

Reflectieopdracht

Inhoud

Wat is het nut van reflecteren?.....	1
Hoe ga ik aan de slag?	1
Hoe reflecteer ik met het kernkwadrant van Ofman?	2
Hoe gebruik ik de reflectiecirkel van Korthagen?	3
Waarmee houdt de docent rekening als hij mijn reflectie bekijkt?	4
Reflecteren versus evalueren?	4
Meer weten?	5
Bronnen	5

Wat is het nut van reflecteren?

- Reflecteren betekent dat je op **systematische** wijze de manier waarop je functioneert onder de loep neemt.
- Reflecteren is een belangrijke vaardigheid om **jezelf te ontwikkelen** en je gedrag en prestaties te optimaliseren.
- Reflecteren zorgt ervoor dat je de **verantwoordelijkheid voor je groei zelf in handen** neemt.
- Reflecteren is een vorm van leren waarbij je **jezelf in het middelpunt van de belangstelling** plaatst. Kan het interessanter zijn?!

Hoe ga ik aan de slag?

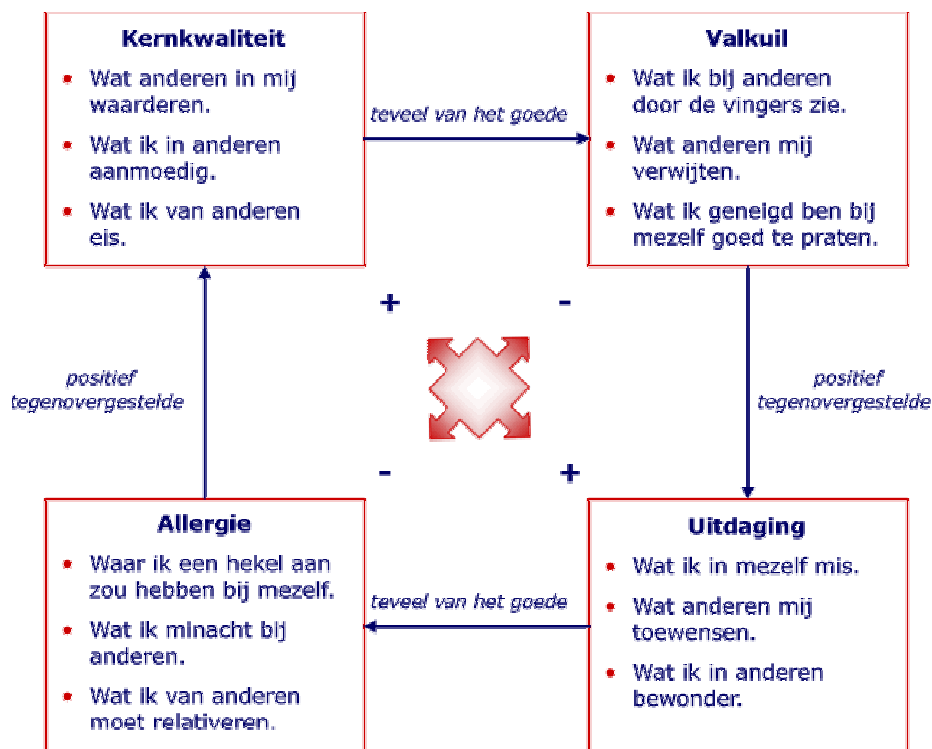
- Bepaal **waarover** je gaat reflecteren. Zorg er met andere woorden dat het doel van de reflectieopdracht duidelijk is. Je kan reflecteren over:
 - de manier waarop je **persoonlijk** functioneert (wie je bent, waarom je dingen doet,...)
 - de manier waarop je **beroepsmatig** functioneert (wat is het effect van je handelen,...)
- Vertrek steeds vanuit **concrete situaties** en **concreet gedrag** dat je stelde.
- Probeer **objectief** te zijn over jezelf, veroordeel jezelf niet. Het doel is te groeien, dat kan je vooral door eerlijk, rustig en objectief naar jezelf te kijken en te aanvaarden dat je niet perfect kan zijn.
- Structureer je reflectie door een **reflectiemethodiek** toe te passen:

Opgelet! Hieronder vind je twee voorbeelden van methodieken. Ga natuurlijk eerst na welke methodiek jouw docent hanteert. Als je vrij bent om een eigen structuur in je reflectie toe te passen, kan je gebruikmaken van een van de methodieken die we hieronder toelichten.
- Neem in je reflectie ook **feedback van anderen** mee. Het maakt je reflectie rijker en helpt om ze objectiever te maken.

- Reflecteer op **geregelde tijdstippen**, zo kan je aantonen dat je ook effectief aan de slag ging met je reflectieresultaten en hoef je op het einde niet zo diep graven om concrete voorbeelden te vinden.

Hoe reflecteer ik met het kernkwadrant van Ofman?

De methodiek van Ofman pas je voornamelijk toe als je onder de loep wilt nemen **hoe je op persoonlijk vlak functioneert**. De methodiek brengt je kernkwaliteiten, valkuilen, uitdagingen en allergieën in kaart.



Bron: <http://www.tacttraining.nl/expertise/offman.asp>

Je kan het kwadrant vanuit elke hoek invullen:

- Start met de inventarisatie van je **kernkwaliteiten** en werk dan verder naar je valkuilen, uitdagingen en allergieën toe.
- Je kan ook starten bij je **valkuilen**. Werk vanuit je valkuilen naar je kernkwaliteiten, uitdagingen en allergieën toe.
- Start met je **uitdagingen** en keer via je valkuilen naar je kernkwaliteiten toe.
- Start met de **irritaties** die je voelt ten aanzien van bijvoorbeeld collega-studenten en werk van hieruit verder naar je uitdagingen, valkuilen en uiteindelijke kernkwaliteiten.

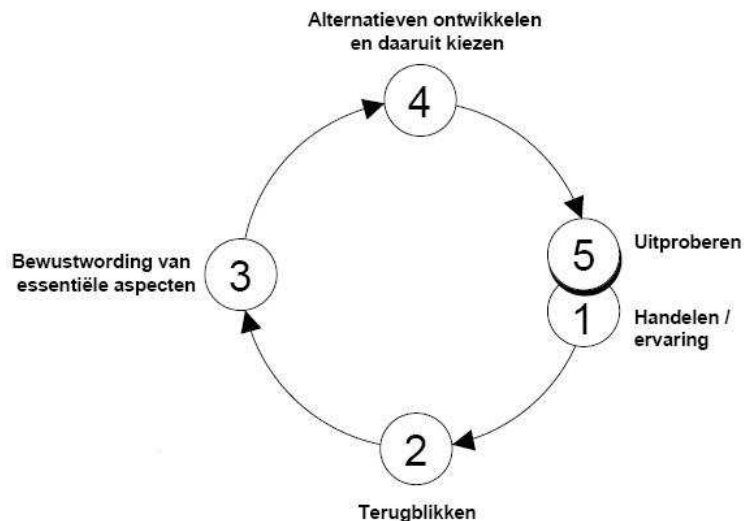
Enkele voorbeelden die we vonden op

<http://www.carrieretijger.nl/functioneren/ontwikkelen/persoonlijkheidsmodellen/kernkwaliteiten>

Kernkwaliteit	Valkuil	Uitdaging	Allergie
Daadkracht	Drammerigheid	Geduld	Passiviteit
Behulpzaamheid	Bemoeizucht	Zelfstandigheid	Afstandelijkheid
Relativeringsvermogen	Lichtzinnigheid	Ernst	Zwaarmoedigheid
Spontaniteit	Wispelturigheid	Consequent zijn	Rechtlijnigheid
Flexibiliteit	Met alle winden meedraaien	Standvastigheid	Starheid
Accuratesse	Pietluttigheid	Creativiteit	Warrigheid
Durf	Overmoedigheid	Voorzichtigheid	Geremdheid

Hoe gebruik ik de reflectiecirkel van Korthagen?

De methodiek van Korthagen pas je voornamelijk toe als je onder de loep wilt nemen **hoe je beroepsmatig functioneert**.



Bron: Korthagen & Vasalos, 2002

Fase 1: beschrijf de ervaring/situatie waarop je de reflectie zal toepassen.

Dat kan je doen aan de hand van de STARR-methode: **Situatie Taak Actie Resultaat Reflectie**

- Wat was de concrete situatie?
- Wat was mijn taak binnen deze situatie?
- Welke concrete acties heb ik in deze situatie ondernomen?
- Wat was het resultaat van deze acties?

Fase 2: terugblikken: wat gebeurde er concreet?

- Wat zag ik?
- Wat deed ik?
- Wat dacht ik?
- Wat voelde ik?

Fase 3: bewustwording van essentiële aspecten

- Wat betekent dat nu voor mij?
- Wat is het probleem (of de positieve ontdekking)?
- Wat heeft dat allemaal veroorzaakt? Waar heeft het mee te maken?

Fase 4: alternatieven

- Welke alternatieven zie ik (oplossingen of manieren om gebruik te maken van mijn ontdekking)?
- Welke voor- en nadelen hebben die?
- Wat neem ik me nu voor, voor de volgende keer?

Fase 5: Uitproberen

- Wat wil ik bereiken?
- Waar wil ik op letten?
- Wat wil ik uitproberen?

Waarmee houdt de docent rekening als hij mijn reflectie bekijkt?

- Informeer bij de verantwoordelijke docent **welke beoordelingscriteria** gehanteerd worden.
- Korthagen (2002) noemt de volgende elementen om te bepalen op **welk reflectieniveau** de student zich bevindt:
 - De student geeft bij zijn terugblik aandacht aan denken, doen, willen en voelen van zichzelf en van direct betrokkenen in zijn werkomgeving.
 - De student blikt terug en spoort daarin zelfstandig verbanden op.
 - De student blikt terug, spoort verbanden op en ontwikkelt daarop gebaseerde alternatieven.
 - De student reflecteert bewust volgens de spiraal: nieuwe reflectie bouwt voort op de vorige reflectie.
 - De student kan wat geleerd is van de reflectie ten aanzien van een concrete situatie generaliseren naar andere situaties, ook in de toekomst.
 - De student zet op basis daarvan bewuste stappen in de eigen professionele ontwikkeling en reflecteert ook daarop.
- In een reflectieverslag of -gesprek kan gelet worden op:
 - Hoe scherp heeft de student zichzelf geanalyseerd?
 - Hoe eerlijk is hij geweest?
 - Heeft hij zowel benoemd wat goed ging als wat fout ging?
 - Is de student niets belangrijks vergeten?

Reflecteren versus evalueren?

Reflecteren en evalueren zijn verschillende zaken.

- Als je evalueert:
 - ga je na of je de beoogde doelstellingen hebt bereikt.
 - is jouw gedrag **goed of fout**.

- Als je reflecteert:
 - is het juist belangrijk dat je geen oordeel over goed of fout velt.
 - creëer je zo een veilige ruimte waarbinnen je systematisch vragen kan stellen over het hoe en het waarom je bepaald gedrag stelt.
 - is er ruimte en tijd om te groeien.

Meer weten?

- <http://www.carrieretijger.nl/functioneren/ontwikkelen/jezelf-ontwikkelen/reflectie>
- <http://www.innernet.org/kernkwadranten.html>
- http://www.reflectietools.nl/mz_index.html
- Ontdek een aantal soorten reflectie via <http://www.reflectietools.nl/documentatie/reflwijzer.pdf>
 - Brainstormreflectie
 - Puntreflectie
 - Metafoorreflectie
 - Scenariorefectie
 - Spiraalreflectie
 - Waarderende reflectie

Bronnen

- Kelchtermans, G. (2001). *Reflectief ervaringsleren voor leerkrachten. Een werkboek voor opleiders, nascholers en stagebegeleiders*. Cahiers voor Didactiek. Deurne: Wolters Plantyn.
- Korthagen, F.A.J. & Vasalos, A. (2002). [Niveaus in reflectie: naar maatwerk in begeleiding](#). *VELON-Tijdschrift voor lerarenopleiders*, 23(1), p. 29-38.
- <http://mediawijsheid.webklik.nl/page/mijn-ervaringen>
- <http://www.carrieretijger.nl/functioneren/ontwikkelen/persoonlijkheidsmodellen/kernkwali teiten>
- http://www.score.hva.nl/s_reflectieopdracht.html
- <http://www.tacttraining.nl/expertise/offman.asp>
- <http://www.steunpuntdiversiteitenleren.be/files/proeftuinen%20breed%20evalueren/Reflecteren/Reflecteren.pdf>