**Reflexe praxe Jméno a příjmení:**

Vzpomeňte si na situaci z praxe, zkoušky, psaní DP…, která ve vás vyvolala pocity, jež ovlivnily vaše jednání. Uvědomoval jste si to v té době? Měl jste, máte strategii, jak se s takovou událostí vypořádat? Pokud ano, co to bylo:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Situace z praxe** | | |
| Fáze 1  **Popis** | **Co se stalo?** (Co budete reflektovat? Uveďte popis události.)  ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………. |
| Fáze 2  **Pocity** | **Co jste si myslel/a a cítil/a?** (Jaké byly vaše tehdejší reakce a emocionální reakce?)  ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………. |
| Fáze 3 **Hodnocení** | **Co bylo na této zkušenosti dobrého a co špatného?** Vytvářejte hodnotové soudy – můžete být subjektivní (vaše hodnocení).  ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………… |
| Fáze 4 **Analýza** | **Co jste se z této situace naučil/a?** Zde můžete využít své pracovní zkušenosti.  …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….. |
| Fáze 5  **Závěr** | **Co jiného jste mohla udělat?** Co můžete konkrétněji uzavřít o své vlastní osobní reakci, situaci nebo způsobech práce?  …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….. |
| Fáze 6  **Akční plán** | **Kdyby se tato situace znovu objevila, co byste udělal/a?** Co budete dělat jinak? ……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………… |