**AETERNUMI KOOLITAJA REFLEKSIOONI TÖÖLEHT**

Mõistena on refleksioon aktiivne eksplitsiitne (*ing. k. explicit*) mõtlemise protsess, mille raames mõtestatakse ning analüüsitakse oma toimimist ja kogemusi, seostades neid teoreetiliste teadmistega, mille tulemusel toimub muutus. Refleksioon aitab koolitajal teadvustatult muuta seni kasutatud lahendusi, strateegiaid ja toimimist.

**„Saka ring“.** Vali välja hiljutine koolituspäev või -kursus, mis on sinu jaoks olnud eriline – kas positiivses või negatiivses mõttes. Varu aega, vähemalt ühe tunni ning Saka ringi abil vasta lihtsatele reflekteerimist toetavatele küsimustele.

**Uus kogemine:**

Uue tegevuse rakendamine

**Arengu kavandamine:**

Mida teen järgnevalt?

**Põhjendamine:**

Miks läks nii? Mida ütleb teooria?

**Hindamine:**

Kuidas läks?

**Detailne kirjeldus:**

Mida tegin?

**Isikliku tähenduse loomine:**

Mida õppisin?

**Minu kogemus**

(Konkreetne koolitus)

**Joonis 1*.*** *Refleksiooni ring – „Saka ring“*

Alusta oma kogemuse kirjeldamisest. Kogemusena võib käsitleda kas kogu koolitust, ühe teema käsitlust, meetodit, mida rakendasid või konkreetset situatsiooni, mis reflekteerimist vajab. Kirjelda kogemuse võimalikult põhjalikult ja detailselt. Märgi ära kõik aspektid, mis kogemusega kaasnesid. Too välja mida tegid ise, mida tegid teised ja milleni see kõik viis. Eraldi võib peatuda ka enda ning koolitatavate emotsioonidel, mis antud kogemusega kaasnesid. Anna kogemusele pealkirja.

Järgmise etapina proovi anda kogemusele ning saavutatud olukorrale hinnanguid. Abiks on küsimused: *Kuidas mul läks? Kas saavutasin seda, mida tahtsin? Kas olen olukorraga rahul? Mis läks teisiti? Millega ei ole rahul?* Hinnangute andmine aitab ära määratleda probleemi, millele oma refleksioonis keskenduda.

Hinnangute alusel proovi põhjendada saavutatud ja saavutamata tulemusi. Selleks pöördu oma varasema kogemuse poole – *kas sarnaseid situatsioone on juba olnud? Milliseid lahendusi kasutasin? Millised olid tulemused?* Võrdle oma kogemust kolleegide kogemusega, kellel on sarnaseid olukordi esinenud. Loe teemakohast kirjandust ja uuri, *mida ütlevad teoreetilised allikad selliste olukordade ja nende lahenduste kohta?* Kui oled võimalikud põhjendused leidnud, sünteesi neid ning sõnasta oma isiklikku käsitlust, mis konkreetses või sarnases olukorras Sinu hinnangul töötab kõige paremini. Seejärel kavanda oma tegevused edaspidiseks, et olla valmis, kui taoline situatsioon ilmneb. *Mida teed teisiti? Mida jätad oma tegevuses muutmata?* Kui tunned vajadust, sõnasta ka oma arengu vajadused. *Kuidas saad ennast täiendada kirjanduse abil? Milline koolitus oleks abiks? Millisest kogemusest puudust tunned?* Järgmisel korral, kui oled sarnases olukorras, rakenda seda, mida oma refleksioonist õppisid ning pärast uut kogemust korda oma refleksiooni ringi.

Pea meeles! Kõikidele nendele ja muudele küsimustele vastates, ole iseendaga aus – just ausus ja siirus lisavad Sinu refleksioonile autentsust ja muudavad refleksiivne praktika võimalikult efektiivseks.

**TÖÖLEHT**

**Minu kogemus**

Konkreetne koolitus

**Detailne kirjeldus:**

Mida tegin?

**Hindamine:**

Kuidas läks?

**Põhjendamine:**

Miks läks nii? Mida ütleb teooria?

**Isikliku tähenduse loomine:**

Mida õppisin?

**Arengu kavandamine:**

Mida teen järgnevalt?

**Uus kogemine[[1]](#endnote-1):**

Uue tegevuse rakendamine

1. See punkt jääb täitmiseks pärast järgmist sarnast kogemust [↑](#endnote-ref-1)