

Noored noortele koolitus

Koolitajate koolituse käsiraamat

Y-PEER – noored noortele koolituse elektrooniline andmebaas
ÜRO organisatsioonide vaheline noorte tervise arengu ja
kaitse grupp Euroopas ja Kesk-Aasias
Noored noortele koolituse alakomitee

Tõlkija:
Tiia Pertel

Toimetaja:
Maria Vessmann

Keeletoimetaja:
Elo Lindsalu

Küljendaja – kujundaja:
Arno Mikkor

Retsenseerisid:
Agnes Alvela
Triin Raudsepp
Indrek Simisker
Kristi Jüristo

Originalpealkiri: Peer Education. Training of Trainers Manual

© Tõlge eesti keelde, ÜRO Rahvastikufond, 2004
ISBN 9949-10-843-8
Trükikoda OÜ Erkotrükk

Juba mitu aastat on Eesti Euroopas esikohal HIVi nakatumise osas. Rõhuv enamik nakatunuid on noored, vanuses alla 24 eluaasta, seega need, kelle tõekspidamised on väljakujunemisjärgus ja suurimad autoriteedid sagedamini omaealised. Alahindamata senise tervise-, sealhulgas seksuaalkasvatuse tähtsust, rõhutame, et HIV-nakkuse epideemia laienemise peatamiseks on vaja rakendada senisest teistsuguseid meetodeid. Üks tõestatud efektiivne ja maailmas levinud meetodika noorte tervistsäästva käitumise kujundamiseks on nn *peer education* ehk omasuguste koolitamine. Antud kontekstis pidasime sobivaimaks (pärast pikki vaidlusi) tõlkida mõiste *peer education* eesti keelde noored noortele koolituseks, mida ka edaspidi kasutame. HIV/AIDSi ennetustöös ja seksuaalhariduse edendamisel peetakse noortele meetodit (*peer education*) üheks kiireimaks ja efektiivseimaks vahendiks noorte tervistsäästva käitumise kujundamisel ja HIV/AIDS ennetustöös.

Käesolev kogumik on sobilik just koolitajate koolitajatele, kes juba kasutavad noored noortele meetodikat või soovivad seda kasutama hakata. Kogumik keskendub HIV/AIDSi ennetamisele ja seksuaalhariduse edendamisele.

Mõiste *peer* on antud kogumikus kasutatud omataolise või omasuguse sünonüümina, viidates sellega vanusele või ka muule sarnasele tunnusele (näit: seksuaalne suundumus, sotsiaalne taust vm). Oluline on noored noortele koolitajate puhul nn sotsiokultuurilise tausta parem tundmine. Teab ju näiteks HIV-nakkusega isik omasugust koolitades paremini kui keegi teine, kuivõrd rõhuv on ühiskonna suhtumine viirusekandjatesse. Ka õppimisest saab teha mängulise protsessi, kaasates noort inimest ennast, ning noored eelistavadki interaktiivseid meetodeid kuivadele loengutele.

Õppevahend koosneb 6-päevasest koolitustsüklist, mis sisaldab endas teooriat ja erinevaid meetodilisi mängu ning ergutusmänge. See on üheks heaks teejuhiks noored noortele koolituste läbiviimisel. Samas ootavad õppevahendi teesaatjad Teilt rõõmuga tagasisidet, sest iga uue võtte rakendamine ei pruugi igakülgset mõistetav olla.

Nii kolleeg Rootsi Seksuaalhariduse Liidust (RFSU) Erik Centerwall (1996) kui ka paljud teised on tõdenud, et positiivse ja mitmekülgse seksuaalhariduse kaudu saab aidata noortel tõsta endast lugupidamist ja võimet kontrollida oma seksuaalelu. See omakorda aitab ennetada seksuaaleluga seotud ülemääraseid hirme ja riskikäitumist.

Oluline on ka lisada, et mitmete maade kogemus on näidanud, et kui noorte seksuaalsust aktsepteeritakse, seksuaalharidus on integreeritud koolisüsteemi, ühiskonnas on avatud suhtumine seksuaalsusesse, siis on teismeliste hulgas vähem soovimatuid rasedusi, esineb vähem riskikäitumist ning seksuaaldebüüt lükkub hilisemasse ikka (WHO 1993, Repke & King 1991). Eestikeelne tõlge ilmub ÜRO Rahvastikufondi toetusel ja väljaandmist on

korraldanud töögrupp, kuhu kuulusid järgmiste Eesti organisatsioonide esindajad: Eesti Punane Rist, SA Anti-Liew & Hingehooldus, MTÜ KITA & P ning Eesti Pereplaneerimise Liit. Inglisekeelne originaalversioon ilmus 2003. aasta lõpus ja tänaseks on kogumik tõlgitud juba kümnesse keelde ning see on populaarsust kogunud paljudes riikides Euroopa regioonis.

Täname siinkohal kõiki häid inimesi, kes aitasid kaasa kogumiku ilmumisele! Loodame siiralt, et see raamat on suureks abiliseks Teie töös.

Kadi Viik
Tõnu Kauba
Agnes Alvela
Triin Raudsepp

Tallinnas, november 2004

SISUKORD

Tänu sõnad	8
Sissejuhatus	9
1. OSA: TEOORIAST PRAKTIKASSE NOORED NOORTELE KOOLITUSES	
Mis on noored noortele koolitus?	12
Miks noored noortele koolitus?	13
Noored noortele koolituse teoreetilised alus	14
Põhjendatud tegevuse teooria (<i>Theory of Reasoned Action</i>)	14
Sotsiaalne õppimine/sotsiaal-kognitiivne teooria (<i>Social learning/social-cognitive theory</i>)	14
Uuenduste levimise teooria (<i>Diffusion of Innovations Theory</i>)	15
Aktiivõppe teooria (<i>Theory of participatory education</i>)	15
Uskumuste mudel (<i>Health Belief Model</i>)	15
IMKR-mudel: informatsioon, motivatsioon, käitumuslikud oskused ja ressursid (<i>IMBR model</i>)	16
Teooriate rakendamine praktikasse	17
Kogemuslik õppimine	17
Rollimängu kasutamine	19
Noored noortele koolitus – noorte ja täiskasvanute koostöö	20
Noored noortele koolitus kui terviku osa	21
2. OSA: JUHISED KOOLITAJATE KOOLITUSE KORRALDAMISEKS	
Sissejuhatus	24
Kuidas koolitajate koolituse õppekava kasutada?	25
Koolitajate koolituse võtmekomponendid	26
Näide kuuepäevasest koolitajate koolitusseminarist	28
Eesmärgid	28
Oodatavad tulemused	28
Seminari kava: ülevaade	29
Koolituskava kirjeldus päevade lõikes	31
Esimese päeva kava	31
1. Seminari avamine	32
2. Koolitajate ja osalejate tutvustus	32
3. Eeltestimine	34
4. Sissejuhatus koolitusmeetodisse	34
5. Teema: <i>Jäämurdjate</i> , soojendustegevuste ja ergutusmängude tutvustus	34
6. Teema: Grupi reeglite kokkuleppimine	38
7. Osalejate ootused ja arvamused	39
8. Mida oodata koolituselt	39
9. Teema: Noored noortele koolitus – teooria ja praktika	39
10. Teema: Teema sissejuhatus kasutamine koolitusprogrammis	43
11. Teema: Avaliku esinemise põhioskused	45
12. Teema: Grupitunde kujundamise ja usalduse loomise mängud ning harjutused	47
13. Teema: Rollimängu kasutamine	51
14. Igapäevaste tagasisidegruppide valimine	54
15. Päeva kokkuvõte	54
Teise päeva kava	55
1. Venitus- ja soojendusharjutused	56
2. Tagasiside esimesest päevast	56
3. <i>Jäämurdjad</i> ja grupitunde kujundamise harjutused	56

SISUKORD

4. Teema: Informatsiooni jagamise meetodid	57
5. Teema: Väärtushinnangute ja arvamuste uurimise meetodid	59
6. Teema: Sooline teadlikkus ja tundlikkus	67
7. Päeva kokkuvõte	70
Kolmanda päeva kava	71
1. Venitusharjutused	72
2. Tagasiside teisest päevast	72
3. Jäämurdjad/soojendusharjutused	72
4. Teema: Oskuste kujundamise tehnikad	73
5. Ergutusmäng	77
6. Teema: Motiveerivad vahendid ja tehnikad	77
7. Jälle rollimäng	81
8. Päeva kokkuvõte	82
Neljanda päeva kava	83
1. Venitusharjutused	83
2. Tagasiside kolmandast päevast	83
3. Usalduse loomine	83
4. Teema: Enimhaavatavate noortega töötamine	84
5. Päeva kokkuvõte	89
Grupiekskursioon	89
Viienda päeva kava	90
1. Venitusharjutused	90
2. Tagasiside neljandast päevast	90
3. Grupitunde kujundamine	90
4. Teema: Kaasjuhendamise oskused	90
5. Osalejate soovitatud ergutusmängud	93
6. Teema: Noored noortele koolitajate värbamine, koolitamine ja superviseerimine	93
7. Teema: Nõustamine versus koolitamine	97
8. Päeva kokkuvõte	99
Kuuenda päeva kava	100
1. Venitusharjutused	101
2. Tagasiside viiendast päevast	101
3. Osalejate soovitatud jäämurdjad	101
4. Teema: Noored noortele koolitusprogrammide jälgimine ja hindamine	101
5. Teema: Noorte ja täiskasvanute koostöö	103
6. Ülevaade käsitletud teemadest, tagasiside ja hindamine	108
7. Pidulik lõpetamine ja tunnistuste jagamine	108
Viited	109
3. OSA: NÄIDE NOORED NOORTELE KOOLITUSEST HIV/AIDSI TEEMAL	112
Põhitingimused	113
Päevakava	114
Tegevuste ülevaatlik kirjeldus	114
Eeltestimine	114
Sissejuhatus	115
Jäämurdja	115
Põhireeglid	115
Mida tähendab Sinu jaoks turvaline seks?	115

SISUKORD

Külalisesineja või video	115
HIV/AIDS: Põhifaktid ja -küsimused	116
Rollimäng	116
Kondoomi kasutamise õpetus	116
Lõppküsimused	116
Kokkuvõte	116
4. OSA: LISAD	
Lisa 1: Noored noortele koolituse abimaterjalide loetelu	120
Lisa 2: Näide seminarieelse ja -järgse hindamise testist ja koolituse kvaliteedi uuringust	133
Lisa 3: Näide noored noortele koolitaja ja koolitaja koolitaja oskuste hindamise vormist	136
Lisa 4: Jaotusmaterjalid	
Kümme fakti HIV/AIDSist	140
Vahetu kogemuse harjutuse näidis	143
Noored noortele koolitus ja käitumusmuutuste teooriad	144
Inimese isikuringi näide	146
Probleemipuu näide	147
HIV/AIDSi viktoriin	148
STLH viktoriin – juhendaja versioon	150
Noored noortele juhitud lähenemisteede tüübid (A)	153
Noored noortele juhitud lähenemisteede tüübid (B)	154
Kaasjuhendamise stiilid	155
Kaasjuhendamise küsimustik	156
Noorte ja täiskasvanute tõhus koostöö	157
Roger Hart'i osalemise redel	159
Noorte ja täiskasvanute koostöö positiivsed küljed	161
Takistused tõhusa noorte ja täiskasvanute koostöö loomisel	162
Noored noortele koolitusprogrammi jälgimine ja hindamine	165
Kinsey skaala	168
Lisa 5: Lisaks harjutusi	
Sotsiaalne ja bioloogiline sugu – mida need tähendavad?	170
Meediakujundite analüüs	172
Vallaliste nädalalõpupidu	174

Käsiraamat töötati välja ÜRO organisatsioonide vahelise noorte tervise arengu ja kaitse Euroopa ja Kesk-Aasia grupi (IAG) noored noortele koolituse alakomitee poolt ja ÜRO Rahvastikufondi (UNFPA) Araabia riikide ja Euroopia divisiooni ning ÜRO Lastefondi (UNICEF) CEE/CIS ja Balti riikide regionaalse kontori toetusel. IAG on 1999. aasta juunis loodud ÜRO organisatsioonide vaheline tehniline toetusgrupp, mis pakub programmide juhendamist, koolitusi, teadusuurimusi, parimaid praktikaid ja materjale laiahaardeliste inimõigustel põhinevate lähenemisviiside rakendamiseks noorte tervise arengule ja kaitsele läbi ÜRO organisatsioonide ja teiste võtmepartnerite ühiste tegevusplaanide ja kogemuste vahetamise. IAG aktiivseteks liikmeteks on töötajad UNAIDSi sekretariaadist, UNDCP-st, UNDP-st, UNFPA-st, UNICEF-ist, WHO-st ja Maailma Pangast.

Käsiraamatu autorite tuumikgruppi kuulusid Robert Zielony, Greta Kimzeke, Srdjan Stakic ja Maria De Bruyn. Aleksandar Bodiroza juhendas käsiraamatu koostamist ja Sue Pfiffner oli raamatu konsulteerivaks toimetajaks. Erilised tänusõnad retsensentidele: David Clarke (UNESCO), Hally Mahler (Family Health International) ja Alanna Armitage (UNFPA).

Käsiraamatu väljatöötamisel oli palju abi entusiasmist ja tagasisidest, mis saadi noored noortele koolitajatelt, kes osalesid IAG poolt 2000.–2003. aastani Ida-Euroopas ja Kesk-Aasias läbi viidud regionaalsetel ja piirkondlikel koolitusseminaridel, kus käsiraamatus kirjeldatud koolitustegevusi sihtgrupi seas testiti.

Juuli 2003

Käsiraamatus väljendatud arvamused ja seisukohad ei peegelda tingimata ÜRO Rahvastikufondi (UNFPA) või ÜRO Lastefondi (UNICEF) poliitikat. Iga nimetatud organisatsiooni põhimõtted ja poliitika põhinevad selle organisatsiooni juhtkonna poolt kinnitatud otsustel ning iga organisatsioon viib dokumendis kirjeldatud meetmeid ellu oma põhimõtetest ning poliitikatest lähtuvalt ja oma volituste piires.

Erinevates riikides üle maailma on välja töötatud koolituse noored noortele alaseid käsiraamatuid. Nende raamatute eesmärgiks on üldiselt olnud anda juhtnööre noored noortele koolitajate koolituseks või pakkuda ideid tegevusteks, mida oleks võimalik ellu viia erinevates noored noortele koolituse projektides.

Antud väljaanne keskendub konkreetsemalt noored noortele koolitajate koolitajate koolitusele ja pakub selleks välja ühe võimaliku programmi. Esitatud näidisõppekava põhineb osaliselt kogemustel, mis saadi ÜRO organisatsioonide vahelise noorte tervise arengu ja kaitse Euroopa ja Kesk-Aasia grupi poolt korraldatud koolitusseminaridelt Ida-Euroopas ja Kesk-Aasias. Käsiraamat on peamiselt suunatud väljaõppe läbiviimiseks noored noortele koolitajate koolitajatele, kes hakkavad noored noortele koolitajaid välja õpetama. Paljusid programmi lülitatud harjutusi võib siiski kasutada ka 16-aastaste ja vanemate noored noortele koolitajate välja õpetamisel. Samuti sobivad mõned tegevused kasutamiseks ka koolitustel, kus noored noortele koolitajad omakorda töötavad 14-20-aastaste noortega.

Käsiraamatus toodud koolituse kava on välja töötatud seksuaal- ja reproduktiivtervise, HIVi ja teiste sugulisel teel levivate haiguste (STLH) ning uimastite tarvitamise ennetamise teemadel. Tervisekasvatustlikes koolitustegevustes on erilist tähelepanu püütud pöörata soolistele ja kultuurilistele eripäradele. Koolituse läbiviimise üldiseid juhiseid ja soovitatud meetodeid on lihtne rakendada omasuguste koolitustegevustes erinevates valdkondades. Toodud koolitusprogramm ei kata ega saagi katta üldnimetatud teemade kõiki võimalikke tahke. Põhiinformatsioon on välja toodud HIV/AIDSi teemal (Lisa 4, lk 140), kasulike väljaannete ning internetiaadresside kohta on info olemas abimaterjalide loetelus (Lisa 1, lk 120).

Rõhutada tuleks seda, et käsiraamat ei asenda koolituskursusel osalemist, vaid on mõeldud kasutamiseks ennekõike abivahendina koolituste läbiviimisel.

Käsiraamat koosneb kolmest osast:

1. osa: Teooriast praktikasse vaatleb noored noortele koolituse definitsiooni, otstarbekohasust ja väärtust erinevate käitumise kujundamise teooriate ja mudelite valguses.

2. osa: Juhised koolitajate koolituseks esitab kuuepäevase koolitajate koolitusseminari üldise kirjelduse. Toodud õppekava pakub välja iga koolitusteema juurde sobivad harjutused ja märkused. Harjutused on kirjeldatud võimalikult üksikasjalikult, et neid oleks võimalik erinevatel koolitustel kergesti taastada.

3. osa: Näide noored noortele koolitusest HIV/AIDSi teemal toob näite noored noortele koolitustegevuse valdkonnast. Osas kirjeldatakse kolme- nelja-tunnise HIV/AIDSi teemalise koolituse läbiviimist teismeliste grupis.

Käsiraamatu lisades on toodud noored noortele koolituse alaste abimaterjalide loetelu. Laialdane abimaterjalide kataloog hõlmab koolituse juhendmaterjale, teadusuurimusi, koolituse käsiraamatuid ja erinevaid noorte tervise edendamiseks seotud õppekavu, noored noortele koolituse alaseid ajakirju ja kasulike internetiaadresside loetelu. Lisades on toodud ka koolituseminari eelse ja järgse hindamise testid ning noored noortele koolitaja ning koolitajate koolitaja oskuste hindamise vormid, samuti koolitusteemadega seotud sisukokkuvõtted, nagu seda on näiteks põhiinformatsioon HIV/AIDSist ja uimastitest, ning lisaks näiteid koolitusharjutustest.

1. OSA

Teoriast praktikasse noored noortele koolituses

MIS ON NOORED NOORTELE KOOLITUS?

MIKS NOORED NOORTELE KOOLITUS?

NOORED NOORTELE KOOLITUSE TEOREETILISED ALUSED

Põhjendatud tegevuse teooria (*Theory of Reasoned Action*)

Sotsiaalne õppimine/ sotsiaal-kognitiivne teooria (*Social learning/social-cognitive theory*)

Uuenduste levimise teooria (*Diffusion of Innovations Theory*)

Aktiivõppe teooria (*Theory of participatory education*)

Uskumuste mudel (*Health Belief Model*)

IMKR-mudel: informatsioon, motivatsioon, käitumuslikud oskused ja ressursid (*IMBR model*)

TEOORIADE RAKENDAMINE PRAKTIKASSE

Kogemuslik õppimine

Rollimängu kasutamine

NOORED NOORTELE KOOLITUS - NOORTE JA TÄISKASVANUTE KOOSTÖÖ

NOORED NOORTELE KOOLITUS KUI TERVIKU OSA

MIS ON NOORED NOORTELE KOOLITUS?

Antud käsiraamatu kontekstis on noored noortele koolitus protsess, kus hea väljaõppe saanud ja motiveeritud noored viivad kindla aja jooksul läbi mitteformaalseid või organiseeritud koolitustegevusi omasugustele, kes sarnanevad koolitajatega näiteks ea, päritolu või huvide poolest. Koolituse eesmärgiks on arendada noorte tervisealaseid teadmisi, arvamusi, veendumusi ja oskusi, võimaldades neil seeläbi võtta vastutus oma tervise eest ja seda kaitsta.

Noored noortele koolitus võib toimuda kas väikestes gruppides või isiklike kontaktide kaudu ja seda väga erinevates kohtades: koolides ja ülikoolides, klubides, kirikutes, töökohtades, tänaval või varjualustes – kõikjal, kus noored kogunevad.

Noored noortele koolitustegevuse näited on:

- organiseeritud seansid õpilastega koolis, kasutades selliseid interaktiivseid tehnikaid, nagu näiteks küsimustikud, rollimängud või lugude jutustamine;
- teatrietendus noorte klubis, millele järgneb grupiarutelu;
- mitteformaalsed vestlused noortega diskoteegis, kus räägitakse tervist ohustavatest käitumismallidest ning võimalustest selle teema kohta rohkem informatsiooni ning vajalikku praktilist abi leida.

Omasuguste koolitust võib kasutada paljude elanikkonna- ja vanusegruppides mitmete erinevate eesmärkide saavutamiseks. Viimasel ajal on noored noortele koolitust hakatud laialdaselt kasutama HIV/AIDSi ennetustöös ja reproduktiivtervise programmides üle maailma.

Sõnaselgitus:

Omasugune on inimene, kes kuulub teise isiku või inimeste grupiga samasse sotsiaalsesse gruppi. Sotsiaalsesse gruppi kuulumine võib põhineda eal, seksuaalsel orientatsioonil, elukutsel, sotsiaal-majanduslikul staatusel ja/või tervises seisundil jne.

Koolitus tähendab õppimisprotsessi, läbi mille kujunevad inimese teadmised, hoiakud, veendumused või käitumine.

MIKS NOORED NOORTELE KOOLITUS?

Omasuguste grupp avaldab suurt mõju noorte käitumisele. See seaduspära kehtib nii riskeeriva kui ka ohutu käitumise puhul. Noored noortele koolitus kasutab omasuguste mõju positiivsel moel.

Noored noortele koolitajate usaldusväärsus nende sihtgrupi silmis on oluline alus, millele tugineb noored noortele koolitus. Noored noortele koolitus-tegevustes osalejad väidavad sageli, et info edastamine on palju kergem, kui koolitajatel ja kuulajaskonnal on sarnane taust või sarnased huvid, nagu näiteks ühine muusikamaitse, jagatud tähtpäevad, sarnane keelekasutus, ühised perekondlikud teemad (suhted vendade ja õdedega, võitlus iseseisvumise eest vm) või sarnased rollinõuded (olla õpilane, võistkonnaliige jne). Samuti nähakse noored noortele koolitajaid harvem autoritaarsete kujude-na, kes "jutlustavad" kriitiliselt sellest, kuidas teised peaksid käituma. Pigem tajutakse noored noortele koolitusprotsessi kui nõuannet vanalt healt sõbralt, kellel on sarnased mured ja sarnane arusaam sellest, mida tähendab olla noor.

Üllatav ei ole ka see, et eriti tundlikes küsimustes või kultuurist tingitud tabuteemadel saavad noored enamiku informatsioonist omasugustelt.

Noored noortele koolitus annab ka hea võimaluse noorte võimestamiseks: see laseb neil osaleda neid mõjutavate tegevuste väljatöötamisel ja elluviimisel ning aitab neile tagada parema juurdepääsu infole ning teenustele, mida nad vajavad oma tervise kaitsmisel.

NOORED NOORTELE KOOLITUSE TEOREETILINE ALUS

Noored noortele koolitusprogrammi üldiseks eesmärgiks on kujundada soovitud käitumist või muuta riskikäitumist noorte sihtrühmas.

Võtmeküsimuseks selles kontekstis on: miks ja kuidas omandatakse uued käitumismallid? Antud protsessi selgitavaid asjakohaseid käitumisteooriaid võib leida tervisepsühholoogia, tervisekasvatuse ning rahvatervise valdkonnast. Teooriatega on oluline kursis olla, kuna need annavad teoreetilise aluse noored noortele koolituse kasulikkuse ja tulemuslikkuse seletamiseks. Enamgi veel, teooriatest on abi noored noortele koolituste planeerimisel ja kujundamisel.

Alltoodud käitumise kujundamise teooriad ja mudelid on noored noortele koolituse jaoks iseäranis asjakohased.

Põhjustatud tegevuse teooria (*Theory of reasoned action*)

Inimese soov mingit käitumisviisi omandada või muuta sõltub selle teooria järgi:

- inimese hoiakutest vastava käitumise suhtes ja uskumustest käitumise ta-gajärgede kohta. Näiteks noor naine, kes usub, et rasestumisvastaste vahendite kasutamine on talle kasulik, suhtub rasestumisvastaste vahendite kasutamise positiivselt;
- subjektiivsetest (inimese isiklik vaa-tenurk) ja normatiivsetest (see, mis on normaalne või tavapärane teatud ühis-konnas või grupis) tõekspidamistest, mis tuginevad teiste arvamusele, ning sellest, kas inimesele olulised isikud kinnitavad või taunivad vastavat käitumist.

Noored noortele koolituse kontekstis...
...on see teooria asjakohane arvestades, et:

- noorte hoiakuid mõjutab tugevalt see, mida teised omasugused nende arvates teevad ja mõtlevad;
- respektieritud noored noortele koolitajad või noorteliidrid saavad teisi noori motiveerida tervist säästvalt käituma.

Sotsiaalne õppimine/sotsiaal-kognitiivne teooria (*Social learning/ social cognitive theory*)

Sotsiaalse õppimise teooriad lähtuvad valdavalt psühholoog Albert Bandura töödest. Bandura väidab, et õppimine toimub

- kaudselt – vaadeldes ja kujundades oma käitumist nende järgi, kellega inime-ennast samastab (näiteks kujundavad noored oma käitumist selle järgi, kuidas nad näevad teisi omasuguseid käitumas);
- läbi oskuste treenimise, mis annab mingi käitumisviisi rakendamiseks vaja-liku enesekindluse. Erilist seisundit, mis aitab muu hulgas üle saada käitu-

Noored noortele koolituse kontekstis...
... tähendab see, et interaktiivsete prak-tiiliste tegevuste kasutamine on koolitus-protsessis äärmiselt oluline ning noored noortele koolitajad võivad sihtgrupi jaoks olla olulisteks rollimudeliteks.

NOORED NOORTELE KOOLITUSE TEOREETILINE ALUS

misega seotud barjääridest, nimetatakse enese-tõhususeks (*self-efficacy*). Näiteks on kondoomi kasutamise õpetamisel oluline harjutada praktiliselt kondoomi korrektselt kasutama, kuna see annab vajaliku enesekindluse partneriga turvaseksi meetoditest rääkimiseks.

Uuenduste levimise teooria (*Diffusion of innovations theory*)

Uuenduste levimise teooria väidab, et käitumise kujunemisel mängib olulist rolli sotsiaalne mõju. Teooria võtmeelemendiks on arvamusiidrite roll, kelle käitumise muutumine mõjutab terve kogukonna käitumist. Arvamusiidrid mõjutavad grupi käitumisnorme ja/või kommete kujundamist peamiselt vastastikus kogemustevahetamises ja aruteludes.

Noored noortele koolituse kontekstis...

... tähendab see, et noored noortele koolitajad tuleks valida sihtrühmas usaldusväärsete ja usutavate arvamusiidrite hulgast. Arvamusiidrite kasutamine koolitajatena on eriti oluline tänavatöös, kus sihtgrupini ei ole võimalik jõuda formaalselt planeeritud tegevuste abil, vaid üksnes läbi igapäevaste sotsiaalsete kontaktide.

Aktiivõppe teooria (*Theory of participatory education*)

Aktiivõppe teooria kohaselt on probleemist mõjutatud inimeste võimestamine ja täielik kaasamine võtmeks nende käitumise muutmisel.

Noored noortele koolituse kontekstis...

... on selle teooria asjakohasus enesestmõistetav: paljud noored noortele koolituse toetajad väidavad, et noored noortele koolituse edu võtmeks käitumise kujundamisel on just see, et info ja oskuste jagamine toimub omasuguste ringis (tegu on horisontaalse protsessiga).

Uskumuste mudel (*Health Belief Model*)

Uskumuste mudeli löid 1950-ndate esimesel poolel sotsiaalpsühholoogid Godfrey Hochbaum, Stephen Kegels ja Irwin Rosenstock. Teooria abil püüti selgitada ning ennustada tervisega seotud käitumist peamiselt läbi tajutud ohu (*susceptibility*), tajutud takistuste (*barriers*) ja tajutud kasu (*benefits*). Näiteks juhul, kui inimesel on soov hoiduda haigestumisest või saada terveks (kasu), ning ta usub, et kindel tervisega seotud tegevus võiks ennetada haigestumist (tajutud oht), siis juhul kui ohtu tajutakse piisavalt suurena ning tegevusest saadav kasu kaalub üles võimalike takistuste ületamise raskused, sooritatakse vastavad tegevused.

Kahjuks ei võta see käitumise muutmise mudel piisavalt arvesse inimeste harjumusi, hoiakuid ja emotsioone. Ehkki antud mudel on kasulik, tuleb selle integreerimisel noored noortele koolitusse arvestada suurt hulka käitumist täiendavalt mõjutavaid faktoreid (kultuurilised tegurid, sotsiaalne surve, sotsiaalmajanduslik staatus, varasem kogemus jne).

Noored noortele koolituse kontekstis...

... on uskumuste mudeli kõige asjakohasemaks kontseptsiooniks tajutud takistused ehk inimese isiklik arvamus soovitatud käitumise käegakatsutavast ja psühholoogilisest hinnast. Noored noortele koolitaja saab julgustamise ja valeinformatsiooni korrigeerimisega aidata tajutud takistusi vähendada. Näiteks juhul, kui noor ei pöördu kohalikku tervishoiuasutusse, kuna ta tunneb, et seal ei austata tema konfidentsiaalsust, saab noored noortele koolitaja anda talle informatsiooni noortesõbralike terviseteenuste kohta, aidates sel viisil ületada tema tajutud takistust.

IMKR mudel: informatsioon, motivatsioon, käitumuslikud oskused ja ressursid (IMBR model)

Valdav osa käsiraamatust on loodud lähtuvalt IMKR mudelist, mis käsitleb tervisega seotud käitumist arusaadavalt ja selgelt ning on kohandatav erinevatele kultuuridele. Mudel keskendub informatsioonile ("mis"), motivatsioonile ("miks"), käitumuslikele oskustele ("kuidas") ja ressurssidele/vahenditele ("kus"), mida saab kasutada riskikäitumise mõjutamiseks. Näiteks võivad noored teada, et kondoomi õige kasutamine aitab ennetada HIVi nakatumist, nad võivad olla motiveeritud kondoomi kasutama ning osata seda õigesti teha, kuid nad ei saa kondoomi kasutada, kui neil pole võimalik neid osta. Just eeltoodud põhjusel on mudelisse olulise käitumist mõjutava tegurina lisatud ka ressursside/vahendite mõiste.*

Noored noortele koolituse kontekstis...

... tähendab see, et programmis, mis ei kätke IMKR mudeli kõiki nelja komponenti, puuduvad esmavajalikud komponendid riskikäitumise vähendamiseks ja tervisliku eluviisi edendamiseks. Mõni programm võib näiteks noortele küll selgitada kontratseptsiooni vajadust ja kirjeldada erinevaid kontratseptsioonimeetodeid, kuid vahele jätta nende õige kasutamise õpetamise. Osalejad on sellisel juhul teavitatud sellest, mida teha, aga mitte sellest, kuidas seda teha. Teised programmid võivad osalejatele pakkuda infot ja oskusi tervislikuks käitumiseks, kuid jätta need emotsionaalselt või mõistuslikult piisavalt põhjendamata, et sellist käitumist ka tegelikkuses rakendada. Kuigi ressursse/vahendeid saab arvestada informatsiooni osana, on oluline anda noortele infot selle kohta, millised on nende võimalused väljaspool noored noortele koolitust pääseda ligi eri ressurssidele või teenustele. Ressursside/vahendite alla tuleks hõlmata noortesõbralikud nõustamisteenused, HIV/STLH ja raseduse testimise võimalused, erinevad noortele suunatud sotsiaalhoolekande programmid, samuti eri vahendite (näiteks kondoomide ja kontratseptiivide) kättesaadavust puudutav info.

*Zielony, R. ja Lewis, T. *Personal communication. Adaptation of the IMB Model*, 1993; Fisher, J. D. ja Fisher, W. A. *Changing AIDS Risk Behavior, Psychological Bulletin*, 11, lk 455-474, 1992.

TEOORIAE RAKENDAMINE PRAKTIKASSE

Noored noortele koolitajate koolitajate koolituse, noored noortele koolitajate väljaõppe või noored noortele koolituse läbiviimisel tuleb teooriate praktikasse rakendamisel arvestada erinevate meetodiliste võimalustega. Olulisemad neist on kogemusel põhinev õppimine ja vaatlemine (kogemuslik õppimine), interaktiivsete meetodite ja draama kasutamine.

KOGE MUSLIK ÕPPIMINE

Hiina vanasõna ütleb: "Räägi mulle ja ma unustan, näita mulle ja ma jätan meelde, kaasa mind ja ma mõistan."

Esmatähtis on osalejate aktiivne, nende isiklike kogemusi liitev kaasamine koolituse läbiviimise. Taoline kogemuslik õppimine pakub koolitatavatele võimaluse alustada oma oskuste arendamist koos vahetu tagasiside andmise ja saamisega. Samuti võimaldab see neil ise osa võtta erinevatest koolitusharjutustest ja meetoditest enne teiste noortega tööle asumist.

Antud käsiraamatus välja pakutud koolitajate koolitajate koolitus põhineb kogemusliku õppimise mudelil ning kasutab palju interaktiivseid tehnikaid. Mudel hõlmab nelja elementi: vahetu kogemus (tegevus, milles õppijad kujundavad kogemuse), kogemuse peegeldamine, õpitu üldistamine ja selle rakendamine. Protsessi saab kokku võtta pöördel olevas diagrammis*:

*De Bruyn, M. *Gender or sex: who cares? Notes for training of trainers*. Chapel Hill, Ipas, 2002.

VAHETU KOGEMUS

(koolitaja tutvustab harjutust ja selgitab, kuidas seda teha)

OSALEMINE

Koolitatavad osalevad:

- ajurünnakus
- rollimängus ja lugude jutustamises
- väikeste gruppide arutelus
- juhtumi uurimises
- mängudes ja piltide joonistamises

ÕPITU RAKENDAMINE:

Järgmised sammud

(koolitaja annab soovitusi)

Koolitatavad arutavad:

- kuidas saadud teadmised/oskused on kasuks nende elus
- kuidas ületada raskusi saadud teadmiste/oskuste kasutamisel
- kuidas kontrollida saadud teadmiste/oskuste kasutamist

PEEGELDAMINE

Mõtted/tunded:

(koolitaja juhhib arutelu)

Koolitatavad:

- vastavad küsimustele
- annavad tagasisidet
- toovad esile olulisemad tulemused

ÕPITU ÜLDISTAMINE:

(koolitaja annab informatsiooni, toob välja sarnasused ja erinevused, võtab kokku)

Koolitatavad osalevad:

- tulemuste esitlemisel
- üldiste kokkuvõtete tegemisel

Rollimängu kasutamine

Noored noortele koolituses kasutatakse mitmeid interaktiivseid tehnikaid: ajurünnakuid, väikeste gruppide arutelusid, juhtumite uurimist, küsimustikke jne. Üks sageli kasutatav interaktiivne meetod on ka rollimäng. Hea usutatav rollimäng on meetod, mis aitab tervisekasvatuses saavutada mitmeid olulisi eesmärke. Rollimänguga saab:

- **anda informatsiooni:** rollimäng on atraktiivne võimalus edastada teavet läbi huumori ja elutruu näitemängu. Rollimäng võimaldab koolitajatel etendada levinud müüte ja näidata, kuidas neid müüte saab ümber lükata. Rollimängus saavad inimesed lahata probleeme, mida neil võib päris elus olla ebamugav arutada;

- **luua motivatsiooni:** rollimängudega saab tõhusalt etendada elu mõjutavaid väliseid survetegureid (elu-stressorid) ja raskeid psühholoogilisi olukordi, mis võivad olla vale otsuse või riskikäitumise tagajärjeks. Rollimängudega saab näitlikult luua elus ettetulevaid olukordi, näiteks ootamatult positiivse rasedustesti tulemuse või positiivse STLH või HIV testi tulemuse saamist jn. Rollimänguga saab näidata, kui raske on lähedastele avaldada tundlikku ja haiget tegevast infot. Tugev rollimäng köidab vaatajaskonna südamed ja meeled ning motiveerib neid konkreetsetes küsimustes hoiakuid ja käitumist muutma;

- **kujundada oskusi:** mida paremini läks rollimäng, seda suurema tõenäosusega õnnestub selle läbi käitumist kujundada. Rollimänguga saab demonstreerida erinevaid oskusi: näiteks läbirääkimisoskust, keeldumist ja otsuse tegemist, ning ka praktilisi harjutusi: näiteks kondoomi korrektset kasutamist;

- **luua juurdepääsu ressurssidele:** rollimänguga saab kuulajaskonda informeerida kogukonnas kättesaadavatest teenustest ning arutada nende teenuste olemuse üle. Näiteks võib rääkida sellest, mil määral on pakutavad teenused kättesaadavad noortele, või kas teenusepakkujad respektierivad noorte õigusi konfidentsiaalsusele jne.

Kõigil eeltoodud põhjustel peaks noored noortele koolitustes pühendama piisavalt aega rollimängudele ja noored noortele koolitajatele tuleks õpetada häid näitlemisoskusi.

Rollimängu tehnika kohta vaata lisajuhendeid 2. osa, lk 51

NOORTE NOORTELE KOOLITUS – NOORTE JA TÄISKASVANUTE KOOSTÖÖ

Noored noortele koolitust võiks vaadelda kui näidet koostööst noorte ja täiskasvanute vahel: hea noored noortele koolitus on tõestuseks noorte ja täiskasvanute koostööst programmi eesmärkide saavutamisel.

Noorte ja täiskasvanute koostöö eelduseks on veendumus, et noortel on õigus osaleda neid teenindavate programmide loomisel ja samuti õigus omada häält neid puudutavate poliitikate kujundamisel. Samuti on noorte tervisekasvatuse kogemused näidanud, et sihtrühmade täielik kaasamine programmide väljaarendamisse toetab programmide jätkusuutlikkust ja tõhusust. Noorte kaasamine aitab kindlustada, et programm vastaks sihtgrupi vajadustele ja probleemidele ning et kasutatud lähenemisviisid on sihtgrupeeritud ja huvitavad ja haaravad.

Seetõttu on tõhus koostöö noorte ja täiskasvanute vahel noored noortele koolitusprogrammi loomisel ja ellu viimisel edu saavutamise seisukohalt kriitilise tähtsusega.

Noorte ja täiskasvanute tõhusa koostöö olulistele elementidele on tähelepanu pööratud käsiraamatu 2. osas, lk 103.

Ennetades HIV ja teiste STLH levikut, uimastite tarvitamist ning teisi terviseriske on noored noortele koolitus üheks osaks noorte seksuaal- ja reproduktiivtervise parandamisele suunatud tegevuste kompleksist. Noored noortele koolitusprogrammidel peab olema kindel koht tervishoiuteenuseid pakkuvate jt asutuste üldises taustsüsteemis ning nad peavad olema hästi koordineeritud. Heade noored noortele koolituse programmide elluviimisel luuakse kontaktid teiste samas valdkonnas töötavate organisatsioonidega. Koostöö eesmärgiks on üksteise toetamine, ühisprojektide loomine ning vajadusel sihtgrupi liikmete edasi suunamine teiste partnerorganisatsioonide juurde. Noored noortele koolitus peab olema kogukonna laiahaardelise tervise edendamise tegevuskava üks osa. Näiteks saab noored noortele koolitus täiendada koolis õpetatavat teadmispõhist tervisekasvatust, kondoomide sotsiaalse turustamise meediakampaaniaid, tervishoiupersonali tööd kliinikutes või sotsiaaltöötajate pingutusi koolist väljalangenud enimhaavatavate noorteni jõudmiseks.



2. OSA

Juhised koolitajate koolituse korraldamiseks

SISSEJUHATUS

KUIDAS KOOLITAJATE KOOLITUSE ÕPPEKAVA KASUTADA?

KOOLITAJATE KOOLITUSE VÕTMEKOMPONENDID

NÄIDE KUUEPÄEVASEST KOOLITAJATE KOOLITUSSEMINARIST

Eesmärgid

Oodatav tulemus

SEMINARI KAVA: ÜLEVAADE

KOOLITUSKAVA KIRJELDUS PÄEVADE LÕIKES

Käesolevas osas esitatakse näide kuuepäevasest 25 osalejaga koolitajate koolituse kavast. (Vaata lk 29 päevakava ülevaateks)

Toodud õppekava on üles ehitatud, tuginedes kogemustele, mis saadi Ida-Euroopas ja Kesk-Aasias läbi viidud piirkondlikel koolitusseminaridel. Koolitused organiseeris ÜRO organisatsioonide vaheline noorte tervise arengu ja kaitse grupp Euroopas ja Kesk-Aasias.

Koolitajate koolituse õppekava sisaldab valikut koolitusharjutusi, mida tulevased koolitajad saavad kasutada noored noortele koolitajate väljaõppe läbiviimisel. Mõned pakutud harjutustest sobivad kasutamiseks ka otseselt töös noorte sihtgrupiga. Mõned õppekavasse lisatud harjutused on mõeldud ainult täiskasvanud koolitajate koolituseks ega pruugi sobida kasutamiseks teistel noored noortele koolituse tasanditel. Iga harjutuse kirjelduses on märgitud, milliste gruppidega seda kasutada sobib.

Paljude programmis kirjeldatud teemade ja meetodite juurde on lisatud märkused koolitajale. Neis sisalduv informatsioon aitab selgitada teema olulisust või seda, kuidas konkreetne meetod aitab kaasa koolituse eesmärkide saavutamisele.

Lisaks formaalsele koolitustegevusele on koolituskogemuses oluline osavõtjate omavaheline suhtlemine. Koolituspäeva lõppedes võiks osavõtjatele korraldada ühise õhtusöögi, kus saaks üksteise seltskonda nautida, kogemusi jagada, tutvustada oma kultuure ja andeid ning üheskoos mängida, laulda jne. Grupi liikmete vaheline suhtlus annab osavõtjatele olulisi kogemusi sidemete loomiseks. Kuuepäevasest koolituskursusest võiks pool päeva jätta grupiekskursiooniks. See annab grupile väljaspool koolituskohta teistlaadse võimaluse sidemete loomiseks ja võrgustiku kujundamiseks.

Ehkki noored noortele koolitajate koolituse läbiviimiseks puudub üks ideaalmudel, peaks koolitusprogramm kindlasti sisaldama järgmisi võtmelemente:

• **Noored noortele koolituse olemuse, sealhulgas selle võimaluste ja piirangute teadvustamine.** Kuigi võiks eeldada, et tulevased noored noortele koolitajad tunnevad noored noortele koolitust, on nende väljaõpet alustades esmatähtis kindlustada, et nad mitte ainult ei mõista selle läheneviisi põhikontseptsiooni ja kasulikkust, vaid oleksid ka kursis selle meetodi piirangute ja lõksudega.

• **Oskustepõhise tervisekasvatuse ja käitumise kujundamise meetodite alaste põhiteadmiste andmine.** Noored noortele koolitus läheb informatsiooni jagamisest edasi käitumise kujundamise ja muutmise valdkonda. Seetõttu on efektiivsete koolitusprogrammide läbiviimiseks oluline teada kõikehõlmava oskustepõhise tervisekasvatuse ja käitumise kujundamise meetmete põhimõtteid ja saada aru sellest, kuidas need on seotud noored noortele koolitusega.

• **Programmi sisust lähtuvate põhiteadmiste andmine.** Noored noortele koolitaja vajab baastadmisi nendes terviseküsimumustes, millele koolitusprogrammid on suunatud. Iga kord, kui koolituse ajal või supervisioonitegevustes kerkivad programmide sisuga seotud küsimused, peab koolitaja vastama neile adekvaatselt.

• **Programmis käsitletavate terviseküsimumustega seotud isiklike väärtushinnangute, sealhulgas sotsiaalse sooga seotud normide ja eelarvamuste teadvustamine.** Selleks et aidata koolitavatatel noortel iseend mõista, peavad noored noortele koolitajad eelnevalt teadvustama, millised on nende enda väärtushinnangud ja eelarvamused. Koolitajal on väga raske koolituse käigus grupi eneseavastamise protsessi juhtida, kui eelnevalt on tegemata piisav eeltöö indiviiditasandil.

• **Oskuste kujundamise meetodite koolitus (näiteks rollimäng).** Oskuste kujundamine on noored noortele koolituse oluline osa. Hea noored noortele koolitusprogramm sisaldab rollimängu kui üht olulisemat oskuste kujundamise meetodit. Hea ja usutava rollimängu läbiviimine eeldab mõningast koolitust.

• **Suhtlemise ja grupitöö oskuste koolitus:** Koolituskursuse juhendamine ja interaktiivne töö koolitusgrupiga eeldab häid teadmisi suhtlemistehnikatest. Tulevased koolitajate koolitajad ja noored noortele koolitajad peavad valdama erinevaid suhtlemistehnikaid ja grupitöö tehnikaid, kuna osavõtjad õpivad kõige edukamalt läbi vahetu eeskuju.

• **Põhiliste juhiste andmine noored noortele koolitusprogrammi planeerimiseks, elluviimiseks, jälgimiseks ja hindamiseks.** Noored noortele koolitusprogrammi planeerimine ja hindamine ei ole ainult projektijuhi vastutusel. Kõik programmides osalejad, kaasa arvatud noored noortele koolitajad, peavad omama baastadmisi sihtgrupi vajaduste hindamisest, koolituste jälgimise ning hindamise protsessist. Tulevased noored noortele koolitajad vajavad lisaks eraldi juhtnööre selle kohta, kuidas valida,

superviseerida ja toetada noored noortele koolitajaid.

•**Tänavatööstrateegiate tutvustamine enimhaavatavate noorteni jõudmiseks.** Noored noortele koolitust saab kasutada koolituste läbiviimiseks nii tavanoorte seas kui ka tänavatöös, jõudmaks enimhaavatavate noorte gruppideni. Tulevased noored noortele koolitajad peavad olema võimalised noored noortele koolitajaid teavitama enimhaavatavate gruppide vajadustest ning nendeni jõudmise ja töötamise meetoditest.

•**Noored noortele koolitusressurssidele viitamine.** Koolitajad peavad olema jooksvalt kursis peamiste koolitusvaldkondade teadmiste täiendamise ressursidega, näiteks olemasolevate noored noortele koolituse juhendite, koolituse ja käitumise muutmise alaste õpikute ning koolituse sisuvaldkondade ressursidega (sh reproduktiivtervise, STLH ja HIV/AIDSi, uimastitarbimise alase jm infoga). Koolitajate koolitus peaks andma võimaluse nende ressursidega tutvumiseks.

•**Noorte terviseteenuste suunamine.** Noored noortele koolitusprogrammid ei eksisteeri omaette, vaid on laiemal kohaliku tegevuskava osaks. Koolitajad peavad olema kursis nende piirkonnas asuvate kliinikute, infoallikate, apteekide ja kättesaadavate toetavate vahenditega ning edastama selle info ka noored noortele koolitustel. Nad peaksid juhendama nii noored noortele koolitajaid, noori kui ka teisi kogukonna liikmeid eri infoallikate või teenuste kasutamise osas.

EESMÄRGID

Kirjeldataud koolitajate koolitusseminari üldiseks eesmärgiks on noored noortele koolitajate koolitajate kompetentsuse arendamine noored noortele koolitusprogrammide kujundamiseks ja ellu viimiseks.

Seminari **spetsiifilisemateks eesmärkideks** on võimaldada osalejatel:

- paremini mõista oskustepõhist lähenemist tervisekasvatuses ja sellega seotud noorte poolt juhitud tervisekasvatuse meetodeid;
- omandada tõest informatsiooni reproduktiiv- ja seksuaaltervise, sh HIV/AIDSi teemal;
- selgitada nende isiklike noorte tervisekasvatusega seotud hoiakuid ja väärtushinnanguid;
- arendada suhtlemise ja grupitöö oskusi;
- omandada noored noortele koolituses kasutatavate erinevate interaktiivsete meetodite läbiviimise oskused;
- omandada noored noortele koolitusprogrammide kujundamise alased baastadmised.

OODATAV TULEMUS

Enesekindlad, kompetentsed noored noortele koolitajate koolitajad, kellel on vajalikud oskused noored noortele koolitusprogrammide kujundamiseks ja elluviimiseks.

1. PÄEV

Seminari avamine, koolitajate ja osavõtjate tutvustus

Sissejuhatus koolitusmeetodisse

Jäämurdjate, soojendustegevuste ja ergutusharjutuste tutvustus

Grupi reeglite kokkuleppimine

Osalejate ootused ja arvamused

Mida oodata koolitusest

Noored noortele koolitus – teooria ja praktika

Teema sissejuhatus kasutamine koolitusprogrammides

Grupitunde kujundamine ja usalduse loomise mängude ning harjutuste tutvustus

Rollimängu kasutamine

Igapäevaste tagasisideühmade valimine

Päeva kokkuvõte

2. PÄEV

Venitus- ja soojendusharjutused

Tagasiside esimesest päevast

Ergutusharjutus/jäämurdja

Informatsiooni jagamise tehnikad

Väärtushinnangute ja arvamuste selgitamise meetodid

Sooline teadlikkus ja tundlikkus

Päeva kokkuvõte

3. PÄEV

Venitus- ja soojendusharjutused

Tagasiside teisest päevast

Jäämurdjad/grupi loomise harjutused

Oskuste kujundamise tehnikad

Motiveerimisvahendid ja -tehnikad

Rollimäng

Päeva kokkuvõte

4. PÄEV

Venitus- ja soojendusharjutused

Tagasiside kolmandast päevast

Jäämurdjad: usalduse loomise mängude kasutamine

Töö enimhaavatavate gruppidega

Esmatähtsate sihtgruppide määratlemine

Päeva kokkuvõte

Grupiekskursioon

5. PÄEV

Venitus- ja soojendusharjutused

Tagasiside neljandast päevast

Osalejate poolt pakutud *jäämurdjad*

Kaasjuhendamise oskused

Noored noorte koolitajate valimine, koolitus ja supervisioon

- Noored noorte koolituse erinevad mudelid

- Noored noorte koolitajate värbamine ja supervisioon

- Suhete juhtimine noored noorte koolitajate koolitusgrupis

Nõustamine *versus* koolitamine

Päeva kokkuvõte

6. PÄEV

Venitus- ja soojendusharjutused

Tagasiside viiendast päevast

Osalejate pakutud *jäämurdjad*

Noored noorte koolitusprogrammide jälgimine ja hindamine

Noorte kaasamine programmide elluviimisel

Tagasiside ja hindamine

Pidulik lõpetamine

KOOLITUSKAVA KIRJELDUS PÄEVADE LÕIKES- 1. PÄEV

NR	PÄEVAKAVA PUNKT	EESMÄRGID
1.	Seminari avamine	
2.	Koolitajate ja osalejate tutvustus	Anda järjepidevalt võimalus seminari hindamiseks
3.	Eeltestimine	Tutvustada hindamise vahendeid
4.	Sissejuhatus koolitusmeetodisse	Selgitada seminari eesmärki Tutvustada kogemusliku õppimise kontseptsiooni
5.	TEEMA: <i>Jäämurdjate</i> , soojendusharjutuste ja ergutusmängude tutvustus Harjutused: <ul style="list-style-type: none"> • Plaksuta kaasa • Nimemäng palliga 	Alustada osalejate omavahelist tutvumist Võimaldada osalejatel aru saada <i>jäämurdjate</i> eesmärgist ning saada nende kasutamiskogemusi
6.	TEEMA: Grupi reeglite kokkulepimine	Kokku leppida koolituse põhilistes reeglites Määratleda noored noortele koolituse üldised põhireeglid
7.	Osalejate ootused ja arvamused	
8.	Mida oodata koolituselt	Välja selgitada osalejate ootused koolituse erinevatele aspektidele
9.	TEEMA: Noored noortele koolitus – teooria ja praktika Harjutused: <ul style="list-style-type: none"> • Noored noortele koolitus: mis ja miks? • Rakenda teooriaid • Informatsioon, motivatsioon, käitumuslikud oskused ja ressursid 	Võimaldada osalejatel mõista noored noortele koolituse olemust ja eesmärki Võimaldada osalejatel aru saada käitumise kujundamise mehhanismidest ning sellest, kuidas need seostuvad noored noortele koolitusega
10.	TEEMA: Teema sissejuhatus kasutamine koolitusprogrammis Harjutus: <ul style="list-style-type: none"> • Kui palju me oma tervisest hoolime? Tutvustada teema sissejuhatus kasutamist 	Võimaldada osalejatel välja tuua ja harjutada avalikuks esinamiseks ja juhendamiseks vajalikke oskusi
11.	TEEMA: Avalikuks esinamiseks vajalikud põhioskused Harjutused: <ul style="list-style-type: none"> • Avalik esinemine • 30 sekundit kuulsust 	Alustada grupidunde kujundamise protsessi grupis

NR	PÄEVAKAVA PUNKT	EESMÄRGID
12.	TEEMA: Grupitunde kujundamise ja usalduse loomise mängude ning harjutuste tutvustus Harjutused: <ul style="list-style-type: none"> • Liikuvad kujud • Inimsõlm • Ahhaa, mina olin ka seal 	Võimaldada osalejatel aru saada grupitunde kujundamise tähtsusest koolitusel ja saada kogemus grupi ühtekuuluvustunde loomise tehnikatest
13.	TEEMA: Rollimäng Harjutus: <ul style="list-style-type: none"> • Rollimängu revolutsioon 	Tutvustada rollimängu kui interaktiivset meetodit, mis aitab saavutada tervisekasvatustlike eesmärgid
14.	Igapäevaste tagasisidegruppide valimine	Tutvustada üht võimalust koolituse jälgimiseks ja hindamiseks
15.	Päeva kokkuvõte	

1. SEMINARI AVAMINE

Seminar algab tervitussõnadega koolitust korraldava organisatsiooni poolt. See annab organiseerijatele võimaluse tutvustada osalejatele projekti tausta ning lisada täiendavat informatsiooni koolitusest ning selle korralduslikest ja kodukorraga seotud küsimustest (näiteks osavõtjate majutus, toitlustamine, ekskursioonid jne).

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Seminari avamine võib sõltuvalt võõrustava organisatsiooni stiilist või kohalikest traditsioonidest olla erinev. Mõnikord viiakse avatseremoonia läbi väga traditsiooniliselt ja ametlikult. Võib juhtuda, et osavõtjatel tuleb vaikselt istuda ja kuulata mitmeid kõnesid, mis ei pruugi olla kuiigi huvipakkuvad. Noored võivad väsida ning eeldada, et samasugune on ka kogu ülejäänud koolituse formaat. Koolitajatel tuleks püüda sellist olukorda vältida. Üheks võimaluseks on hoolt kanda, et avasessioonis saavad sõna ka koolitatavad. Iga osavõtja peaks vähemalt end grupile tutvustama, öeldes oma nime ja elukoha ja/või tutvustama lühidalt organisatsiooni, mida ta esindab.

2. KOOLITAJATE JA OSALEJATE TUTVUSTUS

Koolitajad tutvustavad end ja räägivad osalejatele lühidalt oma taustast ning eesolevast koolitusest, rõhutades sealjuures oma heameelt, et neil on võimalus selle grupiga töötada.

Märkus: Antud käsiraamatus nimetatakse koolitajate grupi liikmeid nii koolitajateks kui ka juhendajateks ja treeneriteks.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Noored noortele koolitusel tuleb koolitajatel täita mitmeid erinevaid rolle:

- **Ekspert:** Koolitaja annab teadmisi ja oskusi, vastab küsimustele (või lubab hankida osalejatele informatsiooni hiljem), selgitab väärarusaamu.
- **Suhtleja:** Koolitaja eesmärgiks on jagada koolitusgrupiga isiklike väärtushinnanguid ja ideaale, näiteks, teismelised ja täiskasvanud peaksid võrdsele kohtlema nais- ja meessoost omasuguseid ning edendama soolist võrdõiguslikkust.
- **Juhendaja:** tuginedes koolitusmeetoditega osalejate kogemustele aitavad koolitajad seminaril tutvustatud uusi teadmisi ja oskusi kergemini omandada.

Koolitajad saavad kasutada erinevaid õppimistüüpe:

- **Sisuline õppimine:** näiteks, mis on sooline ja seksuaalne orientatsioon?
- **Nähtuste sisu ja reaalse elu vaheliste seoste õppimine:** näiteks, kuidas mõjutavad soorollid teismeliste poiste ja tüdrukute suhteid?
- **Omandatud teadmiste rakendamise õppimine:** näiteks, kuidas saavad teismelised kasutada oma soolist tundlikkust võimalike terviseriskide teadvustamiseks ja nende vältimiseks?

Grupiarutelud mängivad interaktiivses koolitusprogrammis olulist rolli. Grupiarutelude tõhusaks juhtimiseks peavad koolitajad valdama erinevaid juhendamisoskusi. Nad peaksid teadma, kuidas arutelu ajal toime tulla eri tüüpi osalejate ja võimalike ebamugavate olukordadega.

Grupiarutelu juhtimise alaseid täiendavaid näpunäiteid leiab juhendamiseoskuste sessioonist (5. päev, lk 91)

Kes tuleks kaasata koolitajate meeskonda?

- Mehi ja naisi, kes kindlustavad nais- ja meesosalejate võrdse osalemise ning aitavad koolitusprogrammis edendada soolist tundlikkust.
- Meeskonda võib kaasata ka usaldusväärseid eksperte noored noortele koolitusprogrammi võtmevaldkondadest, nagu näiteks immunoloogia, sooline vägivald, uimastite kuritarvitamine jne.
- Üks võimalusi, millega võiks arvestada grupi kokku panemisel, on kaasata koolitajatena neid ja noormehi, kellel on laialdasi kogemusi noored noortele koolituste läbiviimisel või teisi kasulikke tugevaid külgi.
- Väga tulemuslik võib olla mõne lavastaja või näitejuhi kaasamine koolitajate gruppi, kuna rollimäng on oluliseks osaks noored noortele koolitusest. Kui selline võimalus puudub, võivad seda rolli täita ka vabatahtlikud näitlejad või näitejuhtimise vanemate kursuste tudengid. Näitejuht õpetab koolitajatele, kuidas mängida erinevaid karaktereid rollimängudes ning esitada monolooge. Mõned koolitajad võivad olla pädevad nii terviseküsimustes kui ka näitlemise

alal. Teised juhendajad omakorda saavad õppida ekspertidelt, kes tulevad näitlemistehnikaid õpetama, et mingi aja pärast ka ise koolituse seda osa juhtida.

3. EELTESTIMINE

Eelküsitlelusega hangitakse algandmed osavõtjate teadmiste, hoiakute ja oskuste (või tajutud oskuste) kohta koolitusel läbivõetavate teemade osas. Juhendaja ülesanne on julgustada osalejaid küsimustele vastama lähtuvalt oma seisukohtadest, eriti kui tundub, et nad vaatavad teiste osalejate vastuseid. Eeltestimise küsimustiku näidis on toodud lisas 2, lk 133.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Koolitavate algteadmiste, hoiakute ja oskuste hindamise test on hindamisvahend, mis sarnaneb tegevuste mõju hindamiseks noorte sihtrühmas kasutatava küsimustikuga. Jälgimine ja hindamine on äärmiselt olulised kvaliteedi kontrolli ja programmi jätkusuutlikkuse seisukohast. Seda küsimusterangi käsitletakse põhjalikumalt jälgimise ja hindamise sessioonis kuendal päeval.

4. SISSEJUHATUS KOOLITUSMEETODITESSE

Koolitaja selgitab väga lühidalt järgneval kuuel päeval pakutavat kogemustel põhinevat ja interaktiivset koolitust. Siin on hea meelde tuletada Hiina vanasõna: „Räägi mulle ja ma unustan, näita mulle ja ma jätan meelde, kaasa mind ja ma mõistan.“ Selgitage, et algav koolitus on rajatud kogemuslikule õppimisele ja osalejate kaasamisele, nagu seda on selgitatud ka 1. peatükis, lk 15. Osavõtjatele võib paljundada ja jagada nii selles peatükis kui ka lisas 4, lk 143 toodud skeemi.

5. TEEMA

Jäämurdjate, soojendustegevuste ja ergutusmängude tutvustus

Sessiooni eesmärgid: alustada seminaril osalejate tundmaõppimist, anda osalejatele arusaam jäämurdjate eesmärgist ning saada kogemusi nende kasutamisel.

Esmalt tutvustab koolitaja ühte allpool soovitatud jäämurdjatest. Pärast ühe harjutuse läbitegemist viiakse läbi grupiarutelu jäämurdjate, soojendusharjutuste ja ergutusmängude kasutamisest noored noortele koolitajate koolitusel ja noored noortele väljaõppes. Kui aega jätkub, võib läbi mängida ka teise harjutuse.

SÕNASELGITUS

Jäämurdjad on tegevused, mida viiakse läbi enne harjutuste alustamist aitamaks osalejatel end vabamalt tunda.

Ergutusmängud on tegevused, mida kasutatakse osavõtjate aktiveerimiseks ja motiveerimiseks.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Osalejate algne suhtumine gruppi õpetama tulnud koolitajasse ei pruugi alati olla soosiv. Kui sellise grupi "soojendamiseks" viia alguses harravalt läbi mõni jäämurdja või ergutusmäng, siis tõenäoliselt osalejad rahunevad ning on pärast seda avatumad ja osalemise suhtes positiivsemalt meelestatud.

Jäämurdjad on noored noortele koolituse koolituskursuse alguses äärmiselt olulised, kuna aitavad osalejatel üksteisega tutvuda ja vabastavad neid esialgsetest pingetest uute inimestega grupis töötamisel. Soovitatav on, et ka hilisemad koolitussessioonid algaksid soojendusharjutuste ja jäämurdjatega. Jäämurdjad aitavad koolitajatel koos mängida ja õppida ning järgnevaid koolitusetappe omavahel paremini siduda.

Soojendustegevusi kasutatakse tavaliselt selleks, et koolitussessioon algaks positiivses võtmes. Mõned grupid alustavad tööd lihtsate venitusharjutustega. Teinekord, kui grupi aktiivsus tundub madal, võib aktiveerimiseks kasutada ergutusmänge. Isegi kui inimesed on käsitletavast teemast huvitatud, võivad nad vahepeal väsida ning uniseks muutuda. Ergutusmängud võimaldavad inimestele väikese puhkepausi ning huumor parandab ka grupi üldist meeleolu.¹

Asjad, millega tuleks arvestada ergutusmängude kasutamisel:

- Kasuta koolituse ajal sageli ergutusmänge. Tee seda alati, kui inimesed tunduvad unised või väsinud, aga ka selleks, et jätta paus tegevuste vahele.
- Proovi valida sellised mängud, mis sobivad kohalike oludega. Mõtle hoolikalt läbi mängud, milles puudutatakse üksteist (eriti kui puudutatakse erinevaid kehaosi).
- Proovi valida mängu, kus kõik saavad osaleda, ning püüa arvestada grupi vajaduste ja spetsiifikaga. Näiteks on mängu, mis välistavad puuetega inimeste osalemise.
- Kindlusta grupile turvalisus, eriti jooksumängude puhul. Näiteks ole kindel, et mänguks on piisavalt ruumi ja et põrand on vaba.
- Ära võta ainult võistlusmänge, vaid ka selliseid, mis soodustavad grupitunde kujundamist.
- Välti ergutusmängude pikale venimist. Püüa need lühikesed hoida ning kui kõik on jõudnud liikuda ja üles ärgata, mine kohe edasi järgmiste planeeritud tegevustega.

Allikas: 100 võimalust gruppide ergutamiseks: Mängud kasutamiseks koolitustel, kohtumistel ja kogukonnas, Rahvusvaheline HIV/AIDSi Allianss, 2002.

HARJUTUS 1: PLAKSUTA KAASA²

Eesmärgid

Osalejad tutvuvad omavahel ja grupp aktiveerub, koolitatavad saavad teadlikuks sellest, et nad sõltuvad üksteisest

Aeg

5-10 minutit

Vahendid

Mitte midagi

Sobib kasutamiseks

Kõikidel koolitustel ja tänavatööl

Protsess

Osalejad moodustavad ringi. Harjutuse tutvustamiseks ütle: "Ma pöoran ja loon silmsideme endast vasakul oleva inimesega, ning me proovime samal ajal käsi kokku lüüa (näita ette). Seejärel pöördu tema omakorda vasakule ja proovib samal ajal oma käsi kokku lüüa endast järgmise inimesega. Me "suuname plaksu" mööda ringi jooksma. Proovime seda nüüd ja pidage mees, et silmside loomine ja käteplaksud toimuksid samaaegselt."

Rütm kujuneb välja ja juhendaja saab hüüda mängu kiiruse muutmiseks "kiiremini" või "aeglasemalt". Kui käteplaksud on liikunud mööda ringi, ütle: "Nüüd proovime rütmi järjest kiiremaks teha. Ole kogu aeg valmis, kuna me võime alustada saata mööda ringi jooksma uue käteplaksu, mis ajab taga esimest."

"Plaks" alustab ringi mööda liikumist ühelt inimeselt teisele. Tuleta meelde, et plaksu hoitaks pidevalt liikumises, isegi kui keegi vahepeal kaotab plaksu ja rütm korraks peatub. Kui üks plaksude ring hästi töötab, saada mööda ringi jooksma uus plaks. Lõpuks võib ringi mööda samal ajal ringi käia kolm või neil plaksu. See mäng võib sageli lõppeda naeru ja nauditava kaosega.

Kokkuvõte

Uuri lühidalt, kas osalejad nautisid mängu. Palu grupil ilma kedagi eraldi esile tõstmata kirjeldada, mis juhtub grupimängus, kui keegi mängijatest kaotab palli. Tuleta grupile meelde, et parimad tulemused saavutatakse grupitöös siis, kui kõik grupi liikmed on omavahel seotud ja sõltuvad üksteisest.

HARJUTUS 2: NIMEMÄNG PALLIGA³

Eesmärgid

Osalejad õpivad selle *jäämurdjaga* selgeks üksteise nimed ning samal ajal harjutavad ka elementaarseid suhtlemisoskusi

Aeg

30 minutit

Vahendid

Kolm paberist või väga kergekaalulist palli iga 8-12-inimeselise grupi kohta

Protsess

Pallid olgu valmis kasutamiseks kogu harjutuse ajal. Ringid moodustage üksteisest piisavalt kaugele, et osalejatel jääks palli püüdmiseks paar meetrit ohutut taganemisruumi.

Väikesed osalejate grupid (8-12 inimest) seisavad ringis. Ütle osalejatele: „Selles mängus püüame me väikestes gruppides selgeks õppida üksteise nimed.“ Alustage sellest, et grupiliikmed astuvad ükshaaval ringi sisse ja ütlevad oma nime. Korrake seda mõned korrad ja tuleta grupiliikmetele meelde, et nad ütleksid oma nimed aeglaselt ja selgelt, et teistel oleks võimalik üks või kaks nime meelde jätta. See, kelle käes on pall, ütelgu grupist kellegi nimi ja visaku pall temale; näita, kuidas seda teha.

Jätka selgitamist: “Palli saanu loob silmsideme teise grupiliikmega, ütleb tema nime ja viskab talle palli. Kui Sa unustad kellegi nime ja tahaksid seda meelde tuletada, siis võid Sa paluda tal seda Sulle korrata. Soovi korral võib palli tagasi visata ka sellele inimesele, kes selle Sulle viskas.”

Esimene osa: Mängu mängimine. Alusta eelpool kirjeldatud mängu. Pärast paari mänguminutit, kui osalejatel on juba mõned nimed selged, lisa mängu teine pall ja juhenda gruppi edasi mängima kahe palliga. Mõni minut hiljem võta mängu ka kolmas pall. Grupi liikmetel tuleb siis nii visata kui ka püüda igat palli, hüüdes kogu aeg ka palli saaja nime ja nii 10-15 korda järjest ilma palli kaotamata; kui pall maha kukub, tuleb uuesti alustada sealt, kus pooleli jäi. Ülesande sooritamisel peab kasutama kõiki kolme palli.

Teine osa: Arutelu. Pärast mängu lõppu küsi, kuidas mängijad ennast mängides tundsid. Seejärel räägi, kuidas palli viskamist ühelt inimeselt teisele saab pidada noored noortele koolitajate omavaheliseks suhtlemiseks. Palu grupil järele mõelda, millised olid eriti vajalikud tegevused mängu edukaks toimimiseks. Siia alla võib kuuluda silmsideme loomine, kellegi nimepidi hüüdmine, kindlaks tegemine, et inimene on valmis palli (või sõnumit) vastu võtma, palli otse inimesele viskamine, mitte selle viskamine siis, kui teine pall tulemas oli jne.

Kokkuvõte

Juhi grupi tähelepanu sellele, et hea suhtlemine on noored noortele kooli-

tuse üheks kõige põhilisemaks oskuseks. Soovita, et noored noortele koolitajate koolitajad jäta selle mängu endale meelde ning kasutaksid seda vahel hindamiseks, kas nad on rakendanud oma koolitustel parimaid võimalikke suhtlemisoskusi.

6. TEEMA: GRUPI REEGLITE KOKKU LEPPIMINE

Sessiooni eesmärgid: kokku leppida antud koolituse põhireeglites ja selgeks teha noored noortele koolituste üldised põhireeglid.

Esmalt lepib juhendaja koos osalejatega kokku käimasoleva koolitusseminari põhireeglid. Sellele järgneb grupiarutelu ükskõik millise koolitustegevuse põhireeglites kokku leppimise tähtsusest.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Koolituse alguses on vaja, et grupp pakuks välja ja lepiks kokku mõnedes peamistes töökorraldust puudutavates reeglites ning mõistaks, miks need reeglid on tähtsad. Koolitaja ülesanne on kindlustada, et teatavad olulised reeglid oleksid konkreetse grupi reeglitesse sisse arvatud (vaata alljärgnevat kast). Eriti tähtis reegel tundlikke teemasid puudutavatel koolitustel on arvestada kõigi osalejate privaatsuse ja konfidentsiaalsusega; üheselt tuleb kokku leppida, et mitte keegi ei tohi jagada teisi grupiliikmeid puudutavat isiklikku informatsiooni väljaspool gruppi. Mõned grupid lepivad kokku ka selles, et juhul kui keegi tunneb end kellegi poolt haavatuna või haiget saanuna, jagab ta oma tundeid, et haavajal oleks võimalus vabandada. Eriti oluliseks võib selline reegel osutada juhtudel, kui osalejad tunnevad ennast haavatuna või solvatuna naljadest või märkustest, mis on seotud sooliste, rassilis-rahvuslike või nende isiklike iseloomuomadustega.

Kui kõik osalejad on kokku lepitud reeglitega nõustunud, riputatakse reeglite nimekiri koolitusruumi sissekäigu juurde kogu seminari ajaks üles. Võib juhtuda, et kokkulepitud reegleid tuleb osalejatele vahepeal meelde tuletada.

Grupi põhireeglid

Nende hulgas on:

- Üksteise austamine, seda ka juhul, kui jäädakse eriarvamusele.
- Aktiivne osalemine.
- Õigus mitte osaleda tegevuses, mis tekitavad ebamugavustunde.
- Teiste grupiliikmete kuulamine vahele segamata.
- Mina-teadete kasutamine: väärtushinnangute ja tunnete jagamisel kasutatakse minaga algavaid lauseid (vastupidiselt sina-teadetele).
- Ei alandamistele (s.t ei noomita, naeruvääristata ega häbistata kedagi sihilikult).
- Konfidentsiaalsuse austamine.
- Kokku lepitud aegadest kinnipidamine.

7. OSALEJATE OOTUSED JA ARVAMUSED

Osalejatele antakse võimalus rääkida oma ootustest koolitusele ja esitada oma arvamus noored noortele koolitusega seotud teemade ja küsimuste kohta, millele nad sooviksid tähelepanu pöörata. Kõik ootused-arvamused kirjutatakse pabertahvlile.

Hinnake, millised ootused lähevad kokku antud kursusega ja millised selles teemakäsitluses ilmselt kõrvale jäävad.

Sessiooni lõpus vaadake üle, kas selgunud ootusi saaks hiljem kasutada koolituse hindamise osana.

8. MIDA OODATA KOOLITUSELT

Keegi koolitajate grupist esitab lühidalt koolitajate ootuse, et koolitus sujus edukalt ning vastaks osalejate ootustele. Et osalejad teaksid, mida oodata, annab ta ühtlasi ülevaate järgmistel koolituspäevadel toimuvast.

9. TEEMA: NOORED NOORTELE KOOLITUS – TEOORIA JA PRAKTIKA

Sessiooni eesmärgid: Võimaldada osalejatel mõista noored noortele koolituse olemust ja eesmärki ning anda esialgne arusaam käitumise kujundamise mehhanismidest ja sellest, kuidas need on seotud noored noortele koolitusega.

HARJUTUS 1: NOORED NOORTELE KOOLITUS, MIS JA MIKS?

Eesmärk

Lua ühine arusaam noored noortele koolituse kontseptsioonist
Teha kindlaks noored noortele koolituse võimalused ja piirangud

Aeg

30 minutit

Vahendid

3 pabertahvlit ja markerid

Sobib kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppel

Protsess

Juhendaja korraldab kolm järjestikust „arvamuste kogumise vooru” (tegevus sarnaneb ajurünnakule, kus osalejad ütlevad välja oma arvamusi) järgnevate küsimuste alusel:

- Mida me mõistame noored noortele koolituse all?
- Mis on noored noortele koolituse võimalikud positiivsed küljed?
- Mis on noored noortele koolituse võimalikud negatiivsed küljed?

Kõik vastused kirjutatakse pabertahvlitele.

Järgmisena lepitakse kokku noored noortele koolituse määratluses, oluline on jõuda võimalikult lähedale järgmisele kirjeldusele:

Noored noortele koolitus on protsess, kus hea väljaõppe saanud ja motiveeri-

tud noored viivad kindla aja jooksul läbi mitteformaalseid või organiseeritud koolitustegevusi omasugustele, kes sarnanevad koolitajatega näiteks ea, päritolu või huvide poolest. Koolituse eesmärgiks on arendada noorte tervisealaseid teadmisi, arvamusi, veendumusi ja oskusi, võimaldades neil seeläbi võtta vastutus oma tervise eest ja seda kaitsta.

Arutades noored noortele koolituse eeliseid ja puudusi võrreldes teiste koolitusvormidega, on tähtsate punktide lisamisel hea kasutada järgmist tabelit:

POSITIIVSED KÜLJED

- Noored võtavad vastutuse
- Koolitajad ja sihtrühm räägivad sama keelt
- Noored noortele koolitajad saavad oskusi, mis on olulised nende edasises isiklikus arengus
- Noored noortele koolitus saab täiendada teisi kasvatuslikke meetmeid, nagu näiteks õpetajate, sotsiaaltöötajate, terviseteenuste osutajate jne tööd
- Noored noortele koolitus on kogukonna tasandi meede, mis saab aidata luua sidet teiste kogukonnas pakutavate teenustega
- Noored noortele koolitajatel võib olla ligipääs gruppidele, kelleni muudel viisidel on raske jõuda
- Noored noortele koolitus on suhteliselt odav

NEGATIIVSED KÜLJED

- Noored noortele koolitajad kasvavad vanusega oma rollist välja; see tähendab, et pidevalt tuleb juurde värvata ja koolitada uusi inimesi
- Noored noortele koolituse mõju on raske hinnata
- Kui koolitajad ei ole hea väljaõppega, võib noored noortele koolitusel olla kahjulik mõju (valeinformatsioon, ebaprofessionaalsed nõuanded jne)

Kokkuvõte

Selle harjutuse lõpus peaks koolitajad rõhutama, et noored noortele koolitus ei ole lahenduseks igale probleemile ning mõnikord võib olla otstarbekam kasutada mõnd teist lähenemisviisi. Tegevuse eesmärk, sihtrühma omadused või mõned teised eritingimused määravad noored noortele koolituse sobivuse igal konkreetsel juhul eraldi.

HARJUTUS 2: RAKENDA TEOORIAID

Eesmärk

Osalejad mõistavad teooriate ja teiste käitumise kujundamise aluseks olevate lähenemisviiside rakendamist praktikasse

Aeg

30 minutit

Vahendid

Suured paberid, markerid ja kleeplint

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Protsess

Pärast käitumise kujundamise mudelite ja teooriate (vaata sisukokkuvõtet lisas 4, lk 144) lühiülevaadet jagatakse osalejad kolme gruppi. Igal grupil on suur paberileht ja markerid.

Palu osalejatel valida üks programm, mille elluviimisega on seotud keegi grupi liikmetest, ja analüüsida selle kõiki aspekte: mis, kus ja kuidas? Seejärel palu osalejatel programm paberile visandada ja määratleda, milliseid teooriaid ja mudeleid (või teooriate ja mudelite osi) selles on kasutatud. Rõhuta, et ühe programmi aluseks võivad olla mitmed teooriad ja mudelid ning samuti on võimalik, et kasutatud on ainult mudelite üksikuid aspekte. Palu gruppidel oma grupi arutelu ülevaade ja tulemused esitada kõikidele teistele osalejatele.

Kokkuvõte

Pööra tähelepanu sellele, et kõik kasutavad oma igapäevases töös käitumise kujundamise teooriaid ja mudeleid, ehkki sageli nad seda ise ei teadvusta. Algata arutelu teemal, miks tuleks koolitusprogrammides rakendada käitumise kujundamise teoreetilisi lähenemisi ja erinevaid mudeleid. Rõhuta veelkord, et teooriaid või mudeleid ei pea kasutama tervikuna ning et ühes programmis võib kasutada erinevaid osi mitmetest erinevatest teooriatest ja mudelitest.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Noored noortele koolituse laiapõhjaline mudel. Nagu varasemalt selgitatud, peaks noored noortele koolituse programmid parima tulemuse saavutamiseks paigutama mõne käitumise kujundamise teooria või mudeli raamistikku. Valitud mudeli laiahaardelisus aitab kaasa noored noortele koolituse tulemuslikkusele. Vaata IMKR mudeli rakendusvõimalusi noored noortele koolituse kontekstis (1. osa, lk 16).

HARJUTUS 3: INFORMATSIOON, MOTIVATSIOON, KÄITUMUSLIKUD OSKUSED JA RESSURSID

Eesmärgid

Tõsta esile eduka noored noortele koolituse neli esmatähtsat komponenti, milleks on informatsioon, motivatsioon, käitumuslikud oskused ja ressursid

Aeg

20 minutit

Vahendid

Tahvel ja markerid

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Protsess

Juhendaja joonistab tahvlile neli tulpa (selles etapis pealkirjata) ja küsib osalejatelt, mis nende arvates on eduka noored noortele koolitusprogrammi esmavajalikud osad. Osalejad ei ole veel teadlikud tulpade sisust, aga juhendaja märgib nende vastused tulpadesse sõltuvalt sellest, kuhu nad järgmise nelja kategooria lõikes kuuluvad:

- Informatsiooni andmine
- Motivatsiooni loomine
- Käitumuslike oskuste kujundamine
- Vahendite, teenuste, infoallikate juurde (ressurssidele) suunamine

Esmalt järjestaja pakutud tegevused pealkirjastamata tulpadesse. Kui kõik vastused on tahvlile kirja pandud, võib kategooriad pealkirjastada ja koolitavate vastused selles kontekstis läbi arutada.

Kokkuvõte

Juhendajal tuleb tähelepanu juhtida sellele, et need on edukate koolituste neli kohustuslikku komponenti.

10. TEEMA: TEEMA SISSEJUHAATUSE KASUTAMINE KOOLITUSPROGRAMMIS

Sessiooni eesmärk: tutvustada teema sissejuhatuse kasutamist ja saada kogemus tervisekasvatusalase koolituse sissejuhatamise osas.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Alljärgnevat harjutust „Kui palju me oma tervisest hoolime?“ saab käsitleda tervisekasvatusalase koolituse sissejuhatusena. Uue teema või aineistiku tutvustamiseks noored noortele koolitajate gruppidele on mitmeid viise.

Teema sissejuhatust saab kasutada erinevatel eesmärkidel, sellega saab:

- Tekitada teema vastu huvi.
- Meenutada osalejatele nende eelteadmisi teemast.
- Soodustada informatsiooni ja ressursside jagamist.
- Ületada vastasseisu arutelu ja õppimise suhtes.

Teine lihtne teema sissejuhatamise näide on võtmesõnade kasutamine. Koolitaja kirjutab tahvlile võtmesõna ja laseb osalejatel öelda sõnu või ideid, mis neile sellega seostub, need kirjutatakse samuti tahvlile (kui nad on sobilikud). Näiteks vaata harjutust „Sotsiaalne, mitte bioloogiline sugu“ (lk 69). Teine võimalus teemat tutvustada on lühikese temaatilise küsimustiku abil, mille osalejad esmalt täidavad. Mõnikord võib juhendada teema sissejuhatamiseks valida ka mõne improviseeritud rollimängu. (Lisanäidete saamiseks vaata harjutusi „Rollimängude revolutsioon“ (lk 53) ja „Noored noortele koolituse parool“ (lk 57)).

HARJUTUS: KUI PALJU ME OMA TERVISEST HOOLIME?⁴

Eesmärgid

See harjutus teadvustab osalejatele fakti, et paljud inimesed käituvad viisil, mis ei ole nende tervise huvides. Ülesande eesmärgiks on kasvatada arusaamist inimeste käitumises avalduvast erinevusest teadmiste ja tegeliku käitumise vahel.

Aeg

10-15 minutit

Vahendid

Tool igale osavõtjale

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Kõik osalejad seisavad oma tooli ette. Tutvusta harjutust, öeldes: „Selle harjutuse alustamiseks peate te kõik seisma oma tooli ees. Mina hakkan ette lugema erinevaid väiteid. Kui Sinu vastus mõnele neist on „ei“, istu kohe

oma toolile. Niikaua kuni Sa saad väidetele vastata „jah“, jääd Sa seisma. Aga kui oled toolile istunud, siis Sa jääd istuma, isegi siis, kui Su vastus järgmistele väidetele on jaatav. Näiteks, kui esimene väide on „Ma käin regulaarselt tervisekontrollis“, aga Sina ei käi seal regulaarselt, siis pead istuma ja jäämagi istuma.“

Selgita kahte lisareeglit: „Võib juhtuda, et keegi istub kohe pärast esimest või teist väidet. Kui väidete järjekord oleks teistsugune, siis võiksid nad ikka veel seista. Tihti küsitakse, kas tohib uuesti püsti tõusta. Aga kord istunud osalejad ei või enam püsti tõusta. See võib tunduda ebaõiglasena, aga nii see mäng käib. Samuti võib mõnikord keegi öelda näiteks, „Oh, muidugi olen käinud regulaarselt tervisekontrollides. Ma arvan, et minu viimane käik oli aastal 1992!“ Me peame koos otsustama, kui sage on regulaarne selle harjutuse kontekstis ja see peab olema mõistlik aeg: midagi ei tehta regulaarselt üks kord kümne aasta jooksul!“

Palu osalejatel püsti tõusta. Seejärel loe kiiresti, selgelt ja kuuldavalt ette väited allpool toodud nimekirjast:

- Ma käin regulaarselt tervisekontrollis
- Ma käin regulaarselt hambaarsti juures
- Ma ei suitseta sigarette
- Ma teen regulaarselt trenni
- Ma süüa tervislikku toitu (mitte rämpstoitu)
- Ma ei joo kunagi liiga palju alkohoolseid jooke

Mängu lõpus, kui kõik on istunud, küsi osalejatelt, mille poolest need väited omavahel sarnanevad. Kui mitte keegi seda ei ütle, too välja, et need on kõik tervisega seotud käitumised. Selgita, et kuigi me teame, mis on meie tervise huvides, ei kasuta me sageli seda teadmist nii nagu võiksime. Näiteks: ehkki kõik teavad, et liiga palju magusat süüa pole kasulik, ei õnnestu sageli vajalikul hetkel tahtejõudu mobiliseerida. Teine portsjon jäätist või kooki külmkapis mõjub sageli ahvatlevalt!

Kokkuvõte

Rõhuta, et oma töös võime kokku puutuda inimestega, kes on jäänud haigeks mitmete erinevate põhjuste koosmõjul. On selge, et enamik meist on pannud ennast ühel või teisel moel ohtlikku olukorda, kuid tavaliselt õnnestub neist puhtalt välja tulla. Kahjuks ei vea kõigil alati ühtmoodi hästi.

11. TEEMA: AVALIKUKS ESINEMISEKS VAJALIKUD PÕHIOSKUSED

Sessiooni eesmärk: võimaldada osalejatel määratleda ja harjutada avaliku esinemise ja grupi juhendamise oskusi

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Noored noortele koolitajad võivad enne avalikku esinemist või tähelepanu keskpunktis olemist närveerida. Harjutuste edu tagamiseks tuleks hoiduda andmast osavõtjatele üle jõu käivaid ülesandeid.

Järgmised harjutused aitavad osalejatel saada avaliku esinemise kogemust ja parandada nende avaliku esinemise oskusi.

HARJUTUS 1: AVALIK ESINEMINE

Eesmärk

Osalejad määratlevad avalikuks esinemiseks ja grupi juhendamiseks vajalikke oskusi ning harjutavad neid

Aeg

20 minutit

Vahendid

Puuduvad, kui osaleja ise just ei soovi kasutada mõnd asjakohast vahendit, näiteks tahvlit

Sobib kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Räägi grupele, et nüüd keskendutakse avaliku esinemise tehnikatele. Too välja hea avaliku esinemise peamised tunnusjooned ja palu osavõtjatel teraselt jälgida ning kirjeldada seda, mida Sa teed. See võimaldab osalejatel näha avalikul esinemas kasulikke tehnikaid ja neid ka tagasi peegeldada. Järgnevalt küsi osavõtjalt tagasisidet: „Kuidas te kirjeldaksite seda, mida ma praegu teen?“ Aitamaks neil ära tunda häid avaliku esinemise oskusi, liigu grupi keskele ja grupist eemale, kasutades samal ajal hea esinemise mitmeid olulisi komponente, sealhulgas:

- Kuulajaid köitvaid/interaktiivseid tehnikaid
- Kuulajaskonna hulka ja sellest eemale liikumist
- Žeste
- Sobiliku kestusega silmside
- Häälekõrgusega mängimist
- Sobivat nalja

Seejärel algata arutelu teemal, mis teeb avaliku esinemise nauditavaks. Kindlasti käsitlege järgnevat teemasid:

- Lugude jutustamine kui hea viis tähelepanu haaramiseks
- Slängi või muu sobimatu sõnavara kohatu kasutamine
- Kuidas kindlustada kuulajaskonnale turvalise õpikeskkonna loomine ja

säilitamine

- Kuidas reageerida kuulajaskonnast tulnud ebakorreksetele vastustele

Kokkuvõte

Ütle osalejatele, et nad saavad koolituse jooksul tagasisidet oma avaliku esinemise oskuste kasutamise kohta

HARJUTUS 2: 30 SEKUNDIT KUULSUST⁵

Eesmärk

Osavõtjad saavad avaliku esinemise kogemuse, mis peaks olema nii positiivne kui võimalik, et tõsta nende enesekindlust

Aeg

30 minutit

Vahendid

Toolid kõikidele osalejatele

Sobib kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Selgita, et selles harjutuses antakse igaühele 30 sekundit rääkimaks vabalt valitud teemal. Ütle osalejatele: „30 sekundi lõppedes, hakkab mina plaksutama, olenemata sellest, mis toimub, ja see on signaaliks kõikidele teistele, et nemad ka plaksutama hakkaks. Oma 30 sekundi jooksul võite teha ükskõik mida. Ka sel juhul, kui te rääkimise varem lõpetate, ei hakka me enne plaksutama, kui kolmkümmend sekundit on läbi. Teiste grupiliikmete ülesanne on iga rääkija suhtes väljendada oma jagamatut ja siiralt entusiastlikku huvi. Palun ärge segage mitte ühtegi esinejat mitte ühelgi viisil. Ärge püüdke neid mingil viisil välja aidata. Viimasele esinejale tuleb plaksutada sama kõvasti kui esimesele ning samuti kõigile vahepealsetele.”

Anna esimesele esinejale märku, millal ta võib alustada; 30 sekundi möödudes alusta plaksutamist, isegi kui ta on lause keskel. Võimalik, et grupile tuleb aeg-ajalt meelde tuletada, et nad vaikselt kuulaks, kui keegi räägib, või ootaks kindlasti ära sinu signaali, enne kui plaksutamist alustavad või tuleb neile meelde tuletada, et nad jälgiksid iga esinejat jagamatu ja täieliku tähelepanuga.

Kokkuvõte

Pärast seda, kui igaüks on saanud 30 sekundit rääkida, juhata sisse grupiarutelu, kus osavõtjad saavad jagada selle ülesande sooritamise ajal tekkinud tundeid.

12. TEEMA: GRUPITUNDE KUJUNDAMISE JA USALDUSE LOOMISE MÄNGUDE JA HARJUTUSTE TUTVUSTUS

Sessiooni eesmärgid: alustada grupitunde kujundamise protsessiga, võimaldada osalejatel mõista koolitusel grupi ühtekuuluvustunde tähtsust ja saada kogemusi grupitunde kujundamise tehnikatest.

Pärast seda, kui grupp on läbi teinud esimese grupi sidususe harjutuse (allpool toodud mäng „Liikuvad kujud“), arutleb juhendaja grupi ühtekuuluvustunde ja usalduse loomise olulisuse üle (vt „Märkus koolitajale“). Teisi grupi loomise harjutuste näiteid („Inimsõlm“ ja „Ahhaa, mina olin ka seal“) saab rakendada seminarides edaspidi.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Noored noortele koolitajate koolitussessiooni alguses on oluline, et osavõtjatel kujuneks ühtekuuluvustunne ja usaldus. Grupitunde kujundamise ja usalduse tekitamise harjutused aitavad luua tööalaseid suhted noored noortele koolitajate vahel, kes peavad tulevikus koos töötama ja mõnikord tõesti ka üksteist toetama. Eduka grupina töötamiseks tuleb neil üksteist piisavalt usaldada.

HARJUTUS 1: LIKUVAD KUJUD⁶

Eesmärgid

Grupp aktiveerub, osavõtjad julgevad olla spontaansed ning on valmis esinedes „rolli minema“. Osalejad töötavad grupitunde kujundamise ja usalduse loomisega.

Aeg

20–45 minutit (võimalik korrata erinevates variatsioonides)

Vahendid

Mitte midagi

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Ruumi üks osa teha näitelavaks. Selgita: „Selles harjutuses teeme koos mõned inimeskulptuurid ja luuletused. Tegu on grupi ühtekuuluvustunde tekkimist ja grupi loovust soodustava harjutusega.

Treener palub viiel kuni kaheksal vabatahtlikul tulla ja seista kahele poole „lava“ (näita ära näitelava piirkond). Juhenda neid ükshaaval ette astuma ja võtma vabal valikul mingi poos (näita mõned ette). Kui esimene vabatahtlik on poosi võtnud, tulevad ükshaaval ette ülejäänud ja valivad oma poosid. Kõik mängus osalejad peavad puudutama vähemalt ühte teist poseerijat. Juhendaja peab jälgima, et kõik osalejad tunneksid end füüsilise kontakti suhtes mugavalt. Jätka osalejate juhendamist vabatahtlikult lavale tulema, poosi võtma ja sellesse seisma jääma. Järgnevalt selgita neile, et kui Sa ütled sõna „muuda“ (häälda sõna aeglaselt: „muuuuuuda“), peavad nad

võtma uue poosi. Tuleta meelde, et nad peavad jääma kokkupuutesse vähemalt ühe teise osalejaga, isegi asendit muutes. Ütle neile ka seda, et hetkel, kui sa lõpetad sõna „muuda“, peavad nad kivistuma tolle hetke asendisse. Jälgi hoolikalt gruppi ja nõusta neid, kui Sa näed, et keegi ei ole kontaktis vähemalt ühe teise inimesega grupist. Kui Sa näed, et mees- ja naisosali- sed ei tunne end üksteist puudutades mugavalt, aita kujul ümber paigutada selliselt, et samast soost inimesed oleksid üksteisele lähemal. Samuti võid Sa grupiga mängida, varieerides sõna „muuda“ pikkust nii, et mõnikord on neil palju aega uue asendi leidmiseks, aga teinekord peavad nad uude poosi kivistuma väga ruttu (paari-kolme sekundiga). See teeb mängu vahel- dusrikkamaks ja lõbusamaks. Kui esimene grupp on mõned poosid võtnud, alusta mängu järgmiste gruppidega.

Kokkuvõte

Treeneri poolt on kena ning grupitunde kujunemist arvestades kasulik teha mõned fotod mängus tekkinud imelistest grupiskulptuuridest. Nende pilti- de kinkimine osavõtjatele paneb neid end grupi täisväärtuslike liikmetena tundma.

Harjutuse teisendid

Ütle sõna (teemat ei ole). Võib paluda osalejatel öelda mingi suvaline sõna, kui nad lavale poosi võtma tulevad. Kui grupp on poosis, palub tree- ner neil korrata oma sõnu samas järjekorras, nagu nad lavale poosidesse tulid. Julgustage neid ütleva oma sõnu sujuvas järjestuses, et need voolaks lausena.

Tee luuletus (mõtestatud sõnaderida). Sel juhul palutakse osalejatel ka- sutada kindla teemaga seotud sõnu, kusjuures teema saavad osalejad ise valida. Kui grupp on seda mõned korrad luuletuse vormis teinud, võib neid paluda oma sõnu hüüda juhuslikus järjekorras või korrata neid kõiki sama- aegselt.

Erinev lahkumine Järgmise grupiga alustades võib muuta osalejate skulp- tuurist lahkumise viisi. Nad võivad öelda oma sõnad algses järjekorras ja lahkuda skulptuurist üksteise järel samas järjekorras. Nad võivad ka ütelda oma sõnad ja lahkuda poosist vastupidises järjekorras – viimasena liitunud osaleja, kes ütles viimase sõna, lahkub nüüd esimesena.

HARJUTUS 2: INIMSÕLM⁷

Eesmärgid

Osavõtjad töötavad usalduse loomise, grupitunde tekitamise ja probleemide lahendamise oskustega. Nad õpivad respektierima inimese keha ning harjutavad enesekontrolli, proovides täita grupiülesannet ilma kellelegi viga tegemata.

Aeg

10-15 minutit

Vahendid

Mitte midagi

Sobib kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Tehke vaba ruumi ja moodustage kaheksast kuni kümnest inimesest koosnevad ringid. Selgita, et selles mängus on äärmiselt oluline juhendeid jälgida ja üksteist hästi hoolikalt kuulata, et keegi kätt välja ei väänaks või muidu haiget ei saaks.

Selgita, et kõik seisavad ringis, sirutavad käed ringi keskele, panevad silmad kinni ja võtavad siis kinni teise kahe inimese kätest (need inimesed ei pea ilmingimata seisma kõrval). Grupi ülesandeks on kätest lahti laskmata „sõlm“ lahti harutada ja tagasi ringi seista.

Palu osalejatel võtta kinni kellegi paremast ja kellegi teise vasakust käest. Järgmisena palu neil proovida aeglaselt ja hoolikalt hargneda, kuni nad saavad moodustada ringi; vahepeal ei tohi kordagi kätest lahti lasta. Kui grupp saab selle ülesandega väga hästi hakkama, võib teha teisendusi, nagu keelata grupi liikmetel omavahel rääkimine või lubada seda teha ainult sosistades jne.

Kokkuvõte

Grupiga võib lühidalt arutada, kuidas nad ennast mängu ajal tundsid.

Hoiatus: Mängus osalejaid tuleb enne mängu algust hoiatada, et nad oleksid väga tähelepanelikud ega teeks üksteisele haiget randmeid väänates või ükskõik millisel teisel moel.

HARJUTUS 3: AHHA, MINA OLIN KA SEAL⁸

Eesmärgid

Osalejad töötavad grupitunde kujundamise ja usalduse loomisega

Aeg

30 minutit

Vahendid

Ruum, kus inimesed saavad mugavalt ringi liikuda

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Valmista ruum ette, nii et osalejatel oleks piisavalt ruumi ringi liikumiseks. Toolid tuleks tõsta seina äärde. Selgita, et üks osalejatest hakkab lugu jutustama ja mängib ise selles ühte rolli. Teised osalejad jäljendavad jutustaja tegevust, nagu oleksid nemad ise selle loo jutustajaks.

Alusta, öeldes: „Keegi teist hakkab rääkima mingit lugu ja samal ajal näitleb oma osa selles. Kõik grupi liikmed peavad sooritama samu tegevusi, nagu oleksid nemad selles loos ise jutustajaks. Näiteks, kui mina kui esimene jutustaja, ütleksin: „Ühel päeval jalutasin tänaval...“, siis samal ajal, kui mina jalutan, jalutate ka teie. Seejärel ma jätkan jutustust näiteks nii: „Ma nägin suurt puud ja hakkasin selle otsa ronima.“ Teie kõik hakkate minuga koos puu otsa ronima. Igal hetkel võib keegi grupist hüüda „Ahhaa, mina olin ka seal“. Sellele vastavad kõik grupiliikmed koos hüüdes: „Ja mida Sa nägid, mu sõber?“ Jutustaja katkestanu võtab üle tema rolli ning harjutus jätkub samamoodi nagu enne.

Selgita grupile, kui oluline on, et kõik püüaksid üksteist võimalikult palju toetada. Näiteks kui jutustaja on ilmselgelt ummikus ja ei oska enam midagi öelda, võid Sa grupilt küsida, mis nemad arvavad, mis võiks siit edasi juhtuda, kui nemad oleksid jutustaja rollis. Nad arvatavasti vastavad, et nad tahaksid, et keegi teine astuks mängu. Siis on väga hea tähelepanu pöörata sellele, et grupis peaksid kõik olema valmis mängu astuma, et säästa kedagi, kes tundub olevat ummikus või tunneb end ebamugavalt, samuti nagu teised oleksid valmis neid aitama, kui nad ise satuvad ebamugavasse olukorda.

Selgita, et isegi kui loos on kirjeldatud teisi osatäitjaid, ei ole see oluline, mida teised osatäitjad ütlevad või teevad; grupi ülesanne on öelda või teha kõike seda, mida jutustaja osatäitja loos ütleb või teeb.

Kui inimesed kirjeldavad valdavalt väheaktiivseid tegevusi, nagu näiteks mõtlemine, ootamine, vaatamine jne, võid juhendajana märkida, et kui lugu sisaldab palju tegevust, on ka harjutus lõbusam.

Mängu võiks lõpetada siis, kui enamik osalejatest on jutustaja rollis olnud.

Kokkuvõte

Arutlege, kuidas inimesed ennast mängu mängimise ajal tundsid. Uuri näiteks, kas keegi mäletab „päästetud“ tunnet, mis tekkis, kui mõni teine osaleja võttis temalt üle jutustaja rolli, või kas nad aitasid ummikusse sattunud jutustajat. Juhi tähelepanu sellele, et grupina töötamine nõuab grupi teiste liikmete tegevuse tähelepanelikku jälgimist. Oluline on õppida, millal ja kuidas neid aidata, ilma ise domineerimata või püüdmata neilt liiga ruttu või valel ajal tegevust üle võtta. Sa võid lõpetada, öeldes: „Kõik õnnestub oluliselt paremini, teades, et teised on valmis Sind vajaduse korral aitama ja seda tunnetab ilmselt ka sihtgrupp.“

13. TEEMA: ROLLIMÄNGU KASUTAMINE

Sessiooni eesmärgid: rollimängu kui väga interaktiivse tervisekasvatustliku eesmärgi saavutamise meetodi tutvustus

Sissejuhatus sessiooni: esmalt tõstab juhendaja esile näitlemisoskuste olulisust noored noortele koolituses. Ta juhib tähelepanu sellele, et sessioonis tutvustatakse rollimängu. Kursuse järgneval viiel päeval kasutatakse rollimängu õppemeetodina sageli ja osalejatel saab olema mitmeid võimalusi oma näitlemisoskuste edasiarendamiseks.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Rollimängu kasutatakse noored noortele koolituses mitmete erinevate eesmärkide saavutamiseks (vaata ka 1. osa, lk 19). Paljud noored noortele koolitusprogrammid kasutavad rollimänge ohtude esiletõstmiseks ja oluliste oskuste kujundamiseks. Heal tasemel rollimängud köidavad nii kuulajaskonna südamed kui ka meeled ja motiveerivad neid astuma olulist sammu käitumise muutmise vajalikkuse aimdustelt käitumise muutmise teadvustamisele.

Koolitatavate rollimängu ettevalmistamisel on oluline silmas pidada järgmisi juhtnööre:⁹

- Tavaliselt palutakse kahel või enamal inimesel võtta kindlad rollid ja keskendudes ette antud olukorrale mängida ette mingi stseen. Mõnel juhul võib olla ette antud olukorra täpne kirjeldus ning rollimängijatel palutakse ise luua ainult olukorra lõplahendus.
- Jälgi, et kedagi ei sunnitaks rollimängus osalema ähvarduste või jõuga teiste osalejate poolt; mõned noored võivad ennast näitlemisel ebamugavalt tunda. Siiski, kui mõni grupi liige tundub olevat natuke kartlik ja esialgu tõrges, siis julgusta teda leebelt, liigset survet rakendamata rolli mängimist siiski proovima.
- Lase vahetevahel meesosalejad mängida naiste rolle ja vastupidi. Nii avaneb neile võimalus asetada ennast vastassugupoole esindajate poolt läbi elatud olukordadesse.
- Külasta rollimängu ettevalmistamise ajal kõiki gruppe, kindlustamaks, et nende stseenid ei oleks pikemad kui viis kuni seitse minutit, ja et kõik grupi liikmed oleksid mängu mingil viisil kaasatud.
- Jälgi, et grupid ei kulutaks kogu ettevalmistusajaga käsikirja väljamõt-

lemisele – neil on vaja rollimängu ka harjutada.

- Organiseeri rollimängude esitluseks piisavalt vaba ruumi, et kõik osalejad seda näeksid.
- Julgusta näitlejaid rääkima kõva ja selge häälega, et kogul kuulajaskonnal oleks võimalik nende dialoogi kuulla.
- Kui rollimäng venib liiga pikale või tundub olevat ummikus, palu näitlejatel lõpetada, et grupp saaks esitatud olukorda arutada.
- Pärast seda, kui üks grupp on oma näitemängu esitanud ja küsimustele vastanud, anna teistele osalejatele võimalus esitada oma tähelepanekuid. Näiteks võid vaatajaskonna käest küsida, mida nemad nägid ja seejärel küsi näitlejatelt, kas nad kavatsesid sedasama kujutada.
- Tugevate rollimängude puhul võib mõnikord eraldi tähelepanu vajada rollist väljatulek, et näitlejad uuesti teadvustaks, kes nad on tegelikus elus, väljaspool äsja mängitud osa.
- Kui aega jätkub, uuri osalejatelt, kuidas esitatud rollimängud seostuvad nende eluga.

Võimalikke stsenaariumeid rollimängudeks:

- Kondoomi kasutamise õpetus. Te olete astumas seksuaalvahekorda inimesega, kes paneb kondoomi valesti peale. Näita partnerile, kuidas kondoomi kasutada, ilma et tekitaksid piinlikku olukorda.
- Narkootikumide/alkoholi kasutamine. Sinu väga hea sõber on otsustanud proovida narkootikumi, mida tema poiss-sõber on juba mõnda aega kasutanud. Viimane oli talle rääkinud sellest, kui imepärase tunde see tekitab, ja et see aitab unustada kõik kooli ja perekonnaga seotud probleemid. Kuidas Sa toimiksid sellises olukorras?
- Vanemad leiavad kondoomi. Vanemad leiavad oma teismelise tütre magamistoast kondoomi. Millised teemad ja küsimused võivad vestluses esile tulla?
- Purjusolek, peod ja seks. Sinu teismelisest sõber hoopis, et jõi alkoholi ja oli vahekorras ühe naisega, keda ta peol kohtas. Ta vihjab, et ei mäleta kõiki tolle öö detaile. Ja nii juhtub praktiliselt kord nädalas. Mida Sa talle ütleksid?
- HIV-positiivse inimese toetamine. Sinu sõber tunnistab Sulle, et ta on HIV-positiivne. Mida Sa teeksid sellises olukorras?

Eelpool kirjeldatud stsenaariumid võivad pakkuda võimalusi informatsiooni edastamiseks arvukatel teemadel, nagu näiteks:

- Mis on HIV-nakkuse „aknaperiood“?
- Kas ma peaksin ennast HIV suhtes testima?
- Ma kardan, et mul on STLH. Kas seda saab ravida?
- Milline erinevus on lateksist ja lambanahast kondoomi vahel?
- Mis on spermitsiidid või lubrikant?
- Millised toimed on ecstasy'l?

HARJUTUS: ROLLIMÄNGU REVOLUTSIOON¹⁰

Eesmärk

Seda harjutust saab kasutada erinevatel eesmärkidel. Seda on võimalik kasutada ühe teema erinevate tahkude tutvustamiseks. See võib aidata edasi anda informatsiooni, motiveerida inimesi oma käitumist muutma, näidata erinevaid läbirääkimis- ja otsustamisoskusi, kujundada sobivat käitumist ja pakkuda informatsiooni ressursside (info, teenuste, vahendite) leidmise kohta.

Aeg

20 minutit

Vahendid

2 tooli

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Kaheksa kuni kümme vabatahtlikku osalejat seisavad kahe tooli taha poolringi. Palu kahel vabatahtlikul istuda toolidele. Selgita, et neil tuleb pisut näidelda. Palu ühel istuvatest mängijatest alustada improviseeritud stseeni millegi ütlemisega, millele teine mängija vastab. Selgita, et igal ajahetkel saab üks toolide taga seisvatest osalejatest end mängu lülitada ja võtta näitlejalt stseen üle kerge õlale koputusega (kasutatakse sellist puudutust, mis on kohalikus kultuuris sobilik). Mängu tulev näitleja saab kas jätkata eelnevalt mängitud lugu või alustada täiesti uue stseeniga.

Kokkuvõte

Lõpeta näitemäng siis, kui enamik või kõik osalejad on saanud võimaluse näidelda, ja alusta arutelu sellest, mida osalejad oma rolli mängimise ajal kogesid. Arutada saab näiteks loos ebapiisavalt või valesti käsitletud teemasid. Äärmiselt oluline on ära märkida see, et näitlejad olid osatäitjad, kes ei mänginud tingimata iseennast.

Märkus: Harjutus on väärtuslik näide sellest, kuidas noored noortele koolitajad saavad harjutada üksteise grupina toetamist. Näiteks peaks neile mängu ajal saama selgeks, et kui nad toolide taga seisavad, siis nad peavad olema vaikselt. Neid on võimalik juhendada käituma nii, et ilmneks rollimängu tõeline olemus: „maailma põnevaim sündmus toimub just siin ja praegu“.

14. IGAPÄEVASTE TAGASISIDEGRUPPIDE VALIMINE

Juhendaja selgitab, kui oluline on osalejate-poolne tagasiside kõikides koolitusega seotud küsimustes (mitte ainult koolituse sisusse puutuv, vaid ka organisatoorses ja korralduslikes küsimustes), mis võimaldab koolitajatel vajadusel viia koolitusprotsessi muudatusi. Järgnevalt teeb ta ettepaneku valida igaks koolituspäevaks vabatahtlikkuse alusel kaheliikmelised hindamisgrupid (kutsustakse „silmad ja kõrvad“). Nende gruppide ülesandeks on koguda grupilt tagasisidet koolituspäeva kohta ning esitada see järgmisel hommikul kogu grupile.

MÄRKUS KOOLITAJALE:

Sarnaselt eeltestimisega on ka igapäevane tagasiside kasulik koolitusprotsessi jälgimise ja hindamise vahend

15. KOKKUVÕTE

Lühike tagasivaade päeva jooksul käsitletud teemadele. Osalejatel palutakse mõelda tagasi päeva tegevustele, tuletades meelde mõningaid keskseid teemasid ning nad saavad anda tagasisidet ka selle kohta, kuidas nende arvates koolitus üldiselt läheb.

KOOLITUSKAVA KIRJELDUS PÄEVADE LÖIKES- 2. PÄEV

NR	PÄEVAKAVA PUNKT	EESMÄRGID
1.	Venitusharjutused ja soojendus	Anda osalejatele ergutusmängude ja soojendustegevustega kogemusi
2.	Tagasiside esimesest päevast	Anda võimalus seminari järjepidevalt hinnata
3.	Ergutusmäng ja grupidunde kujundamise harjutus: <ul style="list-style-type: none"> • Külma tuul 	Pakkuda osalejatele grupidunde kujundamise tehnikaid
4.	TEEMA: Informatsiooni jagamise meetodid Harjutused: <ul style="list-style-type: none"> • Noored noortele koolituse paarool • STLH küsitlus 	Anda osalejatele informatsiooni jagamise meetodite kasutamise kogemusi seksuaalsuse, STLH, HIV/AIDSi, uimastite jne valdkondades Anda osalejatele teadmisi sellistest noored noortele koolituse teemadest nagu seksuaalsus, STLH/HIV ennetamine, uimastite tarvitamise ennetamine jne
5.	TEEMA: Väärtushinnangute ja hoiakute uurimise meetodid Harjutused: <ul style="list-style-type: none"> • Seksuaalsuse keel • Isikuringid • Ajourünnak neljal teemal • Joonemäng 	Anda osalejatele väärtushinnangute ja hoiakute uurimise meetodite kasutamise kogemusi Võimaldada osalejatel uurida oma seksuaalsuse, STLH/HIV ennetamise ja uimastite kuritarvitamise ennetamisega seotud hoiakuid ja väärtushinnanguid Tunda ennast seksuaalsusest rääkimisel mugavamalt
6.	TEEMA: Sooline teadlikkus ja tundlikkus Harjutus: <ul style="list-style-type: none"> • Sotsiaalne, mitte bioloogiline sugu 	Kujundada teadlikkust tundlikes küsimustes seksuaalsusega seotud teemade käsitlemisel Võimaldada inimestel mõista sotsiaalse ja bioloogilise soo erinevust ning õpetada neid ära tundma sootüüpe Selgitada soolise tundlikkuse olulisust tervisekasvatuses
7.	Päeva kokkuvõte	

1. VENITUS- JA SOOJENDUSHARJUTUSED

Osalejatel palutakse grupile ette näidata mõned venitusharjutused. Mitu osalejat saavad järgemööda näidata, milliseid lihaseid venitada. Koolitajal on võimalik harjutusse natukene huumorit lisada paludes osalejatelt näiteks venitamisel „proovida jõuda laeni (või põrandani)”. Samuti tasuks harjutuste ajal juhtida osalejate tähelepanu hingamisele, kuna see aitab grupil rahuneda ja päevatööks ette valmistuda.

2. TAGASISIDE ESIMESEST PÄEVAST

Tagasisidegrupp esitab kokkuvõtte koolitusprogrammi ja eelmise päeva tegevuste kohta grupilt kogutud tagasisidest.

3. JÄÄMURDJAD JA GRUPITUNDE KUJUNDAMISE HARJUTUSED

HARJUTUS: KÜLM TUUL¹¹

Eesmärk

Aktiviseerida osalejaid

Aeg

10–20 minutit

Vahendid

Toolide ring

Sobilik kasutamiseks

Kõikidel koolitustasanditel

Protsess

Moodusta toolidest ring, kus oleks üks tool vähem kui mängijaid.

Hoiatus: Ohutuse tagamiseks kontrolli, et ühegi tooli tagapinnal ei oleks teravaid servi või ääri, millega keegi võiks viga saada, kui läheb mängutuhinas tooli seljatoega mõne teise mängija vastu või jookseb seljatoe otsa. Samuti vaata üle, et toolid oleksid piisavalt tugevad ega puruneks kui osalejad nendele istuma hüppavad.

Pane üks osaleja ringi keskele seisma ja selgita, et tema ülesandeks mängus on endale istekoht leida. Ringi keskel seisev mängija alustab lauset, öeldes: “Külm tuulehoog tabab kõiki, kes ...” ja lõpetab selle faktiga, mis tema enda kohta on tõene. Näiteks, kui ringi keskel seisev mängija kannab musti kingi, siis võib ta öelda: “Külm tuulehoog tabab kõiki, kes kannavad musti kingi.” Kõik, kelle kohta see fakt kehtib – antud juhul need, kes kannavad musti kingi –, peavad kohe püsti tõusma ja leidma endale uue koha, mis kellegi teise poolt tühjaks jäeti. Osalejad ei või istuda enda kõrval olevatele istmetele, kui just seal ei istu kogu grupis ainus istet vahetav inimene. Ringi keskel seisja kiirustab samuti endale kohta otsima, nii et kokkuvõtteks peaks taas püsti jääma vaid üks inimene. Seekord istekohata jäänu läheb ringi keskele, kordab kogu protsessi ning mäng jätkub.

Selgita, et lause lõpetamise valikud ei pea olema piiratud ainult füüsiliste

asjadega. Näiteks saavad osalejad välja pakkuda ka erinevaid hoiakuid või elukogemust. Kui keegi usub, et tuleb toetada inimesi, kes soovivad seksist hoiduda, võib ta näiteks öelda: "Külm tuulehoog puudutab igaüht, kes usub, et inimesi, kes valivad seksist hoidumise, peaks nende otsuses toetama." Samuti võib öelda: "Külm tuulehoog haarab kaasa need, kes leiavad, et kondoomid peaksid põhikoolis olema kättesaadavad." Mäng lõpeb siis, kui juhendaja (või grupp) soovivad selle lõpetada.

Kokkuvõte

Küsi, kas osalejad nautisid mängu, ning kuidas nad ennast mängu ajal tundsid.

4. TEEMA: INFORMATSIOONI JAGAMISE MEETODID

Sessiooni eesmärgid: anda osalejatele teadmisi noored noortele koolituse sisulistel teemadel (näiteks seksuaalsus, STLH/HIV ja uimastite tarvitamise ennetamine jne). Tutvustada osalejatele võimalikke teabe jagamise meetodeid neil teemadel.

Sissejuhatus: koolitaja tõuseb püsti ja (võib kasutada ka pabertahvli) alustab traditsioonilises stiilis loengupidamist, edastades "kuivas/faktidel põhinevas" vormis mingi osa teabest. Selline loeng võiks kesta mõned minutid, et piisavalt näitlikustada vanamoodsa loengustiili negatiivset mõju. "Loengule" järgneb grupiarutelu informatsiooni jagamise huvitavamatest ja loovamatest meetoditest, mis põhinevad koolitavate aktiivsel osavõtul.

HARJUTUS 1: NOORED NOORTELE KOOLITUSE PAROOL¹²

Eesmärk

Jagada ning saada informatsiooni lõbusal ja haaraval viisil

Aeg

20–40 minutit

Vahendid

Suured pappkaardid, kuhu on kirjutatud valitud sõnad, ühel kaardil üks sõna ("parool"). Kaks vastastikku asetsevat toolirida osalejatele

Sobilik kasutamiseks

Kõikidel koolitustasanditel

Protsess

Sea toolid vastamisi kahte rivi nii, et inimesed neil istudes üksteisele otsa vaataksid. Palu osalejatel toolidele istuda. Hoia sõnadega kaardipakk kasutusvalmis, kuid ära lase osalejatel veel näha sõnu kaartidel.

Seisa ühe toolirivi taha ja palu kõikidel osalejatel otse ette vaadata. Näita sinu poole näoga olevatele inimestele ühte parooli. Parooli näinud osalejad aitavad vastasistujatel seda ära arvata, andes neile ühesõnalisi niidiotsi ja vihjeid. Esmalt annab rivi otsas istuv inimene vihje ja otse tema vastas istuv inimene peab püüdma selle järgi parooli arvata. Kui tema vastus on vale,

annab järgmine parooli näinute rivis istuv inimene vihje ja jällegi peab otse tema vastas istuv osaleja proovima parooli mõistatada. Protsess jätkub seni, kuni keegi arvab sõna ära. Mõned näited võimalikest paroolidest: lima-nahk, kliitor, peenis jne.

Selgita grupile, et mängu idee on anda üksteisele õige vastuse äraarvamiseks vihjeid. Sa võid grupile anda mõned juhtnöörid vihjete andmiseks: kuigi vihjed ise tohivad olla ainult ühesõnalised, võib vihjele vastuseks olla rohkem kui üks sõna; vihje ei tohi sisaldada mitte ühtegi mõistatitava sõna osa. Võid grupile öelda ka, et nad väldiksid "väärusetute vihjete" kasutamist. Väärusetu vihje on näiteks vihje, mis ei anna midagi edasi õige sõna tähendusest. Näiteks, kui sõna on "peenis", siis vihje ei tohiks olla selline, et keegi näitab sõrmega oma sülle ja ütleb "Venus". Samuti ei tohiks vihjetena kasutada sõnu, mis lihtsalt parooliga riimuvad.

Kokkuvõte

Kui mängu on piisavalt mängitud (ligikaudu 15–20 minutit), siis istu grupi juurde ja palu osalejatel ükshaaval grupile öelda näidatava sõnaga seostuvaid sõnu. Seejärel lase teistel asjakohast infot lisada. Juhendajana saad Sa nii võimalikku valeinformatsiooni parandada ning vajadusel asjakohast teavet lisada. Püüa läbi võtta niipalju kaarte, kui aeg võimaldab, või tule nende juurde hiljem tagasi ning kasuta läbi vaatamata jäänud sõnu mõnes teises mängus.

Järgmise harjutuse tutvustamisel selgitab koolitaja, kuidas noored noortele koolitajatega faktilise informatsiooni arutamisel saab aluseks võtta lihtsa küsitluse. Paari raskema küsimuse lisamisega võib huvi tekitada ka nende osalejate seas, kes arvavad, et nad teavad kõikide küsimuste vastuseid. (Vaata lisast 4 nii HIV/AIDS küsimuste, lk 148, kui ka STLH küsimuste, lk 150, näidist).

MÄRKUS KOOLITAJALE

Noored noortele koolitajate koolitajate või noored noortele koolitajate jaoks ette valmistatud STLH ja HIV/AIDSi küsimustikud võiksid olla mõnevõrra raskemad kui need, mida kasutada tegevustes teiste noortega. Pidage meeles siiski seda, et ei noored noortele koolitajate koolitajad ega ka noored noortele koolitajad ei ole reeglina nakkushaiguste valdkonnas nii teadlikud, kui seda on professionaalsed tervishoiutöötajad.

HARJUTUS 2: STLH KÜSITLUS¹³

Eesmärk

Jagada ning saada informatsiooni lõbusal ja haaraval viisil

Aeg

20–40 minutit

Vahendid

Tahvel punktiarvestuse pidamiseks

Sobib kasutamiseks

Kõikidel koolitustasanditel

Protsess

Valmista ette küsimuste ja vastuste nimekiri (näidisnimekiri küsimustest STLH kohta – juhendaja versioon, on toodud lisas 4, lk 150). Jaga osalejad (sõltuvalt osalejate arvust) kahte, kolme või enamasse gruppi ning palu igal grupil mõelda endale nimi ja valida liikmete seast eeskõneleja. Vastused töötab grupp välja koos, kuid ainult üks grupiliige ütleb need välja. Selgita, et Sa hakkad küsimusi küsima eraldi igalt grupilt. Kui esimene grupp ei tea, või ei anna korrektset vastust, saab järgmine grupp võimaluse sellele küsimusele vastata. Igal grupil on vastamiseks aega ligikaudu kolm minutit. Iga õigesti vastatud küsimuse eest saab võistkond ühe punkti ning viimase küsimusega on osalejatel võimalus kihla vedada kõikide kogutud punktide peale. Kui nad viimasele küsimusele õigesti vastavad, kahekordistub nende punktisumma; kui nad ei vasta õigesti, siis kaotavad nad kõik punktid. Alusta küsimuste küsimist. Pärast igat õigesti antud vastust küsi või selgita, miks vastus õige oli. Pööra tähelepanu ka valedele vastustele, eriti, kui on tegemist üldlevinud valearusaamaga.

Kokkuvõte

Pärast mängu lõppu küsi osalejatelt, kas neil on veel mingeid küsimusi või kas mõni küsimus või vastus tekitas neis segadust. Kui nii, siis anna kohe vajalikud täiendavad selgitused.

5. TEEMA: VÄÄRTUSHINNANGUTE JA HOIAKUTE UURIMISE MEETODID

Sessiooni eesmärgid: anda osalejatele väärtushinnangute ja hoiakute uurimismeetodite kasutamise kogemus. Teadvustada, kui raske on avatult arutleda seksuaalsuse ja reproduktiivtervise küsimusi.

Sissejuhatus: koolitussessiooni tutvustamiseks selgitab juhendaja, et alustatakse inimese seksuaalsusega seotud arutelu ja tegevusi ning osalejad hakkavad uurima iseenda väärtushinnanguid ja hoiakuid. Koolitaja juhhib tähelepanu sellele, et kuigi õpetamise käigus võidakse käsitleda erinevaid tundlikke küsimusi, siis kindlasti ei ole selle eesmärgiks inimestele ette kirjutada, kuidas nad oma elu elama peavad. Koolitussessiooni käigus jaga-

tavad üksikasjad on teave, mille põhjal igaüks saab ise oma elu üle otsustada ning on võimeline teisi tervise küsimustes aitama ja kaitsma.

SÕNASELGITUS

Väärtushinnangud väljendavad seda, mida inimene tähtsaks peab ja hindab. Kui noored on õppinud väärtustama oma tervist, siis on näiteks tõenäoline, et nad alustavad seksuaaleluga hiljem või praktiseerivad turvaseksi.

Hoiakud on inimeste tunded millegi või kellegi suhtes. AIDSi kontekstis on olulisemateks hoiakute näideteks sallivus erinevate elustiilide suhtes või diskrimineerimise ja eelarvamuste mittetunnustamine, nagu ka kaastundlik ja hooliv suhtumine.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Enamik inimese seksuaalsusega seotud arusaamu on kujunenud ühiskonnas levinud seksuaalsete ja sooliste normide ning perekondlike ja kultuuriliste mõjutuste baasil. Tähtis on teadvustada ka seda, et meie usu- või perekondlik taust võib samuti mängida olulist rolli meie isiklikes hoiakutes noored noortele koolituse ning sellega seotud teemade suhtes. Seetõttu peaksid kõik koolitajate koolitajad ja noored noortele koolitajad esmalt läbi uurima oma isiklikud väärtushinnangud ja hoiakud.

Hoiakuid ja väärtushinnanguid ei ole kerge õpetada ega mõõta. Siiski on olemas erinevaid meetodeid, nagu näiteks grupiarutelu, juhtumi uurimine ja "väärtushinnangute hääletus", mis aitavad välja selgitada ja mõjutada inimeste hoiakuid ja väärtushinnanguid. Teine võimalus hoiakute kujundamiseks on isikliku eeskuju kaudu. Näiteks võivad noored noortele koolitajad olla teiste noorte jaoks rollimudeliteks. Kui noored noortele koolituse üheks eesmärgiks on näiteks julgustada noori sallivusele, siis peaks koolitajate käitumine seda hoiakut peegeldama.¹⁴

Enne noored noortele koolitusprogrammiga alustamist mingis paikkonnas on väga oluline õppida tundma sealset kultuuri, traditsioone ja sotsiaalseid norme. Vastavate teadmisteta on suur oht haavata inimesi ja jääda ilma toetusest koolitusprogrammile. Rikutud mainel võivad olla kaugele ulatuvad tagajärjed ning pikaajaline mõju.

Mõned kogukonnad on seksuaalteemade puhul väga tagasihoidlikud. Sellises kogukonnas võib teha vea, hakates seksuaalküsimustest kohe väga avameelselt ja detailselt rääkima. Mõnedes kogukondades võib probleeme tekitada, et noormehed ja tütarlapsed osalevad koolitusprogrammis koos. Seetõttu tuleks taolistesse piirkondadesse uute programmidega liikuda sammhaaval. Järgnevalt on toodud mõned näpunäited, mis

aitavad teil kogukonda paremini tundma õppida ning hoiduda kogukonda ärritavatest tegevustest:

- Uurige eelnevalt välja, millised küsimused võivad teie koostööpartnerile muret tekitada.
- Viige läbi sihtkogukonna hindamine, kui seda pole varasemalt tehtud või andmed pole kättesaadavad. Uurige, kas tütarlastel on võimalik koolitusprogrammis osaleda ning millised võimalikud tõkked võivad takistada neil seda tegemast. Selle info alusel saate kujundada pakutavaid meetmeid.
- Arutage koostööpartneritega (vajadusel juhtkonna või administratsiooni) eelnevalt läbi koolitusprogrammi teemad ja koolitusmeetodid.
- Alustage arutelu seksuaalsuse ja sooküsimustega seotud teemadel järkjärgult ja ettevaatlikult.
- Võimaluse korral korraldage administratsioonile koolituse lühitutvustus, et nad saaksid paremini aru probleemidest, mida koolitusel käsitletakse (näiteks reproduktiivtervis, soolised eelarvamused).
- Enne noorte koolituse alustamist koolis püüdke esmalt informeerida/koolitada administratsiooni, siis õpetajaid ja seejärel ka lapsevanemaid.
- Sellisel viisil hangite kogukonnalt programmi elluviimiseks vajaliku si- sendi ja toetuse.
- Austuse väljendamiseks küsige kogukonna liikmetelt tagasisidet koolitusprogrammi kohta.
- Kirjutage koolitusest lühikokkuvõtte ning andke see teenindatavale kogukonnale.

TÖÖ USULIIDRITEGA

Noored noortele koolituse planeerimisel ükskõik millises kogukonnas on oluline arvestada selles kogukonnas valitseva religiooni õpetuse, normide ja mõjudega. Noored noortele koolitusprogrammid on sageli tunduvamalt edukamad, kui õppekava ja -materjalid on välja töötatud koostöös kogukonna valitsevate religioossete organisatsioonide ja nende juhtidega. Kui usuliidrid on õigesti ette valmistatud ja teadlikud sihtrühmade vajadustest (näiteks on nad saanud tutvuda vajaduste hindamise tulemustega) ning probleemidest (kuulnud neist isiklikult enimhaavatavatelt rühmadelt), võivad neist saada väga olulised partnerid, kes aitavad kaasa koolituse eesmärkide saavutamisele. Tähtis oleks leida soolistes küsimustes teadlikud religioossed liidrid, kuna nemad saavad oluliselt kaasa aidata sellele, et noormeestel ja tütarlastel oleksid programmis osalemiseks võrdsed võimalused.

Ajalooliselt on usujuhtide üheks rolliks olnud aidata, nõustada ja toetada haigeid inimesi. Erinev tundlik lähenemisviis on vajalik, et aidata religioossetel liidritel näha, millist olulist rolli saaksid nad mängida tervisedenduses ja haiguste ennetamises, toetades üldist laiapõhjalist tervisekasvatust. Kui religioossed juhid ja eksperdid oma rolli teadvustavad, saavad nad aidata põhjendada, miks on oluline pöörata tähelepanu reproduktiivtervise küsimustele, selgitades kus ja kuidas religioossed õpetused sellist kasvatust lubavad.

Näiteks, kuigi mõned religioonid rõhutavad tagasihoidlikkust seksuaalküsimustes, õpetavad nad ka seda, et elu kaitsmine ja päästmine on teiste reeglitega võrreldes alati esikohal. Nende religioossete õpetuste kohaselt tuleb reegleid järgida siis, kui nad aitavad inimestel elada ja jääda terveks, aga mitte siis, kui reeglite järgimine võib neile surma põhjustada. Erinevad religioonid õpetavad seda, et me peame hoiatama teisi ohtudest, olema inimeste suhtes kaastundlikud ja kandma hoolt nende ligimeste eest, kes on haiged. Mõne religiooni kohaselt on nii, et kui keegi päästab ühe inimese elu, "on see sama tähtis, nagu oleks ta päästnud kogu maailma". Religioossed institutsioonid laidavad üldiselt maha inimeste töötamise pühade ajal, kuid erand tehakse arstidele, kes peaksid alati aitama, kui kellegi tervis on ohus.

HARJUTUS 1: SEKSUAALSUSE KEEL¹⁵

Eesmärgid

Õppida end seksuaalsusest rääkides mugavalt tundma

Aeg

25 minutit

Vahendid

Sõnade ja küsimustega sisukokkuvõtted, paberilehed, kirjutusvahendid

Sobib kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Jaga inimesed kolmeliikmelistesse gruppidesse ning anna igale grupile suur pabertahvel ja marker.

Selgita, et paljud inimesed tunnevad end seksuaalsuse ja selle tagajärgi puudutavate teemade arutamisel kohmetult. Siiski tuleb töös seksuaaltervise ja HIV/AIDSi teemadega olla võimeline rääkima seksuaalsetest hoiakutest, käitumisest ja ka ebatavalise seksi tagajärgedest.

Palu osalejatel harjutuse ajal unustada hirmud tabusõnade ees. Selgita, et oma tervise kaitsmiseks tuleb õppida rääkima seksuaalsusega seotud kehaosadest ja erinevatest seksuaaltegevustest.

Anna grupile mõistete nimekiri (vaata allpool toodud nimekirja näidist). Palu neil valida kaks sõna (või määrata need, kui nad häbenevad): üks sõna tuleks valida seksuaalsuse ja reproduktiivsusega seotud teemade nimekirjast ning teine seksi tagajärgede nimekirjast.

Seksuaalsusega seotud mõistete näited: tupp, rinnad, menstruatsioon, sperma, peenis, seksuaalvahekord, orgasm, rahuldus, STLH, HIV/AIDS, masturbatsioon, kondoomid; naine, kellel on palju seksuaalpartnereid; mees, kellel on palju seksuaalpartnereid. Palu igal grupil tahvlile kirjutada iga valitud sõna kohta nende kogukonnas kasutatavaid sünonüüme (samatähenduslikke mõisteid).

Seejärel palu gruppidel vastata järgnevatele küsimustele:

- Milliseid sünonüüme üldiselt kõige enam kasutatakse ja milliseid sünonüüme loetakse kohatuteks?
- Milliseid sõnu kasutavad noored kõige enam omasugustega rääkides? Milliseid sõnu kasutavad noored kõige enam vanemate ja teiste täiskasvanutega rääkides?
- Millistel sõnadel on naiste või meeste jaoks negatiivne tähendus?
- Kas negatiivsed sõnad saavad kahju teha, kui neid kasutada kellegi haavamiseks või solvamiseks? Kui jah, siis miks neid kasutatakse?
- Miks Te kasutate sõnu, mis pole naiste või meeste poolt respektieritud?

Kui grupid oma vastuseid teistele esitavad, asetage nende sünonüümidega paberileht seinale kogu grupile vaadata.

Kokkuvõte

Pööra tähelepanu sellele, et teismelistega rääkides on oluline kasutada nende oma keelt – või vähemalt lubada neil kasutada neile endile paremini teada olevaid sõnu –, et nad ei tunneks seksist ja selle tagajärjedest rääkimisel end ebamugavalt.

Rõhuta, et keelekasutust tuleb alati kohandada vastavalt kuulajaskonnale; näiteks kasutame me ühtesid sõnu, kui vestleme oma sõpradega, ja teisi sõnu, kui räägime täiskasvanutega, nagu näiteks vanemad või õpetajad.

Selgita, et rääkimaks vabalt seksuaalsuse teemadel tuleb esmalt üle saada oma barjääridest ja tundlikkusest seksuaalsusega seotud otsekoheste sõnade kasutamisel. Kui me ei suuda teistele inimestele selgelt väljendada, mis meile meeldib või ei meeldi, või mida me tahame ja ei taha, tekivad valearusaamad.

Räägi osalejatele, et ka näiteks tervishoiutöötajalt abi paludes tuleb osata seksuaalsuse ja seksi alast sõnavara kasutada.

Rõhuta ka seda, et mõnede sõnade kasutamine võib olla kahjulik. Näiteks on paljudes maades abieluvälise seksuaalsuhtega naiste kohta kasutusel palju negatiivseid sõnu (hoor, lits jt), samal ajal kui sarnaste meeste kohta käivad sõnad on sageli positiivse alatooniga (näiteks elumees, täkk). Selline keelekasutus süvendab meeste ja naiste vahelist ebavõrdsust ja kaksikmoraali ühiskonnas.

Samuti rõhuta kõiki nimekirjas olevaid sõnu, mis oma põhiolemuselt on vägivaldsed (näiteks nui, vänt, relv) ning selgita, kuidas selliste sõnade kasutamine võib toetada ideed, et vägivaldne ja hoolimatu seks on lubatud.

HARJUTUS 2: ISIKURINGID¹⁶

Eesmärgid

Osalejad teadvustavad privaatsuse olulisust ja kasvatavad oma tundlikkust privaatsuse suhtes seksuaaltervise ja HIV/AIDSi alaste koolituste läbiviimisel

Aeg

20–25 minutit

Vahendid

Igale osalejale kirjutusvahend ja paberileht, kuhu on joonistatud kontsentrilised ringid, markerid, ette loetav "isikuringi esemete" nimekiri (vaata allpool).

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Protsess

Anna igale osalejale paberileht ja kirjutusvahend, palu neil istuda ja olla valmis kirjutama. Pane välja kontsentriliste ringidega/kastidega suur paberileht (vaata näidet lisas 4, lk 146).

Kirjuta tahvlile järgmised isikuringide "asjad":

Kellega te jagaksite järgmist infot:

- Oma pikkust (cm)?
- Oma kaalu (kg)?
- Et te pole mõne oma kehaosaga rahul (keha)?
- Meetodit, mida te rasestumise vastu kasutate (kontra)?
- Oma seksuaalkogemuste ulatust (sekskog)?
- Oma seksuaalfantaasiaid (fant)?
- Et te naudite erootikat (eros)?
- Et olete fantaseerinud homo/heteroseksuaalsest suhtest (gay-fant)?
- Et teil on olnud homo/heteroseksuaalne suhe (gay-suhe)?
- Oma tundeid seoses suuseksiga (suuseks)?
- Et olete kaalunud HIV testimist (kaalunud)?
- Et olete teinud HIV-testi (test)?
- Et teil on testitud HIV-positiivsus (+)?

Selgita osalejatele, et seksuaalkasvatuses on ülimalt oluline austada teiste privaatsust. Uurimaks, mida privaatsus meie jaoks tähendab, palu osalejatel oma paberitele joonistada sarnased isikuringid (või kasutada eelnevalt ette joonistatud ringidega pabereid) ja täita need individuaalselt. Nad peavad sobivasse alasse kirjutama, kellega nad koolitaja küsitud infot jagaksid (tervikfraasi asemel võib kirjutamisel kasutada ka sümboleid või lühendeid).

Harjutuse kohta selgita, et osalejad peaksid mõtlema inimestele oma elust, kes "sobituvad" vastavatesse aladesse. Aita defineerida mõisteid "lähedased" ja "tuttavad".

Sa võid alustada näiteks öeldes: “Alustame oma pikkusest. Mõelge, kellele te ütleksite oma täpse pikkuse. Kas inimestele, kes kuuluvad teie lähedaste hulka? Tuttavatele? Või avalikult inimestele, keda te isiklikult ei tunne?”

Pööra tähelepanu ka sellele, et nimekirjas võib olla loetletud kogemusi, mida kõigil pole. Selgita, et selliste küsimuste puhul võiksid osalejad mõelda, kellele nad informatsiooni jagaksid siis, kui neil sellised kogemused oleksid. Küsimusi ette lugedes jätke osalejatele piisavalt aega järele mõtlemiseks ja vastamiseks.

Kokkuvõte

Küsi osalejatelt, mida nad harjutusest arvavad. Kas nad õppisid midagi enda kohta? Mõtle sellele, et töötades seksuaalkasvatuse küsimustega me räägime ja mõtleme sellest üsna palju ning võime ära unustada, kui isiklikud mõned küsimused inimeste jaoks tegelikult olla võivad.

HARJUTUS 3: AJURÜNNAK NELJAL TEEMAL¹⁷

Eesmärgid

Uurida seksuaalsuhetega seotud isiklike väärtushinnanguid

Aeg

Ligikaudu 75 minutit

Vahendid

4 pabertahvli ja 4 markerit, kleeplint

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Protsess

Kleebi 4 pabertahvli lehte seinale. Iga paberi ülemisele äärelle on kirjutatud üks alljärgnevatest küsimustest:

- Miks noored on seksuaalsuhetes?
- Mis põhjustel nad võivad seksuaalelu alustamisega oodata?
- Miks peaks harrastama turvalist seksi?
- Millised on seksimise alternatiivid?

Jaga osalejad nelja gruppi, anna igale grupile marker ja palu igal grupil minna ühe küsimusega lehe juurde. Ütle, et neil on 5 minutit aega kirjutada lehele nii palju mõtteid, kui neil selle teemaga seostub.

Minut enne lõppu hoiata, et aeg on peaaegu läbi. Viie minuti möödudes palu gruppidel liikuda edasi järgmise lehe juurde. Palu neil esmalt kordamiste vältimiseks läbi lugeda eelmise grupi vastused ning seejärel lisada puuduolevad. Korda tegevust seni, kuni iga grupp on kirjutanud ajurünnaku iga teema kohta oma vastused ning seejärel palu osalejatel tagasi koguneda üheks grupiks.

Palu neil nimekirju hinnata. Kas mõned kirjutatud põhjendused on paremad kui teised? Miks nad nii arvavad? Kuidas toodud põhjused võiksid mõjuta-

vad viise, millega noored noortele koolitajad püüavad oma sõprade otsuseid mõjutada?

Kui leiad, et osalejad on mõne olulise põhjuse nimetamata jätnud, siis räägi neile oma ideest. Kui nad on nõus, lisa see nimekirja.

Seejärel alusta osalejatega arutelu. Seksi võimalike alternatiivide ja turvalise seksi harrastamise põhjenduste põhjal palu neil ette valmistada soovitusi julgustamiseks sõpra või mõnd teist noort harrastama turvalist seksi (või seksuaalelu edasi lükkama). Otsustage kogu grupiga, millised strateegiad oleksid kõige tõhusamad ja positiivsemad.

Kui teil on piisavalt aega, palu osalejatel üheks rollimänguks paaridesse võtta. Ütle neile, et üks paarilistest on noored noortele koolitaja ning teine tema sõber või omasugune. Palu neil harjutada sõpra julgustama riskikäitumisest hoiduma.

Märkus: Koolitavad peavad meeles pidama, et mõnedes kultuurides peetakse toodud küsimuste arutamist sobimatuks. Seda harjutust saab kasutada ainult neis kultuurides, kus taolist lähenemisviisi aktsepteeritakse ja ka sellisel juhul tuleb teemat käsitleda äärmise ettevaatlikkusega.

HARJUTUS 4: JOONEMÄNG

Eesmärk

Uurida isiklike väärtushinnanguid ja hoiakuid, mis on seotud teemadega nagu seksuaalsus, HIV/AIDS, uimastite kuritarvitamine jne.

Aeg

45 minutit

Vahendid

2 pabertahvli lehte, millest ühele on kirjutatud sõna "nõus" ja teisele "ei ole nõus".

Sobilik kasutamiseks

Väikeste gruppidega kõikidel koolitustel või töös noortega vanuses 16 ja rohkem

Protsess

Pane paberid pörandale kujutletava joone vastasotstesse või kleebi ruumi vastasseintele. Palu osalejatel alguses koos ruumi keskele seista.

Selgita, et Sa hakkad ette lugema mõningaid vaieldavaid väiteid ja osalejad peavad seisma kujutletavale joonele, kusagile "nõus" ja "ei ole nõus" vahepeale, olenevalt oma seisukohast selle väite suhtes.

Kui Sa oled esimese väite ette lugenud, lähevad osalejad kohale, mis kõige paremini kirjeldab nende seisukohta selles küsimuses. Kui nad on kõik joonel oma kohad sisse võtnud, siis palu kellelgi selgitada, miks ta seisab seal, kus ta seisab. Lase kolmel vabatahtlikul esitada oma vaatenurk ning seejärel palu teistel osalejatel neile reageerida.

Jätka protsessi järgmise väitega.

Kui kõik väited on läbi vaadatud, võid Sa osalejatelt küsida, kuidas nad end tundsid, kui teistele osalejatele oma väärtushinnanguid paljastasid, eriti näiteks siis, kui nad vähemuses olid.

Sa võid grupiliikmetele anda ka sellise võimaluse, et kui nad on teiste arvamused ära kuulanud, siis võivad nad oma asukohta muuta, väljendamiseks oma tolle hetke tundeid väite suhtes. Küsi, kas on kerge oma seisukohta muuta.

Väidete näited:

- Teismelised peaksid teadma, kuidas kondoomi kasutada ja neil peaks olema vaba juurdepääs kondoomidele.
- Ma aktsepteeriksin sõpra, kes on homoseksuaal.
- Ma aktsepteeriksin oma venda/õde, kui ta oleks homoseksuaal.
- HIV-positiivsed saavad oma nakkuses ainult iseennast süüdistada.
- HIV leviku ennetamiseks tuleks prostitutsioon keelustada.
- Puhtad süstlad peaksid süstivatele narkomaanidele olema soovi korral kättesaadavad.

Kokkuvõte

Ole enne harjutust, harjutuse ajal ja peale seda osalejate suhtes tähelepanelik. Mõned võivad ennast haavatuna tunda, kuid ei näita seda välja. Kindlusta, et nad tunneksid ennast oma seisukohti avaldades (või mitte avaldades) mugavalt. Kui harjutus on ametlikult läbi, siis ole osalejatele kättesaadav, et võimalikke probleeme individuaalselt arutada.

6. TEEMA: SOOLINE TEADLIKKUS JA TUNDLIKKUS¹⁸

Sessiooni eesmärgid: sessiooni eesmärgiks on tekitada teadlikkust sellest, miks on noored noortele koolitusse oluline lülitada sooline vaatenurk.

SÕNASELGITUS

Sotsiaalne sugu viitab naiste ja meeste suhtes laialdaselt levinud arvamustele ja ootustele (normidele). Siia alla kuuluvad arvamused "rühilisest" naiselikkusest ja mehelikkusest ning naistele ja/või meestele sobivatest isikuomadustest ja võimetest, ning üldiselt levinud ootustest naiste ja meeste käitumisele erinevates olukordades. Arvamused ja ootused on õpitud perekonnalt, sõpradelt, arvamusiidritelt, religioossetest- ja kultuuriasutustest, koolist, töölt, reklaamidest ja meediast. Nad peegeldavad ja mõjutavad naiste ja meeste erinevaid rolle, sotsiaalset seisundit ning nende majandusliku ja poliitilise võimu ulatust ühiskonnas.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Kui noormehed ja tütarlapsed on ette valmistatud tervist mõjutavaid riskifaktoreid ära tundma ja nendega tegelema, siis saavad nad ennetada võimalikke terviseprobleeme. Soolised eelarvamused on üks selliseid riskifaktoreid. Teismeliste tervise-

küsimustega töötavad inimesed peavad mõistma soopõhist käsitlust ning seda, kuidas kultuur, traditsioonid ja eelarvamused neid endid selles küsimuses mõjutavad, mõnikord seda isegi tajumata. Igaüht – nii lapsi kui täiskasvanuid – on kasvatatud käituma kindlal viisil ja uskuma kogukonnas välja kujunenud soo-põhiseid norme ja neile vastavaid kindlaid asju.

Soopõhiseid norme ja rolle tundes saab õpetada noori muutma ja vastu seisma ootustele ja olukordadele, mis neid riskeerivalt käituma panevad. Olles teadlikud sotsiaalse soo mõjust nende ja omasuguste käitumisele, saavad noored noortele koolitajad soolistele normidele ja stereotüüpidele vastu hakata.

Soolise vaatenurga lülitamisel noored noortele koolitusprogrammi tuleks koolitajatel silmas pidama järgnevat:

- Soolise vaatenurga integreerimine noortega läbi viidavatesse tegevustesse nõuab järjekindlaid jõupingutusi ja pidevat teadlikkuse tõstmist. See ei ole ühekordne tegevus või lihtsalt õige terminoloogia kasutamine (näiteks nimetades nii noormehi kui ka tütarlapsi ainult noormeeste asemel).
- Sotsiaalse soo puhul on tegemist suhetega ja sealhulgas ei peeta silmas ainult meeste ja naiste vahelisi suhteid, vaid ka naiste omavahelisi ning meeste omavahelisi suhteid. Näiteks õpetavad emad sageli tütardele, et meestele ei tohi vastu vaielda, samas kui isad õpetavad, et poisid ei tohi käituda "nagu tüdrukud" ja nutta, kui nad on haiget saanud.
- Soopõhiste käsitluste mõistmiseks on oluline aru saada, et bioloogiline ja sotsiaalne sugu on erinevad asjad. Bioloogiline sugu viitab füüsilistele tunnustele, millega me oleme sündinud, kuid sotsiaalne sugu tähendab soorolle, mis omandatakse järk-järgult ning mis võivad muutuda.
- Sotsiaalne sugu ei käi ainult heteroseksuaalsete inimeste kohta: see mõjutab ka biseksuaalseid, homoseksuaalseid või lesbilisi inimesi ning neid, kes soovivad seksist hoiduda.
- Nii mehed kui naised võivad soolistele normidele vastavat käitumist enda huvides ära kasutada võibolla kedagi kahjustamata, kuid siiski samal ajal stereotüüpe kinnistades (näiteks kui naised nutavad või flirdivad ning mehed meelitavad naisi, et midagi saada).
- Sooga seotud küsimustes on raske olla 100% korrektne; peaaegu kõik me oleme oma mõtetes ja tegudes mõjutatud sotsiaalsest soost.
- Sooline tundlikkus ei tähenda seda, et ei tunnista meeste ja naiste vahelisi erinevusi. Mõned erinevused jäävad bioloogilistel põhjustel; mõnede säilitamist võime ise eelistada ka võrdväärsetes suhetes (näiteks, mehed avavad naistele viisakusest ukse jne).

Sotsiaalse sooga seotud harjutusi võib lisaks leida lisast 5, lk 170.

HARJUTUS: SOTSIAALNE, MITTE BIOLOOGILINE SUGU¹⁹

Eesmärk

Osalejad mõistavad erinevust sotsiaalse ja bioloogilise soo vahel ning õpivad tundma soolisi stereotüüpe.

Aeg

25 minutit

Vahendid

Pabertahvli lehed või ajalehepaber, markerid ja kleeplint; pabertahvli leht või grafoprojektori kile, millele on kirjutatud seksuaalse orientatsiooniga seotud definitsioonid

Sobilik kasutamiseks

Kõikidel koolitustasanditel

Protsess

Joonista ühele suurele paberile 3 tulpa. Esimesse tulpa märgi "naine" ja teised kaks jäta tühjaks.

Palu osalejatel nimetada isikuomadusi, võimeid, oskusi ja rolle ("tunnuseid"), mida sageli seostatakse naistega; need võivad hõlmata nii osalejate kogukonnas levinud üldisi stereotüüpseid arvamusi kui ka nende oma mõtteid. Kirjuta vastused tulpa "naine".

Järgmisena kirjuta kolmanda tulpa pealkirjaks "mees" ja palu osalejatel nimetada isikuomadusi, võimeid, oskusi ja rolle, mida sageli seostatakse meestega. Kirjuta nende vastused tulpa "mees".

Kui osalejad ei paku kummalegi soole välja ühtegi negatiivset või positiivset isikuomadust, oskust või rolli, lisa mõned ise, kindlustamaks, et mõlemas tulbas on nii positiivseid kui ka negatiivseid sõnu. Samuti lisa bioloogilisi tunnuseid (nagu näiteks rinnad, habe, peenis, tupp, menopaus), kui osalejad vastavaid tunnuseid välja ei ole pakkunud.

Nüüd vaheta tulpade pealkirjad ära, kirjutades esimese tulpa pealkirjaks "mees" ja kolmanda tulpa pealkirjaks "naine". Nimekirja üheskoos läbi arutades küsi osalejatelt, kas meestel saab olla naistele omistatud tunnuseid ja käitumisviise ning vastupidi. Need tunnused, mida ei ole võimalik ühtviisi hästi omistada mõlemale sugupoolele, pannakse keskmisse tulpa ja selle pealkirjaks kirjutatakse "bioloogiline sugu".

Aja võitmiseks pole vaja iga mõistet tingimata läbi arutada. Siiski tuleb kindlasti läbi arutada kõik sõnad, mis satuvad tulpa "bioloogiline sugu".

Võib eeldada, et osalejad mõnede sõnade tähenduse üle vaidlema lähevad – selle harjutuse üks eesmärke on näidata, et inimesed omistavad enamiku- le soopõhistele tunnustele erinevaid tähendusi.

Ole valmis juhtima arutelu seksuaalsuse erinevatest vormidest. Mõttekas on välja tuua seksuaalse orientatsiooni ja sotsiaalse soo erinevus. Vajadusel esita seksuaalse orientatsiooni levinumad määratlused, kasutades selleks eelnevalt ette valmistatud pabertahvlit või grafoprojektori kilesid. Rõhuta, et

hoolimata inimese seksuaalsest orientatsioonist lähtuvad sotsiaalsed ootused nende käitumisele ja rollidele siiski bioloogilisest soost.

Selgita, et bioloogiline sugu on seotud kehalise arengu ja geenidega, kuid sotsiaalne sugu sõltub sotsiaalkultuurilistest teguritest ning naiste ja meeste rolliga seotud ootustest ühiskonnas, mistõttu sotsiaalse soo tähendus võib olenevalt kultuurist ja ühiskonnast olla erinev.

Pööra tähelepanu, et ehkki kõik sõnad tulpades “mees” ja “naine” viitavad sotsiaalsele soole, aetakse sageli sotsiaalne sugu segamini bioloogilisega ja vastupidi, nii et samad sõnad paigutatakse nii sotsiaalse kui bioloogilise soo tunnuste loetellu.

Kokkuvõte

Rõhuta, et stereotüüpsed arusaamad naiste ja meeste omadustest võivad olla kahjulikud ning piirata inimeste arengupotentsiaali. Stereotüüpide aktsepteerimine piirab tegevusvõimalusi: ei ole võimalik vabalt määrata oma käitumist, huvisid või oskusi, kui näiteks mehed on eemale tõrjutud “naistöödest” (nagu laste eest hoolitsemine) ning naised on eemale tõrjutud traditsioonilistest meeste aladest (nagu näiteks juhtimine või inseneriteadus). Toonita, et stereotüüpide eitamine ei tähenda, et me ei tohiks nautida oma sugupoolele omaseks peetud tunnuste rõhutamist, vaid oluline on, et igaühel oleks võimalus ise otsustada talle sobivate tegevuste ja käitumise üle.

7. PÄEVA KOKKUVÕTE

Lühike tagasivaade päeva jooksul käsitletud teemadele. Osalejatel palutakse mõelda tagasi päeva tegevustele, tuletades meelde mõningaid keskseid teemasid. Samuti võiks neilt küsida tagasisidet, kuidas nende arvates koolitus üldiselt läheb.

KOOLITUSKAVA KIRJELDUS PÄEVADE LÖIKES- 3. PÄEV

NR	PÄEVAKAVA PUNKT	EESMÄRGID
1.	Venitusharjutus	
2.	Tagasiside teisest päevast	Anda võimalus järjepidevalt seminarini hinnata
3.	Jäämurdja/soojendusharjutus: • Maskimäng	Anda osalejatele jäämurdjate, soojendusharjutuste ja grupitunde kujundamise kogemusi
4.	TEEMA: Oskuste kujundamise tehnikad Harjutused: • Toimetulekuoskuste-põhise kasvatuse tutvustus • "Ei" ütlemise rollimäng (läbi-rääkimisoskused) • Kondoomiralli	Tutvustada toimetulekuoskuste mõistet ja toimetulekuoskuste-põhist kasvatust ning leida selle seosed noored noortele koolitusega Anda osalejatele kogemusi oskuste kujundamise oskuste kasutamisest, mis võimaldavad noortel oma tervist kaitsta, nende hulgas näiteks: • Keeldumisoskuste kujundamise tehnikad • Kondoomi korrektse kasutamise oskuste ja teadmiste kujundamise tehnikad
5.	Osaleja(te) poolt välja pakutud ergutusmängud	Jagada ergutusmängudega seotud kogemusi osalejate vahel
6.	TEEMA: Motiveerivad vahendid ja meetodid Harjutus: • Miks me seda tööd teeme? Grupiarutelu: Külalisesineja kutsumine Enimhaavatavatest gruppidest inimeste integreerimine programmi Video kui motiveeriv vahend Harjutus: • Kujutusmatk – HIV testimine	Motiveerida inimesi jätkama noorte tervisekasvatusalast tööd, kogedes kollektiivselt selle töö tähtsust Anda osalejatele motiveerivate tehnikatega töötamise kogemus Vaadelda isiklike avalduste rolli käitumise muutmiseks motivatsiooni loomisel
7.	TEEMA: Jälle rollimäng Harjutus: • Triaadid – võitlus tähelepanu pärast	Tutvustada videotehnoloogia potentsiaali motivatsiooni loomisel Harjutada rollimänguoskusi
8.	Päeva kokkuvõte	

1. VENITUSHARJUTUS

Kutsu osalejaid grupile venitusharjutusi ette näitama. Mitmed koolitatavad saavad järgemööda näidata, milliseid lihaseid venitada.

2. TAGASISIDE TEISEST PÄEVAST

Tagasisidegrupp esitab kokkuvõtte osalejatelt eelmise päeva kohta kogutud tagasisidest.

3. JÄÄMURDJA/SOOJENDUSHARJUTUS

Osalejaid teavitatakse sellest, kui oluline on koolitusel *jäämurdjate*, soojendusharjutuste, ergutusmängude ja grupidunde kujundamise harjutuste järjepidev kasutamine.

HARJUTUS: MASKIMÄNG²⁰

Eesmärgid

Osalejad "murravad jääd", grupp aktiveerub ja ühtekuuluvustunne kasvab. Osalejad tunnevad end pärast koos „lollitamist“ grupis vabamalt.

Aeg

5–10 minutit

Vahendid

Mitte midagi

Sobilik kasutamiseks

Kõikidel koolitustel

Protsess

Palu kõikidel osalejatel seista ringi, nägudega sissepoole.

Selgita, et selles mängus saab igaüks kaasmängijalt vastu võtta mingi grimassi ("maski"), et seejärel ise teha uus "mask", mille ta annab edasi järgmisele grupiliikmele, kes teeb omakorda uue "maski" ja suunab selle taas edasi.

Ütle neile: "Ma teen mingi näo või grimassi ja loon silmsideme endast vasakul oleva isikuga. Tema peab minu ilmet jäljendama ehk püüdma oma näoga teha täpselt samasuguse "maski", nagu ma vaataks peeglisse (näita). Seejärel pöörab tema vasakule ja muudab minu grimassi uueks "maskiks", et see omakorda endast järgmisele mängijale edasi anda. Me anname "maski" edasi mööda ringi. Nüüd proovime seda teha ja pidage meeles, et esmalt tuleb luua silmside ning seejärel anda teisele mängijale näo jäljendamiseks piisavalt aega, et teie "maski" jäljendamine tal hästi välja tuleks. Ärge grimassi edastamisega kiirustage, andke kõigile piisavalt aega grimassi täpselt matkimiseks.

Kokkuvõte

Grupp võib arutleda selle üle, mida nad mängu ajal tundsid.

4. TEEMA: OSKUSTE KUJUNDAMISE TEHNIKAD

Sessiooni eesmärgid: sessioon aitab osalejatel mõista, miks on oskuste kujundamine tervisekasvatuse programmide esmatähtis osa. Sessioon annab võimaluse uurida toimetulekuoskuste kontseptsiooni ja saada kogemusi noorte oskuste kujundamise üldiste tehnikate kasutamisest.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Mitmed uurimused on näidanud, et teadmistest üksi ei piisa käitumise muutmiseks. Näiteks teab enamik inimesi, et suitsetamine võib põhjustada kopsuvähki haigestumist. Kuid see teadmine ei hoia ära suitsetamise alustamist või selle jätkamist. HIV/AIDSi ja teiste sugulisel teel levivate haiguste kontekstis tähendab see, et haiguste levikuteede ja selle ennetamise alaste teadmiste olemasolu ei garanteeri turvalist käitumist. Eeltoodust lähtuvalt tuleb jälgida, et koolitusprogrammis ei domineeriks informatsiooni jagavad tegevused. Head teadmised on üksnes baasiks, millele luua vajalikud oskused, positiivsed hoiakud ning väärtushinnangud.

Turvalise seksuaalkäitumise omaksvõtmiseks ja praktiseerimiseks vajavad noored mitmeid olulisi toimetuleku- ja käitumisoskusi, nagu näiteks:

- eneseteadlikkus
- otsuste tegemise oskused
- enesekehtestamisoskus (vajalik näiteks vastu seismiseks uimastite tarvitamise või seksuaalvahekorda astumise survele)
- läbirääkimisoskused (vajalik näiteks turvalise seksi soovimisel)
- praktilised oskused (tõhus kondoomi kasutamine)
- oskus ära tunda, vältida ja juhtida olukordi, mis võivad viia vägivallla või väärkohtlemiseni²¹

HARJUTUS 1: TOIMETULEKUOSKUSTE-PÕHISE KASVATUSE TUTVUSTUS

Eesmärk

Selgitada osalejatele, mis on toimetulekuoskused ja milleks neid kasutatakse.

Tutvustada toimetulekuoskuste-põhise kasvatuse kontseptsiooni ja teha kindlaks noored noortele roll selles.

Aeg

30 minutit

Vahendid

Kaks pabertahvlit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel

Protsess

Osalejad moodustavad ajurünnaku läbiviimiseks neli väikest gruppi, iga grupp arutleb kahe küsimuse üle. Kõigepealt arutavad kõik grupid teemal: Mis on toimetulekuoskused?

Seejärel valib iga grupp arutlemiseks ühe alljärgnevatest küsimustest:

- Kes saab toimetulekuoskusi õpetada?
- Kus saab toimetulekuoskusi õpetada?
- Kuidas saab toimetulekuoskusi õpetada?

Seejärel korralda tagasisidesessioon, kus kogu grupp arutab toodud nelja küsimust.

Loe ette (või anna osalejatele kätte) Maailma Terviseorganisatsiooni toimetulekuoskuste definitsioon (vaata kasti) ja arutlege selle üle, kuidas see läheb kokku koolitavate poolt formuleerituga.

Palu osalejatel grupiga jagada oma kogemusi noorte oskuste kujundamisest ja öelda, millised on nende arvates sobivad oskuste kujundamise tehnikad.

SÕNASELGITUS

Toimetulekuoskused on võimed, mis tagavad kohanemise ja positiivsed käitumisviisid tõhusaks toimetulekuks igapäeva elu nõudmiste ja väljakutsetega.

Allikas: WHO, 1993.

Oskustepõhine tervisekasvatus on lähenemisviis, kus tervislikku elustiili ja tervist toetavaid tingimusi kujundatakse ja säilitatakse, kasutades teadmiste, hoiakute ja eriti oskuste arendamist läbi õppimiskogemuste mitmekesisuse ja sihtrühma kaasamise.

Allikas: UNICEF, Skills for Health

Järgmine harjutus on näide tüüpilisest oskusi kujundada aitavast tegevusest. Harjutusega arendatakse enesekehtestamisoskust seksuaalsusega mitte seotud olukorras ning seetõttu sobib see hästi kasutamiseks töös noortega. Harjutust saab kasutada ka sissejuhatusena turvalise seksuaalsuhte loomiseks vajalike läbirääkimisoskuste arendamise tegevustesse.

HARJUTUS 2: "EI" ÜTLEMISE ROLLIMÄNG²²

Eesmärk

Aidata noortel arendada enesekehtestamisoskusi seksuaalsusega mitte seotud olukordades. Õpetada osalejatele võimalusi toimetulekuks teiste omaduste poolt avaldatud survega.

Aeg

45 minutit

Vahendid

Mitte midagi

Sobib kasutamiseks

Kõikidel koolitustel

Protsess

Palu osalejatel mõelda oma noorepõlves esinenud olukordadele, kus keegi samaealistest palus neil teha midagi, mida nad teha ei tahtnud.

Vali saadud vastustest mõned näited, nagu näiteks:

- Sõber palus laenuks sinu uhiuut mootorratast, et sõita mööda auklikku teed.
- Sõber tegi ettepaneku suitsetada või kanepit tõmmata.
- Sõber õhutas sind kaubanduskeskusest midagi varastama.

Palu kahel vabatahtlikul toodud olukordadest üks välja valida ning rollimänguna etendada.

Arutage, kuidas rollimängus osaleja "ei" ütles. Küsi näitlejatelt, kuidas nad end tundsid, kui teisele ära ütlesid. Kas see oli kerge?

Rõhuta arutelus, et "ei" ütlemine ei ole alati kerge, eriti mitte sõbrale. Normaalne on tunda segadust või arvata, nagu oleks sul midagi viga, kui teised sulle survet avaldavad. Aga jäädes truuks iseendale ja asjadele, millesse sa usud, saab õppida erinevaid äraütlemise viise asjadest, mis sulle ei meeldi või mida sa teha ei taha. Lase osavõtjatel pakkuda erinevaid variante, kuidas "ei" öelda. Mõned näited, kuidas ära öelda:

- viisakas keeldumine
- keeldumise põhjendamine (see ei tähenda, et keeldumise pärast peaks vabandama!)
- lahkumine olukorrast
- teise lahenduse pakkumine
- kaaslasega mittenõustumine
- rünnaku ümberpööramine
- vastavate olukordade vältimine

Korralda uus rollimängu voor. Lase kahel vabatahtlikul esitada mõni teine harjutuse alguses välja pakutud olukord. Palu neil äraütlemiseks kasutada erinevaid keeldumise viise, mida just arutasite. Analüüsige taas esitatud olukorda koos grupiga ja hinnake, kui hästi näitlejatel õnnestus survele vastu seista.

HARJUTUS 3: KONDOOMIRALLI²³

Eesmärk

Osalejad harjutavad korrektset kondoomi kasutamist, mis annab neile võimaluse rahulikult õhkkonnas kondoomi puudutada ja tunnetada.

Aeg

30 minutit

Vahendid

2 peenisemulaaži (võib ka olla banaan); igale osalejale piisaval hulgal kondoomi; pabertahvel ja markerid

Sobilik kasutamiseks

Kõikidel koolitustel

Protsess

Jaga grupp kaheks võistkonnaks. Kui grupis on võrdselt mees- ja naisosalejaid, kaalu samasooliste võistkondade tegemist. Vajadusel võiksid 2 vabatahtlikku (osalejad või kaas-juhendajad) hoida peenisemulaaže.

Ütle, et iga grupiliige peab lühidalt näitama kondoomi korrektset kasutamist.

Osavõtjatel tuleb järgemööda kondoomipakend avada, kondoom mulaažile rullida ja eemaldada. Kui üks meeskonnaliige on seda teinud, on järgmise mängija kord. Võidab võistkond, kes lõpetab esimesena nii, et kõik mängijad on kondoomi kasutamist näidanud. Rohked ergutused ja julgustused teevad võistluse lõbusamaks.

Mängu lõpus küsi grupilt, kas kõigil mängijatel õnnestus õigesti pakk avada, kondoom peale panna ning ära võtta. Korda üle kondoomi korrektse kasutamise sammud ja märgi olulisemad punktid pabertahvile:

- Kontrolli pakendilt kondoomi säilivusaega.
- Ava pakend ettevaatlikult, et kondoomi mitte vigastada. Ära rulli kondoomi enne kasutamist lahti.
- Pigista kondoomi ots kahe sõrmega kokku, nii et sinna jääks umbes sentimeeter vaba ruumi sperma jaoks.
- Kondoomi otsast kinni hoides rulli kondoom täies pikkuses lahti üle kõvastunud peenise.
- Pärast seemnepurset võta peenis välja, enne kui erektsioon täielikult kaob, ning hoia seejuures kinni kondoomi servast, et vältida sperma väljatilkumist.
- Tõmba kondoomile sõlm peale ja viska ohutult ära.

Maini ka seda, et kondoomi tuleb hoida jahedas ja kuivas kohas.

Kokkuvõte

Juhi grupi tähelepanu sellele, et pärast harjutamist võtab kondoomi õige kasutamine väga vähe aega.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Tuleta meelde, et seksist hoidumine või kondoomi kasutamine seksuaalsuhtes on ainsad võimalused ennetada nii soovimatut rasedust kui ka HIV jt STLH nakatumist. Paljud uurimused on siiski näidanud, et kuigi noored on kondoomide kaitsvast toimest teadlikud, ei kasuta nad neid. Sageli on selle põhjuseks kondoomi kasutamise oskuste puudumine või ebakindlus nende ostmisel, aga ka negatiivsed hoiakud kondoomi kasutamise suhtes. Seetõttu on kondoomiharjutuste lülitamine ennetusprog-

rammi kriitilise tähtsusega. Samuti tuleb olla valmis vastama kondoomide kohta korduvalt esitatud küsimustele (vaata tekstikasti allpool).

5. ERGUTUSMÄNG

Osalejatel palutakse teistele ette näidata oma töös kasutatavaid ergutusmänge.

6. TEEMA: MOTIVEERIVAD VAHENDID JA TEHNIKAD

Teema sissejuhatusena antakse osalejatele võimalus rääkida noored noortele töö tähendusest nende jaoks, et seeläbi uurida ja suurendada koolitavate motivatsiooni noorte tervisekasvatuse vallas töötamiseks.

Sessioon jätkub aruteluga teemal, milliste vahendite ja meetoditega saab noori julgustada tervisedendamist tõsiselt võtma, olgu siis tegu nende enda tervise kaitsmisega või teiste tervisest hoolimisega. Taoliste kasulike tehnikate ja vahendite hulka kuuluvad – külalisesineja, kes jagab kuulajaskonnale oma kogemusi, enimhaavatavate gruppide esindajate kaasamine või sobiv film või osa filmist.

KORDUVAD KÜSIMUSED KONDOOMIDE KOHTA:

Kas kondoomi saab korduvalt kasutada?

Ei, ühte kondoomi võib ainult ühe korra kasutada.

Kas kondoomiga koos peaks kasutama libestusainet e lubrikanti?

Libestusaine aitab ära hoida kondoomi purunemise. Enamik kondoomi on juba tootmisel lubritseeritud. Kui kondoom ei ole libestusainega, siis kasuta ainult veel põhinevaid libestusaineid – ära mitte kunagi kasuta kondoomi libestamiseks õli või rasvaineid, kuna need võivad põhjustada kondoomi purunemise.

Kas kondoomid vähendavad tundlikkust?

Tänapäeval on kondoomid väga õhukesed, kuid äärmiselt tugevad. Paksus ei tähenda alati tugevust. Õhukesed kondoomid praktiliselt ei vähenda tundlikkust või teevad seda minimaalselt.

Kas kondoom võib tupes või pärakus maha libiseda?

Jah, kuid mitte siis, kui see on õigesti peale pandud – loe hoolikalt instruktsiooni ja harjuta enne omaette!

Kas on olemas erineva suurusega kondoomi?

Tavaliselt sobib üks suurus kõigile.

Mis on naistekondoom?

Naistekondoom on tugev, pehmest läbipaistvast polüuretaanist tehtud kondoom. See paigaldatakse naise tuppe ja ta hoiab ära kokkupuute mehe seemnevedelikuga. Naistekondoomi saab naine ise paigaldada igal ajal enne vahekorda ja eemaldada pärast vahekorda.

Koostatud järgnevate materjalide põhjal: School Health Education to Prevent AIDS and STD, A resource package for curriculum planners, WHO, UNESCO, 1994.

HARJUTUS 1: MIKS ME SEDA TÖÖD TEEME?

Eesmärgid

Osavõtjad teadvustavad noorte koolitajatena töötamise motivatsiooni. Grupi ühtekuuluvustunne kasvab, kui osavõtjad jagavad oma tundeid teiste grupiliikmetega avatud vestluses. Grupi arusaamine tehtava töö tähtsusest tõstab koolitavate motivatsiooni töötamiseks ja noored noortele võrgustiku liikmena tegutsemiseks.

Aeg

45 minutit

Vahendid

Mugav koht, kus osalejad saaksid segamatult grupis istuda

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Alusta harjutust, meenutades grupile privaatsuse ja jagatava info konfidentsiaalsuse põhireegleid. Selgita, et ehkki osavõtjad räägivad oma isiklikest kogemustest, ei pea nad tundma kohustust paljastada rohkem, kui neile endale sobib. Iga osavõtja ise peab otsustama, kui sügavale ta minna soovib. Kuna tegu on koolituse ja mitte terapeutilise sessiooniga, siis valusaid minevikukogemusi on parem arutada mõnes teises olukorras.

Jaga grupiga oma tundeid selle kohta, kui oluline on su jaoks noored noortele koolitus ja tervise edendamine. Näiteks võib tuua mõne isikliku kogemuse, mis mõjutas sind praegust tööd valima, ja/või rääkida oma erialasest karjäärist, mis on sind selle töö juurde toonud.

Nii näitad osalejatele, et selles harjutuses sobib rääkida isiklikest kogemustest. Eneseavamine ja üleskutse vabalt rääkida avavad ukse kõigile osalejatele, kes soovivad suhelda isiklikumal tasandil. Grupp võib sellisel tasemel koostööks valmis olla, eriti, kui koolituse varasemad tegevused on neis tekitanud ühtekuuluvustunde. Ideaalne oleks korraldada sellele harjutusele eelneval õhtul meeldiv ja lõbus ühisüritus või -tegevus, kus osalejad saaksid ennast vabalt tunda.

Mõned osalejad ilmselt tulevad kaasa ning jagavad kogemusi oma elus toimunud sündmustest või kaotustest, mis on neis tekitanud soovi töötada noored noortele koolitajana.

Kokkuvõte

Täna osalejaid avatud osalemise eest. Selgita, et koolitusi sisse juhatahes võivad noored noortele koolitajad lühidalt selgitada, miks nad seda tööd teevad (mõnikord nimetatakse seda sessiooni "Miks me siin oleme"). Kogemuste jagamise läbi kasvab nende usaldusväärsus ning seeläbi võtab kuulajaskond neid tõsisemalt; ka võib see aidata kuulajatel iseendas räägituga kontakti leida.

Grupiarutelu valitud motivatsiooni loomise vahenditest

Külalisesineja kutsumine

Osalejatele antakse seminaridel või koolitustel võimalus jagada oma töökogemusi külalisesinejaga (näiteks HIV-positiivse inimesega). Koolitaja juhivad tähelepanu sellele, kui väärtuslik motiveeriv vahend selline külalisesineja olla võib. Oluline on rõhutada ka seda, et selliseid inimesi tuleks pigem täielikult programmi protsessi kaasata kui ainult külalistena kasutada (vaata allpool).

Enimhaavatavatest gruppidest inimeste integreerimine programmi

Noored noortele koolituses on väga oluline enamhaavatavatest gruppide esindajate kaasamine. HIV-positiivsete või teiste eluraskustes ja tõsiste terviseprobleemidega inimeste kaasamine ulatus võib olla erinev. Eelistatud on, et neid kaasataks juba noored noortele programmi planeerimisse, kuid kindlasti tuleks neid kaasata koolituste läbiviimisel. See aitab tõsta osalejate motivatsiooni ning aitab neil erinevaid probleemküsimusi tõsisemalt võtta.

Video motiveeriva vahendina

Osalejatele näidatakse sobivat filmikatkendit, millele järgneb arutelu. Juhendaja suunab osalejad mõtlema, kuidas noored noortele koolituste raames filme/videosid kasutada. Kindlasti tuleb rõhutada, et videote kasutamisel on tähtis video esmalt ise läbi vaadata ning selle kasutamine ette valmistada. Näiteks tuleks koolitajal välja mõelda mõned võtmeküsimused, et alustada ja juhtida video vaatamisele järgnevat arutelu.

HARJUTUS 2: KUJUTLUSMATK – HIV-TESTIMINE²⁴

Eesmärk

Osalejad mõistavad paremini HIV-testimise kogemust ja testimise tähendust testi tegijate jaoks

Aeg

45 minutit

Vahendid

Kott või müts, kus on kahte erinevat värvi paberitükid ja mõned üksikud kolmandat värvi paberitükid

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Protsess

Selgita osalejatele, et alustate kujutlusmatka, mis aitab neil kogeda testimise ja nõustamise protsessi.

Palu igal osalejal kotist või mütsist võtta üks paberitükk ja see alles hoida. Ütle (teksti võib vajadusel kohandada): *“Teil võib olla parem ette kujutada kinnisilmi. Kujutle, et on hommik ja sa oled kodus oma voodis. Heliseb äratuskell ja kuni sa selle käsikaudu kobades välja lülitad, ärkad sa aeglaselt*

üles. Tunned end väsinuna ning sinu pea tundub raske, raskem kui tavaliselt. Tegelikult tundub sulle, et sul on palavik, ja iga liigutus teeb haiget. Sa ajad end vaevaliselt üles ja otsustad, et ei lähe kooli/tööle, vaid hoopis arsti juurde selgitamiseks, mis sul viga on.

Pärast läbivaatust ütleb arst, et kõik saab korda, sul on lihtsalt kerge külmetus (gripp). Koduteel meenub sulle, et kabineti ukse taga mõtlesid sa sellele, et sa pole kunagi HIV-testi teinud. Võib olla peaks seda tegema? Kui sa koju jõuad, siis helistad vastuvõttu ja lepid HIV-testi tegemise aja kokku. Sa valmistad ennast testi tegemiseks ette.

Käes on testi tegemise päev. Mõttele oma teekonnale haiglasse. Kas sa sõidad sinna bussi või autoga või hoopis jalutad? Kujutle, milline haigla välja näeb. Võib-olla on ukse peal haigla nimi või on tegemist anonüümse testimiskohaga. Sa astud sisse, sulle antakse number ning sa ootad oma järjekorda. Lõpuks võtab nõustaja sind vastu. Ta küsib mõned küsimused sinu varasema käitumise kohta – kas sa oled tarvitanud narkootikume, missugune on sinu seksuaalelu. Seejärel võetakse vere- või süljeproov ning sulle antakse uus aeg testi vastuse saamiseks.

Aeg möödub ning viimaks jõuab kätte päev, mil sa lähed haiglasse oma testi tulemust teada saama. Hommikul, kui sa end pesed, mõtled sa sellele, mis tunne oleks saada positiivne testitulemus. Tee haiglasse on sulle juba tuttav. Teel olles meenuvad sulle mõned seigad minevikust, mil sul oleks võib-olla olnud oht nakatuda HIVi. Sisened haiglasse ja ütled registratuuris oma nime. Oodates näed, kuidas nõustaja teiste klientidega kabinetist sisse ja välja liigub. Nüüd võtab nõustaja sind vastu ja palub kabinetti järgneda. Sinu testitulemuse numbrit võrreldakse sinu käes oleva numbriga, kinnitamaks, et testi vastus on kindlasti sinu oma. Kui olete kindlaks teinud, et numbrid klappivad, avab nõustaja vastuste andmiseks sinu toimiku.”

Võta kotist paberitükk ja jätkka: “Need, kes said (nimeta värv) paberitüki, on HIV-positiivsed. Need, kes said (nimeta värv) paberitüki, said negatiivse testitulemuse. Kui te võtsite kolmandat värvi paberi, siis on teie vastus selgusetu ja tuleb teha kordustest.”

Vaiki mõned hetked ning seejärel jätkka: “Mõttele, kas sa tahaksid midagi öelda või näiteks nõustajalt midagi küsida. Võib-olla sa mõtled, kellega seda uudist jagada.”

Lõpeta harjutus järgmiste sõnadega:

“Nüüd ma palun teil kujutlusmatkalt tagasi tulla ja meelde tuletada, kus te tegelikult olete. Tegu oli harjutusega ja te ei viibi haiglas. Kui olete valmis, siis avage oma silmad, et saaksime tekkinud mõtteid ja tundeid omavahel jagada.”

Lase grupil ülesandest saadud kogemusi arutada. Ole valmis tugevateks emotsioonideks, eriti juhul, kui grupis juhtub olema neid, kes on päriselt testi teinud ja HIV-positiivseks osutunud. Lase osavõtjatel jagada oma tundeid, kuid tuletada meelde, et grupis võib olla inimesi, kes on HIV/AIDSist mõjutatud.

Kokkuvõte

Pööra tähelepanu sellele, et mõnikord saadavad inimesed teisi HIV-testi tegema, ilma et nad selle üle sügavamalt järele mõtleks või testimise tähendust mõistaks. Maini ka, et mõnikord võivad HIV-positiivse testitulemuse saanud inimesed seda uudist kiirustades teistele rääkida. Kui uudise tegelik tähendus neile viimaks kohale jõuab, siis nad mõnikord kahetsevad seda. Seetõttu tuleks paluda inimestel hoolikalt kaaluda, kellega nad seda uudist jagavad.

Märkus: Kindlusta, et Sul oleks selle harjutuse läbiviimiseks vähemalt 45 minutit ja püüa vältida selle harjutuse jätmist päeva või koolituse viimaseks harjutuseks, kuna mõni osaleja võib pärast harjutust vajada aega, et end emotsionaalselt koguda.

Alternatiivse harjutuse "Vallaliste nädalalõpupidu" eesmärk on HIV/AIDSi ennetustööga seotud motivatsiooni kasvatamine. Harjutus on toodud lisas 5, lk 174.

7. JÄLLE ROLLIMÄNG

Nagu varem sai esile toodud, on rollimäng noored noortele koolituses väga kasulik. Nii on selle meetodi kasutamiseks vajalike oskuste kujundamisele pühendatud veel üks sessioon.

HARJUTUS: TRIAADID – VÕITLUS TÄHELEPANU EEST²⁵

Eesmärgid

Osavõtjad harjutavad eesmärgini jõudmist improviseeritud rollimängus teineteist kuulates ja valikulist tähelepanu kasutades.

Aeg

30–40 minutit

Vahendid

3 tooli

Sobib kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel, noored noortele koolitajate väljaõppes

Protsess

Palu osalejatel istuda poolringi. Aseta ringist pisut eemale kõrvuti 3 tooli nii, et need oleksid kõigi vaateväljas. Palu kolmel vabatahtlikul istuda toolidele näoga ülejäänud grupiliikmete poole.

Selgita osalejatele, et see mäng annab võimaluse harjutada eesmärgi saavutamise nimel näitlemist ja kuulamisoskust.

Alusta harjutust, öeldes: "See, kes keskmisel toolil istub, on "kuulaja", kelle ülesandeks on kuulata ja tähele panna mõlemat mängijat oma kõrval. Paremal toolil istuv inimene peab järjekindlalt püüdma kõita ja hoida kuulaja tähelepanu, rääkides talle mingist väljamõeldud probleemist. Vasakul käel istuv mängija peab samuti püüdma hoida kuulaja huvi ja tähelepanu, rää-

kides talle oma imepärasest, hämmastavast tööst, mida ta nii väga armastab. Te võite välja mõelda ükskõik millise töö. Mõlemad kuulaja tähelepanu püüdvad inimesed peavad tähele panema ka teineteist, kuid seejuures keskenduma ainult kuulajale.”

Kõik osalejad proovivad järjekorras läbi kõik kolm positsiooni, liikudes kogu aeg ühe koha võrra mööda suurt ringi edasi.

Harjutuse ajal võid sa aidata osalejaid, kes sinu arvates vajaksid natuke treenimist, näiteks julgusta neid rohkem püüdma kuulaja tähelepanu enesele tõmmata. Sa võid vahepeal mängu katkestada, et näidata intensiivsemaid võimalusi kuulaja tähelepanu köitmiseks. Üks võimalus selleks on emotsionaalsust “juurde keerata” – s.t elavalt näidata, kui meeletult sa püüad tähelepanu võita.

Kokkuvõte

Lase osalejatel rääkida, mida nad selle harjutuse ajal kogesid, ning küsi, kas mängus oli nende jaoks eriti meeldejäävaid momente. Samuti küsi osajatelt, kas kuulaja tähelepanu võitmiseks kasutati mingeid eriti tõhusaid strateegiaid.

8. PÄEVA KOKKUVÕTE

Lühike tagasivaade päeva jooksul käsitletud teemadele. Osalejatel palutakse tagasi mõelda päeva tegevustele, tuletades meelde mõningaid keskseid teemasid, ning nad saavad anda tagasisidet ka selle kohta, kuidas nende arvates koolitus üldiselt läheb.

KOOLITUSKAVA KIRJELDUS PÄEVADE LÖIKES- 4. PÄEV

NR	PÄEVAKAVA PUNKT	EESMÄRGID
1.	Venitusharjutus	
2.	Tagasiside kolmandast päevast	Anda võimalus järjepidevalt seminarini hinnata
3.	Usalduse loomine Harjutus: • Paju tuules	Anda osalejatele kogemusi usalduse loomise harjutuste kasutamisest
4.	TEEMA: Töö enimhaavatavate noortega Harjutused: • Üks päev minu elus (Peamiste sihtrühmade määratlemine) • Probleemipuu analüüs • Noored noortele lähenemisviisi enamhaavatavate noorteni jõudmiseks	Aidata osalejatel mõista, et haavatavuse juured on ühiskonnas, ja teha kindlaks haavatavuse põhjuste ja tagajärgede vahelised seosed Teha kindlaks noored noortele meetodi sobivus enimhaavatavate gruppideni jõudmiseks
5.	Päeva kokkuvõte Grupiekskursioon	

1. VENITUSHARJUTUSED

Kutsu osalejaid grupile venitusharjutusi ette näitama. Mitmed koolitatavad saavad järgemööda näidata, milliseid lihaseid venitada.

2. TAGASISIDE KOLMANDAST PÄEVAST

Tagasisidegrupp esitab kokkuvõtte osalejatelt kolmanda päeva kohta kogutud tagasisidest.

3. USALDUSE LOOMINE

Neljandat päeva alustab grupp mänguga "Paju tuules" (vaata kirjeldust allpool). Pärast mängu selgitab koolitaja, et mängus käsitleti "ohustatuse tunnet" ja "usalduse loomist". Seetõttu oli see sobiv sissejuhatus järgmisesse sessiooni, mille teemaks on töö ohustatud noortega.

HARJUTUS: PAJU TUULES²⁶

Eesmärk

Osalejad õpivad usaldust looma

Aeg

30 minutit

Sobilik kasutamiseks

Kõikidel koolitustel

Vahendid

Ala, kus osalejad saaksid vabalt ja mugavalt liikuda ning moodustada 8

inimesest koosnevaid ringe. Eelistatud oleks pehme põrand (vaipkate), kuid see pole esmatähtis.

Protsess

Sea osalejad ruumi keskele, kus oleks võimalik vabalt moodustada vähemalt kolm ringi, kus igas ringis on kaheksa inimest. Iga moodustatud ringi ümber peab jääma ka natuke liikumisruumi. Toolid viige kas ruumist välja või tõstke seina äärde.

Selgita, et selle grupiharjutuse eesmärk on usalduse loomine ning seetõttu tuleb juhiseid hoolikalt tähele panna. Äärmiselt oluline on, et iga mängija juhiseid väga hoolikalt järgiks, kuna muidu võib keegi haiget saada. Iga osaleja saab võimaluse ringi keskel "paju" olla, kuid ainult siis, kui ta seda ise soovib. Paju hakkab tuule käes õõtsuma, kuid samas tuul ka toetab teda.

Palu osalejatel õlg-õla kõrval ringjoonele seista ja vaadata otse ringi keskele, kus üks osalejatest seisab. Selgita, et keskel seisev inimene on "paju". Palu kõigil ringis seisjatel hoida oma käed ringi keskel seisva inimese rinnal kõrgusel peopesadega tema poole. Jalad peaksid olema veidike harkis ning üks teisest natuke eespool ja põlved veidi kõverdatud, et nad tasakaalu ei kaotaks, kui keegi nende peale oma keharaskusega kaldub. Näita ette, kuidas nad seista võiksid. Jälgi ringi niipalju kui võimalik.

Selgita, et ringi keskel seisev inimene peab kogu aeg hoidma end sirgelt nagu post, käed üle rinnal risti ning käelabad kaenla all. Kui ta on valmis alustama, peaks ta esmalt ütleva mõned teemakohased laused ja seejärel lausuma: "Olen valmis kukkuma." Ring peaks talle vastama "Oleme valmis püüdma." Seejärel ütleb keskel seisev inimene: "Ma kukun," ja ring vastab "Kuku aga."

Kui "paju" ringi peale vajuma hakkab, ole kindel, et ta jääb jäigaks ning piha ei paindu. Osalejad toetavad "paju" ja liigutavad teda aeglaselt mööda ringi edasi-tagasi. Lase ringis seisjaid vaikselt tuule häält teha.

Kokkuvõte

Kui "paju" on paar-kolm minutit ringi mööda liikunud, palu grupil "paju" tema õlgadest kinni võttes peatada ja püsti aidata.

Arutle grupiga, mida nad mängu ajal tundsid.

Märkus: On inimesi, kes kardavad seda mängu mängida. Neid ei tohiks kuidagi sundida ega survestada seda kaasa tegema. Alati tuleb austada inimese otsust mitte osaleda.

4. TEEMA: TÖÖ ENIMHAAVATAVATE NOORTEGA

Sessiooni eesmärgid: sessioonil on mitmeid eesmärke. Üheks eesmärgiks on aidata mõista riskifaktoreid, mis muudavad noored haavatavaks, ja seda, millised tagajärjed võivad olla probleemidel, millega noored tänapäeva ühiskonnas kokku puutuvad. Sessioon annab võimaluse kujundada

teadlikkust sellest, kuidas stigma ja diskrimineerimine võivad suurendada inimeste haavatavust ning ühtlasi jagada kogemusi ning häid näiteid tööst enimhaavatavate noortega.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Oma elu jooksul käituvad riskivalt ilmselt paljud noored, näidetena võib tuua ebatavalist seksuaalvahekorda, alkoholi tarvitamist, suitsetamist või illegaalsete uimastite proovimist jne. Seetõttu on nad rohkem ohustatud sellistest riskikäitumise tagajärgedest, nagu sugulisel teel levivad haigused, süstimise teel ülekanduvad haigused, HIV-nakkus jne. Oluline on mõista ka seda, et kõik noored ei ole siiski võrdselt ohustatud.

Noored noortele koolitajad võivad oma töös sageli jääda enda elu ja kogemuste nn turvatsooni ja mitte mõista enimhaavatavate rühmade spetsiifilisi vajadusi, kuna nende (sotsiaalmajanduslik) taust on sedavõrd erinev.

HARJUTUS 1: ÜKS PÄEV MINU ELUS

Eesmärk

Lua arusaam haavatavuse taustast ühiskonnas. Kasvatada teadlikkust enimhaavatavate gruppide stigmatiseerimisest ja diskrimineerimisest.

Aeg

40 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Vahendid

Viis paberilehte, millest igaühele on kirjutatud üks alljärgnevatest karakteristikust: noor HIV-positiivne naine, noor homoseksulaane mees, tänavalaps, noor süstiv narkomaan, noor prostitutsiooni kaasatu.

Protsess

Viiel vabatahtlikul palutakse kanda eelpool nimetatud silte ja mängida seda osatäitjat. Näiteks see, kes mängib tänavalast, jutustab lühidalt, mida ta sel päeval teinud on (alates hommikul ärkamisest).

Järgnevalt palutakse publikul igale "näitlejale" esitada nende elu kohta lisaküsimusi. Näitleja vastab oma rollist sõltuvalt kas siis tänavalapse, noore prostitutsiooni kaasatu, narkomaani vm positsioonilt.

Kokkuvõte

Grupp arutab kogemusi ja näitlejad võivad soovi korral kirjeldada, mida nad oma tegelast mängides tundsid.

HAAVATAVUS IDA-EUROOPAS JA KESK-AASIAS

Viimasel kümnendil on noorte haavatavus Ida-Euroopas ja Kesk-Aasias mitmete tegurite koosmõjul märkimisväärselt (ja ebaproportsionaalselt) suurenenud. Muutused regiooni sotsiaalses ja majanduslikus olukorras on viinud varem kehtinud sotsiaalse kontrolli ja väärtuste kokkuvarisemiseni. Kuna alternatiive pole tekkinud, siis tulemuseks on riskikäitumise tõus noorte seas, eriti on suurenenud noorte seksuaalne aktiivsus ja saanenud narkootikumide ning alkoholi proovimine.

Suurenenud vaesus, migratsioon ja sõjalised konfliktid; sissekirjutuse ja põhikoolihariduse kättesaadavuse vähenemine; koolivälise vaba aja veetmise võimaluste puudumine ja töötus (mis noorte hulgas on kolm korda kõrgem kui täiskasvanute seas) – kõik eelnimetatud põhjused suurendavad noorte haavatavust ja nende riskikäitumise ulatust. Riskifaktorite hulka kuuluvad ka päritolust, puude astmest, rahvusest või seksuaalsest orientatsioonist tingitud eemalolek ja diskrimineerimine ning suurenev imporditud illegaalsete uimastite (oopium ja heroiin) kättesaadavus.

Regioon on silmitsi tõsiasjaga, et sealne HIV-nakkuse levikutempo on kiireim maailmas ning nakkust annavad peamiselt edasi süstivad narkomaanid, kes on enamasti noored. Rohkem kui 1% noortest (noorematest kui iial enne – mõnes riigis näiteks 13-14-aastastest) süstib narkootikume.

HARJUTUS 2: PROBLEEMIPUU ANALÜÜS²⁷

Eesmärk

Võimaldada osalejatel määratleda noorte inimeste spetsiifiliste probleemide ja haavatavuse põhjused ning tagajärjed.

Võimaldada osalejatel kindlaks teha probleemide lahendamiseks võimalikud meetmed ja kus võiks noored noortele koolitus olla sobilikuks strateegiaks.

Aeg

75 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Vahendid

Kolm pabertahvliit ja piisavalt markerpliiatseid

Protsess

Joonista igale lehele puu, millel on suured juured ja lehtede ning viljadega oksad (vaata näide lisa lk 147). Anna lehed osavõtjatele. Puu tüvedele kirjuta järgmised probleemid:

- Tanja, 16-aastane, kolmandat kuud rase
- Ruslan, 19-aastane, süstiv narkomaan, 4 aastat HIV-positiivne
- Saša, 15-aastane, elab tänaval

1. osa. Ülesande alustamiseks palu osalejatel püsti tõusta, et teha mõned füüsilised harjutused. Anna järgmised juhendid ning mängi need ka ise kaasa:

- *Kasutame näitlemise vahendina oma keha. Kujutlege, et te olete väike seeme, laske põlvist alla ja võtke kerra. Kui ma hakkam kümnene lugema, alustage "kasvamist" (püsti tõusmist) puuks nii, nagu teie käed oleksid puu oksad ja sõrmed puuviljad.*
- *Tundke, kuidas leebe tuuleõhk liigutab oksa edasi-tagasi, siis tõuseb tuul tormiks ja seejärel vaibub taas." (Liigutage oma käsi alguses rahulikult ringi, siis tormakalt ja siis jälle rahulikult.)*
- *Las puu tunnetab iseennast. Liigutage natuke oma juuri (liigutage oma varbaid), oksa (käed) ja puuvilju (sõrmed).*
- *Nüüd kujutlege, et puu on mürgitatud. Mürk siseneb juurte kaudu puusse, liigub üles puuviljadesse (sõrmed surevad), okstesse (käed surevad) ja lõpuks puutüvesse. Kogu puu sureb. (Lõpeta põrandale maha kukkumisega.)*

Palu osalejatel istuda ning selgita, et puu saab eluks vajalikud toitained oma juurte kaudu. Aga kui "puuviljadega" hakkab juhtuma midagi halba, siis näitab see, et midagi on korrast ära. Kas ei jätku piisavalt toitaineid või on puu mürgitatud. Esmalt näeme maa peal toimuvaid muutusi – haigusnähud ilmuvad puuviljadel, lehtedel, okstel, puutüvel ja see võib viidata, et tegelikult on probleem juurtetasandil. Sama kehtib elu kohta: probleemid, mida me näeme, nagu HIV-nakkus ja abordid, on juba varem olemas olnud probleemide nähtavaks saanud tagajärjed (näiteks võib kaitsevahendite puudumise põhjuseks olla informatsiooni või terviseteenuste juurdepääsu puudumine).

Selgita, et probleemidel võivad olla nii kaudsed kui ka otsesed põhjused. Otsesed põhjused on selgemad ja neid on lihtsam leida kui kaudseid põhjuseid. Näiteks HIV-infektsiooni või soovimatu raseduse otsene põhjus võib olla see, et ei kasutatud kondoomi. Lapseas toimunud ärakasutamine, mis vähendab inimese enesekindlust, võib aga kaudselt viia kaitsmata seksuaalvahekorra. Vägistamine võib otseselt põhjustada soovimatut rasedust; sotsiaalsed normid, mis "sallivad" naistevastast vägivalda aga võivad viia vägistamiseni ja seetõttu kaudselt suurendada soovimatute raseduste hulka.

2. osa. Jaga grupp kolmeks ja selgita, et iga grupp asub juurdlema ühe noore inimese probleemide üle (vaata eelpool toodud kolme juhtumit).

Palu igal grupil mõelda probleemi võimalikele põhjustele ning kirjutada need puu juurtele. Järgnevalt peaksid nad sama tegema tagajärgedega, kirjutades need puu okstele ning puuviljadele. Palu igal grupil leida ka kõikide faktorite vahelisi seoseid ning nende seoste näitlikustamiseks joonisel kasutada nooli. Ülesande täitmiseks on aega ligikaudu 20 minutit.

Järgmised 10 minutit lase gruppidel:

- arutada võimalike probleemi lahendamise või leevendamise tegevuskava ja meetmete üle;
- mõelda, kus ja kuidas saaks kasutada noored noortele koolitust.

Palu väikestel gruppidel oma probleemipuud teistele osalejatele tutvustada. Pärast iga esitlust lase grupil arvamust avaldada või küsimusi esitada. kuid nad seda soovivad.

Kokkuvõte

Selgita, et meeste ja naiste paljude probleemide "üldised" juured võivad olla erinevad ning et erineda võivad ka soopõhised tagajärjed. Näiteks kaitsmata seksuaalvahekorras olnud noorele naisele võib see põhjustada nii sotsiaalselt kui ka tervise aspektist lähtuvalt palju rohkem võimalikke negatiivseid tagajärgi kui mehele.

Juhi grupi tähelepanu sellele, et noored noortele koolitusega võib täiendada teisi konkreetse probleemi lahendamiseks välja pakutud strateegiad või meetmeid.

HARJUTUS 3: NOORELT-NOORELE LÄHENEMISVIIS ENIMHAAVATAVATE NOORTENI JÕUDMISEKS

Eesmärgid

Jagada kogemusi ja luua arusaam noored noortele tänavatöö lähenemisviiside peamiste tunnuste kohta

Aeg

20 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel

Vahendid

Pabertahvel ja markerid, sisukokkuvõtted (vaata allpool)

Protsess

Joonista pabertahvli lehele sarnane tabel, nagu noored noortele lähenemisteede tüübid (A) (vaata lisa 4, lk 153), täida ära ainult pealkirjade lahtrid.

Palu osalejatel, kellel on kogemusi noored noortele meetodi kasutamisel enimhaavatavate noorteni jõudmiseks, kirjeldada lühidalt nende osalusel ellu viidud projektide eesmärgid ja tegevusi.

Juhi saadud info põhjal grupiarutelu, leidmaks peamised erinevused tava-noorte hulgas läbiviidava noored noortele koolituse (nn kasvatuslik lähenemisviis) ja enimhaavatavate noorteni jõudmiseks vajalike noored noortele meetodite vahel (tänavatöö lähenemisviis).

Palu osalejatel mõelda järgnevatele pabertahvlile kirjutatud aspektidele:

- Võimalikud kohad
- Tegevuste tüübid
- Kasutatavad meetodid
- Grupi tüüp ja suurus

Arutage osalejatega neid aspekte ja kirjutage nende ideed/järeldused pabertahvlile.

Eesmärgiks on arendada pabertahvlile välja sarnane noored noortele lähenemisteede (A) tüüpide tabel. Lisaks võib juhendaja lühidalt mainida noored noortele koolitajate valiku, koolituse ja toetuse erinevaid nõudeid olenevalt sellest, kas nad valmistatakse ette tänavatöökaks või tavanooete projektiks. Seda küsimusteringi käsitletakse põhjalikumalt järgmistes koolitussessioonides.

Kokkuvõte

Jaga osavõtjatele paljundatud noored noortele lähenemisteede tüübid (A) (vt lisa 4, lk 153).

5. PÄEVA KOKKUVÕTE

Lühike tagasisaade päeva jooksul käsitletud teemadele. Osalejatel palutakse mõelda tagasi päeva tegevustele, tuletades meelde mõningaid keskseid teemasid, ning nad saavad anda tagasisidet ka selle kohta, kuidas nende arvates koolitus üldiselt läheb.

GRUPI EKSKURSION

Seminari jooksul oleks hea lasta osalejatel lõõgastuda. Võimalda osalejatele vaba päraatlõuna või korralda grupiekskursioon neile huvi pakkuvasse kohta, aga lase igaühel ise otsustada, kas ta soovib ekskursioonil osaleda või eelistab jääda hotelli puhkama, lugema, tööd tegema või minna omaette ümbruskonda uurima.

KOOLITUSKAVA KIRJELDUS PÄEVADE LÕIKES- 5. PÄEV

NR	PÄEVAKAVA PUNKT	EESMÄRGID
1.	Venitusharjutus	
2.	Tagasiside neljandast päevast	Anda võimalus järjepidevalt seminari hinnata
3.	Usalduse loomine Harjutus: • Ahhaa, mina olin ka seal	Anda osalejatele grupitunde kujundamise harjutuste kogemus
4.	TEEMA: Kaasjuhendamise oskused Harjutused: • Kehva kaasjuhendamise rollimäng • Mida Sa teeksid, kui...	Luu ja arendada osalejate
5.	Osaleja(te) poolt välja pakutud ergutusmängud	Jagada ergutusmängudega seotud kogemusi osalejate vahel
6.	TEEMA: Noored noortele koolitajate värbamine, koolitus ja supervisioon Harjutused: • Noored noortele koolitajate värbamine ja supervisioon • Noored noortele koolitajate koolituse ettevalmistamine	Anda osalejatele vajalikud oskused noored noortele koolitusprogrammide väljatöötamiseks Anda osalejatele noored noortele koolitajate valiku kriteeriumite, superviseerimise ja toetuse alasid juhtnööre
7.	TEEMA: Nõustamine versus koolitus Harjutus: • Lumepallivõistlus	Võimaldada osalejatel mõista noored noortele nõustamise ja koolitamise kontseptsioonidevahelisi erinevusi Selgitada osalejatele individuaalse noored noortele toetuse pakkumiseks vajalikke oskusi ja omadusi Tõsta teadlikkust noored noortele nõustamistegevuste võimaluste, takistuste ja piirangute osas
8.	TEEMA: Koostöö noorte ja täiskasvanute vahel	Tõsta teadlikkust noorte ja täiskasvanute koostöö olulisusest noored noortele koolituste kujundamisel ja elluviimisel Näidata noorte ja täiskasvanute koostöö strateegiaid
9.	Päeva kokkuvõte	

1. VENITUSHARJUTUSED

Kutsu osalejaid grupile venitusharjutusi ette näitama. Lase mitmel koolitaval järgemööda näidata, milliseid lihaseid venitada.

2. TAGASISIDE NELJANDAST PÄEVAST

Tagasisidegrupp esitab kokkuvõtte osalejatelt eelmise päeva kohta kogutud tagasisidest.

3. GRUPITUNDE KUJUNDAMINE

Sobiv grupitunde kujundamist toetav harjutus on „Ahhaa, mina olin ka seal“ (vaata harjutuse kirjeldust esimesest päevast, lk 50).

4. TEEMA: KAASJUHENDAMISE OSKUSED

Sessiooni eesmärgid: koolituse läbiviimine kahe või enama juhendaja koostöös nõuab spetsiifilisi oskusi. Sessiooni eesmärgiks on tõsta teadlikkust sellest, et hea meeskonnatöö suurendab koolitusprogrammi edu. Sessioon pakub võimaluse kaasjuhendamise oskusi vaadelda ja arendada läbi interaktiivsete harjutuste.

HARJUTUS 1: KEHVA KAASJUHENDAMISE ROLLIMÄNG²⁸

Eesmärk

Tuua välja kaasjuhendamise olulised aspektid ja näidata kehva kaasjuhendamist läbi huumoriprisma

Aeg

40 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Vahendid

Mitte midagi

Protsess

Kaks koolitajat etendavad olukorra, mis toob välja kõikvõimalikud halva koostöö küljed, näiteks, teineteise sage katkestamine, teineteisele vastu rääkimine, pidev tähelepanu keskpunkti trügimine jne.

Kokkuvõte

Küsi osalejatelt, mida nad rollimängust arvavad. Palu neil tuua konkreetseid näiteid halvast kaasjuhendamisest. Küsi neilt, mida oleks pidanud selle asemel tegema.

HARJUTUS 2: MIDA SA TEEKSID, KUI...²⁹

Eesmärk

Õpetada osalejaid kaasjuhendamisel koheselt mõtlema/reageerima

Aeg

30 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Vahendid

Osalejatele jagamiseks kaasjuhendamise stiilid ja kaasjuhendamise küsimustikud (vt lisa 4, lk 155 ja 156)

Protsess

Lase osalejatel võtta paaridesse ja täita kaasjuhendamise küsimustik. Luba neil ise otsustada, kuidas nad seda teevad.

Lõpetuseks

Küsi osalejatelt, kuidas nad otsustasid küsimustiku täita (näiteks, kas nad tegid seda individuaalselt või koos)? Mida nad oma kaaslase kohta kaasjuhendamise osas teada said? Millistel juhtudel võib olla raske kaaslasega ühiselt juhendada? Kuidas nad sellised raskused ületaksid? Anna kätte jao-
tismaterjal kaasjuhendamise stiilidest.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Kaasjuhendamise "jah"-id ja "ei"-d

Enne koolitust leppige kaasjuhendajaga täpselt kokku, milliseid teemasid kumbki käsitleb. Pidage täpselt kinni kokkulepetest selles osas, kes mida teeb ning millises ajaraamis ta seda teeb.

- **Olge ajas.** Ärge hilinege. Olge mõlemad piisavalt vara kohal, et ruum ette valmistada.

- **Vastutage ise ajast kinnipidamise eest.** Ärge paluge oma kaasjuhendajal kella vaadata, et teile märku anda, kui teie aeg on läbi. Kandke ise kella kaasas ja vaadake seda vahetevahel, et olla teadlik, kui palju teil veel aega on.

- **Alustage ja lõpetage õigel ajal.** Ärge ületage kokkulepitud ajapiire, ei osalejate ega ka oma kaasjuhendajaga. Kui olete aja ületanud ega ole läbinud kõiki algselt planeeritud teemasid, siis lõpetage õigel ajal ning püüdke järgmisel korral lihtsalt aega paremini kasutada. Pidage meeles, et osalejad saavad soovi korral alati teiega rääkida peale sessiooni lõpu.

- **Toetage oma partneri juhtimist.** Ärge segage vahele või vaidlustage partneri öeldut. Oodake, kuni kaasjuhendaja kutsub teid rääkima. Te saate alati rääkida osalejatega hiljem andmaks neile korrektset informatsiooni ning te võite oma teemakohaseid teadmisi lisada ka siis, kui on uuesti teie kord esineda.

- **Kui vajate abi, siis kutsuge kaasjuhendaja rääkima.** Ärge eeldage, et nad ise tulevad teid päästma. Küsi: "Jaan, kas Sul on midagi lisada?" või "Tiina, kas Sa tead selle küsimuse vastust?"
- **Kui teie partner esineb, siis istuge piisavalt eemale.** Ärge istuge oma partneri kõrvale ega peitke ennast sinna, kust tema teid ei näe. Istuge kõrvale nii, et teil oleks pilkkontakt esinejaga ning ka üldine ülevaade toimuvast.
- **Keskenduge sellele, mida teie partner räägib.** Kui te ise ei esi- ne, siis ärge tegelege teiste asjadega (nagu näiteks lugemine, kodutööd või kalendri täitmine). Kui te esinete pärast kaasjuhendajat, püüdke va- hepeal viidata ka sellele, mida teie partner rääkis. Kui te pöörate oma kaasjuhendajale tähelepanu, siis teevad seda ka osalejad.
- **Aidake, kui vaja.** Ärge andke tegevuste elluviimiseks juhiseid, mis on vastupidised sellele, mida teie partner teha püüab.
- **Tehke oma partnerile komplimente.** Ärge laimake partnerit. Õelge oma kaasjuhendajale, mis teile tema esinemises meeldis (tooge välja asju, mida nad ütlesid ja mida nad tegid). Positiivne tagasiside konkreetsete tegevuste kohta tähendab seda, et neid korratakse ka hiljem. Olge ette- vaatlik oma partneriga naljatamisel, eriti kui see jätab grupi kõrvale või alandab kedagi. Positiivne, toetav kaasjuhendajate vaheline suhe loob osalejatele turvalise õpikeskkonna. Juhendajate vahelised head suhted on grupi õppimisprotsessiks esmatähtsad.

5. OSALEJATE SOOVITATUD ERGUTUSMÄNGUD

Osalejatel on võimalus jagada oma jäämurdjate/soojendusharjutuste juhti- mise alaseid teadmisi.

6. TEEMA: NOORED NOORTELE KOOLITAJATE VÄRBAMINE, KOOLI- TAMINE JA SUPERVISIOON

Sessiooni eesmärgid: anda osalejatele vajalikud oskused noored noorte- le koolitusprogrammide väljatöötamiseks ning juhtnööre noored noortele koolitajate valikukriteeriumite, superviseerimise ja toetuse kohta

OLULISED VALIKUKRITEERIUMID NOORED NOORTELE KOOLITAJATE VÄRBA- MISEL:

- head suhtlemisoskused, sealhulgas kuulamisoskus
- sihtrühma austus ja tunnustus
- mittehinnanguline hoiak
- enesekindlus ja juhiomadused
- aeg, energia ja motivatsioon selleks tööks
- võime olla omasugustele rollimudeliks

HARJUTUS 1: NOORED NOORTELE KOOLITAJATE VÄRBAMINE JA SUPERVISIOON

Osalejad viivad läbi improviseeritud rollimänge ja arutavad erinevaid strateegiaid, mida nad kasutavad noored noortele koolitajate värbamiseks ja superviseerimiseks.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Noored noortele koolitajate meeskonna loomine

Pärast noored noortele koolitajate grupi värbamist ja koolitust on kasulik koostada ning ühiselt allkirjastada vastastikuste ootuste leping. Leping peaks välja kujunema kogu grupi ühistöös ning kirjeldama seda, mida kõigilt programmis osalejatelt oodatakse (kaasa arvatud koolitajate meeskonnalt). Igal juhul peaks leping sisaldama järgmisi juhtnööre: respektierida osalemist, teavitada teisi, kui grupi liikmed teavad, et nad puuduvad (näiteks peavad nad arsti juurde minema), täpsus, pidada kinni kokku lepitud põhireeglitest jne. Osalejad peavad aru saama, et kui nad mõnelt koolitussessioonilt puuduvad, siis nad vastutavad puuduva info endale selgeks tegemise eest. Selgita, et liigne puudumine ja pidev hilinemine võivad viia selleni, et hinnatakse üle kellegi gruppi kuulumise sobivus ning et osalejaid hoiatatakse, kui kerkib üles nende grupis jätkamise küsimus.

Kõikidel grupi liikmetel peaksid olema kindlad põhioskused, kuigi mõni võib antud valdkonnas iseäranis andekas spetsialist olla. Kogemused näitavad, et paljud noored noortele koolitusgrupid kipuvad sõltuma konkreetsete teemadega tegelevatest inimestest. Näiteks võib grupp teadusliku/meditsiinilise informatsiooni edastamisel hakata liigselt sõltuma ühest-kahest koolitajast. Juhul kui grupi "eksperte" ei saa koolitussessiooni kaasata, võivad teised tunda end nende õppetükkide andmiseks ebakompetentsete ja vähe kvalifitseeritutenä.

Seetõttu on oluline kindlustada, et iga grupis olev noored noortele koolitaja arendaks oma oskusi ja enesekindlust nii, et igaüks oleks võimeline katma õpetatava teema kõiki aspekte. Kuidas saavutada, et see ka nii juhtuks? Ideaalne oleks, kui jõuaksite grupi väljaõpetamisel sellisele tasemele, et neist enamik oleks koheselt võimeline ette näitama mingi harjutuse läbiviimist või teema õpetamist, kui te mingi koolitusteema välja pakute. Juba koolituse varases staadiumis tuleb osalejatele õpetada, et nad vastutavad kogu nõutud programmi omandamise eest. Üheks kvaliteedi tagamise võimaluseks on sertifitseerimine või tasemetest, milleks osalejad saavad eelnevalt ette valmistuda. Osalejad võivad hinnata koolituse läbimist märkiva tunnistuse saamist, kuna see lisab enesekindlust ning näitab saavutust, mille üle uhkust tunda.

Koolitajana leiate end tõenäoliselt olevat kohustatud jälgima ja reageerima sellele, kuidas noored noortele koolitajad üksteisega käituvad. Nagu kõikides gruppides, võivad ka siin tekkida inimestevahelised pinged. Sa-

muti on üsna tavaline see, et noored noortele koolitusgrupis tekivad väiksemad sisemised grupid. Kui koolitusprogrammi on algusest peale hästi üles ehitatud, siis on koolitusse sisse lülitatud ka usalduse loomise ja grupi sidususe kujundamise harjutused. Harjutuste läbiviimisel peaks juhenda- ja osalejaid juhuslikult väikestesse rühmadesse ja tegevuste elluviimise määrama nii, et koolitavad saaksid üksteisega võimalikult põhjalikult tutvuda. See aitab vähendada rühmasiseste grupeeringute moodustumist. Kui noored noortele koolitajatel on rohkem võimalusi avastada üksteise meeldivaid külgi, siis väheneb võimalus, et sisemised grupid hakkavad valima patuoinaid ja "vaenlasi".

HARJUTUS 2: NOORED NOORTELE KOOLITUSE KAVANDAMINE

Väikeste gruppidega viiakse läbi ajurünnak, kus osalejatel on võimalus arutada ja õppida mitmeid erinevaid noored noortele koolituse korraldamise mudeleid ja strateegiaid. Tulemused kirjutatakse pabertahvlile, misjärel iga grupp saab oma töö teistele osalejatele ette kanda.

Sessioonis võib arutleda ka selle üle, kuidas tulevaste noored noortele koolitajate oskusi hinnata. Oskuste hindamise vormi näidis on antud lisas 3, lk 136.

NÄPUNÄITEID NOORED NOORTELE KOOLITAJATE VAHELISTE SUHETE JUHTIMISEKS

- Noored noortele koolitajate väikeste gruppide koosseisude sage muutmine ülesannete käigus aitab tagada, et omavahelise koos töötamise võimalusi on kõigil osalejatel, mitte ainult sõpradel ja väljakujunenud väikestel grupikestel.
- Kui võimalik, siis jälgi, et väikesed grupid sisaldaksid võrdselt mees- ja naisosalejaid ja mõlemast soost liikmetel oleks võimalus tegevustes aktiivselt osaleda.
- Kasuta juba koolituse alguses harjutusi, mis aitavad osalejatel näidata oma "tõelist mina". Jagades kaaslastega oma nõrkusi ja isiklikku informatsiooni, suureneb tõenäoliselt grupi ühtekuuluvustunne ning koolitavad tunnevad, et õppetöö toimub turvalises keskkonnas.
- Selgitamaks välja võimalikke probleemküsimusi, milles noormeestel ja tütarlastel võivad olla erinevad vaatenurgad, kindlusta, et mõned harjutused viidaks läbi eraldi noormeeste ja tütarlaste väikestes gruppides. Nii saavad nad tulemusi teineteisele esitada, võrrelda antud vastuseid ja arutleda nende sarnasuste ja erinevuste üle.
- Püüa grupisisesed pingeküsimused võimalikult varakult avastada ja nendega tegelda. Mõnede suhteprobleemide ilmnemine grupis on siiski paratamatu.
- Julgusta gruppi vaidlus- või tüliküsimustele kollektiivselt reageerima (näiteks noored noortele koolitaja ebaregulaarne kohalviibimine). Tulemus võib olla parem, kui probleemi püütakse lahendada läbi grupikonsensuse.

MÄRKUS KOOLITAJALE

Noored noortele koolitajate koolitusprogrammi läbiviimiseks on palju erinevaid võimalusi, millest igaühel on oma eelised ja piirangud. Mõned programmid kasutavad koolituse läbiviimiseks mitut intensiivse koolituskavaga täispikka päeva; teised kasutavad pikemat ajaperioodi ja viivad lühemaid sessioone läbi nädalate või kuude jooksul.

Noored noortele koolituse edukas mudel nõuab koolitatavatelt pühendumist ühel õhtul nädalas (õppe)aasta jooksul. Sellise koolitusvormi puhul kohtuvad noored noortele koolitajad näiteks üks kord nädalas kaheks kuni kolmeks tunniks pärast kooli. Kui grupp on valmis minema kogukonda koolitusi läbi viima, saab alati võimalusel kasutada sama õhtust aega, et suurendada osaleda saavate noored noortele koolitajate arvu. Sellise ajakava kasutamise eelis seisneb selles, et osaleda saavad ka päevaajal koolis käivad õpilased. Programmi selline ülesehitus võimaldab ära hoida mõned negatiivsed küljed, mis on seotud koolitusega, kus osalejad peavad osalema mitu täispäeva, mis on mõnikord teiste kohustuste tõttu raske.

Koolitusmudelid kasutavad sageli algseks väljaõppeks terveid nädalavahetusi. Ilmneb, et ka sellised mudelid on sageli edukad ning laialdaselt kasutatavad. Nende üheks positiivseks küljeks on see, et noored noortele koolitajad saavad kiiremini tööd alustada. Selline programm pakub võimalust ka intensiivseks grupitunde kujundamiseks ja eduka koolituse puhul tekib ühtekuuluvustunne grupis üsna kiiresti. Küll aga on sellise mudeli puhul uutel tulijatel peale esimest sessiooni raskem grupiga ühineda.

TASAKAALUSTAV TEGEVUS: GRUPI AKTIIVSUSTASEME HOIDMINE

Noored noortele koolitamine võib mõnikord tunduda kõndimisena peenikesel köiel. Kui kaldute liigselt ühes või teises suunas, hakkab kõik võnkuma ja võite koolitusel oma tasakaalu kaotada. Peate kasutama kõiki oma meeli grupi aktiivsustaseme jälgimiseks. Mõnikord annavad koolitatavad teile tagasisidet. Näiteks, kui räägite ühest konkreetsest teemast liiga palju või selgitate liiga pikalt mõnda harjutust, selle asemel, et millegi uuega edasi minna, võite selle kohta koolitatavatelt kuulda. Tagasiside võib olla otsene või kaudne. Mõnikord paluvad noored noortele koolitajad millegi muuga edasi liikuda. Teinekord aga võivad nad muutuda rahutuks, hakata nihelema, suunata oma tähelepanu millelegi muule ja võib-olla isegi vahele segada.

Koolitajana on teile väljakutseks, kuidas kindlustada uute faktide õppimine nii, et koolitusprogramm ei tekitaks osalejatele tunnet, nagu viibiks nad traditsioonilises koolis. Oluline on vaadata, kuulata ja näha, millal grupp leiab, et teie juttu või tegevust on raske jälgida. Kui see juhtub, on ilmselt mõttekas võtta paus ja teha midagi muud. Siiski on oluline järke pidada, milline informatsioon on kaetud ja see üle korrata, kindlustades, et grupp haarab ja jätab informatsiooni meelde.

7. TEEMA: NÕUSTAMINE VERSUS KOOLITAMINE³⁰

Sessiooni eesmärgid: sessioonil on mitmeid eesmärke. Üheks eesmärgiks on tekitada arusaamine faktist, et nõustamine erineb noored noortele koolitusest ja nõuab spetsiifilisi oskusi. Teiseks rõhutada edasi suunamise oskuste õpetamise vajadust noored noortele koolitajatele ning kompetentsete täiskasvanute supervisiooni olulisust noored noortele koolitusprojektiis.

SÕNASELGITUS

Suunamisoskused on võime hinnata, kas inimene vajab spetsiifilisemat abi või teenuseid, kui teie seda pakkuda saate, ja anda vajalikku infot selle kohta, kus ja kuidas lisateenuste juurde pääseda.

HARJUTUS: LUMESÕDA

Eesmärgid

Mõista noored noortele nõustamise kontseptsiooni, määratleda omasuguste individuaalseks toetamiseks vajalikud oskused ja omadused ning sellise nõustamise minimaalsed kriteeriumid. Saada teadlikuks noored noortele nõustamistegevuste võimalustest, takistustest ja piirangutest.

Rõhutada noored noortele koolitajate suunamisoskuste olulisust.

Aeg

30 minutit

Vahendid

Igale osalejale üks märkmepaber ja kirjutusvahendid, „Noored noortele lähenemisteede tüübid (B)“ (vt lisa 4, lk 154) pabertahvilil või grafoprojektori kilel ning paljundatult osalejatele jagamiseks.

Protsess

1. osa.

Palu osalejatel paberile kirjutada, millised on nende arvates noored noortele koolituse ja omasuguste nõustamise vahelised erinevused. Kui see on tehtud, palu osalejatel oma paberileht palliks kokku kortsutada ja neid palle mõned minutid teiste osalejatega üksteisele loopida – pidada lumesõda nii, et igaüks saaks kätte kellegi teise vastused. Lase igaühel ette lugeda enda käes olevad vastused ja palu esmalt tal endal ja seejärel kogu grupil vastust kommenteerida.

Võta arutelu kokku ja struktureeri järgmiste teemadena:

Koolitaja roll:

- sisupõhine
- lühiajaline
- eesmärgile orienteeritud
- parandab teadmisi, hoiakuid ja oskusi algatada käitumise muutmist
- suunab vajadusel edasi spetsialistide juurde

Nõustaja roll:

- koolitatud nõustamisoskuste osas
- protsessil põhinev
- sisaldab töötamist mõtete, tunnete, käitumisega
- avatud/lahtise lõpuga (eesmärk kujuneb protsessi käigus)
- suhetele orienteeritud
- tegeleb motivatsiooni, eituse ja vastuseisuga isiklikul tasandil

Osalejad viivad läbi ajurünnaku defineerimaks noorelt noorele nõustamist ning nad peaksid jõudma võimalikult lähedale järgnevale määratlusele: "Noorelt noorele nõustamine on olukord, kus noor pöördub omaealise koolitatud inimese poole mõistmise, kindluse ja toetuse saamiseks isiklike probleemidega toimetulekul."

2. osa.

Järgmiseks vii osalejatega läbi ajurünnak teemal: milliste probleemide või raskete olukordade puhul noored teistelt omasugustelt toetust otsivad? Kirjuta vastused tahvlile. Sa võid lisada järgmisi näiteid (kui osalejad pole neid maininud): masendustunne (depressioon), raskused suhetes sõprade/täiskasvanutega (lapsevanematega, õpetajatega), kooliga seotud probleemid, seksuaalkäitumisega seotud probleemid, soovimatu rasedus, uimastite tarvitamine jne.

Vii läbi grupiarutelu järgmistes küsimustes:

- Kas teie programmis osalevad noored noortele koolitajad oskavad pakuda sobivat toetust eelnimetatud probleemide puhul? Kas nad on saanud selleks vajalikku spetsiifilist koolitust?
- Millised takistused võivad peatada piisava toetuse pakkumise?
- Millised ohud võivad kaasneda, kui noor pakub omasugusele ebasobilikku toetust?

Kokkuvõte

Pööra tähelepanu sellele, et kui noored noortele koolitusprogramm on ellu kutsutud, siis on tavapärane, et mõni noor kuulajaskonnast jagab oma isiklike probleeme ja palub koolitajalt isiklikku nõu. Sel juhul on oluline, et koolitaja oleks tundlik kuulaja, kellel oleks head suunamisoskused; koolitajaid superviseeriks kompetentne täiskasvanu, kelle poole nad nõu saamiseks saaksid pöörduda.

Selle koolitusosa lõpus toob juhendaja välja kolme noored noortele lähenevise tüübi – noored noortele teabe jagamise, noored noortele koolituse ja noored noortele nõustamise – vahelised erinevused, mis on kokku võetud jaotuslehel „Noored noortele lähenemisteede tüübid (B)” (vt lisa 4, lk 154). Tabelit saab näidata grafoprojektori kilelt või eelnevalt ette valmistatud pabertahvlilt. Hiljem jagatakse osalejatele paljundused tabelist.

Võiks rõhutada, et noored noortele nõustamise kontseptsioon ajab inimesi mõnikord segadusse. Mõningatel juhtudel peaks nn noorelt noorele nõustamist (näiteks noored vastavad nõustamistelefonidel) tegelikult selgitama kui

tegevust, mille käigus “noored annavad noortele sobivat informatsiooni ja suunavad abivajajaid edasi”.

Kuigi noorte tegevuse efektiivsusest omasuguste nõustajatena on üldiselt vähe kogemusi ja tõenduspõhisust, võib see lähenemisviis olla sobiv jõudmaks mõnede eriti haavatavate noorte gruppideni. Meetodit kasutatakse sageli HIV-testimisel ja nõustamisel ning HIV-positiivsete noorte toetamisel.

8. PÄEVA KOKKUVÕTE

Lühike tagasivaade päeva jooksul käsitletud teemadele. Osalejatel palutakse mõelda tagasi päeva tegevustele, tuletades meelde mõningaid keskseid teemasid ning nad saavad anda tagasisidet ka selle kohta, kuidas nende arvates koolitus üldiselt läheb.

KOOLITUSKAVA KIRJELDUS PÄEVADE LÕIKES- 6. PÄEV

NR	PÄEVAKAVA PUNKT	EESMÄRGID
1.	Venitusharjutus	
2.	Tagasiside viiendast päevast	Anda võimalus järjepidevalt seminari hinnata
3.	Osalejate poolt pakutud jäämurdjad	Anda osalejatele jäämurdjate kasutamise kogemusi
4.	TEEMA: Noored noortele koolitusprogrammide jälgimine ja hindamine Harjutused: • Sissejuhataav ettekanne ja grupiarutelu • Jälgimine ja hindamine	Võimaldada osalejatel mõista jälgimise ja hindamise kontseptsiooni ja nende olulisust noortele programmide planeerimisel
5.	TEEMA: Noorte ja täiskasvanute koostöö Harjutused: • Hoiakute spektri teooria tutvustus • Hoiakute spektril põhinev rollimäng • Positiivsete külgede, takistuste ja strateegiate ajurünnak	Suurendada osalejate koostööoskusi noorte tervise edendamisel ja arendamisel, olgu tegemist siis täiskasvanute või noortega
6.	Ülevaade käsitletud teemadest, tagasiside ja hindamine	Võtta kokku seminari saavutused Hinnata koolituse metoodikat ja seminari tulemusi
7.	Pidulik lõpetamine ja tunnistuste jagamine	

1. VENITUSHARJUTUS

Osalejatel palutakse teistele ette näidata erinevaid venitusharjutusi. Mitmed koolitavad saavad näidata, milliseid lihaseid venitada.

2. TAGASISIDE VIIENDAST PÄEVAST

Tagasisidegrupp esitab kokkuvõtte osalejatelt eelmise päeva kohta kogutud tagasisidest.

3. OSALEJATE POOLT SOOVITATUD JÄÄMURDJAD

Osalejad saavad võimaluse oma vabal valikul juhtida *jäämurdjat* või soojendusharjutust.

4. TEEMA: NOORED NOORTELE KOOLITUSPROGRAMMI JÄLGIMINE JA HINDAMINE

Sessiooni eesmärgid: sessiooni käigus vaadeldakse jälgimise ja hindamise põhikontseptsioone ning seda, milleks on noored noortele projekti elluviimisel oluline välja töötada tegevuste jälgimise ja hindamise plaan. Jälgimise ja hindamise süvakoolitus jääb selle koolituskava piiridest siiski välja. Abimaterjalide nimekirjas (lisa 1, lk 122) on esitatud mõned kasulikud jälgimis- ja hindamisalased viited.

HARJUTUS 1: SISSEJUHATAV ETTEKANNE JA GRUPIARUTELU

Eesmärgid

Kujundada arusaam tervisedenduslike programmide jälgimise ja hindamise põhimõtetest. Tuua esile jälgimis- ja hindamisprotsessi võimalik mõju programmi kvaliteedile.

Aeg

30 minutit

Vahendid

Ettekanne PowerPoint'i slaididel või grafoprojektori kiledel

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel

Protsess

Kasutades PowerPoint'i slide või grafoprojektori kilesid, tee ettekanne jälgimise ja hindamise võtmekontseptsioonidest, põhimõtetest ja juhistest, mis on toodud jaotuslehel „Noored noortele koolitusprogrammi jälgimine ja hindamine” (vt lisa 4, lk 165). Paljundused jaotuslehest jagatakse osalejatele pärast sessiooni.

Teema tutvustamisel maini, miks jälgimine ja hindamine ei ole sageli lülitatud projekti kavandamise: mõned inimesed leiavad selle olevat liiga tehnilise küsimuse, mis nende võimetest üle käib. Nad on rohkem huvitatud tööst inimestevaheliste suhete kui kvantitatiivsete näitajatega. Kui inimesed

suhtuvad oma tegevustesse väga kirglikult, siis nad usuvad sageli, et nende projektil on väga suur mõju, kuna nad saavad osundada anekdootlikule tõendusmaterjalile. Näiteks võivad nad rääkida sellest, kui entusiastlikult mõned osalejad seminaril või üritusel osalesid. Sellised indikaatorid ei ole siiski piisavad teavitamiseks meid programmi tõelisest mõjust. Intuitiivsest „tundmisest ja teadmisesest“, et projekt saavutab oma eesmärgid, ei piisa. Ehkki mõnele projektis osalejale võib hindamine igav ja vaearikas tunduda, on oluline teada, kas üldse ja mil määral projekt oma eesmärgid saavutab ja mõju avaldab.

Ettekanne peaks sisaldama järgmisi arutelupunkte:

- Mille poolest erinevad omavahel jälgimine ja hindamine?
- Mida tähendavad mõisted protsessi hindamine, tulemuste hindamine ja mõju hindamine?
- Millised on tüüpilised noored noortele koolituse indikaatorid?
- Vajadus kindlaks teha sobilikud indikaatorid.
- Miks on käitumise muutuste mõõtmine raske?

Ettekandele järgneb küsimuste-vastuste sessioon, mis annab võimaluse jagada jälgimise ja hindamise alaseid kogemusi ning vahetada väljakutseid ja kordaminekuid selles vallas.

SÕNASELGITUS

Jälgimine on regulaarne projekti juhtimiseks vajaliku informatsiooni kogumine, analüüsimine ja kasutamine.

Hindamine on käimasolevate või lõpetatud projektide põhjalik analüüs.

Protsessi hindamine kogub informatsiooni, millega mõõdetakse, kui hästi on tegevused ellu viidud (näiteks, kas programm jõuab planeeritud sihtrühmani).

Tulemuste hindamine määrab kindlaks sihtrühma peal läbiviidud meetmete vahetulemused (näiteks suurenenud teadlikkus või muutused hoiakutes).

Kaugtulemuste ehk -mõju hindamine on projekti poolt saavutatud pikaajaliste mõjude hindamine, sellega mõõdetakse saavutatud püsivamaid muutusi (näiteks STLH leviku vähenemine, terviseteenuste kasutamise suurenemine).

HARJUTUS 2: JÄLGIMINE JA HINDAMINE³¹

Eesmärgid

Määratleda noored noortele koolitusprogrammi jälgimiseks ja hindamiseks sobilikud strateegiad. Vahetada kogemusi.

Aeg

60 minutit

Vahendid

Pabertahvlid

Protsess

Jaga inimesed väikestesse gruppidesse, kui võimalik, sarnase tööalase tausta alusel (näiteks noored noortele koolitajad kooli tingimustes, noored noortele koolitajad väljaspool kooli, raskesti kättesaadavate noortega töötajad jne). Palu gruppidel järgmistes võtmeküsimustes läbi viia ajurünnak:

- Mida me oma projektides hindame?
- Kuidas me hindame?
- Kus me hindame?
- Millal me hindame?
- Kellega me hindame?
- Kelle jaoks me hindamist läbi viime?

Kui väikestel gruppidel on küsimustele vastamiseks piisavalt aega olnud, siis annavad nad tagasisidet kogule grupile. Seejärel vii läbi grupi ühine arutelu, esitades järgmised küsimused:

- Mida võiks nendest andmetest järeldada?
- Milliseid muutusi võiksid hindamistulemused avaldada sellele, mida me teeme?

Kokkuvõte

Sessiooni lõpetuseks rõhuta, et heal tasemel hindamine on oluline, kuna see:

- Aitab kaasa kuluefektiivsusele: võimaldab otsusetegijatel jätkata edukaid programme ja parandada või loobuda ebaedukatest.
- Saab toetada erinevaid rahastamisaotlusi edaspidi.
- Aitab arendada välja uusi programme.
- Aitab projekti läbikukkumisel selgitada, miks nii juhtus (näiteks projekti kehv ülesehitus või põhjendamatud ootused).

5. TEEMA: NOORTE JA TÄISKASVANUTE KOOSTÖÖ

Sessiooni eesmärgid: teema üldiseks eesmärgiks on edendada hoiakuid, mis kasvatavad osalejate koostööoskusi noorte tervisedendamisel ja -arendamisel nii teiste noorte kui ka täiskasvanutega ühistes jõupingutustes

MÄRKUS KOOLITAJALE

Noorte ja täiskasvanute koostöö tõusetub veendumusest, et noortel on õigus osaleda noori teenindavate programmide väljatöötamisel ja õigus omada häält neid mõjutavate poliitikate kujundamisel. Inimesed, kes toetavad noorte ja täiskasvanute koostööd, usuvad noorte võimekusse ja hoolivusse. Nad näevad noori inimestena, kes toetuse ja nende oskuste arendamisvõimaluste korral on võimelised andma positiivseid ja laiaulatuslikke lisaväärtusi. Lisaks võib väita, et noorte kaasamisel programmide kavandamisse, arendamisse ja elluviimisse on programmid jätkusuutlikumad ja tõhusamad ning noorte kaasamine hindamiseks vajalike andmete kogumisse annab ausamad ja realistlikumad hindamistulemused.

Noored noortele koolituses antakse noortele võimalus vastutada oma

tervise eest vastavalt nende endi võimetele. Koostöös täiskasvanutega saavad noored läbiviidud tegevuste ja saavutuste „omanikuks“.

HARJUTUS 1: HOIAKUTE SPEKTRI TEOORIA TUTVUSTUS (SPECTRUM OF ATTITUDES THEORY)³²

Eesmärgid

Tutvustada noorte ja täiskasvanute koostöö kontseptsiooni.

Tutvustada teoreetilist raamistikku hoiakute põhjalikuks muutmiseks, mis on vajalik noorte ja täiskasvanute tõhusa koostöö kujundamiseks.

Aeg

20 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel

Vahendid

3 PowerPoint'i slaidi, grafoprojektori kilet või pabertahvli lehte, millele on kirjutatud tekstid noored kui asjad, noored kui vastuvõtjad, noored kui koostööpartnerid (vaata alljärgnevat tekstilõike) ja paljundused jaotusmaterjalist „Takistused noorte ja täiskasvanute tõhusa koostöö loomisel“ (vt lisa 4, lk 162).

Protsess

Tutvusta lühidalt järgmist kontseptsiooni: noorte ja täiskasvanute koostöös töötavad täiskasvanud noori puudutavates küsimustes ja/või noori mõjutavates programmides ja poliitikates täielikus partnerluses noortega.

Rõhuta, et koostöö efektiivseks toimimiseks on olulised kindlad oskused (nagu näiteks suhtlemisoskused). Veelgi tähtsamad on siiski inimeste hoiakud. Selgita, et uurija William Loftquist töötas välja hoiakute spektri teooria (*spectrum of attitudes theory*), mis aitab määratleda, kas noorte ja täiskasvanute koostöö saab olema edukas. Selle spektri esimene hoiak näeb noori asjadena. Näita selle hoiaku kirjeldust (kas slaidina, grafoprojektori kilel või tekstina pabertahvilil) ja loe see ette:

- **Noored kui asjad:** Täiskasvanud, kes näevad noori asjadena, usuvad täiskasvanute ümberlökkamatu tarkuse müüti. Nad usuvad, et ainult täiskasvanud teavad, mis noorte jaoks parim on. Nad püüavad noori puudutavaid olukordi kontrollida ja usuvad, et noortel inimestel on vähe panustada. Nad võivad eelnevatele kogemustele põhinevalt tunda vajadust noori võimalike vigade tagajärgedel tekkivate kannatuste eest kaitsta.

Hoiaku illustreerimiseks kasuta mõnd alljärgnevale sarnast näidet: “Ütleme näiteks, et ma töotan ühes mittetulundusühingus noored noortele HIV/AIDSi

SÕNASELGITUS

Noorte sümboolne kaasamine tähendab anda noortele küll hääleõigus, kuid vähe võimalusi selle kasutamiseks, ning väga vähe või praktiliselt olematuid võimalusi oma arvamusi sõnastada.

ennetusprojektis. Olen värvanud noore kunstniku Oti aitama HIV/AIDS ennetussõnumitega posterit kujundama, mis riputatakse üles piirkonna põhikoolidesse. Kui ma usun, et “noored on asjad”, ütlen ma Otile täpselt, kuidas poster välja peaks nägema, millist sõnumit see väljendama peaks, kuhu postrid üles pannakse, jne. Ma kontrollin iga projekti tahku, ja kui Ott on tark, siis ta rohkem minuga koos ei tööta, kuna ma raiskan tema aega ja talenti.”

Teine hoiak on **“noored kui vastuvõtjad”**. Näita ja loe ette järgmine tekst:

• **Noored kui vastuvõtjad:** Sellise hoiakuga täiskasvanud usuvad, et nad peavad aitama noortel täiskasvanute ühiskonda sulanduda. Nad lubavad noortel osaleda otsuste vastuvõtmisel peamiselt sellepärast, et nad arvavad, et need kogemused “teevad noortele head”. Nad arvavad, et noored ei ole veel “päris inimesed” ja vajavad praktikat, et õppida “mõtleva nagu täiskasvanud”. Need täiskasvanud annavad tavaliselt noortele tähtsusetuid vastutusi ja ülesandeid, mida nad ise ei taha teha. Tavaliselt loevad nad noorte kaasamise tingimused ette ja loodavad, et viimased neist tingimustest kinni peavad. Selline hoiak viib sageli selleni, et täiskasvanud kaasavad noori sümboolselt (vaata sõnaühendi selgitust eespoolt) ja neil tuleb ka alles viimasel minutil meelde noori paneeli või arutelule kutsuda.

Pöördu tagasi oma näite juurde. “Ütleme, et mul on selline hoiak. Ma võin posterit sõnumi ja kujunduse planeerida ning välja töötada koos noore kunstnikuga ja lasta tal siis valida teksti värvi. Või ma võin paluda Otil plakatid koolidesse üles riputada, kuna mul endal ei ole selleks aega.” Küsi ruumis olevate noorte käest, kas nad tunnevad selle hoiaku ära. Küsi, kas nad on kunagi tundnud, et täiskasvanud on neid maha teinud või alandanud lihtsalt sellepärast, et nad on noored.

Rääkides „sümbolsest kaasamisest“ võid viidata ka Roger Hart'i osalemise redelile (vt lisa 4, lk 159). Uurija esitleb erinevaid laste/noorte ja täiskasvanute vahelisi suhete tüüpe „osalemise redeli“ pulkadena. Kõrgemad pulgad tähistavad laste või noorte osalemistaseme suurenemist.

Kolmas hoiak on see, mille saavutamise suunas me töötame: noored, kui koostööpartnerid. Näita ja loe ette järgmine tekst:

• **Noored, kui partnerid:** Sellise hoiakuga täiskasvanud respektierivad noori ja usuvad, et nad saavad anda märkimisväärse panuse juba nüüd. Need täiskasvanud julgustavad noori kaasa tulema ja usuvad kindlalt, et nende kaasamine on programmi edu saavutamisel kriitilise tähtsusega. Nad aktsepteerivad, et noortel peaks olema otsuste vastuvõtmisel täiskasvanutega võrdne hääl ja tunnistavad, et nii noortel kui ka täiskasvanutel on oskusi, tugevaid külgi ja kogemusi, mida kasutada. Neil on noortega sama mugav koos töötada kui täiskasvanutega ning nad ka naudivad nii noorte kui ka täiskasvanute seltskonda. Täiskasvanud, kes näevad noortes koostööpartnereid, usuvad, et noorte ehe osalemine rikastab täiskasvanuid samavõrd,

kui täiskasvanute osalemine rikastab noori ja et vastastikune austav suhe võimestab kõigi tugevaid külgi.

Pöördudes tagasi noore kunstniku näite juurde, küsi osalejatelt, mida nemad selle posteriprojekti koostööküsimuses teeksid. Nende vastused peaksid katma umbes selliseid asju nagu, paluda noorel kunstnikul poster kujundada või paluda tal koos oma sõpradega pakkuda postri sõnumi või selle kujunduse ideid; korraldada koos kunstnikuga kohtumine noortega, et nendelt sisendit saada; paluda kunstnikul projekti juhtida ja organiseerida noorte ja täiskasvanute komitee, mille koosseis põhineb inimeste oskustel, annetel, taustal ja huvidel.

Kokkuvõte

Rõhuta, et need hoiakuid mõjutavad täiskasvanute valmisolekut uskuda noorte võimesse teha häid otsuseid ja määravad kindlaks ka selle, millisel määral on täiskasvanud valmis kaasama noori koostööpartneritena programmi kavandamise, väljaarendamise, elluviimise ja hindamise otsustesse. Jaga laiali paljundatud jaotusmaterjalid "Noorte ja täiskasvanute tõhus koostöö" ja "Roger Hart'i osalemise redel" (vaata lisa 4, lk 157 ja 159).

HARJUTUS 2: HOIAKUTE SPEKTRIL PÕHINEV ROLLIMÄNG³³

Eesmärk

Harjutada koostööoskuste kujundamise teoreetilisi hoiakuid.

Aeg

45 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitamisel

Vahendid

Tugevamast paberist kaardid

Protsess

Kaartide ühele poolele kirjuta kas sõna "noor" või sõna "täiskasvanu". Kaartide teisele poolele kirjuta järgmised väited (üks väide igale täiskasvanu kaardile ja üks igale noore kaardile):

Täiskasvanu: Sa soovid kõike kontrollida.

Täiskasvanu: Sa oled pühendunud juht, kes arvestab inimestega ja tahab, et töö saaks edukalt tehtud.

Täiskasvanu: Sa suhtud noortesse ülihoollitsevalt.

Täiskasvanu: Sa ignoreerid noori.

Noor: Sa soovid kõike kontrollida.

Noor: Sa oled pühendunud juht, kes arvestab inimestega ja tahab, et töö saaks edukalt tehtud.

Noor: Sa oled negatiivne kõige suhtes, mida soovitatakse.

Noor: Sa oled väsinud ja ei taha siin olla.

Vaata, et sul oleks neid kaarte olenevalt grupi suuruselt vähemalt kolm-neli komplekti.

Tutvusta sessiooni viidates hoiakute spektri teooriale, ja sellele, et paljud täiskasvanud ning noored on takerdunud hoiakutesse, mis nende koostööpüüdlusi takistavad. Palu osalejatel väikese rollimänguga erinevaid hoiakuid proovida. Palu neil moodustada 2-4 kaheksaliikmelist gruppi (sõltuvad kogu grupi suuruselt). Jälgi, et grupid oleksid vanuse, soo, jt tunnuste osas võimalikult võrdsed. Kui grupid on moodustatud, siis jaga kaardid juhuslikele inimestele. Osalejad loevad juhendi läbi, kinnitavad kaardid oma rinnale nii, et on näha, kas osaleja roll on olla noor või täiskasvanu, ning alustavad oma rolli mängimist.

Selgita, et grupp peab planeerima noored noortele koolitustegevusi hõlmava suure kampaaniaürituse. Plaani koostamiseks anna 10 minutit aega ja tuleta meelde, et kõik grupiliikmed peavad väljapakutud plaaniga nõus olema. Samuti ütle, et nad valmistaksid ette ülejäänud grupe näitamiseks oma plaani lühikese esitluse.

Pärast kümnet minutit küsi igalt grupilt, milline on nende plaan (kuigi ilmselgelt pole neil olnud piisavalt aega plaani lõpetada). Palu neil oma kavandatud jagada, ja küsi kindlasti, kas kõik grupi liikmed olid sellega nõus.

Kokkuvõte

Kui ettekanded on lõpetatud, palu osalejatel näidata oma rolle kõikidele teistele väikese grupi liikmetele. Las osalejad istuvad väikestes gruppides ja palu igast grupist paaril inimesel läbitud protsessi kirjeldada. Kõikide gruppide tagasiside saamise järel esita kogu rühmale järgnevad küsimused:

- Millise inimesega oli kõige raskem koos töötada?
- Mida inimesed temaga kontakti saamiseks tegid?
- Kas domineerisid täiskasvanud või noored?
- Mis tunne oli oma rolli mängida?
- Mõnedel inimestel olid samad rollid. Kas reageerisite erinevalt sõltuvalt sellest, kas nad olid sildistatud noorteks või täiskasvanuteks?
- Milline oli uue plaani koostamisel kõige efektiivsem koostööstrateegia?

HARJUTUS 3: POSITIIVSETE KÜLGEDE, TAKISTUSTE JA STRATEEGIA-TE AJURÜNNAK³⁴

Eesmärk

Leida tõhusa noorte ja täiskasvanute koostöö positiivsed küljed, takistused ja strateegiad.

Aeg

45 minutit

Sobilik kasutamiseks

Koolitajate koolitusel

Vahendid

Pabertahvel ja markerid

Protsess

Jaga osalejad kuni kaheksaliikmelistesse ainult noori või ainult täiskasvanuid hõlmavatesse gruppideks. Olenevalt noorte ja täiskasvanute arvust tuleb võib-olla moodustada 2–4 gruppi, aga jälgi, et grupid jaguneksid vanuse järgi. Lase osalejatel endal öelda, kas nad on „noored” või „täiskasvanud”. Mõned osalejad võivad sellisele jagamisele vastu olla. Kui nii, siis selgita, et vanusegruppidesse jagamine aitab mõnel inimesel vabamalt osaleda.

Selgita samuti, et hiljem kantakse iga grupi arutelu ka teistele ette.

Kui osalejad on gruppidesse jagunenud, siis lase neil arutada järgmisi küsimusi:

- Millised on noorte ja täiskasvanute koostöö positiivsed küljed meie töös?
- Millised on selle lähenemisviisi takistused?

Anna rühmale iga küsimuse arutamiseks 10 minutit aega. Koolitajad peaksid selle tegevuse juures grupe aitama, noorte juhendaja töötab noortega ja täiskasvanute juhendaja täiskasvanutega. Nad peaksid olema hoolikad, et mitte grupi arutelu domineerida. Palu osalejatel oma arutelu pabertahvile üles kirjutada. Arutelu lõpus palu igal grupil oma arutelu ette kanda.

Kokkuvõte

Kui kõik grupid on esinenud, palu osalejatel noorte ja täiskasvanute rühmade ettekandeid võrrelda. Arutelu lõpus jaga välja paljundused jaotusmaterjalidest „Noorte ja täiskasvanute koostöö positiivsed küljed” ja „Takistused noorte ja täiskasvanute tõhusa koostöö loomisel” (vt lisa 4, lk 161 ja 162).

6. ÜLEVAADE KÄSITLETUD TEEMADEST, TAGASISIDE JA HINDAMINE

Juhtiv koolitaja kutsub osalejaid kuuel eelnenud koolituspäeval läbi võetud teemasid kokku võtma. Vaadatakse tagasi grupi algsetele ootustele, paljudele koolitusruumi seinu katvatele pabertahvli lehtedele ning koolitaja püüab nende päevade jooksul saavutatut kokku võtta. Osalejad annavad tagasisidet koolituse meeldejäätavatest kogemustest ning samuti sellest, mis saavutamata jäi ja millised on nende tulevased koolitusvajadused.

Toimub järeltestimine (vt näidet lisa 2, lk 133).

7. PIDULIK LÕPETAMINE JA TUNNISTUSTE JAGAMINE

Pidulikuks lõpetamiseks varuge piisavalt aega. Lõpetamisel võiks tervituskõnesid pidada nii koolituse peakorraldaja kui ka koolitajad, samuti tuleks osalejatele anda võimalus enda väljendamiseks. Lisaks võiks laiali jagada edukat osalemist tõendavad tunnistused. Tunnistused on osalejate „professionaalse karjääri” jaoks äärmiselt väärtuslikud, pakkudes neile rahuldust kuuel eelneval päeval tehtud raske töö eest.

1. WHO. *Working with Street Children, Trainer Tips, A Training Package on Substance Use, Sexual and Reproductive Health including HIV/AIDS and STDs. Reproline: Tools for Trainers, 2000.*
2. Eckert, B. *The LIFE Institute (Learning Institute for Functional Education), Peer Education Program "Reflections". Bergen, New Jersey, USA.*
3. Kohandatud Robert Eckerti õpetatud harjutusest: NDRI (Narcotic and Drug Research Incorporated).
4. Harjutuse originaalallikas on teadmata. Harjutuse versioon leiti viiteta autorile.
5. Kohandatud Robert Eckerti õpetatud harjutusest, NDRI (Narcotic and Drug Research Incorporated). (Viite asukoht: leheküljel 47 harjutuse nime lõpus)
6. Piven, S. *Theater training for an HIV/AIDS peer education programme at the 92nd St.Y in New York City, USA.*
7. Kohandatud materjalist: LeFevre, D. N. *New Games for the Whole Family. Perigee Books, The Putnam Publishing Group, Knots/Giant Knot, 1988, p. 130.*
8. Block, T. *Peer Education Program "Reflections". Brunswick, New Jersey, USA.*
9. De Bruyn, M. *Gender or sex: who cares? Notes for training of trainers. Chapel Hill, Ipas, 2002.*
10. Kohandatud Tracy Blocki õpetatud meetodist: *Peer Education Program "Reflections". Brunswick, New Jersey.*
11. Mäng on noorte seas populaarne olnud juba aastaid. Allikas teadmata.
12. Kohandatud kontseptsioonist, mida kasutati kõrge riskiga teismelistele suunatud ennetusprojektis "H-RAP." *Curriculum of Westover Consultants in Washington DC, USA.*
13. Bogart, J. Esitatud edasijõudnud noored noortele koolitajate koolitajate koolitusel Pärnus, märtsis 2003.
14. *International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC). Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people. Geneva, 2000.*
15. De Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. Chapel Hill, Ipas, 2001*
16. Selverstone, R. *Training Guide for Mental Health Professionals, written for the Sex Information and Education Council for the United States (SIECUS).*
17. Zielony, R. Mitmete aastate jooksul läbi viidud HIV/AIDSi ja reproduktiivtervise kasvatuse koolitustelt ajurünnakute käigus kogutud arvamused. 1991 ja 1995.
18. De Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. Chapel Hill, Ipas, 2001.*
19. De Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. Chapel Hill, Ipas, 2001.*

20. Kohandatud materjalist: LeFevre, D. N. *New Games for the Whole Family*. Perigee Books, The Putnam Publishing Group, Face Pass, 1988, p. 84.
21. IFRC. *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people*. Geneva, 2000.
22. IFRC. *Action with Youth, HIV/AIDS and STD: A training manual for young people*. Geneva, 2000.
23. *Youth Care Health Education Program Curriculum*.
24. Harjutuse idee pärineb Danny Keenenilt ja Ron Hendersonilt San Franciscost, Kaliforniast. Mängu kohandas Robert Zielony Danny Keenani mälestuseks, kes paljudele seda harjutust õpetas ja kes enne oma surma õpetas HIV ja AIDSi teemal väga paljusid noori.
25. Piven, S. *Theatre Training of the HIV/AIDS. Peer Education Program at the 92nd St.Y: New York, NY, USA*.
26. *The New Games Book and More New Games*. Dolphin Books, Doubleday & Co. Inc. *Willow in the Wind*, 1976 and 1981.
27. De Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers*. Chapel Hill, Ipas, 2001.
28. Bogart, J. Esitatud edasijõudnud noored noortele koolitajate koolitajate koolitusel Pärnus, Eesti, Märts 2003.
29. Bogart, J. Esitatud edasijõudnud noored noortele koolitajate koolitajate koolitusel Pärnus, Eesti, Märts 2003.
30. Bogart, J. Esitatud edasijõudnud noored noortele koolitajate koolitajate koolitusel Pärnus, Eesti, Märts 2003.
31. See on osa noored noortele koolitajate koolitajate koolituse õpetusest, mille originaalis kujundasid Brian Dobson (Ph.D) ja Robert Zielony (Ph.D) UNFPA ja UNICEFi ühisele regionaalsele koolitusprojektile.
32. Kohandatud materjalist *Youth-Adult Partnership Formation*, mille töötasid välja Kent Klindera, Naina Dhingra ja Jane Norman, *Advocates for Youth/YouthNet. Draft January 2003*.
33. Kohandatud materjalist *Youth-Adult Partnership Formation*, mille töötasid välja Kent Klindera, Naina Dhingra ja Jane Norman, *Advocates for Youth/YouthNet. Draft January 2003*.
34. Kohandatud materjalist *Youth-Adult Partnership Formation*, mille töötasid välja Kent Klindera, Naina Dhingra ja Jane Norman, *Advocates for Youth/YouthNet. Draft January 2003*.

3. OSA

Näide noored noortele koolitusest HIV/AIDSi teemal

PÕHITINGIMUSED

PÄEVAKAVA

TEGEVUSTE ÜLEVAATLIK KIRJELDUS

Eeltestimine

Sissejuhatus

Jäämurdja

Põhireeglid

Mida tähendab sinu jaoks turvaline seks?

Külalisesineja või video

HIV/AIDS: Põhifaktid ja -küsimused

Rollimäng valitud teemal

Kondoomi kasutamise õpetus

Lõppküsimused

Kokkuvõte

KUULAJASKOND/PUBLIK

Koolitus on suunatud tavanoortele vanuses 14–20 aastat.

TOIMUMISKOHT

Koolituse saab läbi viia igal pool, kus sobib korraldada hästi planeeritud koolitustegevust, näiteks koolis, noorteklubis või suvelaagris jne.

EESMÄRGID

Toodud noored noortele koolituse üldiseks eesmärgiks on kujundada noorte teadlikkust HIV/AIDS-ist, varustada noori nakatumisest hoidumiseks vajaliku info ja oskustega ning kujundada HIV-positiivsete suhtes positiivseid hoiakuid.

LÄBIVIIMISEKS VAJALIK AEG

Koolitussessioon, mis sisaldab kõiki allpool väljatoodud tegevusi, kestab ligikaudu 3,5 tundi, mille hulka on arvestatud ka 20-minutiline paus.

Noored noortele koolitajate ettevalmistamine

Mõistagi peavad noored noortele koolitajad olema läbinud väljaõppe interaktiivsete meetodite kasutamisest. Nad peavad oskama noori tundlikul ja sobival viisil juhtida ning omama teadmisi sessioonis käsitlusele tulevatest terviseküsimustest.

Enne kui noored noortele koolitajad sessiooni läbi viima hakkavad, tuleb neil kokku leppida ja kirja panna koolituse päevakava. Samuti peavad nad ühiselt otsustama, kes mingit tegevust juhendab või kaasjuhendab ja määrata igale sessioonile dublandi, juhaks kui keegi koolitajatest ei saa kohale tulla.

Soovitavalt nädal enne sessiooni peaks tegevused läbi harjutama. Mõnikord hindavad inimesed end üle, arvates, et nad on koolituse läbiviimiseks paremini valmis kui tegelikult. See tuleb ilmsiks ainult esitlust harjutades.

PÄEVAKAVA

- Eeltestimine (10 minutit)
- Sissejuhatus (5 minutit)
- *Jäämurdja* (15 minutit)
- Põhireeglid (10 minutit)
- Mida tähendab sinu jaoks turvaline seks? (20 minutit)
- Külalisesineja või video (30 minutit)

Vaheaeg (20 minutit)

- HIV/AIDS: Põhifaktid ja -küsimused (30 minutit)
- Rollimäng (25 minutit)
- Kondoomi kasutamise õpetus (25 minutit)
- Lõppküsimused (10 minutit)
- Kokkuvõte (10 minutit)

EELTESTIMINE

Küsimustikud võib laiali jagada juba siis, kui osalejad ruumi sisenevad. Noored noortele koolitajad paluvad igal inimesel küsimustik täita sõprade abita. Küsimustiku täitmiseks antakse umbes 10 minutit aega ning pärast seda koguvad koolitajad need kokku. Võimalusel võiksid koolitajad need kiirelt läbi vaadata, saamaks infot osalejate teadmistest antud teemal. See annab koolitajale teadmise, millisele infole on vaja keskenduda ja mida rõhutada. Koolituse edukuse hindamiseks võib sama küsimustikku kasutada ka sessiooni lõpus.

SISSEJUHATUS

Oluline on alustada noored noortele koolitussessiooni sissejuhatusega, mille jooksul osalejad tutvuvad omavahel ning korratakse üle, miks nad siin on. Tutvustavaid tegevusi on erinevaid ning noored noortele koolitajad võiksid juba päevakava koostamisel otsustada, millist tüüpi tegevusi nad oma koolitussessiooni sissejuhatamiseks kasutada tahavad. Kaks tutvustava tegevuse näidet on toodud allpool, mõlemad viitavad HIV/AIDSi teemale.

NÄIDE 1: TUTVUSTUS – “MIKS ME SIIN OLEME”

Harjutuseks seisavad noored noortele koolitajad ühel joonel, ütlevad oma nimed ja miks nad HIV/AIDSi teemat õpetavad. Pärast enda tutvustamist ütleb viimane koolitaja: “Me tahame öelda, et me kõik, igaüks eraldi ja kõik siin ruumis olivad koos, peame arvestama reaalsusega, et HIV ja AIDS on olemas ja neil on meie elule otsene või kaudne mõju. Seetõttu oleme mõnes mõttes kõik „inimesed, kes elavad AIDS-iga”. Sa ei pea olema nakatunud, et olla selle nakkuse poolt mõjutatud.

NÄIDE 2: TUTVUSTUS – “TERE, MINU NIMI ON... JA MA OLEN INIMENE, KES ELAB AIDSIGA”

Tutvustus haarab tähelepanu ja aitab rõhutada, miks noored noortele koolitajad koolitust läbi viivad ja kuidas AIDS neid mõjutab. Mõned koolitajad eelistavad harjutust mitte kasutada, kuna publik ei mõista alati, et koolitajad ei põe AIDSi. Teistele meeldib seda harjutust kasutada ja nad tunnevad, et see on riski väärt. Noored noortele koolitajad moodustavad kuulajaskonna ette rivi. Rivi alguses seisev inimene alustab: “Tere, minu nimi on (nimi) ja ma olen inimene, kes elab AIDSiga.” Sama jätkub mööda rivi, kuni kõik koolitajad on sõna saanud. Kui viimane koolitaja ütleb oma nime, lisab ta lõpetuseks: “Mõnikord võib meie sessiooni see osa olla väga petlik. On inimesi, kes peale koolitust on lahkunud mõttega, et meie kõik oleme HIV-positiivsed. Aga seda ei tahtnud me öelda. Peame silmas seda, et meie kõik, igaüks eraldi ja kõik siin ruumis olivad, peame arvestama reaalsusega, et HIV ja AIDS on olemas ja et neil on meie elule otsene või kaudne mõju. Seetõttu oleme me mõnes mõttes kõik „inimesed, kes elavad AIDS-iga”. Sa ei pea olema nakatunud, et olla sellest nakkusest mõjutatud.”

JÄÄMURDJA

Kasutada saab mitmeid *jäämurdjaid*, kaasa arvatud selliseid harjutusi ja mängu nagu näiteks „Plaksuta kaasa” ja „Kui palju me oma tervisest hoolime?” Nende mängude üksikasjalikke kirjeldusi vaata 2. osast.

PÕHIREEGLID

Esmalt lepib grupp kokku põhireeglites, et kõik sessioonis osalejad tunneksid ennast mugavalt. Vii grupiga läbi ajurünnak selle kohta, millised on nende arvates olulised reeglid ja jälgi, et nimekirja saaks:

- **Konfidentsiaalsus.** Inimesed võivad jagada informatsiooni teistega väljaspool koolitust kui osalejate nimesid ei kasutata.
- **Austus.** Sa pead austama grupis kõiki. See tähendab, et inimesi ei rünnata ja kõik peavad hindama teiste seisukohti. Kasutada tuleb mina-teateid: palju tõhusam on öelda, “Olgu, aga mina isiklikult arvan, et...” kui öelda, “Ei, sul ei ole õigus, tegelikult on...”.
- **Tähelepanelikkus.** Kuula, mida teised inimesed räägivad. Sellega sa mitte ainult ei õpi uusi asju, vaid rääkijad tunnevad ennast ka paremini.
- **Avatus.** Et sessioonist võimalikult rohkem kasulikku saada, tuleb inimesi julgustada rääkima oma kogemusi ja mitte rääkima teistest. Võta riske – ära karda rääkida, mida Sa mõtled, kuni Sa ei ole agressiivne, sõimav või tundedu.

MIDA TÄHENDAB SINU JAOKS TURVALINE SEKS?

Võimalusel jagage osalejad kuue kuni kaheksaliikmelistesse gruppidesse. Igal grupile antakse arutada ja vastata üks küsimus. Kui koolitatavaid on vähe, võib moodustada vähem gruppe, ja anda kiirematele gruppidele ajurünnakuks lisaküsimuse. Koolitajad jagunevad gruppide juhendajateks, ideaalselt peaks ühe grupi kohta olema kaks või rohkem juhendajat.

Gruppidele antakse vastuste formuleerimiseks piisavalt aega ja juhendajad julgustavad ja aitavad neil rohkem vastuseid välja mõelda andes ideid ja „vihjeid”.

HIV/AIDSi seminaris võiks käsitleda 5 küsimust:

- Miks (mõned) inimesed seksivad?
- Mis on seksiga ootamise või sellest keeldumise põhjused?
- Millised on alternatiivid seksuaalvahekorrale?
- Miks mõned inimesed ei kasuta kaitsevahendeid?
- Kuidas me saaksime mõjutada kedagi (näiteks oma partnerit) turvaliselt käituma?

KÜLALISESINEJA VÕI VIDEO

Kui aeg lubab, võiks koolitusele kutsuda külalisesineja – HIV-positiivse inimese – oma kogemusi jagama. Parim oleks, kui noored noortele koolitajad esinejat hästi tunneksid ning oleks teada, et tal on head avaliku esinemise oskused ning et ta on hästi ette valmistanud. Sessiooni see osa, kus esineja räägib oma isiklikest kogemustest, millega kuulajaskond iseendas kontakti

leiab, on tavaliselt kõige efektiivsem. Liigutav videolõik HIV/AIDSi epideemiast on teine viis inimeste motiveerimiseks.

HIV/AIDS: PÕHIFAKTID JA –KÜSIMUSED

Küsimustikku kasutatakse HIV/AIDSi teemaga tutvumiseks ja HIV/AIDSi põhifaktide ning küsimuste arutamiseks.

Küsimustiku näide on toodud lisas 4, lk 148.

Võtmeinformatsiooni HIV/AIDSist leiab lisast 4, lk 140. Lisainformatsiooniks vaata palun materjalide nimekirja lisas 1 (lk 120), mis sisaldab kasulikke internetiaadresse.

ROLLIMÄNG

Sessiooni jooksul võivad osalejad ise olulisi küsimusi või punkte tõstatada, nagu näiteks, kuidas öelda "ei" konkreetsetes olukordades, kuidas aidata omasugustel paremini kaitsta oma tervist, jne. Noored noortele koolitajad saavad neid küsimusi edukalt rollimängu teemadena kasutada. Rollimängu võib kaasata ühe või mitu koolitatavate grupi liiget, aga selle võivad esitada ka ainult noored noortele koolitajad ise. Lisainformatsiooni rollimängu kohta vaata 1. osa, lk 19 ja 2. osa, lk 51.

KONDOOMI KASUTAMISE ÕPETUS

Igasse HIV/AIDSi alasesse koolitussessiooni tuleks kindlasti lülitada kondoomi õige kasutamise harjutusi ja rõhutada, kui tähtis on kaitsmata seksuaalvahekorrale „ei” öelda. Vaata harjutust ja näitlikku kondoomi kasutamise detailset kirjeldust 2. osast, lk 75-77.

LÕPPKÜSIMUSED

Sessiooni lõpus palutakse osalejatel jagada sessioonis kogetu kohta oma arvamusi ja tekkinud mõtteid. Võib-olla on neil läbiviidud rollimängude või arutatud teemade kohta tekkinud lisaküsimusi või küsimusi, millele nad sessiooni jooksul vastust ei saanud. Neid võiks julgustada küsimusi esitama ja kõike kommenteerima. Samuti on noored noortele koolitajatel võimalus vaadata tagasi teemadele, mis võisid tõusetuda rollimängudes; näiteks võib tekkida arutelu mõne osatäitja poolt tehtud valikute teemal jne.

Kui koolitusel esineb HIV-positiivne isik, võiks osalejatel olla võimalus sessiooni jooksul tekkinud küsimusi ka temalt küsida.

KOKKUVÕTE

Kokkuvõttes sessioonis tänatakse kõiki osalejaid ja toetavat personali nende panuse eest. Osalejad täidavad järeltestimise küsimustikud, mis sisaldavad ka lühikest hindamisvormi koolituse kohta. Koolituse lõppedes võiksid noored noortele koolitajad mõne minuti oodata, et osalejad saaksid soovi korral neile individuaalselt kommentaaride ja küsimustega läheneda. Mõnikord võib keegi abi vajada isiklikes küsimustes või soovib teada, kust konkreetse küsimuse kohta lisainfot leida. On osalejaid, kes tunnevad end

TEGEVUSTE ÜLEVAATLIK KIRJELDUS

mugavamalt koolitaja poole individuaalselt pöördudes, kui oma küsimust koolituse ajal esitades.



4. OSA

Lisad

LISA 1: NOORED NOORTELE KOOLITUSE ABIMATERJALIDE LOETELU

LISA 2: NÄIDIS SEMINARIEELSE JA -JÄRGSE HINDAMISE TESTIST JA KOOLITUSE KVALITEEDI UURINGUST

LISA 3: NÄIDIS NOORED NOORTELE KOOLITAJA JA KOOLITAJA KOOLITAJA OSKUSTE HINDAMISE VORMIST

LISA 4: JAOTUSMATERJALID

Kümme fakti HIV/AIDSist

Vahetu kogemuse harjutuse näidis

Noored noortele koolitus ja käitumise kujundamise teooriad

Inimese isikuringi näidis

Probleemipuu näidis

HIV/AIDSi viktoriin

STLH viktoriin – juhendaja versioon

Noored noortele lähenemisteede tüübid (A)

Noored noortele lähenemisteede tüübid (B)

Kaasjuhendamise stiilid

Kaasjuhendamise küsitlus

Noorte ja täiskasvanute tõhus koostöö

Roger Harti osalemise redel

Noorte ja täiskasvanute koostöö kasulikkus

Takistused tõhusa noorte ja täiskasvanute koostöö loomisel

Noored noortele koolitusprogrammi jälgimine ja hindamine

Kinsey skaala

LISA 5: LISAKS HARJUTUSI

Bioloogiline ja sotsiaalne sugu – mida need tähendavad?

Meediakujundite analüüs

Vallaliste nädalalõpupidu

1. JUHISEID NOORED NOORTELE KOOLITUSTE/NOORTE KAASAMISE KOHTA

ACTIVATE

IPPF Global Advocacy Division.

Samm-sammulist lähenemist kasutades on see raamat mõeldud toetama noori, kes on (või soovivad olla) kaasatud seksuaal- ja reproduktiivtervise programmidesse ja tegevustesse. Raamat aitab neil teadlikuks saada oma vajadustest, sellest, kuidas neist lähtuvalt tegutseda, leida kogukonna toetust ja veenda inimesi, kes teevad otsuseid.

Kättesaadav internetist: <http://www.ippf.org>

või aadressil: *IPPF, Regent`s College, Inner Circle Regent`s Park, London NW1 4NS, UK.*

või e-posti teel: activate@ippf.org

A FRAMEWORK FOR PEER LEARNING

Youth Clubs UK, 2000 (teine trükk), 80 lehekülge, £8.95.

Brošüür pakub noortega töötajatele või koolitajatele juhiseid eduka noored noortele koolitusprogrammi loomiseks. See toob välja noored noortele koolituse erinevad tasandid ja pakutud struktuuri saab kasutada erinevate osalemistasandite ja teemade puhul. Brošüür sisaldab tegevusjuhiseid, sessiooni värbamis- ja koolitusplaan, mõtteid edasiseks ja hindamisvõimalusi ning ka võtmeprobleemide ja dilemmade osa. Seda saab kasutada kombinatsioonis brošüüriga *Yes me!* (vt allpool, lk 125).

Internetipõhine tellimine: <http://www.youthclubs.org.uk>

või aadressil: *Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.*

EUROPEAN GUIDELINES FOR YOUTH AIDS PEER EDUCATION

Gary Svenson et al., Department of Community Medicine, Lund University, Sweden. European Commission, 1998.

Europeer (Euroopa noored noortele koolituse võrgustik) publikatsioon juhendab noored noortele AIDSi ennetuse koolitusprojekti ette valmistamist, elluviimist ja hindamist. Esimeses kahes peatükis hinnatakse noored noortele koolituse positiivseid külgi ja piiranguid.

Kättesaadav inglise, prantsuse, saksa, kreeka, portugali, hispaania ja rootsi keeles.

Kättesaadav internetist: <http://www.europeer.lu.se>

või aadressil: *Europeer, Department of Community Medicine, Malmö University Hospital, S-205 02 Malmö, Sweden*

GUIDE TO IMPLEMENTING TAP (TEENS FOR AIDS PREVENTION)

Advocates for youth, Washington DC, USA, 2002 (teine trükk).

Juhend aitab täiskasvanutel ja teismelistel koolides ja kogukondades välja arendada ja ellu viia noored noortele koolitusprogramme HIV/AIDSi ennetuse teemal. Sisaldab 17 sessiooni plaani koos soovitatud tegevuste ja käimasolevate projektide kirjeldusega.

Kättesaadav internetist: <http://www.advocatesforyouth.org>

või aadressil: *Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC*

20005, USA.

HOW TO CREATE AN EFFECTIVE PEER EDUCATION PROJECT, GUIDELINES FOR AIDS PREVENTION PROJECTS

AIDSCAP (Family Health International), USA.

Juhend pakub praktilisi näpunäiteid noored noortele koolitusprojekti planeerimiseks ja ellu viimiseks ning kujundab teadlikkust võimalikest raskustest.

Kättesaadav internetist: <http://www.fhi.org/publications>

või aadressil: Family Health International, PO Box 13950, Research Triangle Park, Durham NC 27709, USA.

PEER APPROACH IN ADOLESCENT REPRODUCTIVE HEALTH EDUCATION: SOME LESSONS LEARNED

UNESCO Asia and Pacific Bureau for Education, Thailand, 2003.

Brošüür keskendub noored noortele koolituse mõju uurimisele teismeliste tervisekäitumise edendamisel, sünteesib töökogemusi ja annab näpunäiteid poliitikutele ja programmi elluvijatele rakendada või kohandada pakutud strateegiaid kohalikesse oludesse.

Kättesaadav internetist: <http://www.unescobkk.org/ips/arh-web>

PEER TO PEER: YOUTH PREVENTING HIV INFECTION TOGETHER

Advocates for Youth, Washington DC, USA, 1993, US\$ 4.

See programmi planeerijatele ja noortetöötajatele mõeldud materjal vaatleb noored noortele koolitusviisi põhimõtteid ja riskide vähendamise tõendus põhisust HIV/AIDS ennetustöö näitel. Ühtlasi esitatakse detailselt eduka noored noortele koolitusprogrammi mudel.

Kättesaadav internetist: <http://www.advocatesforyouth.org>

või aadressil: Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA.

PEER, AN IN-DEPTH LOOK AT PEER HELPING. PLANNING, IMPLEMENTATION, AND ADMINISTRATION

Tindall, J. A., *Accelerated Development*, revised edition 1994.

Raamat keskendub omasuguste nõustamisele ja selle põhiprintsiipidele ning kuidas selle meetodiga saab ühiskonna probleeme mõjutada. Raamat on suunatud neile, kes vastutavad omasuguste toetusprogrammide planeerimise, elluviimise ja administreerimise eest.

Tellimiseks kirjutage või helistage: *Accelerated Development*, 1900 Frost Road, Suite 101, Bristol, Pennsylvania 19007-1598, USA; tel. +1-800-821-8312

2. TEADUSTÖÖ

2.1. ÜLDINE TEADUSTÖÖ

PEER EDUCATION AND HIV/AIDS: CONCEPTS, USES AND CHALLENGES

UNAIDS, Best Practice Collection, 1999.

Brošüür arutleb omasuguste koolituse teooria üle ja esitab 1999. aasta aprillis Jamaikal läbi viidud vajaduste hindamise tulemusi ning kirjanduse ülevaate.

Kättesaadav inglise ja prantsuse keeles.

Kättesaadav internetist: <http://www.unaids.org>

või aadressil: *UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland.*

või e-posti teel: unaids@unaids.org

PEER POTENTIAL: MAKING THE MOST OF HOW TEENS INFLUENCE EACH OTHER

National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, April 1999, US\$ 15.

Kolm uurimust, mis tõstavad esile omasuguste mõju positiivsed küljed teismeliste elus ja hoiatavad samal ajal mõningatest spetsiifiliselt juhtudest, mil omasuguste mõju võib olla kahjulik. Samuti pakuvad need välja mõned olulised juhendid programmi arendajatele ja poliitikakujundajatele omasuguste potentsiaali paremaks kasutamiseks.

Kättesaadav internetist: <http://www.teenpregnancy.org/publication>

või aadressil: *The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2100 M Street, NW, Suite 300, Washington, DC 20037, USA.*

SUMMARY BOOKLET OF BEST PRACTICES

UNAIDS, 1999, Issue 1, Children and young people, pp 27-72.

Brošüür kirjeldab 18 noortele suunatud projekti. Kirjeldatud projektide peamised eesmärgid on:

- Edendada seksuaaltervist
- Võimestada noori toimetulekuoskustega
- Vähendada HIV levikuriski
- Ennetada vägivalda, ärakasutamise ning seksikaubanduse ohvriks lange-mise riski
- Ehitada üles noored noortele toetusvõrgustik
- Vähendada HIV-positiivsete inimeste diskrimineerimist
- Aidata noortel jätkata hariduse omandamist ja kindlustada osalejatele pikaajaline sotsiaal-majanduslik kindlustatus

Enamik projektidest sisaldavad noored noortele koolitust.

Kättesaadav internetist: <http://www.unaids.org>

või aadressil: *UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland*

või e-posti teel: unaids@unaids.org

2.2. NOORI KAASAVATE/NOORTELE SUUNATUD PROGRAMMIDE JÄLGIMINE NING HINDAMINE

LEARNING TO LIVE. MONITORING AND EVALUATING HIV/AIDS PROGRAMMES FOR YOUNG PEOPLE

Webb, D. and Elliott, L., Save the Children, 2000, £12.95.

Praktiline juhend noortele suunatud HIV/AIDSi programmide arendamise,

jälgimise ja hindamise teostamiseks, põhinetud on kogemustele projektidest üle maailma. Keskendub noortega töötamisel õpitule: noored noortele koolitustele; kooli-põhisele kasvatusesele; tervishoiuasutuste põhisele teenustele; enimhaavatavate lasteni jõudmisele; ja töötamisele HIV/AIDSi poolt mõjutatud lastega.

Kättesaadav internetist: <http://www.unaids.org>

või aadressil: UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland

või e-posti teel: unaids@unaids.org

2.3. TEADUSLIKU UURIMISTÖÖ VAHENDID

THE NARRATIVE RESEARCH METHOD – STUDYING BEHAVIOUR PATTERNS OF YOUNG PEOPLE BY YOUNG PEOPLE – A GUIDE TO ITS USE

WHO, 1993, order no. 1930054, 8 Swiss francs/US\$ 7.20.

Teaduslik meetod, mida on laialdaselt kasutatud noorte käitumise, kaasa arvatud seksuaalkäitumise mõistmiseks nende oma kultuurikontekstis. Meetodi rakendamisel kutsutakse kokku noorte tuumrühm, et kokku panna nende kogukonna käitumist kirjeldav lugu. Järgnevalt kantakse lugu üle "küsimustikku", mis antakse teistele piirkonna noortele läbi töötamiseks. Selle osalemismeetodi tulemusi saab kasutada kohalike ja riiklike teismeliste tervise ja tervisealase info edendamise tegevusplaanide väljaarendamiseks, tuumrühma saab hiljem kaasata juhendajatena.

Kättesaadav inglise, prantsuse ja hispaania keeles.

Kättesaadav internetist: <http://www.who.org>

või aadressil: publications@who.org

3. KOOLITUSE KÄSIRAAMATUD

3.1. NOORED NOORTELE KOOLITUSE KÄSIRAAMATUD

APPROACHES TO PEER-LED HEALTH EDUCATION: A GUIDE FOR YOUTH WORKERS

Clemets, I. and Buczkiewitz, M., Health Education Authority, 1993, 96 lk.

Käsiraamat töötati välja, et julgustada kogukonna- ja noortetöötajaid katsetama noored noortele koolituse tervisekasvatuses. Käsiraamat sisaldab noored noortele koolituse põhimõtteid, 11 koolitussessiooni, ideid noortega terviseküsimustes töötamiseks ja infot noored noortele koolitustest Inglismaal.

THE CRUNCH. NEGOTIATING THE AGENDA WITH YOUNG PEOPLE. A PEER EDUCATION TRAINING MANUAL

The Health Education Board for Scotland, 1997, £ 20.

Käsiraamat kirjeldab noored noortele koolituse arendamise tausta, pakub teoreetilist raamistikku noored noortele koolitustöö arendamise toetuseks ja praktilisi juhendeid headest praktikatest. Käsiraamat illustreerib teooriat ja praktikat näidetega narkootikumide, alkoholi ja tubakatarvitamise ennetustööst. Siiski on käsiraamatut võimalik rakendada kõikides omasuguste

koolitamise vormides.

Kättesaadav aadressil: *Fast Forward, 4, Bernard Street, Edinburgh, EH6 6PP, UK.*

või e-posti teel: *admin@fastforward.org.uk*

KNOW THE SCORE

Youth Clubs UK, 1999, 70 lehekülge, £ 17.95.

Selle noored noortele koolitusmaterjali keskseks teemaks on uimastitarvitamise ennetamine. Mõeldud kasutamiseks noored noortele koolitajate ettevalmistamisel, publikatsioon sisaldab:

- Näpunäited ja nõuanded noored noortele uimastiennetustöö plusside ja miinuste kohta.
- Kopeeritavad koolituse käsiraamatud, mida saab kasutada noored noortele uimastiennetustöötajate koolitamisel.
- Tegevused, mida noored noortele koolitajad saavad kasutada või kohandada, suurendamaks noorte narkootikumide alaseid teadmisi.
- Erinevad võimalused noored noortele uimastiennetuse algatuste hindamiseks.
- Kahe erineva noored noortele uimastiennetuse projekti juhtumite uurimused.

Kättesaadav internetist: *<http://www.youthclubs.org.uk>*

või aadressil: *Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.*

PEER EDUCATION: A MANUAL FOR TRAINING YOUNG PEOPLE AS PEER EDUCATORS

Book 1: Peer education: an introduction

Book 2: Training peer educators (Viies moodulis 15 koolitussessiooni)

Book 3: HIV/AIDS and sexuality (koolitussessioonid)

Murtagh, B., National Youth Federation in association with the Health Promotion Unit, Ireland, 1996, 127 lk.

Kolm käsiraamatut pakuvad noored noortele koolitusprojektidele informatsiooni, juhendamist ja mudeleid noorte teenuste kohta. Kõik käsiraamatud põhinevad tõsielulistel töökogemustel. Esimene raamat on kujundatud selgitamiseks noored noortele koolituse kontseptsiooni ja sisaldab ka koolituse hindamise juhendeid. Teine raamat pakub kasutamiseks välja viis moodulit tulevaste noored noortele koolitajate üldiseks ettevalmistamiseks ja koolitamiseks ning kolmas raamat pakub välja kaks moodulit: üks noored noortele koolitajate koolitamiseks HIV/AIDSi teemal ning teine aitab läbi töötada seksuaalsusega seotud küsimusi.

Kättesaadav internetist: *<http://www.iol.ie/~nyf/indexa.html>*

või aadressil: *National Youth Federation, 20 Lower Dominick Street, Dublin, Ireland*

või e-posti teel: *info@nyf.ie*

TOGETHER WE CAN

Peer Educator's Handbook & Activity Kit, Jamaica Red Cross HIV/AIDS Peer Education Project, Jamaica Red Cross, 1995.

Teismelistele omasuguste koolitajatele mõeldud käsiraamat, suunatud HIV/AIDSi ja STLH ennetamisele. Sisaldab tegevusi riskiolukordade juhtimisest, isiklike hoiakute ja kondoomi kasutamisoskuste hindamisest.

Lisainformatsioon: jrcs@mail.infochan.com

YES ME!

Youth Clubs UK, 1996, 70 lehekülge, £ 8.95.

Brošüür on kergesti jälgitav ja kasutajasõbralik. Mõeldud tulevaste noored noortele koolitajate enesearendusliku programmina esialgse ülevaate ja vajalike oskuste andmiseks omasuguste õppegrupiga töötamiseks.

Yes me! Näitab noored noortele koolituse võimalikke positiivseid külgi julgustades noori ise oma positiivseid omadusi ja tugevaid külgi kindlaks tegema. Brošüür heidab pilgu sellistele teemadele nagu mitteverbaalne suhtlemine ja grupi paindlikkus ning aitab noortel uurida, miks neist võiksid saada noored noortele koolitajad.

Kättesaadav internetist: <http://www.youthclubs.org.uk>

või aadressil: *Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.*

YOU CAN'T BE SERIOUS!

Youth Clubs UK, 1997.

You can't be serious! on noored noortele mõeldud materjalide seeria, mis katab viis prioriteetset teemat: õnnetusjuhtumite ennetamine, vähi ennetamine, südamerõõnsus, vaimne tervis ja seksuaalõõnsus. Iga raamat sisaldab juhendeid noored noortele koolitajatele, probleemkõõnsuse taustainformatsiooni, noored noortele koolitajate poolt kasutatavaid tegevusi ja juhtumiuurimist.

Kättesaadav internetist: <http://www.youthclubs.org.uk>

või aadressil: *Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.*

3.2. SEOTUD KOOLITUSTE KÄSIRAAMATUD

ACTION WITH YOUTH, HIV/AIDS AND STD: A TRAINING MANUAL FOR YOUNG PEOPLE

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, Geneva, 2000 (teine trükk).

Käsiraamat on mõeldud noorteliidritele aitamiseks luua HIV/AIDSi tervisedenduse programmi noortele. Sisaldab põhiinformatsiooni HIV/AIDSi ja epideemia mõjust, juhendeid programmi planeerimiseks ja koolitus-tegevuste ja kogukonna projektide ideid.

Saadaval inglise ja prantsuse keeles.

Tellimine võimalik aadressil: *International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, PO Box 372, CH-1211 Geneva 19, Switzerland*

või e-posti teel: guidera@ifrc.org

AIDS, WORKING WITH YOUNG PEOPLE

Aggleton, P., Horsley, C., Warwick, I. and Wilton, T., AVERT, UK, 1993.

Koolitusmaterjal töötamiseks üle 14-aastaste noortega noorteklubides, koolitussüsteemis ja koolides. Sisaldab harjutusi ja mänge, millele on lisatud tausta selgitav tekst. Taustatekst annab ülevaate AIDSi sotsiaalsetest ja meditsiinilistest takkudest ning soovitusi HIV/AIDS koolituse kohta.

Kättesaadav internetist: <http://www.avert.org>

või aadressil: AVERT,11, Denne Parade. Horsham, West Sussex RH12 1JD, UK

EXPLORING HEALTHY SEXUALITY

Jewitt, C., Family Planning Association UK, 1994.

Käsiraamat on suunatud seksuaalkasvatuse alal vähese koolitusega noorsootöötajatele.

Tellida võimalik aadressil: Family Planning Association-UK, 27-35 Mortimer Street, W1N 7RJ London, UK. Fax: +44 207 837 3026

FRIENDS TELL FRIENDS ON THE STREET

Carl, Greg and Chaiphach, Nonthathorn, The Thai Red Cross AIDS Research Centre, 2000.

Laiapõhjaline käsiraamat on suunatud tänavalaste psühhosotsiaalsete oskuste arendamisele. Sisaldab enam kui 116 hästi selgitatud tegevust erinevatel teemadel (üldine tervis, narkootikumide tarvitamine, HIV/AIDS, reproduktiivtervis, lapse õigused, isiklik turvalisus, töö otsimine) ja 87 harjutust peamiste sotsiaalsete toimetulekuoskuste kujundamiseks.

Kontakt: The Thai Red Cross AIDS Research Centre, 1871 Rama IV Road, Bangkok 10330, Thailand. Tel. 662 256-4107-9, Fax 662 254-7577.

GAMES FOR ADOLESCENT AND REPRODUCTIVE HEALTH. AN INTERNATIONAL HANDBOOK

PATH (Program for Appropriate Technology in Health), Washington DC, USA.

Õpetlik ja kergesti kasutatav käsiraamat kavandati, et anda koolitajatele ideid ja näpunäiteid, sisaldab 45 lõbusat mängu. Samuti jagatakse õpetusi mängude loomiseks ning juurde on lisatud kasutamisevalmis kaardikomplekt. Sissejuhatus sisaldab kõige eelneva taustateooriat.

Kättesaadav internetist: <http://www.path.org/files/gamesbook.pdf>

GENDER OR SEX, WHO CARES, SKILLS-BUILDING RESOURCE PACK ON GENDER AND REPRODUCTIVE HEALTH FOR ADOLESCENTS AND YOUTH WORKERS. WITH A SPECIAL EMPHASIS ON VIOLENCE, HIV/STI, UNWANTED PREGNANCY AND UNSAFE ABORTION

de Bruyn, M. and France, N., IPAS and HD Network, 2001.

Tegu on materjalide paketiga, mis sisaldab käsiraamatut, õppekava kaarte ja jaotusmaterjale kiledel, pakub sissejuhatust soo ja seksuaal- ning reproduktiivtervise teemadesse (SSR). Eesmärk on täiendada SSR-koolitusmaterjale, pakkudes lisavahendeid bioloogilise soo eristamiseks sotsiaalsest soost,

näidates, kuidas sotsiaalne sugu mõjutab SSRi.

Kättesaadav internetist: http://www.ipas.org/english/publications/gender_sex_manual.pdf

IT'S ONLY RIGHT. A PRACTICAL GUIDE TO LEARNING ABOUT THE CONVENTION OF THE RIGHTS OF THE CHILD UNICEF, 1993.

Juhend on mõeldud kasutamiseks noored noortele koolitajatele ja õpetajatele, kes töötavad 13-aastaste ja vanemate noortega, pakkudes neile tegevusi, mis aitavad lastel teadvustada oma õigusi ja täiskasvanutel planeerida tegevusi seoses laste õiguste küsimustega.

Kättesaadav inglise ja prantsuse keeles.

Kättesaadav internetist: <http://www.unicef.org/publications>

LIFE PLANNING EDUCATION: A YOUTH DEVELOPMENT PROGRAM

Advocates for Youth, Washington DC, USA, 1995, US\$ 60.

Koolituspakett interaktiivsete harjutustega seksuaalsuse/toimetulekuoskuste õpetuse läbiviimiseks noortele vanuses 13–18, sobib kasutamiseks koolis ja teistes noorte kogunemiskohtades.

Kättesaadav internetist: <http://www.advocatesforyouth.org>

või aadressil: *Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA.*

A PARTICIPATORY HANDBOOK FOR YOUTH DRUG PREVENTION PROGRAMS, A GUIDE FOR DEVELOPMENT AND IMPROVEMENT

UN Office on Drugs and Crime (UNODC) and The Global Youth Network, New York, 2002.

Dokumendi aluseks on lähenemine, mille kohaselt noored ise peaksid juhtima noorte seas läbiviidavat uimastiennetustööd, kuna nemad teavad oma vajadusi teistest paremini. Nii on see käsiraamat vahend noortegruppidele ning raamat aitab kindlaks teha noorte tõelised probleemküsimused ning neile lahendusi leida.

Kättesaadav inglise, hiina, prantsuse, hispaania ja vene keeles.

Kättesaadav internetist: http://www.unodc.org/youthnet/youthnet_youth_drugs.html

PRIMARY PREVENTION OF SUBSTANCE ABUSE. A FACILITATORS GUIDE. A WORKBOOK FOR PROJECT OPERATORS WHO/UNODC, 2000.

Tellimine e-posti teel: publications@who.org

PROJECT H - WORKING WITH YOUNG MEN TO PROMOTE HEALTH AND GENDER EQUITY

Project Coordination: Instituto Promundo. Support: Pan American Health Organization, WHO, International Planned Parenthood Federation, 2002.

Käsiraamat sisaldab viit teemat: seksuaalsus ja reproduktiivtervis; isadus ja hoolekanne; vägivallast rahumeelsesesse kooseksisteerimisse; mõistus ja

emotsioonid; HIV/AIDSi ennetamine ja elu HIV/AIDSiga. Iga teema sisaldab teoreetilist osa ja noormeestega grupitöö läbiviimiseks osalemisharjutuste seeriat (15–24-aastastele).

Kättesaadav internetist: <http://www.promundo.org.br>

või e-posti teel: promundo@promundo.org.br

RIGHT DIRECTIONS. A PEER EDUCATION RESOURCE ON THE UN CONVENTION OF THE RIGHTS OF THE CHILD

Save the Children in association with The Guides Association, UK, 1999, 64 lehekülge, £ 4.99.

Juhend aitab noortel mõelda oma õigustele läbi lõbusate ja elavate tegevuste, mis põhinevad UNCRC-il. Toodud 40 tegevust katavad laia osa noorte olulisematest probleemidest nagu näiteks türanniseerimine, diskrimineerimine, vaesus, kodutus, tervis ja arvamuste väljendamine.

Kättesaadav internetist: <http://www.savethechildren.org.uk>

SCHOOL HEALTH EDUCATION TO PREVENT AIDS AND STD: A RESOURCE PACKAGE FOR CURRICULUM PLANNERS

WHO/UNESCO, 1994.

Pakett sisaldab käsiraamatut õppekavade planeerijatele, õpetajate juhendeid ja õpilaste käsiraamatut 53 suhtlemisoskuse, turvalise seksi ja HIV/AIDSi alase tegevusega.

Tellimine e-posti teel: publications@who.org

YOUNG PEOPLE AND SUBSTANCE USE: A MANUAL. CREATE, USE AND EVALUATE EDUCATIONAL MATERIALS AND ACTIVITIES

Monteiro, M. (ed.), WHO and Mentor Foundation, 1999, 161 lehekülge, order no. 1930151, 30 Swiss francs/US\$ 27

Kergesti kasutatav raamat aitab tervishoiutöötajatel ilma süvakoolituse või keeruliste algallikateta koolitusmaterjale toota. Erilist tähelepanu pööratakse tänavalaste vajadustele. Selgitab erinevaid noorte kaasamisvõimalusi koolitusmaterjalide kujundamisel, kasutamisel, laiali jagamisel ja hindamisel.

Tellimine e-posti teel: publications@who.org

WORKING WITH STREET CHILDREN. A TRAINING PACKAGE ON SUBSTANCE USE, SEXUAL AND REPRODUCTIVE HEALTH INCLUDING HIV/AIDS AND STDS

WHO, 2000, order no. WHO/MDS/MDP/00.14.

Laiahaardeline koolituspakett tänavakoolitajatele (ja teistele inimestele, kes on kaasatud tänavalaste programmi), mis hõlmab kahte osa:

Kümme koolitusmoodulit, mis annavad informatsiooni tänavalaste probleemidest ning esmaseid oskusi ja teadmisi, mida koolitaja vajab tööks dännaamilises tänavakeskkonnas

Näpunäiteid koolitajatele, mis annab teema õpetamiseks ideid, sisaldab informatsiooni valitud teemadel ning annab valikuvõimalusi, mis aitavad koolitajal või kasvatajal kohaneda kohalike vajaduste ja materjalidega.

Tellimine e-posti teel: publications@who.org

100 WAYS TO ENERGISE GROUPS: GAMES TO USE IN WORKSHOPS, MEETINGS AND COMMUNITY

The International HIV/AIDS Alliance, 2002

Ergutusmängude, jäämurdjate ja mängude kogumik, mida saab kasutada igaüks, kes töötab noorte grupiga kas seminari, kohtumise või kogukonna tingimustes.

Kättesaadav internetist: <http://www.aidsalliance.org> (mine *Publications and Resources (Toolkits and Guides)*).

3.3. NÕUSTAMISKOOLITUSE KÄSIRAAMATUD (EI KÄSITLE ERALDI OMASUGUSTE NÕUSTAMIST).

COUNSELLING SKILLS TRAINING IN ADOLESCENT SEXUALITY AND REPRODUCTIVE HEALTH. A FACILITATOR'S GUIDE

WHO/ADH, revised edition 2001

Kavandatud juhendajale viie-päevase teismeliste seksuaalsuse ja reproduktiivtervise alaste nõustamisoskuste koolitusseminari läbi viimiseks. Juhendis kirjeldatud koolitus kombineerib põhiinformatsiooni seksuaalsusest, reproduktiivtervisest ja mittedirektiivse nõustamise põhimõtteid koolitusega spetsiifilistest inimestevahelistest suhtlemisoskustest.

Tellimine e-posti teel: cah@who.int

4. MATERJALIDE NIMEKIRJAD

ANNOTATED BIBLIOGRAPHY ABOUT YOUTH AIDS PEER EDUCATION IN EUROPE

Svenson, G. et al. (eds.), Department of Community Medicine, Lund University, Sweden; European Commission, 1998.

Kättesaadav internetist: <http://www.europeer.lu.se>

või aadressil: *Europeer, Department of Community Medicine, Malmö University Hospital, S-205 02 Malmö, Sweden.*

RESOURCE GUIDE FOR SEX EDUCATORS, BASIC RESOURCES THAT EVERY SEX EDUCATOR NEEDS TO KNOW ABOUT

Huberman, B., Advocates for Youth, 2002, US\$ 10.

Kättesaadav internetist: <http://www.advocatesforyouth.org>

5. AJAKIRJAD

EXCELLENT. THE JOURNAL OF PEER EDUCATION IN SCOTLAND

Published by Fast Forward Positive Lifestyles Ltd., subscription: £10 per year.

Ajakiri ilmub kolm korda aastas. Eesmärk on noortega edendada noored noortele koolituse arengut tervise valdkonnas, pakkuda võrgustiku võima-

lusi, jagada häid praktikaid, luua foorum aruteluks ja kirjastada kasulikke materjale ning teavitada tulevastest üritustest (nagu näiteks koolituskursused).

6. KASULIKUD INTERNETIAADRESSID

[HTTP://WWW.YOUTHPEER.ORG/](http://www.youthpeer.org/)

Noored noortele koolituse elektrooniline andmebaas (Y-PEER) on internetilehekülg, mis on mõeldud noored noortele koolituse arengu toetamiseks Ida-Euroopas ja Kesk-Aasias. Tegu on ÜRO organisatsioonide vahelise (IAG) noorte tervise arengu ja kaitse Euroopa ja Kesk-Aasia grupi algatusega. Noored noortele koolituse alakomiteesid toetavad UNFPA ja UNICEFi.

[HTTP://WWW.ADVOCATESFORYOUTH.ORG/](http://www.advocatesforyouth.org/)

Advocates for Youth tegeleb rahvusvaheliselt noorte seksuaal- ja reproduktiivtervise probleemidega, pakub informatsiooni, koolitust ja strateegilist juhendamist noori teenindavatele organisatsioonidele, poliitikatagijatele, noorteliidritele ja meediale.

[HTTP://WWW.AVERT.ORG](http://www.avert.org)

HIV/AIDSi heategevusorganisatsioon, mille koduleht pakub kasulikke statistikat, informatsiooni noortele, uudiseid, kaasajastatud materjale homoseksuaalsusest, HIV/AIDSi epideemiast ja STLH-st.

[HTTP://WWW.EUROPEER.LU.SE](http://www.europeer.lu.se)

Lundi Ülikooli (Rootsi) ja Euroopa Liidu noored noortele koolitusmaterjalide keskus Lääne-Euroopas, keskendub tervisele, arengule ja noorte võimendamisele.

[HTTP://WWW.FHI.ORG](http://www.fhi.org)

Family Health International töötab reproduktiiv- ja peretervise parandamise valdkondadega üle maailma läbi biomeditsiiniliste ja sotsiaalteaduslike uurimuste, innovatiivsete tervisteenuste pakkumise meetmete ja koolitus- ning informatsiooniprogrammide.

[HTTP://WWW.GOASKALICE.COLUMBIA.EDU](http://www.goaskalice.columbia.edu)

Columbia Ülikooli (USA) noortesõbralik, naljaks ja õpetlik internetipõhine küsimuse-vastuse tüüpi tervisekasvatustlik programm.

[HTTP://WWW.IPPF.ORG](http://www.ippf.org)

International Planned Parenthood Federation (IPPF) on suurim vabatahtlik organisatsioon, mis tegeleb seksuaal- ja reproduktiivtervise küsimustega; loodab edendada ja tõestada naiste ja meeste õigusi otsustada vabalt oma laste arvu ja intervalli üle ning õiguse parimale võimalikule seksuaal- ja

reproduktiivtervisele.

[HTTP://WWW.IWANNAKNOW.ORG](http://www.iwannaknow.org)

American Social Health Association's seksuaaltervise-alase info allikas noortele.

[HTTP://WWW.SAVETHECHILDREN.ORG.UK](http://www.savethechildren.org.uk)

Save the Children on juhtiv Briti heategevusasutus, mis töötab loomaks lastele paremat maailma. Nad töötavad 70 riigis aidates lapsi maailma kõige rohkem vaesunud kogukondades.

[HTTP://WWW.SIECUS.ORG](http://www.siecus.org)

The Sexuality Information and Education Council of the US (SIECUS) edendab laiahaardelist seksuaalkasvatust ja toetab inimeste õigust teha vastutustundlikke seksuaalseid valikuid.

[HTTP://WWW.TEENWIRE.COM](http://www.teenwire.com)

Pereplaneerimise Föderatsiooni seksuaalkasvatuse teemaline internetilehekülg, millel on toodud palju noortele ja noorte kohta kirjutatud artikleid.

[HTTP://WWW.UNAIDS.ORG](http://www.unaids.org)

UNAIDS koondab kaheksa ÜRO süsteemi organisatsiooni materjalid, et aidata ennetada uusi HIV-nakatamisi, hoolitseda nende eest, kes on juba nakatunud ning leevendada HIV/AIDSi epideemia mõju.

[HTTP://WWW.UNFPA.ORG](http://www.unfpa.org)

ÜRO Rahvastiku Fond (UNFPA) toetab arengumaid, et vastavalt maade vajadustele parandada juurdepääsu reproduktiivtervise teenustele ja toetada nende teenuste kvaliteeti, eriti pereplaneerimist, turvalist emadust ja STLHi, kaasa arvatud HIV/AIDSi ennetamist.

[HTTP://WWW.UNICEF.ORG](http://www.unicef.org)

UNICEF, ÜRO Lastefond, töötab koos partneritega üle maailma, et edendada laste inimõiguste tunnustamist ja täideviimist. Kodulehe sees mine: <http://www.unicef.org/programme/lifeskills.html>, kus leiad põhjaliku informatsiooni toimetulekuoskuste põhisest kasvatuses.

[HTTP://WWW.UNODC.ORG/YOUTHNET](http://www.unodc.org/youthnet)

The Global Youth Network on UNDCP algatus, *the International Drug Control Programme of the United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC)*. *The Global Youth Network* suunab noorte laialdasemat kaasamist rahvusvahelistes kogukondades, arendades narkootikumide tarvitamise ennetuspoliitikat ja programme.

HTTP://WWW.YOUTHCLUBS.ORG.UK

Inglismaa riiklik võrgustik, mis on kavandatud kõikidele noortele toetamiseks ja arendamiseks kvaliteetset tööd noortega ja nende kasvatuslikke võimalusi.

HTTP://WWW.YOUTH HIV.ORG/

YouthHIV on noorte toetamise projekt. Kodulehekülg on loodud HIV-positiivsete noorte ja HIV omasuguste koolitajate poolt ja neile. Eesmärk on pakkuda turvalist ja tõhusat kodulehekülge, mis annab vaimse ja seksuaaltervisealast informatsiooni, vahendab kogukonna toetust, toetuse võimalusi, ressursse ja edasi suunamisi ning internetipõhist omasuguste koolitust.

HTTP://WWW.YOUTHSHAKERS.ORG/INDEX.HTM

Toetab noorte ja IPPFi internetipõhiseid ressursse noorte omasuguste seksuaalkasvatustlikes tegevustes, võrgustikes, programmides jne. Koduleheküljelt mine: <http://www.youthshakers.org/peereducation/manual/index.htm>, kust leiad kasulikke informatsiooni omasuguste koolituse ülesehitamiseks.



Ankeet nr _____

Suur tänu seminari hindamisel osalemise eest. Soovime teada Sinu noored noortele koolitusoskuste taset ja arvamusi sellise koolituse kohta. Ankeedis olevatele küsimustele vastamine võtab aega vaid mõned minutid. Küsimustele puuduvad õiged ja valed vastused, oleme huvitatud ainult Sinu arvamusel. Palume küsimustik täita seminari alguses ja lõpus.

Sugu <input type="checkbox"/> Mees <input type="checkbox"/> Naine Eesnime esimene täht	Vanus	Mitu aastat oled töötanud noored noortele koolituse vallas?	Mis on Sinu peamine positsioon töös? <input type="checkbox"/> Juht <input type="checkbox"/> Koolitaja <input type="checkbox"/> Noored noortele koolitaja <input type="checkbox"/> Muu
---	-------	---	---

1. Tunnen, et ma võiksin läbi viia koolitust noored noortele koolitajatele.

- Täiesti nõus
 Nõus
 Osaliselt nõus
 Veidi nõus
 Ei ole nõus

2. Oskan kirjeldada noored noortele programmide laiahaardelist mudelit.

- Täiesti nõus
 Nõus
 Osaliselt nõus
 Veidi nõus
 Ei ole nõus

3. Oskan kirjeldada sotsiaalse ja bioloogilise soo vahelisi erinevusi ning selgitada, kuidas sotsiaalne sugu võib seksuaal- ja reproduktiivtervist mõjutada.

- Täiesti nõus
 Nõus
 Osaliselt nõus
 Veidi nõus
 Ei ole nõus

4. Võiksin noored noortele koolitajatele vabalt ette valmistada ja läbi viia rollimängu harjutusi.

- Täiesti nõus
 Nõus
 Osaliselt nõus
 Veidi nõus
 Ei ole nõus

5. Kui võimalik, toaksin noortele seminari külalisesinejaks HIV-positiivse inimese.

- Täiesti nõus
 Nõus
 Osaliselt nõus
 Veidi nõus
 Ei ole nõus

6. Tean ja olen võimeline noored noortele koolitajatele läbi viima vähemalt kolm grupi loomise

- Täiesti nõus
 Nõus
 Osaliselt nõus
 Veidi nõus
 Ei ole nõus

LISA 2: NÄIDE SEMINARIEELSE JA -JÄRGSE HINDAMISE TESTIST

7. Tean nelja jäämurdja harjutust.

- Täiesti nõus Nõus Osaliselt nõus Veidi nõus
 Ei ole nõus
-

8. Tean seminaril faktilise informatsiooni õpetamiseks kolme erinevat võimalust.

- Täiesti nõus Nõus Osaliselt nõus Veidi nõus
 Ei ole nõus
-

9. Tean kolme erinevat motiveerivat meetodit noored noortele koolitusel kasutamiseks.

- Täiesti nõus Nõus Osaliselt nõus Veidi nõus
 Ei ole nõus
-

10. Tean vähemalt viit erinevat toimetulekuoskust, mida käsitleda tervisekasvatuse programmis.

- Täiesti nõus Nõus Osaliselt nõus Veidi nõus
 Ei ole nõus
-

11. Kaasaksin noored noortele koolitusprogrammi väljatöötamisse ja elluviimisse HIV-positiivse inimese.

- Täiesti nõus Nõus Osaliselt nõus Veidi nõus
 Ei ole nõus
-

LISA 2: KOOLITUSE KVALITEEDI KÜSIMUSTIK

Kuidas hindaksite oma valmisolekut seminaril käsitletud teemadega seotud teenuste pakumiseks klientidele?

Enne seminari

Madal	Keskmine	Kõrge
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 5
<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 4	

Pärast seminari

Madal	Keskmine	Kõrge
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 5
<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 4	

Kuidas hindaksite üldiselt seminari kvaliteeti?

Halb Kesk-pärane Hea Väga hea Suure-pärane

Kuidas hindaksite seminari kasulikkust oma praeguses töös?

Halb Kesk-pärane Hea Väga hea Suure-pärane

Kas Teie seminaril osalemise peamiseks eesmärgiks on see, et Te oleksite pärast võimeline teisi koolitama?

Halb Kesk-pärane Hea

Kas kasutaksite sellel seminaril omandatud teiste koolitamisel?

Halb Kesk-pärane Hea

Kas soovitaksite sarnast seminari omasugusele noorele?

Halb Kesk-pärane Hea

Kommentaariid:

LISA 3: NÄIDE NOORED NOORTELE KOOLITAJA JA KOOLITAJATE KOOLITAJA OSKUSTE HINDAMISE VORMIST*

Vorm sisaldab punkte, mida on kasutatud koolitajate koolitajate ja noored noortele koolitajate oskuste hindamise osadena.

Kuupäev _____ Toimumiskoht _____ Esineja _____

Palun hinnake esinejat järgnevalt:

	1 Nõrk	2 Rahuldav	3 Hea	4 Väga hea	5 Suure- pärane
Koolitustehnikad					
1. Tegevuse/mängu selgitamine					
2. Seostamine osalejate vajadustega					
3. Silmside					
4. Liikumine					
5. Žestid					
6. Kuulamisoskused					
7. Hääle tugevus					
8. Pabertahvlite kasutamine					
9. Ruumi ja koolituskeskkonna kasutamine					
10. Intonatsioon					
Grupitöö					
11. Osalemise tasakaalustatus					
12. Kaasjuhendajate vaheline koostöö					
13. Üksteise aitamine					
14. Koolitusruumi jagamine- „andmine ja võtmine“					
15. Üksteise respektseerimine					
16. Noored noortele koolitajate juhtimine					
17. Toimetulek raskete osalejatega					

*Zielony, R., Mudrovic, Z. and Red Cross. Peer Educators of Sarajevo, UNFPA Peer Education Workshop, 2001.

LISA 3: NÄIDE NOORED NOORTELE KOOLITAJA JA KOOLITAJATE KOOLITAJA OSKUSTE HINDAMISE VORMIST

	1 Nõrk	2 Rahuldav	3 Hea	4 Väga hea	5 Suure- pärane
Koolitusmeetodid					
18. Toimetulek tühimusega					
19. Rääkijate juhtimine					
20. Avaliku esinemise meetodid					
21. Motiveeriv mõju					
22. Juhendaja aktiivsus					
23. Juhendaja entusiasm					
24. Näitlemisoskused					
25. Turvalise õpikeskkonna loomine					
26. Noorte esinemise kava ettevalmistamine					
27. Esitluse ajal aitamine					
28. Noored noortele koolitajatele tagasiside andmine					
29. Grupiliikmete julgustamine					
30. Koolitajate koostöö sujumine: üleminekuteta protsessi loomine					
31. Kuulajaskonna julgustamine					
32. Ühte sulandumine versus pörkumine					
33. Kokku lepitud päevakavast kinni pidamine					
34. Päevakava muudatuste edastamine					
35. Avatud suhtlemine kaaskoolitajatega					

Märkus: Vormil ei ole sageli vajalik viie-palline hindamiskaala. Paljudel juhtudel võivad punktid anda lihtsalt mõningaid vihjeid või ideid oskuste ja meetodite kohta, millele noored noortele koolitajatele või koolitajate koolitajatele tagasiside sessioonis tähelepanu pöörata.

KÜMME FAKTI HIV/AIDSIST
VAHETU KOGEMUSE HARJUTUSE NÄIDIS
NOORED NOORTELE KOOLITUS JA KÄITUMISE KUJUNDAMISE
TEOORIAD
INIMESE ISIKURINGI NÄIDE
PROBLEEMIPUU NÄIDE
HIV/AIDS VIKTORIIN
STLH VIKTORIIN – JUHENDAJA NÄGEMUS
NOORED NOORTELE LÄHENEMISVIISIDE TÜÜBID (A)
NOORED NOORTELE LÄHENEMISVIISIDE TÜÜBID (B)
KAASJUHENDAMISE STIILID
KAASJUHENDAMISE KÜSITLUS
TÕHUS NOORTE JA TÄISKASVANUTE KOOSTÖÖ
ROGER HARTI OSALEMISE REDEL
NOORTE JA TÄISKASVANUTE KOOSTÖÖ KASULIKKUS
TAKISTUSED TÕHUSA NOORTE JA TÄISKASVANUTE KOOSTÖÖ LOO-
MISEL
NOORED NOORTELE KOOLITUSPROGRAMMI JÄLGIMINE JA HINDA-
MINE
KINSEY SKAALA

1. AIDS (omandatud immuunpuudulikkuse sündroom) on põhjustatud HIV (inimese immuunpuudulikkuse viiruse) poolt. HIV hävitab keha kaitsesüsteemi. Inimesed, kellel on AIDS, muutuvad nõrgaks, kuna nende keha kaotab võime haiguste vastu võidelda. Lõpuks nad surevad. HIV ja AIDS on ravimatud.

2. HIVga nakatumisest AIDSi väljakujunemiseni võib kuluda kuni kümme aastat. HIVi nakatunud inimene võib välja näha ja tunda ennast mitmed aastad täiesti tervena, kuid samal ajal võib ta viirust teistele üle kanda. Uued ravimid aitavad inimestel pikema aja jooksul head tervislikku seisundit säilitada, kuid inimene jääb ikkagi viirusekandjaks ja võib HIV-d teistele levitada.

3. HIV kantakse üle nakatunud kehavedelikega ja see võib toimuda nakkuse/haiguse kõikides staadiumites. HIVd on leitud järgmistes kehavedelikes: veri, seemnevedelik (ja eelseemnevedelik), tupevedelik, rinnapiim. Ei ole teada juhuseid, et HIV-nakkus oleks saadud suudlemisel sülje kaudu. Siiski tuleb arvestada, et kui inimesel on suus haav ja ta suudleb HIV-positiivse inimesega, kellel on ka suus haav või haavand, siis teoreetiliselt võib ta HIV-nakkuse saada. Väljaspool keha püsib viirus elus väga lühikest aega, seetõttu ei ole nakatunud inimese katsumise või tavaliste esemete, nagu taldrikud, söögiriistad, riided jne ühisel kasutamisel nakatuda võimalik.

4. Maailmas kandub HIV edasi kõige sagedamini seksuaalsel teel. Ida-Euroopas ja Kesk-Aasias on praegu nakkuse levik toimunud süstivate narkomaanide seas nakatunud nõelte ja süstalde jagamisel. Seksuaalvahekorra ajal nakatatakse seetõttu, et inimeste kehavedelikud segunevad ja viirus võib nakatunud inimeselt tema partnerile üle kanduda. Nakatumise tõenäosus on suurem tupe või pärakupiirkonna pindmiste vigastuste, haavade või teiste sugulisel teel levivate haigustega (STLH) olemasolu korral. Eriti on HIV-nakatumisest ohustatud noored tütarlapsed, kuna nende tupe limaskest on õhem ja rohkem nakkustele vastuvõtlik kui täiskasvanud naistel.

Kui HIV-positiivne mees on seksuaalvahekorras naisega ega kasuta kondoomi, võib mehe seemnevedelik kanda viiruse naise vereringesse läbi haava või marrastuse, mis võib olla nii väike, et naine ei ole selle olemasolust teadlik.

Kui HIV-positiivne naine on kondoomita seksuaalvahekorras mehega, siis võivad tema tupevedelikud kanda HIV üle mehe kehasse mõne peenisel oleva haavandi või kusejuha kaudu.

5. STLHga inimestel on HIVsse nakatumise ja nakkuse edasi kandmise osas suurem risk. STLHga inimesed peaksid end koheselt ravima ja hoiduma seksuaalvahekorrast või praktiseerima turvalist seksi (penetratsioonita seks või

kondoomi kasutamine seksi ajal) ning oma partnereid nakkusest teavitama. STLH-nakatunud inimestel on 5–10 korda suurem tõenäosus HIVi nakatuda. Lisaks sellele on STLH inimestel suurem tõenäosus oma haigust teistele üle kanda.

6. HIV seksuaalsel teel ülekandumise riski saab vähendada, kui inimesed kas ei harrasta seksi, või nakatumata inimesed seksivad ainult omavahel või kui inimesed harrastavad turvalist seksi, see tähendab seksi ilma penetratsioonita või kondoomi kasutades. Ainus võimalus HIV seksuaalsel teel ülekande ennetamises täiesti kindel olla, on kõikidest seksuaalkontaktidest hoidumine.

7. HIV võib üle kanduda ka siis, kui nahk on katki või kui naha augustamiseks kasutatakse steriliseerimata nõelu, süstlaid, raseerimisnuga, nuga või mingeid teisi vahendeid. Narkootikumide süstivatele inimestel on suurem oht nakatuda HIVi. Peale selle kahjustab narkootikumide tarvitamine inimese otsustusvõimet ja võib seeläbi soodustada riskivat seksuaalkäitumist, nagu näiteks kondoomi mittekasutamist.

Veeni süstivad (süstivad) narkomaanid peaksid alati kasutama puhtaid nõelu ja mitte kunagi kasutama teiste inimeste nõelu või süstlaid. Kui Sa tead, või kahtlustad, et Su seksuaalpartner on süstiv narkomaan, ei tohiks te kunagi harrastada kondoomita seksi.

8. Kõik, kes kahtlustavad, et nad võivad HIVi nakatunud olla, peaksid võtma ühendust tervishoiutöötajaga või minema AIDSi nõustamiskabinetti, et saada konfidentsiaalset nõustamist ja testimist.

HIV-testiga saab veres HIVi antikehasid kindlaks teha kõige varem kaks nädalat pärast võimalikku nakatumist, kuid mõõdetavate antikehade tekkimine võib organismis aega võtta kuni kuus kuud. Keskmine aeg selleks on 25 päeva.

Positiivne testitulemus tähendab seda, et Sinu veres on HIVi antikehad ja Sa oled HIV-positiivne. AIDSi välja kujunemine võib võtta kuni kümme või enamgi aastat. Pea meeles – HIViga inimene saab elada produktiivset ja tervislikku elu.

Negatiivne tulemus tähendab tavaliselt seda, et Sa ei ole HIVi nakatunud. Siiski peaksid Sa ennast kuue kuu möödudes uuesti testima, juhul kui oled viimase poole aasta jooksul riskivalt käitunud, kuna immuunsüsteemil võib mõõtmiseks piisava hulga antikehade tootmine aega võtta.

9. HIV ei levi igapäevastes kontaktides nagu kallistamine, kätlemine, ujumisbasseini kasutamine; samuti ei levi nakkus tualeti kaudu, jagades voo-

dilinu, süües samade toidunõudega ja sama toitu; sääsehammustusega ja teiste putukate hammustustega; köhimisel või aevastamisel.

10. HIV-positiivsete või ükskõik milliste nakatumisest ohustatud isikute diskrimineerimine on inimõiguste rikkumine ja ohustab rahva tervist. Kõik, kes on HIVi nakatunud või sellest mõjutatud, väärivad kaastunnet ja toetust.

Kohandatud UNFPA, UNAIDSi, Maailmapanga, WHO, UNESCO, UNDCPi, UNICEFi ja Save the Children (UK) materjalist *Facts for Adolescents, The Right to Know Initiative, Draft, May 2002.*

VAHETU KOGEMUS

(koolitaja tutvustab harjutust ja selgitab, kuidas seda teha)

OSALEMINE

Koolitavad osalevad:

- ajurünnakus
- rollimängus ja lugude jutustamises
- väikeste gruppide arutelus
- juhtumi uurimises
- mängudes ja piltide joonistamises

ÕPITU RAKENDAMINE:

Järgmised sammud

(koolitaja annab soovitusi)

Koolitavad arutavad:

- kuidas saadud teadmised/oskused on kasuks nende elus
- kuidas ületada raskusi saadud teadmiste/oskuste kasutamisel
- kuidas kontrollida saadud teadmiste/oskuste kasutamist

PEEGELDAMINE

Mõtted/tunded:

(koolitaja juhib arutelu)

Koolitavad:

- vastavad küsimustele
- annavad tagasisidet
- toovad esile olulisemad tulemused

ÕPITU ÜLDISTAMINE:

(koolitaja annab informatsiooni, toob välja sarnasused ja erinevused, võtab kokku)

Koolitavad osalevad:

- tulemuste esitlemisel
- üldiste kokkuvõtete tegemisel

Põhjustatud tegevuse teooria (*Theory of reasoned action*)

Inimese soov mingit käitumisviisi omandada või muuta sõltub selle teooria kohaselt:

- inimese hoiakutest vastava käitumise suhtes (tema uskumustest käitumise tagajärgede kohta);
- inimese ettekujutusest grupi/kultuuri sotsiaalsetest normidest selle käitumise suhtes.

Noored noortele koolituse kontekstis on see teooria asjakohane, arvestades, et:

- noorte hoiakuid mõjutab tugevalt see, mida teised omasugused nende arvates teevad ja mõtlevad;
- noori on sageli võimalik tervistsäästvalt käituma motiveerida nende hulgas respektieritud noored noortele koolitajate poolt.

Sotsiaalne õppimine/sotsiaal-kognitiivne teooria (*Social learning/ social cognitive theory*)

Teooria kohaselt saavad inimesed olukordi paremini kontrollida, omandades selleks uusi teadmisi ja oskusi (suureneb nn enese-tõhusus). Õppimine saab toimuda:

- läbi vahetu kogemuse
- kaudselt – vaadeldes ja kujundades oma käitumist nende järgi, kellega inimene ennast samastab
- läbi oskuste treenimise, mis annab mingi käitumisviisi rakendamiseks vajaliku enesekindluse

Noored noortele koolituse kontekstis tähendab see, et interaktiivsete praktiliste tegevuste kasutamine on koolitusprotsessis äärmiselt oluline ning noored noortele koolitajad võivad sihtgrupi jaoks olla olulisteks rollimudeliteks.

Uuenduste levimise teooria (*Diffusion of innovations theory*)

Uuenduste levimise teooria väidab, et käitumise kujunemisel mängib olulist rolli sotsiaalne mõju. Teooria võtmeelemendiks on arvamusiidrite roll, kelle käitumise muutumine mõjutab terve kogukonna käitumist. Arvamusiidrite mõju grupi käitumishormide ja/või kommete kujundamisel toimib peamiselt läbi inimestevahelise personaalse kogemusevahetamise ja arutelude.

Noored noortele koolituse kontekstis tähendab see, et koolitajad tuleks valida sihtrühmas usaldusväärsete ja usutavate arvamusiidrite hulgast. Arvamusiidrite kasutamine koolitajatena on eriti oluline tänavatöös, kus sihtgrupini ei ole võimalik jõuda formaalselt planeeritud tegevuste abil, vaid üksnes läbi igapäevaste sotsiaalsete kontaktide.

Kolm eelnimetatud teooriat väidavad, et inimene kohaneb kindla käitumisega mitte selle teaduspõhisuse pärast, vaid lähtudes subjektiivsest otsusest, mida mõjutavad lähedased usaldusväärsed omasugused, kes on käitumise

muutumisel rollimudeliteks.

Teised kaks teooriat on olulised noored noortele koolituse kontekstis:

Uskumuste mudel (*Health Belief Model*)

Uskumuste mudel väidab, et kui inimesel on soov hoiduda haigestumisest või saada terveks (tajutud kasu) ning ta usub, et kindel tervisega seotud tegevus võiks ennetada haigestumist (tajutud oht), siis juhul kui ohtu tajutakse piisavalt suurena ning tegevusest saadav kasu kaalub üles võimalike takistuste ületamise raskused, sooritatakse vastavad tegevused.

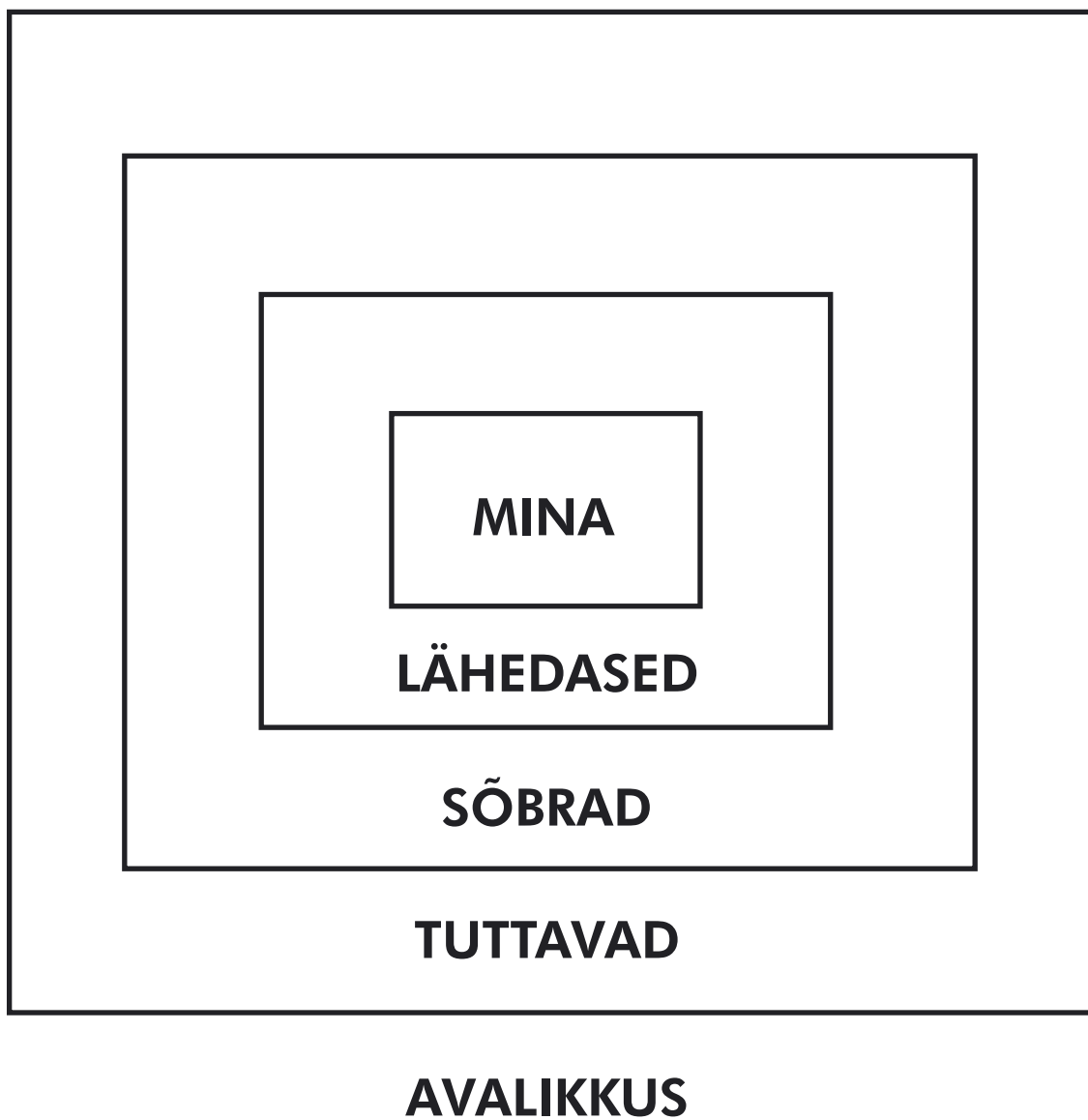
Uskumuste mudeli oluline aspekt on tajutud takistuste kontseptsioon – arvamus soovitatud käitumise käegakatsutavast ja psühholoogilisest hinnast.

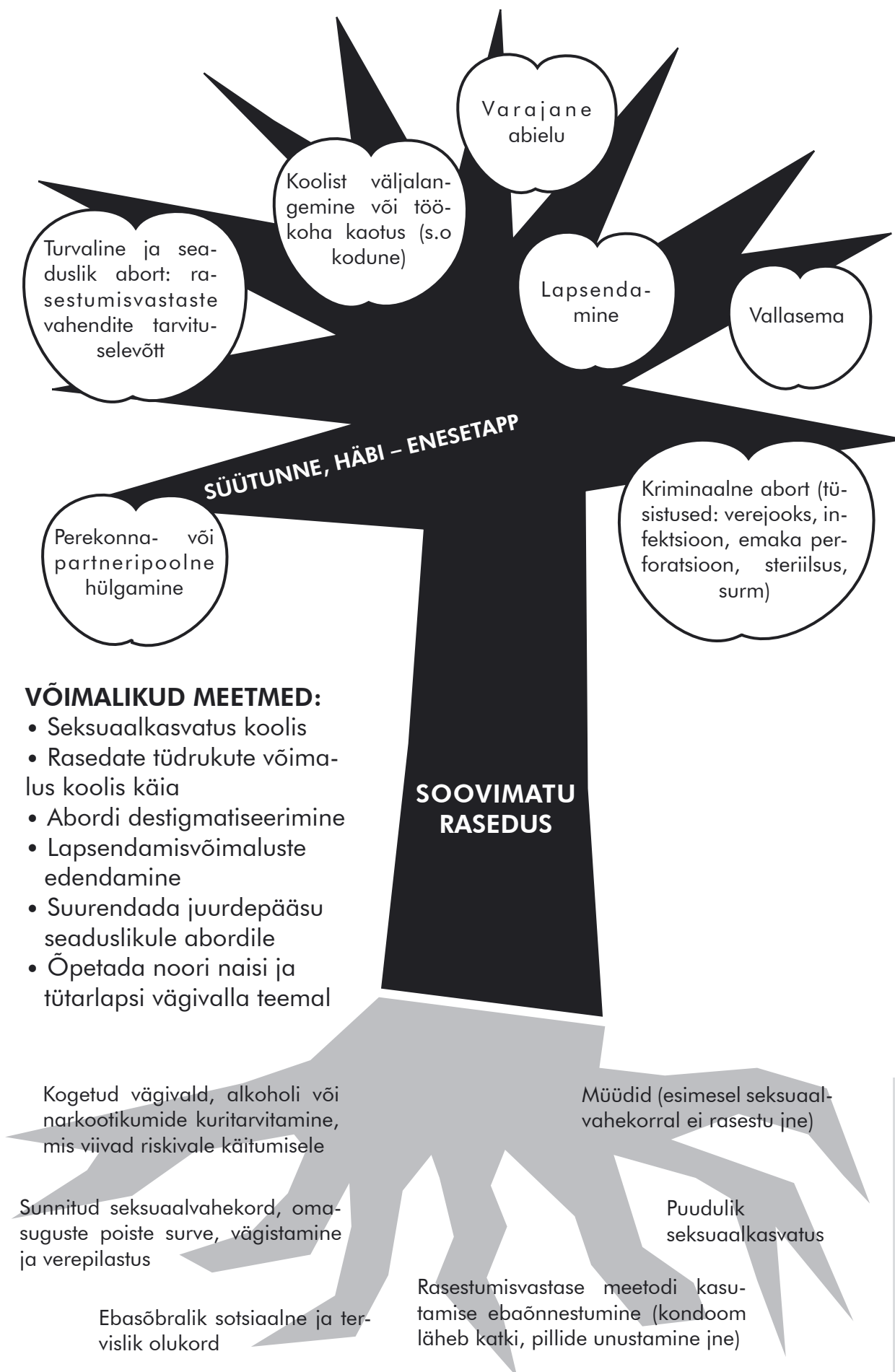
Noored noortele koolitaja saab julgustamise ja valeinformatsiooni korrigeerimisega aidata tajutud takistusi vähendada. Näiteks juhul, kui noor ei pöördu kohalikku tervishoiuasutusse, kuna ta tunneb, et seal ei austata tema konfidentsiaalsust, saab noored noortele koolitaja anda talle informatsiooni noortesõbralike tervisteenuste kohta, aidates sel viisil ületada tervishoiuteenuse juurdepääsuga seotud tajutud takistust.

Aktiivõppe teooria

Aktiivõppe teooria kohaselt on probleemist mõjutatud inimeste võimestamine ja täielik kaasamine võtmeks nende käitumise muutmisel.

Teooria asjakohasus on noored noortele koolituse kontekstis enesestmõistetav: paljud noored noortele koolituse toetajad väidavad, et noored noortele koolituse edu võtmeks käitumise kujundamisel on just see, et info ja oskuste jagamine toimub omasuguste ringis (tegu on horisontaalse protsessiga).





KÜSIMUSED:

1. Mis on AIDS?
2. Mis on HIV?
3. Kas suudlemisel on võimalik HIV-d saada?
4. „Sa võid nakatuda AIDSi, jagades kellegagi nakatunud nõelu.“ Kas selles väites on midagi valesti? Vasta „jah“, „ei“ või „ei tea“. Kui Sa vastad „jah“, siis selgita, mis selles väites valesti on?
5. Mida see tähendab, kui kellelgi on diagnoositud positiivsus HIV-antikehade suhtes (HIV positiivsus)?
6. Kuidas saab HIV emalt lapsele üle kanduda?
7. Mida tähendab „aknaperiood“ HI-viiruse testimise kontekstis?
8. HI-viirus ei saa väljaspool organismi elada. Õige või vale?
9. Miks on anaalvahekorras HIV ülekande risk suurem kui teistes seksuaalvahekorra vormides?
10. HIV-nakkust ei saa verd andes steriilsete süstaldega. Õige või vale?

ÕIGED VASTUSED

1. Omandatud immuunpuudulikkuse sündroom
2. Inimese immuunpuudulikkuse viirus
3. Suudlemisel on oht nakatuda vaid siis, kui HIV-positiivse ja tema partneri veri puutuvad kokku. See võib juhtuda, kui suu ümbruse nahal või suu limaskestadel on vigastusi.
4. Väide on vale: nakatuda on võimalik HIVi (viirus), aga mitte AIDSi.
5. See tähendab, et valgeverelibled on veres leiduva HI-viiruse vastu tootnud antikehasid. See tõendab, et inimene on HI-viirusega nakatunud. Siiski ei suuda antikehad viirust hävitada.
6. Raseduse ajal, sünnituse käigus ja rinnapiimaga toitmisel.
7. Tavaliselt võtab antikehade verre ilmumine aega kaks kuni kolm kuud. Seda perioodi nimetatakse „aknaperioodiks”. Sel ajal on nakatunud inimese HIV-test negatiivne, kuid ta on viirusekandja ning võimeline teisi nakatama.
8. Õige.
9. Anaalvahekorras tekib kergesti päraku veritsus, mis võimaldab verel seguneda HIV-d kandva seemnevedelikuga.
10. Õige

1. Kondoom on sugulisel teel levivate haiguste (STLH) leviku ennetamisel kõige tõhusam kaitsevahend.

VALE

- Kõige tõhusam viis STLH leviku ennetamiseks on seksuaalvahekorra hoidumine.
- Kondoomi kasutamine on nakkuste ennetamisel paremuselt järgmine meetod, kuid 100% tõhus on ainult täielik seksuaalvahekorra hoidumine.

2. Meestel ja naistel on bioloogiliselt võrdne risk seksuaalpartnerilt STLH saada.

VALE

- Naised on STLHle vastuvõtlikumad kui mehed, kuna naiste limaskestade piirkond on palju suurem ja tundlikum. Tupes on sageli väikseid haavakesi.

3. Rasestumisvastaseid pille võtvad naised on kaitstud rasestumise ja STLH eest.

VALE

- STLH nakatumise risk tekib kehavedelike kokkupuutel. Rasestumisvastased pillid ei takista seksuaalvahekorra ajal kehavedelike kokkupuudet.
- Järjepidev rasestumisvastaste pillide võtmine on tõhus hormonaalne meetod rasestumise ennetamiseks.

4. Kahe kondoomi korraga kasutamine („topeltkumm“) kaitseb STLH eest rohkem.

VALE

- Kondoomid on valmistatud ühekaupa kasutamiseks – kahe kondoomi vahel tekkiv hõõrdumine võib põhjustada nende purunemise.
- Ärge kombineerige meeste kondoomide ja naiste kondoomidega.

5. Kondoom ei pruugi tõhusalt ennetada nakatumist HPVi (inimese papilloom-viirusesse, mis tekitab genitaaltüükaid).

ÕIGE

- Seksuaalvahekord ei ole HPV nakkuse saamiseks alati vajalik: HPV võib üle kanduda ka viirusekandja puudutamisel (käsi/genitaal või genitaal/genitaal).
- Genitaaltüükaid võib leida genitaalide teistelt osadelt (munandid, häbe), mida kondoom ei kata.
- Genitaaltüükaid kantakse üle haiguspuhangu ajal. Seejuures on võimalik haiguspuhangust mitte teadlik olla, kuna tüükad ei ole alati palja silmaga nähtavad.

6. Klamüüdiaga nakatunud on tavaliselt märgatavad haigustunnused.

VALE

- Enamikul klamüüdiainakkusega inimestel ei ole nähtavaid haigustunnuseid (sama kehtib ka gonorröa kohta).
- Ravimata (antibiootikumidega) võib klamüüdia (ja ka gonorröa) põhjustada pikaajalisi tüsistusi (viljatuse ja vaagnapiirkonna põletik naistel ning eesnäärme põletik meestel).
- Haigustunnused: naistel – valu/tuim valu emakakaelas, raskustunne vaagna piirkonnas, valulik urineerimine või valulik seksuaalvahekord, tugevamad menstruatsioonid, suurenenud valgetevoolus; meestel – voolus kusitist, valulik urineerimine, munandimanusepõletik.

7. Herpesega inimene võib oma partnerit nakatada ka siis, kui tal ei ole nähtavaid haigustunnuseid.

ÕIGE

- Ülekanne on võimalik ka haigustunnuste puudumisel.
- Inimene on nakatamisvõimeline juba haiguspuhangu alguses, „villide voolamise“ ajal, kui nakatunud inimene tunneb valu ja/või kihelemis/põletus/sügelustunnet.
- Vähima nakatamisriskiga aeg on siis, kui nakkus on puhkeseisundis ja nähtavaid haigustunnuseid puuduvad.

8. Gonorröad saab antibiootikumidega välja ravida.

ÕIGE

- STLH on kahte tüüpi: bakteriaalsed ja viiruslikud. Gonorröa on bakteriaalne STLH. Bakteeriaalseid STLH saab antibiootikumidega välja ravida. Viiruslike STLH ei ole võimalik välja ravida, haigustunnustega perioodid vahelduvad haigustunnusteta perioodidega (remissioonid); viirusevastased ravimid võivad aidata remissiooni säilitada.
- Haigustunnused: naistel – valu/tuim valu emakakaelas, raskustunne vaagna piirkonnas, valulik urineerimine või valulik seksuaalvahekord, tugevamad menstruatsioonid, suurenenud valgetevoolus; meestel – voolus kusitist, valulik urineerimine, munandimanusepõletik.

9. Ainult naistel saab STLH testida.

VALE

- Nii mehi kui ka naisi saab testida enamuse bakteriaalsete ja viiruslike STLH suhtes.
- Meeste ja naiste testid erinevad sõltuvalt inimese varasemast seksuaalkäitumisest (uuritakse suu, emakakaela, kusejuha ja päraku rakukultuure).
- STLH teste on 3 tüüpi: veretestid (süüfilis, HIV); rakukultuuride testid (klamüüdia, gonorröa); läbivaatus (HPV, herpes).

10. Naine võib seksuaalselt oma partnerile pärmiseene üle kanda.

ÕIGE

- Pärmiseennakkuse haigustunnused: paks, valge tupevoolus, pärimi lõhn, tugev sügelus ja põletik.
- Võimalik on uuesti nakatumine: kui üht partneritest ei ravita, võib nakkus tagasi kanduda ja jälle edasi.
- Võib tekkida superinfektsioon, kui kaks ühte viirusesse nakatunud inimest üksteist selle viiruse erinevate tüvedega nakatavad.

JAOTUSMATERJAL: NOORED NOORTELE LÄHENEMISVIISIDE TÜÜBID (A)

	Koolituse lähenemisviis	Tänavatöö lähenemisviis
Sihtrühm	Eeskätt kasutatakse tava-noorteni jõudmiseks	Kasutatakse koolist välja langenud noorteni, eriti kõrge riskitasemega ja piiripealsete ning raskesti kättesaadavate noorteni jõudmiseks
Toimumiskohad	Rohkem või vähem klassikalistes toimumiskohtades (s.o koolis, noortekeskustes jm)	Mitteformaalsetes kohtades: baarides, kogunemiskohtades, ühistranspordi peatus-tes, tänaval
Tegevustetüübid	Planeeritud tegevused Sageli täiendavalt teistele kooli õppekava tegevustele	Mitteformaalsed kohtumised
Meetodid	Osalemise kasutamine, interaktiivsed meetodid	Erinevad informatsioonija-gamise meetodid, spontaan-sed arutelud, võib sisaldada nõustamist
Rakendusala	Rohkem või vähem struk-tureeritud grupid; koos või ilma täiskasvanute esinemi-se/juhendamisega	Väikesed grupid, sageli üks-ühele kontakt

JAOTUSMATERJAL: NOORED NOORTELE LÄHENEMISVIISIDE TÜÜBID (B)*

	Noored noortele informatsioon	Noored noortele koolitus	Noorelt noorele nõustamine
Eesmärgid	Teadlikkus Informatsioon Hoiakute muutus	Teadlikkus Informatsioon Hoiakute muutus Oskuste kujundamine	Informatsioon Hoiakute muutus Ennetusoskused Probleemi lahendamise/toimetulekuoskus Hea enesehinnang Psühhosotsiaalne toetus
Haaratav sihtgrupp	Suur	Keskmine	Väike
Mõju tugevus	Madal	Keskmine/kõrge	Kõrge
Konfidentsiaalsus	Pole vajalik	Oluline	Esmatähtis
Rakendusala	Kogukond, Suured grupid	Väikesed grupid	Individuaaltöö
Vajalik väljaõpe	Infotund	Struktureeritud seminarid ja täienduskursused	Intensiivne ja pikaajaline väljaõpe
Tegevuste näited	Materjalide jagamine rahvalikel üritustel (spordiüritused, noortekontserdid, jne). AIDSi vastu võitlemise päeva üritused	Õppekava põhised korduvgrupi üritused	HIV positiivsete noorte nõustamine Noorte reproduktiivtervise alane nõustamine tervishoiuasutustes

*Kohandatud materjalist Webb, D. ja Elliott, L. *Learning to live, monitoring and evaluating HIV/AIDS programmes for young people*. London: Save the Children, 2000, p. 79.

KOOSTÖÖ VERSUS VÕISTLEV STIIL

Koostöö stiil võimaldab jääda tahaplaanile, vaadelda ja toetada vastavalt vajadusele, samal ajal, kui teine inimene esineb. Esitlusmaterjalid ja teemad jagatakse omavahel nii, et tulevad esile individuaalsed tugevad küljed ning igaühel on võimalik tähelepanu keskmes särada. Võistlev stiil tähendab, et koolitajad vastanduvad grupi õpetamisel. Juhendajad võivad tunda, et nad võistlevad omavahel, isegi siis, kui nad on juba väljendanud oma soovi koos töötada ja mitte võistelda. Eelistatud on koostöö stiil.

ENERGIA SÄILITAMINE

Esinemine võib väsitada nii koolitajaid kui ka osalejaid. Kaasjuhendajate olemasolu annab võimaluse pakkuda vaheldust hääles, esitlusstiilis ja aktiivsuses ning aitab seeläbi paremini grupi tähelepanu üleval hoida, andes samal ajal igale juhendajale võimaluse nii särada kui ka puhata.

ERINEVATE MATERJALIDE MAKSIMEERIMINE

Mitte keegi, ükskõik kui hea väljaõppe või oskustega, ei saa olla kõiges ühtviisi hea või omada kõiki teadmisi. Grupis töötamine võimaldab igaühel anda parim vastavalt oma annetele, oskustele ja ressurssidele.

LISASILMAD, -KÕRVAD JA -KÄED

Kaks juhendajat suudavad gruppi paremini jälgida kui üks. Kaaslane saab aidata grupi liikmete reaktsioone jälgida ja märgata vastamata jäänud küsimusi. Kaasjuhendaja võib tegeleda füüsilise keskkonna probleemidega, hilisemate tulijate, telefonikõnedega jm. Samuti saab kaasjuhendaja abistada materjalide ja tegevuseks vajalike vahendite väljajagamisel ja ka juhendada, kui töö toimub väiksemates gruppides.

TOETAMINE

Koolituse kaks juhendajat toetavad teineteist, mitte ei võistle põrandapinna pärast. Igaühel võib olla „musti“ päevi, kui miski ei tööta hästi: tegevust ei õnnestu läbi viia nii hästi kui tavaliselt, loengus kaob järg jne. Kaasjuhendaja on selleks, et aidata taolistest momentidest sujuvalt üle saada. Kaasjuhendaja roll on esinejat täiendada, mitte tema rolli üle võtta. Nii juhendajate ja kaasjuhendajate käitumine peaks olema täpselt selline, nagu nad soovivad, et osalejad käituksid; neil tuleb noored noortele koolitajate grupile olla rollimudeliteks.

JAOTUSMATERJAL: KAASJUHENDAMISE KÜSIMUSTIK

Juhend: Tõmba iga järgmise väite puhul ring ümber kas vastusele „nõus” või „ei ole nõus”.

1. Rääkides ei ole mul midagi selle vastu, kui kaasjuhendaja mind olulise mõttega katkestab.

Nõus

Ei ole nõus

2. Kui seminari ajal mulle juhendajana midagi olulist meenub, peab mul olema võimalus teist juhendajat katkestada, et ma saaksin oma mõtte edastada.

Nõus

Ei ole nõus

3. Kui mu kaasjuhendaja teeb seminari juhtimisel vea, siis on minu arvates normaalne teda grupi ees parandada.

Nõus

Ei ole nõus

4. Ma tahaksin, et saaksin kaasjuhendajat usaldada selles, et ta mõistab, kui ma juhendamisel abi vajan.

Nõus

Ei ole nõus

5. Kui sa soovid midagi öelda, on õige kaasjuhendajat teavitada, tõstes käe üles ja oodates, kuni ta sulle sõna annab või sind märkab.

Nõus

Ei ole nõus

6. Ma tunnen ennast juhtimisel ebamugavalt, seetõttu eelistaksin, et mu kaasjuhendaja asju korraldaks.

Nõus

Ei ole nõus

7. Kui mu kaasjuhendaja kaua räägib, siis tunnen, et peaksin grupile enda olemasolu meelde tuletamiseks midagi ütleva.

Nõus

Ei ole nõus

8. Kui keegi osalejatest avaldab häirivat informatsiooni, siis tavaliselt ma ootan ja vaatan, kas kaasjuhendaja pöörab sellele tähelepanu, enne kui ise seda teen.

Nõus

Ei ole nõus

9. Kõige rohkem närvis olen ma seminari alguses, sest alustada on väga raske.

Nõus

Ei ole nõus

10. Mulle meeldib grupi vajaduste suhtes paindlik olla ning seetõttu ei meeldi mulle enne seminari täpselt planeerida, mida me seminaris käsitlema hakkame.

Nõus

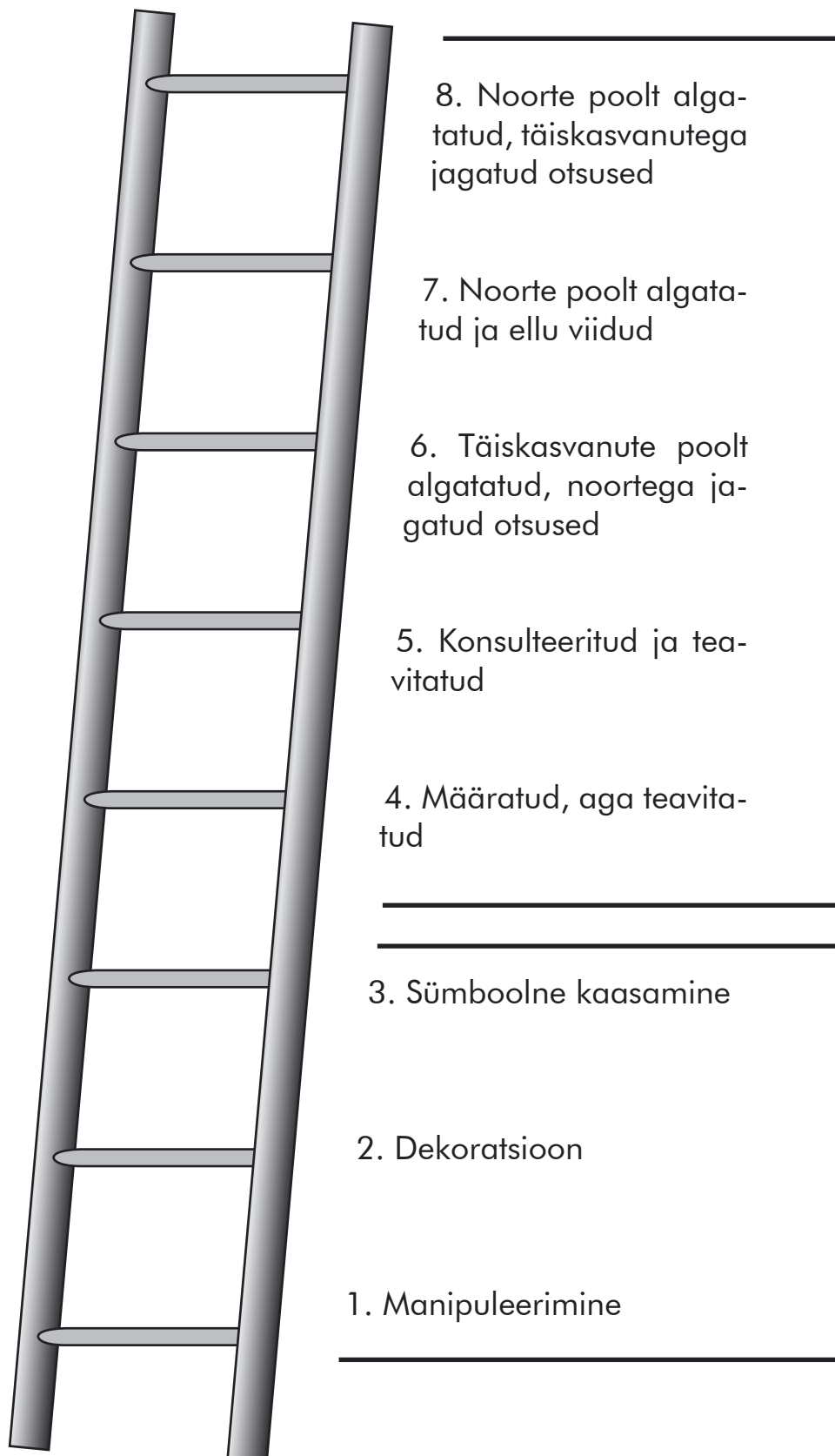
Ei ole nõus

- **Seadke koostööle selged eesmärgid:** Noored ja täiskasvanud peavad eesmärkide saavutamiseks mõistma oma rolle ja vastutust.
- **Jagage võimu otsuste tegemisel:** Kui noortel ei ole otsustamisel häält ja võimu, siis ei saa nad osaleda võrdsete koostööpartneritena.
- **Jälgige, et organisatsiooni kõrgeim juhtimistasand toetab täielikult** noorte osalemist organisatsiooni töös.
- **Kindlustage, et iga täiskasvanu ja noor alustab koostööd selge arusaamaga igaühe rollist ja vastutusest:** Mitte kõik täiskasvanud ei taha teha koostööd noortega ning ka mitte kõik noored ei taha teha koostööd täiskasvanutega.
- **Olge valivad:** Noored erinevad oma arengult, ettevalmistuselt ja valmisolekult võtta vastutust. Koostöö eesmärkide ja noorte rolli täpne selgitamine aitab kindlaks teha pühendunud, usaldusväärseid ja tõhusalt töötavaid noored. Tõhusaks koostööks peab ka täiskasvanud osalejate kaasamine olema valiv. Täiskasvanud peavad uskuma, et noored on varandus ja nad peavad olema valmis ja võimelised noori toetama, kui noorte suhtes tõusevad stereotüüpiseerimine ja negatiivsed eeldused.
- **Koolitage ja arendage inimressursi:** Tõhusa koostöö huvides hoiduge noorte ja täiskasvanute surumist olukordadesse, milleks nad ei ole valmis. Nii täiskasvanud kui ka noored võivad vajada koolitust suhtlemise, juhtimise, enesekehtestamisoskuste, koostöö, noorte ja täiskasvanutega töötamise, intervjuerimise jt vallas ning samuti kitsamates võtmevaldkondades, nagu näiteks HIV/AIDS ennetustöö.
- **Teadvustage, et erinevad suhtlemisstiilid ei tähenda austuse või huvi puudumist ega ka mitte erinevaid eesmärgi ja ootusi:** Noored ja täiskasvanud leiavad, et parim tee ennetada ja lahendada erinevatest suhtlemisstiilidest tõusetuvaid konflikte, on küsida, kui keegi ei saa aru, mida öeldi või miks seda öeldi. Ka ühise eesmärgi meeles hoidmine aitab erinevatest suhtlemisstiilidest tõusetunud konflikte lahendada.
- **Väärtustage noorte osalemist ja nende panust:** Tõhus koostöö eeldab kõrgeid ootusi osalevatele noortele ning ühtlasi ka seda, et noored vastutavad võetud kohustuste täitmise eest.
- **Väärtustage täiskasvanute osalemist ja nende panust:** Täiskasvanud pakuvad sageli koostöös teadmisi, kogemusi ja juurdepääsu vahenditele. Tõhus koostöö ei alahinda täiskasvanute toetust, ei eelda, et täiskasvanutel on noorte suhtes välja kujunenud negatiivsed stereotüübid, ega usu, et täiskasvanutel ei ole noortele mõeldud programmidesse midagi väärtuslikku panustada.
- **Jätke ruumi arenguks – järgmised sammud:** Mida noored ja täiskasvanud järgmisena koos teha saavad? Näiteks on noored noortele koolitusprogrammid sageli heaks vahendiks noorte võimendamisel ja oluliste oskuste arendamisel. Siiski sisaldavad need programmid harva jätkusuutlikku plaani aja jooksul suurema vastutuse delegeerimiseks noortele noortele koolitajatele. Tõhusad programmid kindlustavad selle, et noortel ja noortega töötavatel täiskasvanutel on erialase arengu võimalusi. Nii noo-

JAOTUSMATERJAL: NOORTE JA TÄISKASVANUTE TÕHUS KOOSTÖÖ

red kui ka täiskasvanud koguvad erinevates koostööprojektides väärtuslikke kogemusi ja mõtteid panustamaks organisatsiooni arengusse senisest juhtivamatel kohtadel.

Roger Hart käsitleb laste/noorte ja täiskasvanute vahelise suhtlemise erinevaid tasandeid redelipulkadena „osalemise redelil”. Kõrgemad pulgad tähistavad laste/noorte osalemisulatus suurenemist:



OSALEMISULATUS

MITTEOSALEMINE

REDELI PULK	OSALEMISTASAND
8 Noorte poolt algatatud, täiskasvanutega jagatud otsused	Lastel/noortel on ideed projekti tegemiseks ja nad kutsuvad täiskasvanuid nendega otsuste tegemisel ühinema
7 Noorte poolt algatatud ja ellu viidud	Lastel/noortel on algne mõte ja nad otsustavad, kuidas projekt ellu viia. Täiskasvanud on vajadusel toeks, kuid ei võta juhtimist üle.
6 Täiskasvanute poolt algatatud, noortega jagatud otsused	Algne idee on täiskasvanutel, kuid lapsed/noored kaasatakse tegevuste planeerimise ja elluviimise igal sammul. Noorte vaadetega arvestatakse ning neid kaasatakse otsuse tegemisse.
5 Konsulteritud ja teavitatud	Projekti on kujundanud ja ellu viinud täiskasvanud, sealjuures laste/noortega konsulterides. Noored on protsessist täiel määral teadlikud ning nende arvamusi on arvestatud.
4 Määratud, aga teavitatud	See redelipulk märgib õige osalemise algust. Projekti üle otsustavad täiskasvanud ja lapsed/noored osalevad vabatahtlikult. Täiskasvanud teavitavad neid adekvaatselt ja respektiivivad nende vaateid.
3 Sümboolne kaasamine	Noortel/lastel palutakse avaldada oma arvamust, kuid neil puudub võimalus valida, kuidas oma vaateid väljendada või mille kohta arvamust avaldada. Näiteks, laste kasutamine konverentsi paneelides.
2 Dekoratsioon	Sellel tasandil täiskasvanud ei teeskle, et tegevus toimub laste huvidest lähtuvalt. Nad lihtsalt kasutavad lapsi ära oma tahtmise saamiseks kaudsel viisil.
1 Manipuleerimine	Kui noortel puudub arusaam probleemküsimustest, mistõttu nad ei mõista oma tegevusi, on tegemist manipuleerimisega.

*Kohandatud raamatust: Rodger Hart, *Children's Participation: From Tokenism to Citizenship*. 1992.

Teaduslikult on tõestatud, et noorte ja täiskasvanute koostöö mõjutab positiivselt noorte arengut, viies elutervete tulemusteni. Noorte ja täiskasvanute koostöö saab kasvatada **noorte**

- sotsiaalsed kompetentsust (näiteks võimet kaaslastega suhestuda)
- probleemide lahendamisoskusi
- iseseisvust (võimet iseseisvalt otsuseid langetama)
- eesmärgi ja tuleviku tunnetust, sh realistlikke ootusi, eesmärkide seadmist ja eduorientatsiooni

Lisaks võivad noorte ja täiskasvanute koostööst nii **täiskasvanud** kui ka need organisatsioonid, kus selline koostöö toimib. Täiskasvanud:

- kogevad vahetult noorte kompetentsust ja hakkavad tajuma noori kui täieõiguslikke, hädavajalikke panustajaid/toetajaid;
- pühenduvad noortega töötamisele ja saavad sellest positiivset energiat;
- tunnevad ennast töös noortega või noortele kasulikuna ja rahuolevalt;
- mõistavad noorte vajadusi ja muresid, muutuvad programmi küsimuste suhtes rohkem vastuvõtlikumaks ja kasvatavad tugevamat seotuse tunnet kogukonnaga;
- saavad erinevatest vaatenurkadest värskeid ideid;
- jõuavad oma töö ja mõtetega laiema inimeste spektrini;
- arendavad välja sihtgrupi vajaduste ja ootustega paremini sobivaid programme ja teenuseid;
- jagavad teadmisi

Organisatsiooni jaoks on noorte ja täiskasvanute koostöö positiivsed tulemused järgmised:

- noored aitavad organisatsiooni missiooni tähelepanu keskpunkti tuua ja seda selgitada;
- kogu organisatsioon ja täiskasvanud on kogukonna noortega rohkem seotud ja vastavad rohkem nende ootustele, mis tähendab, et tegevusi plaanieritakse paremini;
- organisatsioonid panevad suuremat rõhku kaasamisele ja esindatusele ning mõistavad, milline kasu on nende programmidele mitmekesiste ja erisuguste häälte osalemisest otsustuste vastuvõtmisel;
- noorte osalemine otsustamises aitab veenda fonde ja teisi rahastavaid organisatsioone, et organisatsioon on pühendunud noorte arendamisele ja kaasamisele.

*Kohandatud raamatust: Kent Klindera, Naina Dhingra ja Jane Norman, *Youth-Adult Partnership Formation. Advocates for Youth/YouthNet. Draft January 2003.*

HOIAKUD BARJÄÄRIDENA

Paljud täiskasvanud usuvad siiani, et noorte arvamus ei ole tegelikult oluline, et noored ei ole võimelised midagi väärtuslikku panustama, ja et täiskasvanutel pole noortelt mitte midagi õppida. Enamgi veel, sotsiaalsetest normidest tulenevalt ei pruugi täiskasvanud üldse aru saada, et sellised hoiakud on eelarvamuslikud. Üheks võimaluseks täiskasvanute hoiakuid noorte suhtes muuta, on käsitleda neid samamoodi nagu mistahes teisi kultuuriliste eripäradega seotud hoiakuid. Kõige tõhusamaid ja pikaajalisemaid tulemusi inimeste arvamuste muutmisel annab isiklik kogemus ja kokkupuude. Üks kasulik külgi noorte kaasamisel vastutamisse ja otsuste tegemisse seisneb selles, et see võimaldab täiskasvanutel näha noori mõtleivate ja panustavate partneritena. Nähes erinevusi varem ühesugusena tundunud grupis, ollakse avatum umbusaldama ja ümber lükkama selle grupi kohta levinud negatiivseid stereotüüpe ning väärtustama selle grupi liikmeid.

Kultuurilistest normidest tulenevalt võib võim noortele ja täiskasvanutele muu- gava koos töötamise raskeks teha. Traditsiooniline kooliõppe mudel sunnib sageli noori täiskasvanutelt vastuseid ootama ja nad võivad seetõttu oodata ka, et täiskasvanud ignoreerivad, mõnitavad ja keelustavad nende ideid. Täiskasvanud alahindavad sageli noorte teadmisi ja loovust ning võivad olla harjunud otsuseid tegema ilma noortepoolse sisendita, isegi kui need otsused otseselt noori mõjutavad. Seetõttu võivad ühised jõupingutused probleemide lahendamiseks olla rasked, nõudes pingutust nii täiskasvanute kui ka noorte poolelt.

Üks teadlane töötas välja „hoiakute spektri“ teooria (*Spectrum of Attitudes Theory*) ja tegi kindlaks kolme erinevat tüüpi hoiakuid, mis võivad täiskasvanutel noorte suhtes olla. Need hoiakud mõjutavad täiskasvanute võimet uskuda, et noored saavad teha häid otsuseid ja määravad, kui palju täiskasvanud kaasavad noori koostööpartneritena otsustustesse, mis puudutavad programmide kavandamist, arendamist, elluviimist ja hindamist. Kolm hoiakute tüüpi on „noored kui asjad“, „noored kui vastuvõtjad“ ja „noored kui koostööpartnerid“.

Noored kui asjad: Täiskasvanud, kes näevad noori asjadena, usuvad täiskasvanute ümberlükkamatu tarkuse müüti. Nad usuvad, et ainult täiskasvanud teavad, mis on noorte jaoks parim. Nad püüavad noori puudutavaid olukordi kontrollida ja usuvad, et noortel inimestel on vähe panustada. Nad võivad eelnevatele kogemustele põhinevalt tunda vajadust noori võimalike vigade ja kannatuste eest kaitsta. Täiskasvanud, kes noori asjadena näevad, kaasavad noori harva rohkem, kui vaid sümboolselt. Käitumise näiteks

*National 4-H Council. *Creating Youth/Adult Partnerships: The Training Curricula for Youth, Adults, and Youth/Adult Teams*, Chevy Chase, USA: The Council, 1997.

võiks olla see, kui täiskasvanu kirjutab valitud ametnikule noore probleemi puudutava kirja, kasutades selle mõju suurendamiseks noore nime ja allkirja.

Noored kui vastuvõtjad: Sellise hoiakuga täiskasvanud usuvad, et nad peavad aitama noortel täiskasvanute ühiskonda sulanduda. Nad lubavad noortel osaleda otsuste vastuvõtmises peamiselt sellepärast, et nad arvavad, et kogemused „teevad noortele head“. Nad arvavad, et noored ei ole veel „päris inimesed“ ja vajavad praktikat, et õppida „mõtleva nagu täiskasvanud“. Need täiskasvanud annavad tavaliselt noortele tähtsusetuid vastutusi ja ülesandeid, mida nad ise ei taha teha. Tavaliselt dikteerivad nad noorte kaasamise tingimused ja ootavad, et noored neist tingimustest kinni peaksid. Sellise käitumise näiteks võib olla see, kui täiskasvanud kutsuvad juhatusse ühe noore, kuna muidu koosneks see ainult täiskasvanutest. Sellises miljöös on noore hääl harva kuuldav. Täiskasvanud ei oota, et noor panustaks, ning ta teab seda. Noor saab aru ka sellest, et täiskasvanud ettekavatsetult säilitavad kogu võimu ja kontrolli.

Noored kui koostööpartnerid: Sellise hoiakuga täiskasvanud respektiivad noori ja usuvad, et nad saavad anda märkimisväärse panuse juba nüüd. Need täiskasvanud julgustavad noori kaasa tulema ja usuvad kindlalt, et nende kaasamine on programmi edu saavutamisel kriitilise tähtsusega. Nad aktsepteerivad, et noortel peaks olema otsuste vastuvõtmisel täiskasvanutega võrdne hääl ja tunnistavad, et nii noortel kui ka täiskasvanutel on oskusi, tugevaid külgi ja kogemusi, mida kasutada. Neil on noortega sama mugav koos töötada kui täiskasvanutega ning nad ka naudivad nii noorte kui ka täiskasvanute seltskonda. Täiskasvanud, kes näevad noortes koostööpartnereid, usuvad, et noorte ehe osalemine rikastab täiskasvanuid samavõrd, kui täiskasvanute osalemine rikastab noori, ja et vastastikune austav suhe võimestab kõigi tugevaid külgi. Üheks näiteks võiks olla noore palkamine programmi kavandamisse algusest peale, et kogukonna noorte vajadustele võimalikult hästi vastu tulla.

Logistilised ja organisatoorsed takistused

Tõelise koostöö tekkimiseks ei piisa headest kavatsustest. Noorte ja täiskasvanute koostöö kontseptsiooni toetavad täiskasvanud peavad valmis olema ümber korraldama ka organisatoorse keskkonna, kus institutsionaalsed barjäärid märkimisväärselt noori mõjutavad. Institutsionaalsed barjäärid, mis raskendavad noorte ja täiskasvanute koostööd, hõlmavad:

- **Töö- ja kohtumiste aeg:** Organisatsiooni töötunnid kattuvad tavaliselt ajaga, mil noored on koolis või tööl. Noorte kaasamiseks peavad programmi planeerijad leidma oluliste kohtumiste läbiviimiseks teisi aegu. Sageli on raske ületada aegade ühildamise konflikte. Siiski on kompromisside tege-

mine vältimatu noorte ja täiskasvanute koostöö edendamisel. Täiskasvanute jaoks võib see tähendada päevakava ümberkorraldamist nii, et kohtumised toimuvad hilisel pärastlõunal, õhtul või nädalavahetusel. Noortele võib see tähendada loa küsimist koolist puudumiseks või teisi kokkuleppeid, et päeval ajal toimuvatel kohtumistel osaleda.

- **Transport:** Paljudel noortel puudub juurdepääs liiklusvahenditele. Programmi planeerijad peaksid koosolekuid korraldama kergesti ligipääsetavates kohtades. Nad peaksid noori varustama piletitega ja/või kiirelt korraldama transpordikulude hüvitamise.
- **Toit:** Vähestel noortel on raha söögi ostmiseks äripiirkondades või õhtusöögiks restoranis. Kui kohtumine toimub söögi ajal, peaks korraldaja noorte eest maksma või andma neile toidu eest maksmiseks piisava raha.
- **Vahendid ja toetus:** Organisatsioonid peaksid noortele pakkuma teistele töötajatele sarnaseid töövahendeid, nagu näiteks arvutiga töökoht, kirjastid, e-post ja visiitkaardid. Kui seda tehakse puudulikult, kannab see sõnumit, et need noored – olgu nad siis vabatahtlikud, praktikandid või noored noortele koolitajad, täis- või osalise tööajaga – ei ole olulised, või vähemalt mitte nii olulised, kui on täiskasvanud töötajad.
- **Protseduurid ja poliitikad:** Noorte ja täiskasvanute koostööd puudutavad protseduurid ja poliitika peaks organisatsioon välja arendama noorte ja täiskasvanute arvamusi arvestades. Näiteks, kui programmis on mitme-päevaseid tööreise, siis peaks noortele ja täiskasvanutele nende rollid ja vastutus selged olema. Need poliitikad peavad ühest küljest austama noorte vabadusesoovi, kuid samal ajal tagama ka organisatsioonipoolsete kohustuste täitmise, paika panema täiskasvanud personali vastutuse ulatuse ning arvestama vanemate murega noorte turvalisuse pärast. Organisatsioonid võivad poliitikate seadmisel kaaluda noorte vanemate või hooldajate poolse kirjaliku nõusoleku vajadust, reegleid, mida järgitakse, kui personal läheb noortega väljasõidule jne. Noorte ja täiskasvanute koostöö iseloom ja eesmärgid aitavad igal konkreetsel juhul leida uusi institutsionaalsed faktoreid, mis organisatsiooni poliitikates või protseduurides tähelepanu vajavad.
- **Koolitus:** Seni töös ainult täiskasvanutest lähtunud organisatsioonide personal võib vajada koolitust õppimaks töötama kompetentselt muutavas kultuurilises keskkonnas. Personal – olenemata sellest, kas nad otseselt töötavad noortega või mitte – peab aktsepteerima noorte arvamusi ja mõtteid ning taotlema töökoha reeglite muutmist, et noorte vajadustele vastata. Iga organisatsioon ja selle personal peavad tegema kõik endast oleneva selleks, et noored ennast seal väärtuslikena tunneksid.

Edu saavutamine noorte ja täiskasvanute koostöö loomisel nõuab palju tööd ning ei ole kerge. Siiski on koostööst tõusev kasu nii noortele kui ka organisatsioonile tohutu. Kui noored ja täiskasvanud seda silmas peavad, siis leiavad nad tõenäoliselt, et nähtud vaev tasub ennast ära. Koostöö loomine võib osutuda isegi kergemaks, kui nad algselt arvasid.

Kuidas erinevad omavahel jälgimine ja hindamine?

Jälgimine on regulaarne projekti juhtimiseks vajaliku informatsiooni kogumine, analüüsimine ja kasutamine. Jälgimine võrdleb asjade tegeliku tegevise viise sellega, mis viisil nad algselt planeeritud oli.

Hindamine on käimasolevate või lõpetatud projektide põhjalik analüüs. Hindamise eesmärgiks on leida viise, kuidas programmi veel tulemuslikumaks ja tõhusamaks muuta.

Mida me peame silmas „protsessi hindamise“, „tulemuste hindamise“ ja „mõju hindamise“ all?

Protsessi hindamine käigus kogutakse informatsiooni, mis mõõdab, kui hästi on tegevused ellu viidud (näiteks, kas programm jõuab planeeritud sihtrühmani?).

Tulemuste hindamine määrab kindlaks sihtrühmale läbi viidud meetmete vahetulemused (näiteks suurenenud teadlikkus või muutused hoiakutes).

(Kaug)-tulemuste ehk mõju hindamine on projekti poolt saavutatud pikaajaliste mõjude hindamine, sellega mõõdetakse saavutatud püsivamaid muutusi (näiteks STLH leviku vähenemine, terviseteenuste kasutamise suurenemine).

Tulemuste ja mõju hindamised mõõdavad **programmis saavutatud tulemusi ja mõjusid**; selleks võrreldakse programmi tegevuste eel ja järel kogutud andmeid.

Mis on indikaatorid?

Indikaator on mõõtmisvahend programmi eesmärgi saavutamisel tehtud edusammude hindamiseks. Indikaatorid peavad olema konkreetsed, mõõdetavad ja kontrollitavad. Näiteks peab projekti lõpuks olema jõutud konkreetse arvu kõrgkooli õpilasteni või sihtrühmast peab olema otsustanud kondoomi kasutada kindel arv või protsent inimesi. Enne programmi elluviimist tuleb määrata mõõdetavate eesmärkide ja indikaatorite komplekt. Hindamisel vaadatakse, kas projekt indikaatorid saavutab.

Üks indikaatorite komplekt on seotud protsessi hindamisega. Need indikaatorid peegeldavad projekti osana planeeritud tegevusi, näiteks läbi viidud noored noortele koolitajate koolitussessioonide arv, koolitatud noored noortele koolitajate arv, läbi viidud seminaride arv, jagatud kondoomide arv jne. Hindamise teised osad peavad mõõtma tulemuste ja mõju indikaatoreid. Need mõõdikud peegeldavad programmi tegelikke tulemusi ja pikaajalist mõju, näiteks sihtgrupi teadmiste, hoiakute ja käitumise muutused. (Vaata alljärgnevast kastist tüüpilisi noored noortele koolituse indikaatoreid.)

TÜÜPILISED NOORED NOORTELE KOOLITUSE INDIKAATORID	
Protsessi hindamine (jälgimine)	Tulemuste/mõju hindamine
<ul style="list-style-type: none">• Koolitatud noored noortele koolitajate arv• Regulaarsetel kohtumistel osalemine• Koolitajate/kuulajaskonna sooline jaotus• Saavutatud noorte osalemise tase• Tänavatöö tegevuste arv• Jagatud koolitusmaterjalide arv• Teenusega kaetud sihtrühma liikmete arv või protsent• Teistele teenustele edasi suunamise arv• Kulud	<ul style="list-style-type: none">• Teadmised HIV levikuteedest• Teadmised teenuste kättesaadavuse kohta• Olemasolevate teenuste kasutamine• Hoiakud teenuste kasutamise suhtes• Kavatsus kasutada kondome• Riskiv seksuaalkäitumine• Seksuaalpartnerite arv

Käitumise muutmise mõõtmise väljakutse

Muutust teadmistes on suhteliselt lihtne mõõta, kuna koolitajad teavad, millist informatsiooni nad koolitavate grupile või osalejatele anda tahavad. Hoiakuid, oskusi (või vähemalt tajutud oskusi) ja käitumiskavatsusi on samuti suhteliselt lihtne mõõta. Tegelikku käitumise muutust on siiski keerulisem mõõta ja sageli nõuab see keerulisemaid mõõtmise meetodeid. Mõnikord saab noored noortele koolituse tulemusel toimunud käitumise muutusi mõõta ainult inimestelt nende käitumise kohta küsides, kuid seda infot on raske kontrollida. Enamgi veel, seksuaalsuse või uimastite tarvitamisega seotud küsimuste küsimine võib kindlates kultuurides või institutsioonides olla vastuvõetamatu ja pahaks pandav. Siiski on oluline koguda käitumuslikke andmeid ja aru anda programmi protsessist ja tulemustest.

Noored noortele koolituse eelnev uurimine on näidanud positiivseid muutusi mitmetes indikaatorites. Mõned programmid on näidanud osalejate seas turvalise käitumise sagenemist ja seksuaaleluga alustamise edasilükkamist. Teised uurimustulemused – eriti laiahaardeliste programmide puhul – on näidanud tulemuslikkust mõju indikaatoritega, minnes mööda üksikisiku tasemest, näiteks, kogukonnas madalamat HIV ja STLH esinemissagedust.

Näpunäiteid lihtsaks ja loovaks jälgimiseks

Vähesed noored noortele programmid on suuremate teaduslike uurimisprojektide osaks ja seetõttu ei korraldata koolitusi kuigi sageli eksperimentaalse

kavandi järgi. Selleks et hinnata programmi mõju osavõtjatele, tuleb programmis osalejad jagada erinevate „katsetingimuste“ vahel (kas saab interventsiooni või ei saa; kas saab erinevaid interventsioone või ei jne). Seega juhul, kui puudub vähemalt üks koolitusgrupiga oluliste tunnuste poolest sarnane võrdlusgrupp (kontrollgrupp), ei ole võimalik muutuste tegelikke põhjuseid ega noored noortele koolitusprogrammi efektiivsust hinnata. Siiski on ka täpset teaduslikku meetodit kasutamata mitmeid võimalusi, kuidas noored noortele koolitusprogrammi mõju, viljakust ja väärtust hinnata.

Allpool on toodud mõned lihtsad kasulikud näpunäited, mis on abiks noored noortele koolitusprogrammi jälgimisel ja aruandluse koostamisel:

- Enne koolitust vii läbi küsimustik. Seda võib teha erinevatel tasanditel, kogukonnast konkreetse kooliklassini, kasutades ürituse-eelseid ja -järgseid uurimusi, mis hindavad teadmisi, hoiakuid ja käitumist.
- Filmi noored noortele koolitusüritusi ja tegevusi, nagu ka noored noortele koolitajatega läbi viidud planeerimiskoosolekuid, koolitussessioone, seminare, tänavatöö üritusi ja koolituse järgselt osalejate vahetuid reaktsioone ja hinnanguid.
- Kogu fotosid noored noortele koolitusüritustest.
- Palu osalejatel kirjutada oma programmikogemustest kiri.
- Korralda üritusi, mis meelitavad ligi meediat ja mida lindistatakse (nii saad tasuta hea, kõrgekvaliteedilise salvestuse).
- Teavita teisi, kui Sa saad koolidelt/organisatsioonidelt soove programmi läbiviimiseks.
- Kogu andmeid selle kohta, kui kasuliku leiavad osalejad olevat programmi üldiselt ja konkreetsete harjutuste osas.
- Kui võimalik, pidage arvet ettekannete üle, mida on peetud asjakohastel noored noortele teemaga seotud konverentsidel (näiteks noored noortele koolitus ise, HIV/AIDS, uimastite kasutamine, soopõhine vägivald, inimese seksuaalsus ja reproduktiivtervis jne) ja märkige üles neid ettekandeid kuulanud inimeste arv.

Viited:

Webb, D. and Elliott, L. *Learning to live. Monitoring and evaluating HIV/AIDS programmes for young people. Save the Children, 2000.*

Waszak, C. and Svenson, G. *Meeting the challenges of evaluation peer programs, A practical guide to avoiding the perils and pitfalls of research in the real world. Family Health International-YouthNet, 2002.*

Kinsey skaala tähtsus seisneb idees, et on olemas lai seksuaalsete orientatsioonide spekter – mitte ainult heteroseksuaalsed ja homoseksuaalsed inimesed. „Rõhutades astmelist üleminekut heteroseksuaalsuse ja homoseksuaalsuse vahel, näis mõistlik välja arendada klassifikatsioon lähtuvalt hetero- ja homoseksuaalsete kogemuste osakaalust igaühe minevikus... Inimene võib igast oma elu perioodist lähtuvalt määrata oma paiknemise skaalal ... Seitsmepunktiline skaala kirjeldab paremini tegelikkust, milles eksisteerivad erinevad hetero- ja homoseksuaalsuse astmed”.

Kinsey skaala

- 0 – üksnes heteroseksuaal
- 1 – peamiselt heteroseksuaal, juhuslikult homoseksuaal
- 2 – peamiselt heteroseksuaal, aga rohkem kui juhuslikult homoseksuaal
- 3 – võrdselt heteroseksuaal ja homoseksuaal
- 4 – peamiselt homoseksuaal, aga rohkem kui juhuslikult heteroseksuaal
- 5 – peamiselt homoseksuaal, juhuslikult heteroseksuaal
- 6 – üksnes homoseksuaal

*Kinsey, A. C. et al. (1948–1998). *Sexual Behavior in the Human Male*. Philadelphia: W. B. Saunders/Bloomington: Indiana University. Press. [First publication of Kinsey's Heterosexual-Homosexual Rating Scale. Discusses Kinsey Scale, pp. 636-659.]

**BIOLOOGILINE JA SOTSIAALNE SUGU –
MIDA NEED TÄHENDAVALD?
MEEDIAKUJUNDITE ANALÜÜS
VALLALISTE NÄDALALÕPUPIDU**

HARJUTUS: BIOLOOGILINE JA SOTSIAALNE SUGU – MIDA NEED TÄHENDAVALD?*

Eesmärk

Eristada sotsiaalse ja bioloogilise soo kontseptsiooni

Aeg

15 minutit

Vahendid

Pabertahvli lehed, markerid, sotsiaalse ja bioloogilise soo definitsioonid pabertahvli lehtedel või kiledel, sotsiaalse ja bioloogilise soo definitsioonidega jaotusmaterjalid.

Sobib kasutamiseks

Kõikidel koolitustel ja tänavatööl

Protsess

Palu osalejatel istuda poolringi nägudega koolitajate ja pabertahvli poole. Kirjuta sõnaühend „bioloogiline sugu” tulba pealkirjana tahvli või pabertahvli vasemasse ülemisse nurka. Palu grupil öelda sõnu, mis neile pähe tulevad, kui nad kuulevad sõnaühendit „bioloogiline sugu.” Rõhuta, et need saavad olla sünonüümid bioloogilisele soole, ja et nad võivad öelda ka tabuks peetud sõnu. Kirjuta nende vastused sõnaühendi „bioloogiline sugu” alla.

Kui osalejad häbenevad või kohmetuvad, julgustage neid, andes mõningaid näiteid (nauding, tabu, intiimsus, rinnad).

Järgmisena tee uus tulp tahvli või pabertahvli paremale poolele; pealkirjasta see sõnaühendiga „sotsiaalne sugu”. Palu osalejatel öelda, millised sõnad neile pähe tulevad, kui nad kuulevad sõnaühendit „sotsiaalne sugu.” Kirjuta vastused sõnaühendi „sotsiaalne sugu” alla.

Kokkuvõte

Kui osalejad on „bioloogilisele soole” andnud peamiselt füüsilisi (bioloogilised, geneetilised) seoseid ja sotsiaalseid kontseptsioone „sotsiaalsele soole”, siis tee neile mõistete teadmise eest kompliment.

Jaga osalejatele laiali „bioloogilise soo” ja „sotsiaalse soo” definitsioonid ning kasuta definitsioonidega pabertahvlit või kilesid. Loe definitsioonid ette ja küsi, kas osalejatele on vaja midagi selgitada.

Bioloogiline sugu viitab füsioloogilistele omadustele, mis määratlevad inimese mehe või naisena: suguorganid (peenise, testised, tupp, emakas, rinnad); kehas ringlevad peamised hormoonid (östrogeen, testosteroon); sperma või munaraku tootmise võime; võime sünnitada ja last rinnaga toita.

**De Bruyn, M. and France, N. Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers. Chapel Hill, Ipas, 2001.*

Sotsiaalne sugu viitab naiste ja meeste suhtes üldlevinud arvamustele ja ootustele (normidele). Siia alla kuuluvad arvamused „tüüpilisest“ naiselikkusest või naisest ja mehelikkusest või mehest, nende isikuomadustest ja võimetest, ning üldlevinud ootused naiste ja meeste käitumisele erinevates olukordades. Arvamused ja ootused on õpitud perekonnalt, sõpradelt, arvamusiidritelt, religioossetest ja kultuuriorganisatsioonidest, koolist, töökohast, reklaamindust ja meediast. Nad peegeldavad ja mõjutavad naiste ja meeste rolle, sotsiaalset seisundit ning majandusliku ja poliitilise võimu ulatust ühiskonnas.

Kui keegi küsib bioloogilise ja sotsiaalse soo sõnaraamatu-definitsioone, siis pööra tähelepanu sellele, et sõnaraamatud defineerivad sõna „sugu“ valdavalt ühel viisil; aga noored noortele koolitajate koolitusel eristatakse mõiste „sugu“ tähendusi lähtuvalt sotsiaalteaduslikust ja bioloogilisest perspektiivist.

HARJUTUS: MEEDIAKUJUNDITE ANALÜÜS*

Eesmärk

Osalejad analüüsivad, kuidas kujutab meedia mehi ja naisi ja kuidas meediakujundid võivad soopõhiseid stereotüüpe taasluua või küsitavaks muuta.

Aeg

25 minutit

Vahendid

Küsimustega jaotusmaterjal, pildid ajalehtedest ja ajakirjadest, pabertahvilid, kirjutusvahendid

Sobilik kasutamiseks

Kõikidel koolitustel ja tänavatööl

Protsess

Enne seminari kogu ajalehtedest ja ajakirjadest meediakujundeid (reklamid, koomiksid), mis näitavad mehi ja naisi erinevates olukordades. Nad peavad sisaldama nii stereotüüpe taasloovaid kui ka neid küsitavaks muutvaid kujundeid ning ka positiivseid pilte – selle harjutuse ajal on osalejatel kaldumus iga kujundit kritiseerida, teadvustamata seda, et nende hulgas on ka häid kujundeid. Abiks oleks see, kui kujundeid saaks grafoprojektoriga seinale näidata.

Jaga osalejad kolmeliikmelisteks gruppideks; anna igale grupile suur paberi leht, marker, küsimustega jaotusmaterjal ja kolm meediakujundit.

Selgita, et stereotüübid on uskumused või eeldused, mis näivad nii „loomulikud“, et paljud meist ei sea neid isegi mitte küsimuse alla. Isegi kui me ei jaga stereotüüpseid uskumusi, näeme ja kuuleme me neid ikka ja jälle näiteks meedia vahendusel. Meil tuleb teadvustada, kuidas stereotüübid võivad mõjutada meie käitumist ja hoiakuid.

Palu osalejatel vaadata kujundeid, mis nad said ja vastata iga kujundi kohta järgmistele küsimustele:

- Mis on peamine sõnum, mille kujund naiste või meeste kohta annab?
- Kas kujund näitab naist või meest heast või halvast küljest?
- Kas kujund taaslustab või muudab küsitavaks soopõhised stereotüübid?
- Kas Sulle endale (või sinu emale, isale, vennale või õele) meeldiks olla sellisel viisil avalikkusele kujutatud? Miks?

Palu igal grupil oma kujunditest ühte teistele näidata ja anda selle kohta oma vastused esitatud küsimustele. Küsi teistelt osalejatelt, kas nad on grupiga nõus.

*De Bruyn, M. and France, N. *Gender or sex: who cares? Skills-building resource pack on gender and reproductive health for adolescents and youth workers.* Chapel Hill, Ipas, 2001.

Kokkuvõte

Pööra tähelepanu sellele, et harjutuse käigus analüüsitakse ühe infoallika – kirjutava meedia – mõju.

Selgita, et kujundeid on võimalik erinevatest vaatenurkadest lähtuvalt analüüsida; kõik ei loe kujundist välja sama sõnumit. Kujundit vaadates võib saada erineva sõnumi võrreldes sellega, mida tootjad on mõelnud. Kõigi inimeste ühine kogemus on see, et meie mõtteid sellest, mis on „õiged“ või „soovitavad“ omadused ja käitumised naistele ja meestele, on mõjutatud sellistest kujunditest, sageli ilma seda ise taipamata.

Pööra tähelepanu sellele, et nii teismelised kui ka täiskasvanud jätkavad pidevalt soopõhiste rollide õppimist ja need rollid on olulised nende seksuaal- ja reproduktiivkäitumise ning ka sellise käitumise tagajärgede määramisel/otsustamisel.

Rõhuta, et paljud sooliste stereotüüpidele esitatud väljakutsed on head – näiteks, reklaamid, mis näitavad naisi sportimas ja mehi laste eest hoolitsemas, demonstreerivad, et olenemata soost võivad nii mehed kui ka naised erinevaid asju teha.

Pööra tähelepanu sellele, et meediareklaamid püüavad inimesi panna tooteid ostma ja nad teevad seda sageli läbi sooliste stereotüüpide taasestustamise. Siiski, kui naiste ja meeste rollid ühiskonnas muutuvad, siis meedia võib esitada sooliste stereotüüpidele väljakutseid, aga seda ka kahjulikul viisil. Näiteks naistele suunatud tubakareklaamid, mis apelleerivad nende „seklusihale“ või „iseseisvuspüüetele“. Tuleb silmas pidada edastatavate sõnumite tagajärgi tervisele, isegi kui nad esitavad väljakutseid sooliste stereotüüpidele, mida me muuta tahame.

HARJUTUS: VALLALISTE NÄDALALÕPUPIDU*

Eesmärgid

Osalejate motivatsioon end HIV nakkuse eest kaitsta kasvab ning nad saavad teadlikuks sellest, kui kergesti võib HIVi nakatumine käitumuslike valikute tulemusena saada reaalsuseks.

Aeg

30-40 minutit

Vahendid

Igale osalejale kirjutusvahend ja neli väikest paberitükki (~3 cm läbimõõduga). Paberitükid on hotellitoa võtmed. Neli või kaheksa paberitükki, millele on väikeste tähtedega peale kirjutatud HIV. Kassettmakk või CD-mängija tantsumuusikaga.

Sobib kasutamiseks

Koolitajate koolitusel, noored noortele koolitajate koolitamisel

Protsess

Palu igal osalejal ümbrikust või kotist võtta 4 paberitükki. Korralda nii, et üks või kaks osalejat või juhendajat, saavad enda kätte neli „hotellitoa võtit“, millele on kirjutatud HIV.

Selgita osalejatele: “Selles harjutuses mängime, et oleme kutsutud kolmepäevasele nädalavahetusele kuulsas kuurordis. On reede õhtu ja meie grupp jõudis just õigeks ajaks, et minna klubisse suurele vallaliste peole. Kõik saavad suhteid luua ja üksteisega tutvuda. Sul on käes neli toavõtit. Kui soovid, siis võid Sulle meeldivate inimestega tubade võtmeid vahetada. Reegel on see, et kui Sina annad oma võtme kellelegi, siis saad temalt ka võtme vastu nii, et Sul on kogu aeg neli võtit. Ma vist kuulen, et muusika hakkas just mängima! Lähme siis peole!”

Pange muusika mängima. Pärast esimest võtmete vahetamise ringi (umbes kahe kuni kolme minuti pärast), pane muusika kinni ja palu osalejatel vaikselt jääda ning tähelepanelikult kuulata.

Selgita, et sel hetkel ei tohi osalejad näidata, millise tulemuse nad avastavad. Ilma et keegi teine teada saaks, peavad nad vaikselt kontrollima oma võtmeid ja vaatama, kas nad on üles korjanud võtme, kuhu on väga väikeste tähtedega kirjutatud HIV. Tuleta meelde, et nad ei reageeriks nähtavalt, teised osalejad ei tohi nende reaktsiooni põhjal olla võimelised ütleva, kas nende ruumi võtmetel on HIV või mitte. Selgita, et mõnel osalejal on siiani veel puhtad kaardid, kui teistel on üks või enam võtit, kuhu on kirjutatud HIV.

Seejärel palu kõigil võtta pliiats ja teistele usutavalt näidata, nagu nad kirjutaksid kõigile neljale toavõtmele „HIV“. Selgita, et kõik, kes ükskõik mis

**Adapted from a concept used in the High Risk Adolescent Project “H-RAP” Curriculum of Westover Consultants in Washington DC, USA.*

hetkel märkasid, et nende käes oli „HIV“-ga võti (isegi kui nad selle juba kellegi teisele ära andsid), peaksid päriselt kõigile oma nelja ruumi võtmele kirjutama väikeste tähtedega „hiv“. Pööra tähelepanu sellele, et kuigi keegi võib HIV-ga ruumivõtme olla juba edasi andnud, siis juhul, kui nad juba korra on olnud selle võtmega kontaktis, on nad siiski HIV saanud.

Teata, et pärast tegusat ujumis-, suusatamis- ja päikesevõtupäeva on saabunud laupäeva õhtu ja algab uus pidu. Osalejad kasutavad taas enda käes olevaid võtmeid. Alustage peoga. Selgita, et reeglid on samad mis eelmisel korral. Tuleta osalejatele meelde, et: „Kui te näete kedagi, kes teile meeldib, ja te sooviksite temaga toa võtit vahetada, siis te võite seda teha.“

Lõpeta pidu ja palu osalejatelt nagu eelmisel korralgi oma paberid märgistada. Teata, et me oleme kutsunud jääma veel üheks lisaööks. Korda eelnevat peo protseduuri.

Kokkuvõte

Kui inimesed on oma paberite märgistamise lõpetanud, siis küsi, kui paljud said mängu käigus „nakkuse“. Seejärel küsi, kui paljude osavõtjate paberid jäid puhtaks ja kuidas neil õnnestus viirust vältida. Arutage, kuidas mäng läks, küsides osalejatelt näiteks seda, kas viiruse saamist oli raskem vältida naistel või meestel. Anna osalejatele aega rääkida sellest, mis tunne oli teisi teadlikult nakatada.

Küsi osalejatelt, kas nende tunded või käitumine üllatas neid. Kas kasutatud strateegiate puhul saab tuua paralleele tavaelu olukordadega? Kas oli tunda mingit omasuguste survet? Kas keegi otsustas mingil hetkel võtmete vahetamisest hoiduda? Kas keegi vahetas toa võtit ainult ühe inimesega (monogaamia sümbol)? Kas osalejate arvates on õnne usaldamine hea strateegia?

Tuleta osalejatele kindlasti meelde, et tegelikkuses ei pruugi HIV ülekanne toimuda igal kokkupuutejuhtumil. Pööra tähelepanu sellele, et üks või kaks inimest, kes esimesena andsid grupile „HIV“, täitsid olulist rolli, aidates kõigil selle harjutuse läbi õppida. Ehk aitas nende käitumine aeglustada epideemia levikut, õpetades teisi ning tehes mõnele osavõtjatest HIV-probleemi paremini tajutavaks.