

Lisa 2

Kompetentsipõhise eneseanalüüsi vorm täiskasvanute koolitaja 6. taseme kutse taastõendajale

Taotleja ees- ja perekonnanimi:

Palume Teil analüüsida 6. tasemele vastavaid kompetentse, kus iga kompetentsi puhul on esitatud tegevusnäitajad. Lahtris „Kompetentsi tõendamine“ on võimalik sisestada tekst pikkusega kuni 2000 tähemärki. Kirjeldage, analüüsige ja tooge näiteid oma tegevuse kohta koolitajana, mis iseloomustab kõige paremini Teie käitumist koolitusprotsessis. **Lahtris „Viide tõendusmaterjalile“, kus on märges *Tõendusmaterjalide esitamine* palun lisage faktilisi andmeid, materjalide linke jne, mis tõendavad kompetentsi ilmnemist vm olulist informatsiooni enda kui koolitaja tegevuse kohta.**

Portfoolios esitatud tõendusmaterjalid peavad iseloomustama konkreetset kompetentsi ja olema otselingiga kättesaadavad.

Loe lisaks www.andras.ee kodulehelt „E-portfoolio koostamise juhendit“, et saada infot, millised materjalid on sobilikud tõendusmaterjalid.

4. Tegelemine arendus-, loome- ja teadustööga

4.1 Osaleb aktiivselt täiskasvanute koolitajate võrgustikes ja koolitajate kogukonna tegevustes, avaldades arvamust ja tehes ettepanekuid täiskasvanuõppe valdkonnas.

Kompetentsi tõendamine	Pideva professionaalse arengu nimel pean oluliseks suhteid teiste andragoogidega. Seetõttu regulaarselt osalen kovisioonides, mida korraldab Vestiflexi koolituskeskus. • Kovisioonis „Veebipõhise õppe alused, tööriistad ja nipid“ jagasin oma kogemust Padleti tahvli loomisel. Selgitasin kolleegidele, kuidas kasutada Padleti tahvliit õppijakeskse ja koostööl põhineva töö korraldamiseks ning interaktiivse õpikogemuse toetamiseks. • Kovisioon „E-kursuste loomine, turundus ja müük“ aitas selgusele jõuda hinnastamisstrateegias, leida sobivaid platvorme ning kavandada e-kursuste turundust. • Kõige enam hindan siiski vaba teemaga kovisioone. Ühel kohtumisel tegin ettepaneku arutada visuaalse kontakti olulisust auditooriumiga veebiloengu ajal. Teema oli: „Kuidas tulla toime oma tunnetega, kui õppijad ei lülita tunni ajal kaameraid sisse?“ Tõstatasin, et see võib tekitada pinget ja vähendada vastastikust tagasisidet nii koolitaja kui ka õppijate jaoks. Arutelu tulemusel jõudsin arusaamani, et kasulik on hoida fookus protsessil, mitte üksnes tulemustel, ning meenutada endale, et ka väljalülitatud kaameratega võivad täiskasvanud õppijad olla kaasatud. Jagasin ka oma võtteid sellistes olukordades, näiteks interaktiivsete elementide kasutamist. See hõlmab vestlusakent lühivastuste või küsimuste jaoks, loengu käigus tehtavaid küsitlusi ja hääletusi, erinevaid virtuaalseid tahvleid ideede jätmiseks ning reaktsioonifunktsioone (emotikonid, käetõstmine), et nähtavaks teha kaasatus. Kõik see aitab hoida õpikoostööd ja dünaamikat ka siis, kui kaamerad on välja lülitatud. LINK, LINK, LINK, LINK Täiendan järjepidevalt oma teadmisi andragoogika vallas, suhtlen kolleegidega, vahetan kogemusi ning rakendan uusi meetodikaid praktikas. Oma professionaalses tegevuses teen aktiivset koostööd Kersti-Võlu keskusega, kus arutame regulaarselt täiskasvanute koolituse küsimusi. Tegin ettepaneku juurutada tagasiside kogumiseks Google Forms. LINK Uurin samuti EPALE portaali „Täiskasvanuharidus Eestis“, et laiendada teadmisi parimatest praktikatest, tänapäevastest lähenemistest ja innovatsioonidest andragoogikas ning rakendada neid oma töös. Sellel platvormil olev teave on ühtlasi suurepärane võimalus alustada teadlikku eneseanalüüsi. Minu jaoks täiskasvanute koolitaja tegevus annab head võimalust oma loovuse väljendamiseks ning koos erialaste koolitustega (nt „Psüühikahäired“, „Psüühikahäiretega inimestega suhtlemise eripära“ tugiisiku, lapsehoidja või tegevusjuhendaja õppekava raames) mida viin läbi tihedas kooskõlas kutsestandardite nõudmistega, on mul autori- ja väga populaarne koolitus „Emotsionaalse läbipõlemise sündroom: selle etapid ja ennetus“. See on olnud nõutud juba 20 aasta vältel ning sobib erinevatele sihtrühmadele. VIDEO, VIDEO Psühholoogina ja andragoogina pean seda panust täiskasvanute õppesse oluliseks, aidates õppijatel tulla toime emotsionaalse läbipõlemisega ja ennetada seda.
-------------------------------	--

5. Professionaalne enesearendamine

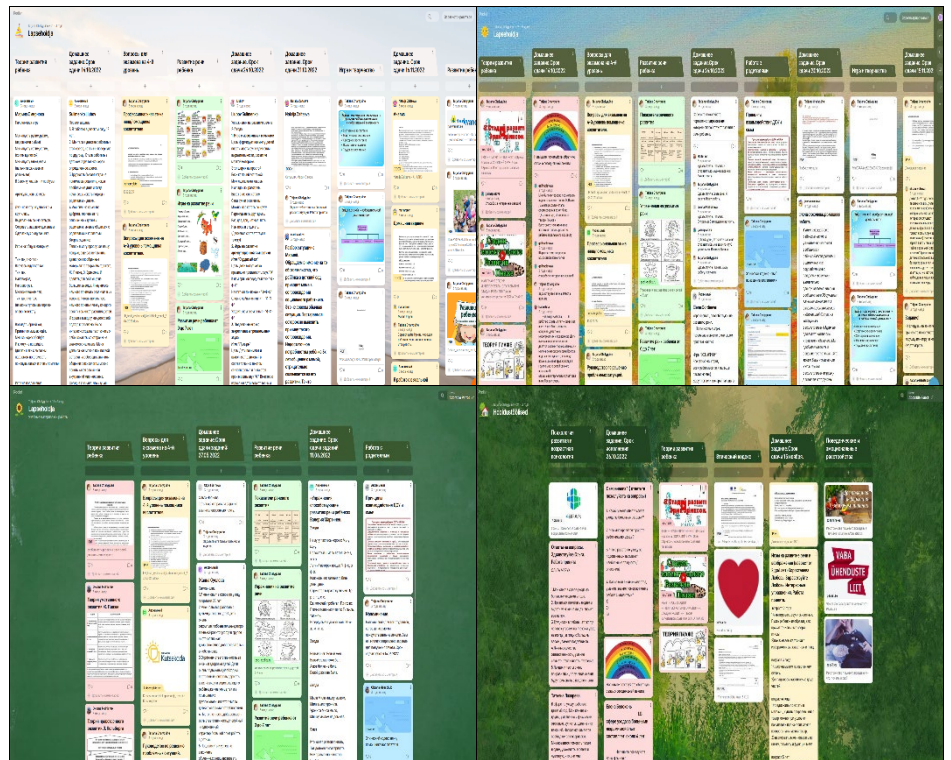
5.1 Analüüsib ja hindab oma tegevust õppeprotsessis, toob välja enda tugevused ja arenguvajadused.

Kompetentsi tõendamine

Tuginedes tagasisidele ja eneserefleksioonile teadvustan oma tugevusi – nagu empaatia, paindlikkus ja õppimisvalmidus – ning omandan edukalt uusi tehnoloogiaid. Minu teadmised psühholoogiast on märkimisväärt eelis, sest need aitavad mul paremini mõista täiskasvanud õppijate vajadusi, kujundada nendega tulemuslikku koostöist suhtlust ning luua õpiprotsessis turvalisema ja produktiivsema õpikeskkonna. See toetab õppijakeskset ja vajaduspõhist lähenemist.

Praegu rakendan õpet digitaalses õpikeskkonnas. Andragoogina kasutan aktiivselt veebipõhist formaati ning viin umbes 50% koolitustest läbi sellisel viisil:

- Kasutan õppetööks nüüdisaegseid platvorme, nagu Zoom, Google Meet ja Teams.
- Kasutan interaktiivset Padlet'i tahvlit, mis toetab tõhusamat, koostöisel õppimisel ja enesejuhtival õppel põhinevat õppeprotsessi. (Padlet)
 - o [LAPSEHOIDJA](#)
 - o [LAPSEHOIDJA](#)
 - o [LAPSEHOIDJA](#)
 - o [HOOLDUSTÖÖLISED](#)



- Koostöös Valga Kuutsekooriga olen kasutanud Moodle'i õpikeskkonda. [FAIL](#), [LINK](#), [LINK](#), [LINK](#)
- Kasutan Google'i esitlusi; kuna rühmad on erinevad, ent teema on sama, kohandan slaidid sihtrühma eripärale. [LINK](#), [LINK](#), [LINK](#), [LINK](#), [LINK](#), [LINK](#)
- Koostan tagasisideankeete Google Formsil.
 - [GOOGLE FORMS](#)
 - [LINK](#)
 - [LINK](#)
 - [LINK](#)
 - [LINK](#)

	• LINK • LINK • LINK • LINK • GOOGLE'I VORMI NÄIDIS • GOOGLE'I VORMI NÄIDIS • GOOGLE'I VORMI NÄIDIS • GOOGLE'I VORMI VASTUSTE NÄIDIS • GOOGLE'I VORMI VASTUSTE NÄIDIS • Oma andragoogilises praktikas olen juurutanud hübriidõppe formaadi, mis ühendab samaaegselt online- ja kontaktõppe. See on minu jaoks uus lähenemine, kuid on end juba õigustanud. See on osalejatele mugav, sest tagab võrdsed võimalused nii kohalviibijatele kui ka distantsilt liitujatele. Lisaks, kui keegi ei saa osaleda reaalselt, on loeng järelvaadatav YouTube'i kanalil parooliga. VIDEO, VIDEO Eelmises eneseanalüüsis seadsin eesmärgiks lõimida oma töösse digi- ja infotööriistad ning pean selle eesmärgi täidetuks. Minu jätkuv arenguvajadus on endiselt eesti keele oskuse arendamine. LINK, LINK Töötan sellega teadlikult: õpin keelt keelekursustel ja eraõpetajaga, osalen keelekohvikus, kuulan raadiot, loen uudiseid ning püüan keelt kasutada igal võimalikul juhul, rakendades enesejuhtiva õppe põhimõtteid.
5.2 Hindab oma füüsilist, vaimset ja emotsionaalset seisundit, võtab kasutusele abinõud tasakaalu saavutamiseks ja säilitamiseks.	

Kompetentsi tõendamine	Pea andragoogi isiksust võrreldavaks muusikainstrumendiga – see peab alati olema häälestatud ja korras. Püüan järjepidevalt end täiendada ning tuua kasu nii endale kui ka õppijatele. Pea end aktiivseks ja uudishimulikuks inimeseks. • Oskan oma tundeid teadvustada ja neid juhtida; kasutan emotsionaalse pinge vähendamise ning emotsionaalse eneseregulatsiooni võtteid. Püüan pidevalt areneda ja mind toetavad selles minu huvid ja hobid. • Hoolin järjepidevalt oma füüsilisest ja emotsionaalsest tasakaalust, valides tegevusi, mis pakuvad mulle rõõmu. • Suvel tegelen aiandusega ning sel aastal pälvis meie kodu ja aed Eesti Vabariigi presidendi tunnustuse „Kaunis Kodu“ konkursil. • Mulle meeldivad jalutuskäigud, kohtumised sõprade ja perega. • Teen rõõmuga käsitööd: kudumine, tikkimine, viltimine. • Mulle meeldib maitsvat toitu valmistada. • Kõige rohkem armastan reise planeerimist! See kõik hoiab mind ressursis ja annab inspiratsiooni. Lisaks armastan lugeda ja õppida ning alustasin sel aastal perepsühhoterapia kursust Saksa psühhonaalüüsi instituudis, et laiendada oma professionaalset kompetentsi psühholoogina. Kõik see aitab mul püsida ressursis ja olla tõhus täiskasvanud õppijatega töötamisel.
5.3 Hoiab end kursis uuemate suundadega täiskasvanukoolituse valdkonnas. Käsitleb ennast õppijana, vastutab enda arengu eest.	

Kompetentsi tõendamine	"Elada – see tähendab õppida, ja õppida – see tähendab elada." — Lev Tolstoi. Nõustun selle mõttega, sest õpin pidevalt. • Suure huvi ja pühendumusega jätkan Saksamaal psühhodünaamilise psühhoteraapia õpinguid ning käin regulaarselt supervisioonis. Teen seda, et saada kogenumatelt kolleegidelt tagasisidet, arendada oma professionaalseid pädevusi, paremini mõtestada keerukaid kliendijuhtumeid ning ennetada professionaalset läbipõlemist. See aitab hoida kõrgeid tööstandardeid ja kasvada spetsialistina. LINK • Osalen keelekohvikus ja jätkan eesti keele õppimist. LINK, LINK • Tegelen eneseharimisega: loen EPALE portaalis artikleid. Sealtsaan infot kogemuste vahetamise ja heade praktikate kohta ning erialase arengu võimaluste kohta. • Veel viis aastat tagasi ei kasutanud ma digitehnoloogiaid peaaegu üldse; nüüd on see minu igapäevane vajadus, mis näitab kohanemisvõimet ja professionaalsust. • Et pakkuda oma valdkonnas kõige ajakohasemat teadmist, läbin lisaõpet. Üks minu loengusuundi on seotud psüühikahäiretega, mistõttu loen palju erialakirjandust. See toetab minu arengut psühholoogina. LINK, LINK, LINK, LINK • Andragoogina loen EPALE portaalis artikleid. Tutvusin e-raamatuga Mari Kram "Õppemeetodid kõrgkoolis", kust leidsin palju huvitavat materjali, näiteks loengus kasutatavate meetodite valiku kohta. LINK • Veebilehel andras.ee tutvusin metoodilise materjaliga "Koolitaja Kompas", mis aitas eneseanalüüsi ette valmistada. LINK Loomulikult olen huvitatud edasisest professionaalsest arengust. LINK Sooviksin osaleda kõrgema taseme andragoogi meistriklassis. Mõtlen ka Erasmus+ programmi võimalustele.
-----------------------------------	--