



МИНОБРНАУКИ
РОССИИ

добро.рф



росмолодёжь

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ

АСИИ

УРОК 9



Рефлексия в образовательном подходе «Обучение служением» с позиции студента



добро
УНИВЕРСИТЕТ



Что такое рефлексия?

Прежде всего рефлексия – это способность человека анализировать собственные действия, чувства, мысли и мотивы



Что такое рефлексия?

Представьте, что рефлексия – это диалог с самим собой. Вы можете задать себе следующие вопросы:

- Что я узнал о себе и своих способностях?
- Что я узнал о проблеме, которую мы решаем?
- Какие чувства у меня возникли во время проекта?
- Как мои действия повлияли на других людей?
- Что я сделал бы по-другому в следующий раз?

Что такое рефлексия?

Рефлексия помогает:

- Понять себя
- Стать компетентным
- Внести свой вклад в решение общественных проблем

Почему рефлексия важна?

- Мы учимся, размышляя над своими действиями
- Мышление связано с речью, поэтому осмысление опыта происходит, когда мы выражаем его словами
- Рефлексия осуществляется в тот момент, когда мы говорим или пишем о своем опыте

Почему рефлексия важна?

- Быстрый темп жизни и поток информации
- Сложные социальные проблемы
- Обучение служением – это форма активного участия
- Развитие личности и профессиональной компетентности



Рефлексия – это не формальность, а необходимый инструмент для успешного обучения!

Что значит рефлексировать?

Обучение служением помогает студентам приносить пользу людям, решать социальные проблемы и понимать влияние своей будущей профессии на жизнь людей

- Но как эта практика меняет вас самих, тех кто эти проекты реализует?
- Становимся ли мы лучше от простого факта участия в социальных проектах, автоматически или это происходит несколько сложнее?



Что значит рефлексировать?

Джон Дьюи считал, что мы учимся не тогда, когда что-то делаем, а тогда, когда размышляем над тем, что сделали

Именно процесс размышления над своим опытом, который называют рефлексией и помогает нам развиваться, становиться лучше

Но рефлексия – это не просто размышления о прошлом, а систематический анализ опыта. Во время рефлексии вы как бы «отступаете на шаг» и смотрите на свою работу и опыт с новой точки зрения





Что значит рефлексировать?

- 1 Остановиться и задуматься
- 2 Задавать вопросы самому себе
- 3 Анализировать свой опыт
- 4 Соединять теорию и практику
- 5 Извлекать уроки и делать выводы



Типы рефлексии

Когнитивная рефлексия

Анализ своих знаний, понимания и мышления

Эмоциональная рефлексия

Анализ своих чувств, эмоций и отношений

Поведенческая рефлексия

Анализ своих действий, решений и выбора

Коммуникативная рефлексия

Анализ взаимодействия с другими людьми в рамках проекта

Социальная рефлексия

Анализ своего вклада в достижение целей проекта и его влияния на общество

Этапы рефлексии

Этап 1.

Рефлексия до проекта
(перспективная рефлексия)

Этап 2.

Рефлексия во время проекта
(текущая рефлексия)

Этап 3.

Рефлексия после проекта
(ретроспективная рефлексия)

Этапы рефлексии

Вопросы первого этапа (рефлексия до проекта):

- Какая цель у проекта?
- Каких результатов вы хотите достичь?
- Почему вы хотите участвовать в этом проекте?
- Какие ценности для вас важны?
- Какие знания и навыки у вас уже есть и что может быть полезно в проекте?

Этапы рефлексии

Вопросы второго этапа (рефлексия во время проекта):

- Что вы делаете?
- Какие трудности возникают?
- Как вы взаимодействуете в команде?
- Как вы чувствуете себя в контакте с людьми, которым вы помогаете?
- Какие достижения у вас есть?
- С какими препятствиями вы сталкиваетесь?
- Как вы решаете проблемы?
- Как то, что вы изучаете в университете, помогает вам в проекте?

Этапы рефлексии

Вопросы третьего этапа (рефлексия после проекта):

- Чего удалось достичь?
- Какие изменения в обществе произошли?
- Какой вклад в проект внесли лично вы?
- Какие уроки вы извлекли из проекта?
- Что бы вы сделали по-другому в следующий раз?
- Как опыт проекта влияет на ваши планы на будущее?
- Какие новые цели вы ставите перед собой после участия в проекте?



Рефлексия – это процесс постоянного совершенствования, который помогает нам расти как личностям, как гражданам и как профессионалам

Рефлексия – это необходимый инструмент для достижения настоящих изменений в обществе и для саморазвития

