

REFLEXE

"Reflexe je nástroj, kterým jsou zážitky překládány do dynamických znalostí" - Korthagen, F. (2001)

"Reflexe je smysluplný proces, který posunuje člověka od jeho určitého zážitku do dalšího, s hlubším pochopením jeho vztahů a spojením s jinými zážitky a myšlenkami ... Je to prostředek k zásadním morálním cílům." - Rodger, C. (2002).

Reflexe je o učení se ze zkušeností a rozvíjení vlastních myšlenek z těchto zkušeností. Přestože se jedná o přirozený proces, který často přijímáme nevědomě, pokoušíme se také vědomě usilovat o reflexi kladením otázek, a to jak u sebe, tak i u ostatních.

Jaký je účel reflexe?

- Uvědomit si prostředky k systematické analýze způsobu, jakým pracujeme.
- Reflexe je důležitá dovednost v našem vývoji, která optimalizuje naše chování a výkonnost.
- Reflexe zajišťuje, že převezmeme odpovědnost za svůj vlastní růst.
- Reflexe je forma učení, ve které se stanete hlavním středem pozornosti.

Je důležité, aby si studenti uvědomovali své činy.

1. TEORIE

V tomto tréninku používáme spirálový model Korthage. Spirálový model Korthagen je systém, který pomáhá vám a vašim studentům pozorovat a přehodnocovat vaše vlastní akce strukturálně a systematicky.

Model je postupný model, který reflektuje určitou zkušenost, akt, produkt nebo proces. Tento model můžete použít k reflexi všeho, co jste udělali.

Každá etapa plánu (v cyklu) zahrnuje množství odrazových kroků (otázek). Pomocí těchto kroků se můžete zpětně podívat na své vlastní zkušenosti. Čím přesněji znovu prožijete svůj určitý zážitek, tím přesněji se nad ním můžete zamyslet.

Model předpokládá některé reflexní fáze, které vám pomohou vytvořit dobrou reflexi.

Těchto pět fází je následujících:

- 1 Máte určitý zážitek.
- 2 Znovu se podíváte na tento zážitek, který zahrnuje aspekty jednání, myšlení, ochoty a pocitů.
- 3 Uvědomíte si základní aspekty, které jej ovlivňují.
- 4 Vyvinete alternativní způsoby jednání nebo nových řešení a vyberete tu nejlepší možnost.

5 Vyzkoušíte si prožít tento zážitek, nebo si vytvoříte nový.

Výsledkem fáze 5 je nový zážitek, který tvoří základ pro další cyklus reflexe a vytváří tak vývoj spirály. Proto je tedy model reflexe také znám jako model spirály pro reflexi.

Fáze 1 (nebo poslední fáze 5):

- Čeho jsem chtěl dosáhnout?
- Čemu jsem věnoval pozornost?
- Co jsem zkoušel?

Fáze 2 (retrospektivní):

- Co se ve skutečnosti stalo?
- Co jsem chtěl udělat?
- Co jsem ve skutečnosti udělal?
- Co jsem si myslel?
- Co jsem cítil?
- Co jsem si myslel, že žáci chtěli, dělali, mysleli si, cítili?

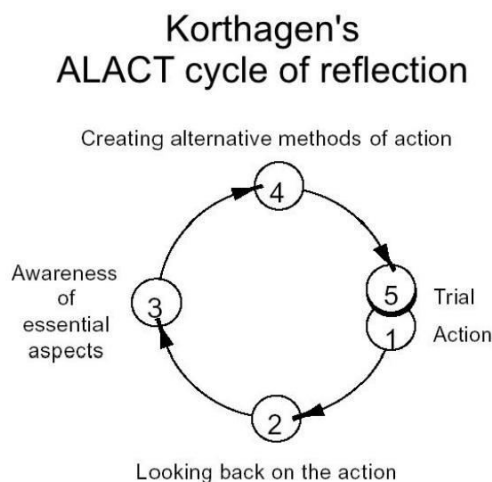
Fáze 3 (uvědomění si základních aspektů):

- Jak do sebe zapadají odpovědi na předchozí otázky?
- Jaký je vliv kontextu / školy jako celku?
- Jaký to pro mě má v tuto chvíli význam?
- Jaký je nyní problém (nebo pozitivní zjištění)?

Fáze 4 (alternativy)

- Jaké alternativy vidím? (řešení nebo způsoby, které mohou být použity v tom, co jsem zjistil)
- Jaké výhody / nevýhody mají?
- Co budu určovat příště?

Jako mentor se můžete ptát na tyto otázky, nebo můžete nechat studenty, aby se nad tím sami zamysleli.



2. MOŽNÉ ZPŮSOBY JAK TUTO TEORII PROVÉST

- Cvičení ve skupinách po dvou. Osoba A si musí zapsat jednu situaci. Osoba B se ptá podle otázek Korthaga, aby druhé osobě pomohla k reflexi. Po deseti minutách si účastníci vymění pozice.