



Київський університет ім. Бориса Грінченка

ЗВІТ З ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ НА БАЗІ СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Студентки 3 курсу, групи ППБ-1-21-0.4з
Бурячок Єлизавети Романівни





РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ САЙТУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ УНІВЕРСИТЕТУ

- Першу вкладку «Про службу» можна зробити у вигляді презентації, а також навести більше фактичної інформації, наприклад, скільком студентам було надано допомогу і з якими запитами (без конкретизації) зверталися, на мою думку, це буде демонструвати, що Служба активно працює і варто звернутися, якщо у когось є якась проблема.
- Можна зробити клікабельну кнопку «Звернутися за допомогою», яка одразу перекидає в пошту, так кожен міг би залишити заявку. Або одразу вшити комірку для запиту (проте не впевнена, чи можна таку функцію додати безпосередньо для нашого сайту).
- Додати рубрику «Анонси», де були б зазначені заходи/вебінари від Служби, які плануються.
- Можна також розробити чат-бот у Телеграмі, який міг би фільтрувати заявки або давати відповіді на часті запитання, оскільки часто студенти вагаються писати напямую, а так, вони б могли вирішити свою проблему (наприклад, графік роботи, чи з якими запитами можна звертатися до Служби), яка не пов'язана безпосередньо із запитом.

Ілюстрація:

Screenshot of the website structure for the Social-Psychological Service of the University. The page shows a navigation menu, a sidebar with a list of links, and a main content area with a large heading 'Опис з головної сторінки' and a 'ФОТО' placeholder. Below, there are sections for 'Наші принципи в роботі' and 'Що тебе турбує?' with an email icon.

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ

ГОЛОВНА ІНФОРМАЦІЯ ▾ ПРО ФАКУЛЬТЕТ ▾ РЕСУРСИ ▾ СТРУКТУРА ▾

Ви тут: [Головна](#) / [Структура](#) / [Соціально-психологічна підтримка](#) / Соціально-психологічна служба

Соціально-психологічна служба

- > Про службу
- > Популярні запитання
- > Корисні статті
- > Книжки для самопомоги
- > Навчальні та методичні публікації з профілактики негативних явищ в молодіжному середовищі
- > Важливі посилання
 - > Посилання для соціально-психологічної підтримки особам, постраждалим від війни і насильства, пов'язаного зі збройною агресією російської федерації на території України
- > Положення про Соціально-психологічну службу

Допомога психолога он-лайн

Опис з головної сторінки

ФОТО

Наші принципи в роботі:

Конфіденційність

Соціально-психологічна служба активно працює з () року, за 2022-2023 р.н звернулося __ студентів та викладачів, надано допомогу було (стільком). Проведено (n) вебінарів, профілактичних бесід тощо). Було розв'язано (такі) запити.

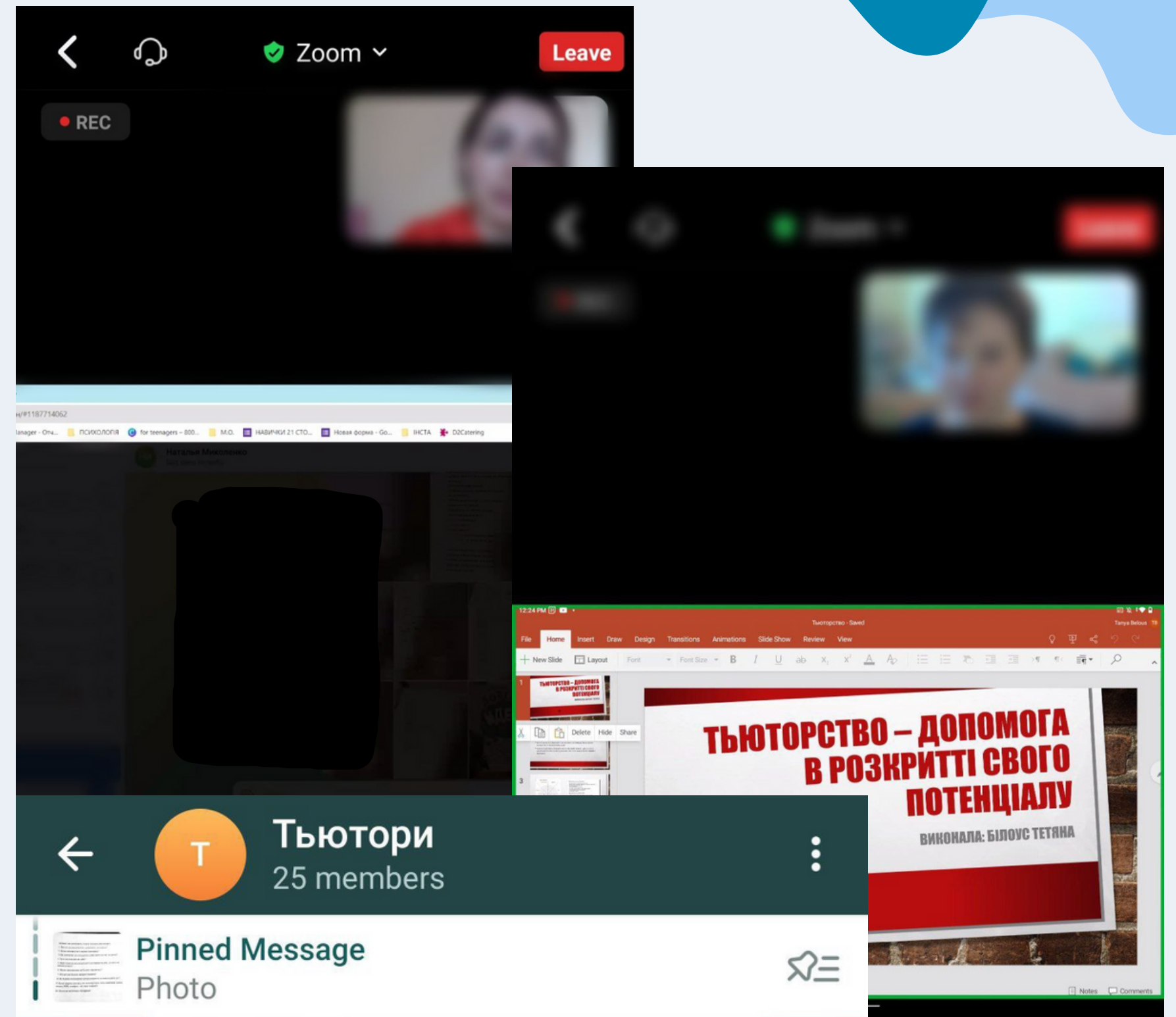
Звернутися за допомогою можна на пошту:@kubg.edu.ua або залишити заявку на сайті

Що тебе турбує?



ТЬЮТОРИНГ

- Установча конференція з практики: корисні поради викладачів кафедри, відгуки від студентів старших курсів.
- Інтерв'язійна зустріч: проблеми, поради, досвід
- Телеграм-чат з підтримкою





ТЮТОРИНГ

Організаційна зустріч із **тьюторанткою А.** з метою визначення запиту та планування подальшої співпраці

The screenshot shows a Zoom meeting interface. At the top, the name of the presenter is 'Єлизавета Романівна Бурячок (Ви (показуєте презентацію))' and the presentation sound is on. The main content is a presentation slide titled 'Тьюторинг' with the following text:

Щоб ви хотіли отримати зараз для повного щастя?	Назвіть 1-2 людей або ресурсів, які б допомогли вам отримати це	Напишіть 1-2 простих дій, які змогли зробити вже на цьому тижні і які б допомогли вам наблизитися до бажаного
---	---	---

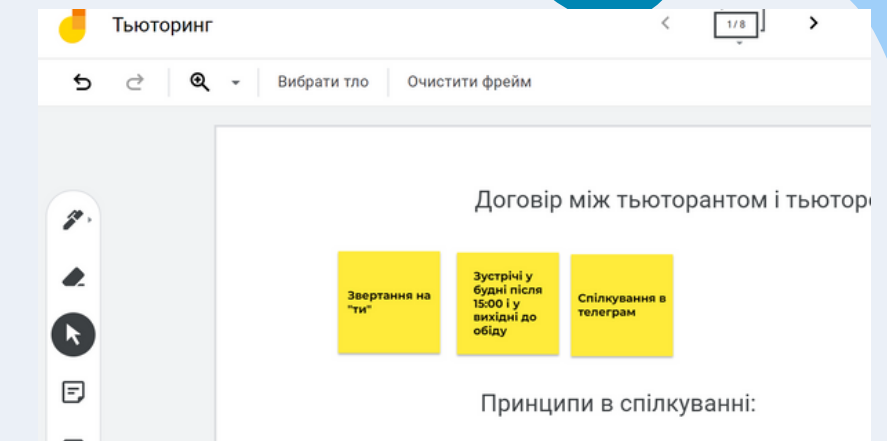
Below the text, there is a handwritten note in green: 'мати насичений графік на тиждень'. The Zoom interface includes a toolbar at the bottom with icons for microphone, video, chat, and other controls. The meeting title at the bottom is '09:02 | Тьюторинг_зустріч_1'.



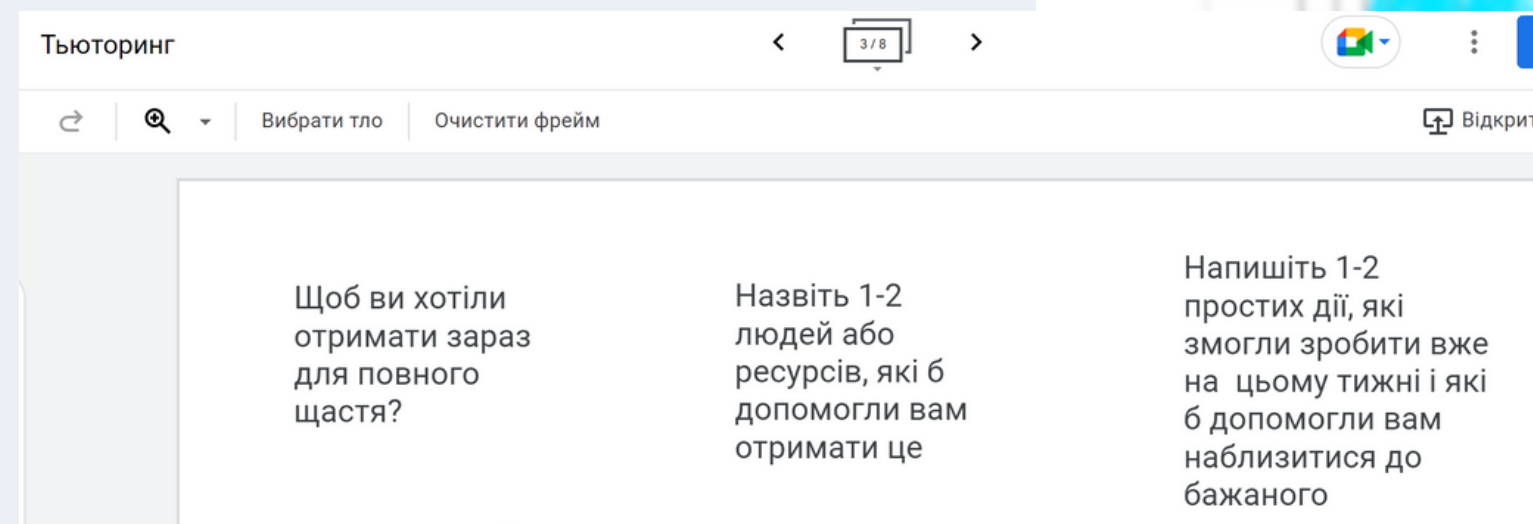
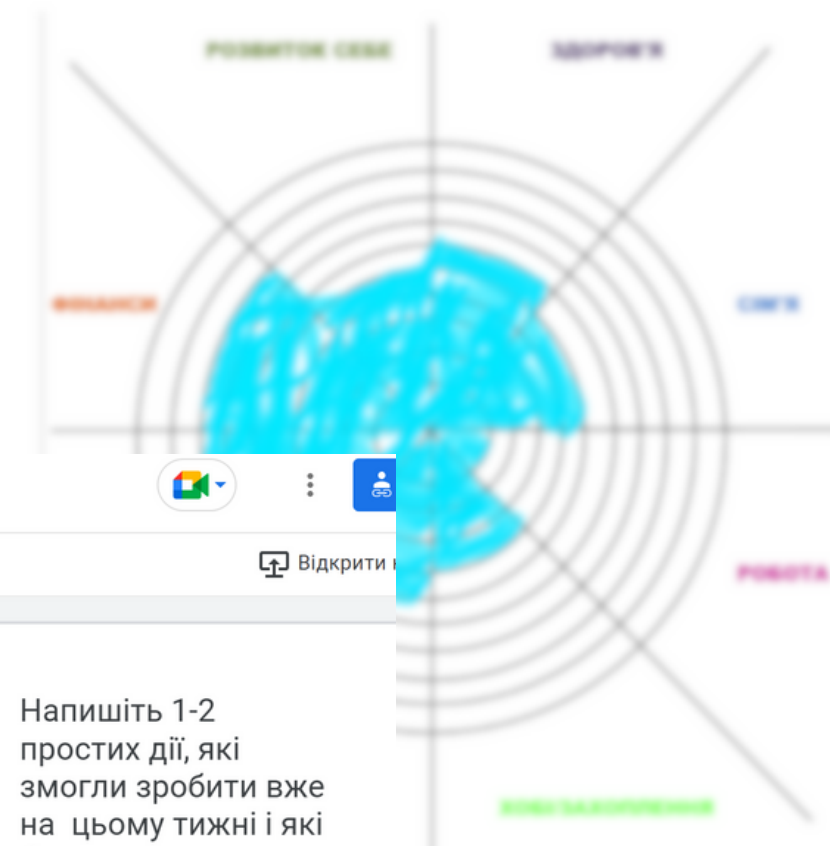
ТЬЮТОРИНГ

Зустріч 1 з тьюторанткою А.

- Укладання **“контракту”** між тьютором і тьюторантом
- Вправа **"Коло розвитку"**
- **Пошук запиту** та його визначення
- Створення подальшого **плану співпраці**



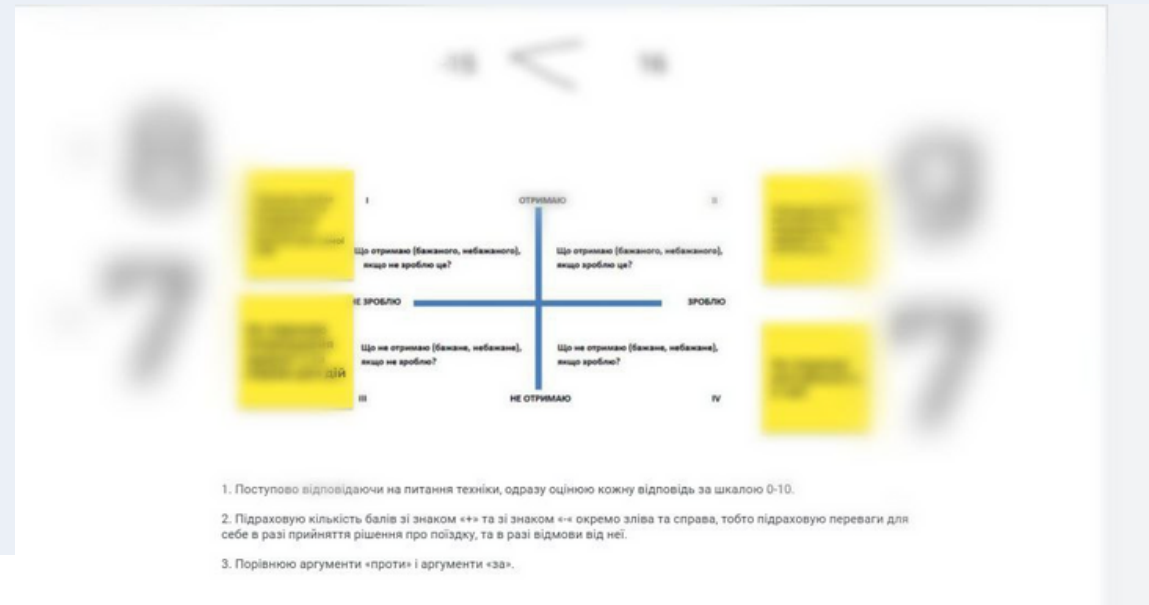
Тьюторинг - Google Jamboard





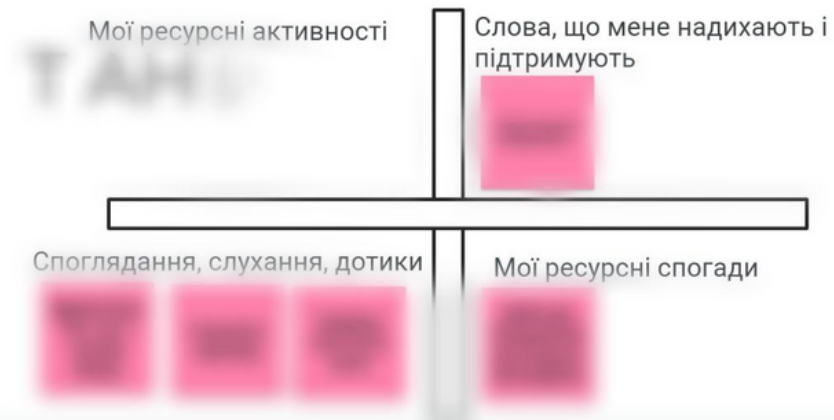
ТЮТОРИНГ

Зустріч 2 з тьюторанткою А.



Мої ресурси

Інструкція: запишіть список ваших ресурсів: від невеличких і доступних, доступних у будь-який момент до більш глобальних



- Уточнення запиту
- Перевірка ДЗ
- Пошук ресурсів та шляху для його пропрацювання
- Вправа “Квадрат Декарта”
- Вправа “Мої ресурси”
- Рефлексія



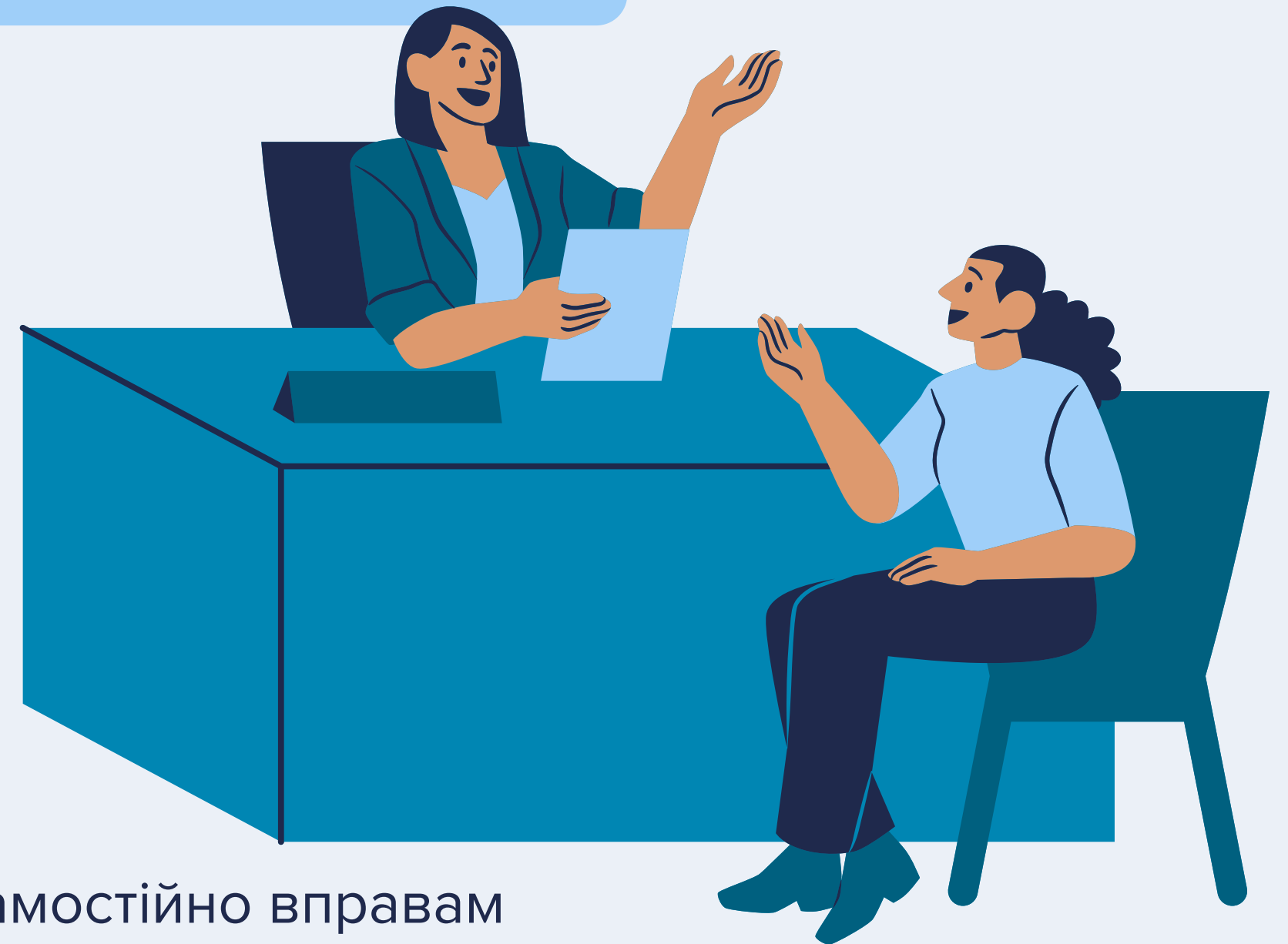
ТЬЮТОРИНГ

Індивідуальна робота тьюторантки А.

- Техніка “**SMART-цілі**”
- **Планування** свого “ідеального” дня
(відповідно до запиту)
- **Пошук курсів** для саморозвитку
(відповідно до запиту)

Зустріч 3 з тьюторанткою А.

- Рефлексія по виконаним самостійно вправам
- Уточнення подальшої індивідуальної роботи тьюторантки над запитом
- Надання рекомендацій тьюторантці
- Обмін досвідом та враженнями від співпраці





ТЬЮТОРИНГ

Організаційна зустріч із **тьюторанткою Б.** з метою визначення запиту та планування подальшої співпраці

The screenshot shows a Zoom meeting interface. At the top, the host is identified as "Єлизавета Романівна Бурячок (Ви (показуєте презентацію))". The meeting title is "Тьюторинг_". The main content is a presentation slide titled "Вправа 'Колесо балансу'". The slide features a hand-drawn circular diagram with eight segments, each labeled with a life domain: "здоров'я" (health), "навчання" (education), "робота" (work), "вільний час" (free time), "людські стосунки" (relationships), "гроші" (money), "самостворення" (self-actualization), and "середовище" (environment). The diagram is divided into two halves, with the left half shaded. Below the diagram, two questions are posed: "Які сфери життя потребують більшої уваги та розвитку?" (Which spheres of life need more attention and development?) and "Що необхідно негайно зробити, щоб життя стало більш гармонійним і збалансованим?" (What is necessary to do immediately so that life becomes more harmonious and balanced?). Two yellow sticky notes are placed on the slide: one says "розвиток себе, відносини і хоббі" (development of self, relationships and hobbies) and the other says "бути більш впевненою в собі" (be more confident in yourself). The Zoom interface includes a toolbar at the bottom with icons for microphone, video, chat, and other functions. The time is 12:48 and the meeting ID is "Тьюторинг_зустріч_1".



ТЮТОРИНГ

Зустріч 1 з тьюторанткою Б.

- Укладання "контракту" між тьютором і тьюторантом
- Вправа "Коло розвитку"
- Пошук запиту та його визначення
- Уточнення запиту + ДЗ

Договір між тьюторантом і тьютором

Мені подобається коли до мене звертаються:

Я хочу щоб мене називали:

Наш формат спілкування:

Тривалість :

Принципи в

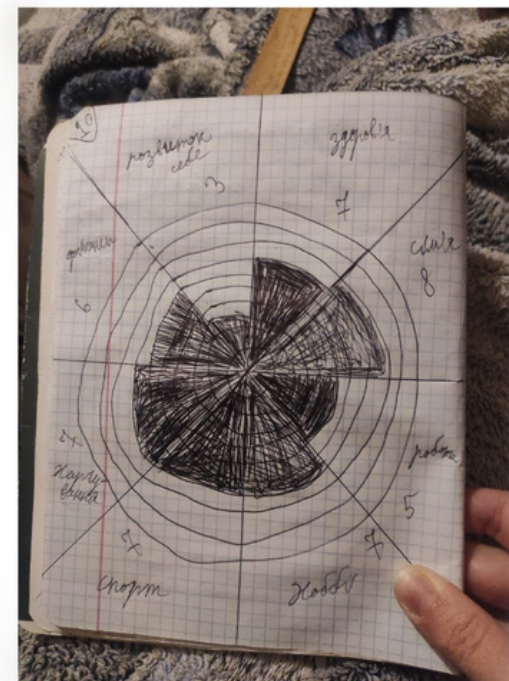
Щоб ви хотіли отримати зараз для повного щастя?

Мої очікування від тьюторіалу:

Назвіть 1-2 людей або ресурсів, які б допомогли вам отримати це

Напишіть 1-2 простих дії, які змогли зробити вже на цьому тижні і які б допомогли вам наблизитися до бажаного

Вправа "Колесо балансу"



Які сфери життя потребують більшої уваги та розвитку?

Що необхідно негайно зробити, щоб життя стало більш гармонійним і збалансованим?



ТЬЮТОРИНГ

Зустріч 2-3 з тьюторанткою Б.

- Зміна запиту та уточнення нового
- “Три питання”
- Виконання техніки “Книга мого життя”
- Рефлексія

Три питання

1. Що б ти зробив/зробила, якби ти отримав/отримала 100 мільйонів доларів?

2. Що б ти зробив/зробила, якби ти був/була на 100 відсотків впевнений/впевнена в тому, що досягнеш успіху?

3. Що б ти зробив/зробила, якби тобі залишилось прожити лише 6 місяців?

🔍 Вибрати тло | Очистити фрейм | 🖼 Відкрити на при

Вправа «Книга мого життя»

Пропиши зміст

○ Я в 2023 році

○ Я в 2028 році

○ Я в 2024 році

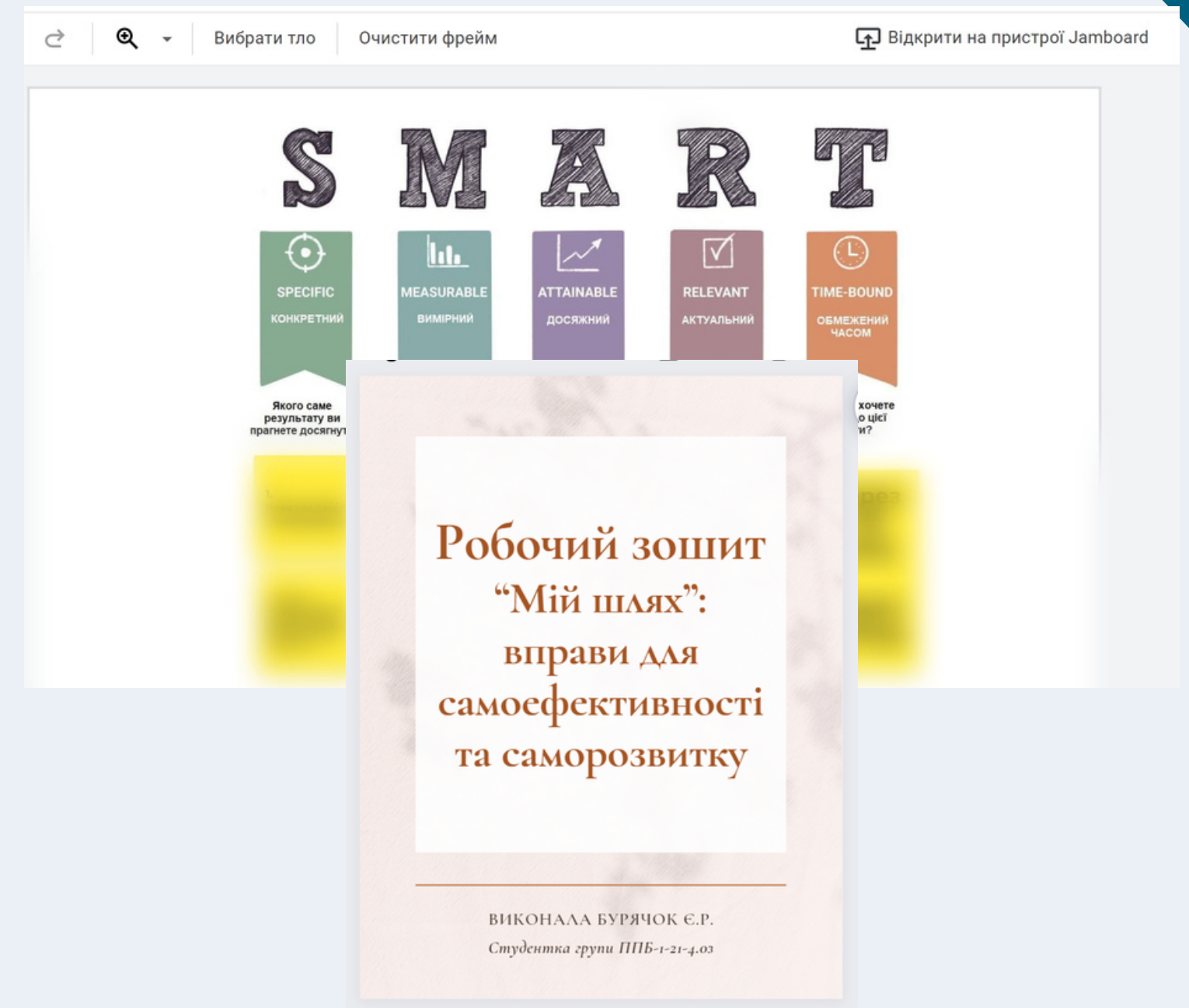
○ Я в 2035 році



ТЬЮТОРИНГ

Зустріч 4-5 з тьюторанткою Б.

- Техніка “**SMART-цілі**”
- Планування індивідуальної роботи тьюторантки над запитом
- **Рекомендації** для самостійної роботи у вигляді зошита з вправами
- **Рефлексія**



Посилання на зошит: <https://drive.google.com/file/d/16fkv07YLS5W1tM1syjF-QIZuGUzlyshb/view?usp=sharing>



ТЮТОРИНГ

Відгук тьюторантки Б.

Зворотний зв'язок після тьюторіалу

1. Як ти почувався під час тьюторіалу у ролі підопічного?
2. Як би ти описав/описала рівень уваги, яку присвятив тобі тьютор під час тьюторіалу? На скільки він тебе слухав, реагував на те, що ти говориш? Чи це змінювалось протягом тьюторіалу?
3. Хто, згідно з твоїми відчуттями, вів, задавав тон тьюторіалу (тьютор наздоганяв підопічного, чи підопічний тьютора?). Чи змінювалось це протягом тьюторіалу?
4. Яким був твій рівень зацікавлення під час тьюторіалу? Чи відчував/відчувала ти, що тьютор будував/підтримував твоє зацікавлення темою? Чи змінювався цей рівень зацікавлення протягом тьюторіалу?
5. Що Тебе "закривало" як підопічного під час тьюторіалу?

1. Мені подобається, коли хтось допомагає мені розвиватись, копається в мені.

Цікаво знаходити в собі нові сторони. Мені дуже сподобалась подача тьюторки. Навчилась від неї як подавати інформацію для підопічного.

2. Тьюторка дуже уважно мене слухала, навіть розмиту відповідь від мене намагалась розкрити з клубоку. Вона допомагала мені зрозуміти чого я хочу. Це не хмінювалось під час тьюторингу, вона весь час була активною і розуміючою.

3. Думаю тьютор задавав тон, щоб допомогти мені зрозуміти свої почуття. Не змінювалось.

4. Була дуже цікаво подана інформація і вправи. Так, тьютор допомагав мені постійно віднайти потрібний шлях і підтримував в моїх переживаннях. Ні, не змінився мені дуже сподобалося.

5. Мені буває страшно говорити про свої переживання, буває я навіть сама себе обманюю не підозрюючи цього. Тьюторка змогла ввійти в довіру і допомогти мені розкритись і прийняти себе.

16:38





ПІД ЧАС ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ:

Покращувала навички
спілкування

Покращувала аналітичні навички

Покращувала знання в сфері
тьюторингу

Вчилась підбирати техніки та
вправи під запит

Вчилась організувати свій
робочий час

Вчилась знаходити способи
подачі інформації

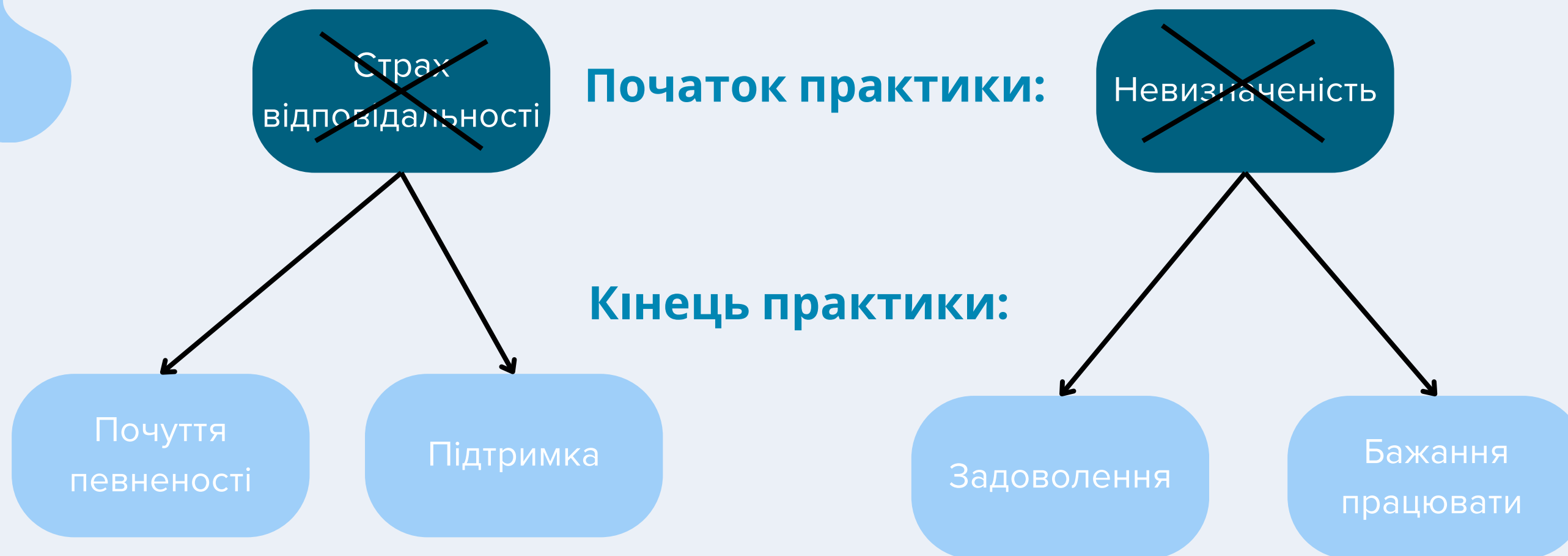
Розвивала активне слухання

Вчилась проявляти ініціативу

Вчилась брати відповідальність



МОЇ ВРАЖЕННЯ ТА ЕМОЦІЇ





ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!

