

SUBMITTED BY
bafrog

ON
19.10.2011

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Reflexia (základy)



Pri reflexii ide o to, aby sme sa pozreli späť a zamysleli sa nad tým, čo sme urobili a ako sme to urobili. Prostredníctvom tohto zamyslenia sa človek (resp. tím) dostane k záverom, čo by sa v budúcnosti malo robiť rovnako alebo inak. Cieľom reflexie nie je nájsť čo najviac chýb, ale zlepšiť celý tím.

Zásady / Pravidlá

Pri reflexii v tíme je vždy najlepšie, ak si navzájom prejavujeme dôveru a ohľaduplnosť. Ak je to tak, **pravidlá nie sú potrebné**. Tie sú totiž potrebné len vtedy, keď sa to „v zápale boja“ už nedeje. Preto v nasledujúcom texte uvádzame niekoľko zásad, ktoré sa osvedčili.

- Vždy ide len o dojem osoby, ktorá sa vyjadruje. Zvyšok tímu to nemusí vnímať rovnako, ani to nemusí zodpovedať skutočnosti. Každý má právo vyjadriť svoj dojem bez toho, aby bol prerušovaný. Okrem toho nemá zmysel hodnotiť vyjadrené dojmy.
- Najmä ak sa vyjadrený dojem týka možného nevhodného správania osoby, táto osoba by sa nemala v dôsledku týchto vyjadrení dostať do úzkych. Dotknutá osoba má predovšetkým právo sama sa k danému výroku vyjadriť.
- Pri reflexii ide o pozitívne aj negatívne dojmy. Obe by mali byť vyjadrené.

Zastarané zásady

Tu sú ešte dva body, ktoré sa neustále propagujú, ale bohužiaľ nie sú efektívne.

- Najprv povedzte, čo bolo dobré, a až potom, čo nebolo dobré.
- Vždy najprv spomeňte tri veci, ktoré boli dobré, a až potom vyjadrite (negatívnu) kritiku.

Problémom týchto dvoch „pravidiel“ je, že majú tendenciu zaobchádzať s druhým „terapeuticky“. Ako s dieťaťom, ktoré vychovávame. Okrem toho má každý „kompliment“ nepríjemnú pachuť, pretože pri ňom človek veľmi rýchlo prejde do „obranného postoja“, keďže sa pýta sám seba, čo „zase urobil zle“. Komplimenty sa tak stávajú zámienkou na to, aby sme mohli kritizovať druhého, a preto často nie sú myslené vážne. Takéto správanie nemá čo hľadať v tíme, v ktorom vládne jasná orientácia na ciele, vzájomná dôvera a úcta.

Prijímaj kritiku s nadhľadom

- Zostaň v pohode a neprechádzaj do „obranného postoja“ ani do protiútoku. Tvoj partner len vyjadruje **svoj** dojem a má na to určitý dôvod.
- Pamätaj: to, čo ti hovorí tvoj partner, ťa môže buď nahnevať, alebo ti pomôcť. Či to bude to prvé alebo to druhé, záleží **len na tebe**.
- Vnímaj kritiku takú, aká je: **ako príležitosť na zlepšenie**. Často sa stáva, že kritiku dostávajú len tí, od ktorých sa na základe skúseností očakáva mimoriadne dobrý výkon. Kritika je preto v mnohých prípadoch znakom toho, že si už dosť dobrý.
- Preto: Poďakuj sa svojmu kritikovi!
- A na záver: Nevšímaj si každú kritiku. Nie každá kritika je oprávnená, nie každý kritik má pravdu. K každému sa správaj s rešpektom, ale neber si každú kritiku k srdcu.

Poznámka: Vyššie uvedené body sa týkali „bežnej formy“ kritiky. Ak si neustále terčom útokov, urážok alebo šikany, je potrebné prijať iné opatrenia a vyššie uvedené body ignorovať!

Kto má vlastne pravdu?

Nakoniec môže každý v najlepšom prípade vyjadriť len svoje vlastné, niekedy veľmi subjektívne dojmy. Každý má o danej osobe trochu iný obraz. Aj samotná osoba. Nakoniec nikto nemôže poskytnúť úplný a správny obraz situácie, a preto nikto nemá pravdu na 100 %. Čo môžeme urobiť, je podeliť sa o naše dojmy a spoločne s ostatnými dospieť k čo najlepšiemu obrazu situácie.

Čo sa stane, ak je určité správanie zjavne nesprávne, prípadne došlo k porušeniu interných/externých zásad alebo bolo dokonca nebezpečné?

V takomto prípade nie je reflexia správnym postupom. Ak vedúci konal nedbanlivo spôsobom, ktorý predstavoval nebezpečenstvo, alebo porušil základné zásady práce, vedenie tímu musí primerane zasiahnuť, objasniť situáciu a v prípade potreby vyvodiť ďalšie dôsledky. V tomto prípade sa vyjadrenia nedajú považovať za „subjektívne dojmy“ jednej osoby, ale v mnohých prípadoch ide o jasné pokyny, ktoré je potrebné dodržiavať. Členovia tímu nesmú formu reflexie zneužívať na to, aby pri poukázaní na nedostatky „tiahli za ucho“, pretože ide predsa len o „subjektívny názor“ ostatných členov tímu.

Zdroj obrázku

- Titulná fotografia: © steve prinz / pixelio.de

Weitere Informationen

Značky
Reflexia
Tím
Vyhodnotenie
Spätná väzba
Zlepšenie

Vek
od 16. roku života

Počet účastníkov
1–20
20–30
30 – 100

Biblia
Táto informácia chýba.

Materiál
Chýba

Stiahnutie súboru
Žiadne súbory na stiahnutie

KI Generierter Inhalt
Obsah
Značky
Vek
Počet účastníkov
Biblia
Materiál

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/sk/wiki/art/reflexia-zaklady