

«Die Lernenden gewinnen damit viel an Sicherheit»

SEMA© ist ein neues und praxisnahes Reflexionsinstrument. Es wurde für Lernende im Gesundheitswesen entwickelt, eignet sich aber auch für andere Berufe. Was es bewirkt, erklären eine Lernende und eine Berufsbildnerin der Lindenhofgruppe: Aline Habegger (1. Lehrjahr) und Barbara Zingg.

ROLF MARTI

Frau Zingg, welchen Stellenwert hat Reflexion in der Ausbildung Ihrer Lernenden?

Zingg: Sie hilft Lernenden, ihr Handeln zu hinterfragen und herausfordernde Situationen zu verarbeiten. Das stärkt die Fach-, Methoden- und Sozialkompetenz und insbesondere die Selbstkompetenz. Reflexion ist also zentral.

Seit Lehrbeginn 2025 arbeiten alle Lernenden im Beruf «Fachfrau/-mann Gesundheit EFZ» mit dem Reflexionsinstrument SEMA©. Was ist das Besondere daran?

Zingg: Die Lernenden erhalten einen handlichen Fächer, den sie immer dabei haben. Er enthält die vier Stichworte «Situation, Empfindung, Massnahme, Auswirkungen» (siehe Box). Handlungen oder herausfordernde Situationen werden anhand der Stichworte besprochen. Das ermöglicht im Praxis- und Schulalltag, solche Situationen kurz und strukturiert zu reflektieren – mündlich oder schriftlich.



Die Reflexion nach SEMA© ermöglicht im Arbeitsalltag einen nachhaltigen Lerneffekt: Aline Habegger, FaGe-Lernende (links) und Barbara Zingg, Berufsbildnerin Lindenhofgruppe.

Frau Habegger, in welcher Situation haben Sie das Instrument beispielsweise angewendet?

Habegger: Kürzlich sollte ich einem Patienten seine Trinknahrung eingeben. Er weigerte sich – eine ungewohnte Situation, die meine Geduld auf die Probe stellte. Im Nachgang reflektierte ich mein Verhalten mit Barbara und mithilfe des Fächers. Anhand der Stichworte konnte ich ihr schildern, wie die Situation abließ, wie ich reagierte und was daran fachlich und emotional schwierig war.

Was haben Sie dabei gelernt?

Habegger: Barbara gab mir konkrete Handlungsanweisungen. Zum Beispiel, mich neben den Patienten zu setzen, statt ihm frontal gegenüberzustehen. Das wirkt weniger konfrontativ. Sie beruhigte und entlastete mich aber auch durch den Hinweis, dass der Patient bereits am Vortag die Trinknahrung verweigert hatte.

Wie nutzen Sie das Instrument in der Berufsfachschule oder im überbetrieblichen Kurs?

Habegger: Im überbetrieblichen Kurs haben wir kürzlich gelernt, Vitalzeichen wie Blutdruck und Puls zu messen. Einmal erfolgte die Messung direkt nach körperlicher Aktivität, einmal nach einer Ruhepause. Beide Situationen haben wir mit SEMA© reflektiert. Wir erkannten, dass jeder Messung eine Ruhephase vorausgehen muss, um aussagekräftig zu sein.

Wie hat sich das Reflexionsverhalten der Lernenden durch SEMA© verändert?

Infobox

SEMA©: Die vier Buchstaben stehen für Situation (Wie nehme ich die Situation wahr?), Empfindung (Wie geht es den beteiligten Personen?), Massnahme (Was unternehme ich?), Auswirkung (Was bewirkt mein Handeln?). Lernende können mit diesen Fragen ihr Handeln in Betrieb, Berufsfachschule und überbetrieblichen Kursen strukturiert reflektieren.



www.oda-gesundheit-bern.ch/sema

Mehr zur Ausbildung in der Lindenhofgruppe finden Interessierte über den nebenstehenden QR-Code.

Zingg: Die Einsatzzeit ist noch zu kurz, um aussagekräftige Rückschlüsse zu ziehen – obwohl die Lindenhofgruppe am Pilotprojekt beteiligt war. Mein Eindruck: Die Lernenden gewinnen damit viel an Sicherheit. Sie reflektieren eine komplexe Situation in einer bewussten, oft nur wenige Minuten dauernden und klar strukturierten Auszeit mit einer Fachperson. Der Lerneffekt ist deutlich nachhaltiger als bei einem beiläufigen Austausch während der Arbeit.

Hilft SEMA© auch, belastende Situationen besser zu verarbeiten?

Habegger: Ja. Man gewinnt Distanz zum Ereignis und lernt, es richtig einzuordnen. Was belastet mich? Wie kann ich es konstruktiv verarbeiten? Ich nutze den Fächer auch privat – zur Selbstreflexion oder in der Familie.

Zingg: In der Reflexion werden die Gefühle aller Beteiligten thematisiert. Das fördert die Empathie und das Verständnis für sich selbst und für

andere. Man lernt, auch Negatives anzusprechen und Kritik so anzubringen, dass sie nicht verletzt. Umgekehrt lernt man, mit Kritik am eigenen Verhalten umzugehen und zielführende Lösungen zu finden.

Kann SEMA© auch in anderen Berufsfeldern eingesetzt werden?

Zingg: Ja. Es kann in allen Berufen für kurze Reflexionen im Arbeits- und Lernalltag eingesetzt werden. Innerhalb des Gesundheitswesens arbeiten mittlerweile auch die Lernenden im Beruf Assistent/-in Gesundheit und Soziales EBA (AGS) damit.

*) SEMA© entstand in Kooperation mit Gesundheitsberufe Praktische Ausbildung Kanton Bern, Berufsfachschule BFF, Concora und der OdA Gesundheit Bern.

Herausgeber
Mittelschul- und Berufsbildungsamt
Internetseite: www.be.ch/einsteiger
Newsletter: www.be.ch/berufsbildungsbrief
Kontakt: einsteiger@be.ch