

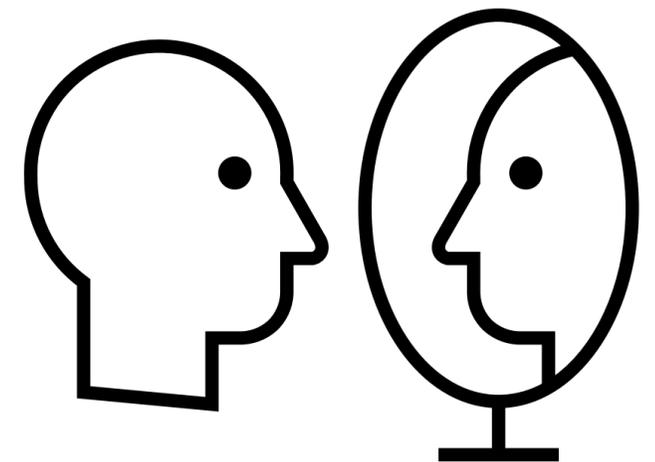
# Reflexion und Selbstreflexion

*Eine Einführung*

Von Peter A. Schmid & Lucas Haack

**Soziale Arbeit**  
Januar 2023

FH Zentralschweiz





- Reflexion spielt zentrale Rolle für Berufsbefähigung und für Professionalität
- Reflexive Professionalität → Reflexion auf Fall im Sinne von Fallverstehen und Rollenreflexion
- In der Bachelor-Ausbildung in unzähligen Modulen, in verschiedenen Situationen und Übungsanlagen



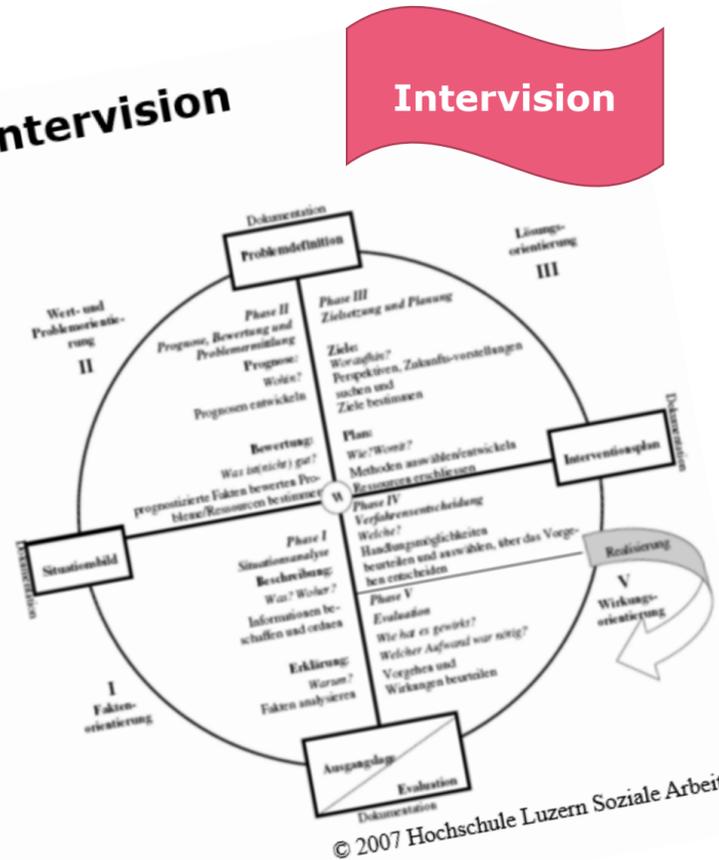
- Rollenreflexion zentrale Bestandteil der Sozial- und Selbstkompetenz
- Reflexion als Selbstreflexion und normatives Selbstvergewisserung als Professionelle der Sozialen Arbeit in der praktischen Arbeit
- Zentraler Aspekt aus des Berufskodex: vgl. zum Beispiel Artikel 11





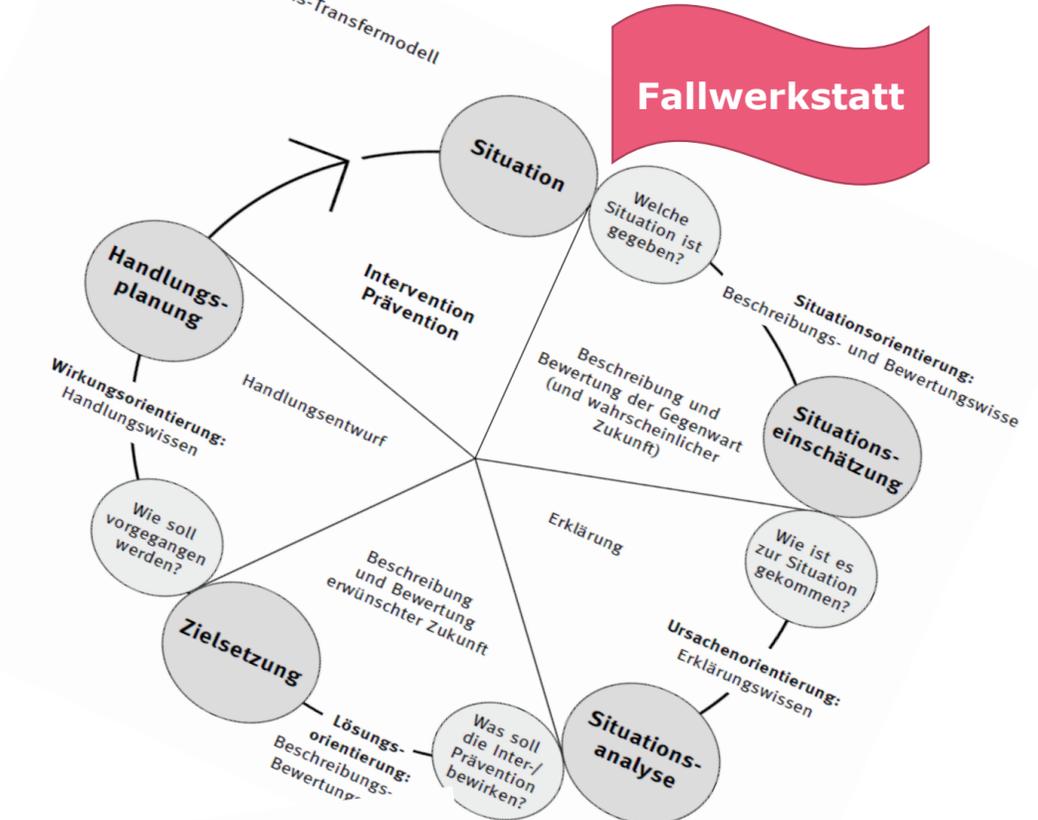
## Das Phasenmodell in der Intervention

- Interventionsprozess:
- 1) Situationsanalyse
  - 2) Erklärungen & Hypothesen
  - 3) Prognosen
  - 4) Bewertung
  - 5) Zielformulierung
  - 6) Methodenauswahl & Ressourcenerschließung
  - 7) Entschluss
  - 8) Prozessanalyse



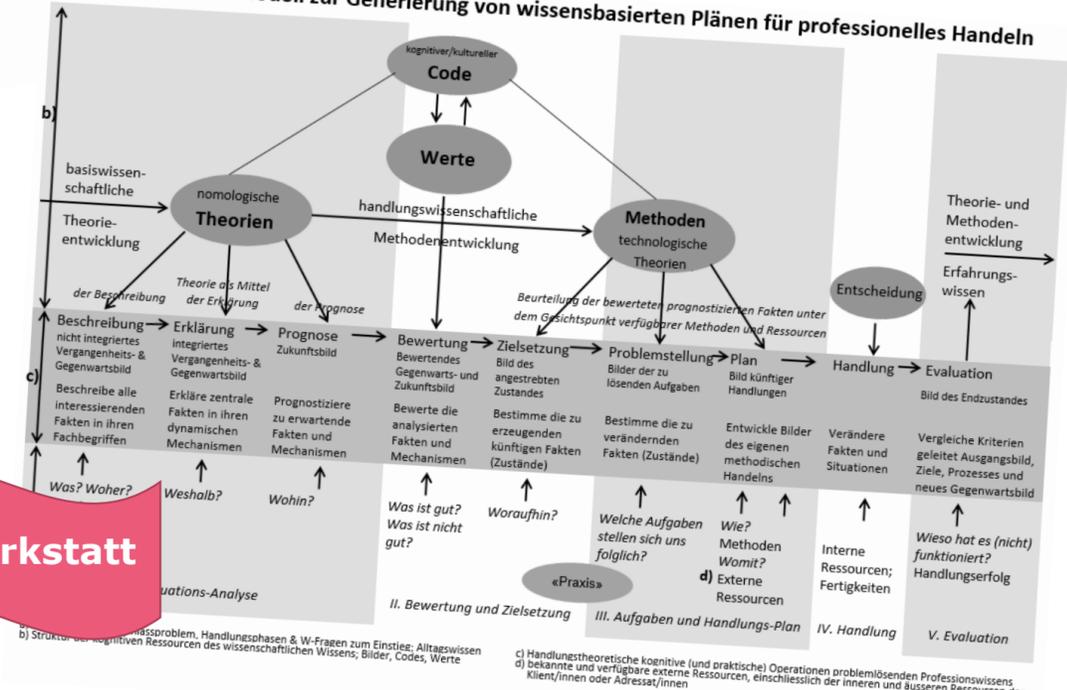
**Intervention**

Abb. 7: Wissen-Praxis-Transfermodell

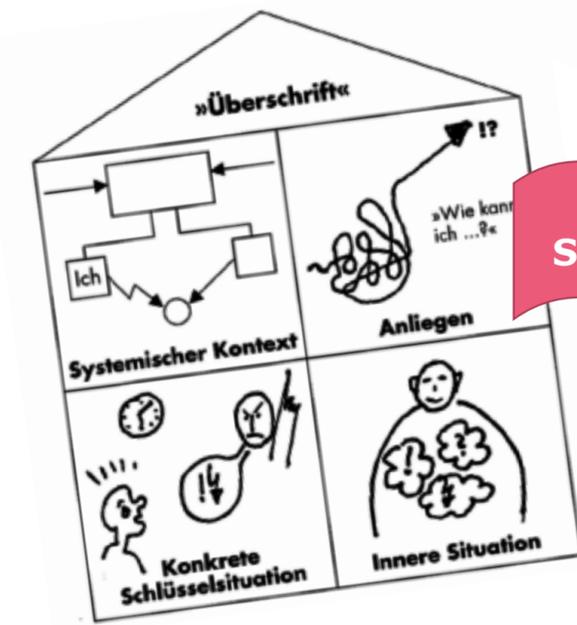


**Fallwerkstatt**

## Transformations-Modell zur Generierung von wissensbasierten Plänen für professionelles Handeln



**Fallwerkstatt**



**Supervision**





- Wort stammt aus der Optik: reflectere – zurückbeugen im Sinne von spiegeln
- In der Philosophie dann als „denken“ und als „über sich nachdenken“
- Beispielsweise Hannah Arendt: Reflexion als Kontrapunkt zur Handlung „stop and think“
  - Reflexion also als Denkprozess, der das Handeln unterbricht (stop) und wichtig für sicheres Weiterhandeln ist – nach dem Denken (think)
- Betonung auf *Selbstreflexion*
- Selbstreflexion in Hinblick auf reflexive Praxis aber immer eine Reflexion auf sich  
Selbst in Hinblick auf ein professionelles Tun bzw. Handeln





- Reflexion eigentlich selbstverständlich und doch alles andere als einfach
- Es lohnt sich einige Gedanken zur Methode der Reflexion zu machen – wie reflektieren, wann reflektieren und woraufhin reflektieren?
- Zentrale Fragen:
  - Was mache ich, wenn ich reflektiere?
  - Auf was muss ich reflektieren?
  - Woher reflektiere ich?
  - Wann sollte ich reflektieren?





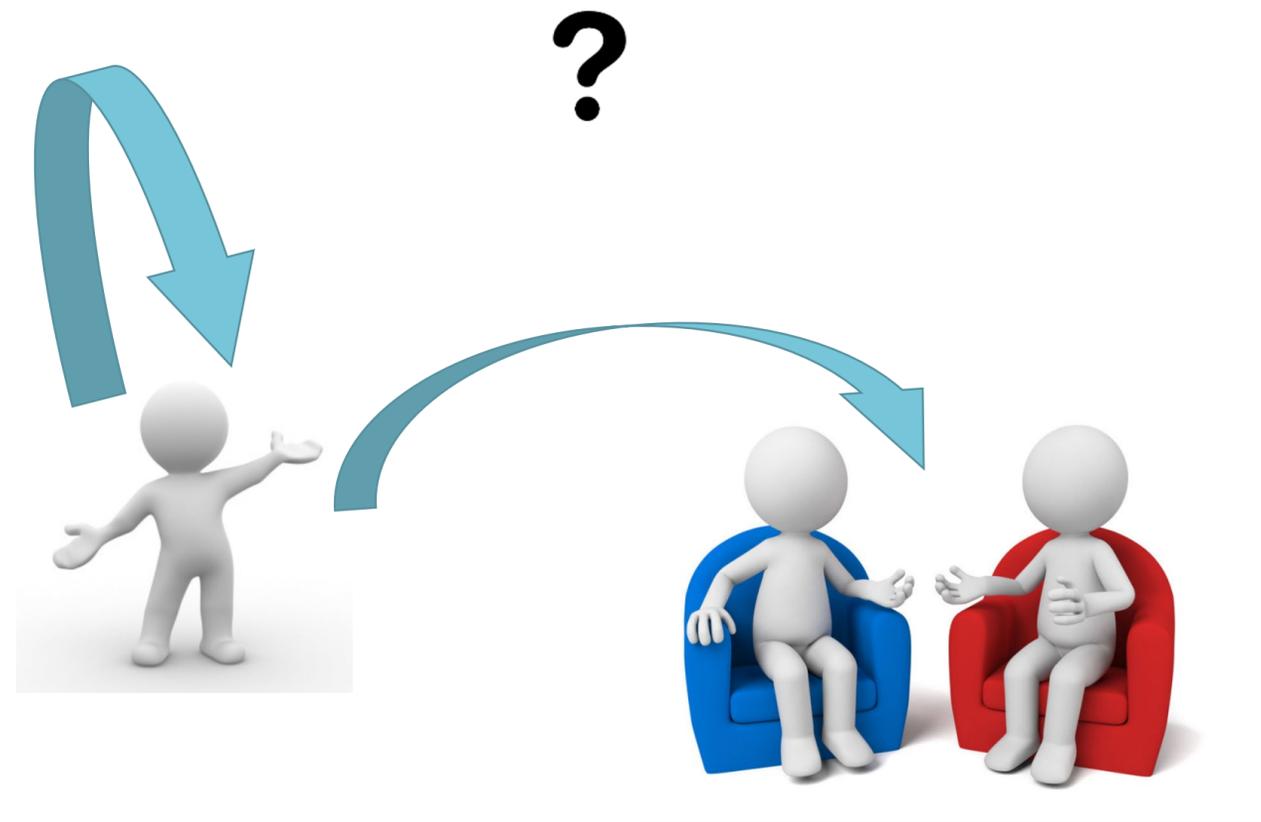
## Ist-Thesen

- Wir überlegen uns nicht immer genügend genau, was wir tun, wenn wir reflektieren
- Vielfach wird Reflexion vor allem im Nachgang und beim Nachdenken über eine Handlung bzw. Situation thematisiert (vgl. Intervision, Supervision)
- Wir beschreiben was war ohne tiefer zu reflektieren

## Soll-Thesen

- Wir müssen Reflexion erlernen und einüben. Das ist zentraler Teil der Ausbildung und etlicher Lerngefäße
- Reflexion muss ständig praktiziert werden und zwar im Sinne des reflektierenden Nachdenkens, des reflektierenden Vorausschauens und während der Handlung
- Einübung von Reflexion zentral für Selbsterkenntnis und für sichere, reflexive Professionalität





- Reflexion als Nachdenken über Handlung, Fall oder Situation
- Selbstreflexion als Nachdenken über sich selbst in der Rolle – etwa als Professionelle der Sozialen Arbeit, als Lernende:r, als Projektleitende:r etc.
- Vollständige Reflexion = Reflexion + Selbstreflexion





## Reflection on action

- Vor- und nachgelagertes Nachdenken über Handlung und über die eigene Rolle in der Handlung
- Zentral als Reflexion auf eine schwierige Situation, die erlebt wurde, auf Herausforderungen, die aufgetreten sind etc.
- Solches Reflektieren hilft, Professionalität weiterzuentwickeln
- Zentral für selbstreflexives Management
- Steht bei vielen Reflexionen im Zusammenhang des Unterrichts im Vordergrund





## Reflection in action

- Kontextuelles Reflektieren in der Handlung selber
  - Sich gewahr sein in der Handlung durch Beobachtung von sich selbst und von Umwelt
  - Reflektierende Konversation in und mit der (Handlungs-)Situation
  - Grenze zwischen Reflexion und Selbstreflexion? - Irritation als Indikator
  - Schwieriges Unterfangen, das gelernt sein will: Reflektierende Praktiker\*innen
  - Das sich selbst Gewahr sein als Material für die Selbstreflexion (on action)
- Grosse Schwierigkeit ist das Verstrickt-Sein in Kontexte, das gar nicht reflektiert werden können – weder in noch on action
- Mindsets, Sozialisation, unsichtbare Werte- und Normsysteme





Bild: [sscleadership.com](http://sscleadership.com)

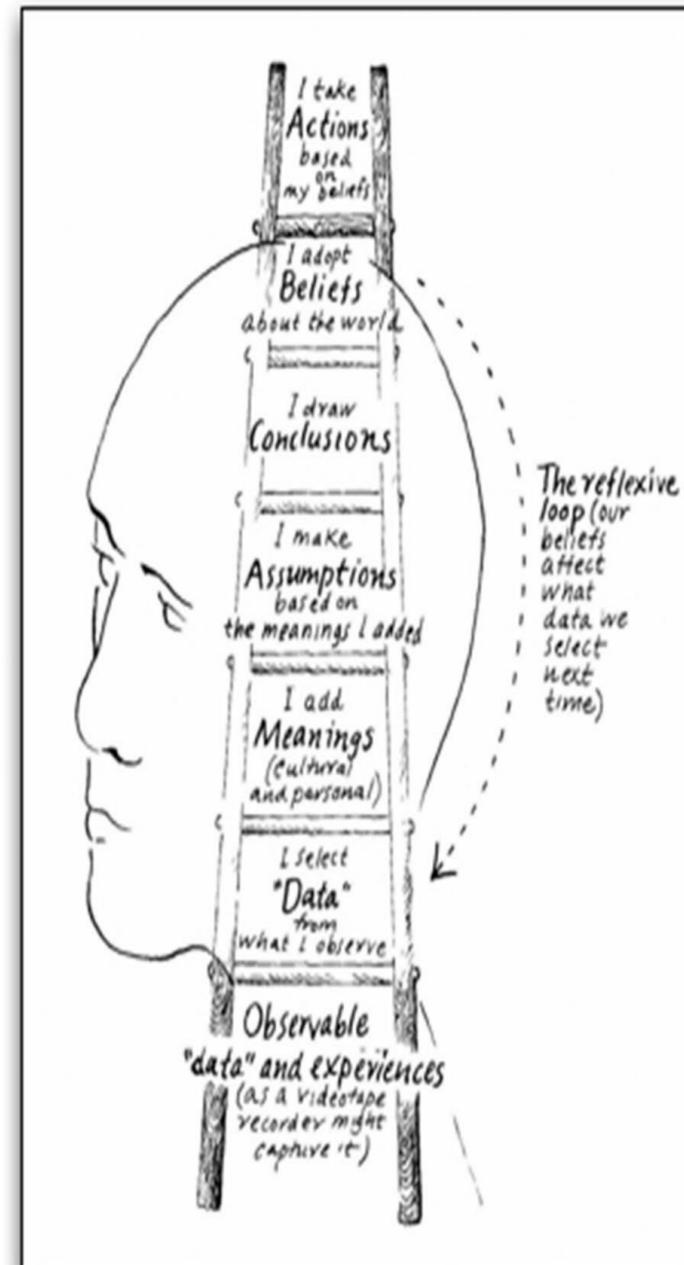
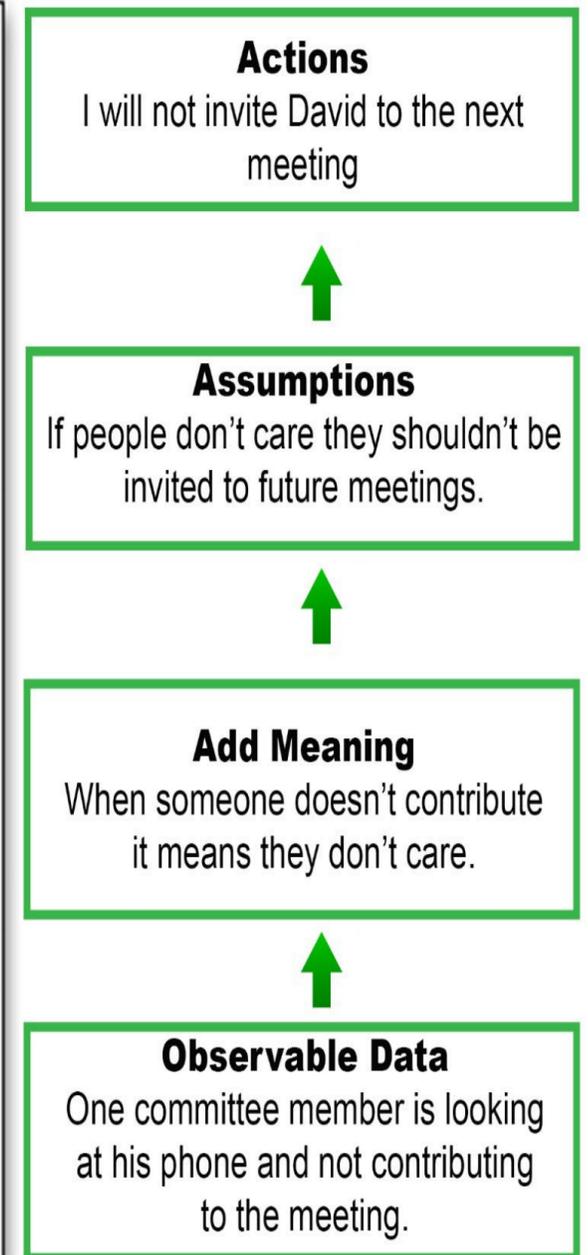
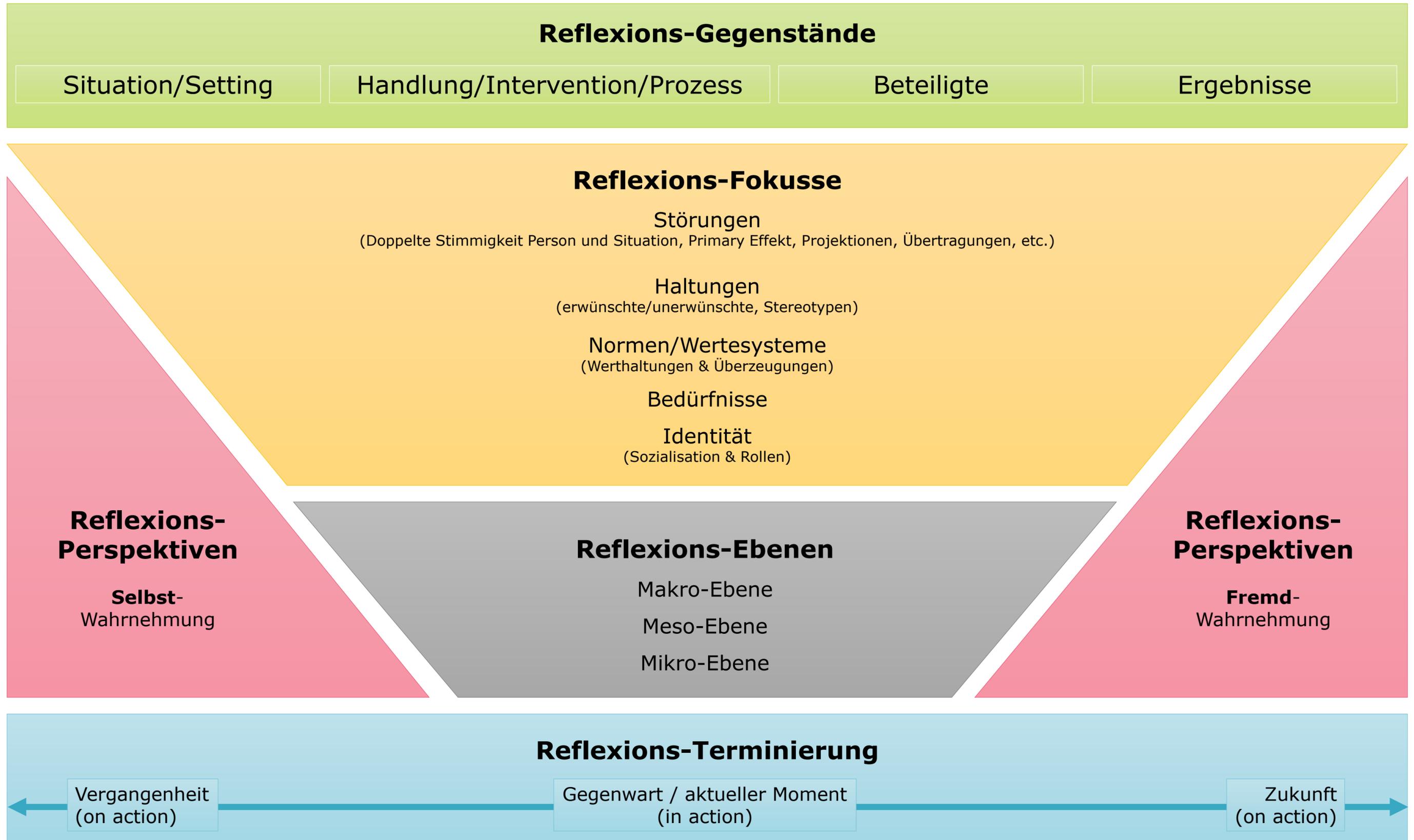


Bild: [chrisnoffz.files.wordpress.com](http://chrisnoffz.files.wordpress.com)

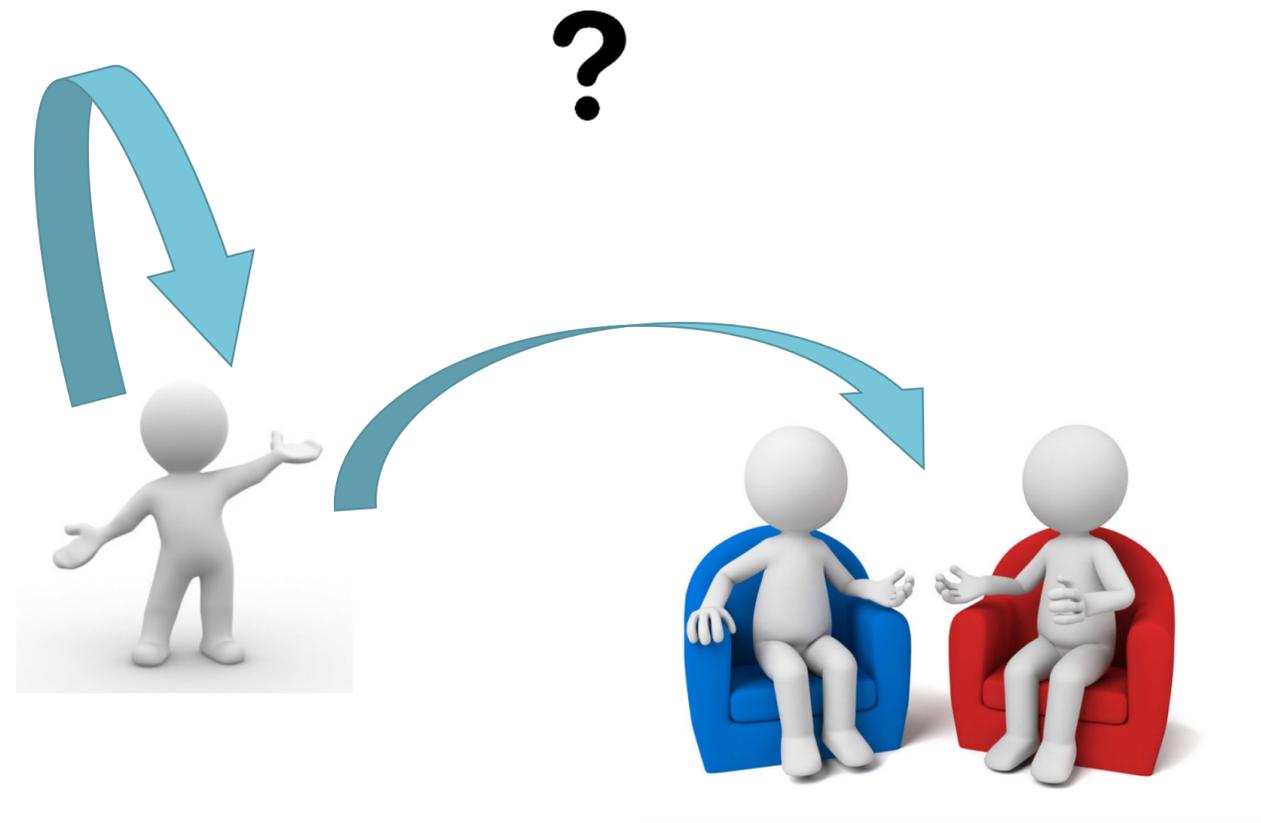


# Eine Pragmatische Hilfe zur (Selbst-)Reflexion





0. Zeitliche Dimension der Reflexion bestimmen (on- oder in-action) – wird durch den Anlass bestimmt, bspw. Beratungsgespräch, Reflexionsgefäß etc.
1. Gegenstand bestimmen
2. Gegenstand beschreiben und analysieren
  - Reflexions-Fokusse eingrenzen
  - Reflexions-Ebenen bestimmen
3. Perspektiven erarbeiten (Selbst- / Fremdwahrnehmung)



Gutes Gelingen!



**Hochschule Luzern  
Soziale Arbeit**

Zentrum für Lehre und Professionsentwicklung  
**Peter A. Schmid, Prof. Dr.**  
Dozent und Projektleiter

T direkt +41 41 367 49 42  
[peter.schmid@hslu.ch](mailto:peter.schmid@hslu.ch)

Werftstrasse 1, Postfach, 6002 Luzern  
T +41 41 367 48 48  
[hslu.ch/soziale-arbeit](http://hslu.ch/soziale-arbeit)

**Hochschule Luzern  
Soziale Arbeit**

Zentrum für Lehre und Professionsentwicklung  
**Lucas Haack, MSc.**  
Dozent und Projektleiter

T direkt +41 41 367 48 98  
[lucas.haack@hslu.ch](mailto:lucas.haack@hslu.ch)

Werftstrasse 1, Postfach, 6002 Luzern  
T +41 41 367 48 48  
[hslu.ch/soziale-arbeit](http://hslu.ch/soziale-arbeit)