Das komplexe Konstrukt der Selbstreflexion

Leitfaden zur Selbstreflexion auf 3 Ebenen

Inhalte

- *Sinn von Selbstreflexion*
- *Voraussetzungen für Selbstreflexion*
- *Reflexionsebenen*
- *Vorgehensweise zur Reflexion*
- *Weiterführende Literatur*

Sinn von Selbstreflexion

- ***Selbstreflexion***
  - ermöglicht es uns unsere eigenen Stärken und Schwächen zu erkennen und dabei selbstkritisch zu agieren
  - Wir bleiben nicht bei unseren angelernten Handlungsmustern stehen, sondern entwickeln unser berufspraktisches Erfahrungswissen →
- ***Selbstreflexion***
  - ermöglicht uns dadurch angemessen und innovativ auf unterschiedlichste Situationen zu reagieren

Voraussetzungen für Selbstreflexion

- ***Unsere Selbstreflexionskompetenz wird indirekt gefördert, indem***
  - wir Instrumente zur praxisbegleitenden Selbstreflexion einsetzen z.B. Blog, E-Portfolio,…
- ***Unsere Selbstreflexionskompetenz wird direkt gefördert, indem***
  - wir mit neuen/ungewohnten Lehr-/Lernmethoden konfrontiert und so vor neue Herausforderungen gestellt werden z.B. E-Portfolioarbeit in den einzelnen Seminaren

Reflexionsebenen

- **Wir unterscheiden 3 verschiedene Reflexionsebenen**
  - ***Reflexionsebene 1:*** Reflexion über den Lerngegenstand
  - ***Reflexionsebene 2:*** Reflexion über die Lernhandlungen
  - ***Reflexionsebene 3:*** Reflexion über das Lernen

Vorgehensweise zur Reflexion über den Lerngegenstand

- ***Was*** *habe ich in dieser Sitzung gelernt?*
- ***Was*** *ist der Auftrag bis zur nächsten Sitzung?*
- ***Was*** *ist mein Ziel/meine Ziele bis zur nächsten Sitzung?*
- ***Welche*** *Vorerfahrungen bringe ich zur Umsetzung des Auftrags mit?*
- *…*

Beispiel für eine Reflexion über den Lerngegenstand

- ***In der heutigen Sitzung*** hat uns unsere Vortragende die verschiedenen Funktionalitäten von ILIAS gezeigt und auch kurz vorgeführt, wie wir in Moodle unser E-Portfolio anlegen können.
- ***Bis zur nächsten Sitzung*** soll sich jede/r von uns mit der Plattform vertraut machen.
- ***Mein Ziel*** ist es, das E-Portfolio bis zum nächsten Mal bereits selbst angelegt zu haben.
- ***Da*** ich bereits mit ähnlichen Lernplattformen gearbeitet habe, denke ich, dass ich bereits fit im Umgang bin und den E-Learning Kurs nicht benötigen werde.
- ***Außerdem*** probiere ich gerne Neues aus und versuche zunächst immer selbst draufzukommen, bevor ich zu irgendwelchen Anleitungen greife.

Reflexion über Lernhandlungen (Ebene 2)

Vorgehensweise zur Reflexion über meine Lernhandlungen?

- ***Wie bzw. welche*** Schritte plane ich, um den Arbeitsauftrag umzusetzen?
- ***Konnte*** *ich den Arbeitsauftrag umsetzen, oder musste ich meine Durchführungsschritte verändern?*

Beispiel für eine Reflexion über Lernhandlungen

- ***Da ich versuchen wollte, das E-Portfolio bis zum nächsten Seminar selbstständig anzulegen, habe ich mir einen Durchführungsplan erstellt:***
- ***In einem ersten Schritt*** habe ich versucht, das E-Portfolio ohne jegliche Anleitung anzulegen. Leider hat das nicht wie gewünscht funktioniert, da das Anlegen in Moodle doch ganz anders ist als bei den anderen Lernplattformen, mit denen ich bereits gearbeitet habe.
- ***In einem zweiten Schritt*** habe ich den von unserer Vortragenden empfohlenen E-Learning Kurs durchgearbeitet und mir auch die Video-Workshops angeschaut. Im Anschluss habe ich erneut versucht, das E-Portfolio anzulegen. Leider hat auch das nicht wie gewünscht funktioniert, da ich mir die vielen verschiedenen Schritte nicht alle auf einmal merken konnte.
- ***Deshalb*** habe ich meine Strategie geändert und den E-Learning Kurs parallel geöffnet und das E-Portfolio Schritt für Schritt mit den Anleitungen im Kurs erstellt, was dann tadellos geklappt hat.

Reflexion über das Lernen (Ebene 3)

Vorgehensweise zur Reflexion über das Lernen

- ***Welche*** *konkreten Lernhandlungen haben mich bei der Umsetzung des Arbeitsauftrages unterstützt/gefördert, welche davon gehemmt?*
- ***Welche*** *Erfahrungen haben ich gemacht?*
- ***Welche*** *davon könnten auch* meinen Kolleginnen und Kollegen helfen?

Beispiel für eine Reflexion über das Lernen

- ***Auf dem Weg zum Erreichen meines Ziels***, nämlich das E-Portfolio selbstständig anzulegen, hat mich mein Ehrgeiz oder sollte ich eher sagen mein Stolz und damit verbunden meine bisherige Lernmethodik „Ich brauche keine Anleitungen! Ich probiere so lange herum bis ich es habe!“ nicht zum Erfolg gebracht, sondern mich im Vorankommen eher gehemmt.
- ***Trotzdem*** habe ich leider mehrere Stunden damit vergeudet, mich zu ärgern, bis es mir dann doch recht geworden ist, und ich den von unserer Vortragenden empfohlenen E-Learning Kurs durchgearbeitet und mir auch die Video-Workshops angeschaut habe.
- ***Diese Handlung*** hat mich dann zwar schon etwas weitergebracht, aber erst nachdem ich die einzelnen gezeigten Schritte parallel dazu umgesetzt habe, war das E-Portfolio in kürzester Zeit fertig.

Weiterführende Literatur

Weiterführende Literatur

- Greif, S. (2008). *Coaching und selbstorientierte Selbstreflexion (Innovatives Management)* (1. Band). s.l: Hogrefe Verlag.
- Hilzensauer, W. (2008). Theoretische Zugänge und Methoden zur Reflexion des Lernens. Ein Diskussionsbeitrag. In *bildungsforschung*, Jahrgang 5, Ausgabe 2, Abgerufen am 23.10.2014, von http://bildungsforschung.org/index.php/bildungsforschung/article/download/74/77
- Pachner, A (2009). *Entwicklung und Förderung von selbst gesteuertem Lernen in Blended-Learning-Umgebungen: Eine Interventionsstudie zum Vergleich von Lernstrategietraining und Lerntagebuch.* Münster [u.a.]: Waxmann.
- Pachner, A. (2013). Selbstreflexionskompetenz. Voraussetzung für Lernen und Veränderung in der Erwachsenenbildung? *Magazin Erwachsenenbildung.at* , *20* (6), 2-9.
- Schön, D., A. (1987). *Educating the reflective practitioner.* San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Siebert, H. (2011). Selbsteinschließende Reflexion als pädagogische Kompetenz. In A., Rolf (Hrsg.), *Veränderung durch Selbstveränderung. Impulse für das Changemanagement.* Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren, S. 9-18.