

Refleksioonist noorsootöötajatele

Eesmärk:

- Anda võimalikult palju praktilist sisendit, mida nad saaksid ära kasutada
- Näidata erinevaid viise refleksiooni tegemiseks

Kirjeldus:

- 2,5-3 tundi kokku
- 4-6 noorsootöötajat
- soovisid praktilisi viise teada saada refleksiooni tegemiseks

Mida vaja teha:

- [Slaidid](#)
- Enda nimi välja kirjutada
- Kaasa:
 - Paberid
 - Pastakad
 - Enda märkmik

Ajakava:

00.00-00.15 - Soojendus, sissejuhatus

- 00.00-00.10 - Soojendus nime ülesande näol (iga inimene teeb teise inimese kohta kirjeldava postri nn, kasutades tolle inimese nime igat tähte, nt Merili puhul m-motiveeriv, e-eeskuju, r-rõõmus, i-innukas jne)
 - 00.00-00.05 - Aega teha postrit + selgitus ülesandele
 - 00.05-00.10 - Jagame postreid (mina teen siin märkmeid endale teistest)
- 00.10-00.15 - Sissejuhatus tänasesse
 - Kes mina olen (mis mind inspireerib, kust tulen, miks refleksioonist hea rääkija, Huggy)
 - Tänase eesmärk
 - Mis kellegi ootused?
 - Lühike ajakava

00.15-00.30 - Väike peegelduse katsetus

- 00.15-00.20 - Vabatahtlikku? Super. Sinu ülesanne on nüüd teha meie seas peegeldust ehk refleksiooni meie siiani tehtu osas. Aega selleks ligikaudu 5 minutit.
- 00.20-00.30 - Analüüs
 - Kuidas läks?
 - Mille järgi tegid?
 - Kuidas teistele meeldis?
 - Mis paremini

00.30-00.45 - Refleksioon, mis ja miks küll?

- 00.30-00.35 - Mis on refleksioon? Arutelu.
- 00.35-00.45 - Jagab miks refleksioon on hea
 - Mõistad paremini miks miskit juhtub - ülikoolis keskendumine
 - Suurem eneseteadlikkus - mina ja trenn
 - Võimalus tugevaid emotsioone lahti harutada - rõõmutunded

- Näed muutusi ja jälgid protsessi - mina ja toitumine
- Saad väikeste sammude võrra paremaks muutuda - raamatute lugemine
- By analyzing yourself, you can change the whole world. - Anku Sohu
- Knowing yourself is the start of all wisdom. - Aristotle
- Enda lugu

00.45-01.20 - Refleksiooni põhitõed

- 00.45-00.55 - Hea refleksioon, milline? Halb refleksioon, milline?
 - Teeb nendega ajurünnakut kuidas selle osas läheneda
- 00.55-01.05 - Kaks moodust kuidas läheneda: Kolb ja muu
 - Millal milliselt läheneda moodusele
- 01.05-01.20 - Ülesanne: luua enda pooleteisestunniline näidistöötüba [Siin paremini selgitada, näidet tuua](#)
 - 01.05-01.15 - Aeg loomiseks
 - 01.15-01.20 - Mida keegi lõi, mis vormi kasutas?
- 01.10-01.20 - Baasvormid
 - Lähteküsimused
 - What, so what, now what
 - Gibbsi refleksioon

vajadusel siin teha paus!

01.20-01.50 - Erinevad vormid peegelduseks füüsilises keskkonnas

- 01.20-01.40 - Selgitab
 - Erinevat värvi sticky notesid - saab põneva kollaaži teha
 - Käte refleksioon - annab veidi teistmoodi maiku
 - Rollimäng - saab lõbusal moel katsetada
 - Töötuba pildile
 - Speed dating
 - Dixit kaardid
 - Video peegeldus
 - Võistlus küsimuste välja mõtlemisega
- 01.40-01.50 - Paarides räägivad läbi, mis nende jaoks mõni uus vorm oli ning kus nad seda rakendaksid

01.50-02.25 - Erinevad vormid peegeldusteks virtuaalses keskkonnas

- 01.50-02.10 - Selgitab
 - Google Drive'is visuaalse pildi loomine märksõna kohta
 - Märkide kasutamine emotsioonide kirjeldamiseks
 - Vestluses jagamine
 - Loo jutustamine
 - Mentimeter - sõnapilved, skaalad, jpm
 - Wheelofnames
 - Miro
- 02.10-02.25 - Paarides jagavad ning disainivad veel oma töötuba

02.25-02.35 - Mõned nipid peegeldusteks

- Avatud küsimused
- Järelküsimused
- Mis veel? Mis mõtted tekkisid? - positiivse eeldusega küsimused
- Uuri noortelt alguses ise, miks refleksioon on oluline
- Too näiteid refleksiooni kasulikkusest

- Istuge ringis
- Varieeru erinevate tehnikatega
- Tekita vaheldusrikkust, muutes küsimusi

02.35-02.45 - Q&A peegelduste osas

02.45-03.00 - Kokkuvõte

- 02.40-02.50 - Tagasiside Google Formsis
- 02.50-02.55 - Nende peamised mõtted
- 02.55-03.00 - Minu peamine mõte neile