

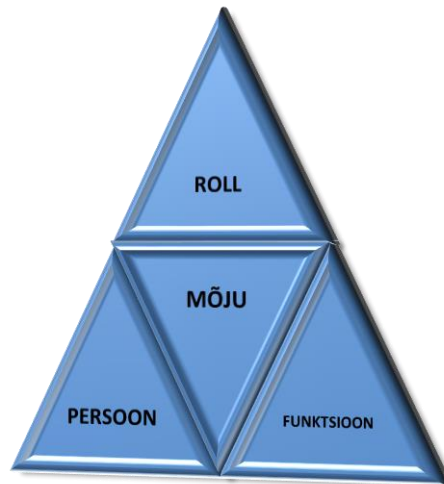
SWOT**Minu tugevused ja arendamist vajavad küljed õppeprotsessi läbiviimisel**

Tugevused	Arendamist vajavad
<ul style="list-style-type: none"> - hea suhtlemisoskus - kuulamisoskus - enesekehtestamisoskus - kiire reageerimisvõimekus - kohustetunne - sõnapidaja - täpsus - projektide kirjutamise oskus sh koolitusprojektid - valdan keskkonnatemaatika - haridusvaldkonna tundmine - tervisevaldkonna hea tundmine - enesekindlus - abivalmis - empaatiline 	<ul style="list-style-type: none"> - teen mitut asja korraga e <i>multitasking</i> - mõnikord liiga abivalmis - digipädevused, sest need uuenevad kiiresti - võõrkeele oskus (inglise keel)
Võimalused	Võimalikud ohud
<ul style="list-style-type: none"> - koolitus õnnestub kui olen õppijatega kontaktis ja kuulan neid - pingelises olukorras suudan ennast kehtestada, kuulata osapooli, küsimusi esitada - ei vea partnereid alt, minule võib kindel olla, kui olen midagi lubanud - võimeline koolitama haridus- ja keskkonnatemaatika valdkonnas - suudan vajadusel kiirelt reageerida ja organiseerida sh õppeprotsessis muudatusi teha - saan vastavalt oma pädevusele pakkuda vajaduse nõustamist ja abi 	<ul style="list-style-type: none"> - oht läbi põleda - digipädevuste aegunud oskused alandavad konkurentsivõimet - mittepiisav võõrkeele oskus piirab võimalusi konkurentsivõimelisel

Kokkuvõte: Hea suhtlemis- ja kuulamisoskus ning kiire reageerimisvõime annavad mulle oskuse ennast pingelistes olukordades kehtestada, mis on koolitusprotsessis üks olulisemaid oskusi. Kõik kokkulepped koolituspartneritega ja kolleegidega, mis puudutavad koolituste planeerimist ja organiseerimist, toimivad, sest mida olen lubanud, seda täidan tähtaegselt. Projektide kirjutamise oskus annab mulle eelise pakkuda edaspidi tasuta koolitusi. Olen pädev keskkonna ja tervise teemadel kaasa rääkima, seda enam, et koolitustel ning teenustel üha enam kerkivad esile teemad meditsiini- ja keskkonna probleemidest. Koolitajana olen empaatiline, suudan mõista ka õppijat. Oht on pingelisel perioodil üle töötada, olgu ta mistahes projekt või koolitusega seonduv tegevus ning kui neid on korraga palju, võin jääda ajahätta. Pean oma tegevused üle vaatama, teadlikult seadma esikohale prioriteetsed tegevused. Koolitused „kolivad“ kriisiolukorras veebi. Kindlasti on mul vaja olla kursis uuenevate keskkondadega veebiõppe organiseerimisel. Alati on arenguruumi võõrkeelte oskuse täiendamisel, loen inglisekeelseid tekste.

Eneserefleksioon Susanne Ehmeri (Ehmer, edasiarendus Rannula 2021) järgi

Grupisupervisioonis kasutatud eneseanalüüsi mudeli kohandasin sobilikuks iseenda sisse vaatamiseks.



Minu kolmnurk – mis mind kannab ühes või teises olukorras ja keskkonnas. Selgitan iseendale lahti:

Roll on see, kuidas ma ise kuvan ja mõistan neid asju, mida mulle antakse. Milliseid rolle on mulle antud ja milliseid ma olen ise endale võtnud, kuidas ma neid välja kannan. Oluline rollis olles on eneseteadlikkus, nägema ja kuulma, mis toimub minu ümber, teadvustada, mis on mulle mingis olukorras oluline.

Persoon –minu väärtushinnangud, anded, võimed, hoiakud, (baas)vajadused, tugevused. Olen sotsiaalne indiviid, mina kui isiksus ja käitun vastavalt sellele.

Funktsioon – minu tööülesanded (juhina, koolitajana jne), tegevuse raamistik, eesmärgid. Minu tegevuse raamistiku fikseerib tööleping ja/või ametijuhend.

Mõju- kuidas minu isiksus ja tegevus mõjutab tegevuskeskkonda ja selles osalejaid. Millist kasu ma toon, kas ja kuidas mind on märgatud ja kuidas rikastan keskkonda.

Eneserefleksioonis vaatan, milline kolmnurk mind kõige rohkem mõjutab, saan analüüsida kõiki aspekte eraldi ja leian seosed, sest kui ma olen olukorras, et iseennast juhtida, pean nägema, kuidas toimib kõik minu ümber. Näiteks mulle antud rolliks on koolitaja roll, olen selle rolli võtnud, sest mulle mu töö meeldib. Isiksusena (persoonina) on minu baasvajadus selles rollis olles eneseteostus läbi enesejuhtimise. Koolitaja rollis olles on oluline pakkuda ja viia läbi kvaliteetset koolitust, püsida eesmärgis ja et õppijad saavutaksid õpiväljundid, oleksid rahul minu poolt pakutavaga. Minu funktsiooniks on püsida koolituse eesmärgis ja järgima vastavalt töölepingus või ametijuhendis fikseeritud ülesandeid, täita ka näiteks töötukassa poolt teenuse tehnilises kirjelduses nõutut.

Mõjuna näen seda, kuidas erinevates olukordades käitun. Et iseennast juhtida pean nägema, kuidas toimib kõik minu ümber, olla teadlik iseendast. Iga minu tegevus ja ka tegevusetus toob kaasa mingi

Eneserefleksioonid

tagajärje, mis mõjutab õppijaid. Kindlasti peab see olema positiivne. Märksõnaks on siin säilenõtkus ehk minu toimetulek keerulistes olukordades ja kui eneseteadlik ma olen.