

Koolituse käsiraamat



Koolitusjuhend on koostatud Erasmus+ täiskasvanuhariduse projekti „Minast meieni – sotsiaalsete suhete parandamine loovuse kaudu” (2021-1-EE01-KA220-ALA-000029579) intellektuaalse väljundina.

Ametlik veebileht: <https://psyhodraama.ee/projektid/from-i-to-we-2021-2023>

Kontakt: pdi@psyhodraama.ee

Euroopa Komisjon ei vastuta käesoleva väljaande sisu eest

SISUKORD

| | |
|--|-----------|
| Projekti kirjeldus | 4 |
| Pilootkoolitused | 6 |
| Koolituse kontseptsioon | 7 |
| 1. PÄEV | 9 |
| Õpitulemused | 9 |
| PROGRAMM | 9 |
| MATERJALID | 13 |
| Sotsiomeetria filosoofia ja põhimõtted | 13 |
| Tele ja tõeline kohtumine | 22 |
| Täiskasvanuharidus ja loovad tegevuslikud meetodid | 27 |
| Õpikeskkonnad | 29 |
| 2. PÄEV | 30 |
| Õpitulemused | 30 |
| PROGRAMM | 30 |
| MATERJALID | 38 |
| Rühma areng | 38 |
| Iseseisev õppimine | 43 |
| 3. PÄEV | 48 |
| Õpitulemused | 48 |
| PROGRAMM | 48 |
| MATERJALID | 53 |
| Loomingulised tegevusmeetodid | 53 |
| 4. PÄEV | 57 |
| Õpitulemused | 57 |
| PROGRAMM | 57 |
| MATERJALID | 62 |
| Psühholoogilised õppimistakistused | 62 |
| 5. PÄEV | 65 |
| Õpitulemused | 65 |
| PROGRAMM | 65 |
| MATERJALID | 69 |
| Hindamine (<i>evaluation ja assessment</i>) | 69 |
| Eetilised mured | 70 |
| VEEBIKOOLITUSE SUUNISED | 72 |
| Uuringud | 74 |

Projekti kirjeldus

Vajaduste analüüs:

Covid-19 ajal alates 2020. aasta märtsist on Balti- ja Põhjamaades inimsuhted nihkunud ajastusse, kus silmast silma koosolekuid ja kohtumisi on piiratud ja osaliselt isegi keelatud.

See süvendab individuaalsust ja eraldatust. Inimeste tegevused, õppimine ja areng tekivad ja toimuvad tegevustes ja suhetes, mis on vastupidavuse ja individuaalse heaolu jaoks hädavajalikud. Inimesed vajavad selles uues olukorras – mis tõenäoliselt muutub uueks normaalsuseks – õppimiseks ja arenemiseks uusi oskusi ja pädevusi.

Ja spetsialistid, kes toetavad selles õppeprotsessis üksikisikuid ja rühmi, vajavad oma kutseoskuste täiendamiseks nii teoreetilisi kontseptsioone kui ka praktilisi vahendeid. Ka nüüd, kus pandeemia on aeglaselt lõppemas, vajame endiselt teadmisi veebikaudse ja näost-näku õpetamise/õppimise ühendamiseks. Koolitajad ja pedagoogid peavad sotsiaalsetes suhetes loovuse õppimise pädeva toetamise omandamiseks ja omaks võtmiseks kogema loovust, mida kajastatakse ja katsetatakse praktikas. Selles koolitusmoodulis luuakse selline kogemus koostööna kohapeal, reflektseeritakse ja mõtestatakse ühises protsessis ning praktiseeritakse sotsiaalses suhetes igapäevaelus ja töös. Traditsiooniliselt kasutatakse ja õpitakse loovaid tegevuslikke meetodeid kontaktseminarides ja koolitustel.

Suhtlemispiirangute ajal oleme me – nende meetodite, oskuste ja pädevuste koolitajad – sunnitud leidma uusi õpetamis- ja õppematerjale ning arendama ja muutma õpetamismeetodeid ja õppeprotsessi tuge nii, et need sobiksid nii uude meediasse kui ka uutesse vormidesse, ja kasutada täielikult ära ning isegi ekspluateerida võimalusi, mida need pakuvad. Idee on leida meedia, vormid ja rakendused, mis võimaldavad kõiki loovate tegevusmeetodite aspekte, mida kasutatakse nii veebipõhises kui ka näost-näku õppes.

Sihtrühmad: Koolitusmoodul on suunatud täiskasvanute koolitajatele.

Uuenduslikud elemendid:

1. Koolitusmoodul on uus toode, mida sihtvaldkonnas veel ei eksisteeri.
2. Loovad tegevuslikud meetodid, mis on seotud metakognitiivsete oskustega teistega suhtlemisel, on uus teema, mis avab loovust sotsiaalses õppes kasutades uue perspektiivi.

Koolitusel on 4 elementi:

1. 3 seminari (2 + 2 + 1 päeva) 2 kuu jooksul: 5 päeva, kokku 40 õppetundi
2. Iseõppimise ja õppimise refleksioonid koolitusprotsessi ajal: 3 päeva, kokku 24 tundi
3. Seminaride vaheline praktika koosneb
 - a. eraelu sotsiaalsetes olukordades uute tegutsemisviiside reflekteerimises ja teadlikus uurimises (5 tundi)
 - b. õpitu sisu ja meetodite praktiseerimine ja reflekteerimine kutsepraktikas (15 tundi)
4. Õppimist toetatakse e-õppe platvormil, mille sobivust meetodite ning kontakt- ja veebiseminaride jaoks testitakse projekti käigus.

- Moodul I** (2 päeva) veebis või näost näkku
Moodul II (2 päeva) veebis või näost näkku
Moodul III (1 päev) veebis või näost näkku

Tööaeg: **8 treeningtundi** (45 minutit)

Eeldatav mõju:

1. spetsialistid õpivad uutes või nõudlikes suhtlusolukordades oma klientide ja õpilastega pädevamalt ja enesekindlamalt töötama, luues seeläbi uusi perspektiive ja viise kuidas „siin ja praegu“ adekvaatselt tegutseda,
2. koolitus arendab nende reflektiivseid, metakognitiivseid oskusi teistega suhestumisel;
3. spetsialistidel on oskused ja meetodid koolitamaks ja toetamaks oma õpilaste ja klientide metakognitiivse pädevuse arengut ning seeläbi tugevdada nende vastupidavust sotsiaalsetes olukordades,
4. teiste inimestega suhestumisega seotud pädevuste tugevdamine vähendab isolatsiooni tõenäosust ja avab rohkem võimalusi kaasamiseks,
5. spetsialistide organisatsioonid suudavad korraldada efektiivsemalt koolitusi a) toetamaks spetsialiste oma töös ja b) aidata õpilastel ja klientidel oma praeguses olukorras ja sotsiaalvõrgustikus edukamalt toime tulla;
6. õppimine/õpetamine, mis on tervikliku ja mitut meelt kasutava lähenemisega, on jätkusuutlikuma mõjuga.

Pilootkoolitused

(2+2+1 päeva)

1. Psühhodraama koolitajad (partner-psühhodraamaasutuste liikmed): rahvusvaheline hübriidmoodul umbes 100 osalejaga 5 osalevast riigist

Moodul I on veebis 3-4.09.2022 Urban Norlander ja Eduardo Verdu (kaasjuhid)

Moodul II on näost-näku

- Eesti 6.-7.10.2022 Endel Hango ja Pille Isat
- Läti 15.-16.10.2022 Jolanta Baltina ja Aiga Üdre
- Soome 22.-23.10.2022 Reijo Kauppila (veebis)
- Rootsi 22.-23.10.2022 Urban Norlander ja Eduardo Verdu
- Norra 24.-25.09.2022 Eduardo Verdu ja Endel Hango

Moodul III on veebis 5.11.2022 Endel Hango (kaasjuhid)

2. Raseborgi kultuuriinstituudi täiskasvanute koolitajad (koolitajad Reijo Kauppila ja Urban Norlander)

Moodul I on näost näkku 8.-9.9.2022
Moodul II on võrgus 6.-7.10.2022
Moodul III on näost näkku 17.11.2022

3. Tallinna Ülikooli õpetajate koolitajad (koolitajad Pille Isat ja Jolanta Baltina)

Moodul I on näost näkku 30.09-1.10.2022
Moodul II on võrgus 28-29.10.2022
Moodul III on näost näkku 23.11.2022

4. Tartu Ülikooli õpetajate koolitajad (koolitajad Endel Hango ja Reijo Kauppila)

Moodul I on näost näkku 24.-25.8.2022
Moodul II on võrgus 4.-5.10.2022
Moodul III on näost näkku 28.10.2022

Koolituse kontseptsioon

FROM I TO WE (MINAST MEIENI), sotsiaalsete suhete edendamine loovuse abil, Erasmus+ projekt

Meie, inimesed, sünnime suhetes, kasvame, õpime ja areneme suhetes, haigestume ja paraneme suhetes, elame oma elu suhetes ja sureme suhetes. Me oleme sotsiaalsed olendid.

Selle projekti raames koostame koolituse täiskasvanute koolitajatele, rikastamaks nende erialaseid pädevusi õppegruppide juhtimisel ja nende õppevahenditena kasutamisel. Selleks kasutame Moreno loovaid tegevuslikke meetodeid, mis põhinevad psühho- ja sotsiaaldraamal ning sotsiomeetrial.

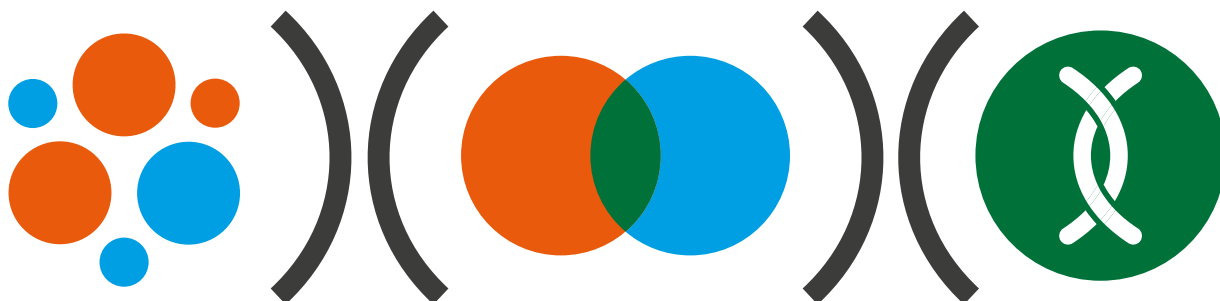
Põhimõte seisneb selles, et kui grupi suhted on ohutud, avatud ja piisavalt mitmekesised, saab inimeste õppimist ühiskondlikes suhetes oluliselt rikastada, tugevdada ja kindlamaks muuta. Kaaslased õpperühmast võivad olla koosõppimise toetajad. Õpetajad võivad olla ressursid, juhendajad ja õppimise hõlbustajad nii üksikisikute kui ka kogu rühma jaoks.

Õppimine tähendab millegi teistmoodi tegemist või millegi uue tegemist sobival viisil.

See nõuab, et grupiliikmete vahelised suhted on sellised, et kogu rühm aktsepteerib ja toetab ebakindlust ja mitteteadvat meeleseisundit. See võimaldab ühist valmisolekut koosloomeks, koos millegi uue loomiseks.

Täiskasvanute õpe põhineb kogemustel. Mõned kogemused on minevikus või juhtuvad alles tulevikus. Mõned kogemused on siin ja praegu. Mõjuv õpetamine ja õppimine võib muuta kõik siin ja praegu tekkivad kogemused õppematerjalideks, sest siis saame õppimise tugevdamiseks ja mitmekesistamiseks kasutada mitte ainult kogemuse kognitiivset osa, vaid ka liikumist, emotsioone ja sotsiaalseid suhteid.

I2W-koolitusprogrammis loome tervikliku õppe- ja õpetamismudeli. Me ühendame psühhodraama ja sotsiomeetria teooria ja meetodid, mis rõhutavad sotsiaalseid suhteid ja terviklikku kogemust õppimisel, täiskasvanute kogemuslikule õppimisele, eriti Kolbi täiskasvanute õppe mudelile. Seega laiendab grupi moodustamine ja juhtimine individuaalse õppimise taset terve grupi tasemele



I2W koolitusprogrammi mõju on uuritud ja see avaldab mõju! Pilootkoolitusel osalejate üheks suureks mureks oli see, kuidas aktiveerimismeetodeid kasutada nii, et need toetaks positiivset õppimist. Meie terviklik õppimise ja õpetamise mudel paneb kõikvõimalikud kogemused elama siin ja praegu. Täiskasvanute koolitajate mure on õigustatud. Sa pead rühmades õppimise taseme optimeerimiseks teadma, millistest perspektiividest ja kui tugevalt kogemusi aktiveerida.

Käesolevas juhendis on esitatud mõjusad meetodid kohapealseks ja veebis töötamiseks. Järgides juhiseid ja mõistes teooriat, minimeeritakse kogemuste kui õppevahendite kasutamise riskid.

Koolituse kohta lisainformatsiooni saamiseks võtke ühendust Balti- ja Põhjamaade psühhodraama koolitusinstituutidega, kes osalesid I2W-programmi koostööl.

1. PÄEV

Õpitulemused

Teadmised

- mõistab sotsiomeetria ja õppimise filosoofiat ja põhimõtteid,
- teab õpikeskkonna põhialuseid,
- teab nii individuaalsete kui ka grupieesmärkide tähtsust õppimisel.

Oskused:

- suudab aktiveerida ja toetada rühmasiseseid suhteid, mis omakorda aktiveerivad ja toetavad nii teie kui ka tõelisi kohtumisi,
- oskab luua õpikeskkondade jaoks vajalikku,
- oskab kogemusliku õppimise ja grupi moodustamise jaoks adekvaatselt kasutada 2–3 spetsiifilist tegevust ja tööriista,
- oskab toetada nii üksikisikute kui ka grupi õppimise eesmärkide seadmist,
- oskab toetada nii üksikisikute kui ka grupi õpivastutust.

Hoiakud:

- on huvitatud eesmärkide seadmisest,
- suhtub positiivselt õppimise toetamisse grupi tasandil.

PROGRAMM

ÕPPEGRUPI LOOMINE – filosoofia ja praktika

- A. Sissejuhatus
- B. Leping
- C. Üksteise tundmaõppimine ja rühma loomine
- D. Sotsiomeetria filosoofia ja põhimõtted: teie ja tõeline kohtumine
- E. Täiskasvanute õppimise ja loovad tegevuslikud meetodid
- F. Õpikeskkonnad
- G. Eesmärgi seadmine

A: SISSEJUHATUS

15 min

Tervitused, koolitajate ning projekti ja selle eesmärgi ja struktuuri tutvustamine

B: LEPING

15 min

Koolituse eesmärk, konfidentsiaalsuskokkulepe, kohalolek (sh ajakava ja seadmed), vastutus (sh kodutöö)

Veebis:

- Kaamerad töötavad kogu aeg,
- Vaigistage mikrofonid, kui te ei räägi või olete kindel, et taustamüra ei ole.

C: ÜKSTEISE TUNDMAÕPPIMINE JA RÜHMA LOOMINE

60 min

I valikuvõimalus

Harjutus:

1. Tutvumisring - nimi + kust sa tuled / pärit oled?
2. Sotsiomeetriline valik – keda sa selles grupis kõige kauem tunned?
3. Paarid: Tutvusta ennast (teises rollis)
4. Paarid: Tutvusta ennast (esemena)
5. 4-liikmelised rühmad: Miks sa siin oled? Leidke omavahel midagi ühist

II valikuvõimalus

Harjutus:

1. Jagage suur rühm 5-liikmelisteks rühmadeks (igaüks erinevast instituudist) ja esitlege ennast.
2. Tulge tagasi suurde rühma ja moodustage sama juhendi järgi uued rühmad, kuid seekord valige ese, mis võiks teie kohta midagi öelda.
3. Tulge tagasi suurde rühma ja moodustage uued rühmad, tutvustades end seekord kellegi sellisena, kes sa ei ole (nt kolleegina).
4. Tulge tagasi suurde rühma ja moodustage uusi rühmi küsimustega: Miks sa siin oled? Leidke midagi ühist ja tehke skulptuur, mida saate suures grupis esitleda.
5. Tulge tagasi suurde rühma ja tutvustage põhimääruseid. Teised rühmad saavad nähtut kommenteerida.

KOHVIPAUS

D: SOTSIOMEETRIA FILOSOOFIA JA PÕHIMÕTTED: TELE JA TÕELINE KOHTUMINE

60 min

Harjutus:

1. Spektrogramm: Kui palju te täna grupijuhina tegevusmeetodeid kasutate
2. Samm sotsiomeetrias: Mida sa vajad, et end turvaliselt tunda?
3. Sotsiomeetrilised valikud, mida rühmale ei avaldata
(Kriteeriumid võivad olla ka piisavalt ohutud, nagu näiteks juuste pikkus ja avalda see)

Loeng sotsiomeetria filosoofiast ja põhimõtetest (teooria)

- Tegutsemise teooria
- Rolliteooria
- Spontaansuse-loovuse teooria
- Sotsiomeetria
- Arenguteooria

KOLB

Harjutused paarides: Ma näen/kuulen, siis mõtlen ning see paneb mind tajuma/tundma

See harjutus puudutab kohalolekut siin ja praegus. Me püüame panna end teiste kingadesse ja me püüame mõista, kuidas teiste inimestega kohtumine mind mõjutab. (See on empaatia põhialus) Peame enda eest hoolitsema. Meie kohalolek on neile parim ravim.

Selle harjutuse eesmärk on mõista, et me kogeme kõike meid ümbritsevat, ning loome sellest (sellest mõeldes) tähenduse, mis meid mõjutab. Samal ajal ei ole meil kontrolli teiste inimeste protsesside üle. Seetõttu ei tohiks te teiste „valedete“ tõlgendustele vastata ega neid järgida, vaid need lihtsalt teadmiseks võtma ja end enne jagamist vastavalt häälestama.

Kogunege paaridesse ja istuge üksteisega vastakuti. Valige, kes on A ja kes B. Hoidke silmsidet.

A alustab öeldes, mida ta näeb/kuuleb, mõtleb ja kuidas see teda tundma või tajuma paneb.

B võtab A öeldu vastu ilma seda tõlgendamata või sellele vastamata. Siis jätkab B sellega, mida ta näeb/kuuleb, mõtleb ning kuidas see teda tundma või tajuma paneb.

Jagage infot 6-liikmelistes gruppides ning kogunege mõningate refleksioonide vahetamiseks uuesti suurde rühma.

Loeng telest ja tõelistest kohtumistest (teooria)

LÕUNAPAU

E: TÄISKASVANUTE ÕPE JA LOOMINGULISED TEGEVUSMEETODID

90 min

Loeng grupis loominguliste tegevusmeetoditega õppimisest (teooria) koos tegevustega.

KOHVIPAUS

F: ÕPIKESKKOND

45 min

Harjutus:

- Hingake ja meenutage üht tähendusrikast õppimiskogemust
- 5-liikmelised rühmad: jagage kogemusi + esitage stseen või skulptuur

Loeng õpikeskkondade teooriast (teooria)

Jagage oma mõtteid paarides

1. Mis selles kontekstis mõjutab su õppimist selles pilootkoolituses?
2. Millised on su kodused õpikeskkonnad ja kuidas sa neid mõjutada saad?
3. Mõelge oma kriitilistele olukordadele õpetaja/grupijuhina

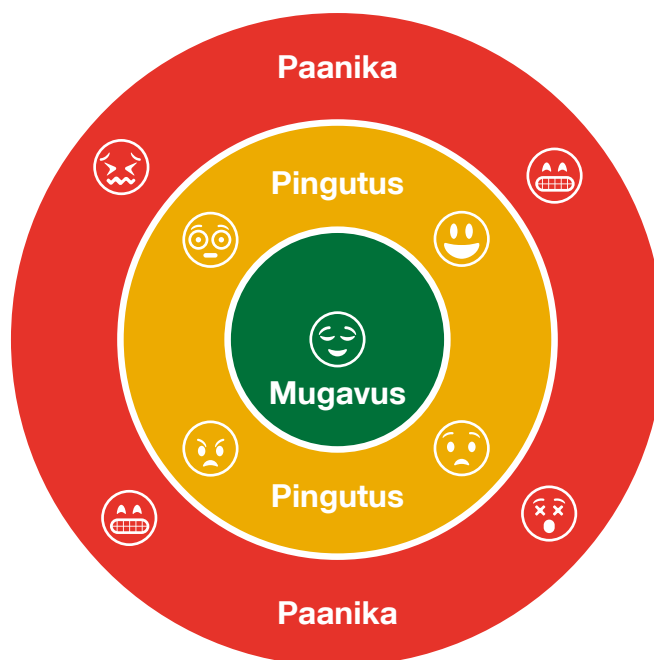
G: EESMÄRGI SEADMINE

45 min

Pidage meeles, et seda harjutust saab sõltuvalt grupi protsessist ja selle adekvaatsusest teha kas varem või hiljem.

Harjutus: isikliku eesmärgi seadmine

Tee kaks nimekirja – üks lootustest ja teine riskidest/hirmudest. Kasuta kohapeal tegutsedes põrandat või valget tahvlit. Veebitsi kohtudes kasutage Mirot või Zoomi tahvlit. Jagage nimekirjas olevad objektid ja asetage need kas mugavus-, pingutus- või paanikatsooni (See on variatsioon tolerantsusakendest. Või võib sellega ka pigem seotud olla.)
(See võib olla seotud ka Vögotski lähima arengu tsooniga)



Mõelge loodu peale 2–4-liikmelistes gruppides

MATERJALID

Sotsiomeetria filosoofia ja põhimõtted

Kogu käsiraamatus räägime ja viitame grupele. Moreno arusaam rühmast on selles käsiraamatus toodud meetoodika üks olulisemaid elemente. Moreno idee seisneb selles, et kui üksikud liikmed tulevad kokku ja moodustavad grupi, tekib sellest lisandväärtus, mille abil saavad meist üksteise jaoks koosloojad ja koosõppimise toetajad.

Matemaatika muutub siin teaduslikust arusaamast $-1 + 1 = 2$ – Moreno arusaamaks $-1 + 1 = 3$. See tähendab et nii isikul A kui ka isikul B on õpetuste mõistmiseks individuaalsed oskused ja võimed. Need oskused ja võimed on inimeseti alati mingil määral erinevad. Lisandväärtuse ehk 3 saame siis, kui ühendame oma oskused ja võimed ning saame uue ja valdavama arusaama kui ainult A-de ja B-de omi kõrvutades. Spontaanses rühmas saame kokkutulemise ja erinevate liikmete perspektiivide nägemise kaudu õppimise tegudesse panemiseks kooslua ja laiendada oma taju, mõistmist ja võimeid. Grupp on alati kõigi osalejate summa +1.

Kus 1 on kokkukoondumise lisandväärtus.

Järgnev sisu on viidatud Giacomucci, S. (2021). Social work, Sociometry, and Psychodrama in Counselling, Coaching and Education (https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-981-33-6342-7_4)

Moreno loomingu filosoofilised alused

Kuigi mõned kaasaegsed psühhoteraapeudid on teadlikud J. L. Moreno tehnika panusest (vt joonis 4.1) ei tea enamik neist, et psühhodraama on teooria, filosoofia ja tehnika terviklik süsteem

Minu filosoofiast on valesti aru saadud. Seda on paljudes religioossetes ja teaduslikes ringkondades eiratud. See ei ole takistanud mind oma tehnikate, mille läbi minu nägemus sellest, milline maailm tegelikult võiks olla, oleks tegelikkuses tõeline, arendamisel. On kummaline, et need elufilosoofia rakendamiseks loodud meetodid – sotsiomeetria, psühhodraama, rühmaterapia – on peaaegu üldtunnustatud, samal ajal kui nende aluseks olev filosoofia on langenud raamatariivide pimedatesse nurkadesse või täielikult kõrvale lükatud. (Moreno, 2019, lk 175)

Mõned väidavad, et psühhodraama on üks keerulisemaid psühhoteraapia süsteeme (von Ameln & Becker-Ebel, 2020).

Psühhodraama põhineb mitmetel teooriatel, sealhulgas tegevus-, rolli- ja spontaansuse-loovuse teoorial. Kuigi psühhodraamal, olles väga protsessipõhine ja hõlmates paljusid kliinilisi tehnikaid, on oma teoreetiline aluspõhi, saab seda kohandada sisaldamaks mis tahes muu teoreetilise süsteemi teoreetilist sisu.

Psühhodraamatikud on psühhodraamasse integreerinud paljusid teisi meetodeid või teoreetilisi süsteeme, sealhulgas: kognitiivne käitumuslik teraapia (Hammond, 2007; Treadwell, Dartnell, Travaglini, Staats, & Devinney, 2016; Treadwell, 2020), Freudi psühhoanalüüs (Brown, 2007; Cortes, 2016), Jungi psühholoogia (Gasseau & Skategoni, 2007), objekti suhete teooria (Holmes, 2015), positiivne psühholoogia (Tomasulo, 2011), 12 sammu ja sõltuvuse raamistik (Dayton, 2005; Giacomucci, 2017, 2020a; Giacomucci, Gera, Briggs, & Bass, 2018; Miller, 2007), traumateraapia (Dayton, 2005, 2015; Giacomucci & Marquit, 2020; Hudgins, 2017; Hudgins & Toscani; 2013; Kellermann & Hudgins, 2000), kiindumusteooria (BAIM, 2007),

draamateraapia (Casson, 2007; Landy, 2017), pereteraapia (Anderson & Carnabucci, 2011; Chimera, 2007; Gershoni, 2003), EMDR teraapia (Bradshaw-Tauvon, 2007), muusikateraapia (Moreno, 1999) ja kunstiteraapia (Peterson, 2003). Sarnaselt saab ühendada psühhodraama praktikaga ka sotsiaaltöö alusteooriaid. Bitel (2000) kirjutab: „Sotsiaalne grupitöö on piiritu loovuse areen. Vaadeldes rühmatöö keskkonda kui lava lugematute lugude, draamade, heitluste ja resolutsioonide loomise jaoks, saab sotsiaalse grupi töötajast kunstnik oma meediumis” (lk 79).

See osa kirjeldab morenoliku filosoofia tuuma, mida on oluline enne tema sotsiomeetria- ja psühhodraama-meetodite kasutamist mõista. Morenol olid vastakad tunded tema meetodite peavoolu kultuuri kohandamise osas, samas kui tema filosoofia jäeti tähelepanuta. Zerka Moreno kirjutas aastal 1969:

Asendusteooriad on valed ja eksitavad, kuna need tühistavad või katkestavad meetodite täieliku täitmise. Moreno seisukoht oli seega: „Võtke minu ideed, minu kontseptsioonid, kuid ärge eraldage neid oma vanemast, filosoofiast; ärge lahutage minu lapsi solomonlikult pooleks, vaid armastage neid tervikuna, toetage ja austage kogu struktuuri, millel need põhinevad.” (lk 5)

Inimese loomus, kosmiline inimene ja jumalikkus

Moreno filosoofia on sisuliselt eksistentsialistlik arusaam inimloomusest ja inimese kohast kosmoses. Morenot mõjutas tugevalt see, et Einstein kaasas Jumala teadvuse oma matemaatilisse ja teaduslikku arusaama maailmast. Morenolik filosoofia väidab, et inimesed ei ole mitte ainult bioloogilised, psühholoogilised ja sotsiaalsed olendid, vaid ka kosmilised olendid. Moreno ettekujutused inimesi mõjutavatest jõududest ulatuvad psühho- ja sotsiodünaamikast kaugemale, hõlmates ka kosmodünaamikat (von Ameln & Becker-Ebel, 2020). Ta kuulutas: „Iga inimene on geenius“ – on ainult geeniused (Moreno, 2019, lk 12). Moreno värskelt ilmunud „Autobiography of a Genius“ („Geeniuse autobiograafia) pealkiri võib kõlada egoistlikult ja grandioosselt, kuid tema eesmärk on ülendada igaüks kogema iseennast ja kõiki enda ümber geeniustena.

Kui Jacob Levy Moreno kuulutab geniaalsuse põhiolemuseks, ütleb ta, et sa oled geenius – et kõik inimesed on geeniused. Ta kutsub kõiki inimesi üles tunnustama oma loomingulist geeniust ja koos paremat maailma looma. See üleskutse tegudeks tuleb pöördelisel ajal meie maailma ajaloos: kas me jääme ellu? (Schreiber, Kelley, & Giacomucci, 2019, lk 9–10)

Moreno püüded inimeste enesehinnangut võimestada ei alanud hüüetega, et igaüks on geenius.

Ta alustas veelgi julgema avaldusega väites, et igas inimeses on jumalikkust.

Tema varajane töö enne USA-sse emigreerumist oli sisult vaimselt ja eksistentsiaalselt orienteeritud.

Teda mõjutasid sügavalt maailma religioonid, pühakud, Jeesus, Buddha, tema perekonna juudi pärand ja ema vaimsus. Tema idee ravitsejast oli tihedalt seotud Jeesusega, rändava müstikuga, kes läheb inimeste juurde sinna, kus nad on, mitte arstiga, kes psühhoanalüüsib diivanil lebavat patsienti.

Raamatus „Who Shall Survive?“ („Kes jääb ellu?“) kirjutab ta järgmiselt:

Ma ei arvanud, et suurepärane ravitseja ja terapeut näeks välja ja käituks nii, nagu seda tegid Wagner või Freud. Ma kujutlesin tervendajat spontaanse-loova peategelasena grupi keskel. Minu arusaam arstist kui tervendajast ja oli nende omast väga kaugel. Minu meelest olid arstid ja tervendajad pigem Jeessuse, Buddha, Sokratese ja Ghandi moodi inimesed; Freudi jaoks olid nad ilmselt patsiendid. (1953, lk xxvii)

Jumala mõiste evolutsiooni uurides jõudis ta uue arenguni jumalikkuse mõistmises. Ta rõhutab, et Vana Testamendi arusaam Jumalast oli kui kaugest ja nähtamatust jumalusest („Tema-Jumal“) ja et uue Testamendi Jumal oli inimene, armastav ja kohalolev („See-Jumal“).

Ta kuulutas Jumala idee ainsaks loomulikuks evolutsiooniks, et mõista inimesi kui Jumalat („Mina-Jumal“) (Moreno, 1921, 2019). Tema varajane töö kulmineerus ta vaimseid vaateid kirjeldava 1921. aasta väljaandega „The Words of the Father“ („(Taevas) Isa sõnad“). Moreno püüdis neid vaateid ellu viia, koheldes kõiki nii, nagu nad oleks Jumalad ja omaks sama jumalikkust ja loovusvõimet. Ehkki tema vaimsed vaated võivad mõningaid inimesi heidutada, tõstis ta sisuliselt iga inimese väärikuse ja väärtuse oma filosoofilises süsteemis ja ühiskonnaprobleemide käsitlemisel esiplaanile.

Lisaks sellele, et Moreno nägi iga inimest Jumalana, kirjutas ta ka Jumalast kui lõplikust loojast. Ta kirjutab, et tema vaimustus Jumalast sai alguse lapsepõlves ning viis selleni, mida ta kirjeldas kui oma esimest psühhodraamat, kui ta hakkas 4-aastaselt koos sõpradega lavastama taevalikku stseeni Moreno endaga Jumala rollis. Hiljem võis noorusaegset Morenot leida julgustamas Viini parkides teisi lapsi läbi improviseeritud mängude ja draama Jumalat mängima. Moreno vihjab oma lugejatele korduvalt, et tema sotsiomeetrisel ja psühhodramaatilisel süsteemil ei saa täielikult mõista, mõistmata esmalt tema vaimseid vaateid. „Ma nägin jumalikkust kui universumi peategelast ja tegin esimese sotsiogrammi, jumalikkuse sotsiogrammi.“ (Moreno, 2019, lk 174).

Ma proovisin sotsiomeetrisel süsteemil kõigepealt kosmoses. Jumal oli supersotsiomeetrist. Sotsiomeetria tekkimine oli Jumala loodud meetriline universum, „teomeetria“ teadus. Midamasotsiomeetria kohtatean, õppisin kõigepealt oma spekulatsioonidest ja katsetest religioosel ja aksioloogilisel tasandil. (Moreno, 2019, lk 28)

Neis tsitaatides tema autobiograafiast näeme, millist mõju avaldas vaimsus tema sotsiomeetria ja ühiskonnast mõtlemise arengule. Ta jätkab, et lisaks sotsiomeetria oli „psühhodraama tekkimine tihedalt seotud jumalikkuse geneesiga“ (Moreno, 2019, lk 25). Tema inimloomuse ja universumi filosoofia mõju on sotsiomeetria ja psühhodraama meetoditest lahutamatu. Zerka Moreno kordab oma memuaaris „To Dream Again“ J. L. filosoofilist vaadet, öeldes: „Meie instrumendid on põhimõtteliselt vaimsed ja eksistentsiaalsed, osutades inimvaimu väärtusele ja toetades seda.“ (2012, lk 515). „Me oleme enam kui bioloogilised, majanduslikud, sotsioloogilised või psühholoogilised olendid, et me oleme kõigepealt kosmilised olendid“ (2012, lk 40). Selle asemel, et vaadata inimkonda langenud olendina, on igaüks potentsiaalne geenius ja nagu ülim olendki, kaasvastutav kogu inimkonna eest“ (Moreno, 2012, lk 295).

Kõigi inimeste käsitlemine kui Jumalate või geeniustena nõuab seisukohta, et kõik inimesed on kaasvastutavad ja võimelised panustama maailma täiustamisse. Moreno pidas inimesi Jumala ja ta töö täiendavateks egodeks kosmoses – „maailmas on nii palju viletsust ja kannatust, isegi Jumal ei tundu suutvat seda kõike üksi ravida, mistõttu peame vastutust jagama.“ (Moreno, 1989, lk 6)

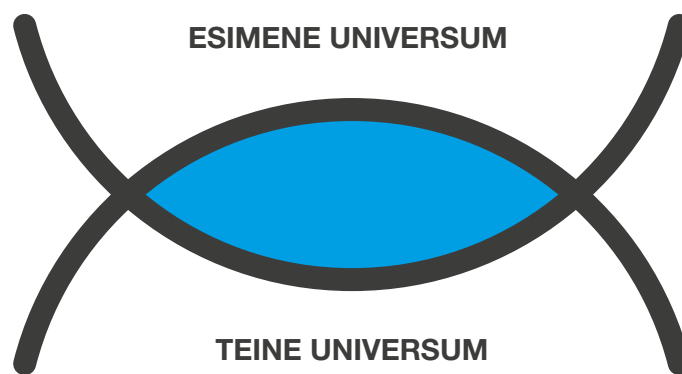
Moreno kirjeldab kosmilist inimest oma autobiograafia viimases osas järgmiselt:

Inimene, kel on iseendaga hea suhe – tegutseb vastavalt oma enda tujudele või plaanidele, soovimata tegutseda mõne muu seaduse järgi peale oma sisemise hääle. Ta on inimene, kes on lähedal kõigile olenditele, mitte tegelikult neist eraldi, vaid koos nendega ja nende sees, kes on seotud kõigi inimeste, loomade ja taimedega. Ta usub, et ta on osa universumist, mitte perekonna või klanni liige. Igaüks on tema vend või partner – ta ei tee mingit vahet rikaste või vaeste, musta- või valgenahaliste, meeste või naiste vahel. Igaüks on tema sõber ja ta tahab kõiki aidata. (2019, lk 339)

Selle kosmilise inimese kirjelduse ja sotsiaaltöötaja kirjelduse vahel võib tõmmata palju paralleele, kes on oma olemuselt motiveeritud rääkima karmi tõdesid, kohtlema kõiki võrdsetena, vältima ebaõiglust ja erinevustel põhinevat diskrimineerimist ning aitama nii palju inimesi kui võimalik.

Kohtumise sümbol ja autonoomne tervenemise kese

Moreno kirjeldas esimese universumi olemasolu, „mis sisaldab kõiki olendeid ja milles kõik sündmused on pühad“ (Moreno, 2019, lk 27), vastandina teisele, vormi, ruumi ja aja teisele universumile. Inimene eksisteerib täpselt nende kahe universumi kokkupuutepunktis (vt joonis 4.2). Tema filosoofia viitab sellele, et on olemas „ürgloomus, mis on surematu ja naaseb iga põlvkonnaga uuesti“ (Moreno, 2019, lk 27), et imiku vaim või hing väljub esimesest universumist teise universumisse sünnikogemuse kaudu. Ta kirjeldab imiku paari esimest eluaastat identiteedimaatriksis eksisteerimisena, kus enesetunnet ei teadvustata ja imik on kõigega üks (Moreno, 1953). Sotsialiseerumise ja psühhosotsiaalse arengu käigus integreeruvad inimesed rohkem teise universumisse, kogedes samal ajal pilguheite esimesest universumist või kosmilisest reaalsusest. Moreno nägi psühhodraama ülekülluslikku reaalsust võimalusena esimesele universumile ligi pääsemiseks ja seal elamiseks ning uskus, et pärast surma naaseb inimene sellesse esimesse universumisse (Moreno, 2012).



Kohtumise mudel

Morenolikus filosoofias nimetatakse seda inimloomuse komponenti autonoomse tervenemise keskmeks. Morenod kirjeldasid autonoomse tervenemiskeskme aktiveerimist kui protsessi, mis toimub kehas tasakesi, sügaval iseendas, ja et seda käivitatakse tegudega, mitte pelgalt sõnade kaudu (Moreno, 2012). Zerka ütleb hiljem selgesõnaliselt, et kõigi teraapiavormide eesmärk peaks olema aidata kliendil siseneda oma autonoomsesse tervenemiskeskmesse ja leida oma tee (2012).

Nõnda kui igas inimeses usutakse olevat autonoomne tervenemiskese, uskus Moreno, et iga grupp,

kogukond ja isegi ühiskond ise omab endas autonoomset tervenemiskeset ja võimet end sellele ligipääsemisel ise tervendada. Kõik Moreno grupimeetodid ja -instrumendid on vastastikuse abi protsessid, mis on suunatud grupi liikmete tervenemise ja abistamise jõu arendamisele – ehk teisisõnu ligipääsule grupi oma autonoomsele tervenemiskeskmele, mis eksisteerib grupi isikutevahelises sotsiomeetrias ja kollektiivses teadvuses (Giacomucci, 2019).

Kuidas näeks meie töö välja, kui me kohtleksime iga inimest kui Jumalat, kes on võimeline tervendama ennast ja iga gruppi ning kellel on juba olemas kõik, mida ta vajab enese tervendamiseks?

Spontaansuse-loovuse teooria

J. L. Moreno spontaansuse-loovuse teooria on morenoliku filosoofia ja psühhodraama kui terapeutilise lähenemise muutuste teooria. Enne meditsiiniõpinguid õppis Moreno usundi loomise eesmärgiga teoloogiat ja filosoofiat (vt Religion of Encounter, Nolte, 2014) ning paljud kirjeldasid teda müstikuna. Määratledes oma arusaama jumalikkusest, kirjeldas ta selle kõige määravamad omadust kui funktsiooni loojana – loovust. Seega uskus ta, et võime luua midagi uut – kunsti, muusikat, ideed, uut vastust, last – oli oma olemuselt jumalik (Moreno, 1921, 2019). Samas pakkus Moreno välja, et oleme kultuurina ületähtsustanud loomingu produkte, ilma, et pööraksime tähelepanu loomingu protsessidele endale. Ta uskus, et nii spontaansus kui ka loovus on vaimsed omadused, ning rõhutas kõigi inimeste “jumalikkust” (Moreno, 2019). Ta kirjutab: „Spontaansus on loovuse pidev kaaslane. See on eksistentsiaalne tegur, mis „sekkub“ loovate protsesside vabastamiseks“ (1956, lk 103). Moreno jaoks on spontaansuse-loovuse kaksikprintsipiibid ülim jõud, mis toetab kogu inimarengut ja kogu inimtegevust (Nolte, 2014). Ta defineeris spontaansust kui võimet „uuele situatsioonile mingil määral adekvaatselt või vanale olukorrale mingil määral kui uuele reageerida“ (Moreno, 1964, p xii).

Ta tuvastas ka “patoloogilise spontaansuse vormid, mis moonutavad tajusid, dissotseerivad rollide esitamist ja segavad nende integreerumist 4.4 spontaansuse-loovuse teooria 61 erineval elamistasandil (Moreno, 1964, lk xii); patoloogilisest spontaansusest võiks mõelda kui uudsest ebaadekvaatselt reaktioonist (Dayton, 2005).

Ta uskus, et emotsionaalsed või psühholoogilised probleemid on seotud kas tervisliku spontaansuse puudumisega või teatud tüüpi patoloogilise spontaansusega. Veelgi enam, ta täheldas, et ärevus ja spontaansus on pöördvõrdelised, kuna üks suureneb kui teine väheneb – „Ärevus tekib spontaansuse puudumise tõttu, mitte sellepärast, et „ärevus on olemas“, ja spontaansus kahaneb ärevuse suurenemise tõttu“ (1953, lk 337). Seda tähelepanekut kinnitati hiljem kvantitatiivsete paanikahäire ja spontaansuse uuringutega (Tarashoeva, Marinova-Djambazova, & Kojuharov, 2017).

Huvitaval kombel näib Daniel Siegeli tervise ja heaolu definitsioon aastakümneid hiljem Moreno spontaansuse teooriat kajastavat. Siegel väidab, et kõik psüühilised haigused ja sotsiaalsed häired on tingitud liiga suurest kaosest või liiga suurest jäikusest ning et nende kahe äärmuse vahel valitseb tasakaal tervisliku seisundi üle (Siegel, 2010). Morenolikus filosoofias on kaos patoloogilise spontaansuse funktsioon ja jäikus spontaansuse puudumise funktsioon. Moreno väidab, et spontaansus on sisuliselt tervise ja kompetentsuse reageerimisvõime näitaja.

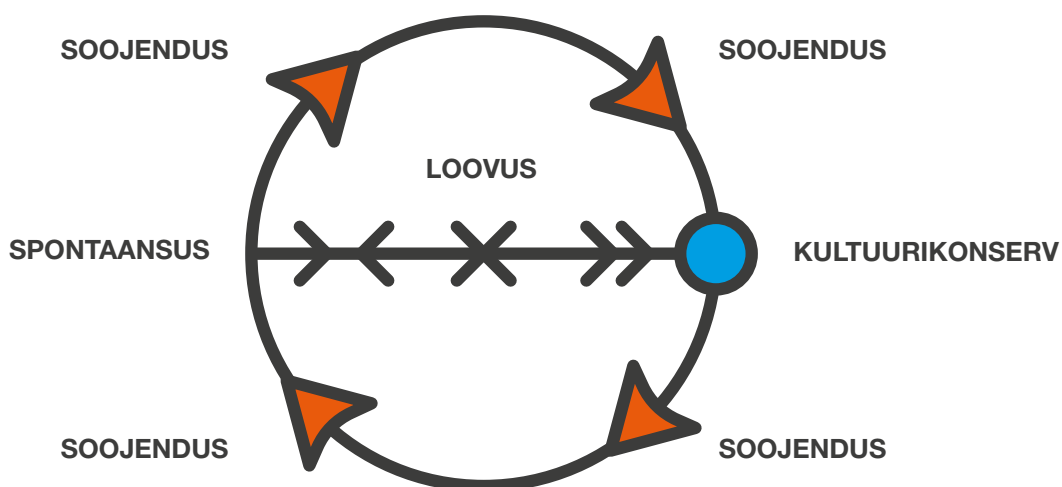
J. L. Moreno kirjeldas soojendusprotsessi spontaansuse tekkimiseks hädavajalikuna – „tegevus tekitab spontaansust igal ajal kui elusolend on soojendusprotsessis“ (1956, lk 110). Kuigi spontaansus on seotud loomingu akti valmidusega, on loovus seotud teo endaga. Loodud toode ei ole pärast tootmise hetke enam spontaanne, seda nimetatakse kultuurikonserviks. J. L. Moreno töötas loomingu protsessi visualiseerimiseks ja oma spontaansuse-loovuse teooria kujutamiseks välja diagrammi „Loovuse kaanon“ (1953) (vt joonis 4.3).

Selle protsessi kaudu toimuvad kõik intrapsüühilised, inimestevahelised ja sotsiaalsed muutused.

Hetk, olukord ja siin-ja-praegu

Moreno rõhutas siin-ja-praegut ning hetke pühadust. Tegevus, spontaansus ja loovus on kättesaadavad ainult siin-ja-praegus. Praegusel hetkel on teistsugune kvaliteet ja on sillaks mineviku ja tuleviku vahel. Moreno filosoofia käsitleb minevikku kui „mineviku kogemuste mälestushetk“ ja tulevikku kui „ootusärevus siin ja praegu selle ees, mida võidakse lõpuks kogeda“ (Nolte, 2020, lk 131).

Olevik on üleminek mineviku ja tuleviku vahel. Kui spontaansus ja loovus on käesolevas hetkes kättesaadavas, luuakse uus dünaamiline tähendus, mis muudab oleviku hetkeks (Moreno & Moreno, 1969). Psühhodraamas paneb peategelane stseeni toimuma siin-ja-praegus, justkui see parasjagu toimuks. Psühhodraama laval austatakse ja rakendatakse peategelase subjektiivset tõe. Zerka Moreno märgib, vanast sündmusest on seda psühhodraama siin-ja-praegus ilmestades võimalik leida uut tõtt (1994).



Loovuse kaanon, mis kujutab soojendusprotsessi ning spontaansuse, loovuse ja kultuurikonserveerimise vahelist suhet

Moreno eksistentsiaalse filosoofia järgi on igal hetkel ja olukorral võimalus läbi spontaansuse ja loomingulise tegevuse muutuda. Nii on iga inimene maailmas algataja, looja ja aktiivne agent, mitte pelgalt ettemääratuse ohver. Psühhodraama annab võimaluse minevikuhetki korrata ja realiseerida teist võimalikkust; või siin-ja-praegust aega edasi kerida ning kogeda hetke, mis alles ees. Psühhodraama võimaldab inimesel saada lahti oma reaalsusest ja kogeda vabadust luua uut draama läbi liigse reaalsuse (Moreno, 1946).

Esmapälgul tundub, et psühhodramaatilise ja reaalsuse funktsioonid välistaks teineteist. See on tegelikult ainult väline ilme, lava ei ole lava teatraalses mõttes, see on sotsiaalne platvorm, näitlejad ei ole näitlejad, vaid tegelikud inimesed ja nad ei „näitle“, vaid esitavad oma mina. (Moreno, 1943, lk 333)

Inimolendid on põhimõtteliselt tähenduste loojad – psühhodraamat kasutatakse tegevuses toimuva loomeprotsessi kaudu tähenduse uurimiseks, lammutamiseks ja ehitamiseks (Oudijk, 2007). Moreno tegutses postmodernistlikust raamistikust, mida tõendab psühhodraama rõhuasetus peategelase vaatenurgale (Blatner, 2000). Psühhodraama stseeni kehastamisel portreerib peategelane stseeni, rolle ja

tegevust nende vaatenurgast – Moreno järgis seda põhimõtet ka psühhoosi ja skisofreeniaga patsientidega töötades, andes neile ruumi oma fantaasiaid ja tegelikkust sõna otseses mõttes läbi mängida. Ta rõhutas, kui oluline on kohtuda kliendiga seal, kus nad olid, ning siin-ja-praegu.

Tegutsemise teooria

J.L. Moreno uskus, et me kõik oleme improviseerivad näitlejaid elunäidendis ning et kõik inimesed on üksteiste jaoks täiendavad egod (Moreno, 2013). Ta kasutas psühhodraama loomiseks teatri omadusi, uskudes, et „tegutsedes õpitust peab tegutsedes võõranduma“ (Dayton, 2005, lk. xxvii). Mõiste psühhodraama tähendab „psüühika tegevuses“ (Carnabucci, 2014). Ta uskus tegutsemisvõime jõudu luua muutusi ja vaidlustas Freudi rääkimisteraapia. Kohtudes Freudiga Viini ülikoolis, ütles J. L. Moreno:

*Dr. Freud, ma alustan sealt, kus te lõpetate. Te kohtute inimestega oma kabineti kunstlikus keskkonnas. Ma kohtun nendega tänaval ja nende kodudes, nende loomulikus keskkonnas. Te analüüsite nende unelmaid, ent ma püüan anda neile julguse uuesti unistada.
(J. L. Moreno, Z. T. Moreno, & J. D. Moreno, 1964, lk 16–17).*

Psühhodraama on üks esimesi kehakeskseid psühhoteraapia vorme, mis ulatub kaugemale kui pelgad sõnad ja narratiiv (Carnabucci & Ciotola, 2013). J. L. Moreno tegutsemise teooria toetub ideele, et ainuüksi rääkimine piirab oluliselt klient-terapeudi võimet probleemi uurida või muutusi esile kutsuda. „Olenemata verbaalse käitumise olulisusest, eelneb tegu sõnale ja „sisaldab“ seda“ (Moreno, 1955, lk 17).

Zerka Moreno on öelnud: „Isegi kui tõlgenduse olemasolu korral on tegevus esmane. Ilma eelneva tegevuseta ei saa olla tõlgendust“ (1965, lk 77).

Neuroteaduslikud uuringud on näidanud, et me oleme „tegevuslikud olendid ja meie elulood on sõna otseses mõttes kirjutatud närvisüsteemidele kirjutatud“ (Dayton, 2005, lk 55). Neuroteadlased on väitnud, et kogemus muudab aju ja omab korrigeerivat potentsiaali varasemate negatiivsete kogemuste mõju tagasipööramiseks (Cozolino, 2014; Siegel, 2012). Psühhodraama ülekülluslik reaalsus pakub võimalusi korrigeerivateks emotsionaalseteks kogemusteks, mis muidu oleksid olnud võimatud (Giacomucci, 2018c; Giacomucci & Stone, 2019).

Tegutsemise teooria täiendab kogemusliku sotsiaaltöölasesse haridusse põimitud kogemusliku õppimise teooriaid.

Kogemuslik haridus pakub kehastatud õpikogemust, kus õppe sisu on rääkimise kõrval põimitud ka tegevustega. Moreno oli inspireeritud John Deweyst, kogemusliku hariduse isast, ja pakkus isegi välja omaenda „Õppimise spontaansuse teooria“ (1949), mis rõhutas haridussüsteemis faktide või teabe meeldejätmise asemel spontaansuse õpetamist.

Moreno tegevuspõhised haridusideed peegeldavad Freire'i (2013) omi, samuti Kolb & Kolbi kes kirjeldavad sellist lähenemist kui „integreerivat lähenemist õppimisele, mis tasakaalustab tundeid, mõtlemist, tegutsemist ja refleksiooni“ (Kolb & Kolb, 2005, lk 200). Sotsiaaltööharidus kirjeldab oma tunnuspedagoogikat kui praktikakogemust, mis on sisuliselt rollikoolitust rõhutav kogemusliku õppe struktuur (Giacomucci, 2019).

Rolliteooria

Moreno isiksuse teooria põhineb rolliteoorial (Telias, 2018). Siinkohal ei pärine mõiste „roll“ sotsioloogiast, psühholoogiast ega psühhiaatriast, vaid tuleneb hoopis teatrist. Vana-Kreeka ja -Rooma draamalavastustes kirjutati näitleja tegelaskuju või sõnad sageli „rullidele“ ja õpiti pähe. J. L. Moreno väidab, et rolliteooria ületas psühhoanalüüsi ja biheiviorismi piirangud sotsiaalse nähtuse süstemaatilise uurimisega, olles seega peamiseks sillaks psühhiaatria ja sotsiaalteaduste vahel (1961). Rolli mõiste integreerib kognitiivsed, afektiivsed ja käitumuslikud seisundid lihtsaks kategoriseerimiseks (Buchanan, 1984), samal ajal psühhiaatrilisi silte demüstitseerides ja neid kliendi enese kogemustega ühendades (Hudgins, 2002). J. L. Moreno nägi iga inimest rollimängijana (Fox, 1987). Ta väidab, et mina ehk isiksus koosneb kõigist rollidest, mida inimene oma elus mängib – „rollid ei sünni iseenesest, vaid mina kasvab välja rollidest“ (1953, lk 76). Ta toob välja kolm rollide kategooriat: somaatilised, psühhodramaatilised ja sotsiaalsed rollid. Somaatilised rollid arenevad kõigepealt elu verbaalsetes etappides ja esindavad enese füüsilisi või kehalisi aspekte – sealhulgas sööja, hingaja, magaja, roomaja jne.

Hiljem arenevad psühhodramaatilised ja sotsiaalsed rollid, kuid kõik kolm tüüpi rollid on tihedalt seotud. Psühhodramaatilised rollid või psüühikas mängitud rollid esindavad enese sisemisi mõõtmepunkte – mõtlejat, tundjat, fantaseerijat, unistajat jne. Ja lõpuks sotsiaalsed, kultuurikonteksti integreeritud rollid, mida me etendame suhetes teiste ja ühiskonnaga, nagu isa, õde, õpetaja ja õpilane. (Moreno, 1934). Moreno kirjutab, et kõigi somaatiliste või füsioloogiliste rollide kogum võrdub nende somaatilise või füsioloogilise minaga. Samamoodi on kõigi psühhodramaatiliste rollide ja sotsiaalsete rollide kogumik nende psühhodramaatiline mina ja sotsiaalne mina. Need kolm rollide rühma võimaldavad inimesel tajuda oma keha, psüühikat ja ühiskonda täiel määral (Moreno, 1972).

Selleks, et saaksime pärast nende ühinemist tuvastada ja kogeda seda, mida me nimetame „minaks“ või „minaks“, peavad operatiiv- ja kontaktsidemed sotsiaalsete, psühholoogiliste, füsioloogiliste rolliklastrite vahel järk-järgult arenema... Keha, psüühika ja ühiskond on siis kogu mina vaheosad. (Moreno, 1972, lk III–IV)

Nii on Moreno rolliteooria oma olemuselt biopsühhosotsiaalne-vaimne enese kontseptualiseerimine, mis sobib kenasti sotsiaaltöö filosoofiasse, mis määratleb inimest suuremas sotsiaalses kontekstis. Lisaks toob ta välja kolm rolliarenduse etappi, alustades rolli võtmisest ja rollikoolitusest. Selles etapis õpib inimene uut rolli ja rolli kehastamise protsessi, sealhulgas ka rolliga seotud ambivalentsuse läbi töötamist ja eeskujudega ühendumist. Kui kultuuriliselt konserveeritud roll on ära õpitud, muutub see rolli mängimiseks. Rollimängu arengufaasis hakkab indiviid loomulikult moel enda osi rollile üle tooma. Arengu viimaseks etapiks on rollide loomine, mis kirjeldab kord õpitud rolli muutmist uueks, ainulaadseks rolliks (Dayton, 2005).

See rollide loomise või muutmise protsess toob inimese sageli tagasi rolli võtmise etappi, kus nad õpivad äsja loodud rolli hoidma. Rolliteooria pakub, et üksikisik, kellel on lai repertuaar või võime olukorra kontekstile vastavalt rolle vahetada (spontaansus), näitab üles tervislikku isiksust ja sotsiaalset toimimist (Fox, 1987). Rolliteooria pakub mittepatologiseerivat alternatiivi traditsioonilistele isiksuse ja psühhopatoloogia teooriatele.

Näiteks J. L. Moreno nägi regressiooni rollimängu tüübina:

Paranoilise käitumise puhul taandatakse rollide repertuaar moonutatud näitlemiseks ühes rollis. Kõrvalekalduja ei suuda rolli kohapeal täita. Ta kas mängib osa üle või minimaliseerib seda; ebaadekvaatne tajus on seotud moonutatud kehastumisega. Näitlejate histriooniline neuroos on tingitud „võõraste“ rollifragmentide sekkumisest näitleja rolli isiksusse. (1961, lk 521)

See lõik viitab tema arusaamale rollidest kui tõusus või laskumises olemisest, lähtudes sellest, kui palju või kui vähe on inimene rolli arendanud ja kui kättesaadav on roll egole. “Egol peavad olema rollid, milles tegutseda” (Hale, 1981, lk 8).

Rollimängijatena ei eksisteeri me sotsiaalses isolatsioonis, vaid iga meie roll areneb ja eksisteerib suhetes teistega. Rollid on seotud vasturollidega, mis demonstreerivad rollide vastastikkuse fenomeni.

“Ei ole vanemaid ilma lasteta, õpetajaid ilma õpilasteta, terapeute ilma klientideta, orje ilma isandateta jne. Teisisõnu, me kõik oleme omavahel näitlejad” (Moreno, 2013, lk 38). Rollide vastastikkus rõhutab inimene-keskkonnas perspektiivi, mõtestades rolle või enese aspekte loomupäraselt teistega seotuna.

Arenguteooria

Moreno filosoofia hõlmab oma ainulaadset arenguteooriat ja arenguetappe, mis peegeldavad ja juhivad psühhodraama ette kandmisel kasutatavaid sekkumisi. Arenguteooria on tihedalt seotud morenoliku inimloomuse filosoofia ja kosmilise inimesega – see seos on selgelt sõnastatud Zerka kvintessentsi, pealkirjaga „The Eight Stages of Cosmic Being in Terms of Capacity and Need to Double and Role Reverse“ („Kosmilise olemise kaheksa etappi vastavalt võimetele ja vajadusele duubeldamiseks ja rolli ümberpööramiseks“), 27. artiklis (2006). Nagu eelnevaltki märgitud, oletas Moreno, et laps sünnitatakse sellesse maailma esimesest universumist ja et ta eksisteerib eristamatu identiteedi seisundis. Esimestel nädalatel pärast sündi elavad imikud identiteedimaatriksis, mille jooksul nad kogevad end mitte ainult emade, vaid kõigi objektide ja nende ümbrusega ühena (1952). Sobiva duubeldamise, peegeldamise ja rollivahetuse kaudu areneb lapse minapilt ja tunnetust teistest.

Dubleerimine on J. L. Moreno psühhodramaatilise arengu teooria esimene etapp. Zerka Moreno (2006) viitab sellele, et duubeldamine on tervisliku kiindumuse jaoks hädavajalik, kuna hooldajad annavad nimesid sellele, mis mitteverbaalse imiku jaoks märgistamata on (nagu on viidatud Hudgins & Toscani, 2013). Selles arenguetapis loob duubeldamine hoidva keskkonna, et imik (või klient) tunneks end läbinisti nähtuna ja mõistetuna (Dayton, 2005). Seda arenguetappi iseloomustab lapse ja hooldaja(te) vahelise kiindumuse tähtsus ning see loob aluse imiku võimele tulevikus end ise maandada (Cozolino, 2014). Dayton kirjeldab kiindumuse olulisust J. L. Moreno arenguteoorias järgmises lõigus:

Kui vanem on lapse kogemuse jaoks häälestatud „kaksik“, tunneb laps koha- ja kuuluvustunnet. Kui ta aga jätab lapse dubleerimiseta maailma, võib laps tunda, et teised ei saa temast aru ja et ta on lõhestunud, sest ta tunneb end valesti mõistetuna või on oma välise minaga sünkroonist väljas, sest lapse vaatepunktist on ta vanemad ja mõned õed-vennad osad tema enese minast. (2005, lk 161)

Selles esimeses arenguetapis on duubeldamine identiteedi tervislikuks kujunemiseks hädavajalik. Kui ema katsed duubeldada ja lapse vajadusi rahuldada on ebatäpsed, annab laps talle seda mitteverbaalse suhtluse kaudu kindlasti teada. Samamoodi korrigeerib peategelane teiste grupi liikmete ebatäpsed

duubeldamisavaldusi, tugevdades seeläbi nende ego identiteeti. Kahekordne sekkumine ehk roll aitab psühhodraamas uurida peategelase sisemist reaalsust ning on sillaks lavastaja ja peategelase vahel (Hudgins & Toscani, 2013; Moreno, 2006).

Arenguliselt on peegeldamisfaas see, kui laps hakkab end eraldiseisva indiviidina ära tundma (Moreno, 1952). See etapp, mis algab umbes üheksa kuu vanuselt, hõlmab imiku võimet "ühiseks tähelepanuks" ja "sekundaarseks intersubjektiivsuseks" (Dayton, 2005). Imik on nüüd võimeline suunama tähelepanu inimese ja objekti vahel, viies oma visuaalse tähelepanu oma hooldaja omaga, hakates seeläbi arendama teadlikkust jagatud, kuid eraldiseisvast kogemusest (Hobson, 1989; Trevarthen, 1998). See on, nagu Dayton ütleb: „teadvuse tekkimine iseendast kui ümbritsevast, väljaspool mina asuvast maailmast eristuvast“ (2005, lk 163).

Moreno arenguteooria kirjeldab rollide ümberpöörämist kolmanda etapina. Inimesel ei ole võimet rolle ümber pöörata, kuni ta pole kõigepealt loonud elementaarset enesetunnetust Eelmises arengujärgus olevale imikule ei ole seda võimet enne kui kahe-kolme aastaseks saamiseni, ehkki enamikul täiskasvanuist on (Moreno et al., 1955). J. L., Zerka ja Jonathan Moreno avaldasid artikli rollipöörde kasutamisest lapse kasvatamisel ja rõhutasid selle terapeutilist potentsiaali. Rollide ümberpööramine sarnaneb Mahleri, Pine'i ja Bergmani (1975) kirjeldatud eraldamise ja individualiseerimise protsessiga. See arenguetapp esindab tõelise eraldatuse tunnet ja võimet teistele kaasa tunda. See on intersubjektiivsuse seisund, olles dünaamilises suhtes suhestunud kahetise teadlikkusega iseendasse ja teisse inimesse (Dayton, 2005). "Rollivahetuse käigus on enesetunnetus piisavalt terviklik, et me saaksime sellest ajutiselt lahkuda, seista teise kingades ja naasta turvaliselt koju" (Dayton, 2005, lk 439).

Läbi psühholoogilise rollipöörde teistega arendab laps suuremat vastutust oma tegude ja iseenda eest ning suurendab empaatiavõimet teiste suhtes sotsiaalses maailmas.

Kui laps areneb täiskasvanuks, jätkab vanem nendega eraldatuse ja iseseisvuse saavutamiseks duubeldamist ja rollide ümberpöörämist. Täiskasvanud lapsest saab siis vananeva vanema abiline, kes on tervise poolest järjest pöduram ning valmistub uuesti kosmosesse sisenema (Moreno, 2006).

Nüüd on hooldajate rollid muutunud ja täiskasvanud laps duubeldab ja teeb vanemaga rollipööret siis, kui nad elavad oma viimased aastaid teises universumis ja lähevad täielikult tagasi esimesse universumisse.

Tele ja tõeline kohtumine

Moreno interpersonaalne teooria ja tõeline kohtumine

*Kahe kohtumine: silmast silma, näost näkku
Ja kui oled lähedal
Rebin ma su silmad välja
Ja asetan need enda omade asemele
Ja sa rebid minu silmad välja
Ja asetad need enda omade asemele
Siis ma vaatan sind su silmadega
Ja sina vaatad mind minu omadega.
(Moreno, 1914).*

See tsitaat Moreno 1914. aasta luuletusest „An Invitation to an Encounter“ („Kutse tõelisele kohtumisele“) annab edasi tema inimestevahelise ja psühhodraama teooria ning eksistentsiaalse filosoofia aluseid. Ta kirjutab, et mõiste „kohtumine“ (Begegnung) ei tõlgendu hästi saksa keelest inglise keelde. See kaotab inglise keeles oma sügavuse ja muutub steriilseks, ebamääraseks inimestevaheliseks suhteks. Tema taotletud tähendus on palju tähendusrikkam kohtumine.

See tähendab, et kaks või enam isikut kohtuvad, kuid mitte ainult üksteisega silmitsi seismiseks, vaid ka üksteisena elamiseks ja üksteise kogemiseks, osalejatena, igaüks omaette, mitte nagu „professionaalne“ kohtumise puhul (sotsiaaltöötaja või arst või osalev vaatleja ja nende subjektid); kahe inimese kohtumine. Kohtumisel on kaks inimest kosmoses, kõigi oma tugevuste ja puudustega, kaks inimest, kes kihavad spontaansusest. (Moreno, 1943, lk 310).

Moreno kirjeldab seda luuletust kui inimestevaheliste suhete lihtsaimat määratlust (1955). Ta kirjutab, et loomulikud jaotused ja reaalsed ühiskonnad tekivad ainult autentse kohtumisega teiste inimestega (1946). Tõelise kohtumise kaudu muutuvad ja mõjutavad mõlemad inimesed teineteist. Nolte kirjeldab kohtumist kui „kahte aktiivset isikut, kes elavad üksteisena ja kogevad teineteist“ (2014, lk 19). Iga tõelises kohtumises osalenu jõuab teistega täieliku vastastikkuse kaudu sügavamale enese teadvustamisse, samal ajal intuiitselt täie spontaansuse ja autonoomiaga siin-ja-praegus rolle vahetades (Moreno, 1960). Ta jätkab kirjutamist, et „tõeline kohtumine on ka terapeutilise protsessi tõeline alus“ (1960, lk 16). Just selle objektiivi kaudu arenesid Moreno sotsiomeetrilised ja psühhodramaatilised teooriad. Moreno interpersonaalne teoorial ja Martin Buberi 9 aasta hiljem avaldatud „I and Thou Conceptil“ („Minu ja Sinu mõiste“) (Buber, 1923) on palju ühist. Huvitaval kombel töötasid Moreno ja Martin Buber koos Viinis asuva kirjandusajakirja Daimon toimetuse meeskonnaga ja neil oli selgelt märkimisväärne mõju üksteise mõtlemisele (Moreno, 2019). Moreno mõjutas oma tööga paljusid teisi ning kuna ta avaldas oma töid üheksa aasta jooksul anonüümselt, on tema nimi paljust ta loomingust irdunud ja kaugenenud. Sellest hoolimata vaidleks vähesed selle vastu, et “Moreno oli teerajaja inimsuhete uurimisel”. (Hale, 2009, lk 356).

Tele

„Me võime täheldada, et mõnedel inimestel on teineteise suhtes teatud tundlikkus, nagu oleks nad ühise hinge poolt aheldatud. Piisavalt üles soojenedes hakkavad nad „klikivad““ (J. L. Moreno, 1924, lk 57). See tsitaat J.L. Moreno „Das Stegreiftheaterist“ („Spontaansuse teater“) kirjeldab tele kontseptsiooni peaaegu kümme aastat enne seda, kui ta terminile oma sotsiomeetrilistes uuringutes nime andis. Termin tele on tuletatud kreeka sõnast, mis tähendab „kaugel“ või „kaugusel“ (Moreno, 1934). J.L. Moreno väidab, et „iga terviklik inimsuhe sõltub tele olemasolust“; ta määratleb telet kui teise inimese „tegeliku koosseisu“ „pilgu heitmist“, selle „väärtustamist“ ja „tunnetamist“. (1959, lk 37). See on “sotsiaal-gravitatsiooniline tegur, mis toimib üksikisikute vahel, tõmmates neid looma enam positiivsemaid või negatiivseid paarisuhteid... kui juhuse läbi“ (J.L. Moreno, 1947, lk 84). Tele võib mõtestada kahe-suunalise empaatiana (J.L. Moreno, 1953). Teraapia areng ja iga rühma areng sõltuvad telest kui selle edenemise alusest (Moreno, 2000). „Tele edastab sõnumi, et inimesed osalevad inimestevahelises nähtuses, kus nad loovad üksteisega kontakti, suhtlevad ja resoneeruvad üksteisega vahemaa tagant ning saavad emotsionaalseid sõnumeid, mis kanduvad üle ruumi“ (Kellermann, 1992, tsiteeritud Dayton, 2005, lk 53). Dayton (2005) viitab sellele, et telefenomen toimib läbi selle, mida neuroteadlased kirjeldavad kui „afektiivselt laetud, näoga vahendatud parema ajudevahelist alateadvuslikku kommunikatsiooni“ (Lazarus ja McCleary, 1951). Yaniv (2014) esitab neuropsühholoogia kontseptsiooni telest kui seotud orbitofrontaalse ajukoorega emotsionaalse valentsi jälgimise funktsiooniga. Tele ei ole ülekanne ega kontraülekanne (J.L. Moreno püüdis lammutada „patsient-terapeut“ võimudünaamikat, viidates kontraülekannde kui ülekannde). Ülekanne on ühesuunaline protsess – moonutus telest, kuid tele on kahe-suunaline täpne üksteise tundmine. Nii ülekanne kui ka tele on suhetes sageli olemas ja aja jooksul on eesmärk asendada ülekanne telega (J.L. Moreno, 1959).

„Definitsiooni järgi kipub ülekanne tekitama inimestevaheliste suhete dissotsiatsiooni. Seevastu tele tugevdab ühtsust ja edendab gruppide järjepidevust, turvalisust, stabiilsust, vastastikkust ja ühtekuuluvust“ (Moreno, 1983, lk 164)

J.L. Moreno eristab telet ülekandest järgmises lõigus:

Ülekandel, nagu teatelgi, on nii kognitiivne kui ka konatiivne aspekt. Õige terapeudi ja grupipartneri valimiseks on vaja telet; selleks, et terapeuti valesi hinnata ning valida grupipartnereid, kes loovad antud tegevuses ebastabiilseid suhteid, on vaja ülekannet. (1959, lk 12).

Ta väitis, et ülekanne on fantaasia (reaalsuse ülejääk), mis põhineb minevikus kogetul, samas kui tele põhineb tunnetel teise tegelikkuses. Ülekanne põhineb inimese sisemisel psühhodünaamilisel kogemusel; tele kirjeldab kahe indiviidi vahelist sotsiodünaamikat (1959).

Tele olemasolu psühhodraamarühmades kerkib sageli esile siis, kui peategelane valib teise grupikaaslase (sageli nende ajalugu teadmata) kindlat rolli mängima ning saades alles hiljem teada, et roll kattus otseselt selle grupikaaslase isikliku tööga (Nolte, 2014). Tele põhineb inimese võimel täielikult teise inimesega rolle vahetada (von Ameln & Becker-Ebel, 2020). Tele eksisteerib kõigis rühmades ja kõigis sotsiomeetrilistes, psühhodramaatilistes ja rühmateraapia seanssides. Kõige ilmsem on see grupi sotsiomeetria puhul vastastikuste valikute arengu kaudu või siis, kui ühe inimese tunnetus teise suhtes vastab viimase enesetajule (Hale, 1981).

Loovate tegevuslike meetoditega õppimine rühmas

Täiskasvanuõpe põhineb isiklikel kogemustel ja sotsiaalsetel suhetel. Isiklikud suhted võivad põhineda

- erinevail elusündmustel
- pädevustel ja oskustel
- haridusel
- karjääri erialadel
- ja tähelepanuväärstel ja olulistel episoodidel, mis mõjutavad indiviidi nii teadvuslikult kui ka alateadvuslikult

Ja loomulikult mõjutab täiskasvanu identiteet, isiksus ja meeleolu + olemus ja kasvatus seda, kuidas inimene õpib.

Loovad tegevuslikud meetodid põhinevad psühho- ja sotsiodraamal ning sotsiomeetrial. Psühho- ja sotsiodraamas kasutatakse loomingulises protsessis võimaluste uurimisel materjalina isiklike ja kollektiivseid kogemusi. Sotsiomeetria on teadus suhetest gruppides ja kogukondades – kuidas neid uuritakse, ära tuntakse ning arendada ja tugevdada. Mõlema üldine eesmärk on tugevdada loovust ja avada uusi võimalusi ja teid igas inimeses ja grupis leiduva potentsiaali jaoks.

Täiskasvanuhariduse ja psühhodraama arengu vahel on tugev sotsiomeetrial põhinev seos.

Mõlemad kasutavad õppimise lähtepunktina kogemusi ja nende põhimõtted on sarnased.

Kogemuslik õpe Kolbilt

Üks täiskasvanuhariduse praktikas enimkasutatud teooriaid on David Kolbi (1984) kogemuslik õppimine. Selles käsitletakse täiskasvanuõpet kui protsessi, mis koosneb neljast etapist: Koosloome kogemus, Reflekteeriv vaatlus, Abstraktne kontseptualiseerimine ja Aktiivne eksperimenteerimine.

Täiskasvanuõpe põhineb mineviku ja oleviku kogemustel. Kooskogemise faasis aktiveeritakse, arutatakse ja potentsiaalselt kogetakse õpieesmärgiga seotud kogemusi. Reflekteeriv vaatlus viitab kogemuse teadlikule uurimisele "reflekteerivast positsioonist". Refleksiooni tulemused üldistatakse abstraktse kontseptualiseerimisega. Neljandaks sammuks on aktiivne eksperimenteerimine, kus esimese kolme faasi jooksul loodud tegevuse või käitumise uut versiooni testitakse tegevuses ja praktikas. See omakorda loob uue kogemuse, mis võib olla õppetsükli uus sisu.

Loominguline protsess psühhodraamas

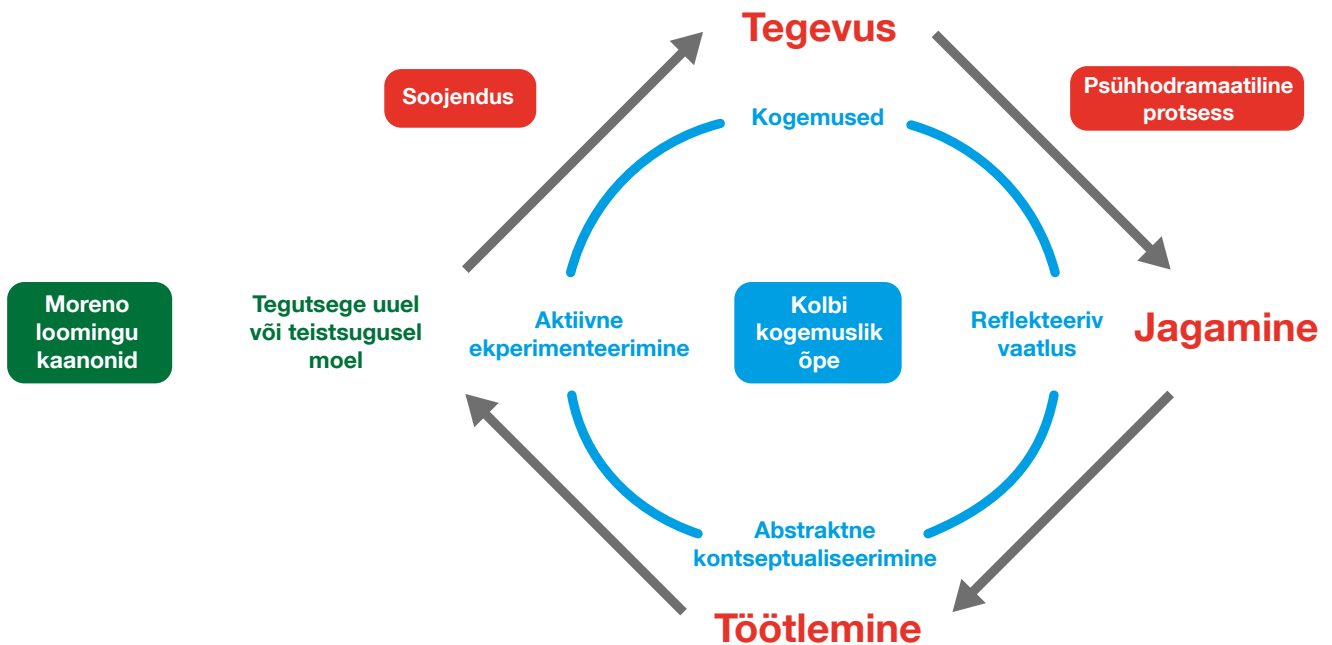
Ka psühhodraama peamisel protsessil on neli faasi: Soojendus, Tegevus, Jagamine ning Töötlemine ja integreerimine. See on loominguilise protsessi alus.

Soojenduses soojendatakse osalejaid – häälestatakse – „siin-ja-praegu“ selle rohketes erinevates dimensioonides: füüsilises, psüühilises, psühholoogilises ja vaimses dimensioonis nii individides, grupisuhetes, teemades, sisudes jne. Sageli hõlmab soojendus füüsilist tegevust keha, aju ja sotsiaalsete suhete soojendamiseks. Selles soojenduses aktiveeritud kogemused on kogu protsessi lähtepunktiks. Tegevusfaasis äratatakse grupis ellu juba olemasolevad kogemused, mis taasluuakse draamal põhinevaid meetodeid kasutades. Seda tehes luuakse uus, jagatud kogemus. Jagamisel osalejad jagavad ja räägivad sellest, mis tegevusfaasis neis endis juhtus ja kuidas selles osalemine neile tundus. Töötlemisel ja integreerimisel seostatakse aktiveeritud, loodud ja jagatud kogemused teadlikult osalejate varasemate kogemuste, kontekstide ja eludega.

Spontaansus-loovus on üks morenoliku teooria ja filosoofia põhikontseptsioone. Loovuse tsükkel kirjeldab seost spontaansuse ja loovuse vahel – spontaansus on loovuse katalüsaator. Koos võivad need luua uue kogemuse, mis on kas täiesti uus või juba olemasoleva kogemuse uus versioon. Moreno on defineerinud spontaansust kui „ uut tegutsemisviisi tuttavas olukorras või adekvaatset tegutsemisviisi uues olukorras“. Spontaansus aktiveeritakse loominguilise protsessi soojendusfaasis ja uus versioon luuakse tegevusfaasis.

Õppimine psühhodraamas ja psühhodraamaga

Nii kolbilik kogemuslik õppimine kui ka psühhodraama kasutavad täiskasvanuõppe alusena kogemusi. Kogemusliku õppimise protsessi ja psühhodraama loomingu protsessi saab kombineerida viisil, mis toob esile psühhodraama eripära – tegevus, loovus ja uued kogemused õppimiseks.



Joonis 1: Psühhodramaatiline protsess ja kogemuslik õppetsükkel. (Kauppila 2022).

Mõlema protsessi nelja peamist faasi saab kombineerida viisil, mis on esitatud joonisel 1, kogemuslik õppimine ja õppimine psühhodraamas. Loomingulisi tegevusmeetodeid kasutava psühhodraama eripära võrreldes tavapärase kogemuste aruteluga on kahekordne: 1) elavdada kogemusi terviklikul tasandil, 2) õppurite rühma koosloodud ja jagatud kogemused (Kauppila 2022).

Loovad tegevuslikud meetodid elavdavad kogemusi terviklikult ja loovad neist uusi versioone, selle asemel et kogemusi taasesitada, mis võib juhtuda tavapärase arutelu käigus jagamisel. Loovaid tegevuslikke meetodeid kasutades on võimalik aktiveerida ja kasutada kogu õpperühma ühise kogemuse koosloomisel, mis loob pinnase ühiseks õppimiseks sotsiaalsetes suhetes.

Viited:

Kauppila, R. (2022). Learning in psychodrama. Manuscript in preparation.

Kolb, D.A. (1984). Experiential learning: experience as the source of learning and development.

Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Täiskasvanuharidus ja loovad tegevuslikud meetodid

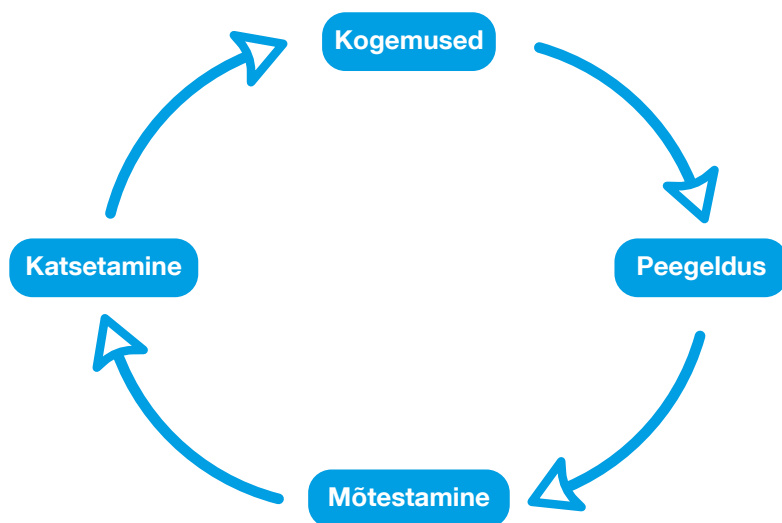
Kogemusliku õppimise tsükkel:

Kolbi kogemusliku õppimisstiili teooriat esindab tavaliselt neljaastmeline õppetsükkel, mille kõigiga õppija kokku puutub:

1. Konkreetne kogemus (tekib uus situatsioonikogemus või olemasoleva kogemuse ümbertõlgendamine).
2. Reflekteeriv vaatlus (uue kogemuse põhjal. Eriti olulised on vastuolud kogemuste ja mõistmise vahel).
3. Abstraktne kontseptualiseerimine (refleksioon tekitab uue idee või olemasoleva abstraktse kontseptsiooni modifikatsiooni).
4. Aktiivne eksperimenteerimine (õppija rakendab tulemuste nägemiseks neid ümbritsevale maailmale).

Efektiivne õppimine on nähtav, kui inimene läbib neli etappi:

1. Kogeb konkreetset kogemust, millele järgneb
2. Selle kogemuse vaatlemine ja refleksioon, mis viib
3. Abstraktsete mõistete (analüüs) ja üldistuste (järeldused) moodustamine, mida seejärel
4. Kasutatakse hüpoteesi testimiseks tulevastes olukordades, mille tulemuseks on uued kogemused



Kolb näeb õppimist kui integreeritud protsessi, kus iga etapp on vastastikku toetav ja aitab kaasa järgmisele. Tsükklisse on võimalik siseneda mis tahes etapis ja järgida seda läbi selle loogilise järjestuse. Kuid efektiivne õppimine toimub ainult siis, kui õppija on võimeline teostama mudeli kõiki nelja etappi. Seetõttu ei ole ükski tsükli etapp iseenesest õppemeetodina efektiivne.

Hariduslikud mõjud:

Õpetajad saaksid õpilastele tüüpilise õppevõimaluse kriitiliseks hindamiseks ja sobivamate õppimisvõimaluste väljatöötamiseks kasutada nii Kolbi õppeetappe kui ka -tsükli. Koolitajad peaksid tagama tegevuste kavandamise ja läbi viimise viisil, mis annab igale õppijale võimaluse osaleda neile kõige

sobivamal viisil. Samuti saab üksikisikuid aidata tõhusamalt õppida nende vähem eelistatud õppestiilide väljaselgitamisega ja nende tugevdamisega läbi kogemusliku õppetsükli rakendamise. Ideaalis tuleks tegevusi ja materjale arendada viisil, mis toetub kogemusliku õppetsükli iga etapi võimetele ja viib õpilased läbi kogu protsessi järjestikuliselt.

| Etapp | Kirjeldus | Tegevused |
|----------------------------------|--|---|
| Konkreetne kogemus | Kolbi tsükkel algab konkreetse kogemusega. Teisisõnu algab see millegi tegemisest, milles üksikisikule, meeskonnale või organisatsioonile määratakse ülesanne. Õppimise võti on aktiivne kaasamine. Kolbi mudelis ei saa õppida seda lihtsalt vaadates või lugedes, tõhusaks õppimiseks peab inivid, meeskond või organisatsioon seda tegelikult läbi tegema. | Jäämurdjad & virgutajad. Meeskonnamängud. Probleemide lahendamise arutelu. Praktilised harjutused, nt väitlused, esitluse tegemine |
| Reflekteeriv vaatlus | Tsükli teine etapp on reflekteeriv vaatlus. See tähendab „tegemisest“ aja maha võtmine ja ülesandest tagasi astumist ning tehtu ja kogetu ülevaatamist. Selles etapis küsitakse palju küsimusi ja avatakse suhtluskanalid teistele meeskonnaliikmetele. Sõnavara on väga oluline ja on vaja asjade sõnastamiseks ja teistega arutlemiseks. | Küsi tähelepanekut. Kirjuta toimunust lühike ülevaade. Anna teistele osalejatele tagasisidet. Vaikne mõtlemine Ajastatud tee- ja kohvipausid Õppimise lõpetamine. Logid või päevikud. |
| Abstraktne kontseptualiseerimine | Abstraktne kontseptualiseerimine on juhtunu mõtestamise protsess, mis hõlmab sündmuste tõlgendamist ja nende vaheliste suhete mõistmist. Selles etapis võrdleb õppija seda, mida ta on teinud, mõelnud ja mida ta juba teab. Nad võivad sündmuste, neile tuttavate mudelite, kolleegide ideede, varasemate tähelepanekute või muude enda väljatöötatud teadmiste kujundamiseks ja selgitamiseks tugineda õpikute teooriale. | Esita mudeleid Paku teooriaid Paku fakte |
| Aktiivne eksperimenteerimine | Õppetsükli viimane etapp on see, kui õppija mõtleb, kuidas ta kavatseb õpitut praktikas rakendada. Planeerimine võimaldab omandada uue arusaama ja muudab selle ennustusteks selle kohta, mis juhtub järgmisena või milliseid meetmeid tuleks ette võtta, et ülesande lahendamise viisi täpsustada või üle vaadata. Et õppimine oleks kasulik, peab enamik inimesi paigutama selle neile sobivasse konteksti. Kui inimene ei näe, kuidas õppimine tema elule kasulik on, unustatakse õpitu tõenäoliselt väga kiiresti. | Anna õppijatele aega planeerimiseks. Kasuta juhtumianalüüsi Kasuta rollimänge. Palu õpilastel reaalseid probleeme kasutada. |

Õpetamistegevused, mis toetavad õppetsükli eri aspekte:

| Konkreetne kogemus | Reflekteeriv vaatlus | Abstraktne kontseptualiseerimine | Aktiivne katsetamine |
|--|---|----------------------------------|---|
| Laborid Probleemülesanded Päästikfilmid Vaatlused Simulatsioonid/mängud Teksti lugemine | Ajurünnakud Mõtteküsimused Retoorilised küsimused | Analoogid Modelleerimine | Labor Juhtumianalüüs Simulatsioonid |

Kolbi õppetsükli kirjeldus pärineb aadressilt:

<https://medium.com/@johnharrydsouza/david-kolb-s-cycle-of-learning-2777d150d09e>

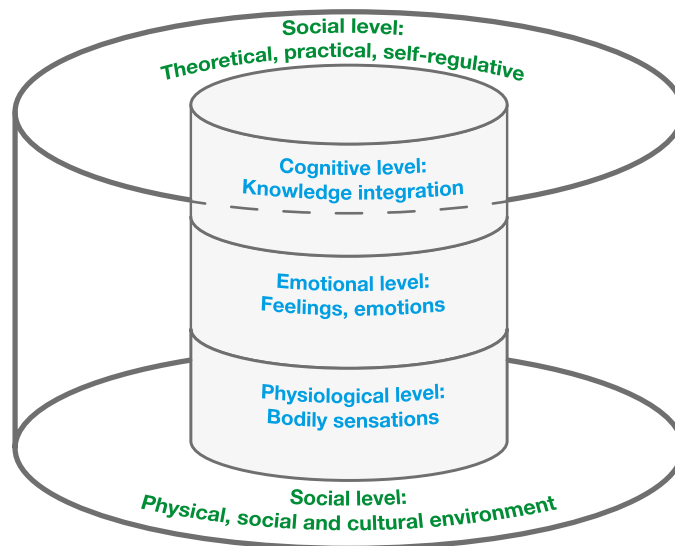
Õpikeskkonnad

Tavaliselt viitavad õpikeskkonnad füüsilistele, sotsiaalsetele ja psühholoogilistele keskkondadele, kus toimub õppimine. Need keskkonnad võivad suuresti erineda: õpe võib toimuda ametlikult klassiruumis, veebis, töökohal või mitteametlikult kogukonnas või kodus.

Meie, inimesed, ei ole mitte ainult füüsilised, sotsiaalsed ja psühholoogilised olendid, vaid meil on ka emotsioonid ja füsioloogilised aistingud. Muudame integreeriva pedagoogika mudelit (Täks, 2015, algset Tynjälä), et kirjeldada õpikeskkonda, mis hõlmab kõiki inimtegevuse tasemeid ning teadmiste ja oskuste omandamise vaatepunkte.

See mudel sisaldab kognitiivset taset, mis on mõeldud teadmiste lõimimiseks. Teadmisi on nelja tüüpi: teoreetilised, praktilised, isekorralduvad ja sotsiaal-kultuurilised teadmised. Õppimisel on ka emotsionaalne tase. Moreno loominguliste tegevusmeetodite järgi aktiveeritakse ja kasutatakse õppimiseks emotsioone ja tundeid, eriti kui õppimine toimub ja seda toetatakse suhtluse käigus. Inimesed suhtlevad üksteisega aistingute kaudu, mis hõlmavad ka kehalisi aistinguid. Psühhodraama ja sotsiomeetria aktiveerivad osalejaid füsioloogilisel tasandil ning seega hõlmab mõjus õppimine ka kehalisi aistinguid.

See terviklik pedagoogika- ja õppemudel, mis on toodud allpool joonisena, hõlmab kõiki neid tasemeid ja vaatenurki.



Psühhodraama terviklik õppemudel (Täks, 2015, muudetud kujul).

Rõhutame „Minast meieni“ programmis õppimise sotsiaalsust, tekitades ja aktiveerides rühmana suheldes õppimisvõimalusi ning kasutades mõjusaks õppeks nii oma emotsionaalset kui ka füsioloogilist tasandit.

Viited:

Kauppila, R. (2023). Social learning environment in psychodrama. Pooleliolev käsikiri.

Täks, M. (2015). Engineering students' experiences of entrepreneurship education : a qualitative approach.

2. PÄEV

Õpitulemused

Teadmised:

- teab rühma arengu protsesse;
- mõistab kogemusliku õppimise põhimõtteid;
- tunneb nii vastupanu õppimisele kui ka õppimistakistusi;
- mõistab kontakt- ja veebipõhise õppe erinevusi ja sarnasusi;
- mõistab mitmekesisust ning kuidas see mõjutab rühmaõppesuhteid ja rühmas õppimist;
- teab õpetaja rolli.

Oskused:

- oskab rakendada rühma arengu põhimõtteid üksikisikute ja rühmade õppeprotsessis;
- oskab 2–3 meetodiga toetada rühma arengut;
- suudab toime tulla vastupanuga õppimisele ja õppimistakistustega / neid analüüsida;
- oskab aidata õppijatel (üksikisikutel ja rühmadel) toime tulla vastupanuga õppimisele ja õppimistakistustega;
- oskab käsitleda rühma mitmekesisust positiivselt;
- oskab tuvastada mitmekesisuse eri vaatenurki; teab 2–3 meetodit, millega mitmekesisust käsitleda;
- oskab määratleda oma rolli koolitusrühmas ning selle eesmärgi ja sisu arvestades.

Hoiakud:

- näeb õppimist kui protsessi, mis toimub suheldes;
- on huvitatud veebi- ja kontaktkoolituse ja -õppe proovimisest ja arendamisest;
- tegeleb innuga õpperühmade mitmekesisusega

PROGRAMM

ÕPPERÜHMA LOOMINE

- A. Avaring
- B. Rühma areng
- C. Suhete loomine rühmaõppeks ja õppimiseks rühmas
- D. Kogemuslik ja iseseisev õppimine
- E. Õpetaja roll
- F. Kontaktõpe vs. veebiõpe

Avaring püsti seistes

Keskendumisharjutus: ei, jah, võib-olla

Harjutus.

Kogemustekaart on kasulik tööriist, mida rakendada kokkuvõtlikus töötoas kogetuga rahulolemise tunde tekitamiseks. Harjutuses kutsutakse liikmeid üles looma oma teekonnast ühine kaart ja selle üle koos mõtisklema; sama harjutust soovitatakse kasutada ka iga mooduli alguses.

Selle tegevuse põhieesmärk on mõtiskleda jagatud kogemuste üle. Inimesed saavad aimu, mida nad on koos läbi elanud. Kasutage seda harjutust projekti või programmi lõpus või ülevaadena, et rõhutada õpitut, tähistada kõrghetki ja tekitada rahulolutunnet. Seda meetodit saab kasutada nii kontakt- kui ka veebiõppe korral.

Kogemustekaarti loomine kursuse või projekti alguses aitab tutvuda osalejate kogemustega ja tekitada ühise arusaama rühma ootustest ning kohalviibimise ja osalemise põhjustest. Sellisel juhul keskenduvad liikmed sellele, mis neid siia tõi.

1. ETAPP

Kohapealne ülesanne

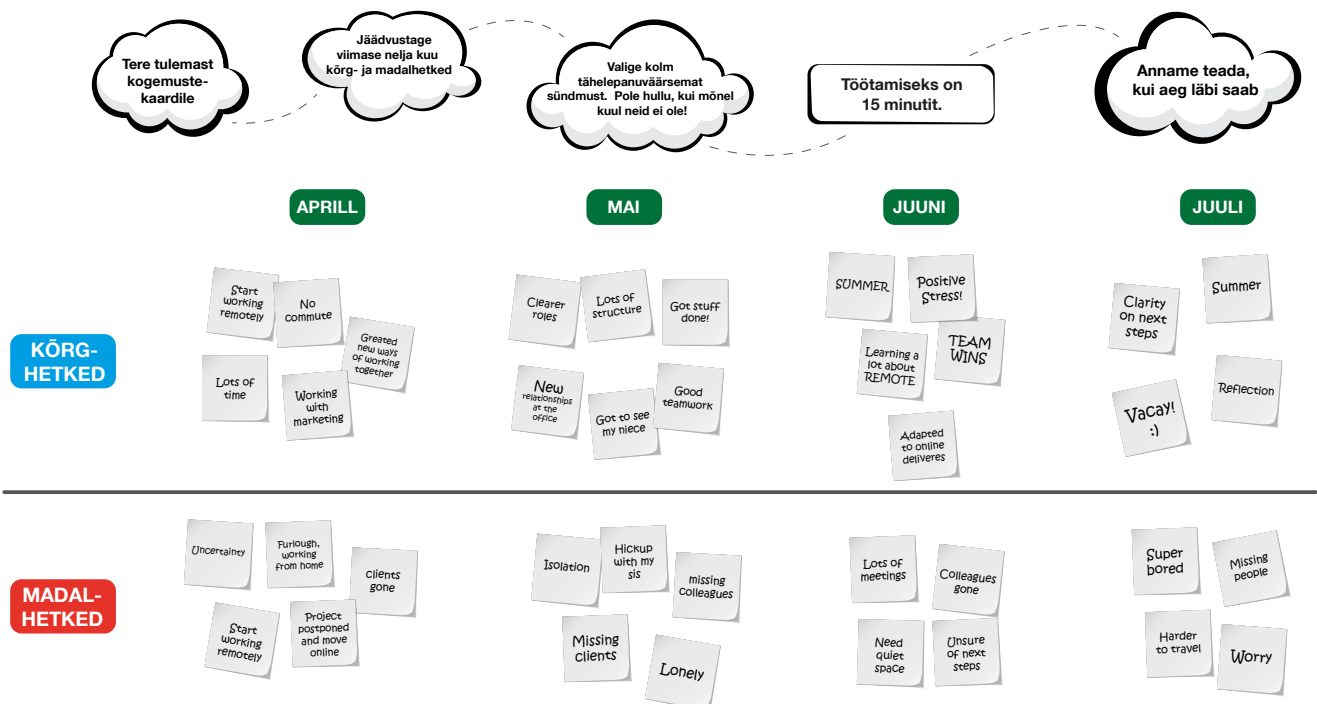
Rullige põrandal või seinale lahti pikk paberitükk (võib olla isegi 5–10 m pikkune).

Joonistage ajakava, mis esindab projekti või meeskonnana töötamise perioodi. Lisage kuud ja paar tähtsamat sündmust, nagu kõrg- ja madalhetked. Kui projekt on väga pikk, kaaluge ainult viimase 3–6 kuu kaasamist.

Veebiülesanne

Virtuaaltahvli näidis

Looge ajakava virtuaaltahvilil (Miro või Mural) ja täitke ülaltoodud juhised.



Juhendaja märkmed

Vaadake näidist selle kohta, kuidas võib virtuaaltahvel Miros või Muralis välja näha.

2. ETAPP

Laske osalejatel oma kogemused üles tähendada. Nad võivad märkida üles oma kõrg- ja madalhetked, õpitud teadmised, keerulised ülesanded, õnnestumised ja muu, mis on nende jaoks tähtis.

Andke inimestele oma parimate kogemuste jäädvustamiseks ja ajajoonele lisamiseks piisavalt aega (15–30 min). Kirjutage igale märkmepaberile üks teema ja ka oma nimi.

Veebiülesanne

Juhendaja: looge varem virtuaalsed märkmepaberid, emotikonid jne, mille abil saavad inimesed oma kogemusi jäädvustada ja virtuaaltahviile asetada.

Võite töötamise ajaks panna mängima (rahuliku) muusika.

Juhendaja märkmed

Kohapealse ülesande alternatiiv: kui teil on aega, võite selle ülesande loova alternatiivina kasutada ajajooneloomiseks ajakirjadest pärit pilte või lasta osalejatel joonistada sümboleid. Laotage laiali suur hunnik vanu ajakirju, käärid, kleeplindid ja markerid. Osalejad kasutavad märkmepaberite asemel ajakirjade väljalõikeid või joonistusi.

3. ETAPP

Kui kaart on loodud, paluge osalejatel jagada oma tähtsamaid (1–3) kõrg- ja madalhetki. Jagatavate kõrg- ja madalhetkede arvu määrab juhendaja. Arv oleneb rühma suuruselt ja ajavarust.

Juhendaja märkmed

Kaaluge tutvustuste ajalist piiramist. Otsustage, kui palju aega igaühel on. Soovi korral valige keegi aega mõõtma.

4. ETAPP

Valikuline viimane etapp

Paluge osalejatel mõtiskleda vaikides äsja jagatud ja kuulnud kogemuste üle ning valida nende jaoks kõige tähtsam hetk.

Andke selleks etapis aega umbes **2–3 minutit**.

Seejärel panevad osalejad ükshaaval märkmepaberi või küünla (teeküünla) hetkele, mis on neile kõige tähtsam, ja kirjeldavad lühidalt, miks.

Jätkake, kuni kõik osalejad on asetanud küünla ja jaganud. Veebiülesanne: osalejad kasutavad **virtuaalset küünalt või märkmepaberit**.

Juhendaja märkmed

Võite selle harjutuse järel korraldada mõne visioonitöötoa, nagu Action Plan Workshop: The Arrow (tegevusplaani töötuba: Nool).

Viidake refleksiooni ja reflektiivse töötlemise tasemetele

Võimalikud refleksiooniteemad (välja töötatud Hans Benninki põhjal):

- isu,
- protsess/protseduu
- rühm ja suhted,
- mina,
- meta.

Selgitage refleksioonikodutööd.

KOHVIPAUS

B. RÜHMA ARENG

30 min

Loeng Wheelani/Tuckmani kohta (teooria)

Harjutus

Kohtumiste etappide visualiseerimine (kujud)

- Sõltuvus ja kaasamine – kujunemine
- Vastuseis sõltuvusele ja võitlus – tormlemine
- Usaldus ja struktuur – kohanemine
- Töö ja tootlikkus – efektiivse koostöö tegemine
- Lõpetamine – laialiminemine

1. valikuvõimalus

Rühmatöö

1. Millised on inimeste vajadused eri etappides?
2. Millised on need (kõige tähtsamad) vajadused, millele juht peaks reageerima?

2. valikuvõimalus

Etappidest kujude või vinjettide loomine

Toolide kujudena kasutamine. Kujude teater: väikestes rühmades tehakse igast etapist kuju ja näidatakse seda üksteisele.

Teise võimalusena valige kaart, mis seda näitab, ja mõtisklege selle üle.

KOHVIPAUS

Harjutus

Spektrogrammid:

Eesmärk on uurida, mida ma ise arvan küsimusest, mis sisaldab vastandlikke seisukohti, ja alustada rühmas uurivat dialoogi minu ja teiste seisukohtade üle. Joonistage pörandale joon ning asetage üks vaatenurk joone ühte otsa ja teine, vastandlik vaatenurk, joone teise otsa.

Paluge osalejatel astuda joonel kohale, mis näitab nende seisukohta, nagu nad seda praegu tajuvad. Tehke rühmale selgeks, et sel hetkel tajuvad nad seda just nii. See võib muutuda.

1. Mulle meeldib töötada üksi vs. mulle meeldib töötada rühmas.
2. Ma eelistan ennast turvalisena tunda vs. ma eelistan väljakutseid.
3. Tunnen end uutes rühmades mugavalt vs. ma vihkan uue rühmaga liitumist.

Juhised:

1. Laske inimestel joonel oma koht valida.
2. Laske neil rääkida oma naabriga, kellel on umbes samad eelistused.
3. Laske neil rääkida kellegagi, kes on valinud täiesti teise seisukoha (kel on teised eelistused).

Harjutus

Ringis kogemuste jagamine rühmade ja rühmas olemise kohta

1. Kõik seisavad ringis.
2. Juht alustab mõne avalduse tegemisega (nt ülalloodud avaldused) ja astub ringis ühe sammu sissepoole.
3. Kõik, kes nõustuvad, astuvad ka ringi ja ütlevad, miks nad seda tegid (kui nad soovivad). Suure rühma puhul paluge vaid mõnel üksikul oma põhjusi selgitada.
4. Nüüd saavad kõik ükshaaval öelda midagi selle kohta, mis tunne on olla rühmas.

Harjutus

See harjutus on mõeldud suhteid soodustavate valikute tegemiseks, mistõttu peaks seda tehes valima asjakohased kriteeriumid, mis seda toetavad.

- Valige keegi, kes on teie arvates (mingil põhjusel) teie moodi, ja rääkige temaga oma valiku põhjusest. Valige keegi, kes ei ole teie moodi, ja rääkige, miks.
- Jagunege juhuslikult 4–5-liikmelistesse rühmadesse. Leidke, mis on teil ühist, ja mõelge, kuidas seda näidata. Seda võib teha näiteks lühikese rollimänguna või kujuna. Näidake seda teistele ja laske neil oletada. Tähtis: see ei ole äraarvamismõistlus. Laske inimestel näidata ja võtke aega mõtisklemiseks.

Ülalloodud harjutusi on hästi selgitatud Scott Giacomucci YouTube'i videotes.

Spektrogramm: <https://youtu.be/UEjYzIT-b0Y>

Ringis kogemuste jagamine (step-in sociometry): <https://youtu.be/UEjYzIT-b0Y>

Selleks otstarbeks sobib väga hästi ka järgmine video.

Arvamuste kaart või seisukohtade jagamine: <https://youtu.be/UEjYzIT-b0Y>

Harjutus:

Põrgulik rühm. Looge rollimäng (või kuju). Siin on nimekiri võimalikest teguritest, mis teevad rühma põrgulikuks.

- Eelarvamused nii sisu kui ka õppejõudude kohta.
- Liikmetevahelised konfliktid, mis varastavad tähelepanu ja toidavad ebakindlust.
- Liikmed ei julge naeruvääristamise kartuses sõna võtta.
- Eri teadmiste tasemed.
- Eri kultuuritaustad, millega kaasnevad erisugused lähtekohad.
- Keeruline sõnavara ja keelekasutus.
- Emotsionaalseid sidemeid luuakse väljaspool rühma.
- Liiga ebatavalised meetodid.

Harjutus:

Buddha trikk

1. Paluge ühel inimesel mõelda ühe minuti jooksul ainult kivist Buddhale, keskendudes sellele nii palju kui võimalik. Kui tema tähelepanu hajub, peab ta tõstma sõrme, et anda sellest märku nii endale kui ka teile.
2. Nüüd arutage, kuidas see harjutus tundus, mida ta tähele pani ja kui palju energiat kulus tal keskendumiseks.
3. Järgmisena paluge osalejal terve minuti jooksul kivist Buddhale mitte mõelda. Jällegi peab ta tõstma sõrme iga kord, kui talle tuleb kivist Buddha meelde. Kui minut on möödas, andke talle aega mõtisklemiseks selle üle, kui raske oli harjutus ja kui palju energiat kulus harjutusele keskendumiseks.
4. Nüüd palutakse tal mõelda sellele, kas ta mõtles kivist Buddhast rohkem nüüd, kui ta üritas sellest mõtteid alla suruda. Seda nimetatakse tagasilöögiefektiks ja seda on täheldatud mitmes teadusuuringus. Uuringutest on selgunud, et allasurutav objekt kerkib pinnale sagedamini ja jõulisemalt kui enne allasurumist.
5. Selgitage seda nähtust rühmale, et nad mõistaksid refleksiooni ja lahenduste tähtsust, vastandina kalduvusele suruda alla oma negatiivseid mõtteid, tundeid, mälestusi või hirme. Mõista tuleb ka ohtu, mis kaasneb sellega, kui lahendamata konfliktid pühitakse vaiba alla.

Saate korraldada ka järgmisi harjutusi.

- Mis aitab inimestel õppida (takistuste vastandid)? Tehke kõigist pähe tulevatest õppimist takistavatest asjadest nii pikk nimekiri kui võimalik. Jagunege kolmeliikmelistesse rühmadesse ja kirjutage takistustele vastandid.
- Põrgulik ja taevalik koolitaja – tööintervjuu harjutus.
- Töötage paarides või väikestes rühmades. Paluge kellelgi võtta põrguliku koolitaja roll ja viia läbi intervjuu. Laske tal kirjeldada ennast ja viisi, kuidas ta töötab.
- Laske põrgulikel koolitajatel oma rollidest loobuda. Looge koos taevalik koolitaja.
- Õpetajad/juhid, keda olen imetlenud: valige üks ja võtke selle inimese roll. Las keegi intervjuuerib teid. Loobuge rollist ja valige olukord, kus soovite temalt tuge või soovite olla tema. Looge sellest olukorrast stseen.

Loeng iseseisvast õppimisest (teooria)

Iseseisvat õppimist ja Wheelani/Tuckmani võrreldakse ainult refleksiooni eesmärgil. See ei ole tõsi igas olukorras, kuid selle üle tasub mõtiskleda.

| | Õppija | Õpetaja |
|---|-----------|-----------------------|
| 1. etapp | Sõltuv | Autoriteet, nõustaja |
| Näited: nõu andmine vahetu tagasiside kaudu. Harjutused. Informatiivsed loengud. Puuduste ja vastupanu ületamine. | | |
| 2. etapp | Huvitatud | Motivaator, teejuht |
| Näited: inspireeriv loeng ja juhitud arutelu. Eesmärkide seadmine ja õppimisstrateegiate kasutamine. | | |
| 3. etapp | Kaasatud | Abistaja |
| Näited: õpetaja aitab pidada arutelu ja osaleb selles võrdsena. Seminarid. Rühmaprojektid. | | |
| 4. etapp | Iseseisev | Nõustaja, delegeerija |
| Näited: praktika, lõputöö, individuaalne töö või iseseisev õpirühm. | | |

Mõõtmed: motivatsioon, enesekontroll, enesejälginimine, enesekindlus.





LÕUNAPAUUS

Kiire refleksioon

F. ÕPETAJA ROLL

45 min

Loeng rühma arengu ja õpetaja rolli seosest

| | Õppija | Õpetaja | Wheelan/Tuckman |
|---|-----------|-----------------------|---|
| 1. etapp | Sõltuv | Autoriteet, nõustaja |  Kujunemine  Tormlemine  Kohanemine  Efektive koostöö tegemine |
| Näited: nõu andmine vahetu tagasiside kaudu. Harjutused. Informatiivsed loengud. Puuduste ja vastupanu ületamine. | | | |
| 2. etapp | Huvitatud | Motivaator, teejuht | |
| Näited: inspireeriv loeng ja juhitud arutelu. Eesmärkide seadmine ja õppimisstrateegiate kasutamine. | | | |
| 3. etapp | Kaasatud | Abistaja | |
| Näited: õpetaja aitab pidada arutelu ja osaleb selles võrdsena. Seminarid. Rühmaprojektid. | | | |
| 4. etapp | Iseseisev | Nõustaja, delegeerija | |
| Näited: praktika, lõputöö, individuaalne töö või iseseisev õpirühm. | | | |

Harjutus.

Looge kuju / lühike vinjett rühma arengu etappidest ja rühma suhtelisest juhust. Võite kasutada ka toole. Asetage iga etapi jaoks põrandale toolid või toolidest tehtud kuju ning võtke jäljendamise kaudu toolide roll.

D. KONTAKTÕPE vs. VEEBIÕPE

45 min

Kontaktõpe

- Õppeprotsess
- Rühmaprotsess
- Isikliku arengu protsess

Veebiõpe

- Tehniline produtsent

KOHVIPAUS

1. MOODULI REFLEKSIIONID

45 min

- Mis põhjustab paanikat? Mis aitab mugavustsoonist välja tulla? (reflekteerige 3–4-liikmelistes rühmades, tehke märkmeid; 20 min)
- Refleksioon protsessi kohta (reflekteerige 3–4-liikmelistes rühmades, tehke märkmeid; 20 min)
 - Üllatused (mis teid üllatanud on?)
 - Õpitulemused (mida te õppisite?)
 - Rahulolu (millega te rahul olete?)
 - Väljakutsed (milliseid väljakutseid olete saanud?)
 - Avastused (mida olete avastanud?)

KODUSED ÜLESANDED

- Kirjutage 24 tunni jooksul pärast mooduli läbimist üles järgmine.
 - Mida kavatsete sel korral õpitust rakendada/kasutada (nt alustada midagi uut, midagi lõpetada, midagi jätkata)?
 - Mis oli selle mooduli juures kõige parem/tähtsam?
 - Mis ei olnud nii hea, mida tuleks muuta?
- Kirjutage hiljemalt 24 tundi enne järgmist moodulit üles järgmine.
 - Kasutage midagi 1. seansilt ja reflekteerige selle üle kirjalikult (nt mida kasutasite? Mis aitas? Mis ei töötanud? Kui ei kasutanud, siis miks mitte? Kas saite mõne näpunäite?)

MATERJALID

Rühma areng

Bruce Tuckman oli Ameerika psühholoogiaprofessor, kes tuli oma varasematele uuringutele ja kogemustele tuginedes välja teooriaga, mida nimetatakse Tuckmani rühma arengu etappideks. See koosneb neljast lineaarsest etapist: kujunemine (forming), tormlemine (storming), kohanemine (norming) ja efektiivse koostöö tegemine (performing) ning millele ta lisas hiljem ka rühma laialiminemise (adjourning) etapi. Tuckmani ja teiste uurimuste põhjal lõi Susan Wheelan rühma arengu integreeritud mudeli (Integrated Model of Group Development ehk IMGD). IMGD on väga sarnane Tuckmani mudeliga.

Selle viis etappi on järgmised.

1. Kujunemine (sõltuvus ja kaasamine).
Selles etapis koguneb rühm kokku ja õpib üksteist tundma ning sõltub väga juhust. Usaldus on väike.
2. Tormlemine.
Inimesed tunnevad end turvalisemalt ning avavad ennast ja jagavad oma väärtusi. Tekivad konfliktid, mis on paratamatu. Samuti tuleb ette konflikte rühmaliikmete rollide üle. Juht on endiselt väga tähtis, kuid tema rolli vaidlustatakse. Juhi ülesanne on konfliktide haldamine. Tuletage meelde varasemat Buddha trikki. Konfliktid ja konfliktidega toimetulek on osa rühma küpsemisest.
3. Kohanemine
Rühmas hakkab tekkima usaldus ning nii ametlikud kui ka mitteametlikud rollid. Üha enam keskendutakse rühma eesmärkidele ja ülesannetele. Juht ei anna enam nii palju käsklusi. Temast on saanud pigem juhendaja.
4. Efektiivse koostöö tegemine
5. Rühma töö on saavutanud tõhususe tipu. Konfliktid on harvemad ja kui neid üldse tekib, on need rohkem seotud ülesannete ja sellega, kuidas asju teha.
6. Laialiminemine
See etapp on seotud rühma laialiminemisega, kui projekt või kursus on lõpetatud või tööd hakatakse ümber korraldama. Inimesed suhtuvad lõppudesse erinevalt ja hea lõpu tagamiseks on vaja teha veidi tööd: selleks peab olnud tähistama ja andma ruumi hüvastijätuks.

Esitlus on kopeeritud veebilehelt :

<https://www.hyperisland.com/blog/creating-effective-teams-the-detailed-curation>

On külluslikult uuringuid, millest selgub, et enamik meeskondi areneb sarnase mustri järgi. Kuigi iga meeskond on ainulaadne, on olemas äratuntavad arenguetapid, millest igaühel on kindlad tunnused. Esiteks tuleb neid ühiseid meeskonnaarengu mustreid teadvustada.

Kõige põhjalikum meeskonna arengu mudel on eespool mainitud rühma arengu integreeritud mudel (IMGD). Selle töötas välja Susan Wheelan ja see põhineb paljude teiste teadlaste tööil.

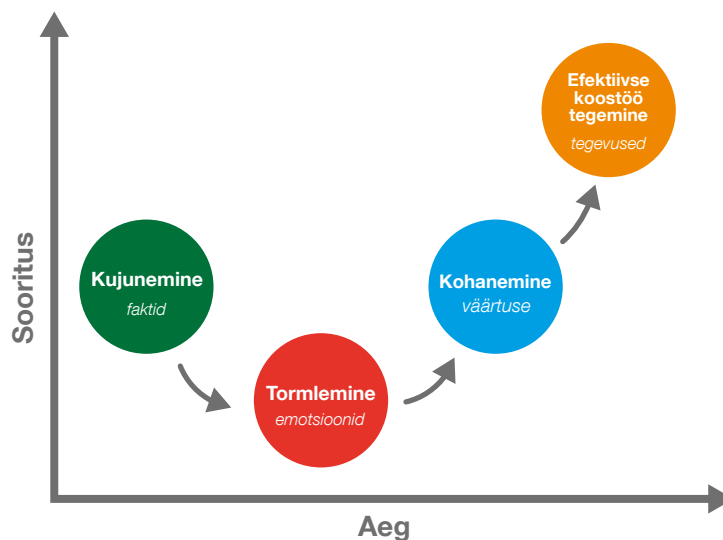
Mudeli järgi areneb meeskond neljas põhietapis

Esiteks sõltuvuse ja kaasamise etapp, kus meeskond saab kokku ja hakkab koos töötama. Kuna suhted on uued ja struktuure või usaldust on veel vähe, sõltuvad liikmed ametlikust juhist ning on suures osas keskendunud enda turvalise ja kaasatuna tundmisele. Seda etappi nimetatakse mõnikord ka kujunemisetapiks.

Teiseks sõltuvusele vastuseisu ja võitluse etapp, kus meeskonnaliikmed tunnevad end piisavalt turvaliselt, et end avatult väljendada, üksteisega vaielda ja juhi rolli kahtluse alla seada. Konfliktid on selle protsessi vältimatu osa, kuid neid on vaja, et tekitada edasiliikumiseks usaldust ja avatust. Mõnikord nimetatakse seda tormlemisetapiks.

Kolmandaks usalduse ja struktuuri etapp, kus meeskond on peamiste konfliktidega toime tulnud ning kohanenud vaatenurga-, isiksuste jm erinevustega. Nüüdseks tunnevad liikmed meeskonna vastu suurt usaldust ja pühendumust. Struktuur ja rollid arenevad ning meeskond vajab töö tegemiseks vähem käskivat juhtimist. Seda etappi nimetatakse mõnikord kohanemisetapiks.

Neljandaks töö ja tootlikkuse etapp, kus meeskonnas on kõrge usaldustase ja kindel struktuur, lahendatud on silmapaistvamad pinged ja peaaegu kogu energia on suunatud tootlikule tööle. Siin on meeskond muutunud väga iseseisvaks ja neil on rohkem kasu juhendavast kui käskivast juhtimisstiilist. Mõnikord nimetatakse seda efektiivse koostöö tegemise etapiks.



Lõpuks saadetakse rühm laiali, mis ei ole eraldi arenguetapp, kuid siiski tähtis osa meeskonna protsessist. Meeskonna tahtlik lõpetamine aitab tagada, et liikmed saavad kätte kõik vajalikud teadmised ja hõvasti jätta. Mõnikord nimetatakse seda ka laialiminemisetapiks.

Etapid on eri meeskondade jaoks erinevad. Need ei esine ilmtingimata lineaarselt. Paljud meeskonnad takerduvad ja mõnikord taandarenevad enne edasiliikumist. Kuid üldine muster on meeskondades väga levinud ja kui sellele tähelepanu pöörata, hakkate seda tõenäoliselt ära tundma.

Nüüd süveneme igasse etappi rohkem. Toon välja väärtusliku lugemismaterjali ja kasulikud töötoameetodid, mida etappides rakendada.

Kujunemine

Esimest etappi iseloomustab tugev vajadus ohutuse ja kaasatuse järele ning rühm sõltub juhust. Liikmed püüavad üksteist tundma õppida, nad on viisakad, nad järgivad reegleid, võtavad vähe riske ja otsivad rühmast kaasatust. Konfliktid on selles etapis üsna haruldased.

Meeskonna arengu toetamiseks on tähtis luua usalduslik õhkkond, milles liikmed tunnevad end enda arvamuse avaldamiseks piisavalt turvaliselt. Tim Leberecht uurib seda ideed juhi vaatenurgast oma artiklis [Leaders Win Trust When They Show a Bit of Humanity](#).

Ta kirjutab:

„Võime arvata, et me tahame, et meie juhid oleksid masinad või kangelased. Kuid on võimatu usaldada inimest, kes on alati mõistlik, tõsine ja kindlameelne ... Julge näidata ennast mitmekülgse olendina.“ Selles etapis hakkab kujunema meeskonna kultuur. Selle üle arutlemine aitab kultuuri toetada. Järgmises artiklis esitavad Rhys Newman ja Luke Johnson tähtsaimad suunised tervisliku ja õnneliku rühmakultuuri jaoks, mille hulka kuuluvad lihtsad asjad, nagu iga päev tere hommikust ja head õhtut ütlemine, koos toidu valmistamine ja juhirolliga inimese vahetumine.

Lugege seda siit: [No Dickheads! A Guide To Building Happy, Healthy, and Creative Teams](#)

Tööriist: kas meeskond, kuhu te kuulute, on selles etapis? Isiklike esitluste meetod on lihtne ja võimas viis, kuidas uus meeskond saab lugusid jagades luua usaldust ja avatust. Meetodi leiatae Hyper Islandi tööriistade hulgast. Kas usaldust ja avatust on piisavalt? Sellisel juhul võib meeskond olla järgmises, tormlemisetapis.

Tormlemine

Teist etappi iseloomustavad pinged ja konfliktid. See võib esineda mitmel kujul, kuid on põhimõtteliselt vältimatu. Kuna liikmed tunnevad end kindlamalt ja usaldavamalt, avavad nad ennast. Ja see näitab erinevusi isiksustes, vaatenurkades, väärtustes jne. Sageli on selle etapi esimene märk juhirolli kahtluse alla panek. Samal ajal tekivad pinged ülesannete ja eesmärkide tõlgendamisel. Siinkohal mõtlevad liikmed: kui palju ma saan teisi mõjutada? Kui palju ma luban ennast teistel mõjutada?

Vabastav arusaam on see, et konflikt on iga rühma arengukõvera vältimatu (ja tootlik) osa. Olgu konfliktid tulised ja avalikud või vaiksed ja diplomaatilised ... me kõik läbime selle etapi. Ja see on sageli etapp, kus enamusel puuduvad head tööriistad.

Selle etapi läbimise võti seisneb konfliktide aktsepteerimises ja käsitlemises, mitte nende mahasurumises.

[Mark de Rond](#) kirjutab lühikeses artiklis kolmest võimalusest, kuidas konfliktidega harjuda.

Ta kirjutab:

„Segamini ei tohiks ajada seda, millisena asjad tunduvad ja millised need tegelikult on. See, mis tundub probleemne, võib praktikas täitsa tõhusaks osutuda.“

Isiklikul tasandil võib see etapp olla pingeline, kutsudes esile palju emotsioone ja reaktsioone. Üks tõhus taktika on olla eriti tähelepanelik oma tunnete, mõtete ja käitumise suhtes. Mudel „sündmus + reaktsioon = tulemus“ on lihtne viis olla teadlikum sellest, kuidas teie reaktsioonid teie igapäeva elu mõjutavad. Vt ka Julie Zhuo artiklit [5 Hard Questions to Ask Yourself During a Conflict](#) by Julie Zhuo.

Tööriist: Kas teie meeskond tormleb? Üks kasulikumatest asjadest selles etapis on suhtlemine. See kõlab lihtsana, kuid tööpoolest toimib. See meeskonna refleksiooni meetod on hea vahend struktureeritud meeskonnaveestluseks – ausa ruumi loomiseks, et pingeid välja mängida ja lõpuks edasi liikuda.

Kohanemine

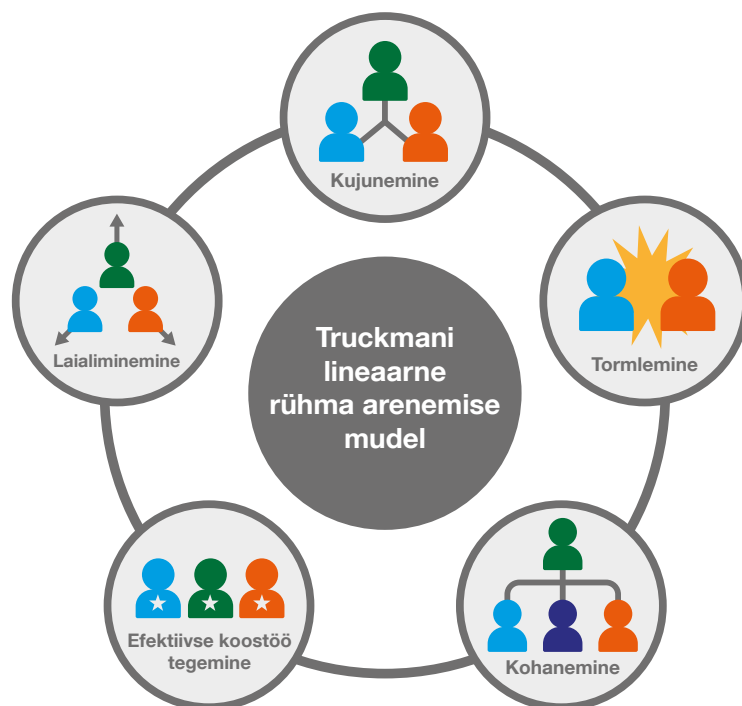
Rühm liigub kolmandasse etappi pärast seda, kui teise etapi hõõrdumine väheneb ning meeskonna-liikmetel tekib pühendumus- ja usaldustunne, mis hõlmab ka erisusi. Seda etappi iseloomustab eelkõige keskendumine tööle, küpsed läbirääkimised rollide, struktuuri, meetodite jne üle, meeskonnavaimu suurenemine ja väiksem vajadus käskiva juhtimise järele. Konflikte juhtub ikka, kuid nüüd on nendega tänu usaldusele ja normidele lihtsam tegeleda. Mõnes mõttes iseloomustab seda etappi põnevus tormlemisetapi läbimise üle. Keskendutakse palju meeskonna ühtsusele, meeskonna identiteedile, tekib isegi hoiak „Me oleme parimad!“. Selles etapis teevad meeskonnad palju rohkem tööd kui eelmises kahes etapis. Meeskonna arengut kiirendab jätkuv struktuuri tugevnemine ja usalduse suurenemine. Arutletakse uuesti meeskonna kultuuri üle, optimeeritakse töötavasid ja õpitakse üksteist rohkem tundma.

Selles etapis saab arengut kõige paremini stimuleerida tagasiside kaudu. Tagasiside toimib nagu peegel: üksikisikud näevad oma käitumist ning kuidas see mõjutab teisi positiivselt ja negatiivselt. Meeskond aga mõistab paremini, kui tõhusad on struktuurid, tavad ja rollid ning kuidas saab neid täiustada. Tagasiside järgi tegutsemine võib olla aga keeruline. Nate Kettlei artiklis [Making Feedback Happen](#) on antud lihtsaid ja praktilisi suuniseid tagasiside andmiseks ning artiklis selgitatakse väga hästi, miks on tagasisidet vaja. Lugege seda. Proovige seda.

„Enamikule meist tundub veider saada oma tegevuse kohta struktureeritud tagasisidet nn eakaaslaselt, inimeselt, kelle kõrval sa istud, aga kes ei ole su ülemus. Kui saada aga sellest tajutud ebamugavusest üle, võib see aidata sul ja su ettevõttel areneda.“

Suurepäraseid tähelepanekuid ja praktilisi näpunäiteid usalduse ja struktuuri loomise kohta on kirjeldanud ka Stefan Klocek artiklis „Better together; the practice of successful creative collaboration“.

Tööriist: tööriistakastis on mitu tööriista, millega harjutada meeskonnas tagasiside andmist. Kui olete juba proovinud ülaltoodud artiklis kirjeldatud meetodit ja otsite midagi uut, katsetage „tagaselja“ tagasiside andmist. Selle meetodi puhul istub üks inimene seljaga ülejäänud meeskonna poole, misjärel hakkab ülejäänud meeskond rääkima, kuidas nad seda inimest hindavad, nagu inimest ei oleks ise ruumis. Kõlab ebamugavalt? Alguses võib see seda tõesti olla. Kas see on võimestav? Iga kord.



Efektiivse koostöö tegemine

Palju õnne! Neljandas etapis saab meeskond tõeliselt jalad alla. Isegi kui rühm on varasemate etappide jooksul tööd teinud, on osa energiast alati suunatud teistele asjadele (üksteise tundmaõppimisele, konfliktide lahendamisele, struktuuri tugevdamisele jne). Nüüd saab meeskond investeerida kogu (või vähemalt enamiku) energia töö tegemisse.

Selles etapis on meeskonnad loomingulisemad ja õnnelikumad. Nad on konfliktidega harjunud ja lahendavad need kergesti. Tänu üksteise täielikule usaldamisele on nad ka paindlikumad. Suheldakse vahetult ja avatult.

Selles etapis vajavad meeskonnad väga vähe käskivat juhtimist. Nad on isemajandavad ja neid toetab kõige paremini juhtimisstiil, mis julgustab meeskonda ja aitab liikmetel ületada takistusi iseseisvalt.

Tulemuslike meeskondade saladusi on uuritud mitmes põnevas uuringus.

MIT professor Alex Pentland kirjeldab ühe ulatusliku uuringu tulemusi raamatus [The New Science of Building Great Teams](#). Tema peamine järeldus on see, et meeskonna tõhusust ennustavad liikmete suhtlusmustrid. Kõige tõhusamaid meeskondi iseloomustavad mõned ühised tegurid. Näiteks liikmed räägivad ja kuulavad enam-vähem võrdselt, nad suhtlevad üksteisega otse, mitte ainult meeskonna juhi kaudu, nad peavad üksteisega kõrvalvestlusi ja nad võtavad korrapäraselt pause, uurivad olukorda väljaspool meeskonda ja toovad teavet tagasi. [Teises uuringus](#) leiti, et edukaks tegi meeskonna ka teiste emotsioonide lugemise võime ja naiste arv.

Tööriist: suhtlemisele ja meeskonnakultuurile peavad aega kulutama ka kõige tõhusamad meeskonnad. [Aktiivse kuulamise](#) meetod on suurepärase võimaluse anda kaaslastele aktiivselt tagasisidet. Selle tööriista abil saavad liikmed tähtsaid küsimusi lahendades ja tööprobleemidega tegeledes üksteist toetada.

Laialiminemine

See ei ole päris samasugune etapp nagu teised, kuid meeskonna lõpp on siiski selle elutsükli tähtis osa. Nagu teistegi hetkedega elus, mil miski saab otsa, võib ka meeskonna laiailiminekuga kaasneda kaotustunne ja kurbus. Tähtis on võtta aega ja ruumi otste kokku tõmbamiseks ja olukorraga leppimiseks. Meeskonnale selge lõpu tegemine aitab liikmetel olukorraga leppida. Samuti annab see võimaluse meeskonna tööd hinnata ja jagatud kogemustest õppida. Võtke projekti otsi kokku tõmmates aega, et hinnata, reflekteerida, anda tagasisidet ja tähistada ...

Suurepärase meeskondade loomiseks ei leidu ideaalset valemit. Kuigi võime soovida, et meil oleksid lihtsad suunised, mida järgida, on meeskonna areng tihti ebamäärane ja keerukas – ehk inimlik. Ehkki meil ei ole meeskonnatöö arendamiseks kindlat lahendust, saame palju õppida selle kohta, kuidas meeskonnad tavaliselt arenevad ja milliste suurepärase tööriistadega seda toetada. Meeskonnatööga seotud uuringutele, teadmistele ja tööriistadele tuleks rohkem tähelepanu pöörata. Mida rohkem me meeskonnatöö kohta õpime, seda õnnelikumad, tervemad ja tõhusamad me oleme.

Iseseisev õppimine

Iseseisev õppimine ja rühmasuhted

Iseseisev õppimine on protsess, kus õppija võtab endale vastutuse oma õpieesmärkide ja -vahendite eest, et täita isiklikke eesmärke või individuaalselt tajutavaid nõudmisi (Morris, 2019). Selles definitsioonis kirjeldatakse õppijat kui õppe põhilist ressursi. Õppimise võimalusi ja mõju saab suurendada sotsiaalsete suhetega, st teiste õppijate kaasamisega, mis toetavad iseseisvat õppimist.

Selles projektis kasutatavad Moreno loomingulised tegevusmeetodid põhinevad psühho- ja sotsiodraama ning sotsiomeetria teorial ja meetodikal. Psühhodraama ja sotsiomeetria kaks peamist eesmärki on järgmised (Moreno, 1946, 1953):

1. suurendada ja tugevdada üksikisikute ja rühmade iseseisvust;
2. muuta sotsiaalseid suhteid nii, et üksikisikute potentsiaal avalduks parimal võimalikul viisil.

Mõlemad eesmärgid on seotud iseseisva õppimisega. Üksikisikute iseseisvus tähendab seda, et nad teevad valikuid oma sisemiste vajaduste ja lootuste põhjal. Inimesed saavad teadlikult aktiveerida ja luua suhteid, mis aitavad neil oma vajadusi täita. Selleks et see toimuks võimalikult ulatuslikult, peab üksikisik olema võimeline teadlikult valida ja aktiveerima sotsiaalseid rolle, mis on tähtsad just praeguses olukorras ja kontekstis. Selline rolliteadlikkus viitab võimele mõista konkreetset kontekstis või olukorras omaenda rolli ning tegutseda kooskõlas oma vajaduste ja lootustega.

Sotsiaalsed suhted rühmas suurendavad või pärsivad inimese võimalusi valida rolle, mis toetavad tema õppimisvajadusi parimal võimalikul viisil. Sotsiomeetrilised harjutused aktiveerivad ja loovad rühma liikmete vahel suhteid, mis mitmekesistavad rühma ja seovad liikmeid üksteisega. Kui see juhtub, on tõenäolisem, et rühmas on sotsiaalseid suhteid, mis aitavad õppijate potentsiaalil avalduda.

Nende sotsiomeetriliste harjutustega õpivad rühmaliikmed üksteist tundma mitmest küljest, mis on seotud a) osalejatega üldiselt, b) kogu rühma õpieesmärkidega ja c) õppeprotsessiga.

Iseseisev õppimine on pädevus, mida saab õppida ja uurida rühmades ja rühmasuhetes.

Viited:

Moreno, J.L. (1946). Psychodrama First Volume. New York: Beacon House.

Moreno, J.L. (1953) Who Shall Survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and sociodrama. New York: Beacon House.

Morris, T.H. (2019) Self-directed learning: a fundamental competence in a rapidly changing world, International Review of Education, 65 (4), pp. 633-653.

Järgmine tekst pärineb aadressilt

<https://www.edutopia.org/discussion/how-put-self-directed-learning-work-your-classroom>

„Kuidas rakendada klassiruumis iseseisvat õppimist (õpikeskkond)?“

Lisa Petro

14. aprill 2017, uuendatud 11. aprillil 2017

Iseseisev õppimine ei ole uus trend. Seda on rakendatud kognitiivse arengu (Aristoteles ja Sokrates) algusest peale ning ilma selleta ei ole sügav mõistmine ja tõhusus võimalikud. Olles teadlik sellest, millist kuju saab iseseisev õppimine klassiruumis võtta, ja toetades seda õppimise lahutamatu osana, saame luua õpilastele õpikogemuse, mis on pähe õpitud teadmiste tuimast kordamisest sisukam ja kauakestvam. Iseseisev õppimine on elu osa.

Mis on iseseisev õppimine?

Esimesed modernsed ametlikud iseseisva õppimise teooriad pärinevad progressiivsest haridusliikumisest ja John Deweylt, kes uskus, et kogemus on hariduse nurgakivi. Õpilased omandavad teadmisi kõige tõhusamini, kui nad lõimivad isiklike tõlgenduste ja õpitava aine põhjal nii varasemad kui ka praegused kogemused. Seda arvestades on õpetaja roll olla teejuht, kes toetab õpilasi ümbritseva maailma uurimisel, uurimisküsimuste sõnastamisel ja hüpoteeside katsetamisel.

Tänapäeval on olemas mitmesuguseid haridussüsteeme, mis hõlmavad pedagoogikana iseseisvat õppimist ja põhinevad ideel, et kõik inimesed saavad ja peaksid vastutama oma kognitiivse arengu eest. Märkimisväärsed mudelid on demokraatlikud vabakoolid ja programmid, nagu Demokraatliku Hariduse Instituut (Institute for Democratic Education in America, IDEA) ja Sudbury kool, mis keskendub haridusvabadusele, demokraatlikule juhtimisele ja isiklikule vastutusele.

Iseseisev õppimine võib hõlmata lihtsalt uue teabe avastamist ja selle üle kriitiliselt mõtlemist, aktiivset osalemist õpikogukonnas ja sellesse panustamist või hoopiski oma õpitee kujundamist ning ressursside, juhendite ja teabe valimist.

Kuidas saan seda rakendada?

Olenemata sellest, kuidas te otsustate iseseisvat õppimist õpikeskkonnas rakendada, on olemas mitu meetodit, mida õpetajad ja vanemad saavad kasutada õppijate omanditunde ja vastutuse suurendamiseks ning nende toetamiseks oma õpitee kujundamisel.

Kriitiliselt mõtlemine

Iseseisva õppimise kõige väärtuslikum ressurss on võime olla teadlik iseendast ja ümbritsevast maailmast ning uurida mõlemat sügavalt. Kuigi kriitilist mõtlemist saab tõlgendada mitut moodi, on see Robert Ennise järgi „mõistlik, reflekteeriv mõtlemine, mis keskendub sellele, mida uskuda või teha“ (Ennis, 1996, lk 166). Õpetajad rakendavad klassiruumis kriitilist mõtlemist tavaliselt kuue küsimuse kaudu: mis, miks, kes, millal, kus ja kuidas.

Kuid selleks, et olla iseenda õppe eest vastutav kriitiline mõtleja, on vaja enamasti kui küsimuste esitamist. Kriitiliseks mõtlemiseks on vaja järgmisi sügavamaid oskusi:

- teadlikkus oma huvidest ja reaktsioonidest;
- sisu usaldusväärsuse kaalumine;
- avatus uutele teabeallikatele ja vaatenurkadele;
- enda arendamine tunnete, teabe ja uute avastuste põhjal.

Kuidas seda klassiruumis kasutada?

Selle asemel, et öelda õpilastele, kuidas nad peaksid õppima, võiks seda hoopis toetada tööriistade abil, mis edendavad disainmõtlemist. Pakkuge õpilastele võimalusi mõelda õpitava kohta ise kriitilisi küsimusi välja. Võite alustuseks küsida näiteks: „Mida te peaksite teadma selle info, sündmuse, vaatenurga jne kohta?“ või „Milliseid küsimusi peaksime küsima, et saada rohkem teada või vaadata seda teemat uuest küljest?“

Ressursside leidmine

Kui õpilased väljendavad huvi konkreetse teema, oskuse või sündmuse vastu, võib neil olla raske teada, kust õppimist alustada. Õpilaste ja nende õpioskuste arenedes tekivad uued küsimused ja vaja on uusi ressursse. Ressurssideks võivad olla juhendajad või mentorid, kellel on teadmised konkreetses valdkonnas, samuti info ja meedia, õppeprogrammid või kognitiivse raamistiku loomiseks vajalikud protsessid ja sammud.

Ressursside leidmise ning uue info ja võimaluste avastamise kogemus on nakkav. Mida rohkem tunnevad õpilased uhkust selle üle, et nad said ise hakkama, seda innukamad on nad edasi õppima, korrates sellist avastamismustrit ka uute huvide ja teemade puhul.

Kuidas seda klassiruumis kasutada?

Kui õpilane väljendab näiteks huvi keelte vastu, suunab kool õpilase keelekursusele, kuid keele tõeliseks kogemiseks ja vabaks valdamiseks kursusest ei piisa. Selleks et protsessi süveneda, on õpilastel vaja lisainfot, mis hõlmab rohkemat kui mõistmist ja analüüsimist. Kui nad teavad, kuidas ja kust infot leida, on neil juurdepääs lugematutele ressurssidele. Olemas on suurepärased veebilahendused, nagu Duolingo, reisivõimalused, nagu rahvusvaheline noortevahetusorganisatsioon AFS, või õpilaste lähedal elavad eakaaslased, kes räägivad soovitud keelt.

Keele õppimine on vaid üks valdkond, mis võib huvi pakkuda. Näiteks teisi väärtuslikke iseseisva õppimise platvorme kasutatakse avatud hariduse liikumises. Open Education Resource Commons (OER) on kirjanduse, teadustöö, õppematerjalide ja avatud kursuste kogumik, mida pakuvad mainekad institutsioonid.

Kõik OER-i ressursid on tasuta ja nende kasutamiseks ei ole vaja luba. See on uskumatult väärtuslik õpilastele, kes muidu sellistele ressurssidele ligi ei pääseks.

Teabe kontrollimine

Valeuudised, mille on sensatsiooniks teinud meedia ise, ei ole tingimata uus nähtus, vaid levib kohutava kiirusega koos asjade internetiga. Iseseisvalt õppides on hädavajalik teada, kuidas mõelda kriitiliselt ja leida teabeallikaid, ent kui õpilased ei tea, kuidas allikaid kontrollida, võivad nad eksiteele sattuda.

Selleks et aidata inimestel seda probleemi lahendada, on saidid nagu Facebook hakanud sotsiaalmeedias uudisteallikaid kontrollima. Teised saidid, nagu Snopes, kontrollivad vaeuudiste avastamiseks fakte. Kuigi need meetmed võivad olla kasulikud, ei tohiks iseseisvad õppijad lasta sellistel allikatel nende eest kogu tööd ära teha. Institutsioonid nagu Georgetowni ülikool pakuvad õpilastele võimalusi kontrollida oma allikate usaldusväärsust (vt allpool). Pidage meeles, et isegi vaeuudised põhinevad kellegi arvamusel ja toetavad kellegi reaalsust.

Kuidas seda klassiruumis kasutada?

Üks suurepärane võimalus, kuidas uurida eri vaatenurkade allikaid ja mõju, on olla esitatud teabe suhtes kriitiline. Iseseisvad õppijad peaksid looma viisi teabe hankimiseks ja selle kaalumiseks, mis juhtuks, kui põhineda ideede ja vaatenurkade loomisel just sellele teabele. Kuidas see klassiruumis välja näeks? Võite luua tegevusi, mis aitavad õpilastel mõju kaaluda, võttes arvesse võimalikke tulemusi. Võite kaaluda eri vaatenurki mõttekaardi või infograafika kaudu. Õpilased saavad üksteise kaarte võrrelda, et aidata neil leida erinevusi. Kasutada võib ka refleksiivseid tegevusi, nagu päeviku pidamist ja dialoogi, mis aitab uurida teabe emotsionaalseid tagajärgi ning mõju sotsiaalsetele olukordadele ja kollektiivsele keskkonnale.

Kogemuste jäljendamine

Kui iseseisev õppija teab, kuidas mõelda kriitiliselt, leides ressursse, mis toetavad nende kasvu ja arengut, ning kontrollides allikate kehtivust ja uurides nende mõju, peavad nad olema võimelised jäljendama sama protsessi uuesti. Nagu ka Bloomi taksonoomias, hõlmab sügavam õppimine meie võimet luua uusi seoseid, mis omakorda annavad meile uut teavet.

Kuidas seda klassiruumis kasutada?

Leidke viise kriitiliste harjutuste kaudu tehtud otsuste jäljendamiseks ja katsetamiseks. Lubage õpilastel hüpoteese seada ja neid kontrollida, nagu on omane kogemuslikule ja probleempõhisele õppimisele. Mõelge järgmistele uurimissuundadele.

- Kuidas saavad õpilased oma järeldusi ohutult ja vastutustundlikult uurida?
- Kuidas saavad õpilased oma õpikogemusi tugiraamistikuna kasutada, et proovida uusi interaktsiooni- ja avastamisviise?
- Kuidas saame õpilasi katsetamise käigus toetada ja aidata neil ära tunda hetki, mil nad eiravad teisi, on erapoolikud või diskrimineerivad?
- Kuidas saame õpetajatena pakkuda õpilastele ruumi proovida uusi teooriaid ja identiteete, ilma et me neid nende otsuste või arvamuste eest häbimärgistaksime, sildistaksime või kritiseeriksime?

Tugev õpikogukond toetub iseseisvatele õppijatele, kes aitavad üksteist toetada, tõsta ja võimestada. Selleks et olla kaasav ja uuendusmeelne, peavad kõik õppijad (nii õpilased kui ka õpetajad) teadma, kuidas õppida ja kuidas tõhusalt koostööd teha, võttes vastutuse oma panuse eest. Iseseisev õppimine jätkub ka siis, kui me ei ürita seda õppekavasse suruda, kuid õppekava, mis toetab ja innustab iseseisva õppimise kaudu kavatsuslikku tegevust, muudab meie kogukondi sügavuti.

<http://www.library.georgetown.edu/tutorials/research-guides/evaluating-internet-content>

| | Õppija | Õpetaja |
|--|---------------|-----------------------|
| 1. etapp | Sõltuv | Autoriteet, nõustaja |
| Näited: nõu andmine vahetu tagasiside kaudu. Harjutused. Informatiivsed loengud. Puuduste ja vastupanu ületamine. | | |
| 2. etapp | Huvitatud | Motivaator, teejuht |
| Näited: inspireeriv loeng ja juhitud arutelu. Eesmärkide seadmine ja õppimisstrateegiate kasutamine. | | |
| 3. etapp | Kaasatud | Abistaja |
| Näited: õpetaja aitab pidada arutelu ja osaleb selles võrdsena. Seminarid. Rühmaprojektid. | | |
| 4. etapp | Iseseisev | Nõustaja, delegeerija |
| Näited: praktika, lõputöö, individuaalne töö või iseseisev õpirühm. | | |

Mõõtmed: motivatsioon, enesekontroll, enesejälginine, enesekindlus.

„Iseseisva õppimise mudel“, G. Grow, Barbara Stokes; „Iseseisva õppimise mudeli neli etappi“

3. PÄEV

Õpitulemused

Teadmised:

- mõistab loominguliste tegevusmeetodite kasutamise põhimõtteid ja sotsiomeetriat;
- mõistab tegevusmeetoditel ja sotsiomeetrial põhinevat õppeprotsessi;
- mõistab õpetaja rolli sisu õppija 3. etapis.

Oskused:

- oskab toetada õppimist, kasutades tegevusmeetodeid ja sotsiomeetriat;
- oskab rahuldaval tasemel kasutada 2–3 loomingulist tegevusmeetodit nii üksikisikute kui ka rühmade korral;
- oskab kasutada 2–3 sotsiomeetrilist ülesannet rühmas õpishete loomiseks;
- oskab selgitada õpetaja ja õppija rolli 3. etapis.

Hoiakud:

- keskendub protsessile;
- on valmis kasutama loomingulisi tegevusmeetodeid;
- on valmis kasutama sotsiomeetrilisi ülesandeid.

PROGRAMM

TEGEVUSMEETODID JA SOTSIOMEETRILISED ÜLESANDED ÕPPERÜHMADELE

- A. Avaring, refleksioon ja soojendus
- B. Loomingulised tegevusmeetodid
- C. Moreno põhilised tegevusmeetodid
- D. Sotsiomeetrilised ülesanded
- E. Tegevusmeetodite loomine

Sissejuhatus:

- lepingu uuendamine + tehnilised kokkulepped;
- arutatavad teemad.

Avaring (veebis): kus te olete ja milline on seal ilm (väljas ja sees)?

2. valik

Kaks küsimust:

1. Kuidas oli jõuda sinna, kus te täna olete?
2. Mis valmistab teile loominguilise rühmakliima tekitamisel probleeme?
Või mis kasu on loominguilise rühmakliima tekitamisest?

Harjutus. **Kogemustekaart** (1. moodulist)

Refleksioon: kuidas kodutöö teid üles soojendas või takistas?

Soojendusmäng

„Üks tase kõrgem (üles) või madalam (alla) või sama tase“: esimene osaleja või juht viskab palli teisele osalejale ja ütleb nimisõna, näiteks „puu“, ja valib taseme. Teine osaleja vastab, näiteks „mööbel“, ja viskab palli järgmisele osalejale, kes määrab taseme ise.

- A. „Puu“ ja kõrgem tase. (Osaleja viskab palli teisele osalejale või ütleb ta nime, kui tegevus toimub veebis.)
- B. „Mööbel“ ja sama tase (teine osaleja viskab palli kolmandale osalejale).

Mäng kestab seni, kuni kõik osalejad on vähemalt korra rääkida saanud.

Refleksioon

- Mida kogesite teisel päeval ja kuidas on see seotud tänase teemaga? Jagage inimesed aruteluks väikestesse rühmadesse, misjärel teevad nad kõikidele kokkuvõtte.
- Kogemus sotsiomeetriaga. Kui kolmas päev toimub kohapeal, siis võite selles osas lasta luua spektrogramme, kui aga veebis, siis laske kogemusi jagada väiksemates rühmades ja pärast neid kõigile tutvustada.

Veebivõimalus

Füüsiline harjutus: lahkuge ekraanilt vasakus suunas ja tulge ekraanile paremalt poolt tagasi.

B. LOOMINGULISED TEGEVUSMEETODID

30 min

Loeng loomingulise tegevusmeetodist ja selle rollist rühmas.

Arutlege väikestes rühmades, mida inimesed loovuse kaanoni kohta mäletavad. Näitlikustage seda tegevustega.

Loovuse kaanoniga sidumine (1. moodulist).

Kuidas kasutada loovust õppeprotsessi kujundamiseks ja juhtimiseks? Kirjutage kolm lauset, jagage neid väikestes rühmades ja tutvustage seejärel kõigile.

KOHVIPAUS

C. MORENO PÕHILISED TEGEVUSMEETODID

90 min

Jäljendamine

Loeng jäljendamise teemal

- Tegevusi jäljendatakse selja taga.
- Helide jäljendamine: üks osaleja teeb häält ja teine jäljendab seda, misjärel vahetatakse rolle.
- Liigutuste jäljendamine: üks osaleja teeb midagi ja teine jäljendab seda samal viisil, misjärel vahetatakse rolle.

Veebivõimalus

Osalejad on jagatud paaridesse.

- Üks näitab ja teine jäljendab.
- Teine jäljendab lause või sõnaga.
- Esimene parandab vajaduse korral.
- Siis vahetatakse rolle.
 - Kivikuju
 - A võtab sisse poosi.
 - B jäljendab poosi ning ütleb, millised tunded ja mõtted tal tekkisid.
 - A räägib, mis tunded/mõtted olid tal endal algset poosi võttes.
 - Sama korratakse pärast rollide vahetamist.
 - Helide jäljendamine
 - A teeb häält.
 - B jäljendab seda heli ning ütleb, millised tunded ja mõtted tal tekkisid.
 - A räägib, mis tunded/mõtted olid tal endal algset heli tehes.
 - Sama korratakse pärast rollide vahetamist.
 - Liigutuste jäljendamine
 - A teeb mingi liigutuse.
 - B jäljendab liigutust ning ütleb, millised tunded ja mõtted tekkisid.
 - A räägib, mis tunded/mõtted olid tal endal algset liigutust tehes.
 - Sama korratakse pärast rollide vahetamist.
- Kui võimalik, võtke aega refleksiooniks.

Peegel

Loeng peegli teemal

- Mina kui sümbol: valige sümbol, andke talle samad omadused ja vaadake seejärel sümbolit kui iseennast.
- Rääkiv skulptuur:
 1. emotsioonid,
 2. mõtted,
 3. keha,
 4. hing.

Tehke neist neljast osast skulptuuri nii, et iga osa puudutab mingil moel teisi. Kui kõik osad on paigas, siis liituge ise skulptuuriga viienda osana. Jällegi peate puudutama ka teisi osasid. Kui ülesanne on lõpetatud, laske kellelgi teisel skulptuur moodustada, tunnetage seda. Vahetage rolle ja vaadake ennast justkui peeglist.

- Andke skulptuurile hääl superõpetaja või pörguliku õpetajana.

Veebivõimalus

- Valige paarides viis sümbolit:
 1. teie ise,
 2. emotsioonid,
 3. mõtted,
 4. keha,
 5. hing.
- Asetage need enda ette lauale ja moodustage neist skulptuur.
- Tutvustage üksteisele enda skulptuure.
- Kui võimalik, võtke aega refleksiooniks.

Rollivahetus

Loeng rollivahetusest

- Võtke oma õpilase roll ja rääkige oma õpetajale, kuidas ta on sel sügisel arenenud või muutunud.
- Kui võimalik, võtke aega refleksiooniks.

LÕUNAPAUUS

D. SOTSIOMEETRILISED ÜLESANDED

30 min

Sotsiomeetria loeng (vt ka 1. moodul)

- Valige viis sümbolit ja asetage need A4-lehele.
 1. sümbol – teie õpilased
 2. sümbol – loovus
 3. sümbol – teie õpetajana
 4. sümbol – teie õppijana
 5. sümbol – keerulised olukorrad koolitusprotsessis

Arutage paarides nende viie sümboli vahelist kaugust ja seost. (Seda saab teha ka pörandal.)

Veebivõimalus

Sotsiomeetrilised harjutused aadressil <https://flinga.fi/>

- Kui palju peaksin ma õppijana vastutama? (lokogramm)

E. TEGEVUSMEETODITE LOOMINE

60 min

Iseseisva õppija (1. moodul) kolmanda etapi meeldetuletus (kaasatud õppija, õpetaja on abistaja).
Paluge osalejatel tuua näiteid ja jagada kolmanda etapi õpperühmade juhtumeid.

Jagage osalejad väikestesse rühmadesse ning paluge neil luua juhtumite ja jagatud näidete põhjal lihtsaid tegevusmeetodeid (mäng/ülesanne).

1. Üks rühm tegeleb peegeldamisega.
2. Teine rühm tegeleb jäljendamisega.
3. Kolmas tegeleb rollivahetusega.
4. Neljas tegeleb sotsiomeetriliste ülesannetega.

(KUI õpe toimub kohapeal, saame pakkuda abistavaid esemeid: salle, palle jne).
Seejärel tulevad kõik uuesti kokku ja iga alarühm korraldab oma mängu/ülesande.

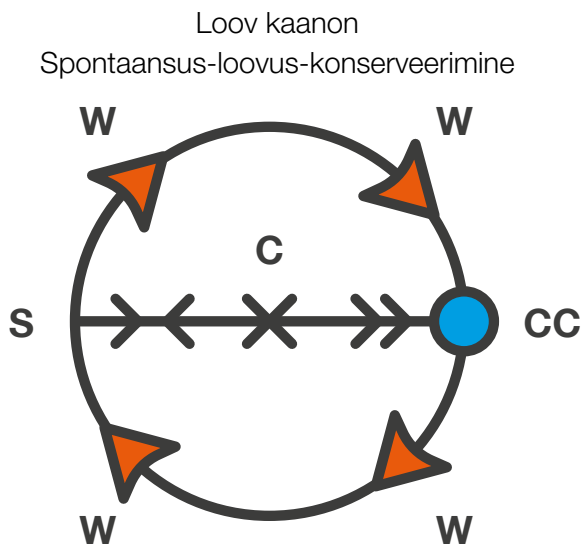
KOHVIPAUS

Looge omaduste kaart endale ja seejärel koolitajale, kes koolitust korraldab. Seejärel võrrelge neid ja otsige ressursse, mis aitavad teil vajalike omadusi arendada.
Kuidas saan õpetades kasutada ...?

Päeva lõpp, kokkuvõte.

MATERJALID

Loomingulised tegevusmeetodid



J. L. Moreno töötas välja inimesi julgustavad ja neid õppeprotsessi kujundamiseks kaasavad viisid: loomingulised tegevusmeetodid.

Need julgustavad inimesi kasutama oma loomupärast spontaansust, valides teadlikumalt, kuidas nad maailmas ringi liiguvad ja käituvad, kuidas nende käitumine mõjutab teisi ja teiste käitumine neid. Eriti tähtis on märkida, et loomingulised tegevusmeetodid on rühmatundide lahutamatu osa, sest inimene on tegutsedes (töötades) palju edukamalt võimeline õppima uusi käitumismustreid, reageerima oma emotsioonidele või looma seoseid, eriti kui see juhtub teiste rühmaliikmetega suhtlemisel turvalises keskkonnas.

„Spontaansus ja loovus kuuluvad seega eri kategooriatesse; loovus kuulub sisu kategooriasse – see on sisu alus –, spontaansus aga katalüsaatori kategooriasse – see on katalüsaatori alus“ (1953c, lk 40).

TEISIK

Teisikumeetodi puhul mängib teisene ego peategelase sisemise mina rolli. Teisik väljendab peategelase mõtteid või tundeid. Seda kasutatakse siis, kui peategelane on ummikus, segaduses, võimetu emotsioone väljendama ja see takistab edasiliikumist. Peategelasega liitub teisik – kas koolitatud terapeut või rühmaliige –, kelle roll on aidata peategelasel oma seisukohti ja tundeid väljendada.

Teisikumeetodil on mitu eesmärki:

1. stimuleerida suhtlemist, aidates kujutada peategelase psühholoogilist kogemust täies ulatuses. Võimaldades peategelasel kogeda ka allasurutud emotsioone ja väljendada allasurutud sõnu;
2. toetada peategelast, aidates tal võtta rohkem riske ja suhelda vabamalt. Mõnikord on väga kasulik tunda, et „ma ei ole selles olukorras üksi“.
3. olla vahend, mis annab peategelasele tõhusamaid soovitusi ja tõlgendusi.

Teisikud peavad kõigepealt looma peategelasega empaatilise sideme. Üldiselt seisavad nad peategelase kõrval väikse nurga all, et nad saaksid kopeerida mitteverbaalset suhtlust ja näidata välja üksmeelsust. (Leveton, 1977)

PEEGEL

Peategelane seisab tagapool ja vaatab pealt, kuidas abiline tema kujutatud rolli mängib. Peegeldamine on kasulik mitteverbaalse vastupanu kujutamisel. Kõrvaline ego võtab laval peategelase koha ja peategelane vaatab laval toimuvat „peeglist“ (kõrvalt). See meetod aitab näha enesele vastuseisu, saada sellest teadlikuks ja võib-olla kohtuda sellega konkreetses olukorras, kus peategelane ei ole seni suutnud vastuseisu ära tunda või piisavalt edasi liikuda.

Psühhodraama peeglimeetodil on kaks funktsiooni:

- 1. eksistentsiaalne** – peategelane jälgib oma käitumist kõrvalt, teiste poolt kujutatuna. See julgustab peategelast mõtlema objektiivselt. Sellest positsioonist võib peategelane anda iseendale nõu, väljendada mõtteid ja tundeid enda ja oma tegevuse kohta selles olukorras, austada ja mõista seda üldiselt. Peategelane saab toetada oma sisemist last. Peegeldamisel peab juhendaja olema ettevaatlik, et peategelane ei muutuks naerualuseks;
- 2. süsteemne** – peegeldades saab peategelane tunnustada oma vastupanu ja kaitsemehhanisme kontrollitult. Peale enda tunnustamise saab peategelane tunnustada ka teiste laval olevate inimeste suhtumist temasse, samuti nende omavahelisi suhteid, kaugust. Näiteks võib selgelt näha perekonna sotsiaalmeetrilist pilti. Peegeldamise korral võib düaadilisi konflikte vaadelda triaadilises olukorras (peategelane peategelasena – antagonist – peategelane kõrvalseisjana). Düaadiline (peategelane – antagonist) olukord aitab näidata tundeid, triaadilises olukorras suureneb tunnete sügavus, võimalik on vaimne katarsis. Vaadates kõrvalt ja jälgides düaadilist või triaadilist olukorda, saab peategelane kogeda selgushetki, mõistes konflikti olemust.

ROLLIVAHETUS

Rollivahetus on psühhodraama süda.

„Salt of Psychodrama“ (Zerka Moreno). Peategelane vahetab rolle tähtsate objektidega, nii elus kui ka elututega. Rollivahetusel on pikk ajalugu: rollid muutuvad muinasjuttudes, müütides, draamadades. See on lahutamatu osa laste mängust, moodustades omamoodi sotsiaalse koolituse.

Psühholoogiliselt on rollivahetust vaja selleks, et vaadata ennast läbi kellegi teise silmade või teisest vaatenurgast. Arengu seisukohast tähistab rollide vahetamine eraldumist. Peategelane võib võtta mis tahes rolli, sealhulgas elutu objekti oma nii, nagu see oskaks öelda, mida ta tunneb. Seega võib kodus olev töölaud öelda oma omanikule, et teda on hüljatud, või diivan rääkida paarile sellest, kuidas nad käitusid siis, kui nad alles kurameerima hakkasid.

Samamoodi võivad psühhodraamas saada psühholoogiliselt reaalseks lemmikloomad, unenäotegelased, lapsed, kes pole kunagi eostatud või sündinud, taevased kohtumõistjad ja teised.

Peamised osalejad vahetavad rollid. Kui peategelane vahetab psühhodraamas rolli, ületab ta egotsentrilisuse tavapäraseid piiranguid. Rollivahetus sobib siis, kui peategelasele tuleb kasuks teise isiku vaatenurga mõistmine. Rollivahetust kasutatakse ka stseeni ülesseadmisel ja teise isiku ettevalmistamisel. Peategelane vahetab rolli ja näitab, kuidas teine inimene stseenis käitub, andes seega talle mitteverbaalseid vihjeid, nii et stseeni mängitakse nii, nagu peategelane seda kogeb. (Seda nimetatakse ka osade vahetamiseks.)

Rollivahetus aitab süvendada ja laiendada empaatilist samastumist vastasega, samuti arendada sotsialiseerumist ja eneseintegratsiooni.

A. Blatner on kirjutanud: „Me muudame rolle oma mõtetes kogu aeg. See on nagu pidev protsess, mis aitab säilitada sotsiaalseid sidemeid.“

Rollivahetusel toimuvad mitmed intrapsüühilised ja inimestevahelised protsessid.

- 1. Empaatilise rolli aktsepteerimine.** Rollide vahetamisel tuleks kasutada emotsionaalseid, kognitiivseid ja käitumuslikke oskusi. See protsess hõlmab mälu, kujutlusvõimet, samuti teadlikkust rollivahetuse objekti tunnetest ja mõtetest. Rollide edukaks vahetamiseks on vaja „spontaansust, soojendust, uudishimu ja rolliklastreid“ (J. L. Moreno).
- 2. Tegutsemine.** Peale objekti tunnete adumise on tähtis ka tegutseda ja käituda nii, nagu teine käitub või käitub, arvestada, kuidas ta suhtleb teiste rollidega.
- 3. Rolli tagasiside.** Rollivahetuses saate vastuse küsimusele „Kuidas ma (objekt) sind tajun?“, aga ka küsimusele „Kuidas ma seda tajun, kuidas sa mind tajud?“

Rollivahetus on lõputu protsess – me ei saa teiste tunnetest, hoiakutest ja motiividest kunagi täielikult aru.

Mõnele inimesele on rollivahetus lihtsam, mõnele raskem. See ei sõltu mitte ainult intellektuaalsetest ja emotsionaalsetest oskustest, kujutlusvõimest ja inimestevahelisest suhtlusest, vaid ka rollimänguoskusest. Psühhodramaturgid on täheldanud, et selliste kultuuride esindajate jaoks, kus teater on populaarne, on rollivahetus lihtsam.

Võime rolle vahetada hakkab arenema alates kolmandast eluaastast, kui lapse egokesksus väheneb ja ta saab teadlikuks „sinust“, „minu ja sinu“ suhetest. Rollivahetuse võime areneb koos minu-sinu eraldamisega ja isikliku identiteedi teadvustamisega. Inimesed, kellel on selles valdkonnas tõsine konflikt või puudujääk (nartsissistid, paranoilised, psühhootilised, autismi või raske isiksusehäirega), on keeruline rolle vahetada või ei suuda nad seda üldse. Rolle suudavad vahetada tasakaalus isiksusega inimesed, kelle ego on tugev.

SOTSIOMEETRIA

J. L. Moreno on öelnud, et sotsiomeetria on ühiskonna psühholoogiliste omaduste matemaatiline uurimine. Ladina keeles tähendab sociu ühiskonda ja meterum mõõtmist. Nii et sotsiomeetria tähendab ühiskonna mõõtmist.

Sotsiomeetria on teadus, mis annab võimaluse uurida rühma kuuluvate inimeste vahelisi mitteametlikke suhteid. Nähtamatud kohustused ja suhted muutuvad nähtavaks.

Sotsiomeetrilised uuringud aitavad rühmaliikmetel saada teadlikuks teguritest ja jõududest, mis mõjutavad neid teistega suhete loomisel ja nende säilitamisel. Seega saavad rühmaliikmed rohkem infot, on spontaansamad, muutuvad elavamaks ja teadlikumaks. Me peame hoidma ümbritsevate inimestega emotsionaalseid sidemeid. Rühm annab üksikisikule võimaluse võtta ja täita elus vajalikke rolle.

Moreno inimsuhete mõõtmise meetodit saab kasutada ka soojendusena rühmaliikmete vaheliseks suhtluseks. Põhimeetodiks on vaja paberit ja pliatsit ning igaüks kirjutab üles,

milliste rühmaliikmetega sooviks ta teha mitmesuguseid tegevusi. Pärast seda jagatakse tulemusi rühmaga kaardi või diagrammi kujul. Selgub, kes on populaarsed ja kes suhtelised erakud. Neid eri positsioone hakatakse psühhodraama kaudu uurima. On ka mitu viisi, kuidas näidata sotsiomeetrilisi valikuid ilma paberi või pliiatsita. Peategelased näitavad mudeli või skulptuuri kaudu, kuidas nad tajuvad suhteid oma peres, töökeskkonnas, praeguses rühmas või mõnes muus olukorras. Kauguseid (kaugel või lähedal) näidatakse konkreetselt ning tundeid näidatakse selle kaudu, kuidas inimesed silmitsi seisavad ja milliseid žeste nad teevad. Virginia Satir kutsub seda meetodit pereskulptuuriks. Seda on nimetatud ka skulptuuri loomiseks (Seabourne, 1963).

Acting-in Practical applications of psychodramatic methods. Adam Blatner, 1988

Foundations of psychodrama History, theory & practice. Adam Blatner, Alle Blatner, 1988

The philosophy, theory and methods of J.L. Moreno John Nolte, 2014

4. PÄEV

Õpitulemused

Teadmised:

- teab põhilisi mänge ja väljakutseid rühmasuhetes ja -dünaamikas; seob väljakutseid motivatsiooniga;
- teab, kuidas luua viis keeruliste olukordadega toimetulekuks;
- teab, kuidas toetada õppimist koolitus- ja õppeseansside vahel; teab, kuidas toetada motivatsiooni jätkata õppimist pärast kursuse lõppu; teab, kuidas planeerida koduseid ülesandeid nii, et need toetaksid õppimist
- koolituseansside vahel;
- mõistab õppijate ja õpetajate rolli 4. etapis.

Oskused:

- oskab tuvastada rühmadünaamika ja motivatsiooniga seotud keerulisi olukordi ja oskab neis õigesti käituda;
- oskab luua ülesandeid ja juhiseid koolituseanssidevaheliseks õppimiseks; oskab planeerida ja rakendada järehtegevusi, kui need on asjakohased;
- oskab arendada oma oskusi õppekonsultandina;
- oskab toetada õpilaste iseseisvat õppimist.

Hoiakud:

- peab õpetaja peamiseks rolliks nõustajarolli;
- peab täiskasvanuõppe põhielemendiks iseseisvat õppimist;
- arvab, et probleemid ja konfliktid aitavad kõigil midagi uut õppida.

PROGRAMM

KEERULISED OLUKORRAD JA TEGEVUSÜLESANNETE LOOMINE ÕPPIMISEKS

- A. Refleksioon, soojendus
- B. Suhtlemine rühmades
- C. Õppimistakistused
- D. Keeruliste olukordade lahendamine õpperühmades tegevusmeetodite abil
- E. Õppija ja õpetaja/koolitaja roll
- F. Refleksioon ja kodused ülesanded

A: REFLEKSIION, SOOJENDUS

90 min

Päeva tutvustus:

- Jagunege väiksemateks rühmadeks (3–4 inimest).
- Mida ma õppisin ja mis küsimusi mul on? (12 min)
- Tutvustage kõigile väikestes rühmades öeldut ja koguge kokku küsimused (vastake neile hiljem).

Teema soojendus:

1. Lühikesed kohtumised paaridena. Arutleda järgmist: milliste keeruliste olukordadega olen kokku puutunud 1) õppijana, 2) koolitajana, täiskasvanute õpetajana. Mida olen nendest õppinud?
2. Uuesti suure rühmana: andke aega lühikeseks refleksiooniks.
3. Kaks sotsiomeetrilist joont:
 1. Kui palju keerulisi olukordi olen kogenud?
 2. Kui hea olen nende juhtimises, nendega toimetulemises?

vähe keerulisi olukordi _____ palju keerulisi olukordi
juhtimises halb _____ juhtimises hea

Veebis: võite kasutada virtuaalset tahvlit

4. Refleksioon: reflekteerige suure rühmana ülaltoodud sotsiomeetriliste joonte üle.

KOHVIPAUS

B: SUHTLEMINE RÜHMADES

90 min

Harjutus.

- Suures rühmas: võtke ükshaaval mingi poos, tehke mõni liigutus või žest, mis väljendab seda, kuidas te tunnete end (suhtlemis-)konfliktis, misjärel jäljendab seda terve rühm.

Harjutus.

- Sotsiodraama Pauli olukorras
 - Rollid: Pille, Paul, teine rühmaliige ja õpetaja/õppejõud.
 - Väikesed rühmad eri rollide järgi: võtke endale roll ja arutage oma vaatenurka.
 - Suhtlemine suures rühmas ja rollide sisemine monoloog.
- Kuidas oli seda teha? Mida te rollide kohta õppisite?

Harjutus. Hea/halva õpetaja rollimäng.

A. Halb õpetaja

1. Paluge kõigil leida partner (veebis saate osalejad jagada rühmadesse).
2. Võtke rollid: üks on halb õpetaja, teine on täiskasvanud õpilane
3. Improviseerige ja tegutsege spontaanselt kooskõlas oma rolliga viie minuti jooksul.

4. Lühike refleksioon paarides.
5. Refleksioon suures rühmas: emotsioonid, mõtted, õpitu.
Kuidas mõjutas õpetaja käitumine õppimist?

B. Hea õpetaja

Halb õpetaja on nüüd samades paarides hea õpetaja. Eesmärk on lõpetada heade emotsioonidega!

Variatsioonid.

1. Paarid võivad esineda suure rühma ees, kui rühmas on piisavalt usaldust ja see on väiksem (max 10 osalejat).
2. Moodustage uued paarid, et õpetajad saaksid olla õpilased ja vastupidi.
(Parem on mängida sama rolli teise inimesega.)
3. Halb/hea õpilane.
4. Kujud. Tehke rasketest olukordadest kuju, andke igale inimesele mõned laused (teisikumeetod). Vahetage kuju või näidendi eri vaatenurkade põhjal rolle.
5. Võite seda mängida ka loomadena.

C. ÕPPIMISTAKISTUSED

Loeng rühmasisesest suhtlusest ja õppimistakistustest.

Refleksioon kolmest rühmas: milliseid takistusi ma tean? Kuidas olen suutnud neid ületada?

LÕUNAPAU

Harjutus.

- Väljendage ükshaaval oma kehaga, kuidas te end nüüd õppijana tunnete.
- Kuulake ja vaadake üksteist ning kui olete end väljendada saanud, laske teha seda kellelgi teisel.

D. KEERULISTE OLUKORDADE LAHENDAMINE ÕPPERÜHMADES TEGEVUSMEETODITE ABIL

Harjutus.

- Kolmesed rühmad.
- Iga osaleja jagab üht keerulist olukorda ja rühm valib välja ühe.
- Analüüsige ja mõtisklege selle üle loovuse kaanoni, suhtlus- ja õppimistakistuste kaudu.
- Mõelge välja tegevusmeetodid olukorra lahendamiseks.

KOHVIPAU

E. ÕPPIJA JA ÕPETAJA/KOOLITAJA ROLL

- Kirjutage üles sellise õpetaja omadused, oskused ja tunnused, kes toetab õpilaste iseseisvat õppimist.
 - Kõik kirjutavad omadused üles (4 min).
 - Valige rühmas kolm kõige olulisemat omadust ja kirjutage need suurele paberile.
 - Vaadake oma nimekirja ja vajaduse korral täiendage.
 - Refleksioon: kas leidub alamrühmi?
 - Moodustage enda jaoks sümbol ja asetage see kohta, kus tunnete end kõige mugavamalt.
 - Liigutage ennast AEGLA SELT omaduse juurde, millele soovite keskenduda.
- Jagamine

Laval: neli tooli nelja õpietapi jaoks (teooriaga kooskõlas).

- Valige kaks vabatahtlikku, kes võtavad õpetaja ja õppija rolli. Teie tutvustate teooriat ja vabatahtlikud liiguvad ühe tooli juurest teise juurde ning loovad õppijate ja õpetajate vaheliste suhete näitlikustamiseks skulptuuri. Lõpuks on üks neist iseseisev õppija ja teine nõustajast õpetaja.

Iseseisva õppimise teooria meeldetuletamine. Osalejad jagavad nii õppija kui ka õpetajana kogetud keeruliste olukordade lahendamise kogemusi. Head tavad.

- Kuidas kasutada keerulisi olukordi õppeprotsessi toetava osana?

Võite rääkida nii suure rühmana kui ka väikestes rühmades.

Praktikapõhine teooria. Rühma juhtimise tööriistad

Teemad, mida rühmaga keerulistes olukordades arutada

- Rühmas tehtud kokkulepped. Hea on kokkulepete juurde tagasi pöörduda, vajadusel neid uuendada, kinnitada või teha uusi. Kas me mõistame kokkuleppeid samamoodi? Kas meil on vaja veel mõnda konkreetsemat kokkulepet?
- Keskenduge koolituse eesmärgile. Miks me siin oleme? Mida see koolitus teie jaoks tähendab? Kas me keskendume isiklikele või rühma vajadustele?

4. Tühi tool

Paluge osalejatel võtta tühi tool ja rääkida iseendaga:

- Milles te hea olete?
- Mida te õpetamiseks vajate?
- Kuidas saate õpetades rakendada ...?

F. 2. MOODULI REFLEKSIION

- Mis põhjustab paanikat? Mis aitab mugavustsoonist välja tulla? (mõtisklege 3–4-liikmelistes rühmades; 20 min)
- Refleksioon protsessi kohta (mõtisklege 3–4-liikmelistes rühmades; tehke märkmeid; 20 min)
 - Üllatused (mis on teid üllatanud?)
 - Õpitulemused (mida te õppisite?)
 - Rahulolu (millega te rahul olete?)
 - Väljakutsed (milliseid väljakutseid olete saanud?)
 - Avastused (mida olete avastanud?)

KODUSED ÜLESANDED

- Kirjutage 24 tunni jooksul pärast mooduli läbimist üles järgmine.
 1. Mida kavatsete sel korral õpitust rakendada/kasutada (nt alustada midagi uut, midagi lõpetada, midagi jätkata)?
 2. Mis oli selle mooduli juures kõige parem/tähtsam?
 3. Mis ei olnud nii hea ja mida tuleks muuta?
- Kirjutage hiljemalt 24 tundi enne järgmist moodulit üles järgmine.
 1. Kasutage midagi 1. seansilt ja mõtisklege selle üle kirjalikult (nt mida kasutasite? Mis aitas? Mis ei töötanud? Kui ei kasutanud, siis miks mitte? Kas saite mõne näpunäite?)

MATERJALID

Psühholoogilised õppimistakistused

Psühholoogilises mõttes on õppimise eelduseks valmisolek lahkuda praegusest, turvalisest ja mugavast seisundist ning liikuda uude ja tundmatusse, millega kokkupuude tugevdab inimese loomulikke kaitsemehhanisme: psühholoogilisi takistusi ja nendega kaasnevat vastupanu muutustele. Kui tajutav surve on õppijale liiga tugev, tunneb õppija hirmu, peab väljakutset ületamatuks ja loobub. Kui survet ei oleks aga üldse, siis ei oleks ka vaja muutuda. See näitlikustab täpselt tajutud survet ehk õppija sisemisi, psühholoogilisi takistusi ning mida ta arvab oma keskkonnast ja endast.

Need on õpikeskkonna ja õpetaja tegevustega seotud vaid osaliselt. Õpetajad võivad õppija psühholoogilise vastupanu ilminguid valesti tõlgendada ja arvata, et õpilane on õpetaja vastu, kuid enamikul juhtudel ei ole see nii. See on üldjuhul teadvustamata protsess, viis kaitsta inimese ego ja enesepilti terve elu jooksul saadava info eest, mis ei ole kooskõlas tema olemasoleva ettekujutusega iseendast.

C. Van Houten suhtub inimestesse ja õppimisse terviklikult. Ta arvab, et inimarengut juhivad kolm põhimotivatsiooni: uute asjade õppimise püüdlus, arenemise püüdlus ja paranemise püüdlus. Nende püüdluste käigus kohtab inimene oma mõtete, tunnete ja tahte maailmas takistusi. Õppija tunneb, et ei suuda neid ületada ning see tekitab temas hirmu ja õppimisele vastumeelsust. Takistusi tuleb käsitleda põhjalikult ja terviklikult.

Mõttebarjäär

Inimese mõtlemisprotsess kulgeb teatavaid reegleid järgides. Mõtlemise kaudu on võimalik õppida tundma ainult osa maailmast – ülejäänud jääb varjatuks ja vajab äratundmist, märkamist ja avastamist. Inimene, kes püüab aktiivselt maailma uurida, kogeb pidevalt uusi küsimusi ja mõistatusi, mis võivad põhjustada kognitiivseid blokeeringuid.

Kaks näiliselt vastuolulist, kuid tegelikult üksteist täiendavat mõtteviisi on hargnev ja koondav mõtlemine. Hargnev mõtlemine viib uute ideede ja ebatavaliste lahendusteni, kusjuures probleemile on lahendusi rohkem kui üks. Hargnevat mõtlemist seostatakse kõige sagedamini loovusega. Koondava mõtlemise käigus otsitakse probleemile lahendust eeldusega, et olemas on vaid üks õige lahendus või vastus. Eri ülesannete lahendamine nõuab võimet mõelda mõlemal viisil, mis on omane tegelikult kõigile inimestele, kuid sageli on täiskasvanud õppijal tekkinud eelistus, mida ta rakendab enda teadmata. Üks esimesi samme mõttebarjääri käsitlemisel on õppida märkama ühekülgsust või väga eelistatud mõtteviisi. Mõttebarjääri ületamise tulemusena tekib õppijal austus maailma ja teiste inimeste vastu, olles samal ajal pühendunud ja tunnustades oma väärtusi.

Õpetaja ülesanne on luua õppijale võimalused saada teadlikuks oma mõtlemisharjumustest ja töötada mõttebarjääriga. Tõhusad viisid on järgmised:

- pakkuge õppijatele võimalusi esitada küsimusi ja uurida asjade olemust ise, mitte võtta infot passiivselt vastu;
- kavandage ülesandeid, mis aktiveerivad eri meeleorganeid ja vaatlusoskusi, et õppija saaks teha järeldusi ja saada uusi teadmisi;
- pakkuge ülesandeid, mis vajavad mõlemat mõtlemisviisi ja nende paralleelselt kasutamist.

Koondava mõtlemise arendamiseks on hea analüüsida, kuidas me mõtleme, kuidas saavutada tulemusi samm-sammult, loogiliselt mõeldes. Selleks et arendada lahknevat mõtlemist, on vaja märgata oma kõhutunnet ja õppida usaldama seda spontaanset, loovat mõtteviisi.

Emotsionaalne barjäär

Emotsionaalne barjäär viitab vastupanule, mis avaldub meie tunnetes. See ei ole reaktsioon välismaailmale, vaid millelegi inimese sisemuses. Oma emotsionaalse barjääriga tegelemine annab õppijale parema eneseteadvuse, vabaduse ja isikliku sisemise küpsuse. Õppija kogeb, et tema emotsioonid mängivad kognitiivsetes protsessides ja õppimises väga tähtsat rolli. Emotsionaalse barjääriga töötamine tundub olevat kõige raskem ning õppijad ja õpetajad aktsepteerivad neid sageli kõige vähem, sest lihtsam on öelda „ma ei saa aru“ kui „ma kardan“ või „ma tunnen end teistest halvemana“.

Paljudel juhtudel loobuvad õppijad õppimisest seetõttu, et nad ei oska emotsionaalse barjääriga toime tulla. Õppija emotsionaalse barjääri märkamiseks ja toetamiseks on õpetajal vaja psühholoogilist küpsust, julgust, otsustavust, enesekindlust ja empaatiat. Õpetaja ise võib olla vastu ideele, et emotsionaalsete barjääridega töötamine on õppeprotsessi osa. Selles positsioonis olev õpetaja on oma piirangute lävel ja peab otsustama, kas astuda samm edasi, analüüsida oma tundeid ja lõimida need õppeprotsessi, julgustades õppijaid tegema sama, näidates nii eeskujuna.

Emotsionaalse barjääri kallal töötamine aitab õppijal end paremini mõista ja isiklikke piiranguid ületada. On tähtis, et õpetajal oleks sõbralik, empaatiline suhtumine ja ta mõistaks, kui tähtis on emotsionaalse barjääri ületamisel hukkamõistmisvaba õhkkond. Ainult selle barjääriga töötamine võib viia õppija suurema eneseteadvuseni. Juhendaja saab aidata õppijal barjääri ületada, aktsepteerides õppija tundeid, toetades teda vestlustes ning tunnustades väikeseid edusamme ja refleksiooni, mis aitab neid mõista.

Tahtejõubarjäär

Tahtejõubarjääri peamine omadus on ärevus, mis eksisteerib inimeses varjatud kujul. See on midagi inimese ja maailma vahel. Inimesest mina tahab maailmas midagi muuta: ennast väljendada, midagi ümber kujundada, ellu viia ja selle käigus kohtab ta tahtejõuga seotud vastupanu. Tahtejõubarjäär väljendub õppimistahte ja iseseisvuse puudumises, allaandmises raskuste tekkimisel ja muutumises kõrvalseisjaks, kes ei taha millelegi pühenduda.

Õpetaja võib märgata, et õpilaste õppimistahte on liiga nõrk, nad kipuvad raskuste ajal kiiresti loobuma, neil pole piisavalt vastupidavust. Tahtejõubarjääri taustal tegutsevad ärevus, hirm elu, muutuste, tuleviku ees. Ärevus aeglustab aktiivsust, viib automaatsele tegevusele, kus isiklikuks ja professionaalseks arenguks ja

kohanemiseks vajalikud kognitiivsed protsessid ei ole piisavalt kaasatud. Õpetaja kõige tähtsam ülesanne on äratada õpilases tahe õppida individuaalselt, aidates õppijal omandada kogemusi kolme barjääri kallal tegelemise kaudu.

Õppijate isikliku tahte äratamiseks sobivad:

- tegevused, mis võimaldavad loomingulist eneseväljendust ja äratavad seeläbi õppija spontaanse loovuse, andes õppijale tegevusse süvenemise kogemuse, mis on õppijale hilisemas õppeprotsessis heaks eeskujuks;
- ülesanded või õppeprojektid, millel puudub kindel, varem määratletud tulemus;
- meeskonnaülesanded, mis nõuavad tugevat pühendumust, nii et teiste õppijatega töötamine toetab individuaalset tahtet;
- põhjalikud hindamis- ja tagasisidemeetodid.

Järeldus

Kõik kolm barjääri mõjutavad õppimist tugevalt. Olukorras, kus õppija tajub, et ta ei suuda väljakutsega toime tulla, tuleb teda julgustada tekkinud tundeid analüüsima ja vastuseisu lahti mõtestama. Tähtis on kasvataja küpsus, tähelepanelik ja lugupidav suhtumine õppijasse ning terviklik lähenemisviis, mis toetab kõigi kolme barjääriga tegelemist.

Viited:

Coenraad, Van H. (1999). *Awakening the Will. Principles and Processes in Adult Learning*. Forest Row, Sussex: Temple Lodge Publishing; 2nd edition.

<https://sites.google.com/view/adultedu/home/learning-materials/article-psychological-barriers-to-learning?authuser=0>

Keemiliste reaktsioonide videos: <https://www.youtube.com/watch?v=vYFIHnulr38>

5. PÄEV

Õpitulemused

Teadmised:

- teab eri hindamisviiside vahet (*evaluation* ja *assessment*);
- teab kujundava ja kokkuvõtliku hindamise vahet; teab osalushindamise põhimõtteid ja praktikat;
- teab eri hindamisviiside põhimeetodeid loominguliste tegevusmeetodite ja sotsiomeetria kasutamisel;
- mõistab hindamise erinevust üksikisiku ja rühma tasandil;
- mõistab loominguliste tegevusmeetodite eetilist kasutamist.

Oskused:

- oskab määratleda oma koolitus- ja haridusvaldkonna hindamise kriteeriume; oskab kasutada vähemalt ühte osalushindamise vahendit;
- oskab rakendada eri hindamisviise õppe- ja koolitusüritustel ning protsessis nii kontakt- kui ka veebiõppe korral;
- oskab rakendada eetilisi teadmisi praktikas.

Hoiakud:

- peab hindamist õppimise ja täiskasvanuhariduse arendamise tähtsaks osaks;
- väärtustab nii enda kui ka õpilaste eetilist käitumist.

PROGRAMM

KEERULISED OLUKORRAD JA TEGEVUSÜLESANNETE LOOMINE ÕPPIMISEKS

- A. Avaring, refleksioon ja soojendus
- B. Hindamisviisid
- C. Tegevussotsiomeetria hindamiseks õpperühmades
- D. Eetilised probleemid
- E. Lõpphindamine

A. AVARING, REFLEKSIION JA SOOJENDUS

90 min

Tervitus, kokkulepete uuendamine (eesmärgid, kohalolek, vastutus), selle mooduli programm.

Avaring: kuidas läheb?

Harjutus. **Kogemustekaart** (1. moodulist)

Veebivõimalus

Väiksemad rühmad: avaring ja refleksioon viimase mooduli ja vahepeal veedetud aja üle (10 min).
Paar lauset igast rühmast.

Füüsiline soojendus

Veebivõimalus

Väiksemates rühmades: kuidas see rühm seni mulle sobinud on? (10 min)
Tutvustage vastuseid suures rühmas.

KOHVIPAUS

B. HINDAMINE (*ASSESSMENT* ja *EVALUATION*)

30 min

Refleksioon: millest me avaringis rääkisime ja kuidas see tundus?

- Refleksioon: milliste valdkondade üle me mõtisklesime? Kui sügav oli refleksioon?
- Kas olukorda analüüsite? Kontseptualiseeriti? Sünteesiti?
- Kas toimus *evaluation* ja/või *assessment*?

Veebivõimalus

Mis on ...

- ... refleksioon?
- ... analüüs?
- ... *evaluation*?
- ... *assessment*?

Töö väiksemates rühmades, 12 minutit

Arutus suuremas rühmas

Loeng hindamisviisidest

- Mis on *evaluation* ja *assessment*? Mis on nende vahe?
- Milline on nende protsess?
- Kuidas on see seotud refleksiooniga ja analüüsiga (rühmades õppimise kontekstis)?

C. TEGEVUSSOTSIOMEETRIA HINDAMISEKS (*evaluation*) ÕPPERÜHMADES

60 min

Tegevussotsiomeetria tööriistade tutvustus

- Spektrogrammid (seisukohtade jagamine, vastandite teemant jne)
- Ringis kogemuste jagamine
- Rolliaatom või -diagramm
- Rollimäng ja -koolitus
- Sotsiogramm (käsi õlal, tajumine jne)
- Vastastikhindamine (edetabel, hinnang) ja tagasiside

Arutelu paarides: kuidas saate neid vahendeid oma töös hindamiseks kasutada? Aga õppimiseks rühmas?

Veebivõimalus

Töö väiksemates rühmades 30 min

1. Milliseid tegevusmeetodeid/harjutusi/tegevusi võiks (selles rühmas) teha õppimise hindamiseks?
2. Valige välja 1–2 ja tehke seda oma väikeses rühmas.

Suures rühmas

1. Vaja on meetodite pikka nimekirja.
2. Mõtisklege väikestes rühmades (ja/või suures rühmas) läbitud protsessi üle.

LÕUNAPAUUS

D. EETILISED PROBLEEMID

90 min

Loeng eetikast

- Küsimus ei ole selles, kas meil on õigus või mitte. Me ei ole kohtus!
- Tegevusmeetodite kasutamise eetika seisneb sageli ebamugavuses ja väljakutsetes – vaadake, mida me siiani teinud oleme!
- Piiripealne on küsimuste esitamine, mis toovad esile halbu asju ja tekitavad rohkem lahkhelisid. Piirid tulenevad sageli kontekstist ja eesmärkidest.
- Riskide teadvustamine on kõige tähtsam! Rühmajuhhi / täiskasvanute õpetaja (mitte terapeudi) vastutuse määrab roll! Ärge ülehinnake oma võimeid!

Harjutus.

1. Kirjeldage juhtumit või oma tööst reaalset näidet selle kohta, kuidas õpperühmas tekkis eetiline probleem.
2. Tutvustage juhtumit väikeses rühmas ja arutage seda lühidalt.
3. Valige väikese rühma juhtumitest välja üks, mida tutvustada suurele rühmale ja uurida tegevussotsiomeetria vahenditega (või tehke seda väikestes rühmades ja tutvustage tulemusi suurele rühmale).

Veebivõimalus

Väiksemates rühmades:

- kirjeldage oma tööst reaalselt näidet selle kohta, kuidas õpperühmas tekkis eetiline probleem;
- tutvustage juhtumit väikeses rühmas ja arutage seda lühidalt;
- püüdke sõnastada või raamida eetilisi põhimõtteid, mis tekitasid konflikti.

KOHVIPAUS

E. LÕPPHINDAMINE

Harjutus. Tagaselja tagasiside andmine või aheltagasiside

Muud võimalused:

- Joon – kui hooliv/õnnelik/energiline ma olen? (Võite kasutada kriteeriume, mille rühm mõtles välja enne lõunapausi hindamisharjutuses.)
- Kolm tooli – mida ma siia tōin, mida ma õppisin, mida ma endaga kaasa võtan?
- Mida õppisin ise, rühmalt, juhtidelt?
- Mida tahate siia jätta? Mida tahate kaasa võtta?
- Mida kavatsete kolleegile selle programmi kohta öelda?

Lõplik enesehindamine esialgset eesmärki arvestades ja konkreetsete tegevuste kehtestamine edasiseks arenguks

Päeva lõpp, enda mõtete jagamine

MATERJALID

Hindamine (*evaluation ja assessment*)

Websteri sõnastikust:

Refleksioon

1. sageli ebamäärane või kaudne kriitika
2. mõte, idee või arvamus, mis on tekkinud meditatsiooni tulemusena

Analüüs

1. a) millegi keerulise üksikasjalik uurimine, et mõista selle olemust või määrata kindlaks selle olulised omadused: põhjalik uuring
b) aruanne sellise uurimise kohta
2. terviku lahutamine selle osadeks
3. a) aine koostisosade tuvastamine või eraldamine
b) segu koostisosade kirjeldus

Evaluation

- hindamise toiming või tulemus
- millegi või kellegi väärtuse, olemuse, iseloomu või kvaliteedi määramine

Assessment

1. millegi suhtes otsuse tegemine
2. hinnatud kogus

Kujundav ja kokkuvõtlik hindamine

| Kujundav | Kokkuvõtlik |
|---|--------------------------|
| Klassiruumis toimuvad arutelud | Õpetaja loodud eksamid |
| Stimulküsimused | Standardiseeritud testid |
| Lihtsad rühmatööd | Lõpuprojektid |
| Iganädalased tunnikontrollid | Lõpueksamid |
| Üheminutiline kirjalik refleksiooniülesanne | Lõpuettekanded |
| Kodused ülesanded | Lõpuaruanded |
| Uuringud | Lõpphinded |

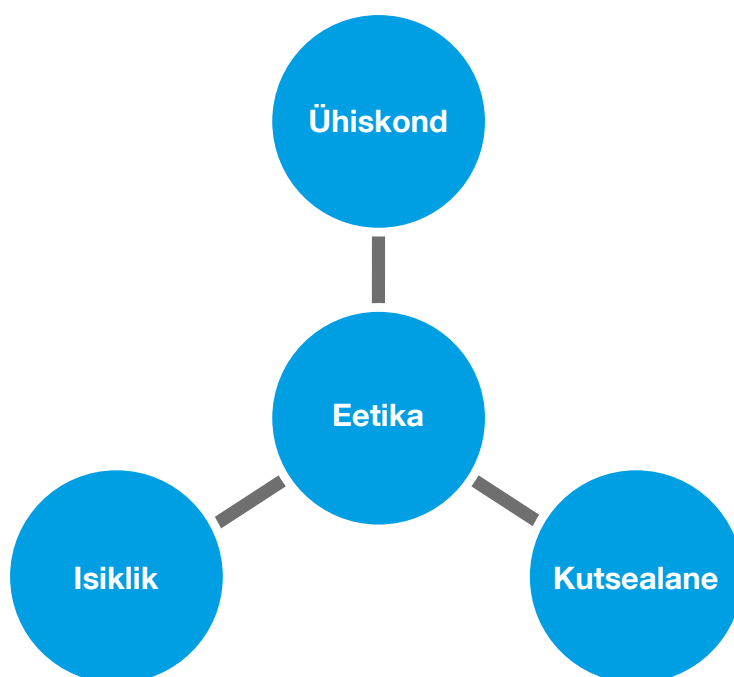
Tegevussotsiomeetria hindamise vahendid

- Spektrogrammid (seisukohtade jagamine, vastandite teemant jne)
- Ringis kogemuste jagamine
- Rolliaatom või -diagramm

- Rollimäng ja -koolitus
- Sotsiogramm (käsi õlal, tajumine jne)
- Vastastikhindamine (edetabel, hinnang) ja tagasiside

Eetilised mured

Organisatsiooni keskkonna eetika põhineb kolmel peamisel allikal: ühiskonna eetika (ühiskonna seadustes, tavades, kommetes, normides ja väärtustes sisalduvad väärtused ja standardid), kutse-eetika (väärtused ja standardid, mida kasutavad juhid ja töötajad, et otsustada, kuidas õigesti käituda) ja üksikisiku isiklik eetika (isiklikud väärtused ja standardid, mis tulenevad perekonna, eakaaslaste, kasvatamise ja märkimisväärtsetes sotsiaalsetes institutsioonides osalemise mõjust).



Tegevusmeetodite kasutamise eetiliste piiride tundmise vajadust tugevdab eelkõige asjaolu, et suhtlemisel keskendutakse spontaansusele ja loovusele. Teiseks seab õpperühm oma avaliku jagamise ja eneseavalikustamisega tõsiselt ohtu konfidentsiaalsuse põhimõtte. Peale selle suurendab nii osalejate kui ka koolitajate kaitsmise vajadust tegevusformaati, mis hõlmab rohkem emotsionaalset väljendust, rohkem füüsilist lähedust ja rohkem tehnilisi eksperimente kui teised suulised õppimismeetodid. Põhjalikumaks uurimiseks on välja valitud järgmised põhimõtted, sest need näivad olevat tegevusmeetodite puhul kõige asjakohasemad.

1. Vastutus

Rühmajuhid võtavad vastutuse oma tegude ja tegevusetuse tagajärgede eest.

2. Pädevus

Rühmajuhid tunnistavad oma pädevuse piire ja rakendavad ainult neid meetodeid, mida nad on õppinud hästi kasutama.

3. Heaolu

Rühmajuhid muretsevad inimeste heaolu pärast ning kaitsevad neid kahju ja vigastuste eest.

4. Konfidentsiaalsus

Rühmajuhid austavad osalejatelt saadud teabe konfidentsiaalsust, välja arvatud juhul, kui selle tegemine paneks ohtu isiku enda või kellegi teise.

5. Selged rollid

Rühmajuhid ei loo osalejatega sobimatuid suhteid.

6. Väärtused

Rühmajuhid ei lase end liigselt mõjutada isiklikest väärtustest, nagu need, mis puudutavad vanust, sugu, rassi, rahvust, religiooni, seksuaalset sättumust, puudeid või sotsiomeetrilist staatust.

Konkreetsed vastutusvaldkonnad võivad hõlmata järgmist: 1) suhte kuritarvitamine (nt seksuaalne ärakasutamine); 2) konfidentsiaalsuse rikkumine; 3) õppijatele tekkiva kahju takistamata jätmine (nt hoiatamiskohustuse eiramine) ja 4) asjakohase toetuse andmata jätmine.

Otsuse eetilisust määravad kolm mudelit: 1) utilitaarne, 2) moraalne ja (3) õigluse mudel. Iga mudel pakub teistsugust ja üksteist täiendavat viisi otsustamiseks, kas otsus või käitumine on eetiline, ning konkreetse tegevussuuna eetilise selgitamiseks tuleks kasutada kõiki kolme mudelit.

1) Utilitaarne mudel: eetiline otsus on otsus, mis toob suurimat kasu suurimale hulgale inimestele.

2) Moraalne mudel: eetiline otsus, mis säilitab ja kaitseb sellest mõjutatud inimeste põhiõigusi ja privileege kõige paremini.

3) Õigluse mudel: eetiline otsus, mis jaotab kasu ja kahju sidusrühmade vahel õiglasel või erapooletul viisil.

VEEBIKOOLITUSE SUUNISED

Paljusid harjutusi, mida saab teha näost näkku kohtumistel, saab teha ka veebis kas püsti ja pörandal või veebitahvil, mis teile meeldib. Neid on mitu: kõige tavalisemad on Miro, Mural, Google ja Flīnga ning ka Zoomil on üsna funktsioonirohke tahvel. Kui tegutsete pörandal, saate juhina/õpetajana kasutada tegevuse jagamiseks teist kaamerat.

Remember

- Hoidke asjad võimalikult lihtsana.
- Valmistuge põhjalikult ette ja harjutage asjakohaste rakenduste kasutamist. Mõnikord on hea mõte harjutada koos mõne kolleegiga.
- Andke aega refleksioonideks väiksemates rühmades koosolekuruumides.
- Veenduge, et kõigil oleks kaamera sisse lülitatud, kui võimalik. (Selle väljalülitamiseks peab olema väga mõjuv põhjus.)
- Inimesed hindavad sageli oma arvutiteadmisi üle.
- Korraldage mõni päev varem veebipõhiste tööriistade eelkoolitus ja julgustage inimesi liituma.
- Andke osalejatele järgmised juhised
 - Kontrollige oma internetiühendust.
 - Kontrollige oma tehnilist varustust paar päeva ette.
 - Olge ruumis üksi.
 - Vaadake, et teil oleks piisavalt ruumi püsti seismiseks.

Siin on mõned võimalikud soovitused, mida saate veebis osalejatele saata.

Kuidas saada veebikoolitusest maksimumi?

Liitumine

- Veenduge, et olete oma arvutisse alla laadinud uusima Zoomi tarkvara ja et teil on töötubadega liitumiseks piisavad põhioskused.
- Liituge arvuti või tahvelarvuti (mitte telefoni) abil.
- Kui liitute töötoaga, veenduge, et teie kuvatav nimi ja e-posti aadress vastaksid broneeringul toodud nimele ja koolituse broneerimiseks kasutatud e-posti aadressile. See teeb Zoomi hosti abil töötubadesse sisenemise lihtsamaks.
- Zoomi tõhusaks kasutamiseks peab teil olema piisavalt kiire internet.
- Lülitage arvutis välja teavitused ja muud hüpikaknad, mis võivad töötubade ajal teid või teisi häirida.
- Olge teiste suhtes lugupidav ja ärge segage teisi inimesi seansil ebavajaliku müra, kaameraliigutusega jne.
- Ebaviisakat käitumist ei tolereerita. Inimesed, kes käituvad ebaviisakalt, eemaldatakse töötubadest (st Zoomi kõnest).

Konfidentsiaalsus

- Tehke kõne privaatses ruumis, kus teid ei häiri miski ning kus te saate säilitada enda ja osalejate konfidentsiaalsuse.
- Koolitust on rangelt keelatud filmida või salvestada mis tahes seadmega. Ainsad erandid on PowerPointi esitlused/loengud suurtele rühmadele, mida võivad salvestada konverentsi korraldajad.
- Samamoodi ei ole lubatud teha fotosid või ekraanipilte, välja arvatud juhul, kui kõigilt on luba küsitud ja neil oli võimalus ei öelda. See on jällegi mõeldud konfidentsiaalsuse säilitamiseks.
- Lisamaterjalide jagamisel ei tohi neid levitada ilma töötoa juhi kirjaliku loata.
- Anname endast parima, et töötoad algaksid ja lõppeksid õigel ajal. Hilinejad võetakse vastu ainult töötoa juhi äranägemisel. Tulge kohale kümme minutit varem, et veenduda, et link töötab ja annab teile ligipääsu töötoa/seansi ooteruumile.

Uuringud

Tulemused: koolitajate ja õppijate kogemused

Projektiga seotud uuringud annavad ülevaate koolitusel osalejate ja koolitajate kogemustest. Kogemusi koguti õppijate kirjalike refleksioonide ja koolitajatega tehtud intervjuude kaudu ning neid analüüsiti kvalitatiivse sisuanalüüsi meetodil.

Õppijate kogemused

Refleksioonides kirjeldasid osalejad oma õpikogemust koolitusel, uute teadmiste ja meetodite omandamist ning oma varasemate kogemuste ümbermõtestamist. Nad kirjeldasid tegevusmeetodite katsekoolitust kui terviklikku koolitust, mis hõlmab kõiki meeli, emotsioone ja keha.

Osalejad tõid välja, et koolitus pani neid mõtlema sügavamalt iseenda ja oma igapäevase töö üle.

„See pani mind kindlasti mugavustsoonist välja astuma. Ma tunnen, et selline õppimine kulgeb tasapisi: alguses hakkasin mõtlema, kas ma olen üldse õiges kohas, kuid siis hakkas kõik aeglaselt loogilisena tunduma. Ma ütlesin, et õppisin palju isiklikumalt kui tavaliselt, olin endaga sügavamalt kontaktis.“

Tegevusmeetodite koolitus tekitas osalejates mitmesuguseid emotsioone. Koolituse ajal kogetud tundeid kirjeldasid õppijad refleksioonides. Emotsioone oli palju: samal ajal toodi esile segadust ja ebamugavust, rahulolu, tänulikkust ja inspiratsiooni. Osalejad märkasid ka, et tunded muutusid päeva jooksul mitu korda.

„Pärast esimest päeva olin segaduses, küsimusi täis ja üliväsinud. Teise päeva lõpus tundsin end energilisena, täis ideid selle kohta, mida oma tulevastes tundides kasutada, ja ma ootasin juba kodutöö tegemist.“

Osalejate refleksioonidest ilmnas, et neil oli kontaktkoolitusel lihtsam süveneda. Samal ajal väärtustasid osalejad ka veebikoolitust. Osalejad rõhutasid, et nad said veebimoodulitest häid ideid, kuidas ise paremini veebikoolitusi korraldada. Nad nimetasid tähtsaid elemente, mida tuleb veebikoolituses arvesse võtta (aja planeerimine, arutelu väikestes rühmades), said kasulikke ideid veebis harjutuste korraldamiseks ja vähendasid oma enda veebikoolituses loengutele kulutatud aega.

Osalejad rõhutasid oma refleksioonides, et väga tähtis on mõista oma varasemaid kogemusi ja tõlgendada neid koolituse ajal uuesti. Õppijad tõid välja, et nad on varasematel koolitustel sarnaseid harjutusi teinud, kuid selle koolituse käigus mõistsid nad paremini sotsiomeetriaülesannete kasutamise eesmärki ja tausta. Psühhodraama taustaga osalejad märkisid, et nad pidasid mitut harjutust ainult teraapiasse kuuluvaks, kuid mõistsid nüüd, et need on kasulikud ka täiskasvanute koolituses.

„Muidugi olen õpieesmärke alati silmas pidanud, kuid nende kahe päeva jooksul hakkasin palju rohkem mõtlema, kuidas saaksin samu meetodeid targalt rakendada, et toetada rühmas ühist õppimist.“

Koolitusel osalejate refleksioonidest selgus, et teooria tutvustamist hinnati eelkõige seetõttu, et see aitas paremini mõista tegevusmeetodite tähendust ja kasutamise eesmärke. Õppimisteooria oli koolitusel osalejatele väga tähtis.

„Hakkasin märkmikusse kirjutama uusi teadmisi ja harjutusi, mida soovisin kasutada, ning oma emotsioone ja mõtteid teemade kohta, mida saaksin tulevikus teoorias või praktikas kasutada.“

Täiskasvanuhariduse teooria oli tähtis nii psühhodraama taustaga osalejatele kui ka täiskasvanute koolitajatele. Täiskasvanuhariduse teooria ja psühhodraama aluseks olevate põhimõtete seoseid arutati põhjalikumalt. Psühhodraama aluseks olevat teooriat mõisteti ka kui õppimisviisi.

Osalejate refleksioonid näitasid, et nad väärtustavad uute tegevusmeetodite kogemist ja õppimist. Refleksioonides märgiti nii sotsiomeetriliste ülesannete kui ka refleksiooniharjutuste vajalikkust. Sotsiomeetrilised jooned, spektrogramm, paaridena kohtumine, ringis kogemuste jagamine, „ma kuulen ...“, kogemustekaart, üheminutiline kirjutamine, keskpunkt, inglid ja kuradid, peegel ning jah-ei-võib-olla olid tegevusmeetodid, mida peeti kasulikuks. [MK1]

Osalejad tõdesid ausalt, et nad ei saanud meetodist alati aru, olles kogenud seda katsekoolituse käigus ainult ühe korra, ja tõid välja, et oleks võinud põhjalikumalt selgitada, kuidas tegevusmeetodit oma igapäevaelus rakendada (teises kontekstis või teraapia asemel koolitusel). Osalejad pidasid seda väärtuslikuks, kui ühte tegevusmeetodit kasutati mitu korda – see võimaldas paremini mõista meetodi olemust. Osalejad hindasid, kui loodi võimalusi meetodit järele proovida, kui nad said meetodit ise koolitajana kaasõppijatega harjutada.

Osalejad oleksid soovinud selgemat ülevaadet riskidest, mis kaasnevad tegevusmeetodite kasutamisega hariduskeskkonnas, et tulevikus oleksid nad ise koolitajana teadlikud sellest, mida tuleb tegevusmeetodite rakendamisel arvesse võtta.

Katsekoolitusel osalejad kirjeldasid, et nad muutsid õpitu põhjal omaenda koolitusi, näiteks pöörati suuremat tähelepanu rühma loomisele ja selles mitmekesiste suhete loomisele (pikem soojendus), kasutati koolitusel õpitud tegevusmeetodeid (sotsiomeetria, refleksiooniülesanded). Nad kirjeldasid ka, et said inspiratsiooni veebikoolitusest ehk kuidas veebikeskkonda oma koolitusel paremini kasutada (rakendati arutelusid väikestes rühmades ja Miro/Flinga võimalusi).

„Ma ei ole alates viimasest moodulist rühmadega tööd teinud. Aga ma olen mõelnud selle üle, kuidas vastupanuga toime tulla, tehes seda palju otsemalt, kui ma olen harjunud.“

„Kasutasin Flingas kogemustekaarti, et plaanida projekti ja ajajoont. Meetod töötas hästi ja aitas meil kindlaks määrata allprojektide tähtsajad ja projekti eri osad.“

Õppijad avastasid, et harjutuste tegemine võtab rohkem aega kui esialgu planeeritud.

„Minu üllatuseks oli selleks vaja palju aega, kuid õnneks ei olnud meil ajalist survet ja kõik sujus kenasti.“

Meetodite kasutamise puhul tõid osalejad välja, et nad taipasid, kui kasulikud on tegevusmeetodid rühmasiseste suhete loomiseks ja õppijate suuremaks kaasamiseks.

„Ma arvan, et kõige olulisem muutus on see, et ma tunnustan ja mõistan nüüd suhete tähtsust. Ja kui palju rohkem tähelepanu ma pean või me peame pöörama, et luua õppimiseks viljakaid suhteid.“

Koolitajate kogemused

Koolitajad mõtisklesid oma kogemuste üle, osaledes suulistes poolstruktureeritud intervjuudes, kus arutati nende tundeid pärast koolitust, tähelepanekuid rühmasisese õppimise kohta ning kasutatud meetodite tõhusust ja toimimist. Peale selle kirjeldasid nad koolituse käigus jooksvalt tehtud muudatusi ja seda, kuidas nad muudaksid sarnast koolitust tulevikus.

Vastused jagunevad viite põhikategooriasse: õppeprotsess, rühmaprotsessid, meetodite rakendamine, koolituse eripärad ja treeneri toimetulekuviisid. Loodud koolitusmudel oli üldiselt edukas. Alljärgnevalt esitame soovitusel, mis põhinevad nimetatud kategooriate analüüsil.

Õppeprotsess: seos teooria ja praktikaga

Koolitajate arusaamade kohaselt aitavad praktilised harjutused mõista teooriat ja lõimida psühhodraama teooriaid täiskasvanuhariduse teooriaga. Seetõttu on soovitatav anda õppijatele piisavalt aega, et nad saaksid aktiivseid meetodeid kogeda ja mõtiskleda nende üle teooriale tuginedes. Teooria mõistmiseks on vaja praktilisi harjutusi ja vastupidi

„Eriti meeldis rühmale psühhodraama teooriate seotus teiste valdkondadega ja see, kuidas neid omavahel siduda. Ma arvan, et see on üldiselt parim viis õppimiseks.“

Rühmaprotsessid: aktiivsed liikmed ja koostöö

Koolitajate sõnul olid õppijad aktiivsed ja huvitatud õppeprotsessis osalemisest ning pakkusid häid ideid ja lahendusi eri meetodite kasutamiseks. Seetõttu aitab rühmaliikmete kogemuste jagamine ja vajaduste väljendamine teistel rühmaliikmetel üksteiselt õppida.

„Mõnikord tõid õpilased ise klassiruumi häid ja uusi lahendusi.“

„Ma arvan, et rühm õppis palju mitmel põhjusel. Nad pidid osalema harjutustes, mis olid neile uued. See andis neile võimaluse tugevdada oma varasemaid teadmisi ja omandada uusi.“

Rühmaprotsessid: vastuseis ja konfliktid rühmas

Õpetaja või koolitajana on hea olla valmis vastupanuks ja konfliktideks rühmas. Võõraste inimestega koos õppimine raskendab õppija kohanemist, sest tundlike teemade jagamiseks on vaja usaldust.

Ka varasemad negatiivsed õpikogemused ja keeruliselt või seadust tekitavalt üles ehitatud ülesanded põhjustavad õppijates vastupanu. See tekitab eetilisi küsimusi, millele koolitaja peab mõtlema enne koolitust. Veebiõpe võib põhjustada frustratsiooni tehniliste oskuste puudumise tõttu ja nõuab kannatust, et oodata teiste osalejate või koolitajate järel.

„Koolituse kõige raskem osa oli seotud tehniliste teadmiste ja probleemidega. See kehtib eriti siis, kui kasutame harjutamiseks vajalikke vahendeid.“

„Inimesed olid ärritunud, sest nad kõik ei saanud oma osa ja kogu koolitus lohises.“

Meetodite rakendamine: loovus, paindlikkus, kohanemisvõime ja tegevuspõhine õppimine

Koolitajate sõnul toimusid aktiivsed meetodid väga hästi. Töötavate meetoditena toodi välja esimese päeva viimane harjutus, rühmaarutelu rühma arenguetappidest ja selle praktiline rakendamine rollimänguna, sotsiomeetriliste meetodite katsetamine õppijate poolt, arhetüüpide seosed praktiliste näidete põhjal.

„Üks [meetod, mis töötas] oli see, kui nad said sotsiomeetrilisi meetodeid ise proovida. Koostage rühm ise, tehke ise ... mõelge ise.“

„Väga huvitav on teada saada, kuidas me koos rühmaga koolitusmudelit loome. Ma arvan, et see on minu jaoks kõige tähtsam märkus.“

Koolitajad koostasid ise uusi harjutusi: rühma arengu etappide teema läbimiseks (rollivahetus õpetajaga), nimede õppimiseks, nimede õppimise eesmärgil õppijate vajadustele reageerimiseks, teooria selgitamiseks. Kokkuvõttes tuleks meetodid valida nii, et õppija saaks aru, kuidas need on seotud õppesisuga.

Koolituse eripärad ja koolitaja toimetulekuviisid

Kaasõpetamine

Koolitajad kogesid kaasõpetamist kui loomulikku protsessi – leiti mitmesuguseid õpetamisstiile/-viise, mis täiendavad õpetamist ja pakkusid võimalusi üksteiselt õppida. Protsessi alguses sõlmiti koolitajate vahel esialgsed kokkulepped, kuid tegelikkuses arenes koostöö spontaanselt. Harjutusi või programmi muudeti kokkuleppel, lähtudes konkreetsest rühmast ja selle vajadustest

„Mõtlesime alguses mõnele asjale, kuidas ... siis tuli mul mõte ja siis hakkas ta oma ideed selgitama. Jagasime seda kõike, et hei, sa tee seda osa ja ma teen seda osa.“

Üks kaasõpetamise eeliseid oli see, et ühiselt käsitleti ka probleeme, näiteks rühmasiseseid suhteid, õppimistakistusi ja tehnilisi vigu.

Keskkond

Kontakt- ja veebiõppe kontekstis tuleks kaaluda järgmisi küsimusi.

- Kuidas õppijaid veebis aktiivsena hoida?
- Kuidas säilitada veebis rühmatunnet, mis on tekkinud kontaktmoodulite käigus?
- Milline on veebimooduli optimaalne pikkus ja kui palju peaks tegema pause? Kui palju tutvustada teooriat, kui palju teha praktilisi harjutusi?
- Kuidas austada inimeste privaatsfääri nii veebis kui ka kontaktseansil?
- Tehnilised probleemid ja ebamugavustunne, mida kogetakse veebiseansil, võivad tekitada õppijates negatiivseid tundeid järgmises kontaktmoodulis.

Toimetulekuviisid

Koolitaja toimetulekut toetab kohanemine, tunnetamine ja refleksioon. Koolitusprotsessis on oluline, et koolitajad kohaneksid pidevalt rühma eripäradega (nt eri tausta ja kogemustega osalejad) ja vajadustega (nt soov õppida selgelt nimesid, tempo). Kohanemisega kaasnes mõningane kõhklus (rühma eelteadmiste kohta, tööriistade kasutamise kohta), stress ja vajadus olla õppe korraldamisel paindlik, samuti ennast muuta.

Nii nagu õppijad, tõid koolitajad välja emotsioone, mida koolituse käigus kogeti. Koolitajaid üllatasid mitmesugused asjaolud: palju arutelusid ja küsimusi kogemusliku õppimise kohta, rühma oodatust väiksem teadlikkus ja õppimisvajadus, rühmaliikmete oodatust väiksem võime rühmas tegutseda, rühmaliikmete haavatud tunded.

Rahulolu ja rõõmu pakkus esimese mooduli edukas lõpetamine, rühma- ja õppeprotsesside toimimine, usk koolituse kasulikkusesse, õpilaste huvi teema vastu ja harjutuste edukus.

Tõsteti esile rühmade head refleksioonivõimet ja valmisolekut harjutustes aktiivselt osaleda. Koolitajas võivad põhjustada ebakindlust ebapiisavad teoreetilised teadmised täiskasvanuharidusest ja teadmatus õppijate varasematest teadmistest psühhodraama ja sotsiomeetria alal.

Koolitajate õpitu

Koolitajad hindasid koolitusprotsessi ajal seda, mida nad õppisid, ja tundsid edusammude üle rahulolu. Samuti toodi välja kaaskoolitaja panust õppeprotsessi ja sellest õppimist. Oli tore näha, kui õppijad teadsid kasutatavaid meetodeid, kuid said koolituse käigus uusi viise ja ideid nende kasutamiseks. Koolitajad hindasid õppijate tagasisidet ja uusi vaatenurki kasutatud meetodite kohta.