

**Nye
perspektiver**

6. Handl
Hvordan vil du
gøre næste gang?

1. Beskriv
Hvad laver du?

En situation

2. Uddyb
Hvad tænker du?

5. Analysér
Kunne du have gjort
det anderledes?

4. Forstå
Hvordan forstår
du situationen?

3. Evaluér
Hvad gik godt, hvad
gik dårligt?

**Teoretisk og
praktisk viden**

**At reflektere betyder
"at kaste tilbage".**

Når du reflekterer,
kaster du dine tanker
tilbage på **konkrete
situationer** – noget
du har oplevet, lavet
eller arbejdet med.

Refleksioner bliver
bedre, når du
inddrager **al din viden**
– både teorier og dine
erfaringer.

Gode refleksioner fører
til **nye perspektiver**
og nye måder at
handle på.

Refleksionshjulet