## Quiz

1. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Mentoring rówieśniczy to relacja między osobami, które łączy pewne podobieństwo (np. wiek), w której jedna osoba ma większe doświadczenie i/lub inną wiedzę niż druga w danej dziedzinie, zapewniając w ten sposób wsparcie edukacyjne w zakresie rozwoju wiedzy i umiejętności.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Aby być skutecznym mentorem, trzeba mieć doświadczenie w dziedzinie, w której się kogoś mentoruje, a także umiejętność obserwowania osoby, aby zrozumieć, czego potrzebuje, aby pomóc jej wybrać właściwą ścieżkę.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Ile sposobów na zostanie dobrym mentorem opisano w tym module?**
4. 3
5. 5
6. **Czy wypowiedź pochodzi z 10 zasad Role of Peer Mentor?**

Mentorzy wychodzą z założenia, że ich podopieczny jest diamentem w kamieniu, który ma ogromny potencjał, aby zabłysnąć. Tak więc podróż/cel mentora polega na odkryciu i pasjonującym zainspirowaniu podopiecznego, aby upełnomocnić go do zamanifestowania tego potencjału.

1. Tak
2. Nie
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Nie każda sytuacja jest okazją do nauki, niezależnie od kontekstu....bądź zaradny!

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Jakich rad lub wskazówek udzieliłabyś komuś, kto chce zostać mentorem rówieśniczym?**
4. traktuj swojego podopiecznego mądrze
5. zacznij od poznania swoich odbiorców
6. traktuj podopiecznych 50+ indywidualnie i empatycznie
7. bądź cierpliwy i uprzejmy dla swoich podopiecznych
8. nie oczekuj zbyt wiele w zakresie wyników i zaplanowanego czasu
9. bądź sobą i dziel się swoją pasją
10. bądź otwarty i przekonany, że twoja wiedza i doświadczenie mogą komuś pomóc
11. pamiętaj, że często mniej znaczy więcej
12. wyjaśniaj rzeczy w prosty sposób
13. słuchaj bez osądzania i bądź otwarty
14. weź się za trening cierpliwości
15. nie oczekuj zbyt wiele, zanim poznasz swojego podopiecznego
16. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Podopieczni/podopieczne muszą otrzymać jakiś bezpośredni, natychmiastowy "zysk".

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Będąc mentorem, dostarczasz konkretnej wiedzy dla podopiecznych, dzięki czemu mogą oni czerpać z Twojego wcześniejszego doświadczenia i mogą podejmować lepsze decyzje w podobnych scenariuszach.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Która korzyść z Mentoringu Rówieśniczego dla Mentorów jest najważniejsza?**
4. Mentor może przekazać swoje doświadczenie i wiedzę oraz wykazać się umiejętnością bycia skutecznym nauczycielem
5. Mentor zwiększył swoje kompetencje i uzupełnił swoje CV o kolejne osiągnięcia
6. Mentor może poprawić swoją zdolność do nauczania osób starszych
7. Mentor potrafi zrozumieć ograniczenia starszych podopiecznych
8. Mentor może zyskać świadomość, że jego wiedza i doświadczenie może komuś pomóc
9. **Która korzyść z mentoringu rówieśniczego dla podopiecznych jest najważniejsza?**
10. Podopieczny może uzyskać od mentora profesjonalne porady/zasoby dotyczące wiedzy/rozwoju kariery zawodowej
11. Podopieczny zwiększył swoje kompetencje i uzupełnił swoje CV o konkretne osiągnięcia
12. Podopieczny może rozwijać "miękkie umiejętności" przydatne we współczesnym świecie
13. Podopieczny może integrować się z rówieśnikami - mentorami
14. Podopieczny może zostać mentorem w dziedzinie, w której jest ekspertem
15. **Które umiejętności mentora są kluczowe?**
16. budowanie zaufania
17. aktywne słuchanie
18. wykazywanie inicjatywy
19. określenie celów i obecnej rzeczywistości
20. zachęcanie
21. **Jakie umiejętności mentorów są najważniejsze?**
22. cierpliwość, empatia, zaangażowanie
23. poczucie komfortu
24. błędy są dopuszczalne
25. poznanie swoich ograniczeń
26. **Czy są jakieś inne umiejętności mentorów, które są również ważne?**
27. otwartość i nieosądzanie
28. przekazywanie wiedzy i doświadczeń
29. zrozumieć warunki życia inne niż własne
30. umiejętność pracy przy herbacie
31. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe**

Podopieczny może zostać mentorem w dziedzinie, w której jest ekspertem.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Czy poniższa wypowiedź dotyczy empatii?**

"Ważne jest, aby odnieść się do swoich podopiecznych i zrozumieć ich perspektywę i uczucia. Jeśli mają zły dzień, powinieneś odebrać ich energię i pracować, aby pomóc im przez to przejść. Powinieneś być w stanie zrozumieć, jak twój podopieczny się czuje i jak go poprowadzić."

1. Tak
2. Nie
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Mentoring polega na transformacji, tylko podopiecznego.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Nie pozwalaj swojemu podopiecznemu na popełnianie własnych błędów.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Mentorzy nie tylko udzielają odpowiedzi i rozwiązań na wszystkie pytania i problemy/przeszkody swoich podopiecznych. Mentorzy dzielą się podstawowymi elementami nauki i w ten sposób zachęcają swoich podopiecznych do odkrywania, rozwijania i generowania własnych pomysłów i rozwiązań. Proces ten zachęca podopiecznych do dojrzałości, odporności i niezależności.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Podopieczny może rozwijać „umiejętności miękkie”, przydatne we współczesnym świecie.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe
3. **Czy stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe?**

Sukcesy w uczeniu się przemawiają nie tylko do logiki podopiecznego, ale także do jego serca, wyobraźni i ciekawości.

1. Prawdziwe
2. Fałszywe