**Рефлексия** (от лат. *reflexio* – обращение назад)

* термин, означающий отражение, а также исследование познавательного акта.   
  (Философский словарь. 1981)
* процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний.   
  (Психология. Словарь. 1990)
* размышление, полное сомнений, противоречий. Анализ собственного психического состояния. (Современный Словарь Иностранных Слов, 1993)
* процесс осмысления чего-либо при помощи изучения и сравнения. (ФЭС, 1997)

**Рефлектировать** (от лат. *reflectere* – отражать) – осмысливать. (ФЭС, 1997)

***Задание 1.* Прочитайте текст** (*Щедровицкий Г.П. Оргуправленческое мышление. Т.4.М.: 2000, С.122)*

*… кто-то из второй ситуации задаёт какой-то вопрос кому-то из первой ситуации. Предположим, у нас шесть человек. Значит, шестой задаёт вопрос первому.*

*Скажем, он – возьмём стандартную ситуацию – спрашивает: вот ты сейчас что-то делал, расскажи, пожалуйста, что ты делал. Что надо сделать, чтобы на этот вопрос ответить?*

1

2

3

1

\*

Схема из книжного источника

*Оказывается, надо из позиции, где раньше производилось какое-то мыследействие, выйти в рефлексивную позицию, посмотреть на себя, действовавшего, со стороны, представить себе, что, собственно, ты делал (схема).*

*Тут есть одна тонкость. Мы, скажем, можем себе представить, что делали сами, каждый из нас. Но может быть и такой вопрос: что делалось в этой ситуации? И это будет другой вопрос. И нередко человек здорово видит и знает, что он делал, но не видит и не знает, что делалось кругом. А иногда он видит, что делалось кругом, но совершенно не представляет себе, что делал он сам. Тут идут сложные перепады в работе сознания. Иногда он знает, как плохо действовали остальные, и совершенно не может себе представить, что плохо действовал сам.*

*То, что мы называем «умом», «тонкостью» человека, определяется не структурой его мысли, а этой рефлексией. Вообще это один из мощнейших индивидуальных психологических показателей человека – каково у него соотношение между сознанием мыследействования, т.е. сознанием, направленным на объекты его действия, и его рефлексивным сознанием, т.е. тем, как он себя видит и осмысливает.*

*Вот сейчас, когда я работаю, моё сознание всё время как бы раздваивается или расстраивается. Прежде всего, я имею содержание, которое я должен вам изложить. Далее, я все время наблюдаю за аудиторией, причём выбираю несколько человек и стараюсь глядеть им в глаза. А какой-то частью своего сознания я всё время наблюдаю за собой, контролирую, что и как я делаю, стараюсь представить себе, как это выглядит с вашей точки зрения, с вашей позиции. Поэтому работает несколько режимов одновременно, в том числе рефлексивный режим контроля. Так вот, тонким, чувствующим человеком мы обычно называем того, у кого развита эта рефлексивная компонента и кто умеет видеть себя со стороны, чётко понимать и знать, что он делает.*

***Задание 2.* Запишите ответы на вопросы (*индивидуальная рефлексия*).**

* Какие приёмы работы с аудиторией можно выделить из текста?
* Как часто Вы специально следите за тем, ЧТО и КАК делаете?
* Как часто Вы осмысливаете то, что уже сделали?
* Вспомните ситуации:
  + в которой Вы, действуя, следили за адекватностью действий другого;
  + когда действия окружающих соответствовали или нет Вашим ожиданиям;
* Что бы Вы хотели изменить в себе?
* Какую способность Вы бы хотели совершенствовать для более эффективного взаимодействия с другими?

***Задание 3.* Прочитайте текст** (*Щедровицкий Г.П. Оргуправленческое мышление. Т.4.М.: 2000, С.125)*

*Рефлексия – это умение видеть всё богатство содержания в ретроспекции (т.е. обращаясь назад: что я делал?) и немножко в проспекции. Проектирование и планирование возникают из проспективной, вперёд направленной рефлексии, когда человек начинает думать не «что я сделал?», а так: представим себе, что я вот это сделаю, и что дальше получится?» Такое проигрывание вперёд, проспективная рефлексия, выливается дальше в планирование, проектирование, программирование и т.д.*

*Рефлексия может осуществляться по-разному.*

*Вот, скажем, сейчас я, с одной стороны, рассказываю вам нечто, а с другой – всё время краем сознания слежу: что я рассказываю, как к этому относятся, как на это реагируют. Здесь рефлексивный план идёт параллельно. Но он может быть отставлен, и я потом, придя в другую комнату, спрашиваю у других, у тех, кто в это время был в стороне: «Что я делал?» И они мне начинают рассказывать, что я делал, что я говорил. Иногда я удивляюсь, говорю, что этого не может быть: «Неужто вот так это было?» Потому что иногда всё сознание обращено на прямой план и рефлексивная компонента уходит. Когда человек эмоционально что-то переживает, у него рефлексивная компонента сужается. Он потом как бы «выйдет» из ситуации, подумает и скажет: что же я там делал – неправильно я делал! Но в тот момент, когда он это делал, он был так эмоционально заряжен этим, что весь был там, в ситуации.*

*Итак, рефлексия – это представление в сознании того, что и как я делаю.*

*… именно она вычерпывает содержание деятельности. Рефлексия предельно конкретна.*

*В отношении рефлексии не годятся критерии правильности и неправильности. Кстати, именно про рефлексию мы говорим, что это-де моё представление, а это – ваше. У каждого своё видение, своя точка зрения. Рефлексия теснейшим образом зависит от опыта человека и от того угла зрения, под которым он видит каждую ситуацию. Рефлексия сугубо индивидуальна. Она субъективна и полна переживаний.*

*Причём, обратите внимание: то, как мы живём и как мы действуем, задаётся именно рефлексией. Рефлексия организует наше пространство и время. … Именно рефлексия организует в конце концов наше видение собственной жизни, создаёт структуру нашей жизнедеятельности.*

🗐

🗐

*Rf*

***Задание 4.* Подготовьте в своей тетради ответы на вопросы.**

1. Что такое рефлексия?
2. Что понимать под ретроспекцией?
3. Что понимать под проспекцией?
4. Каким образом может осуществляться рефлексия?
5. Каково значение рефлексии?
6. Как влияют эмоции на рефлексию?
7. Что характерно для рефлексии?

***Задание 5.* Каждый вопрос обсудите *в паре с новым партнёром****, записывая фамилию****.***

***Задание 6.* Организуйте не менее 3 человек для проведения рефлексии в группе*.***

1. Определите порядок проведения рефлексии каждого в группе.
2. **Запрещено давать какие-либо оценки!**
3. Каждый должен сказать (проговорить, не ссылаясь на уже выступивших):
   * Рефлексия – это …?
   * Что характерно для рефлексии?
   * Свои ощущения рефлексии.
   * В чём смысл диалога в парах сменного состава?
   * Что изменилось в понимании рефлексии?
   * Что во взаимодействиях с партнёрами Вам помогает или раздражает?
   * Что бы хотелось изменить в себе?
   * На что необходимо обращать при организации рефлексии?

**Лист рефлексии**

*Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*А) Что содержательно Вы для себя выделили в представленном модуле*

*Б) Ответьте на следующие вопросы:*

1. Что Вы ожидали в начале работы в этом модуле?

2. Что оказалось необычным для Вас при работе в этом модуле?

3. Чем суждения, действия, состояния партнёров отличались от Ваших собственных?

4. Что в действиях партнёров помогло Вам?

5. Какие Ваши действия способствовали работе партнёров?

6. Какие Ваши действия провоцировали партнёров на помощь Вам?

7. Как часто в своей работе Вы рисовали, схематизируя тексты или происходящее?

8. Как бы Вы действовали, если начать работу сначала?

*В) Ваше внутреннее состояние:*

1. До начала работы в модуле

2. Во время работы в модуле

3. После работы в модуле

4. Сейчас после ответов на эти вопросы