

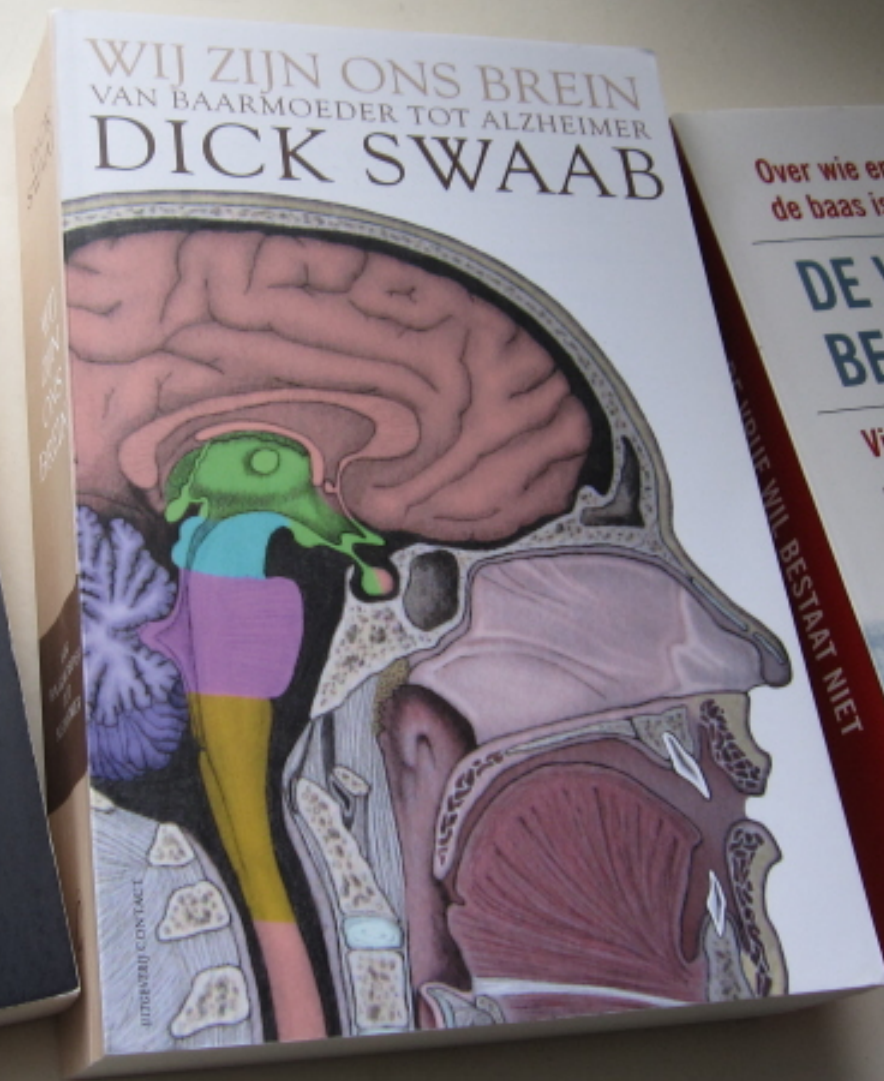


Zin en onzin van reflectie

Inleiding ledenavond LVSC Noord.
Groningen, 20 september 2011

Tom Luken

Luken Loopbaan Consult, Amsterdam



Inhoud

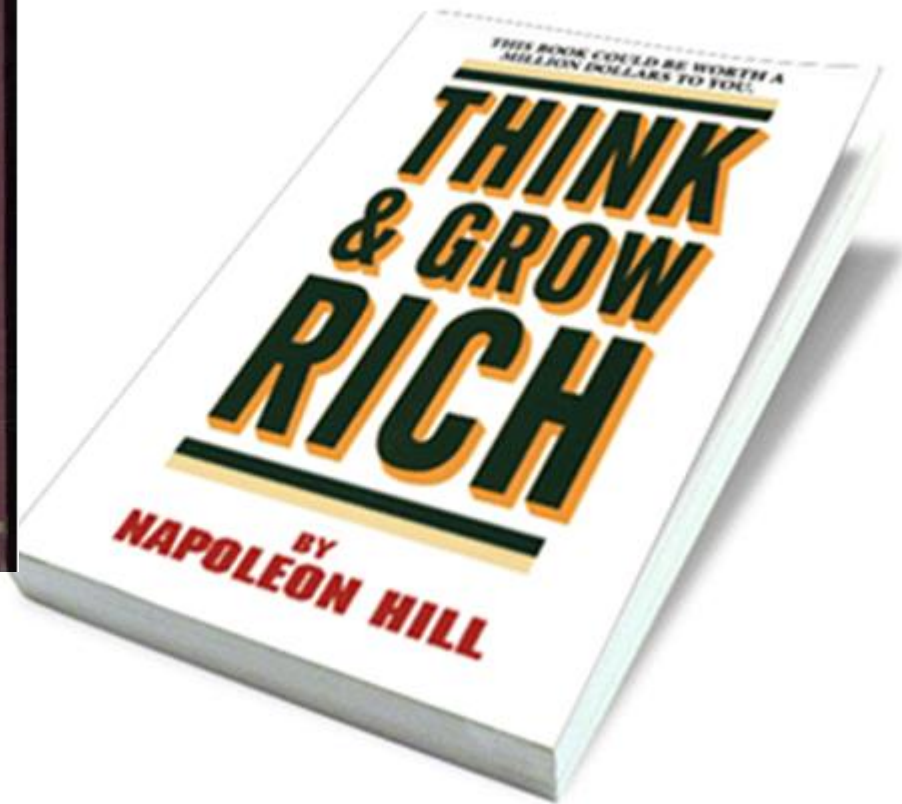
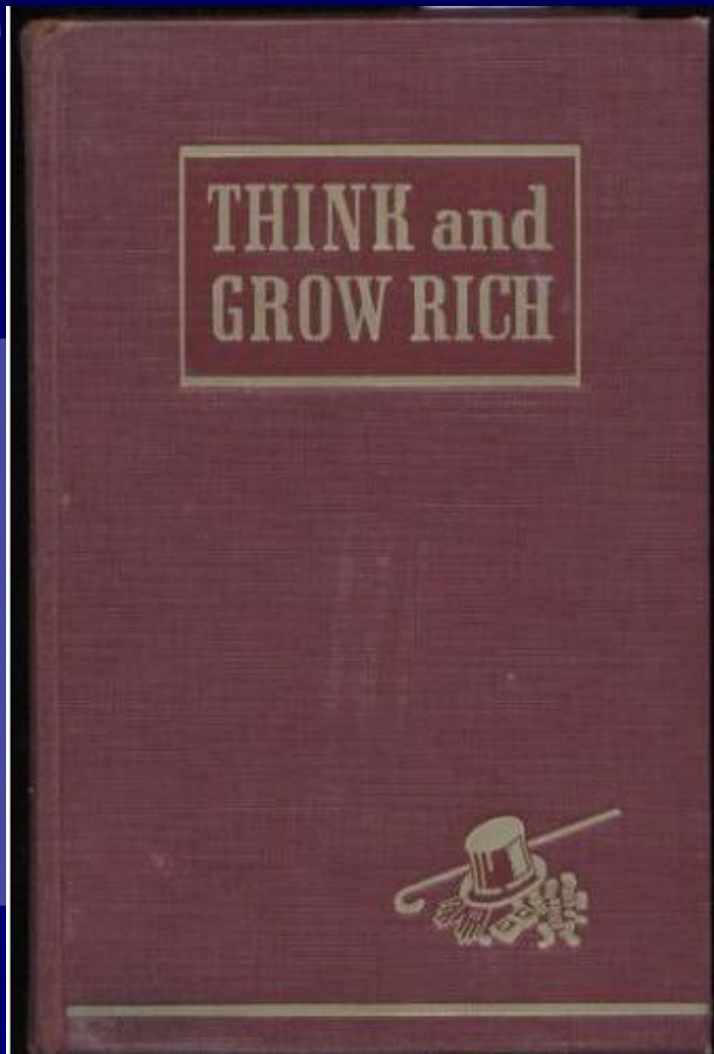
- Wat is reflecteren?
 - In supervisie en coaching
 - Bij loopbaanbegeleiding
 - In het onderwijs
- Problemen met reflecteren
 - Geen/weinig bewijs voor positieve effecten
 - Moeilijk (te leren)
 - Risico's
- Vergelijking reflectie in supervisie en in onderwijs
- Conclusie en discussie

Reflectie in supervisie en coaching

- Zie inleiding Mieke Voogd
- Siegers:
 - “Reflecteren is terugbuigen op werkervaringen, ze binnen dat kader vanuit een ander gezichtshoek bekijken en er daardoor nieuwe betekenis aan toekennen”
 - De kern van supervisie
- Bij coaching ± idem, soms (bijv. Kat, 2008): spiegelen (van gevoel)

Reflectie bij loopbaanbegeleiding

- ‘True reasoning’ over de relaties tussen zelfkennis en kennis van verschillende soorten werk (Parsons, 1909)
- Komen tot bewuste en verantwoorde keuzen
- “Beschouwing van capaciteiten en motivatie die van belang zijn voor de loopbaan” (Kuijpers, 2003)
- Distilleren van thema uit ervaringen, het construeren van identiteit/levensverhaal, het vergelijken van toekomstscenario’s



Reflectie in het onderwijs

- Voorkomende kenmerken onder andere:
 - Doelgericht
 - Interne dialoog
 - Recursief/metacognitief: nadenken over nadenken
 - Nadenken over jezelf
 - Herinterpreteren van ervaringen en kennis
- Grootste gemene deler: nadenken over ervaringen om ervan te leren

Reflectiedwang

'Reflective practitioner'



HBO



MBO



VMBO



BO?

Reflectiedwang

Bijv. Preambule vmbo:

“Door te reflecteren op het eigen cognitief en emotioneel functioneren, leert de leerling zicht te krijgen op en sturing te geven aan het eigen leer- en werkproces.” Onder meer *“leert hij op doordachte wijze keuzeprobleem op te lossen”* en *“op basis van argumenten tot een eigen standpunt te komen”*

Problemen met reflecteren

- Er is weinig bewijs voor de veronderstelde positieve effecten
- Het is moeilijk
- Het is moeilijk om te leren
- Er zijn risico's aan verbonden

Effecten bij supervisie/coaching

Voogd en Kuyvenhoven (2010):

- Aanwijzingen dat reflectie leren in de praktijk bevordert, althans op korte-termijn
- positieve effecten in de beleving van de supervisant (zelfinzicht en persoonlijke effectiviteit)



Effecten bij loopbaanontwikkeling

Negatieve correlaties van reflecteren met:

- Loopbaansucces
- Arbeidsidentiteit
- Keuzezekerheid

Positieve correlatie met:

- Uitvaldreiging

Geen correlatie met:

- Leermotivatie

Effecten in het onderwijs

- Enig onderzoek bij opleidingen voor het onderwijs en de zorg
- Enkele aanwijzingen voor positieve effecten bij verbaliseren en relatie student-docent
- ‘Schokkend’ gebrek aan bewijs voor betere beroepsbeoefening
- ‘Normatief begrip’ (Korthagen), ‘ideologie’ (Cornford)
- Sterke weerstand bij leerlingen/studenten

Reflecteren is moeilijk

- Autonomie
- Overzicht
 - Over alternatieven en voors en tegens
 - Overzien verleden, heden en toekomst
 - Overbruggen tegenstellingen in je zelf
 - Denken en voelen met elkaar in verband brengen
 - Perspectieven afwisselen
 - Multicausaliteit
- Defensiviteit
- Sturing

Reflecteren is moeilijk te leren

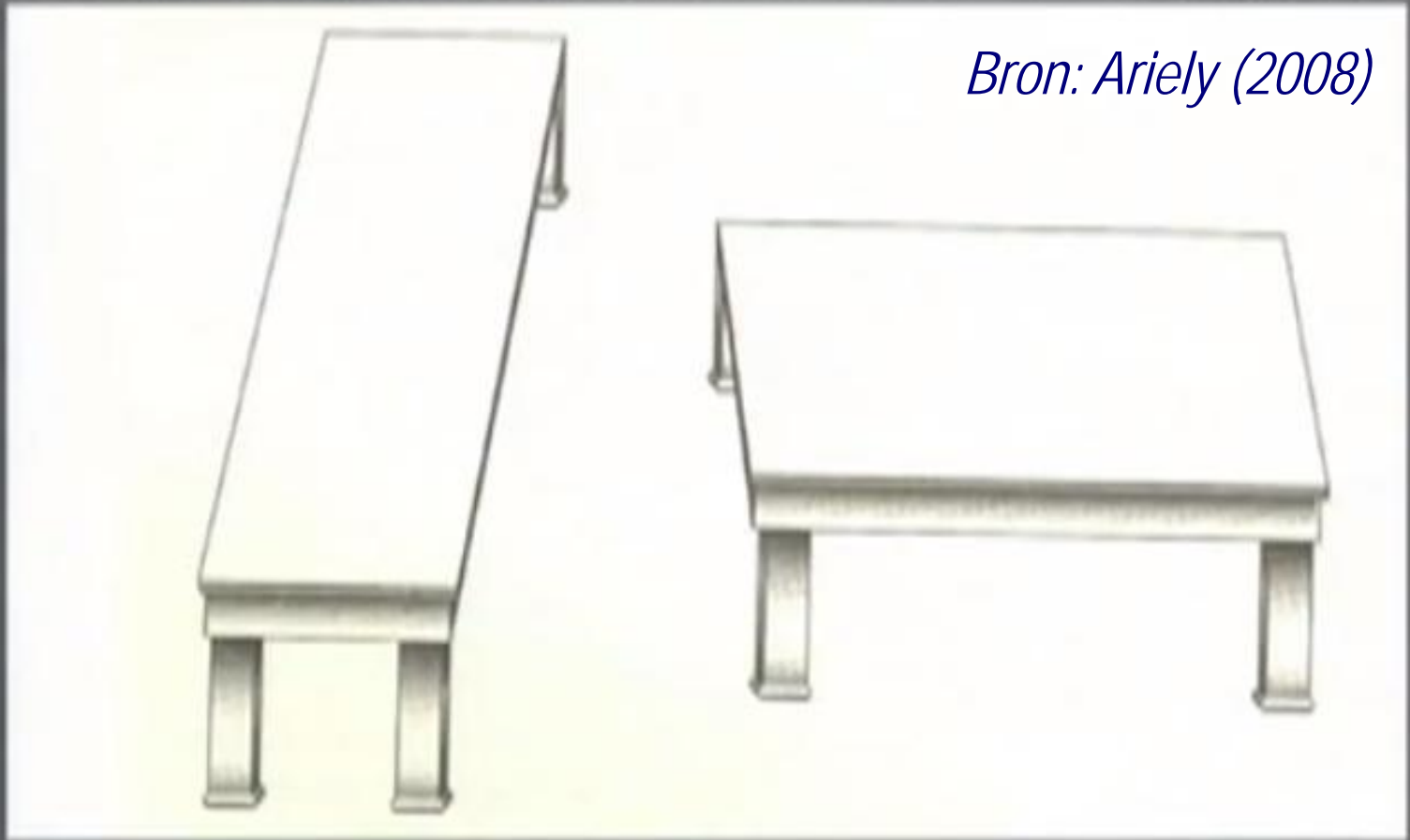
- Kwantitatief wel. Hangt af van leeromgeving, leeftijd en opleidingsniveau.
- Kwalitatief moeilijk. Slechte resultaten als het gaat om het bereiken van een dieper niveau van reflectie.

Risico's van reflectie

- Minder goede keuzes
- Slechtere prestaties bij (beoordelings) taken
- Rumineren, piekeren, depressie
- Slecht werkende (zelf)beelden

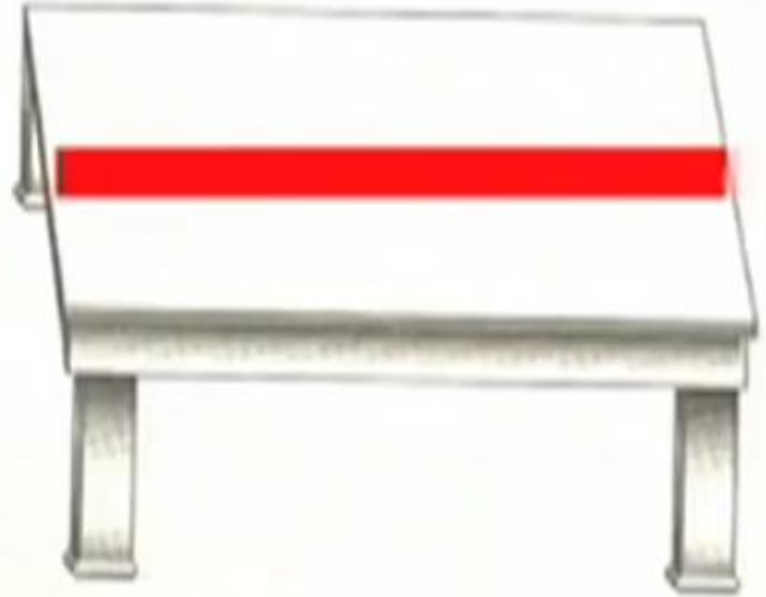
Waarom bewust denken tot slechtere keuzen/prestaties kan leiden

- Onbewuste capaciteit veeeeeeeel groter dan bewuste capaciteit
- Parallele versus seriële processen
- Veel problemen zijn niet met logica op te lossen
- Denken verandert/verwijdert van eigen gevoel
- Het denken is overmoedig



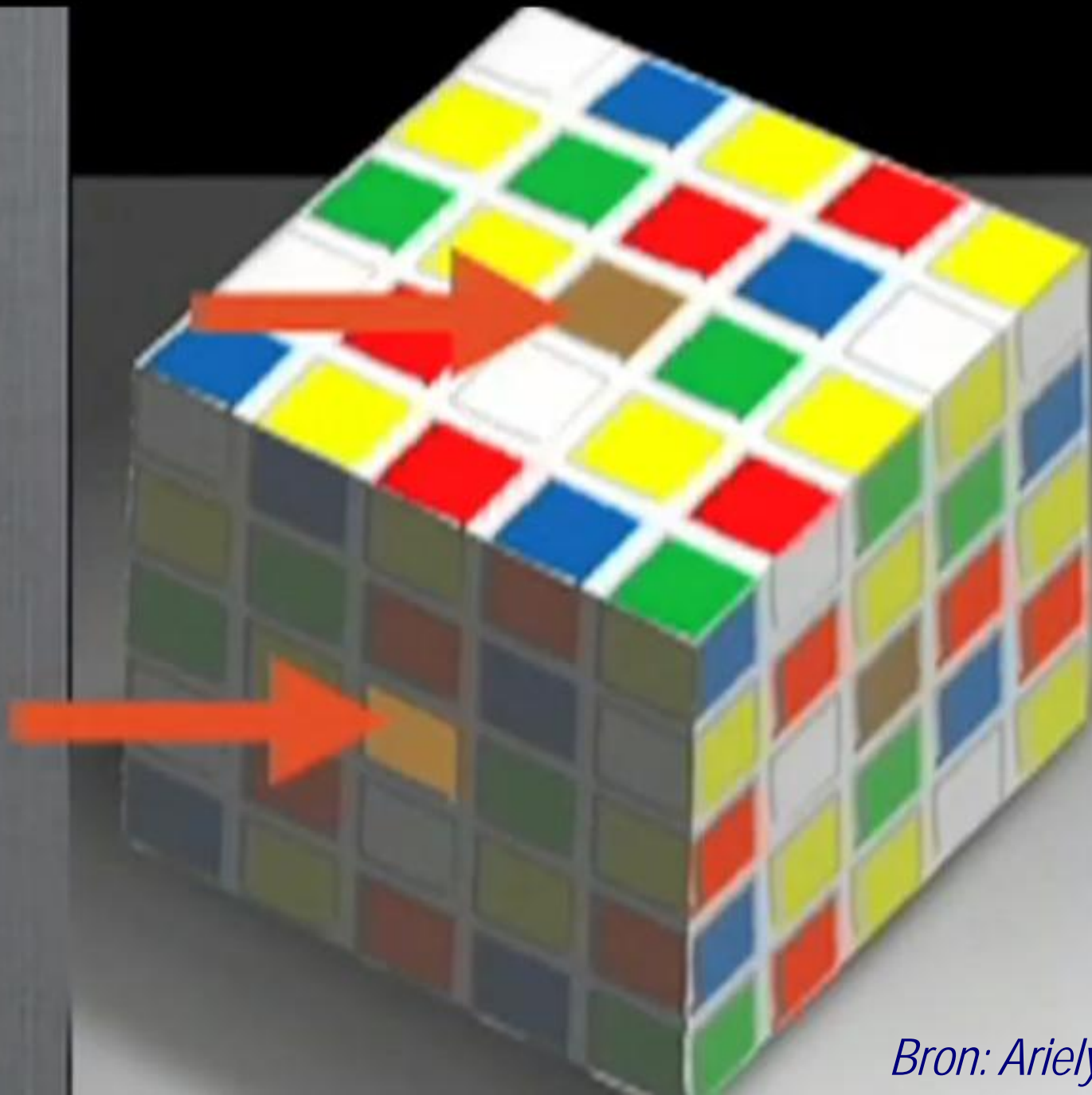
Bron: Ariely (2008)

Bron: Ariely (2008)

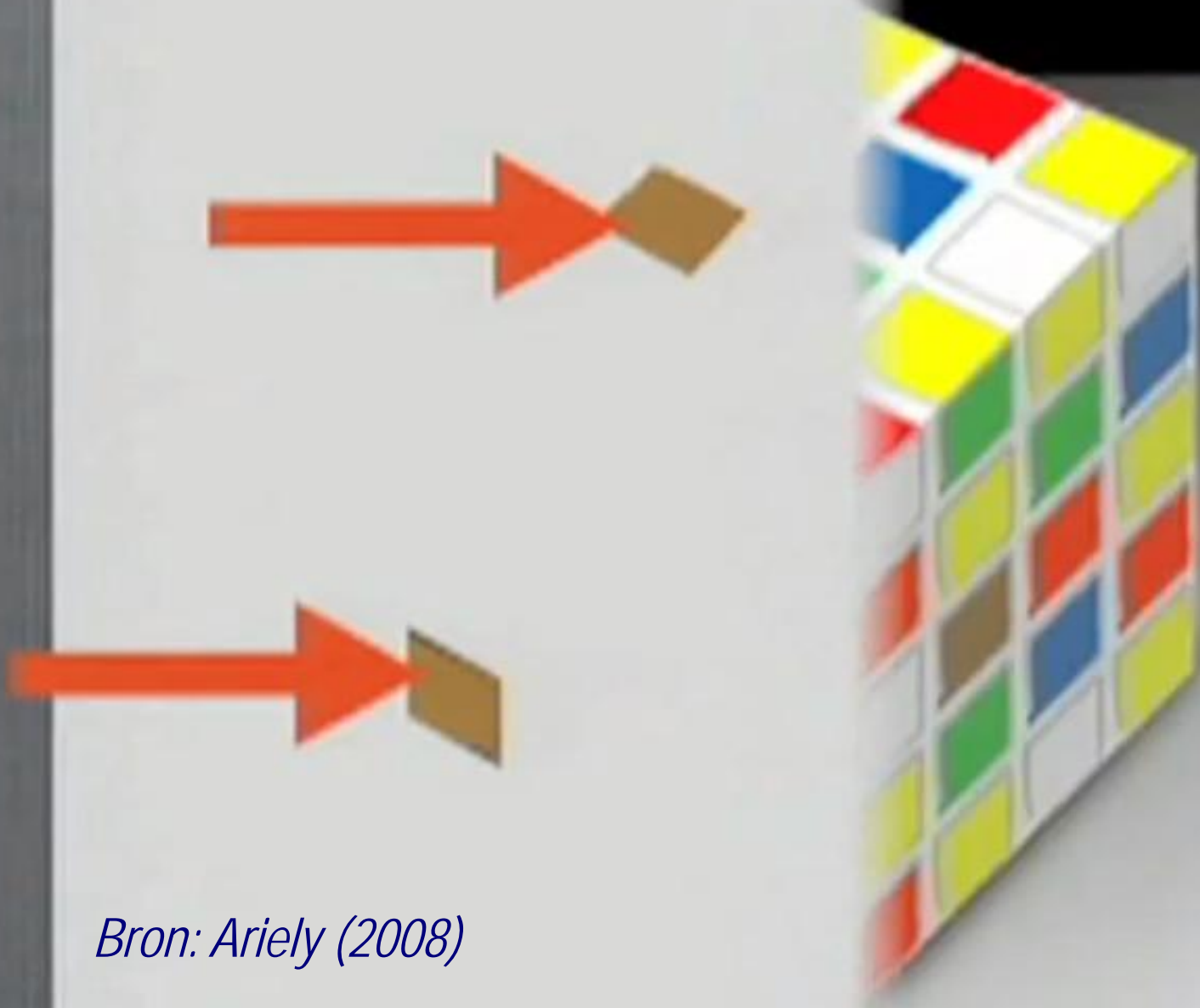


Bron: Ariely (2008)



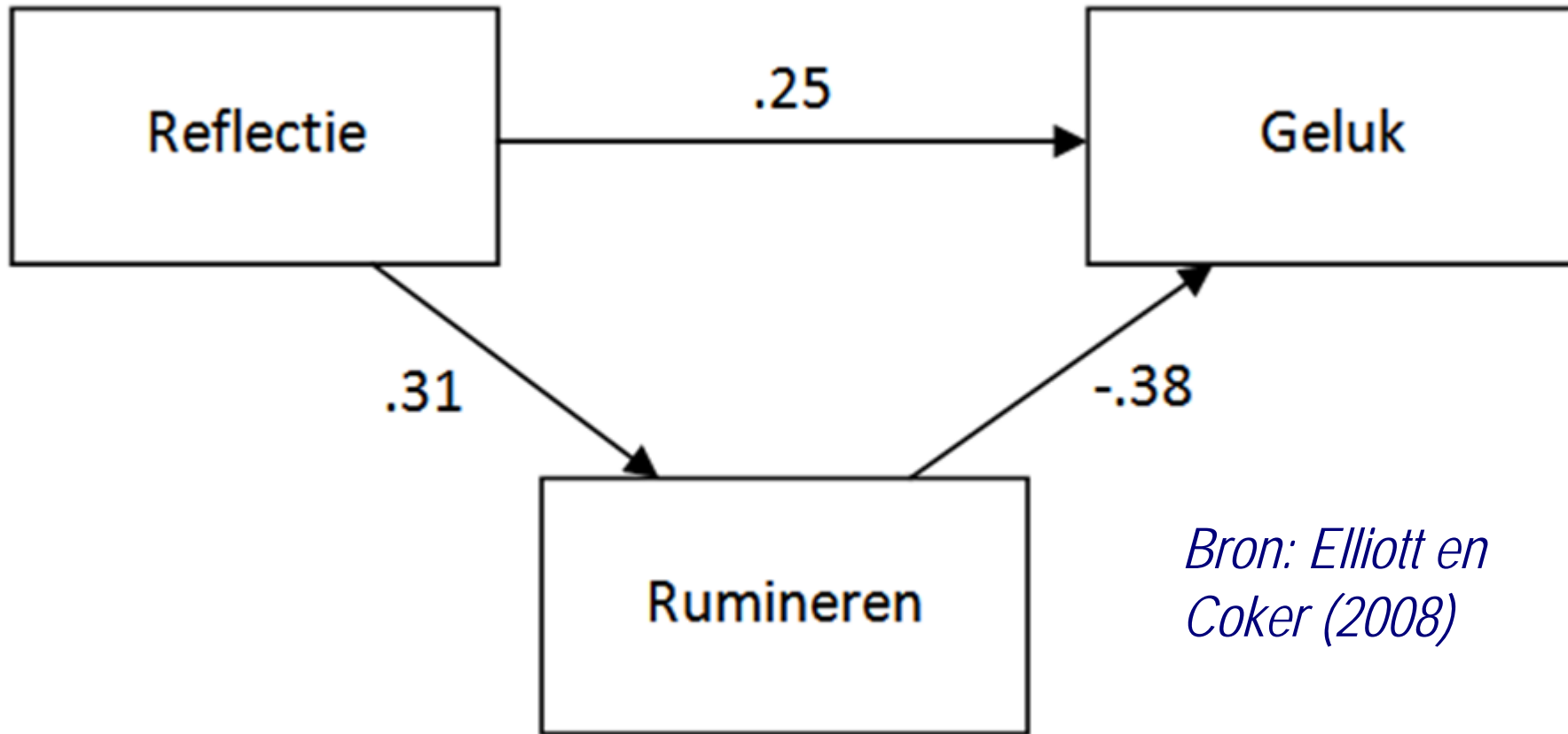


Bron: Ariely (2008)



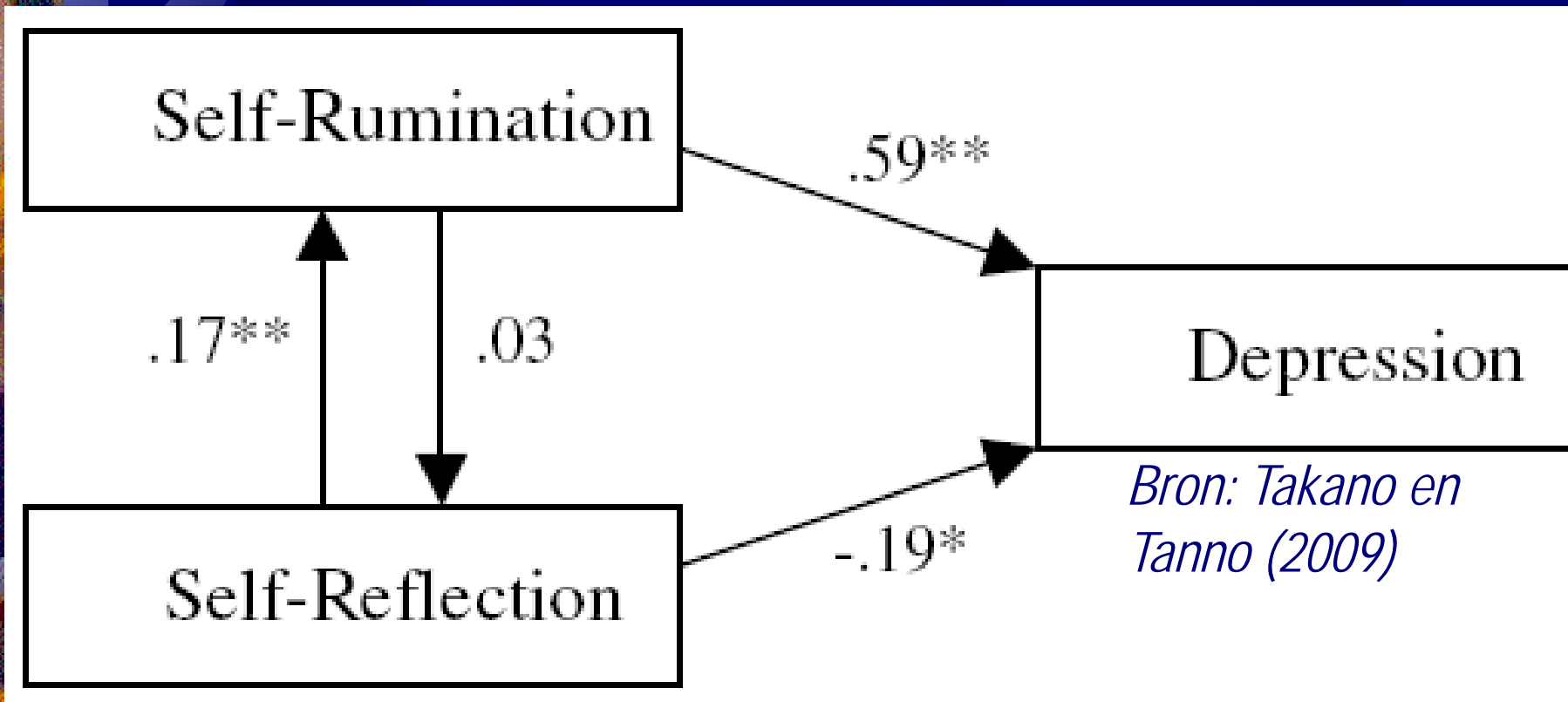
Bron: Ariely (2008)

Risico op rumineren etc.



Bron: Elliott en Coker (2008)

Risico op rumineren etc.



Slecht werkende (zelf)beelden

- Heb jij nog een paar leerdoelen voor me?”
- “Ik wist vaak echt niet wat ik moest opschrijven bij de vraag wat ik had geleerd van de casus van een ander. Dan moet je toch iets verzinnen en dat is best lastig, want het moet wel geloofwaardig zijn.”
- “Mensen geloven echt wat ze verzinnen.”
- Risico op niet-authentieke, ‘entity self-theories’

Vergelijking reflectie in supervisie en in onderwijs

- Leeftijd, ontwikkelingsniveau
 - Autonomie
 - Overzicht
 - Sturing
- Kwaliteit van de begeleiding
 - Professionaliteit begeleider
 - De intensiteit en omvang begeleiding
- Aard van de relatie
 - Paradoxaliteit, 'double bind'
 - Gelijkwaardigheid

Conclusies

- Twee systemen: reflexief en reflectief (Lieberman) of automatisch en deliberatief (Wigboldus)
- Het ene is niet beter of echter dan het andere, het gaat om goede samenwerking
- Sinds Verlichting reflectieve systeem te veel benadrukt
- Actueel te veel reflectie in (beroeps)onderwijs; hype

Conclusies (vervolg)

- Bagatelliseren van het belang van bewust denken is ook een hype
- Te weinig aandacht voor onderscheid tussen effectieve en ineffectieve/schadelijke denkprocessen
- Reflectie moet onderdeel zijn van cyclisch leerproces
- Even belangrijk als denken zijn functies als waarnemen, voelen, voorstellen, willen en doen
- Integratie hiervan is doel van supervisie

Discussie

- Wat is een geschikte didactiek voor reflectie?
 - Hoe bevorderen we de sturing van reflectie (kwaliteitsbewaking, limitering)?
 - Hoe bevorderen we de samenwerking tussen bewuste en onbewuste processen?
-

In groepje:

- Kies 1 vraag
- Formuleer 1 antwoord als advies voor de andere deelnemers in de zaal