

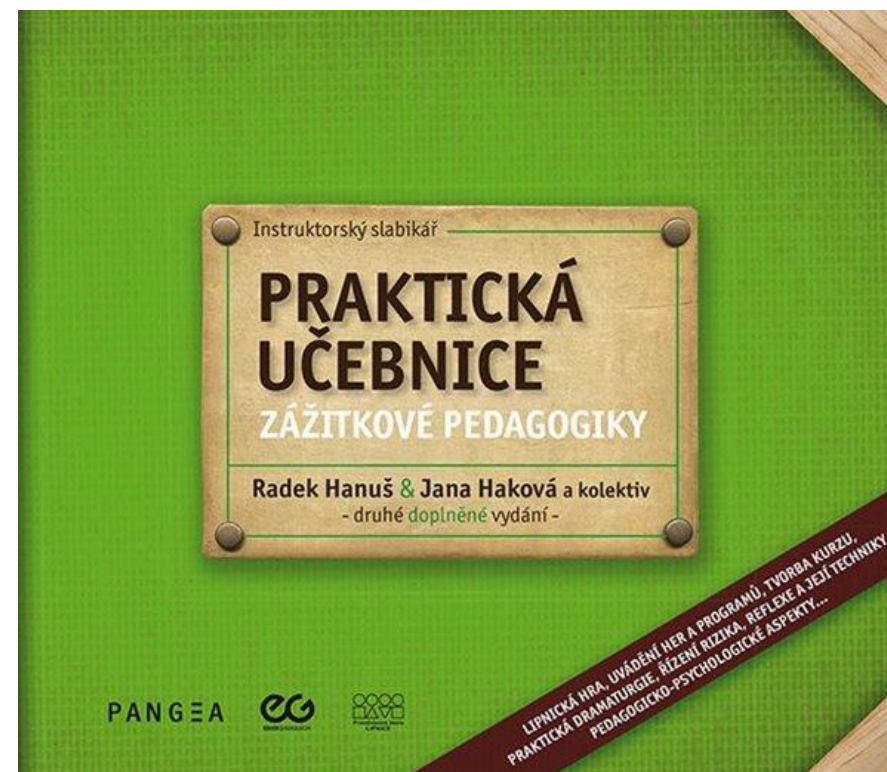
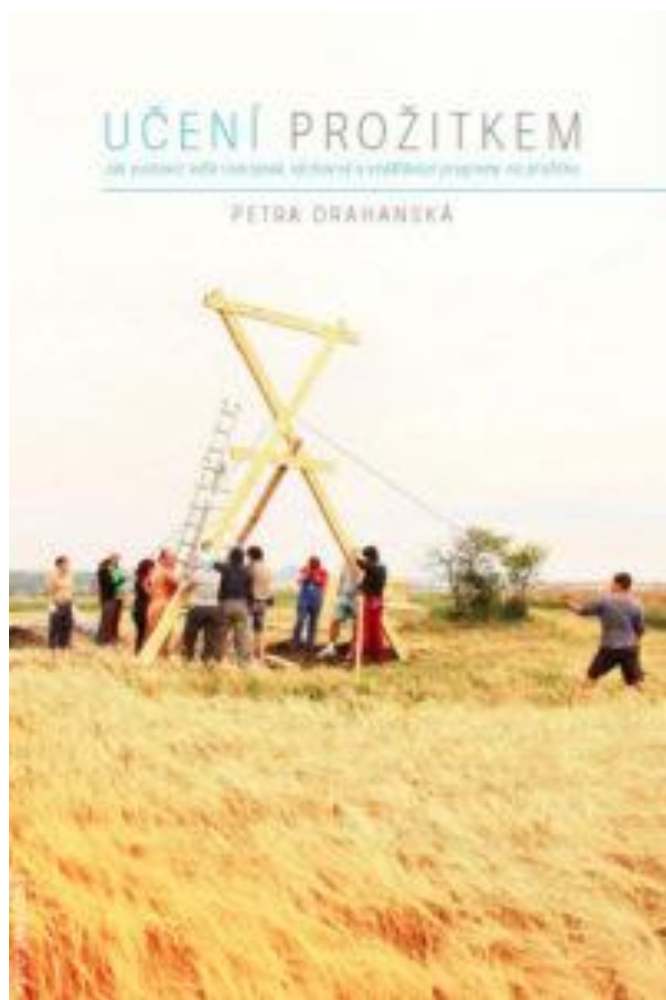
Jz



Jabok - Vyšší odborná škola
sociálně pedagogická
a teologická

ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA REFLEXE

Užitečné zdroje



Jabok~

Principy ZP v praxi

ZÁMĚŘ

PROGRAM

REFLEXE

Jabok~

Co reflexe může přinést

Reflexe je tu pro účastníky
– oni si musí sami
říci/uvědomit o co v
aktivitě šlo a najít v tom
smysl pro svůj reálný život.

- I proto bude reflexe pokaždé jiná – jiní jsou lidé, jiná jsou témata, která účastníci přináší
- Témata reflexe závisí na cílech kurzu, na účastnické skupině (jiné ve školství, jiné v businessu)

Jabok~

Reflexe – Co to je a o co by v ní mělo jít?

- Zpětný pohled na aktivitu s cílem uvědomit si (konsolidovat) klíčové body učení (nejen verbálně – kognitivně)
- Pohled zpět tak ovlivňuje pohled do budoucna
- Odvětrat emoce
- Pokusit se urovnat si v sobě to, co se dělo (proměnit zážitek ve zkušenost) a přenést zkušenost do dalších aktivit i do praxe
- Všímat si toho, jak tu samou aktivitu vnímali ostatní a co to dělalo se mnou
- Zacílit pozornost buď na stanovený pedagogický cíl či na téma skupiny

Jabok~

S čím reflexe může pomoci

- Umožní sledovat vlastní (po)kroky jak jednotlivcům, tak celé skupině
- Uvědomit si problémy (a řešit je)
- Sdílet nápady, myšlenky, pocity
- Plánovat a organizovat aktivity
- Prodat své myšlenky
- Podpořit jeden druhého
- Odnést si z programu co nejvíce

Jabok~

Styly vedení reflexe

**Účastník je
z mého
(lektorského)
pohledu**

NEKOMPETENTNÍ

Já rozhoduji a proto je
třeba kontroly a
kompenzace

KOMPETENTNÍ

On rozhoduje a já je
podporuji a aktivizuji

Instruktor

(Dává instrukce)

Mentor

(Nabízí cesty, podněty; Poučuje)

Lídr

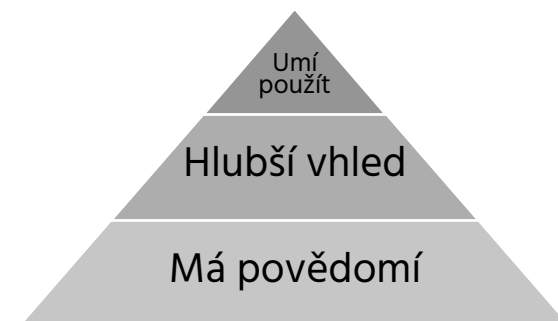
(Vede příkladem; Inspiruje; Má
vizi)

Kouč

(Podporuje; ptá se)

Jabok~

Hloubka reflexe



Jabok~

Co promyslet před reflexí?

- Celkovou strategii
 - Jakou techniku zvolit?
 - Jak bude znít první (otvírací) otázka?
 - Promyslet sled typů otázek tak, aby vedly k stanovenému cíli
 - Co by asi tak mělo zaznít?
- Cíl reflexe
 - Na co se chci zaměřit, co chci v reflexi vyzdvihnout?
 - Jak moc jsem ochoten cíl opustit a věnovat se tématu skupiny?
- Načasování
 - Bude reflexe následovat hned po aktivitě nebo zařadím prodlevu?
 - Jak dlouhá může reflexe (maximálně) být
- Kde a v jakém prostředí bude reflexe probíhat
 - Venku, uvnitř, při chůzi, při jídle, na lodi/lodích, ...
- Atmosféra
- Zapojit všechny nebo jen ty, kdo mluvit chtějí?
- Bude se pořizovat záznam či zapsání klíčových výroků, ...?

Jabok~

Zásady reflexe

- Vzájemný respekt
 - Každý mluví sám za sebe, ne za skupinu
 - Každý má právo na svůj názor ... každý je přece odborníkem na to, co sám prožíval
 - Jeden mluví, ostatní naslouchají
 - Každý má právo se diskuse/zvolené techniky nezúčastnit
 - Vše, co je řečeno, zůstane ve skupině
-
- Neotvírejte to, co nebudete umět / víte, že nestihnete uzavřít
 - Neotočit si skupinu proti sobě

Jabok~

Struktura reflexe

CO SE DĚLO

CO Z TOHO
PLYNE

CO DÁL

Ohlédnutí

Od
jednotlivosti
k zobecnění

Co s tím do
budoucna

Jabok~

Na co si dát při vedení reflexe pozor

- Neutíkat od témat (držet se tématu, dokud není dostatečně vyčerpáné)
- Vědět co chci, ale neutíkat před tématy skupiny
 - Připravit si otevírací otázky, ale pak už reagovat na skupinu (nemít vše pevně napsané a zafixované)
 - Reflexe vedená více lidmi je náročná! Mít zálohu, která to po mě přebere, ale nedoporučujeme vést reflexi ve více lidech.
- Neopakovat témata
- Nebát se ticha
- Zapojení účastníků do reflexe (nemluví stále ti stejní lidé?)
- Hlídat si čas (aby reflexe nebyla neúměrně dlouhá)
- Přemýšlet o zakončení
- Neotočit si skupinu proti sobě
- Téma je zevnitř / téma je zvenku

Jabok~

Obecná struktura reflexe I.

- 1) UKLIDNĚNÍ účastníků a VYVĚTRÁNÍ emocí
Vytvoření BEZPEČNÉHO PROSTŘEDÍ
- 2) Fáze ohlédnutí – „CO“
 - Popis toho, co se dělo
 - Popis vybrané konkrétní situace
 - Pojmenovat klíčové okamžiky
 - ...
- 3) Fáze zobecnění zážitku – „CO TO ZNAMENÁ“ - „CO Z TOHO“
Pojmenovat obecnější principy, které vedly k ...
Pojmenovat téma, které aktivita nesla a nechat ostatní, ať se vyjádří
...

Jabok~

Obecná struktura reflexe II.

4) Fáze změn a přesahů do reálného života – „CO DÁL + UZAVŘENÍ“

- Co si z toho (ne)odnést
- Nabídka sebereflexe a uvědomění posunu účastníka
- Pojmenovat princip, který účastník vnímá jako přínosný pro život
- Tvorba plánu, jak novou zkušenost zakomponovat do života
- Ať si z toho netáhnou nějaké břímě dál – uzavřít

...

5) Následuje-li v programu něco, co na právě zpracovaný zážitek navazuje, pak je čas na ÚVOD DO DALŠÍ AKTIVITY

- Účastníci si na základě právě proběhlé reflexe mohou nastavit nové cíle

Jabok~

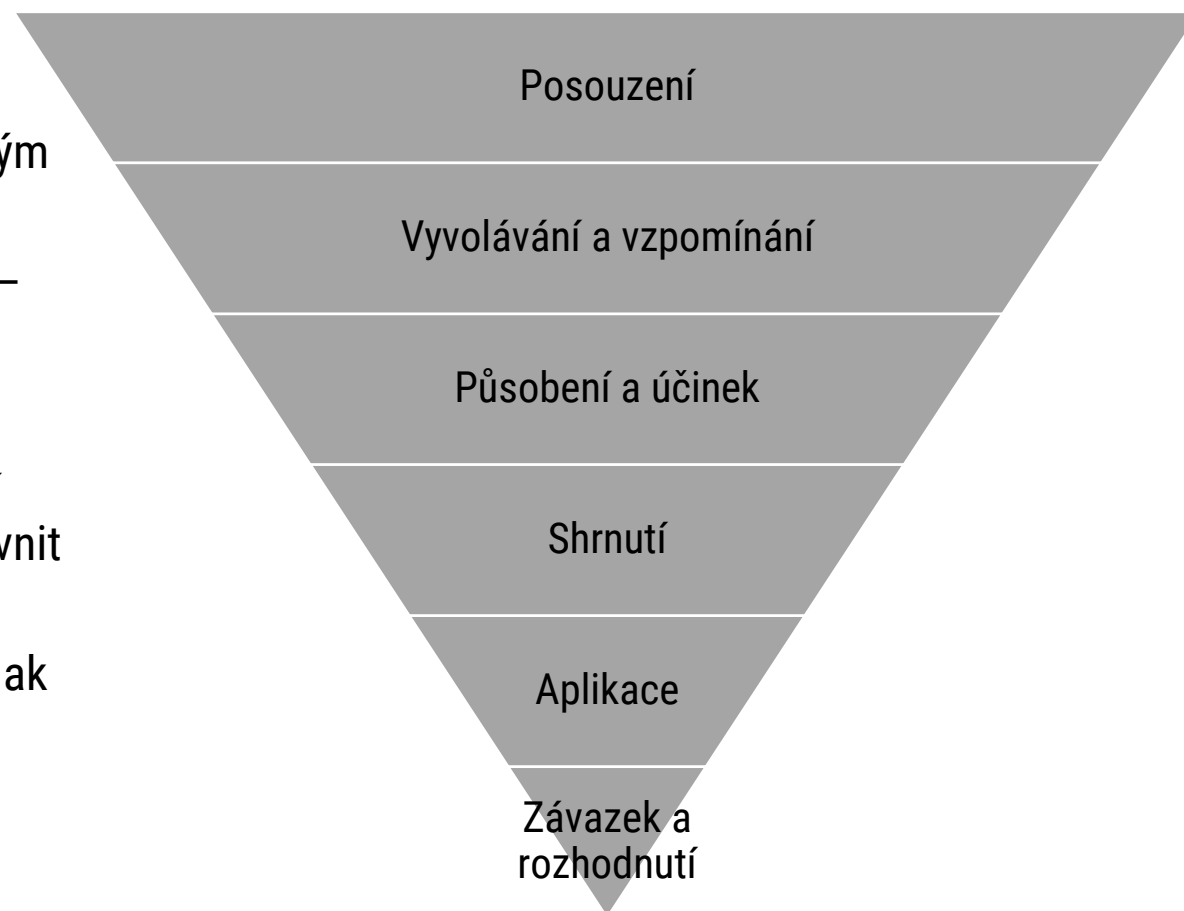
Reflexe – pokládání otázek

- Instruktor nehodnotí – spíše shrnuje
- Pomáhá účastníkům zorientovat se v prostoru/procesu
- Instruktor svými otázkami navádí účastníky, aby si uvědomili procesy, které proběhly, shrnuje témata, podporuje, hlídá, aby prostor vyjádřit se byl pro všechny přístupný
- Podněcující – vhodné
 - Otevřené otázky
 - Jednoznačné (neptá se na různé věci najednou)
 - Nevnucující otázky (otázky, na které instruktor chce slyšet konkrétní odpověď)
 - Jde ke konkrétním situacím
- Dobře si rozmyslet (nevhodné)
 - Nevhodně uzavřené otázky
 - Příliš obecné otázky
 - Dobrá otázka na špatném místě / ve špatnou dobu
 - Otázky laděné do negativna / záporů

Jabok~

Možný průběh reflexe

- Posouzení – jak to obecně šlo, jak se kdo zapojil, ...
 - Vyvolávání a vzpomínání – konkrétní momenty, kdy a s kým se něco (ne)povedlo, co zafungovalo, ...
 - Působení – jaké emoce, pocity účastník prožíval; účinek – jak se to projevovalo na plnění úkolu
 - Shrnutí – co si z aktivity (ale i reflexe) účastník odnáší
 - Aplikace – přenesení nových zkušeností na abstraktnější rovinu a uvědomění, jak tyto nové zkušenosti mohou ovlivnit běžný život
 - Závazek a rozhodnutí – na čem příště stavět, co dělat jinak
-
- Na základě práce J. C. Milese a S. Priesta: Adventure Programming (1999) přeložil J. Neuman (publikováno ve sborníku Prožitky a kvalita života, 2003), též uvádí J. Kirchner: Psychologie prožitku a dobrodružství (2009)



Jabok~

Různé techniky pro reflexi

- Asociace
- Citáty
 - Instruktor doslova cituje to, co při aktivitě padlo z úst účastníků – ti hádají, kdo byl autorem výroku a může na to navázat další diskuse
- Diagonála (škála) ... úplně vlevo jdou ti, kdo ...
- Divadelní přehrávka
- Graf (flipchart, lano, ...)
- Kartičky s charakteristikami
 - Karty s nápisem: kdo vždy pomáhá ostatním; kdo vždy něco vymyslí; kdo nastartuje legraci

Jabok~

Různé techniky pro reflexi

- Korálky / šišky / zalévání květin
- Kresby
- Metafora
- Mikina
- Myšlenková či pojmová mapa
- Něco – dobrého, špatného, legračního (každý uvede tyto 3 věci)
- Nedokončené věty
 - Nejvíc mě dneska bavilo ...
 - Z dneška si budu pamatovat ...
 - Nejlepší na práci v téhle skupině je ...
 - Jedna věc, které lituji, že jsem (ne)udělal(a) ...
- Písemná práce (s prezentací)

Jabok~

Různé techniky pro reflexi

- Prsty
 - Škála 1 – 5 (hodnocení třeba jako ve škole)
 - Palec nahoru, vodorovně, dolů
- Příběhy
- Sdílení – například při nějaké delší monotónní činnosti
- Skládání – výběr z předmětů nebo obrázků charakterizujících to, co se dělo či co prožívali
- Společná kresba (vytváření obrazu/díla)
- Žolíky (karty mají přiřazená témata)
 - Červená = něco pozitivního, černá = něco negativního
 - 2-6 = něco o jednotlivci, 7 a výše = něco o skupině
 - Žolík = komentář k instruktorům ...
- Živé obrazy / Sochy

Jabok~

Techniky jsou „jen“ otvírákem

Techniky samy o sobě
nejsou reflexí – jsou jen
otvírákem a prostředkem k
tomu, abychom se dostali
hlouběji do tématu.

Jabok~