

TOOLKIT

Beteiligungsprojekte mit Jugendlichen reflektieren

Warum ist Reflexion wichtig in Beteiligungs- prozessen?

Reflexion schärft den Blick für Zusammenhänge, Stimmungen und Dynamiken in Beteiligungsprozessen. Sie ermöglicht es, aus Erfahrungen zu lernen, Konflikte innerhalb der Gruppe frühzeitig zu erkennen und Ziele bei Bedarf anzupassen. Indem sie Vertrauen und Zusammenarbeit unter den Beteiligten stärkt, trägt Reflexion zugleich dazu bei, Projekte nachhaltig zu verbessern und weiterzuentwickeln.

Was macht Reflexion mit Jugendlichen besonders?

Selbstwahrnehmung. Durch Reflexionsprozesse erkennen Jugendliche ihre Stärken und Schwächen. Sie lernen, ihre eigene Rolle im Projekt zu verstehen und Verantwortung für ihr Handeln zu übernehmen. Diese bewusste Auseinandersetzung mit sich selbst fördert persönliche Reife, stärkt das Selbstbewusstsein und unterstützt sie darin, sich selbst als die Person zu erkennen, die sie sind.

Selbstwirksamkeit und Partizipation. Durch Reflexion erkennen Jugendliche, wie ihr Projekt auf andere wirkt. Das stärkt ihr Gefühl der Selbstwirksamkeit und vermittelt, dass ihre Meinung und ihr Handeln ernst genommen werden. Sie verstehen, warum Beteiligung wichtig ist und wie sie aktiv Veränderungen mitgestalten können.

Soziale Kompetenz. Reflexion fördert das Verständnis für andere Sichtweisen und steigert Empathie. Sie unterstützt zudem die Entwicklung von Kommunikations- und Konfliktfähigkeiten und stärkt die Verantwortungsübernahme der Jugendlichen für das eigene Handeln in der Gruppe.

Lern- und Denkprozesse. Reflexion regt kritisches Denken an, indem Entscheidungen und deren Umsetzung hinterfragt werden. Sie macht Lernprozesse sichtbar, zeigt, was gut gelaufen ist und wo Verbesserungen möglich sind.

Liebe Beteiligungserfahrene und -interessierte,

Sie möchten mehr darüber erfahren, wie junge Menschen Beteiligungserfahrungen für sich bewerten? Sie fragen sich, wie Sie Beteiligungsprojekte sinnvoll abschließen und dabei den Austausch über Erreichtes und zukünftige Planungen fördern können? Dann ist dieses Toolkit genau richtig für Sie.

Sich die Zeit zu nehmen, gemeinsam zu reflektieren, kann ausschlaggebend dafür sein, wie nachhaltig Beteiligungserfahrungen wirken können. Reflexion kann dazu beitragen, ein tiefes Verständnis für Aushandlungsprozesse zu fördern und das Verantwortungsbewusstsein sowie die Motivation, sich auch zukünftig aktiv einzubringen, zu stärken.

In diesem Toolkit finden Sie Tipps und Ideen für Reflexionsmethoden, die Sie selbst einfach und ohne spezielle Materialien mit den jungen Menschen ausprobieren können.



Welche Anlässe gibt es zum Reflektieren?

Innerhalb von Beteiligungsprojekten gibt es zahlreiche Gelegenheiten zur Reflexion:

• **Projektstart:** Erwartungen, Ziele und Rollen klären, um eine gute Grundlage für die Zusammenarbeit zu schaffen

• **Projektverlauf:** Regelmäßige Reflexionen ermöglichen klare Zielsetzungen, Anpassungen, die Vorbereitung neuer Phasen und die Abstimmung zukünftiger Aufgaben

• **Gruppendiskussionen und Konflikte:** Spannungen erkennen und konstruktive Lösungsstrategien entwickeln, getroffene Vereinbarungen und Entscheidungen reflektieren

• **Veränderungen in der Teamstruktur:** Neue Mitglieder oder Rollenverteilungen erfordern Reflexion, um das Miteinander zu stärken

• **Projektabchluss:** Erfahrungen auswerten, Erfolge festhalten und feiern sowie Schlussfolgerungen für zukünftige Projekte ziehen

Tipp: Zeitnahe Reflexion ermöglicht das Arbeiten mit unmittelbaren Erfahrungen.

Tipp: Planen Sie Reflexionszeiten aktiv und verbindlich ein! Kurze, regelmäßige Runden verhindern, dass Themen oder Konflikte übersehen werden, und erleichtern die Umsetzung von Verbesserungen direkt im Projektverlauf.

Reflexionsmethoden

Reflexionsmethoden können auf unterschiedliche Weise umgesetzt werden, zum Beispiel als spielerische Aktivität, als Gruppenarbeit oder in Form von Stillarbeit. Hier zwei Beispiele für Sie:

Kartenkarussell – Spielerisch reflektieren

Gewöhnliche Kartenspiele lassen sich wunderbar für eine spielerische Projektreflexion nutzen. Je nach Kartenspiel können 3 – 10 Spielende mitspielen. Dafür werden lediglich ein Kartendeck und passende Reflexionsfragen zu unterschiedlichen Aspekten des Projekts benötigt.

Jede Kartenfarbe steht für eine bestimmte Reflexionskategorie:

Herz: Projektergebnisse, Zielerreichung & Außenwirkung

- Welche Ziele habt ihr erreicht, welche nicht?
- Und Welche Gründe gab es dafür?
- Wie habt ihr von eurem Projekt berichtet?

Pik: Zusammenarbeit und Gruppenprozesse

- Wie seid ihr mit unterschiedlichen Meinungen umgegangen?
- Wie habt ihr Entscheidungen getroffen?

Kreuz: Persönlicher Gewinn & Erfahrungen

- Hast du neue Dinge gelernt?
- Konntest du neue Erfahrungen sammeln?

Karo: Organisation, Zeit & Ausblick

- Wie seid ihr mit der Zeit und Organisation von Aufgaben zurechtgekommen?
- Wie geht es weiter mit dem Projekt?

Zu Beginn des Spiels erhalten alle Spielenden 5–6 Karten. Gespielt wird nach den üblichen Regeln eines einfachen Ablage-Spiels (ähnlich wie Mau-Mau). Immer wenn eine Person eine Karte legt, wird wie eine passende Reflexionsfrage aus der entsprechenden Kategorie gestellt.

Bei Zahlenkarten wird die Frage gestellt, wohingegen Bildkarten (Bube, Dame, König, Ass) folgende Sonderaktionen bedeuten:

• **Bube:** Die Person, die die Karte legt, darf eine andere Person bestimmen, die die Reflexionsfrage beantworten darf.

• **Dame:** Die ganze Gruppe reflektiert gemeinsam eine Frage aus dieser Kategorie.

• **König:** Änderung der Reflexionsfrage.

• **Ass:** Freie Wahl der Reflexionsfrage.

So entsteht eine lockere, motivierende Atmosphäre, in der Erfolge, Herausforderungen und Lernerfahrungen gemeinsam reflektiert werden.

Satzanfänge ergänzen

Eine weitere Möglichkeit der Reflexion ist die Still- bzw. Einzelarbeit. Dabei erhalten die Jugendlichen ein Blatt mit vorgegebenen Satzanfängen und können ganz in Ruhe über das Projekt nachdenken. Sie ergänzen die Sätze selbstständig und reflektieren dabei ihre eigenen Erfahrungen mit dem Projekt.

Essenziell ist, dass die Jugendlichen verstehen, dass jede Antwort ihre eigene Sicht widerspiegelt und es keine falschen oder richtigen Antworten gibt. Bei Bedarf können die Jugendlichen Unterstützung von den erwachsenen Projektbegleitenden erhalten.

Diese Methode eignet sich besonders für zurückhaltende Gruppen und ermöglicht den Teilnehmenden, ihre Erfahrungen, Meinungen und Gefühle individuell zu reflektieren. Nach der Einzelarbeit können die Jugendlichen freiwillig einzelne Sätze oder Gedanken mit der Gruppe teilen. Alternativ können auch die ausgefüllten Blätter anonym gesammelt und anschließend ausgewertet werden.

Hier ein paar Vorschläge für Satzanfänge:

- Das Projekt hat mir ... / Ich bin mit dem Projekt ...
- Ich empfand die Zusammenarbeit im Team als ...
- Ich fühle mich ...
- Besonders stolz bin ich darauf, dass ...
- Wie wir in der Gruppe Entscheidungen getroffen haben, fand ich ...
- Meine Verschiedenheiten haben wir ...
- Ich habe Folgendes gelernt: ...
- In Zukunft möchte ich ...



Schauen Sie auch auf unserer Website vorbei. Hier finden Sie viele weitere Ideen für Reflexionsmethoden auf übersichtlich gestalteten Methodenblättern zum Download oder Ausdrucken. starkimland.de/material