



# **Kompetencijų portfelis ir refleksija kaip sėkmingos karjeros prielaidos**

Dr. Rasa Pocevičienė  
Šiaulių valstybinės kolegijos  
Vadybos ir komunikacijos katedros docentė  
“Epale” ekspertė Šiaulių regionui

# Kompetencijų portfelis

Kompetencijų portfelis (portfolio) yra tikslingas, selektyvus asmens darbų ir refleksijų rinkinys, skirtas savo *bendrųjų, asmeninių ir profesinių kompetencijų, pažangos ir pasiekimų* fiksavimui, dokumentavimui, kaupimui ir įsivertinimui per tam tikrą laikotarpį, atsižvelgiant į specifinius kriterijus.

# Kompetencijų aplankas

**Kompetencijų aplankas** – tai asmens žinias, gebėjimus bei įgūdžius įrodančių dokumentų, faktų ir kūrybinių darbų rinkinys.

# Kompetencijų aplankas



- Informacija apie kompetencijų aplanko kūrėją (pvz. CV).
- Išsamus kompetencijų (bendrųjų ir karjeros) sąrašas.
- Įvairūs kompetencijas patvirtinantys įrodymai: diplomai, sertifikatai, apdovanojimai, įvertinimai, padėkos.
- Kūrybos darbų pavyzdžiai.
- Rekomendacijos raštu (mokytojų, darbdavių, neformalios veiklos vadovų,) ir kt.

# Kompetencijų aplanko nauda

- tvarkingai sudėti kompetencijų įrodymai skatina pasitikėti savimi,
- atskleidžia žmogaus erudiciją, pasiekimus,
- suteikia ryžto, konkuruojant su kitais pretendентаis į darbo vietą,
- padeda nustatyti savo kompetencijų trūkumus
- padeda kryptingai planuoti karjerą ir pan.

# MANO KOMPETENCIJŲ APLANKAS

- Atkreipkite dėmesį ne tik į dokumentų išdėstymą, bet ir į jų pateikimo formatą.
- Apgalvokite, kurias savo kompetencijas akcentuosite, kokius šių kompetencijų įrodymus pateiksite.
- Pagal galimybę savo kompetencijų aplanką pristatykite kitiems.

# Ruošdamiesi pristatymui, atsakykite į šiuos klausimus:



- *Kuris į Jūsų kompetencijų aplanką įsegtas dokumentas pareikalavo daugiausia darbo?*
- *Kuris iš pridėtų Jūsų pasiekimus / laimėjimus žyminčių dokumentų Jums pats vertingiausias? Kodėl?*
- *Kaip Jūs ateityje planuojate papildyti savo kompetencijų aplanką?*

# ***Refleksijos*** – kompetencijų analizė ir įsivertinimas

**Refleksija** - procesas, kurio dėka subjektas save analizuoja, įprasmina savo veiksmus, poelgius, savo santykius su aplinkiniu pasauliu ir t.t.

# ***DIALOGAS „SU SAVIMI“***



- **besimokančiųjų refleksijos apie tai :**
  - **ko** jie mokosi,
  - **kaip** jie mokosi,
  - **kokį** vaidmenį įgyjamos žinios vaidina jų gyvenime,
  - **kaip** dėl to jie jaučiasi ir t.t.

## Diskusija:

*Kada patirtis yra geriausias mokymosi vadovas?*

Iš patirties mes gauname tik duomenų žinioms, o ne pačias žinias ar žinojimą: **patirtis dažniausiai teikia nesutvarkytą informaciją.**

# Refleksija – praeitis ar ateitis?



Jei refleksija išreiškiama žodžiais, ji tampa prieinama ir kitiems.

Mokytojui ir besimokančiajam neformaliai bendraujant refleksija padeda geriau vienas kitą pažinti ir tinkamai bendrauti.

Kartu tai sudaro sąlygas geriau pažinti ir save.

# Refleksija – praeitis ar ateitis?



- *Refleksija veiksmo metu,*
- *Veiksmo, poelgių refleksija*
- *Kritinė refleksija*
- *Turinio refleksija*
- *Proceso refleksija,*
- *Vertybių refleksija,*
- *Praktikos refleksija,*
- *Tobulinimo refleksija,*
- *Konteksto refleksija ir kt.*

- Taikyti **įrodymais (duomenimis) grindžiamo tyrimo metodus** (veiklos stebėjimas, dokumentų analizė, testavimas ir kt.),
- reikalauja atviro, atsakingo ir nuoširdaus požiūrio,
- grindžiamas sprendimais, pasitelkiant savo tyrimų įrodymus ir kitų tyrimų išvadas.
- Bendradarbiavimas ir dialogas su kitais.

# Refleksija gali padėti

- Geriau suprasti savo **stiprybes** ir “**silpnybes**”
- Identifikuoti ir išsiaiškinti savo pagrindines **vertybes** ir **viltis, lūkesčius**
- Sužinoti ir rasti galimas **prielaidas** savo idėjoms, jausmams, veiksams
- Atpažinti potencialaus **šališkumo** ar **diskriminavimo** sritis
- Atpažinti savo baimes
- Identifikuoti galimus neatitikimus ar **sritis tobulinimui**

# Refleksijai atlikti yra svarbios tokios sąlygos



- **Pasiruošimas** – kol nesate įgiję naujos patirties, stenkitės išsiaiškinti galimybes refleksijai.
- **Supratimas** – jums reikia žinoti, kokie yra kritinės refleksijos tikslai ir lūkesčiai.
- **Laikas** sustoti ir pagalvoti.
- **Objektyvumo** apie save ir savo veiksmų poveikį lygis.
- **Sąžiningumas.**
- Atviras **negynybinis** požiūris į patirtį.
- Susikoncentravimas į **aukštesnius reikšmės lygmenis**

# Sąlygos, slopinančios refleksiją

- laiko stoka refleksijai,
- negebėjimas nuodugniai ištirti savo patirties,
- Atsainus refleksijų rašymas, nepakankamai įsigilinant į patį procesą,
- Negatyvios kitų nuostatos refleksijų atžvilgiu, jos esmės ir naudos nesuvokimas,
- Nepakankamos refleksijų taikymas ugdymo(si) procese,
- Nereflektuojantis mokytojas ir kt.

# Patarimai reflektuojantiems

- Reflektuojant reikia **turėti drąsos surinkti įrodymus**, kurie gali būti visai nedžiuginantys, ir pakankamai **nuoširdžiai priimti problemas**, nekaltinant savęs ar kitų.
- Čia ypač svarbu **išsiaiškinti** ne tik tai, kas buvo gerai, veiksminga, pavyko ir pan., ne tik, kas nepavyko, bet ir „***kodėl***“ taip atsitiko.
- toliau einant, reikia **drąsos, laiko ir polinkio ką nors atlikti kitaip**.

# Kritinės refleksijos ataskaitos forma

- Aprašykite įvykio **turinį**.
- Aprašykite įvykį **detaliai**.
- Paaiškinkite, kodėl įvykis buvo **kritinis arba svarbus** jums.
- Paaiškinkite **jūsų susirūpinimą** tuo metu
- Aprašykite, ką jūs **galvojote ir jautėte**, kai tai nutiko ir po to.
- Paminėkite viską, kas **reikalinga** žinoti apie šią situaciją.
- Paaiškinkite, kaip šis įvykis **įtakos jūsų mokymąsi**.
- Paaiškinkite, kaip tai **įtakos jūsų tolesnę mokymosi veiklą**.

# Klaidos rašant refleksijas

## 1. Planavimas

- Jūs turite galvoti apie galimus subjektus ir galimybes reflektyviam rašymui **prieš ir veiklos metu**, o ne tik po jos.

## 2. Rašymo stilius

- Per daug **neformalus** rašymas: vien dėl to, kad toks rašinys yra pagrįstas jūsų pačių patirtimi, tačiau tai nereiškia, kad jūs turite ignoruoti akademinį stilių.

### 3. Per mažai arba per daug detalių

- Jums reikia **aprašyti savo patirtį** adekvačiai – skaitytojų reikia pateikti pakankamai detalių tam, kad jis suprastų **kontekstą**, kuriame ta patirtis buvo įgyta.
- Žinoma, nėra pakankama aprašyti tą patirtį keliais bruožais: jums taip pat reikės **analizuoti** ir **vertinti** įvykį ir pasitelkti tam mąstymo procesus.
- Taip pat reikia stengtis ieškoti gilesnės prasmės, panagrinėti moralinius, etinius, socialinius ir kt. klausimus.

- Skirti laiko rašymo **organizavimui** ir **struktūravimui**.
- Stenkitės susikonscentruoti į tai, kas buvo svarbiausia šioje patirtyje, susieti tai su įvairiais jūsų mokymosi aspektais, ir tolesniais profesiniais ar asmeniniais tikslais.
- Stenkitės, kad jūsų rašinys neatrodytų panašus į paprastą „dreifavimą“ be krypties ar susikonscentravimo.

## 4. Buvimas kritišku

- Stenkitės aprašyti įvykius atidžiai ir sąžiningai, bet venkite moralizavimo apie žmonių elgesį.

# Reflektyvaus rašymo charakteristikos

- Šios charakteristikos apima **kalbos ypatumus**.
- Reflektyvus rašymas reikalauja **nuolat judėti tarp būtojo ir esamojo laiko**, priklausomai nuo to, ar jūs analizuojate realius, tikrus, aktualius įvykius, ar darote bendresnio pobūdžio komentarus (pvz. apie gydytojo ir paciento santykius).

# Refleksijos klaidos

- **Savirefleksija versus savikritika**

Reikia daugiau nei tiesiog pripažinimo silpnybių, klaidų ar nesėkmių – svarbu yra ne tai, ką darėte, o tai, kaip jaučiatės, ką galite pasimokyti iš šios patirties, ir kaip tai įtakos jūsų elgesį ateityje.

- **Atsižvelgti į mokymosi klausimus ir temas**

Stenkitės neapsiriboti tik įvykiais ir savo jausmais rašydami.

Jei įmanoma, naudokite tai naujų klausimų kėlimui ar galimų priežasčių ir sprendimų spėjimui.

Kur įmanoma savo refleksijas siekite su teorinėmis jūsų mokomųjų dalykų idėjomis.

# **PRAKTINIS REFLEKSIJŲ TAIKYMAS UGDYMO(SI) PRAKTIKOJE**

# Svarbiausi metodai ir technologijos:

- Refleksijos/mokymosi žurnalai,
- Mokymosi sutartys (kontraktai),
- Problemų sprendimo modeliai,
- Refleksyvūs pokalbiai,
- Minties žemėlapiai ir kt.

# Mokymosi sutartys (kontraktai)

- Mokymosi sutartis yra priemonė, įgalinanti individualizuoti mokymosi patirtį
- Mokymosi sutarčių formos: nuo žodinio susitarimo, formų pildymo, trumpų aprašymų ir t.t.
- Bet kuriuo atveju būtina išlaikyti visus išorinius tokios sutarties-kontrakto atributus:
  - sutartį sudarantys asmenys,
  - sutarties sudarymo data,
  - sutartį sudariusių asmenų (bei kitų įtrauktų asmenų) parašai,
  - sutarties įvykdymo terminai ir pan.

# Reflektyvus pokalbis

- Tai giluminis pokalbis, kuriuo siekiama geresnio savo mokymosi veiklos, įgytų kompetencijų pažinimo ir jos kaitos tikslų.
- Reflektyviam pokalbiui būdinga:
  - orientavimasis į vertybes
  - judėjimas nuo asmeninio, privataus prie viešo
  - klausimo-atsakymo forma
  - pasižiūrėjimas atgal į tai, kas įvyko
  - žiūrėjimas pirmyn – kas bus
  - vyksta laike ir vietoje
  - paremtas patirtimi
  - įgalina besimokantįjį.

## Instrukcija mokytojui

- Klausyk ir apibendrink.
  - Reaguok be klausinėjimo iki aiškumas bus pasiektas arba besimokantysis liausis kalbėjęs.
  - pateik atvirus klausimus – ką, kaip, kur, kada, kodėl, kas.
- 
- Jausmy lygmuo: *Kodėl tu buvai ten? Kas nutiko vėliau? Kaip tu tada jauteisi? Kas dar buvo įtrauktas?*
  - Mąstymo lygmuo: *Kas tave nustebino? Kas buvo kitaip? Ką tu galvoji?*
  - Veikimo lygmuo: *Ką tu darysi kitaip? Kada tu tai darysi? Kas gali tau padėti?*
- 
- Reaguok be pasakinėjimo iki aiškumas bus pasiektas arba besimokantysis liausis kalbėjęs. Būk empatišku.
  - Apibendrink.

- *Aš galvoju ...*
- *Aš noriu/ norėjau...*
- *Aš atlikau ...*
- *Aš žinau/žinojau ...*
- *Aš atradau ...*
- *Aš manau, kad aš žinau ...*
- *Aš nežinojau, nenujaučiau ...*
- *Aš jaučiau ...*
- *Aš dabar jaučiu/jaučiuosi ...*
- *Aš buvau priblokštas ...*
- *Man „užtemo“ ...*
- *Man įdomu ...*
- *Aš būsiu/darysiu ...*
- *Aš buvau/esu nustebintas ...*
- *Tai jausti sunku, nes ...*

- *Papasakok man apie ...*
- *Ką tu žinotai ...?*
- *Ką tu darei ...?*
- *Kaip tu jauteisi ...?*
- *Kaip tai nutiko ...?*
- *Kas atsitiko ...?*
- *Kur tai atsitiko ...?*
- *Kada tai atsitiko ...?*
- *Ar gali prisiminti ...?*
- *Iš kur tu sužinotai ...?*
- *Ką galėtai padaryti ...?*
- *Iš kur tu žinotai ...?*
- *Tai skamba kaip ...*
- *Atrodo, kad tu jauti ...*
- *Tu atrodai ...*

- *Kokius jausmus tai sukėlė ...?*
- *Kas galėtų tai pakeisti ...?*
- *Kada tu gali ...?*
- *Kas, tavo manymu, čia yra svarbu ...?*
- *Ką tu gali padaryti ...?*
- *Ko tu nori ...?*
- *Kas tau padėjo ...?*
- *Kas darė taip pat...?*
- *Ką tu darysi ...?*
- *Kaip tu darysi ...?*
- *Papasakok, ko tu išmokai ...?*
- *Kaip tu to išmokai ...?*
- *Kas dar ...?*

# Literatūra



Adamonienė R. ir kt. (2001). Profesinio ugdymo pagrindai. Vilnius: Petro Ofsetas

Aktyvaus mokymosi metodai. (1998). Vilnius: Margi raštai.

Brockbank A., McGill I. (2006). Facilitating Reflective Learning Through Mentoring & Coaching. London, Philadelphia, New Delhi, Kogan Page.

Ghaye A., Ghaye K. (1998). Teaching and Learning through Critical Reflective Practice. NY: David Fulton Publishers.

Jarvis P. (2001). Mokymosi paradoksai. Kaunas: VDU

Learning contracts. (2011). Prieiga per internetą: <http://www-distance.syr.edu/contract.html>. [Žiūrėta 2021-06-27].

Patirtinio mokymosi filosofija ir teorija. Įvadas. (2008). Prieiga per internetą: <http://www.viaexperientia.net/uploads/Patirtinio-mokymosi-filosofija-ir-teorija.pdf>. [Žiūrėta 2021-08-24].

Petty G. (2006). Šiuolaikinis mokymas. Praktinis vadovas. Vilnius: Tyto alba.

Pollard A. ir kt. (2002). Refleksyvusis mokymas: veiksminga ir duomenimis paremta profesinė praktika. Vilnius: Garnelis.

Pollard A. ir kt. (2006). Refleksyvusis mokymas. Vilnius

Reflective learning process. (2011). Prieiga per internetą: <http://www.interconnections.co.uk/Market/PCFG/learning.htm>. [Žiūrėta 2021-07-11].

Suaugusiųjų mokymas ir konsultavimas. (2008). Sud. A. Petrulytė. Vilnius.

Tereševičienė M., Gedvilienė G., Zuzevičiūtė V. (2006). Andragogika. Kaunas: VDU leidykla.

Tileston D.W. (2011). Ten best teaching practices: how brain research and learning styles define teaching competencies. 3rd ed. Thousand Oaks, California. Corwin A SAGE Company.

Wilson J., Cutting L. (2005). Contracts for Independent Learning. Engaging Students in the Middle Years. Carlton South Vic, Australia.

Wilson J., Murdoch K. (2009). Learning for Themselves. Pathways to independence in the Classroom. London and NY. Routledge.