

E L L U J Ä Ä M I N E
Õ P E T A J A N A

Ülle Suur



Ülle Suur
Ellujäämine õpetajana

Toimetaja Anne-Mari Alver
Kujundaja Lea Sõmer
Kaanepildi joonistas Elisabet Suur

Selles raamatus avaldatud materjali kohta autoriõigused ei kehti:
paljundamine ja levitamine kõikides vormides on lubatud.

ISBN 978-9949-9000-8-4

Ma jõudsin hirmutavale järeldusele,
et mina olen määrav element klassiruumis.
Minu lähenemine loob õhkkonna.
Minu igapäevane tuju määrab ilma.
Õpetajana on mul tohutu jõud
muuta lapse elu kas õnnetuks või õnnelikuks.
Ma võin olla kas piinamise tööriist
või inspiratsiooni instrument.
Ma võin alandada või luua hea tuju,
vigastada või tervendada.
Kõigis situatsioonides on minu reageering see,
mis määrab, kas kriis suureneb või väheneb,
kas laps muutub ebainimlikumaks või inimlikumaks.

H. Ginott,
õpetaja, psühholoog, psühhoterapeut

SISUKORD

SISUKORD	6
SISSEJUHATUS	8
I OSA ÕPETAJALE.....	10
Õpetaja profiil.....	10
Kõlbeline käitumine.....	10
Algatusvõime.....	11
Empaatia.....	11
Järjekindlus.....	12
Koostöövalmidus.....	12
Pingetaluvus.....	13
Tolerantsus.....	13
Vastutustunne.....	14
Emotsionaalne stabiilsus.....	14
Õpetaja esinejana.....	16
Rahulikult jäämine.....	16
Kõne.....	18
Kehahoid.....	19
Käed.....	20
Silmside.....	22
Riietus.....	22
Värvivalik.....	22
Õpetaja hindamine.....	25
Tagasiside õpetajale. Ametlikult.....	25
Tagasiside õpetajale. Inimlikult.....	27
Laste hindamine.....	30
Eelarvamused.....	30
Taju.....	31
Objektiivsus.....	31
Hinnangud.....	32
II OSA RASKED LAPSED.....	33
Kodu.....	35
Üliaktiivsed lapsed.....	39
Agressiivsed lapsed.....	41
Laps, kes valetab.....	47
Lapsel/noorel on toitumishäire.....	49
Vägivald all kannatavad lapsed.....	51

Enesetapust mõtlevad lapsed	59
Ohtlikus seisus teismelised	63
Lapsed ja noored, kes ise endale haiget teevad	67
III OSA PROBLEEMID	70
Probleemsed suhted kolleegidega.....	70
Probleemid isiklikus elus.....	80
Psüühiline kriis ja selle põhjused.....	80
Kriisi etapid	83
Traumajärgne stressiseisund.....	95
Kriisiolukord ja selle juhtimine	97
LÕPETUSEKS	102
Minu tänusõnad:	103

SISSEJUHATUS

Selle raamatu saamise lugu on lihtne ja loomulik. Mõned asjad elus lihtsalt peavad tehtud saama, teistega võib oodata. Vahel vähem, vahel kauem, vahel lõpmatuseni. Selle raamatu kirjutamisega polnud vaja enam oodata. See on tema tulemiseks just õige aeg.

Olen praeguseks tegelnud pedagoogika ja psühholoogia valdkonnaga kakskümmend neli aastat. Selle aja sisse mahub lisaks õpingutele õpetamine koolis ja kõrgkoolides, vähesed ähmased katsetused teaduse vallas, töötamine psühholoogina riiklikes jõustruktuurides, täiskasvanute kriisipsühholoogiaalane koolitamine, erapraksis psühholoogina.

90ndate lõpupoole olin lektorina esinemas mitmetes eesti väikekoolides, teemaks elukriisidega toimetulek. Pärast järjekordset loengut tuli minu juurde üks juba pensioniea ületanud õpetaja ning ütles, et loengutsükli pealkirja võiks ära muuta: selleks võiks olla lihtsalt inimlikkuse õpetus kõigile neile, kes õpetavad. See, mis on eluks nii vajalik, nii loomulik, nii inimlik – see kõik on kuhugi kadunud. Hoolimisest on saanud hoolitsemine, teineteise hoidmisest materiaalse kindlustatuse tagamine, siirast jutuaajamisest pinnaalne suhtlus jne. See õpetaja sai aru ja hoolis. Aitäh talle.

Püüdsin käesolevasse raamatusse koondada mulle endale enam korda läinud ja olude sunnil rohkem kokkupuudet pakkunud teemad, alates täiskasvanute katkisest hingemaailmast ja selle kokkulappimisest kuni laste enesetappudeni. On ka kergemaid vahepalu, nagu näiteks värvidega mängimine ehk teisisõnu värvide mõju ja nende kasutamine õpetaja töös, vestluskaaslase mõjutamine mitmel erineval viisil jm. Enamike teemade puhul kasutan loengulist kirjastiili, mis annab lugejale võimaluse raamatust saadud teadmisi omakorda lihtsamalt teistele edasi anda. See pole keelatud. See on lausa soovituslik, et mitte öelda kohustuslik. *Copywrite* keeld käesolevast raamatust leitavate eluliste äraununenud põhitõdede edasiandmise kohta ei kehti.

Siiski eeldan, et lugeja suhtub minusse kui käesoleva raamatu autorisse lugupidamisega ning sellest samast lugupidamisest minu vastu loeb läbi terve raamatu algusest lõpuni. Kui midagi meelde jääb, on hästi. Kui midagi

kasutuskõlblikku leiab, on juba väga hästi. Eriti hästi on aga sel juhul, kui see, mida siit raamatust välja lugeda võib, lugejale ka sügavalt korda läheb. Sel juhul saan autorina öelda, et lugupidamine on vastastikune.

Parimat,
Ülle Suur

P.S. Raamatu sihtrühm:

õpetaja, kasvataja, ringijuhendaja, sotsiaaltöötaja, lastekaitespetsialist, meditsiinitöötaja, personali- või muu juht, aktiivne suhtleja ja hea sõber; ema, isa, vanaema, vanaisa – Sina, kes Sa hoolid.

I OSA ÕPETAJALE

Õpetaja profiil

Mõistet *õpetaja* kasutatakse kutsekirjelduses koolieelse lasteasutuse õpetaja, klassiõpetaja, aineõpetaja (põhikooli ja gümnaasiumi aineõpetaja ja kutseõppeasutuse üldhariduslike õppeainete õpetaja) ja eripedagoogi tähenduses.

Õpetaja kutsestandard ütleb meile järgmist:

õpetaja järgib üldnimlikke eetilisi põhimõtteid ja austab õppija individuaalsust ning inimväärikust. Õpetaja isikuomaduste hulka kuuluvad kõlbelisus, algatusvõime, empaatia, järjekindlus, koostöö- ja suhtlemisvalmidus, pingetaluvus, tolerantsus, vastutustunne, emotsionaalne eneseteadlikkus ja stabiilsus.

Kõlbeline käitumine

Inimese kõlbeline või n-ö mitte kõlbeline käitumine sõltub suuresti tema sisetest eetilistest piiridest või nende piiride hägususest. See, kuidas ja millisenä õpetaja käitub koolikeskkonnas, ei anna adekvaatset ülevaadet tema tegelikust kõlbelisest olemusest. Ja ei peagi andma. On üsnagi inimlik, et erinevates keskkondades, tööl ja kodus, käituvad nii lapsed kui ka täiskasvanud erinevalt ning jätavad endast teadlikult sellele keskkonnale vastava ja sobiva mulje. Kui me lasteaias käivate laste puhul vahel imestame ja otsime abi psühholoogidelt, miks laps kodus käitub ühtmoodi ja lasteaias kardinaalselt erinevalt, siis kuidas analoogne käitumine täiskasvanute puhul saab täiesti taunitav olla? Ei saagi.

Kui õpetaja kodus nädalavahetusel grillib ja sinna kõrvale õlut joob või pärast pingelist eksamiperioodi veinipudeli lahti nõõbib ning mööduv kolleeg või õpilane seda nägema juhtub, üldistatakse see sageli “ebakohase käitumise” ühise nimetaja alla, mis omakorda võib seada kahtluse alla selle õpetaja kõlbelisuse ning sobivuse pedagoogilisele tööle. Sama võib juhtuda, kui mõni ultramoodsalt riietuda armastav nooremapoolsem õpetaja ei ole oma vanemate kolleegide silmis piisavalt õpetajalik ning pälvib sellega nii kolleegide kui teinekord ka lapsevanemate halvaks panu. Näiteks esitasid

kaks lapsevanemat pretensiooni ühe lasteaiatõpetaja kohta, kes nende arvates ei kandnud töö juures õpetajale sobivalt riietust. See õpetaja, söimerühma õpetaja, kandis töö juures kitlit... Aastaid tagasi, muide, kandis valdav osa lasteaiakasvatajatest töö juures kitlit.

Kas see, kuidas me käitume vabal ajal, kuidas armastame riietuda, kuidas liigelda, millist sõnavara kasutame jne, annab üldse teistele inimestele õiguse meile hinnanguid anda? Arvan siiski, et mitte. Kui me käitüksime õpetajate-na üliviksilt ja viisakalt, riietüksime rangelt kostüümidesse ja ülikondadesse, ei tarvitaks iial alkoholi ega suitsetaks (väljaspool õppeasutuse territooriumi loomulikult), liikleksime keskkonnasäästlikult ainult jalgrattaga või käiksime jala, loeksime ainult erialast kirjandust jne, siis mis imevalemiga me saaksime aru ja oskaksime aidata puberteediealist, kes tuleb alkoholi jääknähtudega tundi, kuna elu esimene armastus on teda lootusetult alt vedanud? Kui õpilased esitavad küsimuse ajakirja Playboy viimase numbri kohta ja meil pole aimugi, mis ajakirjaga üldse tegemist võiks olla, siis millisena näiks küll meie autoriteet õpilaste silmis? Jään seisukohale, et õpetaja on ka inimene ning oma valikutes vaba, iga inimene aeg-ajalt ka eksib – nii oma sõnades kui ka käitumises, ning et eksimine on inimlik ja lubatud. Probleem tekib sel juhul, kui eksimused muutuvad valdavaks osaks õpetaja käitumisest, kuid nagu me kõik teame, juhtub sellist asja siiski üliharva.

Algatusvõime

Algatusvõime, mille olemasolu õpetajalt samuti eeldatakse, on tegelikult selline omadus, mis mõnel inimesel domineerib rohkem, teisel vähem. See, et mõni õpetaja ei ole piisavalt algatusvõimeline või on seda vähemal määral kui ta kolleegid, ei tee temast veel halba ning mitesobivat õpetajat. Ühe omaduse puudumise või vähesuse kompenseerib tavapäraselt mõne teise omaduse suurem ilmnenimine. Nagu puude puhul: inimene, kes halvasti kuulleb, tajub maailma mõne teise meelega paremini. Nii võib ka vähene või tagasihoidlik algatusvõime olla kompenseeritud näiteks teistest rohkem arenenud huumoritaju, põhjalikkuse, empaatiavõime vmt-ga.

Empaatia

Harilikult mõistetakse empaatia alla arusaamist teise inimese tunnetest. Miskipärast aga unustatakse ära, et empaatial on ka teine pool – selle arusaamise väljanäitamine. Kui õhtul pärast tõsiselt probleemset tööpäeva õnnetuna koju lähed, on ju vähe sellest, et abikaasa mõistab, et sul oli raske päev. Abi on temast ja ta empaatilisusest sel juhul, kui ta ka tuleb ütlema, et ma näen, et