 

**Kujundades teadlikku õpetajat**

Eesti Lasteaednike Liidu kui kutseliidu tegevuse eesmärgist, milleks on peamiselt alushariduse töötajate kutsehuvide kaitsmine, professionaalse arengu toetamine, erialase täiendkoolituse edendamine, lähtuvalt korraldati selle aasta 10.oktoobril Tallinnas alushariduse konverents „Tarkus tuleb tasapisi V. Teadlik õpetaja“. Traditsiooniks kujunenud konverentside sarjas keskenduti sel korral õpetajate läbipõlemisele ja selle ennetamisele. Konverentsi korraldas Eesti Lasteaednike Liit ja toetas Euroopa Liidu Sotsiaalfond.

Mitmed nii Eestis kui mujal maailmas läbiviidud uuringud näitavad, et ületöötamine märke inimese psüühikas on tänasel päeval kahetsusväärselt palju. Eriti puudutab ületöötamise nende elulade esindajaid, kes töötavad inimestega. Õpetajate sh lasteaiaõpetajate töö kuulub inimestega suhtlevate elukutsete hulka. Nõnda kuulub õpetaja läbipõlemise, stressi ja depressiooni riskirühma.

Kaasaja Eesti ühiskonnal on kõrged ootused alusharidusele. Töö tegemine nõuab pühendumist ja sisemist motivatsiooni. Lasteaiaõpetaja töö on emotsionaalselt keerukas, hõlmates mitmeid erinevaid valdkondi, mida iseloomustab teemade mitmekihilisus ja konfidentsiaalsus. Töö kvaliteedi tagamiseks on õpetajatel vaja osata tõmmata piire, säästa iseennast, säilitada motivatsiooni, olla teadlikud oma rollidest jne. Tööga rahuolu on eelduseks läbipõlemise vältimiseks.

Toetudes uuringutele võib väita, et lasteaiaõpetajatel on suur risk läbipõlemisele, stressile ning depressioonile. Varasemate konverentside ja suveseminaride tagasisides on tihti avaldatud soovi käsitleda eelolevatel konverentsidel meetodeid ja professionaalseid tööriistu enesejuhtimise arendamiseks, vaimse tervise hoidmiseks ning läbipõlemise vältimiseks.

Oktoobrikuisel teadliku õpetaja konverentsil teadvustati läbipõlemise temaatikat ning arutleti selle ennetamise võimaluste üle. Ühiselt jõuti kindlale veendumusele, et ainult vaimselt terve õpetaja suudab lastele luua toetava lasteaia keskkonna ja meeldiva õpiruumi.

Konverentsil esines Grete Arro (PhD psühholoogias) ettekandega „Mida võiks teada emotsioonide reguleerimise strateegiatest“, Karin Härmat (superviisor/coach) „Õpetaja kui teadlik muutuste juht õppivas organisatsioonis“ ja „Õpetaja enesehoid – läbipõlemise ennetamine“, Marika Saard (superviisor/coach) „Supervisioon haridusmaastikul“. Järgnes praktiline kovisiooni ja sisekaemuse töötuba.

Konverents aitas teadvustada läbipõlemise ennetamise olulisust ning maandada lasteaiaõpetajate väsimuse ja läbipõlemise riski. Töötuba andis õpetajatele praktilisi oskusi strateegilisteks lahendusteks, juhtimaks muutusi ja lahendamaks keerulisi tööjuhtumeid. Konverentsil osalejad on teadlikumad supervisiooni ja coachingu võimalustest.

Evelin Sarapuu

ELAL juhatus