

Warum Reflexion nach der Gruppenstunde wichtig ist

Eine Gruppenstunde endet nicht mit dem Abschied der Teilnehmenden. Gerade danach zeigt sich oft, was während der gemeinsamen Zeit wichtig war: Wer war beteiligt? Was hat die Gruppe beschäftigt? Wurden die Ziele erreicht? Und was braucht die Gruppe beim nächsten Treffen?

Eine fortlaufende Dokumentation muss dabei kein langer Bericht sein. Stichworte zu Inhalt, Ziel, Teilnehmenden und Beobachtungen können bereits helfen, Entwicklungen sichtbar zu machen.

Reflexion gehört zur professionellen Gruppenarbeit. Sie hilft Dir, Gruppenprozesse nicht nur aus dem Bauch heraus zu beurteilen, sondern Beobachtungen mit den Zielen und dem Rahmen Deines Angebots zu verbinden.

Ein kurzer Blick zurück reicht oft aus

Nicht nach jeder Gruppenstunde brauchst Du eine ausführliche Auswertung. Nimm Dir aber möglichst einen kurzen Moment – allein oder mit Kolleg*innen –, um auf die Gruppe zurückzuschauen.

Die folgenden Fragen können Dir dabei helfen.

Was ist heute passiert?

Halte zunächst fest, was konkret stattgefunden hat:

- Welches Thema oder welche Methode stand im Mittelpunkt?
- Wer war da?
- Gab es Veränderungen bei der Gruppengröße oder Zusammensetzung?
- Was ist besonders gut gelungen?
- Was war herausfordernd oder anders als geplant?

Diese Fragen helfen Dir, nicht nur einzelne Eindrücke festzuhalten, sondern den Verlauf der Gruppe über mehrere Treffen hinweg nachvollziehen zu können.

Was war das Ziel – und was davon wurde sichtbar?

Gruppenarbeit ist zielgerichtetes pädagogisches Handeln. Deshalb lohnt es sich, nach jeder Stunde auf das jeweilige Ziel zurückzukommen.



Frage Dich:

- Welches Ziel hatte die heutige Gruppenstunde?
- Woran konnte ich erkennen, dass die Gruppe dem Ziel nähergekommen ist?
- Was hat die Zielerreichung unterstützt?
- Was hat sie erschwert?
- Muss das Ziel für die nächste Stunde angepasst oder konkreter formuliert werden?

Dabei geht es nicht darum, jede Stunde als „Erfolg“ oder „Misserfolg“ zu bewerten. Manchmal ist es bereits ein wichtiger Schritt, wenn die Gruppe gemeinsam im Raum bleiben, einen Konflikt ansprechen oder eine neue Person einbeziehen konnte.

Wie ging es der Gruppe als Gruppe?

Neben dem Thema einer Gruppenstunde ist immer auch der Gruppenprozess wichtig. Achte darauf, wie die Mitglieder miteinander umgehen und welche Stimmung in der Gruppe spürbar ist.

Mögliche Fragen sind:

- Wie war die Atmosphäre heute?
- Wer hat viel Raum eingenommen – und wer wenig?
- Gab es Momente von Zugehörigkeit, Unterstützung oder gemeinsamer Freude?
- Wo waren Spannungen, Rückzug oder Konflikte wahrnehmbar?
- Welche Rollen haben sich gezeigt oder verändert?

Diese Beobachtungen helfen Dir, die Gruppe nicht nur als Ansammlung einzelner Teilnehmender zu betrachten. Gruppen entstehen durch Interaktion, gemeinsame Ziele, Rollen und ein mögliches Wir-Gefühl.

Was brauchten einzelne Teilnehmende?

Gruppenarbeit richtet sich an die Gruppe – und zugleich an die Menschen in ihr. Deshalb lohnt sich ein Blick auf einzelne Teilnehmende, ohne dabei die gesamte Gruppe aus den Augen zu verlieren.

Frage Dich beispielsweise:

- Konnte jede*r heute beteiligt sein?
- Wer brauchte Unterstützung oder Ermutigung?

- Wer wirkte überfordert, zurückhaltend oder ausgeschlossen?
- Welche Ressourcen wurden sichtbar?
- Was brauchen einzelne Teilnehmende beim nächsten Treffen?

Notiere Beobachtungen möglichst konkret und wertschätzend. Statt „X war schwierig“ kann zum Beispiel festgehalten werden: „X hat sich heute mehrfach aus dem Gespräch zurückgezogen und reagierte auf direkte Fragen nur kurz.“ So bleibt Deine Dokumentation näher an dem, was Du tatsächlich wahrgenommen hast.

Was bedeutet das für meine Gruppenleitung?

Auch Dein eigenes Handeln beeinflusst die Gruppe. Reflexion bedeutet deshalb immer auch, die eigene Rolle in den Blick zu nehmen.

- Welche Intervention von mir war hilfreich?
- Wo hätte ich anders reagieren können?
- Habe ich die Gruppe beteiligt oder zu viel vorgegeben?
- Konnte ich auf Bedürfnisse und Dynamiken flexibel eingehen?
- Was möchte ich beim nächsten Treffen beibehalten, verändern oder ausprobieren?

Wenn Du im Tandem leitest, können diese Fragen besonders gut gemeinsam besprochen werden. Unterschiedliche Beobachtungen sind dabei kein Problem, sondern eine Ressource für die weitere Planung.

Reflexion als Grundlage für die nächste Stunde

Die Dokumentation von Gruppenterminen fragt nicht nur nach Inhalt, Thema und Ziel der Gruppenstunde, sondern ausdrücklich auch nach Bemerkungen, Reflexionen und offenen Fragen. Daraus kann eine einfache Routine entstehen:

- **kurz dokumentieren:** Was ist passiert?
- **gemeinsam reflektieren:** Wie ging es der Gruppe?
- **weiterplanen:** Was braucht die Gruppe beim nächsten Treffen?

So wird Reflexion nicht zu einer zusätzlichen Aufgabe am Ende eines langen Arbeitstags. Sie wird zu einem Teil der Gruppenarbeit selbst.



Gruppenarbeit.info

die Wissensplattform rund um Gruppenarbeit
in der Kinder- und Jugendarbeit und Jugendsozialarbeit



Durchgeführt von

Diakonie 
Württemberg



Wissenschaftliche Begleitung

Reflexionsfragen

- Welche Beobachtung aus der letzten Gruppenstunde beschäftigt Dich noch?
- Woran hast Du erkannt, wie es der Gruppe heute ging?
- Welche Verbindung gab es zwischen dem geplanten Ziel und dem tatsächlichen Verlauf?
- Was möchtest Du weiter beobachten?
- Welche Frage nimmst Du aus der Gruppenstunde in die nächste Planung mit?