

AMETIALANE ENESEKINDLUS

ehk JULGEN olla KINDEL

90-minutiline töötuba: emotsionaalsest mürast väärtuspõhise tegutsemiseni

Anneliis Rohtsalu

Tänane fookus ja teekond

90 minutit: kogemus → seosed → praktika → refleksioon

Häälestumine

10 min
kust me tuleme?

10 min

Raamistik

20 min
mis on ametialane
kindlus?

20 min

Väärtused

15 min
mis mind juhib?

15 min

Töölehed

30 min
kuidas teen kaalutletud
valiku?

30 min

Refleksioon

15 min
mida võtan praktikasse?

15 min

Miks see teema on oluline?

Ametialane kindlus aitab eraldada täiskasvanute müra lapse huvist

Müra

täiskasvanute konfliktid
emotsionaalne laetus
ajadefitsiit
hirm eksida

Filter

professionaalne roll
faktid ja õiguslik raam
väärtused
lapse parim huvi

Selgus

rahulikum otsustamine
argumenteeritud kaalumine
teadlik tegevus
vastutuse võtmine

Suur eksiarvamus

Müüt, mis paneb spetsialistile liiga suure vastutuse

„Hea lastekaitsja lahendab probleemi.“

Tegelikult:

Hea lastekaitsja teeb kaalutletud otsuseid lapse huvist lähtudes, isegi siis, kui probleem täielikult ei lahene.

Fookus: ma ei kontrolli kõigi käitumist, kuid kontrollin oma professionaalset protsessi.

Küsimus õppijatele

Arutelu, mis aitab müüti ise läbi mõelda

„Kas Sinu töö eesmärk on päästa pere või teha lapse huvist lähtudes professionaalne otsus?“

Individuaalselt

Mõtle 1 minut: kumb väide tekitab Sinus rohkem pinget?

Paaris

Jaga 2 minutit: kus lõpeb minu vastutus ja algab teise osapoole vastutus?

Ühiselt

Sõnastame: mida saan mina professionaalselt kontrollida?

ARUTELU · 6–8 min

Tunni algus: pehme maandumine

10 minutit · aktualiseerimine ja häälestamine

Minu juhis

Täna ei otsi me “õiget vastust”, vaid selgemat mõtlemist keerulises olukorras.

Küsimused

Mis olukorras pannakse professionaalne kindlus proovile?
Mis mõjutab otsustamist surve all?

Õppimise mõte

Alustame õppija kogemusest ja seome uue teadmise päris tööga.

Mis on ametialane enesekindlus?

20 minutit · miniloeng koos aruteluga

See EI ole

kõva hääl
kõiketeadmised
vastasseisu võitmine
emotsiooni peitmine

See ON

rolliteadlikkus
faktidele toetumine
väärtuste hoidmine
lapse huvi keskmes

Aruteluks

Mis aitab pinge all rolli juurde jääda?
Mis viib rollist välja?

ARUTELU · 5 min

Surve all otsustamine

Lisa Feldman Barrett · eneseregulatsioon jaaju ennustused

Sisendsignaaliid

keha signaalid
varasem kogemus
kontekst

Aju ennustus

surve all võib aju tõlgendada
ebakindlust ohuna

Tööriist

Nimeta kogemus: “See on
ebakindlus, mitte oht.”

Väärtused kui otsustamise kompass

15 minutit · individuaalne mõtlemine ja paarisarutelu

Individuaalne küsimus

Millised kolm väärtust aitavad mul keerulises olukorras mitte kalduda täiskasvanute konflikti sisse?

MÕTLEMINE · 5 min

Paarisarutelu

Jaga ühte väärtust, mis aitab lapse huvi fookuses hoida. Kuula ilma hindamata.

PAARIS · 7 min

Tööleht 1: „Töö enne tööd“

Kognitiivne ettevalmistus enne olulist vestlust või menetlust

TÖÖLEHT · 5 min · individuaalne täitmine

1. Tulemus

Millist tulemust laps vajab?

2. Miks

Mis on tegelik “miks”?

3. Algusfraas

Kuidas vestlust alustan?

4. Ankur

Mis aitab tasakaalu hoida?

Juhis: vali üks päris või hüpoteetiline olukord. Kirjuta lühidalt, mitte täiuslikult.

Jagamine pärast töölehte

10 minutit · paaris ja lühike ühine kokkuvõte

Paaris 6 min

Jaga ainult seda, mida soovid. Küsi: mis aitab Sul selles olukorras rahulikuks jääda?

Ühiselt 4 min

Mis kordus? Mis aitas fookust hoida? Milline algusfraas tundus kasutatav?

Koolitaja fookus

Tõsta esile rolliselt, lapse huvi ja ettevalmistatud mõttemuster.

Autorlus: kõrvaltvaataja või autor?

Mark L. Savickas · professionaalse rolli hoidmine

Reaktiivne kõrvaltvaataja

reageerib mürale
laseb emotsioonil tempot määrata
otsib kiiret leevendust
jääb kaitsepositsiooni

Proaktiivne autor

määrab fookuse
toetub faktidele ja mandaadile
kaalub lapse huvi
põhjendab otsust rahulikult

Tööleht 2: „Autorlus ja kaalutletus“

Faktidest argumenteeritud otsuseni

TÖÖLEHT · 5 min · individuaalne täitmine

1. Ressurss

Millist omadust vajan?

2. Kaalumine

Milline fakt kaalub müra üle?

3. Mandaat

Mis annab õiguse kindel olla?

4. Pealkiri

Mis peatüki ma kirjutan?

Juhis: ära kirjuta pikka lugu. Kirjuta otsuse tuum: fakt + roll + lapse huvi + põhjendus.

Kaalutletud seisukoha mudel

Üks lause, mis hoiab rolli ja fookust

FAKT

Mida ma tean?

ROLL

Mis on minu ülesanne?

LAPSE HUVI

Mis on lapsele vajalik?

PÕHJENDUS

Kuidas ma selgitan?

„Arvestades [fakti], minu roll on [roll] ning lapse huvi toetab [valik], sest [põhjendus].“

Pisike paus enesehoidu: ankur surve all

2 minutit · enne jagamist või pingelist arutelu

1. Märkan

Mis signaali keha annab?
Kas hingamine, tempo või pinge muutus?

2. Nimetan

See on ebakindlus.
See on kiirustamise surve.
See ei ole oht.

3. Valin

Mis on lapse huvi?
Mis on minu roll?
Mis on järgmine rahulik samm?

Kokkuvõte ja isiklik rakendussamm

15 minutit · refleksioon, mitte kohustuslik kodutöö

Mida võtan kaasa?

Üks taipamine, mis aitab surve all oma rolli hoida.

Mida harjutan?

Üks väike vabatahtlik samm, mida saan päriselt proovida.

Mida vajan veel?

Üks küsimus või teema, mille juurde võiks järgmises koolituses tulla.

Juhis: kirjuta endale, mitte hindamiseks. Soovi korral jaga ühte mõtet ühises ringis.

Aitäh!

Aitäh, et panustad laste ja perede heaolusse ning hoiad keerulistes olukordades fookust lapsel.

Palun täida tagasiside / edasiside vorm