

Procesuální stránka reflexe

# Procesuální stránka reflexe

- Podmínky pro bezpečí
- Faktory: velikost skupiny, osobnosti, vzájemná znalost, témata, prostředí, pravidla, způsob vedení... + **dobrovolnost**
- Důvěra jako podmínka otevřenosti

# Způsob vedení

- Lektor = facilitátor procesů (učící se proces)
- Připravuje polo–strukturu rozhovoru
- Řeč se odvíjí od cílů (potřeb lidí). Čí jsou cíle?
- Hlavní dovednosti lektora: **naslouchání**, dotazování, práce s technikami, navozování a udržování vztahu, řízení diskuse, zvládání krizí (práce s emocemi) + znalost teorií reflexe (kam mířit)

# Příprava

- Velikost skupiny (případně výběr lidí...)
- Místnost
- Komunitní kruh
- Pravidla (možnost odmítnout – odejít, nevynášet, nekritizovat, neskákat do řeči, respekt...)
- Čas

# Vstup do reflexe

- Cíle
- Seznámení, oslovení
- Čas
- Pravidla

(v našem nácviku bude stanoveno, nemusíte se k tomu vracet)

# Naslouchání

- Neverbalita
- Parafrázování – opakování ...
- Vyjádření jinými slovy (bez spekulace) – jako dopomoc
- Vyjadřování porozumění
- Dotazy na porozumění
- Sledování emocí (a pojmenování)
- Pokud možno nevnášíme nové výrazy (pojmenování) ani témata, není-li to nutné

# Dotazování

- Směřování dle cílů reflexe (od konkrétní zkušenosti, přes zobecnění – abstrakci, ke konkrétní využitelnosti v budoucnosti = učení)
- Otevřené otázky!!! (téměř vše lze přeformulovat otevřeně) – dopřát si čas
- Dotazování na detaily („Myslím, že už vím, co budu dělat“. „Co?“)
- Dotazování na důkazy („Byla jsem tam nejhorší“. „Na čem jsi poznala, že jsi byla nejhorší?“)
- Dotazování na pocity (opatrně a smysluplně)

# Využitelné techniky (velké množství...)

- Techniky dotazování (cirkulární, dekonstrukce samozřejmostí, zdroje...)
- Oceňování a respekt
- Metafory
- Práce s tichem
- Rekapitulace
- „Měření změny“
- I humor
- Práce s hlasem... forma je víc než obsah
- Atd.



# Co lektor nedělá

- Nemluví víc než ostatní
- Neskáče do řeči (ale reguluje při problémech)
- Nehodnotí a nekritizuje
- Neinterpretuje („To je proto, že ...“)
- Nediví se (přehnaně) a nebagatelizuje problém
- Nemluví o sobě příliš často
- Neporušuje sám pravidla (čas, technické věci ...)

# Ukončování

- Pracuje s časem (upozorňuje na zbývajícím čas)
- Rekapituluje
- Vyzývá k hodnocení (co jste se naučili...)
- Zadává úkoly (je-li to v plánu)
- Nabízí další setkání (je-li to v plánu)
- Oceňuje a děkuje