

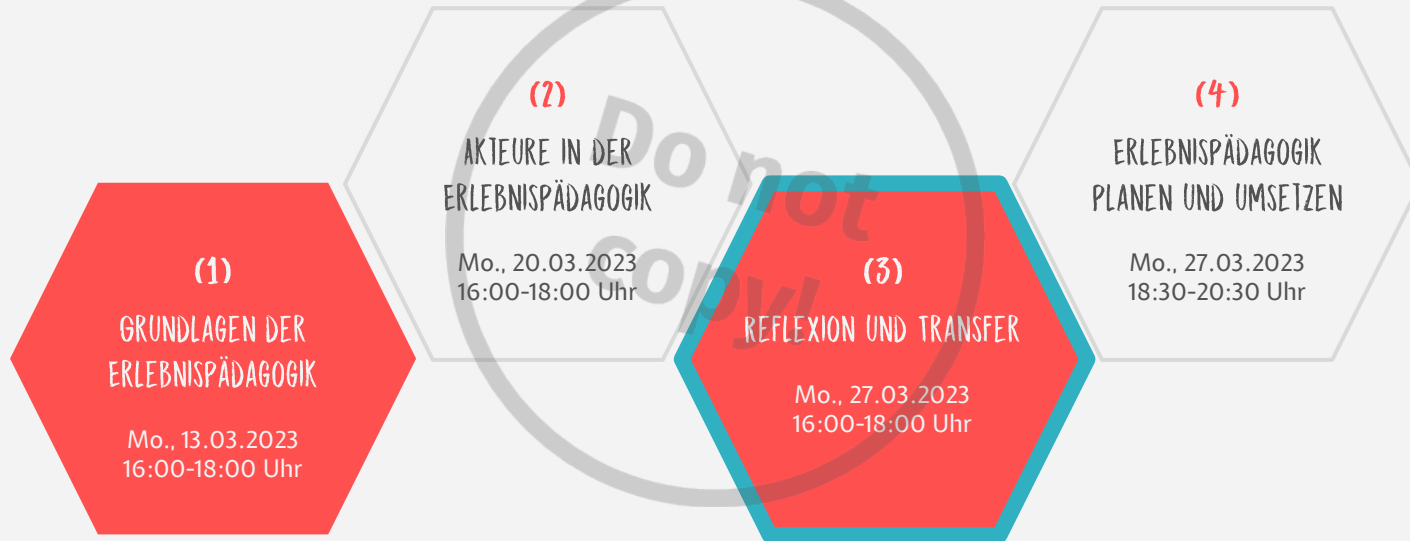


ERLEBNISPÄDAGOGIK IN KITA, SCHULE & VEREIN

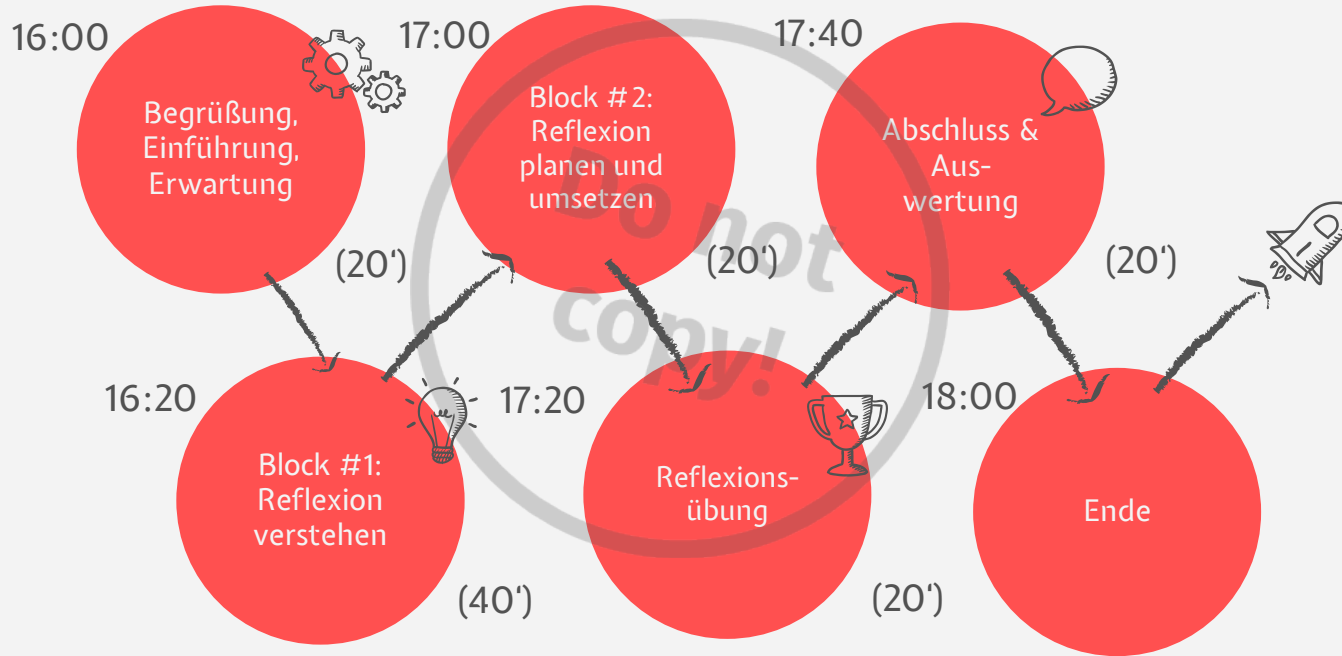
Baustein 3/4: Reflexion und Transfer

Online-Seminar-Reihe, Mo.,
27.03.2023, 16:00-18:00 Uhr,
Sportjugend Hessen

DIE REIHE AUF EINEN BLICK



UNSER ABLAUF HEUTE





REFLEXION VERSTEHEN

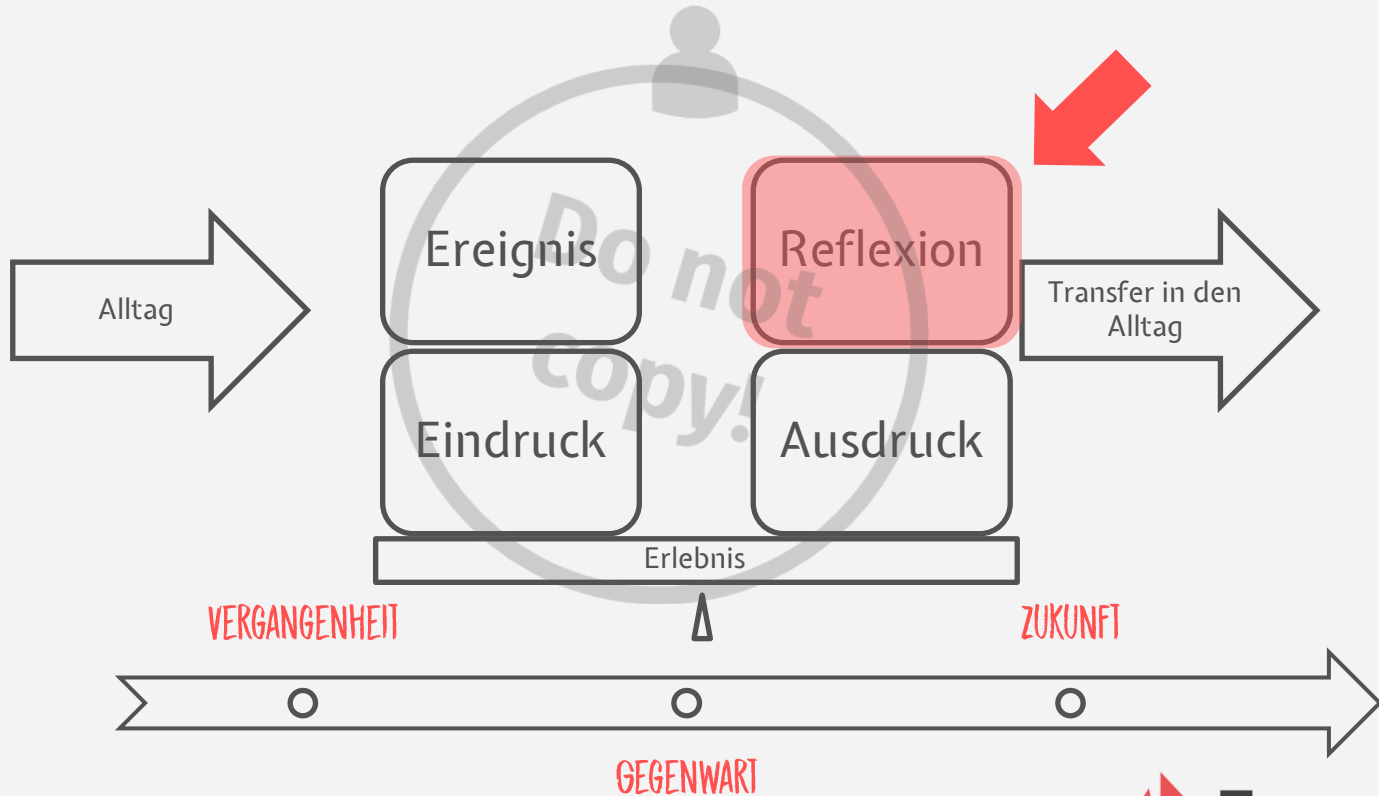
*Do not
copy!*

“

„Wenn du eine weise Antwort verlangst, musst du vernünftig fragen.“

- Johann Wolfgang von Goethe -

ERLEBNISPÄDAGOGISCHE WAAGE



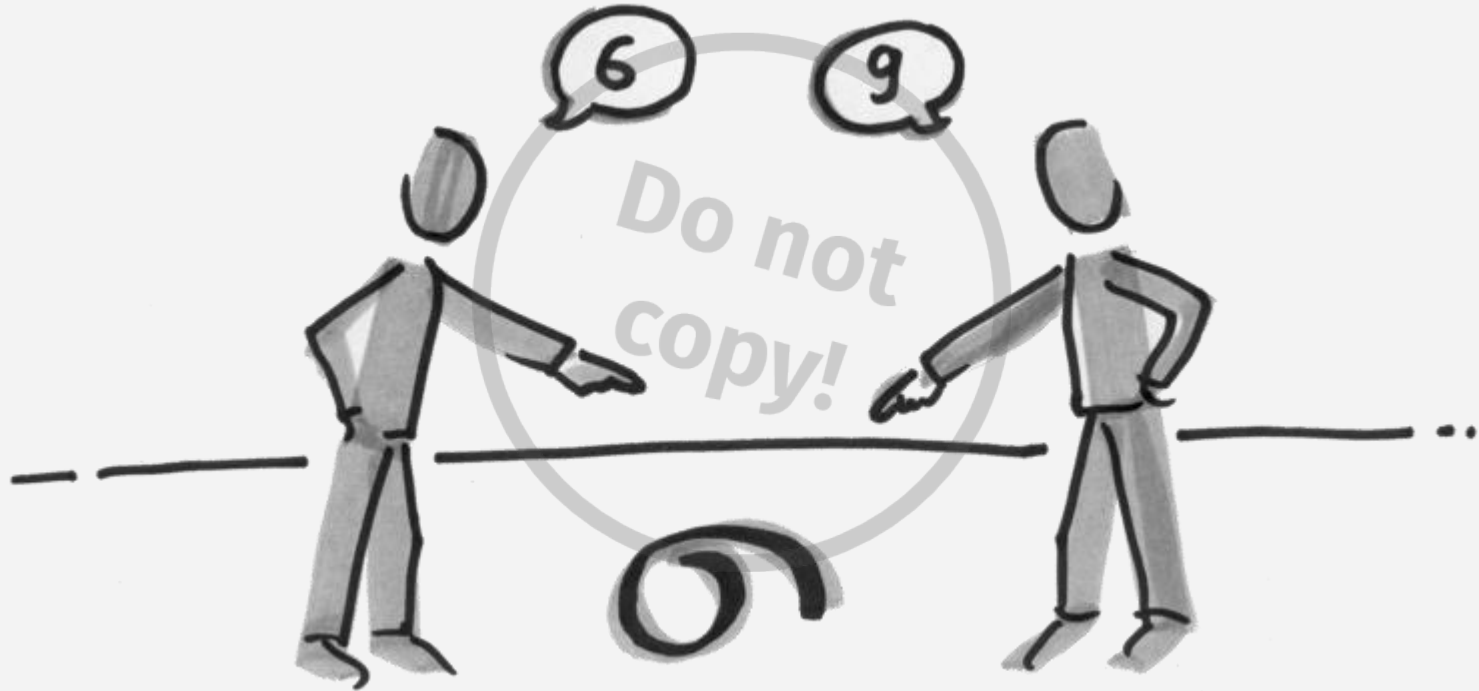


WAS IST REFLEXION?

Reflexion bedeutet zurückschauen, widerspiegeln oder einfach Rückblick

Reflektieren bedeutet, das eigene Verhalten, einzelne Situationen und Ereignisse im nachhinein kritisch zu betrachten (um Lernvorgänge bewusst zu machen), auszuwerten und Perspektiven für die nächsten Schritte aufzuzeigen.

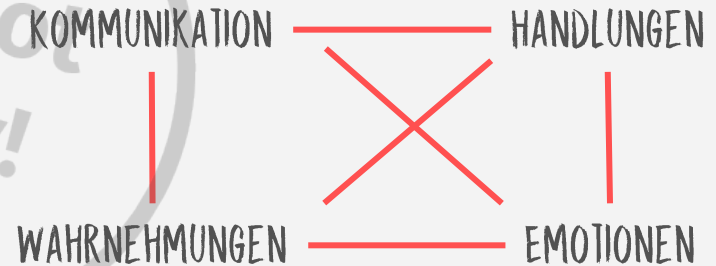
WOZU REFLEXION?



Quelle: Schulz, Hesebeck & Lilitakis 2007, S. 101

WOZU REFLEXION?

- ▶ Eindrücke sind immer **subjektiv!**
- ▶ Reflexion dient der Erlebnisverarbeitung und stellt ein Initial für die persönliche Entwicklung und die Entwicklung der Gruppe dar
- ▶ Reflexion dient dem Bewusstwerden von **Kommunikation** und **Handlungen**, von **Wahrnehmungen** und **Emotionen** und der Beziehung der Faktoren zueinander.



Quelle: Schulz, Hesebeck & Lilitakis 2007, S. 101

EFFEKTE AUF TEILNEHMER

1. **Verarbeitung:** Erlebnisse werden bewusst verarbeitet
2. **Sicherung:** Erfahrungen werden nachhaltig gesichert
3. **Selbstkritik:** Eigenes Verhalten wird kritisch betrachtet
4. **Akzeptanz:** Meinungen und Gefühle werden unkommentiert zum Ausdruck gebracht
5. **Selbstwahrnehmung:** Die eigene Position in der Gruppe wird wahrgenommen
6. **Fremdwahrnehmung:** Gruppenprozesse werden erkannt, andere und die Gruppe werden besser verstanden
7. **Differenzierung:** Unterscheidung zwischen Sach- und Beziehungsebene bei Rückmeldungen wird gelernt

VORTEILE FÜR TRAINER

- 1. Alltagstransfer:** Transfer des Gelernten auf die Alltagssituation für die weitere Arbeit mit der Gruppe kann gelingen
- 2. Feedback:** Rückmeldung über das Programm kann eingeholt werden
- 3. Notwendigkeit:** Zusammenhang von Aktion und Reflexion kann verdeutlicht werden
- 4. Mitgestaltung:** Den Teilnehmern kann die Möglichkeit gegeben werden, sich an der Gestaltung des Angebotes zu beteiligen



Transfer meint allgemein das Fortschreiten des Lernenden vom Konkreten zum Abstrakten, indem er neue Verhaltensweisen in der konkreten (Kurs-) Situation entdeckt, diese Lernerfahrungen generalisiert und auf andere (Alltags-) Situationen überträgt.

WOZU TRANSFER?

1. Der Transfer ist **die Brücke** von einer kreativen, künstlichen Spielwelt bzw. einer Übungssituation zur Alltagsrealität
2. Transfer ist die **kognitive Verarbeitung der Erlebnisse**, v. a. nach der Aktivität
3. Durch Transfer halten gewonnene Erfahrungen und Informationen in Form von **veränderter Haltung, Ausdrucksweise oder verändertem Handeln** Einzug in die eigene Lebenswelt
4. Die erlebnispädagogische Aktivität kann so zu **Verhaltensänderung** führen
5. Alltagstransfer benötigt **Zeit**, da es sich um einen intrinsischen Prozess handelt
6. **Herausforderung**: Die Motivation zu neuem Verhalten steht immer alten Gewohnheiten und einem alten Umfeld gegenüber!

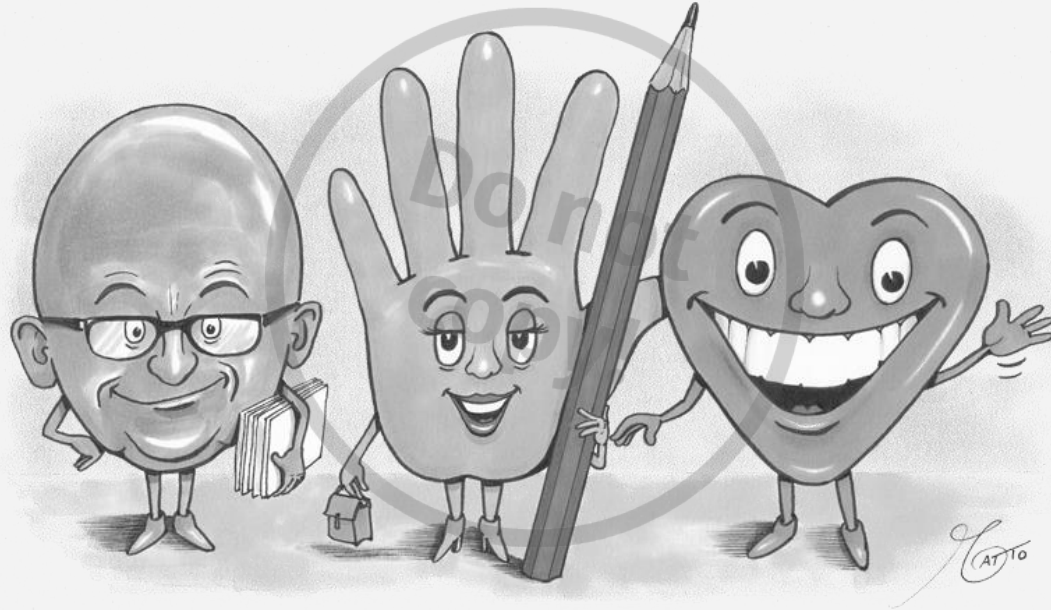
Quelle: Schulz, Hesebeck & Lilitakis 2007, S. 102

FRAGEN ALS MITTEL VON REFLEXION UND TRANSFER

- ▶ Die richtigen Fragen helfen, Reflexion und **Transfer zu fördern**
- ▶ Fragen **müssen individuell, wirkungs- und zielorientiert** ausgewählt und eingesetzt werden
- ▶ Die Fragen sollten **offen** sein, um eine detaillierte Antwort zu ermöglichen (keine geschlossenen Fragen = ja/nein-Fragen)
- ▶ **Wahrnehmung und Deutung** müssen klar unterschieden werden
- ▶ Die Fragen sollten **eine Diskussion ermöglichen** und einleiten

LERNEN MIT KOPF, HERZ & HAND

(JOHANN HEINRICH PESTALOZZI, 1746–1827)



Woran hast du gedacht?

Was hast du gemacht?

Wie hast du dich gefühlt?

REFLEXION ZEITLICH STRUKTURIEREN: 3 BLICKE

(1) DER RÜCKBLICK

- ▶ Fokus: Bewusstmachen der Situation insgesamt und von bedeutsamen Momenten
- ▶ Frage: „Was ist gewesen?“; „Was ist passiert?“
- ▶ „Rückblick“

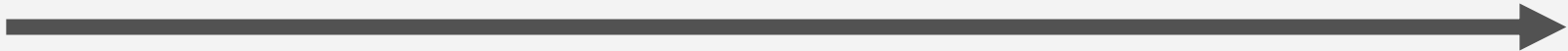
(2) DIE BEWERTUNG

- ▶ Fokus: Gefühle, Eindrücke und Einschätzungen des Einzelnen
- ▶ Frage: „Wie habe ich die Situation erlebt?“, „Wo liegen die Ursachen?“
- ▶ „Tiefblick“

(3) DIE KONSEQUENZ

- ▶ Fokus: Der entscheidende Schritt, der die Gruppe voran bringt
- ▶ Frage: „Was mache(n) ich/wir mit den Erkenntnissen?“
- ▶ „Ausblick“

Zeitliche Dimension



REFLEXION INHALTLICH STRUKTURIEREN: DER FRAGETRICHTER



Inhaltliche Dimension



Schaufel-Fragen

Mit dem Fragetrichter werden bei der Reflexion zunächst möglichst weite, offene Fragen gestellt, um allen Themen Raum zu geben. (Was ist gewesen? What?)



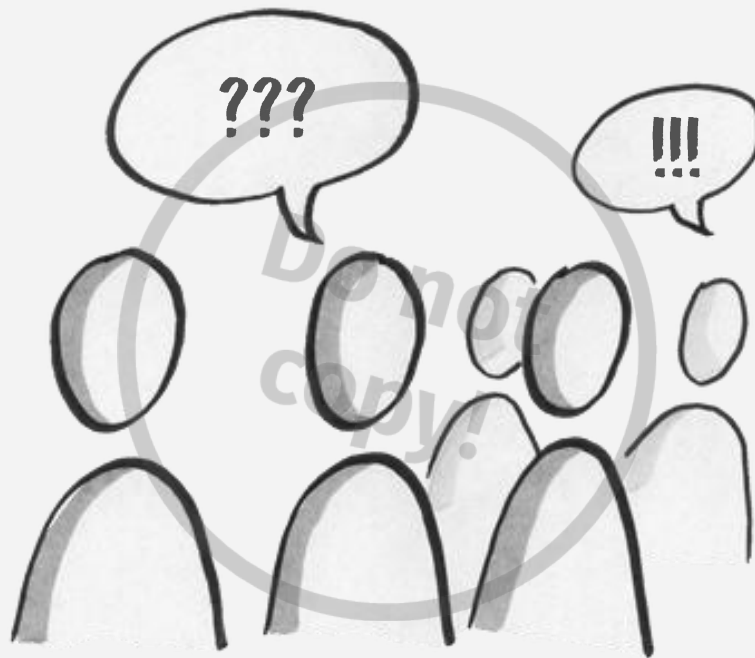
Trüffel-Fragen

Anschließend werden bestimmte Themen genauer beleuchtet, indem tiefer nachgefragt wird. (Wie war das für Euch? So What?)



Punkt-Fragen

Um den Transfer einzuleiten folgen Fragen, die schon auf die Zukunft verweisen und die Lerninhalte auf den Punkt bringen. (Was bedeutet das für Euch? Now What?)



ÜBUNG



DAS SCHNELLE AUSRUFEZEICHEN

Versucht so schnell wie möglich in einer vorgegebenen Reihenfolge ein „!“ in den Chat zu schreiben!

Ihr habt 5 Minuten Besprechungszeit. Macht euch einen Plan und legt eine Nummerierung fest, die in eurem Namen (z. B. 01_Oliver) sichtbar vorangestellt ist, bevor es losgeht.

Was habt ihr gemacht?

Wie zufrieden seid ihr mit dem Ergebnis?

Wer hat welche Stärken eingebracht?

Wann braucht es diese Stärke im Alltag?

Was bedeutet das?

Was hat euch überrascht?

Geht es dir zuhause auch manchmal so?

Ist diese Rolle typisch für dich?

Wie habt ihr das Problem gelöst?

Was war euer Erfolgsrezept?

Wie seid ihr vorgegangen?

Worauf wollt/ müsst ihr beim nächsten Mal achten?

Wer hat was gesagt?

Was habt ihr beobachtet?

Was hat die Aufgabe schwer gemacht?

Wie stehst du dazu?

Was noch?

Was habt ihr gefühlt?

Was ist passiert?

Was nehmt ihr für die nächste Herausforderung mit?

Was war die Aufgabe?

Wie bewertet ihr eure Zusammenarbeit?

Was war euer Plan?

Wie habt ihr euren Plan umgesetzt?

Wer hat wann Verantwortung übernommen?

Was hat letztlich zum Erfolg verholfen?



2

REFLEXION PLANEN UND UMSETZEN

THEMEN FÜR EINE REFLEXION



Quelle: Reiners 2014, S. 28

PRAKTISCHE TIPPS ZUR DURCHFÜHRUNG VON REFLEXIONEN

RAHMENBEDINGUNGEN

- ▶ **Versammlung im Kreis** (alle Beteiligten können sich sehen und wahrnehmen)
- ▶ **Einheitliche Form:** Entweder alle stehen oder alle sitzen, nicht hinlegen; Blickkontakt ermöglichen
- ▶ **Alle sollen sich wohlfühlen,** Grundbedürfnisse sollten befriedigt sein (z. B. Hunger, Durst)

ZEITPUNKT

- ▶ Möglichst **unmittelbar** im Anschluss an die Aktion (nachhaltiger)
- ▶ Nicht nur abends, da dann alle müde sind oder sich der Zeitplan nach hinten schiebt
- ▶ **Regelmäßig** nach allen Aktionen; Teilnehmende wissen daher, dass sie auf das Geschehen achten sollen und ihre Themen angesprochen werden

PRAKTISCHE TIPPS ZUR DURCHFÜHRUNG VON REFLEXIONEN

DAUER

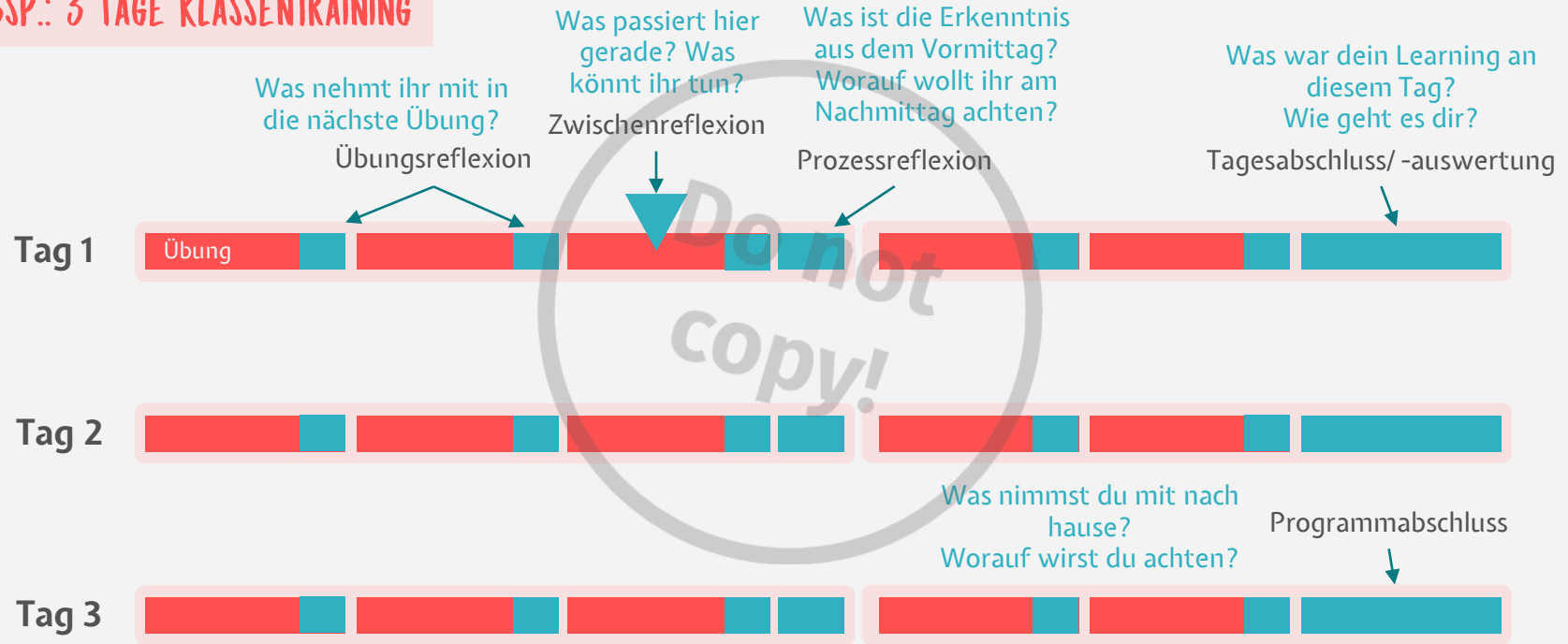
- ▶ **Faustregel:** Nie länger als die vorhergehende Aktion
- ▶ **So lange**, wie die Teilnehmenden mit der Thematik beschäftigt sind
- ▶ **Rechtzeitig enden**, z. B. wenn Geräuschpegel steigt oder Seitengespräche beginnen
- ▶ Ein **klares Ende** gestalten und nicht mitten im Prozess enden, sondern wenn alle bereit sind; ggf. später Einzelgespräche führen

AUFBAU

- ▶ Erste Reflexionsrunden **einfach strukturieren** und nicht zu sehr in die Tiefe gehen (Signal: Es wird reflektiert); Beispiel: Kurze Stimmungsbarometer
- ▶ Später kann die Reflexion komplexer und intensiver werden
- ▶ Ggf. zunächst **nonverbale Methoden** wählen (z. B. Barometer)
- ▶ Gegenseitige Beeinflussung verhindern

REFLEXION: ZEITPUNKT

BSP.: 3 TAGE KLASSENTRAINING



BEISPIEL FÜR REFLEXIONSREGELN



1. Jedes Gruppenmitglied sollte an der Reflexion teilnehmen
2. Nur die Betroffenen nehmen teil, keine Außenstehenden
3. Die Reflexion findet am besten im Kreis statt (Blickkontakt)
4. Verlässt jemand die Reflexion, wird diese unterbrochen, bis die Person zurückkehrt
5. Keiner ist gezwungen, etwas zu sagen
6. Es redet immer nur eine(r) und diejenige/derjenige hat das Recht auszureden
7. Aussagen sollten immer konkret sein, Meinungen und Behauptungen begründet werden
8. „Ich-Aussagen“ sollten benutzt (immer von sich selbst reden), allgemeine Aussagen („man“) vermieden werden
9. Gefühle, die von anderen geäußert werden, sollten nicht bewertet werden
10. Die Reflexion endet, wenn jede(r) die Möglichkeit hatte, sich einzubringen.

FAKTOREN, DIE DIE REFLEXION MIT KINDERN BEEINTRÄCHTIGEN

Unruhe in
der Gruppe

Hunger
(kurz vor
dem Essen)

Ende einer
körperlich
anstrengen
den
Aktivität

Interne/
externe
Ablenkung

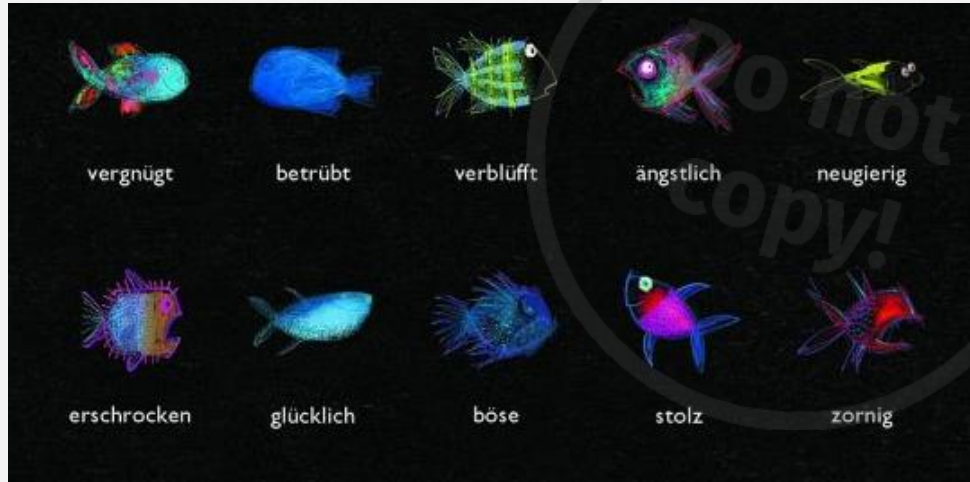
Dauer der
Reflexion

freudige
Erwartung
an die
nächste
Aktivität

REFLEXION ALTERSGERECHT GESTALTEN

1. Kinder trennen nicht so zwischen Alltag und Erlebnispädagogik wie wir - Reflektion ist daher nicht immer nötig.
2. Man kann Kinder auch in Reflexion schulen und sie wachsen in eine Sprachfähigkeit hinein.
3. Bitte nicht zu ausführlich. Besser: Kurz und knapp die relevanten Punkte
4. Man kann Reflektieren auf Augenhöhe - persönlich im 1:1
5. Offen sein für die Gefühle/Aussagen der Kinder im Alltag, denn Kinder reflektieren ständig und auch zeitversetzt
6. „Gefühlsuhr“ o. ä. mit den Kindern erarbeiten (um im gegebenen Fall Gefühle ausdrücken zu können)
7. Symbole benutzen: Glühbirne - mir ist ein Licht aufgegangen; Kaktus - daran habe ich mir weh getan; Smiley - damit geht es mir gut
8. Kindern Sprachfähigkeit geben/üben (Bilderbuchfiguren o. ä. nutzen)
9. Je jünger die Kinder sind, desto kleiner sollten die Gruppen sein.
10. Kinder brauchen einen Schutzraum - wenn sie sich sicher fühlen können sie sich besser öffnen.

REFLEXION ALTERSGERECHT GESTALTEN (BEISPIEL)



Quelle: Mies van Hout: Heute bin ich (2012)

© Oliver Schmidt, 2022 | www.teamwerft.de | info@teamwerft.de

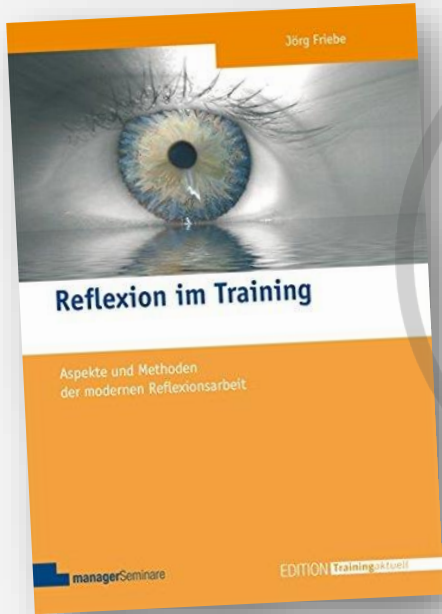
REFLEXIONSMETHODEN FÜR JÜNGERE KINDER (3-10)

1. Daumen hoch/Daumen runter
2. 5-Finger-Reflexion
 - ▶ Daumen: das fand ich gut
 - ▶ Zeigefinger: darauf möchte ich hinweisen
 - ▶ Mittelfinger: das war suboptimal
 - ▶ Ringfinger: das war besonders kostbar
 - ▶ Kleiner Finger: das kam zu kurz
3. Tierisches Feedback mit Schleichtieren oder andere Figuren
4. Schatzkiste und Mülleimer
5. Skala zwischen Bäumen
6. Finger zeigen auf (10-1 Finger)
7. Nachdenkkiste

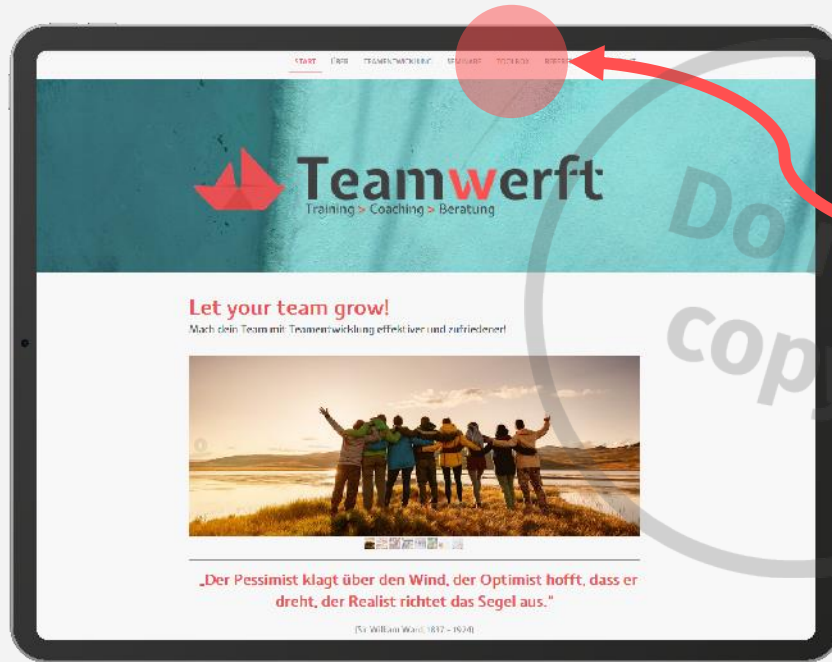


Quelle: <https://materialwiese.de/2019/02/reflexionsmethoden-in-der-grundschule.html>

LITERATURTIPPS



INFORMATIONEN UND HANDOUT



HANDOUT

<https://www.teamwerft.de/toolbox/dokumentation/>

Passwort: Erlebnispädagogik

TIPPS

<https://www.teamwerft.de/toolbox>

DANKE!

KONTAKT

Oliver Schmidt | Trainer > Berater > Coach

Haydnstraße 26
22761 Hamburg
01734763129

info@teamwerft.de
www.teamwerft.de

TEAMWERFT AUF ...



Do not
copy!