

# Mehr als ‚Nice to Have‘: Warum Reflexion entscheidend für zukunftsfähige Lehre ist

Autorin: Gitte Köllner

## Warum Selbstreflexion die Zukunftsfähigkeit von Studierenden stärkt

Reflexion ist eine zentrale Voraussetzung für die Zukunftsfähigkeit von Studierenden und Promovierenden. Neben Fach- und Methodenwissen braucht es Räume für kritisches Denken, Selbstverortung und die bewusste Auseinandersetzung mit eigenen Zielen. Genau hier setzt das Teilprojekt „Skills for a Digital Future“ im Rahmen des DigiTaL-Projekts – Digital Transformation Lab for Teaching and Learning an der Leuphana Universität Lüneburg an (gefördert durch die Stiftung Innovation in der Hochschullehre). Wir haben praxisnahe Ansätze entwickelt, wie Reflexion als didaktisches Element systematisch in Curricula verankert werden kann, um Lern- und Transferprozesse gezielt zu fördern.

## Future Skills – mehr als ein Buzzword

In der hochschulischen Diskussion um Future Skills – also zukunftsorientierte, überfachliche Kompetenzen – herrscht Einigkeit: Diese Fähigkeiten sind in einer digitalisierten und dynamischen Welt unverzichtbar (vgl. Ehlers, 2020; vgl. Stifterverband, 2021).

Wir haben uns dabei auf drei Kompetenzfacetten konzentriert (vgl. Ehlers, 2022, S. 17–19):

- **Urteilsfähigkeit:** kritisch-kreatives Denken, Bewerten, Entscheiden
- **Digitalkompetenz:** Potenziale und Grenzen digitaler Technologien verstehen
- **Selbstkompetenz:** Verantwortung für das eigene Lernen und Handeln übernehmen

Während Begriffe wie Urteilsfähigkeit und Selbstkompetenz klassische Bildungsziele sind, gewinnen sie in einer sich wandelnden (Arbeits-)Welt neue Relevanz – und werden im Kontext von Future Skills neu gerahmt. Reflexion nimmt darin eine Schlüsselrolle ein: Im Future-Skills-Framework des Stifterverbands gilt sie als Teil der Urteilsfähigkeit, im Modell von Ehlers als eigenständige Kompetenz und „umfasst die Bereitschaft und Fähigkeit zur Reflexion, also die Fähigkeit, sich selbst und andere zum Zweck der konstruktiven Weiterentwicklung hinterfragen zu können sowie zugrundeliegende Verhaltens-, Denk- und Wertesysteme zu erkennen und deren Konsequenzen für Handlungen und Entscheidungen holistisch einschätzen zu können“ (Ehlers, 2022, S. 18).

## Reflexion als Fundament

Wir verstehen Reflexion – in Anlehnung an die Bildungswissenschaften – als zielgerichteten mentalen Prozess des Hinterfragens, Prüfens und Neubewertens (vgl. Aeppli & Lötscher, 2016, S. 84; vgl. Aufschnaiter et al., 2019, S. 148; vgl. Dewey, 1910, 1997, S. 6; vgl. Gläser-Zikuda et al., 2019, S. 517). In unserem Ansatz unterscheiden wir zwischen internal und external ausgerichteter Reflexion.

- **Internale Reflexion:** z. B. Selbstwahrnehmung, Werte, Haltungen
- **Externale Reflexion:** z. B. Bewertung gesellschaftlicher Entwicklungen, struktureller Zusammenhänge und inhaltlicher Bezüge

Unsere Erfahrung: Spontane mündliche Reflexionen bleiben oft oberflächlich. Schriftliche Reflexion hingegen regt tiefere kognitive Prozesse an (vgl. Flower & Hayes, 1981). Sie zwingt, Gedanken zu Ende zu denken – oder Ungewissheit explizit festzuhalten. Beides ist Teil einer zukunftsgerichteten Reflexionskompetenz.

## Zwei Formate: Deep Dives & Reflection Nuggets

Um Reflexion in Lehrveranstaltungen nachhaltig zu verankern, haben wir zwei Formate entwickelt:

- **Deep Dives – Blick nach innen:** persönliche, nicht bewertete Selbstreflexion im geschützten Raum. Ziel ist die bewusste Auseinandersetzung mit individuellen Zielen, Erfahrungen und Lernprozessen.
- **Reflection Nuggets – Blick nach außen:** inhaltlich ausgerichtete Reflexionen, die Seminarinhalte mit individuellen Perspektiven verknüpfen. Sie fördern den Transfer von Wissen und fließen anteilig in die Prüfungsleistung ein.

## Praxisbeispiel 1: Navigating the Future

Im Master Komplementärstudium haben wir ein Reflexionsformat erprobt, das gezielt die Förderung von Future Skills ermöglicht. Anstelle einer einmaligen Abschlussreflexion wurden die Aufgaben über das gesamte Seminar hinweg kleinschrittig strukturiert integriert:

- **Reflection Nuggets** führten von der Antizipation eines Zukunftsszenarios über die Analyse der Auswirkungen von Digitalisierung bis hin zur Reflexion ethischer Fragen und relevanter Kompetenzen – Future Skills.
- **Deep Dives** ermöglichten eine Standortbestimmung („NOW“), einen Ausblick („LOOK AHEAD“) und eine Rückschau („LOOK BACK“).

So entstand ein begleitendes Reflexionsformat für das Seminar „Navigating the Future: Building Critical Skills for Tomorrow“, welches eine kontinuierliche Auseinandersetzung statt bloßer Rückschau am Ende der Lehrveranstaltung ermöglichte (vgl. Köllner, 2025a). Das komplette Reflexionsformat inklusive aller Aufgaben ist als OER [hier](#) abrufbar.

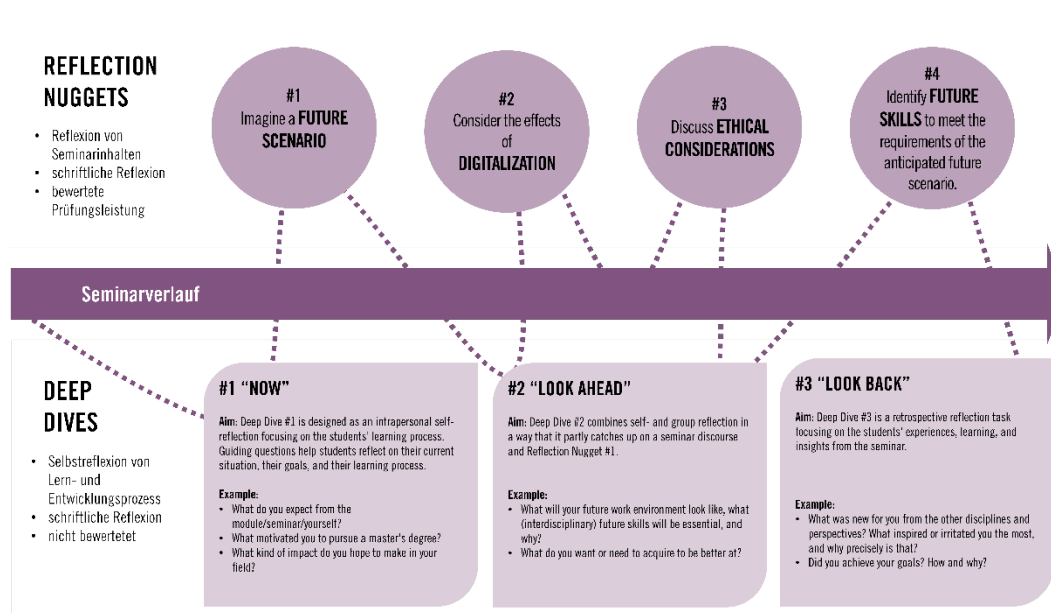


Abbildung 1: Struktur des Begleitformats "Navigating the Future" (vgl. Köllner, 2025c)

## Praxisbeispiel 2: Reflect & Envision

Die digitale, internationale [Spring School 2025 \(„Feature Your Future: Envisioning Research Culture in 2050“\)](#) kombinierte die inhaltliche Auseinandersetzung mit Theorien und Methoden zu Futures Thinking mit dem Anwenden dieser durch das Reflexionsformat.

- **Vorbereitung:** Sechs Wochen vorab bearbeiteten die Teilnehmenden wöchentliche Reflection Nuggets und Deep Dives zur inhaltlichen Vorbereitung auf das Event.
- **Während der Spring School:** Drei „Reflection Spaces“ gaben Raum, Keynotes und Workshops kritisch zu verarbeiten und unterschiedliche Perspektiven einzunehmen.
- **Abschluss:** Ein kollektiver „Check-out“ bündelte individuelle Erkenntnisse und Entwicklungen, machte sichtbar, wie Zukunftsszenarien antizipiert werden.

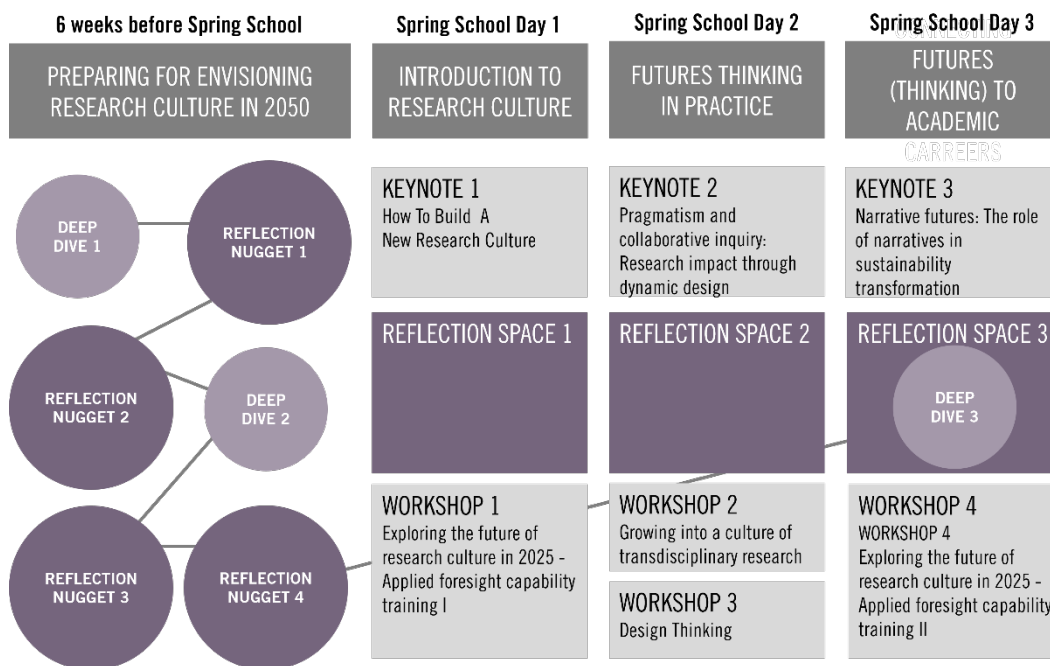


Abbildung 2: Struktur des Begleitformats "Reflect & Envision" (vgl. Köllner, 2025b)

Das komplette Reflexionsformat inklusive aller Aufgaben ist als OER [hier](#) abrufbar.

## KI-Richtlinien

Um eine echte, selbstbezügliche Reflexion sicherzustellen, wurden klare Vorgaben zur Nutzung von KI-basierten Tools gemacht: erlaubt war der Einsatz für Korrektur, Übersetzung oder Strukturierung der Texte (z. B. Blogposts), nicht aber für die Generierung von Inhalten. Entscheidend war nicht sprachliche Perfektion, sondern die authentische Auseinandersetzung, das Begründen und Erklären sowie der individuelle Transfer.

All reflection assignments  
are designed to be a  
personal exploration.  
Authenticity is valued over  
perfection.  
ONLY use AI for language  
correction, spelling or  
structure revision.  
Do NOT use AI for  
generating content.

## Unsere Learnings

Die Evaluation der Reflexionsformate, u. a. qualitative Inhaltsanalyse nach Kuckartz (2018), brachte drei zentrale Erkenntnisse:

1. **Reflection is key.**  
Studierende schätzen die Gelegenheit, eigene Standpunkte und Zukunftsszenarien kritisch zu durchdenken. Reflexion stärkt Verantwortung und Gestaltungskompetenz.
2. **Struktur schlägt Zufall.**  
Reflexion braucht didaktische Rahmung, Zeit und Feedback. Kontinuierliche, kleinschrittige Aufgaben sind wirksamer als einmalige Abschlussreflexionen.
3. **Future Skills gehören ins Curriculum.**  
Urteilkraft, Selbstkompetenz und Reflexionsfähigkeit dürfen keine Nebenthemen bleiben. Sie müssen curricular verankert und mit Lernzielen sowie Prüfungsformaten verbunden werden.

## Literaturverzeichnis

- Aeppli, J. & Lötscher, H. (2016). EDAMA - Ein Rahmenmodell für Reflexion. *Beiträge zur Lehrerinnen- und Lehrerbildung*, 34(1), 78–97.
- Aufschnaiter, C. von, Fraij, A. & Kost, D. (2019). Reflexion und Reflexivität in der Lehrerbildung. *Herausforderungen Lehrer\_innenbildung - Zeitschrift zur Konzeption, Gestaltung und Diskussion*(2), 144–159. <https://doi.org/10.4119/HLZ-2439>
- Dewey, J. (1910, 1997). *How We Think*. Dover Publications, Inc.
- Ehlers, U.-D. (2020). *Future Skills : Lernen der Zukunft - Hochschule der Zukunft*. Springer Nature.
- Ehlers, U.-D. (2022). Future Skills im Vergleich: Zur Konstruktion eines allgemeinen Rahmenmodells für Zukunftskompetenzen in der akademischen Bildung.
- Flower, L. & Hayes, J. R. (1981). A Cognitive Process Theory of Writing. *College Composition and Communication*, 32(4), 365. <https://doi.org/10.2307/356600>
- Gläser-Zikuda, M., Hagenauer, G., Hofmann, F. & Wolf, N. (2019). Reflexion in Lehr-Lernprozessen. In M. Harring, C. Rohlf & M. Gläser-Zikuda (Hrsg.), *UTB Schulpädagogik: Bd. 8698. Handbuch Schulpädagogik* (S. 516–528). Waxmann.
- Köllner, G. (2025a). Navigating the Future. Ein reflexives Lehrkonzept zu Future Skills im Master Komplementärstudium. <https://doi.org/10.48548/pubdata-2462>

Köllner, G. (2025b). Reflect & Envision. Ein Lehr-Lernmaterial für ein Reflexionsformat in der Hochschullehre zum Thema "Envisioning Research Culture in 2050".  
<https://doi.org/10.48548/pubdata-2385>

Köllner, G. (2025c). Skills for a Digital Future. Lehr-Lernmaterial für seminarbegleitende Reflexion zur Förderung von Future Skills in der Hochschullehre. <https://doi.org/10.48548/pubdata-2386>

Kuckartz, U. (2018). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung*.

Stifterverband (2021). Future Skills Framework. <https://future-skills.net/framework>