

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?