

Gibbs' reflectiemodel

Het reflectiemodel van Gibbs is een veelgebruikt model voor gestructureerde reflectie op verschillende gebieden, waaronder onderwijs en gezondheidszorg. Dit reflectieve raamwerk werd ontwikkeld door Graham Gibbs en bestaat uit zes fasen die individuen door een systematisch proces leiden om ervaringen te onderzoeken en ervan te leren. Het is een cyclisch model, wat betekent dat individuen de fasen herhaaldelijk kunnen doorlopen terwijl ze blijven nadenken over verschillende ervaringen en hun begrip blijven verfijnen. Het biedt een gestructureerde en systematische benadering van reflectie, wat een dieper begrip van iemands ervaringen bevordert en continu leren en verbeteren stimuleert.



Hoe:

Doel; effectieve reflectie oefeningen faciliteren met behulp van Gibbs' reflectiemodel om leren en persoonlijke ontwikkeling te bevorderen.

1. Beschrijving; beschrijf de gebeurtenis of ervaring in detail, inclusief gedachten, gevoelens en acties. Geef context en achtergrond om de scène neer te zetten.
2. Gevoelens; onderzoek en verwoord persoonlijke emoties en reacties op de ervaring. Identificeer zowel positieve als negatieve gevoelens in verband met de gebeurtenis.
3. Evaluatie; Analyseer de positieve en negatieve aspecten van de ervaring. Bedenk wat goed ging en wat anders zou kunnen.
4. Analyse; denk na over de diepere betekenis en het belang van de ervaring. Verken de onderliggende factoren, aannames en invloeden die de situatie hebben gevormd.
5. Conclusie; trek conclusies over wat er is geleerd van de ervaring. Overweeg hoe je de verworven inzichten kunt toepassen in toekomstige situaties.
6. Actieplan; ontwikkel een actieplan voor toekomstige scenario's op basis van de reflecties. Identificeer specifieke stappen en strategieën voor persoonlijke en professionele ontwikkeling.

Speciale vereisten:

Zorg voor hulpmiddelen of sjablonen voor het documenteren van reflecties.

Zorg voor toegang tot digitale of fysieke documentatie.

Overweeg reflectie te integreren in de lesroosters of in het rooster op de werkplek

Benodigde tijd:

Denk aan tijd voor persoonlijke dagboeken of groepsdiscussies.

Trek tijd uit voor het ontwikkelen van een doordacht en uitvoerbaar plan.

Trek tijd uit voor het implementeren van een actieplan en later voor een reflectie van de resultaten.

Plan periodieke check-ins of reflectiesessies om de voortgang te controleren.