

Aktiivtöö. Kes mind mõjutab?

Teema: suhete loomine, lähisuhted.

Alateema: surve äratundmine.

Õpitulemused. Õpilane:

- teab probleemide erinevaid lahendusviise ja oskab neid õpituatsioonis kasutada*;
- kirjeldab kaaslaste mõju ja survet otsustele, mõistab otsuste tagajärgi*.

Vajalikud materjalid. Töölehed, soovi korral ajalehed või ajakirjad, õpetaja lisamaterjal.

Taust. Me kõik tahame, et meil oleksid sõbrad, kellega saab igal teemal rääkida, mõnusalt aega veeta ning kellelt vajadusel abi ja toetust küsida. Samas võib mõnikord juhtuda, et sõbrad survestavad meid tegema otsuseid, mida me tegelikult teha ei tahaks. Seetõttu on oluline aru saada, mis on eakaaslaste surve, kuidas see toimib ning kuidas sellele vastu seista. Selle oskuse arendamine aitab kaasa õpilaste enesetõhususe suurendamisele ka uimastitega seotud olukordades.

Tunni sissejuhatus. Küsige õpilastelt, milliseid otsuseid on nad täna teinud (nt kas pesta hommikul hambaid, kas süüa hommikusööki, mida süüa, mida selga panna, kellele öelda tere hommikust, kas keelduda, kui pinginaaber tahab tunnis juttu ajada jms). Arutlege, millised otsused on olnud lihtsamad, millised keerulisemad.

Põhitegevused

1. Selgitage, et me teeme otsuseid oma valiku järgi. Mõned otsused on lihtsad ja mõjutavad meie heaolu ja tulevikku vähem, teised keerulisemad ja võivad meie elu palju mõjutada. Meie otsuseid kipuvad sageli mõjutama teised inimesed. Küsige õpilastelt, kes nende arvates võivad nende otsuseid mõjutada. Milliseid otsuseid nad mõjutavad? Paluge õpilastel joonistada töölehele mõttekaart „Kes mõjutab minu otsuseid?“ Võtke arvesse kõiki inimesi, kes võivad laste otsuseid mõjutada (eakaaslased, sõbrad, vanemad, arst, õpetaja, treener, poemüüja, president, lemmiklaulja jne).
2. Arutlege koos, mida tähendab mõiste *eakaaslaste surve* (eakaaslased – samas vanuses või klassis olevad inimesed; eakaaslaste surve – grupis olevate inimeste tugev mõju grupi liikmetele mingiks tegevuseks). Paluge õpilastele tuua näiteid, kus nad on olnud teiste poolt mõjutatud.
3. Paluge väikestes rühmades täita töölehed (või laske kirjutada lahendused suurtele paberitele). Tooge eelnevalt näiteid eakaaslaste positiivse ja negatiivse mõju kohta (nt positiivne mõju: koos otsustatakse minna trenni, teatrisse, kinno, õppida kontrolltööks jms; negatiivne mõju: loobutakse koos koolilõunast, keegi pakub suitsu või alkoholi ja sellega nõustutakse, puudutakse tunnist, kiusatakse kedagi, hüpatakse vette tundmatus kohas jms). Rõhutage, et nii üksikute inimeste kui grupi mõju võib olla kas positiivne ja negatiivne.
4. Selgitage, et oluline on aru saada, et keegi tahab sind tugevasti mõjutada ja kasutab selleks erinevaid võtteid, vt õpetaja lisamaterjal. Küsige õpilastelt, mil viisil neid võidakse mõjutada. Mõju võib olla nii sõnaline (narrimine – sa oled ...; veenmine – kui sa nii teed, siis...; solvamine – sa ei oska...; näidete toomine – tema tegi ka nii; ähvardamine – kui sa seda teed, siis...; äraostmine – kui sa teed seda, siis saad...; vältimine – kui sa nii ei tee, siis pole sa enam meie sõber) kui mittesõnaline (nt tahetakse teistega sarnaneda, vt õpetaja lisamaterjal). Paluge rühmadel täita töölehel ülesanne mõjutamisviiside kohta. Tuletage meelde ka interneti suhtlusvõrgustike rolli. Arutlege koos vastuste üle. Küsige, miks on raske eakaaslaste survele vastu seista (sest eakaaslaste tunnus on oluline).

5. Selgitage, et:

- a) esimene samm mitte allumaks negatiivsele survele on arusaamine, mis on surve ja kuidas see võib avalduda;
- b) teine samm on mõistmine, et alati on õigus keelduda ebasoovitavast survest ja kellelgi ei ole õigust avaldada survet, mis võib teisi kahjustada;
- c) kolmas samm on sobiva käitumisviisi valik. Selleks sobib kehtestav käitumine, mida saab vältida nii verbaalselt (nt öeldes: ei, ma ei soovi seda teha, sest...) kui mitteverbaalselt (nt seistes sirgelt, vaadates otsa, rääkides kindla häälega, vastates kohe jms). Need on oskused, mida saab harjutada.

Põhisõnum. Me teeme iga päev otsuseid. Osad neist teeme ise, mõne puhul arutame vanemate, sõprade või eakaaslastega. Mõne otsuse puhul võime tunda eakaaslaste survet, mis võib olla nii positiivse kui negatiivse mõjuga. Rõhutage, et kui teame, mis on eakaaslaste surve ja kuidas see võib toimida, on meil lihtsam vajadusel sellele vastu seista.

Lõiminguvõimalused. Töö pakub võimalusi lõiminguks kunstiopetuse (mõtdekaardi kujundamine), võõrkeele (nt ingliskeelse noortele mõeldud eakaaslaste surve teemalise kodulehe külastamine: http://www.thecoolspot.gov/peer_pressure5.asp), arvutiõpetuse ja ühiskonnaõpetusega (internetiturvalisus).



Soovitatav lisamaterjal. Koos mõne noortefilmi vaatamine ja seal esinevate mõjutamise viiside üle arutlemine.



Kasutatud kirjandus

1. Botvin G J. Life Skills Training. Promoting Health and Personal Development. Level Two: Grades 4/5. Teacher's Manual Elementary School.
2. National Institute of Alcohol Abuse and Alcoholism. The young teen's place for info for alcohol and resisting peer pressure. http://www.thecoolspot.gov/peer_pressure5.asp, külastatud 08.03.2014.

Tööleht

Ülesanne 1. Joonista mõttekaart „Kes ja mis mõjutavad minu otsuseid?“ Too iga mõjutaja kohta näide.

MINU OTSUSED

Ülesanne 2. Too näiteid, milliste otsuste tegemisel võivad eakaaslased sind mõjutada.

Positiivsed näited	Negatiivsed näited

Ülesanne 3. Eakaaslased mõjutavad kaaslasi mitmel viisil. See võib toimuda vahetul suhtlemisel kui ka interneti suhtlusvõrgustikes. Too iga viisi kohta näide!

	Näide
Sõnaline mõjutamine	
Selgitamine	
Halvasti ütlemine, solvamine	
Narrimine	
Ähvardamine	
Lubaduste andmine	
Vältimine	
Mittesõnaline mõjutamine	
Lisa oma näide:	