

Inhalt

Einleitung	7
1 Grundlagen der Reflexion – was, warum, wie und wozu?	9
1.1 Was bedeutet professionelle Reflexion genau?	10
1.2 Warum ist Reflexion eine pädagogische Kernkompetenz?	11
1.3 Wie kann Reflexion Intuition und Erfahrungswissen absichern?	13
1.4 »Leiter der Schlussfolgerungen«	16
1.5 Wozu nützt regelmäßige Reflexion – lohnt der Aufwand?	21
2 Reflexionsperspektiven	27
2.1 Wodurch zeichnet sich eine „reflexionswürdige“ Situation aus?	29
2.2 Reflexionsthemen generieren mit dem „Vier-Faktoren-Modell“ der Themenzentrierten Interaktion (TZI)	31
2.3 Anlassbezogene versus kontinuierliche Reflexion	34
2.4 Reflexion mit wechselnden Spiegeln	36
3 Lob der Frage	39
3.1 Frage oder Tipp – was wirkt wie?	41
3.2 Die Besonderheit der „Warum-Frage“	44
3.3 Systemisch und lösungsorientiert gefragt	45
4 Systematisch reflektieren mit Reflexionszirkeln	55
4.1 What? – So What? – Now What?	57
4.2 Reflexionszirkel nach Graham Gibbs	60
4.3 Model for Structured Reflection – MSR-Modell nach Christopher Johns	62
4.4 „Kollegiale Beratung“ als strukturiertes Reflexionsverfahren	65
5 Denken mit der Hand – schreibendes Reflektieren	69
5.1 Vom Sinn und Nutzen des reflektierenden Schreibens	70
5.2 Das Reflexionsjournal	71
5.3 Einsteigertools	72
5.4 Sechs-Minuten-Schreiben	75

6	Reflexionstools für den Alltag – eine kleine Auswahl	77
6.1	Arbeitskleidung	78
6.2	Das war gut!	79
6.3	Sätze vervollständigen	79
6.4	Das Reflexionsmännchen	80
6.5	Zeitreise: Wer will ich gewesen sein? (nach Harald Welzer)	81
7	Reflektieren: Werte bewusst wahrnehmen	83
7.1	Welche Werte sind mir wichtig?	84
7.2	Werte im Team entwickeln	86
8	Reflektieren: Vom Nutzen theoretischer Grundlagen	89
8.1	Eine Situation – viele Reflexionsperspektiven	91
8.2	Verschiedene „Theorie-Brillen“ und ihre Verwendung	94
9	Kompetent reflektieren	95
9.1	Modell der Reflexionsintensität	96
9.2	Qualitätskriterien für eine „gute“ Reflexion	99
9.3	Reflexion – je konkreter, umso ertragreicher	102
9.4	Reflexionen bewerten	104
	Reflexion zum Abschluss: Ressourcen-Mindmap	105
	Literaturverzeichnis	108