

## Mentorlus 3 EAP

Õppejõud Einike Pilli ja Meego Remmel

**Õpiväljundid.** Ainekursuse läbinud üliõpilane

- tunneb mentorluse põhimõtteid ja oskab neid rakendada teiste arengu toetamisel;
- oskab rakendada eesmärgipäraselt mentorluse praktikaid ja nõustamisvõtteid;
- rakendab mentorluses ja nõustamises usulisi praktikaid;
- on mentorsuhte kaudu sõnastanud enda usulisi eelistusi, analüüsinud oma arengukohti ning avastanud sobivaid viise oma spiritualiteedi arendamiseks.

### Hindamine

<i>Hindamismeetodid</i>		<i>Hindamiskriteeriumid</i>
<b>1. Mentorluse käsiraamatu 1.-2.ptk kokkuvõte ja selle riputamine Moodlesse</b>	2.x okt	On vastatud Moodle vastavas foorumis küsimustele <ul style="list-style-type: none"><li>• mida ma õppisin;</li><li>• mida oleks veel tahtnud teada;</li><li>• mida hakkan loetust rakendada</li></ul>
<b>2. 3.ptk ja Scazzero raamatu kokkuvõte ja seminaril osalemine</b> (alternatiiv osalemisele: min 2lk-pikkune kirjalik analüüs)	3.x veebr	On kirjalikult vastatud küsimustele <ul style="list-style-type: none"><li>• millised 3.ptk teemadest vajavad Sinu hinnangul kõige enam mentorsuhtes puudutamist? Põhjenda oma seisukohta</li><li>• Millised emotsionaalselt terve vaimsuse teemad puudutasid Sind eriti? Miks?</li><li>• Analüüs on umbes 1,5 lk pikk</li><li>• Seminaril on esitatud suuliselt vähemalt üks seisukoht</li></ul>
<b>3. Enesearengu plaan koos mentori töö analüüsi ja temapoolse tagasisidega</b>	4.x apr	<ul style="list-style-type: none"><li>• Plaan puudutab 1-2 arenguvaldkonda (3.ptk 10 asja)</li><li>• Enda muutusi on analüüsitud tehtud plaani valgel;</li><li>• Mentori tagasisides on kommentaarid muutustest, mis on 2-3 korra jooksul muutunud;</li><li>• Mentori tegevust on analüüsitud (lk 36) kuulaja ja kõneleja reeglite põhjal;</li></ul>

<b>Alternatiiv 1.</b> <b>4. Noore mentorluse praktika ja aruanne</b>	4.x apr	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noorega on kohtunud vähemalt 2 korda</li> <li>• Noor on teinud enesearenguplaani ja seda on koos arutatud, plaani peamised komponendid on aruandesse lisatud</li> <li>• Peamised enda kui mentori töövõtted, sh usulised praktikad on nimetatud</li> <li>• Noore tagasiside mentorile on lisatud</li> </ul>
<b>Alternatiiv 2.</b> <b>4. Piiblikooli grupi mentorlus</b>	4.x apr	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piiblikooli sessioonil on osaletud vähemalt 2 korda</li> <li>• Gruppi on vaatluse ja vestluste (vähemalt 2) põhjal analüüsitud</li> <li>• Mõni grupi arengukoht on esile toodud</li> <li>• Ennast on mentorina analüüsitud</li> </ul>

**Lõpphinde kujunemine:** kõik neli hindamismeetodit on sooritatud vastavalt hindamiskriteeriumidele. Viimane võimalus on töid esitada on **10.juunil 2020**

### Õppeprotsessi kirjeldus

<b>Auditoorne õpe</b>	<b>Eelnev iseseisev töö</b>	<b>Auditoorse sisu ja meetodid</b>
September (6)	-	Mentorluse põhjendus, olemus ja praktika. Piibli näited mentorlusest ja mentorluse erivormid. Venni diagramm mõistetega. Kes sobib mentoriks? Näidisvestlus.
Oktoober (4)	Käsiraamatu 1.-2.ptk kokkuvõte;	Mentorvestluse ülesehitamine. Mentori töövõtted. Harjutus kolmikutes etteantud juhtumitega.
Veebruar (4)	Käsiraamatu 3.ptk ja Scazero rmt kokkuvõte	Raamatuseminar loetu peale – suured mentorluse teemad ja emotsionaalne tervis. Osalejate suured teemad. Vari.
Aprill (4)	Enesearengu plaan ja tagasiside; Noore või piiblikooli mentorluse aruanne	Kahe suure kodutöö analüüs.

### Kohustuslik kirjandus

Kristlik juht ja mentorlus, Toim. T.Pilli (peatükid sealt)

Scazzero, P. 2016. Emotsionaalselt terve vaimsus. Allika

**Soovituslik materjal**

Videod – EKNi lehel

Moodles olevad mentorlusvideod

Vt mentorluse raamatu kirjanduse loetelu

Taustamaterjal

**August** (6)– terminoloogia, enesevisioneerimine

1.loeng – ettenäitamine (ajaeelarve - Meego) ja analüüs. Seosed jüngerluse, mentorluse ja hingehoiuga. Piibli mentorluse mudelid.

Osad: kontakti loomine, teema selgitamine, käsitlemine ja järgmine samm

2.loeng - Ristija-Johanneslik eesmärk – Rohkem Jeesust - Keskmee ehk Kristuse suunas, enda vähem tõsiselt võtmist – selles teenime ja armastame teisi

Jumala “täiega” armastamine. Loodusesse saatmine – enesevisioneerimine. Kahe taldriku harjutus.

3.loeng – milline inimene sobib mentoriks? Vari. Mentorlusprotsess KKK

Sissejuhatus: „Mentorlus on protsess, mille käigus mentor toetab ja julgustab mentiid isiklikus, ametialases ja vaimulikus arengus.“

Mentoritest meie elus (väikesed grupid) kelle tõttu oleme siin, kus me oleme.

Mentorluse ohud ja võimalused (mis juhtub ilma mentorita suurema tõenäosusega?) Kas sinu elus on inimene, kes tohib sulle kõike öelda?

1. Mentorluse olemus ja põhjendus (vt dokumenti)

a. Mentorlus ja jüngerlus (Kauri panus) – Venni diagram.

b. **3 astet ja järkjärguline areng.** Mentorluse reeglid: mentii initsiatiiv, vabatahtlikkus, tähtajalisus, regulaarsus, soopõhisus?, kogemuse pikkuse vahe mentoriga, eesmärgipärasus ja süsteemsus, lähtumine mentii huvidest ja vajadustest, konfidentsiaalsus; usuliste praktikate osa; Mis on vaba – koht ja vorm.

Timoteos ja Paulus (Fl 2: 19...Paulus ja Timoteos; Ef 4:11-13). *11 Tema on see, kes on pannud mõned apostleiks ja mõned prohveteiks ja mõned evangelistideks, mõned karjaseiks ja õpetajaiks, 12 et pühi inimesi valmistada abistamistöole Kristuse ihu ülesehitamiseks, 13 kuni meie kõik jõuame usu ja Jumala Poja tundmise ühtsusesse, saades täismeheks Kristuse täisea mõõtu mööda, 14 et me ei oleks enam väetid lapsed, keda pillutab ja kõigutab iga õpetusetuul, et inimliku pettemänguga eksitusse kavaldada, 15 vaid et me tõtt rääkides armastuses kasvaksime kõigiti selle sisse, kes on pea - Kristus.*

c. Otsi mentorlusnäiteid Piiblist.

d. Mentori ja mentii rollid – harjutus – mis põhjustel kaaluksid alustamist mentorina?

2. Aktiivse kuulamise põhireeglid.

a. Vt Karita reegleid:

*Reeglid kõnelejale:*

- räägi iseenda eest, oma kogemuse vaatepunktist;
- selgita oma seisukohta lühidalt ja selgelt;
- hoidu süüdistustest ja sildikleepimisest;
- peatu, et kuulaja saaks sinu poolt öeldut
- ümber sõnastada.

*Reeglid kuulajale:*

- pühendu kuulamisele, keskendu sõnumile;
- ära vaidle vastu ega paranda;
- täpsusta, kuid ära kritiseeri;

- korda kuulnud oma sõnadega. Kolm peegeldamise tasandit – täpne, sisukokkuvõte ja tunnete sõnastamine
  - b. Kuulamistasandid – tähelepanekud (sa hilinesid kokkusaamisele), mõtted-järeldused (sa hilinesid...järelikult...). Neil tuleb vahet teha. Väga lähedaste sõprade puhul ka. Näited: mentii ütleb: ma olen väga ülekoormatud; eile ladusin 4 tundi puid; mu naine ei mõista mind; - tehke 4 tähelepanekut ja 4 järeldust.
  - c. Eneseväljendustasandid: informatsioon; soovid ja vajadused; tunded ja unistused. Näiteid kõigi kolme kohta: kohtume kell 13 kaubamaja ees; mul on kaks tundi aega, mis tähendab, et peame alustama ja lõpetama täpselt; mul on tunne, et me ei kasuta mentorluseks mõeldud aega piisava otstarbekusega. Teha 2-3 lauset igast valdkonnast.
  - d. Ettenäitamine – konfidentsiaalsuse teema. Einike küsib Meegolt: kuidas Sul on vahepeal läinud? Kas on olnud mõni raske vestlus? Miks see on raske olnud? Mis tegi selle vestluse Su jaoks keeruliseks? Mida sa ise oleksid saanud teisiti teha?
- 3. Otsige Piiblist lugusid-suhteid, kus on nn mentorlussuhted
- 4. N. Emmause loo näitel – Meego (kontakti loomine – kõnnib kaasa, küsimuste küsimine, jutustavad oma loo, tõerääkimise koht – vaata suuremat pilti).

Harjutus juhtumipõhiselt iga rühm oma, näitab ette (enne läbirääkimine)

- Töötajate rollist äraminemine (Emmause põhjal)
  - Pastori pornojuhtum
  - Kuulujutu levitaja koos liialdustega
  - Töötajate ajab enda ja koguduse raha segi (nt sõidukulude pähe)
  - Võimu kasutamine/vaimuliku meelevaldaga manipuleerimine prohveteerimise abil
5. Eetilised küsimused, sh konfidentsiaalsus jm oht. Mudel. M. Millised eetilised küsimused tekivad mentorluse käigus?
  6. Kuidas protsess käib ja rollid mentorluses.
    - Millist mentorit Sa endale tahaksid (ise kirja)? Kas Sa ise oled selline mentor? Peamised enda arengukohad. Integriteet
    - Teemad (kahe taldriku harjutus) ja formaat

Lõpuring – millised teemad vajasid käsitlemist. Koduülesanne – vähemalt üks vestlus.

Palvehetk – enda kasvamiskoht?

September (8 tundi)

1. Tagasiside vahepeal tehtust. Tagasiside andmine ja vastuvõtmine
2. Enesehinnang – Mooses (2Ms 3) ja Paulus (Apt 9). Kaks rühma.
3. Eneseareng ja -juhtimine. *Kahe taldriku harjutus*. Ökokaart.
4. Vaimulik areng – sosinad – B.Hybels "Sosinad".
5. Läbipõlemise märgid. Test. *Kuidas ma tean?*
6. Konfliktid. Intervjuu Tõnu Lehtsaarega. Kuidas ära tunda konflikti?
7. Emotsionaalse tervise teema.
8. Suhted ja meeskonna liikmeks olemine.

## **Tagasiside andmine ja vastuvõtmine**

*Kuidas tagasisidet anda?*

- Meil peab olema õigus öelda – usalduskapital (mentori valimise teema)
- Hea, kui küsitakse. Või siis küsida, kas tahetakse kuulda
- Öeldu rakendamiseks peaks jääma “plusskraadidesse” – mahalöödud inimene ei suuda ennast parandada
- Tagasisides tuleb vältida hinnangulisust ja sildistamist
- Kasuta suunavaid küsimusi, mis arendavad eneseanalüüsi
- Mida konkreetsem ja kirjeldavam, seda parem. Nt “Kui ma jälgisin kõrvalt, kuidas sa oma naisega suhtlesid, märkasin, et te ei vaata üksteisele silma. Oled sa seda ise märganud ja mis võiks olla selle põhjuseks?” või “Kui sa jäid meie kokkulepitud kohtumisele hiljaks, tundsin ennast rumalana, sest olin seda ühist aega väga oodanud ja pidanud kodus lapsega peetava vestluse pooleli jätma, et õigeks ajaks jõuda...”

Harjutus. Kuidas anda tagasisidet

- Kui mentii on käitunud kellegagi verbaalselt agressiivselt ja oled seda kõrvalt näinud
- Kui mentii on endast liialdatult heal arvamusel ega ole valmis ühtegi viga tunnistama
- Kui mentii on jätnud kokkulepitud koduse lugemistöö tegemata
- Kui on näha, et mentii töötab kirikus üle, ta naine on kolme lapsega väga kurnatud ja mees õigustab, et Jumala riigile tuleb anda maksimum
- Kui mentii kurnab oma vabatahtlikke süütunde abil

*Kuidas tagasisidet vastu võtta?*

- Mitu arvamust on alati parem – 360 kraadi tagasiside
- Küsi spetsiifilist tagasisidet nende asjade kohta, milles pole kindel

Toivo: “Oi Einike, tead, kogudusel on arvete maksmise aeg. Ja need arved on suured!!!”

Einike: “Kas Sa tahad lihtsalt rääkida või vajad raha?”

Me kõik jätame endast kaks jälge – inimsuhete ja tulemuste jälg

### **Neli märki emotsionaalselt ebatervest juhust**

- Madal eneseteadlikkus (enda tunnete ja suhtumiste teadvustamine)
- Töö on tähtsam kui perekond (vallalisus)
- Teevad rohkem kui nende suhe Jumalaga välja kannab
- Neil pole sabati-rütmi (ühete 24-tunnist puhkuseaega nädalas)

Mis mõtteviis tekitab ebatervet suhtumist:

- Kristlik töö peab kogu aeg kasvama
- See, mida sa teed, on olulisem kui see, kes sa oled
- Pealiskaudne usuelu on ok
- Ära kõiguta paati kuni töö saab tehtud

Pauluse vai. 2.Kr 12:8-10

### **Oma varju äratundmine**

- Igaühel on oma vari (oma loomupärane nõrk koht, mis ikka ja jälle välja lab ja me teenimist segab)
- Kui oskame ära tunda ja taltsutada oma varju, saame aidata ka teisi seda teha.
- Me ei saa muuta seda, millest me pole teadlikud
- Ja vastupidi – kui me pole tegelenud oma varjuga, ei ole me abiks ka teistele

### **Tead, et see on su vari kui**

- Käitunud sobimatult surveolukordades
- Ei taha, et kellelgi läheb hästi, sest ta on sulle haiget teinud
- Mõni inimene või olukord paneb sind ütlema asju, mida hiljem kahetsed
- Kui keegi püüab rääkida mõnest keerulisest teemast, siis sa ei suuda kuulata ja ründad rääkijat
- Teed sama asja ikka ja uuesti, kui tagajärjed on kogu aeg halvad
- Oled vihane, kade ja armukade – massiliselt
- Teed või ütled asju selleks, et jätta endast head muljet
- Korjad ülesandeid juurde vaikseksjäämise asemel
- Kaldud idealiseerima teisi ja neile Jumalast antud ande
- “kolmnurgastad” – teed negatiivseid märkusi kolmandale osapoolle, selle asemel, et öelda talle otse

*Mis on minu vari?* Mul on vajadus õnnestuda ja võimalikult ruttu. Taustaks – mul on läbikukkumise kogemus juhina. Ja – ma ei unusta, et olen naine kirikus. Ma ei tohi kordagi ebaõnnestuda. Seepärast töötan väga palju.

Mõned näited varjust:

- ... (mis on sinu vari?)
- Vajadus saada tunnustust on peamine tegutsemise motiiv
- Perfektsionism – vead pole lubatud
- Ebakindlus tekitab hirmu, et miski läheb valesti ja hukkamõistu
- Vajadus iga hinna eest õnnestuda paneb meid liikuma eesmärgi suunas, jättes märkamata inimesed
- Teenime innukalt, aga unustame hoolitseda enda eest
- Pelgame luua sisukaid suhteid ja lasta inimesi endale lähedale
- Me ei tule toime lahkumise valuga ja kisume tüli üles, et oleks kergem lahkuda

### **Lohutused**

- Me pole oma vari
- Varjust võib saada varjatud vägi – muutume mõistvaks ja armuliseks “Ps 84 “Nutuorust läbi käies teevad nad selle allikate maaks; ka varajane vihm katab neid õnnistusega.”

Neli viisi varjuga toime tulla

- Taltsuta oma varju seda nimetades (tunded on sõnumitoojad!, Piibel on testiks!)

- Kasuta genogrammi – tavaliselt on meie käitumisel “ajalugu” lapsepõlves või meie eelkäijate käitumises
- Püüa leida negatiivseid käitumismustreid, mida oled pärinud. Näiteks...kriitiline meel; võimetus tegelikest asjadest rääkida – alati peab hästi olema; ei usalda inimesi – alati peab ise toime tulema; ...
- Küsi tagasisidet inimestelt, keda usaldata (*mina ja rahateema*). Meid võidakse vahel süüdistada erinevates asjades – see ei tähenda, et need kõik on meie varjud

### **Hindamismeetodid (neile, kes tahavad ainepunkte)**

#### 1. Eneseanalüüs mentii rollis.

Juhend: Loo mentorsuhe läbi isikliku initsiatiivi. Kirjelda mentiiks-olemise protsessi koos kohtumiste (min 2) ja peamiste teemadega. Kirjelda ühte tähendusrikast vestlust, mis toimus mentorluse käigus ja muutust, mida see kaasa tõi. Analüüsi, millised arengukohad tulid esile Sinu arengus nende vestluste käigus või nendest mõjutatuna ning milliseid eesmärke seadsid selle põhjal oma arenguks (300-450 sõna).

#### Hindamiskriteeriumid:

- Kirjeldus ja analüüs on loogiliselt seotud
- Tähendusrikka vestluse valikukriteeriume on kirjeldatud toimunud muutuse seisukohalt
- Enda arengukohti on analüüsitud
- Arengukohad on loogilises seoses seotud arengueesmärkidega

#### 2. Mentorsuhte analüüs.

Juhend. Loo mentorsuhe ühe noorega (nime pole vaja öelda, vanusest ja soost piisab). Kirjelda kohtumiste rütmi, ülesehitust ja peamisi teemasid. Kirjelda vähemalt ühte keskset teemat, mis tuli nende kohtumiste käigus esile. Milliseid küsimusi Sa selle teema käsitlemisel küsisid (3-5 olulisemat)? Mida Sa nendest kohtumistest õppisid enda kui mentori kohta? (300-450 sõna)

#### Hindamiskriteeriumid:

- Mentorsuhte kirjeldus sobib kokku analüüsiga
- Ühe teema kirjeldus on olemas koos esitatud küsimustega
- Enda mentoriks-olemise õppimiskogemust on kirjeldatud

### **Kirjandus**

Breen, Mike. “Building a Discipling Culture”

Dungy, T. The Mentor Leader. Tyndale Publishers, 2010

Williams, B. The Potter’s Rib: Mentoring for Pastoral Formation

<http://mentoringmatters.org.au/>

## **Võimalik mentorite nimekiri seminari tudengitele**

Jack Loo

Monika Lige

Sven-Joonatan Siibak

Einike Pilli?

Peeter Roosimaa?

Leho Paldre

## **Tudengite mentorite rollid**

- Mentii tervikliku kasvu toetamine tema kutsumuses
- Õppimise ja kogudusliku teenimise toetamine, sh kirjalike tööde ja praktika osas
- Mentiile oluliste küsimuste arutelu

## **Mentorluse põhiteemad**

Olevikuteemad

- Vaimulik elu
- Teenimine
- Tervis ja füüsiline heaolu
- Puhkus ja hobid
- Emotsionaalne tasakaal ja tervis
- Kiusatused ja sõltuvused (ekraan)
- Perekond
- Materiaalne toimetulek
- Suhted lähima meeskonnaga
- Nende teemade ühildamine

Tulevikuteemad –

- Kõigis olevikuvaldkondades
- Kutsumuse küsimus – kahe ringi

Muu

- Millised küsimused sul on tekkinud

Kahe reaalsuse võrdlus – mida ma teen ja milleks ma olen kutsutud

## **Mentorlusvestluse baasformaad**

- Sissejuhatus - Kuidas on läinud?
- Ülesande ülevaatamine – järelemõtlemine mingite küsimustega, lugemine või GLS video, tegu (sh asja korraldamine), harjumuste kaardistamine ja kujundamine, kirjutamisülesanne
- Ühe teemaga sügavuti minek
- Järmiste sammude kavandamine
- Palveaeg (eri kohtades)