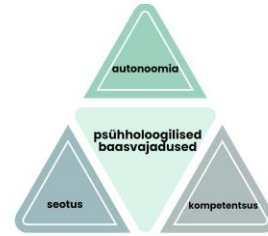


AUTONOOMIA



Vajadust **autonoomia** järele defineeritakse kui soovi tunnetada valikuvabadust oma käitumise ja tegevuste osas ning tunda selles kooskõla oma eesmärkide, huvide ja väärtustega (Ryan & Deci, 2000b).

Autonoomia toetamine on tekitada õpilastes tunnet, et ta saab õppeprotsessi toimumise osas kaasa rääkida, et õppeülesandeid nõustutakse tegema vabatahtlikult ning õpitav on kooskõlas nende vajaduste ja eesmärkidega (Stroet et al., 2013). Õpilase autonoomia toetamine väljendub ka selles, kui palju õpetaja võimaldab õpilastel ise oma käitumise üle otsustada ja julgustab enesejuhtimist (Assor et al. 2002) ning toob esile õpitu olulisust. Sinna alla kuulub õpilaste toetamine nende enda eesmärkide saavutamisel ja kooskõla loomine õpilaste motiivide, huvide, vajaduste ja õppetegevuse vahel (Reeve et al., 2004).

Autonoomia toetamise vastandiks on kontrolliv käitumine ehk õpilaste allutamine õpetaja poolt otsustatud õppeviisidele, reeglitele ja eesmärkidele ilma õpilasega arvestamata (Assor et al., 2002).

Seega autonoomia toetamisel tuleks võimalikult vähe rõhutada väliseid tasusid (nt hinded) ja karistustusi (nt järelvastamisvõimaluse puudumine) (Skinner & Belmont, 1993).

Uurimuste üleselt on enim tõestust leidnud järgnevad kategooriad:

1. **õpitava olulisuse esile toomine** - sinna alla käib selgitamine ja arutlemine, kus ja kuidas õpitavat kasutada saab, kuidas õpitav toimib, õpitava sidumine õpilase huvidega ja põnevuse tekitamine (Anderman et al., 2011).
2. **negatiivsete tunnete aktsepteerimine/austuse väljendamine** - negatiivsete tunnete aktsepteerimist defineeritakse kui teise inimese reaktsiooni suhtes mõistmise väljendamisest isegi kui see on vastuolus isikliku seisukohaga (Su & Reeve, 2011). Austust käsitletakse aga veidi laiemalt, võttes arvesse ka üldiselt õpilaste arvamuste ära kuulamist, aktsepteerimist ja kaasärääkimise võimaluse andmist, kasutades mitte-kontrollivat keelt (Assor & Kaplan, 2001). Kriitika aktsepteerimine ei tähenda, et õpetaja peaks kõige öelduga nõustuma, vaid pigem mõistmist, et õpilasel on eriarvamus (Reeve et al., 2004). Samuti saab õpetaja väljendada austust läbi õiglase klassiruumi tagamise, õpilaste üle mitte nalja tegemise, nende häbistamise või piinlikku olukorda panemise

Allikad:

Loo, S. (2022). Küsimustiku loomine õpilase tajutud õpetajapoolse psühholoogilise vajaduste toetamise mõõtmiseks. Magistritöö.

Randla, K (2023). Psühholoogiliste baasvajaduste toetamine ja pärssimine klassiruumis kahe tegevõpetaja näitel: videopõhine vaatlusuuring. Magistritöö.

vältimise ja mitte aktsepteerides sellist käitumist ka õpilaste puhul. Autonoomiavajadust toetav õpetaja on õpilaste suhtes kannatlik ning lubab õpilastel väljendada õppeprotsessi käigus tekkivaid negatiivseid emotsioone. (Reeve, 2009b)

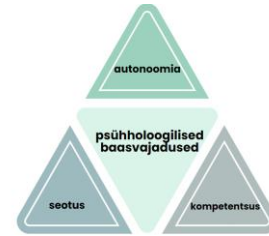
3. **valikute pakkumine** - valikuvõimaluste pakkumine õpiülesannete ja lahenduskäikude valimisel ja julgustamine õpilasi oma valikuid tegema (Su & Reeve, 2011). See võimaldab õpilastel tõenäolisemalt valida ülesandeid ja õppekorraldust, mis sobivad kokku nende eesmärkide ja huvidega ning seeläbi suurendab nende tunnetust, et nad juhivad ise enda õppimist (Assor et al., 2002). Valikute pakkumine ilma õpitava olulisuse selgitamiseta ja õpilasi kõnetamata ei pruugi aga õpilase autonoomiat oluliselt toetada, kuna õpilane võib näha kõiki erinevaid valikuid ebaolulisena või tal ei pruugi olla tekkinud õpitava osas oma huvisid ja eesmärke (Assor et al., 2002). Reeve ja teised (2003) uurisid valikute rolli tajutud autonoomia ja õppetöösse kaasatuse mõjutamisel lähemalt ja leidsid, et kui valikuid pakutakse ainult valikute pärast ja need ei tekita õpilases valiku tegemise tahet ega suurenda tegevuse vabatahtlikkuse tunnet, siis ei suurenda see tajutud autonoomiat. Kui valikute võimaldamine on aga kombineeritud teiste autonoomiat toetavate tegevustega, siis aga panustab see rohkema autonoomia tajumisse.
4. **mitte-kontrolliv keelekasutus** - kuna aga uurimused näitavad, et just kontrolliv käitumine ja keel vähendab õpilaste motivatsiooni ja õppetöösse kaasatust (Marchant et al., 2001), siis tuuakse seda sageli eraldi välja. Lisaks sellele, et õpetaja teeb autonoomiat toetavaid tegevusi, on ka oluline, et ta ei teeks autonoomiat piiravaid tegevusi ehk ei käituks kontrollivalt käskides, keelates ja karistades. Kontrollivad tegevused on veel näiteks õpilaste kriitika ja arvamuste ignoreerimine või maha surumine, enda eesmärkide ja arvamuste peale surumine, enda võimu rakendamine, et sundida õpilasi tööle jne. Selle asemel võiks õpetaja tugineda suhtlemisel valdavalt informatiivsele keelekasutusele (Reeve et al., 2004). Kontrolliva motiveerimisstiili puhul ei selgita õpetaja õpilasele tunnitegevuste olulisust. Õpetaja juhised on kontrolliva iseloomuga ("tuleb teha") ning tekitavad õpilases tihtipeale süütunnet. Lisaks on õpetajal vähe kannatlikkust, ta ei võta arvesse õpilaste emotsioone, vaid rõhutab õpetaja autoriteeti. (Reeve, 2009b)
Autonoomiavajaduse pärssimine väljendub õpilase antisotsiaalses käitumises, tunnirahu segamises, viha ning õppimisele nähtava vastuseisu väljendamisega (Cheon et al., 2019). Su ja Reeve (2011) leidsid metaanalüüsis, et mittekontrolliva keelekasutuse treenimine õpetajatel on õpilaste autonoomia toetamise suurendamisel kõige suurema mõjuga.

Allikad:

Loo, S. (2022). Küsimustiku loomine õpilase tajutud õpetajapoolse psühholoogilise vajaduste toetamise mõõtmiseks. Magistritöö.

Randla, K (2023). Psühholoogiste baasvajaduste toetamine ja pärssimine klassiruumis kahe tegevõpetaja näitel: videopõhine vaatlusuuring
Magistritöö.

KOMPETENTSUS



Kompetentsusvajadus tähendab soovi tunda, et suudetakse saavutada tegevuses meelepäraseid tulemusi ja vältida negatiivseid tagajärgi. Õpilaste kompetentsusvajaduse toetamiseks on oluline tundi struktureerida. Struktuuri tagamine võimaldab õpilasel mõista mida, millal ja kuidas temalt oodatakse, tunda kontrollitunnet oma õpitulemuste üle ja see toetab õpilase kompetentsusvajadust (Stroet et al., 2013).

Struktuuri loomine väljendub selgete kokkulepete sõlmimises, kusjuures õpetaja selgitab klassi kokkulepete vajalikkust ning olulisust. Lisaks väljendab õpetaja **selgelt oma ootusi** õpilaste suhtes, reageerib õpilaste küsimustele/märkustele ning on abivalmis, toetav ja **julgustav**.

(Skinner et al., 1998) Juhiste jagamisel on õpetaja järjepidev ning töökäsud on õpilastele üheselt mõistetavad ja selged (st töökäsku on õpilasel lihtne meelde tuletada ning ümber sõnastada)

(Mouratidis et al., 2013). Oluline on õpilasi **juhendada** kogu õppeprotsessi vältel ning anda õppeprotsessi jooksul **konstruktiivset** ning informatiivset **tagasisidet**. Need õpetamispraktikad toetavad õpilaste kompetentsusvajadust ning suurendavad õpilastes tunnet saavutada püstitatud õpieesmärgid. (Jang, Reeve, & Deci, 2010):

1. **Ootuste selgus** – õpilane teab ja mõistab, mida õpetaja temalt ootab ja mida on vaja teha, et saavutada õppetöös soovitud tulemused. See eeldab, et õpetaja on oma ootustes ja reaktsioonides järjepidev ning väljendab neid õpilastele arusaadaval viisil (Skinner & Belmont, 1993). Ootusi saab väljendada näiteks tuues välja konkreetset sõnastatud õpiväljundid ja hindamiskriteeriumid, rõhutades tundides olulist infot, leppides kokku klassireeglites ja neid õiglaselt ja järjepidevalt rakendades (Skinner & Belmont, 1993).

Seega ootuste väljendamise puhul on oluline lähtuda eesmärgist, et need eelkõige aitaksid õpilastel paremini mõista, kuidas selle õpetaja tunnis ja aines hästi hakkama saada, mitte suruda õpilast õpetaja jaoks mugavatesse raamidesse, mis tegelikult õpilast ei toeta ja mõjuvad hoopis kontrollivalt.

2. **Juhendamine** – õpetaja saab õppeprotsessi jälgida näiteks kui ta ülesannete tegemise ajal kõnnib klassis ringi, märkab segaduses õpilasi ja uurib, kuidas nende tegemine edeneb ja millised asjad on jäänud segaseks ja küsib küsimusi kontrollimaks õpilaste arusaamist (Anderman et al., 2011). Juhendamisel toob näiteid õpitu selgitamiseks, kasutab lihtsasti arusaadavat sõnastust, kordab õpitust olulisima õpilastega mitu korda üle, märkab

Allikad:

Loo, S. (2022). Küsimustiku loomine õpilase tajutud õpetajapoolse psühholoogilise vajaduste toetamise mõõtmiseks. Magistritöö.

Randla, K (2023). Psühholoogiliste baasvajaduste toetamine ja pärssimine klassiruumis kahe tegevõpetaja näitel: videopõhine vaatlusuuring. Magistritöö.

segaduses õpilasi ja pakub abi vajadusel selgitades neile ülesannet või teemat uuesti (Anderman et al., 2011).

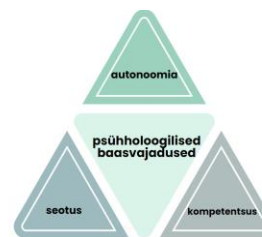
3. **Julgustamine** – õpetaja positiivsed ootused ja tagasiside õpilasele, nt kuivõrd õpetaja usub, et konkreetne õpilane on võimeline õppetööga hakkama saama, mis hästi õnnestus ja seda ka õpilasele väljendab. Motivatsiooni toetav kiitus keskendub eelkõige asjadele, mida õpilane saab ise mõjutada nagu pingutus ja konkreetsed käitumised, mitte võimekusele, omadusele või tulemusele. Samuti peaks kiitmisel vältima õpilase võrdlemist teiste õpilastega ja keskenduma pigem õpilase isiklikule arengule ning olema realistlik mitte ülepaistunud.
4. **Konstruktiivne tagasiside** – juhised, kuidas õpilased saaksid raskustest ja tehtud vigadest üle ning jõuda soovitud tulemusteni, näiteks juhtides levinumatele vigadele tähelepanu (Cunha et al., 2019). Nii positiivne kui ka negatiivne informatiivne tagasiside on positiivselt seotud õpilase motivatsiooni ja õppetöösse kaasatusega (Mouratidis et al., 2008). Kusjuures detailsem ja personaalne tagasiside avaldab rohkem mõju kui kogu klassile antud tagasiside (Rosário et al., 2015). Kodutöödele antav tagasiside on positiivselt seotud sellega kui palju õpilased kodutöid ära teevad (Xu, 2011) ja huviga õpitava vastu. Informatiivse tagasiside vastandiks on hinnanguline tagasiside. Eriti lühida negatiivse hinnangulise tagasiside andmine nagu nt „vale“, „halvasti“ või numbriline negatiivne hinne ilma selgitusteta, on negatiivselt seotud õpilase motivatsiooniga (Wentzel, 2002). Samuti kui antava tagasiside eesmärk on peamiselt õpilast kontrollida, nt läbi negatiivse reaktsiooni survestada õpilast ülesandeid korralikumalt tegema või rohkem õppima, siis mõjub see pigem autonoomiat piiravana kui kompetentsust toetavana ja vähendab hoopis õpilase õpimotivatsiooni (Ryan & Weinstein, 2009).

Allikad:

Loo, S. (2022). Küsimustiku loomine õpilase tajutud õpetajapoolse psühholoogilise vajaduste toetamise mõõtmiseks. Magistritöö.

Randla, K (2023). Psühholoogiliste baasvajaduste toetamine ja pärssimine klassiruumis kahe tegevõpetaja näitel: videopõhine vaatlusuuring. Magistritöö.

SEOTUS



Seotuse all mõistetakse inimese sisemist kaasasündinud vajadust tunda teiste inimeste, grupi või ühiskonnaga sidet (Baumeister & Leary, 1995). Õpilase jaoks on oluline, et õpetaja siiralt väärtustaks ning austaks teda. Seotusvajadust toetavat õpetajat iseloomustab sõbralik olek ning soe suhe kõigi õpilaste, eriti nendega, kes tema õpetavas aines priimused pole. Õpilaste seotusvajadus on toetatud, kui õpetaja väljendab oma õpilaste suhtes uudishimu ning küsib õpilastelt, kuidas nad ennast emotsionaalselt tunnevad. Seotusvajadust toetav õpetaja on õppimise osas entusiastlik, proovib õpilasi mõista ja õhutab õpilasi koostööd tegema (Ahmadi et al., 2022).

Seotust nimetatakse ka osavõtlikkuseks. Osavõtlik suhtlusvorm on soe ja arvestav, tähelepanelik ja õiglane ja väljendab soovi toetada õpilaste õppimist (Stroet et al., 2013). Kui õpilased tajuvad, et õpetaja ei väärtusta neid, suhtub neisse ükskõikselt või negatiivselt ja nad ei ole teretulnud, siis nende seotusvajadus kahjustub ja motivatsioon langeb (Niemic & Ryan, 2009). Ka rohked konfliktid õpetaja ja õpilase vahel kahjustavad õpilase seotusvajadust (Baumeister and Leary, 1995).

Uurimustes väljendub, et õpilase seotusvajaduse täitmine on eelduseks, et teiste vajaduste täidetuse õpikäitumisele mõju avaldaks (Hamre & Pianta, 2005). Seotuse komponent täidab pigem õpilase emotsionaalseid vajadusi tunda ennast turvaliselt ja arvestatult ning loob olukorra, kus õpilane on positiivselt meelestatud (Hamre & Pianta, 2005). Eriti paistab õpetaja osavõtlikkus mõjutavat riskigrupis õpilasi – madala sotsiaalmajandusliku staatusega peredest ja õpiraskustega õpilasi (Roorda et al. 2011).

- 1. Meeldimine** - positiivne suhtumine õpilastesse suurendab nende julgust tulla õpetajaga vajadusel rääkima. Vastupidiselt mõjuvad õpetajad, kes neist ei hooli on kriitilised, karjuvad nende peale või ignoreerivad neid (Wentzel, 1997).
- 2. Mõistmise väljendamine** - näiteks märkab õpetaja kui õpilane on tujust ära, reageerib toetavalt sellele kui õpilane jagab midagi isiklikus elust – tulevikust, kodust, hobidest, mis ta nädalavahetusel tegi jne.)
- 3. Usaldusväärsus/kättesaadavus** - õpetajat tajutakse tõenäolisemalt usaldusväärseks kui ta näitab välja heatahtlikkust, avatust, ausust, järjepidevust ja kompetentsust oma

Allikad:

Loo, S. (2022). Küsimustiku loomine õpilase tajutud õpetajapoolse psühholoogilise vajaduste toetamise mõõtmiseks. Magistritöö.

Randla, K (2023). Psühholoogiliste baasvajaduste toetamine ja pärssimine klassiruumis kahe tegevõpetaja näitel: videopõhine vaatlusuuring. Magistritöö.

valdkonnas (Hoy & Tschannen-Moran, 1999). Lee (2007) leidis tugeva positiivse seose õpetaja usaldusvärsuse väljenduse ja õpilase õpimotivatsiooni vahel.

Seotusvajaduse pärssimist soodustab õpetaja, kes ignoreerib õpilast olukorras, kus õpilane vajaks eriti tema tuge (nt emotsionaalne ahastus, väärkäitumine). Samal tasemel motivatsiooni langetav õpetajapoolne tegevus on õpilaste solvamine, kui nad käituvad õpetaja ootusi mitte täitvalt (nt õpetaja kutsub õpilast “lollpeaks”). Seotusvajadus on pärsitud ka olukorras, kus õpetaja karistab õpilasi ebaõiglaselt ning tõstab õpilaste peale häält või lausa karjub. Lisaks ebaõiglasele karistamisele pärsib seotusvajadust ka ebaõiglane tunnustuse jagamine. Seotusvajadust pärsib veel ka õpetaja sarkastiline olek ning positiivsus õpilaste suhtes ainult olukordades, kus õpetaja ootused on täidetud. (Ahmadi et al., 2022).

Allikad:

Loo, S. (2022). Küsimustiku loomine õpilase tajutud õpetajapoolse psühholoogilise vajaduste toetamise mõõtmiseks. Magistritöö.

Randla, K (2023). Psühholoogiste baasvajaduste toetamine ja pärssimine klassiruumis kahe tegevõpetaja näitel: videopõhine vaatlusuuring. Magistritöö.

Allikad:

Loo, S. (2022). Küsimustiku loomine õpilase tajutud õpetajapoolse psühholoogilise vajaduste toetamise mõõtmiseks. Magistritöö.

Randla, K (2023). Psühholoogiste baasvajaduste toetamine ja pärssimine klassiruumis kahe tegevõpetaja näitel: videopõhine vaatlusuuring
Magistritöö.