

YANSITARAK ÖĞRENME (Reflective Learning)

‘Öğrenme amacıyla gösterilen çabalar tek başına yeterli değildir. Bu tecrübeler üzerine yansıtıcı düşünmeyi gerçekleştirmediğinizde öğrendikleriniz hızla unutulup gidebilir veya öğrenme potansiyeli yok olabilir. Yansıtıcı düşünmenin uyandırdığı duygular ve düşünceler sayesinde genellemeler yapılabilmekte veya konseptler oluşturulabilmektedir. Bu genellemeler sayesinde ise yeni karşılaşılan durumlarla etkili bir şekilde başa çıkılabilir.’ (Gibbs 1988)

Yansıtarak öğrenme yaklaşım ile ele alacak olur ise aslında tecrübe dediğimiz kavram bireyin başından geçenler değil, o başından geçenlerin bireyde bıraktığı tortuyu ifade etmektedir. Yani asıl sorulması gereken soru “Ne yaptın?” veya “ne oldu?” değil, “peki bütün bu olup bilen ile şimdi ne yapacaksın? Ne değişti sende, neyle çıktın?” olmalıdır.

Bu bağlamda koçların ve mentorların mesleki gelişimi için en önemli yöntemlerden birisi yansıtarak öğrenme pratiğidir. Bu yaklaşımla koç her deneyiminden belli bir öğrenme ve kazanım ile çıkmaktadır. Bu yüzden RK Akademi olarak yansıtıcı düşünme uygulamasına büyük ilgi göstermekteyiz. Bu yaklaşım sadece uygulayıcılar (koçlar ve mentorlar) için değil, bütün bireyler için de önemli bir gelişim çerçevesi sağlamaktadır. EMCC Global akreditasyon sürecinde başarılı mesleki uygulama örnekleri bu şekilde öne çıkarılmakta ve takdir edilmektedir. Keza ICF’in de yenilenmiş koçluk yetkinlikleri arasında yerini bulmuştur. EMCC’de akreditasyon süreci daha çok bir takdir edici sorgulama yaklaşımı ile ilerlemekte, ‘kişisel değerlendirme’de güçlü yönleri belirleme ve CPD (sürekli profesyonel gelişim) hakkında bilgi vermeyi sağlayan bir araç olarak kullanılmaktadır. EMCC Akreditasyon süreci farklı öğrenme tarzlarına – zihin haritaları, görselleştirme, düşünceyi tetikleyici ve gerçekleştirilen öğrenmenin derinliğini gösterme/ifade etme olanağı sağlayan madde işaretleri, resimler, diyalog, film/vidyo klipleri, konuşma, düşünme, dinleme vs.- uygunluk gösterebilmek amacıyla her türlü yansıtıcı düşünme uygulamasını desteklemektedir.

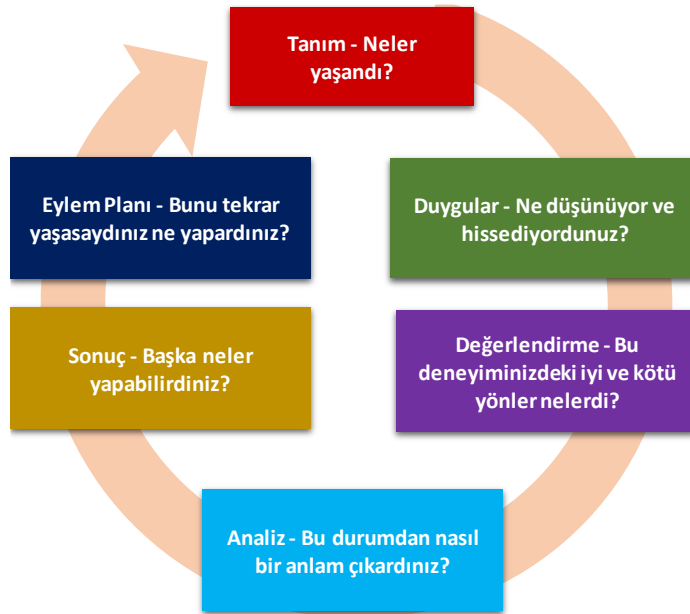
1- Yansıtıcı düşünme uygulama modelleri

Uygulamadaki yaklaşımınız bireylerin ihtiyaçları ve öğrenme tarzlarına uygun olacak şekilde esnek olabilmelidir.

Yansıtıcı düşünmenin resmi bir yazılı formatta olması gerekmez, 'zihin haritaları', resimler, notlar, madde işaretleri, bir kaç cümle, ses kayıtları, görseller vs formatında da olabilirler – ancak, hangi model kullanılıyor olursa olsun, yansıtıcı düşünme sürecinin adımlarının gösterilebilir olması önemlidir.

1.1 Gibbs'in Yansıtıcı Düşünme Modeli¹

Graham Gibbs (1988), altı temel aşamadan oluşan ve yansıtıcı düşünme öğrencisinin bir döngü içerisinde ilerleyebildiği sade ve idealize edilmiş bir yansıtıcı düşünce modeli tanımlamıştır. Dolayısıyla yansıtıcı düşünce yazınında bu aşamaların belirgin olmasını bekleriz.



¹ Gibbs, G. (1988) *Learning by Doing: A guide to Teaching and Learning Methods*. Oxford: Further Education Unit

Tanım: Mekan ve dahli olan kişiler hakkında bir miktar bilgi ile birlikte olayın, fikrin veya nesnenin gerçekçi bir açıklaması. Eğer bir eğitmeneniz, öğrencilerinize gizli kalması gereken her unsur hakkında tavsiyede bulunmanız gerekecektir.

Duygular: Olay, fikir veya nesneye yönelik o andaki ve sonrasındaki duygularınızın incelenmesi. Bunu yaparken hem dürüst olmak hem de başkalarını kızdıracak şeyler söylemekten sakınmak gerekir. Yazının kamuya açık olacağı hallerde bu özellikle önemlidir.

Değerlendirme: Olayın tatmin ediciliği hakkında sizin ve diğer kişilerin (bunun için kanıt göstermeniz gerekir) düşünceleri nelerdir? Size göre iyi ve kötü yönler nelerdi? Bunlar sonradan çözülebildi mi, cevabınız hayırsa, neden?

Analiz: Olup bitenler hakkındaki kavrayışınıza temel olan teorileri referans göstermek de dahil, olaya etkide bulunan şeyler hakkında daha fazla detay ve inceleme yapmak. Diğer yazarlara atıf yapılabilir ve onları referans gösterebilirsiniz (doğru şekilde!). Bu şekilde kendi deneyiminizi diğer kişilerin deneyimleriyle ilişkilendirebilirsiniz (örneğin, önceki araştırmalar) ve hatta daha teorik bir kavrayış ortaya koyabilirsiniz.

Sonuç: Olaydan ne dersler çıkardınız ve meseleleri farklı yönlere götürebilecek adımlar atılabilir miydi? Başka türlü hareket edebilseydiniz bir şeylerin daha iyi olması veya bir şeylerden kaçınılması mümkün olur muydu?

Kişisel Eylem Planı: Bir dahaki sefere daha iyi olabilmeniz için neler yapmak gerekir? Gelecekte bunun gibi olaylarla daha iyi başa çıkabilmeniz için özellikle dikkat etmeniz gereken noktalar var mı? Bunu nasıl yapacaksınız?

Bu model The Higher Education Academy tarafından kabul görmüştür:

<http://www.heacademy.ac.uk/resources/detail/new-to-teaching/STEM-resources/teaching-reflective-writing>

1.2 Yansıtıcı uygulama – Rolfe’un minimal modeli



Rolfe vd. (2001)'nin yansıtıcı düşünme modeli üç basit soru üzerine kuruludur:

- Ne?
- Öyleyse ne?
- Şimdi ne?

Bu model deneysel öğrenme disiplini üzerine temellendirilmiştir. Rolfe, Freshwater ve Jasper (2001)'in çalışmasında alıntı yapılan Dewey, öğrenmenin yapma ve yaptıklarımızın sonuçlarının farkına varma ile gerçekleştiğini savunuyor.

Soru sormaya dayalı bu yapı, müşterilerinin alışılmış davranışları ve kalıpları hakkında mentor veya koça daha derinlikli bir kavrayış geliştirme ve onları eyleme sevk edebilme olanağı sağlar.

Görünen veya ifade edilenlerin ötesindeki motivasyon ve düşünceleri ortaya çıkarmak amacıyla mentor ya da koçun kullandığı temel beceriler aktif dinleme ve soru sormadır.

Bu modelin örnek soruları

Ne?

- Tıkanmaya sebep olan problem/zorluk/sebep nedir?
- Böyle hissetmenize sebep olan şey nedir?
- Benim rolüm bu durum içerisinde neydi?
- Ben neyi başarmayı amaçlıyordum?
- Ne tür girişimlerde bulundum?
- Diğer kişilerin tepkileri ne yönde olmuştur?
- Müşteri/menti/koçluk alan için sonuçları ne şekilde olmuştur? Benim için? Diğerleri için?
- Müşteri/menti/koçluk alanda ne tür duygular ortaya çıkmıştır? Bende? Diğerlerinde?
- Bu deneyimde iyi ve kötü olan yönler nelerdi?

Öyleyse ne?

- Öyleyse, bu tecrübe bana/müşterime ne gösteriyor/öğretiyor, benim/müşterim için ne ima ediyor/anlam taşıyor?
- Öyleyse, bu tecrübe benim liderliğim için ne anlam taşıyor?
- Öyleyse, ben eylemde bulunurken aklımdan neler geçiyordu?
- Öyleyse, eylemlerimi neye dayanarak gerçekleştirdim?
- Öyleyse, bu durumda başka hangi bilgileri kullanabilirdim?
- Öyleyse, bunu daha iyi yapabilmek için neler yapabilirdim/yapmalıydım?
- Öyleyse, bu duruma dair yeni kavrayışım ne şekildedir?
- Öyleyse, bu durumdan daha geniş anlamda hangi konular ortaya çıkmıştır?

Şimdi ne?

- Şimdi daha iyi olabilmek/tıkanıklıktan kurtulmak/koçluk ya da mentorlük uygulamamı geliştirmek/duruma çözüm getirmek/daha iyi hissetmek vs için neler yapmalıyım?
- Şimdi bu girişim başarılı olursa başka ne gibi konulara dikkat edilmeli?
- Şimdi bu girişimin ne gibi sonuçları olabilir?

1.3 Bloom'un Taksonomisi

Tabandan Tavana Yansıtıcı Düşünme Taksonomisi



The European Quality Award (EQA) ve European Individual Accreditation (EIA) başvurucuları kendi deneyimleri hakkında yansıtıcı düşünmeyi uygularken ne tür sorular sorabilirler? Bu sorular ile Bloom'un Taksonomisi arasında nasıl bir paralellik kurulabilir?

'Hatırlama': Kısa veya uzun süreli bellekten uygun bilgileri bulup çıkarma, bunları tanıma ve hatırlama.

Yansıtıcı Düşünme: Ben ne yaptım?

'Kavrayış': Sözlü, yazılı ya da grafik şeklindeki mesajlardan anlamlar çıkarmak.

Yansıtıcı Düşünme: Yaptığım şeyde önemli olan neydi? Hedeflediklerimi başarabildim mi?

'Uygulama': Uygulama ya da hayata geçirme için bir prosedür. Bu prosedürü yeni durumlara uyarlama.

Yansıtıcı Düşünme: Bunu daha önce ne zaman yaptım? Bunu tekrar nerede kullanabilirdim?

'Analiz': Bütünü parçalarına ayırmak, parçaların birbirleri ile ve bütünlüyle nasıl bir ilişkisi olduğunu belirlemek.

Yansıtıcı Düşünme: Yaptığım şeyde her hangi bir örgü veya ilişki örüntüsü var mı?

'Değerlendirme': Kriterler ve standartlar üzerinden değerlendirme yapmak.

Yansıtıcı Düşünme: Ne kadar iyi yapabildim? Neler yolunda gitti? İyileştirmem gereken yönler nelerdir?

'Yaratma': Parçaların yeni bir örgü ya da yapı oluşturacak şekilde birleştirilmesi veya yeniden düzenlenmesi.

Yansıtıcı Düşünme: Bir sonraki adımda ne yapmalıyım? Planım nedir?

Anderson ve Krathwohl (2001)'u takiben revize edilmiş bilişsel alan taksonomisi

1.4 Eylem araştırma döngüsü

Schön (1983)	Gibbs (1988)
Eylem içinde yansıtıcı düşünme: acil konular veya sorunları ele alma gücünü optimize etmek için, davranışlar meydana geldiği sırada bunlar hakkında yansıtıcı düşünme gerçekleştirmek için zımnî bilgilerinize başvurun	Tanım: neler yaşandı? Ne hakkında yansıtıcı düşünme gerçekleştireceksiniz?
	Duygular: Tepkileriniz ve duygularınız nasıldı?
	Değerlendirme: Bu deneyimindeki iyi ve kötü yönler nelerdi? Bunu nerden biliyorsunuz?
Eylem hakkında yansıtıcı düşünme: gelecekteki deneyimleri daha iyi hale getirebilecek bir bakış açısı kazanabilmek için olayın ardından yansıtıcı düşünme, durumu gözden geçirme, analiz etme ve değerlendirme	Analiz: Bu deneyimden nasıl bir anlam çıkardınız? Bunu anlamak için dışarıdan hangi fikirler size yardımcı olabilir?
Yansıtıcı düşünme basamakları: eylem ve eylem hakkında yansıtıcı düşünme basamakları oluşturur. Tekrarlı bir biçimde her bir eylemi yansıtıcı düşünme takip eder ve her yansıtıcı düşünmeyi bir eylem takip eder	Sonuç: Bu deneyim ve yaptığınız analizden çıkan genel sonuçlar nelerdir? Kendi rolünüz veya çalışma tarzınız hakkında nasıl bir sonuç çıkardınız?
	Kişisel Eylem Planı: Bir dahaki sefere neyi farklı yapardınız? Öğrendiklerinizi hesaba katarak nasıl bir eylem planınız var?

Tarih ve olay/deneyim/aktivite/durum

- Hakkında yansıtıcı düşünme gerçekleştirdiğiniz durumun ne olduğu ve kimlerin dahil olduğu gibi arka plan bilgisine yer vermek gerekebilir. Bilginin konuyla ilgili olması ve isabetli olmasına dikkat etmeniz gerekir.

Neler öğrendiniz?

- Benim için yeni olan neler öğrendim? Bu bilgiler hangi bakış açılarını bana kazandırdı: bir şeyi başka bir açıdan görmeme yardımcı olabildi mi?
- Daha önce anlayamadığım bir şeyi anlamama yardımcı olabildi mi?

- Durum karşısında benim tepkim nasıldı? Diğer insanların tepkileri nasıldı?

Öğrenmenizi etkileyen engeller veya zorluklar nelerdi?

- Olay/eyleme neler yardımcı/engel olabilirdi? Hangi teori ve deneyimleri bir araya getirebilirim?
- Deneyimin iyi ve kötü yanları nelerdi?

Başka hangi şeyleri öğrenme gereksiniminiz var?

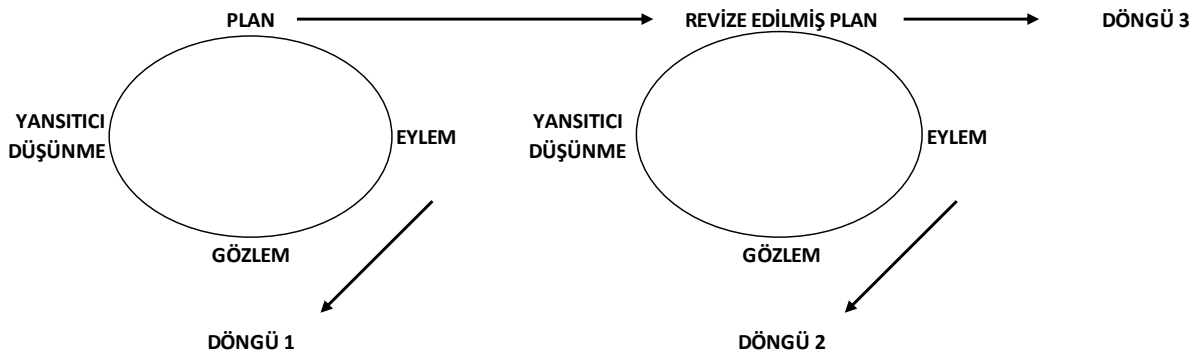
- Bunun nasıl faydalı olacağını düşünüyorum (uygulamada mı, çalışmalarımda mı, hayatımda mı)?
- Yapılan şeylerin sonucu olarak bir eylemde bulunmam gerekiyor mu?
- Bilgi açıklarımı kapatmam gerekir mi?
- İnceleme veya daha ileri bir araştırma yapmam gerekir mi?

Gelecekte neyi farklı yapardınız? Kişisel yansıtıcı düşünme

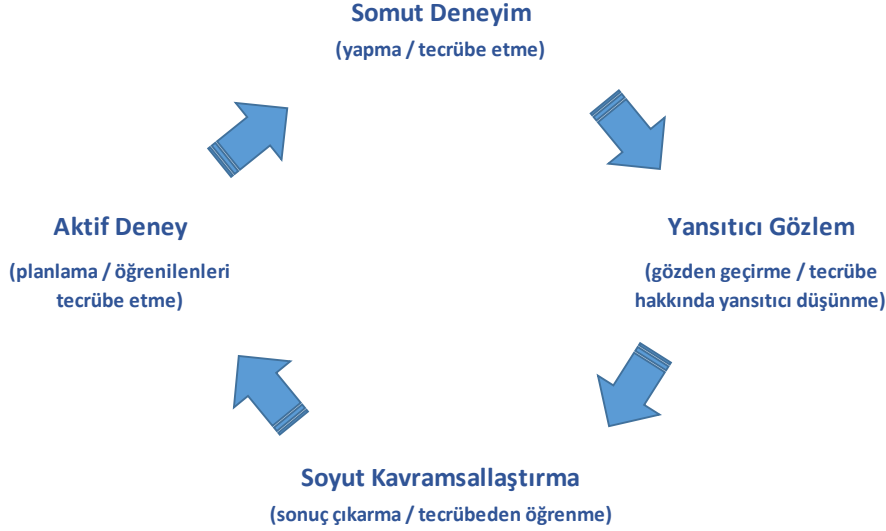
- Yapılan şey nasıl hissetmeme neden oldu? Beni duygusal olarak etkiledi mi, eğer öyleyse, nasıl?
- Neler hoşuma gitti veya zevk verdi, neden? Neler hoşuma gitmedi, neden?
- Yapmayı veya anlamayı kolay bulduğum şeyler nelerdi, neden? Yapmayı veya anlamayı zor bulduğum şeyler nelerdi, neden?

Eylem araştırma süreci – kişisel öğrenmeye uygulama

Bir dizi eylem araştırma biçimi ortaya çıkmış durumda (Carr ve Kemmis, 1988). Tüm araştırma biçimleri sistemli ve tekrarlı bir yaklaşımı benimser ve problem tespiti, eylem planlaması, uygulama, değerlendirme ve yansıtıcı düşünme basamaklarını kapsarlar. Birinci döngüde oluşan kavrayış, ikinci döngünün planlanmasına katkı sağlar ve eylem planında düzeltmeler yapılarak araştırma süreci yenelenir.



1.5 Kolb'un öğrenme döngüsü



Kolb (1984), insanların kendi deneyimleri ve eylemleri hakkında eleştirel bir biçimde yansıtıcı düşünce gerçekleştirerek, soyut konseptler geliştirerek ve bu konseptleri yeni karşılaştıkları durumlarda test edebilmek için öğrenebileceği ve yeni bilgiler oluşturabileceği eylem araştırma döngüsünü bir öğrenme süreci şeklinde ele alarak modeli ileri letmiştir. Uygulayıcılar bir durum hakkında kendi bilgi ve anlayışını geliştirebilir, bunun üzerinden hareket ederek uygulama pratiğini geliştirebilir ve bu alandaki bilgiyi ilerletebilir.

- Kolb, bir öğrencinin anlık deneyimin spiral döngüsü içerisinde hareket ederek gözlemler ve deneyim hakkında yansıtıcı düşünme aşamalarından geçtiğini öne sürer.
- Bu döngüdeki yansıtıcı düşünmeden elde edilen çıkarımlar önceki bilgiler ile ilişkilendirilir ve soyut konseptlere veya teorilere dönüştürülür. Test edilebilir ve incelenebilir olan bir deneyim, bu süreçte geliştirilen yeni yollar ve eylemlerle düzeltilir.

2- Yansıtıcı düşünme uygulamasını desteklemek ve yansıtıcı anlatı yazımı

Mesleğinizle alakalı teori ve becerileri öğrenmenin önemli oluşu kadar, bu becerileri ne kadar iyi geliştirebildiğiniz üzerine düşünmeniz de önemli bir konudur. Yansıtıcı yazım bunun için size önemli katkılar sağlayacaktır. Bazılarınız yansıtıcı yazım konusunda yeni olabilir; bu sebeple size yardımcı olabilmesi amacıyla bu kılavuz belgeyi hazırladık.

Yansıtıcı yazımla ilgili detaylara girmeden önce belirtmek isteriz ki günlük tutma yansıtıcı düşünmede önemli bir destek sağlar. Günlük tutma hakkında tavsiyeler:

Günlük size ait olsun	Günlüğün, 'dışsal bir şey değil de bir uzantınız' olmasını sağlayın Walker (1985)
Dürüst olun	'Gerçekte olduğunuz kişiyle yüzleşme cesaretiniz varsa günlüğünüzden öğrenebilirsiniz' Gibbs (1988)
Kelimeleri serbest bırakın	'Günlüğün başına oturun ... yazın, yazın, yazın ... Bırakın kelimeler aksın, sansürsüz ve düzensiz. Bu şekilde sadece yazmak ve daha sonra yazdıklarınız üzerinde düşünmek çok faydalıdır' Walker (1985)
Kendi kelimelerinizle yazın	'Günlüğü sonradan gözden geçirdiğinizde yazdıklarınızın gerçekten ne anlama geldiğini farkedebilmek için basit bir dille yazın' Gibbs (1988) 'Ne hissettiğinizi yazın ve eğer bu size kendinizi suçlu hissettirecekse bunu da kaydedin ve bunun üzerinde durun' Walker (1985)
Daha derine inin	'Kendi anlayışınızı kullanabilmek ve anlayabilmek için daha derinlere inmekten geri durmayın' Gibbs (1988)
Esnek olun	'Günlük tutma tarzınızda katı bir tutum takınmayın ... farklı metotlar denemeye hazır olun, böylece bu çalışmayı kişisel yeteneklerinize ve ihtiyaçlarınıza da uygulayabilirsiniz' Walker (1985)
Fırsat oldukça yazın	'Gelişmeleri fırsat oldukça ve zaman kaybetmeden kaydedebilmenin çok kesin bir avantajı var, kaydederken ilk anda her şeyi tümüyle yazamasanız da' Walker (1985)
Yardım isteyin	'Yardım istemekten çekinmeyin ... Diğer insanlardan: sizin gibi katılımcılardan ya da diğer kişilerden ...' Walker (1985)

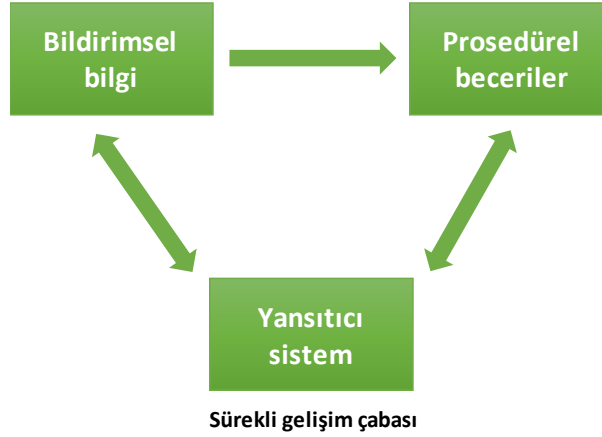
Yansıtıcı yazım nedir?

Schon (1983) yansıtıcı yazımın profesyonel uygulamanın belirleyici bir karakteristik özelliği olduğunu söyler. Bir tecrübe sırasında neler yaşandığını ve bunların neden yaşandığını, geçmişten farklı olarak

gelecekte nasıl davranılabileceğini ve bunun muhtemel sonuçlarını dikkate alarak tecrübenin tekrar ele alınabilmesini sağlayan bilişüstü bir süreçtir. Aktif ve bireysel bir süreç olmasından ötürü kişiselleştirilmiş bir eylem planına dönüştürülebilir.

Yansıtıcı düşünme sistemi, Cognitive Behavioral Therapy (Bilişsel Davranışçı Teori - CBT) temelli uygulayıcı yetenek gelişimi kapsamındaki Bildirimsel-Prosedürel-Yansıtıcı bilgi işlem modelinin (DPR) temel elementlerinden birini oluşturur (Levy, 2006, Bennett-Levy & Thwaites, 2007). Bu modele göre uygulayıcıların gelişimi 3 bilgi işlem sistemi arasındaki ilişkiye bağlıdır. Bildirimsel bellek sistemi olayları ve müdahale ile ilgili bilgileri depolar; prosedürel sistem müdahale ve yansıtıcı sistem ile ilgili pratik becerileri oluşturur ve depolar. Uygulayıcıların bildirimsel bilgi ve prosedürel becerilerin hangi yönlerinin ayrıştırılması gerektiğini belirlemede kullandığı da bu 'yansıtıcı sistem'dir. Buna göre, temel becerilerin kazanılması ile birlikte uygulayıcılar, hangi özel becerileri hangi zamanda kullanabileceklerini klinik deneyim üzerinde yansıtıcı düşünmeyi gerçekleştirerek öğrenebilirler.

Modelleme, prova, geribildirim yoluyla temel beceri gelişimi



Yansıtıcı yazımın farklı seviyeleri

Yeteneklerinizin gelişimine yardımcı olabilmek için aşağıda sırasıyla hiç yansıtıcı düşünme dayanağı olmadan yazmaktan, tamamen yansıtıcı yazıma kadar uzanan farklı yansıtıcı yazım seviyeleri örnek olarak gösterilmiştir.

1) **Betimleyici yazım:** Olayların ve literatür raporlarının tanımına yer verilir. Tanımın ötesinde bir incelemeye yer verilmez. Bu yazım türünde yansıtıcı düşünmenin hiçbir izi bulunmaz.

Değerlendirme aşamasında hastamın belirgin şekilde sıkıntılı hissettiği durumlar oldu, "hiçbir işe yaramıyorum" gibi sıkıntılı düşüncelere kapıldığını ifade ediyordu. Böyle anlarda "bir süredir bunun gibi sıkıntılı düşüncelere kapılıyormuşsun gibi görünüyor" benzeri empati cümleleriyle sözlü bir empati kurmak uygun olurdu.

Betimleyici yazım, yansıtıcı anlatım için yeterli olmayacaktır.

- 2) **Betimleyici yansıtıcı yazım:** Olayların basit bir tanımı yapılır, ancak nispeten yansıtıcı dilin kullanıldığı bir miktar derinlikli ele alımın izlerini de barındırır. Alternatif bakış açılarının kullanıldığına dair gerçek bir iz bulunmaz.

Değerlendirme aşamasında hastanın belirgin şekilde sıkıntılı hissettiği durumlar oldu, “hiçbir işe yaramıyorum” gibi sıkıntılı düşüncelere kapıldığını ifade ediyordu. Böyle anlarda “bir süredir bunun gibi sıkıntılı düşüncelere kapılıyormuşsun gibi görünüyor” benzeri empati cümleleriyle sözlü bir empati kurmak uygun olurdu. Sözlü empatiyi uygun bir şekilde kullanmamak terapi ilişkisi ve hasta katılımı üzerinde etkili olabilirdi.

Burada yansıtıcı yazımın bir miktar izi bulunsa da, betimleyici yansıtıcı anlatım yansıtıcı bir anlatım yazısı için yeterli olmayacaktır.

- 3) **Söyleşimsel yansıtma:** Bu yazım yönteminde olay ve eylemlerden kendinizi uzaklaştırarak farklı bir anlatım seviyesi kullanırsınız. Olay ve eylemlerde kendi rolünüz üzerine bir inceleme yazmak gibi bir anlatım. Alınan kararların kalitesinin, anlatım ve varsayımda bulunurken muhtemel alternatiflerin dikkate alındığı görülür. Yansıtıcı anlatım analitik ve bütünlendiricidir, farklı faktörler ve perspektifler arasında bağ kurar.

Terapist ve hasta ilişkisinin kalitesi tedavi sonuçları bakımından en sık rapor edilen göstergedir (Norcross, 2002). Cahill vd. (2008) sonuçların %30’unun asıl olarak tedavi ilişkisini içeren ‘temel faktörler’den kaynaklandığını öne sürer. Bu da hastayla çalışırken her zaman iyi temel faktör becerileri göstermeye çalışmamın ne kadar önemli olduğuna işaret ediyor. Ben yine de özel faktörleri doğru şekilde ele alma çabamın temel faktör becerilerime zarar verdiğine inanıyorum.

Ancak, özel faktörlerin tedavi ilişkisi için daha önemli olduğunu öne sürmek için tatmin edici kanıtlar bulunmuyor (Blow, 2007). Dolayısıyla literatürde hem temel hem de özel faktörlerin tedavi ilişkisi için önemine vurgu yapılır, her ikisini de geliştirmenin önemine dikkat çekilir.

Söyleşimsel yansıtma, yansıtıcı yazımda orta seviyeli bir yöntem olarak kabul edilebilir. Klinik yansıtma ise klinik uygulamaları için daha uygun olan gelişmiş bir seviyedir.

Bunun bir yansıtıcı yazım olması gerektiğini unutmamalısınız; vurgunun kendi uygulama deneyiminiz hakkında yaptığınız yansıtıcı düşünceler üzerine olması gerekir. Gerek duyulduğunda eleştirel bir duruş ile yazmak iyidir, ancak bunu yansıtıcı düşünmeye zarar verecek şekilde yapmamalısınız.

- 4) **Eleştirel yansıtma:** Bu yansıtıcı anlatım biçiminde öğrenci, ek olarak, olaylar ve eylemlerin yaşandığının ve bunların üzerinde sosyo-politik ve çeşitli bağlamların etkisinin olabileceğinin farkında olduğunu gösterir.

Terapist ve hasta ilişkisinin kalitesi tedavi sonuçları bakımından en sık rapor edilen göstergedir (Norcross, 2002). Cahill vd. (2008) sonuçların %30’unun asıl olarak tedavi ilişkisini içeren ‘temel faktörler’den kaynaklandığını öne sürer. Bu da hastayla çalışırken her zaman iyi temel faktör becerileri göstermeye çalışmamın ne kadar önemli olduğuna işaret ediyor. Ben yine de özel faktörleri doğru şekilde ele alma çabamın temel faktör becerilerime zarar verdiğine inanıyorum.

Ancak, özel faktörlerin tedavi ilişkisi için daha önemli olduğunu öne sürmek için tatmin edici kanıtlar bulunmuyor (Blow, 2007). Dolayısıyla literatürde hem temel hem de özel faktörlerin tedavi ilişkisi için önemine vurgu yapılmaktadır. Buna göre eğer hem temel hem de özel faktörleri yeterince kullanırsam hasta katılımını ve sonuçları iyileştirebilirim, bu şekilde hizmet iyileştirme oranlarını daha iyi hale getirebilirim.

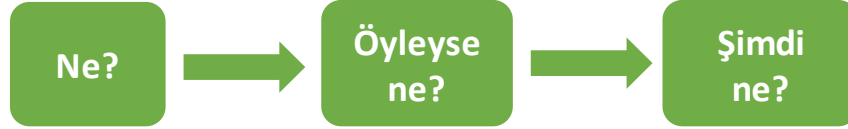
Bu bağlamda eleştirel yansıtma, eylemlerimizin kendimiz ve hasta için sonuçlarını ve daha geniş anlamda hizmet ile alakalı sonuçlarını dikkate almak gibi ek bir faktöre sahiptir.

2.1 Yansıtıcı yazımda Rolfe vd. (2001)'nin sistemini kullanmak

Yansıtıcı yazınızda, özellikle tecrübesiz adayları yansıtıcı uygulamada desteklemedeki uygunluğu ile bilinen Rolfe vd. (2001)'nin modelini kullanabilirsiniz.

Giriş

İşinizin, okuyucular için hazırladığınız ödevlerin amacını aktaran bir giriş kısmı olmalıdır. Giriş kısmında Rolfe vd. (2001)'nin modelini kullanacağınızı belirtmeli, bu modelin neden kullanıldığını açıklamalı ve işin yapısı hakkında kısa bir özet sunmalısınız. Yansıtmanın sizin için, klinik çalışmalarınız ve hastalar için faydalarına ve daha geniş hizmet sonuçlarına da yer vermelisiniz. Giriş yazınızın bir paragraftan daha uzun olmamasını sağlmalısınız.



Rolfe vd. (2001) modelinin 'ne', 'öyleyse ne' ve 'şimdi ne' bölümleri yansıtıcı süreci şekillendirme ve bilgilendirme amacıyla kullanılır. Bu bölümlerin içeriğini yazarken yararlanmanız amacıyla aşağıda dikkat etmeniz gereken bazı noktalar ve örneklere yer verilmiştir.

Ne

Bu bölüm üzerinde yoğunlaşacağınız esas konuyu belirler. Aynı anda birden fazla konuya yoğunlaşmamanız daha iyi olacaktır.

Öyleyse...

Konu nedir? Neleri iyi yaptım? Ya da neleri daha iyi yapmak isterdim?

“Temas kurmanın iyileştirilmesi yetkinlik değerlendirmesi seansında iyi göz teması kuramadığım bazı zamanlar oldu.”

Öyleyse Ne

'Öyleyse ne' bölümünde kendi performansınızı analiz etmeye yoğunlaşacaksınız. Yazınızda uygulamalarınızı literatürden kaynaklarla ilişkilendirmeli, betimleyici olmaktan çok analitik olmalısınız. Nelerin yolunda gittiğini ya da geliştirilmesi veya iyileştirilmesi gerektiğini düşündüğünüz alanları eleştirel bir şekilde analiz etmelisiniz.

Daha önce de belirttiğimiz üzere, nelerin yaşandığını anlatmak ve belirli bir becerinin iyi ya da kötü olduğunu belirtmek yeterli olmayacaktır, bu *betimleyici anlatım* olarak değerlendirilir.

Sizden beklenen özel bir beceriye değinmeniz, bunun neden iyi olduğunu/geliştirilmesi gerektiğini ve bunu literatürden bir kaynakla desteklemenin neden önemli olduğunu belirtmenizdir, işte bu *analitik yazımdır*.

Öyleyse...

Konu nedir? Neyi iyi yaptığım / bir dahaki sefere farklı yapmam gerektiği konusunda literatür ne diyor? Bunun neden önemli olduğu konusunda literatür ne diyor? Bunun muhtemel sonucu ne olabilir?

Eylemlerinizin sonuçları sizin ve hastanız açısından nelerdir? Daha geniş hizmet sonuçları nelerdir?

“Yeni araştırmalar gösteriyor ki, iyi bir göz teması kurmanın tedavi ilişkisine ve tedavinin güvenilirliğine etkisi dış gözlemciler tarafından olumlu olarak değerlendirilmiştir (Dowell & Berman, 2013). Benim göz teması kurma eksikliğim tedavinin güvenilirliğini azaltmış olabilir ve bu da hastanın katılımına olumsuz etkide bulunmuş veya tedavinin etkisi konusundaki beklentinin düşük olmasına neden olmuş olabilir (Schulte, 2008). Bu durum sürekli iyi bir göz teması kurmanın tedavi güvenilirliği algısını ve hasta katılımını iyileştireceğini, dolayısıyla hastalar üzerinde ve hizmet bazında daha iyi tedavi sonuçları elde edilebilmesini sağlayacağını bize gösterir.”

Şimdi ne

Hakkında yansıtıcı düşünme gerçekleştirdiğiniz becerileri kalıcı hale getirme ya da geliştirmeniz gereken alanlar konusunu ele almalısınız. ‘Şimdi ne’ bölümünde ele alacağınız çıkarımlar eylem planlarınızla ve geleceğe dönük öğrenmenizi sürdürebilmek için yapacaklarınızla doğrudan bağlantılı olmalıdır.

‘Şimdi özel eylem planım ne’ konusunu düşünmeye başlayın? Belirlediğim becerileri nasıl geliştireceğim / kalıcı hale getireceğim? Bunu yapmak için hangi araçları / teknikleri kullanacağım? Eylem planlarının hayata geçirildiğinden nasıl emin olacağım?

Davranış değişikliklerinizin sizin, hastanız ve daha geniş anlamda hizmet için sonuçlarının neler olduğunu mümkün olduğunca değerlendirin.

Eylem planlarınızı mümkün olduğunca literatürden kaynaklarla destekleyin.

“Hojat (2009), hastalarla yapılan video kaydı seanslarını temel faktör becerilerini geliştirmek için bir yaklaşım şeklinde ele alıyor. Vidyoların analizini yapmak tıp öğrencilerini hastaları ile iletişim kurarken kendi davranışları hakkında daha duyarlı hale getirmiştir. Klinik uygulama sırasında hastaların video kaydını yapmak mümkün değil, ancak rol canlandırmalarının, özellikle sözlü olmayan davranışlara yoğunlaşarak video kaydını yapmak da değerli bir öğrenme deneyimi olabilir. Hastalarla çalışırken hasta katılımı ve sonuçların iyileştirilmesi bakımından yaptığım tüm gözlemlere değineceğim.”

Sonuç

Gerçekleştirdiğiniz yansıtmayı, kendi tecrübeniz, eylemleriniz ve kararlarınızı bir dış gözlemci perspektifiyle dikkate alarak tüm yönleriyle değerlendirmelisiniz.

Eylem planı

Sunacağınız ekler arasında bir eylem planı eklemek olanağınız da bulunuyor. Eylem planı bir tablo halinde sunulmalı ve planın içeriği kelime sınırlamanıza etki etmiyor. Eylem planınız, gerçekleştireceğiniz yansıtmanın içinde ele alınacak ve ileri sürdüğünüz gelişmeleri nasıl hayata geçireceğinizi detaylı olarak

aktararak yansıtıcı döngüyü tamamlayacaktır. Okuyucunun döngüyü kolaylıkla takip edebilmesi için eylemlerinizin içeriği gerçekleştireceğiniz yansıtmanın tüm üç bölümü ile ilişkili olmalıdır. Eylem planı zaman sınırlı olmalı, ne yapmanız gerektiği, bunu nasıl başaracağınız ve ne zaman gözden geçireceğiniz/tamamlayacağınız konularında net olmalı.

Gerekli Eylem	Nasıl başarılacak	Etkisi ne olacak	Bunu nasıl ölçebilirim?	Kimsenin yardımı olacak mı?	Hedef Zaman
<i>Değiştirerek yazma (paraphrasing) becerisini iyileştirmek</i>	<i>Klinik seanslarında deneme ve klinik becerilerini süpervizör ve akranlarla deneme</i>	<i>Değiştirerek yazma önemli bir temel faktör becerisidir (Richards ve Whyte, 2009) ve bunu geliştirmek, hastaların dünya görüşlerine / perspektiflerine ve katılımlarına dair kavrayışımı ifade edebilmeme yardımcı olacak</i>	<i>Klinik seansların kaydını yapmak ve değiştirerek yazmak için kişisel olarak gözden geçirmek, bir akranla birlikte gözden geçirmek ve geribildirim için kayıtları süpervizyona götürmek</i>	<i>Süpervizörüm ve akranlarım</i>	<i>Haziran</i>

Yazarken dikkat edilmesi gereken önemli noktalar:

- Yansıtıcı yazınız içerisinde 'ne', 'öyleyse ne' ve 'şimdi ne' bölümlerine belirgin ara başlıklar olarak yer verin.
- Yansıtıcı yazımda birinci tekil şahıs kullanılır. Örneğin, 'sürekli temas kurma hakkındaki iyileştirme seansım sırasında empati cümleleri sarfedebilmek için çok değerli olabilecek birçok fırsatı kaçırdım'.
- 'Ne' bölümü, ana konuyu anlatmak için yazacağınız bir kaç cümleden daha uzun olmamalı. Yansıtıcı döngünün geri kalan kısmı 'öyleyse ne' ve 'şimdi ne' bölümlerine ayrılmalı.
- Mümkün olduğunca eleştirel biçimde yazın; eleştirel olmak konu hakkında her zaman olumsuz şeyler söylemek demek değildir. Bu, yaptığınız okumalara dayalı olarak bir konu hakkında hem olumlayan hem de karşı çıkan kaynaklardan kanıtlara sahip olduğunuzu gösterir. Farklı kaynaklara dayanak yazdığınızda bu sizin daha güvenilir bir görüş sunmanızı sağlar.
- Unutmayın, yansıtıcı yazınız kişisel tecrübenize dayalı olsa da, bu tecrübenizi daha iyi kavrayabilmeniz için yazınızda farklı kaynaklara ve kanıtlama yollarına yer vermelisiniz.

Yansıtma ve Yansıtıcı Uygulama için Kaynaklar

Diğer modelleri incelemek ve daha fazla bilgi edinmek isterseniz aşağıdaki kaynaklardan faydalanabilirsiniz:

- Boud, D., Keogh, R. and Walker, D. (Eds.), (1985) Reflection: Turning Experience into Learning. Kogan Page New York.
- Ghaye, T. and Lillyman, S. (1997) Learning Journals and Critical Incidents: Reflective Practice for Health Care Professionals. Mark Allen Pub. Dinton
- Ghaye, T. and Lillyman, S. (Eds.), (2000) Caring Moments the Discourse of Reflective Practice. Mark Allen Pubs. Dinton
- Ghaye, T., Cutherbert, S., Danai, K and Dennis, D. (1996) Learning through Critical Reflective Practice. Self Supported Learning Experiences for Health Care Professionals. Tyne Pentaxion Ltd. Newcastle Upon Tyne.
- Gibbs, G. (1988) Learning by Doing: A guide to teaching and learning methods. Further Education Unit, Oxford Brookes University, Oxford.
- Kolb, D.A. (1984) Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development. Prentice Hall, New Jersey.
- Larrivee. B. (2000) Transforming Teaching Practice becoming a Critically Reflective Practitioner. Reflective Practice 1(3) 293-308.
- Minghella, E. and Benson, A. (1995) Developing Reflective Practice in Mental Health Nursing through Critical Incident Analysis. Journal of Advanced Nursing. 21, 205-213.
- Schon, D.A. (1983) The Reflective Practitioner. Temple Smith: London.