SEBEREFLEXE str. 38

Sebereflexe je pojmem, který se bezprostředně váže k osobnosti člověka, jeho nitru (duši), jeho prožívání, existenci. Sebereflexí se zabývá psychologie, ale také pedagogika, v jejímž kontextu nabývá sebereflexe učitelů stále větší vážnosti a připisuje se jí, stejně jako reflexi, velká důležitost, co se týče profesního rozvoje pedagogů. Mezi reflexí a sebereflexí je úzký vztah, ale není možné je spolu zaměňovat. (Hupková, Petlák, 2006, s. 46)

Pedagogický slovník vymezuje sebereflexi takto: ,,Obecně vědomé sebepoznávání, sebevymezování, sebehodnocení, na jehož základě vzniká u jedince vztah k sobě samému. Jedinec se zamýšlí nad sebou samým, nad zvláštnostmi své osobnosti, ohlíží se zpět za svými činy, myšlenkami, postoji, pocity, city; rekapituluje určitý úsek vlastního života či vlastního chování a rozhodování v situacích, které jsou pro něho významné. Cílem je zhodnotit sebe sama, rozhodnout, co a jak změnit, zvolit strategii pro budoucnost.“ (Průcha, Walterová, 2009, s. 259)

J. Pelikán ve své knize Pomáhat být definuje sebereflexi takto: „Sebereflexe jako prostředek sebeuvědomování, které je východiskem k tvorbě sebepojetí a ke snaze dosáhnout onoho ideálního Já prostřednictvím sebeformování a sebevýchovy.“ (Pelikán 2002, s.87) Sebereflexe vzniká jako zobecnění poznatků o sobě, které jedinec získává v interakci s okolím. Jedinec však přímo nepřebírá z okolí všechny impulsy, ale na základě své aktuální výběrovosti vnímání, která podléhá osobnostním a situačním faktorům, si vybírá a subjektivně zpracovává jen určité signály. (Pelikán 1995)

ZDROJE

HUPKOVÁ, Marianna; PETLÁK, Erich. Sebareflexia a kompetencie v práci učiteľa. Bratislava : Iris, c2004. 135 s. ISBN 8089018777.

PELIKÁN, J. Sebereflexe jako předpoklad asertivního jednání. In Asertivita, sebereflexe, kooperace a dramatická výchova. Praha: PF UK, 1995, s. 68-91. ISSN 0862-4461

PRŮCHA, Jan ; WALTEROVÁ, Eliška; MAREŠ, Jiří. Pedagogický slovník . 4., aktualiz. vyd. Praha : Portál, 2003. 322 s. ISBN 8071787728.