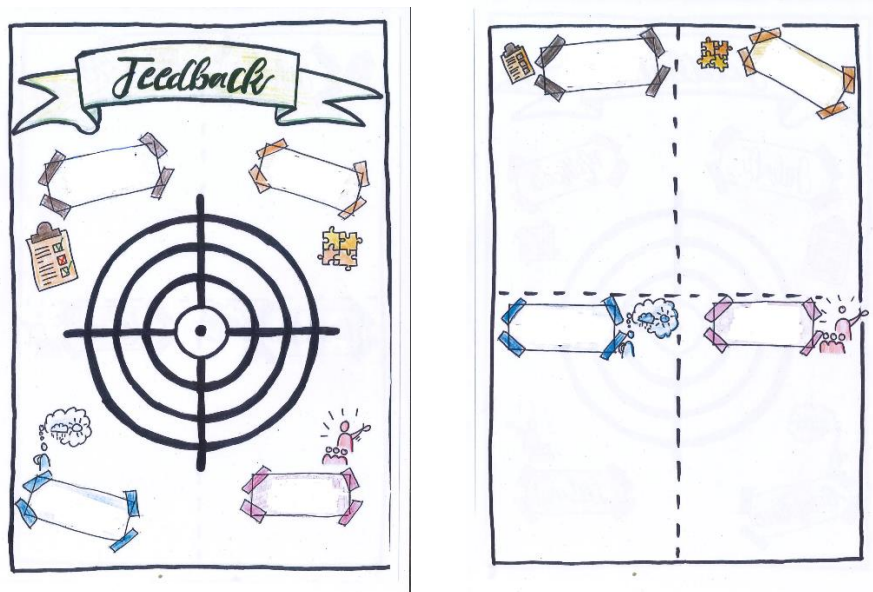


Zusammenstellung der Reflexionsmethoden des Anleitendenfachtages

Reflexionsmethode **Zielscheibe**



Einsatzmöglichkeiten dieser Methode

- Bei der Nachbereitung eines Projektes oder als Grundlage für die Reflexion zu einem Bereich wie
 - praktisches Arbeiten,
 - Umgang mit Klient*innen/ Patient*innen/ Bewohner*innen/ Kindern/ Jugendlichen,
 - Kolleg*innen und Vorgesetzten
- Überprüfung der Ziele der*des Diakonischen Helfer*in in diesem Jahr, z. B. zu den Bereichen
 - Was will/ wollte ich kennenlernen (inhaltlich, persönlich)? Warum mache ich ein DJ?
- Überprüfung der Ziele der Einsatzstelle für den*die Diakonische Helfer*in
- Überprüfung der gemeinsamen Ziele von Einsatzstelle und Diakonische*r Helfer*in
- Zu Beginn des DJ und zur Halbzeit im DJ als „Wiedervorlage“

Beschreibung:

Auf der Rückseite werden die entsprechenden Felder mit den konkreten Zielen/ Wünschen/ Erwartungen, die die Einsatzstelle hat und/ oder der*die Diakonische Helfer*in hat.

Die Überschriften der Felder können beispielsweise wie folgt ausgefüllt werden:

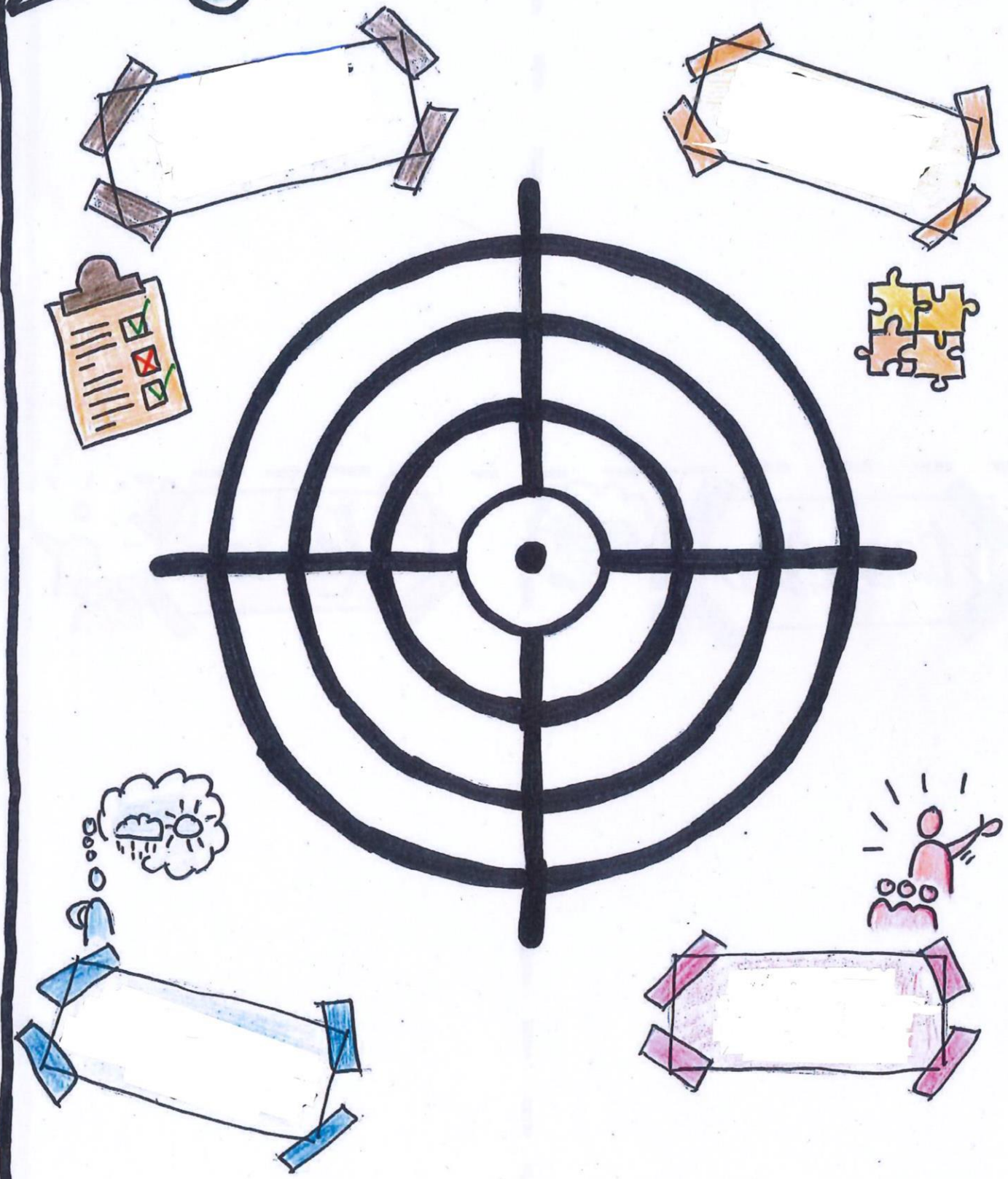
- Das möchte ich gerne kennenlernen...
- Das brauche ich von meiner Anleitung, um gut arbeiten zu können...
- Das brauche ich von meinen Kolleg*innen, um gut arbeiten zu können...
- Das brauche ich von den Kindern/ Jugendlichen/ Bewohner*innen/
Patient*innen/ Klient*innen/ Besucher*innen, um gut arbeiten zu können...
- Das ist mein Gesamtziel für dieses Jahr....

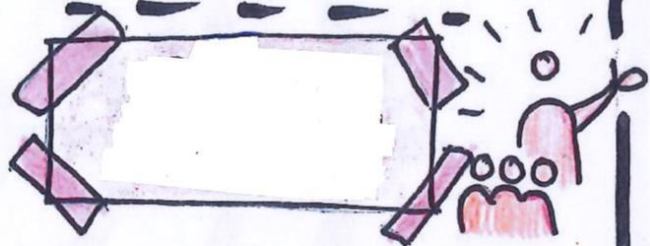
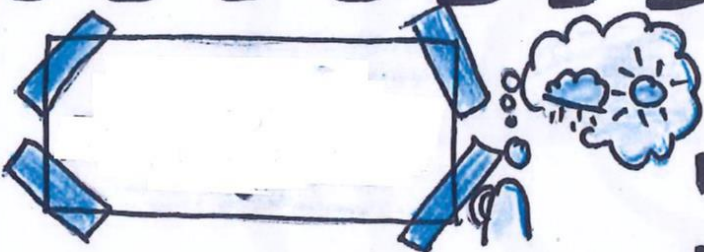
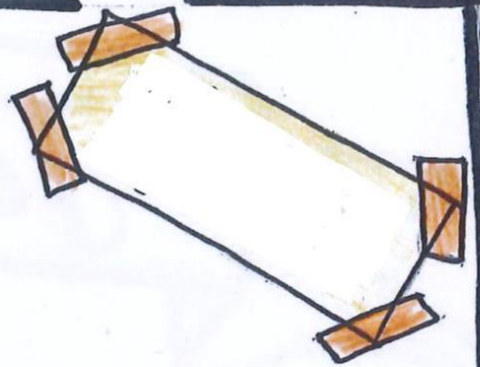
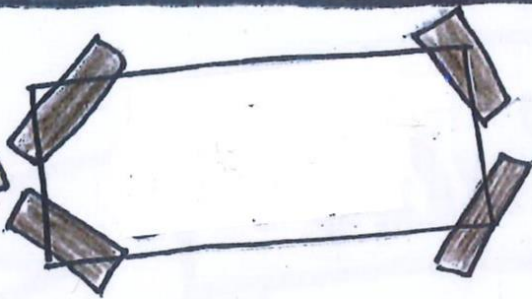
Diese Ziele können im gemeinsamen Gespräch mit der Anleitung erarbeitet und aufgeschrieben werden oder der*die Diakonische Helfer*in erarbeitet sie erst einmal für sich und geht dann damit in das Gespräch mit der Anleitung. Das kann dann die Grundlage für den Austausch sein, wie und in welcher Form diese Ziele erreicht werden können.

Nach einer gemeinsam vereinbarten Zeit (z. B. nach der Einarbeitungsphase oder zur Halbzeit) wird dann erneut auf diese Ziele/ Wünsche/ Erwartungen geschaut und dann mit Hilfe der ersten Seite überprüft.

Da können Anleitung und Diakonische*r Helfer*in jeweils für den Bereich einzeichnen, inwieweit sie diese Ziele/ Erwartungen/ Wünsche erreicht haben. Je näher die Markierung im Zentrum ist, desto mehr wurde das Ziel erreicht.

Feedback





Reflexionsmethode **Süß-Sauer-Austausch**

Material:

Es wird ein Teller vorbereitet mit folgenden Süßigkeiten

- Nüsse
- Zwieback/ trockene Kekse
- Waffelröllchen/ Lakritz-Röllchen
- Gummibärchen
- Smarties
- Saure Drops
- Schokolade

Fragekärtchen zu der jeweiligen Süßigkeit

Zeitrahmen:

- 15 – 30 Minuten

Einsatzmöglichkeiten dieser Methode:

- Bei Zwischenreflexionen

Beschreibung:

Der*die Freiwillige nimmt sich von dem vorbereiteten Teller eine Süßigkeit und beantwortet dazu die Frage. Gerne kann auch die Anleitung dazu ihre Einschätzung und Wahrnehmung von dem*der Diakonischen Helfer*in abgeben.

Vorlage für die Fragekärtchen:

<p>Nüsse:</p> <p>Welche Nüsse habe ich zu knacken? Welche Probleme habe ich gelöst? Was habe ich nicht erwartet?</p>	<p>Zwieback/ trockener Keks</p> <p>Was war/ ist trocken in meinem Einsatz/ von meinen Aufgaben?</p>
<p>Waffelröllchen/ Lakritz-Röllchen</p> <p>Meine Rolle im Team, meine Rolle bei den Kolleg*innen?</p>	<p>Gummibärchen</p> <p>Wie geht es mir mit den Menschen, mit denen ich zu tun habe?</p>
<p>Smarties</p> <p>Das macht meine Arbeit bunter, das schätze ich an meiner Arbeit.</p>	<p>Schokolade</p> <p>Das versüßt meine Arbeit und macht mir besonders Spaß (schöne Erfahrungen).</p>
<p>Saure Drops</p> <p>Das ist mir sauer aufgestoßen. Darüber habe ich mich geärgert, war wütend, enttäuscht....</p>	

Reflexionsmethode **Koffer, Geschenk, Papierkorb**

Einsatzmöglichkeiten dieser Methode:

- Bei der Nachbereitung eines bestimmten Projektes, das der*die Freiwillige eigenverantwortlich vorbereitet und durchgeführt hat
- Als Einstieg in das Abschlussgespräch/ Abschlussreflexion zum Ende des Diakonischen Jahres

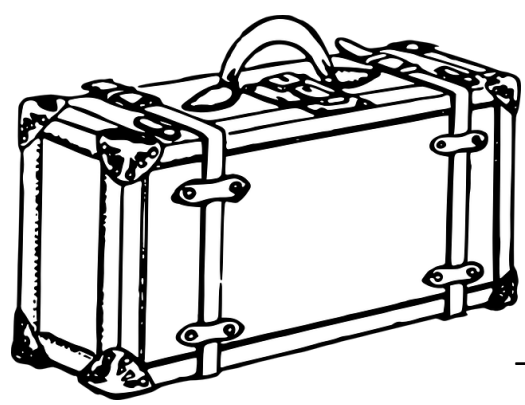
Zeitraumen:

- mind. 20 – 30 Minuten

Beschreibung:

Der*die Diakonische Helfer*in bekommt o. g. Vorlage mit der Aufgabe, sich stichwortartig oder auch ausführlich Gedanken zu dem jeweiligen Symbol mit der entsprechenden Aufgabe zu machen. Dazu bekommt der*die Freiwillige Zeit, sich vorab Gedanken zu machen und diese auf das Blatt zu schreiben.

Im anschließenden Reflexionsgespräch können über diese Punkte ausführlicher gesprochen werden.

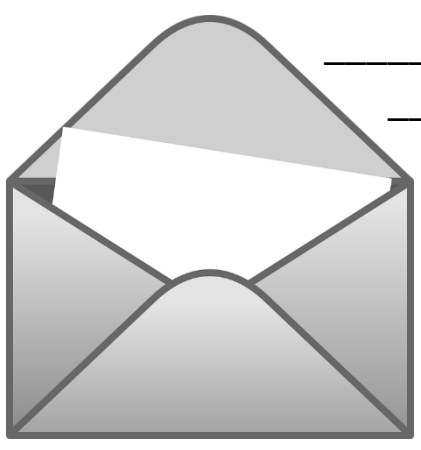


Das nehme ich (*an Erfahrungen,
Begegnungen, Erlebnissen...*) mit



Das lasse ich hier, bleibt zurück, ist
schlecht gelaufen....

Das möchte ich *meinem Team, meiner Seminargruppe, meiner Seminarleitung,
meiner Einsatzstelle, meinen Kolleg*innen* gerne mitteilen



Reflexionsmethode 5 Finger Feedback

Einsatzmöglichkeiten dieser Methode:

Die Methode eignet sich, um ein schnelles Feedback zu etwas Bestimmten (einem Projekt, einer Aufgabe, einer Zusammenarbeit usw.) zu geben. Dieses Feedback kann nicht nur von Freiwilligen, sondern von allen beteiligten Personen gegeben werden.

Beschreibung:

Die Methode kann schriftlich oder mündlich durchgeführt werden. Jedem der fünf Finger wird dafür eine Überschrift zugeordnet, z.B.:

- Daumen: Das fand ich super
- Zeigefinger: Darauf Zeige ich! Das hätte besser sein können
- Mittelfinger (Stinkefinger): Das hat mir gestunken
- Ringfinger: Das nehme ich mit
- Kleiner Finger: Das kam mir zu kurz

Wenn Sie die Methode schriftlich durchführen möchten, bereiten Sie entweder ein Blatt mit einer Hand vor oder lassen Sie die Freiwilligen ihren Handumriss mit einem Stift auf ein Blatt abzeichnen, die Überschriften in jeden Finger eintragen und dann ihr Feedback dazu schreiben.

Mündlich können Sie diese Methode auch in einer kleinen Teamrunde durchführen. Malen Sie dafür eine Hand mit Überschriften zur Veranschaulichung auf ein Blatt, oder erklären Sie allen Beteiligten, was welcher Finger zu bedeuten hat.

Zeitraumen:

- 5 – 20 Minuten

Chancen	Risiken
Alle beteiligten Personen werden ermutigt, sowohl positive als auch negative Dinge anzusprechen. Hierdurch kann mit geringem Zeitaufwand bereits ein breit gefächertes Feedback entstehen.	Es wird sich nur auf den schwerwiegendsten Finger konzentriert, und die anderen außer Acht gelassen. Beteiligte Personen drücken nur herum, um die Finger zu füllen.

Mittelfinger:
Das hat mir nicht
gefallen!



Ringfinger:
Das nehme ich mit!



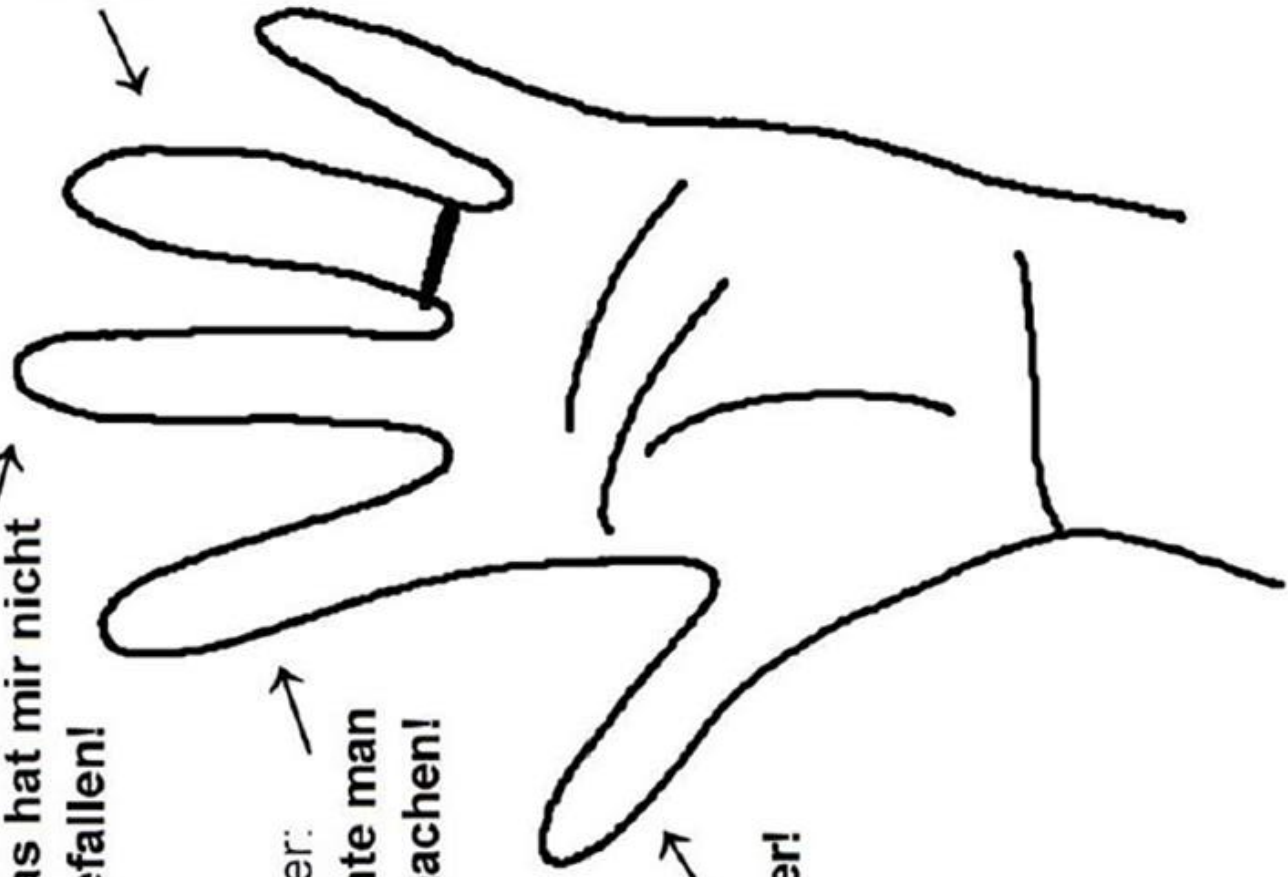
Zeigefinger:
Das könnte man
besser machen!



Kleiner Finger:
Das kam zu
kurz!



Daumen:
Das war super!



Reflexionsmethode **Reflexionskarten**

Einsatzmöglichkeiten dieser Methode:

Einstieg in Reflexionsgespräche.

Material:

Ein Kartenset verschiedener Bilder (gekauft oder selbst ausgedruckt)

Beispiele:

- Karten mit Fahrradteilen
- Gefühlsmonster (gefuehlsmonster.de)
- Bildkarten
- Postkarten
- Schiffsbesatzung
- Straßenschilder
- Bildkarten aus dem Spiel „What do you Meme“

Beschreibung:

Bei dem Gesprächseinstieg mit Reflexionskarten bringen Sie einige Karten mit, welche Sie in der Mitte (auf dem Tisch oder Boden) verteilen, aus denen die Freiwilligen eine Karte auswählen sollen, die sie zu einer vorgegebenen Impulsfrage am meisten assoziieren.

Diese Assoziationen können sowohl positiv als auch negativ sein. Bei diesem Auswählen der Freiwilligen und anderer beteiligter Personen gibt es kein richtig und kein falsch.

Impulsfragen können beispielsweise sein sein:

- Welche Rolle hast Du bei diesem Projekt übernommen?
- Welche Rolle hast Du in diesem Team eingenommen?
- Wie hast Du Dich gefühlt, als du das erste Mal mit dieser Bewohnerin gearbeitet hast?
- Wie ging es dir an deinem ersten Arbeitstag?
- Wie hast Du diese Aufgabe gemeistert?
- Wie fühlst Du dich, wenn Du morgens zu Arbeit kommst?
- Wie hast Du in jener Situation reagiert?
- Wie hast Du jene Situation gemeistert
- usw.

Wenn die beteiligten Personen zu der Impulsfrage eine Karte gewählt haben, sollten alle beschreiben, wieso sie genau diese Karte gewählt haben.

Auf dieser Grundlage können weitere Gespräche geführt werden.

Reflexionsmethode Memes

Definition von „Memes“:

Ein Meme ist ein Bild oder Video wird in Verbindung mit einem nachträglich hinzugefügten meist humorvollen Text. Durch den Text gibt die erstellende Person dem Bild eine neue Aussage. Im Internet sind diese in der Regel humoristisch und aufheiternd, manchmal auch satirisch und entsprechend gesellschaftskritisch.

Einsatzmöglichkeiten dieser Methode:

Diese Methode eignet sich vor allem bei Freiwilligen oder Mitarbeitenden mit einer Affinität zu Memes.

Sie können – ähnlich wie die Methode der Reflexionskarten – genutzt werden, um zum Einstig in ein Gespräch ein Gefühl, eine Rolle oder ähnliches zu visualisieren.

Sie eignet sich vor allem bei online-Gesprächen, da diese Memes digital erstellt werden.

Beschreibung:

Die Freiwilligen und andere beteiligte Personen bekommen die Aufgabe, ein Meme zu erstellen, das ihre Gefühlslage, ihre Arbeit o.Ä. in einer bestimmten Situation widerspiegelt.

Diese werden anschließend vorgestellt und können als Grundlage für weitere Gespräche dienen.

Chancen	Risiken
<p>Diese Methode kann vor allem Menschen ansprechen, welche auch in ihrer Freizeit online Memes konsumieren oder erstellen. Diese Menschen empfinden Reflexionen mit Memes ggf. lustig und ansprechender als die Reflexion mit Karten, und lassen sich dadurch eher auf diese Methode ein. Zusätzlich wird Kreativität gefördert.</p>	<p>Menschen, welche keine Affinität zu Memes haben, oder generell weniger mit digitalen Medien zu tun haben, können abgehängt werden.</p> <p>Reflexionsgespräche können ihre Ernsthaftigkeit verlieren.</p>