Väärtused ja väärtuskasvatus.

Nelli Jung

Nele Punnar

Tartu Ülikooli eetikakeskus

Moostes, 22.08.2016

Väärtuste mäng

Eesmärk:

arutada väärtuste üle mängulises situatsioonis;

kujundada praktiline arusaam, kuidas väärtused igapäevases koolielus avalduvad;

analüüsida enda valikuid ja uurida ka teisi arusaamu

Väärtuste mäng on dialoogivahend

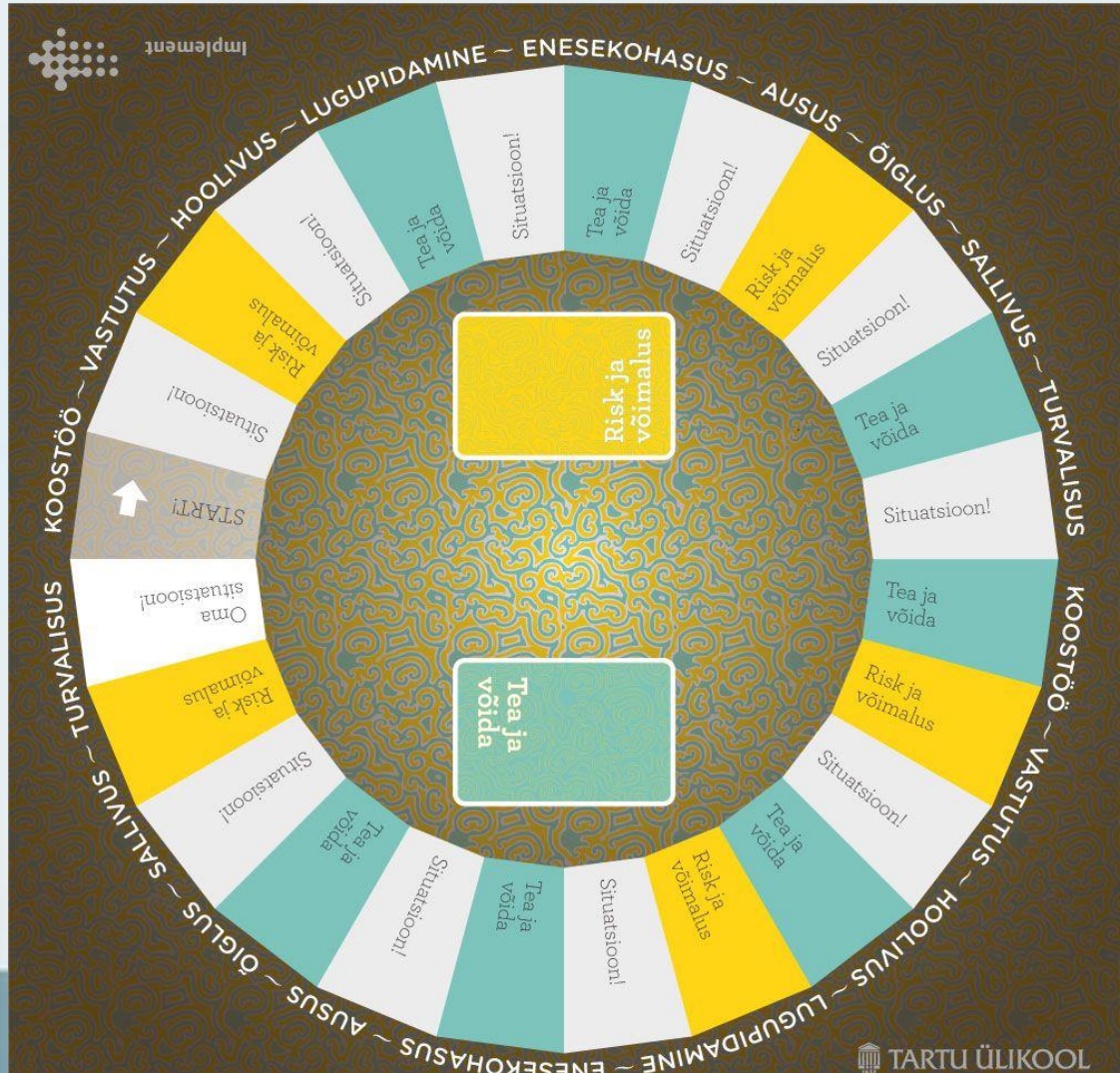
- Väärtuste mäng on õpetajarolli keskne ning mõeldud mis tahes kooliastme ja mis tahes aine õpetajatele koos mängimiseks.
- Võimaldab koolis väärtuste teemat tõhusalt käsitleda ning toetada väärtustekeskse kultuuri loomist.
- Suurendab kooliperes sidusust, kaasatust ja teineteise-mõistmist.
- Aitab selgitada edasisi prioriteete kooli väärtusarendus-tegevuses.

Väärtusmäng on lauamäng

Tõsise sisu
ja lõbusa formaadiga
dialoogivahend.

Koosneb
mängulauast,
täringust ja
kaartidest.

Mängitakse
5-6 inimese
suurustes gruppides.



Väärtuste mängu autorid

- TÜ eetikakeskus
- Implement Inscape Baltic OÜ
- Töögrupp praktikutest ja teoreetikutest:

  Jüri Ginter (TÜ), Halliki Harro-Loit (TÜ), Nelli Jung (TÜ), Pille Kõiv (TÜ), Laura Lilles-Heinsar (TÜ), Karin Lukk (Tartu Kivilinna Gümnaasium), Mari-Liisa Parder (TÜ), Piret Siivelt (Kaagvere Erikool), Margit Sutrop (TÜ), Olga Schihalejev (TÜ), Tiina Teppo (Tartu Kivilinna Gümnaasium), Kristiine Vahtramäe (Eesti Lastevanemate Liit), Katrin Velbaum (TÜ).

Mängusituatsioonid

- Mängu aluseks on kirjeldused konkreetsetest olukordadest, mis on:
  - realistlikud, käsitledes õpetajate igapäevases tööelus ettetulevat;
  - on kogutud kooliõpetajate eneste käest;
  - sisaldavad väärtuskonflikti, võimaldades reflekteerida ja arutada väärtuste avaldumise ja hierarhia üle.
- Igale situatsioonile on lisatud erinevad alternatiivid võimaliku käitumise kohta selles situatsioonis.
- Iga mängija valib iseseisvalt ühe käitumisvariandi.

Arutelu, konsensus, tagasiside

- Grupis toimub arutelu, mille eesmärgiks on jõuda konsensusliku ühise otsuseni.
- Pärast konsensusele jõudmist saadakse kohest tagasisidet: vastusevariantidele on antud punktid ja lisatud nende põhjendused.
- Mängu juurde kuuluvad veel paar mängulist elementi, mille puhul on võimalik saada täiendavalt nii pluss- kui miinuspunkte.
- Peale mängu toimub arutelu situatsioonide osas, mis rohkem vaidlust või mõtteid tekitasid.

Peamised reeglid

- Igas arutelugrupis on **5-6 osalejat**.
- Kõik loevad situatsiooni kirjeldust koos alternatiivsete lahendusvariantidega.
- **Iga mängija valib** variandi, mille kohaselt tema ise selles situatsioonis käituks (numbrikaart).
- **Kui kõik on valinud**, siis näitavad grupi liikmed oma valitud numbrit teistele. **Igaüks põhjendab** oma valikut.
- Järgneb arutelu, mille eesmärk on grupi sees **jõuda konsensusele, arvestades kõigi liikmetega**.

Mis väärtusmängu mängides toimus?

- Mida sa panid tähele?
- Mida sa õppisid?
- Milliseid järeldusi tegid oma tööga seoses?

Mis on väärtused?

- Väärtused on soovide objektid, mis juhivad meie toimimist, olles konkreetsete situatsioonide ülesed.
- Väärtused on suhtelised s.t nad on väärtused kellegi jaoks.
- Kontekstist sõltuvad: tähtsusjärjekord sõltub olukorrast.

Väärtused on sisemiseks mõõdupuuks, mille abil otsustame selle üle, kas tegu on õnnestumise või soovimatu tulemusega.

Uuringud on näidanud, et keskmine inimene ei teadvusta 95% ulatuses, mida ta mõtleb, tunneb, räägib ja teeb, see on mitteteadlik ehk harjumuslik.

Väärtushinnang…

… on isiku või grupi antud hinnangud millelegi (+/ - / 0)

Väärtustest lähtuvalt võtab inimene seisukoha, kas mingi tegevus või nähtus on hea või halb, pigem lubatud või pigem keelatud.

Hinnangud suunavad inimesi tegema valikuid, olles **pigem nõuandjad** kui sundijad.

Väärtushoiak

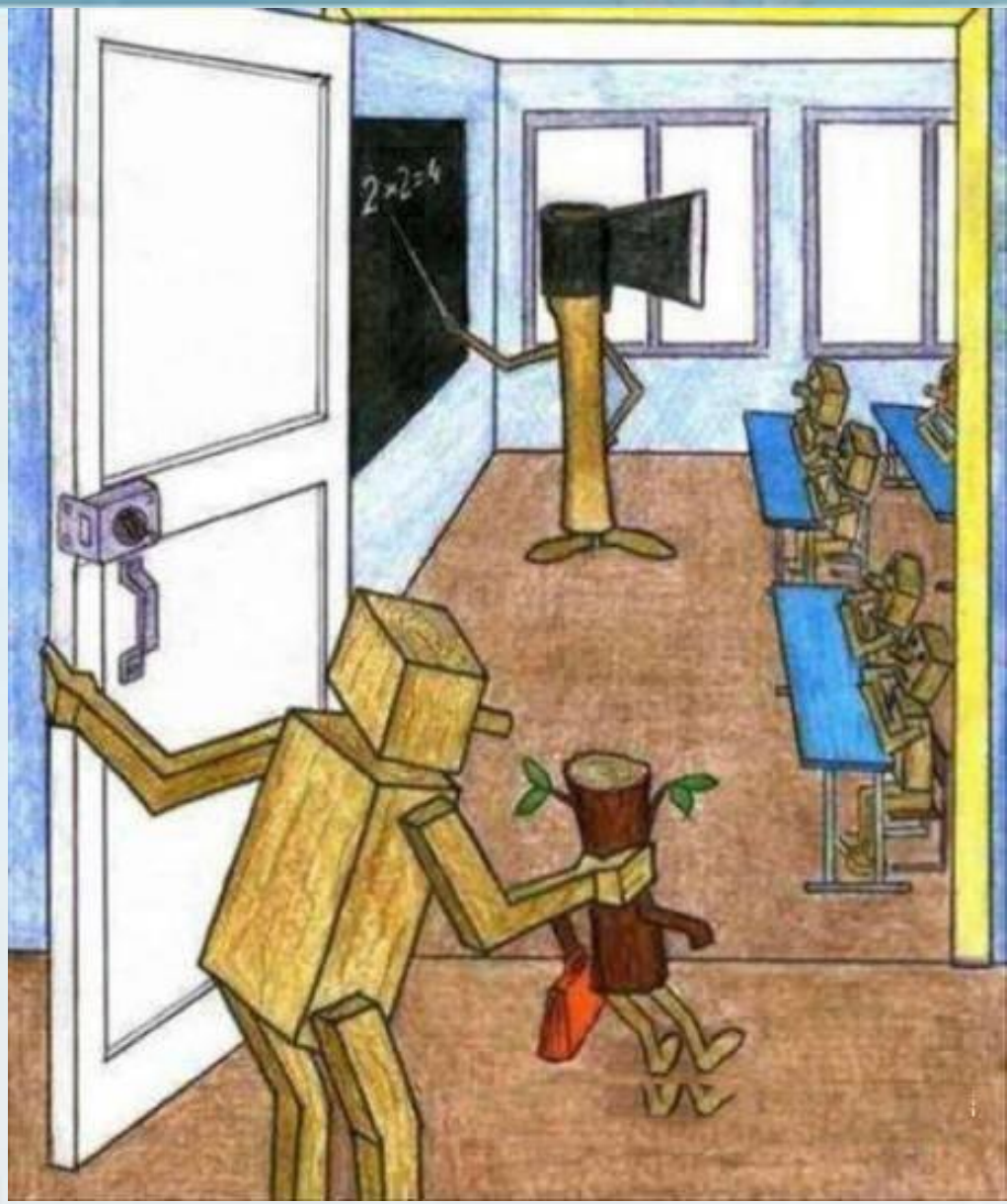
… on seadumus või kalduvus kindlal harjumuslikul viisil mõelda, tunda ja käituda.

… omandatakse eelkõige eeskujusid matkides ning teadvustamatuna

Hoiakud **suunavad tugevasti** inimeste käitumist või lausa tingivad selle.

Väärtus-kasvatus: eneseteadlikkus

Õpetatakse teadvustama oma väärtushinnanguid ja -hoiakuid,
tegema vastutus-tundlikke otsuseid ning mõistma valikute ja otsuste tagajärgi.



Väärtuskasvatus: kujundamine

soodustatakse teatud väärtushinnangute ja -hoiakute kujunemist.

- **tahtlik**

  nt kujundatakse teadlikult väärtuseid, mis on isikliku õnneliku elu ja ühiskonna toimimise aluseks

- **tahtmatu**

Üldhariduskooli väljakutse

Väljakutse: Teadmiskeskselt väärtuspõhisusele

Traditsiooniline seisukoht: „Õpetaja peamine ülesanne on edastada teadmisi oma õppeainest, väärtuste kujundamine on hoopis teine valdkond.“

Kriitiline küsimus:
Kas teadmiste-oskuste andmine saab olla väärtusvaba?
Miks?

Paratamatu väärtuskasvatus

Sisu kõrval on vägagi tähenduslik vorm ehk KUIDAS midagi tehase:

- millisel viisil suhtleb õpetaja lastega ja samuti oma kolleegidega,
- milliseid õppemeetodeid rakendatakse,
- mille kohta ja millist tagasisidet antakse,
- kuidas korraldatakse õpikeskkond ja õppematerjalid,
- mil moel pannakse paika reeglid,
- millist rolli mängib õpilane tunnis ja mis toimub pauside ajal.

Meenuta oma õpetajat…

Mõelge hetk mõnele erilisele õpetajale/inimesele oma minevikust ja ka konkreetsele olukorrale, tegevusele, juhtumile, asjaloole, tundele, mis on teid selle inimesega mõjutanud viisil, et olete selle kogu eluks kaasa võtnud.

„Kõige õpetlikum
aine koolis
on õpetaja.“

/Adolph Diesterweg/

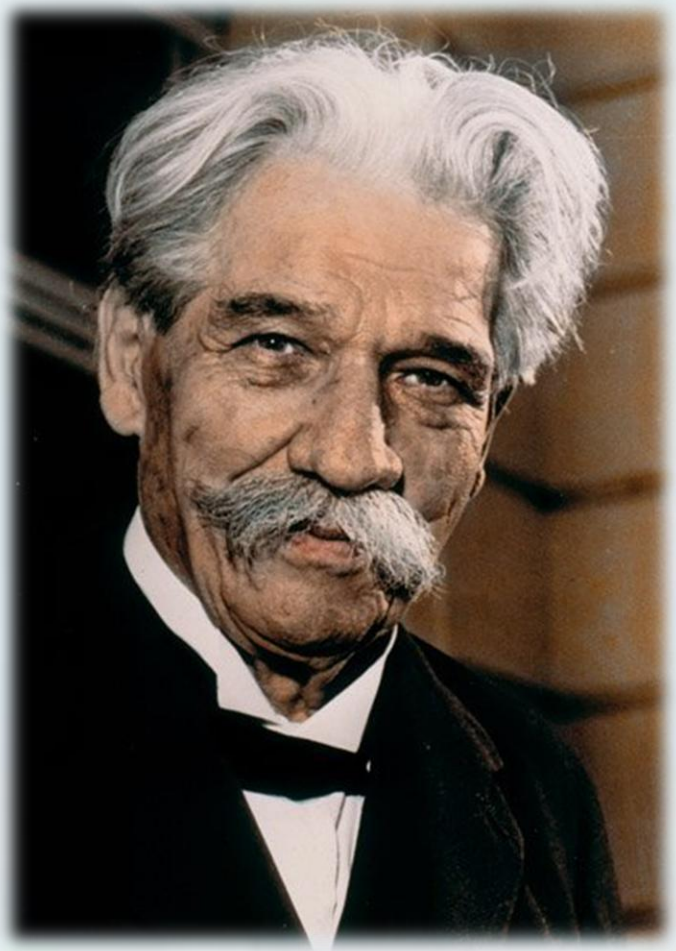
Õpetaja on väärtuskasvatuse võtmeisik

Õpetaja väärtused mõjutavad:

- ainesisu
- õppemeetodeid
- hindamismeetodite valikut ja kasutamist
- suhteid ja käitumiskeskkonna kujundamist
- õpilase suhet ainesse
- õpilase suhet endasse ja oma võimalustesse
- koostööd jpm

“*Eeskuju pole teiste mõjutamisel mitte peamine, vaid ainus asi.*”

/Albert Schweitzer/



Õpetaja kui eeskuju

Õpetaja saab eeskujuks olla ka siis, kui ta ei kasvata lapsest võimalikult enesesarnast, vaid inimest, kes

- on enesest teadlik ja usub endasse;
- mõistab oma tegude tagajärgi ja vastutab nende eest;
- suhtub teistesse avatult ja austavalt.

Soov **märgata enda tegelikke väärtushoiakuid** ja nende üle mõtiskelda. Avatud ja siiras suhtlus.

Huviharidusstandard

- Huviharidus toetab noorte arengut, iseseisvust, omaalgatust, initsiatiivi, aktiivsust;
- Huvihariduse ülesandeks on /.../ aidata kujuneda isiksusel, kes suudab valida, otsustada ja vastutust kanda;
- Huvihariduse eesmärk on luua võimalusi isiksuse mitmekülgseks arenguks ja toetada noore kujunemist hästi toimetulevaks ühiskonnaliikmeks.

Üldhariduskoolide riiklik õppekava: toimetulek

- Kool aitab kaasa õpilaste kasvamisele loovateks, mitmekülgseteks isiksusteks, kes suudavad ennast täisväärtuslikult teostada erinevates rollides: **perekonnas, tööl ja avalikus elus**.
- Põhikool/gümnaasium kujundab väärtushoiakuid ja -hinnanguid, mis on **isikliku õnneliku elu ja ühiskonna eduka koostoimimise** aluseks.

Isiksusekeskne kool

- õppeprotsessi **keskmesse asetub õppija**, õpetaja ülesandeks on õppija toetamine, tagasisidestamine
- **kaasav ja elav õpetamine**, õppeprotsessi aluseks on vastastikune usaldus ja koostöö
- **isikupärase arengu toetamine** – igas inimeses saab midagi tunnustada, arvestatakse õppijate eripärasid
- võimalused **iseennast ja oma soove tundma õppida**, arendada maksimaalselt oma individuaalseid võimeid

Eripäradega (mitte)arvestamine

Väärtustamise aspektid

- Kognitiivne – mõistuslik tasand, mõtted
- Afektiivne – tunnetuslik tasand, emotsioonid
- Tegevuslik – harjumuslik tasand, teod

Motivatsioon!

Toimetulek ühiskonnas

- millised omadused on vajalikud praeguses ühiskonnas edu saavutamiseks?
- millised omadused aitavad toime tulla ühiskonna kiirete muutustega?
- milliseid muutusi me tahaksime ühiskonnas näha ehk milliseid inimesi võiks tulevikus rohkem olla?

Mis on väärtusarendus?

- üldise keskkonna loomine, nii et see
  - **kannab valitud väärtusi**;
  - **võimaldab refleksiooni** väärtuste üle;
- hõlmab otseselt õpilastele suunatud väärtuskasvatuse (selleks sobilike meetodite kasutamine);
- seotud kogu koolikultuuriga ja õpikeskkonnaga, olemuslik on vajadus analüüsida ja suurendada **kooskõla deklareeritud väärtuste ja tegelikes valikutes avalduvate väärtuste vahel**.

Väärtusarendus

Väärtusarendus on sellise koolikeskkonna (koolikultuur, õpikeskkond, suhtlemiskultuur, suhted jm) loomine, mis

- kannab kindlaid väärtusi
- võimaldab refleksiooni väärtuste üle
- toetab väärtuskasvatuse elluviimist

- Koolijuht on väärtusarenduse võtmeisik.

Väärtusarendus hõlmab

- kooli põhiväärtuste sõnastamist
- õppekava alusväärtuste sõnastamist
- Kooli ürituste, eri tegevuste väärtuste analüüsi
- õpilastega väärtuste üle arutlemist
  kolleegidega väärtuste üle arutlemist
- lapsevanematega väärtuste üle arutlemist
- õpilastele tagasiside andmist nende
  käitumises avalduvate väärtuste üle
- õpilaste hindamist
- õpilaste enesehinnangust lähtuvat õppimist
- kooli traditsioonides avalduvate väärtuste üle
  reflekteerimist

Tulemuslikuks väärtustega tegelemiseks on abiks:

1. sõnastada enda väärtused, millest tahetakse lähtuda;
2. reflekteerida enda tegelikes valikutes avalduvate väärtuste üle;
3. teadvustada enda rolli ja võimalusi noorte väärtuste kujunemisel;
4. aidata noortel märgata, mõtestada ja teistele põhjendada enda tegevuse taga olevaid väärtusi;
5. püüda luua keskkonda, kus soovitavad väärtused reaalselt toimivad ja saavad muutuda harjumusteks.

VAIKUSEMINUTID

TÄHELEPANU JA MEELERAHU HARJUTUSED:

- aitavad häälestuda ümber muust saginast
- õpetavad keskenduma ja rahunema
- eneserefleksioon, uurimine, enesevaatlus: mis minu sees toimub, mis on mulle oluline

Kuulamise kogemine

Ülekoormusest meelerahuni

Tähelepanu on nagu kutsikas

- Uitab ringi, nuuskides sihitult
- Ei püsi paigal, kus sooviksid
- Toob sulle asju, mida pole vaja
- Korraldab segadust

Kutsikat treenides tuleb olla:

- KINDLAMEELNE
- KANNATLIK
- HEASOOVLIK
- KORDAV

Vaikuseminutid on lühikesed tähelepanu ja meelerahu harjutused

TÄHELEPANU SIHIPÄRANE SUUNAMINE

ENDA ÜMBER JA SEES TOIMUVA MÄRKAMINE

Tähelepanu saab suunata välistele ja sisemistele objektidele

Kooliõpetajate kogemus

Tähelepanu ja meelerahu harjutused:

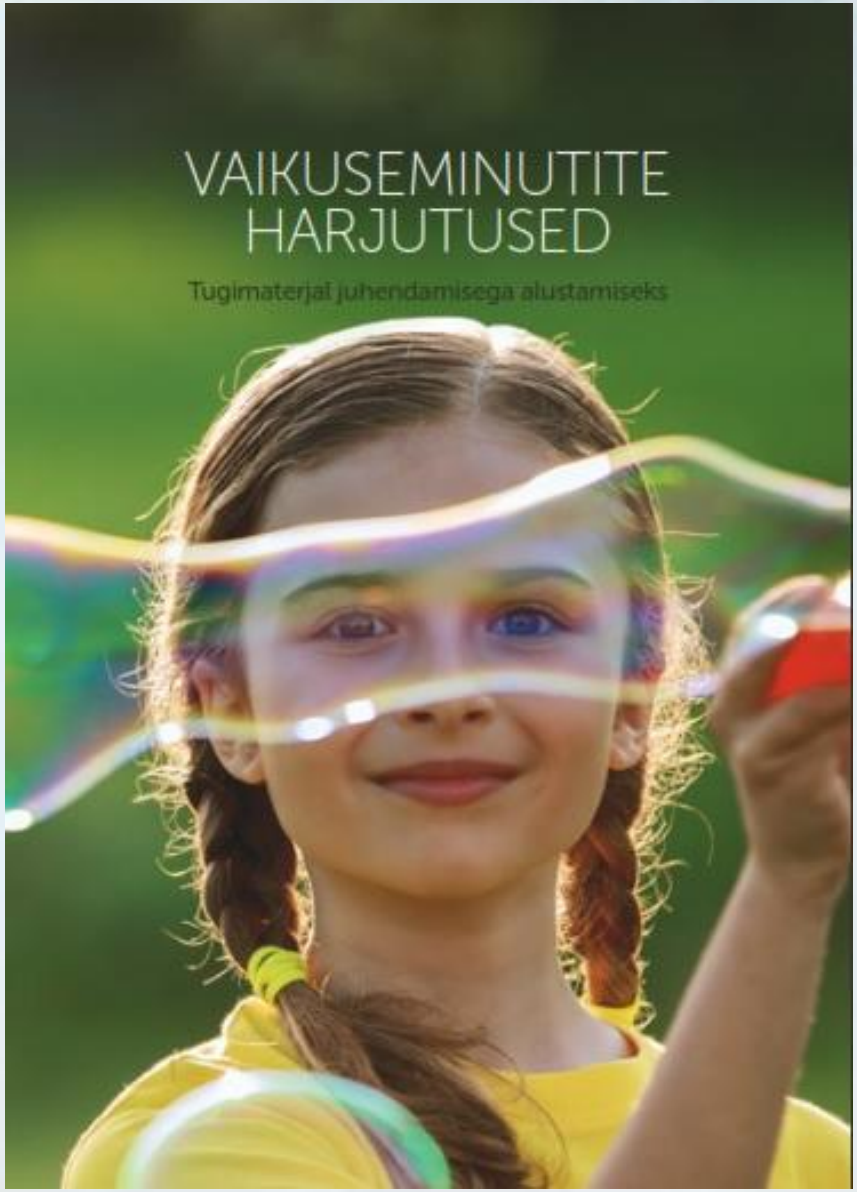
- loovad keskendatust, aitavad süveneda
- parandavad enesetunnet
- rahustavad ärevat meelt
- toetavad toimetulekut ülekoormusega
- aitavad olla hooliv enda ja teiste suhtes

Tähelepanu suunamist, keskendumist, meelerahu ja meelteselgust on vaja harjutada.

Üks peamisi põhjuseid, miks me ei suuda elus ettetulevatele olukordadele parimal viisil vastata, on see, et me pole selleks sobivas seisundis.

Harjutused

- Kuulamise kogemine
- Hingamise tajumine
- Vaatlemisse süvenemine
- Keha tunnetamine
- Hoolivuse uurimine
- Teadlik liikumine
- Enesetunde uurimine
- Mõtete vaatlemine
- Tänulikkuse harjutus
- ...



Hingamine

„Kuhu lähed ratsanik?“
„Ei mina tea. Küsi hobuselt.“

„Juhin hobust, kuhu vaja“

„Juhin oma seisundit nii nagu tahan“

Mida ütlevad õpetajad?

Vaikuseminutite kasutamine on õpetaja jaoks LIHTNE ning toetab tunnirahu ja keskendumist.

“Need paar minutit tunni alguses aitavad rahuneda, keskenduda ja häälestuda ümber eelnevast saginast. Olen neid harjutusi oma õpilastega iganädalaselt teinud juba üle poole aasta ja usun, et nendest kujuneb harjumus, tööriist, mida saab kasutada just sel ajal, kui seda vaja läheb, näiteks keskendumisel enne eksamit või, miks ka mitte, keeruliste eluliste suhete lahendamisel.”

Mari-Mall Feldschmidt
(Narva Vanalinna Riigikool)

“Ei saa ju kuulata ja märgata teisi, kui puudub oskus kuulata ennast. Ma ei ole hetkel leidunud last 1.-4. klassis, kellele need harjutused ei meeldiks. See on selline eneseregulatsiooni võti või tööriist, mille võib ka 4-aastasele kätte anda. Väga lühikese ajaga on minu jaoks uskumatult suurepärased tulemused.”

Elin Ots
Tabasalu ühisgümnaasiumi muusikaõpetaja

Mida lapsed ise ütlevad?

Need harjutused aitavad sul pahast tujust vabaneda ja maha rahuneda. Siis suudad palju paremini õppida ja sul on rohkem sõpru. – 4.klass

Need harjutused muudavad aju õnnelikuks ja sa suudad kergemini õppida. – 2.klass

Need harjutused aitavad hinnata olukorda, et parimat valikut teha. – 8.klass

Muidu ma ei usu sellistesse asjadesse, aga need harjutused tõesti aitavad paremini hakkama saada. – 10. klass

Vaikuseminutid kui väärtuskasvatuse meetod

1. **Eneseusk** – ohvrist valijaks ja vastutajaks
2. **Vaimse heaolu baastase**: saan enda eest hoolitseda
3. **Sõnadelt tegudele**: praktiline enesejuhtimine

TÄNULIKKUSE KOGEMINE

Harjutusi sobib kasutada:

- koolitunni alguses või lõpus, et lõõgastuda ja keskenduda
- enne tähtsat eksamit, esinemist või spordivõistlust
- grupis parema suhtekliima loomiseks
- oma sisemise seisundi uurimiseks ja mõjutamiseks
- stressirohkete või konfliktsete olukordadega toime tulemiseks
- rahunemiseks ja puhkeseisundisse minekuks

Uuringud näitavad, et selliste harjutuste kasutamine:

- vähendab stressi ja pakub strateegiaid paremaks toimetulekuks ja rahunemiseks
- võimaldab mitte-provotseerivat seisundit
- vähendab hajevil tähelepanu sümptomeid
- soodustab sotsiaal-emotsionaalset arengut
- parandab eneseregulatsiooni
- toetab akadeemilist edukust ja sooritusvõimet
- toob kaasa positiivseid muutusi meeleolus
- toetab enesekindlust, enesehinnangut ja optimismi
- suurendab empaatiavõimet ja parandab suhteid

Vaata lähemalt www.vaikuseminutid.ee/uuringud