



Мы устали от плохой рефлексии!

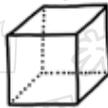
Из за нее группы теряют возможность учиться, искать улучшения и проводить изменения.

Мы хотим это изменить!

Наша миссия - помочь каждому фасилитатору в мире улучшить свой навык проведения рефлексии, и **мы приглашаем вас присоединиться к нам.**

Особая благодарность Cédric, Cori, Eddy, Elle, Florian, Judy, Kadriya, Karen, Olga, Stani & Ulises.

TheDebriefingCube.com



Зачем это вам?

Вы сможете повысить ценность своих упражнений, взаимодействия, игр и симуляций, развивая свой навык проведения рефлексии.

Зачем это вашим участникам?

Они получают максимальную возможность учиться и развиваться через опыт, который вы им предложите.

TheDebriefingCube.com

Шесть направлений для глубокой рефлексии

Цель исследуйте, что было в начале и понимание цели.

Процесс исследуйте цепочку событий, которые произошли.

Групповая динамика исследуйте наблюдения участников за своими действиями и действиями других участников группы.

Коммуникация исследуйте, что они думали, слышали и говорили.

Эмоции исследуйте их чувства и их влияние на то, что произошло.

Выводы исследуйте, что участники посчитали интересным, неожиданным и вдохновляющим!

TheDebriefingCube.com

1/2 Наши подсказки как провести отличную рефлексию



Создайте безопасное пространство!

- Обеспечьте психологическую безопасность каждого.



Будьте профессионалом!

- Развивайте свои навыки наблюдения и помогайте развивать их другим.



Молчание - это мощный инструмент, не бойтесь использовать его.



Расслабьтесь!

- Вам необязательно использовать каждый вопрос.

TheDebriefingCube.com

2/2 Наши подсказки как провести отличную рефлексию



Проявляйте искреннее любопытство, задавайте открытые вопросы, чтобы делать беседу содержательной.



Будьте сами примером того, как можно давать обратную связь во время рефлексии, чтобы усилить креативную уверенность.



Доверяйте участникам, постарайтесь не говорить им, чему они должны были научиться. **Поверьте**, что их собственные выводы будут для них гораздо более ценными.

TheDebriefingCube.com

Как использовать эту колоду 1/4 ПЛАНИРУЙ

1. Четко объясните, что собираетесь делать.
2. Определите время на рефлексию.
3. Выберите из колоды карточки, которые позволят провести отличную рефлексию (количество зависит от выделенного времени).
4. При необходимости подстраивайте вопросы под упражнение и ваших участников.
5. Придумывайте изменения на ходу.

TheDebriefingCube.com

Как использовать эту колоду 2/4 РЕАГИРУЙ

1. Во время наблюдения за выполнением задания, выберите карточки из колоды, которые сочтете подходящими.
2. Предложите участникам перейти к рефлексии.
3. Начните обсуждение используя карточки, которые вы выбрали.
4. Держите колоду у себя в руке и используйте вопросы с карточек, чтобы управлять обсуждением.
5. Следите за временем.

TheDebriefingCube.com

Как использовать эту колоду 3/4 НАПРАВЛЯЙ

1. Заранее выберите карточки, которые помогут участникам провести рефлекссию.
2. Предложите участникам перейти к рефлексии.
3. Отдайте им отобранные вами карточки, разложенные в необходимом порядке.
4. Предложите им самоорганизоваться, чтобы по-очереди поработать с карточками.
5. Используйте сигнал, который будет напоминать им о лимите времени.
6. Выделите время для обсуждения результатов рефлексии.

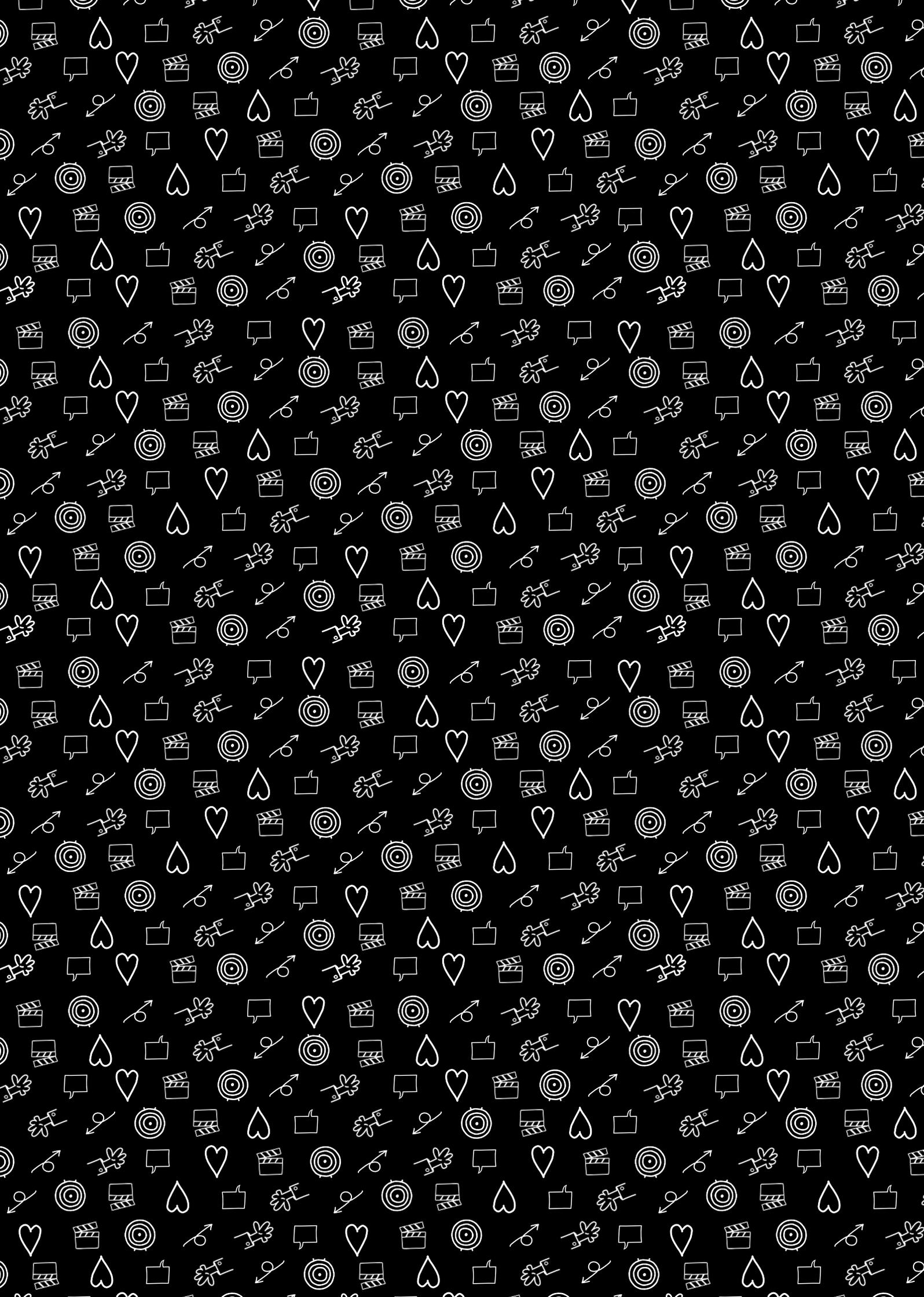
TheDebriefingCube.com

Как использовать эту колоду 4/4 ИССЛЕДУЙ

1. Организуйте подгруппы для рефлексии, дайте каждой колоду карточек и попросите разложить их рубашкой вверх.
2. Попросите их по очереди брать карточку и начинать разговор, отвечая на вопросы на ней.
3. Попросите их использовать несколько карточек за отведенное время.
4. Выделите время для совместного обсуждения результатов рефлексии.

TheDebriefingCube.com





Какова была ваша цель? Сформулируйте одной фразой.

Следуйте этим инструкциям:

- ☉ Была ли у кого-то другая цель?
- ☉ Почему возникла разница?
- ☉ Повлияло ли это на результат?

 TheDebriefingCube.com

Что бы вы хотели знать заранее?

Следуйте этим инструкциям:

- ☉ Как бы это помогло?
- ☉ Где была необходимая информация?
- ☉ Что помешало вам получить ее?

 TheDebriefingCube.com

Как вы договорились о цели?

Следуйте этим инструкциям:

- ☉ Почему было сложно/легко договориться?
- ☉ Все ли согласились?
- ☉ Если бы вы делали это снова, как бы вы договаривались?

 TheDebriefingCube.com

Все ли одинаково понимали цель?

Следуйте этим инструкциям:

- ☉ Как вы достигли общего понимания?
- ☉ Помогло бы вам общее понимание цели?
- ☉ Все ли согласились?

 TheDebriefingCube.com

Насколько теперь отличается ваше понимание цели от первоначального?

Следуйте этим инструкциям:

- ☉ Что изменилось в вашем понимании цели?
- ☉ Что нового вы узнали?
- ☉ Как изменились бы ваши действия, знай вы это заранее?

 TheDebriefingCube.com

Как вы приступили к выполнению задачи?

Следуйте этим инструкциям:

- ☉ Все ли понимали, что делать?
- ☉ Пришлось ли вам остановиться и начать всё заново?
- ☉ Что вам помогло?

 TheDebriefingCube.com

Что было самым сложным?

Следуйте этим инструкциям:

- ☉ Почему?
- ☉ Кто из участников лучше всего был подготовлен к этому?
- ☉ Какие выводы можно сделать для вашей рабочей ситуации?

 TheDebriefingCube.com

Следуйте этим инструкциям:

- ☉
- ☉
- ☉

 TheDebriefingCube.com

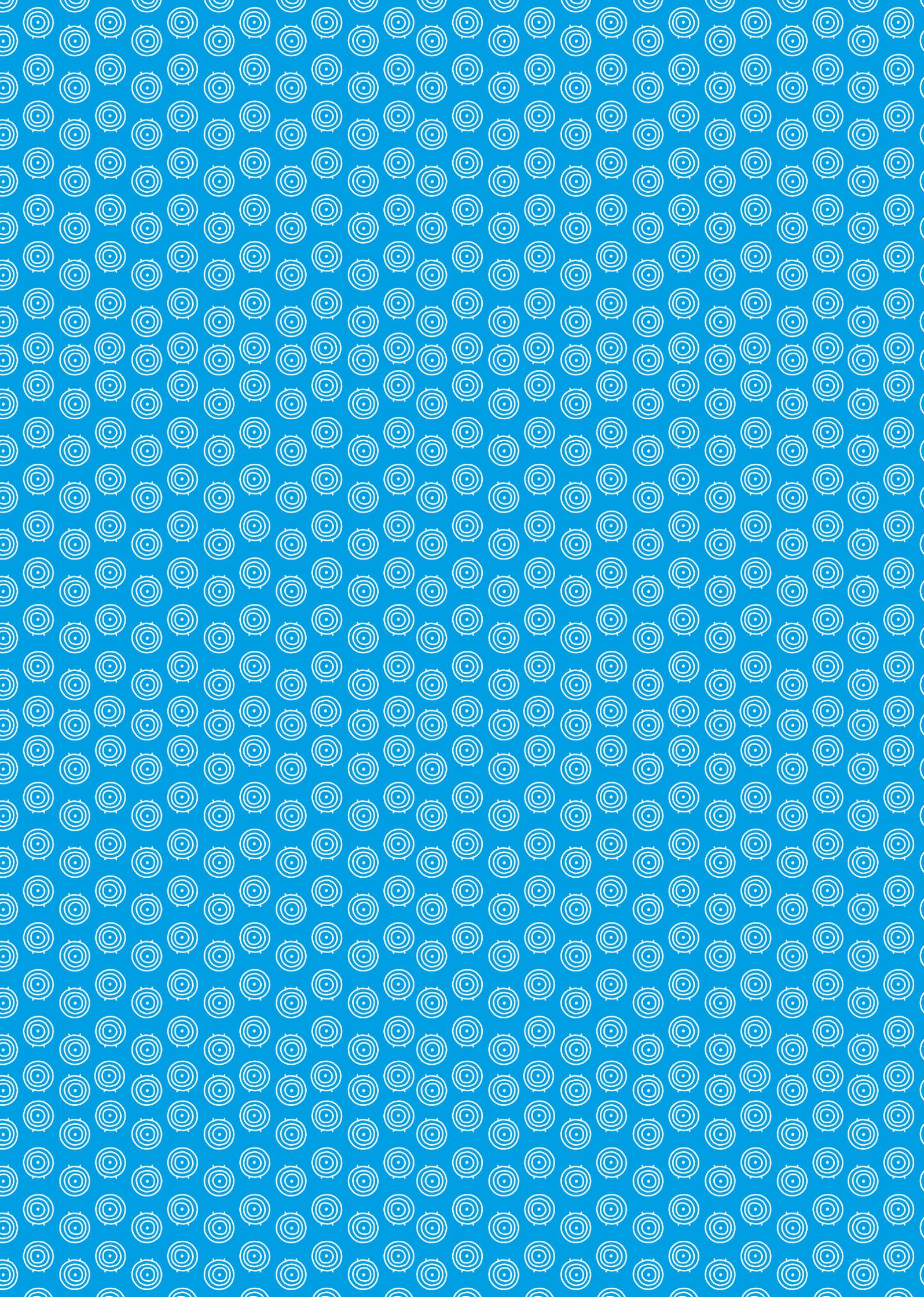
Как проводить рефлексию

Прочитайте это вслух:

1. На карточках напечатаны отличные **вопросы, которые помогут нам обсудить**, что только что произошло.
2. На каждой карточке есть **основной вопрос** и несколько **дополнительных** вопросов.
3. **Перемешайте** колоду.
4. **Вытягивайте карточку** по очереди и зачитывайте главный вопрос **вслух**.
5. **Приглашайте** других тоже высказываться.
6. Через пару минут передавайте ход следующему участнику.

Примечание: вы можете менять карточку, пропускать свою очередь и задавать свои собственные вопросы.

 TheDebriefingCube.com



Какие шаги были предприняты?

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗 Какие шаги привели к успеху?
- 🔗 Какие шаги привели к неудаче?
- 🔗 Что помогло что-то понять или исправить?

© TheDebriefingCube.com

Были ли сделаны какие-то неверные предположения?

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗 В чем заключалось предположение?
- 🔗 Что к нему привело?
- 🔗 Почему оно оказалось неверным?

© TheDebriefingCube.com

Что стало поворотным моментом?

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗 Какое это оказало влияние?
- 🔗 Могло ли это случиться раньше?
- 🔗 Что бы тогда пошло по-другому?

© TheDebriefingCube.com

Как можно было сделать процесс более/менее приятным?

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗 Что бы вы сделали иначе?
- 🔗 Как бы это изменило ваш опыт?
- 🔗 Был бы результат другим?

© TheDebriefingCube.com

Какие решения вы принимали?

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗 Как вы принимали решения?
- 🔗 Почему была необходимость принимать решения?
- 🔗 Это было удачное или неудачное решение?

© TheDebriefingCube.com

Какие возникли идеи, предложения, изменения?

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗 Как они появились?
- 🔗 Насколько эффективными оказались?
- 🔗 Что вас удивило?

© TheDebriefingCube.com

Чем это напоминает вашу рабочую ситуацию?

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗 В чем схожесть?
- 🔗 Какое это оказало влияние?
- 🔗 Чему научил вас этот опыт?

© TheDebriefingCube.com

Следуйте этим инструкциям:

- 🔗
- 🔗
- 🔗

© TheDebriefingCube.com

Как проводить рефлексию

Прочитайте это вслух:

1. На карточках напечатаны отличные **вопросы, которые помогут нам обсудить**, что только что произошло.
2. На каждой карточке есть **основной вопрос** и несколько **дополнительных** вопросов.
3. **Перемешайте** колоду.
4. **Вытягивайте карточку** по очереди и зачитывайте главный вопрос **вслух**.
5. **Приглашайте** других тоже высказываться.
6. Через пару минут передавайте ход следующему участнику.

Примечание: вы можете менять карточку, пропускать свою очередь и задавать свои собственные вопросы.

© TheDebriefingCube.com



Как вы организовались на выполнение задания?

Следуйте этим инструкциям:

- 👉 Кто выступил в качестве лидера/ фасилитатора?
- 👉 Кто оставался просто участником?
- 👉 Как вы принимали решения?"

 TheDebriefingCube.com

Случилось ли что-то неожиданное?

Следуйте этим инструкциям:

- 👉 Что было неожиданно?
- 👉 Хотелось бы вам управлять этим или избежать этого?
- 👉 Как и почему?

 TheDebriefingCube.com

Какие изменения в поведении группы вы наблюдали?

Следуйте этим инструкциям:

- 👉 Что стало причиной этого изменения?
- 👉 Как это повлияло на ваш опыт?
- 👉 Все ли понимали какое изменение произошло?

 TheDebriefingCube.com

Как было организовано участие?

Следуйте этим инструкциям:

- 👉 Все ли были включены?
- 👉 Как вы этого добились?
- 👉 Было ли всё идеально?

 TheDebriefingCube.com

Как бы вы могли сработать вместе лучше?

Следуйте этим инструкциям:

- 👉 Как бы это могло помочь?
- 👉 Когда вы поняли, что есть такая возможность?
- 👉 Что остановило вас?

 TheDebriefingCube.com

Какое интересное поведение вы наблюдали?

Следуйте этим инструкциям:

- 👉 Почему вам это показалось интересным?
- 👉 Было ли это полезным?
- 👉 Почему?

 TheDebriefingCube.com

Где еще вы наблюдали подобное поведение?

Следуйте этим инструкциям:

- 👉 Опишите в чем схожесть!
- 👉 Каким был результат такого поведения?
- 👉 Какие выводы можно сделать для вашей рабочей ситуации?

 TheDebriefingCube.com

Следуйте этим инструкциям:

- 👉
- 👉
- 👉

 TheDebriefingCube.com

Как проводить рефлексию

Прочитайте это вслух:

1. На карточках напечатаны отличные **вопросы, которые помогут нам обсудить**, что только что произошло.
2. На каждой карточке есть **основной вопрос** и несколько **дополнительных** вопросов.
3. **Перемешайте** колоду.
4. **Вытягивайте карточку** по очереди и зачитывайте главный вопрос **вслух**.
5. **Приглашайте** других тоже высказываться.
6. Через пару минут передавайте ход следующему участнику.

Примечание: вы можете менять карточку, пропускать свою очередь и задавать свои собственные вопросы.

 TheDebriefingCube.com

О чем вы жалеете, что вы не сказали?

Следуйте этим инструкциям:

- Что вас остановило?
- Что было бы по-другому, если бы вы это сказали?
- Какие вопросы вы бы хотели задать себе и команде?

  TheDebriefingCube.com

Какая была невербальная коммуникация?

Следуйте этим инструкциям:

- Какое влияние она оказала на вас и на группу?
- Могли ли другие понять ее по своему?
- Можно ли это сказать наверняка?

  TheDebriefingCube.com

Что этот опыт говорит нам о хорошей коммуникации?

Следуйте этим инструкциям:

- Что в вашей коммуникации было хорошо?
- Как бы вы объяснили это другим?
- Назовите свои топ 5 выводов про коммуникацию!

  TheDebriefingCube.com

В чем было непонимание?

Следуйте этим инструкциям:

- Что стало его причиной?
- Как это повлияло на ваш опыт?
- Как можно было бы лучше общаться?

  TheDebriefingCube.com

Достаточно ли вы общались?

Следуйте этим инструкциям:

- Почему?
- Если бы вы общались больше/меньше, как бы это повлияло на ваш опыт?
- Что помешало вам общаться больше/меньше?

  TheDebriefingCube.com

Если бы вам пришлось это делать опять, что поменялось бы в вашем общении?

Следуйте этим инструкциям:

- Какое это оказало бы влияние на вас/на других?
- Почему этого не произошло раньше?
- Что помогло бы вам понять это раньше?

  TheDebriefingCube.com

Что осталось невысказанным?

Следуйте этим инструкциям:

- Как вы это заметили?
- Если бы вы поговорили об этом, это бы помогло?
- Какие выводы можно сделать для вашей рабочей ситуации?

  TheDebriefingCube.com

Следуйте этим инструкциям:

-
-
-

  TheDebriefingCube.com

Как проводить рефлексию

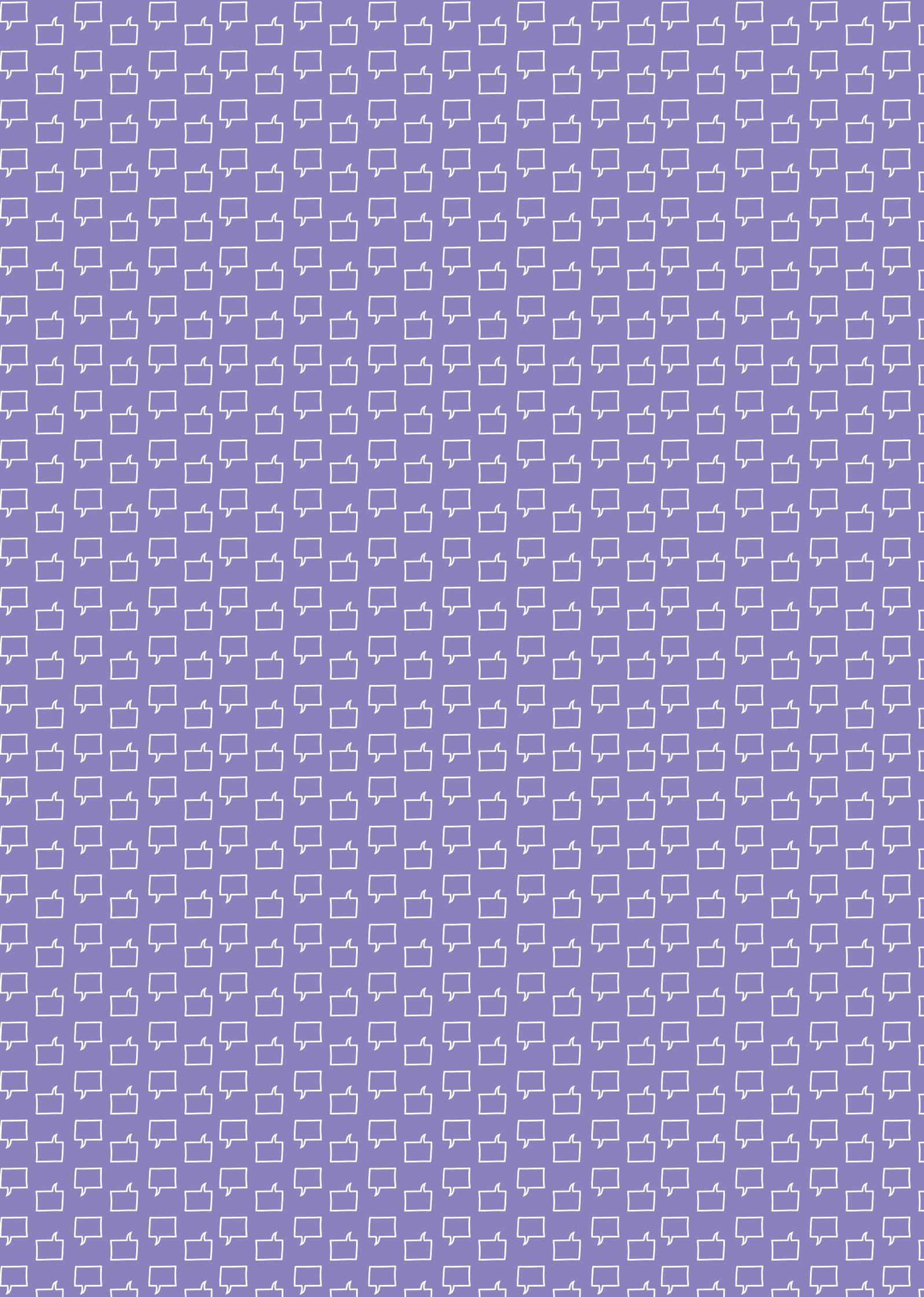
Прочитайте это вслух:

1. На карточках напечатаны отличные **вопросы, которые помогут нам обсудить**, что только что произошло.
2. На каждой карточке есть **основной вопрос** и несколько **дополнительных** вопросов.
3. **Перемешайте** колоду.
4. **Вытягивайте карточку** по очереди и зачитывайте главный вопрос **вслух**.
5. **Приглашайте** других тоже высказываться.
6. Через пару минут передавайте ход следующему участнику.

Примечание: вы можете менять карточку, пропускать свою очередь и задавать свои собственные вопросы.

  TheDebriefingCube.com





Что вам понравилось или не понравилось из вашего опыта?

Следуйте этим инструкциям:

- ♥ Что конкретно?
- ♥ Почему?
- ♥ Что еще?

  TheDebriefingCube.com

Где вы наблюдали похожие эмоции и поведение?

Следуйте этим инструкциям:

- ♥ Где это произошло (на работе/в личной жизни)?
- ♥ Чем это было похоже?
- ♥ Что произошло?

  TheDebriefingCube.com

Когда вы больше всего/меньше всего беспокоились о результате?

Следуйте этим инструкциям:

- ♥ Что заставило вас больше/меньше беспокоиться?
- ♥ Кто-то еще чувствовал так же?
- ♥ Насколько сильными были ощущения от этого?

  TheDebriefingCube.com

Чем еще вы бы хотели поделиться?

Следуйте этим инструкциям:

- ♥ Что вы узнали об эмоциях других людей?
- ♥ Насколько важно было проявить эмпатию?
- ♥ Какие выводы можно сделать для вашей рабочей ситуации?

  TheDebriefingCube.com

Что вы чувствовали?

Следуйте этим инструкциям:

- ♥ Понимали ли остальные, что вы чувствовали?
- ♥ Что заставило вас так себя чувствовать?
- ♥ Как вы себя чувствовали первоначально?

  TheDebriefingCube.com

На что был похож этот опыт?

Следуйте этим инструкциям:

- ♥ Опишите его используя # хэштег
- ♥ Что его сделало таким?
- ♥ С чем его можно сравнить?

  TheDebriefingCube.com

Как вы справлялись с вашими чувствами?

Следуйте этим инструкциям:

- ♥ Какие именно эмоции вы испытывали?
- ♥ Случалось ли с вами подобное раньше?
- ♥ Заметил ли это кто-то еще?

  TheDebriefingCube.com

Следуйте этим инструкциям:

- ♥
- ♥
- ♥

  TheDebriefingCube.com

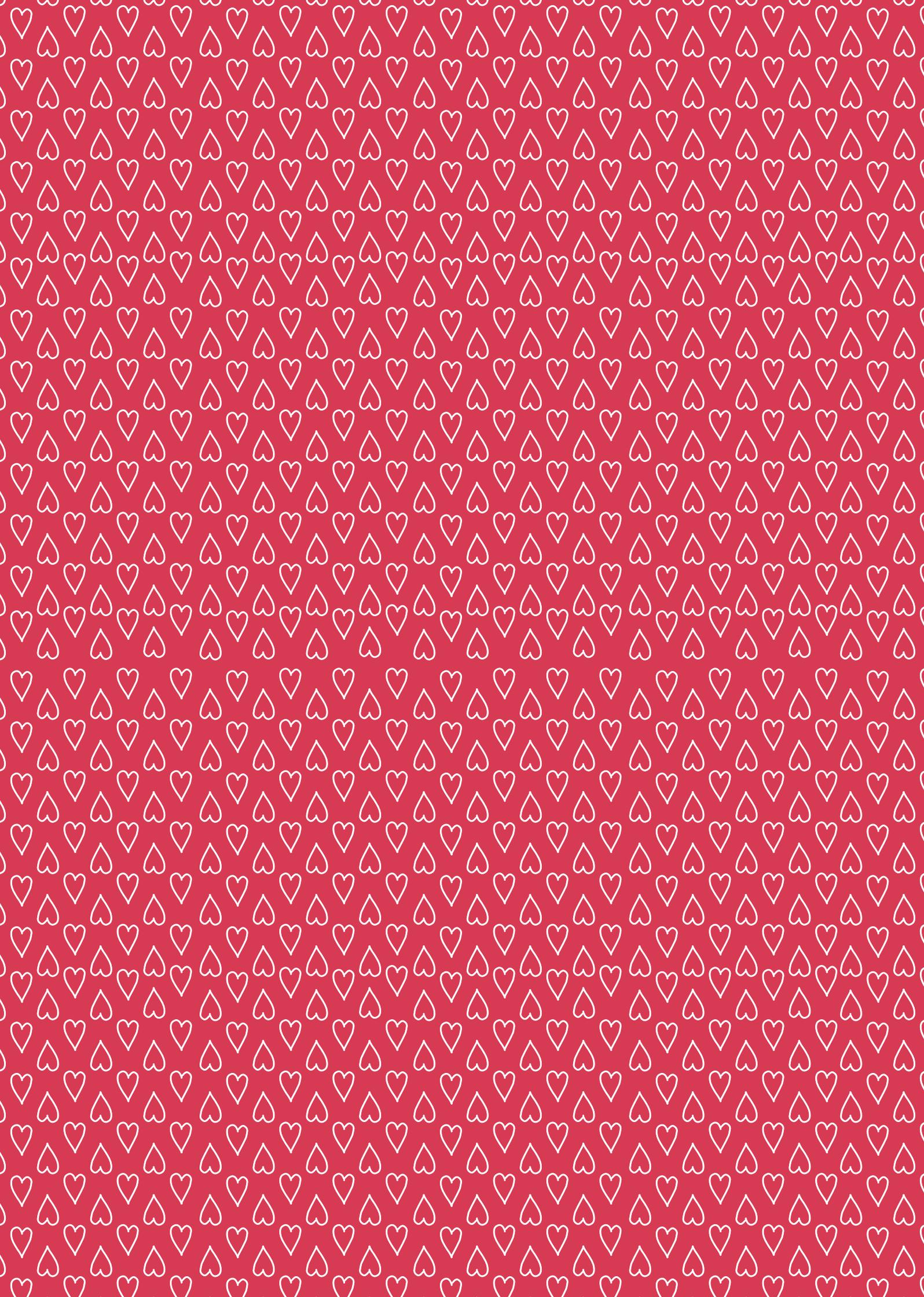
Как проводить рефлексию

Прочитайте это вслух:

1. На карточках напечатаны отличные **вопросы, которые помогут нам обсудить**, что только что произошло.
2. На каждой карточке есть **основной вопрос** и несколько **дополнительных** вопросов.
3. **Перемешайте** колоду.
4. **Вытягивайте карточку** по очереди и зачитывайте главный вопрос **вслух**.
5. **Приглашайте** других тоже высказываться.
6. Через пару минут передавайте ход следующему участнику.

Примечание: вы можете менять карточку, пропускать свою очередь и задавать свои собственные вопросы.

  TheDebriefingCube.com



Что этот опыт напоминает вам из вашей рабочей деятельности?

Следуйте этим инструкциям:

- 📄 В чем схожесть?
- 📄 Какие идеи в связи с этим возникают?
- 📄 Дает ли это вам какие-то возможности?

TheDebriefingCube.com

Что нового вы узнали о себе и команде?

Следуйте этим инструкциям:

- 📄 Вас это удивило?
- 📄 Чем вы хотели бы поделиться с другими?
- 📄 Придумайте для этого лозунг или девиз!

TheDebriefingCube.com

Что вы сделали, что было бы полезно для вашей рабочей ситуации?

Следуйте этим инструкциям:

- 📄 Что бы вы хотели, чтобы произошло?
- 📄 Какие первые шаги можно предпринять?
- 📄 Как вы поймете, что продвигаетесь к цели?

TheDebriefingCube.com

Что вы лучше теперь понимаете?

Следуйте этим инструкциям:

- 📄 Что позволит вам вспомнить об этом завтра?
- 📄 Вас это вдохновляет?
- 📄 Как вы используете это вдохновение, чтобы помочь себе и своей команде?

TheDebriefingCube.com

Какие топ 5 выводов вы заберете с собой?

Следуйте этим инструкциям:

- 📄 Что вдохновило эти топ 5?
- 📄 Что планируете делать с ними?
- 📄 Как вы поделитесь ими с другими?

TheDebriefingCube.com

Если бы у вас была волшебная палочка, какую одну вещь вы бы изменили?

Следуйте этим инструкциям:

- 📄 Почему?
- 📄 Почему?
- 📄 Почему?

TheDebriefingCube.com

Какой вывод эксперт сделал бы из вашего опыта?

Следуйте этим инструкциям:

- 📄 Как эксперт обозначил бы это с помощью 5 слов?
- 📄 Что предложил бы эксперт?
- 📄 Какие выводы можно сделать для вашей рабочей ситуации?

TheDebriefingCube.com

Следуйте этим инструкциям:

- 📄
- 📄
- 📄

TheDebriefingCube.com

Как проводить рефлексию

Прочитайте это вслух:

1. На карточках напечатаны отличные **вопросы, которые помогут нам обсудить**, что только что произошло.
2. На каждой карточке есть **основной вопрос** и несколько **дополнительных** вопросов.
3. **Перемешайте** колоду.
4. **Вытягивайте карточку** по очереди и зачитывайте главный вопрос **вслух**.
5. **Приглашайте** других тоже высказываться.
6. Через пару минут передавайте ход следующему участнику.

Примечание: вы можете менять карточку, пропускать свою очередь и задавать свои собственные вопросы.

TheDebriefingCube.com



