

# ЗВІТНІСТЬ З ДІАГНОСТИЧНОЇ ПРАКТИКИ

На базі університет  
Робота Анатольєвої Дарії

# ТЮТОРСТВО

- Тьюторант - Олег Смірнов



## КІЛЬКІСНИЙ ЗВІТ

- 5 зустрічей – тривалість приблизно 1.5 год кожна

= 7,5 год

онлайн

- 2 конференції, приблизно 1 година кожна

= 2 год

онлайн

- підготовка до кожної зустрічі та планування – 1 год

= 5 год

- рефлексія після зустрічей – 30 год кожна

= 2.5 год

- ретрит цілісності (вікова психологія, робота з емоціями та упередженнями). Автор – Максим Богданович. За порадою мами – Ольги Анатольєвої

8 лекцій по 3 години кожна

= 24 год

Онлайн

- робота з сайтом

Опрацьовані методики тьюторингу:

- колесо стійкості самообстеження
- швидкий погляд на ваші цінності
- сфери життя
- запитання для рефлексії
- вправа мішень
- смарт цілі
- мій внутрішній вічний двигун
- менеджмент вигорання
- самоал

# СКРІНШОТ – ЗІ ЗУСТРІЧІ 4 З ТЬЮТОРАНТОМ

The screenshot displays a Zoom meeting interface. The main window shows a document titled "Тест Самоактуалізація (1) - tryb zgodności" in a Microsoft Word application. The document content is in Ukrainian and includes the following text:

**Тест: "Визначення рівня самоактуалізації особистості"**  
**(опитувач САМОАЛ)**  
*Дорогий друже!*  
*Прошу тебе пройти тест.*

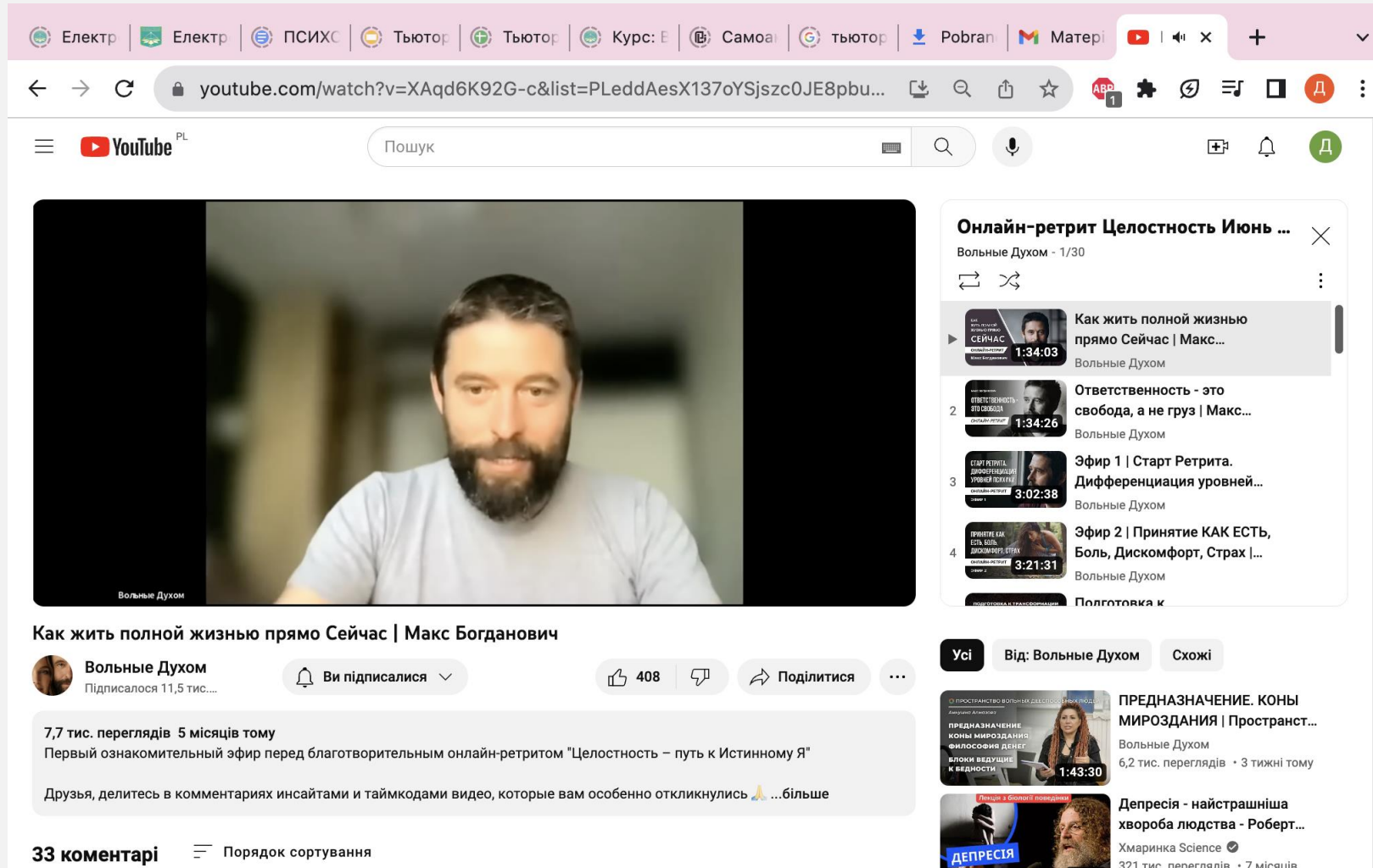
1. А) Настане час, коли я заживу по-справжньому, не так, як зараз.  
Б) Я впевнений, що живу по-справжньому вже зараз.
2. А) Я дуже захоплений власною професією.  
Б) Не можу сказати, що мені подобається моя робота і те, чим я займаюсь.
3. А) Якщо незнайома людина зробить мені послугу, я почуваю себе зобов'язаним їй.  
Б) Приймаючи послугу незнайомої людини, я не почуваю себе зобов'язаним їй.
4. А) Мені буває важко зрозуміти свої почуття.  
Б) Я завжди можу зрозуміти свої почуття.
5. А) Я часто замислююсь над тим, чи правильно я поведив себе в тій або іншій ситуації.  
Б) Я рідко замислююсь над тим, наскільки правильна моя поведінка.
6. А) Я внутрішньо ніяковію, коли мені говорять компліменти.

The document footer shows "Strona 1 z 9", "Wyrazy: 3304", "Український", "Koncentracja uwagi", and "156%".

On the right side, a chat window titled "Tutoring" is visible. It shows messages from "ShiruChan" and "Dariiia". "ShiruChan" has sent two files: "2.docx" (8.02 KB) and "1.doc" (84.50 KB). Below the chat, a list of 20 items is shown, alternating between "A" and "B" (1. A, 2. B, 3. B, 4. B, 5. B, 6. B, 7. A, 8. A, 9. A, 10. A, 11. A, 12. B, 13. A, 14. B, 15. B, 16. A, 17. A, 18. A, 19. B, 20. A). At the bottom of the chat, there is a text input field with the placeholder "Написати Tutoring" and a smiley face icon.

At the bottom of the Zoom window, there are three video thumbnails: a small one with a red "В ЭФИРЕ" (LIVE) indicator, and two larger ones showing participants.

# Вступ до ретриту



Електр | Електр | ПСИХС | Тьютор | Тьютор | Курс: Е | Самоа | тьютор | Pobran | Матері

youtube.com/watch?v=XAq6K92G-c&list=PLeddAesX137oYSjszc0JE8pbu...

Пошук

### Онлайн-ретрит Целостность Июнь ...

Вольные Духом - 1/30

- 1. Как жить полной жизнью прямо Сейчас | Макс... Вольные Духом 1:34:03
- 2. Ответственность - это свобода, а не груз | Макс... Вольные Духом 1:34:26
- 3. Эфир 1 | Старт Ретрита. Дифференциация уровней... Вольные Духом 3:02:38
- 4. Эфир 2 | Принятие КАК ЕСТЬ, Боль, Дискомфорт, Страх |... Вольные Духом 3:21:31

Усі | Від: Вольные Духом | Схожі

- ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ. КОНЫ МИРОЗДАНИЯ | Простран... Вольные Духом 6,2 тис. переглядів • 3 тижні тому
- Депрессия - найстрашніша хвороба людства - Роберт... Хмаринка Science 321 тис. переглядів • 7 місяців

33 коментарі | Порядок сортування

# ПІДСУМКИ ПРАКТИКИ

## ЩО НОВОГО ДІЗНАЛИСЬ

- відкрила для себе світ іншої людини (тьюторанта)
- наскільки для мене важливий саморозвиток та самоактуалізація

## У ЧОМУ ВПРАВЛЯЛИСЬ

- спробувала себе в ролі тьютора

## ЧОГО НАВЧИЛИСЬ

- легко встановлювати зв'язок з клієнтом
- орієнтування в методах та вправах
- знайшла вирішення проблем, що виникли під час практики

## Мої враження від практики

Як тьютор, мої враження від проведення сесій були надзвичайно задовільні. Мені дуже приємно було працювати зі своїм тьюторантом, допомагати йому досягати своїх цілей. Під час зустрічей я старалася створити сприятливу та підтримуючу атмосферу, щоб мій опонент відчував себе комфортно та зосереджено. Я використовувала різні методи та підходи, щоб зрозуміти його заклик, та адаптувала свої заняття відповідно. Я також намагалася підвищити мотивацію мого тьюторанта та розвинути його впевненість у своїх здібностях. Я відзначала його досягнення та надихала його до подальшого розвитку. Моє завдання полягало в тому, щоб допомогти йому розкрити свій потенціал та досягти успіху.

Загалом, я відчуваю велике задоволення від роботи тьютором. Бачити, як Олег змінюється, відкривається, зростає, та досягає своїх цілей, було надзвичайно вдячним та мотивуючим досвідом. Я вірю, що він має великий потенціал, і я горда мати можливість бути його тьютором та сприяти його успіху.

Я вдячна усім особам залученим до цієї практики.

Дякую за можливість практики на базі університету.

Дякую, одногрупника, які ділилися враженнями та здобутиим досвідом.