

PATEIKĖ
bafrog

ON
2011-10-19

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Refleksija (pagrindai)



Refleksija reiškia pažvelgti atgal ir apmąstyti, ką ir kaip padarėme. Šių apmąstymų dėka asmuo (arba komanda) daro išvadas, ką ateityje reikėtų daryti taip pat, o ką – kitaip. Refleksijos tikslas nėra rasti kuo daugiau klaidų, o tobulinti visą komandą.

Principai / taisyklės

Komandos apmąstymų metu visada geriausia, kai tarpusavio santykiai grindžiami nuosekliu pasitikėjimu ir pagarba. Jei tai užtikrinama, **taisyklių nereikia**. Jos būtinos tik tada, kai „karštoje kovos įkarštyje“ to nebėra. Todėl toliau pateikiami keli principai, kurie pasirodė esą naudingi.

- Visada kalbama tik apie tą asmenį, kuris išsako savo įspūdžius. Tai nebūtinai turi būti taip vertinama likusios komandos narių, taip pat nebūtinai turi atitikti tikrovę. Kiekvienas turi teisę išsakyti savo įspūdžius, kad nebūtų pertraukiamas. Be to, nėra prasmės vertinti išsakytus įspūdžius.
- Ypač jei išreikštas įspūdis susijęs su galimu asmens netinkamu elgesiu, šis asmuo neturėtų būti stumiamas į kampą dėl išsakytų pastabų. Atitinkamas asmuo, labiau nei bet kas kitas, turi teisę pats pasisakyti po atitinkamo teiginio.
- Atsiliepime kalbama tiek apie teigiamus, tiek apie neigiamus įspūdžius. Abu jie turėtų būti išsakyti.

Pasenę principai

Čia dar du punktai, kurie nuolat propaguojami, bet, deja, nėra veiksmingi.

- Pirmiausia pasakykite, kas buvo gerai, o tik tada – kas buvo blogai.
- Visada pirmiausia paminėkite tris gerus dalykus, o tik tada išsakykite (neigiamą) kritiką.

Problema su šiomis dviem „taisyklėmis“ yra ta, kad jos linkusios elgtis su kitu „terapiniu“ būdu. Tarsi su vaiku, kurį auklėjame. Be to, kiekvienas „komplimentas“ įgyja nemalonų prieskonį, nes tokio komplimento atveju žmogus labai greitai pereina į „gynybinę poziciją“, nes pradeda klausti savęs, ką gi „vėl padarė ne taip“. Taigi komplimentai tampa pretekstu kritikuoti kitą ir todėl dažnai nėra sakomi nuoširdžiai. Toks elgesys neturi vietos komandoje, kurioje vyrauja aiškus orientavimasis į tikslą, abipusis pasitikėjimas ir pagarba.

Priimk kritiką ramiai

- Išlik ramus ir neperėk į „gynybinę poziciją“ ar nepradėk kontratakos. Tavo pašnekovas tik išreiškia **savo** įspūdį, ir tam, kad jį išreiškė, jis turi tam tikrą priežastį.
- Atmink: tai, ką tau sako pašnekovas, gali tave arba erzinti, arba būti tau naudinga. Ar bus pirmasis, ar antrasis variantas, priklauso **tik nuo tavęs**.
- Vertink kritiką kaip tai, kas ji yra iš tikrųjų: **galimybę tobulėti**. Dažnai būna taip, kad kritika skiriama tik tiems žmonėms, iš kurių, remiantis patirtimi, tikimasi ypač gerų rezultatų. Todėl daugeliu atvejų kritika yra ženklas, kad jau esi pakankamai geras.
- Todėl: padėkok savo kritikui!
- Ir galiausiai: nekreipk dėmesio į kritiką. Ne kiekviena kritika yra pagrįsta, ne kiekvienas kritikas yra teisus. Elkis su visais pagarbiai, bet neimk kiekvienos kritikos į širdį.

Pastaba: aukščiau minėti punktai buvo skirti „įprastinei“ kritikai. Jei esi nuolat puolamas, įžeidžiamas ar patiri patyčias, reikia imtis kitų priemonių ir ignoruoti aukščiau minėtus punktus!

Tai kas gi teisus?

Galų gale kiekvienas gali pateikti tik savo, kartais labai subjektyvius įspūdžius. Kiekvienas žmogus turi šiek tiek kitokį vaizdą apie kitą asmenį. Net ir pats tas asmuo. Galiausiai niekas negali pateikti išsamaus ir teisingo situacijos vaizdo, todėl niekas nėra teisus 100 %. Ką mes galime padaryti, tai pasidalinti savo įspūdžiais ir kartu su visais kitais susidaryti kuo geresnį situacijos vaizdą.

Kas atsitinka, jei elgesys yra akivaizdžiai netinkamas, galbūt net pažeidžia vidinius ar išorinius principus arba netgi kelia pavojų?

Tokiu atveju apmąstymai nėra tinkama priemonė. Jei vadovas elgėsi neatsargiai ir sukėlė pavojų arba pažeidė esminius darbo principus, komandos vadovybė privalo atitinkamai įsikišti, išsiaiškinti situaciją ir, jei reikia, imtis tolesnių priemonių. Šiuo atveju išsakyti dalykai neturi būti vertinami kaip vieno asmens „subjektyvūs įspūdžiai“, o daugeliu atvejų – kaip aiškūs nurodymai, kurių reikia laikytis. Komandos nariai neturi piktnaudžiauti refleksijos forma, kad ignoruotų iškeltus trūkumus, motyvuodami tuo, jog tai yra tik kitų komandos narių „subjektyvi nuomonė“.

Nuotraukos šaltinis

- Pagrindinis paveikslėlis: © steve prinz / pixelio.de

YoungstarsWiki.org

Weitere Informationen

Žymos
Atspindys
Komanda
Analizė
Atsiliepimai
tobulinimas

Amžius
nuo 16 metų

Dalyvių skaičius
1–20
20–30
30 – 100

Biblija
Šios informacijos trūksta.

Medžiaga
Nėra

Failų atsisiuntimas
Failų atsisiuntimų nėra

KI Generierter Inhalt
Turinys
Žymos
Amžius
Dalyvių skaičius
Biblija
Medžiaga

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/lt/wiki/art/refleksija-pagrindai