

OIVALLUS

1

6. Minäkäsitys on itseä koskeva sisäinen malli



- Mistä pidät vähiten kehossasi?
- Mistä pidät eniten kehossasi?

Oivallustehtävä

Katso oheinen video.

<https://youtu.be/R-sV9wb1vMM>

Mitä ajatuksia video herättää?

Minäkäsitys

- monitahoinen sisäinen malli
- toisten ihmisten toimintaa selitetään oman minäkäsityksen valossa
- sisältää myös emootioita ja kokemuksellisuutta
- muodostuu vuorovaikutuksessa – muiden palaute on tärkeää
- tiiviisti yhteydessä itsetuntoon

Videotehtävä

Kokoa luvun 6 keskeiset käsitteet. Miten soveltaisit käsitteitä oheiseen videoon?

https://youtu.be/Dlp0R_8uZQI

- Miten muut ihmiset vaikuttavat minäkäsitykseemme?
- Miksi minäkäsitys on tärkeä sisäinen malli?
- Voiko minäkäsitystään muuttaa? Jos voi, miten?

millainen
olen

kuinka arvokas olen:
itsetunto



miten muut
näkevät minut

miten minä
arvioin muita

Minäkäsityksen vaikutus havainnointiin

- Ihminen arvioi toisissa nopeasti seikkoja, jotka ovat oman minäkäsityksen kannalta keskeisiä.
- Minäkäsitys on kiinteästi yhteydessä käsitykseen todellisuudesta. Todellisuus koetaan sellaisena, että se sopii minäkäsitykseen ja ylläpitää sitä.
- **Itseään toteuttava ennuste:** Yksilön tai yhteisön uskomus alkaa muovata todellisuutta siten, että uskomus lopulta toteutuu.

Itseään toteuttavia ennusteita

Millaisia itseään toteuttavia ennusteita voisi liittyä seuraaviin tilanteisiin?

- Opiskelija tekee lukion ensimmäisen psykologian kokeen.
- Lukion ensimmäisen vuoden juuri aloittanut opiskelija, joka on muuttanut uuteen kaupunkiin, lähtee viettämään iltaa uusien opiskelukaverien kanssa.
- Koululiikunnasta huonoja arvosanoja saanut aloittaa uuden urheiluharrastuksen.



Minäkäsitys ja matematiikka

Lue oheinen ThinkMath-työryhmän kirjoittama blogiteksti.

<https://blogs.helsinki.fi/thinkmath/tietopalvelu/motivaatio/yksilolliset-motivaatiotaipumukset/minakasitys/>



Minäkäsitys ja matematiikka

- Minkälainen minäkäsityksesi on matematiikan suhteen?
- Mitkä seikat ovat vaikuttaneet siihen? Mitkä tekijät ovat tukeneet uskoasi siitä, että osaat tai et osaa matematiikkaa?
- Miten minäkäsityksesi on vaikuttanut matematiikan opiskeluusi ja osaamiseesi?
- Millaisissa tilanteissa näet itsesi käyttävän matematiikan osaamistasi tulevaisuudessa 20-, 30- tai 50-vuotiaana?

Palauta mieleen

- Mikä on minäkäsitys?
- Miten muut ihmiset vaikuttavat yksilön minäkäsitykseen?
- Miksi minäkäsitys on tärkeä sisäinen malli?