



## O que é uma reflexão crítica? Como se faz uma reflexão crítica?

### Caixa de Ferramentas

Esta ficha pode ser usada em todos os módulos

#### **(Modelo A)**

Uma reflexão crítica é um texto em que se faz a análise de um documento, experiência ou situação, com o objetivo de retirar daí um conjunto de ensinamentos que possam enriquecer os conhecimentos do autor da reflexão e dos seus leitores.

Não se trata de procurar os pontos negativos do que se pretende analisar, mas encontrar aí ideias (problemas, conceitos, teses, argumentos, factos) que possam ser explorados de forma autónoma e coerente.

O autor da reflexão deve dar a sua opinião sobre os elementos sujeitos a análise, com vista a mostrar qual o seu ponto de vista sobre esses elementos, procurando questionar-se sobre os temas mais importantes para conseguir explicitar o seu pensamento sobre o objecto da sua reflexão crítica.

Assim, a reflexão crítica pode ter a seguinte estrutura:

1. Introdução: breve apresentação daquilo que é objeto da reflexão crítica (filme, livro, acontecimento, etc.). Deve ficar explícito o tema central (e/ou problema central) do objeto de reflexão. E deve ser feita uma descrição breve do mesmo.
2. Análise dos conceitos que estão presentes no objeto da reflexão. Esses conceitos devem ser definidos, se possível com recurso a dicionários.
3. Problematização: devem levantar-se questões sobre os conceitos e a forma como eles são apresentados.
4. Argumentação: deve responder-se às questões tendo em conta os dados recolhidos pela análise do objeto da reflexão (o filme), bem como a opinião do autor da reflexão, fundamentada com argumentos coerentes.
5. Conclusão: síntese final do pensamento desenvolvido nos pontos 3 e 4.

---

#### **(Modelo B)**

##### **Como Elaborar uma Reflexão – caminho alternativo (centrado na aplicação dos conhecimentos adquiridos na vida pessoal e profissional):**

Ao elaborar uma reflexão, terá que começar por falar de uma forma resumida sobre o tema geral da reflexão (presente no objeto da análise).

De seguida deverá dizer o que aprendeu com a análise do objeto de reflexão.

O passo seguinte será de explicar como esses novos conhecimentos e aprendizagens o influenciaram e permitem modificar a sua vida, dando exemplos do quotidiano. (Qual a sua utilidade?).

**Deve seguir uma sequência lógica, apresentando as ideias de forma clara e articulando-as criando argumentos coerentes. Pode optar-se por fazer questões cuja resposta ajudará a sistematizar a argumentação:**

- Como é que este facto / acontecimento/ documento poderá alterar (ou alterou) a minha vida?
- O que aprendi com esta experiência?
- O que deixarei de fazer (ou deixei) de fazer por ter tido esta experiência?
- Que importância poderá ter este facto / aprendizagem na minha formação a nível pessoal e profissional?
- Que relação poderá ter esta experiência / descoberta com o que amanhã poderei ser enquanto profissional / pessoa?