



Wellness2: Samm edasi heaolu suunas täiskasvanukoolituse valdkonnas

Täiskasvanukoolituse heaolu kaart

2022



The Wellness2 project (No: 2019-1-EE01-KA204-051726) has been funded with support from the European Commission. This communication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Sisukord

Contents

Eessõna	3
Wellness 2 projekti konsortsium	4
Kokkuvõte	6
Uuringu Metoodika Abstrakt	7
Sissejuhatus.....	10
1 Eelkäija, Wellness 1 projekti tulemuste aruanne.....	11
1.1 Wellness 2 eesmärgid ja korrelatsioon Wellness 1 eesmärkidega	14
2 Partnerite riiklikud täiskasvanute koolitussüsteemid	18
3. Partnerriikide head tavad	19
3.1 Head tavad Küprosel	20
3.2 Head tavad Bulgaarias.....	22
3.3 Head tavad Eestis	26
3.4 Poola head tavad.....	31
3.5 Head tavad Itaalias.....	35
4 Heade tavade kaardistamine	42
5 Partnerriikide heaolu käsitlevad õigusaktid.....	47
6 Fookusgruppide kaardistamine.....	58
7 Fookusgruppide tulemused valitud kategooriate kaupa	59
8 Kaardi põhielemendid	67
9 Lõppsõna	77
Lisa I - Bibliograafilised viited	78
Lisa II - Fookusgruppide tulemuste põhjal koostatud aruanne.....	81
Lisa III Sihtrühmade küsimustikud	98

Eessõna

Wellness 2 on kaheaastane projekt, mis tuleneb arusaamisest, (mis on saadud koolituskursuste otsese vaatluse ja mõju hindamise kaudu), et täiskasvanukoolituses õppijate motivatsioon on konkreetse sihtrühma tõttu üks selle haridussektori edu võtmeaspekte.

Läbiviidud analüüsi põhjal töötati välja "kaart" kõigist põhielementidest, mis on vajalikud, et määratleda täiskasvanute õpikeskkonda "heaolulise õpikeskkonnana" (õppemeetodite ja -käsitluse, füüsilise keskkonna, kursuste korralduse jne osas). See kaart võtab kokku täiskasvanute koolituse heaolu hetkeolukorra, hõlmates erinevaid meetodeid, mis ühendavad elemente asjaomaste riikide parimatest praktikatest, õppijate, koolitajate ja administratiivpersonaliga kõige tavapärasematest vajadustest, kõige tavalisematest takistustest, harjumustest ja käitumisest nende sihtrühmade puhul. Kaart sisaldab ka skeemi, milles on loetletud peamised tunnused, mis piiritlevad ära õpikeskkonna heaolu.

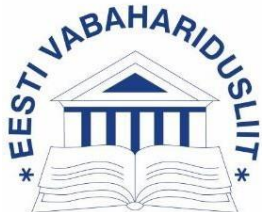
Kaardi esimene osa sisaldab projekti "Wellness 1" tulemusi. See osa kaardist sisaldab eelnenud projekti "Wellness" tulemuste ja järelduste analüüsi, sihiga kasutada neid käesoleva projekti eesmärkide saavutamisel.

Kaardi teises osas esitletakse ja analüüsitakse üldlevinud häid tavasid, milleni on jõutud partnerriikide kirjanduse ja meetodite uurimise tulemusena. Kõigi osalejate poolt kogutud teave näitab, et partnerriikides on palju erinevaid heaolu suurendavaid tavasid, mis teeb nende võrdlemise veelgi huvitavamaks.

Kolmas osa põhineb projekti esimeses etapis kolmelt erinevalt sihtrühmalt saadud leidudel fookusgruppide kohta. Koostatud Heade tavade aruanne annab kasulikku teavet tavade kohta, mida kasutatakse viies riigis täiskasvanute koolitustel heaolu kaasamiseks.

Viimane neljas osa illustreerib soovitusi projekti Wellness 2 eesmärkide saavutamisel, mis põhinevad fookusgruppi järeldustel ja heade tavade riiklike aruannete valikumeetodite võrdlusel, esitledes sarnasusi ja erinevusi, mis on seotud partnerriikide hariduses osalevate inimeste heaoluga.

Wellness 2 projekti konsortsium



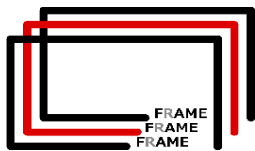
[Eesti Vabaharidusliit \(EVHL\)](#) on Eesti vabahariduse pakujate katusorganisatsioon, mille liikmeskonda kuulub 60 organisatsiooni (vabaühendust). EVHL on Euroopa Täiskasvanute Koolituse Assotsiatsiooni ja Euroopa Põhioskuste Võrgustiku liige ning osaleb riiklikes ja rahvusvahelistes projektides. EVHL missiooniks on tõsta mitteformaalse ja elukestva õppe alast teadlikkust ühiskonnas ning toetada oma liikmeid kodanikuühiskonna arenguks vajaliku õpikeskkonna loomisel.



[European Center for Quality Ltd. \(ECQ\)](#) on kaasaegne konsultatsioonifirma, mis asutati 2001. aastal Bulgaarias. ECQ on spetsialiseerunud kahele valdkonnale: projektide arendamisele ja juhtimisele ning rahvusvaheliste kvaliteedijuhtimise standardite väljatöötamisele ja rakendamisele. ECQ on mitme võrgustiku liige ja teeb tihedat koostööd mitmete välispartneritega, kelle hulgas on haridusasutused ja ülikoolid, kutsehariduskeskused jne.



[ENOROS Consulting Ltd.](#) asutati 2006. aastal ja on sellest ajast alates tegutsenud projektijuhtimise valdkonnas Küprosel ja Euroopas, pakkudes terviklikke konsultatsiooniteenuseid avalikule ja erasektorile. Ettevõtte teeb koostööd ka välisekspertidega erinevates teemavaldkondades ning tal on lai kohalike partnerite võrgustik hariduse ja kultuuri, noorte ja tööhõive, õiguse ja avaliku korra, inimressursside arendamise, kodanikukaitse, sotsiaalse innovatsiooni ja ettevõtluse jne valdkonnas.



[FRAME](#) on noor sihtasutus, mis loodi vastuseks Poola ja Euroopa sotsiaalmajanduslikus keskkonnas täheldatud muutustele. FRAME loob märgatud probleemidele uute lahenduste rakendamise uue kvaliteedi ja sünergilise väärtuse. Selle eesmärk on arendada ja edendada kohalike kogukondade rahvusvahelist koostööd, mis toetab haridust, kutsetegevust ja kodanike heaolu.



[Promozione Internazionale Sicilia Mondo \(PRISM\)](#) on mittetulundusühing, mis stimuleerib sotsiaalseid, kultuurilisi ja majanduslikke muutusi inimestes endis. PRISM toetab oma tegevuspiirkonna sotsiaalset, kultuurilist ja majanduslikku arengut. Ta tegutseb kvalifitseeritud arenguagentuurina, mis suudab jälgida ja hoogustada territooriumide arengustrateegiat, mida edendavad kohalikud ja riikidevahelised asutused, eelkõige Euroopa Liit oma struktuurifondide ja Euroopa Komisjoni või selle täitevametite poolt hallatavate otsetoetusprogrammide kaudu.



[Promimpresa SRL](#) on eraettevõtte, mis pakub ja arendab teenuseid ettevõtetele. Promimpresa pakub koolitust eraettevõtete või kohalike omavalitsuste töötajatele. Tema koolituspakkumine on suunatud eesmärkide saavutamisele ja oskuste professionaalsemaks muutmisele spetsiifilise õppemeetodi abil. Ettevõtte missiooniks on toetada oma kliente nende arenguteel, võimaldades kvalifitseeritud abi ja kõikide tegevuste seiret. Promimpresa pakub oma teenuseid VKE-dele, avalik-õiguslikele asutustele, erinevates valdkondades tegutsevatele tootmis- ja teenindustettevõtetele.

Kokkuvõte

Täiskasvanute koolitus aitab arendada oskusi, mida kodanikud vajavad kogu oma elu jooksul. Samuti mängib see olulist rolli kodanikuõiguste ja pädevuste arendamisel. Lisaks aitab see võidelda probleemidega, millega "konkreetsed" elanikkonnarühmad silmitsi seisavad, nagu koolist varakult väljalangejad, inimesed, kelle lugemis-, kirjutamis- ja matemaatikaharidus ning uute tehnoloogiate oskus on madal, eakad, puuetega inimesed või inimesed, keda ähvardab sotsiaalne tõrjutus, kuna nad ei osale hariduses. Täiskasvanute koolitus on ka Euroopa Komisjoni elukestva õppe hariduspoliitika oluline osa, mis loob automaatselt vajaduse, et osalevate riikide valitsused seda prioriteeti austaksid ja omaks võtaksid. On märkimisväärne, et heaolu täiskasvanute hariduses on allpool esitatud ja laiendatud näidetes esitatud praktilisel viisil, kirjeldades potentsiaalseid näiteid, mis võivad tulemuslikult suurendada huvi, arendada tähelepanelikkust ja veenda rohkem täiskasvanuid osalema.

***"HARIDUS ON LIGIPÄÄSULUBA TULEVIKKU, SEST HOMNE PÄEV KUULUB NEILE,
KES VALMISTUVAD SELLEKS TÄNA."***

MALCOLM X

Uuringu Metoodika Abstrakt

UURIMISTÖÖDE ETAPID

Samm edasi heaolus täiskasvanuhariduse valdkonnas - Wellness2
(intellektuaalne väljund 1)

- Metoodika väljatöötamine
- Heade praktikate tuvastamine ja aruande koostamine

UURING - PARIMAD PRAKTIKAD

Riiklikud aruanded heade praktikate ja andmete valiku kohta:

- 3 head praktikat Poolast
- 3 head praktikat Eestist
- 6 head praktikat Itaaliast
- 3 head praktikat Bulgaariast
- 3 head praktikat Küprosel



Kokku 18 head praktikat Euroopast

UURIMISFAAS

Kvalitatiivsed uuringud
Fookusgrupi intervjuude stsenaariumite koostamine
Fookusgrupi intervjuude läbiviimine

Fookusgrupi intervjuud Poolas:
koolitajatega (n=6)
täiskasvanud õppijatega (n=7)
koolituskeskuste juhtidega/koolitusjuhtidega (n=5)

Fookusgrupi intervjuud Itaalias:
koolitajatega (n=13)
täiskasvanud õppijatega (n=15)
koolituskeskuste juhtidega/koolitusjuhtidega (n=13)

Fookusgrupi intervjuud Eestis:
koolitajatega (n=7)
täiskasvanud õppijatega (n=5)
koolituskeskuste juhtidega/koolitusjuhtidega (n=5)

Fookusgrupi intervjuud Bulgaarias:
koolitajatega (n=4)
täiskasvanud õppijatega (n=5)
koolituskeskuste juhtidega/koolitusjuhtidega (n=5)

Fookusgrupi intervjuud Küprosel:
koolitajatega (n=6)
täiskasvanud õppijatega (n=5)
koolituskeskuste juhtidega/koolitusjuhtidega (n=5)

Riiklikud aruanded fookusgrupi intervjuude kohta

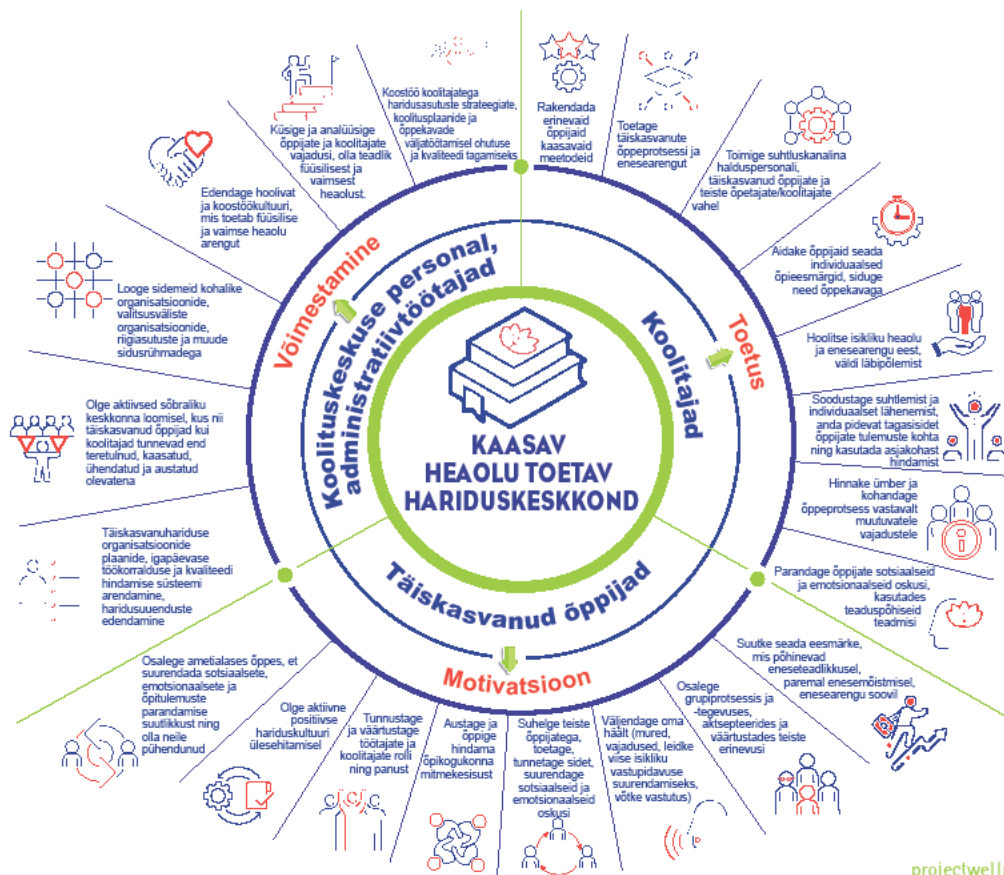
Poola aruanne
Eesti aruanne
Itaalia aruanne
Bulgaaria aruanne
Küprose aruanne

Materjali hindamisel on vaja kasutada terviklikku lähenemisviisi; raske on lihtsalt tõlkida näiteks fookusuuringu tulemusi Wellness2 infograafikasse. Wellness2-ratas on kõigi protsessis osalejate jaoks sfääride ja juhiste määraja, kuid protsess ise ei läbi selliseid dihhotoomseid jaotusi, nagu ratta järgi võiks eeldada. Seal näidatud sfäärid läbistavad üksteist, neid ei saa nii lihtsalt piiritleda, sest ratas ei näita otseselt (see ei olnud eeldus) seoseid. See näitab ainult teatud lahenduste suunda teatavates valdkondades. Sellel on üldise suunise iseloom, mis sümboliseerib küsimusi. Samuti tuleb meeles pidada, et fookusuuring on ainult osa meetoodika väljatöötamiseks tehtud uuringust, kuid ka projektis kasutatavad vahendid. Seetõttu võiks fookusuuringule viiteid otsides viidata eelkõige vahenditele ja projektis välja töötatud kursusele. Just see vastab tihtipeale fookusuuringutes näidatud nõudmistele ja ettepanekutele. Lisaks ei kuulu fookusuuringute tulemused alati asjakohastesse valdkondadesse, st näiteks koolitajate seas läbiviidud uuringud viitavad lahendustele, mida tuleb rakendada halduspersonali seas. Seetõttu ei tundu lihtsad paralleelid uurimistulemuste ja Wellness2-ratta enda vahel õigustatud. Ja nende eeldamine kujutab endast vigast arutlusviisi.

Pealegi ei ole mõned tulemused lahendatavad koolitusmetoodikate loomise kaudu, sest keegi ei ole veel välja mõelnud töötuba, kuidas muuta kursused ja koolitused "taskukohasemaks". Arvestades projekti uuenduslikkust, tasub rõhutada selle terviklikkust, st vahendid võivad tunduda skemaatilised, kuid need on just vajaduste uurimise tervikliku lähenemisviisi tulemus: alates kirjanduses pakutud lahendustest, heade tavade kaudu kuni fookusuuringuteni. See ei ole lihtsalt vahendite kogumik, mis iseenesest ei pruugi olla uuenduslik, kui arvestada pidevalt areneva valdkonna uuringuid ja lahendusi heaolu kohta hariduses. Kuid projekt ei ole ega olnud mõeldud uute vahendite leiutamiseks, vaid uuenduslik on siin just terviklik lähenemine, mis võtab arvesse kõiki hariduselus osalejaid; see ei paku igale rühmale eraldi harjutusi, vaid ühendab iga haridusprotsessis osaleva isiku vajadused. Projekti tulemused näitavad, et ei ole võimalik luua heaolu ainult ühele rühmale, näiteks koolitavate jaoks, ilma et arvestataks koolitaja või juhtkonna heaolu. Samuti on võimatu luua psühholoogilist heaolu, võtmata arvesse füüsilisi tingimusi (ilmselge), kuid ka süsteemseid tingimusi. Koolitaja võib väga kõvasti püüda luua sõbralikku õhkkonda, kuid ainuüksi see, et süsteem näeb ette eksami komisjoni ees, õõnestab tõhusalt heaolu.

Tuleb rõhutada, et projekt hõlmab kõiki neid tegevussuundi ja valdkondi ning näitab, kuidas neid tervikult ühendada. Seetõttu tuleks seda käsitleda terviklikult, mitte osade kaupa. Loomulikult võib vahendeid rakendada osade kaupa või valikuliselt, kuid siis ei garanteeritu nende rakendamise edukus. Seetõttu on need osa tervikkursusest, mitte lihtsalt tööriistade kogum.

Terviklikkus ja sünergiline disain on siinkohal võtmetähtsusega.



projectwellness.eu










Sissejuhatus

Täiskasvanukoolituse heaolu kaart on kaalukas uurimus, mille eesmärgiks on illustreerida murrangulist strateegiat iga partnerorganisatsiooni projektimeeskonna võrdlusandmete põhjal. Iga partner kogus asjakohast teavet kirjanduse analüüsi, fookusgruppide ja mitmesuguste haridusvaldkonna heaoluga seotud allikate uurimise kaudu. Selle strateegia eesmärgiks on tutvustada partneritele hetkeolukorda, kirjeldades fakte, lähenemisviise ja meetodeid, mis hõlmavad hariduslikku heaolu vabastava riigi täiskasvanute koolituses. Mõiste heaolu on sotsiaalne konstruktsioon. See koondab majanduslikke, sotsiaalseid, keskkonnalaadseid, demokraatlikke ja isiklikke tulemusi. Seega ei ole heaolu tähendus fikseeritud, see on esmane kultuuriline hinnang, mis annab võimaluse mõista, mida on vaja ja kuidas me kõik saame kõige paremini koostööd teha, et parandada oma elu keerulises maailmas. See võib hõlmata ka muid asju, näiteks seda, kui rahul on inimesed oma eluga tervikuna, oma eesmärgitunnetust ja kui võrdnad oma hinnangul olukorda kontrollivad. Käesoleva võrdleva uurimuse eesmärk on uurida heaolu mõistet, eelkõige täiskasvanute koolituses. Heaolu seostub üldiselt erineval viisil rahuloluga töö ja õppimisega. Peamiseks informatsiooniallikaks on akadeemilistest allikatest ja haridusalastest artiklitest kogutud veebimaterjalid. Igas riigis tuvastati ja võrreldi erinevaid juhtumeid, eesmärgiga uurida heaolu kehtestamise meetodeid hariduses.

1 Eelkäija, Wellness 1 projekti tulemuste aruanne

Projekt Wellness 1, "Tõelise heaolu oskused" ("Skills for True Wellbeing" lühend WELNESS), viidi läbi 24 kuu jooksul ajavahemikul 01.10.2012 kuni 01.10.2014 Grundtvig LLP Programmi 2007-2013 raames ja selles osales seitse partnerit:

-  West University of Timisoara (Rumeenia),
-  Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi (Poola),
-  Health Psychology Management Organisation Services (Ühendkuningriik),
-  Razvojno Izobraževalni Center Novo Mesto (Sloveenia),
-  Promimpresa Srl (Itaalia),
-  ShipCon Limassol Ltd. (Küpros),
-  FormAzione Co&So Network (Itaalia).

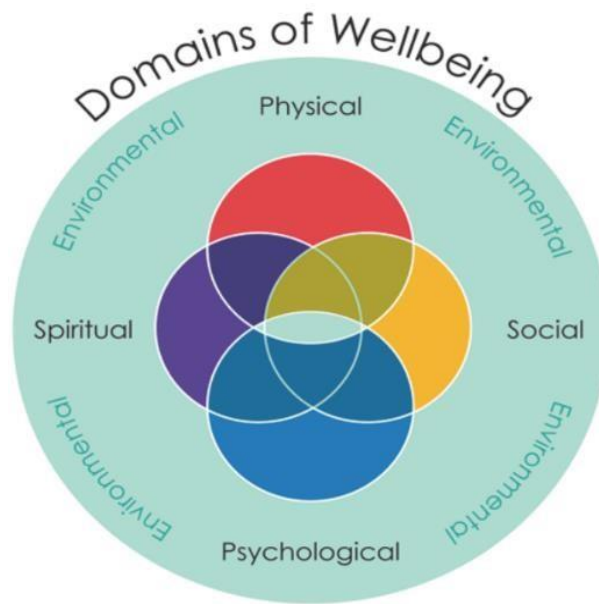


Pilt 1: Wellness 1 projekti logo

Wellness 1 projektis keskendub partnerlus subjektiivsele heaolule, mis hõlmab peamiselt kolme komponenti, mis on omavahel tihedalt seotud:

1. Positiivne emotsioon;
2. Negatiivsete emotsioonide puudumine;
3. Üldine rahulolu eluga.

Wellness 1 projekti juhendis on heaolu valdkondi kirjeldatud järgmiselt: "Tervise säilitamine ja edendamine saavutatakse füüsilise, vaimse ja sotsiaalse heaolu erinevate kombinatsioonide kaudu, mida nimetatakse ühiselt mõnikord tervisekolmnurgaks. Neljandaks osaks on vaimne tegur."



Joonis 2: Heaolu valdkonnad vastavalt Wellness 1 projektile

Wellness 1 tähelepanu keskendus täiskasvanud õppijate ja täiskasvanute koolitajate isiklikule heaolule. Võib öelda, et projekti Wellness 1 selgesõnalised eesmärgid täideti edukalt. Enamik eesmärgi, nagu teadlikkuse levitamine heaolust, täiskasvanute koolituse töötajate ja õppijate võimestamine, töövahenditega varustamine, tööga rahulolu suurendamine, töösse kaasatus, läbipõlemise sündroomi ennetamine ning sihtrühmade õpetamis- ja õppimisvõime suurendamine, saavutati peamiselt uurivate küsimustike, täiskasvanute koolituse spetsialistidele ja õppijatele mõeldud töötubade ja käsiraamatu abil.





Faktiliselt õnnestus projekti Wellness 1 raames saavutada järgmised eesmärgid: uurida täiskasvanute koolituse spetsialistide vajadusi kohalike fookusgruppide organiseerimise ja andmete kogumise kaudu, uurida täiskasvanud õppijate vajadusi küsimustike loomise ja jagamise, kohalike fookusgruppide ja andmekogude kaudu. Viimaks, kuid mitte vähem tähtsana, luua käsiraamat koos harjutustega stressiga võitlemiseks ja õigeks suhtlemiseks, enesest lugupidamise saavutamiseks ja tõhusaks õpetamiseks, samuti mõõdetavate heaolunäitajate väljatöötamiseks tõhusate õpetamismeetodite (koolitajad) ja eneseväljenduse (õppijad) kaudu.

Huvitav on näha õppijate takistusi, mis ilmnevad projekti Wellness 1 raames, ja võrrelda neid projekti




Wellness 2 jaoks läbiviidud uuringutega. Kõige olulisemateks takistusteks on: kõrge stressitase, madal enesehinnang, probleemid motivatsiooniga ja võimetus õppimist tõhusalt korraldada. Teisalt kuuluvad nende tugevaimate oskuste hulka: tõhus toimetulek stressiga, enesemotivatsioon, võime tulla toime negatiivsete emotsioonidega ja sotsiaal-psühholoogilised oskused, nagu suhtlemine ja enesehinnang. Mis puutub koolitajatesse/õpetajatesse, siis neil on tegemist kõrge stressitaseme, töö korraldatuse ja häirivate negatiivsete emotsioonidega. Teised seevastu väitsid, et nad tulevad tõhusalt toime stressiga, neil on kõrge professionaalsus, nad suudavad toime tulla negatiivsete emotsioonidega ning neil on kõrge enesehinnang ja arenenud suhtlemisoskused.

Järgnevalt on esitatud mõned meetodid ja tehnikad, mida soovitati projekti osalenud õppijatele ja pedagoogidele nende heaolu suurendamiseks:



Kuidas stressiga tõhusalt võidelda:

-  hingamistehnikad,
-  maandamise ja teadlikkuse suurendamise tehnikad,
-  läbimurdetehnikad erinevate olukordade jaoks,
-  visualiseerimistehnikad (st "elu aed").


Kuidas õigesti suhelda:

-  mitteverbaalsed arjutused
-  aktiivse kuulamise tehnikad,
-  enesekindlus.

Kuidas saavutada kõrgemat enesehinnangut:

-  eneseleidmise harjutused,
-  tehnikaid enesekindla seisundi loomiseks.

Kuidas tõhusalt õpetada:

-  meetodid loovuse suurendamiseks (nt mõtete kaardistamine, ajurünnakud, aktiivsed õppemeetodid jne).

Järgnevad tabelid näitavad projekti Wellness 1 peamisi järeltõlke takistuste ja vastuoluliste oskuste kohta sihtrühmade kahes kategoorias.

ÕPPIJAD

TAKISTUSED	OSKUSED
Kõrge stressitase;	Tulemuslik toimetulek stressiga;
Madal enesehinnang;	Enese-motiveerimine;
Probleemid motivatsiooniga;	Negatiivsete emotsioonidega toimetuleku oskus;
Võimetus õppimist tulemuslikult korraldada.	Sotsiaalsühholoogilised oskused, (suhtlemine, enesehinnang).

ÕPETAJAD

TAKISTUSED	OSKUSED
Kõrge stressitase;	Tulemuslik toimetulek stressiga;
Töökorraldusega seotud asjaolud;	Professionaalsed oskused, (motivatsioon, õpetamise tehnikad);
Häirivad emotsioonid.	Negatiivsete emotsioonidega toimetuleku oskus;
	Sotsiaal-psühholoogilised oskused, (suhtlemine, enesehinnang).

1.1 Wellness 2 eesmärgid ja korrelatsioon Wellness 1 eesmärkidega

Wellness-projekti raames loodud koolitustööriistad on kõikide Wellness2 "pilotprojekti" tegevuste lähtepunktiks. Eelmise projekti käigus juba testitud koolitustööriistu analüüsitakse ja ajakohastatakse, keskendudes eelkõige nende rollile õpikeskkonna parandamisel koolituskursuste kvaliteedi ja efekti võtmes.

Täpsemalt öeldes lisab see projekti Wellness tulemustele uuendusliku elemendina nende võtmeaspektide, (mitte ainult koolitusmeetoditega seotu), uurimist ja väljaselgitamist, mis tagavad õpikeskkonna kvaliteedi kõigi osaliste, (eelkõige koolitajate ja koolitatavate) heaolu seisukohast ning eelnimetatud aspektide sertifitseerimise ja valideerimise (EQF kaudu).

Projektil Wellness 2 on konkreetsed eesmärgid, jätkamaks tegevust täiskasvanud õppijate, koolitajate ja

halduspersonali heaolu taseme parandamiseks, näiteks varustada ja toetada koolitajaid/halduspersonali pehmete oskuste ja elamiseks vajalike pädevuste ning uute tööriistadega:

- 🌈 Testida uuenduslikke õppemeetodeid. Selle pilootkoolituse peamine eesmärk on aidata koolitajatel/töötajatel parandada oma oskusi ja suurendada oma tulemuslikkust koolitajana ning oma suutlikkust kaasata ja haarata täiskasvanud õppijaid koolitustegevusse, et soodustada nende oskuste paranemist ja ka töökoha leidmist;
- 🌈 Kasutada metoodikaid, mis parandavad õpikogukonna, (õppijad ja koolitajad ning koolituse pakkuja töötajad), heaolu, et suurendada nende probleemide lahendamise oskusi, töö tulemuslikkust ja eelkõige tööga rahulolu;
- 🌈 Arendada ja kinnistada täiskasvanud töötajate ja õppijate "õpikeskkonna heaolu", et tagada tõhus õpetamis- ja õpikeskkond;
- 🌈 Luua protokoll, mis sisaldab täiskasvanud õppijatele õpikeskkonna heaolu loomisega seotud koolitajate pädevuste sertifitseerimise korda (EQF raames).

Alustuseks on uute vahendite ja meetodite väljatöötamine protsess, mis algas Wellness 1 raames, kuid millega tuleb jätkata Wellness 2-s. Selle põhjuseks on, et need vahendid ja metoodikad töötati välja kuus aastat tagasi ja Euroopa erinevatest osadest pärit partnerite poolt. Võimalik, et selle valdkonna teadmiste rikastamine aitab lisada rohkem vaatenurki ja teistsuguseid strateegiaid. **Teine** eesmärk, mida projektiga püütakse saavutada, on heaolulise õpikeskkonna loomine kõigi jaoks. Wellness 1 raames olid tehnikad suunatud "iseenda" parandamisele, mis tähendab, et inimesele tutvustati erinevaid võimalusi, kuidas end paremini tunda, näiteks kuidas kasutada stressi või ärevuse alandamise tehnikat. Selles projektis on rõhuasetus muutunud, sest tähelepanu on suunatud sellele, kuidas ma saaksin parandada mitte ainult oma isikliku heaolu, vaid ka ümbritsevate inimeste heaolu, olgu selleks siis keegi minu meeskonnast või klassikaaslased või minu õpilased, juhul kui ma olen õpetaja. See on protsess, mis algas Wellness 1-s ja mis eeldatavasti jätkub Wellness 2-s.

Mis puudutab koolitusorganisatsioonide kaasamist heaolukeskkonna parandamisse, on see täiesti uus eesmärk, mida eelmises juhtumiuuringus ei uuritud (näiteks vastutus nõuetekohaste korralduslike aspektide, nagu füüsilised struktuurid, materjalid, korraldus jne, tagamise eest).

Enamgi veel, Wellness 2 eesmärk on katsetada "ideaalset" õpikeskkonda tavatingimustes ja reaalses keskkonnas, mida eelmises projektis praktiliselt ei toimunud ja mis on veel üks täiesti uus eesmärk. Viimane, kuid mitte vähem tähtis eesmärk on luua protokoll koos protseduuridega, et sertifitseerida koolitajate oskusi (EQF kaudu), kes on võimelised looma ja säilitama sellist heaolu pakkuvat õpikeskkonda, mis on omakorda täiesti uueks eesmärgiks ja protsessiks, mis on osaliste jaoks suhteliselt uus. **Wellness 2** pöörab tähelepanu ka kolmandale sihtrühmale, milleks on halduspersonal. Administratiivtöötajate kaasamine täiskasvanute koolitusse lisab sellele projektile väärtust, kuna see on ainus viis, kuidas heaolu ja plusse luua. **Wellness 2** projekt hõlmab lisaelemendina korraldajate heaolu.

WELLNESS 1	WELLNESS 2
Fookus eelkõige õppijatel ja koolitajatel	Fookus õppijatel, koolitajatel ja töötajatel
Vajadus enesejuhtimise/enseheaolu tööriistade järele	Vajadus vastastikuse heaolu tagamise vahendite järele
Fookus subjektiivsel heaolul, st sihtrühmade praktiliste oskuste tuvastamisel ja arendamisel, mis aitavad heaolu parandada ja säilitada.	Fookus objektiivsel heaolul, st tuvastada ja arendada sihtrühmade praktilisi oskusi, mis tagavad heaolukeskkonna tänu objektiivse heaolukeskkonna välise valideerimise skeemile.
6 erineva riigi andmete võrdlus	4 erineva riigi andmete võrdlus (2 riiki rohkem kui Wellness1: Bulgaaria ja Eesti)
2012. aastal välja töötatud metoodika ja tööriistad	Pärast 2019. aastat välja töötatud metoodikad ja tööriistad (ajafaktor)
Toetada täiskasvanuid pidevas isiksuse arengus, pakkudes neile oskusi heaolu saavutamiseks ning tõstes nende optimismi, eluga rahulolu, enesekindlust ja eneseteostustunnet kogu eluea jooksul.	Toetada täiskasvanuid pidevas isiksuse arengus, andes neile oskusi heaolu saavutamiseks ning tõstes nende optimismi, eluga rahulolu, enesekindlust ja eneseteostustunnet kogu eluea jooksul uute ja täiendavate tööriistade abil.

Heaolu mõõdet analüüsitakse ja põhjendatakse füüsilisest, psühholoogilisest, sotsiaalsest ja vaimsest vaatenurgast, (Pilt: Heaolu valdkond vastavalt Wellness 1

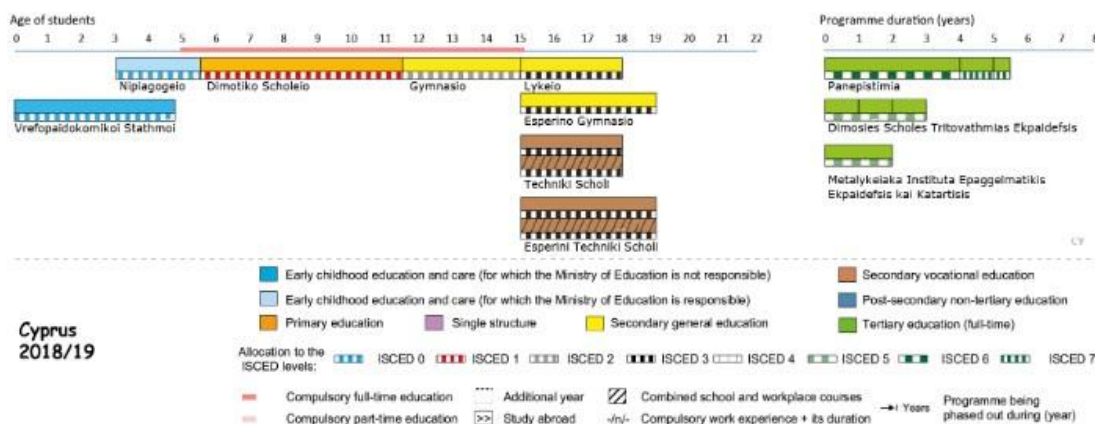
Heaolu mõistet on aastate jooksul edasi arendatud ja süvendatud ning Wellness 2-s käsitletakse dimensioone, mida eelmises projektis ei analüüsitud.

2 Partnerite riiklikud täiskasvanute koolitussüsteemid

See osa Kaardist aitab selgitada organisatsioonide struktuure partnerriikide riiklike haridussüsteemide kokkuvõtete kaudu. Täiskasvanute koolitus on igas riigis erinevalt struktureeritud. Järgnevad kirjeldused on võetud Eurydice'i veebilehelt.¹ Alustuseks võib öelda, et **Küprosel** vastutab täiskasvanute koolituse eest nii Haridus- ja Kultuuriministeerium kui ka Töö-, Sotsiaalhoolekande- ja Sotsiaalkindlustus-ministeerium. Seda pakutakse formaalse hariduse, mitteformaalse hariduse ja kutseõppe vormis kas riiklikes institutsioonides või poolriiklike või eraõiguslike organisatsioonide poolt. Riiklikes asutustes pakutav täiskasvanute koolitus on suures osas tasuta. Samas paljud koolitused, mida pakuvad peamiselt era- või poolriiklikud organisatsioonid, on siiski tasulised.

2

Structure of the National Education System



Source: Eurydice 2018/19

Joonis 3: Riikliku haridussüsteemi struktuur (Küpros)

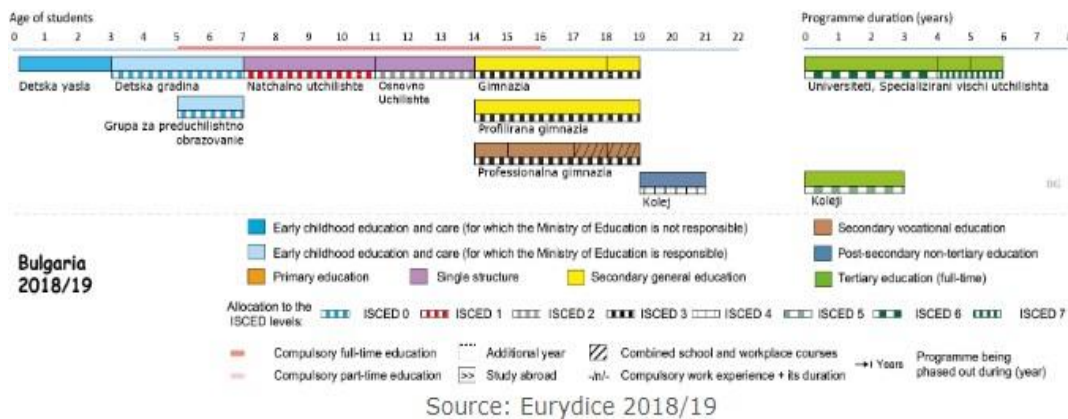
Bulgaarias on täiskasvanute koolitus prioriteediks ja sellel on palju vorme, alates formaalsestklassipõhisest õppest kuni iseseisva ja e-õppeni. Kohalikud omavalitsused vastutavad oma piirkonna

¹ https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/national-description_en

² https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/cyprus_en

täiskasvanute koolituse poliitika kujundamise eest. Täiskasvanute koolitust pakuvad kõige sagedamini litsentseeritud kutseõppekeskused ja ka ametiühingud. ³

Structure of the National Education System



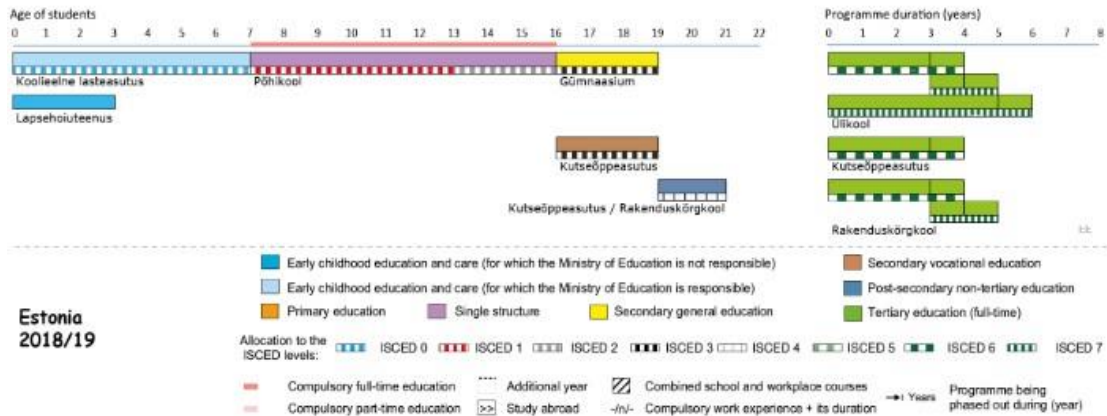
Joonis 4: Riikliku haridussüsteemi struktuur (Bulgaaria)

Eestis jaguneb täiskasvanute koolitus formaalseks hariduseks, mitteformaalseks tööalaseks koolituseks ja ümberõppeks ning populaarseks täiskasvanuhariduseks. Täiskasvanud õppijatele on loodud paindlikud õppimisvõimalused: kaugõpe ja õhtused kursused, eksternõpe ja osakoormusega õpe, samuti osalemine erinevatel kursustel. Lisaks formaalharidusele pakuvad kutse- ja kõrgharidusasutused üha enam täiend- ja ümberõppekursusi. Kursusi pakuvad ka paljud vabahariduskeskused ja eraettevõtted. ⁴

³ https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/bulgaria_en

⁴ https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/estonia_en

Structure of the National Education System



Source: Eurydice 2018/19

Joonis 5: Riikliku haridussüsteemi struktuur (Eesti)

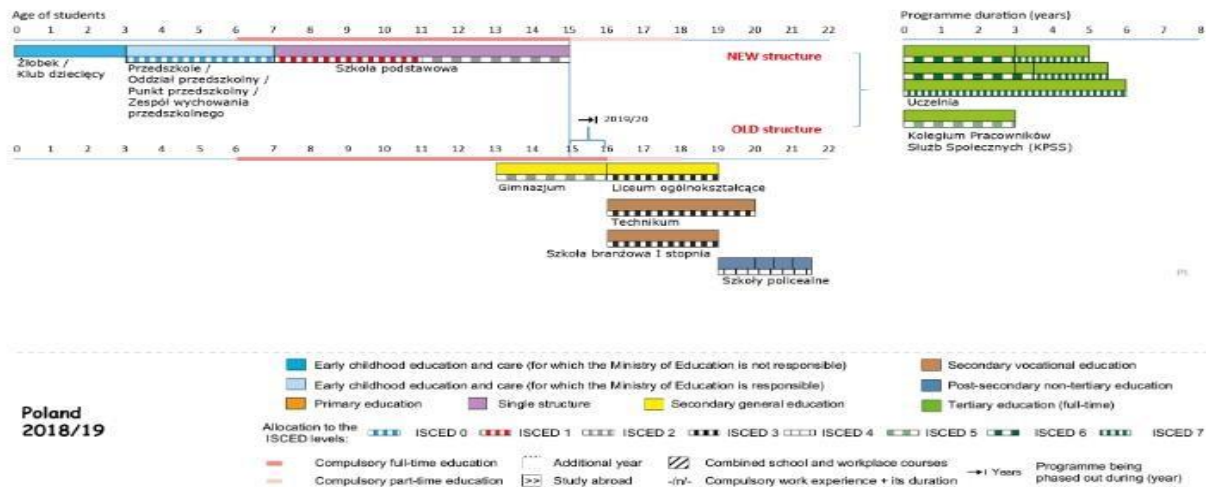
Poola täiskasvanute koolitussüsteem on avatud täiskasvanutele, kes soovivad lõpetada põhi- ja keskkariduse või omandada uut kutsekvalifikatsiooni ja oskusi tööalastel või isiklikel põhjustel.

Seda korraldatakse nii koolis kui ka koolivälises keskkonnas:

- 🌸 täiendõppeasutused,
- 🌸 praktilise koolituse institutsioonid,
- 🌸 täiendkoolituskeskused,
- 🌸 kõrgkoolid kui kraadita kraadiõppe programmid.⁵

⁵ https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/poland_en

Structure of the National Education System

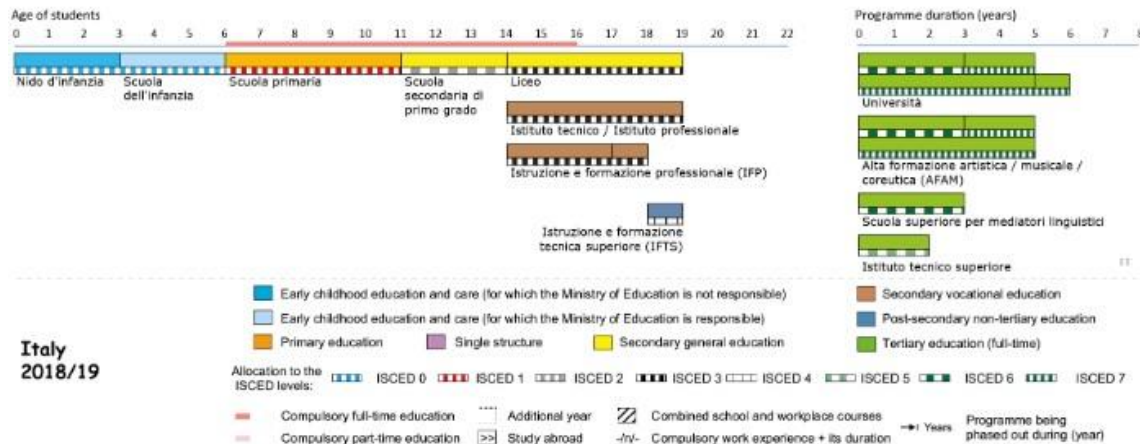


Source: Eurvdice 2018/19
Joonis 6: Riikliku haridussüsteemi struktuur (Poola)

Itaalias seevastu hõlmab täiskasvanute koolitus kõiki tegevusi, mis on suunatud täiskasvanute kultuurilisele rikastamisele, ümberõppele ja töölasele liikuvusele. Mõiste "täiskasvanute koolitus" laiem tähendus viitab "täiskasvanute koolihariduse" valdkonna (*istruzione degli adulti*) suunatust üksnes haridustegevusele kvalifikatsiooni omandamiseks ning kirjaoskuse ja itaalia keele kursustele. Täiskasvanute koolitust pakuvad täiskasvanute koolituskeskused (*Centri provinciali per l'istruzione degli adulti - CPIA*) ja gümnaasiumid.⁶

⁶ https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/italy_en

Structure of the national education system



Source: Eurydice 2018/19

Pilt 7: Riikliku haridussüsteemi struktuur (Itaalia)

Legend:

- varajane alusharidus ja hoolitsus (mille eest Haridusministeerium ei vastuta)
- varajane alusharidus ja hoolitsus (mille eest Haridusministeerium vastutab)
- algharidus
- üksikstruktuur
- üldine keskharidus
- kutseharidus keskharidusega
- keskhariduse järgne mitte kolmanda taseme haridus
- kolmanda taseme haridus (täisajaga)

Jaotus vastavalt ISCED tasemetele: (ISCED 0 kuni ISCED 7)

- kohustuslik täiskoormusega haridus
- kohustuslik osakoormusega haridus
- ⋯ täiendav aasta
- >> õppimine välismaal
- /n/- õppimist ja töötamist kombineerivad kursused
- >| kohustuslik töökogemus + selle kestus
- >| aastaga programm lõpetatakse järk-järgult (... aastaga)

Allikas: Eurydice 2018/19

3. Partnerriikide head tavad

Wellnessi konsortsium on koostanud Riikliku parimate tavade aruande (*National Best Practices Report*), milles nad analüüsisid kolme parimat tava iga organisatsiooni kohta, et saada rohkem teavet täiskasvanute koolituse strateegiate ja tavade kohta. Iga riik tegi oma tulemuste põhjal kindlaks erinevad kategooriad, mis kuuluvad täiskasvanute koolituse ja heaolu konteksti. Nendes viies riigis on erinevad lähenemisviisid täiskasvanuõppe heaolu käsitlemiseks, kuid sellekohased sihipärased regulatsioonid puuduvad. Nagu võrdlusest selgub, on õigussüsteemid "piiratud" formaalsete õpetamis- ja õppimismeetoditega. Sellele vaatamata kasvab vajadus heaolu loomise järele täiskasvanute koolituskeskkondades. Elukestva õppe ja täiskasvanute koolituses osalemise edendamiseks on oluline valitsustelt riiklike ja EL rahastatud projektide raames saadav toetus. Sellest tulenevalt võib öelda, et täiskasvanute koolituse edulemendiks on teaduse ja heaolu valdkonna viimaste saavutuste kombinatsioon.

Andmete kogumine kõigilt partneritelt toimus standardiseeritud korras. Partnerid uurisid põhjalikult olemasolevaid materjale täiskasvanuõppe kohta ja kogusid andmeid. Kõik asjakohased andmed koguti ja filtreeriti, et jõuda kõige täpsemate tulemusteni, mis aitaksid kaasa Kaardi rakendamisele. Selle akadeemilise töö läbiviimine põhines peamiselt teadusartiklidel. Parimate tavade kogumiseks otsisid partnerid teavet ja hankisid andmeid hiljuti avaldatud uuringutest ja teadustöödest. Lähtudes partnerite poolt kasutatud bibliograafiast, hõlmasid nende uuringud teadusajakirju ja ajakirjade arhiive, riiklike strateegiaid, tegevuskavasid, doktoritöid, teaduspublikatsioone, fotomaterjale, teadusdistsipliine. Protsessis osalenud partnerid kinnitasid, et nad kasutavad ametlikku statistikat (viidatakse avalikule teabele, mis on toodetud ühiskonna hüvanguks ja mida rahastatakse riigieelarvest ametliku või Euroopa Liidu statistikaprogrammi raames). Riiklikud aruanded põhinevad samuti kirjutuslauauuringute kaudu erinevatest allikatest kogutud teabe analüüsil, sh haridusministeeriumid, riiklikud kutsehariduse ja -koolituse ametid, tööministeeriumid, tööhõiveametid ning muud Euroopa ja riiklikud projektid. Tähelepanuväärne oli, et selle protsessi käigus ei tekkinud mingeid spetsiifilisi probleeme.

Ametlik statistika vastab rahvusvahelistele klassifikatsioonidele ja meetodikatele ning erapooletuse, usaldusväärsuse, asjakohasuse, kulutasuvuse, konfidentsiaalsuse ja selguse põhimõtetele. Samuti kasutasime Euroopa täiskasvanute koolituse uuringu täiendava elemendina Euroopa Liidu poolt pakutavaid platvorme ja materjale. Pidevalt arenev internet on õige vahend õigete allikate leidmiseks, mis aitab partneritel oma tööd koostada. Samaaegselt uuriti ühise meetodika alusel suurt hulka dokumente.

Sellised uuringud võimaldavad avastada ühiseid suundumusi ja arenguid inimeste elus ning määrata Euroopa riikide eripärasid, riike võrrelda ja järjestada.

3.1 Head tavad Küprosel







Enoros Consulting Ltd kogus Küprosel läbiviidud uuringu põhjal kokku kolm täiskasvanute koolituses kasutatavat parimat tava. Valitsus on loonud täiskasvanute jaoks riiklikud koolituskeskused ja koostanud personaliosakonna kaudu täiskasvanud õppijate jaoks põhilised äriplaanid. Samuti väärrib märkimist kasutuselevõetud leping, mis tagab täiskasvanuõppe koolitajate koolitajate ja personali töötajate poolt üldiselt kokkulepitud reeglite järgimise korral heaolukeskkonna säilimise. Sel viisil saavad nad tagada võrdsuse, sotsiaalse konsensuse ja kodanikuaktiivsuse saavutamise.

A. Leping kui haridustehniline lähenemine täiskasvanute koolitusele

Küprose Haridus- ja Kultuuriministerium on leidnud mõned tehnikad täiskasvanud õppijate huvi ja kaasatuse suurendamiseks, kus valdkonna edu võti seisneb õppija kognitiivsete võimete aktiveerimises, mis tähendab tegelikult inimese sisemise õppimistungi kaudu tema õppimismehhanismide äratamist.

Peamised järelused

Rõhk on pandud peamiselt täiskasvanud õppija isiklikule meelestatusele. Õppur peaks uskuma, et ta on kohas, kus nii juhendaja kui ka kogu meeskond teda austavad. Veel üks oluline nõuanne on tekitada õppijas tunne, et ta on meeskonna aktiivne liige, kelle edu põhineb tema enda panusel. Selleks, et õppija rohkem õppimisele keskenduks ja sellele pühenduks, tuleks koostada kõigi meeskonnaliikmete vahel ühiselt kokkulepitud "leping". See leping peab olema kooskõlastatud, et saada vajalikku austust ja see võiks sisaldada järgmist:

-  Kuulake tähelepanelikult teiste seisukohti/vaateid;
-  Säilitage grupi liikmete poolt jagatud isikliku teabe konfidentsiaalsus;
-  Vältige üldistuste tegemist teatud inimrühmade kohta;
-  Jagage kõnelemise aega ka teistega;
-  Keskenduge omaenda õppimisele;
-  Andke meeskonnale oma puudumisest teada.

Kokkuvõte

Seda Küprose hea tava näidet saab hõlpsasti kohandada ja sellega täiendada projekti Wellness 2 tulemusi. Projekti lisaväärtuseks võiks olla millegi sarnase ehk "lepingu" loomine, mis ühendaks õppijate, koolitajate ja personali komponendid.

B. Täiskasvanute riiklikud koolituskeskused

Küprose koolituskeskused alustasid tegevust 1960. aastal. Nad pakuvad koolitusvõimalusi tuhandetele inimestele vanuses 15 aastat ja üle selle.

Nad pakuvad igal aastal umbes 70 erinevat õppeainet ja neid on tunnustatud kui väärtuslikke täiskasvanute koolitusprogramme ning suur hulk, üle 20 000 inimese aastas, on sellega massiliselt seotud, pakkudes seega koolitusvõimalusi tuhandetele 15-aastastele ja vanematele inimestele.

Peamised järelused

Samal ajal korraldavad koolituskeskused igal aastal riigiasutustes, erihooldekodudes, eakate hooldekodudes jne tasuta erirühmi, kus vigastatud, puudega, vangistatud, süüdimõistetud, vaimuhaiged inimesed õpivad ja laiendavad oma teadmisi. Nad pakuvad tasuta kreeka keele tunde kodumaale tagasipöördunud küproslastele ja repatrieerunud lastele ning Türgi küproslastele, samuti pakuvad nad tasuta türgi keele tunde Kreeka küproslastele jne. Täiskasvanute koolituskeskused pakuvad ka mitmesuguseid interdistsiplinaarseid kursusi, mis keskenduvad peamiselt võõrkeelte, kunsti ja käsitöö, kultuuriprogrammide, tervishoiu ja muude üldist huvi pakkuvate teemade õpetamisele, nagu ka kutse- ja ametialaste oskuste õpetamisele.

Kokkuvõte

Koolituskeskuste üldine eesmärk on iga inimese isiksuse igakülgne arendamine ning kodanike ja laiemalt ühiskonna sotsiaalne, majanduslik ja kultuuriline areng. Küprose Vabariigi kodanikud on tunnustanud täiskasvanute koolituskeskusi kui kõige olulisemat täiskasvanute üldhariduse programmi, mis pakub mitmesuguseid kvaliteetseid kursusi.

C. Ettevõtjate äriplaani Human Resource Development Authority of Cyprus poolt

Küprose Inimressursside Arendamise Ameti (Human Resource Development Authority of Cyprus'e, HRDA) eesmärk on Küprose inimressursi kvalifikatsiooni tõstmine, tootlikkuse parandamine ja ettevõtete

konkurentsivõime suurendamine kvaliteedi tagamise ja tõhususe suurendamise kaudu. HRDA korraldab erinevaid koolitusi ja töötab välja süsteeme, mis hõlmavad koostööd ettevõtetega töötute või värskete koolilõpetajate koolitamiseks, täiskasvanute loovuse ja innovatsiooni ning nende õpikeskkonna arendamiseks. Sarnaseid programme saab rakendada paljudes riikides ja selline praktika võib lisada väärtust projekti Wellness 2 ettepanekutele.

Peamised järeldused

HRDA Küprosel edendab programme, mille eesmärk on täiskasvanute kaasamine ettevõtlusse värbamiste ja koolituste kaudu. Nende programmide raames teevad töötud ülikoolide või rakenduskõrgkoolide/tehnikumide lõpetajad koostööd juhtivtöötajatega. Need programmid hõlmavad teoreetilist ja praktilist väljaõpet ning programmi õppekavad infotehnoloogiaga seotud oskusi. Uued HRDA koolitusvõimalused Küprosel andsid 48 400 töötajale ja töötule täiskasvanule võimaluse täiendada oma oskusi 2020. aasta esimesel poolaastal 15,2 miljoni euro ulatuses. HRDA tasub väikeettevõtetest pärit osalejatele 80% kogumaksumusest, VKE-dest (väikesed ja keskmise suurusega ettevõtted) pärit osalejate eest 70% ja suuremate ettevõtete puhul 60% kogumaksumusest.

Kokkuvõte

Selline tööle saamise võimalus suurendab täiskasvanute heaolu, kuna neid inimesi integreerivad ettevõtted on sertifitseeritud ja tunnustatud, kuivõrd nad vastavad vajalikele kriteeriumidele ja standarditele.

3.2 Head tavad Bulgaarias

Bulgaaria täiskasvanute koolituse hea tava riiklik aruanne esitleb nelja erinevat näidet, mis toetavad täiskasvanute koolitust ja heaolu kontseptsiooni selles valdkonnas. Esimene hea tava näitab, kuidas inimene, kes järgis oma kirge, suutis luua täiskasvanutele koolitusvõimaluse, võttes arvesse nende vajadusi ja piiranguid ning luues positiivse õpikeskkonna. Teine hea tava näitab, kuidas täiskasvanud õppijate pehmete oskuste arendamine on oluline ja avaldab positiivset mõju nende heaolu erinevatele aspektidele. Kolmas hea tava, mida käesolevas aruandes üksikasjalikult käsitletakse, tutvustab edukat uuenduslikku ja kaasaegset programmeerimisspetsialistide koolitamise mudelit, mis ühendab IT-valdkonna viimased arengud loomingulise ja heaolu edendava keskkonnaga. Neljandas praktikas tutvustatakse stimuleerivaid

meetmeid, mida Bulgaaria valitsus EL-i rahalise toetusega on võtnud, et edendada täiskasvanute koolituses osalemist riigis, sest Bulgaaria on selle kriteeriumi poolest EL-is viimaste seas.

A. DynamiX Lab








DynamiX Lab on koolitusagentuur, mis keskendub koolituste kavandamisele ja läbiviimisele, mis soodustavad positiivseid muutusi isiklikul, meeskonna ja organisatsioonitasandil ning aitavad avada varjatud potentsiaali ja jõuda parima versioonini täiskasvanud õppijatest ja organisatsioonidest, kelle heaks nad töötavad. DynamiX Lab'i on tunnustanud ja soovitanud paljud riiklikud ja rahvusvahelised ettevõtted tema spetsiaalselt kavandatud koolituste tõttu, samuti meeskonna arenguprogrammide eest, mis parandavad töötajate motivatsiooni ja tulemuslikkust ning organisatsioonide kliimat.

Peamised järeldused

Oma praktikas järgib agentuur interdistsiplinaarset lähenemist, mis hõlmab nii äritegevuse kui ka teaduse ja akadeemilise maailma viimaseid arenguid, kus eesmärgiks on leida õige, mitte lihtne lahendus. Dynamix Labi koolitusmudel on interaktiivne ja põhineb publiku köitmisel ja protsessi kaasa haaramisel, mitte aga inertsel infotarbimisel. Seega muutuvad osalejad "kogemusliku õppimise" meetodite abil protsessi aktiivseks ja dünaamiliseks elemendiks, mitte aga loengu passiivseks pealtvaatajaks. Selline lähenemine tagab pikaajalised ja jätkusuutlikud tulemused ning loob stimuleeriva ja heaolulise õpikeskkonna.

Kokkuvõte

DynamiX Labi koolitusmudeli ja pehmete oskuste arendamise lähenemisviisi rakendamine aitasid kaasa erinevate heaolu aspektide saavutamisele:

-  Positiivne mõju organisatsioonidele (töölane);
-  Positiivsed suhted kolleegidega (sotsiaalne);
-  Vähenenud stressitase (füüsiline);
-  Paranenud emotsionaalne kliima (keskkonnaalane);
-  Paranenud motivatsioon ja initsiatiiv töökohal, mis võib viia parema finantsseisundini (finantsiline);
-  Avatus uutele ideedele ja kogemustele (intellektuaalne);
-  Sisemise dialoogi parandamine varjatud potentsiaalide leidmise ja avamise protsessi käigus (vaimne);







 Parem mõistmine ja võime töökohal emotsioonidega toime tulla (emotsionaalne).

B. Tarkvaraülikool


Software University (e.k. Tarkvaraülikool) asutati ideega luua uuenduslik ja kaasaegne hariduskeskus, mis loob professionaale programmeerimismaailma. Programmeerimiskursused, meeskonnaprojektid, praktilised kogemused ja põhjalikud teadmised kõige populaarsematest tehnoloogiatest tagavad üliõpilaste valmisoleku alustada karjääri edukate tarkvarainseneridena. Ülikooli asutajate jaoks on kvaliteetse tarkvarahariduse pakkumine, mis inimestele tõelist väärtust pakub, nende panus unistuse elluviimisse - Bulgaaria - Euroopa Silicon Valley! See praktika valiti selle suure populaarsuse tõttu riigis ja tänu paljudele auhindadele, millega nende saavutusi on tunnustatud.

Peamised järeldused

Tegurite kompleks, mis loovad Software University'ist eduka haridusmudeli, millel on suur lisaväärtus loomingulise ja heaolulise keskkonna loomise tõttu, võib kokku võtta järgmiselt:

-  Tasuta algajate programmeerimiskursus, mille eesmärk on leida endas kirk programmeerimise vastu ja otsustada, kas see on sinu jaoks ning kas see on väärt jõupingutusi, alustamaks haridusteed SoftUni's.
-  Kaasaegne praktiline koolitus, mis toimub vastavalt õppekavale nii kohal viibides kui veebipõhises vormis, on hoolikalt koostatud IT-ettevõtete otsesel kaasamisel.
-  Praktiline koolitus on kombineeritud erinevate laboratoorsete harjutuste ning individuaalsete ja meeskondlike praktiliste projektidega, mille kaudu õpilased omandavad nii tehnilisi kui ka isiklike oskusi, mida rakendada oma tulevases töös spetsialistidena.
-  Täiskasvanud õppijaid kaasatakse aktiivselt kogu õppeprotsessi. Üliõpilastel on võimalus saada praktikavõimalusi ja stipendiume Software University'ist ja ettevõtetest. Software University praktikantidel ja stipendiaatidel on võimalus otseselt osaleda kogu õppeprotsessi arendamises, tuginedes oma õppejõudude otsestele kogemustele.
-  "Learning by doing" (e.k. "õppimine läbi tegemise") lähenemisviisi kasutamine, mis võimaldab õpitut kiiresti ja edukalt rakendada.
-  Karjääriabi - Software University teeb otsest koostööd enam kui 70 juhtiva tarkvaratööstuse ettevõttega, aidates oma üliõpilastel saada edukaks tarkvarainseneriks. Juba õpingute ajal saavad

suurepäraseid tulemusi näidanud üliõpilased Software University karjäärikeskusest otseseid soovitusi tööle asumiseks, olenevalt nende eelistustest ja eesmärkidest.

 Õppejõud - Software University koolituse kõrge kvaliteet on tagatud õppejõudude koosseisu poolt, mis koosneb riigi parimatest tarkvaratööstuse praktikutest ja koolitajatest.

Kokkuvõte

Software University kehtestatud koolitusmudeli tõhusust tõestab asjaolu, et 97% lõpetajatest alustab tööd IT-sektoris. Nende edu võti on IT-teaduse ja ärivaldkonna uusimate arengute ühendamine loomingulise ning heaolu toetava ja edendava keskkonnaga.

C. Tööga hõivatute vautšerite projekt

Projekti "Tööga hõivatute vautšerid" kaasrahastab Euroopa Liidu Euroopa Sotsiaalfond rakenduskava "Inimressursi arendamine" 2014-2020 kaudu. Tegevus võimaldab töötajatel omandada uusi teadmisi ja oskusi või neid laiendada, omandades kutsekvalifikatsiooni ja võtmepädevused, mis vastavad ettevõtete jooksvatele ärivajadustele. Projekti juhib Bulgaaria Töö- ja Sotsiaalpoliitika Ministeeriumi Tööhõiveamet ja see on jätkuks kavadele "Ma suudan rohkem" ja "Ma suudan", mida rakendati eelmise perioodi rakenduskava "Inimressursi arendamine" 2007-2013 raames. Projekt on valitud suure huvi tõttu lõplike kasusaajate poolt ja hea näitena toetavatest ja jätkuvatest jõupingutustest elukestvas õppes osalemise edendamisel riigis.

Peamised järeldused

Võimalus projektist kasu saada on kõigil isikutel, kes töötavad alalise töölepinguga väljaspool avaliku halduse ettevõtteid ja kellel on kesk- või madalama taseme haridus. Projekti teises taotlusvoorus pakutakse võimalust sellest kasu saada ka üle 54-aastastele kõrgharidusega töötajatele.

Projektis osaleda soovijatel on võimalus osaleda kutseõppes ja/või võtmepädevuste omandamise koolitusel vautšeriga, vastavalt Ministrite Nõukogu määrusele nr 280/2015. Võtmepädevuskoolituseks võib olla võõrkeelne suhtlemine – KC 2 või digipädevus – KC 4. Taotlusmenetlus toimub elektrooniliselt või paberikandjal kõigis riigi tööhõiveametites.

Erinevalt varasematest kavadest "Ma suudan" ja "Ma suudan rohkem", kus toetus oli 100%, peavad käesoleva projekti õppurid kaasrahastama ise 15% vautšeri väärtusest (esimeses taotlusvoorus) või 50% (teises taotlusvoorus). See toob kaasa üksikisikute suurema kaasatuse koolituse kvaliteedi osas ning loob

eeldused vastutuse jagamiseks nende ja koolitusasutuse vahel paremate tulemuste nimel. Töötaja enda investeeringut nähakse kursuse edukat läbimist suurendava motivaatorina. Projekti toetus on 85% ja 50% vautšeri väärtusest vastavalt esimese ja teise taotlusvooru puhul.

Kui töötaja on koolitusele lubatud ja vautšeri saanud, võib ta vabalt valida tööhõiveameti poolt heakskiidetud litsentseeritud kutsehariduse ja -koolituse pakujate nimekirjast.

Kokkuvõte

Käesolev projekt on hea näide sellest, kuidas riik edendab olemasolevate EL-i rahastamisvõimaluste kaudu töötava täiskasvanud elanikkonna elukestvat õpet. Samuti on see näide edukast koostööst erinevate huvitatud osapoolte - riigi, koolitusasutuste, ettevõtete ja töötajate - vahel. Selle rakendamise perioodil (2017-2019) said 27 105 töötavat inimest vautšerid oma kutse- ja võtmepädevuste täiendamiseks.

3.3 Head tavad Eestis

Eesti riiklik aruanne "Head tavad täiskasvanute koolituse heaolu valdkonnas" tutvustab kolme erineva valdkonna projekti. Esimene neist on käsiraamat "Käsitsi tehtud heaolu". Selle projekti eesmärk oli tõsta ja arendada kunsti ja käsitööga tegelejate kutsealaseid pädevusi. Teine näide on projekt "B-kaasa arvatud". Selle eesmärk oli tagada, et kõikvõimalikud täiskasvanute koolitused oleks kättesaadavad kõigile puuetega inimestele. Kolmanda näitena valiti välja ühe teadlase magistritöö, milles kirjeldatakse tulevaste töökohtade motiveerivaks peetavaid omadusi.

A. Isikliku eneseteostusvahendi, st tööõnne mudeli loomine, toetamaks üksikisikuid nende karjääriteel ja aitamaks organisatsioonidel kasvada

Kolmas juhtum on väga huvitav magistritöö "Isikliku eneseteostusvahendi, st tööõnne mudeli loomine, toetamaks üksikisikuid nende karjääriteel ja aitamaks organisatsioonidel kasvada", mille autoriks on Tiina Saar-Veelmaa, kes on tuntud Eesti töörahulolu spetsialist. Tööalane heaolu on valdkond, mis puudutab peaaegu igaüht ja iga päev. See juhtum valiti põhjusel, et selles keskenduti töökeskkonnale ja sellele, kuidas heaolu tagada organisatsiooni tasandil.

Peamised järeldused

Eneseteostuse instrumendi (tööõnne mudel) kontseptsioon põhineb varem uuritud teaduslikel lähene-misviisidel ja töörahulolu teooriatel, tööturu muutuvatel nõudmistel ja inimeste ootustel oma tööalase

eneseteostuse suhtes. Lõputöö empiiriline osa põhines 259 karjäärinõustamise kliendi juhtumiuuringul, mis kirjeldavad nende ootusi seoses tööga, mis tooks neile õnne ja pakuks eneseteostust. Kõnealuse uurimuse hüpoteesid olid järgmised:

- Töötajad on valmis panustama rohkem ja investeerima suurema osa oma teadmistest ja kogemustest ettevõttesse, kus nad töötavad, kui olemasolevad struktuurid seda võimaldavad;
- Tugistruktuuride töötajad ei ole rahul oma olemasoleva tööolukorraga, nad ootavad tööülesandeid, mis omaksid suuremat tähendust, nähtavaid tulemusi ja kasulik-olemise tunnet;
- Tuleviku motiveerivaiks peetavate töökohtade omadused on välja töötatud eneseteostuse instrumendi ehk **tööõnne valemi abil** ja neid võib kirjeldada järgmiselt:

Inimesed soovivad töötada ettevõtetes, mis on valmis pakkuma tööülesandeid, kus on võimalik kogeda teistele vajalikkuse tunnet, (vajadus tunnustuse järele), ja millel on potentsiaal parandada nende elukvaliteeti, kusjuures eriti uue põlvkonna jaoks omab tähtsust:

- a) Maailma muutmine ja roheline elustiil, (**südamekomponent**);
- b) Inimeste eelistus kogeda oma tegevuse kauakestvaid tõelisi ja käegakatsutavaid tulemusi, saavutustunnet, (**monumentaalsus**- ehk **mammutkomponent**);
- c) Inimeste eeldus kogeda töökohal oma isiklike vajaduste rahuldamist, paindlikkust, tööandja poolset töötaja privaatsuse ja hobidega arvestamist, (**enesekomponent**).

Tööõnne puudumine viib läbipõlemise ja karjääri kokkuvarisemiseni. Uue ajastu töökultuur põhjustab muutusi ka töökeskkonnas. Lisaks toetavale psühhosotsiaalsele töökeskkonnale on ka füüsilisel oma roll: puhke- ja koostööalad, võimalused üksi olemiseks jne.

Kokkuvõte

Käesolevas töös anti ülevaade erinevatest töörahulolu ja tööõnne kontseptsioonidest, lisaks uuriti erinevaid karjääriparadigmasid ja tööelu suundumusi ühiskonnas. Autor määras eneseteostuse instrumendi ehk tööõnne valemi abil kindlaks tulevaste töökohtade motiveerivaks peetavad omadused.

B. Käsitsi tehtud heaolu - koostööõpe käsitöö ja heaolu kokkupuutepunktides

"Käsitsi tehtud heaolu" on käsiraamat, mis põhineb Erasmus+ (KA2 täiskasvanute koolitus) projekti, "Käsitsi tehtud heaolu - koostööõpe käsitöö ja heaolu kokkupuutepunktides" käigus saadud kogemustel.

See näide valiti, sest antud praktika on rahvusvahelise koostöö tulemus, millel on seega juba olemas laiem mõju kui pelgalt riiklikul tasandil ja tõendatud praktiline väljund. See on mõeldud kasutamiseks õpetajatele, õppijatele ja töötajatele kunsti-, käsitöö- ja kultuurivaldkonnas ning tervishoiu- ja sotsiaalteenuste valdkonnas kohalikul, riiklikul ja rahvusvahelisel tasandil.

Selle projekti peamisteks eesmärkideks oli laiendada kunsti- ja käsitööspetsialistide kutsealaseid pädevusi, töötada eakate hoolekande sektoris, et luua ja uurida vanemaealistega loominguks töötamiseks sobivat pedagoogikat, toetada loovate tegevuste kaudu eakate inimeste üldist heaolu, samuti levitada uurimistulemusi, nagu näiteks sobivad pedagoogilised töömeetodid.

Peamised järeldused

Projekti "Käsitsi tehtud heaolu" raames keskenduti hooldusasutustes olevatele eakatele inimestele mõeldud loominguks tegevuste korraldamiseks sobiva pedagoogika väljaarendamisele. Sageli on pedagoogiline aspekt selles kontekstis unustatud või iseenesestmõistetav. Projekti "Käsitsi tehtud heaolu" raames harjutasid kunstiõppurid ja kursused juhendamise saatel, kuidas korraldada eakatele inimestele kunsti- ja käsitööõpitubasid. Nad kajastasid oma kogemusi ja valitud meetodeid nii oma organisatsioonides kui ka teistes partnerriikides korraldatud koolitusnädalatel.

Käsiraamatu koostamisel tõid nad sisse Euroopa tasandi arusaama sellesse konteksti sobivast pedagoogikast. Rahvusvaheline perspektiiv muudab selle projekti erinevaks paljudest teistest valdkonna projektidest, mis sageli tegutsevad riiklikul tasandil. Selles projektis osutus väga oluliseks reflektiivne lähenemine juhendaja professionaalsele arengule ja pedagoogilise kvaliteedi parandamisele. Enne töötoa läbiviimist on oluline tehtud valikud läbi mõelda ning pärast seminari on tähtis toimunu uuesti läbi kaalutleda, et lähenemist hiljem täiustada.

Selle projekti fookuses olid hoolekandeasutuste vanemaealised inimesed, kellel oli mitmeid vaegusi, eriti dementsus. See on eriline fookusgrupp, mis esindab eakaid inimesi, kes vajavad hoolitsust, kuid väärtusliku elu jaoks ka tähenduslikku tegevust. Kogu projekti jooksul rõhutati koostööd eakatega, kes kõik on üksikisiksused, kes mõistavad oma vajadusi ise kõige paremini. Kvaliteetse ja loominguks tegevuse korraldamise oluliseks aspektiks peeti erinevatest valdkondadest kolleegide ja hoolduspersonali professionaalset koostööd. Mõistlik on teha professionaalset koostööd ja viia töötuba läbi paaris või meeskonnana, mis koosneb juhendajatest ja töötajatest. Koostöö kolleegidega annab võimaluse arutada

läbi valikud ja kogemused ning anda vastastikust tagasisidet. Selle projekti käigus moodustasid koos töötavad õppivad kunstnikud, õpilased ja pedagoogid kollegiaalse võrgustiku. Tegelikult töötavad paljud kunstnikud siiski üksi. Tulevikus on vaja rohkem rõhku panna kunstnike võrgustike loomisele, et muuta tervishoiu- ja heaoluteenuste kontekstis kunsti ja käsitöö koordineerimine, rahastamine ja arendamine tõhusamaks ja professionaalsemaks.

Samuti tuleb arendada ja tõhustada koostööd hoolekandeesutustega. Põhirõhk peaks liikuma hoolduskeskustele tegevuste pakkumiselt nendega koos tegevuste kavandamisele. Selle käsiraamatu tugevus seisneb rahvusvaheliselt jagatavate rohujuuresandide kogemuste koondamises. Töötubade loomingu tegevuse eesmärk oli toetada eakate üldist heaolu. Oli palju märke positiivsest mõjust projektis osalenutele. Näiteks teatasid töötajad dementsusega inimeste meeleolu märgatavast tõusust ja paremast unest pärast töötubasid. Mõnedel elanikest puudus eelnev kogemus oma loovuse avastamisel ning see oli nende jaoks uueks teekonnaks, mis rõhutab elukestva õppe väärtust. Inimeste jaoks, kes näevad igapäevaselt vaeva, et end sõnadega väljendada, on kunst oluline väljund nende tunnete ja emotsioonide väljendamisel.

Kokkuvõte

Projekti "Käsitöid tehtud heaolu" eesmärk oli tõsta ja arendada kunsti ja käsitööga tegelevate kutsealaseid pädevusi käsitööga seotud tegevuste läbiviimiseks eakate hoolduse kontekstis. Kunsti- ja käsitöövaldkonna professionaalid töötavad üha sagedamini kogukonnaga seotud keerulistes valdkondades, mis jäävad väljapoole nende traditsioonilisi põhioskusi ja -võimeid. Sageli töötavad nad koostöös teiste erialaekspertidega, eelkõige heaolu- ja tervishoiuteenuste valdkonnas. Vajadus selliste teenuste järele tulevikus eeldatavasti suureneb, eriti eakate inimeste jaoks, sest inimesed elavad kauem ja eakate inimeste arv kasvab kiiresti kogu maailmas.

C. Kaasava täiskasvanute koolituse korraldamine

See näide käsitleb üldisi ja konkreetseid suuniseid õpetajatele koos kirjeldusega iga puude liigi kohta ning puudega inimeste keskkonna tajumise ja nendega suhtlemise kohta.

Projekt "**B-kaasa arvatud - haridus kõigile?**" valiti välja heaks tavaks, et jagada partneritega Nordplus projekti käigus Eestis välja töötatud konkreetseid juhiseid, et anda lisaväärtust ka projektile "Wellness2". Need juhised on head meetodilised vahendid, mis võivad osutada väga kasulikuks ka teistele riikidele.

Peamised järeldused

Puuetega inimeste kaasava hariduse juhend õpetajatele on suunatud võrdsete võimaluste ja mittediskrimineerimise tagamisele. Eesmärgiks on tagada, et igasugune täiskasvanute koolitus oleks kättesaadav kõigile puuetega inimestele. Selleks tuleks õpetajatele anda paremad vahendid, et saaks õpetada nii puudega kui puueteta inimestega õpperühmades, nii et kaasav haridus olekski reaalne võimalus. Samuti peame aktsepteerima, kui puuetega inimesed eelistavad minna eraldi klassi. Kedagi ei tohiks sundida liituma kaasava haridusega vastu tema tahtmist. Seetõttu soovitati töötada erinevate kaasamistasemetega. Kui see on võimalik ja kui õpilane soovib olla kaasatud puudeta õpilastega klassi, on meie kohustus tagada, et raamistik - õpetajate kvalifikatsioon, ligipääsetavus, puudeta õpilaste suhtumine jne - toetaksid kaasavat õpet positiivsel viisil.

Kui puudega õpilane eelistab käia eraldi klassis, peaks see toimuma kaasavas keskkonnas, nii et vaheaegadel oleks võimalik kokku puutuda puueteta õpilastega.

Üldised samm-sammult suunised kaasava täiskasvanute koolituse korraldamisel on järgmised:

1. Mida teha, kui soovite kohandada oma kursusi puuetega õppijate kaasamiseks:

Kontrollige, kas teie kursus on kuulutuse ja õppimise koha osas puuetega inimestele kättesaadav. Kui vajate juhiseid, võtke ühendust puuetega inimeste organisatsioonidega.

2. Mida teha, kui olete otsustanud kuulutada ühe konkreetse kursuse kõigile kättesaadavaks:

Olge sihtrühmade määratlemisel täpne programmi, sisu ja eesmärgi osas.

3. Mida teha, kui õppijad on registreerunud ja te saate teada, et teil on puudega õppijaid: Koguge puudega osalejate kohta asjakohast teavet, näiteks: suhtlemisuskused, liikuvus ja varasemad kogemused. Seejärel kohandage kursust sobivate õppematerjalide, kursuse pikkuse ja vaheaegade ning seejärel võimaliku abivajaduse väljaselgitamisega. Valmistage puudega õppija ja vajadusel kõik õppijad asjakohase teabega ette.

4. Kursuse ajal:

Esimene kohtumine: Puudega õppijad on eelkõige õppijad nagu kõik teisedki. Oluline on sõbralik vastuvõtt ja keskendumine kursuse sisule. See on palju lihtsam, kui olete hästi ette valmistunud ja vajalikud

kohandused juba teinud. Valmistuge enne iga õppetundi, võib-olla peate kursuse edenedes muudatusi tegema.

5. Hindamine:

Hindamine vastavalt kursuse eesmärgile. Õppijate hindamine vastavalt ootustele.

Kokkuvõte

Antud juhul koostati üldised samm-sammulised suunised puudega täiskasvanute kaasavamaks koolitamiseks ning konkreetsed juhised nägemis-, kuulmis- ja intellektipuudega täiskasvanute kaasava koolituse jaoks. Need suunised aitavad õpetajatel ja täiskasvanute koolituse pakkujatel kohandada oma õppekavad puudega inimestele kättesaadavaks ning need on väga kasulikud ja kohandatavad ka teiste riikide jaoks.

3.4 Poola head tavad

Poola raporti kohaselt on heaolu viimasel ajal üha enam esile tõstetud, kuna täiskasvanute koolituse eest vastutavad asutused tegelevad demograafilise madalseisu ja õppijate arvu vähenemise probleemiga. Tundub, et heaolu õhkkonna loomine nõuab avatud meelega ja paindlikku lähenemist ega vaja mingeid spetsiifilisi süsteemseid lahendusi, kuid see sõltub siiski süsteemist. See nõuab teadlikkust selle olulisusest ning mõningaid ideid ja vahendeid selle loomiseks. Poola aruanne esitab kokkuvõtte Jagielloni Ülikooli poolt kasutusele võetud üliõpilashoolduse tugisüsteemist ja projektist "Tugihariduse koolitaja täiendamine", mille eesmärk on parandada koolide tugiõpetajate pädevusi, eriti võtmepädevuste õpetamise meetodite arendamise valdkonnas koolides. Lisaks veel üks Laste ja Perede Vaimse Tervise Ühingu poolt tehtud projekt, mille eesmärk on kohandada ja rakendada uusimaid teadmisi, meetodeid ja tehnikaid ettevõtluskoolitustest kuni lapsevanemate koolitusteni.

A. Põlvkondadevaheline õpe

Näide põhineb rahvusvahelisel EL-i projektil LIST: Leveraging ICT Competencies Senior Women, (Naispensionäride IKT-kompetentside võimendamine), mille algatas Euroopa Komisjon Grundtvigi programmi raames. Projekti kestus oli 2013-2015. Projekti peamine eesmärk oli kaasata eakamaid naisi digitaalsete ja IKT-pädevuste parandamise kaudu ühiskonnaellu, kursuste metoodika arendamise kaudu. Metoodika üks peamisi eeldusi oli kaasata koolitustele noor põlvkond, kes on tuttav kaasaegse

IKT-tehnoloogiaga. Projekti partneriteks olid: European Centre for Women and Technology, (Norra), Folkuniversitetet Uppsalas (Rootsi), University of Social Science (Poola), University of Strathclyde, (Šotimaa) ja Centre for Social Innovation in Vienna, (Austria).

Peamised järeldused

Üks olulisemaid tegureid heaolu ja heaolu õhkkonna loomiseks hariduses on muuta protsess mitteametlikumaks. Seda on võimalik saavutada, kaasates koolitusse inimesed, kes kasutavad koolituse teemat igapäevaelus. Koolitusainet kasutavad inimesed tunnevad kõige paremini selle kõiki aspekte ning teavad palju õppimise ja kasutamise meetodikast. Seega ei ole nad mitte teoreetilised, vaid praktilised eksperdid. Isikliku kontakti kaudu õppijaga saavad nad mõnikord kõige paremini õpetada, ka mitteametlikku õpiõhkkonda luues (sotsiaalsed kohtumised koolituste asemel). Samuti tekitab noorte praktikantideks muutmise idee koolitajates erilise vastutustunde õhkkonna, muutes koolitusprotsessi seeläbi tõhusamaks.

Kokkuvõte

Projekti idee oli luua IKT-koolituste meetodika ja õppekava vanemaealistele naistele, kes on kasvavast digiühiskonnast enim tõrjutud rühm. Kuid mõte oli kaasata koolituste ajaks eakatele naistele individuaalseteks juhendajateks üliõpilased. Noored on kaasaegse tehnoloogiaga kõige paremini kursis ja oskavad seda mitte ainult vaevata kasutada, vaid ka raskusteta õpetada, sest nad on selles valdkonnas enamasti iseõppijad. Pilootfaasis selgus, et kahe erineva põlvkonna kokku segamise idee mitte ainult ei tööta, vaid on ka väga tõhus. Enamgi veel, tekkis sünergia efekt: noored õpetasid kannatlikkust, kuid said vanadelt ka palju elukogemust, ning eakad olid väga ambitsioonikad ja õpihimulised, kuid ei kõhelnud ka kõige lihtsamaid küsimusi esitamast. See saavutati koolituse mitteametliku atmosfääri ja individuaalse juhendamiseiga. Koolitaja oli ainult vahendaja ja juhtis kogu kursust, andes juhtnööre teemade ja tähtaegade kohta. See oli pigem juhendaja kui koolitaja roll. Pilootosa sai väga kõrge hinnangu mitte ainult eakate naiste poolt, kes olid koolitavad, vaid ka noorte juhendajate poolt, kes märkisid, et nad ei oodanud, et õpetamise protsess võiks olla nii meeldiv ja rahuldust pakkuv.

B. Sidusrühmade muutmine otsustajateks

Näide põhineb projektil "Tugihariduse koolitajate oskuste täiendamine", mille viis läbi Poola Lodzi Kohaliku Demokraatia Arendamise Sihtasutus. Seda projekti rahastatakse Euroopa Sotsiaalfondidest ning

järelevalvet teostavad Arenguministeerium ja Haridusministeerium. Projekti eesmärk on parandada koolide tugihariduse õpetajate pädevust, eelkõige võtmepädevuste õpetamise meetodika arendamise valdkonnas koolis. See projekt on ka vastus muudatustele haridusseaduses, mis suunab õpetajate arenguga seotud kohalike koolipoliitikate kavandamisele. Kool peaks koostama arengukavad mitte üksikute õpetajate, vaid kooli kui organisatsiooni jaoks.

Peamised järeldused

Täiskasvanute kutseoskuste arendamiseks hea õhkkonna loomine eeldab mitte ainult muudatusi õigussüsteemis, vaid eelkõige sidusrühmade demokraatlikku osalemist protsessi loomisel. Lisaks süsteemi poolt väljatoodavatele või sellest loomulikult tulenevatele vajadustele peaksid sidusrühmad osalema ka õppekava või kutsealase arengu kava väljatöötamisel.

Oluline on ka see, et kõvad ja pehmed oskused, eriti sotsiaalsed oskused, mida huvigrupid väga vajavad, oleksid omavahel segunenud.

Kokkuvõte

Projekti meetodika on lihtne: koolitajate koolitamine koosneb projekti põhieesmärke käsitlevatest materjalidest, aga ka teadmistest, oskustest ja vahenditest, et toetada koolide õpetajaid ja direktoreid. Seejärel peaks iga koolitaja viima valitud koolis läbi tervikliku kooli arengukava, toetades õpetajaid ja protsessi eest vastutavat direktorit. Protsessi tuleks hinnata, ent koolitaja roll on ainult toetav, mitte juhtiv. Ta peaks olema ainult õpetajate arenguprotsessi loomisele kaasaaitaja.

Mõte seisneb selles, et koolitaja ülesanne on julgustada ja toetada õpetajaid nende enda ja kooli tegevuse parandamise arengukava väljatöötamisel. Protsess on täielikult demokraatlik ja tegelikult on otsustavad õpetajad selle üle, mida nad oma arenguks vajavad. Koolitaja on omamoodi juhendaja ehk treener, kes näitab võimalusi ja aitab leida vajadusi. Seega peaks koolitaja valmistama ette ja viima läbi diagnostika ning õpetajatele diagnostika tulemusi näidates aitama neil püstitada peamised arengueesmärgid. Seejärel

peaks eesmärk olema asjakohaselt, vastavalt SMART-metoodikale⁷, välja toodud. Nii on ka õpetajad varustatud töövahenditega oma töö korraldamiseks.

C. Toetus Krakówi Jagielloni Ülikooli üliõpilastele

Krakovi Jagielloonia Ülikool on kehtestanud üliõpilastele kompleksse toetuse. Jagielloonia Ülikool on Poola vanim ja suuruselt teine ülikool (Varssavi Ülikooli järel). See pakub kõige komplekssemat toetust, esitledes seega üliõpilaste eest täielikult hoolitsemise poliitikat. On palju ülikoole: nii riiklikke kui ka eraülikoole, mis pakuvad üliõpilastele toetust, kuid see on näide kõige laiemast ja läbimõeldumast abist, mis katab peaaegu kõik heaolu õhkkonna loomiseks vajalikud valdkonnad. See sai alguse 2010. aastal projektist Lõvi Tähtkuju (EL-i inimkapitali programm). See projekt puudutas ainult psühholoogilist ja psühhiaatrilist abi, kuid seda laiendati õpilaste kompleksseks toetamiseks.

Peamised järeldused

See näide demonstreerib, et kõige olulisem probleem healukeskkonna loomisel hariduses on jõupingutuste keerukus. Vastavalt neljale heaolu põhisfäärile: füüsiline, psühholoogiline, vaimne ja sotsiaalne, on oluline katta sellest võimalikult suur osa organisatsioonisiselt. Jagielloonia Ülikool on hea näide keerukusest ja keerukuse käsitlemisest. Siinkohal tasub välja tuua, et institutsioonide pädevused on raskesti hoomatavad: isegi kui üliõpilasel puudub informatsioon selle kohta, kes tema probleemiga tegeleb, võib nad leida abi ja tuge - teda ei saadeta tagasi, kui see ei ole konkreetse probleemi käsitlemise jaoks õige osakond. Üliõpilasele antakse teada, mida teha ja kuhu pöörduda. Organisatsiooni seisukohalt on see keeruline, kuna nõuab head infovoogu, kuid nagu näitest näha, on see võimalik.

Kokkuvõte

See on näide hästi läbimõeldud strateegiast, kuidas abistada üliõpilassuhete osakonna teemaks olevate probleemide lahendamist organisatsiooniliste küsimuste lahendamise kaudu. Seejärel on olemas Didaktilise Toetuse Keskus, kust leiab infot ja tuge õppimisega seotud küsimustes, nagu näiteks: õppeprotsessi korraldamine, praktika, pädevuste arendamine, välistudengite või puudega üliõpilaste toetamine. Järgmine valdkond on füüsilise turvalisus. See on veebilehe "Turvaline üliõpilane" valdkond,

⁷SMART metoodika kasutamine annab kriteeriumid eesmärkide seadmiseks. Mnemooniline akronüüm SMART tähistab konkreetset, mõõdetavat, saavutatavat, asjakohast ja õigeaegset (Specific, Measurable, Attainable, Relevant, Timely); (tõlk).

kust võib leida teavet ohutusega seotud küsimuste kohta, näiteks: küsimused politsei ülikooli kutsumise kohta, juhised kriitilises olukorras reageerimise kohta. Lisaks pakub ülikool üliõpilastele ka juriidilist abi. Psühholoogilise toe valdkonda katab SOWA (akronüüm poolakeelsetest sõnadest Üliõpilaste Tugi- ja Adaptatsioonikeskus). Siit leiavad üliõpilased psühholoogilist abi: telefoninumber hädaolukorraks, aga ka psühholoogiliste nõustamiste ajad ja kohad ning konkreetsete probleemide korral tugirühmad. Siin on abi isegi lapsevanematest üliõpilastele: ülikool pakub tudengite lastele sõime ja lasteaeda, samuti rahalist toetust või emadele kohandatud kohti (nt toad imikute toitmiseks).

3.5 Head tavad Itaalias

See osa aruandest, mis käsitleb heade tavade valikut **Itaalias**, on piirkonna kahe partneri, PRISMI ja Promimprensa, ühine töö. Kuna need kaks organisatsiooni asuvad geograafiliselt lähestikku ja kuuluvad samasse riiki, olid nende aruannetes sarnased näited heaoluga seotud tavade kohta täiskasvanute koolituses. Esimene jagu kolmest Itaalia heast tavast pärineb Promimpresalt ja järgmised kolm on identifitseeritud Primas.

A. "Hingamise kultuur"

See projekt keskendub inimese heaolule jooga ja kultuuri ühisel jõul. Selle algatuse pakkus välja Grandi Fiumi Muuseum (Rovigo) koostöös Provintsi Muuseumide Süsteemiga. Projekt keskendub kultuuri ja tervise vahelisele ühendusele. Põhiidee on, et kultuuripärand on rikkus, mis paneb inimese kasvama. Kasv, mis peab tekitama ka positiivseid füüsilisi aistinguid. See projekt hõlmab kõiki neid aspekte sellises kohas nagu muuseum, mis esindab tarkust ja mis viib kontakti oma kultuuriliste juurtega.

Peamised järeldused

Projektiga liitus ja liitub endiselt palju inimesi (projekt kestab 2020. aasta lõpuni). Kõige enam hinnati seda, et muuseumikülastuse (koos joogatunniga) lõpus tundsid inimesed end paremini nii füüsiliselt kui ka psühholoogiliselt. Õppimist koos füüsilise heaoluga hinnati kõrgelt ja paljud inimesed osalesid teist korda. Samuti on tulnud taotlusi, et sama tegevust pakutaks välja ka teistes linna muuseumides.

Kokkuvõte

Üritus toob kokku joogatreenerid ja kultuurijuhid, et muuta õppimiskogemus (muuseumikülastuse ajal) lõõgastavaks ja tervislikuks hetkeks. Projekti tegevused on jagatud kolmeks ürituseks, millest esimene on

täiskasvanutele: "HEAOLU jooga ja kultuuri ühisel jõul". See on ebatavaline neljast sündmusest koosnev holistiline teekond, mis ühendab eneseleidmise, oma mineviku uurimise, oma valdkonna tundmise ja muuseumi enda tundmise. Kõik need aspektid segunevad Ayurveda distsipliini 5 elemendi (maa, vesi, õhk, eeter, tuli) juhistega.

B. Täiskasvanute koolitus Miuri järgi

Elukestev õpe on "igasugune tegevus, mida inimesed teevad formaalselt, mitteformaalselt ja eraviisiliselt erinevatel eluetappidel, et parandada teadmisi, oskusi ja pädevusi isiklikus, ühiskondlikus, sotsiaalses ja tööalases vaates" (28.06.2012. aasta seaduse nr 92 artikkel 4, lõige 51). Elukestva õppe territoriaalsed võrgustikud (itaalia akronüüm RETAP) mängivad olulist rolli elukestva õppe süsteemi rakendamise strateegiliste infrastruktuuride hulgas.

Peamised järelused

Täiskasvanute koolitust edendavad Vabariigi Presidendi 29. oktoobri 2012. aasta dekreediga nr 263 asutatud CPIAd (tõlkes "Täiskasvanute Koolituse Provinttsikeskused"). Need kujutavad endast teatud tüüpi autonoomseid haridusasutusi, millel on oma personal ja konkreetne didaktiline ja organisatsiooniline struktuur. CPIAd tegelevad järgmiste tegevustega: Täiskasvanute koolituse teerajad, Hariduspakkumise laiendamise algatused, täiskasvanute koolituse valdkonna teadusuuringud, eksperimendid ja arendustegevus.

Kokkuvõte

CPIA kui territoriaalne teenuste võrgustik, mis jaguneb kolmeks tasandiks, teostab järgmisi tegevusi:

- 1) Täiskasvanute koolituskursused, mille eesmärk on haridusliku kvalifikatsiooni ja tunnistuse omandamine;
- 2) Algatused koolituspakkumiste laiendamiseks, mille eesmärk on integreerida ja rikastada täiskasvanute koolituse võimalusi ja/või soodustada nende ühendamist muud liiki haridus- ja koolituskursustega, (CPIAd edendavad integreeritud haridus- ja koolitusprojekte, mis eeldavad koostööd teiste riiklike ja erasektori koolitusasutustega, sealhulgas osaledes piirkondlikes, riiklikes või kogukonna programmides);

- 3) Teadusuuringud, eksperimendid ja arendustegevus täiskasvanute koolituse valdkonnas, mis on suunatud muuhulgas CPIA kui "teenindusstruktuuri" rolli suurendamisele.

Täiskasvanute koolituste puhul on kursused jagatud järgnevasse kolme tüüpi:

- a) Esimese taseme õppekursused, (jagatud kahte õppeperioodi: esimene võimaldab omandada esimese astme lõppkvalifikatsiooni; teine võimaldab omandada tunnistuse, mis tõendab põhioskuste omandamist seoses hariduskohustusega, mis on seotud kõigi lühiajaliste kutse- ja tehnikaalaste kursuste tavapärase tegevuste ja üldõppega);
- b) Teise astme koolituskursused, (loodud CPIA didaktikaüksuse poolt, võimaldavad omandada tehnilise, kutse- ja kunstihariduse diplomi);
- c) Kirjaoskuse kursused ja itaalia keele õpe, (et omandada kvalifikatsioon, mis tõendab, et itaalia keele oskuse saavutamist mitte madalamal tasemel kui Euroopa Liidu tase A2).

C. Projekt BETAMAN (CPIA riikliku võrgustiku poolt)

Projekti BETAMAN eesmärk on tuvastada, katsetada, jagada ja levitada turul nõutavaid kvaliteetseid oskusi ja teadmisi, toetades täiskasvanuid nii põhioskuste kui ka võtmeoskuste omandamisel ja arendamisel. Projekti lõppeesmärk on edendada tööalast konkurentsivõimet ja sotsiaalhariduslikku arengut ning isiklikku heaolu.

Peamised järeldused

- 🌈 Täiskasvanute olemasolevate oskuste, (sealhulgas mitteformaalses ja informaalses kontekstis omandatud), tuvastamine ja väljavalimine ning nende valideerimine;
- 🌈 Tõhusate teadlikkuse suurendamise strateegiate kasutuselevõtt, orienteeritus ja motivatsioon oma oskuste arendamisel ja parandamisel;
- 🌈 Mehhanismide väljatöötamine täiskasvanute õpipoliitika tõhususe ja õppijate sisemise seisundi jälgimiseks.

Kokkuvõte

BETAMAN on madala kvalifikatsiooniga täiskasvanute "pädevuste tagamise" kava, (nt inimesed, kes ei ole lõpetanud keskhariduse omandamist ja kes ei ole enam osa noortegarantii projektidest). Peamine eesmärk

on aidata inimestel töötada välja oskuste arendamise tee, pöörates nende tähelepanu oma sisemisele seisundile, kolmes etapis:

1. etapp: Oskuste hindamine;
2. etapp: Koolituspakkumine;
3. etapp: Valideerimine ja tunnustamine.

Esimeses etapis, (oskuste hindamine), pööratakse suurt tähelepanu valdkonnaülestele pädevustele, eelkõige neile, mis on kasulikud oma rolli ja eesmärkide õigeks tajumiseks ning võimaluste ja potentsiaali õigeks hindamiseks. Kõik need oskused on seotud heaolu tasemega, mida nad võivad tuua, kui neid säilitada, kui neid täiustada ja kui neid mitte täiustada.

Pärast koolitust, kolmandas etapis, viiakse läbi omandatud oskuste hindamine, pöörates erilist tähelepanu esimeses etapis kindlaks tehtud valdkonnaülestele oskustele ja eluks vajalikele oskustele.

D. MedLit#45+

MedLit#45+ projekt arendas uuenduslikke meetodeid, et hõlbustada täiskasvanute tööle asumist. Projekti raames töötati viie riigi poolt - (Itaalia, Rumeenia, Hispaania, Kreeka, Portugal) - välja koolitusmaterjali pilootetapp.

Peamised järeldused

Peamised järeldused käsitlevad viise, kuidas täiskasvanud õppijad saaksid osa e-õppeprogrammide kasutamisega kaasnevatest hüvedest. Koolitatud on üle 70 inimese ja enamik neist on läbinud kõik projekti jaoks loodud e-õppe platvormi etapid. Koguti kasulikke näpunäiteid, kuidas kaasata täiskasvanud õppijaid kasutama digitaaltehnoloogial põhinevast õpikeskkonda.

Kokkuvõte

MedLit#45+ peamisi eesmärke kirjeldatakse järgmiselt:

- 🌸 Arendatakse väheste oskuste/madala kvalifikatsiooniga 45-aastaste ja vanemate töötute täiskasvanute digitaalset/meediapädevust uuenduslike tööriistade abil, et nad oleksid

motiveeritud ja suutelised looma tugevat veebipõhist professionaalset identiteeti, et parandada oma juurdepääsu tööturule, mis viib sotsiaalse ja majandusliku kaasatuseni.

🌈 Tööhõive-/karjäärinõustajate ja/või asjaomaste asutuste, organisatsioonide ja ettevõtete, kes töötavad väheste oskuste/madala kvalifikatsiooniga töötutega, teadmiste täiendamine ning nende varustamine uute lähenemisviiside ja töövahenditega keskealiste töötute toetamiseks ja nendega suhtlemiseks sotsiaalmeedia kaudu. E-õppeplatvorm on teraviklik tööriist, et suurendada täiskasvanud õppijate suutlikkust töö leidmisel digitehnoloogiad kasutades. See on kättesaadav projekti veebilehel kuues keeles.

MedLit45+ sihtmärgid:

1. Väheste oskuste/madala kvalifikatsiooniga töötud täiskasvanud vanuses 45+ Rumeenias, Kreekas, Portugalis, Hispaanias ja Itaalias;
2. Tööhõive-/karjäärinõustajad ja/või asjaomased asutused, organisatsioonid ja ettevõtted, kes töötavad väheste oskuste/madala kvalifikatsiooniga töötutega.

E. "Naerujooga"

Itaalias viidi analüüs läbi kirjutuslauauuringuna, mille käigus analüüsiti üksikasjalikult arvukaid täiskasvanute koolituse juhtumeid. Erinevate esitatud juhtumite hulgast filtreeriti teavet, et leida need, mis on seotud täiskasvanute koolituskeskkonnaga ja strateegiatega selle võimalikult atraktiivseks muutmiseks. Enamgi veel, valiti välja kõige uuenduslikumad meetodikad, mis suudaksid "Wellness2" projektile lisaväärtust anda.



Peamised järeldused

Naeru kunstlik esilekutsumine, mis stimuleerib õnnemolekulide tootmist, mõjub rahustavalt meelele, korrastab seedesüsteemi ja hingamisfunktsioone ning parandab enesehinnangut. Sel viisil omandasid osalejad teadmisi ja pädevusi meditsiini, tervise, heaolu ja mootorika valdkonnas.




Kokkuvõte

Naerujooga on põhjusetu naermine, koos rütmilise plaksutamise ja spontaanse liikumisega, kombineerituna hingamisharjutuste ja lühikeste meditatsioonipausidega. Selle kursuse koolitajatel on

aastatepikkune kogemus täiskasvanute koolitamisel ja nad on leidnud, et jooga on ideaalne süsteem õppijate füüsilise ja vaimse pühendumuse ühendamiseks stimuleerivas keskkonnas. Kursuse lõpus anti osalejatele tunnistused, nagu näiteks: "Rõõmutants" ("Joy Dance") ja "Kondid kogu eluks" ("Bones for life"). Kursus oli jagatud kümneks iganädalaseks kohtumiseks, millest igaüks kestis poolteist tundi. Kursus põhines praktilistel harjutustel, mille kontrollsüsteemiks olid rühmaharjutused. Projekti korraldajaks on Montale omavalitsus Toskaanas, kes järgib Pistoia provintsi poolt loodud mitteformaalse koolituse programmist saadud sisendit. Pistoia provintsi mitteformaalse täiskasvanute koolituse süsteemi eesmärk on järgmine:

-  Maksimeerida kodanike võimalusi osaleda mitteformaalses täiskasvanute koolituses.
-  Tagada koolitustegevuse kvaliteet ja järjepidevus.

See koosneb avaliku halduse asutuste võrgustikust (piirkondlikus seaduses 32/02 sätestatud viisil) ja provintsi territooriumil mitteformaalse täiskasvanute koolituse valdkonnas tegutsevatest subjektidest (ühendused, asutused, koolitusasutused, ühistud jne) ning liigub Lissaboni eesmärkide poole, püüdes hõlbustada:

-  Kodanike juurdepääsu haridusvõimalustele;
-  Integratsiooni, juhtimise ja planeerimisprotsesse provintsi tasandil;
-  Täiskasvanute koolituse nõudluse ja pakkumise tasakaalustumist.

Haridussüsteemi aluseks on veendumus, et elukestev õpe on oluline element mitte ainult kodanike kutsequalifikatsioonis, vaid ka nende üldise elukvaliteedi ja võime jaoks kasutada oma õigusi ja kodanikuaktiivsust.

F. Õpifestival

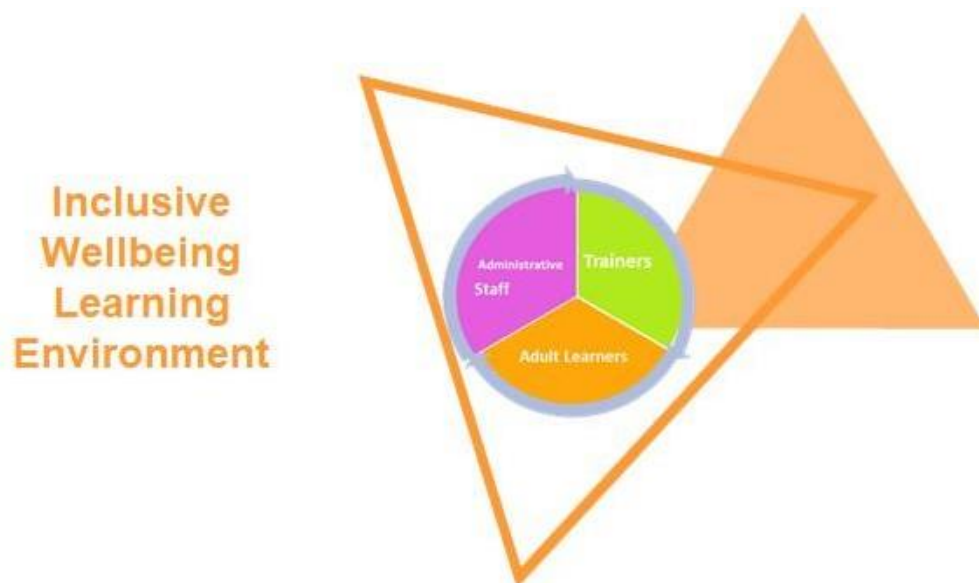
Itaalias viidi analüüs läbi kirjutuslauauuringuna, mille käigus analüüsiti üksikasjalikult arvukaid täiskasvanute koolituse juhtumeid. Erinevate esitatud juhtumite hulgast filtreeriti teavet, et leida need, mis on seotud täiskasvanute koolituskeskkonnaga ja strateegiatega selle võimalikult atraktiivseks muutmiseks. Enamgi veel, valiti välja kõige uuenduslikumad meetodikad, mis suudaksid "Wellness2" projektile lisaväärtust anda.

Peamised järeldused

Õpifestivali eesmärk on loovalt motiveerida täiskasvanuid osalema koolitustel ja mõtlema elukestvate õppele. Üritused pakuvad küllastajatele madala lävendiga õppimisvõimalusi, et nad saaksid kohtuda nii informaalsete kui ka formaalsete koolituse võimalustega. Veel üks Õpifestivali kasulik aspekt on paljude haridussektoris tegutsevate erinevate õppeainete võrgustamise võimalus.

Kokkuvõte

Õpifestivalide korraldajad soovivad jõuda laiema avalikkuseni ja eriti nendeni, kes on koolitustest kaugel. Festival toob kokku koolitajad, tööturuametnikud, poliitikud, piirkondlikud tegutsejad ja muidugi ka üldsuse, pöörates erilist tähelepanu koolitustest kaugel olevatele täiskasvanutele. Lisaks eespool kirjeldatud üldisele meetodile püüavad nad aktiivselt kaasata sihtrühma, pakkudes palju madala lävendiga õppimisvõimalusi. Inimeste kaasamiseks üritustele korraldatakse erinevaid auhindadega võistlusi, näiteks "Superaju" ("Supercervello"), "Maastiku kujunemine" ("Paesaggio Formazione") või "Tähekõnd" ("Star Walk"). Uuendusliku meetodina ebasoodsas olukorras olevate inimesteni jõudmiseks on nad kasutusele võtnud "Konklutatsiooni Mobiili" ("BeratungsMobiili"). Nad sõidavad bussiga erinevatesse linnadesse, kus Õpifestivalid toimuvad, ja püüavad jõuda inimesteni tänaval. Buss sarnaneb Londoni punasele bussile ja tõmbab inimeste tähelepanu. Pakutakse madala lävendiga hariduse teejuhti ja inimesed saavad aktiivselt proovida midagi oma kätega teha ning õppida väga madalal tasemel. Inimeste tähelepanu köitmiseks on kohal ka tsirkuseartistid.



4 Heade tavade kaardistamine



Mapping of Good Practices

01

Establishing the same conditions for all adult education centers show the guidelines that should be followed CY

02

There are some evaluation and qualification procedures in order to recognize skills of adults no matter how they acquired them CY

03

Based on the study we conducted, happiness should be a priority for trainers' staff and learners. Creating a consistent atmosphere of pedagogical well-being for trainees is enjoyed by both the trainer and staff as it guarantees fewer problems mainly in the practical field. CY

Heade praktikate kaardistamine

- 01 Kõigile täiskasvanute koolituskeskustele ühesuguste tingimuste kehtestamine näitab ära põhisuunad, mida peaks järgima. CY
- 02 Selleks, et tunnustada täiskasvanute oskusi, olenemata nende omandamise viisist, on olemas mõningad hindamis- ja kvalifitseerimisprotseduurid. CY
- 03 Meie läbiviidud uuringu põhjal peaks õnnetunne olema koolitusp personali ja õppijate prioriteet. Koolitavatele loodud sobilik õpiheaolu õhkkond meeldib nii koolitajale kui ka personalile, kuna see tagab vähem probleeme eelkõige praktilises valdkonnas. CY

Mapping of Good Practices



04

The success model of adult education is a combination between latest achievements in the field of the science and business and creative and fostering wellbeing environment. BG

05

A training model which is interactive and based on involving and engaging the audience gives positive results as regards to effective and pleasant learning process. BG

06


The "experiential learning" ensures long-term and sustainable results and creates a stimulating and well-being learning environment. BG

Heade praktikate kaardistamine

04 Täiskasvanute koolituse edumudel on kombinatsioon teaduse ja ettevõtluse valdkonna viimastest saavutustest ning loominguilisest ja heaolu edendavast keskkonnast. BG

05 Interaktiivne koolitusmudel, mis põhineb publiku kaasamisel ja kaasa haaramisel, annab tõhusa ja meeldiva õppeprotsessi osas positiivseid tulemusi. BG

06 "Eksperimentaalne õpe" tagab pikaajalised ja jätkusuutlikud tulemused ning loob stimuleeriva ja heaolulise õpikeskkonna. BG



Mapping of Good Practices

07	Trainers need to know about learners disabilities and special needs and how to adapt teaching to provide inclusive learning environment for all. EE
08	Communication, experience and reflection of choices, knowledge and feedback exchange between trainers is important for professional self-development 1. Evaluation of one's own activities in the learning process; 2. Maintaining one's physical, mental and emotional health; 3. Professional Development. EE
09	The work happiness formula: a)The employee needs recognition and a feeling that her/his work is changing something and she/he is beneficial to someone, (heart-component); b)people prefer to see long- lasting genuine and tangible outcomes o f their actions (mammoth component); c) people expect to fulfill their personal needs in their work places (self-component).

Heade praktikate kaardistamine


07 Kõikidele kaasava õpikeskkonna pakkumiseks peavad koolitajad olema teadlikud õppijate puuetest ja erivajadustest ning kuidas õpetamist vastavalt kohandada. EE

08 Professionaalse enesearengu jaoks on oluline koolitajate vaheline suhtlemine, saadud kogemuse ja tehtud valikute läbimõtlemine, teadmiste ja tagasiside vahetamine;

1. Iseenda tegevusele õppeprotsessis hinnangu andmine;
2. Oma füüsilise, vaimse ja emotsionaalse tervise hoidmine;
3. Professionaalne areng. EE

09 Tööõnne valem:

- a) Töötaja vajab tunnustust ja tunnet, et tema töö muudab midagi ja ta on kellegi jaoks kasulik, (südame komponent);
- b) Inimesed eelistavad näha oma tegude kauakestvaid tõelisi ja käegakatsutavaid tulemusi (monumentaalsuse komponent);
- c) Inimesed ootavad, et nende isiklikud vajadused saaksid töökohal täidetud (iseenese komponent). EE



Mapping of Good Practices

- 10** The stakeholders should be included in the process of planning, organizing and conducting the process of education. People know their needs but sometimes they have no tools to diagnose or express their needs. PL
- 11** Interdisciplinary approach is the key. It does not mean that we should not focus on the specific subjects, but the softer skills and soft competences we include into curricula, the more effective the education will be. PL
- 12** To create a friendly atmosphere, the education process can be as much informal as it is possible. It can be created by many means, e. g. by tutoring process engaging people who are not trainers but who are specialist on the field that is the subject of education. PL

Heade praktikate kaardistamine

10 Koolitustegevuse planeerimise, korraldamise ja läbiviimise protsessi tuleks kaasata sidusrühmad. Inimesed teavad oma vajadusi, kuid mõnikord puuduvad neil vahendeid oma vajaduste diagnoosimiseks või väljendamiseks. PL

11 Interdistsiplinaarne lähenemine on võti. See ei tähenda, et me ei peaks keskenduma konkreetsetele õppeainetele, kuid mida pehmemad oskused ja pädevused me õppekavadesse kaasame, seda tõhusam saab haridus olema. PL

12 Sõbraliku õhkkonna loomiseks võiks koolitusprotsess olla võimalikult mitteametlik. Seda saab luua mitmel viisil, nt kaasates juhendajateks inimesi, kes ei ole koolitajad, kuid kes on koolitatava valdkonna spetsialistid. PL



Mapping of Good Practices

13

Adult education includes traditional and non-formal learning, in order to improve basic skills, obtain new qualifications, perfect those possessed and retrain professionally. IT

14

Interactive learning models give the best results IT

15

Learning mixed with experience ensures long-term and sustainable results and create a well-being learning environment - Developing the soft skills of the adult learners is as important as developing technical skills IT

Heade praktikate kaardistamine

13 Täiskasvanute koolitus hõlmab traditsioonilist ja mitteformaalset õppimist, mille eesmärk on parandada põhioskusi, omandada uusi ja täiendada juba omandatud kvalifikatsioone ning säilitada erialane töö. IT

14 Interaktiivsed õpimudelid annavad parimaid tulemusi. IT

15 Kogemusega segatud õppimine tagab pikaajalised ja jätkusuutlikud tulemused ning loob heaolulise õpikeskkonna.

🌈 Täiskasvanud õppijate pehmete oskuste arendamine on sama oluline kui nende tehniliste oskustearendamine. IT

5 Partnerriikide heaolu käsitlevad õigusaktid




Täiskasvanute koolituse heaolu kaardi see osa on lühianalüüs partnerriikide täiskasvanute koolitust käsitlevast seadusandlusest. Heade tavade väljaselgitamise käigus õnnestus partneritel tuua välja õigusaktid ja määrused. Partnerite poolt esitatud õigusakte filtreeriti ja mõned neist valiti välja kui kõige innovaatilisemad meetodikad, mis suudaksid anda projektile "Wellness2" lisaväärtust, sest on oluline võrrelda, mida valitsused on täiskasvanute koolituse kohta otsustanud ja heaks kiitnud ning kuidas neid riiklikes kavades rakendatakse. Kaart viitab aga sellele, et nende riiklike aruannete võrdluse põhjal ei peaks me uurima mingi teatud riigi spetsiifilist õiguslikku regulatsiooni konkreetselt, vaid pigem keskenduda tingimustele, mida me saame õige õhkkonna loomise tarbeks täiskasvanute koolituse korraldajatele tutvustada.

Sotsiaalministeeriumi väljatöötatud dokument "Heaolu arengukava 2016-2023" tutvustab **Eestis** tehtud uuringutele tuginedes tööturu, sotsiaalkaitse, soolise võrdõiguse ja võrdse kohtlemise poliitikat puudutavaid regulatsioone ja lahendusi aastateks 2016–2023. See kompleksne kava annab tervikvaate nende poliitikate peamistest eesmärkidest, tegevussuundadest ja probleemidest. Arengukava koostati tulenevalt vajadusest luua ühtne strateegiline alus eelnimetatud valdkondade poliitika kujundamiseks, mis arvestaks samal ajal inimeste, ühiskonna ja majanduse vajadusi, demograafilistest ja sotsiaalmajanduslikest suundumustest, rahvusvahelistest kohustustest ja riigi võimekusest tulenevaid väljakutseid. Teine, konkreetsem strateegiline dokument, mis käsitleb heaolu Eestis, on "Vaimse tervise strateegia aastateks 2016-2025". Eesti Vaimse Tervise ja Heaolu Koalitsioon (VATEK), mis aastatel 2014-2016 strateegia välja töötas, loodi Eestis 2012. aastal Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia Instituudi (ERSI) algatusel ja Sotsiaalministeeriumi toetusel. Tegemist ei ole riigi tasandil kinnitatud arengudokumendiga, mis tooks kaasa kohustusi, vaid Eesti vaimse tervise ekspertide poolt koostatud dokumendiga, mida saab kasutada suuna näitajana vaimse tervise valdkonna tegevuste planeerimisel. Strateegia kokkuvõtte sisaldab peamiselt teavet olukorra kohta Eestis ja VATEKi soovitusi edasiste tegevuste kohta. Hetkel on Eestis koostamisel terviklik strateegia "Eesti 2035", milles kirjeldatakse globaalseid suundumusi kogu maailmas:

1. Maailma rahvastik kasvab ja vananeb;
2. Tehnoloogia muutub kiiremaks;
3. Ärimudelid ja töö iseloom muutuvad;
4. Ränne ja linnastumine kasvab;
5. Loodusvarad vähenevad;

6. Kliimamuutused jätkuvad ja keskkond halveneb.

Heaoluga seotud strateegilised eesmärgid on:

-  Eesti inimestel on teadmised, oskused ja hoiakud, mis võimaldavad eneseteostust ja isiklikku arengut;
-  Luua paindlikud õppimisvõimalused, mis vastavad inimeste vajadustele kogu elu jooksul;
-  Inimeste tervise parandamine ja nende tervena elatud eluea pikendamine.

Nagu **Itaalia** partnerid teatasid, on Itaalia täiskasvanute haridust käsitlevaid õigusakte süvendatud, et tuvastada riikliku tasandi ametlikest õigusaktidest pärinevad andmeid. Kirjeldatakse uurimiskeskusi ja territoriaalseid kavasad, et hinnata Itaalia lähenemist elukestvate õppele. Seadus 92 (28.06.2012, artikkel 4, lõige 51) reguleerib asjaomaseid institutsioone ja on Itaalia elukestva õppe ametlik raamistik. Itaalia seadusandluse kohaselt hõlmab elukestev õpe "inimeste mis tahes ametlikku, mitteformaalset või informaalset tegevust erinevatel eluetappidel, et parandada teadmisi, oskusi ja pädevusi nii isiklikus, ühiskondlikus kui ka sotsiaalses perspektiivis". Elukestva Õppe Territoriaalsed Võrgustikud (itaaliakeelne akronüüm: RETAP) mängivad elukestva õppesüsteemi rakendamise strateegiliste infrastruktuuridena olulist rolli. CPIA kui haridussüsteemi territoriaalne teenuste võrgustik, vastutab täiskasvanutele suunatud koolitustegevuse läbiviimise eest, kelle uurimis-, eksperimentaal- ja arendustegevus täiskasvanute koolituse vallas on üldkasutatavaks viitematerjaliks elukestva õppe territoriaalsete võrgustike loomisel.

Täiskasvanute koolitust edendavad Vabariigi Presidendi 263. dekreediga 29. oktoobrist 2012. aastal loodud Maakondlikud Täiskasvanute Koolituskeskused (itaaliakeelne akronüüm: CPIA). Need on teatud tüüpi autonoomsed õppeasutused, millel on oma personal ning spetsiifiline didaktiline ja organisatsiooniline struktuur. CPIA-d viivad ellu järgmisi tegevusi: Täiskasvanute koolitusteedkonnad, Koolituspakkumiste laiendamise algatused, Täiskasvanukoolituse teadusuuringud, eksperimentaal- ja arendustegevus. Piirkondlikud Uurimis-, Eksperimentaal- ja Arenduskeskused (itaaliakeelne akronüüm: CRRS & S) ja CPIA-d kui autonoomsed haridusasutused teostavad 8. märtsi 1999. aasta presidendi dekreediga

275 artikli 6 kohaselt Uurimis-, Eksperimentaal- ja Arendustegevusi (itaaliakeelne akronüüm: RS&S) täiskasvanute koolituse valdkonnas. Koolisüsteemide ja Riikliku Haridussüsteemi Hindamise Peadirektoraat (itaaliakeelne akronüüm: DGOSV) on iga piirkonna CPIA-s käivitanud täiskasvanute koolituse Piirkondliku Uurimis-, Eksperimentaal- ja Arenduskeskuse (CRRS & S). Iga CRRS & S-i

koordineerib tehniline ja teaduslik komitee, milles osalevad teiste seas ka piirkondlike kooliasutuste ja ülikoolide esindajad.

Lisaks ühendab Täiskasvanute Koolituse Innovatsiooni Tegevuskava (itaaliakeelne akronüüm: P.A.I.DE.I.I.A.) ülemineku uuele täiskasvanute koolitamise süsteemile "riikliku süsteemi meetmetega", mis on mõeldud täiskasvanute koolituse Maakondlike Täiskasvanute Koolituskeskuste juhtide, õpetajate ning haldus-, tehnilise ja abipersonali teadmiste ajakohastamiseks (Vabariigi Presidendi 29. oktoobri 2012. aasta dekreet 263). Koolisüsteemide ja Riikliku Haridussüsteemi Hindamise Peadirektoraat (itaaliakeelne akronüüm: DGOSV) on alates 2014/2015. õppeaastast edendanud Täiskasvanute Koolituse Innovatsiooni Tegevuskava. Kava eesmärk on omandada erinevatel tasanditel vajalikke juhtimis-, organiseerimis- ja õpetamisoskusi, et toetada ja soodustada uute organisatsiooniliste ja didaktiliste struktuuride kasutuselevõttu.

Mis puudutab **Küprose** juhtumi käsitlust, selgus uuringust, et kõik täiskasvanute koolitamise pakkumisega seotud tegevused on seadustatud Ministrite Nõukogu ja Esindajate koja poolt vastu võetud määrustega. Küprosel puudub terviklik õigusraamistik täiskasvanukoolituse jaoks, kuid on olemas palju erinevaid õigusnorme, mis põhinevad Euroopa standarditel ja on seotud erinevate valdkonnas tegutsevate asutustega. See tekitab vajaduse tervikliku poliitilise ja õigusliku struktuuri, loomise ja rakendamise järele. Küprose Riiklik elukestva õppe strateegia (2014-2020) sõnastab neli prioriteetset valdkonda elukestva õppe parandamiseks Küprosel, sealhulgas:










- a) Suurendada haridus- ja koolitussüsteemide kättesaadavust kõigi Küprose kodanike jaoks ja hõlbustada seoseid tööturuga;
- b) Parandada haridus- ja koolitussüsteemide infrastruktuuri, sealhulgas täiendkoolituse, akrediteerimise, kvalifikatsioonide valideerimise ja sertifitseerimise infrastruktuuri, et rahuldada Küprose ühiskonna haridus- ja koolitusvajadusi;
- c) Tõhustada teadus- ja arendustegevust, sealhulgas vajalike kompetentside prognoosimist ning hariduse ja koolituse majanduslikke ja sotsiaalseid tagajärgi käsitlevaid uuringuid;
- d) Saavutada elukestva õppe süsteemide juhtimise tõhusus, võttes kasutusele uued juhtimismehhanismid ja vahendid haridus- ja koolitussüsteemi tõhusaks juhtimiseks.

Täiskasvanute koolitust pakuvad Küprosel kolm peamist tüüpi haridusasutust - riiklikud, poolriiklikud ja eraõiguslikud asutused. Küll aga on Küprose Vabariigi kodanikud tunnustanud kõige olulisema täiskasvanute üldhariduse programmina täiskasvanute koolituskeskusi, mis pakuvad erinevaid kvaliteetseid kursusi. Täiskasvanute koolituskeskused pakuvad mitmeid interdistsiplinaarseid kursusi, mis keskenduvad peamiselt võõrkeelte õpetamisele, kunstile ja käsitööle, kultuuriprogrammidele, tervishoiu ja muude laiemat huvi pakkuvate ainete ning ka kutse- ja ametialaste oskuste õpetamisele.

Lisaks sellele korraldavad **Täiskasvanute Koolituskeskused** igal aastal tasuta õppetegevusi erinevatele sihtrühmadele, nagu näiteks kirjaoskuse alaste raskustega inimesed, erivajadustega inimesed, enklaavide küproslased, vangid, vaimuhaiged ja eakad. Samuti pakuvad nad tasuta kreeka keele kursusi repatrieeritud küproslaste lastele, poliitilistele pagulastele ja Küprose türklastele. Enamgi veel, Küprose kreeklastele pakutakse tasuta türgi keele kursusi.

Bulgaarias sätestab Riiklik elukestva õppe strateegia riikliku haridus- ja koolituspoliitika strateegilise raamistiku aastateks 2014-2020, mille eesmärk on aruka, jätkusuutliku ja kaasava majandusarenguga Euroopa. Selles määratakse kindlaks täiskasvanuõppe süsteemi arendamise peamised poliitika ja aspektid. Bulgaaria riiklikul tasandil rakendatakse konkreetseid meetmeid täiskasvanute koolituse ja -õppe kohandatava süsteemi loomiseks. See hõlmab kõiki üld-, kutse- ja kõrghariduse ning täiskasvanute koolituse haridus- ja kvalifikatsioonitasemeid ning kõiki selle õppimise aspekte - formaalseid, mitteformaalseid ja informaalset. Võetud meetmed on seotud sellise hariduskeskkonna loomisega, mis võimaldab täiskasvanutel, sõltumata nende isiklikust, sotsiaalsest või majanduslikust staatusest, omandada, rikastada ja kogu elu jooksul arendada erilisi oskusi ja võtmepädevusi, mis on vajalikud nende tööalase konkurentsivõime tagamiseks. Eesmärgiks on pakkuda jätkusuutlikku harmoonilist ja mitmekesist õpikeskkonda haavatavate rühmade esindajatele, sealhulgas hariduslike erivajadustega ja krooniliste haigustega täiskasvanutele, aga ka ebasoodsas olukorras olevatele inimestele, et tagada võrdsus ja juurdepääs kvaliteetsele haridusele ja koolitusele, tööturu täielikum realiseerimine. Tehakse jõupingutusi tööturu vajadustega kohanduva hariduse ja koolituste väljaarendamiseks ning jagatud vastutuse võtmiseks õppekavade koostamise ja rakendamise eest, karjääriõustamise praktika täiustamiseks ning formaalse hariduse ja koolituse, mitteformaalse koolituse ja iseõppimise võrdsuse tagamiseks õpitulemuste valideerimise süsteemi juurutamise kaudu. Üks peamisi väljakutseid on edendada kõigi kodanike universaalsete võtmepädevuste omandamist, nagu õppimine, algatusvõime ja ettevõtlikkus, kultuuriteadlikkus ja nn "pehmed oskused", nagu meeskonnatöö, otsustuste tegemine, konfliktide

lahendamine jne. Täiskasvanute õppekavad toetavad üheksa täiskasvanute võtmepädevuse omandamist ja järjepidevat arendamist:

-  pädevus bulgaaria keele valdkonnas;
-  keelteoskus;
-  matemaatiline pädevus ning loodusteaduste ja tehnoloogia põhipädevused;
-  digipädevus;
-  õppimisoskused;
-  sotsiaalsed ja kodanikupädevused;
-  algatusvõime ja ettevõtlikkus;
-  kultuuriteadlikkus ja väljendusoskus loovuse kaudu;
-  säästvat arengut ja tervislikku eluviisi toetavad oskused.




Vaatamata täiskasvanukoolituse valdkonnas võetud meetmetele püsib Bulgaaria täiskasvanuõppes osalemine võrreldes teiste EL-i riikidega endiselt väga madalal (2017. aastal 2,3% vs 10,9% ELi keskmine).

Poola täiskasvanute koolitamise õigussüsteemi muudetakse pidevalt. Reformid hõlmasid kõrgharidust (akadeemilisel tasandil) ning täiskasvanute kutseõpet, samuti muudeti ja arendati protsessi korraldamise ja kvalifikatsioonisüsteemi. Siiski ei hõlma muudatused heaolu või vaimse tervise valdkonda. See teine aspekt on süsteemsete lahenduste objektiks ainult laste ja noorte puhul (laste psühholoogilise ja pedagoogilise abi seadus). Täiskasvanute heaolu kohta haridussüsteemis konkreetsed õigusaktid puuduvad. Täiskasvanute üld- ja kutsehariduse seaduses on ainult mainitud, et õppeprotsessi korraldamiseks on vaja nõuetekohaseid ruume ja didaktilisi vahendeid ning tingimusi, Tervishoiu- ja ohutuseeskirjadele vastavaid tingimusi. Akadeemilise hariduse korraldust reguleerivas teaduste ja kunstide põhiseaduse nimelises seaduses heaolu küsimusi (peale sotsiaalsete tingimuste ja sotsiaalsete stipendiumide) ei mainita, küll aga valitseb suur autonoomia viisides, kuidas haridust korraldada.

See kõik tuleneb eeldusest, et õppeprotsess sõltub institutsioonide endi korraldusest ja nad saavad olemasoleva õigussüsteemi raames teha seda, mida nad peavad vajalikuks. Teisisõnu: mis ei ole keelatud, see on lubatud, seega ei ole vaja teha regulatsioone asjade kohta, mida koolid või koolitajad saavad ise korraldada. Isegi 2017. aastal välja antud Säästva arengu strateegia keskendub täiskasvanute, eriti puuetega inimeste hariduse kättesaadavusele (kaasav haridus), mitte heaolule. Siiski juhitakse tähelepanu

üldreeglile, et üheks konkreetseks eesmärgiks on kogu riigi harmooniline areng, mis on tundlik territoriaalse mitmekesisuse ja selle eeliste suhtes, tagades samal ajal kogu ühiskonna kõrge elukvaliteedi. Mõned institutsioonid kavandavad heaolu ideed kaasavaid lahendusi olemasoleva seadusandluse raames. Tundub, et Poola valitsus keskendub kõigepealt organisatsioonilistele ja institutsionaalsetele muudatustele, mille näiteks võib tuua Poolas jätkuvalt juurutatava integreeritud kvalifikatsioonisüsteemi või kõrgharidussüsteemi suure reformi alates 2018. aastast.

Euroopa Liit on realselt toetanud liikmesriikide jõupingutusi kõigile oma kodanikele parima võimaliku hariduse ja koolituse pakkumisel. EL toetab ka mitmekeelsuse edendamist Euroopas, aidates kaasa keelte õpetamisele ja õppimisele, julgustades üliõpilaste ja koolitajate liikuvust ning hõlbustades seega teabe ja kogemuste vahetamist. Euroopa tasandil loodi 2013. aastal Haridus ja koolitus 2020, (Täiskasvanuõppe strateegia ja korralduse parandamisest Euroopas), alusel ühena kuuest temaatilisest töörühmast täiskasvanute koolitus, mis toetab liikmesriike strateegia edasiarendamisel. Selle ülesandeks oli töötada välja ühised strateegiasoovitused järgmistes valdkondades:

-  Täiskasvanute põhioskustega tegelemine;
-  Uute tehnoloogiate ja avatud õppematerjalide kasutamise edendamine täiskasvanuõppes,
-  Täiskasvanuõppe poliitika tulemuslikkuse, tõhususe ja sidususe suurendamine.

Euroopa Komisjoni strateegia ja regulatsioonide olemasolu on muutnud eesmärgid ja kavandatud sekumised palju selgemaks, funktsionaalsemaks ja riikide jaoks õpetlikumaks, kuna need sisaldavad tegutsemismeetmeid riiklikul ja Euroopa Liidu tasandil.

Pädevate asutuste koostöö, liikuvus, elukestev õpe ja sotsiaalne ühtekuuluvus on teemad, mis tõusevad esile Euroopa 2020 strateegia tekstis. Samuti on elukestva õppe kaudu pakutavate teenuste hulgas oma koht elukestval nõustamisel kutsenõustamise vormis, mis toimib vastukaaluna tööaja pidevale muutumisele. Täiskasvanuõppe suurendab seega läbipaistvuse ja oskuste sertifitseerimise kaudu omandatud oskuste tunnustamist, mis mõjub positiivselt liikuvuse suurendamisele ja praktikantide ligimeelitamisele teistest riikidest Euroopa Liidu sees või isegi väljaspool, mis on soovitatav tulemus.

Samuti mainitakse, et strateegiline, pikaajaline keskendumine jätkusuutlikule täiskasvanute koolituse pakkumisele, nõuab tõhusat juhtimist ja süsteemsemat lähenemisviisi, millega saab parandada põhioskusi

ja tuua kasu paljudele strateegiavaldkondadele. Lisaks, nagu dokumendis öeldakse, on heaks näiteks kuidas varasema õppimise tunnustamist toetavad strateegiad nihutavad fookuse õpisisendi ja -protsesside mõõtmiselt õpitulemustele. Valideerimine tunnistab, et suur osa oskuste arendamisest toimub väljaspool akadeemilist keskkonda. Täiskasvanud õppijate jaoks võib informaaelses ja mitteformaalses keskkonnas omandatud oskuste valideerimine anda vajaliku kvalifikatsiooni, mis võimaldab ligipääsu parematele töökohtadele ja/või edasistele õppimisvõimalustele. Täiskasvanuõppe strateegia peaks muutuma ühtsemaks ja kaasavamaks.

Täiskasvanute poliitikaga seotud kohustused Euroopas on segu mitmest ministeeriumist ja ametist, nagu haridusministeerium, justiitsministeerium, koolituskeskused jne, ning mitmel tasemel poliitika kujundamisest, nagu kohalik, piirkondlik ja riiklik. Selline kohustuste ja vastutuse jagamine võib viia täiskasvanuõppe strateegia killustumiseni ja selle tõhusus hakkab kannatama ebapiisava koordineerimise tõttu.

Arvestades kiireid muutusi tööturul, tunnistab Ministrite Nõukogu, et kutsestandardid ja koolitusstandardid tuleks korrapäraselt üle vaadata vastavalt nende hetkearengule. Selle läbivaatamise eelduseks on nende tihe ja konstruktiivne koostöö. Nende all peame silmas ettevõtlussektorit, sotsiaalseid ettevõtteid, kodanikuühiskonda ja teenusepakkujaid, neid nn abasiivseid reegleid, mis mängivad võtmerolli uute andmete puhul, nagu on sätestatud Elukestva õppe teadaandes.







Uuring "Elukestva õppe eelised" (BeLL uuring; Benefits of Lifelong Learning,) uuriti, millist kasu saavad õppijad osalemisest organiseeritud mitteformaalses, mitteketuselises ja vabatahtlikus täiskasvanute koolituses Euroopas. Euroopa Komisjoni rahastatud elukestva õppe programmi ("Uuringud ja võrdlevad uurinud, KA1") raames viis BeLL-uuringu läbi üheksast liikmesriigist pärit partnerorganisatsioonide konsortium ning kümnendana assotsieerunud partner Serbia. Intervjuudes rõhutatakse sotsiaalse suhtluse ja sotsiaalsete võrgustike ning individuaalse heaolu ja eluga rahuloluga seotud hüvede olulisust.

Andmed näitasid, et täiskasvanud õppijad saavad liberaalsest täiskasvanute koolitusest palju kasu. Nad tunnevad end tervemana ja näivad elavat tervislikumalt; nad loovad uusi suhtlusvõrgustikke ja kogevad paranenud heaolu. Veelgi enam, täiskasvanud, kes osalevad liberaalses täiskasvanuõppes, näivad olevat rohkem motiveeritud elukestvas õppes osalema ja näevad selles võimalust oma elu paremaks muuta. Neid eeliseid täheldasid õppijad kõigis kursuste valdkondades, alates keeltest ja kunstidest kuni spordi ja kodanikuhariduse omandamiseni. Küll aga oli projekti üks peamisi väljakutseid teha selgeks, et uuring annab tõendeid selle kohta, kuidas õppijad ise tajuvad õppimise eeliseid, mitte aga objektiivseid tõendeid

praktikas täheldatud või käitumismuutustena mõõdetud kasu kohta.

Euroopa Liit kehtestas ka **Euroopa täiskasvanuõppe tegevuskava**. Selle Euroopa algatuse eesmärk on liikmesriikide poliitiline koostöö, et võimaldada ja julgustada täiskasvanuid oma oskusi ja võimeid igas eluetapis arendama ja täiendama. Selle strateegia keskmes on arusaam, et täiskasvanuõppe on oluline osa elukestvast õppest.

Nagu on märgitud Euroopa täiskasvanuõppe tegevuskavas kohustusid liikmesriikide haridusministrid 2011. aastal töötama täiskasvanuõppe pikaajalise visiooni nimel, sealhulgas:

-  Paremad ligipääsuvõimalused kvaliteetsetele õppimisvõimalustele kõigile täiskasvanutele igal perioodil nende elus ja mis tahes eesmärgil;
-  Keskendumine õppija autonoomiale;
-  Suurem teadlikkus elukestva õppe vajadusest;
-  Tõhusad pikaajased juhendamise- ja valideerimissüsteemid;
-  Paindlik korraldus, sealhulgas ettevõttesisene ja töökohapõhine õpe;
-  Sotsiaalpartnerite ja kodanikuühiskonna ning kesk- ja kohalike asutuste kaasamine.

22. mai 2018. aasta Euroopa Ülemkogu soovitus viidatakse elukestva õppe võtmepädevustele. Selles dokumendis mainitakse heaolu kahe pädevuse kontekstis:

Isiklik, sotsiaalne ja õpipädevus:

Pädevus põhineb positiivsel suhtumisel oma isiklikku, sotsiaalsesse ja füüsilisse heaolusse ning elukestvasse õppesse. See põhineb koostöövalmidusel, enesekindlusel ja ausal suhtumisel. See hõlmab teiste inimeste mitmekesisuse ja nende vajaduste austamist ning valmisolekut nii eelarvamustest ülesaamiseks kui ka kompromisside tegemiseks. Inimene peaks olema võimeline määratlema ja seadma eesmärgi, ennast motiveerima ning arendama vastupidavust ja enesekindlust, et kogu oma elu jooksul õppimise poole püüelda ja selles edu saavutada. Hoiak, et probleemid lahenevad toetab nii õppeprotsessi kui ka inimese võimet tulla toime takistuste ja muutustega. See hõlmab soovi rakendada varasemaid õpinguid ja elukogemusi ning uudishimu, et õppimisvõimalusi otsida ja erinevates elulistest olukordades areneda.

Digitaalne pädevus:

Digipädevus hõlmab digitehnoloogia enesekindlat, kriitilist ja vastutustundlikku kasutamist ja kaasamist õppimisel, tööl ja ühiskonnaelus osalemisel. See hõlmab teabe- ja andmetöötlusoskust, suhtlemist ja koostööd, meediapädevust, digitaalse sisu loomist (sealhulgas programmeerimist), ohutust (sealhulgas digitaalne heaolu ja küberturvalisusega seotud pädevused), intellektuaalomandiga seotud küsimusi, probleemide lahendamist ja kriitilist mõtlemist.

Euroopa Täiskasvanute Koolituse Assotsiatsioon on koostanud "**Täiskasvanute koolituse manifesti 21. sajandil**". Tervise ja heaolu valdkonnas selgitatakse, et: "Täiskasvanud õppijad elavad tervislikumalt ja kogevad kõrgemat heaolu. Täiskasvanuõpe aitab kaasa isiklikule arengule ja eneseteostusele. Meie ühiskonna tervis sõltub elukestvast õppest." Selle manifesti kaudu on Euroopa võimeline kõigi vajalike oskuste, teadmiste ja pädevuste abil tulevikuga positiivselt toime tulema. Manifesti peetakse täiskasvanuõppe jaoks äärmiselt kasulikuks juhendmaterjaliks. Dokumendi kohaselt aitab see muuta inimesid ning ühiskondi ja arusaamu täielikult transformeerida. Haridus on universaalne inimõigus ja üldine hüve. Euroopa tasandil on oluline täiskasvanuõpet tugevdada. See manifest kirjeldab, kuidas täiskasvanuõpe aitab kaasa Euroopa positiivsele arengule.

Nagu Manifest iseloomulikult sedastab, "*Tervis ja haridus on omavahel seotud: tervise ja heaolu eest kogu eluea jooksul hoolitsemine nõuab teadmisi, oskusi, suhtumist ja hoiakuid, mida arendatakse kogu elu jooksul. Meie ühiskonna tervis sõltub elukestvast õppest. Õppimine muudab inimesed enesekindlamaks, tõhusamaks ja teadlikumaks oma võimetest ja oskustest, mis omakorda suurendab nende võimet oma elu ja tervisega toime tulla. Täiskasvanute koolituse kursused pakuvad võimalusi tuua inimesed isiklikult kokku ja seeläbi tugevdada nende sotsiaalseid võrgustikke, mis on heaolu seisukohalt ülioluline. Need eelised ei aita kaasa mitte ainult nende isiklikule arengule ja eneseteostusele, vaid avaldavad väga positiivset mõju ka nende tööelule.*"

Occupational Wellness is the ability to get personal fulfillment from our jobs or our chosen career fields while still maintaining balance in our lives. Our desire to contribute in our careers to make a positive impact on the organizations we work in and to society as a whole leads to Occupational Wellness.

Intellectual Wellness is the ability to open our minds to new ideas and experiences that can be applied to personal decisions, group interaction and community betterment. The desire to learn new concepts, improve skills and seek challenges in pursuit of lifelong learning contributes to our Intellectual Wellness.

Environmental Wellness is the ability to recognize our own responsibility for the quality of the air, the water and the land that surrounds us. The ability to make a positive impact on the quality of our environment, be it our homes, our communities or our planet contributes to our Environmental Wellness.

Spiritual Wellness is the ability to establish peace and harmony in our lives. The ability to develop congruency between values and actions and to realize a common purpose that binds creation together contributes to our Spiritual Wellness.

Social Wellness is the ability to relate to and connect with other people in our world. Our ability to establish and maintain positive relationships with family, friends and co-workers contributes to our Social Wellness.

Emotional Wellness is the ability to understand ourselves and cope with the challenges life can bring. The ability to acknowledge and share feelings of anger, fear, sadness or stress; hope, love, joy and happiness in a productive manner contributes to our Emotional Wellness.

Financial Wellness is your relationship with money and skills in managing resources. It is an intricate balance of the mental, spiritual and physical aspects of money. Having an understanding of your financial situation and taking care of it in such a way that you are prepared for financial changes contributes to Financial Wellness.

Physical Wellness is the ability to maintain a healthy quality of life without undue fatigue or physical stress. The ability to recognize that our behaviors have a significant impact on our wellness and adopting healthful habits (routine check ups, a balanced diet, exercise, etc.) while avoiding destructive habits (tobacco, drugs, alcohol, etc.) will lead to optimal Physical Wellness.



Pilt 8: Tervise- ja Healukeskuse healuratas kõigi heaolu aspektidega ⁸

⁸ <https://yourhealthandwellbeing.org/>

Heaoluratas

Intellektuaalne heaolu on võime avada meie meeled uutele ideedele ja kogemustele, mida saab rakendada isiklike otsuste, rühma koostoitumise ja kogukonna paremaks muutmisel. Soov õppida uusi kontseptsioone, parandada oskusi ja otsida väljakutseid elukestva õppe poole püüdlisel aitab kaasa meie intellektuaalsele heaolule.

Vaimne heaolu on võime tuua meie ellu rahu ja harmooniat. Võime luua kooskõla väärtuste ja tegude vahel ning viia ellu ühiseid eesmärke, mis ühendab loodut, aitab kaasa meie vaimsele heaolule.

Emotsionaalne heaolu on võime mõista iseennast ja tulla toime väljakutsetega, mida elu võib tuua. Võime võtta omaks ja jagada tundeid, nagu viha, hirm, kurbus või stress; lootus, armastus, rõõm ja õnn aitavad tulemuslikult kaasa meie emotsionaalsele heaolule.

Füüsiline heaolu on võime säilitada tervislik elukvaliteet ilma liigse väsimuse või füüsilise stressita. Oskus ära tunda, et meie käitumisel on oluline mõju meie heaolule ja tervislike harjumuste omaksvõtt (rutiinsed kontrollid, tasakaalustatud toitumine, treening jne), vältides samal ajal destruktivseid harjumusi (tubakas, narkootikumid, alkohol jne), viib optimaalseni füüsilise heaoluni.

Finantsiline heaolu on meie suhe rahaga ja ressursside haldamise oskus. See on keeruline tasakaal raha vaimse, hingelise ja füüsilise aspekti vahel. Oma rahalise olukorra mõistmine ja selle eest hoolitsemine selliselt, et olete valmis finantsmuutusteks, aitab kaasa finantsilisele heaolule.

Sotsiaalne heaolu on võime suhestuda ja leida sidet teiste inimestega meie maailmas. Meie võime luua ja säilitada positiivseid suhteid pere, sõprade ja töökaaslastega aitab kaasa meie sotsiaalsele heaolule.

Keskkonnaalne heaolu on võime tunnistada oma vastutust meid ümbritseva õhu, vee ja maa kvaliteedi eest. Võime avaldada positiivset mõju meie keskkonna kvaliteedile, olgu selleks meie kodud, kogukonnad või planeet, aitab kaasa meie keskkonnaalasele heaolule.

Töölane heaolu on võime saada oma tööst või valitud karjäärivaldkonnast isiklikku rahulolu, säilitades samal ajal tasakaalu oma elus. Meie soov panustada oma karjääri, et avaldada positiivset mõju organisatsioonidele, milles me töötame, ja ühiskonnale tervikuna, viib töölase heaoluni.

6 Fookusgruppide kaardistamine

Wellness 2 projekti IO1 tegevuse raames osales 15 fookuskohtumisel kokku 106 inimest. Uurimistulemusi on mõjutanud osalejate isiklik vaatenurk ja kogemused. Üldiselt näitavad tulemused ühtset mustrit ja töid esile, et vastajatel on sarnased seisukohad. Sihtrühmadega suhtlemise ja fookusgruppide kaudu täheldasime, et on vaja luua uuenduslikke, vaimsele tervisele ja heaolule keskenduvaid tööriistu ning mõistsime, et soovitud tulemuse saavutamiseks on vaja pikaajalisi jõupingutusi. Fookusgruppidele jagatud küsimustikud on selle protsessi instrumendiks ja valitud meetodiks on fookusgrupid. Üks olulisemaid tegureid heaolu ja heaolu õhkkonna loomisel hariduses on muuta protsess mitteformaalsemaks. Seda on võimalik saavutada, kaasates koolitusse inimesi, kes kasutavad koolituse teemat igapäevases elus. See tähendab, et inimesed, kes tegelevad teemaga praktiliselt (näiteks praktiseerides õpetatavaid oskusi), on kõige paremini kursis selle kõigi aspektidega ning teavad palju õppimise ja kasutamise meetodikast. Kaasates neid, (koos õpetajatega), hoiab koolituspersonal ära selle, et koolitused oleksid liiga teoreetilised. Isiklike kontaktide kaudu õppijatega saavad nad mõnikord õpetada parimal viisil, samuti mitteametlikku õpiõhkkonda luues (sotsiaalsed kohtumised koolituste asemel). Samuti loob idee, et koolitajateks on enamasti noored, kes muidu on tavapäraselt koolitavad, erilise vastutustunde õhkkonna ja muudab koolitusprotsessi tõhusamaks. Järgnevalt analüüsitakse iga sihtrühma ja konkreetse kategooria vajadusi/takistusi/käitumist.



7 Fookusgruppide tulemused valitud kategooriate kaupa

Keskkond

Täiskasvanud õppijad	
<i>Vajadused</i>	Lua heaolukeskkond, austades treenereid.
	Tõsta nende isiklikku teadlikkust heaolu eelistest.
	Osaleda õppetöös mugavamas asendis; koolitused toimuvad tavaliselt laudade-toolidega, kuid mõnel juhul võiksid mugavamad istmed (nt tugitoolid, diivanid) ja liigutatavad arvutitoad laudade asemel võimaldada pingevabamat õhkkonda.
<i>Takistused</i>	Rahapuudus, ajapuudus ja puudulik teave õppeprogrammide kohta.
	Ebasobiv materiaalne baas, koolituskursuse maksumus.
	Koolituskursuse asukoht.
	Isiklik ebamugavustunne, tulenevalt grupi destruktiivsest käitumisest.
<i>Käitumine - harjumused</i>	Täiskasvanud õppijad võivad kaasa võtta oma kohvikruusi. See on hea nii rohelise mõtlemise kui ka isikliku hoiaku kujundamiseks ja mitte ainult keskkonnateadliku (plastivaba, paberivaba) koolituse läbiviimiseks.
	Suurendada nende teadlikkust ja arusaamist keskkonnakaitsest.

Keskkond

Treenerid	
<i>Vajadused</i>	Tagada kombineeritud metoodika, rakendades kaasaegseid praktilise suunitlusega koolitusmeetodeid, nagu mänguline õpe, probleemipõhine õpe; soovitatavad on simulatsioonid, digitaalsed õppevahendid jne. Selliseid meetodeid saab süstemaatiliselt koguda ja selgitada koos nende tugevuste ja nõrkustega, mis võimaldab koolitajatel valida kõige sobivamad.
	Koolitajaid tuleks toetada praktilise suunitlusega koolituste läbiviimisel, kasutades mängulisi meetodeid, probleemipõhist õpet, grupitööd ja ümberpööratud klassiruumi.

Takistused	Juhtimise puudumine, ebasobivalt struktureeritud programmid, eriti piirangud veebipõhise koolituse puhul. Väga oluline on osalejate tagasiside arvestamine.
Käitumine - harjumused	Tagada, et nemad, (nagu ka halduspersonal), on kohapeal olemas, ootamas, tervitamas ja juhendamas, näitamas, kus on koolitusruum, märku andmas, kus saab kohvi juua või kus on tualetid, koolitust sisse juhatamas.

Keskkond

Halduspersonal	
Vajadused	Õppijate ja koolitusgrupis osalejate ootuste eelnev kaardistamine võib aidata piirata hiljem tekkida võivaid probleeme.
Takistused	Juhtimise puudumine.
	Ebasobivalt struktureeritud programmid, eriti piirangud veebipõhise koolituse puhul.
	Ajapuudus iga osaleja tagasiside hindamiseks ja arvesse võtmiseks.
	Kasutamise ja aja tõttu purunenud või hävinud rajatiste rekonstrueerimine ja remont.
	Varustuse puudumine.
Käitumine - harjumused	Hästi läbiviidud ja kasuliku koolituse ettevalmistamisel on oluline koostöö osalejate ja halduspersonali vahel.

Pehmed aspektid

Täiskasvanud õppijad	
Vajadused	Õppijale on väga oluline koolituseelne teave (toit, riietus, vajadus arvutite järele jne).
	Motivatsioon tuleneb soovist toetada oma kire edendamist, näiteks reisimise või toiduvalmistamise, kuid kohandudes kaasaegse maailma uute vajadustega.
	Uuenduslike lähenemisviiside kasutamine.
Takistused	Probleemid tekivad inglise keele või IKT oskusega, mis on peaaegu kõigi praeguste koolituste aluseks.

Käitumine - harjumused	Head sotsiaalsed suhted, võrdsus, koostöö, solidaarsus ja sõbralik keskkond.
	Tegelege iga teemaga mitmekülgset, vaadeldes seda eri vaatenurkadest.

Pehmed aspektid

Treenerid	
Vajadused	Täiendav kvalifikatsioon ja isiklik areng läbi koolituste. (Spetsiifilised pehmed oskused töötamiseks täiskasvanuhariduses).
	Soovitatakse integratsiooniharjutuste stsenaariume, ka stressi maandamiseks või lõõgastumiseks.
	Täiendada digitaalseid oskusi kooskõlas täiskasvanuharidust mõjutavate tehnoloogiatega.
Takistused	Puudub koolitus, mis on vajalik suhtlemisprobleemide lahendamiseks probleemsete õppijatega tegelemisel.
Käitumine - harjumused	Koolitajad algatavad vestlusi rühmaliikmete vahel, eriti koolituse alguses ja selle ajal.
	Head sotsiaalsed suhted, võrdsus, koostöö, solidaarsus ja sõbralik keskkond.
	Jäämurdmise meetodite kasutamine, rühmade avamine edasiseks suhtlemiseks ja võimaluste loomine sarnasuste tuvastamiseks.
	Koolitaja ei tohiks midagi eeldada, vaid peaks küsima ja võtma arvesse õppijate vajadusi.
	Töörühmades sünergia loomiseks kasutatakse sageli meeskonna loomise ja meeskonnatöö mängu.
	Koolitajad peaksid alustama õppetunde õppijate elukogemustega, eesmärgiga töötada röömsa koosviibimise nimel, õppijaid kodutöödega koormamata.
	Täiendav suhtlus, mida koolitaja peab - näiteks sotsiaalmeedias, eriti pikemate kursuste puhul - soodustab aktiivset suhtlust grupiliikmete vahel.

	Rakendada uusi praktikaid, uusi kursusi, uusi viise täiskasvanud õppijate ligimeelitamiseks, uusi probleemide lahendamise meetodeid jne, samuti tuvastada heaolu tegurid ja arendada sotsiaalset identiteeti.
--	---

Pehmed aspektid

Halduspersonal	
<i>Vajadused</i>	Halduspersonal vajab oma koolitusi ja sellise lähenemise säilitamist, mis võib tõhusalt parandada nende juhtimisoskusi ja aidata neil muutuda otsustavamaks ja tõhusamaks.
<i>Takistused</i>	Täiskasvanute koolituskeskustel on vastutav halduspersonal, mis suudab kindlaks teha oma rajatiste vajadused ja leida loomingulisi lahendusi, kuid ilma vastava fondita ei saa nad neid visioone realsuseks muuta.
<i>Käitumine - harjumused</i>	Head sotsiaalsed suhted, võrdsus, koostöö, solidaarsus ja sõbralik keskkond võivad suurendada koolitajate, koolitavate ja täiskasvanuhariduses töötava personali heaolu. Uute tavade rakendamine, uued kursused, uued viisid täiskasvanud õppijate ligimeelitamiseks, uued viisid probleemide lahendamiseks jne, samuti heaolu tegurite tuvastamine ja sotsiaalse identiteedi arendamine.



Organisatsioonilised küsimused

Täiskasvanud õppijad	
<i>Vajadused</i>	Nad peavad esitama küsimusi või selgitusi kõige kohta, millest nad kohe alguses või õppeprotsessi käigus aru ei saa. Nad vajavad, et nende arvamust seoses nende heaoluga sageli kuuldaks ja hinnataks.

Takistused	Täiskasvanud õppijatel ei ole alati vajalikke summasid oma hariduse eest tasumiseks, kui seda teevad avalik-õiguslikud institutsioonid.
	Äärmiselt kiire elutempo ja kohustused vähendavad nende endi jaoks jäävat aega.
Käitumine - harjumused	Täiskasvanud õppijad on hõivatud inimesed, kes on erineva erialase- ja haridusliku taustaga, kellel on spetsiifilised vajadused ja probleemid, mida nad püüavad hariduse kaudu lahendada. Seega tuleks koolituse õppekava kohandada vastavalt sihtrühmale ja selle esialgsele tagasisidele ootuste ja vajaduste kohta.

Organisatsioonilised küsimused

Treenerid	
Vajadused	<p>Koolituse kõige olulisem osa on (kohvi)paus, mis aitab õppijate ja koolitajate vahel sotsialiseeruda.</p> <p>Tuleb koostada teatav "kontrollnimekiri", mis on vajalik selleks, et kursus oleks hästi ette valmistatud. See peaks sisaldama näpunäiteid ettevalmistuse osas, alates vajadusest saata koolitavale õige ja täielik teave mõni (milline just) aeg enne kursuse algust, kuni kursuse läbiviimiseks vajalike vahenditeni ning lõpetades vajadusega võtta kasusaanutega pärast koolitust ühendust.</p> <p>Selle aja kestel leiab aset hulk olulisi aspekte, nagu palju rääkimist ja suhtlemist.</p> <p>Oluline aspekt on, et koolitaja oleks kättesaadav pool tundi enne algust ja pool tundi peale lõppu, et vastata küsimustele.</p> <p>Kui koolitaja ise on valmis hoidma koolitavaga nn täiendavat suhtlust kas sotsiaalmeedias või pärast koolitust, suurendab see avatust ja grupiteadlikkust ning tagab täiskasvanud õppija huvi edasiste koolituste vastu.</p> <p>Koolitajate koolitused aitavad neil tuvastada ja mõista sihtrühma vajadusi ning neid peetakse vajalikuks.</p> <p>Õppetöö peaks olema korraldatud, kasutades vähe paberit ja palju visuaalset materjali, näiteks PowerPoint'i ja infograafikuid. Õppekeskkonna mitmekesistamiseks tuleb korraldada õuesõppetegevusi.</p>

Takistused	Strukturaalsete ja rahaliste vahendite puudumine koolitustegevuse nõuetekohaseks elluviimiseks.
	Koostöö puudumine institutsioonidega, mis tugevdavad seost haridusprogrammide ja tööalase konkurentsivõime vahel. Vaja on täiskasvanud õppijate elukogemusele keskenduvaid ja nende vajadustele vastavaid spetsiifilise kavaga õppeprogramme.
Käitumine - harjumused	Täiskasvanutõppe koolitajad/personal saavad koolitatavate heaolu toetada kasvava informatsiooni ja teadlikkuse kaudu. Nad peaksid kultiveerima solidaarset eluviisi ⁹ ja positiivseid valikuid, toetades ja edendades inimarengut ja -suhteid.
	Lisage võimalikult palju sobivaid näiteid, näpunäiteid ja nippe. Eriti teooria asemel.
	Paindlikkus - meetodite, materjali ja aja osas. Aja planeerimisel tuleks arvestada hilisema alguse ja ka hilisema lõpetamise võimalusega. Samuti peaks jääma aega inimestele, kellel on raskusi mõne teema mõistmisega.
	Protsessi kõigi osaliste - koolitaja ja koolitatavate - kaasamine. Seega tuleks kaasata motiveerimise ja tähelepanu köitmise tehnikaid.
	"Sõbralik", õppijates stressi mitte tekitav hindamine. Testid ja eksamid meenutavad tavaliselt kooliaega ja eksamitest põhjustatud stressi.

Organisatsioonilised küsimused

Halduspersonal	
Vajadused	Kaasake mnemotehnilisi ja muid õppemeetodeid erinevate õpistiilide jaoks. Samuti teavet selle kohta, kuidas korraldada aega, kuidas tulla toime peale pikka aega õppimisega kaasneva stressiga.
Takistused	Haridust tuleks tajuda loomuliku asjana, olenemata vanusest. Seda ei tohiks pidada kohustuseks, vaid pigem millekski loomulikuks. Kuigi nad tegelevad täiskasvanud inimestega, mitte noortega, on neil mõnikord konfliktide vältimise eesmärgil vaja tungivald selgitada kõiki oma käike ja tegevusi. Nende kohustused tulenevad rangest

⁹ Sotsiaalne solidaarsus rõhutab üksikisikute vastastikust sõltuvust ühiskonnas, mis võimaldab inimestel tunda, et nad võivad parandada teiste elu. See on kollektiivse tegevuse põhiprintsiip ja põhineb erinevate ühiskonnarühmade ühistel väärtustel ja tõekspidamistel; (tõlk).

	<p>haridussüsteemist.</p> <p>Paindlikkus on ülioluline - paindlikkus aja, sisu ja meetodite suhtes. Kuid eelkõige: Süsteemi paindlikkus. Mitte kõik ja kõigi jaoks, aga seda, mis on huvitav teemast huvitatud inimestele. Seetõttu on parem jätta üldised teadmised süsteemist ja keskenduda seejärel spetsiifilistele erialastele kursustele. Tegelikkus muutub, mistõttu muutuvad ka vajadused spetsiifiliste oskuste järele. Süsteemis puudub paindlikkus haldustöötajate jaoks.</p>
<p><i>Käitumine - harjumused</i></p>	<p>Heaolu kontseptsioon tähendab personali jaoks elementide harmooniat, mis peavad omavahel sobima, et õpilased leiaksid motivatsiooni allikaid igast õppimise aspektist, alates administratiivsest osast kuni klasside koristamise eest vastutavate osalisteni. Üks jõulisemaid väiteid on, et haridus on igas vanuses protsess, mis sisaldab õppija pingutust, ja seega, kui see pingutus on aktiveeritud heaolu keskkonnas, on see vähem vaevanõudev.</p> <p>Täiskasvanutõppe koolitajad/personal saavad koolitatavate heaolu toetada kasvava informatsiooni ja teadlikkuse kaudu. Nad peaksid kultiveerima solidaarset eluviisi¹⁰ ja positiivseid valikuid, toetades ja edendades inimarengut ja -suhteid.</p> <p>Võtke koolitusele kaasa laadijad, pikendusjuhtmed - neid küsitakse koolitatavate poolt alati.</p>



¹⁰ Sotsiaalne solidaarsus rõhutab üksikisikute vastastikust sõltuvust ühiskonnas, mis võimaldab inimestel tunda, et nad võivad parandada teiste elu. See on kollektiivse tegevuse põhiprintsiip ja põhineb erinevate ühiskonnarühmade ühistel väärtustel ja tõekspidamistel; (tõlk).

KOOLITUSPROTSESSI ETAPID

Eelkoolitus	Koolituse ajal	Peale koolitust
<p>Esialgne tagasiside ootuste ja vajaduste kohta;</p> <p>Heaolu tegurite tuvastamine, võttes arvesse Wellness2 kontseptsiooni;</p> <p>Õppijate ootused õppijate osalemise kontekstis kursuse vormi loomisel/kohandamisel;</p> <p>Õppija enesemotivatsiooni kasvatamine;</p> <p>Koolituseelne teave (toit, riietus, vajadus arvuti järele jne).</p>	<p>Integratsioon: aeg jääb murdmiseks, rühmade avatumaks muutmiseks;</p> <p>Praktilise suunitlusega koolitused: mänguliste meetodite kasutamine, probleemipõhine õpe, grupitöö, ümberpööratud klassiõpe; võimalikult paljude näidete lisamine.</p> <p>Uuenduslik ja huvitav: uued praktikad, uued kursused, uued viisidäiskasvanud õppijate ligimeelitamiseks, uued probleemilahenduseviisid; mnemotehnika ja õppimis-meetodid erinevate õpistiilide jaoks; palju visuaalset materjali, nagu PowerPoint ja infograafika. Paindlikkus: meetodite, materjalija aja osas. Aja planeerimisel tuleb arvestada õpilaste võimeid, nendetöö- ja muid kohustusi. Samuti peaks jääma aega nende jaoks, kellel on raskusi mõne teema mõistmisega;</p> <p>Kaasamine kõigi protsessi osaliste jaoks - koolitajad ja koolitavad. Seega tuleks motiveerimise ja tähelepanu äratamise tehnikad kaasata energiat andvate või vaba-mänguliste tegevuste hulka; Töötage iga teemaga mitmekülgsest, vaadeldes seda erinevatest perspektiividest.</p> <p>Toetav: Õpilased võivad vajada tuge, näiteks inglise keele või arvutikasutuse ühtlustamise osas.</p>	<p>"Sõbralik" hindamine, mis ei tekita õppijas stressi. Testid ja eksamid meenutavad tavaliselt kooliaega ja eksamitest põhjustatud stressi; Apelleerimine kuulajate poolt alguses tuvastatud vajaduste rahuldamisele ja nende rahuldamise ulatusele; Koolitusjuhtidele tuleks pakuda ka õppekäike, enesetäiendamise võimalusi uute ideede väljatöötamiseks.</p>

PEHMED ASPEKTID, MILLEGA KOOLITUSE PAKKIJAD ARVESTAMA PEAKSID

Sotsiaalne identiteet, suurenenud informeeritus ja teadlikkus, solidaarne elustiil, positiivsed valikud, inimarengu ja -suhete toetamine ja edendamine; motivatsioon ja kirglikkus; sotsiaalsed suhted, võrdsus, koostöö, solidaarsus, rühmaliikmete vaheline suhtlus.

8 Kaardi põhielemendid

Selles osas analüüsitakse **Täiskasvanuõppe heaolu kaarti**, selgitades välja peamised valdkonnad, mis aitavad parandada õppeprotsessi õppijate, koolitajate ja halduspersonali jaoks. Projekti tulemused võimendavad eelnimetatud sihtrühmi läbi vaimse, sotsiaalse ja füüsilise programmi, mis on õppimise edukuse seisukohalt võtmetähtsusega. Uue ellu kutsutud Eesti hariduse arengukava 2021-2035 alusel määratletakse heaolulist õpikeskkonda järgmiselt: "*Heaoluline õpikeskkond on õppimise jaoks loodud vaimsete, sotsiaalsete ja füüsiliste tingimuste kombinatsioon, mis toetab õppija isiklikku tõhusust ja enesehinnangut, eluks vajalike oskuste ja sotsiaalsete pädevuste arengut ning vaimset ja füüsilist tervist üldiselt.*" Käesoleva Kaardi jaoks on see määratlus esimeseks teetähiseks.

Tuginedes võrdleva kirjanduse ülevaate tulemustele ja selle rakendustele töökohal läbi otsese suhtluse sihtrühmaga, soovib Kaart, et keskendumine igapäevasele toetusele ja võimendamisele peaks olema kõigi huvitatud osapoolte prioriteediks.

Pärast andmeanalüüsi lõpetamist töödeldi ja hinnati infot partnerite poolt kodeeritud kuue õppimisele suunatud trendi järgi, mis peaksid domineerima täiskasvanuõppe valdkonnas ja on järgmised:

1. **Toetada pedagoogide ja halduspersonali heaolu kõiki aspekte: füüsilist, sotsiaalset, emotsionaalset ja rahalist.**
2. **Stressijuhtimise tähtsuse suurem teadvustamine kolme sihtrühma puhul.**
3. **Suurenenud teadlikkus koolitajate vaimse tervise probleemide toetamisest.**
4. **Halduspersonali äratundmisele jõudmine, et nende meeskondade heaolu on nende oluline vastutusala. Nemad vastutavad füüsilise keskkonna loomise eest.**
5. **Koolitajate ja halduspersonali koolitamine ja juhendamine spetsialiseerunud konsulteerivate psühholoogide abil.**
6. **Mitmekesisuse suurendamine meetmetega, mis keskenduvad naiste, eakate, ebasoodsas olukorras olevate inimeste ja muude haavatavate rühmade mõjuvõimu suurendamisele.**

Vastavalt **Eestis, Küprosel, Itaalias, Poolas ja Bulgaarias** läbiviidud uuringule tuvastasid partnerid need kuus suundumust, mis saavad tõhusalt tõsta koolitajate teadlikkust õppijate toetamisest ja võimestamisest ning terviklikust lähenemisest heaolu kontseptsioonile.

Allpool on esitatud 6 põhipunkti iga sihtrühma kategooria kohta. **Kaart soovitab, et halduspersonal peaks keskenduma võimestamise kontseptsioonile, koolitajad peaksid keskenduma toetamise aspektile ja viimasena täiskasvanud õppijad peaksid keskenduma motivatsioonile.**

Heaolu Kaart

Administrative Staff

Staff of adult education centers play an active role in establishing a friendly environment where both adult learners and trainers feel included, connected and respected

Constantly ask and analyze the needs and feedback of learners and trainers, intermediate information between learners and trainers, are aware of trends and regulations in the field of education.



Build links with local organizations, NGO's, public authorities and local stakeholders that can support adult education centers in covering their needs through cooperation

In collaboration with the trainers they can develop school policies, plans and structures for protecting the safety and promoting the wellbeing of staff, students, and families.

Halduspersonal

Täiskasvanute koolituskeskuste töötajad mängivad aktiivset rolli sõbraliku keskkonna loomisel, kus nii täiskasvanud õppurid kui ka koolitajad tunnevad end kaasatuna, ühendatuna ja austatuna.	Looge sidemed kohalike organisatsioonide, valitsusväliste organisatsioonide, ametiasutuste ja kohalike huvigruppidega, kes saavad koostöö kaudu toetada täiskasvanute koolituskeskusi nende vajaduste katmisel.
Jõustamine	
Küsige ja analüüsige pidevalt õppurite ja koolitajate vajadusi ja tagasisidet, vahendage infot õppurite ja koolitajate vahel, olge kursis haridusvaldkonna trendide ja regulatsioonidega.	Koostöös koolitajatega saate välja töötada koolide strateegiaid, plaane ja struktuure töötajate, õppurite ja perede turvalisuse kaitsmiseks ning heaolu edendamiseks.

Administrative Staff



Halduspersonal

<p>Arengukavad, igapäevane töökorraldus ja kvaliteedihindamise süsteem soodustavad haridusuuenduste levikut ja rakendamist ning õpikeskkonna heaolu loomist.</p>	<p>Jõustamine</p>	<p>Organisatsioonikultuur on hooliv ja koostööaldis, toetab pehmete oskuste arendamist ja kõigi (halduspersonal, koolitajad, täiskasvanud õppurid) heaolu, sh paremat füüsilist ja vaimset tervist, lahkarvamuste ja kriiside konstruktiivset lahendamist.</p>
--	--------------------------	--

Adult Learners

Respect and learn to appreciate the diversity of the learning community and support all adult learners and families, including those from vulnerable groups

Belonging to a group, participating in group processes and activities, accepting and valuing others' differences, appreciating the contribution of others – gratitude



All members of the educational community are active participants in building a welcoming educational culture that values diversity, and fosters positive, respectful relationships.

Recognize and value the role and contribution of staff and trainers, in creating and maintaining the positive environment

Täiskasvanud õppurid

<p>Austage ja õppige hindama õpikogukonna mitmekesisust ning toetage kõiki täiskasvanud õppureid ja perekondi, sealhulgas neid, kes kuuluvad haavatavatesse rühmadesse.</p>	<p>Kõik haridusringkonna liikmed on aktiivsed osalejad salliva hariduskultuuri ülesehitamisel, mis väärtustab mitmekesisust ja soodustab positiivseid, lugupidavaid suhteid.</p>
<h3>Motivatsioon</h3>	
<p>Gruppi kuulumine, grupi protsessides ja tegevustes osalemine, teiste erinevuste aktsepteerimine ja väärtustamine, teiste panuse hindamine – tänulikkus.</p>	<p>Tunnustage ja väärtustage töötajate ja koolitajate rolli ja panust positiivse keskkonna loomisel ja säilitamisel.</p>

Adult Learners

Understanding and awareness of personal motivation, ability to set goals, based on self-awareness, better self-understanding, desire for self-development

Communicate with other learners, support each other maintain positive and caring behavior relationships, feel connected with each other and increase their social and emotional skills to be respectful, tolerant and resilient



Engage in occupational learning to build capacity for enhancing the social, emotional and learning outcomes and be committed to them

Have their own voice and don't be ashamed to express their concerns and needs and find ways to enhance personal resilience, realize that their wellbeing is also their personal responsibility

Täiskasvanud õppurid

<p>Isikliku motivatsiooni mõistmine ja teadvustamine, oskus seada eesmärged, tuginedes eneseteadlikkusele, parem enesemõistmine, soov enesearenguks.</p>	<p>Osalege kutseõppes, et parendada sotsiaalsete, emotsionaalsete ja õpitulemuste väljundeid ning olla neile pühendunud.</p>
<h3>Motivatsioon</h3>	
<p>Suhelge teiste õppijatega, toetage üksteist, hoidke positiivseid ja hoolivaid käitumismustreid, tunnetage seotust üksteisega ning suurendage sotsiaalseid ja emotsionaalseid oskusi, et olla lugupidav, tolerantne ja vastupidav.</p>	<p>Olgu teil oma hääl ja ärge häbenege väljendada oma muresid ja vajadusi ning leida viise isikliku vastupanuvõime suurendamiseks, mõistke, et kõigi heaolu on ka kõigi isiklik vastutus.</p>

Trainers

The trainer supports the learning process and self-development of adults in a purposefully created learning situation, takes into account the individuality and group processes and supports their personal development.

Applies various techniques to create a supportive social environment for learning, involving learners. Creates a physical, mental conducive to learning, even in difficult conditions, using one's creativity and experience.



Use of teaching methods that encourage interaction, continuous feedback on learner outcomes, individual approach, use of assessment that is constructive, not judging.

Re-evaluate, adjust (or adapt) often the learning process and inform the administrative staff on time to improve the decision-making process as a way to respond timely to learners changing needs, provides feedback to learners.

Koolitajad

<p>Koolitaja toetab sihipäraselt loodud õpituatsioonis täiskasvanute koolitusprotsessi ja enesearengut, arvestab üksikisikute ja grupiprotsessidega ning toetab õppurite isiklikku arengut.</p>	<p>Interaktsiooni soodustavate õpetamismeetodite kasutamine, pidev tagasiside õppuri tulemuste kohta, individuaalne lähenemine, konstruktiivse hindamise kasutamine hinnangu andmise asemel.</p>
<h3>Toetus</h3>	
<p>Kaasates õppijaid, rakendab erinevaid võtteid õppimist toetava sotsiaalse keskkonna loomiseks. Tekitab oma loovust ja kogemusi kasutades õppimist soodustava füüsilise ja vaimse keskkonna, ka rasketes tingimustes.</p>	<p>Hinnake ümber, korrigeerige (või kohandage) sageli õppeprotsessi ja teavitage õigeaegselt halduspersonali, et parandada otsustusprotsessi, mis võimaldaks õigeaegselt reageerida õppurite muutuvatele vajadustele, neile tagasisidet anda.</p>

Trainers

Collaboration and engagement with adult learners, administrative staff, other trainers. Trainers should function as a communication channel between the administrative staff and the adult learners transfer each other's requirements and recommendations.

Enhances learners in setting individual learning goals, helping to link them to the goals of the curriculum

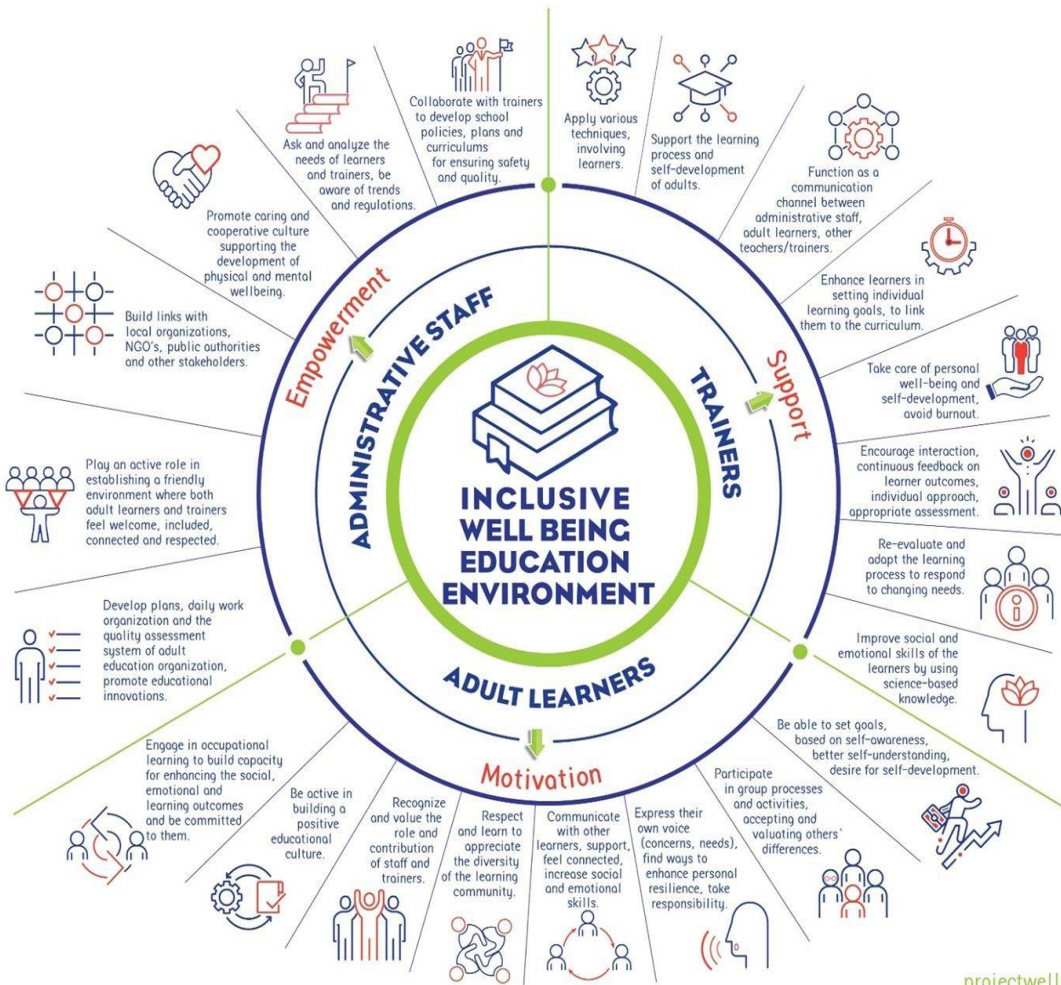


Spend time to improve social and emotional skills of the learners by using science-based knowledge and evidence-informed practices inside and outside of the curriculum and increase mental health awareness to help them feel more confident.

Trainers should improve their soft skills, time management and digital skills, take care of your well-being and self-development, avoid burnout. Abilities and characteristics that support collaboration, human development and creativity are important for the adult educator.

Koolitajad

<p>Koostöö ja kaasamine täiskasvanud õppijate, halduspersonali, teiste koolitajatega. Koolitajad peaksid toimima suhtluskanalina halduspersonali ja täiskasvanud õppijate vahel, kes edastavad üksteise nõudeid ja soovitusi.</p>	<p>Kasutage aega õppijate sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste parandamiseks, kasutades teaduspõhiseid teadmisi ja tõendus põhiseid praktikaid nii õppekavas kui ka väljaspool seda ning suurendage vaimse tervise teadlikkust, et aidataneil ennast enesekindlamana tunda.</p>
<h3>Toetus</h3>	
<p>Toetab õppijaid individuaalsete õpieesmärkide seadmisel, aidates neid siduda õppekava eesmärkidega.</p>	<p>Koolitajad peaksid täiendama oma pehmeid oskusi, ajaplaneerimist ja digioskusi, hoolitsema enda heaolu ja enesearengu eest, vältima läbipõlemist. Täiskasvanute koolitaja jaoks on olulised võimed ja omadused, mis toetavad koostööd, inimese arengut ja loovust.</p>



projectwellness.eu



KAASAV HEAOLULINE KOOLITUSKESKKOND

HALDUSPERSONAL

Jõustamine

Töötada välja täiskasvanuõppe korralduse plaanid, igapäevane töökorraldus ja kvaliteedihindamise süsteem, edendada haridusuuendusi.
Mängige aktiivset rolli sõbraliku keskkonna loomisel, kus nii täiskasvanud õppurid kui ka koolitajad tunnevad end teretulnuna, kaasatuna, ühendatuna ja austatuna.
Looge sidemeid kohalike organisatsioonide, valitsusväliste organisatsioonide, ametiasutuste ja teiste sidusrühmadega.
Edendage hoolivat ja koostööle avatud kultuuri, mis toetab füüsilise ja vaimse heaolu arengut.
Küsige ja analüüsige õppijate ja koolitajate vajadusi, olge kursis trendide ja regulatsioonidega.
Tehke koostööd koolitajatega, et töötada välja kooli strateegiad, plaanid ja õppekavad ohutuse ja kvaliteedi tagamiseks.

TÄISKASVANUD ÕPPURID

Motivatsioon

Osalege kutseõppes, et luua suutlikkus sotsiaalsete, emotsionaalsete ja õpitulemuste parendamiseks ning olla neile pühendunud.
Osalege aktiivselt positiivse hariduskultuuri loomisel.
Tunnustage ja väärtustage töötajate ja koolitajate rolli ja panust.
Austage ja õppige hindama õpikogukonna mitmekesisust.
Suhelge teiste õppijatega, pakkuge toetust, tunnetage sidet, suurendage sotsiaalseid ja emotsionaalseid oskusi.
Tooge kuuldavale oma hääl (mured, vajadused), leidke viise isikliku vastupidavuse suurendamiseks, võtke vastutus.
Osalege rühmaprotsessides ja tegevustes, aktsepteerides ja väärtustades teiste erinevusi.
Osake seada eesmärgi, lähtudes eneseteadvusest, paremast enesemõistmisest, enesearengu soovist.

KOOLITAJAD

Toetus

Rakendage erinevaid tehnikaid, kaasates õppureid.
Toetage täiskasvanute õppeprotsessi ja enesearengut.
Toimige suhtluskanalina halduspersonali, täiskasvanud õppijate ja teiste õpetajate/koolitajate vahel.
Aidake õppijaid individuaalsete õpieesmärkide seadmisel, sidudes need õppekavaga.
Hoolitsege isikliku heaolu ja enesearengu eest, vältige läbipõlemist.
Julgustage suhtlemist, pideva tagasiside andmist õppija tulemuste kohta, individuaalset lähenemist, asjakohast hindamist.
Hinnake ümber ja kohandage õppeprotsessi vastavalt muutuvatele vajadustele.
Parandage õpurite sotsiaalseid ja emotsionaalseid oskusi, kasutades teaduspõhiseid teadmisi.

9 Lõppsõna

Käesolev uurimus kujutab endast täiskasvanuõppe "heaolu" teoreetilist ja praktilist tähendust käsitlevate uuringute üldist esitlust. Arvestades heaolu nelja peamist valdkonda: füüsiline, psühholoogiline, vaimne ja sotsiaalne, on oluline tagada, et neid omadusi arvestataks täiskasvanuõppe mudelite kavandamisel. Heaolu hariduses on seotud rahulolu ja emotsionaalse tähelepanelikkusega. Heaolu seisund käesoleva projekti tähenduses peegeldab täiskasvanuõppe kvaliteeti. See, kuidas koolitajad näevad ja tunnevad, kuidas õppurid tõhusamalt õpivad ja kuidas halduspersonal saab oma tööd paremini teha, on vaid mõned psühholoogilisest ja vaimsest emotsionaalsest heaolust tulenevad tegurid. On tähelepanuväärne, et viie partnerriigi erinevate meetodite uurimise tulemused näitasid meile, et heaoluga seotud praktikad on erinevad. Valitsused on andnud loa ka täiskasvanuõppe alternatiivsetele vormidele. Nagu selgus, motiveerivad õppijatele pakutavad võimalused teadmiste omandamiseks vaatamata nende vanusele neid õpingutega jätkama. Ühine on aga kõigi uuritud juhtumite puhul see tähtsus, mida omistatakse heaolu säilitamisele koolitustes. Käesolevas aruandes esitletakse Küprosel, Bulgaarias, Eestis, Poolas ja Itaalias läbiviidud uuringu tulemusi, analüüsides üht parimat praktikat, mis võib potentsiaalselt mõjutada käesoleva projekti eesmärke. See uuenduslik Kaart koondab Eestis, Bulgaarias, Küprosel, Poolas ja Itaalias läbiviidud võrdleva uuringu põhjal soovitusel, kuidas luua ja parandada heaolu täiskasvanukoolituses.

Lisa I - Bibliograafilised viited

<https://www.miur.gov.it/web/guest/istruzione-degli-adulti> <http://www.indire.it/>

<http://www.gruppocs.it/wp-content/uploads/2017/07/Presentazione-fierIDA-rev-RE.pdf>

<http://comune.rovigo.it/web/rovigo/vivere/museo-grandi-fiumi>

Euroopa Komisjoni Hariduse, Audiovisuaalvaldkonna ja Kultuuri Täitevasutuse ametlik veebileht:

https://eacea.ec.europa.eu/homepage_en.

Bulgaaria haridus- ja teadusministeeriumi ametlik kodulehekül: <https://www.mon.bg/en/100000>

Bulgaaria töö- ja sotsiaalministeeriumi ametlik kodulehekül: <https://www.mlsp.government.bg/>.

Bulgaaria tööhõiveameti ametlik kodulehekül: <https://www.az.government.bg/bg/> Bulgaaria riikliku

kutsehariduse ja -koolituse ameti ametlik kodulehekül: <https://www.navet.government.bg/en/>

Inimressursi arendamise rakenduskava ametlik kodulehekül: <https://esf.bg/> Inimressursi arendamise rakenduskava 2013-2017 ametlik kodulehekül: <http://ophrd.government.bg/>.

Ametlik veebileht Learn Chinese with Yana Jin: <https://www.yanajin.com/> DynamiX Lab'i ametlik

veebileht: <https://www.dynamixlab.com/>

Tarkvaraülikooli ametlik veebileht: <http://softwareacademy.bg/>

<HTTP://www.indire.it/WP-CONTENT/UPLOADS/2018/05/VIAGGIO-ISTRUZIONE-ADULTI-IN-ITALIA.PDF>

<https://medlit45.eu>

<http://edu-urban-gardening.eu/results.html> http://onthemove-project.eu/onthemove_it.pdf

<https://www.miur.gov.it/istruzione-degli-adulti> <http://www.edapistoia.it/sessione/yoga-della-risa>

<http://craftwellbeing.eu/>

<https://www.b-inclusive.net/generel-guidelines/> <https://www.b-inclusive.net/specific-guidelines/>

<https://www.b-inclusive.net/specific-guidelines/visual-impaired/> <https://www.b-inclusive.net/specific-guidelines/hearing-impaired/> <https://www.b-inclusive.net/specific-guidelines/sign-language/>

Biasin, C. (2012). Le transizioni. Modelli e approcci per l'educazione degli adulti. Lecce, Pensa Multimedia Editore.

Cambi, F. (2010). La cura di sé come processo formativo. Roma-Bari, Laterza.

https://ec.europa.eu/assets/eac/education/library/reports/policy-provision-adult-learning_en.pdf

<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=738&langId=en&pubId=7851&type=2&furtherPubs=yes>

<http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20170001591/O/D20171591.pdf>

<http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20060310216/O/D20060216.pdf>

<https://konstytucjadlanauki.gov.pl/>

<https://archiwum.miiir.gov.pl/media/48672/SOR.pdf>

https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/bulgaria_en

https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/adult-education-and-training-56_en

https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/estonia_en

https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/cyprus_en

https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/italy_en

<https://epale.ec.europa.eu/en/organisations/adult-education-centers-nicosia>

<https://www.die-bonn.de/doks/2014-zypern-01.pdf>

<http://www.bell-project.eu/cms/wp-content/uploads/2014/06/Final-Report1.pdf>

https://eaea.org/wp-content/uploads/2019/04/eaea_manifesto_final_web_version_290319.pdf

[https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604\(01\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604(01)&from=EN)

<http://uis.unesco.org/sites/default/files/documents/international-standard-classification-of-education-fields-of-education-and-training-2013-detailed-field-descriptions-2015-en.pdf>

<https://www.riigikantselei.ee/et/Eesti2035>

https://vatek.ee/wp-content/uploads/2016/05/WHO_et-en_05689_Vaimse-tervise-strateegia_en_ED_C.pdf

https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid_ja_tegevused/welfare_development_plan_2016-2023.pdf

<https://www.b-inclusive.net/specific-guidelines/learning-disabled/> <https://www.b-inclusive.net/specific-guidelines/in-estonian/> <https://www.b-inclusive.net/generel-guidelines/translation-into-estonian/>

<http://www.bell-project.eu/cms/wp-content/uploads/2014/06/Final-Report1.pdf>

[https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604\(01\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604(01)&from=EN)

https://eaea.org/wp-content/uploads/2019/04/eaea_manifesto_final_web_version_290319.pdf

<http://uis.unesco.org/sites/default/files/documents/international-standard-classification-of-haridus-haridus-ja-koolitusvaldkonnad-2013-detailed-field-descriptions-2015-en.pdf>

<https://www.riigikantselei.ee/et/Eesti2035>

https://vatek.ee/wp-content/uploads/2016/05/WHO_et-en_05689_Vaimse-tervise-strateegia_en_ED_C.pdf

https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid_ja_tegevused/hoolduse_arengukava_2016-2023.pdf

<http://www.bell-project.eu/cms/wp-content/uploads/2014/06/Final-Report1.pdf>

[https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604\(01\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604(01)&from=EN)
<http://www.hrdauth.org.cy/>

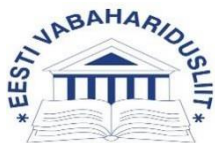
<https://paideia-news.com/ekpaideysi/2020/02/11/i-eyeksia-ton-ekpaideytikon-proypothesi-gia-tin-ekpaideytiki-epityxia/>

Addeo, F., Montesperelli, P. (2007). Esperienze di analisi di interviste non direttive. Roma, Aracne.
Kvale, S. (2007). Doing Interviews. London, SAGE.

Patton, M. (1990). Kvalitatiivne hindamine ja uurimismeetodid. Beverly Hills, CA, Sage.
Accorsi, M. G. (2013). Insegnare le competenze. Rimini, Maggioli Editore.

Alessandrini, G., Pignalberi, C. (2012). Le sfide dell'educazione oggi. Nuovi habitat tecnologici, reti e comunità. Lecce, Pensa multimediale toimetaja

Lisa II - Fookusgruppide tulemuste põhjal koostatud aruanne



SAMM EDASI HEAOLUS TÄISKASVANUTE KOOLITUSE VALLAS WELLNESS 2

POOLA - KÜPROS - ITAALIA - BULGAARIA - EESTI FOOKUSGRUPI ISTUNGITE ARUANNE



EESSÕNA

WELLNESS 2 on kaheaastane projekt, mis tuleneb arusaamisest, (mis on saadud koolituste mõju vahetu vaatluse ja hindamise kaudu), et täiskasvanud õppijate motivatsioon täiskasvanuõppes on konkreetse sihtrühma tõttu üks selle haridussektori edu võtmeaspekte.

Fookusgruppide kohta koostatud aruanne sisaldab kasulikku teavet, mida kõik partnerid kogusid 2019. aasta detsembri ja 2020. aasta jaanuari vahelisel ajal kõigi partnerriikide lõikes läbiviidud uuringute käigus, mis muudab nende võrdlemise veelgi huvitavamaks. Käesolevas aruandes esitatakse peamised järeldused täiskasvanuhariduse heaolu kohta Eestis, Bulgaarias, Küprosel, Poolas ja Itaalias mis pärinevad koolitajatelt, täiskasvanud õppijatelt ning täiskasvanuhariduse juhtimise ja haldamisega seotud inimestelt.

Aruannet kroonivad projekti edasiste etappide jaoks formuleeritud soovitusel.

Frame, Poola

Veebruar 2020

Sissejuhatus

Projekti "Samm edasi heaolu suunas täiskasvanukoolituse valdkonnas" raames kavandati ja viidi projekti esimeste kuude jooksul läbi uurimus vajaduste nõuetekohaseks äratundmiseks ja edasiste etappide korrektseks kavandamiseks. Üheks uurimissuunaks oli heade tavade otsimine. Käesoleva aruande koostamiseks viidi igas partnerriigis läbi põhjalik kirjutuslauauuring teemal "Heaolu täiskasvanuõppe valdkonnas partnerriikides". Iga partner uuris heaolu kontseptsiooni, eelkõige hariduses, ja määratleti erinevaid juhtumid, mis inspireerivad heaoluga seotud tavade sisseviimist koolitustesse.

Teiseks uurimissuunaks oli fookusgrupi intervjuude (FGI) läbiviimine igas partnerriigis. Fookuskohtumiste meetodika koos küsimustikuga lepiti kokku ühiselt terve konsortsiumiga. Vastajate kolm rühma on järgmised:

- täiskasvanute koolitajad, kes töötavad täiskasvanuõppes;
- täiskasvanutest õppurid;

- täiskasvanute koolitusorganisatsioonide töötajad.

Wellness 2 projekti IO1 tegevuse raames osales 15 fookuskohtumisel kokku 106 inimest (Tabel 1). Uurimistulemusi on mõjutanud osalejate isiklik vaatenurk ja nende kogemused.

Tabel 1 FGI osalejad (arvuliselt)

<i>Küpros</i>	<i>Bulgaaria</i>	<i>Poola</i>	<i>Eesti</i>	<i>Itaalia</i>	<i>Kokku</i>
FOOKUSGRUPP KOOLITAJATEGA					
6	4	6	7	8+5	36
FOOKUSGRUPP TÄISKASVANUD ÕPPURITEGA					
5	5	7	5	10+5	37
FOOKUSGRUPP JUHTKONNA/HALDUSPERSONALIGA					
5	5	5	5	8+5	33
16	14	18	17	41	106

Allikad: enda koostatud.

Kokku osales nendes fookusgruppides 106 inimest, kusjuures kõikides rühmades oli arv väga sarnane: täiskasvanute koolitajad (36), täiskasvanute õppurid (37) ja täiskasvanuõppe koolitusorganisatsioonide töötajad (33). See on representatiivne uurimuslik valim.

Üldiselt demonstreerivad tulemused ühtset mustrit ja näitavad, et vastajatel on antud teemal sarnased seisukohad. Üldised järeldused ja soovitused, mis põhinevad fookusgruppide leidudel, on leitavad järgmistes osades.

FOOKUSGRUPPIDE ÜLDISED JÄRELDUSED

Partnerid formuleerisid oma fookusgrupi aruannetes peamised järeldused.

Küprosel täheldati peale kolme fookusgrupiga lõpetamist, et arusaamine mõistest "heaolu" on **iga inimese jaoks erinev**. Pärast mitmete määratluste ja tähenduste uurimist jõuti siiski järeldusele, et mõiste "heaolu" on sotsiaalne konstruktsioon ega **ei ole fikseeritud** – ei saagi olla. Haridus ja heaolu on omavahel seotud, sest haridus on viis isikliku eneseteostuse saavutamiseks. Inimesed kasutavad

haridust sageli oma "**sotsiaalse identiteedi**" kujundamiseks, määratledes nii oma arusaama iseendast ja suhetest teiste inimestega. Positiivset, jõustavat sotsiaalset identiteeti seostatakse mitmete positiivsete tulemustega elus, nagu suurenenud heaolu, tervis, sotsiaalse usaldusväärsus ja poliitiline aktiivsus. Nende seoste mistahes katkemine võib negatiivselt mõjutada enesehinnangut ja heaolu. **Täiskasvanuhariduse ja tervise vahel on tugev seos.** Kaks olulist aspekti, mis vajavad erilist tähelepanu: tervisekäitumise ja -hoiakute parandamine ning ebavõrdsuse kui halva tervise põhjustajaga tegelemine. Mõned elemendid, mis on vajalikud heaolu loomiseks täiskasvanukoolituses: emotsionaalselt, intellektuaalselt ja füüsiliselt turvalise keskkonna loomine. Vältimatuks peetakse õiglase, kultuuriliselt tundliku ja sidusa, selgete juhistega õppekava pakkumist. Lisaks sellele peetakse ülitähtsaks erinevate õppijate vajaduste rahuldamist.

Bulgaarias oli kõige üldisem järeldus sarnane. Heaolu tunnistati **laiaks mõisteks**, mis hõlmab kõiki eluvaldkondi - tervis, perekond, tööalane eneseteostus, haridus, rahaline ja füüsiline turvalisus, emotsionaalne heaolu. Tervikuna on heaolu seotud **üldise õnne ja rahulolu** seisundiga.

Uuringud on näidanud, et heaolu ja täiskasvanuõpe on omavahel seotud. Hariduse kaudu saab parandada oma staatust ühiskonnas - omandada uusi teadmisi, pädevusi ja oskusi, mis on vajalikud paremaks tööalaseks eneseteostuseks ja suurenenud enesekindluseks ning rahuloluks saavutustega.

Heaolu loomiseks täiskasvanuõppes tuleb ühitada koolitajate ja täiskasvanud õppijate isiklik heaolu. Iga täiskasvanud õppija erivajaduste rahuldamiseks tuleks rakendada individuaalset lähenemist, samas kui koolitaja peaks olema kõrgelt kvalifitseeritud, omama laialdasi teadmisi ja kogemusi ning olema motiveeritud viima läbi inspireerivat ja tõhusat koolitust. Koolitusmeetod peaks olema **praktilise suunitlusega**, põhinema rikkalikel ja **interaktiivsetel materjalidel**, mis on kooskõlas uute tehnoloogiatega. Heaolukeskkonda kirjeldatakse kui maksimaalselt 12 täiskasvanud õppijast koosnevat rühma, kes järgivad tasakaalustatud ja praktiliselt orienteeritud koolitusprogrammi **sobival ajal ja kohas**, tasakaalustatud ajakavaga ja toetavas füüsilises keskkonnas. Olulised aspektid on ühise eesmärgi ja kogukonna tunnetus, kus iga üksikisik saab tunda end hinnatuna, inspireerituna, innustatuna ja kogukonna osana.

Takistusteks heaolu ellurakendamisel täiskasvanute koolitustel võivad omakorda olla aja ja sobiva materiaalse baasi puudumine, koolituse maksumus, koolituse asukoht või grupi destruktivsest käitumisest tulenev isiklik ebamugavustunne. Veel üheks heaolu piiravaks teguriks võib olla juhtimise puudumine,

ebasobivalt struktureeritud programmid, eriti piirangud veebipõhiste koolituste puhul. Väga oluline on võtta arvesse osalejate tagasisidet.

Täiskasvanud õppijate heaolu saavad koolitajad ja juhid toetada individuaalse lähenemise, praktiliselt orienteeritud koolitusmeetodite ja mitteformaalse suhtluse, sõbraliku õpikeskkonna ning ühistegevuste kaudu. Täiskasvanud õppijate spetsiifilised vajadused nende heaolu suurendamiseks on järgmised: homogeenised koolitusgrupid; asjakohased ja kvaliteetsed interaktiivselt õpetatavad õppematerjalid; läbipaistev, eetikast lähtuv teadmiste hindamise süsteem. Koolitajate isiklikuks healuks peavad nad parandama oma kvalifikatsiooni, pädevusi ning digitaalseid ja pehmeid oskusi. Nende heaolu parandatakse ka rahaliste stiimulite kaudu.

Kõik kolm täiskasvanute koolituse osapoolt võivad mõjutada heaolu keskkonda ning igaühe isiklikku mugavust ja tulemuslikkust. Enda ja teiste teadliku toetamisega on võimalik saavutada paremaid tulemusi ja igaüks **saab nautida õppeprotsessi**.

Eestis märkisid vastajad, et kui inimene on oma eluga rahul ja heaolu on tagatud, siis on ta ka rohkem valmis õppima ja koolitustel osalema.

Täiskasvanud õppija jaoks on peamisteks takistusteks heaolu saavutamisel rahaliste vahendite puudumine, ajapuudus ja teabe puudumine õppeprogrammide kohta.

Positiivseks mõjuks peetakse seda, kui keegi juhtkonna liikmetest on kogu koolitusperioodi vältel kohal. Nii koolitajad kui ka täiskasvanud õppurid saavad nende poole pöörduda, neid tervitatakse ja juhendatakse.

Lisasuhtlus, mida koolitaja üleval hoiab - näiteks sotsiaalmeedias, eriti pikemate kursuste puhul - on väga oluline ühtse grupi loomiseks ja grupiliikmete vahelise aktiivse suhtluse edendamiseks. See on suur väärtus, kui õpetaja annab oma **kontaktandmed**, et hiljem tekkivate küsimuste korral saaks pärast kirjutada või helistada.

Üks viis, kuidas koolitaja saab õppijat toetada, on mitte liiga palju eeldada, vaid pigem toetada, küsida ja püüda oma õppijatest aru saada.

Koostöö protsessis osalejate vahel on oluline hästi läbi viidud ja kasuliku koolituse ettevalmistamisel, mis tagab programmi kõigi osade heaolu. Abiks võib olla ka **õppijate ootuste** ja koolitusgrupis osalejate **eelkaardistamine**.

Teine järeldus on see, et osalejad rõhutavad koolituspakkumise rahalise aspekti tähtsust. Tasuta koolitusprogrammi kogemus on selline, et see ei ole tegelikult jätkusuutlik, sest potentsiaalsel õppijal ei ole nii suurt vastutust ja motivatsiooni tulla ja kursust läbida, kui ta ei ole selle eest ise maksnud. Tundub, et tasuta asju ikkagi ei väärtustata. Inimesed ei ole sageli teadlikud koolituse korraldamise kuludest.

Poola fookusgruppide käigus koguti tulemusi, mida saab jagada mitmesse valdkonda.

Nagu ka teistes riikides, oli raske selgelt määratleda mõistet "heaolu". Heaolu on see, kui **inimesed on õnnelikud**. Ja õnne kirjeldusi on sama palju kui inimesi maailmas. Seega võib heaolu seisundi loomise lähtekohaks olla püüd olla õnnelik, pidades meeles, et õnn on erinevate inimeste jaoks erinev.

Hariduse seisukohalt tuleks haridust tajuda loomuliku asjana, olenemata vanusest. Seega ei tohiks seda pidada kohustuseks, vaid pigem millekski, mis on loomulik. Kohustus tuleneb rangest haridussüsteemist, samas kui heaolutunne nõuab paindlikkust. Paindlikkus on ülioluline - aja, sisu ja meetodite paindlikkus. Aga eelkõige: **süsteemi paindlikkus**. Mitte kõik kõigi jaoks, vaid mis haarab teemast huvitatud inimesi. Seega on parem jätta üldised teadmised süsteemist ja keskenduda seejärel spetsiifilistele, erialastele kursustele. Reaalsus muutub, seega muutuvad ka vajadused spetsiifiliste oskuste järele.

Vastajad märkisid, et jätkusuutlikus keskkonnas peaks iga protsessi osaline end turvaliselt tundma. See tähendab, et puuduma peaks ajasurve, paindlikkus, eriti õpetamise ja õppimise meetodites. Nii et koolitaja rolliks on olla pigem mentor ning õpetaja ja õppijad peaksid muutuma oluliseks, mõjutades protsessi käigus toimuvat.

Keskkond peaks olema kohandatud õppijate vajadustele vastavaks: korralik ruum koos õppevahenditega, enne kursust kogu vajalik teave ja pärast kursust osalenute tähelepanu äratamine (saates meeldetuletusi või tänu osalemise eest).

Vaja on süsteemset ja täpset lähenemist kogu protsessile, ilma takistusteta, mis paneks õppijad pelgama isegi küsimuste esitamist. Ka koolitajapoolne kriitika ja koolitatava nõrkuste otsimine seab viimased konfrontatsiooni. Kui koolitaja ei tunne end selles, millest ta räägib, hästi, tunnevad ka kuulajad

ebamugavust ja kursuse teema ei veena neid. Seega peaks koolitaja olema hästi ette valmistunud ja veendunud selles, mida ta ütleb. Koolitaja peab reageerima rühma vajadustele, olema otsustav ja ennast kehtestav. Kuid eelkõige peaks ta olema toetav. Samuti on hea **luua koolitavate vahel koos töötamise õhkkond**.

Itaalia meeskond rõhutas, et nende fookusgruppide infokapatsiteet seisneb arutelus, mis osalejate vahel moderaatori juhendamisel tekkis. Just need osalejad, kes suhtlesid omavahel nii suuliselt kui mitteverbaalselt, aitasid kaasa käesoleva lõpparuande ühisloomele. Peamiseks tulemuseks on heaolu subjektiivne mõõde ja ühene seos isikliku ajaloo, kuid objektiivne on "positiivse staatuse" kaastähendus. Hariduse ja koolituse puhul nähakse, et need võiksid kindlasti aidata kaasa inimese üldisele ja püsivale heaolule, kuid inimestel on sageli raske ületada koolituse alustamise esmast takistust, tegevusi, mida nad peavad stressi tekitavaks, kuna need on täis ootusi, mis ei pruugi täituda ja mis võivad seetõttu viia inimese alandamiseni. Seetõttu osutub esimeseks vajalikuks sammuks objektiivne hinnang koolitusega alustamise plusside ja miinuste kohta ning nende täiskasvanute psühholoogiline ettevalmistus, kes võivad koolitust negatiivselt kogeda (näiteks pettumusega suutmatuse pärast eesmärki saavutada). Teisest küljest on oluline, et koolitajad kogeksid koolitust kui positiivset teadmiste edasiandmise kogemust, mitte kui "eluülesannet", mis peab tingimata viima täiskasvanud õppijate poolt teekonna lõpetamiseni. Seetõttu on oluline valmistada ette koolitajad ja koolituskeskused selle osas, mida nad peavad, saavad ja ei tohi teha, et tagada eelkõige nende heaolu ja positiivne lähenemine koolitusele.

Samuti on oluline töötada suhete kallal: vana lähenemine, mis näeb ette, et metoodika on tõhus iga kasutaja jaoks (ja vastupidi, et igal koolitajal on õpilastele samad ootused ja nõudmised), tuleb muuta õppijaid puudutavateks uuteks ja eesmärgistatud suheteks ning õpetamis- ja õppimismehhanismideks klassiruumis. Koolituskeskuse roll on nende lahenduste ja standardite tagamisel põhiline ning õppija-koolitaja suhte suunaja.

Teise Itaalia partneri vaates töid fookusgrupi kohtumiste tulemused esile **vajaduse sekkuda** õpikeskkonna heaolu seisukohalt, et suurendada mitte ainult õppijate, vaid ka kogu õppetööd korraldava ja läbiviiva personali motivatsiooni. Koguti arvukalt ideid, mis võiksid olla abiks healukeskkondade hetkeseisu hindamisel koolitusküsimuste seisukohalt. Saavutati fookusgrupi eesmärk selgitada otse sihtrühmadelt välja nende vajadused ja vaatenurk projektis käsitletava teema kohta. Lisaks sellele on leitud sarnasusi

partnerriikide poolt esitletud probleemides ja see tugevdab soovi püüda neid küsimusi lahendada, kasutades lähenemisviisi, mis näeb ette ühist tegevust Euroopas.

Sihtrühmadest näitasid suurimat analüüsisügavust õpetajad, kes tänu enam kui 20-aastasele kogemusele kirjeldasid **mõningaid süsteeme täiskasvanute motivatsiooni parandamiseks**. Need süsteemid on kergesti rakendatavad ja kirjeldavad mõningaid sotsiaalseid dünaamikaid, mis näitavad, kuidas klassikoosseisu tähelepanu on üks aspektidest, millel on suurim mõju õppimise heaolule. Õpilased tõid aga esile, et **motivatsioon osaleda täiskasvanute koolitustel on peamine hoob** mitte ainult õpingute alustamisel, vaid eelkõige nende lõpetamisel. Paljud neist väitsid, et aastate jooksul on õpingute katkestamiseni viinud õigete sisendite puudumine õpetajate poolt. Halduspersonali vaatest tähendab heaolu mõiste elementide **harmooniat**, mis peavad kokku sobima, et õpilastel oleks võimalik leida motivatsiooniallikaid igas õppimise aspektis.

Sellest võib järeldada, et täiskasvanuõppe valdkonnas saab õpikeskkonna heaolu luua ja tagada erinevate kriteeriumide toetamise kaudu nendele kaheksa dimensiooni järgi*:

- 1) **Füüsiline heaolu** - tagatakse hea füüsiline keskkond - avar, õhurikas, hästi valgustatud, piisavalt soe/mitte liiga palav ruum, kus on mugavad istekohad ja laud; ruumi paigutus lähtub koolituse iseloomust; sobiv taustaheli/mitte liialt vali; koolituseks sobivad õppematerjalid; tehnika töötab probleemideta; suupisted ja joogid (kohv-tee, vesi, midagi magusat, soolast ja värsket) on olemas, einestuskohad läheduses; puudega inimestele on tagatud vajalikud tingimused; koolitusruum on kergesti ligipääsetav ja parkimine on ligidal;
- 2) **Sotsiaalne heaolu** - koolitusgrupp on väikesearvuline/sobiv koolituse eesmärkide saavutamiseks; koolitaja loob võimalused suhtlemiseks ja sidemete loomiseks koolitusgrupis; grupiliikmete vahel ei esine konflikte/varem grupis rahuldamata vajadusi;
- 3) **Vaimne heaolu** - koolitaja on suurte kogemustega, tasakaalukas ja koolituseks hästi ette valmistunud; koolitaja tunneb end samuti turvaliselt ja enesekindlalt ning tagab õppijate vaimse heaolu; individuaalne lähenemine erinevatele õppuritele alati, kui see on vajalik; täiskasvanud õppijad ise on teadlikud koolituse eesmärkidest ja omavad enesemotivatsiooni õppimiseks;

4) **Töölane heaolu** on võimalik saavutada koolitaja ja personali igakülgse koostööga nii enne koolitust kui ka selle ajal; personal kogub vajalikku taustainfot ja abistab koolitajat tehnilistes küsimustes enne koolitust ja selle ajal;

5) **Intellektuaalne heaolu** - on üldine ootus saada uusi teadmisi või oskusi; lisaks peaks koolitus olema kõigile osalejatele lõbus ja põnev, rutiinist väljas. Samuti on oluline koolitajate ja personali intellektuaalne heaolu - nad peavad end koolitajate või korraldajatena täiendama, tagama professionaalse arengu;

6) **Emotsionaalne heaolu** - koolitaja on koolituse kestel tähelepanelik ja kohal, tunnetab õppurite emotsioone; koolitajal peaks tööriistakastis olema piisavalt erinevaid tööriistu tekkivate emotsioonide tasakaalustamiseks. Õppija emotsionaalne heaolu algab koolitusele saabumise hetkest - kas ja kuidas teda tervitatakse;

7) **Majanduslik heaolu** - rahaline kindlustatus on ülioluline, et luua üldine turvatunne ja isegi hakata mõtlema hariduslikule arengule. Raha/koolituse hind ei tohiks olla peamiseks takistuseks enesearendmise eesmärgi saavutamisel. Seega tuleks tagada erinevad võimalused, sealhulgas riiklikul tasandil, et täiskasvanud õppijate vajadused koolituste järele oleksid rahuldatud;

8) **Keskkonna heaolu** - keskkonnaaspektid ja jätkusuutlikkus, "roheline mõtlemine" on täiskasvanuhariduses üha enam levinud lähenemisviis. Seetõttu võib see olla positiivne järelm, mida tuleks koolituse planeerimisel ära kasutada - vältida tarbetuid väljatrükke, kasutada plastivabasid, korduvkasutatavaid tase jne.

**Eesti FGI alusel*

SOOVITUSED WELLNESS2-PROJEKTILE FOOKUSGRUPPIDE PÕHJAL

Projekti esimeses etapis läbiviidud uuringu ülesanne oli anda soovitusi Wellness-projekti esimese intellektuaalse väljundi valmimiseks. Selles etapis saadi kasulikke ülevaateid selle kohta, mis võiks potentsiaalselt muuta, täiendada või mõjutada täiskasvanuõppe toimimist.

Üldised soovitused

- Individuaalse lähenemise määratlemine ja selle rakendamine täiskasvanute koolituse spetsiifikale. Täiskasvanud õppijad on hõivatud inimesed, kes on erineva kutse- ja haridusliku taustaga, kellel on spetsiifilised vajadused ja probleemid, mida nad püüavad hariduse kaudu lahendada. Seega tuleks koolituse õppekava kohandada vastavalt sihtrühmale ja selle esialgsele tagasisidele ootuste ja vajaduste kohta. **BG**
- Koolitajad, täiskasvanute koolitajad ja koolitusjuhid võiksid toetada täiskasvanud õppijate isiklikku heaolu, rakendades uusi meetodeid, uusi kursusi, uusi viise täiskasvanud õppijate ligimeelitamiseks, uusi probleemide lahendamise viise jne, samuti heaolu faktorite tuvastamist ja sotsiaalse identiteedi arendamist. **CY**
- Koolitajate koolitused võivad neil aidata tuvastada ja mõista sihtrühma vajadusi ning neid peetakse vajalikuks. **CY**
- Täiskasvanuõppes töötav koolitaja/personal saab koolitatavate heaolu toetada läbi suurema teavitamise ja tõstes teadlikkust. Nad peaksid edendama solidaarset eluviisi ja positiivseid valikuid, toetades ja edendades inimese arengut ja suhteid. **CY**
- Koolitajaid tuleks toetada praktilise suunitlusega koolituste läbiviimisel, kasutades mängulisi meetodeid, probleemõpet, grupitööd, ümberpööratud klassiõpet jne. Selliseid meetodeid saab süstemaatiliselt koguda ja selgitada koos tugevate ja nõrkade külgedega, mis võimaldab koolitajatel valida kõige sobivamad meetodid. **BG**
- Heaolu saab luua nii koolitaja kui ka täiskasvanud õppijate jaoks juba koolitusruumi sisenedes, tagades, et personal on kohal, ootab ja tervitab, juhendab, näitab, kus on koolitusklass, annab märku, kus saab kohvi juua või kus on tualetid, juhatab koolituse selle alguses sisse. **ET**

- Vajalik on koolituste metoodika, millega suudetakse luua heaolu kõigile asjaosalistele; see metoodika peaks sisaldama järgmist: (1) Paindlikkus - meetodite, materjali ja aja osas. Aja planeerimine peaks sisaldama võimalust hilisemaks alguseks ja ka hilisemaks lõpetamiseks. Samuti peaks jääma aega inimestele, kellel on raskusi mõne teema mõistmisega; (2) Protsessi kõigi liikmete - koolitaja ja koolitatavate - kaasamine. Seega tuleks kaasata motiveerimise ja tähelepanu juhtimise tehnikad; (3) "Sõbralik" hindamine, koolitatavais stressi tekitamata. Testid ja eksamid meenutavad üldiselt kooliaega ja eksamite põhjustatud stressi. **PL**
- Nagu märkisid kõik koolitajad, on nende peamine vajadus tõsta kvalifikatsiooni ja arenda isiklikult koolitajate koolituste kaudu. Nad peavad omandama täiskasvanuhariduses töötamiseks spetsiifilised pehmed oskused, sest nad tuginevad ainult oma kogemustele ja praktikale. Koolitajad peavad täiendama oma digioskusi vastavalt täiskasvanuharidust mõjutavatele tehnoloogiatele. Toetades koolitajaid nende oskuste täiustamisel, võimaldavad Wellness 2 koolitusvahendid neil luua parema heaolulise õpikeskkonna täiskasvanud õppijatele ja neile endile. **BG**
- Täiskasvanud õppijate puhul rõhutasid vastajad, et probleemid võivad tekkida inglise keele või arvutite kasutamise tõttu, mis on peaaegu kõigi praeguse aja koolituste aluseks. Nad on valmis ajaga kaasas käima, kuid tehnoloogiline pädevus on nüüdseks liiga erinev ja tänapäeva täiskasvanutel on mahajäämust liiga keeruline tasa teha. Pealegi tuleneb motivatsioon soovist jätkata oma kirgede, nagu reisimine või toiduvalmistamine, edendamist, mitte aga kohaneda kaasaegse maailma uute vajadustega. **IT**
- Koolitusjuhil ja koolitajal on kasulik enne koolitust küsida õppijate ootuste kohta. See tuleb kasuks ka õppija enesemotivatsioonile. Koolitusele eelnev teave on õppija jaoks väga oluline (toit, riietus, vajadus arvuti järele jne). **ET**
- Ideaalne oleks lisada mnemotehnilisi ja muid õpimeetodeid erinevate õpistiilide jaoks. Samuti teavet selle kohta, kuidas organiseerida aega, kuidas tulla toime stressiga, mida kutsub esile peale pikka vaheaega õppimine. **PL**
- Samuti on hea lisada võimalikult palju näiteid. Samuti näpunäiteid ja nippe, kus võimalik. Eriti teooria asemel. **PL**
- Koolitajate puhul on peamised järeldused vajaduste osas seotud struktuuriliste ja rahaliste vahendite puudumisega, et õppetegevust nõuetekohaselt läbi viia. Lisaks puudub suhtlemine

institutsioonidega, et tugevdada seost haridusprogrammide ja tööalase konkurentsivõime vahel. Vaja on õppeprogramme, mille keskmes on täiskasvanud õppijate elukogemus, nagu ka koostada nende vajadustele vastavad spetsiifilised plaanid. CIPIA haridusprogrammis on need takistused ületatud tänu 40-tunnisele hindamisele, mis viiakse läbi pärast kooli sisseastumist. **IT**

- Teine arutus klassiruumi heaolu ja õppijate motivatsiooni kohta puudutab peamiselt õppevahendeid ja uuenduslike lähenemisviiside kasutamise tähtsust. Selles mõttes on motivatsiooni suurendamiseks kasulik töötada iga teemaga mitmekülgset, vaadeldes seda eri vaatenurkadest. Tunnid tuleks korraldada, kasutades vähe paberit ja palju visuaalset materjali, nagu PowerPoint ja infograafika. Õpikeskkonna mitmekesistamiseks tuleb korraldada tegevusi õues.
- Koolitajad peaksid alustama õppetunde õppijate elukogemustest, eesmärgiga tegutseda klassis koosviibimisest saadava rõõmu suunas, ilma neid kodutöödega koormamata. **IT**
- Koolitusjuhtidele tuleks pakkuda ka õppekõlastusi, enesetäiendamise võimalusi uute ideede väljatöötamiseks. **ET**

Keskkond

- Õppijate heaolu saab toetada, luues koolitajatest lugupidava keskkonna ja tõstes õppijate teadlikkust heaolu eelistest. **CY**
- Aja säästmiseks ja sega metoodikakindlustamiseks on soovitatav rakendada kaasaegseid praktilise suunitlusega koolitusmeetodeid, nagu mänguline õpe, probleemipõhine õpe; simulatsioonid, digitaalsed õppevahendid jne. **BG**
- Ettepanekud keskkonnateadlikuks koolituseks on järgmised: (1) Pakkuda osalejatele võimalust oma kohvikruus kaasa võtta. See on hea nii rohelise mõtlemise kui ka isikliku suhtumise kujundamiseks; (2) Mitte ainult viia läbi keskkonnateadlikke (plastivaba, paberivaba) koolitusi, vaid ka suunata koolitusel osalejaid suurendama oma teadlikkust ja arusaamisi keskkonnakaitsest. **ET**
- Samuti oleks hea valmistada kursuse jaoks ette mõned paindlikud viisid ühe ainuvõimaliku ja õige asemel. Olge paindlikud, kui soovite paindlikkust õpetada. **PL**

- Heaolu saab toetada võimalusega jälgida õppetööd mugavamatest asenditest; koolitused viiakse tavaliselt läbi laudade-toolidega, kuid mõnel juhul võiksid mugavamad istmed (nagu tugitoolid, diivanid) ja liigutatavad arvutialused laudade asemel võimaldada pingevabamat õhkkonda. **IT**

"Pehmed" aspektid

- Head sotsiaalsed suhted, võrdsus, koostöö, solidaarsus ja sõbralik keskkond võivad suurendada koolitajate, koolitavate ja täiskasvanuõppes töötava personali heaolu. **CY**
- Heaolu suurendab see, kui koolitaja algatab võimalikult paindliku suhtluse grupiliikmete vahel, eriti koolituse alguses ja selle ajal. **ET**
- Treenerile mõned stsenaariumid lõimumisharjutuste jaoks, ka stressi maandamiseks või lõõgastumiseks. **PL**
- Heaolu loomiseks on hea kulutada veidi aega jää murdmisele, rühmade avamisele edasise suhtlemise jaoks ja võimaluste loomiseks sarnasuste tuvastamiseks. **ET**
- Koolitaja hoiakut analüüsidest võib aru saada, et koolitaja ei peaks midagi eeldama (nagu te kõik teate...), vaid küsima ja arvestama õppijate eripäraga. **ET**
- Töörühmades sünergia loomiseks kasutatakse sageli meeskonna loomise ja meeskonnatöö mängu - sama tuleks teha ka täiskasvanud õppijate koolituskursustel. Tegevuse kestus ja ulatus peavad kokku sobima kursuse kestuse ja loodava meeskonna tüübiga. **IT**

Korralduslikud küsimused

- Koolitusega seotud korralduslikud küsimused on järgmised: (1) Koolituse kõige olulisem osa on (kohvi)paus; (2) Selle aja jooksul toimuvad olulised aspektid nagu palju rääkimist, suhtlemist. Paus on ka õppurite võimalus küsida koolitajalt seda, mida nad ei pruugi tahta teiste ees teha. Samuti on oluline, et koolitaja oleks kohal pool tundi varem ja pool tundi hiljem, et vastata küsimustele; (3) Kui koolitaja ise on valmis säilitama koolitavatega nn lisasuhtlust kas sotsiaalmeedias või pärast koolitust, suurendab see avatust ja grupiteadlikkust ning tagab täiskasvanud õppija huvi edasise koolituse vastu; (4) Võtke koolitusele kaasa laadijad, pikendusjuhtmed - neid küsivad õppijad alati. **ET**

- Korraldajatele ja juhtkonnale on vaja teatavat "kontrollnimekirja", mida tuleks teha, et kursus oleks hästi ette valmistatud. See peaks sisaldama nõuandeid ettevalmistuse kohta, alates vajadusest saata koolitavatele õige ja täielik teave mõni (milline) aeg enne kursuse algust, kuni kursuse jaoks vajalike töövahendite ja vajaduseni võtta pärast koolitust ühendust kasusaajatega.

PL

- Haldus- ja juhtivtöötajate vaatenurgast tähistab heaolu kontseptsioon elementide harmooniat, mis peavad omavahel sobima, et võimaldada õpilastel leida motivatsiooniallikaid igast õppimise aspektist, alates korralduslikust osast kuni klassi koristamise eest vastutavate töötajateni. Üks võimsamaid väiteid on, et õppimine on igas vanuses protsess, mis hõlmab õppija pingutusi, mistõttu, kui see pingutus käivitada heaolu keskkonnas, on see vähem raske. **IT**

Seoses IO3 protokolliga

- Fookusgrupis osalejad esitasid "õpikeskkonna heaolu" selge määratluse, mida tuleks protokollis valideerimismetoodika väljatöötamisel arvesse võtta. **BG**

LÕPPSÕNA

Fookusgrupid on osa projekti Wellness 2 uurimisprotsessist, mida rahastab ELi Erasmus+ programm, mis kavandati ja viidi ellu projekti esimeses etapis. Kokku osales projekti Wellness 2 fookusuuringutes 15 fookuses kokku 106 inimest.

Vastajad värvati kolmest huvigrupist: (1) Täiskasvanute koolitajad, kes töötavad täiskasvanute koolituses; (2) Täiskasvanud õppurid; (3) Täiskasvanute koolitusorganisatsioonide personal. Need on kompleksse koolitus-, haridus- ja arenguprotsessi võtmeüksused.

Fookused korraldati ühise metoodika alusel, et muuta tulemused võrreldavaks, säilitamiseks ja suurendamiseks heaolu hariduses.

Käesolev fookusgrupi võrdlev aruanne esitleb läbiviidud uuringute tulemusi projekti riikides: Küprosel, Bulgaarias, Eestis, Poolas ja Itaalias.

Arvestades uuringutest saadud teabe kasutamist Wellness2-projekti kavandamisel ja koolitusprotsessis, koguti kõige süstemaatilisemalt teavet koolitusprotsessi etappide kaupa.

KOOLITUSPROTSESSI ETAPID		
Eelkoolitus	Koolituse ajal	Koolituse järgselt
<p>Esialgne tagasiside ootuste ja vajaduste kohta;</p> <p>Heaolu tegurite tuvastamine, võttes arvesse Wellness2 kontseptsiooni;</p> <p>Õppijate ootused seoses enda osalemisega kursuse vormi loomisel/kohandamisel;</p> <p>Tugevdada õppija enese-motivatsiooni;</p> <p>Koolituseelne teave (toit, riietus, vajadus arvuti järele jne).</p>	<p>Integratsioon: jäämurdmise aeg, rühmade avamine;</p> <p>Praktilise suunitlusega koolitused: mänguliste meetodite kasutamine, probleemipõhine õpe, grupitöö, ümberpööratud klassiõpe. Lisada võimalikult palju näiteid;</p> <p>Uuenduslik ja huvitatud: uued meetodid, uued kursused, uued viisid täiskasvanud õppijate ligimeelitamiseks, uued probleemilahenduse viisid; mnemotehnika ja õppemeetodid erinevate õpistiilide jaoks; palju visuaalset materjali, nagu PowerPoint ja infograafika;</p> <p>Paindlikkus: meetodite, materjali ja aja osas. Aja planeerimisel tuleb arvestada õppurite võimeid, nende töö- ja muid kohustusi. Samuti peaks aega jääma nende inimestele, kellel on raskusi mõne teema mõistmisega;</p> <p>Protsessi kõigi liikmete - koolitaja ja koolitavate - kaasamine. Seega tuleks motiveerimise tehnikad ja tähelepanu äratamise viisid lisada ergutusvahenditena või vabamänguliste tegevuste hulka;</p> <p>Töötage iga teema mitmekülgsest läbi, vaadeldes seda erinevatest perspektiividest;</p>	<p>"Sõbralik" hindamine, õppurites stressi tekitamata. Testid ja eksamid meenutavad üldiselt kooliaega ja eksamitest tekitatud pinget;</p> <p>Apelleerimine kuulajate poolt alguses tuvastatud vajaduste rahuldamisele ja nende rahuldamise ulatusele;</p> <p>Koolitusjuhtidele tuleks samuti pakkuda õppekäike, enese täiendamise võimalusi uute ideede väljatöötamiseks.</p>

	Toetav: õppurid võivad vajada tuge, näiteks inglise keele või arvutikasutuse ühtlustamise osas.	
KOOLITUSE PAKKIJATE POOLT ARVESSE VÕETAVAD PEHMED ASPEKTID		
<p>Sotsiaalne identiteet, suurenenud informeeritus ja teadlikkus, solidaarsed eluviisid, positiivsed valikud, inimarengu ja -suhete toetamine ja edendamine; motivatsioon ja kired; sotsiaalsed suhted, võrdsus, koostöö, solidaarsus, grupiliikmete omavaheline suhtlus.</p>		

Lisa III Sihtrühmade küsimustikud

KÜSIMUSTIK

SOOVITUSLIKUD KÜSIMUSED TÄISKASVANUÕPPES TÖÖTAVATE KOOLITAJATE HEAOLU TAGAMISE FOOKUSGRUPIS RAKENDAMISEKS

Küsimustiku nr.	1
-----------------	---

Koolitajate takistuste ja vajaduste analüüs (hariduses)

See küsimustik on koostatud projekti "Wellness 2 - Samm edasi heaolu suunas täiskasvanukoolituse valdkonnas" raames ja on osa metoodikast, mida kasutati koolitajate vajaduste väljaselgitamiseks Eestis, Bulgaarias, Küprosel, Itaalias ja Poolas. Selle küsimustiku alusel toimuvad igas riigis fookusgrupid, et hinnata heaolukeskkonna hetkeolukorda koolitusküsimustes. Fookusgrupi eesmärk on identifitseerida vahetult sihtgruppide kaudu nende vajadused ja seisukohad käesolevas projektis käsitletava teemakohta.

Teie panus on ülimalt oluline, et mõista suurt hulka sidusprobleeme, mis mõjutavad heaolu haridussüsteemis.

1. Mida tähendab teie arvates "koolitaja heaolu"? Kas olete teadlik, et teised omistavad sellele terminile teistsuguseid tähendusi?
2. Millised on konkreetsed asjad, mis teie arvates koolitaja heaolu mõjutavad ? Kas on olemas nii tööga seotud kui ka tööväliseid tegureid?
3. Kas koolitajate heaolu tuleks vaadelda erinevalt teiste töötajate gruppide vajadustest? Miks peaks see nii olema ja kas selle kohta on tõendeid?
4. Millega saate te tagada heaolu pakkuva õpikeskkonna?
5. Kas teil on mõni hea tava, mida te saate õpikeskkonna heaolu programmi heaks jagada? (koolituse ajal või pärast seda)
6. Kas teil tekkis koolituse ajal praktilisi probleeme ja kuidas te need lahendasite?
7. Milline on teie mentorlusfilosoofia?
8. Kuidas te käsitlete distsipliini ja millist rolli see õppimises omab?
9. Kas teil on mingeid erilisi vajadusi, mis tulenevad teie kogemustest töötubade läbiviimisel? (praktilised, materiaalsed, eetilised jne.)
10. Milline on teie seisukoht õpetajate heaolu ja õppurite õppimise tõhususe vahelise seose kohta? Kas teil on teada mingeid tõendeid selle seose kohta?

Täname teid osalemise eest!

Wellness projekti meeskond

KÜSIMUSTIK

SOOVITUSLIKUD KÜSIMUSED TÄISKASVANUD ÕPPIJATE HEAOLU TAGAMISE FOOKUSGRUPIS RAKENDAMISEKS

Küsimustiku nr.	2
-----------------	---

Täiskasvanud õppijate takistuste ja vajaduste analüüs

See küsimustik on koostatud projekti "Wellness 2 - Samm edasi heaolu suunas täiskasvanukoolituse valdkonnas" raames ja on osa metoodikast, mida kasutati täiskasvanud õppurite vajaduste väljaselgitamiseks Eestis, Bulgaarias, Küprosel, Itaalias ja Poolas. Selle küsimustiku alusel toimuvad igas riigis fookusgrupid, et hinnata heaolukeskkonna hetkeolukorda koolitusküsimustes. Fookusgrupi eesmärk on identifitseerida vahetult sihtgruppide kaudu nende vajadused ja seisukohad käesolevas projektis käsitletava teema kohta.

Teie panus on ülimalt oluline, et mõista suurt hulka sidusprobleeme, mis mõjutavad heaolu haridussüsteemis.

1. Kas teil on mingeid erilisi vajadusi, kui te osalete teie heaolu parendavas programmis? (praktilised, materiaalsed, eetilised jne.)
2. Kuidas te isiklikult kirjeldaksite õpikeskkonna heaolu?
3. Kui teil tekib probleeme, kas te palute abi koolitajalt?
4. Kas te leiate õppimisprotsessi käigus tavaliselt mingeid takistusi?
5. Kas teile kui õppijale tuletatakse regulaarselt meelde teie potentsiaalseid tugevusi?
6. Kas teil on mingeid erilisi vajadusi, mis tavaliselt ei ole kaetud?
7. Kuidas koolitaja teid toetab, kui te aru ei saa?
8. Kas te tunnete programmides enda jaoks väljakutset? Kas tunnete end kuidagi kaasatuna?
9. Milline on teie seisukoht õpetajate heaolu ja õpilaste õppimise tõhususe vahelise seose kohta? Kas teil on teada mingeid tõendeid selle seose kohta?

Täname teid osalemise eest!

Wellness projekti meeskond

KÜSIMUSTIK

SOOVITUSLIKUD KÜSIMUSED TÄISKASVANUÕPPE KOOLITUSORGANISATSIOONIDE TÖÖTAJATE HEAOLU TAGAMISE FOOKUSGRUPIS RAKENDAMISEKS

Küsimustiku nr.	3
--------------------	---

Täiskasvanuhariduse koolitusorganisatsioonide töötajatetaktistuste ja vajaduste analüüs

See küsimustik on koostatud projekti "Wellness 2 - Samm edasi heaolu suunas täiskasvanukoolituse valdkonnas" raames ja on osa metoodikast, mida kasutati täiskasvanuõppe koolitusorganisatsioonide töötajate vajaduste väljaselgitamiseks Eestis, Bulgaarias, Küprosel, Itaalias ja Poolas. Selle küsimustiku alusel toimuvad igas riigis fookusgrupid, et hinnata heolukeskkonna hetkeolukorda koolitusküsimustes. Fookusgrupi eesmärk on identifitseerida vahetult sihtgruppide kaudu nende vajadused ja seisukohad käesolevas projektis käsitletava teema kohta.

Teie panus on ülimalt oluline, et mõista suurt hulka sidusprobleeme, mis mõjutavad heaolu haridussüsteemis.

1. Kuidas te isiklikult kirjeldaksite õpikeskkonna heaolu?
2. Kui oluliseks te peate heolukeskkonna loomist haridussüsteemi tõhusaks toimimiseks?
3. Kas kellelgi on veel sõnaõigust koolitusorganisatsiooni juhtimise kohta?
4. Milliste väljakutsetega puutute te oma igapäeva-/tööelus kokku, kui töötate koolitajate või õppijatega?
5. Milline on teie seisukoht õpetajate heaolu ja õpilaste õppimise tõhususe vahelise seose kohta? Kas teil on teada mingeid tõendeid selle seose kohta?
6. Kas koolitajate heaolu tuleks vaadelda erinevalt teiste töötajate gruppide vajadustest? Miks peaks see nii olema ja kas selle kohta on tõendeid?
7. Kuidas te saate tagada õpikeskkonna turvalisuse?
8. Kas teil on töötajatena mingeid erilisi vajadusi, mis tavaliselt ei ole kaetud?
9. Kas tunnete, nagu oleks teil kohustus aidata koolitusorganisatsiooni selle heaolu saavutamisel?
10. Millise uue teadusuuringu seaksite te õpiheaolu valdkonnas esmatähtsaks ja miks?

Täname teid osalemise eest!

Wellness projekti meeskond