

USALDUSE EHITAMINE



(TÖÖS)
NOORTEGA
JA KOOSTÖÖS KOLLEEGIDEGA
ÕPPEMATERJAL

 TALLINNA ÜLIKOO



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

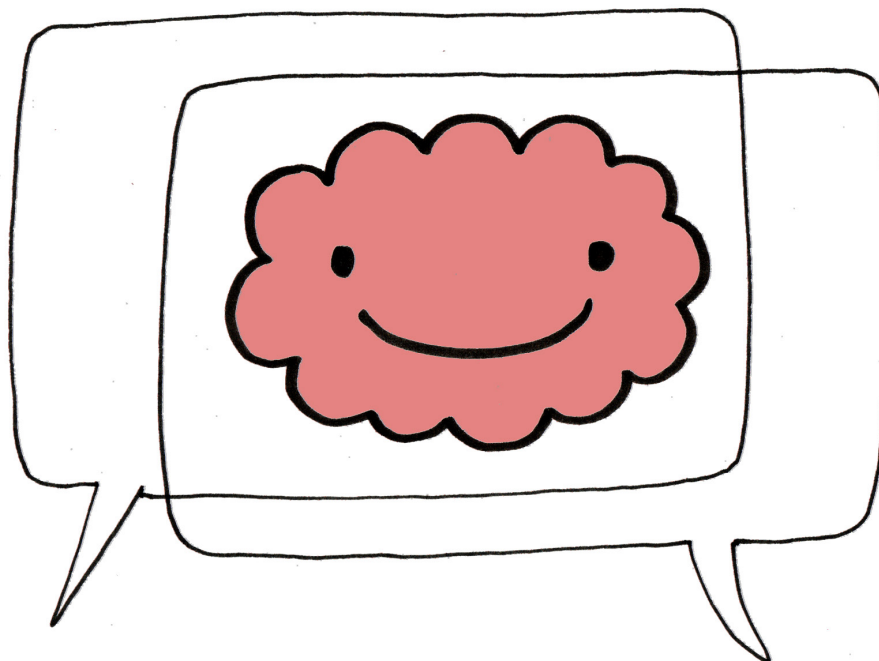


HARIDUS- JA
TEADUSMINISTEERIUM



HARIDUS- JA NOORTEAMET

KOOSTAJAD ILONA-EVELYN RANNALA JA KATRIN KARU
ILLUSTRATSIOONID JA KUJUNDUS PIRET RÄNI



USALDUSE EHITAMINE

(TÖÖS) NOORTEGA
JA KOOSTÖÖS KOLLEEGIDEGA



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks



TALLINNA ÜLIKOOL



HARIDUS- JA
TEADUSMINISTEERIUM



HARIDUS- JA NOORTEAMET

Materjal valmis projekti „Noorte sotsiaalne tõrjutus“ raames, mille tegevusi rahastatakse haridus- ja teadusministri kinnitatud ning Haridus- ja Noorteameti poolt elluviidava Euroopa Sotsiaalfondist kaasrahastatud programmi „Tõrjutusriskis noorte kaasamine ja noorte tööhõivevalmiduse parandamine“ tegevuse 6.4 „Teadmiste suurendamine noortest ja noortele suunatud tegevuste mõjust“ vahenditest.

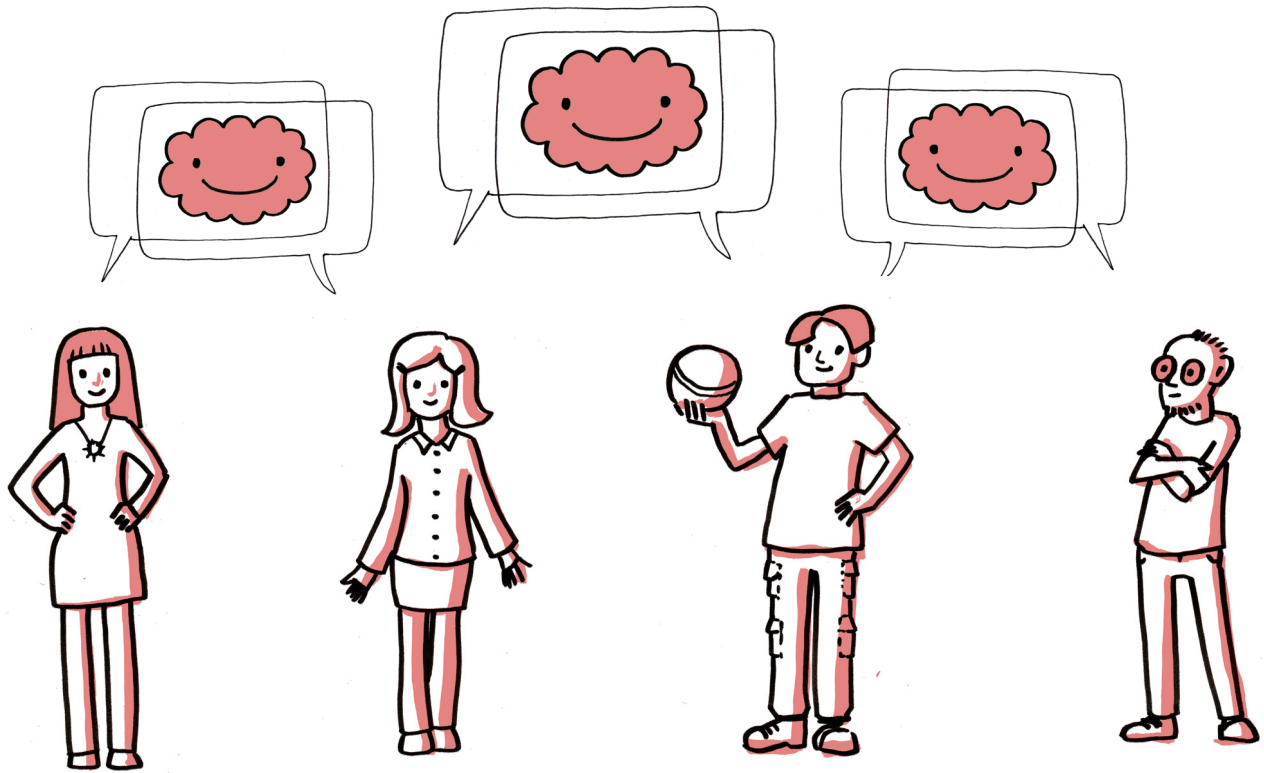
Viitamine:

osad I-IV: Rannala, I-E., Karu, K. (2023). Osa pealkiri. Rannala, I-E., Karu, K. (koostajad) Usalduse ehitamine (töös) noortega ja koostöös kolleegidega. Õppematerjal. Tallinna Ülikool

osa V: Nugin, R., Kazulja, M. (2023). Persoonad. Rannala, I-E., Karu, K. (koostajad). Usalduse ehitamine (töös) noortega ja koostöös kolleegidega. Õppematerjal. Tallinna Ülikool.

ISBN 978-9949-29-702-3 (pdf)

TALLINN 2023



Usalduse ehitamine (töös) noortega ja koostöös kolleegidega

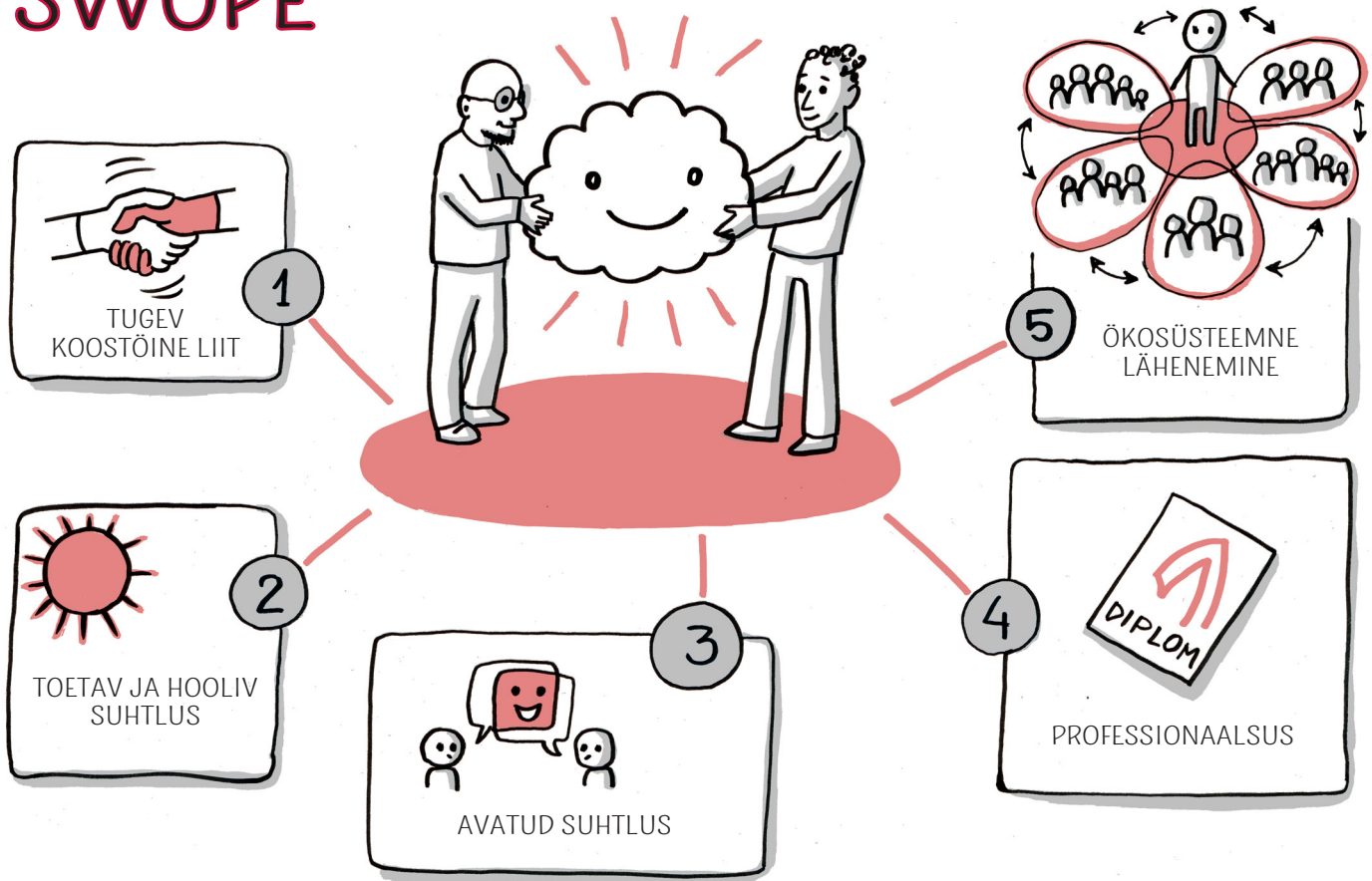
Usaldus on tundlik teema, millest räägitakse ühiskonnas pigem vähe ja pinnapealselt. Eesti Vabariigi President Alar Karis ütles 24. veebruaril 2022 muu olulise seas järgmist: “Me ei oska tihti hoida suhteid lähedastega, meil napib neid, kelle poole abi saamiseks pöörduda. Sageli häbenevad noored ka abi otsida, ja jäävadki endaga üksi. Kuid ennekõike ei räägi me sellest teemast piisavalt, ei mõista probleemide tõsidust ega oska märgata hädasolijad ja kipume pidama nende muret nõrkuse tunnuseks.”

Usalduse ehitamise teema võtsime fookusesse, et sellesse lihtsasse, kuid niivõrd olulisse teemasse sügavamalt vaadata. Õppematerjal käsitleme usaldusliku suhte loomist nii spetsialisti ja noore vahel kui ka noori toetavate spetsialistide vahel. Soovime, et kõik noortega ametialaselt otseselt kokku puutuvad spetsialistid – näiteks lastekaitsetöötajad, (huvikooli) õpetajad, (mobiilsed) noorsootöötajad, karjäärispetsialistid, treenerid jne – aga ka vabatahtlikud nagu näiteks noorteorganisatsioonide juhendajad, kirikunoorsootöö tegijad, noortejuhid jt väärtustaksid usaldusliku suhte loomist noorega, et osata teda kuulata ja tema muresid märgata. Selleks on oluline spetsialistide enesekindlus, teadmised ja oskused, et nad suudavad noort toetada ning et neil on selleks ette nähtud piisavalt tööaega, mida võimaldavad ja väärtustavad nende tööandjad.

Õppematerjal loome raamistiku usalduse mõtestamiseks ja mõistmiseks ning pakume mõtteainet, miks ja kuidas usaldust töös noortega üles ehitada ning oluliseks pidada. Õppematerjal on kasutatav laiemalt noortega tegelevate inimeste töös, kuigi siinses materjalis pakume lugusid spetsiifilisemalt tõrjutusriskiga noortest, kes kogevad majandusliku toimetuleku riskusi või sotsiaalse toe ja kuuluvuse vähesust ning kes vajavad seetõttu abi enesekindluse, kodanikutunde ja sotsiaalse agentsuse toetamisel. Lähtume sotsiaalse tõrjutuse dünaamilisest käsitlusest, mille kohaselt ei ole sotsiaalne eemalejäämine indiviidi omadus, vaid keskkonnategurite mõjul esineda võiv olukord, mida on võimalik keskkondlike tegurite abil ennetada või tasakaalustada¹.

¹ https://www.tlu.ee/sites/default/files/Instituudid/%C3%9CTI/RASI/2022_RASI%20toimetised%20nr%2021_TASK-U.pdf

SWOPE



Õppematerjalile struktuuri luues toetusime SWOPE mudelile², kus kirjeldatakse peamisi tõrjutusriskis noortega töötamisel vajalikke samme järgmiselt:

- 1. TUGEV KOOSTÖINE LIIT** (*Strong Working Alliance*), mis sisaldab head kontakti ja sidet täiskasvanu ning noore vahel; eesmärkides ja tegevustes kokkuleppimist. Hea side saab tekkida üksnes vastastikuse usalduse baasilt ja on tugeva koostöö alus.
- 2. TOETAV JA HOOLIV SUHTLUS** (*Warmth and Support*): siiras ja hooliv suhtumine noortesse, mis väljendub selgelt käitumises ning annab noortele märku, et see on turvaline ruum, kus olla. Ühtlasi võimaldavad toetus ja hoolimine noortel sotsiaalseid oskusi turvaliselt harjutada ja emotsioone väljendada.
- 3. AVATUD SUHTLUS** (*Open Communication*), mis sisaldab aktiivset kuulamist, sh tagasipeegeldamist ja

empaatiat. See võib olla eriti oluline noorte jaoks, keda täiskasvanud varasemalt tähele pannud ja mõistnud ei ole või kes on kogenud väärkohtlemist ning muid täiskasvanutega seotud pettumusi.

- 4. PROFESSIONAALSUS** (*Professionalism*). Eelkõige professionaalsest eetikast ja kokkulepetest kinnipidamine, kindlasti ka spetsialisti järjepidev eneseanalüüs ning oma käitumise mõistmine.
- 5. ÖKOSÜSTEEMNE LÄHENEMINE** (*Ecosystemic Approach*), mis tähendab terviklikku lähenemist ja noore ümber olevate mõjuteguritega arvestamist, olgu selleks perekond, sõpruskond, terviseetemed, majanduslikud küsimused jne.

² Michael Valenti, Karen L. Celedonia, April Wall-Parker, Amy Strickler (2020). *Trust is essential: Identifying trust building techniques from youth providers across the service array*, *Children and Youth Services Review*, Volume 117, 105-295, <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105295>

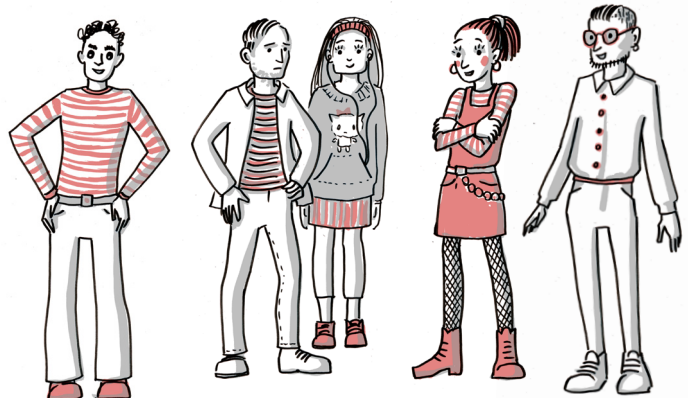
ESIMESES OSAS „USALDUSE EHTAMISE RAAMISTIK” käsitleme mudeli kolme esimest sammu: inimestevahelise usalduse loomise vajadust, põhimõtteid ning võimalusi.

TEISES OSAS „PROFESSIONAALSUS: ENESEANALÜÜS, HEAOLU JA ENESEHOID“ uurime enesehoiu ja -arengu ning professionaalse heaolu teemasid, mis on eriti olulised vaimse tervise väljakutsete taustal.

KOLMANDAS OSAS “ÖKOLOOGILINE SÜSTEEMITEOORIA JA KOOSTÖÖVÕRGUSTIKUD” käsitleme ökosüsteemset vaadet noort toetavate spetsialistide koostöö kaudu. Kuigi õppematerjali rõhuasetus on inimestevaheliste usalduslike suhete loomisel, mõistame samas, et edu võtmeks on noort ümbritsevatel koostöövõrgustikel ja kogukondadel, kus usaldust loov spetsialist mängib olulist rolli sildisikuna.

Iga osa juures on õppimiseks teemakohane raamistik, võimalus õpitud refleksiooniharjutuse abil mõtestada ja luua teadmistele rakenduslik väärtus. Õpitu mõtestamiseks on igas alaosas “Peatu ja mõtesta”. Õpitu kasutamiseks tutvustame tööriistakasti, kus on näiteid sihipärasest tegevusest ja meetoditest, mille valdamine toetab professionaalsust töös tõrjutusriskis noortega.

Õpitu kasutamise kogemust pakume isikute kaudu, mille esitame materjali lõpuosas. Tutvustame uuringu käigus loodud isikuid ja anname võimaluse õppematerjalist tutvustatud põhimõtteid ja tööriistu nende lugude näitel kasutada.



Õppematerjal on teekond ning selles ei ole midagi lõplikku, siin on tükid mosaiigist, millest saab ise oma terviku kokku panna: kohanda, täienda, proovi, muuda, leia juurde ning tee seda koos kolleegide või noortega.

SISUKORD

I USALDUSE EHTAMISE RAAMISTIK	8
Usalduse põhimõtted	10
Usalduse loomise võimalused	15
II PROFESSIONAALSUS: ENESEANALÜÜS, HEAOLU JA ENESEHOID	19
Eneseanalüüsi vajalikkus professionaalse tegutsemise seisukohast	19
Heaolu ja enesehoid	20
Elukestev õpe	24
Professionaalne praktikakogukond kui spetsialisti arengu toetaja	25
III ÖKOLOOGILINE SÜSTEEMITEOORIA JA KOOSTÖÖVÕRGUSTIKUD	26
Ökoloogiline süsteemiteooria	26
Võrgustikud ja eestvedamine	28
Sekkumismudel TASK-U KOV tasandil ennetustöö tegevusraamistik	31
IV JUHEND PERSOONADE JA TEEKONDADE KASUTAMISEKS	35
V PERSOONAD	36

Õppematerjalile löid sisu:

KOOSTAJAD ILONA-EVELYN RANNALA JA KATRIN KARU

Saame tuttavaks!

Tere, olen Ilona-Evelyn Rannala, Tallinna Ülikooli noorsootöö korralduse dotsent. Noorsootöös olen tegutsenud üle 20 aasta erinevates rollides - otse noortega töötades, Tallinnas noorsootööd arendades ning täna siis õppejõuna.



Tere, olen Katrin Karu, Tallinna ülikooli andragoogika dotsent. Mul on üle 25 aasta kogemust mitteformaalõppe läbiviijana ja täiskasvanute õppimise toetajana. Olen kaasa aidanud mitmetele mitteformaalõpet käsitletavatele uuringutele ja usun, et see kogemus on väärtuslik õppematerjali loomisel.

Meie eesmärgiks on õppematerjali abil aidata inimestel, kes noortega tegelevad, paremini mõista ja rakendada usalduse ehitamise teemat. Täname Teid, et olete õppematerjali avastamas ja seda kasutamas ning ootame huviga koostööd.

MATERJALI TAGASISIDESTASID NING KAASA MÖTLESID:

Materjali valmimine oli koostöine protsess, millesse panustasid Tallinna Ülikooli üliõpilased noorsootöö korralduse magistriõppekava aine "Noortevaldkonna võrgustikud ja arendus" ning üleülikoolilise aine ELU (Erialasid Lõimiv Uuendus) raames. Kaasa mõtlesid: Eve Aasa, Anna Demina, Darja Djatšenko, Elen Hermanson, Krislin Heinsoo, Reelika Ivenkova, Jaana Kotke, Johanna Oll, Mai Pitsner, Kaie Pranno, Laura Svarval, Kaire Tobias, Maarja-Ly Teino, Cerda Männiste, Carl-Tristjan Seeberg, Carmee Lisette Pomerants, Diana Loit, Kirill Dremljuga, Ksenja Aleksejeva, Liisa-Helena Tagam, Lisa Kõllamõts, Merit Andresoo, Riin Reinpalu, Tiina Uibo ja Triin Oldekop.

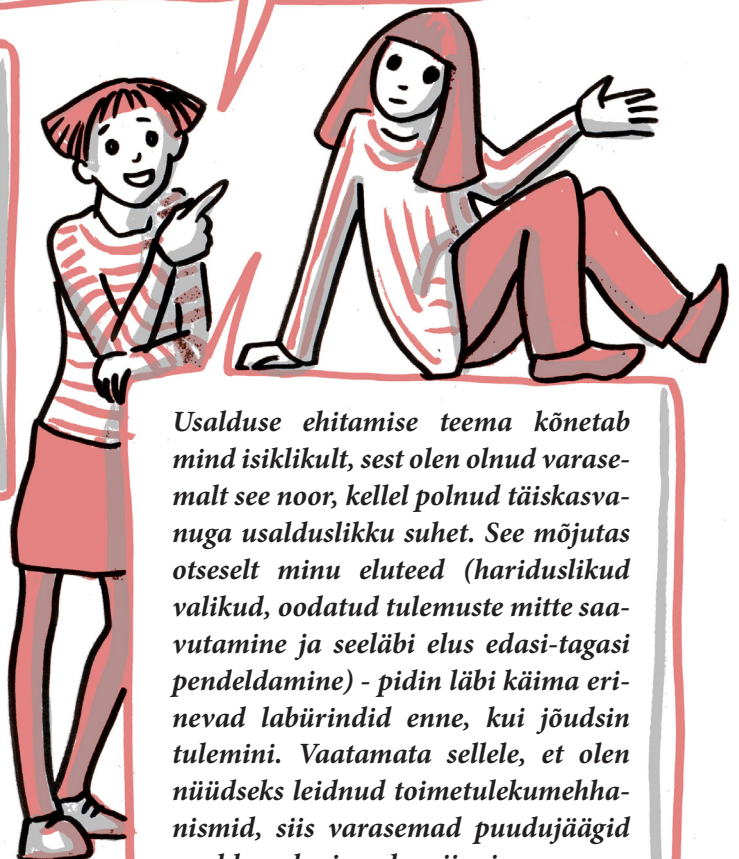


Täname kõiki osalenud üliõpilasi, spetsialiste ning noori, kes protsessi vältel oma kogemusi ja arvamusi jagasid!

Osalen aeg-ajalt oma 3. klassi lapse õppetöös ja otsustasin ühe tunni raames rääkida 9–11aastaste lastega usaldusest lapse ja täiskasvanu vahel, selle tähtsusest ja olulistest piiridest. Viisin tunni läbi 20 õpilasega ja kui ma küsisin, kas neil on keegi, kelle poole nad võivad pöörduda ükskõik, millise murega, ükskõik kui suur või väike see mure on, pelgamata, et nendega pahandatakse, tõstsid neist käe vaid viis. Ma ei olnud selleks valmis – nad on ju nii pisikesed!

Olen selle klassiga kaks aastat tööd teinud, oleme õppinud emotsioone, oskusi tugevate tunnetega toimetulekuks, joonistanud tugevuste kaarte. Seetõttu sain nendega avatult arutada, kelle poole pöörduda ka koolis, kui näiteks kiustatakse või nad ennast vaimselt ja emotsionaalselt hästi ei tunne. Hästi kurb oli kuulda, et nad ei taha kooli spetsialistide poole pöörduda seetõttu, et nad pelgavad, et täiskasvanu räägib mure kas vanematele või õpetajatele edasi – järelikult puudub juba kolmandas klassis suutlikkus täiskasvanut usaldada. Rõõmu tegi, et enamus julgeks pöörduda klassijuhataja poole, sest neil on koos õpetajaga muresid varem edukalt lahendatud. Laste tagasiside oli nii siiras – „ärge küsige kurja tooniga, et mis meil jälle viga on, me ei taha nii rääkida ju oma asjadest“.

Õppisin projekti käigus nägema usaldust ja usalduslikku suhet hoopis uue vaatenurga alt. Olen seda alati väga oluliseks pidanud, kuid õppisin seda, et ma ei saa noort aidata, kui ma olen ise väsinud, pole kohal. Õppisin aru saama, kui oluline on märgata ka iseennast (spetsialisti rollis). Saan olla abivalmis ja toetav spetsialist vaid siis, kui minu enda „tassike“ on täis. Pean oskama leida aega endale ja siis saan ka noore jaoks olla just see spetsialist, kellest me terve projekti vältel rääkinud oleme.



Usalduse ehitamise teema kõnetab mind isiklikult, sest olen olnud varasemalt see noor, kellel polnud täiskasvanuga usalduslikku suhet. See mõjutas otseselt minu eluteed (hariduslikud valikud, oodatud tulemuste mitte saavutamine ja seeläbi elus edasi-tagasi pendeldamine) – pidin läbi käima erinevad labürindid enne, kui jõudsin tulemini. Vaatamata sellele, et olen nüüdseks leidnud toimetulekumehhanismid, siis varasemad puudujäägid avalduvad minu elus siiani.

Usalduse loomiseks ja hoidmiseks on vaja aega - seda näitavad teemakohased uuringud ning kinnitasid ka selles protsessis osalenud spetsialistid. Enda nägemine usaldust loova täiskasvanuna ning oma õpikohtade ja vajaduste märkamine sellel teekonnal nõuab samuti aega. Loodame, et sul on aega, et samm-sammu haaval usalduse ehitamise põhimõtetele süveneda ning kas üksi või koos töö- ja mõttekaaslastega usalduse ehitamiseks sobilikke tööriistu proovida või kohendada.

I

USALDUSE EHITAMISE RAAMISTIK

Õppematerjali esimeses osas räägime usaldusest ning kuidas seda luua. Mõtleme koos, mida tähendab inimestevaheline usaldus, miks see töös (tõrjutusriskis) noortega vajalik on, kuidas ennast usalduse ehitamiseks ette valmistada ning millele kindlasti selles protsessis tähelepanu pöörata. Raamistik tugineb teaduskirjandusele ja -uuringutele.

Mis on usaldus ja miks see on oluline töös noortega?



Joonis 1. Kuidas kirjeldatakse usaldust

Nagu jooniselt 1^{3 4 5 6} näha, kirjeldatakse usaldust suhte ja suhtlusena inimeste vahel, usaldus on mõõde suhetes. Ühtlasi on see protsess, mille käigus on vajalik saavutada vastastikune mõistmine, turvatunne, austus ja ausus. Seda, kuidas ja millal usaldus täpsemalt kujuneb, on uurijad selgitanud erinevate vaatenurkade abil, näiteks kultuuriline, kogemuslik või pärilik isiksuseomaduste lähenemine⁷. Õppematerjali kontekstis on oluline mõista, et usalduse loomine inimeste vahel sisaldab valmisolekut ja julgust olla haavatav, kartmata enda heaolu pärast. Noored, kes on täiskasvanutega seoses pettumusi kogunud, ei

pruugi end uutele täiskasvanutele ja spetsialistidele avada, sest neil puudub kindlustunne. Ometi peetakse just usaldust ja selle loomist üheks eduteguriks töös tõrjutusriskis noortega⁸. Usaldus tekib õhkkonnas, kus puudub vajadus end kaitsta, kus saab tunda end mugavalt, kui noore isiklike vajaduste ning väljakutsete üle arutletakse. Sellises keskkonnas on noorel võimalik tunda hoolivust, toetust ja empaatiat. See aitab probleemidest rääkida ning koos neile lahendusi otsida. Oleme seisukohal, et noorte usaldus sisaldab uskumust ja ootust, et teised inimesed seisavad nende huvide eest ega tee neile teadlikult või tahtlikult liiga⁹.

USALDUSLIK SUHE NOOREGA - MIKS ME SEDA VAJAME?



POSITIIVNE EESKUJU

Oma tegude ja sõnadega oleme noortele eeskujuks - millise kvaliteediga suhteid nemad tulevikus looma hakkavad, sõltub täna meist.



AGENTSUSE VÕIMESTAMINE

Iga täiskasvanu on oma elu ekspert. Et noorest kujuneks oma elu ekspert, kel on võime maailma muutuseid luua, plaane teha ja neid ellu viia, peame teda julgustama ja võimestama – kuulama ära tema arvamuse ja olema dialoogipartnerid.



LOOME KUULUVUS- TUNNET

Me kõik vajame tunnet, et oleme olulised, läheme korda ja et meid märgatakse. Noore ümber on sõbrad, aga täiskasvanu perspektiiv ja partnerlus on kasvamisel tähtis.



MINU ARVATES...

... on usalduslik suhe noortega vajalik, sest ...

Joonis 2. Miks vajame usalduslikku suhet?



PEATU JA MÕTESTA 1

Spetsialistina või eriala õppiva üliõpilasena sõnasta endale, miks sinu arvates on vajalik luua noorega usalduslik suhe.

3 Aisha N. Griffith, Haley E. Johnson. (2019). Building trust: Reflections of adults working with high-school-age youth in project-based programs, *Children and Youth Services Review*, Volume 96, 439-450, <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2018.11.056>

4 Spencer, R., Basualdo-Delmonico, A., & Lewis, T. O. (2011). Working to make it work: The role of parents in the youth mentoring process. *Journal of Community Psychology*, 39(1), 51-59. <https://doi.org/10.1002/jcop.20416>

5 Dallos R, Comley-Ross P. Young People's Experience of Mentoring:

Building Trust and Attachments. Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2005;10(3):369-383. doi:10.1177/1359104505053755

6 Sercombe, H. (2018). *The Ethical Foundations of Youth Work as an International Profession* in Allred, P., Cullen, E., Edwards, K., Fusco, D. (Eds). *The SAGE Handbook of Youth Work Practice*.

7, 9 Realo, A. (2023). Miks me usaldame? *Akadeemia* 3(408). Tartu: AS Pakett

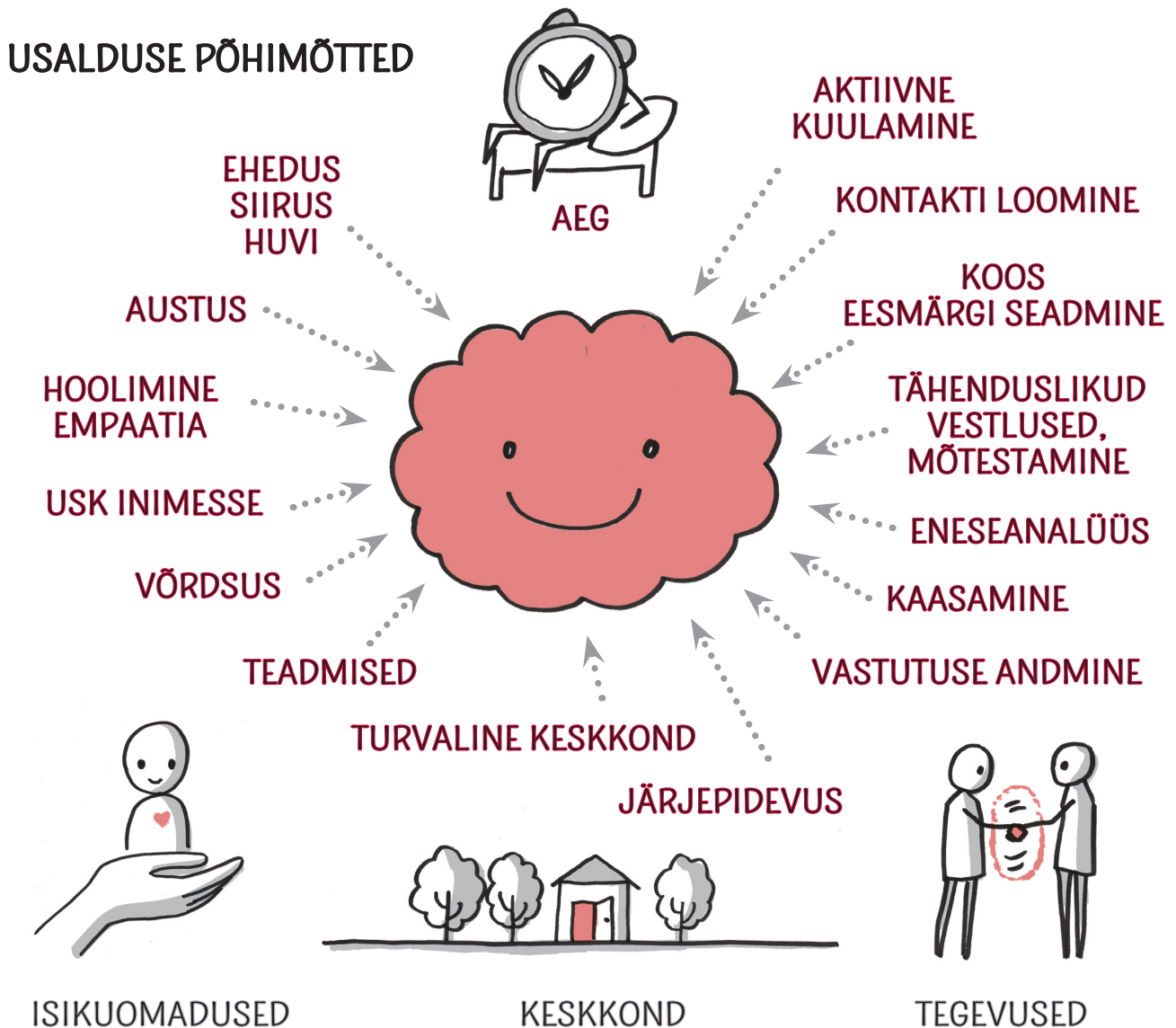
8 Valenti, M, Celedonia, K. L., Wall-Parker, A, Strickler, A. (2020).

USALDUSE PÕHIMÕTTED

Usalduse põhimõtteid avame ja kirjeldame teaduskirjanduses ja uuringutes esitatud seisukohtadele toetudes. Põhimõtted koondasime joonisele 3.

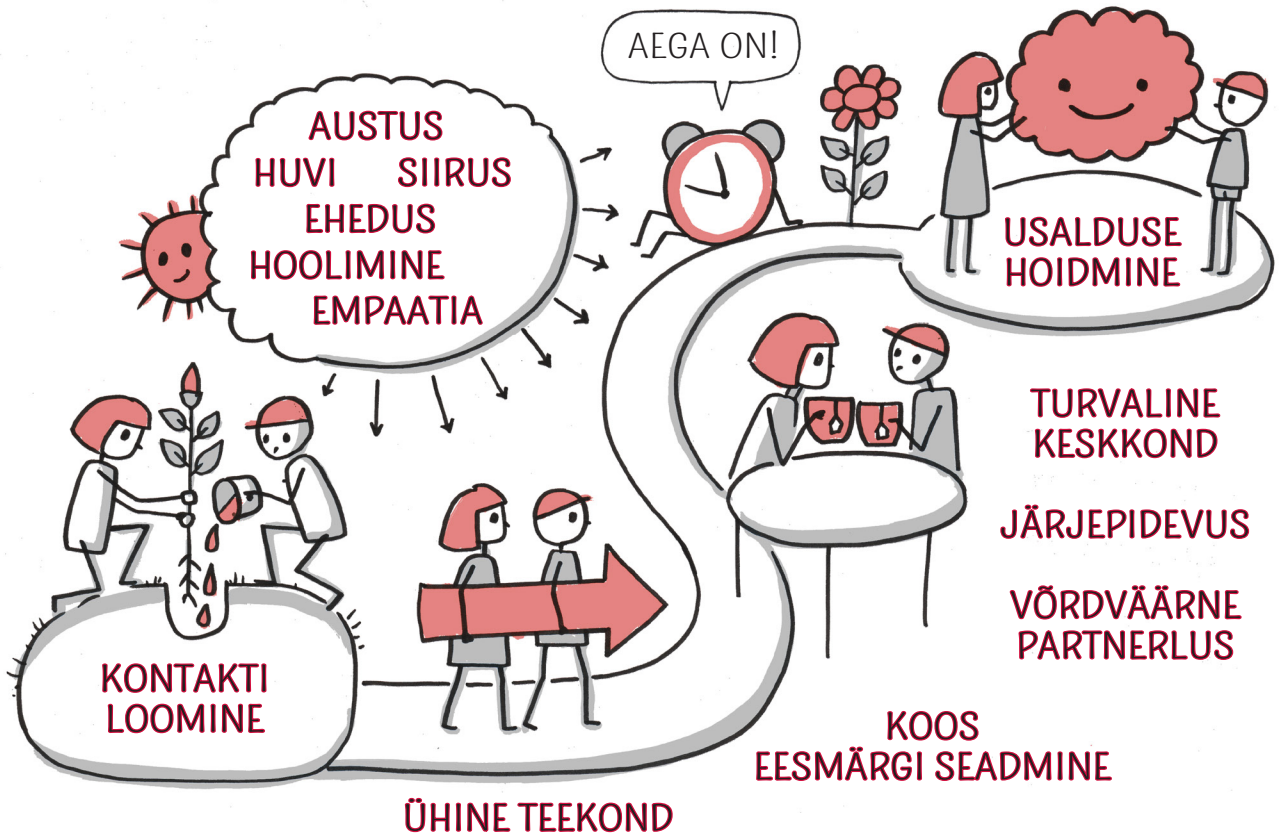
Usalduse ehitamine algab **kontakti loomisega**. Heaks viisiks on näiteks ühine tegevus, mille käigus saab teise inimesega luua neutraalse ja positiivse sideme, vältida või maandada liigseid ootusi ja kontrolli (võimu). Eduka kontakti loomine ja selle hoidmine eeldab ühist positiivset väärtusruumi ning vastastikust head tahet. Kõige olulisemad põhimõtted, mida usalduse ehitamisest rääkides esile tõstetakse, seonduvadki väärtuste ja isikuumadustega, ilma milleta on keeruline usaldust luua. Oluline lähtekoht on **siirus** ja **ehedus**, mis käivad käsikäes **austuse** ja teise inimese vastu **huvi** üles

näitamisega. See tähendab vastastikust avatust ja näiteks enese tundma õppimise võimaldamist noortele. Olulisteks väärtusteks on **empaatia** ning **hoolimine**. Tõrjutusriskis noored võivad olla kogunud mitmesuguseid pettumusi, hooletusse jätmist ja traumasid, mistõttu võib nende enesehinnang ja baasusaldus täiskasvanute vastu olla madal. Seega tuleb märgata ja adresseerida vajadust kogeda tõeliselt mõistmist ja hoolivust. Noored vajavad professionaalset sõpra või täiskasvanust „liitlast“. Usalduse loomise faasis, kus noored kogevad – võib-olla esmakordselt – empaatiat, hoolivust ja mõistmist, võivad



Joonis 3. Usalduse põhimõtted

USALDUSE LOOMISE TEEKOND



nad panna täiskasvanud ka n-õ proovile, et näha, kas need positiivsed asjaolud suhtluses ja suhtumises jäävad püsima. Seega on täiesti arusaadav, et usalduse loomiseks on vaja piisavalt **aega**, **järjepidevust** ning **turvalist keskkonda**. Noortega usaldusliku suhte ehitamise käigus ja turvalise keskkonna loomisel võiks anda neile võimalusi ise kaasa rääkida ja otsustada. Formaalse keskkonna puhul

võib võrgustikutöös probleeme tekkida näiteks tõrjutusriskis haavatavamate noortega, eriti kui reeglid ja õhkkond ei ole paindlikud või kui võrgustikku kuuluvatel täiskasvanutel puuduvad oskused ja tahe neid muuta. Just see on peamine koht, kus võib ilmnedä täiskasvanute võimupositsioon noorte suhtes, ent usalduse ehitamiseks on oluline hoopis **võrdsus** ja võrdväärne partnerlus.



PEATU JA MÖTESTA 2

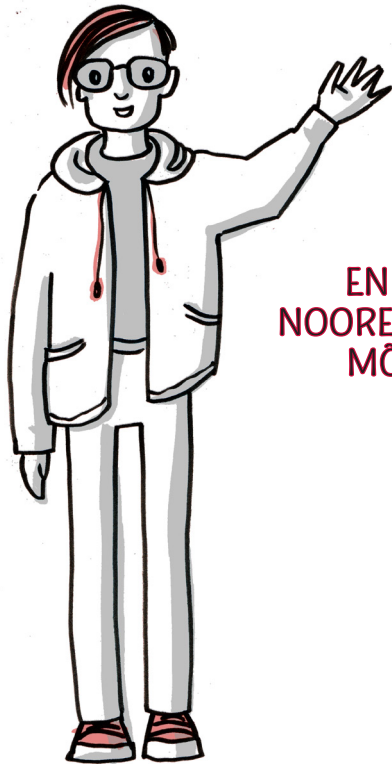
Millised on sinu tugevused ja arenguvajadused usaldusliku suhte ehitamisel? Hinda end komponentide osas (tee tabel, skaala või leia mõni muu visuaalne lahendus).

Usalduse ehitamise algusetapis võib abi olla tegevuslike meetodite kasutamisest, näiteks on psühhodraamas kesksel kohal spontaansus, mida mõistetakse kui „arukat vastust uuele olukorrale ja uut vastust vanale olukorrale“¹⁰. Nii võibki öelda, et noor satub elus korduvalt situatsioonidesse, kus hakkama saamiseks tal tuleb jätta minevik seljataha ja sammuda millessegi uude. Sellistes olukordades tehakse tihti valesid otsu-

seid ning ei reageerita alati mõistlikul viisil. **Sisemine häälestumine** ja väline **soojendus** on siin tähtsal kohal, sest häälestudes huvitub noor oma väljavaadetest järjest rohkem. Ta hakkab kuulama, küsima, vestlema ja lõpuks innustub nii, et on valmis enda heaks midagi tegema¹¹. Spetsialistidena on meil mitmeid võimalusi noore häälestumist toetada ja aidata tal nn soojeneda, soodustades spontaansust ja seeläbi sütitada loovust.

¹⁰ Koolitusekäsiraamat. (2023). „Minastmeieni – sotsiaalsetesuheteparandamine loovusekaudu“ (2021-1-EE01-KA220-ALA-000029579) https://media.voog.com/0000/0048/1101/files/Training_Manual_2023_I2W_EST_01.pdf

¹¹ Aitolehti, S., Silvola, K. (2008). Suhteiden näyttämöt: näkökulmia psykodraamaan. Helsinki: Duodecim.



**ENNE KUI
NOORENI JÕUAD,
MÖTLE ...**

1.

MILLINE ON TURVALINE
FÜÜSILINE KESKKOND, MIS
SOODUSTAB AVATUD SUHTLUST
JA SEELÄBI USALDUST?

2.

MIS MOTIVEERIKS NOORT
ENNAST MULLE AVAMA JA MIND
USALDAMA?

3.

KUI NOOR USALDAB MULLE
KONFIDENTSIAALSET INFOT,
KUIDAS MA KÄITUN?

4.

KUI NOOR VAJAB TUGE, MIDA
MINA EI SAA PAKKUDA, KUIDAS
LEIDA JÄRGMINE USALDUSISIK?

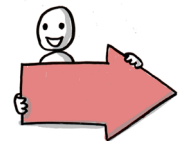
Joonis 5. Millele mõelda enne kontakti loomist? (autorid ELU „Usalduse ehitamine“ üliõpilased)



TÖÖRIIST 1. Kus ma paiknen selle järgi, kuidas ma end tunnen? Sotsiomeetriline harjutus.

Kohtumise alguses võid „kraadida“ nii noore kui ka enda häälestatust, kasutades sotsiomeetrilist harjutust (joonis 6). Harjutust võib teha paberil (märgistada enda koht joonisel) või ka füüsiliselt (kujutleda põrandale tsoonid). Palu noorel leida enda punkt, kus ta hetkel asub ja leia ka endale sobiv tsoon. Seejärel arutage, miks te selle koha valisite. Sellise spontaanse harjutuse mõte on loov tegu, mis aitab uusi arusaamu kujundada ning väljendada.

PRINDI VÄLJA TÖÖLEHT LK 13



TÖÖRIIST 2. Kogemustekaart

Teine võimalus on kasutada kohtumise alguses **kogemustekaarti**¹², mille loomine aitab spetsialistil tutvuda noore kogemustega ja tekitada arusaama tema ootustest. Nii on hea keskenduda sellele, mis on noore ajajoonel juhtunud (kõrg- ja madalhetked) ja mis põhjusel ta kohtumisele tuli.

PRINDI VÄLJA TÖÖLEHT LK 14

Kogemustekaarti saab kasutada ka spetsialistide enda elu ja töö analüüsimiseks, kohandades näiteks ajalist perspektiivi (kuu asemel on nädalad) või arutades tähelepanuväärsed sündmused ajalises perspektiivis läbi enda tiimiga.

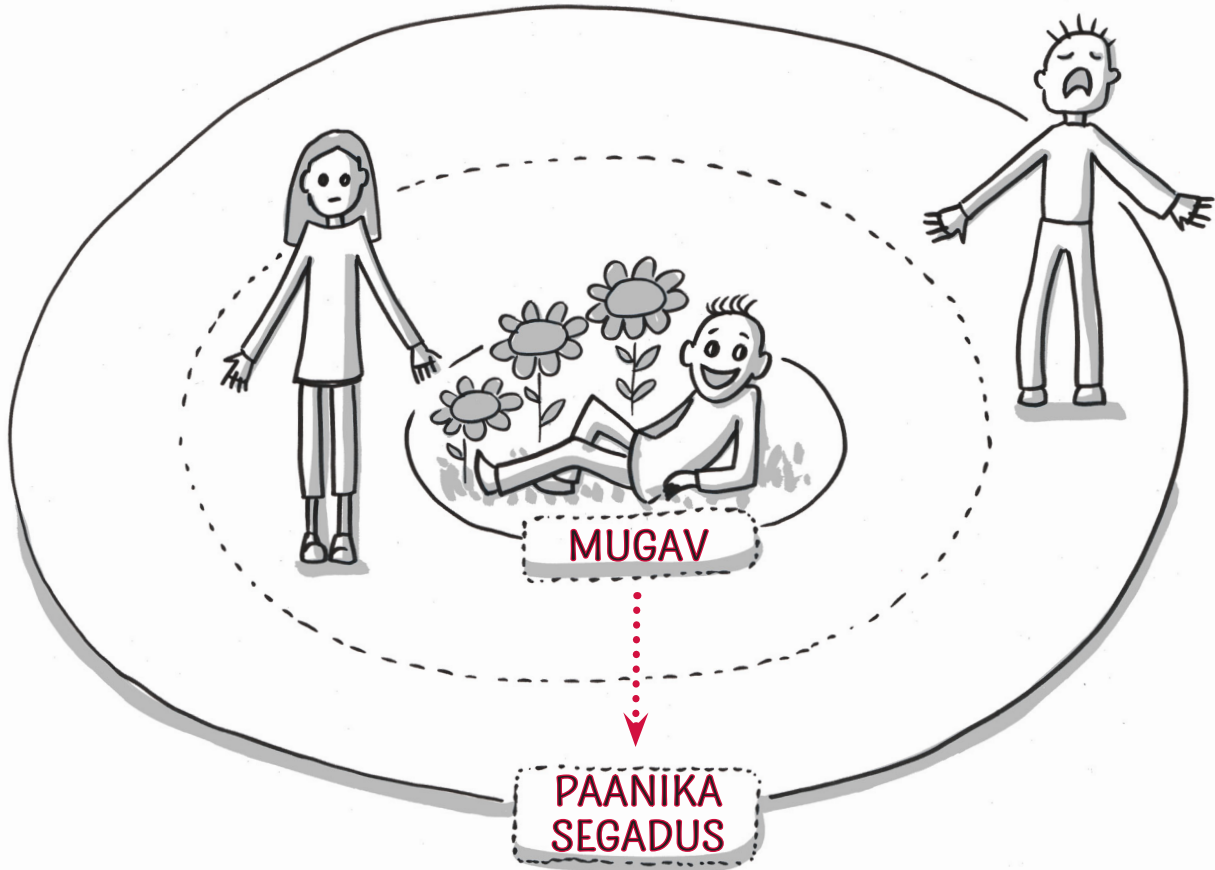


¹² Koolituse käsiraamat (2023). „Minast meieni – sotsiaalsete suhete parandamine loovuse kaudu“ (2021-1-EE01-KA220-ALA-000029579) https://media.voog.com/0000/0048/1101/files/Training_Manual_2023_I2W_EST_01.pdf

SOTSIOMEETRILINE HARJUTUS

Kus ma paiknen selle järgi, kuidas ma end tunnen?

Harjutust võib teha paberil (märgistada enda koht joonisel) või ka füüsiliselt (kujutleda pörandale tsoonid). Palu noorel leida enda punkt, kus ta hetkel asub ja leia ka endale sobiv tsoon. Seejärel arutage, miks te selle koha valisite. Sellise spontaanse harjutuse mõte on loov tegu, mis aitab uusi arusaamu kujundada ning väljendada.





TERE TULEMAST
KOGEMUSTE-
KAARDILE!

PANGE KIRJA
VIIMASE NELJA
KUU KÕRG- JA
MADALHETKED!

VALIGE IGA KUU
SÜNDMUSTEST KOLM KÕIGE
TÄHELEPANUVÄÄRSEMAT!
POLE HULLU, KUI MÕNEL
KUU NEID EI OLE.

SUL ON
15 MINUTIT

ANNAME
TEADA, KUI
AEG LÄBI
SAAB.

1

2

3

4

.....
KUU

.....
KUU

.....
KUU

.....
KUU

KÕRGHETKED

MADALHETKED

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....

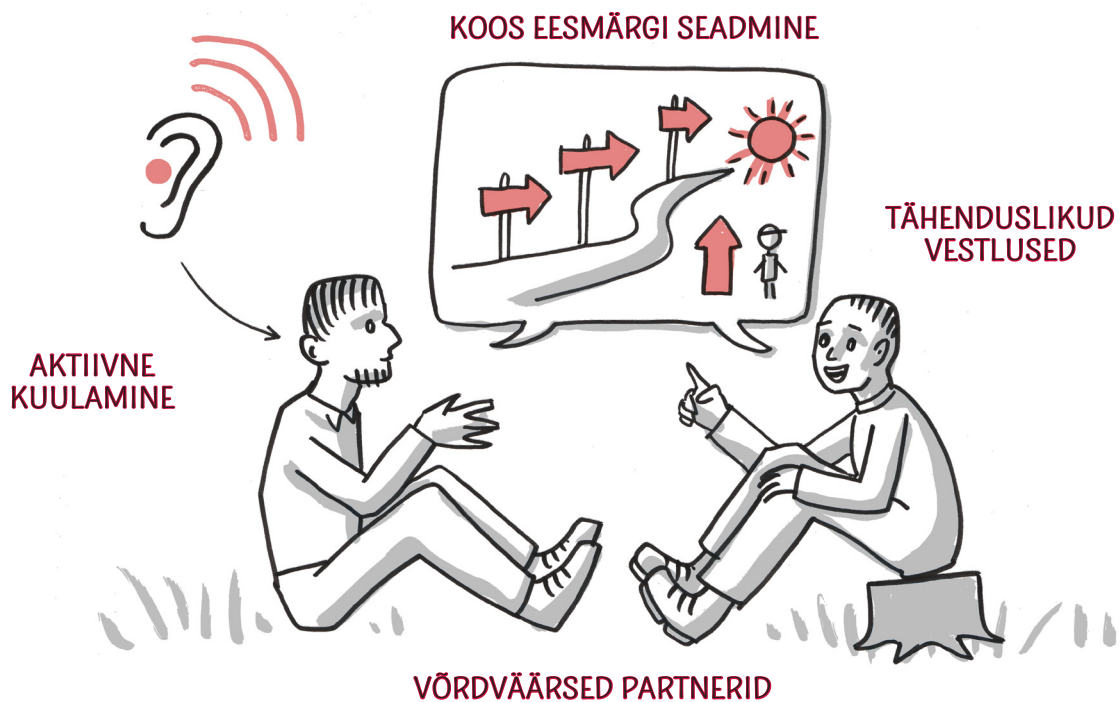
.....
.....
.....

.....
.....
.....

.....
.....
.....

USALDUSE LOOMISE VÕIMALUSED

Peamised tehnikad usalduse loomisel on **aktiivne kuulamine** ja **tähenduslikud vestlused**. Töös tõrjutusriskis noortega on eriti olulisel kohal noorte teadlikumaks saamine iseendast ja sellest, mis leiab aset nende sees ja ümber. Toimuva ühiselt mõtestamine ja perspektiivi seadmine on seega üks osa tähenduslikest vestlustest. Koos **eesmärgi seadmine** edasiliikumiseks on samuti vestluse ja kuulamise tulemus – selline tegevus tähendab ühelt poolt seda, et noored on kogu protsessi kaasatud **võrdväärse partnerina** ning teisalt ka seda, et noortele antakse **vastutus** ning nendesse usutakse.



Üldine põhimõte on luua tähenduslikuks vestluseks sobiv aeg ja ruum. Vestluse eesmärgiks on noore võimestamine teha enda elus muutusi. Tähenduslike vestlusi saab läbi viia, kasutades nii tunnustavat vestlust kui ka motiveerivat intervjuerimist¹³. Nende meetodite rakendamisel on eesmärgiks mõista intervjueeritava hetkeolukorda ja vajadusi, harjutada alandlikku uurimist, heade

küsimuste esitamist, tähenduse mõistmist ja olulise talletamist ning toetada usalduse kujunemist. Selleks peab spetsialist olema aktiivne kuulaja, peegeldaja ja võimestaja. Nii saame suunata noorte käitumises positiivsete muutuste esilekutsumist, suurendada nende sisemist motivatsiooni ning agentsust, et võtta oma elus ette olulisi muutusi.

¹³ Loe huvi korral motiveeriva intervjuerimise kohta lähemalt https://intra.tai.ee/images/prints/documents/132196115994_MI_print.pdf



TÖÖRIIST 3. Intervjuu. Tunnustav vestlus noorega

ROLLID. Vestluses on kaks osapoolt: intervjuerija (spetsialist) ja rääkija (noor). Võimaluse korral saab rolle vahetada, et noor saaks harjutada küsimuste küsimist ja kuuldu peegeldamist.

Intervjuerija ülesanne on olla intervjueritava jaoks kohal, olla hea kuulaja ning esitada küsimusi, mis aitaksid olulisel esile tulla. Kuulaja ülesanne on teha intervjuust märkmeid ja peegeldada küsitluse lõpus kuuldu tagasi (abiks on peegeldusleht).

Rääkija vastab esitatud küsimustele, on kohal ja laseb küsimused endast läbi.

Oluline pole anda niinimetatud õigeid vastuseid, vaid keskenduda hetkel toimuvale.

SAMMUD PROTSESSIS

1. SAMM. Kokkulepete sõlmimine (konfidentsiaalsus, eesmärgistamine, protsess). Kinnitamine, et räägitu jääb osapoolte vahele. Selgitamine, et teed märkmeid, et saaksid talle kuuldu tagasi peegeldada.

2. SAMM. Intervjuu läbiviimine, milleks on aega kuni 15 minutit. Esita küsimusi, mis aitavad sul rääkijat paremini mõista - mis on tema jaoks oluline, kus ta momendil oma elus paikneb, mis teda enim mõjutab, mis annab talle jõudu ning positiivset energiat (vt allpool näidisküsimusi). Pea meeles, et ka vaikus või mitteteadmised võib olla osa vestlusest.

3. SAMM. Kui intervjuu on läbi, võta kaks minutit, et peegelduslehele oluline kirja panna. Kui kõikide

punktide kohta intervjuust mõtteid ei leia, siis jäta väli tühjaks.

4. SAMM. Peegelda kuuldu võimestavalt, väljendades, mis oli huvitav, mis jäi kõlama, millal rääkija väljendas inspiratsiooni ja mille suhtes tekkis sul uudishimu. Mis kerkis vestlusest esile? Kuluta sellele viis minutit. Peegeldusleht anna hiljem rääkijale.

5. SAMM. Kokkuvõtte tegemine. Analüüsi, mis suurendas noores sisemist motivatsiooni ja võimekust teha oma elus järgmised sammud.

INTERVJUU NÄIDISKÜSIMUSED

(Võid julgelt esitada täiendavaid küsimusi, et rääkijat paremini mõista).

- Mis toimub praegu sinu elus, koolis ja/või töös?
- Mis sind enda juures viimasel ajal üllatanud on?
- Kust ammutad jõudu ja energiat oma eesmärkide elluviimiseks?
- Mis sind oma töös ja tegemistes praegu kõige enam ärritab?
- Millised küsimused või dilemmad on hetkel sinu elus?
- Kuhu sa soovid järgmiste kuude jooksul oma fookuse seada?



PRINDI VÄLJA TÖÖLEHT LK 17



TÖÖRIIST 4. Tööleht “Minu mured ja minu inimesed” (valminud ELU käigus)

Noortega võib kontakti loomist alustada ka mängulisemalt. Tööleht (joonis 9) võimaldab täiskasvanu abiga kaardistada erinevat laadi mured ja seejärel otsida koos „minu inimesi“, kes aitavad leida noorega koos lahendusi.



PRINDI VÄLJA TÖÖLEHT LK 18

Kokkuvõtteks. Selle osa lõpuks oled saanud mõelda usalduse tähtsuse üle inimsuhetes, aga eriti töös noortega. Oled vaadanud, millistest komponentidest usaldus koosneb ja ennast usalduse ehitajana analüüsinud. Lisaks oled saanud proovida meetodeid, mida kasutada kontakti loomisel ja usalduse ehitamisel. Nagu materjali sissejuhatuses ütlesime - ole julge kohandama, täiendama ja muutma. Oluline on julgelt proovida ja tegutseda, samal ajal ennast analüüsid, professionaalselt arendades ning mitte üksi jäädes! Täienda oma tööriistakasti edasi!

PEEGELDUSLEHT

KIRJUTA SIIA, MIS INTERVJUUST ESILE KERKIS.

Ma kuulsin seda

.....

.....

.....

Eriti jäi kõlama

.....

.....

.....

Väga huvitav oli

.....

.....

.....

Olen veel uudishimulik selle suhtes

.....

.....

.....

Julgustan Sind

.....

.....

.....

Veel soovin öelda

.....

.....

.....



Joonis 8.

MINU INIMESED

1 MURE KOOLIS

KELLE POOLE SAAN PÖÖRDUDA,
ET MURET HARUTAMA HAKATA:

.....
.....
.....

2 MURE TERVISEGA

KELLE POOLE SAAN PÖÖRDUDA,
ET MURET HARUTAMA HAKATA:

.....
.....
.....

3 MURE SÕPRADEGA

KELLE POOLE SAAN PÖÖRDUDA,
ET MURET HARUTAMA HAKATA:

.....
.....
.....

4 MURE KODUS

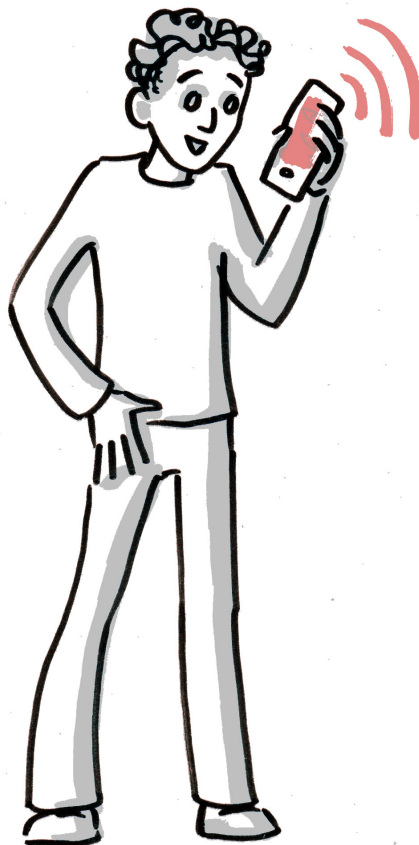
KELLE POOLE SAAN PÖÖRDUDA,
ET MURET HARUTAMA HAKATA:

.....
.....
.....

5 MURE HOBIGA

KELLE POOLE SAAN PÖÖRDUDA,
ET MURET HARUTAMA HAKATA:

.....
.....
.....



ÄRA JÄÄ ÜKSI!

ALATI ON OLEMAS KEEGI,
KES SINU JAOKS AEGA LEIABI!
OLE JULGE
JA JAGA OMA MÖTTEID!

LASTEABI INFOTELEFON

116 111

II

PROFESSIONAALSUS: ENESEANALÜÜS, HEAOLU JA ENESEHOID

Siinses osas keskendume spetsialisti professionaalsusele. Professionaalses tegevuses on oluline spetsialisti psühholoogiline säilenõtkus (inglise k. *psychological resilience*), mida mõistame kui psüühilist vastupanu riskidele ja toimetulekut stressiga, mille puhul säilitatakse või taastatakse enda heaolu ja tegevusvõime. Peame vajalikuks käsitleda spetsialisti suutlikkust tegeleda enda heaolu ning eneseanalüüsi ja -hoiuga. Säilenõtkust on vaja ka noorel ja eeldame, et kui spetsialist oskab väärtustada endaga tegelemist, siis on tal ka valmisolek toetada noort.

Pakume sulle kui spetsialistile mõttekohti refleksiooniks ning meetodeid eneseanalüüsiks, mis toetavad nii professionaalses kui ka laiemas plaanis heaolu ja seeläbi enesehoidmist. Ühelt poolt on suureks väljakutseks toimiva koostöövõrgustiku loomine noore ümber ning teisalt iga üksiku (tõrjutusriskis) noorega töötava spetsialisti võimestamine:

professionaalne areng, sh koos õppimine ning professionaalse heaolu loomine, ka läbipõlemise vältimine.

Loodame, et sina ise ja su kolleegid leiate siit tööriistu, mida saab kasutada ka töös noortega.

ENESEANALÜÜSI VAJALIKKUS PROFESSIONAALSE TEGUTSEMISE SEISUKOHAST

Spetsialistide puhul on oluline vältida noortega suhtlemisel stereotüüpset mõtlemist ja nende sildistamist, püsides samal ajal professionaalse sõbra rollis. Mida enam tegeleme eneseanalüüsiga, seda põhjalikumalt me end tunneme ning suudame adekvaatseid otsuseid langetada. Eneseanalüüs suunab ja motiveerib muudatuste tegemisele ning on oluline seda oskust ka noortele õpetada. Enese analüüsimise eelduseks on refleksioon, sest selle kaudu saame endast teadlikuks, kujuneb identiteet ning käitumist reguleeriv normiteadvus. Refleksioon kui psüühiline tegevus on dialektiline, sest inimene vaatab nii enda sisemusse

ehk analüüsib enda mõtteid ja mõtlemisprotsesse, kui ka väljapoole ehk vaatleb neid situatsioone, milles ta tegutseb. Eneseanalüüsi praktiseerimine aitab spetsialistidel toetada ka noorte endasse vaatamist – neid meetodeid ka õppematerjalis jagame. Usalduse loomise seisukohast näeme vajadust ennast analüüsida, esitades küsimusi nagu „Kuidas mul läheb ja mida ma teen hästi või mida ma saaksin teha paremini?“.

Toetavatel erialadel töötamine võib olla pingeline. Oma motiivide uurimine ning töö sügavam mõtestamine on eduka töö eelduseks. Iseennast

võiks protsessis näha pigem tööriistana kui abistajana. Tööriista tuleb aga korras hoida ja hooldada, mistõttu oleme antud õppematerjali sellise osa sisse kirjutanud. Toetavatel ja abistavatel erialadel töötamine on ühel või teisel viisil alati seotud võimu teemaga. Seega tasub ennast uurida ja analüüsida,

ega pole siin varjatud vajadust teiste elu juhtida ja kontrollida, ning kas ja kuidas kaasad otsuseid tehes parimal moel sellest mõjutatud inimesi. Seega on küsimused „miks ma seda teen?“ ja „kuidas ma seda teen?“ alati asjakohased.¹⁴



PEATU JA MÕTESTA 3

Milline „tööriist“ sa oled?
Iseenda meelest?
Kolleegide meelest?
Noorte meelest?

- Mõttele olukorrale, kus vestlesid esimest korda mõne noore inimesega tema elust ja väljakutsetest. Kuidas sul õnnestus usaldust luua? Mis läks hästi? Mida saaks teinekord paremini teha? Kuidas sa end tundsid? Kuidas tema end tundis?
- Võimalusel palu mõnel oma heal kolleegil kirjeldada sind noortega suhtlemisel. Palu tal olla objektiivne, aus ja heatahtlik ning selgita, et see on vajalik enesearenguks. Kuidas sa tema meelest usalduslikku kontakti lood? Mida sa teed hästi? Milles on sul tema meelest arenguruumi? Kuidas sa tema arvates end nendes olukordades tunda võid? Kuidas tunneb tema meelest end noor?
- Võimalusel küsi noore käest, milline on tema silmis spetsialist, keda ta usaldada tahaks. Mida ta teeb või mida ta ei tee? Milline on õhkkond/koht jne.
- Kõrvuta enda, kolleegi ja noore vaatepunkte. Mida uut saidid enda kohta teada? Milles näed enda arenguvõimalusi? Mida selle teadmisega edasi teed?

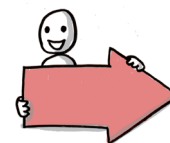
Heaolust ja enesehoiust rääkides peatume ka oma vajaduste märkamisel ja nende täitmisel ning professionaalse kogukonna teemadel.

HEAOLU JA ENESEHOID

Oma vajaduste märkamine: kasuta näiteks vaimse tervise vitamiinide töölehte ja hinda, mida oma emotsionaalse, sotsiaalse ja füüsilise heaolu jaoks saaksid teha. Proovi töölehte kasutada ka töös noortega või integreeri mõned vitamiinid oma töövõtete hulka. Ehk on oluline küsida, kas noor inimene on välja puhanud ja jaksab üldse tõsisematel teemadel kaasa töötada, või kas ta on korralikult süüa saanud. Võib-olla on hea noorega vestlust pidada mitte laua taga, vaid hoopis jalutades?



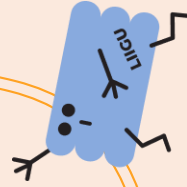
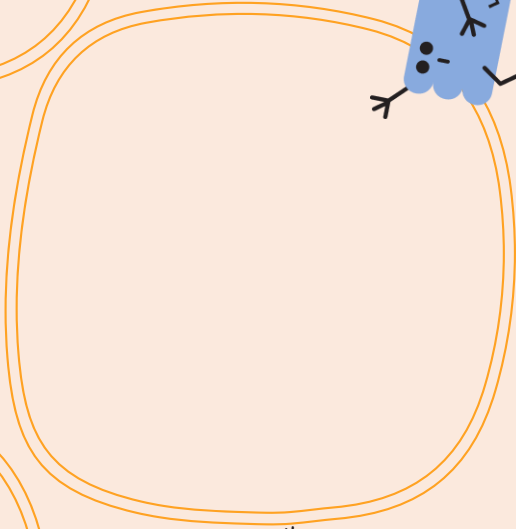
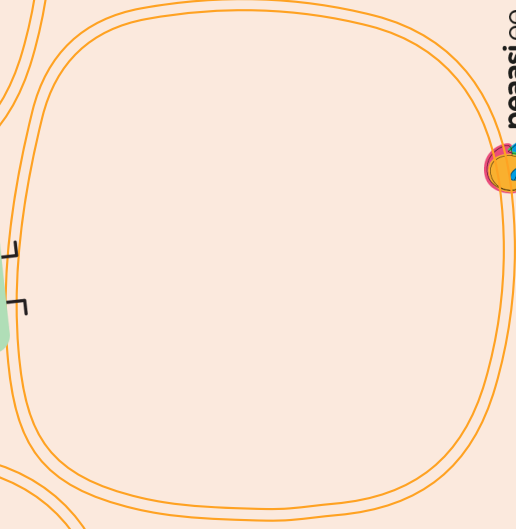
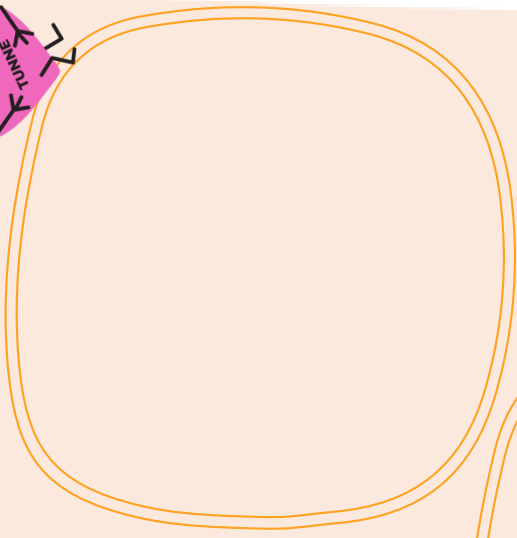
TÖÖRIIST 4. Vaimse tervise vitamiinide kasutamine
PRINDI VÄLJA TÖÖLEHT LK 21



¹⁴ Hawkins, P., Shohet, R. (2006). *Supervision in the Helping Professions*

MINU VAIMSE TERVISE VITAMIINID

V-VITAMIINI NIPID JA MÖTTED



NÄITEID TERVISLIKU TOITUMISE TOETAMISEKS

- Leia hetki, et oma lõunasööki värskes õhus nautida. Eriti tore, kui saad seda teha koos kolleegi või sõbraga¹⁵ (nt video vahendusel).
- Lõuna kolleegiga. Kui märkad, et mõni su kolleeg ei tee söögipause, kutsu ta endaga ühisele lõunale.
- Teadliku söömise harjutused koos noorega.

Väärtusta tervislikku toitumist ja soodusta teadliku söömise harjutuste abil noort enda toitumise eest hoolt kandma. Harjutus: uurige toitu erinevate meeltega: puudutades, vaadates, kinnisilmi nuusutades, lõpuks aeglaselt maitstes. Katsetage, kas toit tundub teistsugune, kui seda aeglasemalt ja keskendudes süüa!

NÄITEID PUHKAMISE JA LÕÖGASTUMISE TOETAMISEKS

- Analüüsi, kas mõtled vahel, et puhkamine ja lõõgastumine tuleb pingutuse ja eriti toimeka tegutsemisega ära teenida. Proovi sellest mõtteviisist vähemalt selleks nädalaks lahti lasta. Puhkamine on baasvajadus, ükskõik, millega sa oma päevi sisustad.
- Organiseerige töökaaslastega regulaarne (kord nädalas) vestlusaeg, kus arutate asju, mis ei ole tööga seotud. Jagage oma muresid ning rõõme,

aga ka nippe, kuidas takistusi ületada ning unistage, mis muutuks paremaks, kui teie oleks valitsuskabineti liikmed.

- Une tähtsustamine. Vestle noorega ja palu tal kirjeldada enda unerutiini. Uuri, millised on tema parimad praktikad, et öösiti paremini magada. Kaardistage võimalusi, mida ta saaks veel proovida.

NÄITEID LIIKUMISE TOETAMISEKS

- Planeeri aega liikumiseks: ennelõunane virgutuspaus koos Vikerraadioga või säti äratuskell iga tunni aja tagant helisema, et sa ei unustaks kord tunnis laua tagant püsti tõusta ja end ringutada.
- Planeeri kolleegidega liikumispause. Leppige näiteks koosoleku alguses kokku ühine märguanne, mida rakendada siis, kui tunnete koosoleku ajal vajadust liikumispausiks. Kasutage seda julgelt!

- Rännakvestlus noorega ehk siduge kohtumine liikumisega. Kõndimine mõtlemist mõjutava tegevusena ja kõndimine kui mõtlemise eeldus aitab tunda vaimul vabana¹⁶. Ideed, kuhu minna: Oleviste kirikutorni trepile, Tallinna Teletorni ilma lifti kasutamata, terve Kumu läbi käia, Vabaõhumuuseumisse.

NÄITEID VAIMSE HEAOLU TOETAMISEKS

- **Kohalolu paus.** Harjutus pakub Sulle mõnusa kosutava pausi iseenda jaoks, võimaldades puhata ja end värskendada. Harjutuse mõju võib olla analoogne sellele, kuidas „restart“ mõjutab kokkujooksnud arvutit ja vabastab ressursi.
- <https://vaikuseminutid.ee/vaikuseminutite-harjutused/>
- **Kolleegide heaolu toetamiseks** uuri reedel ühisvestluses, mida teised nädalavahetusel plaanivad

lõõgastumiseks ja energia taastamiseks ette võtta. See annab võimaluse üksteist inspireerida ja esmaspäeval vastastikku uurida, kuidas läks.

- **Noore heaolu toetamiseks** innusta teda kellegagi vähemalt 10 minutit vestlema, et jagada päeva jooksul kogetut. Palu tal enda märkamisi jagada: kas see ülesanne oli nende jaoks lihtne või raske? Mida see kogemus talle õpetas?

Lisaks võib kasutada teisisi MTÜ [Peaasjad töölehti](#), näiteks tasakaaluratast või ka [teste](#).

Eneseteadlikkuse tõstmiseks võid proovida **oma ressursside kaardistamise ja piiride avardamise** tehnikaid kas üksi või koos kolleegidega. Lisaks tööalaste ressursside kaardistamisele võib neid kasutada ka laiemas vaates ning miks mitte ka töös noortega.¹⁷

¹⁵ Vt. ka raamatut „Ei ühtki einet üksi“, mis annab nippe suhete loomiseks.

¹⁶ Gros, F. Kõndimise filosoofia. TLÜ Kirjastus

¹⁷ Hawkins, Shohet 2006



PEATU JA MÕTESTA 4

Kaardista oma tööalased ressursid!

Võta A3 või suurem paber ja kaardista oma tööalased ressursid. Keskele joonista iseennast. Ümbritse ennast joonisel sümbolite, piltide või sõnadega, mis tähistavad sulle kättesaadavaid toetavaid välistesid ressursse (inimesed, kohtumised, tegevused, raamatud, filmid, muusika, pausid, töötulemise viisid – ära piira end loeteluga). Kas need ressursid on sulle rohkem või vähem kättesaadavad, regulaarsed või juhuslikud – paiguta vastavalt sellele

need pildil endale lähemale või endast kaugemale, erista tugevamate joontega või nõrgematega – ole loov ja leia endale sobiv kaardistuse ja tähistamise viis. Kui oled kaardistusega rahul, vali mõni teine värv ja märgi juurde need asjaolud, mis takistavad sul neid ressursse täiel määral kasutamast, näiteks sisemine hirm kriitika ees, ebakindlus, võib-olla välistes katkestused nagu müra, ruum vm. Kui oled lõpetanud, võiksid tulemust kellegagi arutada.

Arutelupartner võiks anda hinnanguvaba esmamulje ja küsida küsimusi nagu:

- Kas sa tahad sellist ressursside kogumit? Mis sulle selle ressursside kogumi juures meeldib/ei meeldi?
- Kas sellest on küllalt? Mis on puudu? Kuidas selleni jõuda?
- Millised ressursid on kõige olulisemad? Mida peaksid tegema, et need ressursid tagada/säilitada?
- Milliseid takistusi saaksid vähendada? Kuidas?



Töös inimestega on oluline olla teadlik ka kontakti loomise ja suhtlemise viisidest (vt ka eespool usalduse loomise harjutust). Sageli tulevad inimesed meie juurde erinevatest taustsüsteemist ja isesuguste kogemustega. Kuidas meist erinevaid inimesi teadlikumalt ja paremini toetada, eriti kui eesmärgiks on võimestamine? Iseenda piire avardades!



PEATU JA MÕTESTA 5

Kaardista oma tööalased ressursid!

- Mõttele, kes on sinust väga erinev, kellega sa tavapäraselt koos aega ei veeda. Tee teadlikult samm selles suunas, et niisuguseid inimesi tundma õppida ja jälgi, mis sinuga toimub!
- Kas sul tuleb meelde mõni juhtum, kus sinu esimeseks impulsiks oli end kaitsta või vastu rünnata, kuid sa ei teinud seda? Miks sa seda ei teinud? Millist tehnikat või strateegiat kasutasid? Kuidas see tundus?
- Kas sul tuleb meelde mõni juhtum, kus sa ei tegelenud mitte nähtava probleemiga, vaid läksid sügavamale ja püüdsid aru saada inimese tunnetest, väärtustest, eesmärkidest, meelestatusest (*mindset*) ja mõista, kust need pärinevad? Milliseid küsimusi sa esitasid? Mis oli tulemus?
- Kas sul tuleb meelde mõni juhtum, kus sa inspireerisid kedagi midagi uut proovima? Mida sa tegid? Mis oli tulemus?

ELUKESTEV ÕPE

Elukestev õppimine loob heaolu.

Tunne iseennast ja seda, kuidas sa kõige paremini õpid. Mugavustsoonis õppimist ei toimu. Tänapäeval on õppimise võimalused oluliselt laienenud: lisaks tavapärasele formaalharidusele võib õppida lühemate „ampsudega“ koolitustel ja kursustel, aga ka

töökohal ja iseseisvalt. Ühelt poolt teadvusta oma professionaalseid arenguvajadusi, kuid teiselt poolt tegele nende asjadega, mis sind inimesena rõõmutavad ja huvitavad - huvitegevus loob heaolu igas vanuses.



PEATU JA MÕTESTA 6

Sinu õpiampsude menüü

- Milliseid õpiampse saaksid endale kavandada usalduse temaga edasi tegelemiseks?
- Milline oleks ajakava?
- Tee endale isiklik õpiampsude menüü.

PROFESSIONAALNE PRAKTIKAKOGUKOND KUI SPETSIALISTI ARENGU TOETAJA

Professionaalse praktikakogukonna liikmed tunnevad huvi ühise valdkonna vastu, loovad enda arendamise ja teistelt õppimise eesmärgil suhteid teiste liikmetega, panustavad kogukonna arengusse ja peavad end seega selle liikmeks. Kogukonnas õpib inimene sotsiaalselt, annab õpitule tähenduse, loob väärtused, uskumused ning hoiakud, mis omakorda tema identiteeti muudavad.

PRAKTIKAKOGUKONNA¹⁸ tunnuseid on kolm. Esimene neist on **TEGEVUSVALDKOND**, mis tähendab, et kogukonna liikmed tunnevad huvi konkreetse ala vastu, hindavad oma kollektiivseid võimeid ja õpivad üks teiselt. Teine tunnus on **VALDKONDLIK KOGUKOND**, kus liikmed osalevad aruteludes, jagavad omavahel teadmisi ja teavet ning aitavad üksteist, loovad üksteiselt õppimiseks suhteid. Kolmanda tunnuseks kirjeldatakse praktikat – kuna praktikakogukonna liikmed on **VALDKONNA PRAKTIKUD**, jagatakse kogutud ressursse (kogemusi, juhtumeid, tööriistu jne) ja arendatakse neid koos välja.



PEATU JA MÖTESTA 7

Milline väärtus on professionaalsel praktikakogukonnal sinu jaoks?

- millistesse professionaalsetesse praktikakogukondadesse sa kuulud?
- kuidas see/need on toetanud sinu kujunemist spetsialistina?
- kuidas see/need on toetanud sinu arengut spetsialistina?
- kuidas on praktikakogukond kujundanud sinu arusaama iseendast?

Kokkuvõtteks. Töös inimestega on oluline olla pidevalt teadlik iseendast ja sellest, mida endaga kaasa tood. Järjepidev eneseanalüüs ning selle juurutamine töökohal on seega olulised. Lisaks eneseanalüüsile on kasulik küsida tagasi- ja edasisidet valdkonna kolleegidelt, aga ka nendelt, kellega töötatakse. Välja pakutud meetodid enesehoiuks ja heaolu loomiseks on head noortele tutvustamiseks ja proovimiseks. Täienda oma tööriistakasti edasi! Ole osa professionaalsest praktikakogukonnast, kus koos õppida, arutleda ja areneda.

¹⁸ Wenger, E. (2010). *Communities of practice and social learning systems: the career of a concept*. In Blackmore, C. (Editor) *Social Learning Systems and communities of practice*. Springer Verlag and the Open University.

III

ÖKOLOOGILINE SÜSTEEMITEOORIA JA KOOSTÖÖVÕRGUSTIKUD

Siinses osas selgitame esmalt usalduse ehitamise laiemat konteksti – ökoloogilist süsteemiteooriat¹⁹. Selle kohaselt suurendatakse sotsiaalsetes võrgustikus osalejate tegutsemispotentsiaali ehk agentsust pidevalt muutuv keskkonnas just vastastikus mõjutamisprotsessis. Õppematerjali aluseks on sotsiaalse tõrjutuse dünaamiline käsitlus, mille kohaselt ei ole sotsiaalne eemalejäämine indiviidi omadus, vaid keskkonnategurite mõjul esineda võiv olukord, mida on võimalik keskkonnateguritesse institutsionaalse sekkumise toel ennetada või tasakaalustada²⁰.

ÖKOLOOGILINE SÜSTEEMITEOORIA

Kuna inimese käitumine on mõjutatud tema isikuliste ja keskkondlike tegurite poolt, siis noore arenguprotsessi mõjutavad suhted erinevate koosseisudega tema keskkonnas, aga ka laiem sotsiaalne kontekst. Ökoloogilise süsteemiteooria järgi on vajalik mõista noore ja tema keskkonna vahelisi vastastikuse mõjutamise suhteid laieneva süsteemina, kus iga aste on järgmisega omavahel seotud, sest iga eelnev süsteem kuulub ühtlasi ka järgmise koosseisu²¹. Joonisel 11 on kujutatud noore ja tema ümber olevat süsteemi, kuhu kuuluvad nii inimesed kui ka spetsialistid eri ametkondadest.

Peame mõistma, et ökosüsteemis sõltub inimese võimekus tegutseda ja mõjutada oma keskkonda (agentsus) teiste liikmete, rühmade, süsteemide, struktuuride ning keskkonna koostoimest ja

inimeste omavahelised suhted loovad süsteemi, mis toimib kui ühtne tervik²². Nii võib spetsialistide tööd käsitleda sotsiaalse ökoloogia kontekstis kui koostöist ametikontseptsiooni²³. Kui eelnevalt oleme spetsialisti käsitlenud kui usaldusisikut, siis koostöö seisukohalt nimetame teda sildisikuks. Sildisikuna mõistame spetsialisti, kellel on ligipääs juba leiduvatele institutsionaalsetele kontaktidele ning kes lisaks märkamisele ehk lühiajalisele toetusele, pakub noore jaoks teadlikku, õigeaegset ja pikaajalist sekkumist. Miks just silla metafoor? Soovime selle abil näidata, kui oluline on koostöö ning kuidas usalduse abil ehitatakse sild nii inimeste kui ka asutuste vahele. Sildisikul on noore ümber toimiva võrgustiku võimaluste avastaja, võtmeisikute tuvastaja ja noore võimestaja roll.

¹⁹ Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development. Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

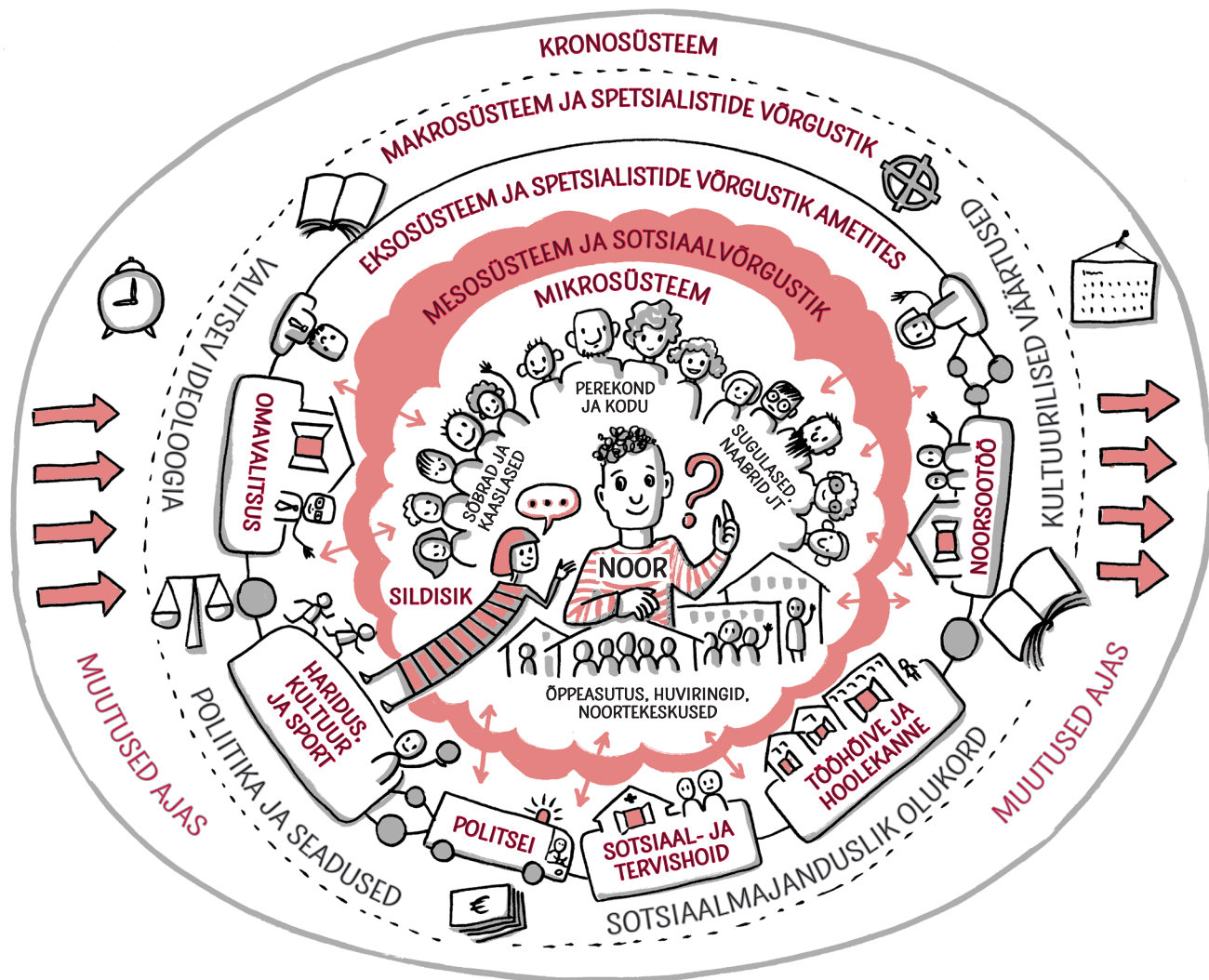
²⁰ https://www.tlu.ee/sites/default/files/Instituudid/%C3%9CTI/RASI/2022_RASI%20toimetised%20nr%2021_TASK-U.pdf

²¹ Bronfenbrenner, U. (1995). *Developmental Ecology Through Space and Time: A Future Perspective*. In P. Moen, G. H. Elder, & K. Lüscher (Eds.), *Examining lives in context: Perspectives on the ecology of human development*.

²² Klefbeck, J., Ogden, T. (2001). *Laps ja võrgustikutöö*. Tallinn: SA Omanäolise Kooli Arenduskeskus.

²³ Loogma, Krista. 2020. *Kutsehariduse sotsiaalne ökoloogia*. Mati Heidmets (toim.). *Haridusmõte*. Tallinn: TLÜ Kirjastus, 236–261.

ÖKOLOOGILINE SÜSTEEMITEOORIA



Joonis 11. Noor ja tema arengut mõjutavad süsteemid Bronfenbrenneri ökoloogilise süsteemiteooria järgi.

MIKROSÜSTEEM on see väike maailm, kus noor elab. See hõlmab nende kodu ja inimesi, kellega nad on väga lähedased, nagu vanemad. Siin toimuvad nende suhted ja suhtlemine.

Mikrosüsteemis kohtub noor ka teiste inimestega, näiteks sõpradega koolist või huviringist. Need kõik moodustavad mesosüsteemi, mis ühendab erinevaid osi noore elus.

EKSOSÜSTEEM on suurem maailm väljaspool noore otseset keskkonda. Siia kuuluvad asjad, mida noor ei pruugi kontrollida, kuid mis siiski mõjutavad nende elu, näiteks erinevad sündmused ja spetsialistide võrgustik, kus töötavad inimesed erinevates ametites.

MAKROSÜSTEEM on kõige suurem tasand. See hõlmab kõike, mis on seotud ühiskonna ja kultuuriga, milles noor elab. Siia kuuluvad erinevad reeglid, väärtused ja ideed, mis võivad mõjutada noore valikuid.

Spetsialistide võrgustik on inimeste ja rühmade suhtevõrk erinevates valdkondades. Need võivad olla näiteks erinevate ametite inimesed, kes töötavad koos, et aidata noort.

KRONOSÜSTEEM keskendub ajale ja muutustele. See tähendab, et asjad võivad aja jooksul muutuda. Näiteks noore kasvades ja arenedes.

Kokkuvõttes, kui me muudame asju ühes osas, võib see mõjutada noore valikuid ja elu teistes osades. Oluline on mõista, et kõik osad on omavahel seotud nagu pusle tüki, moodustades terviku.



PEATU JA MÕTESTA 8: Sildisik

Sildisiku ülesanne on aidata noor nende võimaluste juurde, mis tema keskkonnas (nii meso- kui ka ekso-) juba eksisteerivad.

- Kui mõtled tagasi oma tegutsemispraktikale, kas sulle meenub mõni kogemus, kus oled olnud sildisikuks? Kirjelda seda paari lausega.
- Mida sa tegid? Kuidas suunasid noort kasulike ja oluliste ressursside juurde? Milline võis olla sekkumise mõju noorele?
- Kuidas seda kogemust oma tänases praktikas kasutada?

ESMATASANDI SPETSIALIST

- Teab usaldusisiku funktsioone.
- Omab ülevaadet KOV tasandi võrgustiku võimalustest antud ajahetkel (sh ajutised projektid ja programmid).
- Loob soosiva keskkonna, mis võimestab osapoolte panustamist kohalikul tasandil ning loob sünergia võrgustiku-tegevuste kaudu.



VÕRGUSTIKUD JA EESTVEDAMINE

Võrgustikud on seotud isikliku suhtluse ja suhetega, mis soodustavad info liikumist, toetavad ühist probleemide lahendamist, teadmiste loomist ja õppimist. Lähtume arusaamast, et muutus ökoloogilise süsteemi mingis osas mõjutab süsteemi teisi osi, nii toetame tasakaalu saavutamist noore ja teda ümbritseva keskkonna vahel. Selleks on vajalik kohalikul tasandil noort ümbritsevate ametnike (kes töötavad formaalsetes asutustes, aga ka mitteformaalsetes või vähem ametlikes kooslustes) tõhusat **koostöö**võrgustikku, milles valitseks institutsionaalselt toetatud usaldussuhe. Sellised võrgustikud on vajalikud, et soodustada erinevate teemade lahendamiseks organisatsioonide või valdkondadeülel (nt avalikus sektoris) koostööd ja koondumist. Osalemine võrgustikes nõuab koostööd, usalduslike suhete loomist ja hoidmist, integreerumise võimekust ja vastutust liikmete ees.

Koostöövõrgustikud²⁴ saavad moodustuda siis, kui olemas on huvitatud osapooled, kokkulepitud tegevused ja ressursid tegevuste läbiviimiseks. Sellistel võrgustikel on mõju (kollektiivne agentsus) ka laiemas süsteemis, näiteks on efekt makrosüsteemile noortepoliitika kujundamisel või valitseva ideoloogia muutmisel kollektiivina tõenäolisem kui üksikisikuna. Samuti on noorel selle võrgustiku kaudu lihtsam jõuda sotsiaalse osaluse võimalusteni, sest (1) see koondab teavet noorte osalusvõimaluste kohta ning arendab ühiselt omavahelises koostöös uusi sellekohaseid väljavaateid; (2) noore jaoks toimib võrgustik oma esindajate ja vahendajatega justkui nn kõik-ühest-kohast lahendusena (ingl *one-stop-shop*), milleni jõudes avaneb talle neist võimalustest terviklik pakkumine ning tal on neile hõlpsam ligipääs²⁵.

²⁴ Sellenberg, U. (2017). Koostöövõrgustike arendamine avalikus sektoris SA Innove Põhja-Eesti Rajaleidja keskuse näitel. Tartu ülikool.

²⁵ TASKU mudel: https://www.tlu.ee/sites/default/files/Instituudid/%C3%9CTI/RASI/2022_RASI%20toimetised%20nr%2021_TASK-U.pdf



PEATU JA MÖTESTA 9

Meenuta, millised on sinu senised õnnestumised koostöövõrgustikes tegutsedes.



- Mis sinu hinnangul koostööd võrgustikes soodustab ja mis takistab?
- Milline on minu panus võrgustikus? Kuidas saan siin toetada usalduse loomist?
- Millest sa veel unistad, kui mõtled hästi toimivast koostöövõrgustikust, mis toetab ühiselt tegutsemist?
- Visualiseeri koostöövõrgustikku noore ümber: joonista oma nägemus hästi toimivast võrgustikust. Pane kirja huvitatud osapooled, nende rollid ja panus.



EESTVEDAMISOSKUSED

Eestvedamisoskused, mis toetavad koostöövõrgustike tõhusat tegevust, on eesmärgi püstitamise oskus, visiooni ja missiooni loomise oskus, loovus, kommunikatsiooni ja isikutevaheliste suhete korraldamise oskus jne. Eestvedamisoskused aitavad toime tulla noorte, sh tõrjutusriskis noorte probleemidega, pakkudes kollektiivset süsteemset muutust ehk sekkumist. Eestvedamist võib käsitleda kui protsessi, isikuomadusi ja tegevust. Õppematerjalis mõistame eestvedamist kui tegevust ja käitumist: mida spetsialist teeb selleks, et koostöövõrgustikus muutusi sisse viia ning seeläbi tõrjutusriskis noori toetada.



PEATU JA MÕTESTA 10

Eestvedamisoskused

Selleks, et kogeda eestvedamisoskusi, vii kolleegidega läbi rühmavestlus, mis tugineb **juhtumi analüüsile**, mida saab läbi viia juhitud arutelu vormis. Juhtumi analüüsi tuumaks on õppimine kogemustest, osalejate kaasatus ja suhtlemine. Juhtumiga tegelemine eeldab osalejatelt oma kogemuste analüüsimist, praktilist mõtlemist, otsuste tegemist ning probleemide lahendamist. Juhtumi võid valida oma praktikast või materjali lõpuosas olevate isikute seast.

Üheks võimaluseks on kasutada struktureeritud kovisiooni mudelit²⁶.

Juhtides kogu protsessi, aita valida rühmavestluses osalevatel kolleegidel keegi, kes on kogunud töös noortega usalduse probleeme. Juhtum peaks olema kõikide jaoks väärtuslik ja selle väljaselgitamiseks võid kasutada sotsiomeetrilist harjutust (vt eespool joonis 6), kus ringi keskel on juhtum väga oluline – 10 punkti ja ringi ääres vähe oluline – 1 punkt.

I INFORMATSIOONI FAAS

1. Juhtumi „omanik“ räägib juhtumist, kirjeldab probleemi, teised kuulavad – 3 min.
2. Grupiliikmed kirjutavad *post-it* märkmepaberile 1-2 küsimust, et juhtumit täpsustada.
3. Juhtumi omanik vastab küsimustele, mis täpsustavad kirjeldatud probleemi. Teised kuulavad – 7–10 min.

II SÜVENDAMISE FAAS

1. Grupiliikmed analüüsivad juhtumit omavahel (kas üheskoos või väikestes rühmades). Juhtumi



omanik kas kuulab arutelu (väikese grupi puhul) või ootab (suure grupi puhul, kui arutelu toimub väiksemates gruppides ja kõiki pole võimalik kuulata) – 10 min.

2. Grupiliikmed toovad suurde ruumi 1-2 lahendust ning esitavad need kordamööda nii juhtumi omanikule kui ka kogu grupile – 10 min.

III KOKKUVÕTE

1. Juhtumi omanik tänab osalejaid ja reflekteerib lahenduste üle, andes „roheline tule“ neile lahendustele, mida näeb enda olukorras võimalikuna.
2. Juhtumi omanik valib lahendustest ühe või mõned, mida soovib kindlasti kasutada – 5 min.

Peale läbiviimist analüüsi enda tegevust: milles õnnestusid arutelu organiseerides ja juhtides? Millised oskused vajavad arendamist? Kuidas saad struktureeritud kovisiooni mudelit kasutada töös noortega, sh tõrjutusriskiga noortega?

Kokkuvõtvalt võib öelda, et üksikisikul ehk spetsialistil on inimestevahelise (noore ja täiskasvanu) usalduse ehitamisel oluline roll ning sellest teadlik olemine ja praktiseerimine võimaldab seda professionaalselt teha. Õppematerjali abil oled saanud seda harjutada, ennast analüüsida ja oma tööriistakasti täiendada. Järgnevas osas tutvustame Tallinna Ülikooli RASI uurimisrühma poolt välja töötatud sekkumismudelit, mis vaatab eesmärgipäraselt (A) ja noortekeskset (B), kuidas kohalikul tasandil koostöövõrgustik saaks toimida noore toetamiseks (C). Ühtlasi saad teha kokkuvõtte õpitud ning soovi korral mudelit oma kohalikus koostöövõrgustikus analüüsida.

²⁶ Kohandatud on Eesti Supervisiooni ja Coachingu Ühingu tutvustavaid materjale

SEKKUMISMUDEL TASK-U²⁷ KOV TASANDIL ENNETUSTÖÖ TEGEVUSRAAMISTIK

TASK-U mudelis on silmas peetud noore toetamise kolme aspekti: Tööle panustamise potentsiaali arendamine; Agentsuse toetamine; Sotsiaalse Kaasatuse ja tähenduslike suhtlemisvõimaluste pakkumine. TASK-U mudelis käsitletakse spetsialistide vahelist usaldust koostööna partnerite seas, usaldust spetsialistide suhtes käsitletakse süsteemi ja/või noore pere kaudu ning spetsialisti usaldust nii eneseusaldust kui ka tema usaldust noorte ja nende perede vastu.

Esitame sekkumismudeli ABC-10 tabelis 1 (lk 32), mille läbitöötamine aitab sul kavandada sekkumisi tõrjutusriskis noorte abistamiseks, kus ABC ehk alusprintsipiidid on järgmised:

- A. TASK-U **kolm** osalemise mõõdet (TASK-U **kolm**)
- B. TASK-U **noorest** algab kõik (TASK-U **noor**)
- C. TASK-U **võrgustik** arendab koostööd (TASK-U **võrgustik**)

TASK-U ABC võtab kokku kümnepunktiline baasväärtustele toetuv tegevusraamistik, mille järgimisel saab KOV tasandil oluliselt tõhustada noorte sotsiaalse tõrjutuse ennetamist.

Mudelis tulevad esile usalduse loomise ja hoidmise vajadused töös noortega, aga ka teiste võrgustikus olevate spetsialistidega. Lisaks juba materjalis käsitletud vajadusele ehitada noorega üks-ühele usaldust, on oluline mudeli valguses mõelda, kuidas seda teha kõikides tegevustes, milles noor osaleb – nii õpingute, töötamise, huvialadega tegelemise kui ka kogukonna tegevustes osalemise raames. Kuidas lisaks sellele, et ta nendes tegevustes lihtsalt osaleb, saaks need tegevused olla talle ka tähenduslikud ning võimestavad? Kuidas kohalikus koostöövõrgustikus see läbi rääkida, kokku leppida ning spetsialiste selles toetada, sh luua töökultuuri, kus usalduse loomine ja hoidmine on väärtustatud?

VAATA TABEL 1. TASK-U SEKKUMISMUDELI ABC-10 LK 32 JA JOONIS 12 LK 33.



PEATU JA MÕTESTA 11

Milliseid õppematerjalis kasutatud (aga mitte ainult) tööriistu saaksid kasutada TASK-U mudeli iga sammu juures? Aruta võimalusel ka koos kolleegidega – milliseid tööriistu on nemad kasutanud?



PEATU JA MÕTESTA 12

Võimalusel tehke oma koostöövõrgustikus TASK-U mudeli sammude 1–10 osas analüüs:

- 1) mis teil juba on, et seda sammu teha;
- 2) mille puudumine takistab selle sammu tegemist;
- 3) mis toetaks selle sammu tegemist;
- 4) millised on riskid, mis selle sammu tegemisega kaasnevad.

Looge realistlik tegevuskava ja kokkulepped, millega edasi minna, et TASK-U samme juurutada.

²⁷ Roosalu, T., Nugin, R., Rannala, I., Kazulja, M., Taru, M., Raudsepp, M., Unt, M (2022). TASK-U: noorte mitmetasandilise sotsiaalse kaasatuse dünaamiline mudel. RASI toimetised nr 21 Tallinna Ülikool.. Täisversioon leitav: https://www.tlu.ee/sites/default/files/Instituudid/%C3%9CTI/RASI/2022_RASI%20toimetised%20nr%2021_TASK-U.pdf

Tabel 1. TASK-U sekkumismudeli ABC-10

A. KOLM OSALEMISE MÕÕDET	B. NOOREST LÄHTUV VAATENURK	C. INSTITUTIONAALSE VÕRGUSTIKU KOOSTÖÖ TOETAMINE
<p>1. Sotsiaalse tõrjutuse ennetamise ja tasakaalustamise võtmeks on sotsiaalse osaluse võimaluste loomine, millel on kolm erinevat, aga samaaegselt olulist dimensiooni: noore agentsuse toetamine ja tema võimestamine; tööalane konkurentsivõime ja selle areng; tähenduslik sotsiaalne osalus ja kodanikuühiskonnas osalemine.</p> <p>2. Sotsiaalse tõrjutuse üheks alaliigiks on NEET-staatust, mille kahte aspekti, st eemalejäämist tööst ja arenguvõimalustest, tuleks käsitleda nii elukaare vaates tulevikku suunatult (nt satuvad ohtu noore tulevased töövõimalused ja karjääriväljavaated) kui ka elukvaliteedi vaates olevikus (nt noor jääb välja agentsust toetavatest ja kuuluvustunnet võimaldavatest tähenduslikest sotsiaalsetest tegevustest, tal on toimetulekuraskused).</p> <p>3. Kõik sotsiaalse osalemise vormid (sh töötamine ning õppimine) peavad pakkuma tähenduslikku kogemust ning toetama põhjendatud usalduse ning agentsuse kujunemist.</p>	<p>4. Kõigil peab olema ligipääs (läbi kogu elukaare, sh noore täiskasvanu faasis) õppimise võimalustele, nii tasemehariduse, mitteformaalõppe kui ka enesearengu võtmes.</p> <p>5. Võimalusi ning orientatsiooni edasiõppimiseks peab KOV tasandil arvestama nii tasemeõppe, koolituste jm arenguvõimaluste pakkumisel kui ka noore tööellu kaasamisel.</p> <p>6. Noore sotsiaalse kaasamise ja osalemise võimaluste kujundamisel peab silmas pidama, et noorel kujuneks välja huviala ja leiduks võimalus sellega tegeleda – kitsalt tööalase ja töölesaamisele suunatud õppimise ja enesetäiendamise kõrval on väärtuslik ka muu õpe.</p> <p>7. Sotsiaalse kõrvalejäämise ennetamise ja leevendamise eelduseks on usalduslike suhete kujunemine noore ja temaga erialaselt kokku puutuva(te) spetsialisti(de) vahel, mis eeldab spetsialistide võimekust juba esmatasandil vastutustundlikult sekkuda.</p>	<p>8. Selleks, et KOV tasandil oleks võimalik leida igale noorele sobilik lahendus, mille najal kogukonnas osaleda, seda nii töötamise, õppimise kui huvialadega tegelemise võtmes, peavad kogukonna liikmed tegema koostööd, et kaardistada kõik võimalused tähenduslikuks osalemiseks ning neid koostöiselt arendada ning ligipääsetavaks muuta.</p> <p>9. Igapäevase sobiliku lahenduse leidmine eeldab vastastikuse usalduse tingimuste loomist eri tüüpi panustajate, nt tasemehariduse ja huvihariduse, tööandjate ja tööturuteenuste osutajate, KOV töötajate ning noorsootöötajate vahel. Oluline on ka teiste kogukonnas noori kaasata võivate tegutsejate – sh usuühendused, kaitseväge, kolmanda sektori organisatsioonid jne – vahelise usalduse tingimuste loomine.</p> <p>10. Sõnastatud tegevuseesmärk teravdab märkamist: selleks, et KOV tasandil oleks võimalik iga noore toetamisel eeltoodud silmas pidada, tuleb teenuse pakkumise tulemuslikkuse kriteeriumid seada ka usalduse, agentsuse ning tähendusliku identiteedi võtmesse.</p>

Osalemine on noore seisukohalt alati individuaalne – midagi, mida peabki ise tegema. Lisaks tähendab milleski osalemine ka seda, et tegemist on sotsiaalse kogemusega. Mida enam on kogukonna tasandil mitmekülgset, TASK-U mudeliga kooskõlas kaasatud noori, seda tõenäolisemalt kasvab kogukonna tasandi sotsiaalne, kultuuriline ja majanduslik kapital. Noorte osalemisel sünnib vastastikune usaldus ning ühiste kogemuste ja koostegutsemise käigus sellest tõukuv sünergia.

NOORE OSALEMINE ÜHISKONNAS

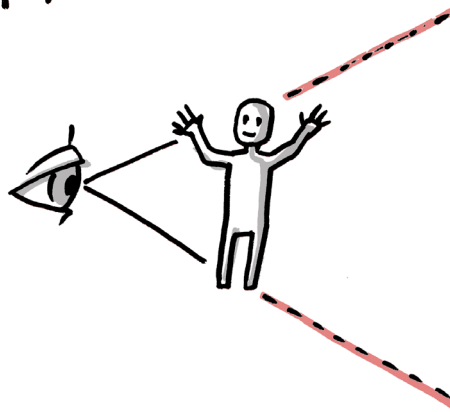


1. NOORE AGENTSUS, TÖÖSKUSED JA TÄHENDUSLIK KODANIKUÜHISKONNAS OSALEMINE.

2. SOTSIAALNE TÕRJUTUS.

3. SOTSIAALSE KOGEMUSE TÄHENDUSLIKKUS. AGENTSUSE KASV.

NOOREST LÄHTUV VAATENURK



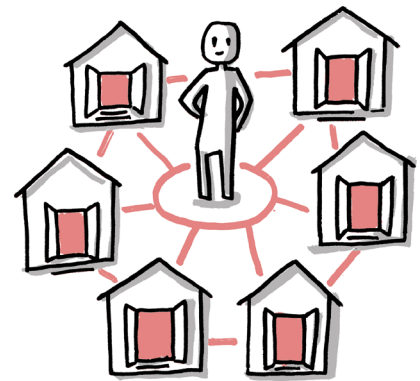
4. LIGIPÄÄS HARIDUSELE.

5. VÕIMALUSED EDASIÕPPEKS JA TÖÖKS.

6. MITTEFORMAALNE ÕPE.

7. ERIALAVÕRGUSTIKUD.

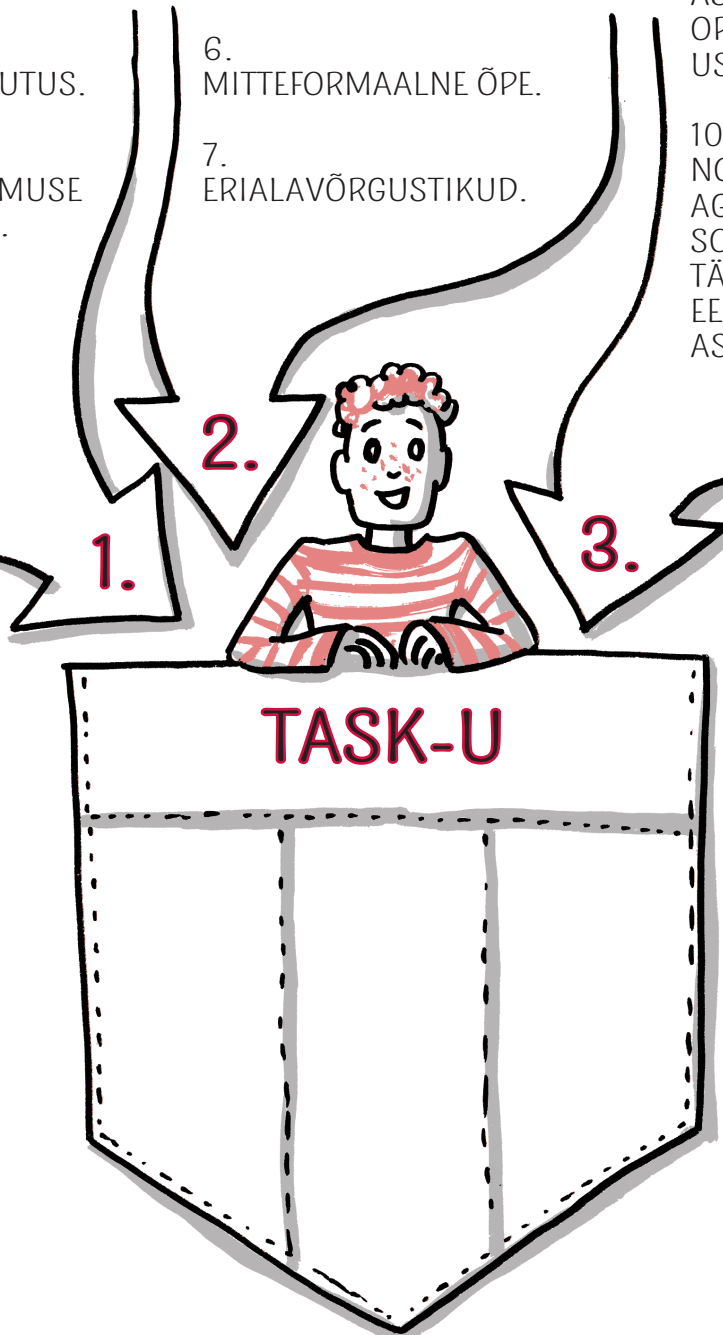
INSTITUTIONAALSE VÕRGUSTIKU KOOSTÖÖ



8. INDIVIDUAALNE KAASAMINE KOGUKONDA.

9. ASUTUSTE JA ORGANISATSIOONIDE USALDUSLIK KOOSTÖÖ.

10. NOORE USALDUSE, AGENTSUSE JA SOTSIAALSE KOGEMUSE TÄHENDUSLIKKUSE EESMÄRGISTAMINE ASUTUSTES.



TASK-U

Kokkuvõtteks. Oled jõudnud õppematerjali lõppu ja oleme koos läbi käinud teekonna, kus mõtestasime usalduse loomise olulisust ja võimalusi töös noortega, pideva professionaalse enesearengu ja -hoiu tähtsust ning koostöö ja tervikliku vaate vajadust.

Õppematerjal on olnud mõttekohti reflekteerimiseks ning praktilisi meetodeid, mida läbi teha ja sobivuse korral oma tööriistakasti tõsta.

Loodame, et oled saanud sel teekonnal pidada vestlusi kolleegidega ning ka nendelt õppinud – ehk oled kavandanud endale ka edasise õpiteekonna. Võib-olla on valmimisel või lausa juba valminud koostöövõrgustiku ühine tegevuskava ja kokkulepped, mis aitavad (tõrjutusriskis) noori süsteemselt, eesmärgipäraselt ja usaldust väärtustades toetada.

Õppematerjali lõpus on tutvumiseks persoonad, mille abil saad õpitud ise ja koos kolleegidega turvaliselt harjutada ning oma tööriistakasti kasutada ja edasi täiendada. Personad sobivad ka koostöövõrgustiku kokkulepete sõlmimise faasi aruteludesse näideteks.

IV

JUHEND PERSONADE JA TEEKONDADE KASUTAMISEKS

Järgnevalt toome sinuni tõrjutusriskiga noorte lood ja palume sul õppematerjali harjutusi kasutades luua isiklik tööriistakast, mille abil saad leida parimaid viise sekkumiseks. Tööriistad on universaalsed ja kohandatavad erinevate juhtumite puhul, aga ka laiemalt igapäevatöös noortega. Oluline on kaardistada juba toimivaid viise, aga ka arendada välja ja testida praktilisi lahendusi usalduse ehitamiseks töös (tõrjutusriskis) noortega, sh olulistes võrgustikes noorte ümber.

Esmalt tutvustame, kuidas persoonad loodi. Projekti „Noorte sotsiaalne tõrjutus” raames viidi läbi uuring, kus kaardistati persoonad tõrjutusriskiga noortest²⁸. Kokku intervjueriti 20 noort (10 NEET staatuse kogemusega noort ja 10 teenindussektoris töötavat noort). Personasid²⁹ kasutatakse teadusuuringutes, sest need aitavad luua ettekujutuse fiktiivsetest (ideaal)personidest, kes on sihtrühma kõige tüüpilisemad esindajad ning tuginevad reaalseste inimeste käitumisele ja hoiakutele. Personasid kasutatakse selleks, et jagada laiemad sihtrühmad kitsamalt erilistel „elulisteks” profiilideks, mille abil paremini välja töötada teenuseid, lahendusi, turundus- ja kommunikatsioonisõnumeid, mõjutamistaktikaid jne.

Siinses materjalis on persoonad, kes on:

- 1) *NEET-staatuse kogemusega või tõrjutusriskis noored vanuses 18 –26a.*

- 2) *Erineva taustaga: sotsiaalne, hariduslik, tööturu tingimused ja –taust, etnilis-kultuuriline koosseis, kaugus pealinnast.*
- 3) *Iga persoona loomisel on kasutatud detaile vähemalt viie erineva inimese loost.*

Personade loomisel jõuti peamistele tulemustele:

- Noortel on usaldamatus institutsioonide suhtes.
- Noor valib toimetulekustrateegiaks eemaldumise ja vältimise. Seda tehakse eelneva negatiivse kogemuse põhjal (liigne ootamine, ebasobiva töö pakkumine, haridusse suunamine, kui noor otsib tööd) ning selle tulemusena ei kasuta noored teatud teenuseid, nt Töötukassat.
- Vaja on selget tegevusjuhust ja individuaalseid lahendusi noore abistamiseks. Usalduslik kontaktisik, kes vahendab vajadusel suhtlust institutsioonidega.

PRINDI VÄLJA TÖÖLEHT LK 46

1. Palun tutvuda persoonadega. Võid valida välja ühe või mitu persoonat, kelle loo kallal üksi või koos kolleegidega töötada.

2. Kaardista: Mis on tema vajadused? Kuidas teda võimaldada?

3. Kuidas sina lood selle noorega kontakti?

4. Millised on sellel teekonnal ennetamisvõimalused? Kuidas sekkuda (võite valida sobiva ajahetke sekkumiseks)? Kellega koos? Keda kaasates?

Alusta selle töölehega ja liigu edasi – kasuta materjalist saadud teadmisi ja tööriistu.

²⁸ https://www.tlu.ee/sites/default/files/Instituudid/%C3%9CTI/RASI/2022_RASI%20toimetised%20nr%2020_Noorte%20t%C3%B5rjutusriskide%20lood%20persoonad%20ja%20vinjetid.pdf

²⁹ Roosalu, T. <https://docs.google.com/document/d/1yjpEuEzT8UCszg7rq234aTXURhJF-Vpa/edit?pli=1#heading=h.xbys6pytjka>

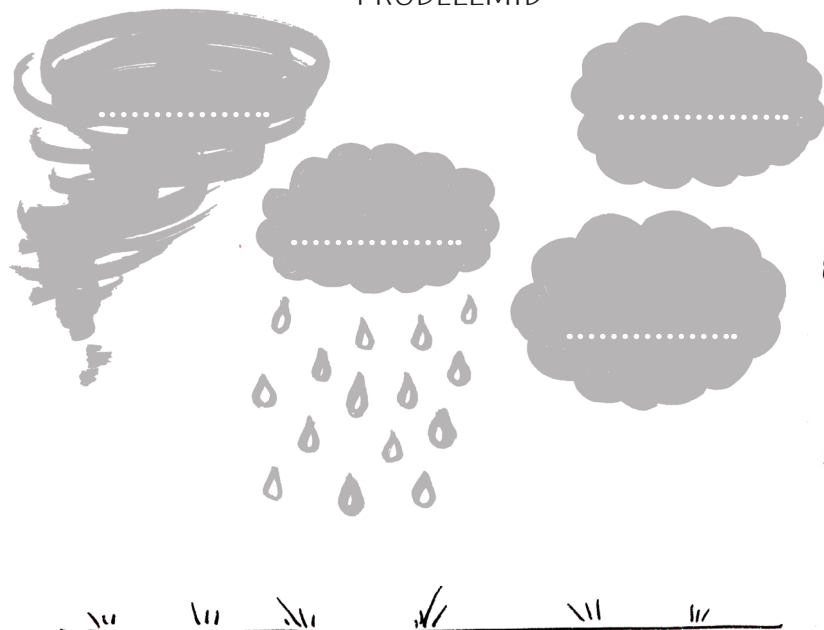
V

PERSOONAD

AUTORID: RAILI NUGIN, MARGARITA KAZJULJA



PROBLEEMID



LAHENDUSED



MARINA (23-AASTANE)

Marina on 23 a vanune hetkel töötü noor naine, kes elab koos elukaaslasega Keilas.

Sagedased kolimised ja palju koole, kool ei kõida, kiusamine. Marina sündis väikeses maakohas paljulapselisse venekeelsesse perre, kes kolis tihti. Seetõttu pidi Marina lapsepõlves sageli koole vahetama, mis ei läinud aga alati sujuvalt. Ta kirjeldas, kuidas pärast üht koolivahetust pidi ta minema väikesest, saja õpilasega koolist suurde linnakooli, kus oli tuhat õpilast. Talle tundus, et teda vaadati imelikult, sest tema eelmisel koolil polnud kuigi hea maine ning seetõttu võttis uude kooli sulandumine aega.

Koolis ei läinud Marinal just kuigi hästi. Erilist muret valmistas talle eesti keel. Põhikooli eesti keele õpetajaga oli läbisaamine erakordselt halb, Marina sõnul oli õpetajal tema suhtes eriline vaen isegi pärast seda, kui ta oli põhikooli lõpetanud:

„Ta teadis, et ma ei saanud hakkama ja siis... Pärast kooli lõpetamist iga kord, kui ma temaga kohtusin, ta alati naeratas niimoodi rõõmsalt, no niimoodi pahatahtlikult.“

Marina arvab, et koolis õpetati aineid, mis tegelikult ei aita elus hakkama saada. Samuti ei olnud tal õpetajatega just kõige soojemad suhted:

„Nad olid kuidagi kohe sellised õelad, agressiivsed, näiteks kui keegi koridoris õpetajatest möödus, ütlesid nad kohe: „Miks te meid ei tervita? Kus on austus?“ Aga miks mul peaks nende vastu austus olema, kas sellepärast, mida te õpetate?“

Marina sõnul värvati õpetajate vähesuse tõttu kooli tööle ka selliseid inimesi, kes tegelikult õpetajaks ei sobinud. Nad „ei pidanud teismeliste probleeme“ milleski ja aitasid oma väljautlemistega mõnikord kaasa klassikaaslaste kiusamisele, vähendades nii Marina enesekindlust:

„Kui õpetaja midagi ütleb – ja sellist asja oli väga sageli –, otseselt ebameeldivaid väljendeid, hakataksegi sinu üle veelgi rohkem nalja tegema, narrima, ja nii tekib sul ju veel rohkem komplekse...“

Pere toetuse puudumine, halb seltskond ja mõnuained, õpingute katkestamine, vangla. Kuigi perekonnas teati, et Marinal on koolis probleeme, ei leidnud ta kodust erilist toetust ja kui Marina kurtis oma koolimurede üle, oli perekond pigem õpetaja poolel.

Marina oli vanemate peale solvunud, ta ootas neilt tuge nii koolis õppimise ajal kui ka hiljem, kuid ta ei saanud seda. Oma praeguses olukorras näeb ta ka nende süüd:

„Nemad ei toetanud mind ja minust saigi eikeegi.“

Koolis oli Marinal raske, sest tal puudus vanemate toetus ja hea läbisaamine õpetajatega, ka õppimine ei läinud kergelt. Põhikooli suutis ta siiski üle kivide ja kändude lõpetada.

Kuna eesti keele oskus oli nõrk, ei julgenud ta kaaluda õpingute jätkamist gümnaasiumis. Ta läks ema soovitusel kutsekooli, valides esialgu laborandi eriala, kuid see ei meeldinud talle. Kutsekooli ajal sattus Marina seltskonda, kus tarbiti alkoholi ja narkootikume ning see mõjutas ka kooliskäimist:

„Mul olid narkootikumidega probleemid. Ma tegin savu, hommikul ärgetes tegin juba ühe pläru ja edasi läks kuidagi nii, et ah, mis seal ikka, ei viitsi kuhugi minna. No ja nii mind välja visatigi.“

Marina visati välja pool aastat pärast kutsekooli astumist. Seejärel proovis ta kätt narkootikumide müümisega ning sattus vang. Kui ta vanglast välja sai, asus ta uuesti õppima kutsekoolis, sedakorda kokaabiks. Ometi ei läinud ka seekord kõik plaanitult, sest algas pandeemia ning koolid viidi distantsõppele. Distantsõpe aga ei sobinud Marinal üldse, kuna see eeldas palju arvuti taga olemist, iseseisvat tööd ning kodutööde saatmist. Marina aga tahtnuks praktikumides ise kätt proovida. Nii jättis ta taas koolitundidesse ilmumata.

Pidepunktide puudumine elus, töötus, keeleoskuse puudumine. Marina möönis, et ta peaks ilmselt edasi õppima, kuid motivatsiooni selleks napib: „*Igasugune soov selleks puudub*“. Hetkel elab ta elukaaslasega väikeses korteris, elatudes mõlema töötaja abirahast ning elukaaslase isalt saadud toetusest. Ots-otsaga tullakse kuidagi toime, ent korteril lasuvad siiski üürivõlad. Marina võtab praeguse elu-olu kokku nii:

„*Praegu on kuidagi nii, et ujun siia-sinna, aeg-ajalt proovin midagi, vahel töötan, aga enamasti ei tee mitte midagi.*“

Marina pelgab, et oma vähese keeleoskuse tõttu ei saa ta tööl hakkama. Ta on ka Töötukassas arvel ning sealt pakuti talle erinevaid töökohti, näiteks baaris või poes müügikonsultandina. Samas oli kõigi töökohtade nõudmistest kirjas keskastme taseme eesti keele oskus, mida Marinal pole. Töötukassast pakuti Marinal ka eesti keele kursuseid, kuid neist ta keeldus, öeldes, et eelistab siiski kodus ise keelt õppida. Marina annab endale aru, et eesti keele oskusest sõltub tema elus palju, kuid hirm on suur:

„*Ma ei suuda isegi teed küsida, et kuidas saaks sinna-või-sinna tänavale, isegi kohvikus kardan midagi öelda... Kuigi, ma saan aru, et kui ma oskaks eesti keelt /.../, kui mul oleks rohkem julgust, saaks ma paremini hakkama, sest ma suudaks inimestega ühise keele leida - mulle pole see raske, olen paljudes suhelnud, saan kõigiga suheldud, aga...“*

Ebameeldivad kogemused ametiasutustega. Töötukassa ametnikega suhtlemisel pole tal kuigi meeldivad kogemused olnud. Marina on pettunud, et seal õpetati teda vaid CV-d täitma, ja on skeptiline, et CV koostamise oskus teda kuidagi aitaks. Ka oli tal ebameeldiv kogemus, kuna Töötukassa töötaja jättis ühele kokkulepitud

kohtumisele ilmumata, ehkki Marina ootas teda 45 minutit. Ta üritas küll kontaktnumbrile helistada, kuid see oli automaatvastaja peal.

Kooli ajal soovitati Marinal psühholoogiga konsulteerida, kuid ta ei näinud nendel konsultatsioonidel mõtet ja pidas seda teenust kasutuks, Marina ei uskunud, et vestlus psühholoogiga aitaks tal probleeme lahendada. Kui talle Töötukassas psühholoogi teenuseid pakuti, siis ta nõustus. Marina lootis, et psühholoog annaks nõu, mida tema olukorras täpselt ette võtta, kuid kokkuvõttes valmistis vestlus psühholoogiga talle pettumuse:

„*Ta ei aidanud eriti /.../ ta kuulas mu ära ja küsis seal midagi, aga... Samas, ega ta ei leidnud probleemile lahendust, mis ma peaksin [tegemea], kuidas ma peaksin [olema] – selle kohta ta ei öelnud midagi...“*

Suhtlusvõrgustik. Marinal pole käepärast täiskasvanut, kes teda toetaks. Vanematega on Marina suhted siiani keerulised ning ka vendade-õdedega pole kujunenud sooje suhteid. Sõpru Marinal palju pole. Nende toetusega ei saa ta samuti arvestada. Mitmed tema sõbrannad istuvad hetkel vangis ja teised on praegu Marinal sarnases olukorras: „*Nad ise ka otsivad praegu tööd täpselt nagu mina.*“ Marina sõnul toetab noormees, kellega ta praegu koos elab, teda küll moraalselt, kuid vajab ka ise tuge:

„*Ta ise on ka selline inimene, hukule määratud /.../, no nagu vaimselt, tal on ka selline, väga keeruline eluereiood. Tema ka ei usu endasse ja noh, kõik need sellised probleemid.*“

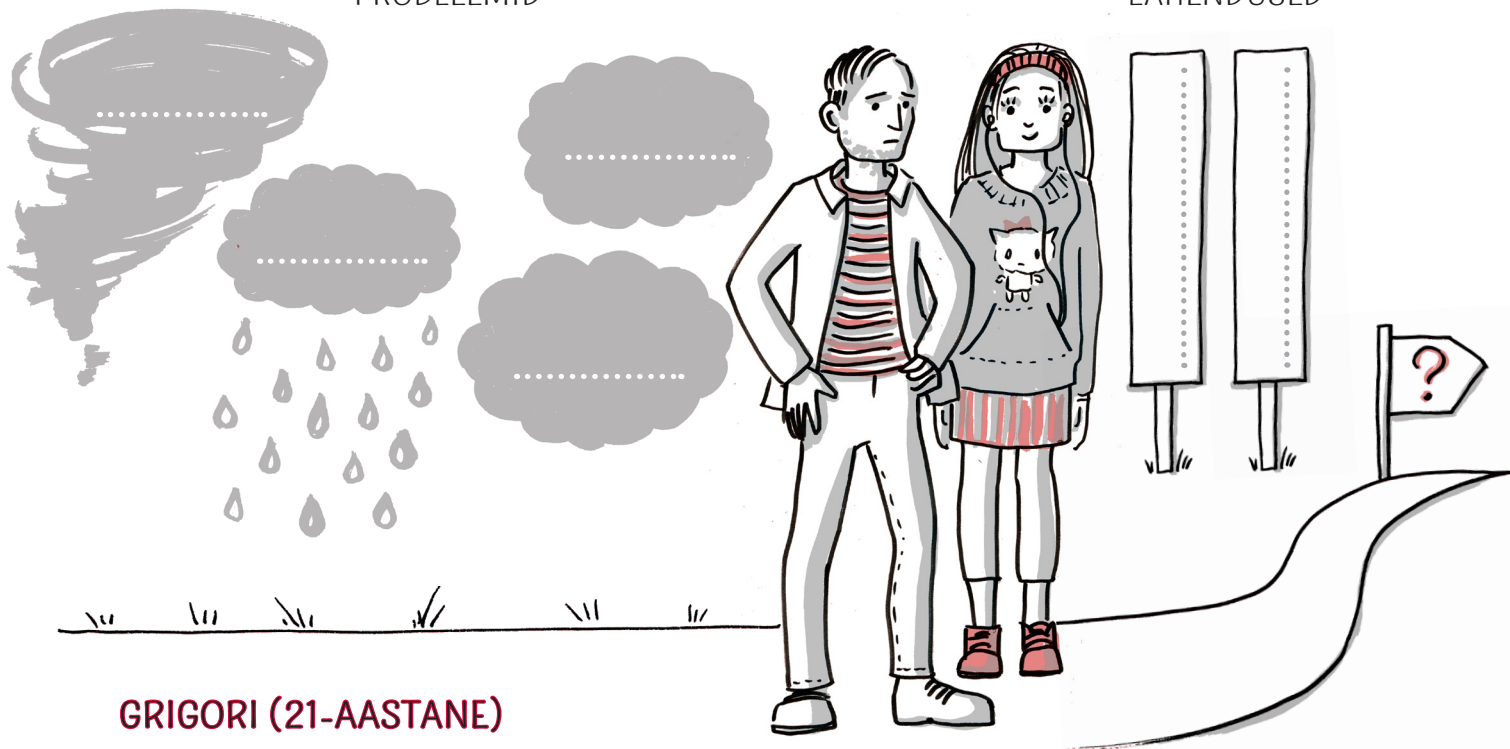
Madal enesehinnang. Marina enesehinnang pole kiita. Mitmed tagasilöögid elus ning suutmatus tööd leida on jättnud talle sügava pitseri:

„*Paistab, et mul ei õnnestu midagi, ilmselt seetõttu, et mul pole kunagi midagi õnnestunud.*“

Oma hädades peab ta süüdlaseks eelkõige iseennast ega arva, et keegi teine teda aidata saaks: „*Mul tuleb endal asjad korda saada.*“

Tulevikuplaanid. Marina tahab tööd leida eelkõige selleks, et tunda end täisväärtuslikuna ja mitte loota toime tulekul kellelegi teisele. Ta kaalub ka täiskasvanute gümnaasiumisse minekut ning keskhariduse omandamist, aga rõhutab, et selge tegevusplaan tal puudub:

„*Mu suhtumine on muutunud lihtsalt selleks, et tuleb see, mis tuleb. Üks päev korraga...“*



GRIGORI (21-AASTANE)

Grigori on 21 a vanune vene emakeelega noormees, kes elab Sillamäel koos oma vanema õega sotsiaalkorteris ja on hetkel töötu.

Tuumikperekonna kaotus, lastekodu. Grigori isa suri, kui ta oli väga väike poiss, ta ei mäleta teda. Tema ema oli aga alkohoolik ning Grigori viidi koos oma õde-vendadega lastekodusse või asendusperedesse. Kuigi tal oli neli õde-venda, oli ta lähedane ainult ühe, temast aasta vanema õega – sellega, kellega ta ühes lastekodus koos üles kasvas. Asenduskodusse viidud õde-vendadega suhtlus puudus, ka polnud neil ühiseid isasid.

Juba varases lapsepõlves puutus Grigori kokku kiusamisega. Suur osa sellest toimus tema hinnangul seetõttu, et ta oli pärit lastekodust:

„Teiste lastega eriti hästi läbi ei saanud, sest ma olin ikkagi lastekodust. Kogu see lastekodu tiitel käis kaasas minuga kuni põhikoolini. /.../ Et noh, koolikiusamist tundsin ma lastekodu asja pärast päris palju.“

Samas vaatab Grigori kiusamisele tagasi suhteliselt rahu­likult. Ta hindab retrospektiivselt, et see polnudki jöhker kiusamine, lihtsalt keegi pidi ju naerualuseks jääma.

Grigori küll suhtleb aeg-ajalt oma emaga, aga lähedus nende vahel puudub:

„Emaga on mul siiamaani suhted säilinud, aga noh, need piirduvad praegu nii, et kui tal on raha vaja, siis ta küsib seda mu käest. Mitte, et ma ei tahaks temaga suhelda, aga... noh, ma ei tunne, et ta väga enam minu elus oleks.“

Üldiselt räägib Grigori oma lastekodu kasvatajatest väga soojalt, kuigi märgib, et nende hulgas oli ka „väga kummalisi eksemplare“.

„Noh, tegelikult olid seal meie lastekodus head kasvatajad. Seal olid muidugi väga imelikud eksemplarid, ma ei saa aru, kuidas neil üldiselt lubati lastega töötada.“

Grigori sõnul oli lastekodu väga toetav. Ta sai käia huviringides ja pärast 9. klassi lõppu kingiti talle päris oma arvuti. Grigorile meeldisid arvutimängud sedavõrd, et ta hakkas huvi tundma selle vastu, kuidas arvutimänge tehakse ning õppis autodidaktina ära arvutigraafika. Internetis on õppimiseks palju võimalusi ning kui jääb midagi segaseks, saab alati foorumitest abi. Grigori loodab, et kunagi on ta omandanud arvutigraafika eriala niivõrd, et saab sel alal ülemaailmselt tööle kandideerida.

Koolitee hektilisus, toe puudumine haridusvalikutes ning õppimisel. Koolis talle ei meeldinud. Grigori hinnangul polnud ka kõik õpetajad tasemel ja kooli õhkkond oli halb. Tema sõnul võisid õpetajad õpilasi kohati suisa lollideks nimetada või muul moel eba­meeldivalt kohelda. Grigori kirjeldab, et sageli ei kuulanud õpetajad õpilaste probleeme, viidates, et kui neil on katus pea kohal, riided seljas ning toit laual, ei saa neil olla mingeid muresid. Eriti vilets oli eesti keele õpe. Õpetajaks polnud pedagoogipaberitega inimene, vaid keegi, kelle ametiks oli erinevate ürituste korraldamine. Kuna puudusid teised eesti keele oskajad, pandi ta õpetajaks ning Grigori keeleoskus oli seetõttu väga nigel. Kuigi ta sai üheksanda klassi kenasti lõpetatud, ei julgenud ta gümnaasiumisse minna, kuna pelgas sealset eestikeelset õpet. Grigori läks edasi kutsekooli laonduse eriala õppima, kuna paljud ta sõbrad läksid samuti sinna. Eriala teda esialgu eriti ei huvitanud, kuid hiljem hakkas meeldima. Ometi katkestas ta õpingud, sest tal tekkisid sõpradega arusaamatused.

Detalle täpsustamata mainib Grigori, et sõbrad reetsid ta ning ta ei soovinud enam nendega koos ühes koolis õppida. Ta võttis paberid kutsekoolist välja, kuid talle öeldi, et ta võib võimalusel kutsekooliõpingutega jätkata järgmisel aastal.

Tulutud tööotsingud, katkendlik töökogemus, riigikeele oskuse puudumine, kokkupuuted avalike teenuste osutajatega. Pärast õpingute katkemist tuli Grigori lastekodust ära ning elab nüüd õega, kes on samuti lastekodust lahkunud ja kellele on järelhoolduse raames võimaldatud sotsiaalkorter. Mõlemad on hetkel töötud. Grigoril on kogemusi linna sotsiaalteenistuse spetsialistidega suhtlemisel. Materiaalset toetust sai ta sotsiaalosakonnast kohe pärast lastekodust lahkumist. Sotsiaalosakond aitab endiselt maksta kommunaalmakseid ja pakub toidupakke, mis aitavad Grigoril ja tema vanemal õel sageli toime tulla.

Grigori sõnul on ta proovinud tööd leida, kuid tulutult – kõikjal on ära öeldud. Ta on helistanud erinevatesse poodidesse, kuid tema hinnangul on Ida-Virumaa piirkonnas keeruline tööd leida, oma panuse on sellesse andnud ka koroon. Ta töötas eelmisel suvel põgusalt ühes poes, aga see ei kestnud kaua, kuna sügisel lisatöökäsi enam tarvis polnud. Grigori annab endale aru, et tema üks nõrk koht on eesti keele oskus. Ta kirjeldab, et võib koguni paanikasse sattuda, kui peab eesti keeles suhtlema:

„Mul läheb kohe kõik meelest, kui hakkab eestlastega suhtlema. Mul on kohe selline hirm, isegi kui minult küsitakse midagi täiesti elementaarset, näiteks „näidake mulle oma dokumenti”, või kui ma midagi ostan, küsitakse, kas teil on kliendikaarti. Mõnikord kaob kohe tugevasti pind alt ja ma isegi ei saa aru, mida minult küsitakse, mõnikord hakkab väga kartma.“

Grigori on arvel ka **Töötukassas**. Töötukassa olemasolust kuulis ta sõpradelt. Esialgu uuris ta tööpakkumisi Töötukassa kodulehelt, ent oli pettunud: „*Kõik tööd, mida seal pakutakse, on nagu vanaemadele mõeldud*“. Ta käis ka ühel korral Töötukassas konsultatsioonil, kuid teisele kohtumisele juhtumikorraldajaga ta ei läinud, küsides: „*No milleks mulle see?*“. Ta mõonab, et talle pakuti Töötukassas ka igasuguseid kursuseid, kuid need talle ei meeldinud. „*Tahaksin, et mulle pakutaks kohe mingit töötamise varianti, mitte mingeid kursuseid*“. Grigori kardab ka, et kui ta läheb kuskile pikemalt õppima, siis võivad võimalused tööd saada kahaneda: „*Kui tekib mingi sajaprotsendine võimalus tööd teha ja mina olen justkui õppimas, siis läheb see võimalus lihtsalt mööda*.“

Vaimse tervise probleemid. Grigori tunnistab, et tal, nagu ka tema õel, kellega ta sotsiaalkorteri elab, on probleemid vaimse tervisega: „*Ärrituse probleemid, ütleme niimoodi*“. Ehkki ta pettus paljudes psühholoogides, kelle juurde ta oli elu jooksul sattunud, leidis ta kutsekooli ajal hea psühholoogi. Too oli samuti meessoost ja temast vaid pisut vanem ning nendest said sõbrad. Grigori sõnul on paljud tema probleemid saanudki alguse sellest, et tal on puudunud reaalne toetus:

„Tegelikult oli mul lihtsalt vaja psühholoogilist toetust, juba lapsest saadik, aga tegelikkuses ma seda ei saanud kunagi...“

Grigori meenutab tänuikult temaga kutsekooli ajal koostööd teinud psühholoogi ja arvab, et kui ta oleks sellise spetsialistiga varem oma elus kokku puutunud ja kui ta oleks õigel ajal „*hea psühhiaatri juurde pääsenud*“, siis oleks tema elu võinud teistsuguseks kujuneda.

„Kui mul oleks tol ajal selline inimene olnud, siis ma arvan, et mul oleks läinud teisiti.“

Teisalt tunnistab ta, et toetuse puudumisel võib pind kergelt jalge alt kaduda ning tema vaimne tervis on siiani väga habras.

Suhtlemine. Grigori suhtlusring on väga kitsas. Ta elab koos oma õega, kes kujunes lastekodus elatud aastate jooksul tema elus kõige tähtsamaks inimeseks. Oma teiste vendade ja õdedega ei suhtle ta üldse. Grigori sõnul on tal väga raske sõpru leida, tal kulub väga kaua aega enne, kui ta saab inimest sõbraks pidada.

„Sõpradega oli mul see, et... Et ma ei julgenud väga ennast avada. Mul läks tohutult aega, et ma saaks inimesega nii hästi läbi, et saaksin teda sõbraks nimetada.“

Grigori enda sõnul on see tingitud tema varasemast elust – tuumikperekonna kaotusest, negatiivsest kogemusest suhtlemisel eakaaslastega koolis ja seejärel kutsekoolis, samuti tema vaimsest tervisest. Grigoril võib olla väga raske isegi lihtsalt majast lahkuda.

„Noh, ma ei suhtle eriti kellegagi, vaid seoses piasiasjades. Vahel tuleb korra kuus pähe kellegagi maha istuda, võin helistada /.../ tüdinen inimestest väga kiiresti. Nad hakkavad mind kiiresti häirima...“

Tulevikuplaanid. Grigori toimetulekustrateegiaks on internetikogukonnad ja eneseareng. Grigorile annavad lootust edaspidiseks tema oskused arvutiga graafilist disaini õppides. Ta on külastanud erinevaid foorumeid ning sealt leitud tutvused on andnud talle enesekindlust. Grigori kirjeldab, kuidas internetifoorumites teiste töid kommenteerides ja kiites võivad tekkida ka sõprussuhted ning uued koostööd.



MARTIN (22-AASTANE)

Martin on üksiklaps ning elab siiani vanematega Tallinnas.

Painav probleem perekonnas. Martini peres oli probleem, mis tekkis põhikoolis ja millest ta rääkida ei taha. Milles nimelt probleem seisneb, seda ta intervjuus ei avanud, kuid tema sõnul on see perekondlik probleem saatnud teda läbi lapsepõlve ja nooruse. Ta on seda seni kõigi eest varjanud, häbenenud sellest rääkida ning seetõttu pole ta ka abi otsinud.

Võimekas, aga õppida ei viitsinud, kool jäi pooleli. Koolis ei valmistanud õppimine Martinile raskusi, aga õppetööd teha ta eriti ei viitsinud. Seetõttu jäi paljudele mulje, et ta on rumal:

„Matemaatika oli minu jaoks eriti lihtne. Kord juhtus nii, et – ma ei teagi kuidas, siiani olen uhke, sest ma ei sattunud üldse tundidesse – matemaatikas võeti parasjagu protsentarvutusi, ma olin kas kuuendas või seitsmendas klassis, ei mäletagi. /.../ Meil olid klassis ka priimused, sellised kolm-neli tüdrukut, kes mind ei sallinud, ma ajasin neid närvi. Nad arvasid, et ma olen rumal ja arengupeetusega, sest ma pidasin end tundides väga halvasti üleval, midagi ei teinud, segasin õpetajaid ja matemaatika õpetajaga tekkis suisa konflikt. /.../ Igatahes, kui protsentarvutuste osas tehti kontrolltöö, ei teadnud ma ühtki valemit ja mõtlesin ise välja, kuidas seda võiks arvutada. Olin ainus klassis, kes kontrolltöö viie sai.“

Õpetajatega polnud Martini suhted kuigi head ning tagantjärele leiab ta, et õpetajad tegid oma tööd hoolimatult. Kui nad oleksid talle vähegi tähelepanu pööranud, oleks nad märganud ka Martini probleeme ning ehk

saatnud teda kas või koolipsühholoogi juurde.

Gümnaasiumiõpingud jättis Martin katki. Erilist põhjendust ta sellele tuua ei osanudki:

„Ma lihtsalt ei tundnud end enam hästi. Või nagu olin veits segaduses. Mulle tundus, et ma saaks nii paljude muude asjadega tegeleda samal ajal, kui ma koolis istun. Jõuan alati selle gümnaasiumi ära teha, kas on just praegu vaja seda teha. Pigem sihukese mõttega tulin ära.“

Pärast gümnaasiumi pooleli jätmist töötas Martin erinevates teenindusasutustes, aga oli periooditi ka töötu. Mõne aja pärast otsustas ta siiski jätkata õpinguid õhtukoolis. Kuigi Martin oli väga kriitiline päevakooli õpetajate suhtes, oli ta väga positiivselt meelestatud õhtukooli õpetajate osas, kes olevat väga toetavad: „Nad mõistavad nagu rohkem, kui seal päevakoolides.“ Päevakooli õpet iseloomustas Martin sõnaga „närviline“.

Erinevad kõrgkoolikatsed, kindel veendumus huvide osas puudub. Pärast õhtukooli lõpetamist töötas Martin tennisekeskuses, kuhu sai tööle tänu tuttavatele. Ta proovis sisse saada ka ülikoolidesse: Sisekaitseakadeemiasse ning Tartu Ülikooli stomatoloogia erialale.

„Sest ma mõtlesin, et mingit teist valikut on vaja, et võtan midagi enam-vähem nagu suvaliselt, aga mingit teemat, mida isegi tahaks isegi õppida, kui oleks võimalust. Sisse pääseda kooli. Nendel katsetel ei läinud kõige paremini, sest et Sisekaitseakadeemias on füüsilised katsed ja on intervjuu. Füüsilised katsed ma sain tehtud kõik, aga intervjuu läks väga valesti, see ärevus tuli sisse ja põhimõtteliselt ei saanud ühtegi sõna suust välja. Ja

hambaarsti tulemused ei olnud lihtsalt piisavad.“

Seejärel ta proovis sisse astuda Inglismaale ühte ülikooli kriminalistikat õppima. Kuigi punktide poolest oleks ta sisse pidanud saama, teatati talle vahetult enne õpingute algust, et ta siiski ei kvalifitseeru. Tegemist oli ka Brexiti-järgse koroonapandeemia perioodiga, mil paljud kõrgkoolid vaatasid oma sisseastumispoliitika üle.

Kutsekool, elukutse valimine sõprade mõjul. Pärast ebaõnnestunud katseid alustada ülikooliõpinguid astus Martin kutsekooli infotehnoloogiat õppima. Eriala sai valitud sõprade mõjul, pigem põhimõttel „seltsis segasem” kui teadliku valikuna. Mõned tema sõbrad õppisidki juba seal, ka olid mõned klassivennad selle eriala valinud.

„Kõik poisid läksid sinna, seal olid tuttavad poisid, mu sõbrad. Noh, me suhtlesime ja läksime kolmekesi sinna, mina ja veel kaks klassivenda.”

Martin arvab nüüd, et kui tema klassivennad oleksid teise eriala valinud, siis oleks ehk ka tema valik teist-sugune olnud.

„Võib-olla läheksin kuhugi mujale, kui nad läheksid [sinna]. /.../ Hakkasime suhtlema, arutasime – no [astume] koos.”

Ometi ei paelunud see eriala teda ning ta ei ilmunud enam koolitundidesse, mis pandeemia tõttu virtuaalsesse keskkonda kolisid. Nüüd kahetseb Martin, et ta ei vahetanud kutsekoolis eriala kohe pärast seda, kui mõistis, et see talle ei sobi. Kutsekooli õpetajad üritasid veenda teda jääma ja õpingud juba valitud erialal lõpetama. Tema sõnul tundis ta, et õpetajatel ei olnud „huvi [aidata] mul [teise] elukutse leidmisel, vaid neil oli huvi, et ma lihtsalt kursusele jääksin ega lahkuks“.

Terviseprobleemid. Usaldamatus psühholoogide suhtes. Hiljuti tekkis Martinil naha-allergia – ta keha kattus lööbega iga kord pärast füüsiliselt pingutust. Seetõttu ei saanud ta enam sportlike hobidega tegeleda ning tuli ka tennisekeskusest töölt ära ehk on hetkel töötu. Martin on mõelnud psühholoogi poole pöördumise peale, aga sellist abi polnud ta seni otsinud, kuna ta on psühholoogide suhtes skeptiline:

„Psühholoog ei lahenda probleemi, ta ainult kuulab ära. Aga milleks ma peaksin jagama võõraid probleeme tundmatule inimesele?”

Töötukassa. Töötukassa poole pöördumise kogemus on Martinil väga väike. Ta pöördus sinna pigem selleks, et saada Tervisekindlustus, mitte et leida tööd. Martin ei usu, et Töötukassa abiga võiks ta endale sobiva töökoha leida:

„Jah, ma käisin [tööpakkumistega Töötukassa kodulehel], lihtsalt vaatasin, miski ei meeldinud mulle. Need töökohad seal, mida pakutakse – mulle sellised ei meeldi.”

Teda ei huvita ka osalemine erinevatel Töötukassa poolt pakutavatel kursustel, kuna ta kavatseb omandada tasemeharidust.

„Tõenäoliselt pean edasi õppima normaalse töö saamiseks. Selleks, et normaalselt elada, pean õpingud lõpule viima.”

Ta polnud kuulnud erinevatest abi saamise võimalustest (Tugila, Hoog sisse!) ja pole ka seni abi otsinud.

Suhtlusvõrgustik. Martini suhted vanematega on siiani keerulised. Kuigi Martini sõnul vanemad toetavad teda ja annaks talle ka taskuraha, siis on ta otsustanud, et ei küsi vanemate käest raha. Kuna Martin elab vanemate juures, siis on esmane toimetulek siiski nende tagatud (eluasemekulud, toidukulu).

Martini sõprusring pole eriti suur, see muutub ja uueneb sageli. Martin ütleb, et see on seotud tema iseloomomadustega: *„Mul on kogu aeg probleem, et ma lähen kõigiga tülli.”*

Tulevikuplaanid. Martin pole kindel, mida ta tulevikus tegema asub. Ta mõlgutab endiselt mõtteid kõrgkooli astumisest, kuigi ei tea, millise eriala kasuks peaks otsustama ja mis teda täpsemalt huvitab. Ta kardab erialavalikuga eksida.

„Minu puhul, ütleme, ongi takistus see, et sa võid minna ühte asja õppima, aga pärast mõtled seda, et ei olnud ikka see, mida ma tegelt tahtsin.”



BOGDAN, UKRAINST 16–17

Bogdan saabus Ukrainast märtsis 2022.

Enne sõda. Bogdan elas koos vanematega Ukraina väikelinnas. Enne sõjategevuse algust õppis ta edukalt gümnaasiumi lõpuklassis ning kavatses pärast keskkooli lõpetamist kõrghariduse omandada. Ta oli väga aktiivne ja tal oli palju hobisid.

Kohene väljasõit. Kuigi sõjalist tegevust nende linnas ei toimunud, oli pommitamise oht väga suur ja kui häire tuli, kogunesid inimesed keldritesse. Vanemate tuttavad kavatsesid riigist lahkuda ja pakkusid Bogdanile võimalust kaasa tulla. Vanemate otsus poeg riigist välja saata oli väga kiire ja Bogdanile endale täiesti ootamatu.

„Ma ei kavatsenud üldse lahkuda, see juhtus lihtsalt poole tunniga, ema viskas riided kohvrisse ja saatis mind minema...”

Bogdan ei tahtnud lahkuda, ta kirjeldab seda hetke šokina. Sellele aitas kaasa ka asjaolu, et ta lahkus üksi, tema vanemad jäid Ukrainasse.

„Ma ei saanud alguses üldse aru, kuhu ma lähen... Ma ei tahtnud minna, aga ema ütles, et talle oleks lihtsam, kui ma ära läheksin.“

Kaaluti erinevaid väljumise suundi ja lõpuks valiti Eesti, sest seal olid juba pikka aega elanud Bogdani ema sugulased, kes olid alates sõja algusest oma abi pakkunud.

„Nad pakkusid alates esimesest päevast, aga me, nagu arvatavasti kõik ukrainlased, arvasime, et see on lühiajaline... et me veedame praegu aega ja kõik saab korda. Aga lõpuks... ma saabusin siia.“

Eestis kohanemine uue keskkonnaga. Bogdan sai Eestis sõjapõgeniku staatuse ja elab oma sugulaste perekonnas, kes on tema hooldajad.

Õppimine. Kool, kus Bogdan Ukrainas õppis, suutis oma tegevust jätkata ja Bogdan sai seal kaugõppes õppida. Eestis korraldati lõpueksamid, mille Bogdan edukalt sooritas ja ta sai Ukraina keskkooli lõputunnistuse.

Alguses ei kavatsenud Bogdan kohalikku kooli külastada, kuid tema hooldaja sõnul pidi ta seda tegema. Lõpuks käis Bogdan 2022. a aprillis mõne nädala jooksul kohalikus koolis, kus õpetatakse 60% ainetest eesti keeles. Tema tajus seda aega kohustuse, mitte uue keskkonnaga kohanemise või enda teadmiste täiendamise võimalusena. Kui tema Ukraina koolis algasid aasta kontrolltööd ja lõpueksamite ettevalmistus, lõpetas Bogdan kooliskäimise Eestis.

„Ma käisin seal mõnes tunnis ja mul polnud vaja koduseid ülesandeid teha, oli vaja just kohal olla.“

Bogdan räägib oma hirmudest enne kohaliku kooli külastamist:

„Kui ma kooli läksin, siis kartsin, kuidas nad reageerivad inimestele, kes on tulnud Ukrainast.“

Hirmud olid osaliselt põhjustatud endiste klassikaaslaste jutustustest, kes nagu Bogdan lahkusid Ukrainast ja jätkasid õpinguid uue elukohariigi koolides. Mõned neist kogesid kiusamist, mis sundis neid kooli vahetama.

Praegune tegevus. Suvel astus Bogdan edukalt Ukraina ülikooli ilma Eestist välja sõitmata ja õpib praegu kaugõppe teel ukraina keeles.

Eesti keele õpe. Bogdani tutvumine riigikeelega algas kohalikus koolis, kus osa aineid õpetati eesti keeles. Nagu Bogdan ise märgib, käis ta siiski peamiselt tundides, kus õpetati vene keeles ja tema jaoks oli peamine ainult osalemine, mitte millegi uue õppimine. Kool pakkus ka Eestisse saabunud lastele eraldi eesti keele kursuseid. Bogdan käis nendel kursustel vaid mõned korrad ja tundis end seal ebamugavalt. Ta oli grupis kõige vanem ega saanud õpetajast aru, kes rääkis ainult eesti keeles. Bogdan otsustas, et praegu pole talle eesti keelt vaja: ta õpib ukraina keeles ja vene keel on piisav tema lähedaste jaoks suhtlemiseks. Ta ei plaani veel oma suhtlusvõrgustikku laiendada ja tundub, et ta kardab isegi seda veidi.

„Jah, olid eesti keele kursused Ukraina lastele. Käisin mõnes tunnis, olin seal vanim, teised lapsed olid vist umbes 7-aastased. Õpetaja rääkis ainult eesti keeles ja ma ei saanud temast üldse aru. Istusin seal ja mõtlesin, mida ta räägib? Aga siis mõtlesin, et mul pole praegu eesti keelt vaja, ma kasutan endiselt vene keelt. Siis lõpetasin käimise ja hakkasin oma eksameid (mis algasid) ette valmistama.“

Suhted. Bogdani vanemad, keda ta väga igatseb, jäid Ukrainasse. Ta räägib nendega ja kirjutab neile iga päev.

„Ma olen üldiselt väga perele orienteeritud inimene, mul on raske kaua ilma pereta olla ja minu puhul on nii, et kõik jäid Ukrainasse.“

Intervjuudes mainib Bogdan sageli oma koolikaaslasti-sõpru. Peaaegu kõik nad lahkusid Ukrainast ja on praegu erinevates Euroopa riikides. Endised koolikaaslased suhtlevad sageli, toetavad üksteist, jagavad oma kogemusi ja uusi teadmisi. Bogdan nimetab neid oma sõpradeks. Nad on üksteise jaoks olulised nagu mälestus rahulikust elust. *„Nad on samasuguses olukorras nagu mina,“* ütleb Bogdan nende kohta. Koolikaaslased mitte ainult ei suhtle omavahel virtuaalselt, vaid käivad ka üksteisel külas. Bogdan külastas suvel üht endist koolikaaslast ja kavatses kuu aja pärast külastada veel teist.

Kui jutt läheb suhtlemisele Eestis, positsioneerib Bogdan ennast kui väheste kontaktidega ja suletud inimest, kes eelistab suhelda ainult oma Eestis elavate sugulastega. Isegi teadmine võimalusest suhelda Eestis samasuguste põgenikega nagu tema, ei tekita temas erilist entusiasmi. Tundub, et ta hoiab hoolikalt oma eelmise

ringkonna suhtluskontakte ja laseb sinna uusi inimesi raskesti.

„Suhtlen ainult sugulastega. Ma ise olen suletud inimene ja ma ei armasta uusi tutvusi. Uute inimestega ei ole mul mugav...“

Siiski arvab Bogdan, et Eestisse saabuvad lapsed tahaksid siit uusi sõpru leida. Bogdan ise kardab praegu veidi uusi tutvusi, kuigi ta jõudis koolis tutvuda ühe kohaliku poisiga.

„Koolis sain tuttavaks kohaliku poisiga, me suhtleme mõnikord, aga enamasti internetis, ei käi koos väljas. Tundub, et enamused lastest, kes siia tulevad, on ukrainlased, nad tahavad leida sõpru ja neile on olulised üritused, kus nad saavad oma eakaaslastega tutvuda. Aga minule isiklikult piisab sellest, mis mul olemas on.“

Bogdan rõhutab, et tema sugulased, kellega ta hetkel elab, aitavad tal toime tulla vanematest ja sõpradest lahus olemisega.

„Vanemad jäid Ukrainasse. Seetõttu tulid siia üksi, aga olukorda leevendab see, et ma olen oma lähedaste, sugulaste juures, nii et ma kannatan selle kõik lihtsalt... normaalselt... Siin on mul vend, kes on minust veidi noorem, me käime koos väljas ning see piisab mulle.“

Bogdani sugulased Eestis, kes on saanud tema hooldajateks, on tema jaoks ühendavaks lüliks välismaailmaga. Tädi saab kogu ametliku teabe, mis puudutab pagulasi, suhtleb vajadusel riigi- või omavalitsusorganite esindajatega ning edastab vajaliku teabe Bogdanile. See sobib Bogdanile väga hästi, sest ta ei taha veel eriti välismaailmaga suhelda, võib-olla hirmu tõttu võõruse ja oma olukorra ebakindluse ees.

Intervjueeriija: *„Kas te eelistaks, et kogu teave kulgeks tädi kaudu?“*

Bogdan: *„Jah, ta suhtub sellesse asjasse tõsisemalt... kui talle helistatakse või kirjutatakse, ta hakkab kohe kõike uurima, otsima, lugema... Ma olen lihtsam inimene, kui mulle helistatakse – hea küll, ma kuulan ja kõik, ma ei otsi lisateavet... nii et ta saab rohkem üksikasju teada, kui midagi pakutakse.“*

Tulevikuplaanid. Bogdanile on endiselt lahtine küsimus, kui kauaks ta Eestisse jääb ning see sõltub suuresti olukorrast Ukrainas ja tema vanemate otsusest. Praegu vaatab ta Eestit kui ajutist peatuspaika. Ta unistab tagasi pöördumisest Ukrainasse, kus on tema vanemad ja õppeasutus, kus ta praegu kaugõppes õpib. Ta kaalub Eestit või mõnda teist Euroopa riiki pika-

ajalise elukohana ainult juhul, kui tema vanemad või vähemalt üks neist sinna kolib.

„Üldiselt on mul plaan kevadel tagasi minna. Me räägime siin, et kevadel võib juba alata tavapärase õpe, peab minema kohale, kui linnas on suhteliselt rahulik... Aga see sõltub sellest, kuidas läheb... Vanemad ütlevad, et nad tahavad proovida mulle kevadel järele tulla, aga nad ei luba, et nad tulevad otse minu linna... Kui näiteks vanemad tuleksid Ukrainast ära, siis ma ei oleks vastu, et jääme kuskile Euroopasse, kui vähemalt üks vanematest, isegi ema näiteks... Oleks igal juhul lihtsam.“

Bogdani tulevikuplaane mõjutavad sotsiaalse kohanemise puudulikkus, suhtlusringi suletus (hirmu tekitavate inimeste ümber) ja teadmatus, kas ja millal ta Ukrainasse tagasi pöördub. Pikaajalise viibimise korral Eestis hakkab mõjuma riigikeele oskuse puudumine.

Bogdani omandatud eriala on suunatud Ukraina tööturule ja selle rakendamine teistes Euroopa piirkondades võib olla keeruline, mis võib osutuda probleemiks, kui tagasipöördumise võimalust Ukrainasse pole.

