

HELI ISRAEL

INIMESEÕPETUSE TÖÖRAAMAT

II kooliastmele

II osa

**Suhtlemisest
nii- ja naapidi**

Väljaandja kinnitab õpiku vastavust põhikooli riiklikule õppekavale ning haridus- ja teadusministeeriumi poolt õppekirjandusele kehtestatud nõuetele.

Heli Israel

Suhtlemisest nii- ja naapidi. Inimeseõpetuse tööraamat II kooliastmele
II osa

Retsenseerinud Ülle Säälük ja Riina Meidla

Toimetanud Maret Einmann

Korrektuuri lugenud Killu Mei

Kujundanud Inga Joala

Illustratsioonid Kristina Tort (esikaas, lk 4, 26, 50, 82, 102) ja Shutterstock

Trükk: Printon

ISBN 978-9916-663-04-2

Autoriõigus Maurus Kirjastus OÜ, 2021

Tartu mnt 74, 10144 Tallinn

Telefon +372 5919 6117

www.kirjastusmaurus.ee

tellimine@kirjastusmaurus.ee

Kõik õigused käesolevale väljaandele on kaitstud. Ilma autoriõiguse omaniku kirjaliku loata pole lubatud ühtki selle väljaande osa paljundada ei elektrooniliselt, mehaaniliselt ega muul viisil. Kirjastus on püüdnud ühendust saada kõigi tekstide autorite või nende volitatud esindajatega. Palume neil, kellega pole ühendust saanud, pöörduda kirjastuse Maurus poole.

Sisukord

1. Suhtlemise olemus	4
2. Mina, sina, tema	26
3. Suhtlemise viisid	50
4. Otsustamine ja probleemilahendus	82
Kokkuvõte	102

Hea 6. klassi õpilane!

Suhtlemine on igapäevane ja loomulik tegevus. Me suhtleme kogu olemusega, mitte ainult sõnadega. Suhtleme kogu ärkvelolekuaja isegi siis, kui oleme üksi. Seepärast võib tunduda, et seda polegi eraldi vaja õppida. Tegelikult on igaühel võimalik oma suhtlemisoskusi arendada. Tööriimatu „Suhtlemisest nii- ja naapidi“ toel saad selgemaks, kuidas luua ja hoida suhteid, lahendada keerulisi olukordi, suhelda nii, et sellest võidada nii sina kui ka teised. Tööriimatus toimetavad sinu eakaaslased Keit ja Karol, kelle tegemised aitavad sul mõelda enda suhtlemisviiside üle ning mõista, kus on sinu suhtlemisoskuste arengukohad.

Tõhusat suhtlemist!

Heli Israel,

inimeseõpetuse õpetaja,ööriimatu autor

1. SUHTLEMISE OLEMUS



Sügise esimeses inimeseõpetuse tunnis ütles õpetaja, et kuuenda klassi teemaks on suhtlemine.

„Mis sellest veel õppida, me ju räägime kogu aeg, ise olete sellepärast tihti pahane,“ imestas Keit.

Miks on vaja suhtlemist eraldi õppida? Arutage kaaslaste ja õpetajaga.

Hea suhtleja mitte üksnes ei suhtle, vaid mõistab ka suhtlemise olemust ning seda takistavaid ja soodustavaid asjaolusid. Uurimegi kõigepealt lähemalt suhtlemise üldist olemust.

1. SUHTLEMINE

Selgita, mida tähendab sinu jaoks suhtlemine. Soovi korral võid oma selgituse ka kujundada.

Suhtlemise kohta saab kasutada erinevaid sõnu, näiteks üksteisega läbikäimine, lävimine, kommunikatsioon.

Milliseid suhtlemist väljendavaid sõnu sa veel tead?

2. MINA SUHTLEMISES

Joonista ovaali sisse enda portree. Kirjuta ovaali ühele küljele võimalikult palju põhjusi, miks sa teistega suhtled. Ovaali teisele küljele kirjuta, kellega sa suhtled. Ovaali alla kirjuta, kuidas või mille abil sa suhtled.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Inimesed suhtlevad, et teavet saada ja anda, otsuseid langetada, veendumusi kujundada, konflikte lahendada ja meelt lahutada. Suheldes saame uusi teadmisi ja kogemusi ning jagame neid teistega. Suhtlemise kaudu õpime tundma oma kultuuri, kohanema selle normide ja reeglitega. Näiteks õpime suheldes viisakalt käituma, teisi kuulama, ennast ja oma tundeid arusaadavalt väljendama. Me suhtleme ühel või teisel viisil enamiku oma ärkvelolekuajast: nii vesteldes kui ka sõnumeid saates, aga ka näoilmete ja kogu kehaga.

Suhtlemistõkked, nagu müra, väsimus, släng, huvipuudus, keeruline jutt ja eelarvamused, takistavad info edastamist või vastuvõtmist.

See, milline suhtleja inimene on, seostub tema **isiksuseomaduste, suhtlemisoskuste ja väärtushinnangutega**.



3. PILT SUHTLEMISEST

Joonista kaks pilti suhtlemisest. Ühel pildil kujuta sõbralikku ja hoolivat suhtlemist. Teisele pildile joonista ebasõbralik ja hoolimatu suhtlemine.

Siia joonista sõbralik ja hooliv suhtlemine.

Siia joonista ebasõbralik ja hooletu suhtlemine.

Millised eelised annab sulle sõbralik suhtlemine?

Miks on tähtis olla viisakas, sõbralik ja heatahtlik?

Millest sa võid ilma jääda, kui oled ebasõbralik, hoolimatu või kiuslik?

Mida toob sinu ebasõbralik suhtlemine kaasa teisele inimesele?

Suhtlemine koosneb kolmest osast:

tajumine - millisena teine inimene sulle paistab;

kommunikatsioon ehk **teabevahetus** - info edastamine ja vastuvõtmine;

mõjutamine - kui inimesed suhtlevad, siis nad ka mõjutavad üksteist.

Teise suhtluspoole tajumine on valikuline. Inimene paneb tähele seda, mis on tema jaoks oluline, seotud tema huvide, väärtuste ja kogemustega.

Tajumist mõjutavad:

meeleolu - heas tujus olles näeme asju paremas valguses, halva tujuga tundub kõik palju häirivam;

samastumine - enda asetamine teise inimese olukorda (mida mina selles olukorras tunneksin või teeksin?);

üldlevinud arvamused, ka eelarvamused - näiteks arvatakse, et prillidega inimene on targem või nohiklikum, segamini tuba tähendab lohakust või ilusa välimusega inimene on sõbralik;

olulisus tajuja jaoks - mida inimene ise väärtustab ja tähtsaks peab;

üldmulje - välimus, kõne selgus, liigutused ehk žestid.

4. ESMAMULJE

Kirjuta iga pildi alla, kas tahaksid sellise inimesega tutvuda. Põhjenda, miks sa nii arvad.



5. HEA ESMAMULJE

Mis aitab jätta hea esmamulje? Märki need tunnused ristikesega. Lisa vähemalt kaks tunnust, mis soodustavad head muljet. Ülesande võib teha koos kaaslasega.



Arutage kaaslase ja õpetajaga, millised arvamused suhtlemist soodustavate ja takistavate tegurite kohta klassis kujunesid. Põhjendage oma arvamusi.

Teabevahetuses ehk kommunikatsioonis osalevad teabe ehk info edastaja ja teabe saaja/vastuvõtja. Teavet edastatakse enamasti sõnadega, kuid olulised on ka näoilme, hääletoon, kõne kiirus, liigutused, käemärgid ehk žestid, aga ka logod ja sümbolid riietel. Need võivad eri kultuurides olla erinevad.

Teabekanalid on info levimise ja levitamise viisid, näiteks telefon, raamat, internet, aga ka õpetaja või reklaam. Infokanalid on ühtlasi suhtlemise vahendajad. Vahetu suhtlemise korral teabekanaleid ei kasutata, vaid suheldakse otse, n-ö näost näkku.

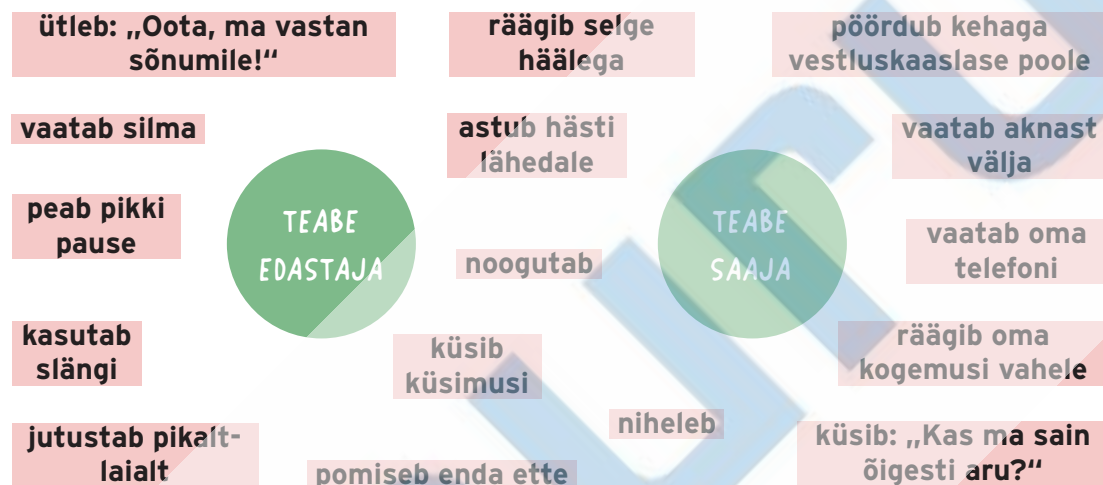
Et suhtlemine kulgeks ladusalt, on kasulik

- leida suhtlemiseks sobiv aeg ja koht;
- sõnastada sõnum selgelt;
- luua ka mittesõnaline kontakt - vaadata vestluskaaslasele otsa, naeratada;
- küsida tagasisidet - kuidas teine sinust aru sai;
- arvestada teise tunnete ja arvamustega.

Otsesed infoallikad on näiteks pealtnägijad. Kaudsed allikad on aga näiteks kirja pandud mälestused, tõlked, ajaleheartiklid. Sellisel juhul on info esitatud läbi kellegi teise silmade. Teave võib liikudes või aja jooksul muutuda. Sellepärast tuleb sama asja kohta käivat infot võrrelda ja otsustada, milline teabeallikas on usaldusväärne. Info vananeb, sellepärast antakse näiteks teatmeteoseid mõne aja möödudes uuesti välja.

6. TEABE EDASTAJA JA TEABE SAAJA

Järgnevalt on kirjeldatud erinevaid käitumisi. Ühenda käitumise viisid vastavalt kas teabe andja või teabe saajaga. Mõned käitumisviisid võivad sobida mõlemale. Kasuta eri värve: tõmba roheline joon, kui käitumine soodustab suhtlemist, ja punane, kui ei soodusta. Ülesande võib teha koos kaaslasega.



Arutage kaaslaste ja õpetajaga, millised arvamused suhtlemist soodustavate ja takistavate tegurite kohta klassis kujunesid. Põhjendage oma arvamusi.

7. TEABEALLIKAD

Jooni loetelus alla infoallikad, mis sinu arvates annavad usaldusväärset teavet.

artikkel ajalehes Postimees, vanaema naeratus, sõbra arvamus, keegi tänaval räägib millestki, Eesti Televisiooni naljasaade, uudistesaaade Vikerraadios, 6. klassi ajalooõpik, vana dokument, juturaamat, mängufilm, dokumentaalfilm, vanaisa jutustus oma noorpõlvest, libauudiste saade, koolisisesed infominutid, ajalootemaline etendus

Mis teeb info usaldusväärseks? Arutage kaaslaste ja õpetajaga.

Mõjutamine on teise inimese tahtlik või tahtmatu suunamine endale sobiva arvamuse või tegevuse suunas. Mõjutada saab teise inimese tundeid, koostöövalmidust, tõekspidamisi, teadmisi, ootusi, käitumist, väärtushinnanguid, otsuseid, tegutsemise viise. Mõjutamine võib olla hea, näiteks veenad sõpra enne kontrolltööd pingutama, kuid ka halb, näiteks sunnitakse kedagi poest kaupa varastama. Mõjutamisviiside valik näitab, millised on inimese väärtushinnangud.

Mõjutamise näiteid:

- abi eest pakutakse tasu või kingitusi;
- abi eest nõutakse vastuteenet;
- sunnitakse, ähvardatakse, hirmutatakse;
- luuakse olukord, millest ei saa keelduda;
- tehakse komplimente, kiidetakse;
- valetatakse, tekitatakse süütunnet;
- veendakse, st selgitatakse, miks mõni asi või tegevus on kasulik või kahjulik.

Manipuleerimine on üks sagedasemaid teiste mõjutamise viise. Positiivse manipuleerimise eesmärk on panna inimene rohkem pingutama. Negatiivse manipuleerimise korral tekitatakse teises ebamugavus- või süütunne, mille leevendamiseks on ta valmis manipuleerija tahtmist mööda tegutsema.

Tooge veel näiteid manipuleerimise kohta.

8. MÕJUTAMISE VIISID

Loe lugu läbi ja vasta küsimustele.

Keit on Karolil külas. Ta tahaks laenata üht Karoli raamatut, kuid Karol ei taha talle seda anda. Too näiteid, kuidas saaks Keit Karolit mõjutada, et Karol oleks nõus raamatut laenama. Millised mõjutamisviisid võivad nende sõprust kahjustada?

**Mõjutamisviisid,
mis võivad Keidu
ja Karoli sõprust
kahjustada.**

M
Õ
J
U
T
A
M
I
S
E

V
I
I
S
I
D

**Mõjutamisviisid,
mis ei kahjusta Keidu
ja Karoli sõprust.**
