

Einike Pilli



**RAK**  
Eesti Riiklik Arengukava



Toetab Euroopa Liit



**ÕPPIMISOSKUSED**

Vihik aitab Sul

- paremini aru saada õppimise olemusest ja sellest, milline õppimine on tõhus;
- analüüsida ennast õppijana ja mõista, kuidas oma õppimiseelistusi parema tulemuse nimel ära kasutada;
- omandada kõrgkooli õpikeskkonnas toimetulekuks praktilisi tegutsemisviise, mida kasutades saad õppeprotsessi rohkem nautida ja mille abil saavutad paremaid tulemusi.

*Keeletoimetaja: Kristi Kuningas*

*Illustreerinud: Veljo Lamp*

Trükis on valminud projekti «Ülikoolilõpetajate konkurentsivõime tõstmine läbi õppetegevuse kvaliteedi arenduse (LÜKKA)» nõustamise alaprojekti raames. LÜKKA projekti toetab Euroopa Sotsiaalfond.

# Sisukord

Sissejuhatus	2
Õppimine	5
Õppija	15
Õppija töövahendid	26
Aja planeerimine ja prioriteetide väljaselgitamine	26
Efektiivne kuulamine ja lugemine	30
Konspekterimine ja muu nähtavaks tehtud mõtlemine	32
Õpitulemuste esitamine iseseisvate kirjalike tööde vormis	35
Õpitulemuste esitamine suuliselt	42
Kordamine, meeldejätmine ja eksamiks valmistumine	42
Kaastudengitega koos õppimine	45
Kokkuvõte	46
Lisalugemist	47

# Sissejuhatus

Õppimisega tegeleb inimene sünnist saadik, kui mitte varem. Tundub ju loomulik! Spontaanne õppimine saadab meid terve elu ja on tihedas seoses sotsiaal-kultuurilise keskkonnaga, milles elame. Me õpime rääkima, autot juhtima, lapsi distsiplineerima, alluvatega suhtlema, oma kahaneva jõu ja terviseга toime tulema. Kuid lisaks sellele on elus ka süstemaatilist õppimist, mida planeeritakse ning hinnatakse formaalselt ja kus õppijalt oodatakse seatud eesmärkide võimalikult edukat täitmist. Selline õppimine eeldab pühendumist ja pingutust.

Kõrgkoolis õppima asudes võid avastada, et Su kaasõppijad on üsna erinevate võimete ja taustaga.

Marju näiteks on alati õppimist nautinud, ta tuli oma lemmikeriala inglise filoloogiat õppima otse gümnaasiumist ja tema eelnevad õpitulemused on olnud väga head. Ta oli elanud kaks aastat ka välismaal ingliskeelses keskkonnas. Marjule meeldis ülikoolis õppimine väga, aga teda häiris, et kursuse keskmine tase oli madal. Samuti tundus Marjule, et tegelikult suudaks ta palju rohkem, kui nõuti.

Ka Margus sai sisse soovitud erialale, matemaatikasse, kuid tema eelnev koolikogemus oli olnud tagasihoidlikumate näitajatega – keskmine hinne kaldus kolme poole. Margus avastas üsna pea, et kuigi matemaatika talle väga meeldib, ei saa ta enam hakkama samade õppimisstrateegiatega, millega keskkoolis. Materjali on lihtsalt liiga palju ja ka teisi aineid on vaja õppida.

Kati sai sisse oma teise valiku järgi – tasulisele kohale psühholoogiasse – ja kuigi pere teda majanduslikult toetas, pidi Kati toimetulemiseks varsti otsima ka töökoha. Õhtuti pärast ettekandjatööd kodutöid tehes märkas ta õige pea, et luges kolm korda järjest sama lehekülge, ilma et oleks aru saanud, mida ta luges. Paremini ei läinud ka kirjalike töödega – kui ta pika ponnistuse järel sai valmis enda meelest suurepärase essee, oli õppejõu hinnang sellele tihti tagasihoidlik ja Kati ei saanud aru, miks.

Karl seevastu tuli 34-aastaselt õppima eriala, millel ta oli juba pikka aega töötanud, kuid mis teda tegelikult enam ei huvitanud. Kuna töö-

andja ütles, et muidu kaotab ta töökoha, siis polnud valikut. Õige pea avastas Karl, et töö, õppimise ja perekonna kokkusobitamine oli tõsine ettevõtmine. Lisaks märkas ta, et tööelul ja õpitaval oli üllatavalt vähe kokkupuutepunkte ning pikk vahe õppimises oli temalt röövinud võime asju suurtes kogustes meelde jätta.

*Lisa siia oma lugu kõrgkoolis õppimisest ja raskustest, millega oled kokku puutunud.*

Õppimisoskuste vihik püüab aidata kaasa, et Su õppimine kõrgkoolis oleks edukas. Õppimisega võib tekkida eri liike probleeme, millest osa lahendame ära intuiitiivselt, proovides. Näiteks kui materjal on teoreetiline ja esitatud väga keerulises keeles, märkame õige pea, et loetu kohta jooniste tegemine aitab teksti mõistmisele palju kaasa. Või kui viimasel hetkel kiiresti tehtud essee eest saadud tagasiside on kehvem, kui oleme lootnud, alustame järgmisel korral varem ja töötame hoolsamalt. Kuid vahel võib tekkida olukordi, kus asjad ei suju ja Sa ei saa aru, miks. Näiteks tunded, et osa asju võtab palju rohkem aega, kui peaks, ja on töid, mida Sa ei suuda tähtajaks esitada. Või õpid eksamikis kogu materjali püüdlilikult pähe, siis aga avastad, et eksamil küsitakse asju hoopis teistmoodi, kui olid õppinud. Jällegi ei tea Sa, mis läks valesti. Teinekord annab õppejõud rühmaülesande ja ühel hetkel avastad, et oled rühmas ainus, kes tööd teeb. Hinde saavad aga kõik ühtemoodi.

Käesolev vihik püüab aidata Sul nendes ja teistes sarnastes olukordades lahenduste suunas liikuda, nii et Su õppimine muutuks nauditavamaks ja tulemuslikumaks. Esmalt püüame leida vastuse küsimusele, mis ise loomustab edukat ja naudingut pakkuvat õppimist. Kuna õppimine on palju mahukam ja pikaajalisem protsess kui vaid ülikooliõpingute formaalne sooritamine, tegeleb vihiku teine osa küsimusega, kuidas olla tõhus õppija elu erinevates kontekstides. Saad analüüsida, milline on Sinu mõtlemisstiil ja õppimiseelistused. Peatükk lõpeb soovitustega, kuidas õppida õppima. Vihiku kolmas osa keskendub konkreetsetele praktilistele soovitustele, mille abil saad oma õppimist tõhusamaks muuta. Vihiku kasutamisest on rohkem abi, kui teed läbi ka selles olevad mõtlemisülesanded – nii seostub loetu rohkem kogetuga ja üldised teadmised muutuvad isiklikuks.

# Õppimine

## Mis on õppimine?

*Otsi siia foto või joonista pilt, mis Sinu jaoks kõige paremini sümboliseerib õppimist. Kuidas see foto või pilt õppimisega seostub?*

Õppimist võib defineerida kui igasugust pikemaajalist muutust inimese teadmistes, oskustes või hoiakutes. Tavaliselt käivitab õppimise mingisugune vastuoluline kogemus või küsimus, konkreetne vajadus. Mõnel teisel korral seevastu õpime ilma suurema planeerimiseta, niisama möödaminnes. Õppimine võib olla nii teadvustatud (sõnaline) kui alateadlik (vaikiv). Näiteks märgatav osa inimese hoiakutest on vaikivad, st need väljenduvad käitumises, kuid inimene ei ole neid enda jaoks sõnastanud. Näiteks Margus pelgab oma arvamust avaldada, kuid ta ei mõtle, miks. Ta ei seosta seda kooliea kogemusega, kus õpetaja teda aeglasevõitu mõtlemise pärast aeg-ajalt klassi ees nõökis.

Inimese õpimotivatsiooni kirjeldatakse ootuse-väärtuse teooria kaudu. Selleks, et inimene pühenduks õppimisele, peab ta lootma, et õpitavas on tema jaoks midagi vääruslikku ja ta tuleb selle väärtuse omandamisega toime. Eduka õppimise seisukohalt on oluline, et mõlemad eeldused oleksid täidetud. Usku oma toimetulekusse ja õpitu väärtuslikkusesse mõjutavad oluliselt ka varasemast õppeprotsessist saadud kogemused. Näiteks kui Katit huvitab väga psühholoogia, aga ta jääb õppeülesannete täitmisega hätta, kahaneb koos ebaõnnestumise kogemustega ka tema õppimishuvi.

Õppimisprotsessi käigus kujunevad ümber inimese ajurakkude ehk neuronitevahelised seosed – neid kas luuakse juurde, kinnistatakse või kujundatakse ümber. Tänapäeval on ümber lükatud arusaam, et inimese vananedes ajurakud drastiliselt vähenevad. Me loome erinevate ajurakkude vahel seoseid palju kiiremini kui neid kaotame. Kui aju piisavalt stimuleerida, säilib inimese mõtlemisvõime kõrge eani. Hea lohus vanematele! Aju-uurijad avastavad pidevalt uut informatsiooni. Praeguseks on leitud, et keskmine inimene suudab mõelda minutis 800 sõna, aga keskmine õpetaja suudab rääkida minutis vaid 120 sõna. Järelikult on õppeprotsessis piisavalt vaba energiat, et mitte ainult kuulatud jälgida ja analüüsida, vaid luua ka seoseid eelnevate teadmistega, praktilise elu sündmustega ja mõelda, kuidas kuuldu võiks rakendada. Karl just seda püüabki, aga jääb aeg-ajalt hätta, sest õpetatava teooria ja töökogemuse vahele pole alati kerge silda ehitada.

### Kaks ajupoolkera

Üldiselt on teada, et inimese kaks ajupoolkera vastutavad erinevate asjade eest. Parema ajupoolkera juhivad vasaku käe tööd ja vasak parema oma. Sama kehtib ka õppimisel – osades õppeprotsessides on vaja kasutada rohkem paremat, teistes vasakut ajupoolkera. Järgnevalt on ülevaade kahe ajupoolkera vastutusalaadest.

### Aju kahe poolkera ülesanded

#### Vasaku poole vastutusalaad:

- keel
- arvud
- sümbolid-koodid
- faktid-detailid
- järjestikused protsessid
- positiivsed emotsioonid
- tunnete väljendamine
- pildis detailide nägemine
- assotsiatsioonide kõrgem integratsioon

#### Parema poole vastutusalaad:

- muusika
- kujundid, pildid
- loovus
- unistamine
- üldpilt, tähendus
- tähelepanu
- negatiivsed emotsioonid
- sündmuste emotsionaalne tähendus
- objektide ja sündmuste terviklik tajumine

Vaata ülal esitatud tabelit ajupoolkerade ülesannetest, otsi Internetist materjali juurde (kasuta näiteks märksõna *brain hemispheres*) ja põhjenda, miks neid tegevusi ei saa teha vaid ühte ajupoolkera kasutades.



Tegelikult on aju toimimine palju keerulisem kui kahe poolkera vaheline ülesannete jaotamine viitab. Enamike ülesannete puhul on vaja kahe poolkera koostoitimist.

Kaks ajupoolkera koos vastutavad järgmiste alade eest:

- nägemine
- keel
- mälu
- muusika
- emotsioonid
- arutlemine

On oht, et näiteks raamatupidajad, kes kasutavad põhiliselt ... (mis Sa arvad, kumba?) ajupoolkera, kogevad raskusi, kui on vaja paremat ajupoolkera kasutada. Ja kunstnikud ning muusikud jäävad hätta faktilist täpsust nõudvate ülesannetega. Samal ajal on leitud, et kui nõrgemini arenenud ajupoolkera stimuleerida ja innustada koostööle tugevamaga, on tulemuks oluliselt suurem sünergia – üks pluss üks võib olla hoopis viis.

### **Erinevad lähenemised õppimisele**

Õppides saame uut infot ja oskusi ning näeme asju uue pilguga. Õppimine on üsna mõttetu, kui mäletame asju vaid eksamipäeva õhtuni või järgmise nädalani. Meeldejätmisel eristatakse kolme põhilist võimalust (Lindblom-Ylänne, Lonka, Slotte).

- **Pinnapealne** lähenemine materjalile, mille puhul mäletatakse tekstist üksikuid sõnu või muid ühikuid, aga mitte tervikpilti. Sisutervikuna ei mõisteta.
- **Tekstimudeli** puhul osatakse hiljem kokku võtta, millest tekst rääkis.
- **Sisumudelig**a lähenejad loovad tekstis kujutatud nähtusest või olukorrast omapoolse tõlgenduse, mis toetub lugejate varasematele teadmistele vastavast nähtusest. Kui tekstimudeli kasutajad esitavad teksti selle loogika järgi, siis sisumudeli puhul võib õppija struktuuri muuta vastavalt oma arusaamale. Sisumudeli puhul on õpitu edasine rakendamine kõige tõenäolisem.

John Biggs eristab kahte põhilist õppimisviisi, mis eelmistele kolmele sarnanevad.

**Pinnapealne õppimisviis** on omane neile õppijatele, kes püüavad ülesande ära teha võimalikult vähese vaevaga. Sellist lähenemist väljendavad ütlused «tolmu vaiba alla pühkimine» ja «nurkade sirgeks lõikamine», sest siin tehakse vähem, kui ülesanne eeldab, aga just nii palju, et asjast pääseda. Sellist pinnapealset lähenemist ei kasuta inimesed sugugi mitte ainult õppimises, vaid paljudes muudes tegevusteski.

Samal ajal pole pinnapealne õppimisviis sugugi sama, mis päheõppimine. Pinnapealne on selline õppimisviis, kus eeldatakse rohkemat kui päheõppimist, näiteks arusaamist, aga õppija õpib materjali pähe ja püüab jätta mulje arusaamisest. Aususe nimel peab ütleva, et kui kehvasti seatud õppeülesanded võimaldavad pinnapealset õppimist, pole sugugi õige vaid õppijat süüdistada.

Pinnapealse õppimise põhjusteks võivad olla:

- püüd saada läbi miinimumpingutusega. Selle sügavam põhjus on vähene huvi õpitava eriala vastu või mõne huvipakkuva eriala raames õpetatava aine vastu;
- mitteakadeemilised eesmärgid on tähtsamad kui akadeemilised;
- vähe aega, liiga suur töökoormus;
- keelebarjäärid (õppimine võõrkeeles, erialasõnavara mittevaldamine, õpitav tekst on liiga keeruline);
- nõudmised pole arusaadavad või puudub võime teatud kontseptsioone sügavalt mõista;
- kõrge ärevus ja vähene eneseusaldus.

*Näiteks Kati, kes kõrgkooli kõrvalt õhtuti töötas, pidi ühe aine loengutest pidevalt puuduma. Kui ta õhtul pärast tööd õppima hakkas, ei saanud ta keerukamatest teemadest kuidagi aru. Nii ei jäänudki tal mitmel korral muud üle, kui kontrolltööks materjal lihtsalt pähe õppida. Vahel püüdis ta kaasõppijatelt selgitusi küsida ja pärast seda oli palju kergem aru saada, aga seda vaid kuni järgmise keeruka teemani.*

Pinnapeelses õppimises keskendutakse õppimise märkidele – kasutatud sõnadele, üksteisest lahus olevatele faktidele ja nähtustele, märkamata, millele need märgid viitavad. Pinnapealse õppimise korral ei näe me nende taga olevaid tähendusi ja struktuuri, st näeme küll puuid, aga mitte metsa.

Pinnapealse õppimise ohumärgid on järgmised:

- info mõistmise ning mõtestamise asemel õpitakse tekst pähe;
- kirjutades reastatakse üksnes põhipunkte, selle asemel, et oma mõtetega sisu väljendada;
- kirjutades kasutatakse teiste analüüsi (seda nimetatakse sekundaarsete allikate refereerimiseks) põhiallikatega (ehk primaarsete allikatega) tutvumise ja nende analüüsimise asemel;
- kui pärast õppimist ütleme endale: «Ma ei saa sellest aru!».

Pole ime, et sellise õppimisega kaasnevad negatiivsed emotsioonid: igavus, ärevus, küünilisus. Materjal ei muutu omaseks, õpitu omandamine toimub kellegi teise – tavaliselt õppejõu – rahulolu saavutamiseks. Kui pinnapealse lähenemise tulemus on halb ja õppija usk oma võimesse toime tulla pidevalt väheneb, muutuvad õppeprotsessiga seotud tunded veelgi negatiivsemaks.

*Mõttele, millistel juhtudel on Sinul kaldumus õppida pinnapealselt ja millised võiks olla selle põhjused?*

Teine, **sügav õppimisviis** saab alguse hoiakust, mille järgi me õppijatena püüame sooritada õppeülesandeid mõtestatult ja sobivalt. Tihti on selle hoiaku taga sügav huvi õpitava aine vastu. Sügava õppimise eelduseks on põhjalike alusteadmiste olemasolu, seepärast pöörame õppimisel tähelepanu nii detailidele kui tervikpildile. Sügav lähenemine toob tavaliselt kaasa ka positiivsed emotsioonid: huvi, olulisuse tunnetuse, põnevustunde.

*Marju õpib peaaegu alati sügavalt – tal on eriti suur huvi keeleteaduse ja semiootika vastu. Kui ta midagi inglise keele kohta õpib, võrdleb ta seda alati eesti keelega. Tema jaoks teeb õppimise huvitavaks uute nüansside leidmine.*

Sügavale õppimisele aitavad kaasa:

- soov täita ülesanded sisukalt ja asjakohaselt, tõukeks võib olla sisemine uudishimu või kindel otsus saada häid tulemusi;
- sobiv ja piisav taustateadmine;
- võime töötada kõrgel kontseptuaalsel tasemel, st mõelda õpitu tähenduse üle;
- eelistus ja võime töötada lähtudes tervikust, mitte seosetutest detailidest.

Võime olla kindlad, et õpime sügavalt, kui:

- täidame ülesandeid põhjalikult ja püüame neist endale mõisteta- vaid seoseid luua;
- püüame õppides luua tervikuid, «puid vaadates näha metsa»;
- kirjutades kasutame lisaks erialaterminitele ka oma sõnu, toome endale tähendusrikkaid näiteid;
- püüame õppides mõista, kuidas õpitut rakendada saab;
- pühendame õppimisele aega, st «ei lõika kurve sirgeks» seal, kus on vaja süveneda;
- õppimine on ajendatud huvist õpitava vastu ja soovist sellest rohkem teada saada.

*Mõttele, millistes õppesituatsioonides oled kogunud erilist huvi süveneda õpitavasse põhjalikult ja mitmekülgset. Milliseid õppimisviise ja -strateegiaid oled nendes olukordades kasutanud?*

Eristatakse veel ka kolmandat, **strateegilist õppimisviisi**. Selle järgi õppides teeme hea hinde saamiseks just seda, mida õppejõud nõuab – kui on vaja õppida sügavalt, siis nii õpitaksegi, kui aga saab läbi pinnapealsega, siis rohkem ei pingutata. Strateegiliselt õppides võime eksamil kiita õppejõu lemmikkoolkonda või küsida küsimusi tema uurimisteema kohta – kõik selleks, et saada head hinnet. Strateegiliste õppijatena teeme nii palju, kui vajalik, ja nii vähe, kui võimalik.

See, millise õppimisviisi – sügava, pinnapealse või strateegilise – valime, ei ole ühe inimese puhul terveks eluks ette määratud, vaid sõltub hoiakutest-eelistustest, teadmistest ja õpikeskkonnast, milles õppimine toimub. Sügavat õppimist toetab, kui ained on hästi eesmärgistatud ja loogiliselt planeeritud, huvitavalt ja seoste loomist toetavalt õpetatud, kui teeme mõtestatud iseseisvat tööd ja saame sisulist tagasisidet. On loomulik, et selline õppekeskkond motiveerib meid sügavalt õppima, õpitavat väärtustama ja suurendab ootust, et tuleme õppeprotsessis toime.

## Meeldejäätmine

Meeldejäätmine on tihedalt seotud sellega, millist õppimisviisi kasutame. Ammu enam ei usuta, et inimene võtab teadmisi vastu nagu tühi anum, millesse kallatakse seda, mida kallaja vajalikuks peab, ja kuhu info muutumatuna jääbki. See, kuidas me asju mõistame ja mäletame, sõltub mõttemudelitest ehk juba olemasolevatest seostest ajurakkude vahel. Need seosed ei ole tegelikkuse koopiad, vaid kogetud tegelikkuse isikupärased tõlgendused. Seoste kujunemist mõjutavad paljud asjad: kultuurikeskkond, keel, vanemate edastatud väärtushinnangud ja koolis õpitu.

Kuid ka need pole meid automaatselt vorminud: inimese tähelepanu on valiv ja seepärast oleme oma kultuurikeskkonnas elades saanud osa vaid teatud mõjutustest, koolis õpitut mäletame valikuliselt jne. Pöörame tähelepanu sellele, mis meile mingil põhjusel silma jääb, huvitav tundub või on muul viisil eriline. Tegelikult on see, et me kõike ei märka ega meelde jäta, väga hea – vastasel korral oleks tegu võimetusega keskenduda ja süveneda.

Paremini jäävad meelde esimesed ja viimased osad sündmustest ja sündmuste ahelast, kuulnud-loetud tekstist või muust, mida kogeme. Igasugused ebatavalised ja olulised asjad jäävad meile hästi meelde. Huvitav on, et mäletame ka elu oluliste hetkedega kaasas käivaid mitteolulisi asju. Nii näiteks võib inimene pikka aega mäletada esimese suudluse keskkonda – milline oli ümbritsev ruum, temperatuur, lõhnad... ja loodetavasti ka seda, kellele ta oma esimese suudluse kinkis.

Pinnapealne õppimine on eriti mõttetu seepärast, et inimese mälu pole loodud mehaaniliseks tuupimiseks ja ei tee seda üldjuhul kuigi hästi ega tulemuslikult. Me otsime õppides tähendusi ja sobitame neid olemasolevate mõttemudelitega. Kui seoseid ei teki, kaob õpitu suhteliselt kergesti. Kui seda õpituks nimetada saabki.

Kui edukas õppimine peab seostama õpitavat olemasolevate mõttemudelitega, tuleb küsida, kuidas neile seostele kaasa aidata. Informatsiooni valimise, sorteerimise ja kohandamise protsessis on olulised kaks eeldust. Neist esimene on **uue info seostatus eelnevate teadmistega**. Kui kuuleme midagi, mille kohta eelnevalt juba üht-teist teame – näiteks kuuleme inimesest, kellega oleme korra kohtunud ja keda suudame ette kujutada – on lihtsam infot varasemate teadmiste külge kinnitada. Kui aga räägitakse inimesest, kelle nimi meile midagi ei tähenda ja kelle nägu me ette ei kujuta, siis juhul kui juttu pole millestki eriti harukordsest, kaob kuuldu tavaliselt kiiresti meelest.

Mõnikord võivad eelnevad teadmised uue info omandamist ka takistada. Seda juhul, kui eelteadmised lähevad uue teadmise vastuollu. Kujutle näiteks autojuhtimise raskusi vasakpoolse liiklusega riigis, kui oled terve oma elu sõitnud parempoolse liikluskorraldusega maal. Või meenuta, mis on juhtunud, kui mingit asja õpetatakse ühes aines ühthemoodi ja siis teises aines teistmoodi.

Teiseks mõjutab mõttemudeleid see, **kui sügavalt me uut informatsiooni töötleme**.

Mida rohkem seoseid me uut informatsiooni saades loome, seda paremini talletub info meie mõttemudelitesse ja seda kergem on infot hiljem ka mäletada. Seosterikkalt talletatud teadmist on hakatud kutsuma **teadmuseks**.

Kui me varasemalt talletatut uuesti meelde tuletada püüame, teeme seda oma praeguse hetke mõttemudelitest ja seostest lähtuvalt, st otse-kui ehitaksime vanade materjalidega uue projekti järgi. Näiteks lugedes uuesti raamatuid, mida oleme kunagi varem lugenud, võime avastada, et need kannavad hoopis teist tähendust kui varasemal lugemisel. Vahel võib juhtuda, et oleme kelleltki teiselt kuuldu nii omaks võtnud, et peame teatud seisukohti enda poolt välja mõelduks. Akadeemilises keskkonnas peab selle soodumuse suhtes ettevaatlik olema – teadmisi uuesti esitades tuleb teha vahet enda ja teiste inimeste seisukohtadel. Kui õpime midagi, mis meile ahhaa-elamust ei tekita ja kõige huvitavamatele küsimustele vastust ei anna, peame arvestama unustamisega. Hakkame märgatavalt unustama 24 tundi pärast millestki osasaamist, kuulmist, lugemist, kogemist. Uurimuste järgi mäletame me aasta hiljem kuuldust 10% juhul, kui infot on edastatud vaid ühel korral. Kui aga oleme kuulnud midagi 6 korda, mäletame sellest aasta pärast 90%. Aju-uurijad ütlevad ka, et aju lülitab ennast välja, kui seda rohkem kui 10 minuti jooksul ei stimuleerita – nii, nagu arvuti läheb energia kokkuhoiurežiimile. *Just seda juhtub aeg-ajalt Karliga: teooriad, millega mõnes loengus tegeldakse, ei haaku ühegi tema küsimusega, ta lülitab ennast ümber ning hakkab mõtlema aktuaalse ning keeruka tööprobleemi lahendamisele.*

### Kokkuvõte-harjutus

Lõpeta laused või täida lüngad ning kirjuta siia mõtted, mis Sul peatükki lugedes tekkisid.

- Õppimise tunneb ära sellest, et.....  
.....
- Minul on vist paremini arenenud ..... ajupoolkera. Kahe aju-  
poolkera vahelise koostöö arendamiseks peaksin endas arendama  
rohkem .....
- Eduka õppimise eelduseks ei ole mitte suur mälu maht, vaid.....  
.....
- Sügavat ja pinnapealset õppimist eristab.....  
.....
- Mina kasutan pinnapealset õppimist peamiselt siis, kui.....  
.....
- Sügavale õppimisele ajendab mind.....
- Mulle jäi mõistetamatuks.....
- Mõtlesin veel, et.....



# Õppija

## Õppijate sarnasused

Nagu eelnevast peatükist lugesid, võib õppida mitut moodi. Seda, kuidas konkreetsetes situatsioonides õpitakse, mõjutavad nii õppekontekst – õppejõud, aine sisu ja struktuur, õppeülesannete ülesehitus – kui ka õppija koos eelnevate kogemuste, suhtumise ja võimetega. Õppijate teatud omadused ja hoiakud toetavad oluliselt õppimise tõhusust ja sellega kaasnevat positiivset emotsiooni. Tavaliselt on need omadused ja hoiakud ühtviisi tähtsad kõigi õppijate puhul. Nagu eelnevalt juttu oli, on õppimine motiveeriv, kui on täidetud kaks eeldust:

1. õppeprotsessile on omistatud **väärtus** – usume, et asi on huvitav ja meile midagi annab – ning
2. **ootus**, et tuleme õppimisega toime.

Õppijad sarnanevad oma ootustelt õppeprotsessile järgmistes asjades:

- õpitava materjali seotus nende huvide, eelteadmiste ja kogemustega;
- materjali esitamise viisi selgus ja arusaadavus;
- mingite uute teadmiste ja/või oskuste omandamine;
- õppejõu heatahtlik suhtumine (mis ei tähenda kõikelubavat) ja õppesituatsiooni positiivne õhkkond.

*Mõttele oma formaalse õppimise kogemustele.*

*Kas need ootused täitusid?*

Võib juhtuda, et õppeprotsessis on kõik korras, aga õppimist ikkagi ei toimu või see on puudulik. Siis võib viga olla õppijas endas ja selles, kuidas ta oma õppimisse suhtub. Selleks, et olla edukas õppija, tuleb endas arendada järgmisi omadusi.

1. **Enesekindlus.** Edukas õppija usub oma võimesse õpitavaga toime tulla. See uskumus kujuneb tavaliselt välja esimeste kooliaastate jooksul ja hiljem on seda arusaama muuta suhteliselt raske, kuigi mitte võimatu. Enesekindlus mõjutab inimest ka laiemalt – ta usub, et tuleb toime mitte ainult oma õppimisega konkreetsemalt, vaid ka eluga üldisemalt.
2. **Vastutustunne.** Edukas õppija võtab ise vastutuse oma õppimise eest. Ta on mõistnud, et õppimise tulemus sõltub temast endast. Sellega kaasneb ka sisemine motiveeritus – õpitakse eelkõige iseenda huvi pärast, mitte hinde või diplomi pärast.
3. **Aktiivsus.** Vastutuse võtmine oma õppimise eest on tihedalt seotud õppija aktiivsusega õppeprotsessis. Edukas õppija näeb ise vaeva teadmiste omandamiseks, seoste loomiseks, olulise eristamiseks, terviku moodustamiseks. Ta mitte ainult ei käi loengutes, seminarides ja praktikumides kohal, vaid küsib: kuidas ja mida võiksin sellest enda jaoks konkreetsemalt õppida. Nii on tegu nii välise kui sisemise õppimisaktiivsusega.
4. **Loov hoiak.** Mitte kõigis olukordades ei saa toimida harjumuspärase loogika järgi, mitte kõik materjalid pole kergelt kättesaadavad. Siis aitab loov lähenemine: milline tuttav võiks aidata, kust saab küsida, millised info- ja andmebaasid võiks vastaval alal kättesaadaval olla. Loov õppija ei tunnista võimatuid olukordi – kui ühtmoodi ei saa, proovib ta teistmoodi.
5. **Julgus eksida.** Mitte kellelgi ei tule asjad esimese korraga alati välja. Charles Handy on öeldnud: «Valestitegemine on õigesti tegemise osa.» („*Part of doing it right is doing it wrong*”). Õppimine tähendab suurema või väiksema riski võtmist ja iga riskiga kaasneb võimalus, et miskit läheb viltu. Edukas õppija teeb oma parima, kuid ei heitu ebaõnnestumistest. Ta õpib olukordadest ja ütleb endale: järgmisel korral proovin paremini.

*Võrdle ennast eelpool toodud viie isiksuseomadusega. Millistes osades tunnend ennast kindlana ja kus vajaksid arendamist?*

## Õppimise segajad

Kui nõukogude ajal üritati kuulata raadiojaama Ameerika Hää, polnud see sugugi kerge ülesanne. Raadiosaate edastamist püüti häirida võimalike segajatega. Samamoodi võib õppeprotsessis olla segajaid, mida võib ka müraks kutsuda. Õppijat võib segada erinevat liiki müra.

- **Kuulamise ja kuulmisega seotud müra** võib tuleneda õppejõu sõnavara mittemõistmisest, tema segasest hääldusest või kiirest kõnetempost, halvast kuuldavusest ning muudest häirivatest teguritest.
- **Nägemisega seotud müra** tuleneb kas loetamatust kirjast slaididel/tahvlil, ebaselgetest paljundusmaterjalidest või muudest visuaalsetest ärritajatest. Kui õppejõud «ühe käega kirjutab ja teisega kustutab» või suure infohulgaga slaidid vahetuvad nii kiiresti, et ei jõua lugeda, kirjutamisest ja mõtlemisest rääkimata, võib osa infot jääda silmadega haaramata.
- **Loogikamüra** tekib, kui esitatakse ebaolulist informatsiooni, õpetatav ei ole loogilises järjestuses, oluline ei eristu ebaolulisest või kasutatakse liiga palju õppijatele mõistetamatut informatsiooni.
- **Õppija sisemine müra** võib olla nii emotsionaalset, intellektuaalset kui psühholoogilist laadi ning sageli need kattuvad. Sisemine müra võib õppimist takistada, kuna tähelepanu on valiv ja seetõttu suudame korralikult keskenduda vaid ühele asjale korraga. Kui ühe asjaga tegeldes saab meile osaks üllatav või erandlik ärritaja, koondub kogu tähelepanu sellele.

*Millal oled kogenud, et Sinu «pea jätab sind hätta»?*

*Milliseid strateegiaid oled kasutanud selliste olukordadega toimetulekuks?*

Kui mingi ärritaja on väga tugev, segab see muudele asjadele keskendumist. Värskest armunud mõtlevad loengus oma armastatule. Õppimisele on raske pühenduda ka siis, kui abielus on tõsine kriis, tökohalt on karta koondamist või kui silmapiiril on mingi uus põnev reisimisvõimalus.

Margusel läks õppimisega eriti kehvasti ajal, kui ta pidi harjuma peresse elama tulnud kasuisa ja tema kahe teismelise tütreaga. Kogu Marguse mõtteenergia koondus sellele. Mida rohkem vaimset jõudu tuleb kasutada olukorra emotsionaalseks valitsemiseks, seda vähem ressursse jääb õppimiseks ja probleemi lahendamiseks. Ning vastupidi – kui õp- pekeskkond on turvaline ja meeldiv, igapäevane elu ja suhted korras ja stabiilsed, on kergem õppimisele keskenduda.

Vahel võib juhtuda, et õppimise segamiseks ei olegi väga tugevat ärritajat, probleem on selles, et inimene tegeleb lihtsalt mitmete asjadega korraga ja osa neist jääb tähelepanuta. Siis aitavad mõned lihtsad trikid:

- kui tegu on väikeste ja vähe aega võtvate asjadega, tuleb need võimaluse korral ära teha;
- need asjad, mida hetkel ei saa teha, tuleb endale üles kirjutada – siis vabaneb pea nende kramplikust meelespidamisest;
- on hea luua endale õppimist soodustav keskkond – näiteks teha enne õppima asumist tühjaks töölaud, lülitada välja mobiil, sulgeda uks ja paluda ennast mitte segada, luua igapäevane õppimisrutiin. Mida rohkem tegevusi muutub harjumuspäraseks, seda rohkem mõtlemisenergiat vabaneb.

Intellektuaalse müra puhul võivad uue info omandamist segada:

- 1. varem omandatud teadmised.** Mõnikord on varasemad teadmised omandatud mõnelt autoriteetselt isikult ja nende omandamise viis teeb teadmised eriti väärtuslikuks. Näiteks kui ühel maal on õpetatud ajalugu ühtmoodi võib teisel maal, kus samu ajaloosündmusi teistmoodi interpreteeritakse, hakata intellektuaalne müra õppimist takistama;
- 2. soovimatus oma hoiakuid ja tegutsemist muuta.** Kuna inimese mõtlemine ja tegutsemine on seotud ja enamasti otsitakse oma käitumisele õigustusi, võib see takistada ka uute arusaamade omandamist;

- 3. eelteadmiste puudumine** – mõni teema on nii uus ja arusaamatu, et selle vastu puudub huvi. Samuti pole inimese ajus veel selle teemalist «faili», mistõttu pole teadmisi kuhugi külge kinnitada.

### Õppijate erinevused

Õppijad pole sugugi mitte kõiges ühesugused. Sõprade ja lähedastega suheldes oled ilmselt märganud, et mõtleme asjadest erinevalt, veel enam – kogeme asju erinevalt. Mõned meist näevad asju rohkem nii, nagu need paistavad, teisi huvitab, millised on nähtuste taga olevad tähendused. On inimesi, kellele sobib süvenemine detailidesse, ja neid, kes näevad pigem tervikut. Osa on rohkem ratsionaalsed-kalkuleerivad, teised jälle unistavad-intuitiivsed. Neid erinevusi inimeste mõtlemises nimetatakse **mõtlemisstiilideks** ja nendele toetudes räägitakse ka erinevatest õpistiilidest.

Ühe tuntuma õpistiilide jaotuse on esitanud Peter Honey ja Alan Mumfordi, kes kirjeldavad õppijaid nelja eelistatud õpistiili abil.

- **Tegutseja** peamine märksõna on: tee! Tegutsejad sukelduvad ennastunustavalt uutesse kogemustesse. Nad on avatud mõtlemisega, ei ole skeptilised ja see teeb nad entusiastlikuks kõige uue suhtes. Nende päevad on täis tegutsemist. Probleeme lahendavad nad ajurünnaku abil. Kui üks tegevus neid enam ei köida, otsivad tegutsejad juba järgmist. Nende tegevus edeneb uute kogemuste ja väljakutsete toel, kuid neid tüütab pikaajaline täiendamine ja viimistlemine. Nad on seltskondlikud inimesed, kes kaasavad ka teisi, kuid püüavad pidevalt olla tegevuse keskpunktis.
- **Teoreetiku** peamine märksõna on: tee järeldotsi! Teoreetikud kohandavad ja integreerivad tähelepanekud keerukateks, kuid loogiliselt veenvateks teooriateks. Nad mõtlevad probleemid samm-sammult loogilisel viisil läbi. Nad kalduvad olema perfektsionistid, kes ei puhka rahulikult enne, kui asjad on korras ja sobivad mõistuspärasesse skeemi. Neile meeldib analüüsida ja sünteesida. Nende filosoofia hindab ratsionaalsust ja loogikat: «Kui see on loogiline, siis on see hea». Nad kipuvad olema

kõrvaltvaatajad, analüütilised ja pühendunud ratsionaalsele objektiivsusele, mitte subjektiivsele või mitmetähenduslikule.

- **Arutleja** peamine märksõna on: vaata üle! Arutlejatele meeldib astuda sammuke tagasi, mõtiskleda kogemuste üle ning vaadelda neid mitmest erinevast kandist. Nad koguvad andmeid ja eelistavad enne otsustamist põhjalikult järele mõelda. Nende filosoofia on olla ettevaatlik. Nad on mõtlilikud inimesed, kes võtavad arvesse kõik vaatenurgad ja tagajärjed. Koosolekutel eelistavad nad tagumisi istekohti. Sageli hoiavad nad madalat profiiti. Kui nad tegutsevad, võtavad nad arvesse nii mineviku kui oleviku, nii enda kui teiste tähelepanekud.
- **Pragmaatiku** peamine märksõna on: planeeri! Pragmaatikud on valmis proovima ideid, teooriaid ja tehnikaid, et näha, kas need töötavad ka praktikas. Nad otsivad positiivselt uusi ideid ja esimesel võimalusel eksperimenteerivad nende rakendamisega. Neile meeldib kiirelt asja kallale asuda ja huvitavate ideedega kiirelt ja kindlalt tegutseda. Targutamine ja tulemusteta diskussioon muudab nad kärsituks. Pragmaatikud suhtuvad probleemidesse ja võimalustesse kui väljakutsesse. Nende filosoofia on: «Alati on parem viis» ja «Kui see töötab, siis on see hea».

Internetis on võimalik nende õpistiilide kohta rohkem infot leida ja soovi korral saad ka ennast testida – kirjuta otsingumootoritesse sisse autorite nimed ja/või märksõna *learning styles* (vaata ka viiteid ja linke vihiku lõpust).

Teine, õpistiilide vähemtuntud mudel on koostatud Anthony Gregorci poolt. Tema teooria järgi tajuvad inimesed maailma kahel põhilisel viisil – konkreetselt või abstraktselt – ja tõlgendavad saadud infot samuti kahel viisil – järjestikuliselt või juhuslikult. Neist kahest paarist on autor moodustanud neli õpistiili kombinatsiooni:

- konkreetne järjestikuline
- konkreetne juhuslik
- abstraktne järjestikuline
- abstraktne juhuslik

Tabelis on kirjeldatud erinevate stiilidega õppijate õppimise tunnusooni:

Konkreetne järjestikuline	Abstraktne järjestikuline
<p><b>Õppijale meeldib:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ korrastatus</li> <li>⊙ loogiline järjestatus</li> <li>⊙ juhiste järgimine, etteennustatavus</li> <li>⊙ töötamine faktidega</li> </ul> <p><b>Õpivad kõige paremini:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ struktureeritud keskkonnas</li> <li>⊙ kui nad võivad ülesande lõpetamisel teistele toetuda</li> <li>⊙ kui nad töötavad tuttavates situatsioonides</li> <li>⊙ kui nad saavad ideid rakendada</li> </ul> <p><b>Mis on neile raske?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ gruppides töötamine</li> <li>⊙ vestlused, millel pole täpselt formuleeritud teemat</li> <li>⊙ töötamine organiseerimata keskkonnas</li> <li>⊙ puudulike või segaste juhiste järgimine</li> <li>⊙ töötamine koos ettearvamatult käituvate inimestega</li> <li>⊙ abstraktsete ideedega tegelemine</li> <li>⊙ soovitusel stiilis «kasutage oma ettekujutust»</li> <li>⊙ küsimused, millel pole õiget või vale vastust</li> </ul>	<p><b>Õppijale meeldib:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ kui ta saab oma arvamust avaldada</li> <li>⊙ analüüsida situatsioone enne otsuse tegemist või tegutsemist</li> <li>⊙ kasutada loogikat probleemidele lahenduste otsimisel</li> </ul> <p><b>Õpivad kõige paremini:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ stimuleerivas keskkonnas</li> <li>⊙ kui neil on ligipääs ekspertteadmiste</li> <li>⊙ üksinda</li> </ul> <p><b>Mis on neile raske?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ töötamine koos nendega, kellel on teistsugused vaated</li> <li>⊙ kui neil on liiga vähe aega projektiga põhjalikult tegelda</li> <li>⊙ korrata samu ülesandeid uuesti ja uuesti</li> <li>⊙ kui antakse liiga palju detailseid juhiseid</li> <li>⊙ «sentimentaalne» mõtlemine</li> <li>⊙ oma emotsioonide väljendamine</li> <li>⊙ olla teiste veenmisel diplomaatiline</li> <li>⊙ lasta teistel vestlust juhtida</li> </ul>

Konkreetne juhulik	Abstraktne juhulik
<p><b>Õppijale meeldib:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ vastuste otsimisel eksperimenterida</li> <li>⊙ riske võtta</li> <li>⊙ kasutada intuitsiooni</li> <li>⊙ lahendada probleeme iseseisvalt</li> </ul> <p><b>Õpivad kõige paremini:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ kui nad saavad kasutada katseeksituse meetodit</li> <li>⊙ kui nad saavad teistega võistelda</li> <li>⊙ kui neile antakse võimalus probleemide kallal iseseisvalt töötada</li> </ul> <p><b>Mis on neile raske?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ kui seatakse piiranguid</li> <li>⊙ formaalsete raportite kirjutamine</li> <li>⊙ rutiin</li> <li>⊙ tehtud asjade uuesti ületegemine</li> <li>⊙ detailsete märkmete tegemine</li> <li>⊙ näidata, kuidas nad vastuseni jõudsid</li> <li>⊙ valida ainult üks vastus</li> <li>⊙ valikuvõimaluste puudumine</li> </ul>	<p><b>Õppijale meeldib:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ teisi kuulata</li> <li>⊙ tuua kooskõla grupisituatsioonidesse</li> <li>⊙ luua teistega häid suhteid</li> <li>⊙ keskenduda käsil olevatele projektidele</li> </ul> <p><b>Õpivad kõige paremini:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ personaliseeritud keskkonnas</li> <li>⊙ kui antakse üldiseid juhiseid</li> <li>⊙ sõbralike suhete puhul</li> <li>⊙ gruppitegevustes osaledes</li> </ul> <p><b>Mis on neile raske?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⊙ kui nad peavad selgitama või õigustama oma tundeid</li> <li>⊙ võistlemine teistega</li> <li>⊙ töötamine koos autoritaarsete isiksustega</li> <li>⊙ ebasõbraliku olemusega inimestega koos töötamine</li> <li>⊙ piiravas keskkonnas töötamine</li> <li>⊙ keskendumine vaid ühe asja tegemisele</li> <li>⊙ täpsete detailide kirjeldamine</li> <li>⊙ kriitika (ka positiivse kriitika) vastuvõtmine</li> </ul>

*Mõttele, milliseid on Sinu õppimiseelistused? Kas tundsid ennast mõnes õpistiilis ära?*

Õpistiilide eristamise ja määramise eesmärk ei ole välja vabandada seda, kui me oma õppimisega toime ei tule. Pigem on sellel kaks eesmärki:

1. oma tugevuste äratundmine ja nende teadlik kasutamine parema õppimistulemuste saamiseks;
2. oma nõrkade külgede äratundmine ja püüd teadlikult ületada puudusi, mis võivad takistada edukat õppimist.



Näiteks Margus eelistab õppida teistega koos ja sõbralikus keskkonnas. Kui jõuab kätte seminaritöö kirjutamise aeg, on tal väga raske ennast distsiplineerida, et üksi töötamiseks aega võtta ja asja kallale asuda. Lisaks on Margusel teema kohta palju häid mõtteid, aga kui juhendaja palub tal oma kirjapandud väiteid argumenteerida ja tõestada, jääb Margus hätta.

Kati armastab üksinda nokitseda. Arutlevad kirjatööd on tema lemmikud. Kui aga õppejõud moodustab projekti kavandamiseks ja läbiviimiseks pikaajalise meeskonna, kus on temast väga erinevaid õppijaid, jääb Kati hätta. Rühmas saavad kõik tööülesannetest veidi erinevalt aru. Vähe sellest: mõned rühmaliikmed teevad oma osa nii pinnapealselt, et õppejõu poolt määratud grupijuhina Kati peab kaks pikka õhtut vaeva nägema ja hulga lisatööd tegema.

Kui Karl lõputöö esimest peatükki kirjutab, nägi ta sellega palju vaeva: kogus materjali, luges põhjalikult ja otsis välja omavahel sobivad tsitaadid. Tema üllatuseks aga ei olnud juhendaja tehtud tööga rahul ning väitis, et see pole teadustöö, vaid referaat. Juhendaja palus Karil loetut üldistada ja analüüsida ning lisada teksti ka oma arvamus. Seda oli aga väga raske teha, sest Karl polnud kindel, kui palju ta ise suudab öelda. Pärast pikki ponnistusi saatis ta töö juhendajale ning sai vastuse: hea algus on tehtud, aga pikk tee veel minna.

*Millistel hetkedel oled tundnud, et õppimine takerdub?*

*Kas neid tõrkeid annab ületada teistsuguseid õppimisviise kasutades või on tegu selliste asjadega, mis tuleb endale kindlalt selgeks teha?*

### Õppima võib õppida!

Kui loetu on tekitanud rohkem segadust kui selgust, siis tea, et tegelikult saab õppima õppida, kui küsid endalt lihtsaid kontrollküsimusi ja analüüsid ennast nende abil aeg-ajalt.

Õppima õppimine tähendab arendada oma analüüsivõimet selleks, et oskaksid hinnata oma õppimist ja saaksid vastavalt märgatule oma tegevusi korrigeerida. See tähendab, et pead mõtlema, kuidas asjadest aru saada, ja uurima, kas valitud toimimisviis sobib õpitava omandamiseks või peaksid seda muutma.

Järgnevalt mõned nõuanded, mida järgides saad iseenda õppimisviisi aeg-ajalt üle vaadata ning leida endale sobivaima õpikonteksti.

- **Hoja head elurütmi!** Maga piisavalt, söö korrapäraselt ja tervislikult. Hoolitse oluliste suhete eest, väldi suuri konflikte. Kui vähegi võimalik, lahenda tekkinud probleemid!
- **Loo tegutsemismustreid!** Loo endale õppimiseks positiivne rutiin: päevaosa või koht ruumis, süstemaatilised kohtumised kaasõppijatega, raamatukogu külastamise rütm. Avasta ja arvesta, millises päeva osas Sa kõige paremini õppida suudad. Jäta vähem energiat ja keskendumist nõudvad tegevused neile aegadele, kui mõte ei liigu kõige paremini.
- **Planeeri!** Kõigepealt on hea mõelda, mida tahad saavutada, siis tuleb otsustada, kuidas selleni jõuda. Konkreetse tegevuskava juurde peaks kuuluma ka ajakava. Pärast seda polegi muud, kui oma plaan järjekindlalt ellu viia!
- **Õpi pikemate õppimistsükklite sees ja vahel lõõgastuma!** Ei ole mõtet oma vaimset energiat viimase piirini pingutada – hiljem võib toibumine võtta ootamatult palju aega. Ütluses «parem puhunud loll kui väsinud tark» on oma tõetera. Kui psüühika on ülekoormatud ja kurnatud, on ka võime informatsiooni üles leida ja seostada väga tagasihoidlik. Soovitus ööseks raamat padja alla panna on õige, aga mitte raamatu pärast, vaid sellepärast, et korraliku ööune ajal süstematiseerub ja talletub info meie teadvuses ja ärgates on kõik hulga selgem.

- **Liiguta ennast regulaarselt!** Aju vajab õppimiseks hapnikku. Jooksmas, ujumas või tennis käimine võib olla kiiretel aegadel aja kokkuhoiu, mitte kaotamise viisiks.
- **Avasta ja kasuta oma eelistatud õpistiili!** Analüüsi teadlikult, millisel viisil õpitust on kõige rohkem kasu ja püüa luua selliseid võimalusi võimalikult palju. Samal ajal pole paha endas aeg-ajalt arendada ka teisi õpistiile.
- **Õpi keskendumata!** Akadeemilistest teadmistest omandatakse mõeldamises, hoo pealt suhteliselt vähe. Sügav õppimisviis tähendab, et õppimisse tuleb süveneda. Mõned võtted, mis seda toetavad on:
  - õpi efektiivselt lugema ja adekvaatset infot leidma;
  - alusta üldpildist;
  - küsi nõu;
  - õpi tegevuse kaudu;
  - tuleta õpitut meelde samade seoste abil, millega püüdsid neid meelde jätta;
  - õpeta teisi!

# Õppija töövahendid

Õppimist saab tõhusamaks ja meeldivamaks muuta erinevate nippide abil. Kuna oleme õppijatena erinevad, ei ole kõigil neist soovitustest üh-temoodi abi. Küll aga väärivad need töövahendid proovimist siis, kui õp-pimise juures on jätkuvalt millegagi probleeme. Vihiku kolmandas osas esitatud nipid ja soovitused ei tee õppimist Sinu eest ära, aga nendega arvestamine aitab hea tulemuse saavutamisele kindlasti kaasa. Järgne-valt peatume järgmistel õppijate töövahenditel:

1. aja planeerimine ja prioriteetide väljaselgitamine;
2. efektiivne kuulamine ja lugemine;
3. konспекteerimine ja muu nähtavaks tehtud mõtlemine;
4. õpitulemuste esitamine iseseisvate kirjalike tööde vormis;
5. õpitulemuste esitamine suuliselt;
6. kordamine, meeldejäätmine ja eksamiks valmistumine;
7. kaastudengitega koos õppimine.

## 1. Aja planeerimine ja prioriteetide väljaselgitamine

Ilmselt oled märganud, et osa inimesi Su ümber jõuab palju rohkem kui teised. Põhjuseid selleks on kindlasti mitmeid, kuid üks olulisemaid on oskus oma aega hästi planeerida.

Põhjalikumalt on aja planeerimisest kirjutanud Stephen R. Covey oma raamatus «Väga efektiivse inimese seitse harjumust» kolmanda harju-muse all nimega «Seadke esmatähtis esikohale». Lisaks tasub lugeda ka teisi selleletemalisi raamatuid, millele on viidatud vihiku lõpus.

Ükskõik kui palju on Sul kohustusi või vastutust, aega planeerimata jõuad ühel hetkel ikkagi olukorrani, kus Sul on kohustusi ja ülesandeid rohkem kui aega nende tegemiseks. Muidugi, mida rohkem on inimesel rolle ja kohustusi, seda olulisem on ka aja planeerimine. Õppimises muutub planeerimine eriti oluliseks kaugõppe ja e-õppe korral, kus distsiplineerivat ajalist struktuuri on hulga vähem kui päevaõppes.

Covey jagab selle, kuidas inimene oma aega suhtub, ajamaatriksiga neljaks:

- I kvadrant: **oluline ja pakiline** (tegevused: kriisid, pealepressivad probleemid);
- II kvadrant: **oluline ja mittepakiline** (tegevused: ennetamine, suhete loomine, uute võimaluste äratundmine, planeerimine, uuenemine);
- III kvadrant: **ebaoluline ja pakiline** (tegevused: vahelesegamised, mõned telefonikõned, mõningane kirjavahetus, aruandlus ja telefonikõned, vahetud kiireloomulised asjad, ühiskondlik tegevus);
- IV kvadrant: **ebaoluline ja mittepakiline** (tühi-tähi, askeldused, mõningane post, mõned telefonikõned, ajaraiskajad, meelelahutused).

*Mõttele hetkeks, millised vajadused mõjutavad Sinu käitumist kõige enam? Kas esimese, neljanda või mõne muu kvadrandi omad?*

Kõige tõhusamalt kasutavad oma aega need inimesed, kes elavad peamiselt II kvadrandi loogika järgi. II kvadrandi mõtteviisi järgi elamine tähendab kõigepealt küsimist: mis on kõige olulisemad asjad mu elus pikemas perspektiivis. Seda tegevust võiks nimetada isikliku missiooni koostamiseks. Isiklikku missiooni vaadatakse regulaarselt üle ning selle põhjal tehakse pikaajalisi plaane, ennetavaid hooldustöid, ettevalmistusi. See hõlmab ka suhete loomist ja kindlustamist ja erinevate ülesannete täitmist. Ajamaatriksi II kvadrantis elades ei keskenduta mitte probleemidele, vaid võimalustele ja selle aluseks on ennetav mõtlemine.

*Näiteks võib tuua Marguse, kes enne eksamit avastab, et aega jääb väheks. Kaks päeva enne eksamit õppima hakates avastab ta, et osa vajalikust materjalist on raamatus, mida tal ei ole. Ilmneb, et raamatu kõik eksemplarid on raamatukogust laenutatud ja viimastel eksamieelsetel päevadel ei ole ka Marguse parim sõber nõus talle seda kopeerimiseks andma. Lisaks avastab Margus viimasel ööl hoolega õppides, et tal on konspektist kahe loengu*

*materjal puudu, kuna ta oli sel ajal haige. Oma viimased kallid tunnid kulu-  
tab ta meeleheitlikuks muutuvatele telefonikõnedele.*

Kuidas siis aega targasti planeerida?

- **Mõtle, mis on kõige olulisem.** Elus on võimalusi alati rohkem kui aega nende teostamiseks. Seepärast tuleb hoolega mõelda, mis on kõige olulisem. Valiku tegemisel aitab oma rollide ja väärtushinnangute analüüs. Küsi endalt, mis on hetkel kõige tähtsam, ja siis tee selle järgi. Oluline on, et erinevad valikud oleksid omavahel loogiliselt seotud ja tasakaalus.
- **Mõtle, enne kui tegutsed.** Covey kirjutab, et kõik asjad luuakse kaks korda: kõigepealt meie mõttes ja siis tegudes. Pareto printsiip ütleb, et 80% tulemustest saavutatakse 20% tegevusga. Kui prioriteedid on määratud, tuleb oma elu nende ümber distsiplineeritult koondada. Seega pole küsimus selles, kuidas leida asjade tegemiseks palju aega, vaid selles, kuidas tegutseda targalt ja läbimõeldult.
- **Õpi ütleva «ei».** Vahel tuleb heale tegevustele öelda «ei», et paremate tegevuste jaoks aega leida. Olulisteks asjadeks vabaneb aeg ainult vähemoluliste arvelt, mis tähendab oskust tegevuste olulisust pidevalt kaaluda. Samas ei tohiks olulisuse mõõdupuu olla nende tegevuste pakilisus ega ka see, mille järgi teised inimesed meid hindavad. Oluline on see, mis pikemas perspektiivis on meie eesmärkidega kõige paremini kooskõlas. Sellest, kuidas öelda «ei», kirjutatakse ka «Tee tasakaalu ja heaoluni» vihikus.
- **Koosta ja rühmita oma plaane.** Õppimise paremaks planeerimiseks koosta loetelu kõikidest tegemist vajavatest ülesannetest, kasulik on juurde märkida ka tähtjad. On hea, kui jaotad suuremad tööd väiksemateks osadeks – nii ei tundu nende saavutamine ületamatuna. Planeeri tegevusi nädalate kaupa ja korrigeeri kavasid päevade kaupa.
- **Vali igale tegevusele õige aeg.** Kõik tegevused ei nõua võrdselt energiat. Seepärast on mõistlik jätta keerukamad ja suuremat süvenemist nõudvad tööd tõhusamasse töökeskkonda – sobivaimasse tööaega, kus on kõige vähem segajaid.

Marju näiteks avastas selle oma vanemat öde vaadeldes, kes kirjutas 6-kuuse lapse kõrvalt doktoritööd. Alati kui laps oli üleval, tegi öde lisaks lapse eest hoolitsemisele majapidamistöid, käis poes ja muudes vajalikes teenindusasutustes. Niipea kui laps uinus, istus öde arvuti taha. Kui Marju talt küsis, kas ta niiviisi ära ei väsi, vastas öde, et võtab nädalas ühe päeva, kui ta üldse arvuti taha ei istu – tavaliselt on see pühapäev.

- **Pane plaanid kirja.** Kui püüame suurt hulka asju lihtsalt meeles pidada, siis mingil hetkel aju kuumeneb üle ja unustab osa asju ära. Kirjapandud plaanid võimaldavad meil tegeleda sisuliste asjadega. Plaanidest peaks võimalikult täpselt kinni pidama, kuid plaanid ei tohiks hakata meid valitsema – tegu on siiski vahendi, mitte eesmärgiga.
- **Vaata oma plaane üle.** Iga nädala lõpul või uue nädala algul peaks tehtu üle vaatama ja kirjutama kalendrisse asjad, mis uuel nädalal tegemist vajavad. Planeerimisel peaks arvestama nii kiirete jooksvate tegevustega kui sisuliste ja pikaajalistega ning vaatama, et tegeldakse mõlematega.
- **Mõtle «ma tahan!», mitte «ma pean».** Kui kipume mingeid tegevusi edasi lükkama, on hea meenutada, miks oleme otsustanud neid teha. Tihti viib see tagurpidi mõtlemine välja meie elu oluliste eesmärkideni ja seejärel on asju palju kergem teha.
- **Premeeri ennast.** Kui tegevused nõuavad pingutust või on vaid kaudselt seotud nende eesmärkidega, milleni tahame jõuda, võib aidata, kui motiveerid end mingite preemiatega. Selliseks preemiaks võib olla kas jalutuskäik, sõpradega suhtlemine või uinak – kõik see, mis tundub olevat vajalik ja meeldiv.
- **Kaalu, milline on piisav tööpanus.** Õppimisel aega kasutades on kaks äärmust, mida tuleb vältida: perfektsionistlik ideaali tagaajamine ja asjade kuidagi ära tegemine. Kui ühe asja peale liiga palju aega kulutada, jäävad teised tegemata või saavad tehtud ebapiisavalt. Perfektsionismi ohtudest kirjutatakse ka «Tee tasakaalu ja heaoluni» vihikus.
- **Ära jää üksil!** Koos kaaslastega võib olla kergem õppimisele keskenduda.

Covey usub, et suurim komistuskivi aja planeerimisel on võimetus määratleda probleeme. Mõttele, mis on kõige olulisem (mäletad, millises kvadrantis asusid olulised ja mittepakilised tegevused?) ja siis planeeri oma tegevusi sellele vastavalt.

### **Kui enam ei jõua...**

Võib juhtuda, et jõuad situatsiooni, kus ei taha ega suuda enam õppida. Siis tuleb uuesti üle vaadata oma prioriteedid ja küsida: mida ma suudan vähenenud jõuvarudega teha ja kuidas jõuda taastumiseni.

Puhkusest ja taastumisest rääkides on rusikareegel, et puhkamiseks tuleb teha tavatööst erinevaid asju: kui pideva vaimse pingutuse tõttu on raske leida energiat süvenemiseks, tuleb kas lihtsalt magada või siis tegelda füüsilist pingutust nõudvate, kuid mõtlemist mitte koormavate asjadega. Ja vastupidi: pideva füüsilise pingutuse korral tuleb anda puhkust kehale ja tegelda lisaks magamisele vaimsete asjadega. Keskkonnavahetus tuleb ka peaaegu alati kasuks.

Kui jõuetuse seisund kestab kaua, on hea pidada nõu psühholoogiga. Rohkem infot selle kohta leiad «Tee tasakaalu ja heaoluni» vihikust.

## **2. Efektiivne kuulamine ja lugemine**

Kõrgkoolis õppimine tähendab, et meid õpetatakse, st meile edastatakse materjali, mida peaksime omandama. Edastatav info võib katta suurema või väiksema osa kogu ainekursuse materjalist, olla esitatud suuliselt või kirjalikult. Kirjalik tekst võib meieni jõuda Interneti teel või paberil.

Õppimise tõhusust mõjutab oluliselt see, kui hästi õppejõud on materjali struktureerinud, kui arusaadavalt esitanud ja kuivõrd ta on inspireerinud meid seda omandama. Kuid mitte kõik ei sõltu õppejõust: ka meie kui õppijate käes on võimalus tõhustada loengust kuuldu ja tekstist loetu omandamist. Järgnevalt ongi toodud mõned nõuanded, mille abil on kuuldu ja loetu õppimine tõhusam.

- Kuula loenguid ja loe teksti järjekindlalt – lünkade puhul on sisu mõistmine keerulisem.
- Kui loeng või loetud tekst pole alguses mõistetav, ei tasu alla anda – tihti saavad asjad protsessi käigus selgemaks.



- Püüa mõista ja struktureerida tervikuid, mõelda, kuidas erinevad osad üksteisega seotud on.
- Püüa leida materjalist kõige olulisem osa ja see endale isikupäraselt visuaalseks muuta (nt konspekteerida teksti, mõistekaardi või muu skeemina).
- Püüa luua seoseid õpitava, varem teada oleva ja oma elu vahel.
- Küsi, mida uue infoga on võimalik peale hakata, kuidas seda kasutada saab. Kui võimalik, proovi saadud teadmisi-oskusi esimesel võimalusel rakendada.
- Peale osade kuulamist-lugemist püüa meenutada, millest oli jutt. Eriti hea on, kui saad teha materjalist kellelegi teisele kokkuvõtte. Kui miski jääb ebaselgeks, küsi selgitusi kas õppejõult või kaastelstelt.
- Arvesta, et püsiv ja sügava õppimisviisiga lähenemisviis, olgu siis loengu kuulamisel või teksti lugemisel, eeldab pingutust. Kui mõte läheb rändama, püüa see tagasi tuua kuuldu-loetu visualiseerimisega ja õppejõu või autori teksti järgmiste osade äraarvamisega. Vahel aitab keskenduda ka sügav hingamine.
- Püüa lahendada intensiivsed argiprobleemid enne õppima asumist, tähendab see siis asjade läbimõtlemist, mõne inimesega asjade selgeksrääkimist või asjatundjalt abi küsimist. Sinu keskendumisvõime paraneb oluliselt.

On hea toon, et õppejõud jagab kirjalikke materjale. Kahjuks ei piisa vaid materjali kättesaamisest, et hiljem eksamil hästi läheks. Muuda materjalid enda omaks: kirjuta oma nimi lehele, tööta materjal läbi ja märgi ära kõige olulisem. Tee seda rohkem kui üks kord, nii kinnistub õpitu paremini.

### **Lugemisest**

Tänapäeval on peaaegu moeasi käia kiirlugemise kursustel. Tegelikult ei ole võtmeküsimus mitte selles, kui kiiresti loed, vaid selles, kui palju loetud tekstist aru saad. Lugemiskiirus sõltub kõige rohkem sellest, kui tuttav, st arusaadav on teksti sisu.

Kui loed, võib olla abi järgmistest tegutsemisviisidest:

- vaata kõigepealt üle tervik ja püüa aru saada, mille põhjal see osadeks on jaotatud;
- mõtle, mida Sa nendest asjadest juba tead ja mida varem nende teemade kohta oled kuulnud ja lugenud;
- sõnasta enne konkreetse peatüki lugema hakkamist selle kohta küsimus. Näiteks kui loed peatükki ajajuhtimisest, küsi, kuidas saaksid kõik vajaliku tehtud nii, et ka puhkamiseks aega jääks. Küsimused aitavad eristada olulisemat vähemolulisest;
- loe tekst hoolega läbi. Lugemise käigus keskendu mõistmisele ja püüa pidevalt luua seoseid oma varasemate teadmistega. Kui tegemist on Su oma materjaliga, kirjuta sellele juurde märkusi ja seoseid, joonista skeeme;
- pärast teksti lugemist püüa meenutada, mida lugesid ning esita endale teksti kohta küsimusi. Vaata uuesti üle need kohad, mida Sa ei suutnud meelde tuletada;
- lõpuks mõtle veel kõige olulisem loetust läbi. Palju aitab, kui püüad terviku mingis vormis visualiseerida.

*Kas Sinu viis teksti lugeda sarnaneb eelnevalt antud soovitudele?*

*Kui ei, siis milles on erinevused?*

*Mida tahaksid proovida teisiti teha?*

### **3. Konspekterimine ja muu nähtavaks tehtud mõtlemine**

Uuringud on tõestanud, et konspekterimine mõjutab õpitulemust. Kuna inimene suudab peas töödelda vaid piiratud hulka materjali, avardab konspekterimine õppimisvõimalusi oluliselt. Konspekterimine eeldab õppija aktiivsust, aitab koondada tähelepanu keskele ja aitab asju meelde jätta. Kui kuulad loengut, osaled seminaris või loed kirjaliku materjali, toetab mõtlemise nähtavaks tegemine sügavat õppimist: õppimine on nii kergem kui põhjalikum.

*Mõttele ja pane kirja, milliseid viise Sa kasutad konspekterimiseks ja pease olevate teadmiste-küsimuste ja seoste nähtavaks tegemiseks?*

Inimesed teevad märkmeid erineval otstarbel:

- meeldejätmiseks – läbikirjutamine aitab asju meelde jätta;
- keskendumiseks – kirjapanemine aitab tähelepanu tekstile koondada;
- salvestamiseks – kui olulist infot esitatakse ainult suuliselt, saab tähtsamad asjad kirja panna;
- plaani koostamiseks – nähtavaks tehtud mõtteid on kergem organiseerida.

Konspekterimistehnikad jagunevad teadmisi kordavateks ja teadmisi töötlevateks tehnikateks.

- Teadmisi kordavad meetodid on
  - teksti täpne kopeerimine ja
  - teksti mehaaniline markeerimine.

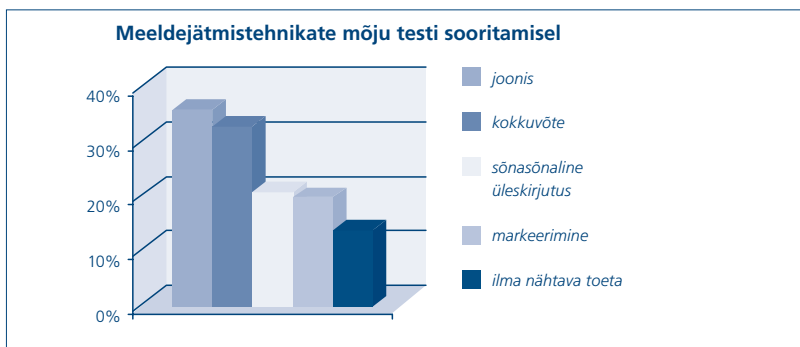
Teatud piirides on neist meetoditest kasu – tavaliselt vajame uusi teadmisi, et hakata asjadest aru saama. Eriti on neist konspekterimisviisidest abi neil, kellel on kinesteetiline õppimisviis, st kes õpivad hästi tegemise kaudu. Kirjutades või joonides saavad asjad selgemaks ja jäävad paremini meelde.

- Teadmisi töötlevad konspekterimismeetodid on
  - kuuldust-loetust olulisima väljakirjutamine,
  - teksti ümberstruktureerimine paremini arusaadavasse vormi,
  - eelneva ja uue teadmise seostamine ja selle visuaalne väljendamine.

Teadmiste omandamist toetavad ka

- olulise info markeerimine valmiskirjutatud tekstis;
- kuuldu-loetu kohta küsimuste kirjapanemine;
- loetud-paljundatud teksti kõrvale oma reageeringute ja kommentaaride märkimine (näiteks naeru- ja nutunäod, küsimärgid jne).

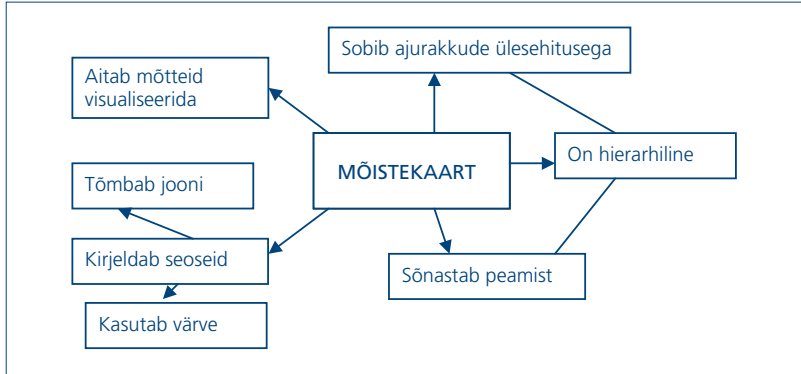
Tavaliselt on õppijatel meelistehtnikad, mida nad kõige enam kasutavad. On leitud, et hästi toimetulevad õppijad kasutavad vastavalt vajadusele mitmeid erinevaid konspekteerimistehtnikaid. Järgnev on soome uurijate S. Lindblom-Ylänne, K. Lonka ja V. Slotte saadud tulemus selle kohta, millised meeldejätmistehtnikad on testi sooritamisel kõige tõhusamad.



Mõned soovitusused tõhusaks konspekteerimiseks.

- Et hiljem oleks lihtsam õppematerjali süstematiseerida, pane lehe servale kirja aine nimi ja kuupäev (soovituslikult ka õppejõu nimi).
- Kirjuta oma sõnadega seda, mida oluliseks pead ja arvad vaja minevat (kõike pole vaja). Veel parem: joonista sellest skeem või mõistekaart.

Väike lisainfo: kuidas vormistada mõistekaarti? Juhiseid vaata ka raamatust «Õpetame lapsi õppima», peatükist «Kognitiivne kaardistamine».



- Kirjuta jooksvalt üles küsimusi ja kommentaare.
- Kirjuta oma sõnadega, võimalikult lihtsalt ja lühidalt, tööta välja oma sümbolite ja lühendite süsteem.
- Liigita konsepti erinevad osad ja otsi tervikus osadevahelist suhet – nii tervikkursuse kui ühe loengu või lugemismaterjali osas. Püüa mõelda, kus Sa hetkel oled.
- Ülelugemisel too konseptist esile tähtsad sõnad või laused (nt alla joonides).
- Küsi näha veel paari-kolme tubli konspekteerija märkmeid. Vaata, kas neis on midagi olulist, mille Sina tähelepanuta jätsid.

Kokkuvõttes on konspekteerimine ja oma mõtete igasugune nähtavaks tegemine oluline õppimist toetav oskus, milles tasub ennast pidevalt edasi arendada. Rusikareegel on, et töödeldud ja isikpärane visualiseerimine on alati tõhusam kui lihtsalt teadmisi korvav meetod ning joonised ja graafikud on paremad kui lineaarne tekst. Konsepti koostamise kõrval tuleb alati varuda lisa-aega selle ülevaatamiseks ja materjali üle mõtlemiseks.

#### 4. Õpitulemuste esitamine iseseisvate kirjalike tööde vormis

Kõrgkooli õppeprotsessis ei tule õppida mitte ainult teiste öeldut ja kirjutatut, vaja on osata ka omaenda mõtteid loovalt ja terviklikult väljendada. Gümnaasiumis õpitut võib siin olla palju abi, kuid otseselt seda üle kanda ei saa. Samuti ei saa nn igapäevast mitteformaalset kirjakeelt kanda otse üle akadeemilistesse kirjutistesse.

Võrdle näiteks kahte järgmist teksti.

1. Naised teenivad vähem ja omavad vähem kui mehed. Miks see nii on?
2. Naiste suhteliselt halvem olukord sissetulekutes ja vara omamisel viitab jätkuval klassisisesele majanduslikule ebavõrdsusele, mis põhineb inimese sool.

Mis Sa arvad, kumma puhul on tegu akadeemilise tekstiga? Kui Sa kohe ära ei arva, siis ehk on abi järgmistest kriteeriumitest.

Akadeemilist kirjutamist saab eristada igapäevasest kirjutamisest järgmistest tunnustest:

- sõnastuse formaalsus, st kasutakse ametlikku keelt;
- sisulise informatsiooni märgatav osakaal;
- abstraktse ja tehnilise erialakeele märgatav osakaal;
- oma isiklikku meeldivust tavaliselt ei väljendata ja kui seda tehakse, siis koos põhjendustega;
- oma seisukohti põhjendatakse ehk argumenteeritakse kas väljavõtetega teiste autorite teadustekstidest või uurimisandmetega;
- teiste autorite teksti kasutamise puhul kirjutatakse alati juurde viited alusmaterjalile (autor, allikas ja teised vajalikud andmed);
- kirjutatule lähenetakse isikupäraselt – ei korrata teiste poolt kirjutatud, vaid püütakse põhjendustele toetudes luua uusi tervikuid ja uusi teadmisi.

*Mõttele, milliseid raskusi on Sul ette tulnud, kui pead kirjutama õppeülesandeid akadeemilises stiilis? Millist tagasisidet oled õppejõududelt saanud? Pane need siia kirja:*

Kirjutamist võib olla raske alustada mitmetel põhjustel:

- kõrvalised tegevused ja töörahu puudumine, mis võib tähendada ka vähest enesedistsipliini (ehk laiskust);
- kogemuse puudus ja sellega seonduv hirm, et kirjutamine ei tule välja;
- varasemad negatiivsed kirjutamisega soetud kogemused (näiteks algklassidest);
- hirm kirja panna poolikuid mõtteid;
- liiga suurte tööde ühekorraga ette võtmine;
- eelneva ettevalmistuse puudus vastaval teemal kirjutada;
- vähene usk enda võimesse luua uusi mõtteid;
- endale teksti esmavariandi osas liiga suurte nõudmiste esitamine.

Kuigi akadeemiline kirjutamine võib tunduda esmapilgul keeruline, on see oluline vahend akadeemilise mõtlemise õppimisel. Mõtlemine areneb kirjutades ja vastupidi: mida rohkem kirjutada, seda rohkem areneb mõtlemine. Teksti loomist võib alustada väikestest harjutustest, sest:

- kirjanandu aitab mõtteid selgitada,
- oma kirjutatu lugemine annab võimaluse seda hinnata,
- kaaslased või õppejõud saavad kirjutatut kommenteerida ja sellest võib olla abi,
- ühtki suurt oskust ei omandata ühekorraga.

### **Eduka kirjutamise korral peaks läbima kolm etappi:**

1. kavandamine ja ideede loomine,
2. ideede tekstina kirja panemine,
3. ülelugemine ja paranduste tegemine.

Igaks etapiks tuleb jätta piisavalt aega. Tavaline viga on, et planeerimise ja ideede loomise peale läheb enamus ajast, teksti kirjutamiseks jääb aega suhteliselt napilt ja ülelugemiseks üldse mitte. Kuid võib ka teistmoodi planeerida: kohe, ilma eelneva mõtlemiseta kirja panna ja siis kolmas etapp hoopis ära jätta. Mõlemad on halvad variandid – kirjutis õnnestub vaid juhul, kui kõigile kolmele etapile on jäetud piisavalt aega, kusjuures osaliselt võivad need protsessid toimuda paralleelselt.

*Mõttele, kuidas Sina kirjutad.*

- *Kas läbid kõik kolm etappi?*
- *Kui palju millele aega pühendad?*
- *Kas oled etappides kordamööda või vahel ka korraga?*

Oskusliku kirjutaja tunneb ära sellest, et ta

1. tunneb teemat või näeb vaeva teemaga tutvumiseks;
2. pühendab regulaarselt aega kirjutamisele;
3. teab ja oskab kasutada erinevaid kirjastiile;
4. tunneb õigekirja.

Üks järjest tõsisemaks muutuvatest probleemidest on **plagieerimine** ehk kellegi teise teksti (või Internetis nimetuna üleval rippuva teksti) enda nime all esitamine ilma sellele viitamata. Plagieerimisel on mitmeid vorme alates mõne autori teksti kasutamisel viite märkimata jätmisest kuni teiste inimeste poolt kirjutatud terviktekstide esitamisenä oma nime all. Kõigil juhtudel on tegu vargusega, millesse akadeemilises maailmas väga tõsiselt suhtutakse. Muidugi, mida tahtlikum ja suuremõdulisem plagieerimine on, seda rangemad on karistused, mis ulatuvad kuni kõrgkoolist väljaviskamiseni.

Plagiaadiga peab eriti ettevaatlik olema juhtudel kui:

- o kirjutatakse endale võõras keeles – eneseväljendus on siis raskendatud ja kiusatus eriti suur;
- o kirjutatakse endale suhteliselt võõral teemal – raske on luua isikupäraseid seoseid, sest kõigest ei saada aru;
- o kirjutamiseks on jäänud liiga vähe aega – enam ei jõua lugeda, siis on raske kirjutada ja lõpuks paistab, et ei jää muud üle kui teistelt autoritelt «laenata»;
- o kui viidatakse internetiallikatele. See on eriti rumal viga, sest internetiallikaid on kontrollimisel kõige kergem avastada.

Kõigil juhtudel tuleb kiusatusele vastu seista ja plagiaati vältida.



*Kas oled tundnud vahel soovi kellegi teise teksti kasutada?*

*Mis on juhtunud, kui oled sellele soovile järele andnud?*

Järgnevalt vaatame lähemalt kirjaliku töö ühte keerukamat vormi, esseed.

### **Kuidas kirjutada esseed?**

Enne kirjutama asumist selgita välja, mis tingimuste järgi Sinu tööd hinnatakse, st mida õppejõud Su esseelt ootab.

Essee planeerimisega peaks alustama kohe, kui oled teema kätte saanud. Head struktuuri aitab planeerida, kui koostad oma ideedest mõis-tekaardi või joonise. Selleks kirjuta essee pealkiri paberi keskele ringi sisse ja tõmba selle külge teisi ringe. Ringidesse kirjuta teemad, mis Sul selle pealkirjaga seostuvad. Neist omakorda vali välja mõned, millele tahaksid keskenduda ja mõtle, mida peaksid nende teemade kohta teada saama, et kirjutada hea essee. Seejärel püüa teemasid reastada nii, et need loogiliselt seostuvad. Nende asjade kohta, millest Sa piisavalt ei tea, kogu materjali.

Kui on vaja kasutada kirjandusallikaid, otsi need üles, loe vajalikud osad läbi, tee märkmeid. Püüa kogu aeg mõelda, kuidas loetu sobib Sinu essee teema ja alateemadega. Ära unusta üles kirjutada, mida Sa täpsemalt oled lugenud.

Kui hakkad kirjutama, hoia essee pealkiri ja esmane sisu endal pidevalt silma ees. Kirjutamise järjekord sõltub palju Su mõtlemis- ja õpistiilist, kuid kõige tavalisem on alustada kirjutamist keskelt, mis tähendab, et sissejuhatus jääb viimaseks (kuigi sellele peaks juba enne mõtlema hakkama). Kirjuta alateemade juurde kõik, mis meelde tuleb. Vaata, kas ja kuidas alateemad omavahel ja essee pealkirjaga seostuvad.

Seejärel loe essee esimene käsikiri üle. Kirjuta oma tekstile sisuga sobiv sissejuhatus. Mõtle, kuhu Sa tahad välja jõuda. Vaata kirjutatu üle,

aga ära tunne liiga palju kahjuvalu ebavajalike lausete ja tekstiosade eemaldamise pärast – mida konkreetsem ja selgem tekst, seda parem tulemus. Vaata üle või kirjuta esseele kokkuvõtte ning võrdle seda sissejuhatusega – kokkuvõtte peab lugeja ringiga sissejuhatuse teemade juurde tagasi juhatama.

Pärast seda pane essee mõneks päevaks või nädalaks kõrvale ja loe siis uuesti üle. Kas saad kõigest aru, mida Sa öelda tahtsid või teeksid nüüd midagi teisiti? Kui vaja, paranda vead ja/või kirjuta uus kokkuvõtte. Anna oma töö lugeda ka mõnele teisele ja küsi nende arvamust. Võid lasta essee endale kõva häälega ka ette lugeda.

Vii essee õppejõule õigeaegselt või veidi varem. Kui oled essee üle andnud, siis ära mõtle enam sellele, mida oleksid võinud teha teisiti. Samad reeglid kui essee puhul, kehtivad ka enamike teiste iseseisvate kirjalike tööde puhul.

Hea ja õppimist toetav õppejõud ei pane töö eest üksnes hinnet (st tähte), vaid annab ka sõnalist tagasisidet selle kohta, mis on paremini õnnestunud ja mis edaspidi vajab korrigeerimist. Kuidas aga tagasisidet vastu võtta?

- Ära muretse niivõrd hinde, kui oma arengu ja õppimise pärast.
- Keskendu tekstile, mitte esile kerkivatele tunnetele.
- Kuula tähelepanelikult.
- Suhtu positiivselt oma teksti parandamisse.
- Ära seleta ega vabanda.
- Küsi üle, kui miski jääb ebaselgeks.
- Tee märkmeid.
- Kui Sul läks väga hästi, siis ära jää loorberitele puhkama.

### **Kuidas suhelda juhendajaga?**

Tagasisidet võid Sa saada nii pikemate kui lühemate kirjatööde puhul. Suuremate kirjalike tööde puhul annab juhendaja tagasisidet mitmeid kordi protsessi jooksul. Kui kirjutad proseminari, seminari või lõputööd, siis on Sul õigus saada endale juhendaja, kes sind kirjutamisprotsessis toetab.

Juhendajaga suhtlemisel on hea meeles pidada järgmisi asju.

- Juhendaja ülesanne ei ole Sinu eest tööd ära kirjutada, Sulle materjali otsida ega ka Su kirjavigu parandada. Tema töö eesmärk on aidata Sul kujuneda iseseisvaks akadeemiliseks kirjutajaks ja seepärast on ta töö peamiselt toetava iseloomuga.
- Juhendajalt võib küsida nõu nii sisulistest (millest ja mida kirjutada) kui vormilistest (kuidas kirjutada ja vormistada) küsimustes.
- Juhendajalt võib küsida tagasisidet konkreetsetes küsimustes, millega töö kirjutamisel hätta jääb.
- Juhendajal on ka muid tööülesandeid ja isiklik elu, mis tähendab, et kohtumised peaks olema piisavalt palju varem kokku lepitud mõlemale sobival ajal. Juhendajalt ei saa eeldada töö ülelugemist selle esitamise tähtajale eelneval ööl ega ka 24 tunni jooksul pärast töö saatmist, kui selle kohta pole varasemat kokkulepet.
- Juhendajalt on õigus oodata positiivset suhtumist ja õppimise toetamist. Kui koostöö juhendajaga mitmeid katsetuste järel siiski ei õnnestu, võib kaaluda juhendaja vahetamist. Seda ei tasu aga kergekäeliselt teha, sest probleem võib olla Sinus, mitte juhendajas.
- Oma kirjatöö eest vastutad Sa ise, mitte juhendaja!

5.

### 5. Õpitulemuste esitamine suuliselt

Mitte alati ei esitata õpitulemusi kirjalikult. Vaatamata sellele, et tänapäeval suheldakse palju arvuti teel, on avaliku esinemise oskus ikkagi väga oluline. Seepärast pakutakse kõrgkoolis võimalusi ka selle proovimiseks ja treenimiseks.

Kui Sul tuleb oma õpitulemusi teiste ees esitada, on hea meeles pidada järgmisi asju.

- Kõigepealt uuri, mida, kellele ja kuidas tuleb esitada.
- Valmista hoolega ette esitluse sisu. Mida ebakindlamalt ennast tunnend, seda rohkem kirjuta üles.
- Kui oled vähe esinenud, võib olla kasu harjutamisest. Harjutamise käigus võid markeerida asjad, mis on kõige olulisemad, ja mõõta aega, mis Sul kulub esitluse tegemiseks.
- Arvesta, et esinemisega kaasneb alati mingi närvipinge. Kui lähed piisavalt vara kohale, on Sul aega olukorraga kohaneda.
- Pea etteantud ajast kinni. Ka kõige sisukam ettekanne jätab negatiivse mulje, kui ei osata õigel ajal lõpetada.
- Kui esined, püüa kuulajatega hoida silmsidet ja nendega suhelda nii palju kui võimalik. Küsimuste esitamine ja nende esitamise võimaldamine on selleks üks kindlamaid vahendeid. Kui Sa ei oska mõnele küsimusele vastata, siis ole aus ja ütle seda.
- Kus võimalik ja sobiv, kasuta teksti kõrval ka illustreerivat materjali: skeeme, graafikuid, slaide, karikatuure, filmiklippe jne. Need teevad esinemise jälgimise palju kergemaks. Samal ajal tuleb enne algust rahulikult veenduda, et vajalikud abivahendid ka tööle hakkavad. Illustreerivat teksti ei tohi täpselt ette lugeda – lugeda oskavad tavaliselt ka kuulajad.
- Küsi tagasisidet ja õpi ka teiste ettekandeid vaadates.

### 6. Kordamine, meeldejätmine ja eksamiks valmistumine

Mitte alati ei piisa kursuse läbimiseks õpitulemuste kirjalikust või suulisest esitamisest, tihti on vaja teha ka eksameid ja näidata oma teadmisi teistes kontrollivormides. Enamasti on sel juhul on tarvis õpitut korrata

ja jätta meelde suur hulk materjali. Järgnevalt on antud soovitusi sellega paremini toimetulekuks.

*Mõttele, kuidas Sina tavaliselt eksamiks õpid.*

- *Millal alustad?*
- *Kui palju korruga õpid?*
- *Kas õpid üksi või koos kaaslastega?*
- *Kas ainult loed või teed ka märkmeid?*
- *Mis Sind eksamiks õppimisel on kõige enam aidanud?*

Selleks, et vaimset pingutust vajavat kordamist mitte viimasele ööle jätta, tee ajakava, millal ja kui kaua kavatsed õppida, et saaksid kõik õigeks ajaks selgeks (vaata uuesti üle selle vihiku ajaplaneerimise teema). Pane see graafik kuhugi nähtavale kohale (nt magnetiga külmkapi peale). Arvesta oma aega nii, et võiksid korrata kõike vähemalt kaks korda. Nii nagu kirjutamise puhulgi, ei tasu ette võtta liiga palju korruga. Hambad ristas kordamises ei ole palju kasu, sest väsinud, nälgjase ja pahasena ei jää nagunii eriti midagi meelde.

Kordama hakates küsi kõigepealt, kui palju, mida ja kuidas Sa teadma pead. Uuri järele, milline on eksami ülesehitus, kas vastata tuleb ühelekahele essee vormis küsimusele, paljudele lühikestele küsimustele või tuleb teha valik olemasolevatest vastustest. Kas saad kasutada eksamil materjale (raamatuid, konspekte) või mitte? See info aitab Sul teha otsuse, kuidas ja mida peaksid õppima.

Kui töötad materjaliga, siis keskendu – kulutatud ajast ainuüksi pole kasu. Keskendu kõige olulisema õppimisele, sest enamasti pole vaja õppida kogu materjali sõna-sõnalt pähe. Püüa õppida sügavalt, st saada asjadest aru, luua seoseid varem õpituga ja hinnatava ainekursuse kesksete teemadega. Kui loed materjale, võta kõrvale pliiats ja paber, et saaksid teha märkmeid. Kirjuta endale kõige olulisemana tunduvad asjad oma sõnadega ümber.

On hea, kui õppimine ei eelne vahetult eksamile – üks öö on miinimum. Samas soodustab ka liiga pikk vahe unustamist. Kui alustad materjali ülevaatamisest ja teed omale senini ebaselgeks jäänud asjad varakult

selgeks, jääb viimastel päevadel aega rahulikult materjalile veel üks ring peale teha. Väga hästi toetab õppimist ka kaaslastega asjade arutamine ja üksteise õpetamine.

Enne eksamit on väga oluline korralik toit ja uni. Ära eksamiperioodil dieeti pea, sest aju vajab muuhulgas ka magusat! Vaata, kas kõik vajalik on kaasas. Mine aegsasti kohale ja püüa püsida rahulik.

Eksamil loe küsimused hoolega läbi ja alusta neist, mis on Sulle lihtsamad. Pane kohe kirja asjad, mis meelde tulevad. Jaota oma aega targalt, arvestades, et võrdväärsete punktidega küsimused võtavad vastamiseks umbes sama kaua aega. Kirjuta selgelt ja loetavalt. Kui eksamil on esseeküsimused, võrdle vastust pärast lõpetamist uuesti küsimusega. Head vastust iseloomustab faktide analüüs, teooria moodustumine, vastuse selgepiirilisus ja loogilisus ning julge kriitiline analüüs.

Kui arvutad, kirjuta kõik arvutused paberile, et õppejõud näeks, kuidas Sa tulemusteni oled jõudnud. Kui oled kõik kirja saanud, ära veel lahku, vaid loe töö üle – oleks ju rumal, kui hinne lohakuse pärast madalam tuleb.

Valikvastustega küsimuste puhul loe korralikult läbi, kuidas pead vastama – mõnikord saab õigeid vastuseid olla ainult üks, teinekord mitu. Vasta enne ära need küsimused, mida tead kindlalt ja siis kasuta järelejäänud aeg ülejäänutele. Ole tähelepanelik erialaste terminite osas, sest vahel võib tähendusnüanss muuta kogu vastuse.

Avatud materjalidega eksami puhul tuleb arvestada, et neid ei saa läbi da ilma eelneva õppimiseta. Kuna aeg on tavaliselt piiratud, ei jõua Sa kunagi leida üles kõiki vajalikke asju, kui Sa pole materjali sisuga tuttav. Kirjuta peast nii palju, kui meelde tuleb, ja vajadusel vaata abimaterjalist lisainfot. Nii tagad ka selle, et Sa ei kopeeri materjali teksti, vaid näitad võimet asjast aru saada ehk demonstreerid sügavat õppimist, mida kõik head õppejõud hindavad.

Kui saad kätte eksamihinde, siis arvesta, et see pole hinnang Sulle kui inimesele, vaid Su teadmiste konkreetse aines. Kui eksam ei õnnestunud ja pead minema korduseksamile, võta seda kui võimalust ainet veel paremini õppida, mitte kui karistust, mis tuleb kuidagi üle elada. Võid laenata ja lugeda mõnda kursusekaaslaste väga hea hindega tööd.

Vaata üle ka oma ebaõnnestunud eksamitöö ja püüa vigadest aru saada. Kui pole selge, siis küsi õppejõult tagasisidet, mis läks halvasti ja mida tema oleks tahtnud teisiti.

## **8. Kaastudengitega koos õppimine**

Kuigi enamiku õppimisvastutusest kanname üksi, on õppeprotsessis neid õppimise ja hindamise viise, mida teeme koos teistega. Kaastudengitega võime teha rühmatööd auditooriumis, suhelda e-õppe keskkonna foorumis, teha projekti mingi aine sooritamiseks – võimalusi on palju. Sellised rühmas toimuvad tegevused on olulised, sest need valmistavad meid ette tööeluks, kus meeskonnatööl on oluline roll.

Kui kaaslastega koos õpitakse, on hea arvestada järgmiste asjadega:

- koostöö eesmärk on uue teadmise ja arusaamise tekkimine, seejärel tulevad osalejate erinevad lähenemised kasuks;
- koostöölised õppimisviisid eeldavad mitte ainult mõtlemis- ja eneseväljendamisoskust, vaid ka võimet teisi kuulata, mõista ja ühiselt parimale tulemusele jõuda;
- rühmas töötades tuleb püüelda vastutuse ühtlasele jaotumisele – kõik rühma liikmed peavad andma oma panuse;
- rühmas töötamine eeldab paremat planeerimist kui üksi töötamine.

Kui rühmatööd pole nõutud, siis tasub ikkagi koos kaaslastega õppida. Kui näiteks mõni kaasüliõpilane ei saa asjadest aru, paku ennast appi seletama. Isegi kui asi teile mõlemale keerukana tundub, on tavaliselt asjade üle arutlemine tõhusam kui üksi pusimine: üks mõistab ja mäletab üht asja, teine teist.

# Kokkuvõte

Õppimiseks luuakse eeldused juba enne ülikooli tulemist, aga mitte kunagi pole hilja oma õppimisioskusi täiendada ja arendada. Käesolev vihik on püüdnud Sind aidata oma õppimisviise niimoodi kohendada, et tulemuseks on tõhusam õppimine, mis pakub naudingut ja tekitab head meelt. Muidugi, ka parimate õppimisvõtete ja suurepärase võimete puhul ei pääse pingutusest ja riskist, et kõik ei tule esimesel korral hästi välja.

Soovin Sulle sellel pingutust ja pühendumist nõudval teel heameelt õnnestumistest ja hetkedest, kus taipad, et oled midagi enda ümber ja oma tulevases töös uutmoodi nägema hakanud.



# Lisalugemist

- Burnett, G. 2005. **Õpime õppima**. Studium.
- Covey, S. R., Merrill, R. A., Merrill R.R. 1994. **Esmatähtis esikohale**. Ilo.
- Covey, S. R., (2001). **Väga efektiivse inimese 7 harjumust**. Ilo.
- Fischer, R. 2004. **Õpetame lapsi õppima**. Atlex.
- Kidron, A. 1998. **Kuidas hõlpsalt õppida?** Ilo.
- Koch, R. 1999. **Edu käsiraamat: 80:20 printsiip, kuidas saavutada vähemaga rohkem**. TEA.
- Lindblom-Ylänne, S., Lonka, K., Slotte, V. 2001. **Aiotko Opirkeliijaksi?** Edita.
- Nist, S., Holschuh, J.P. 2002. **College Rules! How to Study, Survive and Succeed in College**. Berkeley/Toronto Ten Speed Press
- Race, P. 2003. **How to Study**. Blackwell.
- Reinsalu, A. 2007. **Praktiline ajajuhtimine**. Äripäeva Kirjastus
- Siimon, A. 2001. **Ajajuhtimine**. Tartu Ülikooli Kirjastus
- Tracy, B. 2003. **Pistke nahka see kann!** Varrak.

## Vaata ka veebilehti:

<http://unilarning.uow.edu.au/main.html>

<http://ccvillage.buffalo.edu/vpc.html>

<http://adulted.about.com/cs/learningstyles>

