



Dokumentation zur Session 8:

Reflexion

Anbieter der Session

Leonie Michaelis

Dokumentation

Manuela Heim

Ergebnisse und Erkenntnisse

∅ Reflektieren fällt vor allem Jugendlichen oft schwer

∅ Verschiedene Methoden können dabei helfen, z.B.:

- 5-Finger-Methode
- Ein Set mit verschiedenen Aussagen, das in der Mitte liegt
- Bilder, Figuren
- Blinde Reflexion
- Landkarte/ Wimmelbild/ Kinderteppich zum Positionieren (vor und nach der Übung)
- Noten vergeben (und begründen lassen)
- Spickzettel
- Kluge Sprüche
- Körperform einnehmen, die das momentane Empfinden darstellt
- Standogramm
- „what? so what? now what?“
- Sich gegenseitig Feedback geben lassen (Reflecting Team)
- Sich passenden Worten zuordnen
- ... (siehe auch Dokument: „Reflektieren mit Kindern“)

=> Es kann sinnvoll sein, das gleiche Material, das bei der Übung vorkam, auch zum Reflektieren zu verwenden (z.B. Seil: als Zahlenstrahl, mit Knoten...)

- ∅ Es ist hilfreich, wenn man weiß, WAS man mit der Reflexion erreichen will!
- ∅ Eine konkrete, genaue Fragestellung ist von Vorteil
- ∅ Es ist eine große Kunst, die Erfahrungen aus der Übung auf's Leben zu beziehen
- ∅ Es braucht viel Geduld
- ∅ Es ist wichtig, sein eigenes Ziel verlassen zu können und sich auf das einzulassen, was aus der Gruppe kommt
- ∅ Verschiedene Typen in unseren Gruppen beachten (Lernintelligenzen!) => verschiedene Tools überlegen!
- ∅ Nicht bei allen Gruppen ist das Medium „Sprache“ vorhanden (nicht alle können über Gefühle reden...) => auch hier die verschiedenen Typen beachten.
- ∅ Bei der Reflexion sagen, was IST, NICHT, was unserer Meinung nach sein sollte, d.h. aufzeigen, was Sache ist und nicht gutes Gefühl geben wollen

Fazit

Reflexion ist gut und wichtig!