



Reflectieformat

Algemeen

Reflecteren is een essentiële vaardigheid waarbij je nadenkt over wie je bent in relatie tot je handelingen. Het doel is om nieuwe inzichten te verwerven zodat je jezelf voortdurend kunt ontwikkelen. Reflectie kan op diverse manieren en momenten plaatsvinden. Vaak helpt het om je gedachten en gevoelens systematisch op papier te zetten. Het onderstaande format, gebaseerd op het spiraalmodel (Lagerwerf & Korthagen, 2014), dient als een hulpmiddel om tot nieuwe inzichten te komen. Het schrijven van de reflectie is dus geen doel op zich, maar een middel om persoonlijke groei te bevorderen.

Aanpak

Op de volgende pagina's vind je het reflectieformat. De schrijfblokken zijn niet leidend voor de hoeveelheid tekst. Het is mogelijk om deze stappen te doorlopen in een reflectiegesprek. Verder kun je ook naar aanleiding van je schriftelijke reflectie het gesprek met je werkplekbegeleider aangaan. Om jou en je werkplekbegeleider inzicht te geven in de kwaliteit van de reflectie, is in Bijlage 1 een single-point-rubric toegevoegd.



Stap 1. Handelen/Ervaring

Beschrijf hier concreet (objectief) wat er gebeurd is. Belangrijk dat je je focust op één moment of je persoonlijke leerdoel (niet een gehele les). Het kan zowel gaan om een positieve als negatieve gebeurtenis.



Stap 2. Terugblikken

Je blikt terug op de ervaring vanuit verschillende perspectieven en aspecten (intenties, gevoel, gedachten en acties). Wat wilde, voelde, dacht en deed ik? Wat wilde, voelde dachten en deden de leerlingen? Eventueel kun je ook andere actoren betrekken (collega's, medestudenten etc.).

<u>Context</u>	
<u>Wat deed jij?</u>	<u>Wat zag je dat de ander(en) deed/deden?</u>
<u>Wat dacht je?</u>	<u>Wat denk je dat de ander(en) dacht(en)?</u>
<u>Wat voelde je?</u>	<u>Wat denk je dat de ander(en) voelde(n)?</u>
<u>Wat wilde je?</u>	<u>Wat denk je dat de ander(en) wilde(n)?</u>



Stap 3. Bewustwording van essentiële aspecten

Op basis van de terugblik beschrijf je de belangrijkste eyeopeners. Waarom werkte iets wel of waarom juist niet? Welke wrijving zie je op basis van de perspectiefwisseling? Geef aan hoe dit bij jou als persoon aansluit (kwaliteiten, valkuilen, persoonseigenschappen etc.).

Stap 4. Alternatieven ontwikkelen en daaruit kiezen

Hier beschrijf je wat je meeneemt en wat je vervolgacties zijn. Wat wil je vaker inzetten en wat juist minder? Welke alternatieven zijn er voor je handelen? Hoe zou je de volgende keer handelen? Maak ook actief gebruik van literatuur.



Bijlage 1. Kwaliteit weekreflectie (single-point-rubric)

Verbetermogelijkheden	Criterium	Gevorderd <i>Wat is beter dan het gestelde criterium en waarom?</i>
	Het product is in helder en correct Nederlands opgesteld.	
	In het product ligt de focus op eigen docentgedrag .	
	De reflectie is gericht op één moment van de les of een leerdoel (geen hele les).	
	Bij stap 1 (handelen/ervaring) wordt de situatie helder, concreet en objectief beschreven.	
	Bij stap 2 (terugblikken) wordt teruggeblikt op de ervaring vanuit verschillende perspectieven en aspecten (intenties, gevoel, gedachten en acties).	
	Bij stap 3 (bewustwording van essentiële aspecten) is aangegeven wat belangrijk was. Waarom werkte iets wel en/of waarom niet? Welke wrijving is er basis van de perspectiefwisseling?	
	Bij stap 4 (alternatieven ontwikkelen) heeft de student heldere en alternatieve handelingen verwoord. Ook is aangegeven wat hij vaker of minder vaak wilt inzetten.	
	De student heeft zijn handelen gekoppeld aan theoretisch inzichten (dit kan zowel in stap 1, 2, 3 en/of 4).	
	De student heeft zijn handelen gekoppeld aan zijn 'persoon' (kwaliteiten, valkuilen, persoonseigenschappen etc.).	