

**Koolitusprogrammi “Suhtlemiskoolitus, suhtlemispsühholoogia”
alaprogramm ÕPETAJATE KOOL:
Kuidas tunda end õpetajana paremini?
(*T.E.T- Teacher’s Effectiveness Training*)
õppekava**

Sihtgrupp: üldhariduskoolide ja kutseõppeasutuse õpetajad, kursusejuhendajad, klassijuhatajad, õppenõustajad, koolipsühholoogid, sotsiaalpedagoogid jt haridustöötajad ja koolitajad, kes soovivad saada juurde teadmisi ja arendada oma suhtlemisoskusi koolikeskkonnas.

Eesmärk on õppida praktilise harjutamise, rollimängude, kogemuse analüüsi, lühiloengute ja professionaalselt juhitud rühmatööde ning arutelude abil paremini mõistma oma suhteid ümbritsevatega ja neid soovitavas suunas kujundama, ilma seejuures võimu ja vägivalda kasutamata.

Koolitusel käsitletavat teemad:

- kuidas igapäevases koolielus suuta tegutseda nii, et säiliks nii õpilase kui õpetaja enesehinnang, loovus ja arenemistahe;
- kuidas suurendada õppimise ja õpetamise aega;
- kuidas vähendada läbipõlemise ohtu
- abistamisoskused probleemides lapse abistamiseks (aktiivne kuulamine)
- enesekehtestamine läbi mina-sõnumite, mis aitavad ennetada probleemide tekkimist ja õpilaste probleemset käitumist;
- vastupanuga toimetulek;
- võitja-võitja konfliktilahendusmeetod, mis aitab kaasa õpilaste õpimotivatsiooni ja –tulemuste paranemisele ja loob hea pinnase koostööks.

Õpingute kogukestus on 40 akadeemilist tundi, mis koosneb 32 AK tunnist auditoorsest tööst ja 8 AK tunnist iseseisvast tööst. Kokku 1AP mahus.

Õpingute lõpetamise tingimuseks on osalemine ja teadmiste kontroll.

Täiskursuse lõpetanud saavad tunnistuse.

Kursusel kasutatakse põhiliselt aktiivtöö meetodit: grupitööd, arutelud, lühiloengud. Samuti grupi tagasisidestamine personaalselt igale kursuselasele, iseseisev töö oskuste kinnistamiseks ja iseseisev töö osaleja töövihikuga.

Kursuse õppesessioon koosneb 8 osast:

- 1) Avaülesanded – aitavad õpilastel paremini asuda kursuse materjali omandama. Toimuvad enamasti grupiaruteludena ja eesmärgiks on tekitada usaldust grupis ja avatust arutamaks ja arendamaks suhtlemisoskusi.
- 2) Õppesessioonide vahelisel ajal saadud kogemuse jagamine - iga õppesessioon algab õpilaste omavahelise kogemuste jagamisega ja analüüsimisega.
- 3) Õppesessiooni ülevaade – koolitaja koostatud õppesessiooni kava (programmi) tutvustamine.
- 4) Koolitaja presentatsioon – sessiooni kavasse kuuluvate mõistete ja oskuste tutvustamine koolitaja poolt presentatsiooni vormis eesmärgiga valmistada kursusel ette nende oskuste treeningharjutusteks ja hilisemaks igapäeva-elus kasutamiseks. Presentatsioon sisaldab näitlikke materjale, koolitaja näitlikku selgitust ja fokuseeritud grupiarutelusid.
- 5) Struktureeritud õppimine ja harjutamine (rollimängud) - kõige tähtsam osa sessioonil on õpitavate oskuste harjutamine mängides läbi konkreetseid situatsioone. Harjutuste läbiviimisel kasutatakse osaleja Tööraamatut, rollimängu kaarte jne.
- 6) Grupiarutelud – järgnevad alati oskuste harjutamistele (rollimängudel) ja aitavad õpilastel kinnistada harjutuste käigus saadud kogemust.
- 7) “Kodused ülesanded” – annab koolitaja õpilastele iga sessiooni lõpus eesmärgiga harjutada õpitud oskusi igapäeva-elus. Samuti saavad õpilased ülesandeks lugeda läbi järgmine osa Tööraamatust, et valmistuda järgmiseks sessiooniks.
- 8) Õpitu ja kogemuste analüüsimine – grupiarutelu, mis võtab kokku sessioonil õpitu.

Kursusel käsitletavat teemat on:

1. sessioon

- Ülevaade kursusest
- Kursuse eesmärgid, käsitletavat oskused
- Tõhusa õppimise ja õpetamise takistused
- Käitumise mõiste
- Isiklike eesmärkide seadmine

2. sessioon

- Käitumise aken
- Kellel on probleem?
- Õpilase probleemi märkamine
- Suhtlemistõkete äratundmine
- Abistamisoskused

3. sessioon

- Aktiivne kuulamine, selle mõju teadvustamine
- Tingimused aktiivseks kuulamiseks
- Aktiivse kuulamise harjutamine

4. sessioon

- Selge ja ebaselge eneseväljenduse erinevused
- Mina-keele äratundmine ja kasutamine
- Kehtestav mina-sõnum, selle mõju teadvustamine

5. sessioon

- Kehtestamise harjutamine
- Vihatundega toimetulek
- Õpilase vastupanuga toimetulek

6. sessioon

- Konflikti olemuse mõistmine
- Vajaduste määratlemine
- Erinevate konfliktilahendusmeetodite äratundmine
- Võimu kasutamise riskid

7. sessioon

- Vajaduste eristamine lahendustest
- Võitja-võitja meetod
- 6-sammulise konfliktilahendusmeetodi harjutamine

8. sessioon

- Õpetaja roll konfliktivahendajana
- Sisukeskne diskussioon õppimisprotsessis
- Väärtuslik aeg
- Kuidas hoida oma tassi täis?

9. sessioon

- Väärtuserinevuste teadvustamine
- Väärtuskonflikti äratundmine
- Väärtuskonfliktide erinevad lahendusviiside tundmaõppimine
- Väärtuste mõjutamise võimalused

Õppeainete loend ja maht tundides

Õppeaine	Auditoorne õpe =teooria+teoreetilis- rakenduslik õpe	Iseseisev õpe	Kokku
Suhtlemistreening	4	1	5
Suhtlemistreeningu kogemuse analüüs	3	1	4
Tagasiside andmine	6	1	6
Aktiivne kuulamine	5		5
Enesekehtestamine	5		6
Mina-teated	3		3
Toimetulek konfliktidega	5	1	6
Õpetaja roll õppimisprotsessis	5		5
		Kokku	40

Täiendav kirjandus:

Thomas Gordon „Õpetajate kool“, kirjastus Väike Vanker 2006

Thomas Gordon „Tark lapsevanem“, kirjastus Väike Vanker 2003

Thomas Gordon „Kas sellist last tahate teie?“, kirjastus Väike Vanker 2003

Osaleja tööraamat.