

OPPIMINEN > TIETO



KUINKA HYÖDYNTÄÄ ESSEISIIN KÄYTETTY AIKA OPPIMISEEN?

UTELIAISUUS

Uteliaisuus vaatii tietoista vaivannäköä ottaa etäisyyttä omaan tapaan ajatella ja kysyä miten käsillä olevaan tilanteeseen voi reagoida oppimishalukkaasti.

(SIEFEN 2021)



UTELIAISUUS VS LAISKUUS

Oppiminen vaatii kysymisen taitoa, joka herää uteliaisuudesta johonkin asiaan mitä emme tiedä ja luopumalla ajatuksesta “minä tiedän tämän jo”. Esseiden kirjoittaminen ei takaa vielä itsessään, että niistä opitaan.

(SIEFEN 2021)

Laiska mieli haastaa uteliaisuuden taidon. Uuden oppiminen vaatii vaivannäköä. On helpompaa turvautua siihen mitä jo tietää. Ihminen haluaa kokea olevansa pätevä ja hyvä jossakin, joten turvallisempaa on tyytyä siihen mitä jo osaa ja tietää. Aiemmin opittu voi nousta uuden oppimisen esteeksi.

(SIEFEN 2021)

HERÄÄVÄ UTELIAISUUS JA SINNIKÄS UTELIAISUUS

Uteliaisuus herää, kun huomaamme, että meiltä puuttuu jotakin olennaista tietoa. Heräävä uteliaisuus on taito, ei automaatio. Heräävä uteliaisuus suuntautuu laaja-alaisesti erilaisiin asioihin. Heräävä uteliaisuus on itsensä altistamista uusille ajatuksille ja vaikutteille. Heräävä uteliaisuus on oppimisen arkipäiväisin muoto.

(SIEFEN 2021)

Uteliaisuuden porttiteorian mukaan heräävä uteliaisuus on vasta oppimisen alkua. Uteliaisuuden syvempi muoto on sinnikäs uteliaisuus. Tämä vaatii enemmän vaivannäköä, kuin heräävä uteliaisuus. Uuden tiedon jäsentäminen ja sen hyödyntäminen käytännössä vaatii sinnikästä uteliaisuutta. Sinnikäs uteliaisuus johtaa syväosaamiseen eli asiantuntemukseen.

(SIEFEN 2021)

UTELIAISUUDEN T-MALLI

HERÄÄVÄ UTELIAISUUS

→ LAAJA-ALAINEN, MUTTA PINNALLINEN YMMÄRRYS



SINNIKÄS UTELIAISUUS

→ SYVÄLLINEN OSAAMINEN

**MITEN VALITSET SINNIKKÄÄN
UTELIAISUUDEN KOHDE?**



VINO MIELI

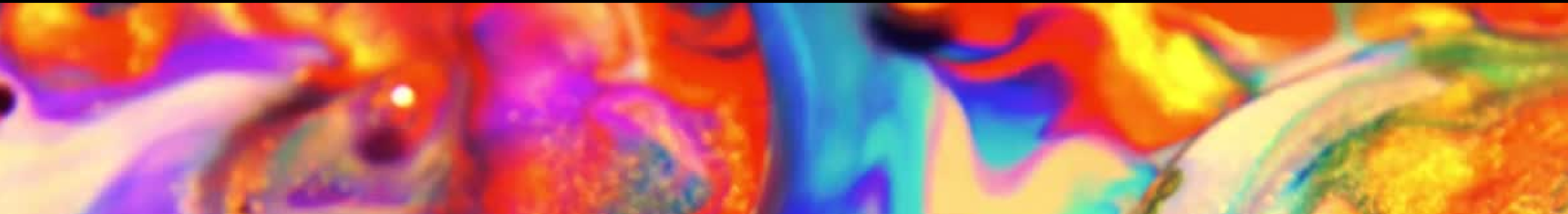
Psykologinen mekanismi nimeltä vino mieli, ohjaa meitä suojelemaan nykyistä ajatteluamme. Jos emme tunnista tätä itsessämme, päädymme suuntaamaan ajatuksemme sellaiseen sisältöön, joka tukee vanhaa ajatteluamme ja käsitystämme. Tämän myötä ohitamme ristiriidassa olevat asiat ja toistamme vain sitä mitä jo tiedämme.

(SIEFEN 2021)

Vinon mielen haaste on, että aivomme eivät hakeudu rikkomaan aiemmin oppimaansa, vaan pitävät siitä lujasti kiinni. Vino mieli saa meidät luottamaan omaan osaamiseemme ilman tarvittavaa kritiikkiä. Jos emme ole tietoisia tästä, mielemme ohjaa meidät ajattelemaan ”pätevyyden kuplasta” käsin. Näin oman osaamisemme rajat hälvenee.

(SIEFEN 2021)

**MITEN VOIT TAKLATA
VINOUTUNEEN MIELEN?**



KASVUN ASEENNE

Lukeminen ja kirjoittaminen on jotain mitä voi kehittää ja oppia. Se ei ole lahjakkuus, vaan taito.

(DWECK 2020)

Dweckin mukaan meidän tapamme suhtautua oppimiseen voi jakautua kahteen päätyyppiin: joko uskomme, että älykkyys ja kyvykkyys ovat muuttumattomia ominaisuuksia, tai sitten näemme ne kasvun prosessina. Kasvun asenteen omaavat ihmiset säilyttävät kiinnostuksensa ja motivaationsa, vaikka oppiminen olisi vaikeaa. Toisin kuin ne, jotka uskovat, että älykkyys on pysyvä ominaisuus ja menettävät mielenkiintonsa, kun kohtaavat vaikeuksia. Kasvun asenteella varustetut ihmiset näkevät vaikeudet haasteina, jotka vain vahvistavat heidän päättäväisyyttään ja kiinnostustaan oppimiseen.

(DWECK 2020)



MITEN KASVUN ASENNE NÄHYÄÄ ESSEESSÄSI?

LUKEMISEN HYÖDYT

1. TYÖMUISTI PARANEE

2. KESKITTYMISKYKY PARANEE

3. STRESSITASO LASKEE

4. EMPATIAKYKY LISÄÄNTYY

5. TUNTEIDEN HALLINTA KEHITTYY

JA OPPII

(HEINONEN, HH. 2019)

TEKNIKOILLA TEHOKKAAMMIN

1. **MISSÄ** - Määrittele itsellesi jokin tietty paikka missä luet kirjaa ja erikseen paikka missä kirjoitat esseetä. Aivosi yhdistävät paikan tekemiseen, jolloin sinun on helpompaa keskittyä siihen.
2. **MILLOIN** - Määrittele itsellesi kalenteriin aika, milloin luet tai kirjoitat. Kirjoita kalenteriin paikka, missä luet, sekä aika, milloin luet.
3. **MITEN** - Määrittele itsellesi selkeästi tavoite tekemiselle. Mikäli luet kirjaa, määrittele mitä kirjaa luet ja minkä verran haluat lukea. Tai jos olet kirjoittamassa esseetä, määrittele mistä aiheesta kirjoitat esseetä ja kuinka paljon tavoitteesi on kirjoittaa.

(CLEAR 2018)

**MILLAISIA TEKNIIKOITA SULLA ON
LUKEMISEEN JA KIRJOITTAMISEEN?**



LÄHTEET:

- Clear, J. 2018. Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones. Penguin Random House LLC. New York.**
- Dweck, C. 2021. Mindset. Menestymisen psykologia. Viisas Elämä. Helsinki.**
- Heinonen, HH. 2019. Kuin surmaisi satakielen. Psykologi-lehti 2/2019.**
- Siefen. H. 2021. Uteliaisuuden taito. Tuuma. Jyväskylä.**