

KOOSTÖÖ

TUGIISIKU KOOLITUS

24.01.23

Triin Rõõmusoks



Sageli kohtume probleemide ja ülesannetega, mille lahendamisel jääb ühest kogemusest, teadmistest või nägemusest vajaka ning on vaja teha koostööd teiste inimestega. **Koostöö aluseks on usaldus, võrdsete osapoolte vaheline dialoog ja tahe näha seda, mis on osapooltel ühist.**

“Koostöö tähendab vastastikku üksteisele edu ja kindlustunde saavutamiseks eelduste loomist,” (Vooglaid, 2019, lk. 336).

Koostöö eesmärk on, et kõik osapooled saavutaksid ühiselt rohkem kui üksinda tegutsedes. Koostööd tehes keskendutakse selliste lahenduste otsimisele, kus kõik osapooled tunneksid end võitjana (Vooglaid, 2019).

Koostööd saavad teha osapooled, kellel on omavahel head suhted. Nende eelduseks on vastastikune usaldav, aus ja austav suhtlemine, mis põhineb osapoolte sotsiaal-emotsionaalsel pädevusel. Sotsiaal-emotsionaalne pädevus koosneb mitmest valdkonnast, mille moodustavad omakorda meie reaktsioonid ja harjumuspärane käitumine. Inimeste võimed on igas emotsionaalse ja sotsiaalse pädevuse valdkonnas erinevad. Kõigis neis valdkondades saame end pidevalt arendada ja õppimise abil oma paindlikkust suurendada.

Emotsionaalse ja sotsiaalse pädevuse valdkonnad, (Goleman, 2007; 2015).

<p>ENESETEADLIKKUS</p> <ul style="list-style-type: none">• Oma emotsioonide, nende põhjuste ja mõju teadvustamine.• Selge enesepilt.• Arusaam oma tugevustest ja piirangutest.• Teadlikkus oma väärtustest ja eesmärkidest.	<p>SOTSIAALNE TEADLIKKUS</p> <ul style="list-style-type: none">• Empaatia - teiste inimeste mõtete, tunnete ja käitumise äratundmine ja mõistmine.• Häälestumine - tähelepanelik kuulamine.• Arusaam sotsiaalse maailma toimimisest.• Teistega koos tegutsemine.
<p>ENESEJUHTIMINE</p> <ul style="list-style-type: none">• Oma emotsioonidega toimetulek.• Enesemotivatsioon ja vooiseisund.• Kohanemine muutuste ja ebakindlusega.• Terviklikkus.	<p>SUHETE JUHTIMINE</p> <ul style="list-style-type: none">• Teiste emotsioonidega toimetulek ja sujuv suhtlemine.• Ühiste eesmärkide nimel tegutsemine ja koostöine probleemilahendamine.• Teiste vajadustest hoolimine ja vastavalt käitumine.• Teiste mõjutamine, juhendamine ja inspireerimine.

Selleks, et koostöö sujuks, on vajalik, et osapooltel oleks ühine nägemus eesmärgist ja selleni jõudmise võimalustest. **Vajalik on kokku leppida ja pingutada:**

- **asjatundlikkuse saavutamiseks ja ühise keele leidmiseks;**
- **vastastikuse side tagamiseks** (et oleks pidevalt vastastikku teada, mida teised osapooled teevad);
- **ühtse arusaama loomiseks ja hoidmiseks:**
 - sihtide, eesmärkide ja vahendite;
 - õiguste, kohustuste ja vastutuse;
 - tegutsemispõhimõtete;
 - hindamiskriteeriumide;
 - edasi- ja tagasiside;
 - olemuse- ja nähtumuse osas;
- **eelduste hoidmiseks vastastikusel tunnustamisel, tulemuste õiglasel jaotamisel ja võimalike tagajärgede ühtsel kandmisel** (Vooglaid, 2019, lk. 338-339).

Koostööskuse aluseks on kohanemiskäitumine. See tähendab, et tuleb osata aktsepteerida kiireid otsuseid ja muutusi ning kohaneda inimeste, ülesannete, muutuva konteksti ja vastutusega.

Vaata ka näidet kohanemiskäitumisest ja koostööst sipelgate maailmas: <https://www.youtube.com/watch?v=pa5UnI279Es&list=TLPQMDkwMzIwMjJgr1gxOe3koA&index=2>

Toetavad allikad

Goleman, D. (2007). Sotsiaalne intelligentsus. Tartu: Väike Vanker.

Goleman, D. (2015). Emotsionaalne intelligentsus. Tartu: Väike Vanker.

Vooglaid, Ü. (2019). Elanikust kodanikuks: Käsiraamat isemõtlejale. Ülo Vooglaiu Kirjastus.