

Tunnikava

Anneliis Rohtsalu – „JULGEN olla KINDEL“

1. Tunni üldandmed

Õppeasutus ja õppekava	OÜ Vibecoding – „JULGEN olla KINDEL“ ehk ametialane enesekindlus
Mooduli nimetus	Suhtlemine ja koostöö keerulistes olukordades
Tunni teema	Suhtlemise oskus: uudishimu, empaatia ja julgus Phil M. Jonesi järgi
Sihtrühm	Laste ja perede heaolu spetsialistid, lastekaitsetöötajad, sotsiaalvaldkonna spetsialistid ning juhid, kelle töö eeldab keerulistes ja emotsionaalselt laetud olukordades selget, väärikat ja lapse huvist lähtuvat suhtlemist.
Tunni maht	Kontakt- või e-õpe 90 minutit. Sellele eelneb vajadusel lühike sisendküsimustik ning võib järgneda õppija vabatahtlik eneserefleksioon või vestluse ettevalmistamise töölehe täiendamine.
Tunni eesmärk	Arendada õppijate suhtlemisoskust viisil, mis aitab keerulises vestluses liikuda hinnangutest ja oletustest selgema mõistmise, usalduslikuma kontakti ning julgete, kuid lugupidavate küsimusteni.
Õpiväljundid	Õppija: 1) selgitab, kuidas uudishimu, empaatia ja julgus toetavad mõjusat suhtlemist; 2) eristab nõuandmist, hinnangulisust ja päriselt kuulavat küsimist; 3) sõnastab vähemalt kolm uudishimulikku ja avavat küsimust keeruliseks vestluseks; 4) kasutab empaatilist peegeldust või kokkuvõtet vestluspartneri vaatenurga mõistmiseks; 5) harjutab vähemalt ühte julget, kuid lugupidavat küsimust, mis aitab jõuda vestluse tegeliku tuumani; 6) seostab õpitut oma tööpraktika ja lapse parima huvi hoidmisega.
Hindamine ja tagasiside	Hindamine on kujundav ja mitteeristav. Õpiväljundite saavutamist toetatakse osalemise, arutelupanuse, küsimuste sõnastamise harjutuse, rollimängu või juhtumipõhise vestlusharjutuse ning lõpurefleksiooni kaudu. Tagasiside antakse jooksvalt suulise edasisidena ning tunni lõpus lühikese eneserefleksiooni abil.
Õppemeetodid	Pehme maandumine, miniloeng koos suunatud aruteluga, kogemusõpe, küsimuste koostamise harjutus, paaris- või rühmaarutelu, rollimäng või juhtumipõhine simulatsioon, peegeldamise harjutus, eneserefleksioon ja lühike tagasiside.
Tunni varustus	Slaidiesitlus, tööleht „Uudishimu, empaatia ja julgus keerulises vestluses“, kirjutusvahendid, vajadusel märkmepaberid või digivahend töölehe täitmiseks, kell või taimer ning mugav ruum paarisaruteludeks.

2. Tunni käigu kirjeldus

Tunni etapp	Aeg	Koolitaja tegevus	Õppija tegevus	Pedagoogiline põhjendus ja õpetamise teooria
-------------	-----	-------------------	----------------	--

I. Aktualiseerimine ja häälestamine	10	Loob turvalise ja rahuliku alguse. Viib läbi lühikese „pehme maandumise“ ning tutvustab tunni eesmärgi: harjutada vestlusoskust, mis algab uudishimust, liigub empaatia kaudu usalduse loomiseni ja jõuab julguseni küsida järgmine vajalik küsimus. Küsib: millistes tööolukordades kipun liiga kiiresti nõu andma, selgitama või kaitsesse minema?	Häälestub teemale, mõtleb ühele keerulisele vestlusolukorrale oma praktikast ning jagab soovi korral ootust või tähelepanekut. Märkab, milline on tema tavapärane suhtlusreaktsioon surve all.	Etapptoetub täiskasvanuõppe ja konstruktivistliku õppimise põhimõtetele: õppija varasem kogemus on õppe lähtekoht. Turvaline algus aitab vähendada kaitsepositsiooni ja loob võimaluse uurida oma suhtlusmustreid hinnanguta. Karm (2013) käsitleb aktualiseerimist kui eesmärgi mõtestamist, eelteadmiste aktiveerimist ja huvi äratamist.
II. Raamistiku loomine: uudishimu → empaatia → julgus	20	Viib läbi miniloenguga põimitud arutelu Phil M. Jonesi kolmiku üle. Selgitab, et uudishimu aitab koguda konteksti enne järeldusi, empaatia aitab mõista teise poole vaatenurka ning julgus tähendab valmisolekut küsida vajalik, vahel ka ebamugav järgmine küsimus. Seob raamistiku lapse parima huvi, rolliselguse ja konfliktsete peresuhetega.	Kuulab, küsib, toob näiteid ning seostab kolmikut oma tööpraktikaga. Märgeb töölehele ühe lause iga mõiste kohta: mida tähendab uudishimu, empaatia ja julgus minu ametialases suhtlemises?	Miniloeng annab ühise keele ja mõisteraamistiku, kuid arutelu hoiab õppija aktiivses rollis. Õppimine on tähenduslikum, kui uus mudel seotakse kohe õppija tegelike tööolukordadega. Suhtluspõhine õppimine toetab mõistmist, sest oskuse kujunemine vajab nii kognitiivset selgust kui ka sotsiaalset läbiarutamist.
III. Uudishimu harjutus: enne järeldust küsin veel	20	Juhendab individuaalset ja paarisharjutust. Palub õppijal valida keeruline vestlusolukord ning sõnastada vähemalt viis avavat küsimust, mis aitavad mõista konteksti enne seisukoha võtmist. Suunab vältima süüdistavaid miks-küsimusi ja eelistama avatud, täpsustavaid ja lapse huvi keskmes hoidvaid küsimusi.	Koostab küsimused nagu „Mis on praegu Teie jaoks kõige olulisem?“, „Mida ma peaksin enne seisukoha kujundamist veel teadma?“ või „Kuidas see mõjutab last praegu?“. Jagab paarilisega ühte küsimust ja saab täpsustavat edasisidet.	Etapptoetub kogemusõppele ja oskuspõhisele harjutamisele. Uudishimu ei jää väärtusena abstraktseks, vaid muutub konkreetseks töövõtteks: õppija harjutab sõnastust, mis aitab vähendada oletamist ja suurendada konteksti mõistmist. Paarisarutelu lisab sotsiaalse õppimise mõõtme ning võimaldab saada kohest peegeldust.
IV. Empaatia ja julgus: peegeldus ning järgmine vajalik küsimus	25	Juhendab rollimängu või juhtumipõhist vestlusharjutust kolmes sammus: 1) kuulan ja peegeldan; 2) sõnastan teise poole vaatenurga neutraalselt; 3) küsin ühe julge, kuid lugupidava küsimuse, mis aitab liikuda tegeliku vajaduse või vastutuse juurde. Tuletab meelde, et empaatia ei tähenda nõustumist, vaid arusaamise kontrollimist.	Harjutab paaris või väikeses rühmas lühikest vestlust. Üks osaleja esitab keerulise osapoole vaadet, teine kasutab peegeldust ja küsib järgmise küsimuse. Seejärel vahetatakse rolle ning märgitakse töölehele, milline sõnastus aitas kontakti hoida.	See etapp põhineb kogemusõppel, rolliharjutusel ja reflektiivsel praktikal. Suhtlemisoskus kujuneb korduva harjutamise, tagasiside ja enesevaatluse kaudu. Empaatiiline peegeldus aitab luua psühholoogilist turvalisust, julge küsimus aga hoiab vestluse eesmärgistatuna ega lase jääda üksnes emotsionaalse müra tasandile.
V. Kokkuvõte, refleksioon ja tagasiside	15	Seob õpitu õpiväljunditega. Palub õppijatel lõpetada kolm lauset: „Järgmises keerulises vestluses olen uudishimulik siis, kui...“, „Empaatiat näitan nii, et...“, „Julgust kasutan siis, kui...“. Kogub lühikese tagasiside ning rõhutab, et edasine harjutamine on õppija enda professionaalse praktika toetamise võimalus, mitte kohustuslik kodutöö.	Sõnastab enda jaoks ühe praktilise suhtlusevõtte, mida saab juba järgmises tööolukorras teadlikult proovida. Annab lühikese tagasiside tunni kasulikkuse ja enda õppimise kohta.	Lõpuetapp toetub enastajuhtivale ja reflektiivsele õppimisele. Õppija sõnastab isikliku rakendussammu, mis aitab õpitu praktikasse üle kanda. Kokkuvõtte ja tagasiside toetavad õpitu kinnistamist ning annavad koolitajale sisendi järgmiste tundide kohandamiseks.

3. Pedagoogilised lähtekohad

- **Täiskasvanuõppe ja õppija kogemus.** Tund lähtub eeldusest, et õppijad on kogenud spetsialistid, kellel on juba olemas keeruliste vestluste kogemus. Õppimine algab nende kogemuste mõtestamisest, mitte valmis vastuste ettelugemisest.
- **Konstruktivistlik õppimiskäsitlus.** Õppija loob uue arusaama varasema kogemuse ja uue raamistiku ühendamisel. Phil M. Jonesi kolmikut ei käsitleta valemina, vaid töövahendina, mida õppija seostab enda rolli, väärtuste ja lapse parima huvi hoidmisega.

- **Kogemusõpe ja reflektiivne praktika.** Küsimuste sõnastamine, peegeldamine ja rolliharjutus võimaldavad suhtlemisostkust turvaliselt proovida. Refleksioon aitab õppijal märgata, mis tema suhtlusviisis toimib ja mida võiks järgmises vestluses teadlikumalt teha.
- **Sotsiaalne õppimine.** Paaris- ja rühmaarutelud võimaldavad õppijatel kuulda erinevaid vaatenurki ning õppida teiste sõnastustest. See on oluline, sest keerulistes vestlustes ei piisa ainult teadmisest, vaid vaja on ka toimivaid lauseid ja kuulamisostkust.
- **Psühholoogiline turvalisus ja eetiline suhtlemine.** Tund rõhutab, et empaatia ei tähenda kõigega nõustumist ning julgus ei tähenda ründavat otsekohesust. Professionaalne suhtlemine hoiab korraga väärikust, selgust ja lapse huvi.
- **Ennastjuhtiv õppimine.** Tunni lõpus ei anta kohustuslikku kodutööd, vaid õppija sõnastab ühe vabatahtliku rakendussammu. See toetab täiskasvanud õppija autonoomiat ja aitab õpitut siduda päris tööpraktikaga.

4. Kasutatavad allikad ja seosed olemasoleva programmiga

- **Phil M. Jones:** „The 3 Critical Ingredients to Communicate with Confidence and Influence Others“ – uudishimu, empaatia ja julgus kui mõjusa vestluse järjestikused koostisosad.
- **JULGEN olla KINDEL programmi materjalid:** Olemasolev koolitusraamistik, mille keskmes on ametialane kindlus, lapse parim huvi, enesehoid ja professionaalne roll keerulistes olukordades.