

Reflexion des eigenen Lernprozesses

Über das eigene Lernen zu reflektieren, kann für den Lernerfolg bedeutsame metakognitive Kompetenzen stärken. Je besser man „sich selbst als Lerner“ kennt, umso eher gelingt es einem, den eigenen Lernprozess zu planen, zu regulieren und letztendlich auch zu optimieren, indem man beispielsweise überprüft, wie gut man Inhalte tatsächlich verstanden hat. Es ist wichtig, den Zusammenhang von Aufgabenanforderungen, eigener Anstrengung, dem Einsatz von Lernstrategien und dem Lernerfolg zu verstehen. Eine Verschriftlichung der eigenen Gedanken kann dabei helfen, sich selbst als Lerner besser kennen zu lernen, sollte aber auch dazu genutzt werden, Wissen zu verfestigen und Verstehensillusionen vorzubeugen. Es geht dabei also nicht nur darum aufzuzählen, was einen besonders interessiert/ Spaß gemacht hat, sondern es sollte eine Verknüpfung erfolgen von konkreten Inhalten und dem eigenen Zugang zu diesen Inhalten. Im Folgenden finden Sie ein paar Anregungen, die Ihnen dabei helfen sollen, eine solche Reflexion zu verfassen.

Wenn Sie im Anschluss an Ihre Seminararbeit eine Reflexion Ihres Lernprozesses schreiben, können Sie dabei **verschiedene Aspekte** berücksichtigen bzw. auswählen.

- Den Lernprozess bei der Erstellung Ihres Referats und ggf. die Zusammenarbeit mit der Referatsgruppe
- den Lernprozess während des Schreibens der Hausarbeit
- den Lernprozess während des gesamten Seminars

Leitend können dabei Fragen sein wie:

- Was war mein Ziel? Inwieweit habe ich dieses Ziel erreicht? Oder hat sich dieses Ziel im Prozess möglicherweise verändert?
- Was ist mir weniger gut gelungen und woran könnte das gelegen haben? Was könnte ich das nächste Mal anders machen?
- Was ist mir besonders gut gelungen, worauf bin ich richtig stolz?
- Welche Inhalte waren besonders bedeutsam für mich und warum?
- Gab es Inhalte, die völlig im Gegensatz zu dem standen, was ich vor dem Seminar/ der Ausarbeitung/ der Vorbereitung des Referats zu wissen glaubte? Erfordert dieses neue Wissen das Überdenken anderer Inhaltsbereiche?
- Welche Inhalte wurden durch das Seminar/ die Ausarbeitung/ die Vorbereitung des Referats ausgebaut und verfestigt? Welche Querverbindungen kann ich ziehen zu Inhalten anderer Seminare und Vorlesungen?
- Bei welchen Inhalten ist mir ein wirkliches Verstehen schwer gefallen? Woran könnte das gelegen haben?
- Bei welchen schwierigen Inhalten konnte ich Verständnishürden überwinden? Und wie ist mir das gelungen?
- Falls überhaupt keine Schwierigkeiten auftraten: Könnte oder sollte ich mir für das nächste Mal ehrgeizigere Ziele setzen? Wie könnten diese Ziele aussehen?
- Wie bewerte ich selbst meine Leistungen im Seminar/ im Referat/ in der Ausarbeitung?
- Mit welchen Erwartungen habe ich das Seminar/ das Referatsthema ausgewählt? Sind diese Erwartungen erfüllt worden? Habe ich nun ein anderes Verständnis des Themas?