

# Reflection guide

Please note that you should write a reflection only for those workshops that you want to include in your certificate. In your reflections, please pay attention to the questions below:

- 1. Your personal interest in choosing this particular program and topic of the workshop:** Reflect on why you chose to participate in this specific program and workshop topic. Consider how it aligns with your personal interests, professional goals, or areas of curiosity.
- 2. What happened during the workshop and how?** Describe the activities, discussions, and presentations that took place during the workshop. Explain how these elements contributed to your understanding of the topic.
- 3. What was the reason for your personal activity and behavior during the workshop?** Analyze your own engagement and behavior during the workshop. Consider factors such as your level of interest, prior knowledge, and interaction with other participants or facilitators.
- 4. What influenced you during the workshop?** What was good or what did not go well? Reflect on the factors that influenced your experience during the workshop. Identify aspects that were effective or enjoyable, as well as areas that could have been improved or were less successful.
- 5. What was useful about this workshop? What will you take away from this workshop for yourself in an unchanged form, what will you change, and how will you use it?** Evaluate the usefulness of the workshop content and activities. Discuss specific insights or skills that you gained and consider how you will apply them in your personal or professional life. Reflect on any changes you plan to make based on what you learned.
- 6. How do you see the perspectives of using the knowledge and approaches you have gained?** Consider the potential impact of the knowledge and approaches you have acquired. Reflect on how you envision integrating these new insights or skills into your future endeavors and the broader implications for your personal and professional development.

A project of:



With kind financial support of:



# Керівництво до рефлексії

Будь ласка, зверніть увагу, що ви повинні написати рефлексії тільки для тих воркшопів, які ви бажаєте включити до вашого сертифікату. У своїх рефлексіях, будь ласка, зверніть увагу на наведені нижче питання:

- 1. Ваша особиста зацікавленість у виборі саме цієї програми та теми воркшопу:** Поміркуйте, чому ви вирішили взяти участь у цій конкретній програмі і темі семінару. Подумайте, як це узгоджується з вашими особистими інтересами, професійними цілями або сферами допитливості.
- 2. Що і як відбувалося під час воркшопу?** Опишіть вправи, дискусії та презентації, які відбулися під час воркшопу. Поясніть, як ці елементи сприяли вашому розумінню теми.
- 3. Що було причиною вашої особистої діяльності та поведінки під час семінару?** Проаналізуйте вашу власну активність та поведінку під час семінару. Візьміть до уваги такі фактори, як рівень вашої зацікавленості, попередні знання та взаємодія з іншими учасниками чи фасилітаторами.
- 4. Що вплинуло на вас під час семінару?** Що було добре, а що не дуже? Поміркуйте над факторами, які вплинули на ваш досвід під час семінару. Визначте аспекти, які були ефективними або приємними, а також сфери, які можна було б покращити або які були менш успішними.
- 5. Що було корисного на цьому воркшопі? Що ви візьмете з цього семінару для себе в незмінній формі, що зміните і як будете використовувати?** Оцініть корисність змісту та вправ воркшопу. Обговоріть конкретні знання або навички, які ви отримали, і подумайте, як ви будете застосовувати їх у своєму особистому чи професійному житті. Поміркуйте над змінами, які ви плануєте здійснити на основі отриманих знань.
- 6. Як ви бачите перспективи використання отриманих знань і підходів?** Подумайте про потенційний вплив набутих знань і методів. Поміркуйте, як ви уявляєте собі інтеграцію цих нових знань і навичок у ваші майбутні ініціативи, а також більш широкі наслідки для вашого особистого та професійного розвитку.

A project of:



With kind financial support of:

