

Организация рефлексии и воспитание адекватной самооценки в процессе обучения



Фоксфорд

СЧ[♥]СТЛИВ
быть учителем

Ольга Юрьевна Щигирева



- ✓ к.п.н., коуч-профориентолог,
- ✓ Эксперт государственной программы «Стратегическое управление талантами в Республике Татарстан на 2015-2020 годы»



- ✓ Руководитель и ведущий проекта «Мастерская самоопределения»



Детская Академия Успеха, Москва



«*Рефлексия*» происходит от позднелатинского “reflexio”, что буквально означает “обращение назад, отражение”.

Рефлексия - это «умственный процесс, направленный на структурирование или реструктурирование опыта, проблемы, существующего знания или представлений». Фред Кортхаген



Рефлексия охватывает как коммуникативные процессы, так и процессы самоосмысления, самосознания:



- ✓ определяет партнерские личностные качества (проницательность, отзывчивость, терпимость, безоценочное принятие и понимание другого человека)
- ✓ обеспечивает взаимопонимание и согласованность действий в условиях совместной деятельности
- ✓ стимулирует способность человека к самоанализу, процессы самосознания, обогащает "Я-концепцию" человека, является важнейшим фактором личностного самосовершенствования
- ✓ способствует целостности и динамизму внутренней жизни человека, помогает стабилизировать и гармонизировать свой эмоциональный мир, мобилизовать резервный потенциал, гибко управлять им



Педагогическая рефлексия

сложный психологический феномен, проявляющийся в способности учителя входить в активную исследовательскую позицию по отношению к своей деятельности и к себе как ее субъекту с целью критического анализа, осмысления и оценки ее эффективности для развития личности ученика (А.А. Бизяева)

Педагогическая рефлексия предполагает взаимоотображение, взаимооценку участников педагогического процесса, состоявшегося взаимодействия, отображение педагогом внутреннего мира, состояния развития учащихся и наоборот.



Рефлексирующий учитель – это...



Фоксфорд

думающий, анализирующий, исследующий свой опыт педагог

вечный ученик своей профессии” (Дж.Дьюи) с неутомимой потребностью к саморазвитию и самосовершенствованию



Для чего педагогу следует использовать технологии организации рефлексивной деятельности?



Позволяет проводить:

- ✓ анализ и оценку деятельности учащихся с разных позиций
- ✓ анализ и оценку своей деятельности с точки зрения учащихся
- ✓ определять новые направления в организации эффективного взаимодействия на учебных занятиях с целью включения самих учащихся в активную деятельность.



«Чтобы максимально повысить потенциал детского мозга, надо поощрять рассуждения, не ограниченные пассивным запоминанием.»

Стивен Камарата, профессор психиатрии

- ✓ Научить рассуждать и мыслить творчески!!!
- ✓ Если человек знает правила/принципы и основные факты, он сможет делать выводы и относительно незнакомой ему информации



Рассуждения – это процесс, в который вовлекается ВСЕ МОЗГ

- ✓ За хранение и извлечение заученной информации отвечают определенные части ГОЛОВНОГО МОЗГА
- ✓ При более глубоком понимании пробуждаются эмоции и к обработке информации привлекаются дополнительные нервные ресурсы из различных областей мозга



Каким образом?



Фоксфорд

- ✓ Следовать за инициативой ребенка и позволять ему делать самостоятельные попытки
- ✓ Поддерживать подвижные рассуждения через интерактивное обучение и решение задач
- ✓ Предоставлять возможность получать новые знания как совместно с учителем, так и самостоятельно
- ✓ Хвалить, даже в случае неудачи, чтобы поощрять попытки найти ответ
- ✓ Приобретать опыт (решение задач, рассуждения, обучение) через собственные ошибки. Это - основная часть процесса обучения, т.к. опыт необходим для правильной настройки мозга



Коучинг как стратегия:

- ✓ развитие навыков целеполагания и проектирования
- ✓ разработка гипотез и продвижение проектов
- ✓ опора на творческую инициативу и позитивную мотивацию
- ✓ желание пробовать, ошибаться, идти дальше
- ✓ формат личностного развития учеников и учителей
- ✓ глубокая включенность во взаимодействие - стимул для изменений



Принципы коучинга (по Милтону Эриксону)

1. Со всеми моими учениками все ОК
2. Каждый из них способен сделать для себя наилучший выбор
3. У каждого ребенка есть все ресурсы для того, чтобы достичь желаемого
4. Любое намерение ребенка основано на позитивном стремлении для себя
5. Изменения не только возможны, но и неизбежны



УЧИТЕЛЬ

1. Не навешивает на детей ярлыки неисправимых
2. Создает новые возможности для выбора
3. Принимает всех
4. Верит в желание ребенка быть хорошим, в то, что он стремится к лучшему
5. Сам уверен в собственной способности меняться к лучшему



Упражнение «Звезда ценностей»

Давайте посмотрим на себя как на УЧИТЕЛЯ ГОДА, ответив на 5 ВОПРОСОВ



Упражнение «Звезда ценностей»

1. Какое позитивное намерение вы выбираете для себя, как УЧИТЕЛЯ ГОДА?

- ✓ Представьте себя в конце года
- ✓ По какому основному направлению вы хотите продвинуться и достичь значимых целей?
- ✓ Что из того, что Вы хотите сделать, будет для Вас самым желанным и значимым?



Упражнение «Звезда ценностей»

2. Какие ресурсы нужны Вам, чтобы воплотить в жизнь это намерение?

✓ У каждого из нас есть все ресурсы, чтобы достичь того, что мы по-настоящему хотим:

внутренние (решимость, уверенность в себе)

внешние (люди, знания, финансы)

✓ Запишите, какими ресурсами Вы уже обладаете, а какие хотелось бы привлечь для воплощения задуманного.

✓ Как именно Вы поймете, что это - то, что нужно?



Упражнение «Звезда ценностей»

3. Какой процесс изменений Вы хотели бы запустить в своей педагогической деятельности как УЧИТЕЛЬ ГОДА?

- ✓ На каких изменениях Вы хотели бы сфокусироваться?
- ✓ Какие изменения окружающей среды Вы бы хотели использовать, чтобы реализовать намерение?



Упражнение «Звезда ценностей»

4. В каком направлении работы Вам бы хотелось сделать самый наилучший выбор как УЧИТЕЛЮ ГОДА?

✓ Нужно создать пространство, где спектр выбора будет максимально большим. Это может быть:

буквальный выбор из нескольких альтернатив

глобальные жизненные установки: “Я буду верить в то, что убеждения, которые ранее меня ограничивали, расширятся и станут верными союзниками, у меня получится то, что раньше страшило”

✓ Какой выбор резонирует с самыми важными Вашими ценностями?



Упражнение «Звезда ценностей»

5. В какой сфере профессиональной деятельности Вы хотели бы чувствовать себя "ок" как УЧИТЕЛЬ ГОДА?

- ✓ Перед Вами стоит вызов: принять себя, поверить, что с Вами все хорошо
- ✓ Внутренний критик часто судит нас в тех областях, где мы все еще растем
- ✓ Когда мы фокусируемся на том, что с нами все ок , даже когда мы не уверены в себе - способности развиваются в разы быстрее



Упражнение «Звезда ценностей»

Подводим итог

- ✓ Вы нарисовали звезду ценностей и сформулировали ответы на 5 вопросов
- ✓ Пространство посередине остается свободным
- ✓ Сюда Вы вписываете ключевое слово - если сформулировать одним словом - что для Вас быть УЧИТЕЛЕМ ГОДА?



Упражнение «Звезда ценностей»

1-й шаг

- ✓ Подумайте, на чем Вы сфокусируетесь в первую очередь, с чего готовы начать
- ✓ Сделайте подарок себе
- ✓ У Вас есть возможность взглянуть на себя по-новому и работать так, как Вы видите/чувствуете и по-настоящему хотите



Развитие рефлексии у учащихся

- ✓ Самостоятельность
- ✓ Предприимчивость
- ✓ Мотивация к обучению



Реализовать свой потенциал



Освоить две главные роли:

Я — организатор своего собственного успеха

Я — организатор своего собственного продюсирования и продвижения

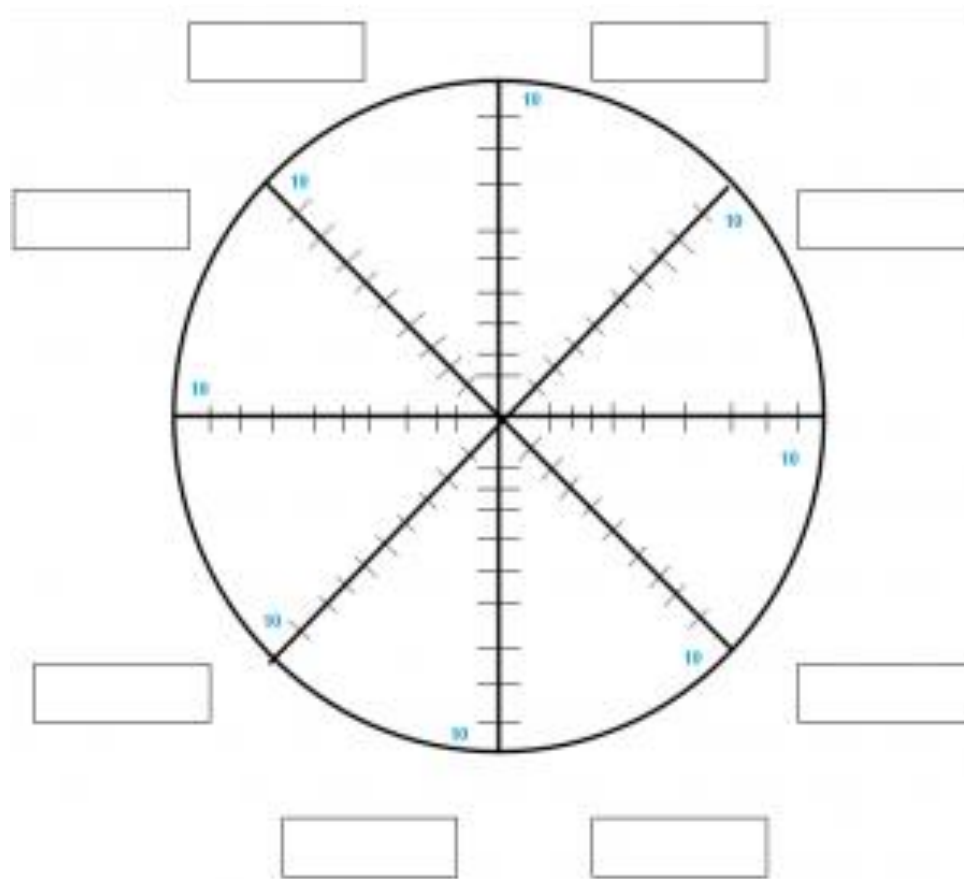


Фоксфорд

Колесо выбора профессии



Колесо баланса



- проверенная эффективность
- простота применения
- информативность
- универсальность
- вариативность



Шкалирование

- ✓ позволяет проводить мгновенный анализ готовности к той или иной работе, выбору нового направления
- ✓ используется 10-балльная шкала, где 0 означает наименьшую важность, стартовый уровень, а 10 – максимальную значимость или первоочередность
- ✓ оценивается каждый сегмент не по стандартным требованиям, а исходя из личного либо коллективного мнения и ситуации занятия
- ✓ требует навыков самоосознания и осознанности



Открытые вопросы.

- ✓ не навязчиво выясняют «да или нет», а провоцируют учащихся на размышления, дискуссии
- ✓ остаются и прокручиваются в голове еще долгое время
- ✓ вопросы, которые продвигают



Восьмиугольник Е.А. Климова



Колесо выбора профессии



Уровень притязаний/ценности

- ✓ Что для тебя важно в жизни?
- ✓ Что ты считаешь самым главным в профессиональной деятельности?
- ✓ Что для тебя важнее в выборе профессии – высокая зарплата или удовлетворённость процессом работы?
- ✓ Как повлияет удалённость места работы от дома на твой профессиональный выбор?



Склонности, интересы

- ✓ Каково твое любимое занятие (хобби)?
- ✓ О чем тебе нравится читать или разговаривать?
- ✓ Чем ты увлекаешься?
- ✓ Чем тебе больше всего нравится заниматься?
- ✓ Что ты можешь делать увлеченно, не думая о времени?



Способности

- ✓ Что у тебя получается лучше всего?
- ✓ Какое из своих умений ты считаешь самым главным?
- ✓ Какими «особенными» достижениями ты хотел бы похвастаться перед друзьями?



Мнение родителей, семьи

- ✓ Хотелось бы тебе пойти по стопам отца, матери, дедушки, бабушки в выборе профессии?
- ✓ Как родители относятся к твоему выбору?
- ✓ Что они рекомендуют?
- ✓ Как аргументируют своё мнение?
- ✓ Что ты думаешь по этому поводу?



Мнение друзей и сверстников

- ✓ Обсуждаешь ли ты с друзьями свои профессиональные планы?
- ✓ Что они думают о твоём выборе?
- ✓ Какую из профессий ты бы выбрал: которая не престижна, по мнению твоего друга, но тебе по душе или престижную, по мнению твоего друга, но малоинтересную для тебя?
- ✓ Будешь ли ты поступать в университет после окончания школы для обучения желаемой профессии или поступишь в училище «за компанию» с лучшим другом?



Информированность

- ✓ Что важно уметь делать в выбранной сфере деятельности?
- ✓ По каким признакам можно объединить профессии между собой?
- ✓ На какие группы можно разделить профессии по предмету труда?
- ✓ Какие навыки необходимы для работы с людьми?



Потребности рынка труда

- ✓ Какая профессия, по твоему мнению, наиболее востребована на данный момент?
- ✓ Какие специальности, на твой взгляд, «уходят в прошлое» и становятся «не нужными»?
- ✓ Какие профессии будут востребованы через 10 лет?
- ✓ Какие новые профессии появятся к этому времени?
- ✓ Какие ресурсы ты можешь использовать для нахождения этой информации?



Личный профессиональный план

- ✓ Конечная цель: кем хочу стать, каким буду, чего достигну
- ✓ Промежуточные цели: то, что можно делать уже сейчас
- ✓ Более отдаленные цели: чему и где учиться, перспективы профессионального роста (ближайшие месяцы, годы)
- ✓ Пути и средства достижения целей: изучение справочной литературы, беседы со специалистами, самообразование, поступление в учебное заведение

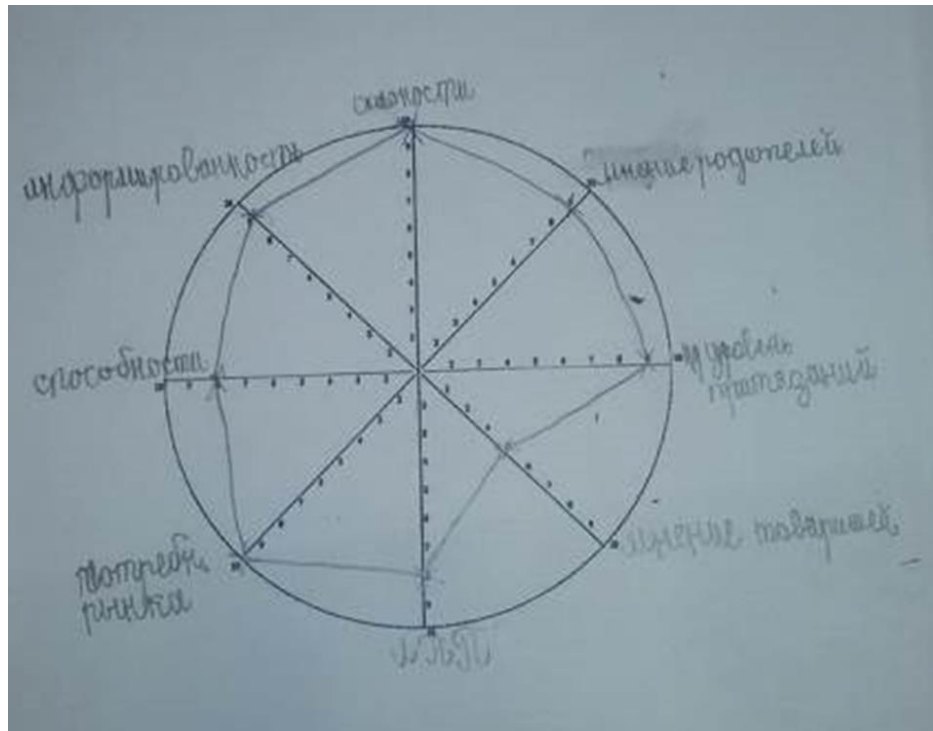


Личный профессиональный план

- ✓ Внешние сопротивления на пути достижения цели: трудности, возможные препятствия, противодействия тех или иных людей
- ✓ Внутренние условия достижения цели: состояние здоровья, способности к обучению, настойчивость, терпение, склонности к практической и теоретической работе, качества, необходимые для учебы и работы по данной специальности
- ✓ Запасные варианты и пути их достижения - на случай возникновения непреодолимых трудностей в реализации основных вариантов

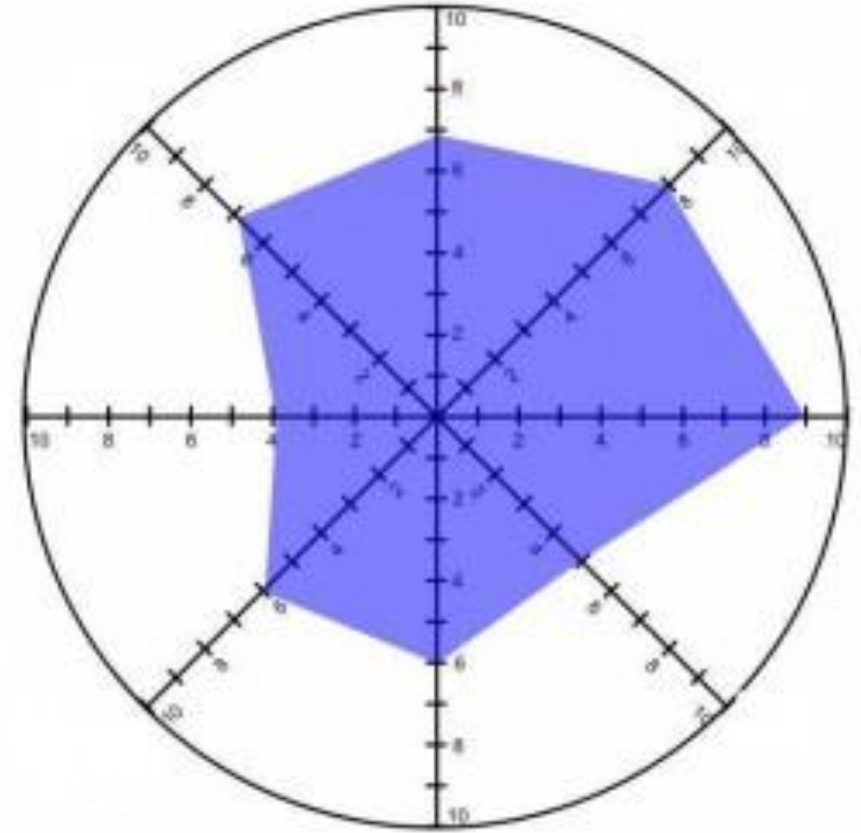
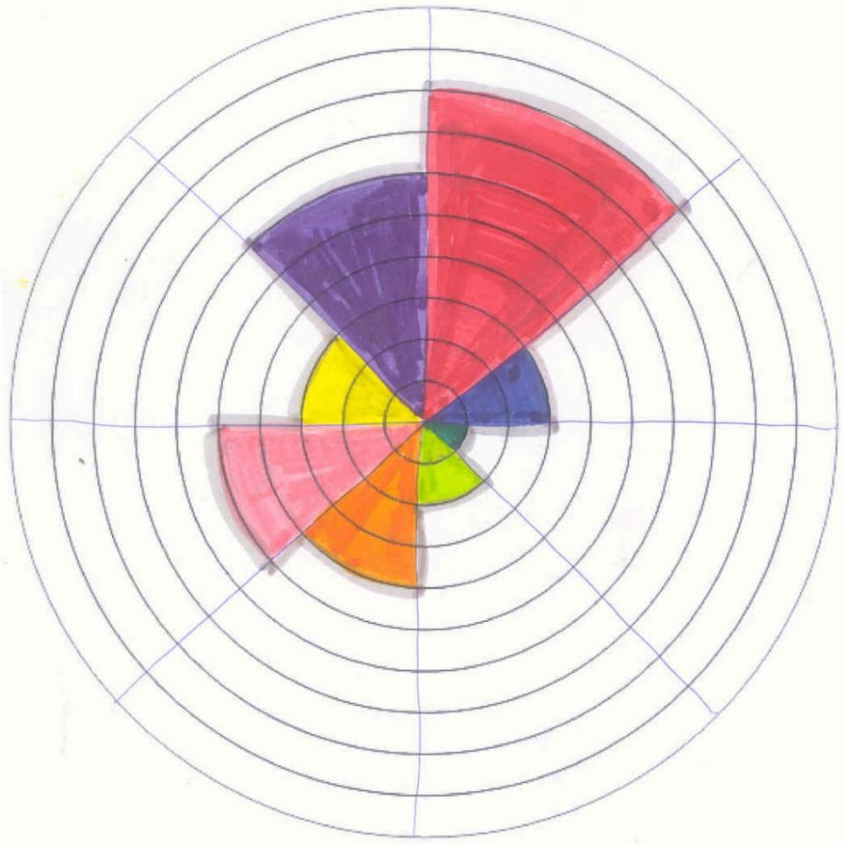


Примеры заполнения

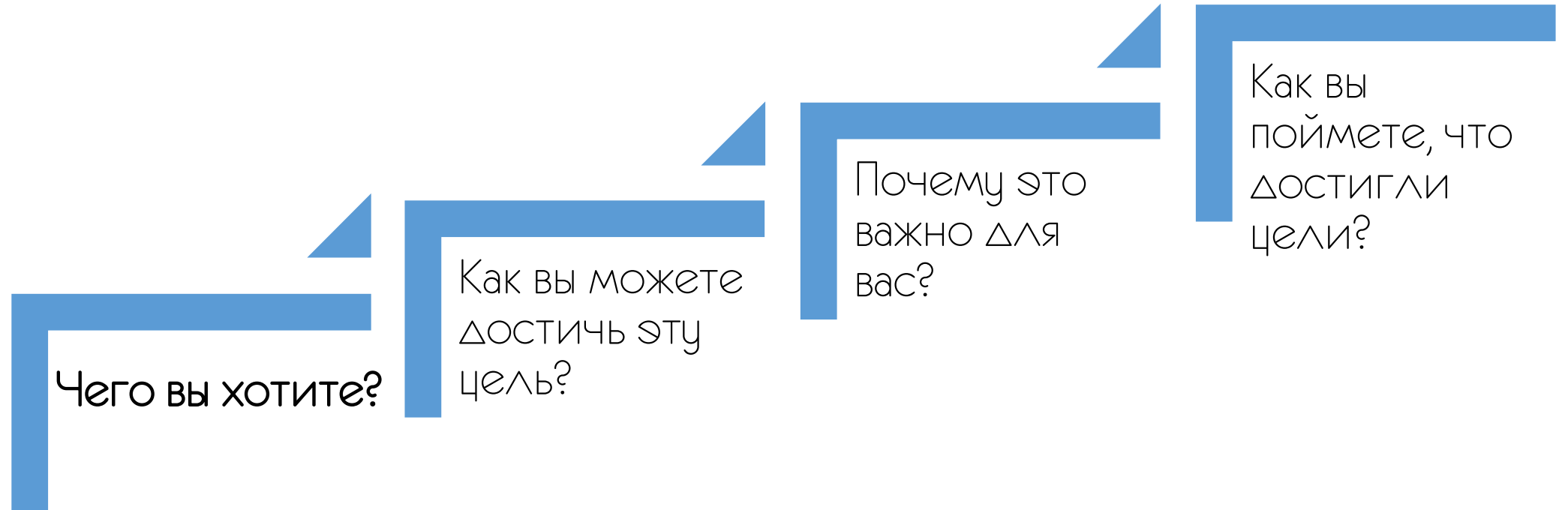


Примеры заполнения





4 вопроса планирования



Решение

САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ

ОСОЗНАННОЕ

ОТВЕТСТВЕННОЕ



Фоксфорд

Самооценка – форма проявления самосознания

осознание самого себя, определённое отношение к самому себе:

- ✓ осознание своих умственных и физических способностей
- ✓ поступков
- ✓ МОТИВОВ ПОВЕДЕНИЯ
- ✓ СВОЕГО ОТНОШЕНИЯ К ДРУГИМ
- ✓ СПОСОБНОСТЬ ОЦЕНИВАТЬ СВОИ ВОЗМОЖНОСТИ



Источник развития самооценки

- ✓ оценка окружающими людьми результатов поведения и деятельности, а также непосредственных качеств его личности
- ✓ ведущая роль родителей и учителей



Виды самооценки

Низкая самооценка – нежелание учиться, отсутствие стремления проявлять себя в спорте или творчестве

Завышенная самооценка – капризность, заносчивость, неприятие сверстниками

Адекватная самооценка – умение понимать и принимать свои сильные и слабые стороны, объективный отчет самому себе о своих способностях и возможностях

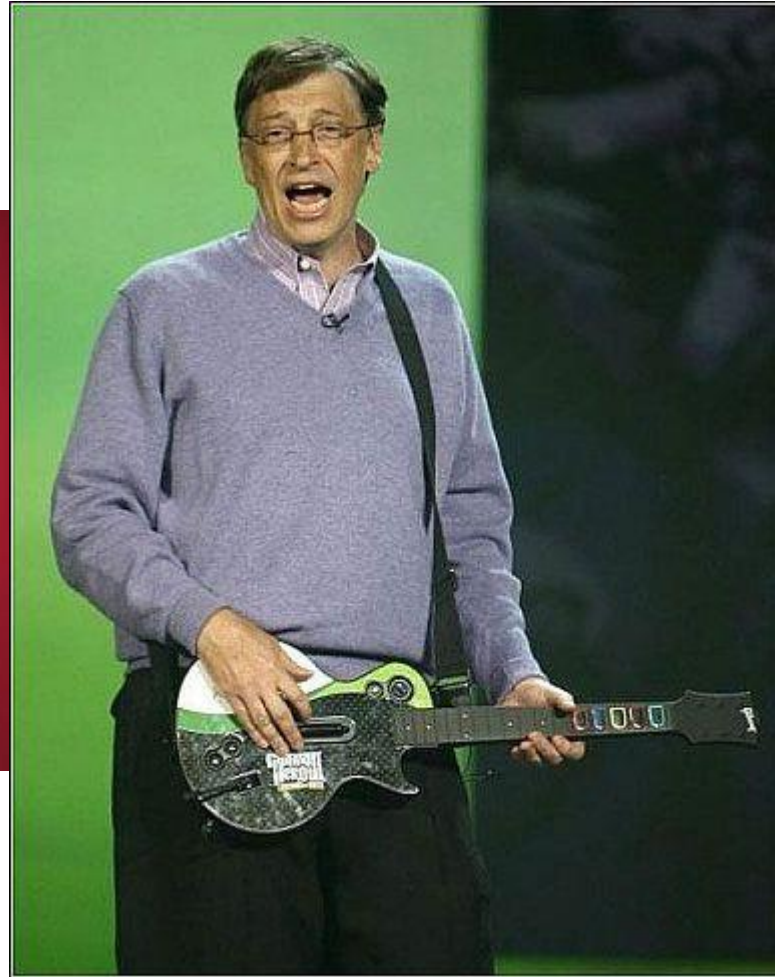


Адекватная самооценка

- ✓ Уверенность – вера в свои способности и знания
- ✓ Жизнестойкость – способность преодолевать неудачи, препятствия, отчаяние, ошибки, недостатки, разочарование и сохранять позитивный настрой
- ✓ Упорство – готовность и желание работать над задачей, даже если успех приходит не сразу



СЧ[♥]СТЛИВ
быть учителем



Фоксфорд

Важно

- ✓ развивать в детях познавательную активность и уверенность в своих силах
- ✓ предельно трезво оценивать их волевые качества и способности в какой-либо сфере деятельности
- ✓ подчеркивать их уникальность
- ✓ учить детей принимать себя такими, какие они есть
- ✓ учить соревноваться: выигрывать и проигрывать достойно
- ✓ учить управлять своими эмоциями и радоваться успеху других



- 
- ✓ злые негативные комментарии в адрес, ребенка
 - ✓ негативная оценка его работы
 - ✓ насмешка



Рамка обратной связи и рамка неудачи

Рамка обратной связи

Что ты хочешь?

Что произошло?

Чему ты научился?

Нашел ли свои ошибки?

Приобрел ли опыт?

Как открылся мир?

Что ты приобрел?

Что ты понял?

Какая здесь есть возможность?

Рамка неудачи

Что ты сделал не так?

Чья эта вина?

В чем твоя вина?

Почему это произошло?

Как это тебя ограничивает?

(погружает внутрь себя, проигрываются старые записи, обретаются привычки)



Как?

- ✓ Воспитывать личным примером
- ✓ Относиться к ученикам как к партнерам по обучению, уважать в них личность
- ✓ Поощрять поиск самостоятельных решений
- ✓ Учить, что неудачи – не приговор, а ошибки – это естественная часть обучения, которые дают возможность учиться
- ✓ Избегать абстрактной похвалы «Гениально», хвалить за достижения и конкретные действия «Хорошо придумал, теперь попробуй по-другому»
- ✓ Воспитывать в детях оптимизм, помогать им поверить, что всё будет хорошо, несмотря на проблемы

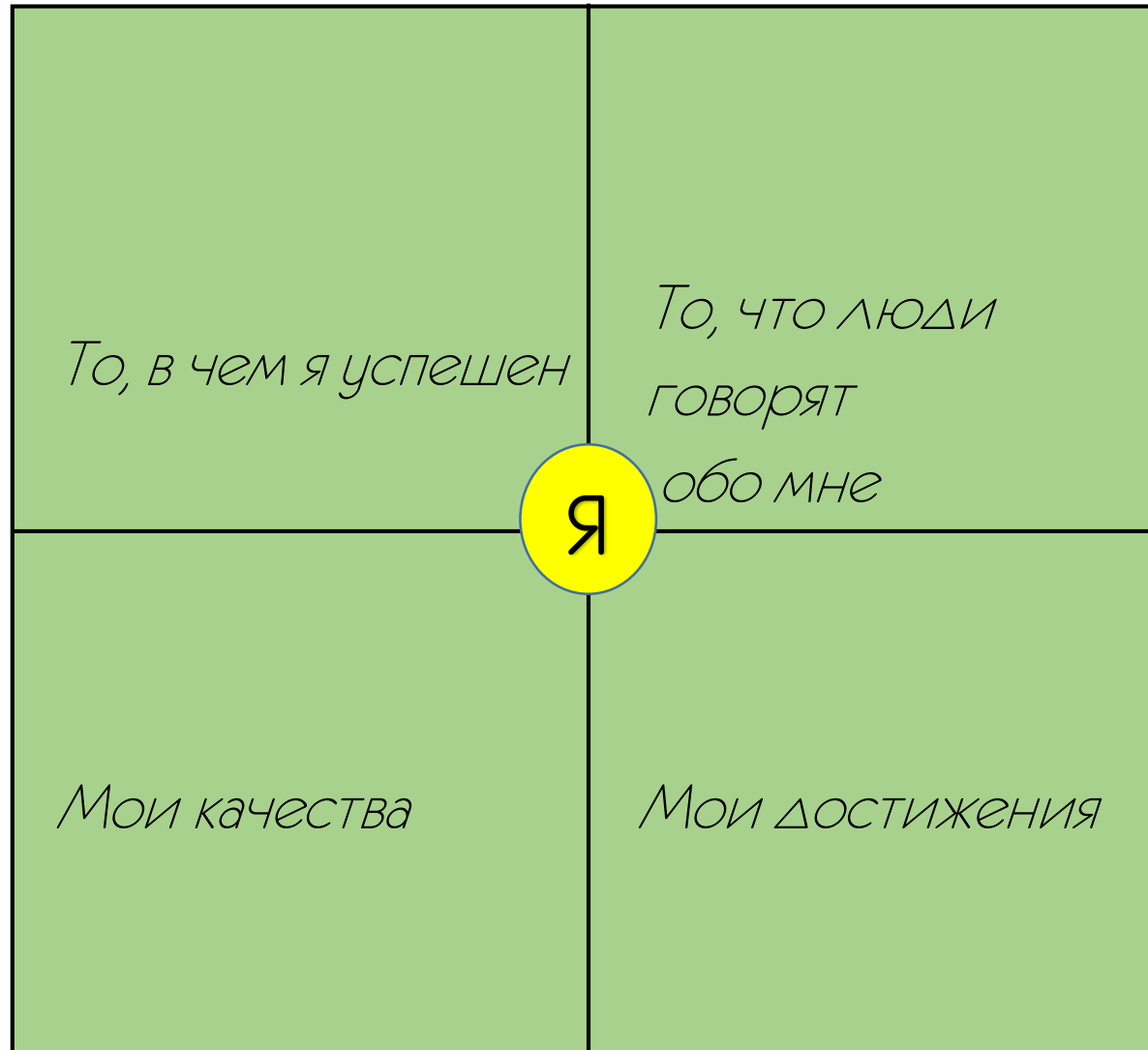


Обратная связь

- ✓ Нет неудач и поражений, есть обратная связь!
- ✓ Нет вины в учебе!
- ✓ Задавать вопросы – не давать советы!
- ✓ Двигайся вперед, несмотря на преграды!
- ✓ Из негатива – в позитив: какой опыт я получил? как я могу это использовать в следующий раз?
- ✓ Избегать оценочных суждений.
- ✓ Стремиться К..., а не стремиться ОТ...
- ✓ Делать комплименты (450:50) и хвалить
- ✓ Успех там, где ты!
- ✓ Всё возможно!



Квадрат



Коллаж «Я уникален»

- ✓ *черты характера*
- ✓ *увлечения*
- ✓ *предпочтения*



Фоксфорд

Материалы для дополнительного



ОЗНАКОМЛЕНИЯ

1. Бизяева А.А. Психология думающего учителя: Педагогическая рефлексия. – Псков, 2004. – 216 с.
2. Камарата С. Воспитание без шаблонов: Научитесь слышать своего ребенка. – М., 2016. – 274 с.
3. Кашлев С. С. Современные технологии педагогического процесса: Пособие для педагогов. – Мн.: Высшая школа, 2002. – 95с
4. Плигин А.А. Познавательные стратегии школьников. От индивидуализации – к личностно ориентированному образованию. – М., 2012. – 416 с.



Фоксфорд

Вопросы?



Фоксфорд

Спасибо за внимание!

Skype: univrao

E-Mail: univrao@mail.ru

FB: <https://www.facebook.com/olga.schigireva>

VK: https://vk.com/olga_schigireva_ru



Фоксфорд

Обратная связь и рефлексия в коуч-формате как инструмент развития

Наталья Гульчевская



Фоксфорд

Наталья Гульчевская



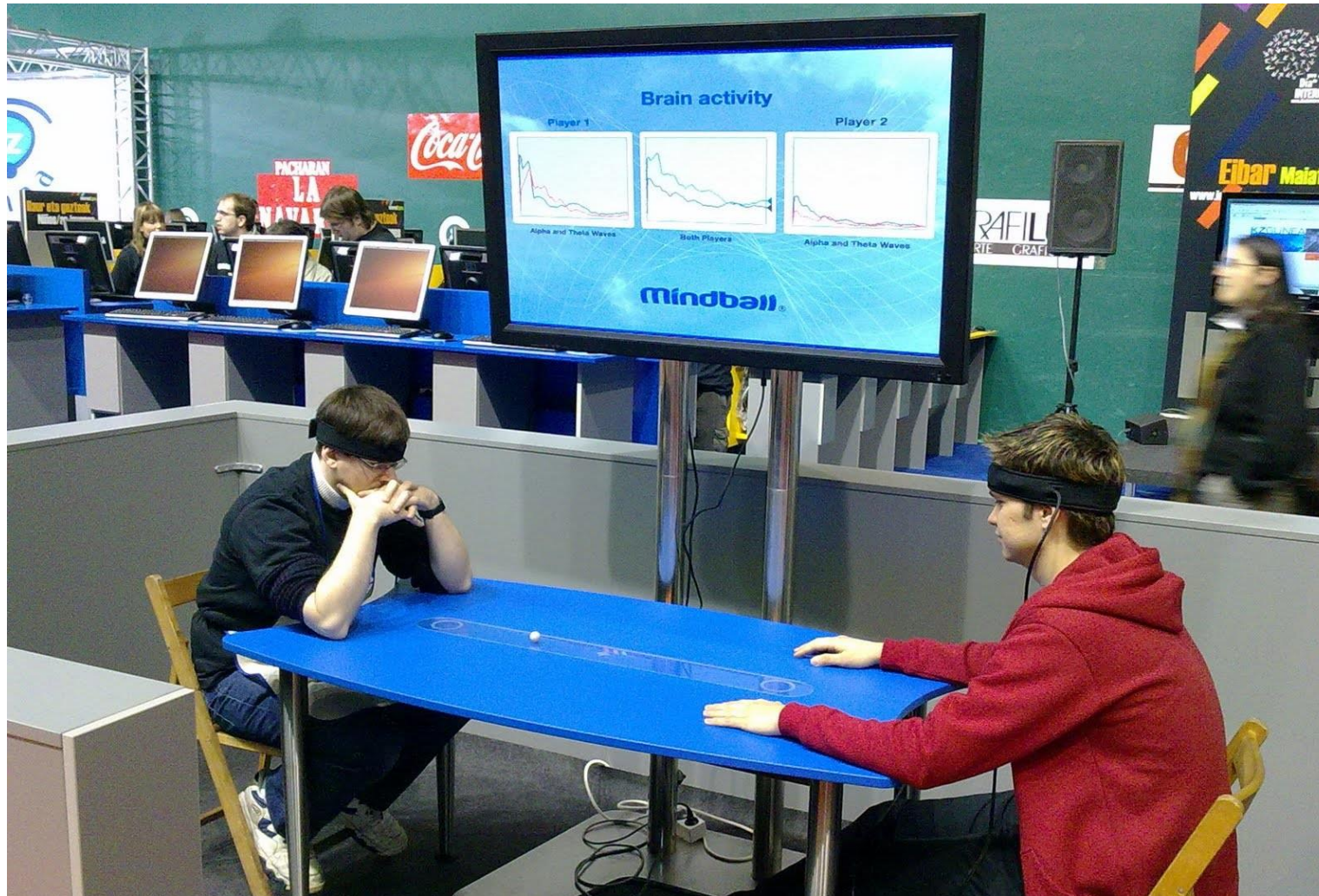
- ✓ Кандидат психологических наук
- ✓ Сертифицированный коуч ACC ICF
- ✓ Бизнес-тренер, фасилитатор
- ✓ ICAgile Certified Professional

Основатель КоучингВОбразовании.рф,
AgileInEducation.ru

Тренер курса «Коучинг в образовании как реализация требований ФГОС ОО»



Биологическая обратная связь



Ученые:

И. М. Сеченов

И. П. Павлов

П. К. Анохин

Н.П. Бехтерева

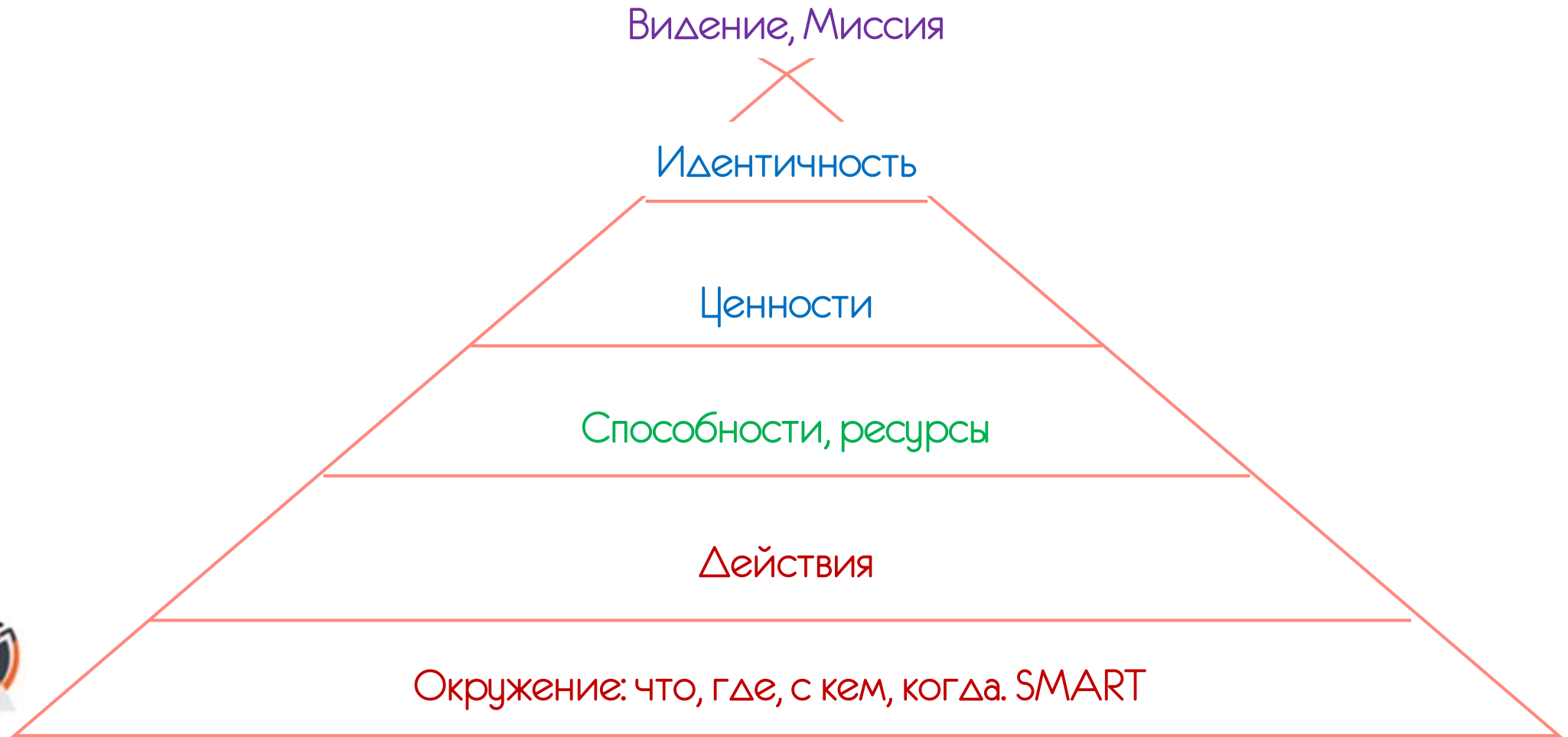
N. E. Miller,

J. Kamiya



Фоксфорд

Пирамида логических уровней



Неудачи: Искусство давать развивающую обратную связь



после этого?

Чему научились?
Что нужно добавить, какие **навыки**,
ресурсы нужны, чтобы достичь
результата?

Констатация **факта**, что
произошло? (мы
договорились что будет..., в
реальности было...)
ИЛИ Я-СООБЩЕНИЕ



Рефлексия конфликтной ситуации. 4 точки зрения.



Фоксфорд



1. Расскажи что произошло – как ты
это увидел

Рефлексия конфликтной ситуации. 4 точки зрения.

2. А если стать на позицию второго
человека – опиши ситуацию его
глазами?



Фоксфорд



Рефлексия конфликтной ситуации. 4 точки зрения.

3. А если посмотреть глазами
наблюдателей – опиши ситуацию?
Как это выглядело со стороны?



Фоксфорд



Рефлексия конфликтной ситуации. 4 точки зрения.

4. И если бы эту ситуацию снимала
видеокамера с потолка?
Или наблюдала муха на стекле?



Фоксфорд



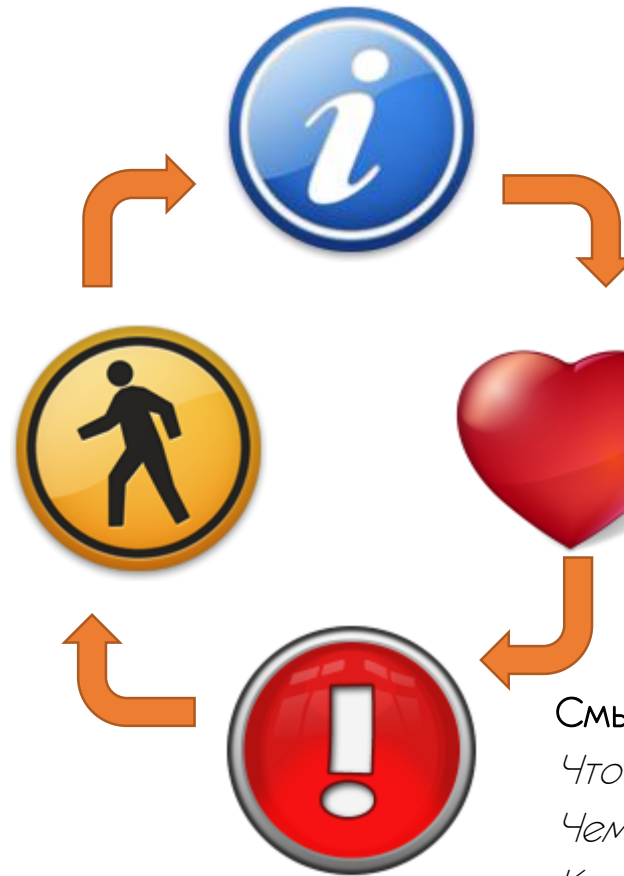
4 вопроса на рефлекссию

Действия.

*Что вы с этим можете сделать?
Ваши конкретные предложения?
Как нам теперь поступить?*



Фоксфорд



Информация. Опыт.

*Что услышали-увидели?
Что было самого ключевого? Какие
самые важные факты?*

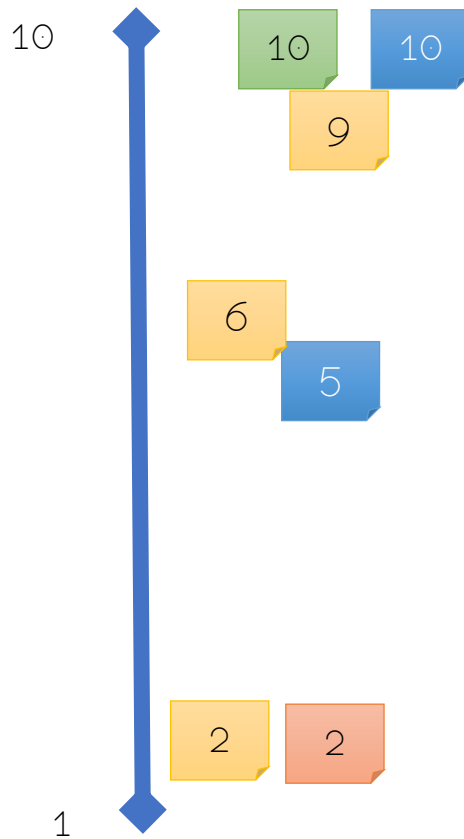
Эмоции. Чувства.

*Что понравилось?
Какая была первая реакция?
Какие чувства вызвала (удивила, расстроила,
обрадовала)?*

Смысл.

*Что это значит лично для вас?
Чему вы научились?
Какое это имеет отношение к ...?*

Шкалирование



Примеры шкал для рефлексии:

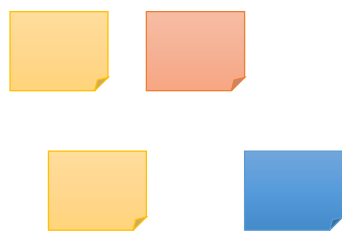
- Степень мотивации (хочу делать)
- Интерес
- Удовлетворенность
- Уверенность, что смогу



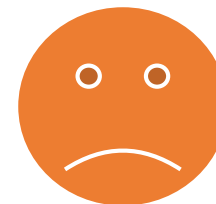
Достижения и зона роста



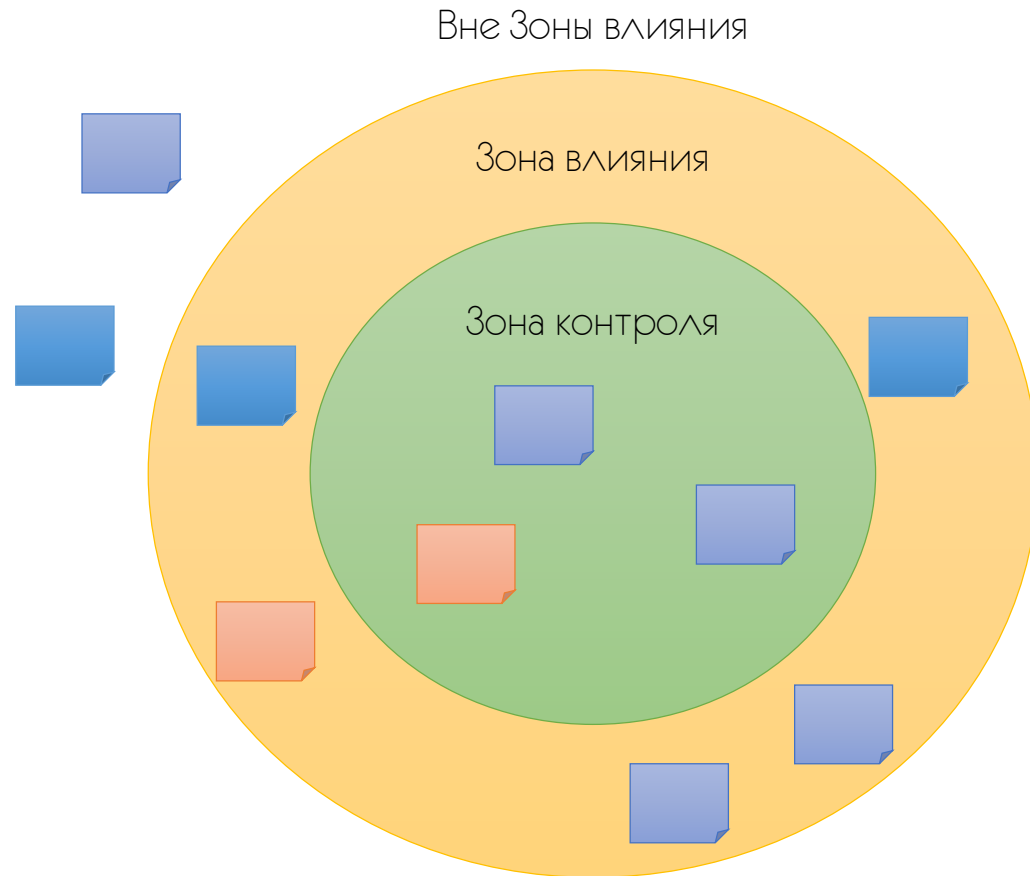
+ ПОЛУЧИЛОСЬ



Δ зона роста



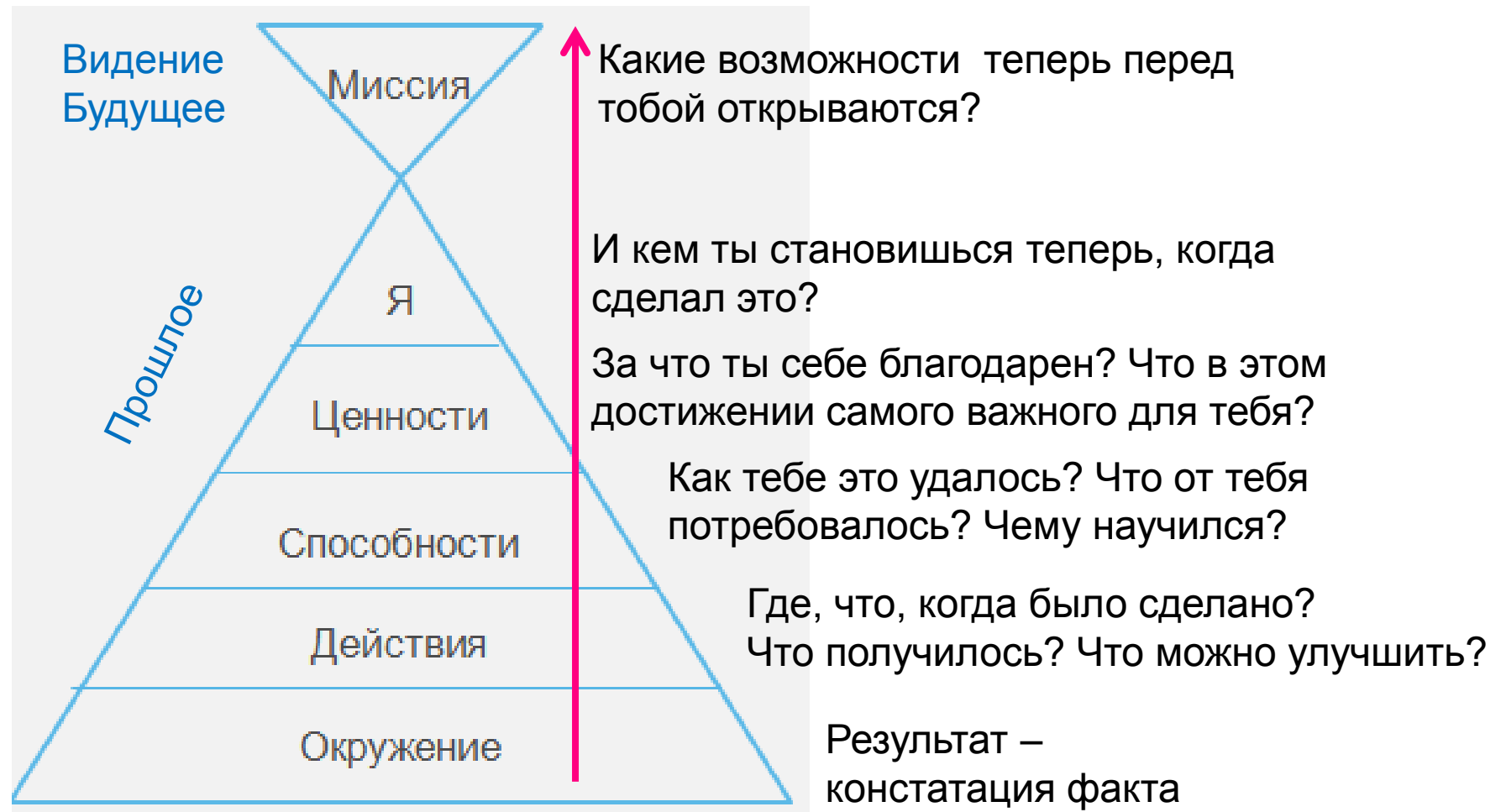
Зона влияния



1. Для зоны контроля – создаем план действий
2. Для зоны влияния – контр-меры
3. Для проблем вне зоны влияния – меры, переводящие в зону влияния



Вдохновляющая обратная связь и благодарность



Материалы для ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОЗНАКОМЛЕНИЯ

Коучинг в Образовании.рф



Фоксфорд

Вопросы?



Фоксфорд

Спасибо за внимание!

Коучинг в Образовании.рф

natalia@gulchevskaya.ru



Фоксфорд

Следующий вебинар:
«Форматы и фасилитация
групповой работы»

17.02 в 18:00

