

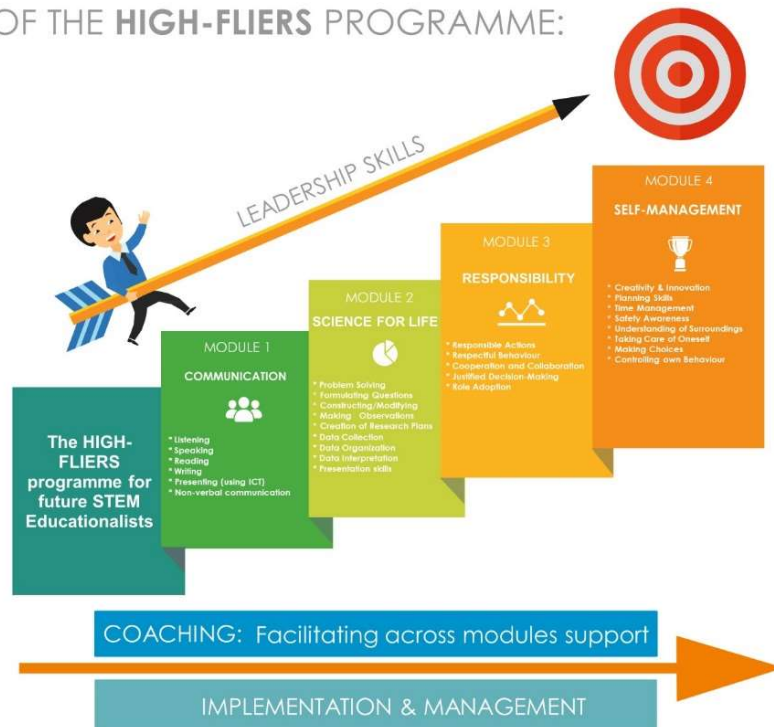
MOODUL 4. ENESEJUHTIMINE

KÄSIRAAMAT KÕRGKOOLI ÕPPEJÕUDUDELE

High-Fliersi moodul 4 rakendamise käsiraamat

Autorid: Josip Burušić, Marija Šakić Velić
Sotsiaalteaduste Instituut Ivo Pilar 2023

THE STRUCTURE OF THE MODULES OF THE **HIGH-FLIERS** PROGRAMME:



ERASMUS+ High-Fliers – Juhipositsiooniks oluliste hariduslikult relevantsete oskuste interaktiivne kujundamine

Sisukord

Moodul 4 eesmärgid	4
Sissejuhatus	6
STRUKTUUR JA TEGEVUSED	6
STSENAARIUM	6
SESSIOON 1. STEM-ÕPETAJA PROFESSIONAALNE ENESEANALÜÜS	7
1.1. EESMÄRK	7
1.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED	7
1.3. MATERJALID	7
SISSEJUHATUS JA OLULISEMAD MÕISTED	7
PERSONAALNE SWOT ANALÜÜS	9
JOHARI AKEN	10
Kodutöö	12
SESSIOON 2. STEM-ÕPETAJA LOOVUS JA INNOVATSIOON	13
2.1. EESMÄRGID	13
2.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED	13
2.3. MATERJALID	13
DIVERGENTNE JA KONVERGENTNE MÕTLEMINE	14
AJURÜNNAK LOOVA MÕTLEMISE JA PROBLEEMI LAHENDAMISE TOETAMISEKS	16
SESSIOON 3. OTSUSE TEGEMINE JA PLANEERIMINE	19
3.1. EESMÄRGID	19
3.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED	19
3.3. MATERJALID	19
Sissejuhatus	19
OTSUSE JA VALIKU TEGEMINE	21
PLANEERIMINE	23
KODUTÖÖ	25
SESSIOON 4. TAKISTUSED PROFESSIONAALSES ENESEJUHTIMISES	27
4.1. EESMÄRGID	27
4.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED	27
4.3. MATERJALID	27
Takistused erialases töös, arengus ja enesejuhtimises	27
Takistustest ülesaamine	28



KOKKUVÕTE	30
STRUKTUUR JA TEGEVUSED	30
MATERJALID	30
KASUTATUD ALLIKATE LOETELU	31
LISAD	33
LISA 1. Personaalne SWOT-analüüs	33
LISA 2. Johari aken	37
LISA 3. Otsuse tegemine	39
LISA 4. Planeerimine	40
LISA 5. Ajajuhtimine: Eisenhoweri maatriks	42
LISA 6. Takistused erialases töös, arengus ja enesejuhtimises	43
LISA 7. Erialase arengu plaan	44
TÄNUSÕNAD	45



Moodul 4 eesmärgid

Pärast moodul 4 läbimist suudab osaleja:

- analüüsida enda loovuse ja innovatsiooniga seotud oskusi ning mõista võimalikke takistusi seoses loovuse, loova mõtlemise ja probleemi lahendamisega tööalases elus ja arengus;
- mõista otsuse tegemise protsessi, analüüsida võimalikke takistusi otsuse tegemisel ning rakendada tehnikaid, mis toetavad otsuse ja valiku tegemist tööalases elus ja arengus;
- mõista planeerimisprotsessi olemust, analüüsida võimalikke takistusi seoses planeerimisega ning rakendada tehnikaid planeerimisoskuste arendamiseks tööalases elus ja arengus;
- mõista ajaplaneerimise olemust, analüüsida võimalikke takistusi ajaplaneerimises ja rakendada tehnikaid ajaplaneerimise oskuste arendamiseks tööalases elus ja arengus;
- arendada oskusi, mis on olulised tööalase keskkonna analüüsiks ja mõistmiseks;
- arendada oskusi, mis olulised professionaalseks käitumiseks töökeskkonnas ja enda vajaduste eest hoolitsemiseks.



MOODUL 4 ÜLESEHITUS

Tegevus	Sissejuhatatus (45 min)	Session 1: eneseanalüüs (90 min)	Session 2: loovus ja innovatsioon (90 min)	Session 3: otsuse tegemine ja planeerimine (90 min)	Session 4: takistused enesejuhtimises (90 min)	Kokkuvõte (45 min)
Eelküsimustik	+					
Video	+					
Lähtekoht	+		+	+		
Teooria		+	+	+	+	
Tegevused koos juhiste		+	+	+	+	
Kodutööd		+		+		
Kokkuvõte						+
Lõpüküsimustik						+

Stsenaarium (lähtekoht)	Kontekstualiseerimine / konteksti avamine	Konteksti täiustamine
STEM-õpetaja ametikohale kandideerimine STEM-valdkonnas heal järjel olevasse kooli	Noor õpetaja saab ülesandeks STEM-labori sisustamise (sh rahastus) STEM-valdkonnale spetsialiseerunud edukas koolis Tuleb valida õpilane, kelle jaoks olla mentor, ning toetada tema arengut, arvestades tema projekti ja ajakava	Arusaamine, kuidas moodulis õpitut saab kasutada tööalases elus ja arengus Arusaamine, kuidas moodulis õpitut edasi anda õpilastele toetamiseks nende enesejuhtimise oskusi

Sissejuhatus

STRUKTUUR JA TEGEVUSED

Tegevused	Ajakulu
Mooduli struktuur, sisu ja eesmärgid	15 minutit
Eelküsimumstik	15 minutit
Stsenaarium	30 minutit

STSENAARIUM

Pärast mooduli 4 struktuuri, sisu ja eesmärkide tutvustamist ning eelküsimumstiku täitmist esitatakse õppijatele mooduli stsenaarium. Stsenaariumit kasutatakse ülesandes 1 ning seda arendatakse edasi ülesannetes 2 ja 3.

STSENAARIUM

Vabanenud on STEM-õpetaja koht väikeses erakoolis, mis on keskendunud STEM-haridusele ning on väga edukas ja tunnustatud õpilaste silmapaistvate saavutuste eest STEM-i valdkonnas. Kool toetab tugevalt STEM-õpetajaid ja STEM-õpilasi. Selle kooli õpilased sooritavad hästi STEM-ainete rahvusvahelisi eksameid, nad on esindatud ja neid autasustatakse riiklikel ja rahvusvahelistel STEM-koolide konkurssidel ning nad võivad sageli auhindu uuenduslike toodete ja ideede eest STEM-is. Suur osa selle kooli õpilastest otsustab edasi õppida ja rajada karjääri mõnes STEM-i valdkonnas.

Soovid saada selle kooli STEM-õpetajaks ja kandideerid sellele ametikohale. Kandideerimise osana pead kirjutama ja esitama enesetutvustuse, milles pead kirjeldama ennast üksikasjalikult nii tööalaselt kui ka isiklikult, olles võimalikult aus ja kriitiline.



SESSIOON 1. STEM-ÕPETAJA PROFESSIONAALNE ENESEANALÜÜS

1.1. EESMÄRK

Pärast seda sessiooni peaks osaleja:

- suutma rakendada tehnikaid professionaalseks eneseanalüüsiks mõistmaks oma tööalaseid tugevusi ja nõrkusi;
- mõistma võimalusi ja ohtusid tööalases elus ja karjääris;
- suutma kirjeldada ja mõista tööalast eneseteadlikkust;
- mõistma eneseteadlikkuse olulisust erialases arengus;
- näitama tööalastes olukordades üles eneseteadlikkust.

1.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED

TEGEVUSED		Ajakulu
Personaalne SWOT-analüüs tööalase elu ja arengu kohta <i>(Personal SWOT analysis in the professional domain)</i>	Sissejuhatus tegevusse	10 minutit
	SWOT-analüüsi koostamine	35 minutit
	Refleksioon tegevusest	15 minutit
Johari akna tegevus <i>(Johari window activity)</i>	Sissejuhatus tegevusse	15 minutit
	Johari akna tegevus	30 minutit
	Refleksioon tegevusest	15 minutit
Kodutöö	STEM-õpetaja ametikohale kandideerimiseks motivatsioonikirja (<i>self-presentation</i>) koostamine (lähtudes esialgselt stsenaariumist)	2 tundi

1.3. MATERJALID

SISSEJUHATUS JA OLULISEMAD MÕISTED

Eneseanalüüsi (*self-analysis*) võib üldiselt määratleda kui enese avastamist ja analüüsimist mõistmaks paremini enda mõtteid, emotsioone ja käitumist (APA Dictionary of Psychology).

Eneseanalüüs aitab kaasa **eneseteadlikkusele (*self-awareness*)**, st oma emotsioonide, vajaduste, ajendite, reaktsioonide, tugevuste, nõrkuste ja meie mõju mõistmisele teistele, mida tavaliselt nimetatakse 21. sajandi metaoskuseks – ja seda vägagi põhjendatult (Eurich, 2019). Kõrge

eneseteadlikkusega inimesed on nii enda kui ka teiste vastu ausad. Nad ei ole liiga kriitilised ega ebareaalselt lootusrikkad (Goleman, 2019). Lisaks, kui mõistame ennast ja oma vajadusi selgelt, oleme enesekindlamad, loovamad, oma tööga rahulolevamad, teeme mõistlikumaid otsuseid, loome tugevamaid suhteid ja oleme oma töös tõhusamad (Eurich, 2019).

Professionaalne eneseanalüüs on oluline esimene samm oma karjääri või hariduse juhtimisel. See võib aidata inimesel mõista, kus ta on praegu oma tööalases elus ja arengus ning kuidas kõige paremini edasi liikuda. Selleks tuleb esmalt hoolikalt endasse vaadata. Oskus ennast selgelt mõista on iga eduka juhi, töötaja, õpetaja ja õpilase võtmeoskus.

Selles ülesandes kirjeldatakse ja rakendatakse kahte kasulikku professionaalse eneseanalüüsi tehnikat: isiklikku SWOT-analüüsi erialases valdkonnas ja Johari akna tegevust.



PERSONAALNE SWOT ANALÜÜS

Sissejuhatus

Üks kasulik meetod nii eneseteadvuse sügavama taseme arendamiseks kui ka professionaalse enesearengu teekonna alustamiseks on personaalne SWOT-analüüs. SWOT-analüüs (akronüüm sõnadest *Strengths, Weakness, Opportunities ja Threats*) on tööriist, mida paljud ettevõtted kasutavad oma strateegiate väljatöötamise osana. SWOT-analüüsi raamistik aga on ka võimas tööriist isiklikul tasandil enese paremaks mõistmiseks tööalaselt.

Isiklikus SWOT-analüüsis analüüsime oma isiklikke või sisemisi tugevusi ja nõrkusi ning väliseid võimalusi ja ohte, millega me oma keskkonnas kokku puutume. See tehnika võib aidata inimesel mõista nii enda positiivseid kui ka negatiivseid külgi koos välismaailma piirangute ja võimalustega.

SWOT-analüüsi tegemine

Osalejad peavad koostama personaalse SWOT-analüüsi oma erialases STEM-õpetaja valdkonnas. Lisas 1 on näidis, mis sisaldab küsimusi, mis aitavad neil meelde tuletada ja tuvastada iga kategooria sisu – tugevused, nõrkused, võimalused ja ohud. Seda näidist kasutades peaksid osalejad koostama nimekirja oma sisemistest tugevatest ja nõrkadest külgedest ning välistest võimalustest ja ohtudest, mis on seotud nende professionaalse töö ja arenguga STEM-õpetajana.

Refleksioon

Kui osalejad on ülesande täitnud, peaksid nad jagama teistega nii palju, kui neile mugav tundub, oma tuvastatud tugevusi, nõrkusi, võimalusi ja ohte ning arutama oma isikliku erialase SWOT-analüüsi protsessi ja väljundeid.

Küsimused aruteluks:

1. Kui lihtne või raske oli tuvastada oma tugevusi ja nõrkusi?
2. Kui lihtne või raske oli tuvastada teie ees seisvaid võimalusi ja ohtusid?
3. Kas jätsite kahe silma vahele mõne tugevuse, nõrkuse, võimaluse või ohu, mida teised osalejad oma isiklikes erialastes SWOT-analüüsidest tuvastasid?
4. Millise kategooria sisu peate kõige kasulikumaks oma töö, karjääri ja erialase arengu planeerimisel üldiselt ja/või STEM-õpetajaks õppides?



JOHARI AKEN

Sissejuhatus

Nagu mooduli sissejuhatuses mainitud, on meie professionaalse tee käivitamiseks oluline saada sügavamaid teadmisi iseendast ja mõista, kes me oleme. Samuti peame saama ülevaate sellest, kuidas me teistega kokku puutudes käitume ja teistele paistame. Kui arvame, et meid tajutakse ühel viisil, kuid tegelikult tajutakse teistsugusel viisil – võib-olla negatiivsemalt –, siis võib meie käitumine või olek ohustada meie suhteid ja karjääri.

Seetõttu võib järeldada, et eneseteadlikkus on kahepoolne nähtus. Ühest küljest viitab eneseteadlikkus sisemisele eneseteadlikkusele, mis näitab, kui selgelt me näeme oma mõtteid, emotsioone, käitumist, tugevaid külgi, nõrkusi ja mõju teistele. Teisest küljest aga viitab eneseteadlikkus ka välisele eneseteadlikkusele, mis kujutab endast arusaama sellest, kuidas teised inimesed meid näevad, lähtudes samadest eelnevalt mainitud teguritest (Eurich, 2019). Näiteks olete tõenäoliselt kohanud kedagi, kes arvab, et ta on naljakas, samas kui teised inimesed tema tundetute kommentaaride tõttu ennast ebamugavalt tunnevad. Või siis ehk olete kohanud kedagi, kes arvab, et ta on aus ja otsekohene, kuid teised arvavad, et tal puudub empaatiavõime või suutlikkus teistest hoolida.

Uuringud on näidanud, et enamik meist on teatud määral pimedad selle suhtes, kes me oleme ja kuidas teised meid tajuvad. Laiaulatuslikus teaduslikus uuringus leidsid Eurich (2019) ja tema uurimisrühm, et 95% vastanutest usub, et nad on eneseteadlikud, kuid tegelikkuses vastab vaid 10–15% neist eneseteadlikkuse kriteeriumidele.

Johari akna tehnika on kasulik vahend avastamiseks, kui pimedad me teistega silmitsi seistes oleme. Johari aken on lihtne mudel, mida kasutatakse nii sisemise (kes me oleme) kui ka välise (kuidas meid nähakse) eneseteadlikkuse parandamiseks. Psühholoogid Joseph Luft ja Harry Ingham lõi selle tehnika 1955. aastal ja andsid sellele oma eesnimised ühendades nime.

Johari akent esindab neli kvadranti (Luft & Ingham, 1961):

1. Esimene kvadrant viitab käitumisele, motivatsioonile ja teabele, mis on teada nii endale kui ka teistele. See teave on avalik ja tehakse kättesaadavaks üksikisiku ja teiste vahelise suhtluse ja teabevahetuse kaudu.
2. Teine kvadrant on pimeala – teised tajuvad meid viisil, millest me ise teadlikud ei ole. Pimeala teave võib olla positiivne või negatiivne ning sisaldada varjatud tugevusi või parandamist vajavaid valdkondi.
3. Kolmas kvadrant on välditud või varjatud ala – asjad, mida me teame, kuid ei avalda teistele. Varjatud ala võib koosneda privaatsest teabest, mille inimene hoiab enda teada, nagu ambitsioonid, unistused ja arvamused.



4. Viimane, neljas kvadrant on tundmatu ala. Ei teised ega meie ei ole teadlikud teatud käitumistest või motiividest, mis meid juhivad.

Johari aken on kasulik tehnika tagasiside saamiseks, et mõista, kuidas teised meisse suhtuvad ja meid tajuvad. Välise eneseteadvuse parandamiseks tagasiside hankimisse tuleb siiski suhtuda ettevaatlikult. Välis eneseteadvust saab parandada, kui saada tagasisidet ainult n-ö armastavalt kriitikultelt – see tähendab inimestelt, kes peavad silmas meie huve ja on valmis meile tõtt rääkima (Eurich, 2019). Need võivad olla meie usaldusväärsed töökaaslased, sõbrad või perekond.

Et mõista erinevust selle vahel, kuidas me tahame, et meid tajutakse ja kuidas meid tegelikult tajutakse, kasutatakse Johari akna tegevuses ainult neutraalseid omadussõnu või omadussõnu, mis kirjeldavad tugevusi. Kuna osalejad ei pruugi üksteist hästi tunda, saavad nad sel viisil aru, kas on erinevusi selles, kuidas teised neid alguses näevad, ja selles, kuidas nad soovisid olla tajutud, kuid neil ei ole ohtu saada selle käigus ebareaalset negatiivset tagasisidet.

Tegevus

Tegevust võib teha kahel viisil ning täpne valik sõltub sellest, kas osalejad tunnevad üksteist.

- *Valik 1:* kui osalejad tunnevad üksteist, siis saab kogu tegevuse teha klassis.
- *Valik 2:* kui osalejad ei tunne üksteist, siis saab tegevusega alustada klassis ja lõpetada kodus.

Valik 1

Osalejad jagunevad 3–5-liikmelisse rühma ja sooritavad tegevuse rühmas.

- Iga osalejale antakse omadussõnade loetelu (lisas 2) ja märkmepaberid. Nimekirja kasutades peavad nad mõtlema kümnele omadussõnale, mis neid ja iga liiget rühmas iseloomustavad, ning kirjutama need paberitele.
- Kui omadussõnad on valitud, peavad osalejad märkmepaberid vahetama nii, et igal osalejal oleks ainult teda ennast kirjeldavad omadussõnad.
- Iga osaleja jagab Johari aknas temale viitavad omadussõnad nelja kvadrandi vahel (näidatud lisas 2).

Valik 2

Tegevus kodus lõpetamiseks.

- Osalejad saavad vajalikud materjalid ja juhised ning teevad läbi valikus 1 kirjeldatud tegevuse.
- Esimese ülesande teevad nad klassis: nad kirjutavad üles kümme omadussõna, mis iseloomustavad neid ennast.
- Kodutööna leiavad osalejad 2–3 inimest, keda nad teavad (nt pereliikmed, sõbrad), ja paluvad neil kirjutada enda kohta üles omadussõnad. Edasi täidavad nad ülesannet nii, nagu on kirjeldatud valikus 1.



Refleksioon

Samas rühmas arutleda järgmiste küsimuste üle:

1. Millised on erinevused teie enda ja teiste koostatud nimekirjas?
2. Kas nimekirjas on teie kohta teavet, mida te sooviksite, et teised teie kohta teaksid, aga nad ei tea? Kuidas võiks see teave saada teistele teatavaks?
3. Kas saite enda kohta teada midagi, mida varem ei teadnud? Kuidas see info võiks teile kasulik olla?

Kodutöö

Tuginedes töölasele personaalsele SWOT-analüüsile ja Johari akna tegevusega saadud teadmiste enda kohta, koostavad osalejad STEM-õpetaja ametikohale kandideerimiseks enesetutvustuse kirja. Selles peab kirjeldama ennast võimalikult objektiivselt, tuues välja oma professionaalsed tugevused ja nõrkused ning samuti võimalused ja ohud, millega nad silmitsi seisavad. Kiri peab olema kahe kuni kolme lehekülje pikkune ja sisaldama lõiku, mis võtab selgelt kokku, miks tuleks osaleja STEM-õpetaja ametikohale valida.



SESSIOON 2. STEM-ÕPETAJA LOOVUS JA INNOVATSIOON

2.1. EESMÄRGID

Pärast seda sessiooni suudab osaleja:

- defineerida ja kirjeldada loovust ja innovatsiooni;
- mõista divergentse mõtlemise olulisust loovuses;
- rakendada tehnikaid loovuse ja probleemi lahendamise oskuse arendamiseks;
- teadvustada loova mõtlemise tähtsust õpetamisel ja professionaalses arengus.

2.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED

Tegevused		Ajakulu
Enda loovuse analüüs	Kas minu enesetutvustuse kirjas on loovus olemas? (Lähtuvalt algsest stsenaariumist)	15 minutit
Divergentse ja konvergentse mõtlemise harjutus	Tegevuse tutvustus	10 minutit
	Divergentse ja konvergentse mõtlemise harjutus	15 minutit
	Arutelu	10 minutit
Loova mõtlemise ja probleemi lahendamise ajurünnak	Sissejuhatus tegevusse (vajalik ülesande 3 jaoks)	15 minutit
	Ajurünnaku harjutus	40 minutit
	Arutelu	15 minutit

2.3. MATERJALID

Sissejuhatus

Loovust (**creativity**) on raske defineerida, kuid see viitab kõige laiemalt võimele genereerida või toota mõtteid, ideid, lahendusi või tooteid, mis on nii originaalsed kui ka kasulikud (APA Dictionary of Psychology; Runco ja Jaeger, 2012). Seega eeldab loovus nii originaalsust või uudsust kui ka tõhusust, kasulikkust või sobivust (Runco ja Jaeger, 2012).

Loovus on **inimeste** (kes me oleme), **protsesside** (kuidas me asju teeme) ja **toodete** (mida me teeme) omadus (Fisher, 2004). Indiviidi tasandil on loovusel kolm tunnust, mille kombinatsioon mõjutab loovust:

- 1) asjatundlikkus, mis viitab kõigele, mida individ teab ja suudab oma töövaldkonnas teha;
- 2) loova mõtlemise oskus, mis viitab inimese võimele ühendada olemasolevad ideed uuteks kombinatsioonideks; ja



- 3) motivatsioon, mis viitab indiviidi vajadusele olla loov. Inimest saab ajendada olema loov kas väliselt (nt preemiate ja karistuste kaudu) või sisemiselt (nt isiklike huvide kaudu) (Certo & Certo, 2016).

Loovus on oluline edu saavutamiseks hariduses, tööl ja elus ning on heade õpetajate oluline omadus, mistõttu on kasulik teada, kuidas seda endas ja teistes suurendada ning kuidas ületada loovuse takistusi. Käesolevas ülesandes kirjeldatakse ja harjutataksegi loova mõtlemise ja probleemide lahendamise julgustamise tehnikaid.

Enda loovuse analüüs

Osalejad peavad võtma aega, et lugeda läbi kodutööna valminud motivatsioonikiri, ja analüüsima, kas selles on loovust. Nad peaksid analüüsima järgmisi punkte:

1. Kas nad andsid mõista, et nad on loovad, või kirjeldasid end selgelt kui loovaid inimesi?
2. Kas nad kirjeldasid või tõendasid oma loovust?
3. Kas nad näitasid üles loovust enesetuvustuse kirja struktureerimisel ja kirjutamisel?

DIVERGENTNE JA KONVERGENTNE MÕTLEMINE

Sissejuhatus

Kaks loovuse jaoks olulist mõtlemisviisi on divergentne ja konvergentne mõtlemine. Divergentne mõtlemine viitab arvukate ja mitmekesiste ideede ja vastuste genereerimisele, konvergentne mõtlemine aga ühe tavapärase või õige vastuse leidmisele või meeldejätmisele (Runco, 2014).

Divergentse mõtlemise näited on ülesanded, milles antud probleemile luuakse mitu loovat lahendust, konvergentse mõtlemise näited on aga valikvastustega ülesanded, mille puhul tuleb leida või tuvastada üks õige lahendus või vastus.

Loovuse jaoks on olulised nii divergentne kui ka konvergentne mõtlemine: divergentset mõtlemist kasutatakse uute ja originaalsete ideede genereerimiseks ning konvergentse mõtlemise abil hinnatakse neid ideid nende kasulikkuse või sobivuse seisukohalt.



DIVERGENTSE JA KONVERGENTSE MÕTLEMISE HARJUTUS

Divergentse mõtlemise harjutamiseks peavad osalejad sooritama järgmise ülesande. Nad võtavad paberi ja pliatsi ning neil on viis minutit aega ideede ja vastuste leidmiseks järgmisele probleemile:

- Koostage läbipaistva 0,5 l plastpudeli erinevate kasutusvõimaluste nimekiri.

Osalejatele tuleb anda korraldus selles etapis mitte oma ideid hinnata ega kõrvale heita, vaid panna kirja kõik mõtted, mis neile pähe tulevad.

Konvergentse mõtlemise harjutamiseks peavad osalejad sooritama järgmise ülesande:

- Valige kolm kõige loovamat ideed, mille olete divergentse mõtlemise harjutuses leidnud.
- Hinnake valitud kolme ideed nende kasulikkuse või asjakohasuse seisukohalt.
- Valige üks, parim idee, mis on teie arvates väga loov ja väga kasulik.

Refleksioon

Osalejad peaksid arutama divergentse mõtlemise protsessi ja väljundeid järgmiste küsimuste abil.

- Milliste raskustega te objektile uute ja originaalsete kasutusviiside leidmisel kokku puutusite?
- Analüüsige loodud ideede loendit ja hinnake divergentse mõtlemise aspekte:
 - voolavus ehk ideede arv;
 - originaalsus ehk ebatavaliste või originaalsete ideede arv;
 - paindlikkus ehk erinevate kategooriate rohkus pakutud ideede hulgas.



AJURÜNNAK LOOVA MÕTLEMISE JA PROBLEEMI LAHENDAMISE TOETAMISEKS

Sissejuhatus

Ajurünnak on meetod loova mõtlemise soodustamiseks, mille jooksul genereeritakse mittekriitilises õhkkonnas võimalikult palju ideid probleemi lahendamiseks (Babut, 2021). Meetodi töötas välja A. F. Osborn 1950. aastatel eesmärgiga vabastada probleemide lahendamise protsessis kujutlusvõime ning ebatavalised ja originaalsed ideed, julgustades osalejaid oma kriitilisest otsustusvõimest lahti laskma. Ajurünnak on suurepärase meetod loomingulise potentsiaali kaasamiseks paljudes professionaalsetes olukordades, millega STEM-õpetajad silmitsi seisavad, kuna see julgustab nägema probleemi juures uudseid mustreid ja välja murdma vananenud, väljakujunenud mõtteviisidest. Ajurünnakut saab kasutada nii individuaalselt kui ka grupina.

Tüüpiline ajurünnak koosneb kolmest etapist (Babut, 2021):

1. ettevalmistusetapp, kus osalejatele tutvustatakse ajurünnakut, selle reegleid ja probleemi, mille üle nad ajurünnakul arutavad;
2. produktiivne etapp, mis on keskendunud probleemile lahenduste leidmisele;
3. kriitilise mõtlemise etapp ehk genereeritud ideedest parimate selekteerimine.

Selleks et ajurünnak oleks edukas ja pakuks loovaid ideid, tuleb palju tähelepanu pöörata produktiivsele (idee)faasile. Osalejatel on tavaliselt raske oma kriitilisest mõtlemisest lahti lasta, kuna haridus ja kogemused on õpetanud meid mõistlikult mõtlema. Seetõttu on oluline osalejatele hoolikalt tutvustada ja selgitada mõningaid ajurünnaku üldreegleid (Jossey-Bass ja Pfeiffer, 1998):

- Looge nii palju ideid kui võimalik – eesmärgiks on kvantiteet! Mida rohkem ideid genereeritakse, seda tõenäolisemalt leidub kasulikke ideid.
- Pole olemas rumalaid ega halbu ideid! Jagage ideid, mis teile pähe tulevad, hoolimata sellest, kui ebapraktilised või koledad need tunduvad. Mõnikord tulevad parimad ideed kõige pöörasemate ideede arendamisest ja uurimisest.
- Toetuge teiste osalejate ideedele! Ideede kombineerimine on osa loomeprotsessist. Seetõttu peaksite soovitama öeldud ideede parandusi või kombinatsioone.
- Ajurünnaku ajal on keelatud kritiseerimine, hindamine, hinnangute andmine või ideede kaitsmine! Ajurünnaku mõte on avada võimalusi ja heita kõrvale valed oletused probleemi piiride kohta. Seetõttu ei ole hinnangud selles etapis teretulnud, kuna need lihtsalt pidurdavad ideid.



AJURÜNNAKU LÄBIVIIMINE

Osalejad peavad kolmandas sessioonis jätkustsenaariumis kirjeldatud probleemile ajurünnaku tegema.

Jätkustsenaarium sessiooniks 3

Saite töökoha, millele kandideerisite, ja teid võetakse kooli STEM-õpetajaks. Varsti pärast uuele tööle asumist kutsub direktor kõik kooli STEM-õpetajad koostama plaani, kuidas koguda raha koolile uue STEM-õppelabori sisustamiseks. Kõik STEM-õpetajad peaksid moodustama rühma, mille ülesandeks on genereerida ideid STEM-õppelabori sisustamiseks vajalike vahendite kogumiseks.

Osalejatelt nõutakse vastuseid järgmisele probleemile: "Kuidas koguda STEM-õppelabori sisustamiseks vajalikke vahendeid?"

Osalejatele tuleb rõhutada, et neil on vabadus mõelda mis tahes allikate, vahendite ja tegevuste üle, mida saaks kasutada STEM-õppelabori sisustamiseks raha kogumiseks. Ideedel, mida nad ajurünnaku käigus toodavad, pole piiranguid.

Ajurünnak koosneb järgmistest etappidest:

- 1) Osalejatele antakse 10 minutit aega, et ideed omaette läbi mõelda ja paberile kirja panna.
- 2) 10 minuti pärast jagavad osalejad ükshaaval oma ideid ülejäänud rühmaga. (Oluline on, et iga grupi liige saaks võimaluse oma ideid jagada ja teised liikmed kuulaksid.) Selles ajurünnaku faasis julgustatakse osalejaid üksteise ideedele tuginema, kasutades teiste ideedele viidates „jah ja...” väiteid. Nii saab iga osaleja ideid edasi arendada.
- 3) Rühmaajurünnaku etapis peab ajurünnakut juhtiv juhendaja kõik ettepanekud ja ideed üles kirjutama.
- 4) Pärast seda, kui juhendaja on kõik ideed kirja pannud, tuleks neid rühmas arutada ja hinnata.

Läbiviija – see isik, kes vastutab ajurünnaku juhtimise eest, peab tagama mittekriitilise ja pingevaba õhkkonna, milles osalejad võivad vabalt ideid toota ja jagada. Ideede loomise ja jagamise etapis peaks koolitaja keelama selliste sõnade nagu „ei” või „aga” kasutamise ning julgustama osalejaid kommenteerima ideid positiivses toonis, kasutades selliseid fraase nagu „See on suurepärane idee!” jne. Osalejaid tuleks julgustada ka üksteise ideedele tuginema, kasutades selliseid väiteid nagu „jah, ja...” või „õige, ja...”.

Olukordades, kus ideede hulk hakkab ajurünnaku käigus vähenema, võib juhendaja julgustada probleemi uut moodi vaatlema, näiteks esitades miks-küsimusi (nt „Miks meil raha vaja on?") või muutes perspektiivi (nt „Kuidas koguksid üliõpilased labori sisustamiseks raha?").



Refleksioon

Kui osalejad on kõik ideed läbi mõelnud ja kirja pannud, peaks juhendaja andma neile korralduse oma ideid arutada ja hinnata. See on etapp, kus osalejad peaksid oma kriitilise mõtlemise tagasi tooma ja oma ideid realistlikult kajastama. Ideede hindamine tuleks läbi viia järgmiste kriteeriumide abil:

- Kas seda ideed on võimalik ellu viia?
- Kui keeruline on ideed ellu viia?
- Kas meil on ressursse (aeg, inimesed, teadmised) selle idee elluviimiseks?

Pärast pakutud küsimuste läbimõttlemist julgustatakse osalejaid oma ideid kohandama ja loobuma ideedest, mida pole võimalik ellu viia.



SESSIOON 3. OTSUSE TEGEMINE JA PLANEERIMINE

3.1. EESMÄRGID

Pärast seda sessiooni suudab osaleja:

- määratleda ja kirjeldada otsuste tegemise protsessi tööl ja isiklikus elus;
- määratleda ja kirjeldada plaanide tegemise protsessi tööl ja isiklikus elus;
- rakendada otsuste ja valikute tegemise tehnikaid,
- rakendada planeerimistehnikaid;
- mõista ajaplaneerimise põhimõtteid.

3.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED

Tegevused		Ajakulu.
Sissejuhatus otsuse tegemisse ja planeerimisse	Jätkustsenaarium sessioonile 4	10 minutit
Otsuse ja valiku tegemise harjutused	Sissejuhatus harjutusse	10 minutit
	Otsuse ja valiku tegemise harjutus	20 minutit
	Arutelu harjutuse üle	10 minutit
Planeerimisharjutus	Sissejuhatus harjutusse	15 minutit
	Planeerimisharjutus	40 minutit
	Arutelu harjutuse üle	15 minutit
Kodutöö	Isikliku professionaalse arengu plaani koostamine	2 tundi

3.3. MATERJALID

Sissejuhatus

Selles ülesandes peavad osalejad läbima tegevused, mille eesmärk on õppida ja harjutada otsustus- ja planeerimistehnikaid ja -meetodeid, tuginedes järgmisele stsenaariumile.



Jätkustsenaarium sessiooniks 4

Tänu kõigi kooli STEM-õpetajate ühistele pingutustele on koolil nüüd uus, varustatud STEM-õppelabor. Õpilasi julgustatakse seda kasutama oma ideede ja projektide elluviimiseks. Õpilased peavad seda tegema STEM-õpetaja juhendamisel.

Õppeaasta alguses on teie juhendamisele kandideerinud kaks õpilast oma projektidega, kuid iga õppeaasta kohta on lubatud vastu võtta vaid üks õppur.

Esimene õpilane soovib välja töötada lihtsate tegevuste ja ülesannetega mobiilirakenduse eelkoolialiste laste STEM-õppe jaoks. Sellel õpilasel on STEM-ainetes väga head hinded, kuid STEM-eksamite tulemuste poolest ei ole ta oma klassi tipus. Küll aga saavutas ta esikoha riiklikul STEM-võistlusel ja neljanda koha rahvusvahelisel STEM-võistlusel, kus võistles teise enda varem arendatud mobiilirakendusega. Üliõpilasena on ta püsiv ja töökas, kuid ainult teda huvitavates ainetes ja valdkondades. Ta ei pinguta ülesannetega, mis teda ei huvita.

Teine õpilane soovib rajada väikese isemajandava aia, kus saaks aasta läbi kasvatada köögivilju kooliköögile. Sellel õpilasel on STEM-ainetes suurepärased hinded ja ta on STEM-eksamite tulemuste poolest oma klassi tipus. Ta pole seni kunagi STEM-võistlustel osalenud. Ta on väga visa ja töökas ning aitab sageli oma klassikaaslastel koolimaterjalide ja õppimisega.

Mõlemad projektid on teile huvitavad ja kõitvad. Peate otsustama, millist õpilast juhendate, pärast iga õpilase eeliste ja puuduste süstemaatilist kaalumist.

Kui olete otsustanud, millisele õpilasele mentoriks hakkate, siis saate liikuda järgmise ülesande juurde, milleks on aidata õpilasel koostada tööplaani teie ja õpilase ülesannetega koos projekti täpsete tundide ja ajakavaga kestvusega üks kooliaasta.



OTSUSE JA VALIKU TEGEMINE

Sissejuhatus tegevusse

Otsust (**decision**) võib defineerida kui valikut kahe või enama saadaoleva alternatiivi vahel ning otsustamine on protsess, mille käigus valitakse parim alternatiiv meie eesmärkide saavutamiseks (Certo & Certo, 2016; Howard & Abbas, 2016).

Me kõik teeme oma elus erinevaid otsuseid – mõned neist on väikesed ja sagedased igapäevased otsused, mille teeme hetkega või lühikese ajaga (nt millist särki selga panna või mida lõunaks süüa); teised on keerulisemad ja nõuavad rohkem mõtlemist (nt millist autot osta või kus puhkust veeta); ja mõned neist on keerulised, olulised ja neil võivad olla kaugeleulatuvad tagajärjed, mistõttu on nende tegemiseks vaja rohkem aega ja vaeva (Howard & Abbas, 2016).

Kvaliteetsete otsuste langetamiseks on välja töötatud mitmeid otsustustehnikaid (Newton & Bristoll). Igapäevaelus ja töös puutume sageli kokku olukordadega, kus peame valima teatud arvu alternatiivide vahel. Tõenäoliselt parim viis olulise otsuse langetamiseks on hoolikalt läbi vaadata saadaolevad võimalused ja alternatiivid, kaaludes neid enne parima valiku tegemist mitme teguri alusel. Selline otsustusstiil on otsustusmaatriksi analüüsis esindatud ühe otsustustehnikana (nt Mind Tools).

Otsustusmaatriksi analüüs koosneb mitmest etapist:

1. Esiteks koostatakse saadaolevate valikute loend, mille vahel peame otsustama. Näiteks kui otsustate osta uue auto, tuleb koostada nimekiri kõigist potentsiaalsetest autodest, mida kaalute.
2. Teiseks koostatakse nimekiri erinevatest teguritest, mis on meie otsuse jaoks olulised. Uue auto valikul võivad need olla hind, kiirus, istmete arv, pakiruumi suurus jne.
3. Kolmandaks tuleb moodustada skaala, mida kasutatakse iga valiku hindamiseks valitud tegurite alusel. Kasutada tuleks eesmärgiga kõige paremini sobivat skaalat, näiteks 1–3 või 1–5, kusjuures suuremad numbrid näitavad tavaliselt soodsamaid hinnanguid. Uue auto kasuks otsustamise näites võib hinne 1 näidata, et tegur või kriteerium on hinnatud mitterahuldavaks, samas kui hinne 5 võib näidata, et see on hinnatud suurepäraseks.
4. Samuti on võimalik määrata igale valitud tegurile kaal, mis näitab selle olulisust (nt 1 – madal, 2 – keskmine, 3 – kõrge). Näiteks kui te ei pea eriti oluliseks pakiruumi suurust, saate sellele määrata kaalu 1, ja kui peate väga oluliseks auto hinda, võite sellele määrata kaalu 3.
5. Pärast valikute ja tegurite loendi, hindamisskaala ja kaalude moodustamist saab koostada maatriksi. Maatriks esitatakse tabeli kujul, milles saadaolevad valikud saab paigutada veergudesse ja valitud tegurid ridadesse (või vastupidi).
6. Kui maatriks on moodustatud, tuleb saadaolevaid valikuid hinnata kõigi valitud tegurite alusel, asetades tabeli igasse lahtrisse ühe skaala numbritest, mida otsustasite kasutada. Iga lahtri skoor tuleb korrutada tegurile määratud kaaluga.



7. Pärast lahtrite punktisummade korrutamist kaaludega liidetakse veergude hinded ja võidab kõrgeima punktisumma saanud veerg.

Otsuse tegemise harjutus

Kasutades lisa 3 toodud näidist, peaksid osalejad koostama otsustusmaatriksi, mille põhjal nad teevad otsuse õpilaste juhendamise kohta eespool antud stsenaariumi järgi. Nad peavad läbima mitu sammu:

1. Koostage nimekiri kandidaatidega seotud teguritest või kriteeriumidest, mis võivad otsust mõjutada (nt hinded, loovus, uuendusmeelsus, motivatsioon, püsivus).
2. Töötage välja tegurite või kriteeriumide hindamise skaala (nt 1 – halb kuni 5 – suurepärane).
3. Sõnastage tegurite või kriteeriumide olulisust väljendavad kaalud (nt 1 – üldse mitte oluline kuni 3 – väga oluline).
4. Viimistlege maatriks ja tehke kandidaadi kohta otsus.

Refleksioon

Pärast harjutuse sooritamist peaksid õpilased arutama otsustamise protsessi ja selle tulemusi:

1. Kui lihtne või raske oli mõelda teguritele, mis võivad otsust mõjutada, ja neid kaaluda?
2. Kas otsustusmaatriksi põhjal tehtud otsus langes kokku sellega, mille teeksid intuitiivselt?
3. Mil moel saaksite kasutada otsustusmaatriksit oma era- ja tööelus otsuste tegemisel?



PLANEERIMINE

Sissejuhatus tegevusse

Planeerimine on juhtimisfunktsioon, mis hõlmab eesmärkide seadmist ja üksikasjalikku tegevuskava paika panemist seatud eesmärkide saavutamiseks. Planeerimine aitab kaasa kõrgemale tootlikkusele, motivatsioonile ja kvaliteetsematele tulemustele (Wilson & Dobson, 2008).

Planeerimine on teine oluline oskus õpetajatele, kes sageli vastutavad erinevate väiksemate ja suuremate projektide eestvedamise ning teiste töö struktureerimise ja järelevalve eest. Sellistes olukordades on oluline osata koostada selge plaan, püstitades eesmärgid ja määrares kindlaks kõige tõhusamad strateegiad nende eesmärkide saavutamiseks. Sel põhjusel on järgnev harjutus loodud STEM-õpetajate planeerimisoskuste, eriti projekti planeerimise oskuste parandamiseks.

Planeerimine koosneb kahest põhietapist. Esimene neist on seada projektile terviklik eesmärk. Selguse aitab tagada, kui panna see kirja SMART-eesmärgina. SMART on akronüüm, mis tähistab spetsiifilist, mõõdetavat, saavutatavat, realistlikku ja ajaliselt piiratud planeerimist (ing *Specific, Measurable, Achievable, Realistic, Time Bound*) (Robins, 2014).

SMART-eesmärk nõuab järgmiste eesmärgi omaduste määratlemist:

- Spetsiifiline: mida on vaja saavutada? Keda on vaja kaasata? Miks see oluline on?
- Mõõdetav: kuidas saab teada, et eesmärk on täidetud? Kuidas saab edusamme mõõta?
- Saavutatav: kas vastutaval isikul on eesmärgi saavutamiseks vajalikud oskused? Kas eesmärgi saavutamine selles olukorras on realistlik?
- Relevantne: kas projekt on kooskõlas minu üldiste professionaalse arengu eesmärkidega? Kas see on minu jaoks asjakohane?
- Aeg: kas eesmärgi saavutamisel on tähtaeg? Kas tähtaeg on realistlik?

Lisaks projekti põhieesmärgi määramisele on vaja välja töötada üksikasjalik plaan selle eesmärgi saavutamiseks. Üks võimalus seda teha on koostada projekti tööplaani.

Tööplaani kujutab endast visuaalselt kõiki projekti lõpuleviimiseks vajalikke tegevusi. See jagab kogu projekti elementideks, et jälgida projekti nõuete kõiki tasemeid (Burghate, 2018).

Tööplaani koosneb mitmest kategooriast: töopakettid, iga töopaketi täitmiseks vajalikud konkreetset ülesanded, iga ülesande verstaapostid või tulemused, projekti ajakava ning projekti iga tegevuse ja ülesannete eest vastutavad inimesed.

Iga tööplaani osa üksikasjalik kirjeldus on järgmine:

- *Töopakettid* on tööplaani ehitusplokid. Need koosnevad seotud ülesannete seeriast. Kui kõik töopakettid kokku liita, moodustavad need valmis projekti. Töopaketi näiteks võib olla projekti haldustegevus.



- *Spetsiifilised tegevused* on tegevused, mis moodustavad tööpaketi. Näiteks võib projekti osalejatega kohtumise korraldamine olla osa haldustöö paketist.
- *Saavutus* on projekti konkreetse ülesande või tegevusega seotud füüsiline väljund, näiteks aruanne, tööriist, veebisait.
- *Verstapost* on hetk projekti arenduses, mis tähistab muutust või murdepunkti, näiteks projekti lõppu või algust.
- *Ajakava* viitab iga konkreetse tegevuse kestusele. Seda saab määrata päevades, nädalates, kuudes või tundides.
- *Vastutav isik* iga tegevuse eest tuleks samuti välja tuua.

Planeerimisülesande läbiviimine

Osalejatel on ülesanne töötada välja tööplaani õpilasprojekti jaoks, mida nad otsustasid juhendada.

Osalejad peaksid töötama rühmades, mis koosnevad 4–5 liikmest, kes valisid mentoriks sama projekti. Igal rühmal on kaks ülesannet:

1. Kirjeldada projekti eesmärki SMART-eesmärgina (vt projekti eesmärgi osa lisa 4).
2. Pärast projekti eesmärgi tutvustamist peaksid osalejad (rühmades) mõtlema projekti töopakettidele, iga tööpaketi täitmiseks vajalikele konkreetsetele ülesannetele, iga ülesande verstapostidele või tulemustele, iga ülesande täitmise eest vastutavale isikule ja konkreetsele ajale, millal üksikud ülesanded tuleks täita, et projekt lõppeks ühe õppeaasta jooksul. Seda tuleks teha lisa 4 sisalduva projekti tööplaani abil.

Projekti tööplaani kasutades tuleks osalejatele selgitada, et kõik konkreetsete tegevused tuleks tööplaanis ellu viia kronoloogilises järjekorras. Näiteks võib projekti esimene tegevus olla koolinõukogule projektiettepaneku tegemine (haldustöö osana tööpaketina), mis võib kesta projekti esimese nädala.

Projekti teise ja kolmanda nädala saab reserveerida materjalide kogumiseks projekti arendatava toote jaoks jne. Kuna konkreetsete tegevused on kronoloogilises järjekorras, tuleb lisa 4 projekti tööplaani esimeses veerus mõnda tööpaketti korrata. Samuti tuleks osalejatele tähelepanu juhtida sellele, et nad saavad vajadusel lisada tööplaani näidisesse ridu.

Refleksioon

Pärast tööplaanide tegemist esitlevad rühmad neid teistele ning toimub arutelu plaanide üle. Esitlusi saab rühmitada vastavalt valitud õpilasprojektile ning arutada sama õpilasprojekti projektiplaanide erinevusi üksikute tegevuste, ajakava ja vastutajate lõikes.



KODUTÖÖ

Sissejuhatus: mis on ajajuhtimine ja kuidas seda tõhustada?

Mõnikord nõrgendab meie loovust, otsuste langetamist, tegevuste planeerimist ja lõpuleviimist isiklikus ja tööelus ajapuudus või halb ajajuhtimine. Ajajuhtimist võib defineerida kui „käitumist, mille eesmärk on saavutada tõhus ajakasutus teatud eesmärgile suunatud tegevuste sooritamisel“ (Claessens et al., 2007, lk 262).

Leidub on mitmeid tehnikaid, mille eesmärk on parandada ajajuhtimist nii isiklikus kui ka tööelus. Üks lihtne ja tõhus ajajuhtimise tehnika on ajajuhtimise maatriks, mis on tuntud ka kui Eisenhoweri maatriks USA endise presidendi järgi. See on süsteem, kus inimeste ülesannete nimekirjas olevad ülesanded jaotatakse ja prioriseeritakse nende kiireloomulisust ja tähtsust arvestades ning otsustatakse nende täitmiseks kuluv aeg (Bast, 2016).

Ülesanded on jagatud nelja kvadranti:

- 1) Esimene kvadrant viitab ülesannetele, mis on nii kiireloomulised kui ka olulised. Need on ülesanded, mis on meie isiklikus või tööelus väga olulised ning millel on samal ajal range ja kitsas ajapiirang ning tagajärjed, kui neid ei täideta (nt nädala pärast toimuvaks oluliseks eksamiks valmistumine, projektiaruanne, mis tuleb esitada nädala pärast). Kuna need ülesanded on nii kiireloomulised kui ka olulised, tuleb need kõigepealt ära teha.
- 2) Teine kvadrant viitab ülesannetele, mis on olulised, kuid mitte kiireloomulised. Need on ülesanded, mis võivad tuua pikaajalist kasu, kuid aeg nende täitmiseks pole kuigi karmilt piiratud (nt õpetajate täiendõppe koolitusele registreerumine, juhiloa omandamine). Oluline on planeerida konkreetne aeg, millal need ülesanded ära tehakse, et need ei muutuks samuti kiireloomuliseks. See on ajaplaneerimise peamine eesmärk – kulutada aega olulistele asjadele ja teha need ära enne, kui need muutuvad kiireloomuliseks.
- 3) Kolmas kvadrant viitab ülesannetele, mis on kiireloomulised, kuid mitte olulised (nt telefonikõnede, e-kirjade või tekstisõnumite haldamine). Samuti on soovitatav need ülesanded ajastada, et need muud töövoogu katkestama ei hakkaks. Need ülesanded saab ka kellelegi teisele delegeerida, kui selleks on võimalus. Nendele tegevustele tuleks kulutada võimalikult vähe aega.
- 4) Neljas kvadrant viitab ülesannetele, mis ei ole kiireloomulised ega olulised (eelkõige igasugu ajaviitetegevused, nt teleri vaatamine). Need tuleks meie ülesannete loendist välja jätta.



Kodutöö: koosta Eisenhoweri maatriks

Tutvuge selle ajahaldustööriistaga ja kasutage seda oma ajahaldusoskuste täiustamiseks lisas 5 toodud näidise järgi.

1. Looge nimekiri kõigist kutsevaldkonna ülesannetest, mille peate järgmise kuu jooksul täitma. Nimekiri võib sisaldada kõiki teie ametialaseid ülesandeid ja eesmärke.
2. Kui ülesannete loend on loodud, proovige loendis olevaid üksusi kvadrantides korraldada vastavalt nende tähtsusele ja kiireloomulisusele.
3. Kui olete oma Eisenhoweri maatriksi loonud, koostage oma ülesannete ajakava maatriksi kvadrantide järgi, eraldades nende täitmiseks aja.



SESSIOON 4. TAKISTUSED PROFESSIONAALSES ENESEJUHTIMISES

4.1. EESMÄRGID

Pärast seda sessiooni suudab osaleja:

- tuvastada subjektiivsed ja objektiivsed takistused erialases töös ja arengus;
- tuvastada loova mõtlemise, otsustamise ning planeerimise takistused;
- planeerida tegevusi, et ületada takistusi professionaalses töös, arengus ja enesejuhtimises.

4.2. STRUKTUUR JA TEGEVUSED

Tegevused		Ajakulu
Takistused erialases töös, arengus ja enesejuhtimises	Takistuste määratlemine töös, arengus ja enesejuhtimises	15 min
	Takistuste määratlemine loovuses, otsuste tegemises ja planeerimises	15 min
Takistustest ülesaamine erialases töös, arengus ja enesejuhtimises	Prioriteetide seadmine	20 min
	Erialase arengu plaani koostamine	40 min

4.3. MATERJALID

Takistused erialases töös, arengus ja enesejuhtimises

Selles tegevuses integreeritakse moodulis omandatud teadmised ja oskused, täites lisas 6 toodud näidise järgi alljärgneva ülesannete loetelu.

1. Osalejad peavad naasma sessioonis 1 lõpetatud isikliku SWOT-analüüsi juurde. Nad peavad analüüsima selle nõrkade külgede ja ohtude osa ning tuvastama asjaolud, mis võivad takistada nende erialast tööd ja arengut järgmistes valdkondades:

- haridus, sertifitseerimine, koolitus;
- teadmised ja oskused;
- emotsioonid, tungid, vajadused;
- tunnused, omadused, karakteristikud;
- huvid ja motivatsioon;
- keskkond, kus nad õpivad või töötavad.

2. Tuletage meelde sessioonide 2 ja 3 loovuse, otsuste langetamise ja planeerimise tegevusi ning püüdke tuvastada probleemid ja takistused, millega seisite silmitsi ideid genereerides ja hinnates, otsust sõnastades ja tööplaani koostades. Samuti peaksite püüdma tuvastada kõik probleemid ja



takistused, mis takistavad teil olla loovamad, langetada paremaid otsuseid, seada eesmärgid ja kavandada tegevusi eesmärkide saavutamiseks oma erialases töös ja arengus.

3. Kui olete igas kategoorias koostanud takistuste loendi, peaksite neid tõkkeid hindama ja märkima üles, millised neist on võimalik likvideerida (st neid muuta, kohandada, ületada või eemaldada).

Takistustest ülesaamine

Pärast seda, kui osalejad on tuvastanud takistused oma erialases töös, arengus ja enesejuhtimises ning valinud välja need, mida nende arvates on võimalik likvideerida, kasutavad nad selles tegevuses kõiki moodulis omandatud teadmisi ja oskusi, et panna paika plaan, kuidas need takistused likvideerida.

Osalejad peavad täitma järgmised ülesanded, kasutades lisa 7 toodud malli:

1. Takistuste hulgast, mida nad suudavad ületada, peaksid nad valima välja vähemalt kolm, mis nende arvates kujutavad endast kõige olulisemat takistust nende erialases töös ja arengus.

Näiteks tuvastas õpetaja mitu takistust ja valis oma erialases töös olulisemateks takistusteks järgmised kolm: väljakutsed STEM-is andekate õpilaste õpetamisel, raskused teatud teemade õpetamisel oma õpilastele, spetsiifilise varustuse puudumine STEM-õppelaboris.

2. Valitud takistuste puhul peaksid nad võtma aega, et leida ideid, kuidas neid kõige paremini ületada. Kui ideed on ajurünnaku läbi teinud, peaksid nad hindama loodud ideid nende kasulikkuse või asjakohasuse seisukohalt ja valima välja parimad. Kui nad ei suuda otsustada mitme variandi vahel, saavad nad välja töötada otsustusmaatriksi ja selle abil valiku teha.

Näiteks võib õpetaja STEM-is andekate õpilaste õpetamise väljakutsete kohta leida järgmised ideed: lugeda erialast kirjandust STEM-is andekate õpilaste kohta, osaleda andekate õpilaste õpetamise teemalistel seminaridel või koolitustel, konsulteerida kolleegidega, rääkida andekate õpilastega. Õpetaja hindab neid ideid ja valib neist parimaks mõtted osaleda andekate õpilaste õpetamise teemalistel seminaridel või koolitustel ning rääkida andekate õpilastega.

3. Kui osalejad on iga tõkke jaoks lahendused välja valinud, peaksid nad SMART-avaldusi kasutades nimetama valitud lahendused eesmärkideks, mida nad kavatsesid saavutada.

Näiteks sõnastab õpetaja välja valitud lahendused SMART-väidetena: osalen selle õppeaasta lõpuks ühel andekate õpilaste teemalisel erialasel seminaril või konverentsil; järgmise kuu lõpuks viin kahe oma STEM-is andeka õpilasega läbi intervjuud nende huvide, motivatsiooni, rahulolu ja probleemide kohta.

4. Lõpuks peaksid nad välja töötama plaani nende eesmärkide saavutamiseks koos tegevustega, tõenditega nende tegevuste lõpetamise kohta ja ajakavaga.



Näiteks koostab õpetaja nimekirja tegevustest, mida ta peaks tegema, et täita eesmärk korraldada järgmise kuu lõpuks kahe STEM-is andeka õpilasega intervjuud nende huvide, motivatsiooni, rahulolu ja probleemide kohta. Ta peab koostama küsimused intervjuudeks (tähtaeg: järgmise nädala lõpp; tõendid täitmise kohta: koostati õpilastele mõeldud küsimustik); võtma ühendust õpilastega ja korraldama nende osalemise (tähtaeg: teise nädala lõpp; tõendid lõpetamise kohta: õpilastega on ühendust võetud ning intervjuude aeg ja koht planeeritud); viima läbi intervjuud (tähtaeg: kolmanda nädala lõpp; tõendid lõpetamise kohta: märkmed intervjuudest).



KOKKUVÕTE

STRUKTUUR JA TEGEVUSED

Tegevused	Ajakulu
Kokkuvõte ja hinnang tegevustele: tehtu mõtestamine	30 min
Lõpuküsimustik	15 min

MATERJALID

Kokkuvõte ja hinnang tegevustele: tehtu mõtestamine

Arutelu osalejate vahel:

1. Kuidas saab moodulis kasutatud tehnikaid üldiselt rakendada oma tööelus ja karjääri kujundamisel?
2. Kuidas saab moodulis õpitud tehnikaid õpilastele enesejuhtimise parandamiseks üle kanda?



KASUTATUD ALLIKATE LOETELU

American Psychology Association. (kuupäev puudub). Creativity. In *APA Dictionary of Psychology*. Retrieved January 2, 2022. <https://dictionary.apa.org/creativity>

American Psychology Association. (kuupäev puudub.). Self-analysis. In *APA Dictionary of Psychology*. Retrieved January 2, 2022. <https://dictionary.apa.org/self-analysis>

Burghate, M. (2018). Work Breakdown Structure: Simplifying Project Management. *International Journal of Commerce and Management*, 3(2), 453-461.

Bast, F. (2016). Crux of Time Management for Students. *Resonance*, 21(1), 71-88.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2018). *Evaluation Briefs No. 3b – Writing SMART Objectives*. <https://www.cdc.gov/healthyouth/evaluation/pdf/brief3b.pdf>

Certo, S. C., & Certo, S. T. (2016). *Modern Management – Concepts and Skills*. Pearson.

Claessens, B. J. C., van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R.A. (2007). A Review of the Time Management Literature. *Personnel Review*, 36(2), 255-276. <https://doi.org/10.1108/00483480710726136>

Eurich, T. (2019). What Self Awareness Really Is (And How to Cultivate It). D. Goleman, R. S. Kaplan, S. David, & T. Eurich (Eds.), *Self-Awareness (HBR Emotional Intelligence Series)* (lk 11–37). Harvard Business Press.

Fisher, R. (2004). What is Creativity? R. Fisher & M. Williams (toim.), *Unlocking Creativity Teaching Across the Curriculum* (lk 6–20). David Fultom Publishers.

Goleman, D. (2019). The First Component of Emotional Intelligence. D. Goleman, R. S. Kaplan, S. David, & T. Eurich (toim.), *Self-Awareness (HBR Emotional Intelligence Series)* (lk 1–11). Harvard Business Press.

Goleman, D. (2000). An EI-Based Theory of Performance. D. Goleman, & C. Cherniss (toim.), *The Emotionally Intelligent Workplace: How to Select for, Measure, and Improve Emotional Intelligence in Individuals, Groups, and Organizations*. Jossey-Bass.

Howard, R. A., & Abbas, A. E. (2016). *Foundation of Decision Analysis*. Pearson.

Jossey-Bass & Pfeiffer (1998). Brainstorming. *The Pfeiffer Library*, 26, 1-9. <http://home.snu.edu/~jsmith/library/body/v26.pdf>



- London, M., Sessa, V. I., & Shelley, L. A. (2023). Developing Self-Awareness: Learning Processes for Self- and Interpersonal Growth. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10(1), 261-288.
- Lowes, R. (2020). Knowing You: Personal Tutoring, Learning Analytics and the Johari Window. *Frontiers in Education*, 5(101). doi: 10.3389/feduc.2020.00101
- Luft, J., & Ingham, H. (1961). The Johari Window: A Graphic Model of Awareness in Interpersonal Relations. *Human Relations Training News*, 5(9), 6-7.
- MindTools. (n.d.). *Decision Matrix Analysis*. <https://www.mindtools.com/aksic2i/decision-matrix-analysis>
- Runco, M. A. (2014). *Creativity Theories and Themes: Research, Development, and Practice*. Amsterdam: Elsevier.
- Runco, M. A., & Jaeger, G. J. (2012). The Standard Definition of Creativity. *Creativity Research Journal*, 24(1), 92-96.
- Wilson, S. B., & Dobson, M. S. (2008). *Goal Setting: How to Create an Action Plan and Achieve Your Goals*. American Management Association.



LISAD

LISA 1. Personaalne SWOT-analüüs

TUGEVUSED

Millistes asjades, mis on seotud teie (tulevase) karjääriga STEM õpetajana, olete eriti hea – kas siis tänu loomulikele võimetele, õpitule ja/või kogemusele?

Küsi endalt näiteks järgmisi küsimusi:

- Milline on teie kvalifikatsioon STEM-valdkonnas ja/või õpetajana või mõlemas?
- Kas teil on töökogemus ja/või vabatahtliku töö kogemus, mis on seotud STEM-i või õpetamisega? Kas selline kogemus võiks teie (tuleviku)karjääri STEM-valdkonna õpetajana hoogustada?
- Kas teil on erinevates keskkondades ja/või erinevate elanikkonnarühmadega töötamise kogemus, mis võiks olla abiks teie erialasel arengul STEM-õpetajana?
- Milliseid konkreetseid teadmisi teil on, mis võiksid STEM-õpetajale kasulikud olla?
- Milliseid konkreetseid oskusi teil on, mis võiksid STEM-õpetajale kasulikud olla?
- Milliseid kasulikke iseloomujooni, omadusi või väärtusi teil on, mis annavad teile teistega võrreldes eelise? Kas need võivad olla kasulikud ja abiks (karjääris) STEM-õpetajana?
- Millised on teie isiklikud tugevused (nt huvid, hobid), mis võiksid (karjääris) STEM-õpetajana olla kasulikud ja abiks?
- Milliste oma saavutuste üle erialases arengus või karjääris olete üldiselt kõige uhkem?
- Mida teete teistest paremini? Kas see võib olla kasulik STEM-i, õpetamise või mõlemaga seotud elukutsel?
- Mida nimetaksid teised inimesed (nt teie sõbrad, töökaaslased) teie tugevate külgedena? Kas need tugevad küljed võivad olla kasulikud STEM-õpetajana (karjääris)?

TUGEVUSED:

NÕRKUSED

Millistes asjades, mis on seotud teie (tulevase) karjääriga STEM-õpetajana, ei ole te nii hea – kas siis loomulike võimete tõttu või jäid lihtsalt teadmised või oskused omandamata?

Küsi endalt näiteks järgmisi küsimusi:

- Milline kvalifikatsioon teil puudub, kuid mida soovite omandada (nt kraad, tunnistus, koolitus, praktika), mis on seotud STEM-valdkonna ja/või õpetamisega või mõlemaga?
- Kas teil puudub töö- ja/või vabatahtliku töö kogemus, mis võiks teie (edaspidist) karjääri STEM-õpetajana hoogustada?
- Kas teil puudub teatud keskkondades ja/või teatud elanikkonnarühmadega töötamise kogemus, mis võiks olla abiks teie erialasel arengul STEM-õpetajana?
- Millised konkreetsed teadmised teil on puudu, mis võiksid STEM-õpetajale kasulikud olla?
- Millised konkreetsed oskused teil on puudu, mis võiksid STEM-õpetajale kasulikud olla?
- Kas teil on iseloomujooni, omadusi või väärtusi, mis hoiavad teid tagasi tööelus ja erialases arengus, eriti STEM-õpetajana?
- Milliseid ametialaseid olukordi või ülesandeid te tavaliselt väldite ja miks?
- Milliseid halbu harjumusi teil on erialases töös? Kas need harjumused võiksid teie STEM-õpetaja karjääri tagasi hoida?
- Mida nimetaksid teised inimesed (nt sõbrad, töökaaslased) teie nõrkustena? Kas need nõrkused võivad olla takistuseks teie STEM-õpetaja karjääris?

NÕRKUSED:



VÕIMALUSED

Arvestades oma tugevaid ja nõrku külgi, mõelge, kuidas saaksite (tulevase) STEM-õpetajana tööalasel end täiendada ja kasu saada? Millised on välised võimalused teie erialase arengu edendamiseks?

Küsi endalt näiteks järgmisi küsimusi:

- Kas on mingeid akadeemilisi võimalusi, mida saate kasutada (nt stipendiumivõimalused, projektid, milles osaleda) ja mis võiksid (tulevikus) teie STEM-õpetaja karjääri edendada?
- Kas saate omandada täiend- või paremat haridust (nt osaleda kursustel ja koolitustel, mis võivad teie teadmisi ja/või oskusi edasi arendada), mis võiks teie (tuleviku) STEM-õpetaja karjääri edendada?
- Kas teate inimesi, kes on osalenud seminaridel, koolitustel, kursustel, programmidel ja/või praktikal, mis on seotud STEM-i ja/või õpetamisega ja millest olete huvitatud, kes saaksid oma kogemusi teiega jagada?
- Kas teil on juurdepääs mingitele muudele tugiallikatele (nt nõustajad, hariduskeskused), mis toetavad teie STEM-õpetaja karjääri?
- Kas teie akadeemilises programmis või töökohas on STEM-i ja/või õpetamisega seotud vajadus, mida keegi ei täida, kuid teie saaksite täita?
- Mida teha, et endale tööalasel tähelepanu tõmmata?

VÕIMALUSED:

OHUD

Võttes arvesse teie tugevaid ja nõrku külgi, siis milline väline mõju võib teid (tulevase) STEM-õpetajana negatiivselt mõjutada?

Küsige endalt näiteks järgmisi küsimusi:

- Kas teil on praegu mingeid takistusi oma haridusteel või töökohal?
- Kas mõni teie kolleeg konkureerib teiega projektide, funktsioonide või rollide pärast?
- Kas on mingeid uusi suundumusi, tehnoloogiaid või protsesse, millega te ei saa hakkama või milles te ei ole osalenud, mis takistavad teid edasi liikumast? Kas see võib ohustada teie STEM-õpetaja karjääri?
- Kas mõni teie nõrkus võib muutuda ohuks?

OHUD:

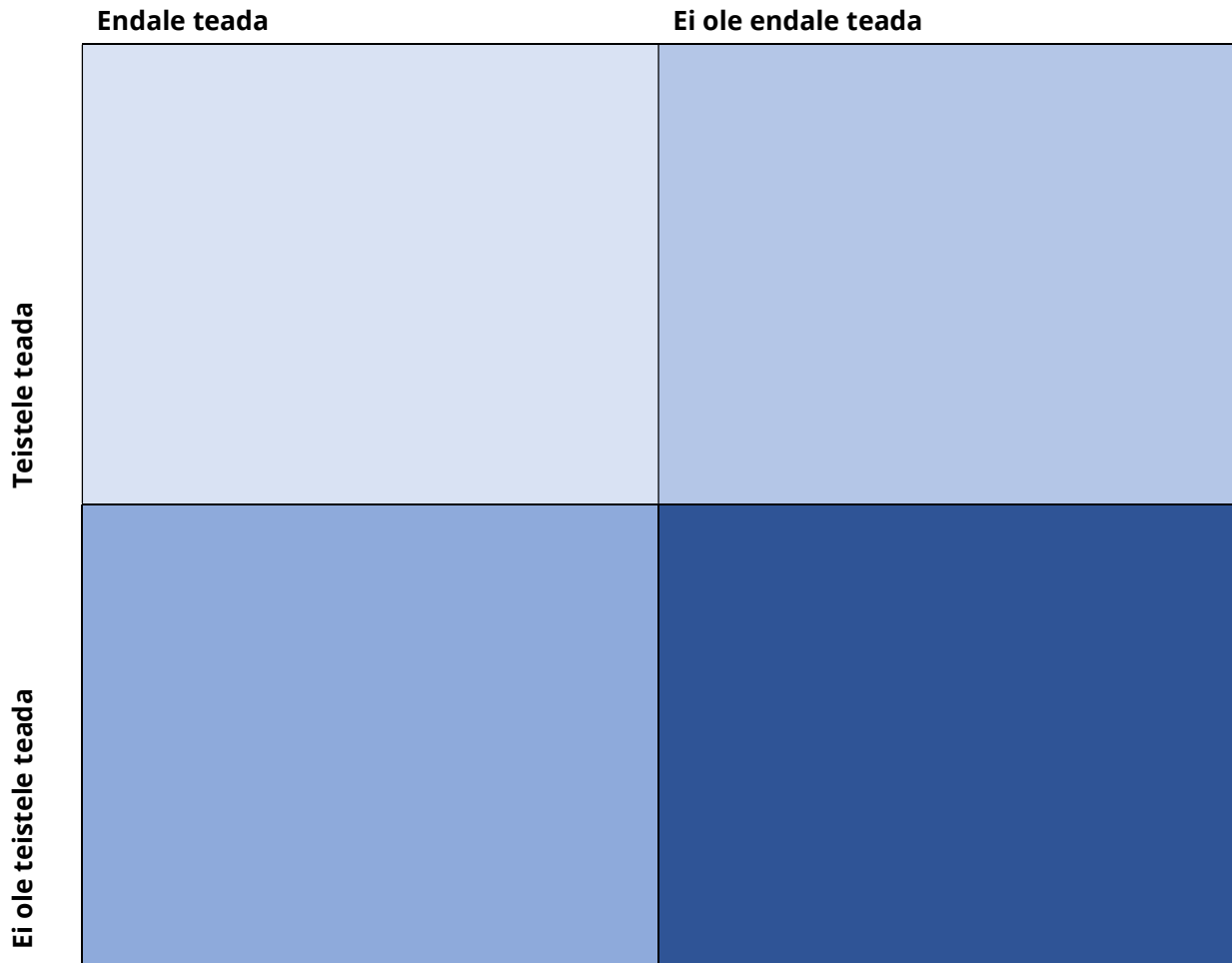
LISA 2. Johari aken

Omadussõnad

Võimeline, aktsepteeriv, kohanev, uhke, julge, rahulik, hooliv, rõõmus, tark, keeruline, enesekindel, sõltuv, väärikas, energiline, ekstravertne, sõbralik, andev, õnnelik, abivalmis, idealistlik, iseseisev, geniaalne, intelligente, introvertne, lahke, rohkete teadmistega, loogiline, armastav, küps, tagasihoidlik, närviline, vaatlev, organiseeritud, kannatlik, võimekas, uhke, vaikne, reflekteeriv, puhanud, usklik, vastutustundlik, otsiv, ennast kehtestav, eneseteadlik, tundlik, sentimentaalne, häbelik



Johari aken



LISA 4. Planeerimine

Eesmärk

Spetsiifiline	
Mõõdetav	
Saavutatav	
Oluline	
Aeg	



LISA 5. Ajajuhtimine: Eisenhoweri maatriks

	Kiire	Ei ole kiire
Oluline	<i>Tee esimesena!</i>	<i>Planeeri!</i>
Ei ole oluline	<i>Delegeeri!</i>	<i>Väldi!</i>



LISA 6. Takistused erialases töös, arengus ja enesejuhtimises

Takistused tööelus ja arengus	Kas ma saan sellest üle?
Takistused loovuse rakendamisel	Kas ma saan sellest üle?
Takistused otsuste tegemisel	Kas ma saan sellest üle?
Takistused planeerimisel	Kas ma saan sellest üle?

LISA 7. Erialase arengu plaan

Eesmärk	Tegevused	Tõendid	Aeg
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
...			

TÄNUSÕNAD

See käsiraamat koostati osana projektist High-Fliers, mida rahastati Erasmus+ programmi teisest põhitegevusest „Strateegilised partnerlused toetuslepingu numbri 2020-KA203-12 raames“.

Täname mooduli katsetamisel osalenud õppejõude, üliõpilasi ja ülikoolide teadustöötajaid, eriti Varaždini maakonna koole ja tippkeskusi. Täname ka meie kaastöötajat Janja Sušičit panuse eest moodulisse, materjalidesse ja katsetamisse.

Avaldame sügavat tänu teistele partnerriikidele ja inimestele, kes on neis riikides seda moodulit katsetanud ja andnud väärtuslikku tagasisidet selle sisu täiustamiseks. Samuti täname riikliku hindamiskomisjoni liikmeid ja rahvusvahelise nõuandekomisjoni liikmeid nende professionaalsete kommentaaride ja mooduli sisuga seotud arendusideede eest.

