

Практичні рефлексивні завдання

1. Рефлексивне есе «Я і довкілля»

Мета: розвиток рефлексії та усвідомлення особистої екологічної позиції.

Завдання:

Напишіть есе (1–2 сторінки), у якому дайте відповіді на запитання:

- Які екологічні проблеми є для мене найбільш значущими і чому?
- Як мій спосіб життя впливає на стан довкілля?
- Які зміни у власній поведінці я готовий(-а) здійснити для зменшення негативного впливу на природу?

Результат: сформована здатність до самоаналізу та екологічної відповідальності.

2. Самооцінка екологічної поведінки

Мета: розвиток навичок критичної самооцінки.

Завдання:

Оцініть за 5-бальною шкалою, наскільки регулярно ви:

- економите воду та електроенергію;
- сортуєте відходи;
- використовуєте екологічно безпечні товари;
- обираєте активні або екологічні види транспорту;
- поширюєте екологічні знання серед інших.

Проаналізуйте результати та сформулюйте **2–3 напрями власного вдосконалення**.

3. Рефлексивний щоденник

Мета: формування навички системної рефлексії.

Завдання:

Упродовж одного тижня ведіть короткий щоденник (5–7 записів), у якому фіксуйте:

- екологічно значущі рішення, які ви приймали;
- труднощі у дотриманні екологічно відповідальної поведінки;
- власні емоції та висновки.

Результат: розвиток усвідомленості та здатності до саморегуляції.

4. Аналіз життєвої ситуації (рефлексивний кейс)

Мета: формування навичок етичного аналізу.

Завдання:

Проаналізуйте ситуацію:

«Місцева громада планує будівництво об'єкта, який створює робочі місця, але може негативно вплинути на стан довкілля».

Дайте відповіді:

- Які етичні дилеми виникають у цій ситуації?
- Які екологічні та соціальні цінності вступають у конфлікт?
- Яке рішення ви вважаєте найбільш відповідальним і чому?

5. Індивідуальний план екологічного саморозвитку

Мета: розвиток навичок самопланування та відповідальності.

Завдання:

Складіть короткий план власного екологічного саморозвитку на 6 місяців:

- ціль (що хочу змінити або розвинути);
- конкретні дії;
- очікувані результати;
- критерії самооцінки.

6. Рефлексія професійної ролі

Мета: усвідомлення професійної відповідальності.

Завдання:

Опишіть, як екологічна етика та принципи сталого розвитку можуть бути реалізовані:

- у вашій майбутній професії;
- у професійній комунікації;
- у прийнятті управлінських або освітніх рішень.

7. Групова рефлексивна дискусія

Мета: розвиток комунікативних і соціальних компетентностей.

Завдання:

Обговоріть у групі питання:

- Чи достатньо особистих зусиль для вирішення екологічних проблем?
- Де межа відповідальності особистості, суспільства та держави?
- Як екологічна освіта може змінювати поведінку людей?

Форма звіту: короткі письмові висновки кожного учасника.