



Interaktion

Leitfragen zur Reflexion

1. Liste an Leitfragen
2. Reflexionsstufen

Autor(en) Harald Graschi, Andreas Schubiger

Version 1.0 / 21.08.2019

1.1 Liste an Leitfragen

Folgende Leitfragen (prompts) können in einem Lernjournal zur Reflexion anleiten:

<p>Inhaltliche Auseinandersetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was nehme ich mit? (Wissen, Erkenntnis, Erfahrung) • Was fehlt mir noch? (Vertiefung, fehlende Informationen) • Welche Inhalte versuche ich in welcher Form umzusetzen? (persönliche Ziele)
<p>Berufspraktische Auseinandersetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welche Erkenntnisse habe ich gewonnen, die mir das Lösen von beruflichen Problemstellungen erleichtern? • Worauf muss ich sonst noch achten, das einen Einfluss auf arbeitsrechtliche Bestimmungen sowie sicherheits-, umwelt- und gesundheitsbezogene Grundsätze im Berufsfeld hat?
<p>Lernen planen und organisieren</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wo lerne ich am besten und wie vermeide ich Ablenkung? • Welche Hilfsmittel brauche ich zum Lernen? • Welche Schritte muss ich planen und was mache ich in welcher Reihenfolge? • Wie viel Zeit muss ich dafür einplanen? • Wo kann ich Hilfe bekommen und wie sichere ich die Lernergebnisse?
<p>Lernen beobachten und steuern</p> <ul style="list-style-type: none"> • Woran arbeite ich gerade und wie läuft es im Moment? • Woran merke ich, dass es gerade gut/nicht gut läuft? • Was kann ich anders machen und woher weiss ich, was ich anders machen muss? • Was ist bei meinem Lernen einfach/schwierig zu verändern? • Wie merke ich, dass ich etwas verstanden habe? • Was kann ich machen, damit ich etwas besser verstehe? • Was kann ich tun, damit ich etwas besser behalte? • Wie kann ich Sachen üben und das Gelernte anwenden?
<p>Lernen reflektieren und beurteilen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was habe ich gelernt? • Wie viel habe ich gelernt? • Was wusste ich schon vorher über das Thema? • Was kann ich gut, was kann ich nicht so gut? • Wo habe ich für mich die grössten Fortschritte gemacht? • Was gelang mir leicht? • Wo hatte ich Schwierigkeiten? • Wie habe ich auftretende Schwierigkeiten bewältigt? • Wie sehr habe ich mich angestrengt?
<p>Emotion, Motivation und Interesse</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie habe ich mich gefühlt? • Was machte mir Spass/keinen Spass? • Wie motiviere ich mich zum Lernen? • Wie hat sich meine Laune beim Lernen verändert?

- Wo bin ich mit dem Ergebnis zufrieden und kann besonders stolz auf mich sein?
- Wenn mir etwas gelingt, worauf führe ich das zurück?
- Wenn ich etwas nicht schaffe, woran liegt das dann? Welche Hindernisse, Widerstände hatte ich zu überwinden, warum ist das so?
- Was hat mich interessiert bzw. nicht interessiert? Wo habe ich das Interesse verloren?

Lernen in der Gruppe

- Wie lief das gemeinsame Lernen? Wie war der Zusammenhalt in unserer Gruppe?
- Wie gut haben wir geplant und wo haben wir die Arbeit aufgeteilt?
- Wie gut haben wir uns ergänzt und wo haben wir alle gemeinsam daran gearbeitet?
- Wie habe ich mich selbst an der Gruppenarbeit beteiligt?
- Wie haben sich die anderen in der Gruppe beteiligt?
- Wo habe ich etwas von den anderen gelernt?
- Was war in meiner Gruppe hilfreich / mühsam?
- Was können wir in der Gruppenarbeit verbessern?

1.2 Reflexionsstufen

Die Reflexion des eigenen Lernens kann je nach Bearbeitungstiefe auf verschiedenen Stufen erfolgen:

Stufe	Beispiel
1 Deskriptiv Blosses Beschreiben von Fakten.	«Während dem Kurs haben wir Übungen zur Sprechtechnik (Artikulation von Konsonanten, Wirkung von Vokalen, Eigenschaften/Modulation der Stimme, Melodie von Frage- und Aussagesätzen) durchgeführt.»
2 Interpretativ Zusätzlich sprachliche Verallgemeinerung, Wertung, Emotionale Äusserung, Darstellung von Erkenntnissen.	«Ich denke, dass ich aufgrund meiner positiven Erfahrungen und den Feedbacks meiner Kolleginnen darin gestärkt wurde, selbstbewusst aufzutreten.»
3 Analytisch Zusätzlich findet Vernetzung von Fakten, Begründungsmuster, Bezug zu Vorwissen statt.	«Zu Beginn des Kurses waren meine Kenntnisse bezüglich des Aufbaus einer Präsentation und der Gestaltung von Präsentationsmedien eher diffus. Aufgrund der Tipps im Skript, den kurzen Übungen in der Lernveranstaltung und der Präsentation vor der eigenen Kursgruppe konnte ich meine Wirksamkeit gezielt verbessern»
4 Konstruktiv Zusätzlich weitere Gedanken, «Über den Tellerrand hinausdenken», Aufzeigen von Konsequenzen.	«Die Präsentationstechnik und der gezielte Einsatz von Medien hilft mir nicht nur in der Tätigkeit als Ausbilder, sondern auch als Betriebsleiter. Im nächsten halben Jahr werde ich bei Meetings konsequent zentrale Begriffe und Zusammenhänge auf einem Flipchart visualisieren, damit schaffe ich Übersicht.»