життя людини на різних рівнях, зокрема на емоційному (інтерес, збудження, задоволення), когнітивному (розвиток уваги, зосередженість, спонукання до творчості), поведінковому рівні (розвиток нових навичок, способів поведінки) та соціальному (поява нових друзів, нові контакти) тощо [<https://psychology.space/psypedia-post/zahoplennya/>].

Коли спорт стає улюбленим заняттям, він сприяє покращенню фізичного здоров'я, психологічного стану людини. Мистецтво (малювання, фотографія, музика, поезія) розвиває творчі здібності та допомагає поліпшити самопочуття, надихає людину. Хобі – це важлива частина нашого життя, яка робить нас здоровішими, більш задоволеними собою, більш впевненими. Коли тобі подобається мандрувати по країні або світі, це відкриває перед тобою нові горизонти: розширює кругозір, дає нові знання, знайомство з новими людьми, традиціями та культурою, розвиває мовні навички, дарує нові відчуття тощо.

Нерідко можна почути від людей, що комусь пощастило поєднати хобі з фаховою діяльністю. Американський конструктор автомобілів Генрі Форд свого часу зауважив: «Найкраща робота – це високооплачуване хобі». Погоджуємося, що хобі може перерости в роботу, яка дозволяє людині розвивати особисті здібності, може стати джерелом захоплення, підвищує задоволення від життя. Приклади всесвітньо відомих людей підтверджує факт того, що хобі може стати професією: письменниця Джоан Роулінг з дитинства захоплювалась написанням історій, композитор Микола Лисенко виявив музичні здібності у ранньому дитинстві, поетичний талант Лариси Косач – майбутньої Лесі Українки, теж пробудився в дитинстві; видатні спортсмени Ліонель Мессі, Крістіану Роналду, Андрій Шевченко та багато інших професійних футболістів займалися цією грою з дитинства, майбутня легенда всесвітнього боксу Мухаммед Алі почав займатися боксом з 12 років, у 18 років став переможцем Олімпіади в Римі (1960). Садівники і квітникарі можуть вирощувати насіння для продажу і це стає їх заробітком, професійні спортсмени і танцюристи можуть стати тренерами, почати свій бізнес – створити танцювальний або спортивний клуб; кулінари та пекарі можуть

заробляти своїми кулінарними шедеврами чималі гроші – це і задоволення від своєї праці і заробіток.

Якщо ти ще не знайшов свою улюблену справу, продовжуй шукати. Ти повинен займатися тим, що робить тебе щасливим (Стів Джобс)

Двадцяте століття відзначилося стрімким науково-технічним прогресом, масштабною індустріалізацією, двома світовими війнами, епохальними польотами в космос і появою мобільного зв'язку. На межі XX і XXI століть відбувся перехід від індустріального суспільства до інформаційного, що супроводжувався світовою глобалізацією та стрімким розвитком мобільних технологій та інтернету. Щоб успішно працювати у сучасному світі, будь-який фахівець – маркетолог, менеджер, лікар – має постійно здобувати нові знання й уміння та опановувати нові технології. У сучасному світі потрібно швидко орієнтуватися в усьому, що відбувається, встигати та адаптуватися до змін, а це вимагає нових знань та умінь.

Поставлене питання «Що краще: шукати себе в багатьох галузях чи зосередитися на одній справі та підвищувати професіоналізм?» актуальне, непросте і викликає багато роздумів. З одного боку, якщо ми хочемо стати майстром у своїй професії, ми маємо поглиблювати отримані знання, вміння та навички з цього фаху, постійно розвиватися й удосконалюватися у цій сфері, не зупинятися на досягнутому рівні. Це допоможе нам досягти високих професійних результатів, стати досвідченим фахівцем у конкретній галузі, визнаним експертом, який може розв'язати будь-які складні питання у своїй професійній сфері. Хоча в цій ідеальній ситуації теж є ризики: по-перше, може трапитися «вигорання» фахівця і він не бачитиме свого майбутнього в цій професії, по-друге, у нашому швидкоплинному світі професія може втратити актуальність.

З іншого боку, оскільки ми живемо в епоху технологічного прогресу, де постійно з'являються нові технології, а попередні втрачають актуальність, де відбувається цифровізація багатьох послуг і впровадження штучного інтелекту, що може спричинити зникнення деяких професій – це все вимагає від фахівця постійної готовності до навчання, здобуття нових навичок та перекваліфікації. Тому щоб йти в ногу з часом, ми повинні не відкидати нові технології, які з'являються, а опановувати їх, розвиваючи нові знання і навички для використання у своїй професії.

Таким чином, зосереджуючись на одній професії, ми маємо прагнути стати справжніми професіоналами в цій галузі. Адже нерідко роботодавці шукають саме фахівців вузької спеціалізації, а не працівників, які мають поверхневі знання у різних сферах. Водночас ми повинні постійно адаптуватися до змін, здобувати нові знання і навички, а за потреби – бути готовими до перекваліфікації для роботи в іншій сфері.

Насамкінець зауважимо, що оптимальний варіант – це поєднання обох підходів, наприклад $\frac{2}{3}$ свого потенціалу віддати, зосереджуючись на одній

професії, щоб стати справжнім професіоналом, а $\frac{1}{3}$ свого потенціалу використати на опанування інших сфер діяльності та сучасних передових технологій. Це дозволить нам бути сучасними, гнучкими та успішними.

Що спонукає людей працювати у сфері волонтерства?

Всесвітньо відомому американцю Мартіну Лютеру Кінгу належать слова: «Ця країна не буде гарним місцем для життя для будь-кого з нас, якщо МИ не зробимо її гарним місцем для життя всіх нас». Тобто кожен може стати великим, тому що кожен може послужити іншим. Під цю категорію людей «підходять» волонтери.

Волонтерство – це покликання душі, це більше, ніж звичайна допомога іншим, тому що це добровільна допомога тим, хто потребує цього без розрахунку на винагороду. Волонтер – це людина, яка добровільно і цілком безплатно займається громадсько-корисною роботою. Волонтер жертвує заради інших свій потенціал та свій час, натомість отримує нові вміння та навички, новий досвід, коло однодумців. Основні принципи волонтерства: добровільність, безоплатність, суспільна користь.

Історія появи волонтерського руху сягає XIX століття, коли у Європі зароджується організація «Червоний хрест», основне призначення якої полягало у наданні першої медичної допомоги добровільно і безплатно пораненим військовим в ході бойових дій. Сьогодні волонтерські організації функціонують у 80-ти країнах світу. Щодо України, то в перший рік повномасштабного вторгнення військ російської федерації в Україну Верховна Рада прийняла закон про підтримку волонтерського руху та волонтерської діяльності в Україні. Відомими в Україні є благодійні організації та фонди: Карітас, Благотай, Повернися живим, фонд Сергія Притули, Tabletochki, Razom for Ukraine, UNITED 24 та інші.

Сфери діяльності волонтерів вкрай різноманітні: допомога військовим, постраждалим від військової агресії, внутрішньо переміщеним особам, самотнім людям похилого віку з особливими потребами, біженцям в інших країнах, допомога дитячим будинкам, будинкам-інтернатам для людей похилого віку, дитячим лікарням, донорство крові, допомога безпритульним тваринам, пошук зниклих людей, екологічне волонтерство, реконструкція історичних і культурних пам'яток, організація спортивних, культурних та релігійних заходів. «Волонтерити» може кожен: донатами, коли надсилаємо кошти на рахунок відповідної організації; плетіння маскувальних сіток для військових, готування та доставка їжі й одягу для захисників, що перебувають у місцевих лікарнях; організація обідів для безпритульних нашого міста; піклування про самотніх хворих людей похилого віку та багато іншої діяльності.

Що ж спонукає людей ставати волонтером? Важливу роль у цьому відіграють особисті риси характеру та індивідуальне світосприйняття. У людини, що відчуває покликання до волонтерства може бути високий рівень емпатії,

небайдужість до свого оточення, бажання допомагати, творити добро, бажання розвиватися та отримувати новий досвід, робота в колі однодумців, можливість застосовувати свої здібності тощо.

Як Ви ставитесь до волонтерства? Це залежить від нашої довіри до тієї благодійної організації з якою ви збираєтесь співпрацювати. Особисто з мого досвіду, я ставлюся до волонтерських організацій позитивно і з довірою, тому що вважаю, що їх безкорислива суспільна діяльність змінює людей на краще, дає людям надію і віру, що разом ми можемо подолати будь-які перешкоди і труднощі.

У якій сфері Ви б хотіли бути волонтером? Це залежить від внутрішнього голосу, покликання, що є десь глибоко в нашій душі. Хтось бачить себе волонтером притулку для тварин, хтось знаходить себе у допомозі конкретній бойовій бригаді, що перебуває в зоні бойових дій; інший стає донором крові, яка рятує життя багатьом людям.

Дистанційна робота та навчання: позитивні моменти та недоліки

Сьогодні нікого не здивуєш поняттям *дистанційна робота* (вона ж *віддалена робота з дому, робота онлайн*) та *дистанційне навчання*. Ці терміни стали реаліями людського життя на планеті з часів пандемії COVID-19. Наслідком пандемії стали обмеження подорожей, закриття кордонів між країнами, скасування масових зібрань громадян на футбольних матчах та в театрі, закриття навчальних закладів, переведення працівників на дистанційну роботу з дому (квартири). В час пандемії дистанційна робота та освіта були чи не єдиним виходом із ситуації, щоб убезпечити людей від поширення хвороби та не допустити зупинки діяльності багатьох фірм та організацій тощо. Про це навіть стали знімати фільми, зокрема американська комедія «Віддалена робота». В інтернеті зустрічаємо багато пропозицій вакансій на дистанційну роботу. В Україні дистанційна робота та освіта залишається активною і після пандемії COVID-19 через повномасштабне вторгнення військ російської федерації в Україну. Загалом віддалена робота має у собі як позитивні, так і негативні моменти. Серед позитиву слід відзначити економію часу, тому що не потрібно добиратися до роботи через усе місто; економія коштів, які витрачалися на дорогу до роботи; комфортне перебування на «робочому» місці, оскільки людина перебуває вдома; відсутність колег по роботі й можливість зосередитися на виконанні поставлених керівником завдань. З негативних моментів – зникнення мотивації, поява ліні, відсутність живого спілкування з колегами може вплинути на психічне здоров'я особистості, у разі виникнення технічних несправностей з комп'ютером – самотійне розв'язання цієї проблеми в той час, як на роботі за це відповідала спеціально призначена людина.

Щодо дистанційного навчання, то його передумови закладалися в Англії у середині XIX століття, коли навчання деяких англійських студентів відбувалося за посередництвом поштового зв'язку. У тому ж XIX столітті двоє німецьких

педагогів спробували заочно викладати мову студентам: учні поштою отримували навчальні матеріали, які мали розв'язати, виконували їх та надсилали для перевірки, листувалися з педагогами. Це навчання функціонувало під різними назвами: *кореспондентське, навчання на відстані, дистанційне, електронне, онлайн-навчання, відкрите навчання* тощо. Поява радіозв'язку та телебачення у ХХ столітті внесли суттєві зміни у можливості дистанційного навчання. У другій половині ХХ століття ставали популярними навчальні передачі, але на превеликий жаль у телебачення та радіо був істотний недолік – відсутність зворотного зв'язку між учнем та викладачем. У 1969 році у Великобританії відкрився університет дистанційної освіти. В кінці 80-х років минулого століття поява комп'ютера спричинила автоматизацію навчального процесу, створення комп'ютерних навчальних ігрових програм. У ХХІ столітті з поширенням інтернет-зв'язку з'явилась можливість навчатися та спілкуватися з будь-якої точки світу та отримувати зворотний зв'язок. В Україні дистанційне навчання офіційно почала впроваджуватися з 2002 року.

Серед плюсів дистанційного навчання – доступ до освіти з будь-якого куточка планети, економія часу на дорогу до школи, економія коштів на навчальні посібники, оскільки учень працює з електронними підручниками, ширша база знань з різних дисциплін для саморозвитку та самонавчання учня. Серед негативних моментів – зменшення взаємодії між педагогом та учнем, спад продуктивності та мотивації до навчання, різкий спад живого спілкування з іншими людьми впливає на психіку дитини, яка навчається віддалено; шкідливий вплив гаджетів на органи зору та загалом пасивний сидячий спосіб життя негативно впливає на здоров'я учня, що навчається дистанційно; відсутність електропостачання, мобільного зв'язку тощо унеможлиблює отримання знань дистанційно.

На завершення нагадаймо вислів, що дистанційне навчання – це не данина моді, а данина необхідності, це «дзеркало» у якому видно і учня, і вчителя. Тож до віддаленого навчання або роботи слід ставитися серйозно і добросовісно.

Здатність до самонавчання – найголовніша риса будь-якого працівника

Технологічний прогрес та глобалізація світу, цифровізація та інформатизація суспільства спонукає сучасних дорослих людей до самонавчання. Ми вчимося усе своє свідоме життя: першими нашими вчителями були батьки, які вчили нас ходити, говорити, гратися та іншим побутовим речам; першу свою дитячу освіту здобували у дитячому садку через вихователів та їх помічників; продовжили навчання у школі, де мали велику кількість вчителів з різних предметів, деяких з них ми пам'ятаємо і сьогодні. По закінченню школи більшість випускників здобувають професійну освіту в коледжах, університетах тощо. І навіть з дипломом фахівця в руках, ми не зупиняємося на досягнутому, а намагаючись стати гарними фахівцями, продовжуємо розвиватися та вдосконалюватися через самонавчання.

Самонавчання – особлива форма освіти, що виникає на основі потреб особистості до нових знань та умінь та відрізняється від звичайної освіти тим, що особистість навчає сама себе. Асоціаціями до терміну *самонавчання* є *розвиток, освіта, реалізація, інтерес, наполегливість, успіх, задоволення* тощо.

Одна з найпоширеніших мотивацій до самонавчання – професійне зростання. Нерідко педагоги й психологи, лікарі та програмісти, і загалом люди різних професій шукають можливості подальшого розвитку через безплатні та платні курси, тренінги, семінари, відеоуроки, електронні книги та багато інших інтернет-ресурсів. Нерідко особистість мотивують до самонавчання власні інтереси або хобі: навчитися малювати, грати на гітарі, вивчити нову іноземну мову – таке самонавчання дарує людині задоволення у самореалізації. Що ж нам потрібно для самонавчання? Слід спланувати мету і всі дії, які допоможуть у реалізації такої освіти. Потрібно скласти графік навчання, створити умови для проходження навчання, знайти онлайн-курси, застосовувати отримані знання на практиці. [<https://duikt.edu.ua/>].

Підсумовуючи, зауважимо, що важливу роль у самонавчанні відіграє наполегливість. Американський бізнесмен, засновник McDonald'S Реймонд Крок висловив гарну цитату щодо мотивації успіху в бізнесі: «Ніщо на світі не замінить наполегливості. Її не замінить талант – немає нічого звичайнішого, ніж талановиті невдахи. Її не замінить геніальність – нереалізований геній уже став притчею. Її не замінить гарна освіта – світ сповнений освічених вигнанців. Всемогутні лише наполегливість і завзятість». [<https://blog.depositphotos.com/ua/tsitati-pro-uspih.html>]. Це стосується і самонавчання.

Освіта - найвизначніше з усіх земних благ, але тільки тоді, коли вона найкращої якості (Редьярд Кіплінг)

За тлумачним словником, *освіта* – сукупність знань, здобутих у процесі навчання; піднесення рівня знань; система навчально-виховних заходів, система закладів та установ, через які здійснюються ці заходи. [1, с. 857]. *Освіта* з давніх часів цінувалась і нерідко в багатьох державах була привілеєм багатіїв. Найбільш виразними освітніми системами у Стародавній Греції ще до нашої ери були Афінська та Спартанська системи виховання. Це були дві протилежні у підходах та меті системи виховання. Афінська система передбачала розвиток високої духовної культури особистості, формування моральних чеснот та фізичної досконалості у людині. Здобуття освіти тривало понад 10 років, у закладах освіти навчалися лише особи чоловічої статі, тоді як дівчата здобували домашню освіту, не відвідуючи шкіл. Освітня система Давньої Греції, запропонована Платоном у IV столітті до н.е., передбачала дошкільне виховання, фізичне виховання, створення державних систем виховання, освіти для дорослих та самовдосконалення людини впродовж усього життя. Спартанська система виховання зосереджувалась на формуванні у молодого покоління – дітей привілейованих верств населення, зокрема

рабовласників, жорстокості та нетерпимості до рабів та ворогів, хоробрості та витримки тощо. Освіта в Середньовіччі відбувалась при церковних та монастирських школах, в цей період в Європі з'являються перші університети – заклади вищої освіти: Болонський університет, Італія XI ст., Оксфордський університет, Англія XII ст., Паризький університет, Франція XIII ст., у XIV з'являються Карлів університет (Чехія), Ягеллонський університет (Краків, Польща) та інші.

Сучасна освіта XXI століття є важливим інструментом для розвитку молодого покоління. Освіта допомагає особистості реалізувати свій потенціал, досягти успіху в кар'єрі та житті загалом. Освічені громадяни забезпечують соціальний та економічний розвиток країни. Сьогодні інвестування держав в освіченість нації – це не випадковість, а продуманий і серйозний крок, погляд у майбутнє держав. Чим більше освічених людей в країні, тим більше шансів у держави на успішний економічний та соціальний розвиток, підвищується конкурентоспроможність у суспільстві. Освічені громадяни є генераторами нових ідей та інновацій, швидше беруть на себе відповідальність за нові проєкти, легше адаптуюся до змін. Дені Дідро, французький філософ XVIII століття, вдало зауважив про значення освіти: «Освіта змушує людину почуватися гідною, навіть раб починає усвідомлювати, що він не народжений для рабства» [<https://osvita.ua/vnz/reports/philosophy/12925/>].

Високий рівень освіти потребує цілеспрямованих реформ, які передбачають підвищення професіоналізму та мотивації педагогів; створення сучасної освітньої інфраструктури (безпечні та комфортні освітні заклади із сучасним технологічним оснащенням) та гнучких навчальних програм, що розвивають практичні навички у здобувачів освіти та забезпечують інклюзивність навчання.

У світі сьогодні функціонує три великі освітні проєкти: Болонський процес в Європі, американський проєкт «No Child Left Behind» (Жодна дитина не залишається позаду) та азійський освітній проєкт – національний тест [<https://fact-news.com.ua/svitovi-lideri-osviti-scho-stoit-za-reytingom-naybilsh-osvichenih-krain/>]. Болонська система освіти складається з трьох ступенів здобуття освіти: бакалаврат, магістратура, докторантура, а також передбачає кредитну систему оцінювання в 100 балів. Американський освітній проєкт стосується більше середньої школи США, він дав змогу вирівняти освітні можливості у різних штатах та населених пунктах держави. Вища освіта у США зберігає свої передові позиції, американські університети і сьогодні перемагають у світових рейтингах університетів. Недоліком вищої освіти США є нерівність доступу до здобуття професії через високу вартість навчання та чималий відсоток студентів-боржників, які не можуть отримати омріяний диплом випускника. Азійські країни: Китай, Південна Корея, Тайвань, Японія зробили акцент не на освітніх реформах, а на контрольованих державою масштабних відборах через національні державні тести. Україна з 2005 року приєдналась до Болонської системи вищої освіти. Російсько-українська

повномасштабна війна, що триває з 2022 року, внесла значні корективи в систему вищої освіти України. Через вимушену міграцію тисячі українських студентів продовжили або розпочали навчання в європейських університетах. Водночас національна освітня система України адаптується до роботи в кризових умовах війни, що включають часті повітряні тривоги та перебої з електропостачанням. Попри все велика віра в перемогу України та надія на швидке завершення війни залишаються незмінними.

Перші уроки виховання ми отримуємо в сім'ї. Оптимальна тактика сімейного виховання

Формування сильної, здорової та свідомої нації значною мірою залежить від родинного виховання. Останні десятиліття в Україні спостерігаються значні демографічні зміни: зниження народжуваності, зростання кількості неповних (коли дитину виховує один з батьків – мати чи батько) та малодітних родин (1-2 дитини). Також серед молодих пар зростає тенденція відтерміновувати народження дітей, надаючи перевагу догляду за домашніми улюбленцями, що вони часто мотивують різними причинами.

З сивої давнини в Україні існували певні норми родинного виховання, що ґрунтувалися на працелюбстві. Малим дітям доручали пасти гусей, свиней, більш старшим – худобу; старших дітей привчали до певних обов'язків: дівчата опановували вишивання та ведення домашнього господарства, а хлопці – роботу на землі та біля садиби. Батьки передавали дітям через власний приклад знання, досвід предків, сімейні звичаї та обряди. Вони прищеплювали дітям любов до праці, рідної землі та батьківщини, а також виховували повагу до батьків і старших. Основою сімейного виховання були засади християнства, десять Божих заповідей або «золоте правило моральності»: стався до людей так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе.

Сьогодні дослідники, зокрема педагоги та психологи, виділяють чотири сучасні стилі сімейного виховання: авторитарний, демократичний, ліберальний та потуральний [<https://vseosvita.ua/library/embed/0100awcp-4aa0.doc.html>]. Авторитарний стиль виховання базується на диктатурі, де один із батьків виступає в ролі абсолютного авторитета; а його слово є законом для всіх членів родини (як я сказав – так і буде). У такій атмосфері пригнічується почуття гідності, а прояв самостійності чи ініціативи не заохочується. Результатом такого виховання є формування у дітей слухняності та покірності. Однак це також може спричинити страх та недовіру до батьків, втрату важливих особистісних якостей, як віра в себе, ініціативність, оптимізм і здатність до любові.

Демократичний стиль виховання вважається найбільш ефективним, оскільки він заснований на співробітництві та взаємодії між усіма членами родини. Його ключові принципи – підтримка, надання порад та допомоги, взаєморозуміння та відкрите спілкування між батьками й дітьми. За такого підходу діти вчаться поважати інших, співпереживати, допомагати, відповідати

за свої вчинки, не боячись покарання, вчаться самостійно приймати рішення, домовлятися, шукати компромісів. Демократичний стиль виховання передбачає обачливий і турботливий батьківський контроль, який допомагає дітям розвиватися, але не обмежує їхньої свободи.

Ліберальний стиль виховання передбачає тактику невтручання, при якій батьки і діти в родині ніби існують паралельно, не втручаючись у життя одне одного. По суті, батьки ухиляються від своїх обов'язків, надаючи дітям повну самостійність. На жаль такий підхід часто призводить до формування у дітей егоцентричності та індивідуалізму, неповаги до інших людей.

Потуральний стиль – це тактика надмірної опіки та безоглядної любові. Батьки виконують будь-які забаганки дитини, не даючи їй можливості проявити самостійність чи докласти власних зусиль для задоволення своїх потреб. Як наслідок дитина виростає безініціативною, несамостійною, безпорадною та уникає відповідальності. Домінуючою рисою такої особистості є егоцентризм, коли весь світ має обернутися навколо її потреб та бажань.

Яких засад потрібно дотримуватись у вихованні? Приймайте дитину такою, якою вона є; будьте уважними і чуйними до кожного члена родини; поєднуйте повагу та любов до дитини з вимогливістю; дайте дитині розуміння, що любитимете її за будь-яких обставин. Оскільки діти нерідко повторюють дії дорослих, намагайтеся в родині дотримуватися стосунків любові та поваги один до одного, до людей старшого віку, демонструйте спілкування між собою та проведення часу разом у виконанні певної праці чи на відпочинку. Підтримуйте в дитині самостійність, відповідальність та дисциплінованість. Частіше спілкуйтеся з дитиною, знайдіть час вислухати її.

ТЕМА 6. КОЖНА ПОДОРОЖ – ЦЕ ВІДКРИТТЯ НОВИХ ГОРИЗОНТІВ РОЗУМІННЯ СЕБЕ ТА СВІТУ (МАЙКЛ ЛІНДСЕЙ)

Подорожувати – значить жити (Ганс Крістіан Андерсен)

«Не люди створюють подорожі, а подорожі створюють людей», – вважав Джон Стейнбек. Подорожі дійсно є невіддільною частиною людського життя. З дитинства ми із захопленням переглядали мультфільм «Навколо світу за 80 днів» про пригоди винахідника Фога та його помічника Паспарту. Тому для значної частини людей подорож – це пригода. Марку Твену, американському письменнику належать слова: «Тільки про дві речі ми будемо шкодувати на смертному одрі – що мало любили та мало подорожували» [<https://buzok.net/tsytaty-pro-podorozhi/>].

Закордонні подорожі дають людині набагато більше емоцій, ніж просто відпочинок вдома: нові враження, нова мова, культура, традиції, національні страви – мандрувати офлайн, тобто фізично перебувати в реальній країні набагато цікавіше, ніж подорожувати віртуально, переглядаючи передачі по телевізору чи інтернету. Тому такі подорожі людина може запланувати

заздалегідь, за декілька місяців до відпустки. Такий відпочинок допомагає людині змінити обставини навколо себе, «зняти» з себе тривогу та депресію, по-новому оцінити світ навколо себе, розслабитися, впорядкувати свої думки. За певними соціологічними дослідженнями найбільш доброзичлива країна Європи для туризму – Ірландія [[https://www.unian.ua/tourism/news/vidpochinok - v-yevropi-nazvano-naybilsh-gostinni-krajini-yevropi-2023-12430983.html](https://www.unian.ua/tourism/news/vidpochinok-v-yevropi-nazvano-naybilsh-gostinni-krajini-yevropi-2023-12430983.html)].

Ірландія, яку називають «Смарагдовим островом» через масиви зелених пасовищ та лісів, вражає туристів мальовничими краєвидами: дике узбережжя, могутні скелі Мохер, стародавні замки та величні руїни, пронизані духом кельтів, ірландська культура та традиції, традиційна національна кухня, дивовижні міста: Дублін, Корк та інші. Когось може привабити Японія як країна, що поєднує глибокі історичні та культурні традиції із сучасними технологіями. Японська культура абсолютно не схожа на європейську, японська кухня, мистецтва (оригамі, ікебана, чайна церемонія тощо) – все це приваблює туристів в країну.

Коли замислюємося, яку країну хочемо відвідати, маємо зрозуміти, який тип відпочинку обираємо: пляжний релакс (Туреччина, Греція, Італія, Єгипет, Хорватія та інші країни), культурне занурення в країну, тобто відвідування музеїв, галерей, театрів, фестивалів (великі європейські міста), відпочинок на природі: ліси, озера, гори; міський відпочинок або оздоровчий (санаторії, термальні джерела). Окрім того, маємо визначитися з тривалістю поїздки та бюджетом на подорож, чи є обмеження у мові, чи легко дістатися до місця відпочинку тощо.

Зазвичай люди подорожують родинами або парою удвох, або з друзями. Так і веселіше, цікавіше, є економія витрат і це безпечніше, ніж вирушати у мандрівку наодинці. Звичайно, є люди, які полюбляють подорожувати наодинці. Мандрівка наодинці – це не про самотність, а про самореалізацію, самопізнання, відкритість на нові знайомства.

Подорожуємо Україною

Україна займає 8 місце у світі за кількістю туристичних візитів. Більшість українців мріють про подорожі під час відпустки, але в усіх різна мотивація подорожі: хтось хоче позасмагати на комфортному пляжі та купатися в морі, і хоча через військові дії ми не можемо поїхати на море в Херсон або Маріуполь, але є Одеса з її народним статусом морської столиці України, Шацькі озера на Волині; інший хоче милуватися старовинними фортецями та замками Луцька, Кам'янця-Подільського, Дубна, Золочева, Чернівців, Львова або Мукачєва тощо, інша група туристів намагаються відвідати заповідники України (Поліський, Рівненський, Древлянський, Медобори на Тернопільщині та інші), а хтось полюбляє ходити в гори. Тобто у кожного своя мотивація туризму. Перед війною в Україні став розвиватися сільський туризм, інші різновиди туризму: гастрономічний, спортивний, водний, гірський та інші. Що ж впливає на туристичну привабливість України? Значний вплив мають кілька

факторів: природно-кліматичний (різноманітність ландшафтів зібрані саме в Україні: гори, моря, ліси, степи, озера тощо); культурний фактор: кожен регіон України славиться своїми звичаями та обрядами, культурною спадщиною, наприклад на Житомирщині, в Коростені, восени організовують фестиваль дерунів, на Уманщині – фестиваль вареників, на Канівщині – фестиваль борщу. У Львові також можна ознайомитися з багатьма об'єктами культурної спадщини України – так історичний центр міста Лева внесено до списку всесвітньої спадщини ЮНЕСКО, тому тут слід відвідати площу Ринок, Ратушу, Львівський оперний театр тощо, Також на туристичну привабливість України впливає історичний фактор: велика кількість фортець, замків, музеїв, церков та костелів, синагоги та молитовні будинки, історичні пам'ятки тощо.

Для кожної людини нова подорож – це перезавантаження себе, це незабутній досвід, що змінює людину. Після мандрівки ми повертаємося до свого повсякденного рутинного життя іншою людиною – кращою версією себе самого.

Проживання у великих містах: переваги і недоліки

Історія людської цивілізації пов'язує появу міст у давнину з відокремленням ремесел від сільського господарства. Це відбувалося ще задовго до нашої ери. У VI–V ст. до н.е. на території, де сьогодні розташований географічний південь України, з'явилися перші міста-поліси Ольвія, Херсонес, Феодосія, Пантікапей та інші. З часів Київської Русі відомими містами вже були Київ, Чернігів, Володимир (до 2021 року – Володимир-Волинський).

Станом на початок 2022 року в Україні нараховувалось 461 місто, тобто ті населені пункти, які мали офіційний статус міста; 882 селища міського типу і понад 28 тисяч сіл [Міста України за площею <https://inside-ua.com/cities/by-area>]. На сьогодні в Україні 3 міста-мільйонники: Київ, Харків та Одеса. Крім того, є кілька великих міст з населенням більше 500 тисяч: Дніпро, Запоріжжя, Кривий Ріг, Львів. На превеликий жаль, внаслідок російсько-української війни на 2025 рік 111 українських міст тимчасово окуповані [[https://uk.wikipedia.org/wiki/Міста_України_за_населенням_\(2022\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Міста_України_за_населенням_(2022))].

Міське життя споконвіку привертало увагу письменників, соціологів, дослідників у різних галузях, а також людей, які переїжджають із села, вірячи, що саме місто дасть їм змогу досягти успіху та самореалізації. Ця тема знайшла своє відображення у творчості багатьох вітчизняних та зарубіжних авторів. Серед них українець Валер'ян Підмогильний з романом «Місто», американець О. Генрі з оповіданням «Місто без пригод», поляк Тадеуш Пайпер з твором-маніфестом «Місто. Маса. Машина» тощо.

Розглянемо переваги великого міста, які приваблюють до себе багатьох мешканців сільської місцевості. Насамперед місто пропонує широкий вибір вакансій, більше можливостей для кар'єрного зростання. Порівняно з селом у місті значно більша кількість:

- торговельних закладів: магазини, супермаркети, аптеки;

- закладів громадського харчування: ресторани, кафе, бари, їдальні, піцерії;
- освітніх установ: школи, коледжі, університети, а також позашкільні заклади;
- медичних закладів: державні поліклініки та лікарні, приватні клініки з якісною діагностикою;
- культурних та розважальних закладів: музеї, театри, кінотеатри, центри відпочинку.

Окрім того, у великих містах краще розвинене транспортне сполучення з широким вибором міського транспорту: маршрутне таксі, тролейбус, трамвай, метро, легкові та вантажні таксі. Зручність розташування зупинок громадського транспорту робить пересування по місту комфортним, легким та швидким.

Недоліками великих міст є швидкий ритм життя та постійний шум, саме на що звертають увагу мешканці інших населених пунктів, які приїжджають до міста на навчання, роботу, лікування або у справах. Ще одним суттєвим недоліком є значне забруднення повітря, особливо у промислових агломераціях, а також через велику кількість автомобілів. Крім того, порівняно з продуктами, вирощеними селянами на присадибних ділянках, якість овочів і фруктів із супермаркетів чи міських магазинів може бути сумнівною. Також у великих містах щодня виникають значні автомобільні затори, спричинені перевантаженістю доріг.

Підсумовуючи, згадаймо цитату французького письменника, актора та кінорежисера Жана Кокто: «Різниця між великим містом і маленьким в тому, що у великому можна якомога більше побачити, а в маленькому – більше почути» [https://citaty.net.ua/kрасyvi-tsytaty-pro-misto-74-tsytaty/#google_vignette]. Незалежно від того, де ми мешкаємо, залишаймося закоханими у своє місто чи село, розвиваючи його та роблячи кращим для майбутніх поколінь. Будьмо свідомими громадянами та патріотами!

ТЕМА 7. ПОКАЗНИК ЯКОСТІ УПРАВЛІННЯ – ЗВИЧАЙНІ ЛЮДИ, ЩО РОБЛЯТЬ НЕЗВИЧАЙНІ РЕЧІ (ПІТЕР ДРУКЕР)

Про управління і керування

Одним із показників якості управління є людський фактор, тобто звичайні люди, що роблять незвичайні справи – це керівник компанії, який вміє надихати на ефективну роботу своїх працівників, який здатний розкрити потенціал у найпасивнішому працівнику і повірити в нього; це звичайні працівники компанії, які дуже ефективно виконують свої обов'язки. Якщо в компанії немає людини, яка не боїться брати відповідальність за прийняті рішення, то рішення, можливо, ніколи й не будуть прийняті. Ефективний керівник розвиває сильні сторони підприємства: особисті, колег, підлеглих тощо. У скрутних неординарних ситуаціях вони розраховують на виважені мудрі рішення і не зациклюються на другорядних питаннях. Підприємство, як і оркестр, потребує диригента – мудрого виваженого керівника.

Управління можна порівняти зі спорткаром – Ви не станете класним супергонщиком, лише прочитавши книгу про спорткари та перегони. Управлінню вчаться поступово, коли починають керувати малим колективом і поступово збільшують кількість працівників. Теж саме і з досвідом. Народна мудрість нас вчить: *Велику посаду займати, треба багато ума мати. До булави треба й голови. Не посада красить чоловіка, а чоловік – посаду. У кого в голові капуста розсада, тому не дасть ума й посада.*

В управлінні слід враховувати і світовий економічний досвід. Основний принцип японського менеджменту: *«...насамперед – якість, а прибуток сам прийде...»*. Принцип Гарвардської школи бізнесу: *«...бізнес – це вміння приймати правильні управлінські рішення щодо керування компанією в умовах невизначеності...»*. Також в цьому питанні хотілося б проаналізувати семантику слів *управління* та *керування*, оскільки певна кількість людей вважають ці слова синонімами. Але це не зовсім так. *Управління* – обов’язок та функція керівника компанії, *управління* передбачає стратегічний напрямок розвитку компанії на довготривалу перспективу. *Водночас керування* – це привілей менеджера організації, який реалізовує короткострокові цілі фірми. Американці вважають, що успіху досягають компанії, де ці ролі взаємопроникні або хоча б максимально зближені. За певних обставин лідер фірми має бути готовий виконувати роль менеджера, а менеджер – очолити компанію і здійснювати управління.

Добірка художніх кіношедеврів розкриває життєвий шлях відомих бізнесменів, засновників відомих компаній: фільм «Пірати силіконової долини» розкриває життя двох комп’ютерних геніїв, винахідників Білла Гейтса та Стіва Джобса, що підкорили світ, заснувавши компанії «Apple» та «Microsoft»; кінострічка «Продавець» – історію порятунку майже збанкрутілої компанії із продажу старих автомобілів; серіал «Божевільні» – про рекламне агентство та його креативного директора; «Межа ризику» розкриває сюжет, як виживає група топ-менеджерів з Уолл-Стріт на тлі світової економічної кризи; документальна стрічка «Стартап.ком» розкриває секрети, як в умовах кризи зберегти ефективність команди, підтримувати здорову атмосферу між працівниками тощо.

Таким чином, якісне та успішне управління є великим мистецтвом, яким можуть оволодіти не лише керівники, а й звичайні працівники – «агенти позитивних змін», що не бояться робити незвичайні речі...

Стратегічний план розвитку державного органу – етапи та виклики

У бізнес-середовищі дуже важливо мати стратегічний план організації. Стратегічний план розвитку будь-якого державного органу зазвичай складається на короткострокову перспективу (1 рік), середньострокову перспективу (2-3 роки) та тривалу перспективу (5 років).

Навіть не будучи економістом за фахом, ми повинні усвідомити, що стратегічний план розвитку – це важливий документ, який містить питання

розвитку органу, його реалізації на певний визначений термін. Це як дорожня карта для керування органом у складних економічних чи суспільних умовах. Стратегія розвитку сприяє адаптації органу до внутрішніх та зовнішніх змін у суспільстві, забезпечує прийняття рішень, сприяє сталому зростанню підприємства. Стратегічний план є динамічним інструментом для навігації в складних ситуаціях.

Підготовка стратегії розвитку – це довготривалий процес, який вимагає залучення широкого кола зацікавлених сторін, фахівців. Загалом створення стратегічного плану розвитку державного органу вимагає системного підходу та складається з таких етапів: підготовчий, діагностичний, визначення стратегічних концепцій, розробка плану дій, моніторинг та комунікація. На підготовчому етапі формують робочу групу, розподіл ролей та повноважень у робочій групі, збір вихідної інформації про державний орган, для якого складається стратегічний план. Діагностичний етап – це аналіз поточної ситуації передбачає визначення сильних та слабких сторін державного органу, аналіз його можливостей та потенційних загроз. Наступний етап – визначення стратегічних пріоритетів вимагає чіткого визначення призначення державного органу, його ролі та функцій. Цей етап включає формулювання візії – бажаного стану державного органу через 5 років, тобто опис перспектив розвитку цього органу наступні роки. У цьому етапі визначають стратегічні пріоритети – декілька ключових сфер, у яких має розвиватися державний орган. Четвертий етап – розробка плану дій містить стратегічні завдання, встановлені терміни виконання, призначення відповідальних осіб за виконання кожного завдання; визначення необхідних ресурсів: людських, фінансових, матеріальних та технічних. Також на цьому етапі формулюють очікувані результати від кожного завдання. Наступний етап передбачає моніторинг, оцінку та коригування стратегічного плану, регулярну звітність про виконання плану перед керівництвом та громадськістю (на вимогу).

Насамкінець варто зауважити, що створення та реалізація стратегічного плану розвитку державного органу – це тривалий процес, який вимагає постійної уваги, аналізу та готовності до змін. Він дозволяє державному органу не лише реагувати на виклики, а й активно формувати бачення розвитку органу в перспективі наступних років, підвищуючи ефективність та якість надання послуг громадянам.

Мистецтво політики – це мистецтво робити так, щоб кожному було вигідно бути доброчесним (Клод Гельвецій).

Політика, як сфера впливу на суспільство, зародилась у давні часи, коли виникали перші відомі нам держави. Саме тому ми вивчаємо її початки на прикладі історії Стародавнього Риму, Греції, Єгипту та інших давніх цивілізацій.

У сучасному ХХІ столітті політика й далі залишається сферою впливу на громадян окремої країни або планети в цілому. В Україні спостерігається низка

політичних скандалів, що свідчать про системну недоброчесність державних діячів. Звинувачення проти них включають корупцію, відмивання коштів, економічні злочини, популізм, шпигунство на користь росії та інші.

Чи мають державні діячі бути доброчесними? Буз сумніву, так, тому що їх діяльність, їх рішення дотримуватися доброчесності впливає на долю країни – життя громадян та добробут держави. Доброчесність базується на довірі до президента країни, урядовців, без цієї важливої ознаки ефективного державного управління неможливе. Якщо не буде довіри до політики держави в цілому, з'явиться політична нестабільність, знизиться ефективність роботи державних інституцій. Також ознакою доброчесності є справедливість в управлінні державою, тобто доброчесний політик ухвалює рішення в інтересах народу, при цьому не керується власними амбіціями або інтересами впливових людей в країні. Прозорість та чесність політичних дій є ключовими ознаками доброчесної політики в державі. Ці принципи реалізуються через добропорядність, професіоналізм та законослухняність самих політиків. Оскільки державні діячі є публічними особами, за діями яких спостерігає суспільство, їх поведінка і життя мають бути зразком для наслідування. Доброчесності протиставляється недоброчесність, з якою пов'язані такі негативні явища як корупція, несправедливість, популізм. Серед видатних державних діячів зустрічаються постаті з різними рисами та поведінкою. Одним із найяскравіших прикладів доброчесності в політиці ХХ століття є Нельсон Мандела, який став першим демократично обраним президентом Південно-Африканської республіки в 90-х роках минулого століття. Справедливим та чесним політиком зарекомендував себе перший президент незалежної Чехії Вацлав Гавел, який відстоював у політиці моральність і правдивість. Непримиренна боротьба з корупцією дозволила прем'єр-міністру Сінгапуру Лі Куан Ю вивести країну з бідності та перетворити її на світового лідера, що принесло йому світове визнання.

Один з найкращих фільмів про політиків з усіма їх недоліками та сильними рисами характеру – «Темні часи» про перші місяці перебування Вінстона Черчилля на посаді прем'єр-міністра Великобританії, коли країна стояла на порозі вторгнення нацистської Німеччини до Британії. Політика – це не чорне і біле, це особлива сфера, де видатні політичні особистості є звичайними людьми зі своїми перевагами та слабкостями.

Тож погоджуємося з висловом Гельвеція «Мистецтво політики – це мистецтво робити так, щоб кожному було вигідно бути доброчесним», тобто ставити суспільні інтереси вище за особисті.

Державний службовець – важливий інститут організації суспільства.

Вимоги до виконання посадових обов'язків державними службовцями.

Практично в усіх країнах світу функціонують державні апарати. Незалежно від політичного устрою країни та їх рівня розвитку кожна держава

потребує апарату управління для виконання завдань та функцій держави. При цьому країни мають свою унікальну модель державної служби.

Відповідаючи на запитання «Які зміни ви хотіли б бачити на державній службі?», зазначимо: максимальна цифровізація надання публічних послуг громадянам, що допоможе боротися з корупцією; залучення громадськості до прийняття рішень на місцевому рівні; зменшення бюрократичних елементів у спілкуванні з громадянами; кадрове «омолодження» державної служби, тобто без оновлення кадрового потенціалу державного апарату та залучення молодих фахівців з певними необхідними вміннями та навичками неможливий розвиток інституту державної служби. Молодь повинна стати визначальним фактором в оновленні та модернізації системи державного управління.

Нерідко чуємо вислів: «Державний службовець – обличчя держави в очах громадян». Для звичайного пересічного громадянина саме спілкування з держслужбовцем нерідко стає єдиною точкою комунікації громадянина з державою. Держслужбовець – безпосередній представник державного апарату, носій цінностей та принципів держави, саме від нього багато в чому залежить сприйняття громадянами ефективності та справедливості держави. Саме в цьому місія держслужбовця – служити державі та її громадянам. Британський професор економіки та державної політики Джонатан Портес зауважив, що «...бути хорошим державним службовцем означає робити неможливе – поєднувати аналітичні факти з переконаннями, а власне бачення – з реалізмом» [<https://moodle.gi.edu.ua/course/view.php?id=1059>].

Яким уявляємо вірцевого державного службовця? Службовець, що перебуває на державній службі, повинен бути професійним, ввічливим, компетентним, доброзичливим, дотримуватися верховенства права та політичної неупередженості. На противагу такому службовцю, якщо нам трапиться некомпетентний та неввічливий державний службовець, то перше наше враження скоріш за все буде наступним: раз представник держави такий, то вся держава така, як він. У своїй взаємодії з громадянами держслужбовець повинен діяти чесно, ефективно, прозоро, це зміцнює довіру до влади. Звання державного службовця покладає на людину велику відповідальність. Ця посада вимагає від людини високих стандартів етики, професійності, чесності, людяності та служіння суспільству.

Підсумовуючи, згадаймо фразу Олени Грицак: «Якщо ви обрали роботу державного службовця, то в пріоритеті вашої діяльності має бути людина та захист її прав». У цьому місія держслужбовця.

Високопрофесійна державна служба – запорука ефективного та результативного державного управління

Історія державної служби сягає глибокої давнини і пов'язана з виникненням держави як цілісного утворення, що потребувала управлінців – людей, які здійснювали адміністрування. Науковці зазначають: державний службовець – особлива професія, яка, як і всі інші, потребує правового захисту. Цей захист

існував уже за часів Київської Русі – тоді все залежало від князівської волі. Запорізька Січ стала тією повноцінною державою, де було визначено права і обов'язки козацької старшини [<https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream-download/123456789/23600/1/Inshin.pdf>].

У 1918 році, понад 100 років тому, усі державні службовці, судді, військові обов'язково складали урочисту обітницю: «Обіцяю та заприсягаюсь бути завжди вірним Українській Державі, як своїй Батьківщині, охороняти інтереси держави і всіма силами допомагати її славі та розцвіту, не жалкуючи навіть і життя свого» [<https://old.uinp.gov.ua/methodicmaterial/derzhavnii-sluzhbi-ukraini-100-rokiv>].

Представляючи інтереси громадян і свого народу, державна служба України діє за принципами, окресленими чинним законодавством, – верховенства права, законності, професіоналізму, патріотизму, доброчесності, ефективності, забезпечення рівного доступу до державної служби, політичної неупередженості, прозорості і стабільності [<https://centraljust.gov.ua/news/info/osnovni-printsipi-roboti-derjavnih-slujbovtsiv>].

Сучасна Україна як потенційний член Євросоюзу продовжує удосконалювати систему державного управління на засадах демократизації.

Поняття досконалого законодавства та гідних державних службовців – взаємопов'язані. Так, за висловом Отто фон Бісмарка, «...з поганими законами й добрими державними службовцями цілком можна правити країною, але якщо державні службовці погані, то не допоможуть і найкращі закони». Це дійсно так, оскільки законодавство прописує правила життя у суспільстві, а чиновники, які впроваджують ці правила, є обличчям закону в очах громадян.

Недоліки керівника в очах підлеглих – табу чи предмет обговорення?

«Ніколи не довіряйте тим підлеглим, які не знаходять у керівництва ніяких недоліків» – цей вислів належить англійському письменнику XIX століття Вільяму Вілкі Коллінзу. Як правильно вчинити, якщо посадова особа несправедливо вирішує службові питання, зневажливо ставиться до підлеглих, демонструє відкрито авторитарний тип керівництва? Дії підлеглого можуть бути різноманітними: 1) звільнитися з роботи, аби уникнути емоційного та професійного вигорання; 2) наражаючись на небезпеку, вступити у відкриту суперечку із керівником (сам на сам або привселюдно); 3) покійно погоджуватися з усім, що каже посадовець, улесливо підтакувати, але позаочі критикувати його, підтримуючи «постраждалих» від свавілля колег співчутливими фразами; 4) дотримуватися принципу «моя хата скраю». Можна запропонувати й інші способи – скільки людей, стільки і варіантів поведінки.

У зв'язку із цим постає й інша проблема: як ставитися самому керівникові до різної реакції підлеглих на його стиль керівництва? Звісно, йдеться про розважливого управлінця. Невже він не помічас, що навколо скупчилися підлабузники, які звеличують його, доки він обіймає високу посаду, і миттєво

«зникнуть», коли «крісло» звільниться? Вочевидь керівник усе розуміє, але така комунікація є для нього комфортною – він живе одним днем.

Ми прагнемо довіряти людям, яких вважаємо своїми друзями, але нерідко вони просто використовують нашу щирість заради вигоди. Тому так важко знайти друзів на роботі, – але якщо колега теж відвертий із тобою, то це слід цінувати як справжній скарб. Отже, немає нічого кращого, ніж краса людських взаємин, яка визначається золотим правилом моральності: стався до людей так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе.

Якщо людину не поставити на належне їй місце, вона втрачає своє значення

«Людині легше вважати, що вона гідна тієї посади, яку не займає, аніж тієї, яку посіла», – вважав Франсуа де Ларошфуко, французький герцог XVII століття, автор збірки афоризмів під назвою «Максими». Влучний вислів, завжди актуальний, оскільки автор був тонким знавцем психології особистості.

На початку професійної діяльності багато хто мріє про службову кар'єру, яка принесе владу, достаток, задовольнить «єго». Не слід вважати це прагнення недоліком, оскільки чимало молодих людей дійсно є професійно компетентними, креативними, сучасними, амбітними – вони можуть і повинні посісти керівні посади у державі, оновити роботу установ, підприємств. Стикнувшись із бюрократизмом, стереотипами старших колег у ставленні до молодих працівників («повчись іще, молодий ще мені вказувати як працювати»), новачки можуть «опустити руки», бо їм «підрізали крила». Отже, зламати людину дуже легко: гарні наміри, слухні пропозиції, відкритість спілкування можуть перетворитися на бездіяльність і байдужість, емоційну закритість. Тому так важливо, щоб поряд із початківцями були мудрі наставники-колеги, які підкажуть, порадять, вгамують зайві емоції.

Будь-яка посада, будь-яка сфера діяльності заслуговує на схвалення, тому що вона задовольняє потреби суспільства. Не важливо, на що ти здатен – керувати чи виконувати, – ти можеш отримувати задоволення від результатів своєї праці. Гарно налагоджена робота в колективі, де кожен усвідомлює свою вагу, виключає конфлікти, бездіяльність та безвідповідальність.

ТЕМА 8. «СПРАВЖНІЙ ПАТРІОТ – ЦЕ ТОЙ, ХТО ДБАЄ ПРО МАЙБУТНЄ СВОЄЇ КРАЇНИ» (МИКОЛА КУЛІШ)

Завдяки історичній пам'яті людина стає особистістю, народ - нацією, країна - державою (Михайло Грушевський)

Наприкінці свого життя видатний історик, політик, Голова Центральної Ради УНР Михайло Сергійович Грушевський працював над фундаментальною працею «Історія України-Руси», яку вважають найкращим дослідженням минулого нашої держави. Ця книга стала запорукою історичної колективної

пам'яті усіх українців про різні періоди розвитку України, запорукою національної гордості та гідності.

У нашій країні працює низка інституцій, діяльність яких спрямована на збереження історичної пам'яті. Насамперед це Український інститут національної пам'яті як орган виконавчої влади при Кабінеті Міністрів України, який координує проведення заходів з увічнення пам'яті про захисників незалежності, про сумні події в житті нашої країни, про голодомори, депортації та репресії; досліджує та популяризує історичну спадщину, національні культури на теренах України [<https://uinp.gov.ua/pro-instytut/pravovi-zasady-diyalnosti>]. Окрім того, у Києві працює Національний музей історії України, де зберігається більше ніж 700 тисяч експонатів (давні рукописи, види зброї, різноманітні артефакти).

Історична пам'ять формує нові й нові покоління національно свідомих українців, які, як і кожен народ, прагнуть отримати вичерпні і правдиві відомості про життя країни. Саме тому вивчення історії України у закладах освіти посідає одне з важливих місць. Із цього приводу доречно процитувати Марка Тулія Цицерона: «Не знати історії – означає завжди бути дитиною». Що мав на увазі видатний римський оратор-філософ, коли вжив слово «дитина»? Без сумніву, довірливість і наївність, притаманні цьому віку. Не знаючи історії, людина піддається маніпулятивному впливу, сприймає на віру фальшиву, недостовірну інформацію, якою, зокрема, «годували» усе населення СРСР пропагандисти.

Історична пам'ять не дає забути обличчя споконвічного ворога, відчувати його «почерк» у сучасних злочинах проти незалежної України. Історична пам'ять окреслює наш поступ у майбутнє.

Любов до рідної землі, України. У чому виявляється патріотизм?

Давньогрецьке слово *патріот* (співвітчизник) через латинську мову увійшло до словника багатьох європейських мов, у тому числі української. Похідне від нього поняття *патріотизм* означає гордість за вітчизну, знання її історичного минулого, готовність захищати народ своєї країни, його культурні традиції, мову.

Почуття патріотизму виховується змалечку спільними зусиллями родини та вихователів, учителів. На жаль, кожне покоління українців є свідком і учасником боротьби за незалежність країни – молодь має за приклад життя та діяльність патріотів.

Проголошення Незалежності України 24 серпня 1991 року пов'язане із постаттю видатного політика, народного депутата, публіциста В'ячеслава Чорновола, який очолив народно-демократичний рух за звільнення українців від російської дискримінації. У 2000 році посмертно він став Героєм України, назавжди вписавши своє ім'я в історію нашої країни.

Почуття патріотизму стало основою життя видатного вченого, урядовця та політика, Героя України Бориса Патона, якого у 1975 році росіяни наполегливо

запрошували очолити Академію наук СРСР у Москві, – тоді він категорично відмовився на користь роботи в Інституті електрозварювання АН України і залишився у Києві. Проживши 101 рік, він до останніх своїх днів демонстрував свою активну громадянську позицію, засуджуючи анексію Криму, створив потужну наукову школу.

«Душею українського кіно» по праву називають видатного кіноактора, кінорежисера, автора багатьох кіносценаріїв Івана Миколайчука. Посмертно він став лавреатом Шевченківської премії у 1988 році – у скарбницю світової кінематографії увійшли такі шедеври митця, як «Тіні забутих предків», «Пропала грамота», «Білий птах з чорною ознакою», «Вавилон ХХ».

Жорстока війна в Україні щодня випробовує наш патріотизм – Україна має сотні тисяч справжніх героїв – дорослих і дітей, військових і цивільних, які дивують світ своєю незламністю.

Ми є. Були. І будемо ми! Й Вітчизна наша з нами (Іван Багряний)

Іван Лозов'яга – таке було справжнє ім'я видатного письменника, журналіста, лавреата Шевченківської премії, політика, борця за незалежність України Івана Багряного. Найвідомішими його творами стали романи «Сад Гетсиманський» і «Тигролови» – у цих та інших творах він блискуче викривав більшовицьку систему жорстокості, антилюдяності і терору. Його герої вірили у перемогу Добра над злом, виживали у жахливих умовах. Про незламність українців та патріотизм свідчать зокрема рядки із творів І. Багряного, які стали афоризмами: «Ліпше вмерти біжучи, ніж жити гниючи», «Сміливі завжди мають щастя».

До поетичної збірки «Золотий бумеранг» увійшла поема «Меченосці», написана у 1932 році, у розпал сталінських репресій. Тоді-то Іван Багряний виголосив: «Ми народились не самі І день благословили, – Діди-бо знали, – будемо Ми! І Меч нам залишили. Благословен же день і час, І бурі ці, і зливи, І мати, що родила нас, Щоб взяти МЕЧ могли ми» [<https://osvita.ua/school/literature/b/66786/list-6.html>]. Меч у поезії – це символ Правосуддя, який стане справедливою карою гнобителям.

Українська література є відображенням історичних подій, пов'язаних із боротьбою за свободу і незалежність, – здебільшого непокорою споконвічно миролюбних та лагідних українців. Притаманний нашому народові оптимізм допомагає відновлювати зруйновані ворогом міста і села, витримувати полон та окупацію.

Персонажі творів Івана Багряного живуть із-поміж нас. Незабутнім є героїчний вчинок солдата ЗСУ Олександра Мацієвського, якого у грудні 2022 року російські окупанти розстріляли за вигук «Слава Україні!», кинутий їм в обличчя.

Мужність не дається напрокат (Ліна Костенко).

Її називають «совістю нації», а силу її протистояння вимірюють у вольтах. Цю мужню жінку можновладці не змогли підкорити «державною біжутерією» –

вона відмовлялася від орденів і почесних звань на користь права бути гордою, відвертою у думках і літературних рядках. Творчість відданої патріотки Ліни Костенко належить кожному поколінню українців починаючи з 60-х років минулого століття – отже, вона вже не просто «шістдесятниця», занурена у спогади минулого, вона наша сучасниця, молода і нестримна, попри поважний вік.

Її твори розібрані на цитати, а виступи та інтерв'ю записані на численних відео. Наразі чуємо: «А ви думали, що Україна так просто. Україна – це супер. Україна – це ексклюзив. По ній пройшли всі катки історії. На ній відпрацьовані всі види випробувань. Вона загартована найвищим гартom. В умовах сучасного світу їй немає ціни». Цей вислів збігається із тим, якою бачать нашу країну друзі за кордоном. Чи можна знайти потужніші рядки, щоб описати підступність сучасної московії та її хижі наміри щодо України й інших європейських країн: «І жах, і кров, і смерть, і відчай, І клекіт хижої орди, Маленький сірий чоловічок Накоїв чорної біди. Це звір огидної породи, Лох-Несс холодної Неви. Куди ж ви дивитесь, народи?! Сьогодні ми, а завтра – ви».

Політична далекоглядність та тверезий погляд на нашу історію притаманна далеко не всім урядовцям, а тим більше літераторам. У Ліни Василівни ці риси сформувалися на тлі багаторічного споглядання подій в Україні та спілкування із її знаковими постатями – політиками, істориками, митцями, письменниками. Так народилися рядки: «Ми воїни. Не ледарі. Не лежні І наше діло праведне й святе. Бо хто за що, а ми за незалежність. Отож нам так і важко через те» [<https://rozdil.lviv.ua/aphorisms/search/9/index.php?p=2>]

Мудрець завжди визначає життєві пріоритети, розмірковує над своєю роллю у суспільстві. Про це розмірковує і Ліна Костенко: «У пеклі наших доль не знаєш сам – ти бранець чи обранець». Вона ж сама дає відповідь на це запитання: «Коли в людини є народ, тоді вона уже людина» [https://maximum.fm/novini_t2]

Отже, мужність виявляється насамперед у вчинках і правдивих словах. І прикладом мужньої, нескореної людини є Ліна Василівна Костенко.

Про Віру, Надію та Любов кількома рядками

Дівчатка-підлітки Віра, Надія і Любов, виховані їх матір'ю Софією у християнських чеснотах, за переказами, загинули за віру у Римі у II столітті. Вони стали символом незламного духу. Відтоді в усьому світі ці імена популярні – так називають новонароджених донечок і сьогодні. Віра, надія і любов у своїй єдності є підґрунтям життя – без них воно втрачає сенс.

У XVIII столітті видатний український учений-філософ, письменник і богослов професор Георгій Кониський очолював Києво-Могилянську академію. В одній зі своїх промов він виголосив: «Коли надія перевищує страх, то вона породжує відвагу». Це висловлювання переконує, що надія може подолати таке

найсильніше почуття, людина починає діяти рішуче, втрачає природну лякливість перед небезпекою.

Ми завжди сподіваємося, що все буде добре: кохання буде взаємним, здоров'я – міцним, друзі – вірними, робота – стабільною. Є у всіх спільна, колективна надія на Перемогу України у цій страшній війні, надія на швидке відновлення руйнувань і розквіт нашої незалежної європейської держави. Наша надія тримається на вірі – психічному ментальному стані впевненості в істині, на любові – до життя, природи, рідної землі, близьких людей.

Про Віру, Надію і Любов кількома рядками не скажеш – про них складають пісні і знімають кіно. «Поки ми живі, завжди є надія».

Той, хто по-справжньому любить свою Батьківщину, з усякого погляду справжня людина (Василь Сухомлинський)

Василь Олександрович Сухомлинський є автором однієї із найкращих та найщиріших педагогічних праць під назвою «Серце віддаю дітям», перекладеною 53-ма мовами світу. Він працював директором Павлівської середньої школи 23 роки – і діти не знали кращого Наставника, який навчав їх любити природу і людей, бути творчими, цінувати доброту і щедрість, а головне – берегти свою рідну землю, Україну. Видатний педагог-практик, Василь Сухомлинський пройшов лихоліття Другої світової війни, маючи за приклад подвиг польського педагога та лікаря Януша Корчака, відданого своїм учням.

Патріотичні і гуманістичні принципи виховання молодого покоління викладено у ще одній педагогічній праці – «Народження громадянина». За В. О. Сухомлинським, найголовнішими рисами, які педагог має формувати у школярів, є патріотизм, людяність та емпатія, прагнення творити добро.

Створені першокласниками казки, нав'язані красою природи, були неповторними. Казки і оповідання самого Василя Олександровича увійшли до програми розвитку дошкільників «Я у Світі» («Два метелики», «Куди поспішали мурашки», «Зозулина журба», «Іванова хата горить» та інші) – вони видані навіть в аудіо-форматі.

Вимоги сучасності не зменшили ваги освітянської та літературної спадщини відданого патріота України Василя Сухомлинського – сьогодні учителі беруть за основу його педагогічні настанови, оскільки вічними залишаються вимоги до людських чеснот.

Ніяка в світі сила нас не зламає, бо нас коріння наше в землі тримає (Григорій Дудка)

Ці слова належать Григорію Дудці – учаснику бою під Крутами 1918 року, коли біля залізничної станції Крути триста 19-річних курсантів 1-ї Української військової школи імені Б. Хмельницького (історики потім порівнювали їх із трьомастами спартанцями) спільно з бійцями Куреня смерті,

чернігівського вільного козацтва, київськими студентами, гімназистами, лікарями та медсестрами (усього близько 600 захисників), вступили у нерівний бій із 4-тисячною червоною піхотою більшовиків, захищаючи українську державність.

Григорій Дудка у публіцистичному творі «З спогадів про Крути» докладно описав хід цього бою, який тривав близько 5-6 годин: оточені більшовиками, юнаки потрапили до ворожої пащі і, фактично, були масово знищені. Значення такого героїчного опору, на думку істориків, важко переоцінити – оборонці дали можливість уряду УНР виїхати з Києва і укласти Брестський мирний договір із державами Четверного союзу, що сприяло міжнародному визнанню України [<http://kruty.org.ua/spogady/247-gdudka-z-spogadiv-pro-kruty>].

Відтоді минуло більше ста років. І ось у 2019 році побачив світ український історичний фільм режисера Олексія Шапарева «Крути 1918», який не залишив байдужими ані глядачів, ані кінокритиків. Жорстока історія героїчного захисту нашої державності повторилася невдовзі, у 2022 році, і цей опір триває. Так само щодня і щоночі гинуть бійці і мирне населення України, яке не скорилося тому ж самому ворогу. Секрет цієї незламності – у нашому корінні, яке міцно тримає кожного українця, даючи йому сили і мужність.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ ДЛЯ МОВНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

1. Бусел В. Т. Великий тлумачний словник сучасної української мови. Київ: Перун, 2009. 1736 с.
2. Закон України. Про забезпечення функціонування української мови як державної // Відомості Верховної Ради (ВВР), 2019, № 21, ст.81. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2704-19#Text>
3. Караман, С.О. та Цоуфал, Л.С. Теоретичні основи методики проведення переказів Соціалізація особистості (15). 2001. С. 188—198.
4. Климова К. Я. Конспект лекцій до навчальної дисципліни «Ділова українська мова» для підготовки здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, Житомир, Поліський національний університет, 2023. 70 с.
5. Климова К. Я., Плечко А. А. Ділова українська мова: самостійна робота у ЗВО: навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти та викладачів-словесників. Житомир: Вид-во Поліського національного університету, 2024. 196 с.
6. Климова К. Я. Українська мова (за професійним спрямуванням): навчальний посібник для здобувачів вищої освіти та викладачів-словесників. Житомир: Вид-во Поліського національного університету. 2020. 260 с. URL: http://ir.polissiauniver.edu.ua/bitstream/123456789/12818/1/Ukrmov_2020_260.pdf

7. [Лещенко Г.](#) Особливості роботи з текстом на уроках української мови за компетентнісним підходом // Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки. 2016. № 1(1). С. 79-85. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvvnup_2016_1%281%29__16
8. Мацько Л. І., Мацько О. М. Риторика: Навч. посіб. — 2-ге вид., стер. К.: Вища шк., 2006. 311 с.
9. Міжкультурна комунікація в контексті глобалізаційного діалогу: стратегії розвитку: матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції, 25–26 листопада 2022 р., м. Одеса. Ч. 2. — Львів – Торунь: LihaPres, 2022. — 348 с.
10. Національна комісія зі стандартів державної мови. URL: <https://mova.gov.ua/>
11. Національний стандарт України. Державна уніфікована система документації (ДСТУ 4163-2020). URL: http://www.vtu.gov.ua/content/file/Doc_007.pdf
12. Палихата Е. Я. Дидактичний текст: навчально-методичний посібник. Тернопіль : Осад- ца Ю. В., 2018. 200 с.
13. Пентиліук М. І. Мовна особистість студента в контексті професійного становлення / Марія Пентиліук // Українська мова і література в школах України. 2016. N 4. С. 3-8.
14. Семенов, О. М. Тексточентричний підхід до навчання української мови майбутніх молодших спеціалістів з журналістики [Текст] / О. М. Семенов, Н. П. Пономаренко // Матеріали III Міжнародної практичної конференції «Актуальні проблеми сучасної науки» (31.07.2017, Ajman, UAE). — 2017. — № 8 (24). — С. 72–77. URI: <https://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/2728>
15. Словники України. Український мовно-інформаційний фонд. URI: <https://lcorp.ulif.org.ua/dictua/>
16. Словник української мови: в 11 томах / АН УРСР. Інститут мовознавства; за ред. І. К. Білодіда. Київ : Наукова думка, 1970–1980.
17. Текстознавство: навчальний посібник для студентів-філологів вищих педагогічних навчальних закладів / уклад. О. В. Дуденко. — 5-е вид., доповн. Умань: ВПЦ «Візаві», 2017. 124 с. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/7875/1/textoznavstvo17.pdf>
18. Український правопис / НАН України, Інститут мовознавства ім. О.О. Потебні; Інститут української мови. К., 2019. 282 с. URL : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/%202019.pdf>

Навчальне видання

Катерина Яківна КЛИМОВА
Антоніна Андріївна ПЛЕЧКО

ВИВЧАЙ УКРАЇНСЬКУ — БОРОНИ НАШУ ДЕРЖАВНІСТЬ
(збірник текстів для мовного самонавчання та самовдосконалення)

LEARN UKRAINIAN — DEFEND OUR STATEHOOD
(a collection of texts for language self-study and self-improvement)

Комп'ютерна верстка — К. Климова. А.Плечко
Дизайн обкладинки — О. Дунєва

Роздруковано з оригіналу-макета автора

Видавець і виготовлювач
Поліський національний університет
Старий бульвар, 7. Житомир, 10008

Підп. до друку 29.10.2025 р.
Формат 60*84 1/16. Папір офс.
Гарнітур Times New Roman. Ум. друк. арк. 6,27
Наклад пр. 100. Зам. 20

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру суб'єктів
видавничої справи ДК №7381 від 13.007.2021 р.