

# SEMA © - Reflexionsinstrument

Schulung

17. März 2025





# Programm



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

- Ziele der Schulung
- Mitwirkende der Projektgruppe
- Historie zur Entstehung
- Vorstellung des Reflexionsinstrumentes SEMA
- Vorstellung der Evaluation des Pilotprojektes
- Einsatz SEMA im Alltag
- Bezug Instrument und Hilfsmittel
- Fragen und Schlussrunde



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

# Ziele der Schulung

- kennen das Reflexionsinstrument SEMA
- kennen die Hilfsmittel
- kennen die Anwendungsmöglichkeiten in ihrem beruflichen Alltag





# Mitwirkende in der Projektgruppe



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

- Jana Burri – Fachbereichsleiterin, OdA Gesundheit Bern
- Angela Hirt – Leiterin Regionalstelle Bern Mittelland
- Karin Schnellmann – Leiterin Bildung, Domicil Bern
- Verena Imhof – Bereichsleiterin, Abteilung Berufsbildung, BFF Bern
- Johannes Tanner – Berufsschullehrer, BFF Bern
- Lernende der BFF Bern

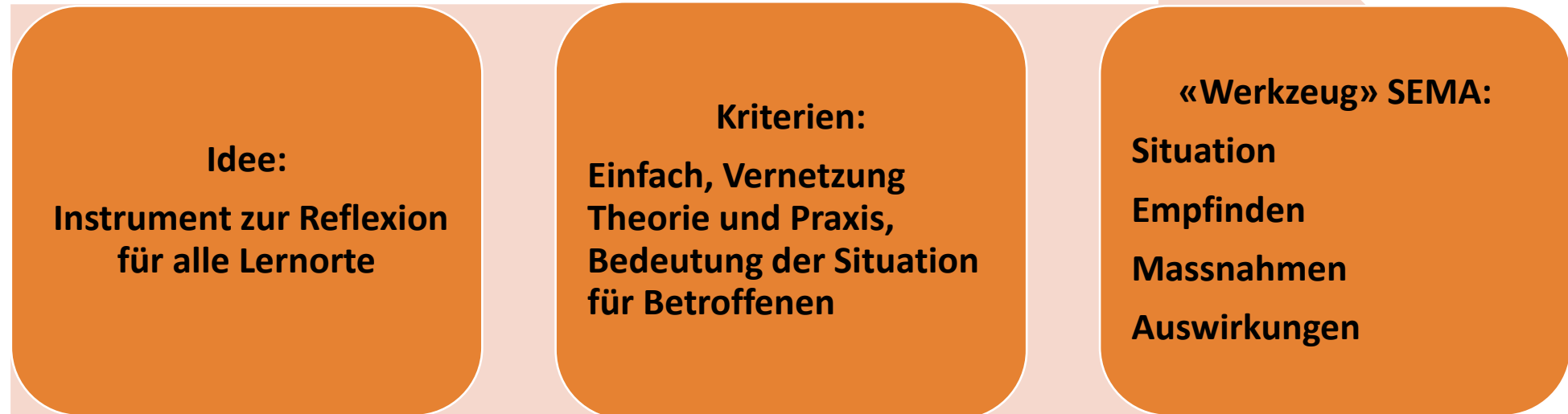
# Historie zur Entstehung



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung





# Vorstellung des Reflexionsinstrumentes SEMA



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## SEMA steht für:

### Situation

Wie nehme ich die Situation wahr?

### Empfinden

Wie geht es den beteiligten Personen?

### Massnahme

Was unternehme ich in dieser Situation?

### Auswirkung

Welche Auswirkungen hat mein Handeln?

# Vorstellung des Reflexionsinstrumentes SEMA



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

S steht für:

**Situation**



# Vorstellung des Reflexionsinstrumentes SEMA



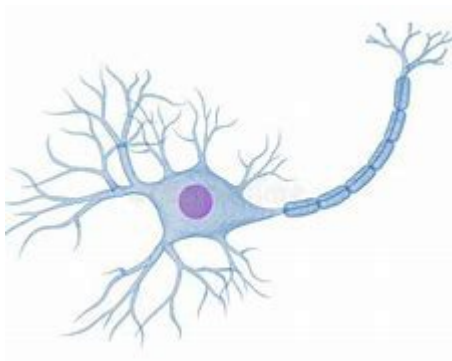
Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

E steht für:

Empfinden



# Vorstellung des Reflexionsinstrumentes SEMA



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

**M** steht für:

**Massnahme**



# Vorstellung des Reflexionsinstrumentes SEMA



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

A steht für:

**Auswirkung**

# Vorstellung des Reflexionsinstrumentes SEMA



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Reflexion mit SEMA an allen 3 Lernorten

- Gemeinsame Sprache
- Einfach
- Zeitsparend
- Kurze bis tiefgründige Reflexion
- Für alle Ausbildungsstufen
- Für jede Situation



# Evaluation des Pilotprojektes



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Einsatz

- 66 % der Lernenden bewerten den Einsatz des «SEMA Reflexionsinstruments» mit «gut bis ausgezeichnet»
- 34 % mit «genügend bis befriedigend»
- 80 % der Lehrenden bewerten den Einsatz des «SEMA Reflexionsinstruments» mit «gut bis ausgezeichnet»
- 20 % mit «genügend bis befriedigend»



# Evaluation des Pilotprojektes



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Reflexionsdauer

- Die individuelle Reflexionsdauer bewegt sich zwischen 5 und 30 Minuten.
- Als durchschnittliche Reflexionsdauer resultieren 10 - 12 Minuten.



# Evaluation des Pilotprojektes



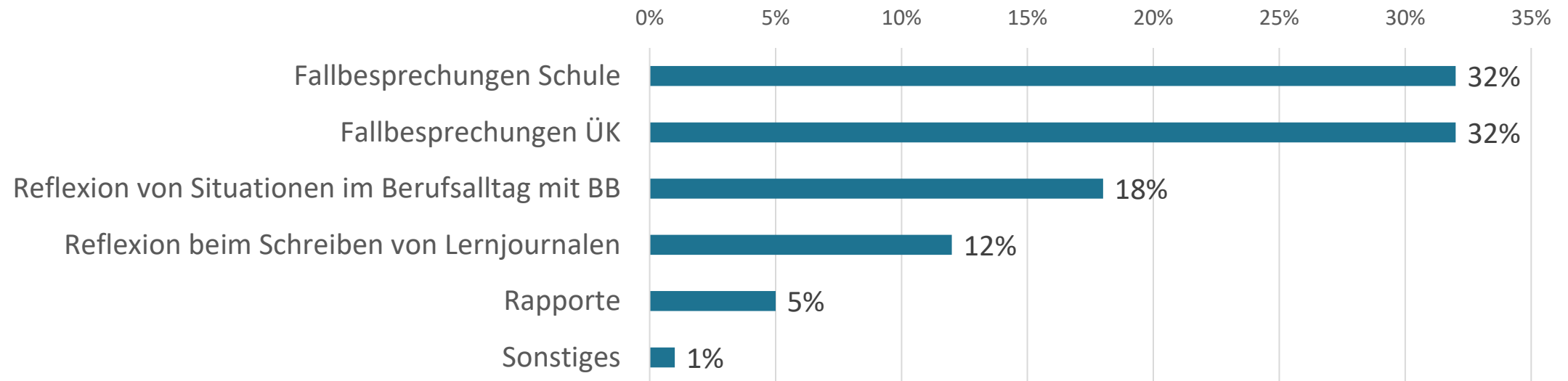
Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Nutzungsverhalten des «SEMA Reflexionsinstruments» in verschiedenen Situationen

- Mit je 32 % liegen die Einsätze des «SEMA Reflexionsinstruments» bei Fallbesprechungen in der Schule und bei Fallbesprechungen ÜK seitens der Lernenden am höchsten.
- Auf Reflexionen im Berufsalltag mit Berufsbildner/innen und beim Schreiben von Lernjournalen entfallen 30 % der rückgemeldeten situativen Nutzungen.



# Evaluation des Pilotprojektes



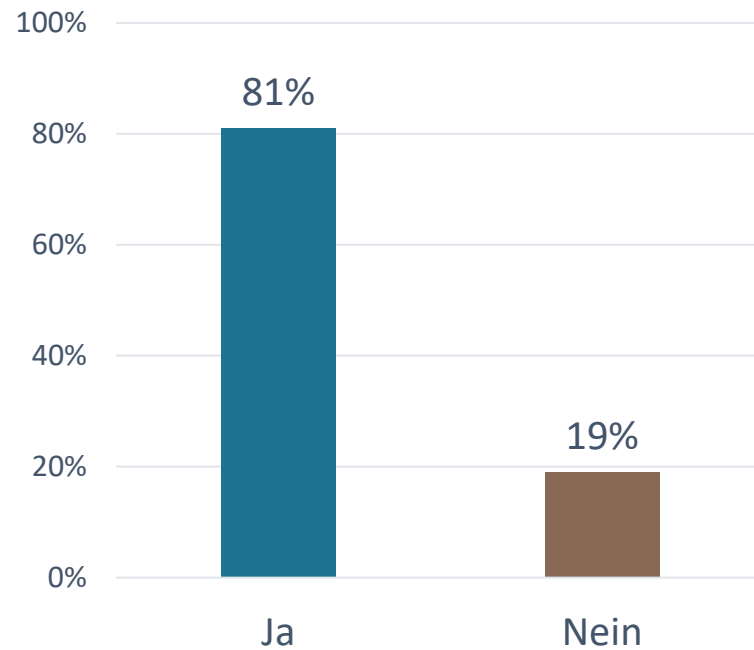
Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

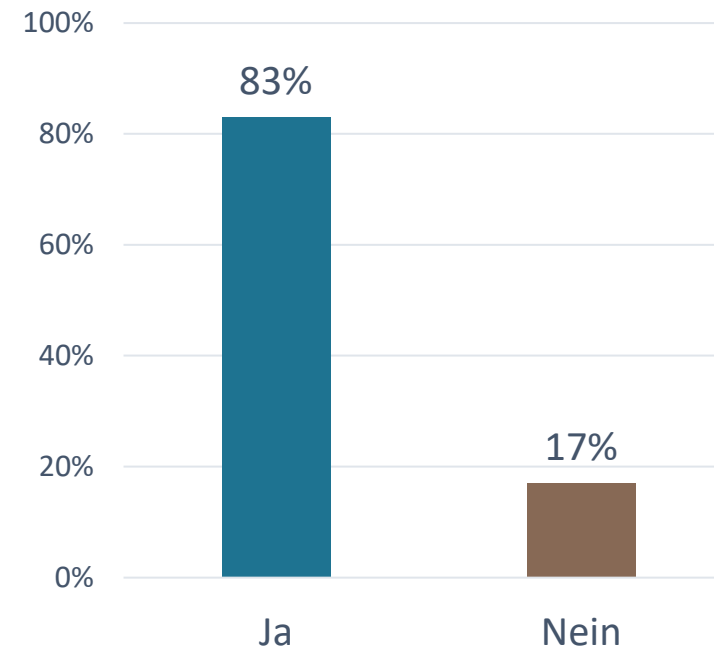
Für eine starke Bildung

## Weiterempfehlung

### Lernende



### Lehrende





# Evaluation des Pilotprojektes



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Einige Aussagen der Lernenden

- Unterstützt mit den gleichen Fragen bei unterschiedlichen Situationen. Reflexion wird gut geleitet. Einfacher, um Sachen aufzuschreiben.
- Es hilft mir, Gefühle besser zu reflektieren und zu verstehen, wie sie eine Situation beeinflussen können. Die Auswirkung der Massnahme hilft mir herauszufinden, was ich beim nächsten Mal besser machen kann.
- Um eine passende Massnahme zu finden und professionell zu reagieren
- Indem ich schrittweise vorgehe.
- Sehr gute Hilfe, übersichtlich und selbsterklärend
- Bessere Orientierung bei Reflexionen
- Genauere, gut geleitete Reflexion
- Man hat einen Leitfaden, dadurch fällt es leichter, Situationen mit Struktur zu bearbeiten.
- Roter Faden, wonach die Situation reflektiert werden kann



# Einsatz SEMA im Alltag



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Situation

### Wie nehme ich die Situation wahr?

- Was beobachte ich?
- Wer ist daran beteiligt?

## Empfinden

### Wie geht es den beteiligten Personen?

- Welche Gefühle nehme ich wahr?
- Wie gehe ich mit diesen Gefühlen um?

## Massnahme

### Was unternehme ich in dieser Situation?

- Welche Erfahrungen wende ich an?
- Welche Ressourcen wende ich an? (Kenntnisse, Fähigkeiten, Haltungen)

## Auswirkung

### Welche Auswirkungen hat mein Handeln?

- Welches Vorgehen plane ich und warum?
- Würde ich in einer ähnlichen Situation gleich/anders handeln?



# Einsatz SEMA im Alltag



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

- Rollenspiel zur Anwendung von SEMA
- Austausch in Gruppe:
  - ➔ Wie setze ich "morgen" SEMA ein?
- Plenum:
  - ➔ Wem sind Situationen in den Sinn gekommen? Welche?



# SEMA - Dein Handeln zeigt Wirkung



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## SEMA – Spiel ... eine Idee

### SEMA - eine Spielanleitung

**Ziel:** Anhand einer minimalen Beschreibung vervollständigen die Spielmitglieder eine beispielhafte Situation anhand der vier Schritten nach SEMA.

**Spieldauer:** Pro Person und Reflexionsbeispiel wird eine zeitliche Dauer von ca. 3-5 Minuten vorgeschlagen.

**Spielmaterial:** Zur Spielanleitung gehören 40 Karten: 10 Karten sind mit einer Situation (S) ausgefüllt, 10 Karten mit einer Empfindung (E), 10 Karten mit einer Massnahme (M) und 10 Karten mit einer Auswirkung (A). Pro Reflexionseinheit ist je ein Feld im Voraus ausgefüllt. Die übrigen drei Felder gilt es von der Person, welche an der Reihe ist, zu ergänzen.

#### **Spielanleitung:**

16 Karten, in sich gemischt, liegen mit ihrer Rückseite nach oben auf dem Tisch (verteilt oder auf einem Stapel).

**Mündliche Runde:** Ein/e Spieler:in nimmt eine Karte. Sie/er liest den Text, welcher auf einem der Felder steht, laut vor. Es ist ihre/seine Aufgabe auf der Spielkarte die restlichen drei Felder sinnhaft und nachvollziehbar zu vervollständigen.

**Schriftliche Runde:** Alle Spieler:innen nehmen zeitigliche eine Karte. Sie haben 3' Zeit, um sich Notizen zu machen. Wie bei der mündlichen Runde auch, wird dabei der Text, welcher auf einem der Felder steht, gelesen. Mit Stichworten werden die drei restlichen Felder ergänzt.

Im Uhrzeigersinn stellt ein/e Spieler:in nach der/m anderen die Situation vor.

Als Sie das Bett von Frau Bächler hochfahren, um die Intimpflege im Bett durchzuführen, sagt diese zu Ihnen:“ Könnten Sie das Bett nicht auch einfach hochfahren in den Himmel? Ich wäre bereit dazu!“

Mein Kopf kommt nicht zur Ruhe. Habe ich an alles gedacht? Habe ich wirklich alle Heparine in der korrekten Dosierung verabreicht? Was würde geschehen, falls nicht? Die 300.-, welche Frau Bürgi auf sich hatte, habe ich in unserem Safe eingeschlossen, wenn sie trotzdem gestohlen werden?

Das will ich unbedingt  
zuerst mit der  
diplomierten  
Pflegefachfrau  
besprechen.



Seine Tochter ist nun  
ruhiger und versteht,  
weshalb sich das  
Behandlungsteam so  
entschieden hat.

# Konkrete Unterrichtsbeispiele

- Struktur geben mit SEMA
- Kompetenzen nachweisen mit SEMA



## Schlüsselanhänger

- Die Lernenden erhalten Schlüsselanhänger am ersten ÜK-Tag. Kostenübernahme durch OdA Gesundheit Bern.
- Betriebe und Berufsfachschulen können die Schlüsselanhänger bei der OdA Gesundheit Bern beziehen. Kostenübernahme durch die Betriebe und die Berufsfachschulen (zwischen CHF 18.00 – CHF 20.00).

Bestellung – ab April 2025 – OdACloud

# Bezug Instrument und Hilfsmittel



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Beiblatt / SEMA Spiel / Film /weitere Informationen

OdACloud

### Reflexionsinstrument SEMA

**SEMA**®  
Reflexionsinstrument



Das SEMA®-Reflexionsinstrument inkl. aller Inhalte ist urheberrechtlich geschützt. Eine Vervielfältigung oder Veröffentlichung, ohne Genehmigung, ist nicht gestattet.

In Kooperation entstanden mit



# Kontakt Daten bei Fragen



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

## Praxis

Angela Hirt [ueza.bernmittelland@lindenhofgruppe.ch](mailto:ueza.bernmittelland@lindenhofgruppe.ch)

## Berufsfachschule

Verena Imhof [verena.imhof@bffbern.ch](mailto:verena.imhof@bffbern.ch)

## ÜK

Jana Burri [j.burri@oda-gesundheit-bern.ch](mailto:j.burri@oda-gesundheit-bern.ch)

- Webinar für Fragen:
  - Montag, 03. November 25, 17:30 – 18:30Uhr
- Weiterbildung zu «Lernen im Alltag» in allen Regionen:
  - Burgdorf, 18. November 2025
  - Biel, 11. Dezember 2025
  - Bern, 22. Januar 2026
  - Spiez, 24. Februar 2026
- Intervision in den Regionen und an den Fachforen



Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

# Fragen





Gesundheitsberufe  
Praktische Ausbildung Kanton Bern  
*Réseau de formation des  
professions de la santé du canton de Berne*

oda  
gesundheit  
bern

Für eine starke Bildung

# Besten Dank für die wertvolle Mitarbeit