Verschiedene Methoden zur Selbstreflexion

Skala/Linie/Band 0–10

1. Die Skala kann eine gedachte Linie durch den Raum, mit Kreppband auf dem Boden markiert, an der Tafel skizziert oder von den Schülerinnen und Schülern auf Papier notiert sein. (0 = Trifft absolut nicht zu/10 = Trifft vollkommen zu)



2. Die Lehrperson stellt eine Aussage in den Raum, z. B. „In dieser Stunde habe ich effektiv mitgearbeitet."
3. Die Schülerinnen und Schüler stellen sich nun auf den für sie richtigen Platz.
4. Einzelne Schülerinnen und Schüler erklären, warum sie genau an dieser Stelle der Skala stehen.
5. Die Aufstellung kann durch weitere Fragen noch konkretisiert werden, z. B.: „Ich habe in dieser Stunde die Inhalte verstanden und kann das Wesentliche in drei Sätzen zusammenfassen." oder „Ich habe so effektiv mitgearbeitet, dass ich anhand meiner Mitschrift gut lernen kann."
6. Die Veränderungen im Raum können gut beobachtet werden. Durch Rückfragen, warum einzelne Schülerinnen oder Schüler genau an dieser Stelle stehen, werden Informationen gesammelt, die Grundlage weiterer Reflexionen sein können.

Weitere aufschlussreiche Fragen z. B. für individuelle Reflexionen sind:

- „Welche Stufe auf der Skala möchtest du erreichen, damit du für dich zufrieden bist?"
- „Was brauchst du/was kannst du tun, um die nächste Stufe der Skala zu erreichen?"

Reflexionskarten

Reflexionskarten können je nach Situation und Bedarf erstellt werden. Für die Arbeit mit Reflexionskarten in der Klasse gibt es vielfältige Einsatz- und Durchführungsmöglichkeiten.

Die hier gesammelten Beispiele stellen Umsetzungsmöglichkeiten mit zwei Arten von Kartensets vor:

- Satzanfänge als Formulierungshilfe
- Bildkarten

1) Reflexionskarten mit Satzanfängen als Formulierungshilfen
Die von der Lehrperson ausgewählten Reflexionskarten (Karten können auch mehrfach vorkommen) werden im Raum ausgelegt. Jede Schülerin/jeder Schüler wählt ein bis drei Karten, die sie/ihn aktuell ansprechen. Die anschließende Reflexion kann mündlich oder auch schriftlich erfolgen.

Die hier gesammelten Fragen bzw. Aussagen können je nach Bedarf verändert bzw. ergänzt werden, z. B. mit Hilfe der Kopiervorlage *Selbstreflexion 1* (vorbereitete und grafisch gestaltete Reflexionskarten zum Thema Lernen siehe auch Lernstrategien, Kopiervorlage *Lernstrategien 2A*).

- **Satzanfänge zum Thema Konfliktsituationen**
  - Ich habe mich geärgert, weil …
  - Ich war traurig, weil …
  - Ich habe mich allein gefühlt, weil …
  - Das könnte mir weiterhelfen: …
  - Das wünsche ich mir: …/Das wünsche ich mir noch: …
  - Dazu habe ich eine Idee: …
  - Mir ist wichtig, dass …
  - Das möchte ich noch sagen: …

- Satzanfänge zum Thema „Aus meinem Leben in der Schule“
  - Das habe ich in der Schule entdeckt: …
  - Das habe ich draußen entdeckt oder beobachtet: …
  - Heute habe ich jemandem geholfen: …
  - Heute hat mir jemand geholfen: …
  - Das fand ich besonders schön: …
  - Das hat mir besonders viel Spaß gemacht: …
  - Das hat mir am wenigsten Spaß gemacht: …
  - Das fand ich nicht so gut: …

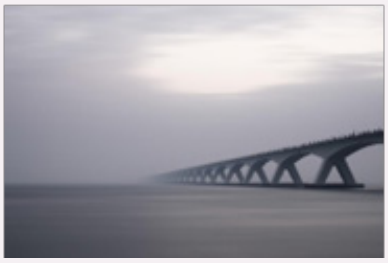


- **Satzanfänge zum Thema Lernen**
  - Das habe ich (heute) gelernt: …
  - Das ist mir leichtgefallen: …
  - Da brauche ich noch Hilfe: …
  - Da habe ich noch eine Frage: …
  - Das hat mir gut geholfen: …
  - Ich konnte gut arbeiten, weil …
  - Ich konnte nicht gut arbeiten, weil …
  - Mein Vorschlag für das nächste Mal ist, …
  - Anders mache ich ab heute: …
  - Mehr Zeit brauche ich für: …

2) Reflexion mit Hilfe von Bildkarten
Bilder und Fotos können Gedanken oder Ideen anstoßen und helfen, sich auf ein Thema zu fokussieren.

Verschiedene Bildkartensets können z. B. in Form von Moderationskarten käuflich erworben werden. Frei zugängliche Bilder findet man online z. B. auf:

- Word (Microsoft Office 365) – Einfügen – Piktogramme – Bilder
- https://pixabay.com/
- https://unsplash.com


Variante „Ich schenke dir diese Karte"
Diese Variante eignet sich gut für Abschlussreflexionen in der ganzen Klasse (z. B. Abschluss eines gemeinsamen Workshops, Semesterabschluss usw.).

- Ansprechende Bildkarten (z. B. Fotos, Moderationskarten usw.) werden ausgelegt.
- Jede Schülerin/jeder Schüler wählt eine Karte.
- Eine Schülerin/ein Schüler beginnt und schenkt einer Mitschülerin/einem Mitschüler die gewählte Karte. Dabei beschreibt sie/er, was die Karte für sie/ihn persönlich bedeutet und warum sie/er diese Karte dieser Person schenkt. Möglich sind alle positiven Rückmeldungen, die Respekt, Bewunderung, Dankbarkeit usw. ausdrücken.
- Die/der „beschenkte" Schülerin/Schüler nimmt die Karte dankend an und verschenkt ihre/seine eigene Karte an eine Mitschülerin/einen Mitschüler, die/der noch keine Karte geschenkt bekommen hat.

Variante „Projekt- bzw. Themenabschluss"
Diese Variante eignet sich gut, um ein persönliches Feedback zu einer Unterrichtssequenz von Schülerinnen und Schülern einzuholen.

- Ansprechende Bildkarten (z. B. Fotos, Moderationskarten usw.) werden ausgelegt.
- Jede Schülerin/jeder Schüler wählt eine Karte und formuliert im Plenum:
  - Dieses Bild passt für mich zum Unterrichtsthema xy, weil …
  - Bezugnehmend auf das Thema steht dieses Bild für mich für …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

Text der Reflexionskarte hier einfügen …

PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE SALZBURG Stefan Zweig

ÖZBF Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung

IfBQ Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung

Impressum

Autorinnen:
Mag.ª Silvia Theiss MSc, Mag.ª Barbara Gürtler, MMag.ª Dr.in Claudia Resch BA, Mag.ª Anja Schulz
Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung (ÖZBF) an der Pädagogischen Hochschule Salzburg Stefan Zweig

Mit freundlicher Unterstützung der Bundeslandkoordinatorinnen für iKM^{PLUS}:
Heidrun Ziegler BEd. und Mag.ª Elisabeth Fuchs

Comics: Mag.ª Anna Klaffinger BA

Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Bilder: Mag.ª Anna Klaffinger BA
Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Übungen: Team des ÖZBF

Fragebogen-Items (2020): Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung (IfBQ), Hamburg