

## BARIERE ÎN REFLECȚIA STUDENTULUI ASUPRA ÎNVĂȚĂRII BARRIERS IN THE STUDENT'S REFLECTION ON LEARNING

**Veronica RUSOV, asistentă universitară,  
Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, Republica Moldova**

**Rezumat:** În învățământul superior, reflecția este fost văzută ca o condiție prealabilă pentru predarea de calitate, dar rămâne a fi o metodă explorată secvențial. Există puține cercetări empirice cu privire la factorii care determină reflexivitatea studenților în condițiile formării profesionale inițiale. Acest articol se concentrează pe cele mai recente strategii de stimulare a gândirii reflexive la studenți, punctând beneficiile. Sunt puse în lumină provocările practice și obstacolele întâlnite de studenții în procesul de dezvoltare a abilităților de a reflecta constructiv asupra propriei învățări.

**Cuvinte-cheie:** reflecție asupra învățării, predare reflexivă, învățare reflexivă

**Abstract:** In higher education, reflection has been seen as a prerequisite for quality teaching, but remains a sequentially explored method. There is little empirical research on the factors that determine students' reflexivity in conditions of initial vocational training. This article focuses on the latest strategies for encouraging reflective thinking in students, pointing out the benefits. The practical challenges and obstacles encountered by students in the process of developing the skills to reflect constructively on their own learning are highlighted.

**Keywords:** reflection on learning, reflective teaching, reflective learning

Formarea ideilor de bază despre reflecție a fost influențată de diverse teorii filosofice, psihologice și pedagogice cunoscute pe scară largă. Pentru început, trebuie remarcat faptul că înțelegerea efectivă a reflecției se întoarce la Socrate, așa-numita întrebare socratică, al cărei sens era să depășească înțelepciunea convențională, stereotipul, mitul cu care o persoană se mulțumea în viața de zi cu zi .

Pentru o perioadă foarte lungă de timp, termenul de reflecție a fost folosit doar de cunoștințele filosofice. De la începutul secolului al XX-lea, interesul pentru problemele reflecției a început să apară din partea altor științe, de exemplu, psihologia în anii 1920 și 1930 și-a început cercetarea asupra studiului reflecției ca proces de autocunoaștere, acestea studiile au fost ulterior separate într-o secțiune separată a psihologiei - psihologia reflecției.

În ultimele decenii, învățarea reflexivă și reflecția au devenit termeni familiari și acceptați pe scară largă în domeniul științelor educației, cu o cantitate bună de literatură solidă publicată pe acest subiect. Dewey a fost unul dintre primii filozofi care au venit cu conceptul de reflecție, referindu-se la acesta drept „reconstrucția sau reorganizarea



experienței care se adaugă la sensul experienței”, în esență, un proces de creare a sensului [3]. Totuși, Moon ne avertizează să nu considerăm reflecția doar ca o amintire a experiențelor, ci ca un proces mental complex [6]. Învățarea reflexivă este ceea ce se întâmplă în acest proces și a fost definită de Kolb drept „procesul prin care cunoașterea este creată prin transformarea experienței” [5].

În scrierile științifice, practica reflexivă a fost considerată în special ca un proces de reflecție (Dewey, 1933), de experimentare (Schön, 1983), de rezolvare a problemelor (Copeland, Birmingham, De La Cruz și Lewin, 1993), de învățare (Schön, 1983; Korthagen, Kessels, Koster, Lagerwerf & Wubbels, 2001) și reglarea acțiunii metacognitive (Korthagen și colab., 2001; McAlpine, Weston, Beauchamp, Wiseman și Beauchamp, 1999).

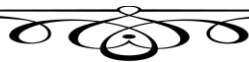
Analiza literaturii speciale a arătat că dezvoltarea reflecției viitorilor profesori este organizată în moduri diferite: de la elemente de reflecție în anumite etape ale activității de învățare ghidate de profesor sau ale studiului independent, la reflecție la sfârșitul studierii fiecărei unități de conținut, cu scopul de a o trecere treptată la o reflecție internă constantă. În consecință, fiecare profesor modern trebuie să aleagă sau să dezvolte o metodă reflexivă de predare a studenților, în concordanță cu obiectivele, conținutul, rezultatele planificate ale procesului educațional și capacitățile personale.

Reflecția este un proces care implică utilizarea experiențelor anterioare pentru a crea o mai bună perspectivă și înțelegere a unei situații, astfel încât această înțelegere nou dobândită să poată informa acțiunile viitoare. Reflecția este arta de a „a gândi la acțiunile cuiva în timpul sau după acțiune, de obicei cu scopul de a îmbunătăți performanța”[7]. Un cadru de reflecție implică o gândire atentă și explorarea experiențelor critice și luarea în considerare a implicațiilor acestora pentru practica viitoare. Structura sa este oarecum dificilă și încă nu există un consens cu privire la definirea sa.

Cercetările au arătat că metacogniția, cum ar fi reflectarea asupra a ceea ce știm (și nu știm), la ceea ce trebuie să învățăm și cea mai adecvată abordare a învățării, reduce nivelul de anxietate și stres, în timp ce ne crește rezultatele (Fleming, 2021b).

Reflecția este recunoscută ca una dintre cele mai importante competențe transferabile în învățarea pe tot parcursul vieții și afectează dezvoltarea personală și profesională continuă. Învățarea prin reflexie devine din ce în ce mai relevantă pentru a face față provocărilor unei lumi avansate din punct de vedere tehnologic și pentru a dezvolta capacitatea de a se adapta la medii în continuă schimbare. Deoarece reflecția permite contemplarea noilor experiențe și asocierea lor cu experiențele trecute în diferite contexte și se concentrează pe transformările viitoare, ea oferă modalități prin care, prin metodologii active, învățarea reflexivă poate schimba conștientizarea și capacitatea unei persoane de a acționa în contexte diferite.

Învățarea reflectivă le permite studenților să-și îmbunătățească gândirea, ceea ce duce la acțiuni mai bune pentru dezvoltarea competențelor profesionale. Prin reflecție, studenții dobândesc un sentiment de putere asupra acțiunilor lor viitoare - și un sentiment de direcție – care conduc la dezvoltarea abilităților de gestionare a propriului



traseu de învățare. Învățarea reflectivă are ca rezultat o conștientizare tot mai mare a propriei persoane, a celorlalți și a societății în general. Dezvoltarea competențelor reflexive și critice sunt obiective cheie pentru cadrele didactice, care trebuie să se adapteze la un curriculum în continuă evoluție și la tehnici și medii sociale în schimbare.

Pentru studenți, practicarea experiențelor reflexive dobândite prin metodologii reflexive active poate ajuta la schimbarea obiceiurilor formale de învățare și la îmbunătățirea rezultatelor învățării, deoarece abilitățile metacognitive dezvoltate prin reflecție sunt identificate ca unul dintre cei mai importanți factori care influențează învățarea [2].

Procesul de învățare reflexivă este îndreptat spre analizarea și gândirea asupra activității cuiva, a sentimentelor de sine interioare, a atitudinilor, sentimentelor și empatiilor. Aceasta nu este doar cunoaștere și auto-percepție, ci și să afli cum te văd ceilalți. Reflecția interioară este îndreptată către activitatea personală, idei și sentimente. Reflecția exterioară este îndreptată către procese și evenimente legate de lumea exterioară. Studenții, atunci când sunt plasați în practici reflexive active, dezvoltă procese cognitive superioare și declanșează activități individuale cu accent pe găsirea de probleme și soluții, comparații și contrapozitii, afirmații și confirmări, scop, acțiune și rezultat [4].

Ron Ritchhart și Mark Church (2020) au intervievat și au lucrat cu sute de profesori din întreaga lume pentru a înțelege cum să dezvolte studenții ca gânditori reflexivi. Ceea ce au descoperit a fost simplificat la o mantră de trei cuvinte atât pentru predare, cât și pentru învățare: *A face gândirea vizibilă* este vital. Folosind un set de rutine de gândire, este posibil să „creezi săli de clasă în care gândirea este apreciată, vizibilă și promovată activ ca parte a experienței de zi cu zi a tuturor membrilor” [8].

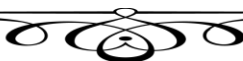
Profesorii care încurajează elevii să reflecteze asupra procesului de învățare și gândire creează medii care:

- Cultivă o învățare mai profundă;
- Promovează studenți implicați și motivați;
- Transformă rolurile de obicei fixe ale profesorilor și studenților;
- Îmbunătățește rezultatul învățării;
- Schimbă dispozițiile de gândire ale membrilor [8].

Învățarea mai profundă are loc în punctul în care următoarele trei concepte vitale se întâlnesc:

- *Măiestrie* – oportunitate de a dezvolta o înțelegere;
- *Identitate* – oportunitatea de a se conecta cu ceea ce a fost studiat și de a se dezvolta ca student;
- *Creativitate* – oportunitatea de a produce ceva cu sens personal [8].

Beneficiile reflecției asupra învățării sunt evidente, dar este nerealist de considerat că este întotdeauna un proces ușor. În funcție de mai mulți factori, pot exista multe bariere în calea reflecției. Cu puțină gândire și planificare, majoritatea acestor bariere pot fi depășite. Considerăm important să punem în discuție unele dintre barierele comune în calea reflecției cu care se pot confrunta studenții.



Cea mai frecvent amintită barieră de către studenți este *lipsa de timp*. Studenților le poate fi greu să gestioneze timpul personal pentru a face față listei de sarcini existente în mediul academic. A face o reflecție adecvată necesită timp, dar studenții trebuie ajutați să înțeleagă că a reflecta asupra învățării este ca o investiție în propria devenire personală și profesională și bunăstare mentală.

O altă barieră ar fi *cultura organizațională* în care are loc învățarea. Nu toată lumea lucrează într-o organizație care este deschisă ideii de a fi reflexiv - ceva care este deosebit de dificil la locul de muncă. Lipsa de sprijin din partea celor care conduc învățarea și care nu văd practica reflexivă ca o activitate valoroasă poate constitui o barieră semnificativă.

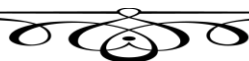
Factorii generați de *mediul înconjurător* pot perturba procesul reflexiv. Pentru unii studenți, găsirea unei locații fizice în care să reflecte în liniște poate fi o provocare. Unii studenți au nevoie de un mediu aglomerat, în timp ce alții vor avea nevoie de un loc liniștit și izolat.

*Motivația* pentru reflecție este crucială. Lipsa de timp și de sprijin poate afecta capacitatea ta de a reflecta, mai ales dacă studentul reflectează la ceva ce a făcut pe tot parcursul activităților auditoriale. Ultimul lucru pe care îl vor dori să-l facă este să meargă acasă și să se gândească la experiența de învățare obținută în mediul academic. Predarea reflecției în simplitatea ei studenților, apoi încurajarea acceptării, este adesea o sarcină provocatoare. Reflecția este în esență individualistă și introspectivă; prin urmare, motivația internă joacă un rol vital în implementarea sa și, prin urmare, absența ei poate transforma un exercițiu semnificativ într-un ritual redundant.

Poate una dintre cele mai mari bariere în calea reflecției este *personalitatea și potențialul de învățare al studentului*. Din păcate, aceasta este una dintre cele mai greu de depășit, dar se poate face. A fi reflexiv necesită un anumit nivel de auto-perspectivă, care poate fi inconfortabil pentru unii, mai ales dacă nu există experiență personală. Vestea bună este că acest lucru poate fi realizat cu puțină practică. Dacă studenții sunt debutanți în reflecția asupra învățării, ar putea fi necesar să fie aplicate o mulțime de metode diferite înainte de a găsi pe cea care funcționează.

*Percepția slabă a cadrului didactic asupra învățării prin reflecție*, duce la o lipsă de angajament în implementarea acesteia și constituie un alt factor critic în determinarea valorii pe care studenții o acordă activității de reflecție. Profesori cărora le lipsește încrederea și angajamentul pot duce la reflecții slabe și „în scenă” din partea studenților lor. Acest lucru se poate datora lipsei de pregătire și, prin urmare, a lipsei de cunoștințe despre cum se facilitează reflecția.

Atunci când studenții reflectă asupra procesului de predare și învățare, ei își întăresc propria capacitate de a învăța. Esențial pentru aceasta este principiul reflecției ca metacogniție, în care studenții sunt conștienți de ceea ce învață, își pot descrie gândirea într-un mod care le permite să „închidă decalajul” dintre ceea ce știu și ceea ce trebuie să învețe.



Reflecția se referă la faptul că studenții devin conștienți de propriile procese de gândire și sunt capabili să le facă transparente pentru ceilalți. Acesta permite evaluarea „de ce” și „cum” s-a învățat și a ceea ce trebuie făcut pentru obținerea de rezultate.

Reflecția urmează imediat după evaluarea propriului comportament manifestat în timpul învățării. Când studenții și profesorii reflectă în mod obișnuit, vor putea descrie cu ușurință:

- ceea ce se intenționează a fi învățat;
- unde au ajuns;
- procesul de învățare;
- unde vor merge mai departe;
- cultura învățării în mediul academic.

Reflecția nu este ceva ce apare din întâmplare, este necesară o orientare activă spre reflecție. Din acest motiv este foarte important pentru student să conștientizeze rolul reflecției în învățare și modul de organizare al proceselor referitoare la reflecție, cadrelor didactice revenindu-le rolul de facilitator [9].

Este responsabilitatea cadrului didactic să sprijine studenții să-și îmbunătățească abilitățile de reflecție. Profesorii ar trebui să modeleze și să predea studenților procesele reflexive, să planifice demersul didactic astfel încât să fie încorporate activități reflexive pe tot parcursul și să valorifice abilitățile de a reflecta pentru a-și îmbunătăți propria practică.

Există multe modalități de a construi o atitudine conștientă față de învățare.

Cercetătorii identifică următoarele metode pentru dezvoltarea reflecției:

- *metode diagnostico-analitice*, al căror scop principal este diagnosticarea și analiza cunoștințelor pe un anumit subiect, problemă, modul a cursului;
- *metodele narrative* sunt compuneri libere, eseuri, note analitice, în care studenții își evaluează cunoștințele asimilate;
- *metodele grafice* reprezintă o varietate de scheme cu folosind desene și colaje, al căror scop principal este actualizarea potențialul intelectual al elevilor;
- metode interactive bazate pe interacțiunea elevilor (discuții de grup, jocuri de rol și jocuri de afaceri etc.), permit nu numai evaluează nivelul cunoștințelor lor, dar discută și în grup, împărtășește experiența studiază probleme dificile și învață din experiențele altora.

Ritchhart & Church propun următoarele practici reflexive:

- „*Întrebările*”, care conduc și fac vizibile învățarea și gândirea. Întrebări facilitatoare precum „Ce te face să spui asta?” sunt uneori descrise ca întrebări magice. Ei încurajează studentul să reflecteze, să dezvăluie și să se angajeze cu gândirea lor mai profundă pentru a-și clarifica ideile. În mod similar, „Spune-mi de ce” și „Care este motivul tău pentru asta?” stimulează explicații suplimentare. Utilizarea creativă a întrebărilor de către profesori schimbă paradigma. În loc să încerce să transmită studenților ceea ce este în capul lor, scopul devine să înțeleagă gândirea studentului. Astfel de întrebări nu sunt ca întrebările obișnuite de revizuire folosite într-o predare tradițională, care necesită pur și simplu o reamintire textuală a ceea ce a spus profesorul. Ele pot fi urmate

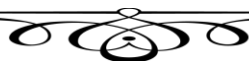


de întrebări precum „Poți să spui mai multe despre asta?” și „Nu sunt sigur că urmez. Poți să spui la ce te gândea într-un mod diferit?”

- „*Ascultarea*”, trebuie să fie clar pentru studenți că profesorii sunt cu adevărat interesați de gândirea lor și de ceea ce împărtășesc. Studentul trebuie convins prin ascultare activă să transmită gândirea mai profundă și să-și prezinte raționamentele.
- „*Scopul și abilitățile profesorului*” trebuie să faciliteze reflecția mai profundă din partea studentului, exprimându-și perspectivele, sentimentele și înțelegerile cu privire la o situație sau o idee. Auzind provocările, argumentele și neînțelegerile studentului, profesorul poate găsi oportunități de a explora și explica mai detaliat fără ca studentul să devină copleșit sau să se închidă.
- „*Documentarea*”. Gândirea poate părea un proces dezordonat. Cu toate acestea, chiar și în primele etape de înțelegere și învățare, documentarea (de exemplu, observarea, înregistrarea, interpretarea și împărtășirea) poate sprijini abilitățile de reflexie ale elevului și creșterea profesorului. Documentarea nu este doar ceea ce este capturat, ci și actul de a reflecta asupra gândirii și învățării. Poate cel mai important, atunci când un profesor înregistrează ideile elevului, arată că acestea au valoare și valoare pentru descoperiri viitoare. Odată vizibili, elevii pot reflecta asupra învățării lor și pot face din aceasta un subiect de discuție. O întrebare grozavă pentru a pune scena este: „Ce vreau să surprind, astfel încât noi, ca clasă, să putem reveni la ea mai târziu pentru o examinare și o analiză mai atentă?” [8].
- „*Rutinele de gândire*” pot fi împărtășite cu studenții și pot fi folosite ca structură pentru a ajuta gândirea, devenind în cele din urmă un model de comportament. Ritchhart și Church (2020) enumeră opt mișcări de gândire care sunt valoroase pentru construirea înțelegerii:
  - Observând îndeaproape și descriind ceea ce este acolo;
  - Construirea de explicații și interpretări;
  - Raționare cu dovezi;
  - A face legături;
  - Luând în considerare diferite puncte de vedere și perspective;
  - Captarea inimii și formarea concluziilor;
  - Întrebând și punând întrebări;
  - Descoperirea complexității și trecerea sub suprafața lucrurilor;
  - Abilitatea profesorului este de a recunoaște tipul de gândire care îl va ajuta pe student să se implice cu un anumit conținut [8].

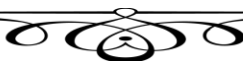
Cultivarea capacităților de reflecție teoretică în cadrul educației formale necesită întrunirea unor elemente care țin de contextul educațional și care îi asigură eficiența. În această ordine de idei, M. Bocoș recomandă practicienilor, ca, indiferent de disciplina predată, să aibă în vedere următoarele sugestii:

- „*Alegeți unități, subunități de învățare și subiecte punctuale, precum și diverse tipuri de activități care se pretează la cultivarea reflecției personale a studenților, organizații individual sau pe grupe.*
- *Asigurați-vă că studenții manifestă disponibilitate pentru reflecție vizavi de sarcina sau problema dată.*



- Reflectați la problema: „*Cultura studenților, sistemul lor cognitiv le permite să reflecteze eficient la această sarcină? Au ei cunoștințele minime necesare, sunt îndeplinite premisele cognitive ale activității de reflecție?*”
- *Asigurați calitatea mesajului educațional*, transmiterea volumului de informații necesare abordării sarcinii/problemei și reflecției asupra acesteia.
- *Încurajați reflecția personală a studenților*, dezvoltați-le capacitățile de reflecție, obișnuindu-i să-și autoanalizeze permanent ideile (și să le modifice progresiv), experiențele de învățare și formare, să-și autoaprecieze și autoevalueze progresul realizat și să își amelioreze astfel demersurile viitoare.
- *Gândiți-vă că atitudinea reflexivă în raport cu cunoștințele personale, exersarea reflecției personale și dezvoltarea capacităților specifice acesteia, depind de factori cum ar fi:*
  - profilul de inteligență al studenților;
  - flexibilitatea intelectuală a indivizilor sau a grupurilor;
  - capacitatea de recepționare a mesajului educațional și de comunicare educațională;
  - resursele psihologice ale elevilor care își pun amprenta asupra calității și cantității interogațiilor, analizelor, interpretărilor critice, comparațiilor, sintezelor, abstractizărilor etc. induse de subiectul abordat sau de sarcina/problema dată;
  - asigurarea unui ambient propice, a unei atmosfere de lucru corespunzătoare, degajată, pozitivă și constructivă;
  - starea fizică și fiziologică de moment a studenților.
- *Evitați supraîncărcarea informațională a secvențelor didactice. Dozați-vă rațional timpul disponibil și repaitizați-l pe etape ale activității didactice.*
- Pentru ca activitatea de reflecție interioară să fie eficientă, *evitați momentele în care studenții sunt obosiți* [1].
- Pentru a încuraja învățarea reflexivă la studenți, recomandăm cadrelor didactice:
  - Explicați ce este învățarea reflexivă;
  - Explicați de ce învățarea reflexivă poate fi benefică;
  - Explicați modul în care studenții se pot implica în general în învățarea reflexivă, folosind exemple relevante;
  - Explicați modul în care se pot implica în mod specific în reflecția asupra învățării, folosind exemple relevante;
  - Creați un mediu care să favorizeze învățarea prin reflecție, de exemplu, oferind studenților suficient timp pentru a se angaja în reflecție;
  - Ghidați reflecția studenților în mod direct, de exemplu punându-le întrebări care îi determină să se gândească asupra modului cum învață.

Sarcinile cadrului didactic includ acordarea atentă a ceea ce trebuie predat și a modului în care trebuie predat (mai degrabă decât a cine trebuie să învețe), luând în considerare nevoile de învățare ale tuturor copiilor și tinerilor (nu doar celor cu nevoi suplimentare), chestionarea convingerilor și respingerea ideilor deterministe și asociate, reflectarea asupra situațiilor din viața de zi cu zi, căutarea și încercarea constantă de lucruri noi pentru a sprijini toți cursanții, discutarea inițiativelor noi cu colegii pentru a primi feedback, examinarea, încadrarea și încercarea de a rezolva dileme în timpul



activităților, utilizarea jurnalelor pentru a urmări învățarea indivizilor și asumarea responsabilității pentru propria lor dezvoltare profesională și înțelegere.

Practicile reflectorizante se concentrează asupra studenților care pot avea dificultăți comportamentale, emoționale și/sau sociale care le împiedică implicarea ca subiect al procesului didactic și creează căi de învățare personalizate. Determină o reflecție centrată pe individ asupra modului de creștere a angajamentului studentului și, astfel, conduce la rezultate profunde ale învățării.

Reflectarea facilitează predarea și învățarea și poate crea studenți conștienți de sine, de propriul potențial profesional. Punerea de întrebări studenților și autointerogarea, ascultarea activă, construirea de situații de gândire asupra învățării sunt elementele constitutive ale reflecției și pot fi practicate cu succes în mediul academic. Pe măsură ce cadrele didactice și studenții vor deveni mai buni în recunoașterea propriilor procese de învățare, vor deveni mai abili în dobândirea de noi abilități și cunoștințe, vor fi mai pregătiți pentru angajarea pe tot parcursul vieții în educație și auto-dezvoltare.

**Referințe bibliografice:**

1. BOCOȘ, M. *Instruire interactivă*. Iași: Polirom, 2013. 472 p. ISBN 978-973-46-3248-0;
2. COLOMER, J., Serra, L., Cañabate, D., Serra, T. Evaluating Knowledge and Assessment-Centered Reflective-Based Learning Approaches. In: *Sustainability* 2018, nr. 10, 3122;
3. DEWEY, J. A restatement of the relation of reflective thinking to the educative process. *DC Heath*. 1933;
4. GELEZINIENE, R. Reflective activities of pupils with special educational needs and teachers in the self-educational process. In: *Soc. Welf. Interdiscip. Approach* 2011, nr. 1, pp. 60–69;
5. KOLB. Experiential learning: experience as the source... Google Scholar. Published 2014;
6. MOON, JA. *Reflection in learning and professional development: Theory and practice*. Routledge; 2013;
7. NAIDU, T, KUMAGAI, AK. Troubling muddy waters: problematizing reflective practice in global medical education. *Acad Med*. 2016;91(3):317-321;
8. RITCHHART, R., & CHURCH, M. The power of making thinking visible: Practices to engage and empower all learners. Jossey-Bass. 2020;
9. RUSOV, Veronica. Strategii de activizare a reflexivității la studenți. In: *Managementul educațional: realizări și perspective de dezvoltare*. Ediția 3-a, 8 mai 2020, Bălți. Bălți: Tipografia din Bălți, 2020, pp. 337-345. ISBN 978-9975-3422-5-4.