

# Der Blick durch die «Brille der Selbstreflexion» lohnt sich!

Eine theoretisch-begriffliche Auseinandersetzung zur Bedeutung der Selbstreflexion  
für das professionelle Handeln in der Heilpädagogischen Früherziehung

Petra Keller

**Selbstreflexion im beruflichen Kontext ist ein Element zur Sicherung der Qualität und zur Professionalisierung heilpädagogischen Handelns. Hierbei stellen reflexives Denken und Handeln neben dem Theoriewissen zentrale Schlüsselkompetenzen dar. Selbstreflexion erfordert einen kritischen Blick auf die eigene Person, die individuellen Einstellungen sowie das eigene Handeln. Die persönliche Reflexion ist eine Chance und wichtige Ressource zur Weiterentwicklung der Berufspraxis.**

## Einleitung

Wer kennt das nicht – das Nachdenken, das einen relativ häufig im Berufsalltag, beispielsweise nach einem Besuch eines Kindes und dessen Familie, durch den Kopf geht. Ein wahrliches «Gedankenkarussell» kann sich da abspielen, begleitet mit vielen Fragen wie

- Warum ist die Stunde heute nicht gut gelaufen?
- Warum lässt sich das Kind nicht für dieses Spielmaterial motivieren?
- Was könnte dem Kind helfen, sich konzentrierter auf das Spiel einzulassen?
- Warum ist es mir nicht gelungen, die Eltern zu erreichen?

Diese Nachüberlegungen einer Stunde können in zweierlei Richtungen führen. Zum einen

bleibt das Denken in einer ewigen «Grübelspirale» verhaftet, die als eine eher destruktive Form von Reflexion für das berufliche Handeln wenig förderlich und kaum zielgerichtete Schlussfolgerungen mit sich bringt. Im Gegenteil zeigen Studienergebnisse auf, dass zu häufiges und zu extremes Grübeln das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit beeinträchtigen (vgl. Berger et. al., 2018). Wenn jedoch das Nachdenken über die Förderstunde auf einem zweiten Weg dazu führt, dass aus den Überlegungen über eigene Handlungen resultierende Konsequenzen entwickelt werden, die zu einer Veränderung des zukünftigen Handelns in der Praxis führen, so kann von einer ergebnisorientierten Selbstreflexion gesprochen werden (vgl. Greif, 2008, S. 37f., vgl. Kranz, 2008, S. 40f.). Somit ist das zentrale Kriterium zur Unterscheidung der beiden Arten von Reflexion die Zielorientierung und der Veränderungsaspekt.

Die theoretische Annäherung der Selbstreflexion ist nicht nur im Sinne einer wissenschaftlichen Grundlage bedeutsam, sondern ist als Basis für die konkrete Arbeit in der Praxis von grosser Relevanz. Dieser Artikel soll Studierenden und Berufspraktiker/-innen Impulse geben, sich mit dem Themenfeld der Selbstreflexion im beruflichen Alltag auseinanderzusetzen. Der Artikel zielt darauf, Denkanstösse

zu liefern, die eigene Reflexionspraxis in persönlichen und beruflichen Handlungsfeldern zu prüfen und Inspirationen für (Selbst)Reflexionsanlässe zu erhalten.

### **(Selbst-)Reflexion – eine theoretisch-begriffliche Annäherung**

Um sich der Definition von Selbstreflexion anzunähern, wird zuerst ein Blick auf die Reflexion an sich geworfen, um danach deren Abgrenzung zur Selbstreflexion darzustellen. Ein kleiner metaphorischer Exkurs in die Natur soll einladen, sich auf die Begrifflichkeit von Reflexion einzustimmen. Das nebenstehende Foto, das bei einer Wanderung in Graubünden entstanden ist, versinnbildlicht gut die folgenden Ausführungen der näheren Bestimmung von Reflexion.

Der Begriff «Reflexion» geht auf das lateinische Wort «re-flectere» zurück und meint so viel wie «widerspiegeln» (vgl. Wyss, 2013, S. 37). Die Metapher des Spiegels und des «Sich Spiegeln» wird nach dem Online-Lexikon für Psychologie und Pädagogik (2019) auch im Bereich der Optik verwendet, aus dem der Begriff ursprünglich stammt. Eine weitere Bedeutung zeigt Hilzensauer (2008) auf, aus dessen Beschreibung mit Reflexion ein «Zurückbeugen» im übertragenen Sinne gemeint ist, was so viel heisst wie «eine Position oder Haltung einzunehmen, die es einem ermög-



**Abb. 1**  
**Eigene Fotografie**

licht, Dinge von einem anderen Standpunkt oder aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten» (S. 2).

Auf den beruflichen Kontext bezogen ist der Anspruch nach Reflexion unabdingbar dem pädagogischen Aufgabengebiet zuzuordnen (vgl. Göhlich, 2011, S. 138). In diesem Kontext wird Reflexion definiert als *«das Nachdenken über eine vollzogene pädagogische Praxis, eine gegebene pädagogische Beziehung oder einen bereits tätig gewordenen pädagogischen Akteur aus dessen Sicht bezeichnet, der sich selbst bzw. die gegebene Beziehung und vollzogene Praxis noch einmal beleuchtet, um aus ihr zu lernen»* (ebd., S. 140).

Aus diesem Zitat können mehrere Aspekte abgeleitet werden, zum einen, dass bei der Reflexion das konkrete Handeln im Fokus steht und Situationen aus dem beruflichen Alltag rückblickend von der handelnden Person selbst betrachtet, analysiert und bewertet werden. Das Ziel daraus ist der Erkenntnisgewinn über das eigene Tun (vgl. Ebert, 2008, S. 39f.). Ebenso kann durch die reflektierende Auseinandersetzung mit den Personen im beruflichen Umfeld eine professionelle Beziehungsgestaltung begünstigt werden (vgl. Müller et. al., 2014, S. 357). Ein weiterer Aspekt des Zitats deutet darauf hin, dass ein «daraus lernen» Veränderungen im beruflichen Handeln mit sich bringen können, und somit wichtige Entwicklungsprozesse bei der handelnden Person angeregt werden. Um die gewonnenen Erkenntnisse im Berufsalltag umzusetzen, benötigt es Reflexivität, die im Rahmen der professionellen Qualifikation als «Zusammenspiel von Reflexionsbereitschaft und -fähigkeit» unverzichtbar für eine pädagogische

Professionalisierung ist (Rosenberger et. al. 2018, S. 9). Konkreter gesagt beinhaltet Reflexivität nach den Ausführungen der OECD-Studie «nicht nur die «Fähigkeit, im Umgang mit einer bestimmten Situation routinemässig nach einer Formel oder Methode zu verfahren, sondern auch mit Veränderungen umzugehen, aus Erfahrungen zu lernen und kritisch zu denken und zu handeln» (S. 7).

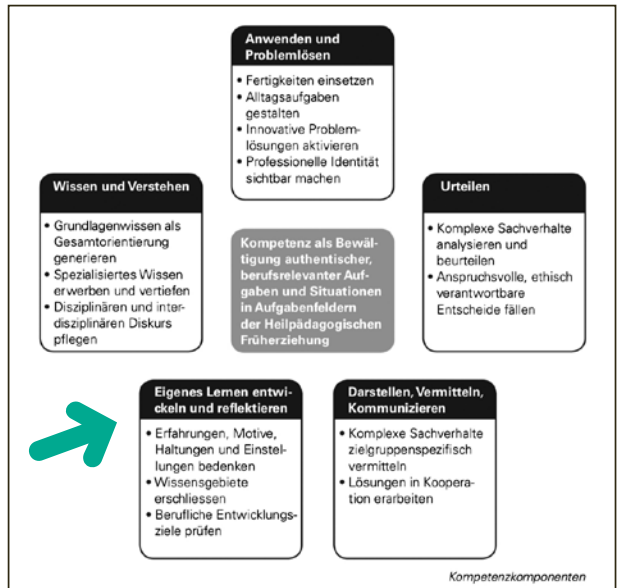
Es ist zu betonen, dass Reflexionsanlässe gut geplant und entsprechend dem jeweiligen Kontext bewusst eingesetzt werden müssen. So kann verhindert werden, dass Reflexionen «keine Selbstläufer per se» sind (Wyss, et. al., 2018, S. 161).

**(Selbst-)Reflexion als Bildungsziel in der Aus- und Weiterbildung**

Wyss et. al. (2018) weisen darauf hin, dass Reflexion «in allen Phasen des Berufslebens wertvoll sein kann und insbesondere in der Aus- und Weiterbildung einen wichtigen Stellenwert einnehmen sollte» (ebd.). Gerade die grosse Bedeutung der (Selbst-)Reflexion von «Bildungsprozessen, insbesondere Praxiserfahrungen» wird als wichtigstes Bildungsziel in der Ausbildung und zentrale Säule pädagogischer Professionalität hervorgehoben (Rosenberger et. al., 2018, S. 9; vgl. OECD, n. d.; Müller et. al., 2014, S. 354; BVF, 2018, S. 8). Es besteht in der Fachliteratur Einigkeit darüber, dass bereits in der Ausbildung das Hinterfragen des eigenen Handelns in der Praxis und die

konstruktive Anpassung an die jeweiligen situativen Anforderungen, d.h. im Berufsfeld der HfE, im Umgang mit den Kindern und deren Familien, Zusammenarbeit mit anderen Fachpersonen und im Team, eingeübt werden sollte. Das Angebot von geeigneten Reflexionsanlässen und -möglichkeiten ist daher für die Ausbildung einer reflektierenden Grundhaltung wichtig, damit angehende HfEs diese in ihre weitere Berufspraxis ausbauen und adaptieren können.

Gemäss den vorangegangenen Ausführungen kann dies am Beispiel der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik in Zürich aufgezeigt werden, die Selbstreflexion als Bildungsziel in ihrem Curriculum des Studiums, wie die folgende Abbildung verdeutlicht, einbezieht (HfH, 2016, S. 3):



**Abb. 2 Kompetenzkomponenten Masterstudium Sonderpädagogik HfH (2016)**

Diese Darstellung zeigt auf, dass die Entwicklung des eigenen Lernens und Reflektieren ein fest verankertes Element in den fünf Kompetenzbereichen der Ausbildung ist und deren zu erwerbende Kompetenzen in den Aufgabenfeldern der Heilpädagogischen Früherziehung und damit in den verschiedenen Modulen eingebettet ist. Auch ist die (Selbst-)Reflexion in der Formulierung des professionellen Verständnisses von Heilpädagogischer Früherziehung als ein Leitgedanke in der Publikation der HfH wie folgt formuliert (ebd., S.5):

#### **HFE reflektieren kritisch und bilden sich weiter**

Sie prüfen ihr professionelles Handeln und ihre Einstellungen in der Arbeit mit Kindern mit besonderem Förderbedarf fortlaufend. Sie erweitern ihre sonderpädagogischen Kompetenzen in Fach- und Berufsgruppen und aktualisieren ihren Wissenstand kontinuierlich.

#### **Zur Abgrenzung von Reflexion und Selbstreflexion**

Reflexion ist nicht Selbstreflexion. Dies wird in den Ausführungen von Berger et. al. (2018) deutlich, indem die Reflexion allgemein gesagt als ein «Reflektieren von Sachinhalten» verstanden werden kann, hat die Selbstreflexion, als Teilbereich der Reflexion, eher einen «persönlichen Bezug» inne, der auf die eigenen Handlungen und die Persönlichkeit fokussiert (vgl. S. 63f.; Müller et. al., 2018, S. 357). Zurückblickend auf die Fragestellungen in der Einleitung könnten bei einer sachinhaltsbezogenen Reflexion Überlegungen gemacht werden, welches Spielmaterial alternativ eingesetzt werden könnte, um beim Kind mehr Interesse zu wecken. Aus der Perspektive der Selbstreflexion betrachtet, wird der Blick zu-

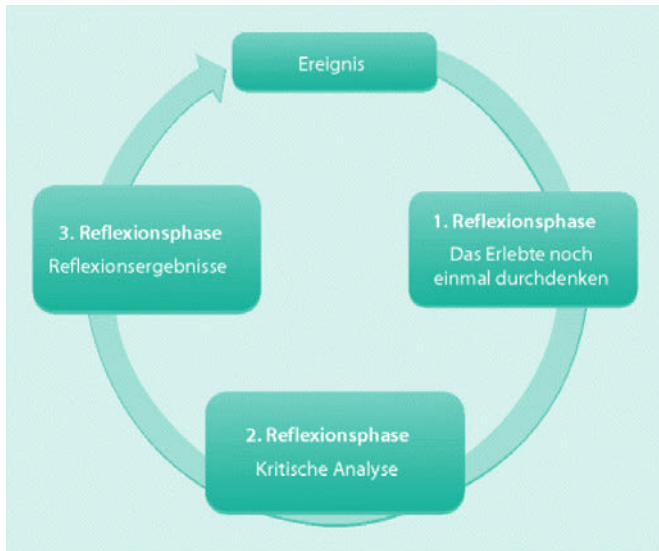
sätzlich auf das eigene Tun gelenkt, um dieses hinsichtlich der Situation kritisch zu reflektieren und sich Handlungsalternativen zu überlegen. Somit ist Selbstreflexion auf die eigene Person bezogen und meint ein bewusstes Innehalten und Nachdenken über sich selbst sowie eine kritische Betrachtung des eigenen Verhaltens. Die eigenen Vorstellungen und Handlungen werden in Bezug zum aktuellen Arbeits- und Lebenskontext gesetzt (vgl. Kranz, 2008, S. 12).

#### **Funktionen von Selbstreflexion**

Dieser Blick bzw. die Aufmerksamkeit nach innen führt zu einer Erweiterung der Perspektiven und Weiterentwicklung individueller Kompetenzen sowie ein Finden von Lösungsmöglichkeiten. Die Auseinandersetzung mit dem Selbst und die Fähigkeit zur Selbstreflexion verhelfen, sich selbst besser kennenzulernen. Selbstreflexion unterstützt Veränderungsprozesse von Denken und Handeln, welche sich in einer Situation als nicht zielführend erwiesen haben. Auf dieser Basis trägt Selbstreflexion zur Strukturierung des zukünftigen Denkens und Tuns bei und stimmt dieses fortwährend auf die jeweilige Situation ab (vgl. Pachner, 2013).

#### **Phasen des Selbstreflexionsprozesses**

In den nachfolgenden Ausführungen anhand des abgebildeten Selbstreflexionsmodells nach Koole et. al. (2018) werden die einzelnen Schritte, die zu einer handlungs- und ergebnisorientierten Selbstreflexion führen, konkreter aufgezeigt. Die einzelnen Phasen des Modells zeigen die jeweiligen Handlungsschritte der Selbstreflexion nachvollziehbar auf, sodass diese eine praktikable Möglichkeit darstellt, diese in der Praxis Schritt für Schritt umzusetzen:



**Abb. 3**  
**Selbstreflexionsmodell**  
nach Koole et. al  
(Berger et. al., 2018, S. 68)

Der Reflexion voraus geht immer ein auslösendes Ereignis, auf das diese Schritte folgen:

### 1. Reflexionsphase

Sammlung aller Fakten und Beschreibung aller wesentlichen Aspekte zur auslösenden Situation wie Gedanken, Gefühle und Rahmenbedingungen. Es ist zu beachten, dass diese Phase frei von Interpretationen ist.

### 2. Reflexionsphase

Hinterfragen der Situation, was positiv oder negativ gelaufen ist und überdenken, was weitere Handlungs- und Erklärungsmöglichkeiten gewesen wären. Die kritische Analyse erfolgt erst in einem zweiten Schritt, indem mittels Einsichtsfragen und Erarbeitung von Handlungsalternativen die reflektierende Situation analysiert und interpretiert wird. Hierbei sind die eigenen Hypothesen, Vorstellungen, Wahrnehmungen, Emotionen usw. zentral.

### 3. Reflexionsphase

Dieser letzte Schritt ist der entscheidende, indem auf Basis der Analyse neue Perspektiven für das zukünftige Handeln entwickelt werden. Folgende Fragen können hierbei leitend sein: Was soll beim nächsten Mal anders gemacht werden? Worauf soll geachtet werden? Ein Lernen aus Erfahrung wird ermöglicht durch die Ableitung eines bestimmten Verhaltens.

### **Abschliessende Gedanken – Rolle der Selbstreflexion in der Arbeit der Heilpädagogischen Früherziehung**

Die Arbeit in der Heilpädagogischen Früherziehung ist geprägt durch eine flexible und vielschichtige Arbeitsweise. Die Konfrontation mit einem heterogenem Klientel und den damit verbunden, teilweise sehr komplexen Familiensystemen, erfordert einen hohen Einsatz an fachlichen und zeitlichen Ressourcen. Dies

geht einher mit einem immerwährenden Einstellen auf verschiedene Perspektiven, Bedürfnisse und Sichtweisen. Die hohen Anforderungen, die an die Fachpersonen gestellt werden, sind einer immanenten Dynamik ausgesetzt, resultierend aus dem stetigen Wandel der Zielgruppe mit wachsenden Ansprüchen, wechselnden Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Voraussetzungen und erhöhtem Zeitdruck.

Die Bewältigung dieser Herausforderungen und den sich daraus ergebenden multiplen Aufgaben benötigt eine breite Palette an beruflichen und persönlichen Kompetenzen, die über die Weitergabe von blossem Fachwissen hinausgehen. Diese Schlüsselkompetenzen bedingen kognitive und praktische Fähigkeiten wie auch die Mobilisierung psychosozialer Ressourcen (vgl. OECD, S. 10). Deren stetige Weiterentwicklung und Reflexion liegt in der persönlichen berufsethischen Verantwortung der in der HFE tätigen Fachpersonen (vgl. BVF, 2008, S. 4). Reflexives Handeln und das Verfügen von (selbst)reflexiven Fähigkeiten verhelfen Fachpersonen der Heilpädagogischen Früherziehung mit den erwähnten Anforderungen im Praxisfeld umgehen zu können.

Reflexionen sind prinzipiell als fester Bestandteil integriert in die Tätigkeit der Heilpädagogischen Früherziehung. Das Nachbereiten der Förderstunde mit dem Kind oder der Beratung mit den Eltern wie auch beispielsweise eine Fallbesprechung im Team sind kleine Reflexionsanlässe, die im Alltagsgeschäft der HFE zwar eingebettet sind, jedoch sich meist nur auf äussere, sachliche Faktoren beziehen. Für eine ausführliche, kritische Reflexion über die Selbstbeobachtung des eigenen Handelns und Denkens bleibt wenig Zeit und kommt daher im Alltag meist zu kurz. Wie deutlich

wurde, braucht die Umsetzung von Selbstreflexion Übung sich selbst zu beobachten und die eigenen Einstellungen und das eigene Handeln im Arbeitskontext zu analysieren.

---

Es braucht das Hintergrundwissen und das Bewusstsein zu erkennen, welche Bedeutung die persönliche Reflexion für die individuelle und berufliche Weiterentwicklung hat.

---

Aus- und Weiterbildungen, Interventions- und Fachgruppen sind daher wertvolle Unterstützungsmöglichkeiten, sich mit der Thematik der Selbstreflexion auseinanderzusetzen und die eigenen Kompetenzen in diesem Bereich auszubauen und zu optimieren.

Ein kleiner Beitrag zur «Weiterbildung» sollte bereits dieser Artikel leisten mit dem Gedanken, das Interesse für das Themenfeld der Selbstreflexion zu wecken, Hintergrundwissen zu vermitteln und Impulse für die Auseinandersetzung im beruflichen Umfeld weiterzugeben.

Ein Punkt zur Selbstreflexion bleibt offen, der in diesem Artikel nur kurz gestreift wurde – die Frage nach dem Wie? – dem «Handwerkszeug» zur praktischen Umsetzung. Diesem Thema widmet sich die nächste Ausgabe des Forums, in der Hinweise und Anregungen zu Instrumenten thematisiert werden.

Zurückkommend auf den Titel dieses Beitrags lohnt es sich, neugierig und vielleicht auch etwas mutig zu sein, von Zeit zu Zeit die «Selbstreflexions-Brille» aufzusetzen und durch deren Blick sich selbst etwas näher kennenzulernen sowie neue Erkenntnisse für das eigene berufliche Handeln zu gewinnen.

---

## Literatur

- Berger, J., Haiduk, B., Rupp, C. & Brockmeyer, M. (2018). Was sind essentielle Komponenten von Lebenskunst? In B. Schmitz, J. Lang & J. Linten. Psychologie der Lebenskunst. Positive Psychologie eines gelingenden Lebens – Forschungsstand und Praxishinweise. S. 48–88. Berlin: Springer.
- BVF (2018). Qualitätsstandards in der Heilpädagogischen Früherziehung. Fassung 2018. Download am 15.08.2019 von [www.frueherziehung.ch/uploads/1/7/9/4/.../bvfv\\_qualitaetsstandards\\_de.pdf](http://www.frueherziehung.ch/uploads/1/7/9/4/.../bvfv_qualitaetsstandards_de.pdf)
- BVF (2008). Ethische Grundsätze und Verhaltensrichtlinien für die Heilpädagogische Früherziehung. Download am 28.08.2019 von [http://www.frueherziehung.ch/uploads/1/7/9/4/17948117/ethische\\_grundstze.pdf](http://www.frueherziehung.ch/uploads/1/7/9/4/17948117/ethische_grundstze.pdf)
- Ebert, J. (2008). Reflexion als Schlüsselkategorie professionellen Handelns in der sozialen Arbeit. Hildesheimer Schriften zur Sozialpädagogik und Sozialarbeit. Band 16. Hildesheim: Georg Olms.
- Göhlich, M. (2011). Reflexionsarbeit als pädagogisches Handlungsfeld. Zur Professionalisierung der Reflexion und zur Expansion von Reflexionsprofessionellen in Supervision, Coaching und Organisationsberatung. In W. Helsper & R. Tippelt (Hrsg.). Pädagogische Professionalität. Zeitschrift für Pädagogik. Beiheft 57. 138–152. Weinheim: Beltz.
- Greif, S. (2008). Coaching und ergebnisorientierte Selbstreflexion. Göttingen:Hogrefe.
- Hilzensauer, W. (2008). Theoretische Zugänge und Methoden zur Reflexion des Lernens. Ein Diskussionsbeitrag. Bildungsforschung. 5 (2008), 2. Download am 24.08.19 unter <https://bildungsforschung.org/ojs/index.php/bildungsforschung/article/view/77>
- Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik, HfH (Hrsg.). (2016). Heilpädagogische Früherziehung. Aufgaben-Kompetenzen. Ein Berufsbild auf einen Blick. Zürich: HfH.
- Kranz, C. (2008). Durch Selbstreflexion zum Erfolg. Potenziale erkennen. Persönlichkeit entwickeln. Ziele erreichen. Triesen: Symbolon.
- Müller, E., Gerber, A. & Markwalder (2014). Selbstreflexion im Bachelor Studium Soziale Arbeit. Eine qualitative Studie als Grundlage für ein Modell zum Verständnis von Selbstreflexion. neue praxis 4 (2014), S. 354–377. Lahnstein: Verlag neue praxis.
- OECD. (n.d.). Definition und Auswahl von Schlüsselkompetenzen. Zusammenfassung. Download am 28.08.2019 von <https://www.oecd.org/pisa/35693281.pdf>
- Pachner, A. (2013). Selbstreflexionskompetenz. Voraussetzung für Lernen und Veränderung in der Erwachsenenbildung? Magazin Erwachsenenbildung.at. 2013 (20). Kapitel 06. Norderstedt: Books on Demand.
- Rosenberger, K., Christof, E., Köhler, J., & Wyss, C. (2018). Einleitung. In E. Christof, J. Köhler, K. Rosenberger & C. Wyss. Mündliche, schriftliche und theatrale Wege der Praxisreflexion. Beiträge zur Professionalisierung pädagogischen Handelns. S. 9–14. Bern: Hep.
- Wyss, C. (2013). Unterricht und Reflexion. Eine mehrperspektivische Untersuchung der Unterrichts- und Reflexionskompetenz von Lehrkräften. Münster: Waxmann.
- Wyss, C. (2018). Mündliche, kollegiale Reflexion von videografertem Unterricht. In E. Christof, J. Köhler, K. Rosenberger & C. Wyss. Mündliche, schriftliche und theatrale Wege der Praxisreflexion. Beiträge zur Professionalisierung pädagogischen Handelns. S. 15–49. Bern: Hep.



**Petra Keller**  
Freischaffende HFE, MA  
Erziehungswissenschaftlerin M.Sc  
praxis67  
Witikonstrasse 39  
8006 Zürich  
keller@praxis67.ch