

## Laste ja noorte identiteedi arengu toetamine haridusasutuses

Andero Teras  
psühholoog-koolitaja, MA  
Mõttearu koolituskeskus



### Identiteet:

Õppeasutuse (palju-palju) laiem mõju  
*laste ja noorte identiteedi kujunemine ja toetamine*



*Arne põletab end läbi vastutuse põhineva eksiarvamusega  
Pigem on siin võimalus tuua mõtet ja luua tähendust tehtavale tööle*

Identiteedi selgus tähendab üldisemas plaanis vastust küsimusele "Kes ma olen?"  
Konkreetselt öeldes inimese ja tema psühholoogia samasust ja jätkuvast käitumisest, mõtlemisest, rollides ja väärtustest

- Sellise optimaalse psühholoogilise toimimisega on ka tõenäosus, et
- Kogetakse vähem ärevust, stressi ja olmelisi vaimse tervise probleeme
  - Ollakse rahul oma tööga ja ehitatakse üles edulugusid
  - Ebakõlad puuduvad või need lahendatakse konstruktiivselt
  - Eneseväärikuse tunne
  - Arusaam iseendast – emotsioonidest, tugevused ja nõrkused

Kes ma olen?  
Identiteet ja identiteedikriis  
Miks haridusruumis?



### Meil on keeruline mõista abstraktseid asju

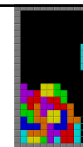
Paljudes olukordades elus "laseme asjadel minna" või kujuneda omasoodu, kuigi meil on kasutada väga võimsad psühholoogilised tööriistad just nende olukordade juhtimiseks ja kujundamiseks.

- Õppimine on närvirakuvõrgustikus uute ühenduste loomine ja tugevdamine.
- Signaalide liikumine ajus närvirakkude vahel määrabki paljuski meie käitumise, mõtled, tunded.
- **Põhisõnum:** ootuste-tegelikkuse kanjonite märkamine ja teadvustamine.



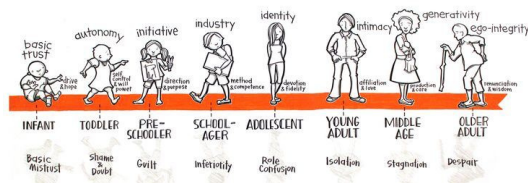
### Kes ma olen? Identiteedi selgus algus- ja lõpp-punkt või protsess

*Becoming is better than being...*



Ka täiskasvanueas on probleemseid teemasid, mis muuhulgas inimese mina-pildiga seotuvad:

suutmatust teisi inimesi aktsepteerida – konfliktid, erimeelsused, sallimatus  
arusaamatu/liigne süü-, kohuse-, mure- või häbitunne  
rahulolematuse töö/pere/sõprade/kodu jm  
käitumisprobleemid, mis väljenduvad emotsiooni- ja enesejuhtimises



### Lapsed ja nende arusaam iseendast

Väikelastes nii lasteaias kui algkoolis on oluline kultiveerida omadusi ja oskusi, mis on hiljem – teismeeas – kütuseks eneseotsingute edukale protsessile.

Suheldes, õpetades, mängides lapsega mõjutame nii otseselt kui kaudselt, tahtlikult ja tahtmatult tema **eneseväärikuse** ja **enesehinnangu** aluseid

## Lapsed ja nende enesetunnetuse kujunemine läbi meie töö- ja eraelus

### Igapäevases tavaolukorras

- Jälgi, et tegevused, vajadused ja otsused oleksid lahus moraalsusest
- Lapsed, kes on kogenud ebajärjekindlat kasvatusi, tunnevad sageli sõnusetamatut süütunnet. See on tingitud asjaolust, et nad ei saanud kunagi päris täpselt reeglitest aru ning omistavad hiljem endale süütuks.
- Vanemlik või rollimudeli poolne viha, välimine jne on ülimalt võimas vahend tekitada lapses halba enesetunnet, mis annab aluse enesetunnetuse hävitamisele. Pole tugevat eeskujut lapsele, kui tema vanem ning koolis tema õpetaja ja treener on treener.
- Igapäevases dialoogis on väga kerge tekitada lapses ärevust tema heade omaduste üle

### Korrigeerimist vajavas olukorras

- Käsi, keelud on ohtlik tee seni, kuni ei rakendata juurde valem: kirjeldus + konkreetne (1) + tunded + konkreetne (2)
- Tee õigesti käitumine lihtsaks ☺
- Tagajärjed olgu proportsionaalsed ja seotud kõne all oleva käitumisega.

## Identiteedi toetamine haridusruumis



### Keskkondlikud hoiakud ja väärtused

Õpilase unistused, väärtused, püüdlused, ebakõlad ja edulood ei peegeldu õpilaspiletil. Ideoloogilised hoiakud + arutelud, sündmused ja ettevõtmised.

### Suhted haridusasutuses

Vertikaalne vs horisontaalne suhe.

Mida ma tean õpetajate kohta, kes mind otseselt ei õpeta?

Koolielu sisustavad väljakutsed sotsialiseerumiseks.

### Õppeprotsess

Vigade tegemise hirm põhjustab välistat käitumist ka enesetsingutes.

Kaasamine ja loomimine klassiruumis → tohutu kogemustepagas

Tuumuskumustele, mille kehtivust me ei kontrolli, võime üles ehitada disfunktsionaalsed reeglid ja hoiakud, mida väljendame negatiivsete automaatmõtetega.

## Identiteedi toetamine haridusruumis

### Koolitunnis õppetöö käigus jagatavad ülesanded

Vihiku nurgale kirjutada, joonistada, skeemitada vastused küsimustele:

- Mis mul täna hästi välja tuli? Mis mulle nende ülesannete juures meeldis?
- Milliseid vigu ma täna tegin? Mis mulle ei meeldinud? Miks?

Mida see päris-maailmas tähendab?

Õppeaine põhine eneseanalüüs kodutööna → kes ma olen ja kes ma ei ole?

### Ja veel

Osavõtt päris-maailma üritustest

Karjäärpäev #1 ja #2

## Vara-selged

- Võtavad automaatselt üle normid, väärtused, tõekspidamised, hoiakud ning ehitavad sellele üles oma maailma. Iseenesest ei pruugi see olla halb, aga on oht, et koopiatena inim-psühholoogia siiski ei pruugi kõige paremini toimida.

- Üle-samastuvad oma vanematega, on riigis, vähe-avatud, kinnise suhtumise või mõttemaailmaga.



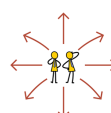
- Jäädakse kinni nendes ideaalidesse, mis neile on antud. See on nagu turvatekk, sest kõik on kindel. Kui see turvatekk ära võtta, siis tuleb kriis.

## Kuidas tegeleda enesetsingutega? normatiivile alludes

Nendel ei ole ka koolis erilisi probleeme, sest hinded on head ning õppetöö sujub. Samas aga on tajutat "tuupimise" või välise motivaatori mõju.

Näiteks võib neid kannustada sotsiaalne perekondlik norm – edukad vanemad, kes ei talu mõtet, et võsuke võiks valida alternatiivse elukutse või minna tööaasusega vastuollu. Mitte küll absoluutsetes tingimustes, aga teatud olulises osas on nende õppetöö kannustatud asjaolust saada sotsiaalne heakskiit.

Kui kaua selliste valikute ja otsustega inimene tulevikus rahul on, on väga huvitav ja suur küsimus. Palju võib minna täppi, palju võib pärast jama tulla.



Andero Teras  
e-kiri: [andero@mottemaru.com](mailto:andero@mottemaru.com)  
telefon: +372 50 67 204  
[www.mottemaru.com](http://www.mottemaru.com)

