

Tallinna Ülikool
Kasvatusteaduste Insituut

Minu areng reflekteeriva õppija-uurijana

Koostaja : Mariya Tyutina

Tallinn 2014

Mina ja refleksioon

Oli raske reflekteerimisega alustada. Polnud piisavalt pädev lausete kokku panemises ja oma mõtete väljendamis. Koolis aga olin harjunud kõike pähe õppima, mis kuulub mitte-refleksiivse õppimise alla (Jarvis, 1998). Isegi kui pidasin tihti sisemas monolooge, polnud kuidagi lihtne neid lõpuks paberile ilmutada. Refleksioonioskus ei tule iseenesest, vaid vajab teadmisi, oskusi, harjutamist ja sobivaid tingimusi (Karm, 2007). Sellest oli alguses raske aru saada, sest refleksioon tundus lihtsa mõistena. Küll aga reflekteerimist tegi raskemaks refleksioonide avalik postitamine. Kuna pole varem oma kogemusi teadvustanud, oma mõtlemisele mõelnud, ei olnud ma valmis ka selleks, et keegi hakkaks lugema minu refleksioone ja neile hinnanguid andma. Hiljem mõeldes põhjustele, nägin, et lüngad olid tekkinud mitte nõrgas väljendusoskuses, vaid enesehinnangus. Olin nii kinni mõttes, kes mida millest mõtleb. Eelkõige milline mulje jääb teistel minust kui nad hakkavad minu refleksioone lugema. Probleemidele standartsete lahenduste leidmine (Karm, 2007) oli ka mulle omane.

Refleksioon on koolitaja professionaalse arengu eeldus (Krabi, 2005). Refleksioon on sügav, uuriv mõtisklus enda kogemuste üle, mis hõlmab uskumuste, stereotüüpide, hoiakute, eelarvamuste, teadmiste ja väärtuste teadvustamist, kirjeldamist (Krabi, 2005). Alguses oli raske kirjeldada kõiki oma stereotüüpe, uskumisi, hoiakuid, sest pole harjunud teadvustama endale neid. Õppimine leiab aset alati, kui tekib konflikt keskkonna ja meie isiklike kogemuste vahel (Jõgi & Karu, 2011).



Otsisin pidevalt oma tegevustele õigustusi, mis on refleksiooni üheks takistuseks (Skorobogatov, 2009). Hiljem kui hakkasin aina rohkem mõtlema, miks mul ei tule reflekteerimine välja, märkas, et ei mõtle refleksiooni praktilisele poolele, vaid teoreetilisele. Koolist tulnud harjumus õppida kõik teooria järgi, jättis oma jälje.

Tulevikus plaanin jätkata reflekteerimist. Tahan õppida sügavuti reflekteerima. Eelkõige tahan jäädvustada oma kogemusi ja tulla lähemale iseendale. Plaanin võtta ette oma väljendusoskus ja avalik esinemine. Kirjalik reflekteerimine paneb mõtted jooksva teistmoodi ja tean, et see on hea viis, et õppida olema pädev nii suuliselt kui ka kirjalikult.

Mina ja enesekindlus

Suur pagas mõtestamata ja analüüsimata kogemusi kasvatasid minus ebakindlust. Ma olin ju nii palju üle elanud, kuid üheski asjas polnud ma kindel. Refleksioonid aitasid panna kahtluse alla minu enesekindlust, mis omakorda aitas mul teadvustada probleemi olemasolu. Samas olen täheldanud, mida lähedasemaks muutuvad inimesed minu jaoks, seda rohkem on mul enesekindlust ja seda vabamalt saan ka ennast väljendada ja oma huvide eest seista. Tulles uude gruppi on minu enesekindlus nullpunktis. Mulle tundub, et kõik on minust paremad ja mina ei oska mitte midagi. Olen paljudes asjades kergelt mõjutatav. Igal inimesel on oma arvamus. Kuid raske on arvamust kaitsta, kui see tegelikult ei ole sinu arvamus, vaid sa oled selle endale omistanud. Reflekteerides oma kogemusi ja läbielatud situatsioone, tulen ma aina lähemale just tekkepõhjustele, mis aitavad luua tervikut ja märgata olemasolevaid mõtte- ja käitumismustreid.



Tulevikus tahan arendada oma enesekindlust, olla enesekindel, kuid mitte üleolev. Saada üle oma kartustest ja kasvatada endas julgust näha asju sellistena nagu nad on.

Mina ja rollid

Rollide teema tõusis esile siis, kui suhted lähedastega olid pingelisemaks läinud. Ühel momendil märkas, et mõtlen ainult koolile ja tööle. Kuid ma ei mõtle sellele, kes ma olen tööl, kes ma olen koolis ja kes ma olen kodus. Iga roll, mida ma täidan, nõuab tähelepanu. Suhted emaga võivad halveneda mitte selle tõttu, et ema on raske inimene, vaid sellepärast, et suhted on roostetama hakanud. Ma olen harjunud, et ta on ema ja teab niikuinii, et armastan teda. Kuid ta on ju ka inimene, kes mõtleb ja näeb asju omamoodi.

Tulevikus tahan rohkem pöörata tähelepanu peidetud probleemidele. Tahan rohkem väärtustada peresiseseid suhteid ja läbisaamisi. Tahan rohkem tunda õppida oma pereliikmeid, toetada neid ja abistada. Õppida kuulama oma lähedasi ja olla neile toeks.

Mina ja töö

Minu elus mängivad nii õpingud kui ka töö suurt rolli. Kooli ja töö sümbioos võimaldavad mul säilitada elus dünaamilisust ja vürtsi. Koolis saadud inspiratsioon võimaldab mul teha minu tööd kirega ja paneb silma särama. Läbitud kursuse jooksul panin tähele, et ka suhted tööl hakkasid muutuma paremuse poole. Rutiinsed tööülesanded muutusid järsku huvi pakkuvateks. Iga untsu läinud situatsioon tekitas minus rõõmu : +1 kogemus, mida saan reflekteerida. Kui elada mõttega, et kõik kogemused on positiivsed ja hiljem aitavad meil eesmärkide saavutamisel kaasa, siis elu kunagi ei muutu igavaks või raskeks. Palju konflikte on tekkinud töö juures just minu soovist toppida alati oma nina igale poole. Konfliktid ei ole kadunud, kuid nende hulk kahaneb. Otsides konfliktide tekkekohti, vaadeldes neid, nägin , et tihti minu arvamus ei paranda inimeste maailmapilti ja kui ma midagi jätan ütlemata, keegi sellepärast ei sure.



Tulevikus tahan toetada oma arengut nii koolis kui ka tööl. Plaanis on lähitulevikus minna koolitusele, et paremini toime tulla tööväljal. Proovin muuta oma tööelu stressi-ja konfliktivabaks. Tähtis on aru saada konflikti olemusest ja teadvustada konflikti küpsemise erinevad etapid ning märgata neid. Üheks eesmärgiks on ka nõudlikkus iseenda suhtes. Olen harjunud oma töökeskkonnaga ning mõnikord tegevused muutuvad liiga automaatseteks, mis võib muuta töötamist liiga üksluiseks. Eesmärk on arendada oma oskust kuulata inimesi ja vältida konflikte.

Mina ja visualiseerimine

Visualiseerimine on efektiivne õppimisvõimalus konkreetset minule. Seda tundsin üht visualiseerimisülesannet tehes. Samas visualiseerimisel on omad head ja vead. Fotorefleksiooni käigus kogesin seda, et pühendan rohkem aega ja energiat töö visuaalsele poolele, püüdes seega varjata ebapiisavat väljendusoskust. Mulle meeldib midagi teha, kui ma oskan seda teha hästi. Hetkel ma ei ole piisavalt rahul oma tekstide vormi poolega. Just sellepärast mulle meeldivad visuaalsed ülesanded. Minu kaitsemehhanismid lihtsalt hüppavad rõõmust, sest järjekordne nõrk koht on kaitstud. Fotorefleksioon on iseenesest loov ülesanne. Selle ülesanne tegemisel, esimest korda seadsin kahtluse alla minu arusaamist refleksioonist. See aitas kõvasti minu kui reflekteeriva õppija arengule kaasa. Kuna varem olen kartnud midagi kahtluse alla seada. Mul oli mugavam mõelda

sellele, et kõik on korras, ma saan kõigest aru, sest vastasel juhul peaksin ma uuesti kõik algusest peale alustama ja endale asjad selgeks tegema.

Tulevikus pööran rohkem tähelepanu õpinguid toetavatele meetoditele. Selgitan välja, mis aitab mul paremini uuest informatsioonist aru saada ja mis vastupidi takistab.

Mina ja hiline mised

Olen oma hiline misest mitu refleksiooni kirjutanud. Nende käigus minu suhtumine iseenda hiline misesse on mõnevõrra muutunud. Otsustasin, et selle asemel, et ennast süüdistada, proovin aktsepteerida sellist huvitavat, kuid segavat harjumust. Refleksioonide käigus selgus ka see, et mulle „meeldivad“ lõpetamata asjad. See takistab paljude eesmärkide elluviimist. Samuti on raske märgata tulemusi kui kõik asjad on alati lõpetamata. Otsustasin, et hiline misest ma ikkagi tahan lahti saada. Seepärast tuli nendest kohe mitu refleksiooni ja usun et tuleb veel.



Tulevikus näen ma ennast kui punktuaalset inimest, kellest teised inimesed hakkavad eeskuju võtma. Hiline mine on minu jaoks nõrkus, millest ma isiklikult soovin vabaneda. Samuti püüan mitte koormata ennast liigsete kohustustega. Pare m teen ühe asja, kuid hästi.

Kasutatud kirjandus

Jarvis, P. (1998). *Täiskasvanuharidus ja pidevõpe. Teooria ja praktika*. Tallinn: Kirjastus SE&JS.

Jõgi, L., & Karu, K. (2011). Koolitajale õppimisest. rmt: T. Märja, *Koolitaja käsiraamat* (lk 146-174). Tallinn: Kirjastus SE&JS.

Karm, M. (2007). Refleksioon koolitaja õppimises. Eesti täiskasvanukoolitajate.

Krabi, K. (2005). Õppejõu professionaalne areng. rmt: L. Jõgi, & T. Ristolainen, *Õppimine ja õpetamine avatud ülikoolis*.

Skorobogatov, G. (2009). Arusaam refleksioonist täiskasvanukoolitaja refleksiivses praktikas.