

Reflexionsmethoden

gefunden unter: www.super-sozi.de/index.php/spielekartei/reflexionsmethoden

Grundsätzliches:

Die Leitung einer Reflexion sollte von einer Person übernommen werden. Diese fasst zu Beginn nochmals das Erlebte und zu Reflektierende kurz und übersichtlich zusammen. Je jünger die Reflexionsteilnehmerinnen und -teilnehmer sind, desto bildhafter sollte auch die gewählte Methode sein. Am besten lässt sie sich in direkten Zusammenhang mit dem Thema bringen, z. B.: Wasserreflexion nach einem Badetag. Während kurze Zwischenreflexionen (z. B. Abendrunde) durchaus auch Sinn machen, wenn die gewählte Methode nur ein Positiv-Negativ-Stimmungsbild wiedergibt, sollten Abschluss Reflexionen von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern durchaus konkretere Aussagen abverlangen. Am Besten werden sie dann auch schriftlich festgehalten.

Wichtigste Reflexionsregeln:

- Jeder spricht nur für sich und davon, wie er sich dabei gefühlt hat!
- Jeder hat das Recht darauf, seine Meinung zu sagen!
- Jeder darf seine Gedanken fertig ausführen!
- Reflexionen unter Zeitdruck kann man gleich bleiben lassen!
- Auf die Einhaltung dieser Regeln achtet die Reflexionsleitung und jeder Teilnehmer bzw. Teilnehmerin.

Schatzkiste und Mülleimer:

Alter: ab 10 Jahre

Material: Schatzkiste und Mülleimer

Alle sitzen im Kreis zusammen und der Reflexionsleiter bzw. -leiterin zieht einen Mülleimer oder Papierkorb hervor und erklärt : "In diesen Mülleimer könnt ihr alles Negative reinwerfen. Alles was euch sauer aufgestoßen ist, was echt scheiße war oder völlig danebengegangen ist! Ich gebe den Eimer jetzt im Kreis rum und jeder kann etwas reinton oder auch nicht. Er kann erklären, warum er es tut oder uns eine Erklärung schuldig bleiben."

Schatztruhe: "Auch diese Schatztruhe wandert im Kreis herum und ihr könnt sie mit euren Schätzen füllen. Legt hinein, was euch wichtig und wertvoll geworden ist. Legt hinein, was euch besonders gefallen hat oder in Erinnerung bleiben wird. Ihr dürft gerne erklären, warum ihr gerade dieses hineinlegt oder lasst es unkommentiert."

Der Mülleimer und die Schatztruhe sind sehr klare und starke Bilder für Negatives bzw. Positives. Da benötigt man keine langen Erklärungen und man kann richtig etwas "loswerden" oder wie einen Schatz vorsichtig hineinlegen. Außerdem machen die Gegenstände (Eimer und Kiste) deutlich wer gerade das Wort hat.

Die Fünf-Finger-Methode

Alter: ab 10 Jahre

Material: keines

Nach einem Spiel oder einer anderen Aktivität stellen sich die Teilnehmer im Kreis zusammen und schließen die Augen. Der Leiter bzw. die Leiterin stellt nun eine Frage zu dem gerade Erlebten, wie z.B. "Hat mir das Spiel gefallen?" oder "Wie gut war die Zusammenarbeit in der Gruppe?"

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer überlegen sich, die Augen bleiben weiterhin geschlossen, ihre Bewertung zu dieser Frage und zeigen diese mit ihren Fingern an. Fünf Finger bedeutet, dass das Spiel ganz toll gefallen hat, während ein Finger sehr große Unzufriedenheit ausdrückt.

Haben alle eine Bewertung gefunden, so gibt der Leiter bzw. die Leiterin das Kommando zum Augen öffnen: "Eins oder zehn? Jetzt könnt ihr's sehn! " Daraufhin öffnen alle die Augen und sehen sich die Bewertungen der anderen an. Anschließend kann jeder seine eigene Einschätzung noch kurz erläutern.

Ampelreflexion (Vereinfachte 5- Finger-Methode)

Alter: ab 10 Jahre; Material: Karteikarten (rot, gelb und grün)

Jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin erhält drei Karteikarten und zwar jeweils eine rote, eine grüne und eine gelbe. Zusätzlich überlegt sich jeder eine zum Thema passende Behauptung, zu der er gerne die Meinung der anderen hören möchte. Legt die Reflexionsleitung die Fragestellung fest, dann ist diese Methode auch für jüngere Kinder sehr gut geeignet.

Alle setzen sich in einen Stuhlkreis zusammen und der erste (bzw. Leitung) stellt seine Behauptung auf. Jeder überlegt, wie er dazu steht und welche Karte er gleich zeigt:

Grün: Zustimmung; Rot: Ablehnung; Gelb: Unentschlossenheit

Variante ohne Karten: Daumen hoch/ runter/ schräg

Zur klareren Trennschärfe und Entscheidungsfindung kann die Unentschlossenheit ausgelassen werden.

Nach kurzer Bedenkzeit klärt die Leitung ab, ob sich jeder für eine Karte entschieden hat und nach dem Kommando "Rot, Gelb oder Grün" heben alle gleichzeitig ihre Karten.

Auswertungszielscheibe

Alter: ab 10 Jahre

Material: Poster, Stift, Klebpunkte (verschiedene Farben)

Der Leiter bzw. die Leiterin malt eine große Zielscheibe auf einen Papierbogen. Die 10 Ringe werden von außen nach innen mit 10, 20, 30 100 beschriftet. Ausgehend vom innersten Ring werden vertikale, horizontale und diagonale Linien eingefügt. An diese Linien werden die zu reflektierenden Begriffe (z. B.: Stimmung, Essen, etc.) geschrieben.

Jeder Spieler und jede Spielerin erhalten einige Klebpunkte. Wenn möglich, bekommt jeder eine eigene Farbe oder die Punkte werden zusätzlich mit den jeweiligen Initialen versehen. Jeder Spieler und jede Spielerin kleben nun einen seiner Punkte an jede Linie. Je näher der Punkt an der Zielscheibenmitte klebt, desto zufriedener ist der Teilnehmer bzw. die Teilnehmerin.

Anschließend kann diese Zielscheibe als Aufhänger für eine genauere Diskussion dienen.

Nah oder Fern Variante der Zielscheibe ohne Papier und Punkte:

Alter: ab 10 Jahre

Material: keines

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bilden einen Kreis. Einer nach dem anderen tritt in die Kreismitte und äußert seine Einschätzung zum letzten Programmteil. Die anderen drücken ihre Meinung zu dieser Aussage aus, indem sie ihre Position zu ihm verändern.

Wer zustimmt, tritt näher in die Mitte (je näher desto größer die Zustimmung), wer sich davon distanziert, tritt weiter nach außen. Um den Einstieg zu erleichtern können anfangs von der Leitung Meinungen vertreten werden.

Variante:

Zwei Ecken des Raumes werden jeweils als "Volle Zustimmung" und "Volle Ablehnung" bezeichnet. Der Leiter bzw. die Leiterin gibt nun Aussagen vor und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellen sich in die entsprechende Ecke, bzw. irgendwo dazwischen auf.

Blitzlicht

Jeder sagt kurz und knapp seine Meinung, max. 3 Sätze. Diese sollte bis zum Ende der Runde unkommentiert bleiben. Alternativ kann ein Ball geworfen werden, um die Reihenfolge aufzulockern.

Es gilt: Jeder muss etwas sagen.

Es gilt nicht: Der Satz „Das sehe ich genauso.“ Oder „Ich schließe mich an.“