

TARTU ÜLIKOOLI VILJANDI KULTUURIAKADEEMIA  
Humanitaarteaduste ja kunstide valdkond  
Kogukonnaharidus ja huvitegevus

Anneli Telvar

**DRAAMARINGI LOOMINE JA LÄBIVIIMINE TÄISKASVANUD  
INTELLEKTIPUUDEGA INIMESTELE**

Loovpraktiline lõputöö

Juhendaja: Külli Salumäe, MA, huvihariduse õpetaja

Viljandi 2025

## **Resümee**

### **Draamaringi loomine ja läbiviimine täiskasvanud intellektipuudega inimestele**

Draamatöö on hea vahend iseenda ja teiste väärtuste äratundmiseks, koostööoskuste lihvimiseks ja sotsiaalsete oskuste parandamiseks. Oma loovpraktilise töö tegin jätkuna seminaritööle, milles ma uurisin draamatöö võimalusi intellektipuudega täiskasvanute inimeste sotsiaalse arengu toetamisel. Lõin näiteringi kogukonnas elamise teenusel elavatele inimestele ja juhendasin selles osalejaid seitsme kuu vältel. Juhendamisega alustasin oktoobris 2023 ning draamategevusi ja tähelepanekuid tundides toimuva kohta tegin aprillini 2024. Näiteringi loomise eesmärgiks oli osalejate vaba aja sisustamine mõtestatud tegevustega ja mängude ning harjutustega grupis arendada osalejate sotsiaalseid oskusi: leplikkust, üksteise kuulamist ja koostööd. Lähenemisviisid oma tundide kavandamisel valisin lähtuvalt kogukonnahariduse ja huvitegevuse õppekava rakendusteatri suunal õpitud ja praktikatel kasutatud meetoditest. Toetasin grupi kujunemist, kasutasin soojendustegevusi, rituaale, mängu ja tagasisidestamist.

**Võtmesõnad:** intellektipuudega täiskasvanud, draamatöö, sotsiaalsed oskused.

## **Abstract**

### **Creating and Facilitating a Drama Circle for Adults with Intellectual Disabilities**

Drama work is a good tool for recognizing one's own and others' values, honing cooperation skills and improving social skills. I did my creative practical work as a continuation of the seminar work, in which I studied the possibilities of drama work in supporting the social development of adults with intellectual disabilities. I created a drama circle for people with intellectual disabilities living in a community living service and coached the participants for seven months. I started tutoring in October 2023, and I made drama activities and observations about what was happening in the classes until April 2024. The purpose of creating the demonstration circle was to equip the participants' free time with meaningful activities and games and exercises in the group to develop the social skills of the participants: tolerance, listening to each other and cooperation. I chose the approaches to planning my lessons based on the methods learned and used in practice in the field of applied theatre in the curriculum of community education and hobby activities. I supported the formation of the group, used warm-up activities, rituals, games and feedback.

**Key words:** adults with intellectual disabilities, drama work, social skills.

## Sisukord

|  |    |
|--|----|
| Sisukord.....  | 4  |
| Sissejuhatus .....   | 5  |
| 1. Draamatöö võimalused sotsiaalsete oskuste arendamisel intellektipuudega inimestel ..... | 6  |
| 1.1 Kogukonnas elamise teenus intellektipuudega inimestele .....                           | 6  |
| 1.2 Intellektipuudega inimeste sotsiaalsete oskuste arendamise võimalused.....             | 8  |
| 1.3 Draamatöö olulisusest sotsiaalsete oskuste arendamisel .....                           | 10 |
| 1.4 Draamatöö meetodid ja praktikad .....  | 11 |
| 2. Näiteringi läbiviimine intellektipuudega inimestega.....                                | 13 |
| 2.1 Ülevaade näiteringi läbiviimisest .....  | 13 |
| 2.2 Ülevaade kasutatud draamapraktikatest ja meetoditest .....                             | 16 |
| 2.3 Tähelepanekud näiteringi läbiviimisel erivajadustega inimestega .....                  | 18 |
| 2.4 Tagasiside näiteringis osalejatelt ja tegevusjuhendajatelt. ....                       | 21 |
| 3. Refleksioon.....  | 25 |
| Kokkuvõte .....  | 27 |
| Kasutatud allikad.....   | 28 |
| Lisad .....  | 30 |
| Lisa 1: Aja- ja tegevuskava ülevaade näiteringi läbiviimisel .....                         | 30 |
| Lisa 2: Sindi teatrifestivalil esitatud pilt etendusest .....                              | 37 |
| Lisa 3: Tööandja nõusolek lõputöö läbiviimiseks .....                                      | 40 |
| Lihtlitsents.....  | 41 |

## Sissejuhatus

Oma loov-praktilise töö tegin jätkuna seminaritööle, milles ma uurisin draamatöö võimalusi kerge ja mõõduka intellektipuudega täiskasvanute inimeste sotsiaalse arengu toetamisel. Asutasin näiteringi, milles seadsin ülesandeks jälgida ja parandada osalejate suhtlemisoskuste aspekte nagu: leplikkust, üksteise kuulamist ja koostööd. Oma töös tegevusjuhendajana olen täheldanud, et nende probleemiks on omavaheline ebasõbralik suhtlemine ja konfliktid, mida nad ei oska ise kohasel viisil lahendada. Juhendamisega alustasin oktoobris 2023 ning draamategevusi ja tähelepanekuid tundides toimuva kohta tegin aprillini 2024. Tööandja nõusolek lõputöö läbiviimiseks on Lisas 3.

Seminaritöö uurimuse käigus ei leidnud ma meie linnas ühtegi tegutsevat näiteringi intellektipuudega inimestele ja otsustasin selle ise luua. Otsisin sobivad ruumid, tegin kokkulepped ruumi haldajaga, sain tööandjalt ainelist toetust ruumi rendi tasumise näol. Kuigi sisult on minu juhendatav ring draamaring, nimetasin selle näiteringiks, et osavõtjatel oleks lihtsam meelde jätta, kus nad käivad ja mida teevad. Käesolevas töös kasutan mõisteid “draamaring” ja “näitering” sünonüümidenä.

Kogukonnahariduse ja huvitegevuse õppekaval õppisin rakendusteatri suunal. Valisin selle suuna seetõttu, et mind on teater ja mänguline õppimine alati huvitanud. Õppetöö käigus omandasime rakendusteatri metoodikaid, töövõtteid ja draamatehnikaid ning kasutasime neid kursusekaaslastega praktikumides. Osaluspraktikatel Kilingi-Nõmme Keskkoolis ja Tarsi suvelaagris sain kinnitust, et draamategevused annavad inimestele võimaluse läbi mängida erinevaid rolle, mis aitavad inimesel aru saada enda mõtetest ja tunnetest ning võivad aidata parandada omavahelisi suhteid. Ma ei ole varasemalt kunagi draamaringsi juhendanud, aga omandatud teadmised ja kogemused andsid julguse selle loomiseks.

Loov-praktiline töö koosneb kolmest peatükist. Esimeses peatükis annan ülevaate kergest ja mõõdukast intellektipuudest ja kogukonnas elamise teenusest. Käsitlen intellektipuudega inimeste sotsiaalsete oskuste arendamise võimalusi, draamatöö olulisust suhtlemisoskuste arendamisel ning tutvustan draamatöö meetodeid ja praktikaid. Teises peatükis räägin näiteringi asutamisest ja töökorraldusest, annan ülevaate tegevustest, kasutatud praktikatest ning tagasisidest näiteringile. Kolmandas peatükis analüüsin ennast näiteringsi juhendajana.

## 1. Draamatöö võimalused sotsiaalsete oskuste arendamisel intellektipuudega inimestel

Käesolevas peatükis kirjeldan kerge ja mõõduka intellektipuudega inimesi ja elukorraldust kogukonnas elamise teenusel. Käsitlen nende sotsiaalsete oskuste arendamise võimalusi. Toon välja draamatöö olulisuse suhtlemisoskuste parendamiseks ja tutvustan õpingute käigus omandatud meetodeid ja praktikaid.

### 1.1 Kogukonnas elamise teenus intellektipuudega inimestele

Intellektipuudega inimeseks nimetatakse isikut, kellel on püsivad tunnetustegevuse häired peaaegu orgaanilise kahjutuse tagajärjel. (Riistan, 2009). Riistani (samas) järgi on orgaanilise kahjutuse korral looteas, sünnituse ajal või väikelapseas (enne 3.eluaastat) täheldatud mitmeid anotoomilisi muutusi nagu ajukäärude puudulik areng, ajukoore kihtide vähesus, ajukelme paksenemine jms. Tunnetustegevuse häirete puhul on kõik psüühilised protsessid puudulikud, kõige rohkem on kahjustunud kõrgem närvisüsteem: mõtlemine, mälu, kõne. Sageli täheldatakse erutus- ja pidurdusprotsesside tasakaalu häireid, millega kaasneb liigne emotsionaalsus, hüsteerilisus või ka vastupidi inertsus ja passiivsus. Uute seoste kujunemine on raskendatud, uute teadmiste ja oskuste omandamine samuti, tunnetustegevuse häired on püsivad ja kestavad kogu elu. (Riistan, 2009)

Kerge vaimne alaareng (IQ 50-69) tähendab 7–12 aastase lapse vaimse arengu taset, kus kognitiivne areng on konkreetsete operatsioonide faasis, mõtlemine on loogiline, sümbolistlik, abstraktne ja probleemilahendus toimub loogilise mõtlemise abil (TÜ Kliinikumi psühhiaatrikliinik, s.a.). Samas on kerge vaimse alaarenguga inimesel raske mõelda abstraktsetes terminites. Nad omandavad keele mõningase viivitusega, kuid enamik on võimelised kasutama kõnet igapäevaelus, osalema vestluses ning kliinilises intervjuus. Enamus neist on saavutanud täieliku sõltumatuse eneseteenindamisel (söömine, pesemine, riietumine, puhtuse pidamine), samuti praktilised ja koduse tegevuse oskused. Nende oskuste kujunemise tempo on tunduvalt aeglasem normist (Tegevusjuhendaja käsiraamat, 2010).

Mõõduka vaimupuudega (IQ 35 – 55) inimesed on võimelised omandama põhioskused lugemises, kirjutamises ja arvutamises ning suudavad teha lihtsat praktilist tööd (TÜ Kliinikumi psühhiaatrikliinik, s.a.). Tegevusjuhendaja käsiraamatu andmetel (2010) on mõned neist võimelised täiskasvanueas iseseisvalt elama, kuid enamasti vajavad nad juhendamist. Mõõduka vaimupuudega inimese vaimset arengut võrreldakse 4–7-aastase lapse

tasemega. Nende kognitiivne areng on eel-loogilises faasis, kus nad loovad kogemuse põhiselt seoseid asjade ja olukordade vahel, teevad järeldusi ning laiendavad neid teistele situatsioonidele. Kognitiivne areng hõlmab mõtlemist, tajumist ja probleemide lahendamist, mis on intellektuaalsed toimingud. Mõõduka vaimupuudega inimesel on kõikide loodavate seoste ja järelduste aluseks isiklik kogemus ja oma keha. Tihti vajavad nad mõtlemise lihtsustamiseks füüsilist tegevust. Nad on sageli aktiivsed ja kergesti motiveeritavad osalema erinevates tegevustes, kuid võivad ilmutada äärmist põikpäisust ja trotslikkust teatud asjade, inimeste või tegevuste suhtes.

Tegevusjuhendaja käsiraamatus (2010) on intellektipuudega inimeste kohta välja toodud, et nad suudavad rääkida ja mõelda nii tulevikust kui ka minevikust. Samuti saab nendega rääkida tunnetest, neid on võimalik kaasata tema elu ja tegevuste planeerimisse. Nad suudavad vastu võtta otsuseid, aru saada konkreetsetest reeglitest ja vastutada lihtsate tegevuste eest. On veel öeldud, et sageli on suur vahe selles, mida mõõduka vaimupuudega inimene ütleb ja millest ta tegelikult aru saab. Veel soovitatakse Tegevusjuhendaja käsiraamatus (2010) erivajadustega inimesi motiveerida ja kiita või ka ohjata seostades selle tema enda hüvede ja heaoluga, sest abstraktseid tagajärgi nad oma tegevusega seostada ei suuda.

Kerge ja mõõduka intellektipuudega inimestele pakutakse kogukonnas elamise teenust, kus nende koduks on erinevates Eestimaa paikades kohandatud korterid või eramajad. Kodu moodustub kuni neljast korterist, milles kokku elab kuni 10 inimest. Kogukonnas elamise teenus on mõeldud inimestele, kes vajavad juhendamist, abi ja nõustamist oma igapäevaelu korraldamisel, põhivajaduste rahuldamisel, tööoskuste ja muude sotsiaalsete oskuste säilitamisel. Teenus sobib inimestele, kes suudavad juhendamise ja suunamise korral toime tulla enese eest hoolitsemisega ja majapidamistöödega ega vaja öisel ajal järelevalvet (Hoolekandeteenused, s.a.). Tegevusjuhendaja töö on elanike sotsiaalsete oskuste ja tegevusvõime säilitamine ja arendamine, igapäevaelutoimingute toetamine ja juhendamine, kogukonnas elamiseks vajalike tingimuste loomine ja säilitamine. Tegevusjuhendaja olulised isikuomadused on empaatia, hoolivus, usaldusväärsus, tolerantsus ja inimesekesksed väärtushinnangud (Tegevusjuhendaja käsiraamat, 2010).

Töökogemuse põhjal tegevusjuhendajana saan öelda, et kogukonnas elamise teenusel elavate intellektipuudega inimesed jäävad oma võimekuselt kerge ja mõõduka vaimupuude vahepeale. See tähendab, et igapäevatoimetustel tuleb neid juhendada ja suunata, kuid enamjaolt saavad nad ise hakkama. Teenuse saajad ehk elanikud elavad kolme-neljakesi ühes

korteris, kus igapäev on oma tuba, kuid olmeruumid nagu tualettruum, vannituba ja köök on ühiskasutuses. Sellistes tingimustes elades tekib paratamatult ebakõlasid. Olen täheldanud, et väga palju sõltub elaniku käitumine üleskasvamise keskkonnast, iseloomuomadustest, temperamendist, harjumustest ning üldisest elukogemusest.

Kuna kogukonnas elamise teenuse elanike kognitiivne vanus jääb kolme kuni 12 aastase lapse tasemele, siis ei oska nad sobival viisil esile tulevaid probleeme lahendada. Seetõttu on nad sageli üksteise suhtes ebasõbralikud, maha tegevad ja parastavad. Õhkkond korteris võib aeg-ajalt olla elanikele ebasoodne, sest nad tülitsevad või karjuvad seal. Samuti puuduvad neil oskused, harjumused ja võimalused üheskoos midagi ette võtta, et muuta oma olmerutiini ja rikastada oma päevi ühistegevustega. Leian, et elanike sotsiaalsed oskused on puudulikud, millega tuleb tegeleda.

## **1.2 Intellektipuudega inimeste sotsiaalsete oskuste arendamise võimalused**

Sotsiaalsete oskuste defineerimine Ploom-Zilmeri (2013) sõnade kohaselt on keeruline, kuna puudub ühtne ja täpne määratlus ning kasutatakse erinevaid samatähenduslikke termineid nagu sotsiaalne kompetentsus, isikutevaheline intelligentsus ja suhtlemisoskused. Kolme definitsiooni võrdlemisel saab esile tuua sotsiaalsete oskuste kolm aspekti: kognitiivne, käitumuslik ja keskkondlik. (Ploom-Zilmer, 2013) Tegevusjuhendaja käsiraamatus (2010) on öeldud, et "sotsiaalsete oskuste valdkond sisaldab oskusi, mis on vajalikud olemaks seotud teiste inimestega (suhtlemisoskused), näiteks teiste märkamise, teiste talumine enda läheduses, kontakti võtmine/säilitamine/lõpetamine, kuulamisoskus, teistega arvestamine, kompromisside tegemine, empaatia jmt."

Lindgreni (1994) järgi ilmneb sotsiaalne areng igasuguses käitumisaktis, mis puudutab suhteid teistega. Sotsiaalne areng on sageli kognitiivsest arengust raskesti eristatav "Põhiolemuselt tähendab sõna "areng" avarustumist, laienemist või suurenemist, kus kogu protsess oma üldises väljapoole liikumises järgib neid tendentse." (Lindgren, 1994) Tegevusjuhendaja käsiraamatu (2010) põhjal on sotsiaalne areng seotud sotsialiseerumisega, mis on protsess, mille käigus omandatakse ühiskonna täieõigusliku liikme hoiakud, normid, motiivid ja käitumismudelid. Sotsialiseerumise käigus õpitav põimub meie personaalsesse identiteeti sellisel määral, et sellest saab osa meie minast. Sotsialiseerumise käigus omandatud oskuste kogumit nimetatakse sotsiaalseks kompetentsuseks. Kuigi sotsiaalsete oskuste

arengutempo võib aeglustuda, siis üldjuhul muutub see kogu elu paremuse suunas, kui sellega tegeleda.

Olen täheldanud, et intellektipuudega inimesi võib juhtida käitumisel ja teistega suhtlemisel lapselik kadedus, millega kaasneb üksteise peale kaebamine ja õelutsemine. “Kadedale ja õelale inimesele omased iseloomujooned saavad algtõuke tugevast ja mitte kustuda tahtvast negatiivsest emotsioonist, mis pärineb lapseõlvest. See emotsioon on raskesti talutav ja paneb otsima väljapääsu.” (Niiberg, 2018, para 1). Kadedus annab märku hirmust olla teistega võrreldes tähtsusetu, millega aitab toime tulla lapsevanema juhendamine ja koos tegutsemine: mängimine, vestlemine ja koos veedetud aeg. Selle käigus saab õpetada inimest end armastama ja väärtustama just sellisena nagu ta on. (Moroney 2019)

Inge Pajuri (2018) on oma raamatus “Eriline maailm” intellektipuudega inimeste vaba aja veetmise kohta kirjutanud, et paljud ei oska ise vaba ajaga midagi peale hakata ning igavlevad, seetõttu peavad tegevusjuhendajad aitama neil seda planeerida. Kindlasti peab lähtuma kliendi enda huvist ja oskustest, mida ta teha tahab ning mida saab arendada. Veel täheldab Pajuri (samas), et nii nagu ka meil, arenevad erivajadustega inimeste sotsiaalsed oskused suheldes ning nad peavad saama kogeda kõiki tundeid: sõprust ja sellega kaasnevat põnevust, aga ka erimeelsusi ja pettumusi, armumist ning sellega kaasnevaid naudinguid ning armuvalu. Tuleb võimaldada neil teha vigu ja anda võimalus vigadest õppida, nad tuleb õpetada abi küsima.

Tegevusjuhendaja käsiraamatu (2010) järgi õpetab igasugune loov tegevus suhtlemist, tunnete läbitöötamist, eneseteadvustamist ja impulsside kontrollimist. Spontaansus ja erutusseisund on omavahel seotud: mida suurem on ärevus, seda vähem on inimene spontaanne ja vastupidi. Loovuse arendamine aitab ärevusega paremini toime tulla. Loovaid tegevusi on mitmesuguseid, nagu muusika, kunst, raamatute ettelugemine, draamategevused ja tants. Nende tegevuste üldine eesmärk on negatiivsete emotsioonide läbitöötamine ja käitumuslike- ning mõtteprotsesside muutmine eneseväljenduse kaudu.

Teades elanike tausta, on mõned neist kasvanud lastekodus või on kodu olnud ebaturvaline, kus vanemad olid alkohoolikud või emotsionaalselt ebaküpsed ning neil on vajalik tähelepanu ja hoolitsus jäänud saamata. Lisaks igapäevaelutoimingute juhendamisele peab tegevusjuhendaja leidma aega elanikega tegelemiseks, kuid see jääb väheseks, et arendada neis piisavalt suhtlemisoskusi. Seetõttu on vaja luua neile ühistegevusi vaba aja veetmiseks, kus on võimalik õppida tundma ennast ja teisi ning läbi selle toetada nende igapäevast hakkamasaamist.

### 1.3 Draamatöö olulisusest sotsiaalsete oskuste arendamisel

Oma õppetöö ja praktikate käigus olen saanud aru, et draamatöö on väärtuslik õppevorm suhtlemisoskuste arendamiseks. See annab võimaluse teha loovaid ja mängulisi tegevusi, turvalises keskkonnas, mille käigus on võimalus kogeda oma mõtteid ja tundeid erinevates situatsioonides. Samuti suhelda teineteisega ning luua sõprussuhteid.

Inimestele on kaasa sündinud kuuluvusvajadus ja draamatöö võimaldab kuulumist gruppi. Defineerin gruppi tegevusjuhendaja töö seisukohalt. Grupp on inimeste hulk, kes oma iseloomult on erinevad, kuid kes on kokku tulnud, et ühiselt midagi saavutada. Mina käsitlen grupi mõistet kahel viisil: 1) inimesed, kes on ühiselt kokku elama pandud ühisele pinnale või peavad tööd tegema ühisel pinnal; 2) inimesed, kes on tulnud vabatahtlikult kokku (intellektipuudega inimeste puhul ka tegevusjuhendajate poolt suunatuna) ning kelle eesmärgiks võib olla mingi asja õppimine või millegi saavutamine, meelelahutuslik vaba aja veetmine nagu laulmine, tantsimine, näitlemine vms.

Tegevusjuhendaja käsiraamatus (2010) on grupitegevuste juures tõdetud, et koostegutsemine on inimestele loomumane ja meelepärane. Koos tehes sujuvad asjad sageli paremini ja kiiremini, samas eeldab see ühist eesmärki ja tööjaotust. Inimesed mõjutavad grupitöös üksteist ja see mõju on positiivne nii arengule kui ka tervislikule seisundile. Gruppi on nimetatud ka interpersonaalseks laboratooriumiks, mis näitab inimestele, et nad ei ole ükski ja neil on lootust oma elu teistmoodi üles ehitada. Seega on grupitöö kui meetod sageli väga tõhus ka töös erivajadusega inimestega.

Veel öeldakse Tegevusjuhendaja käsiraamatus (2010), et iga grupp areneb ja muutub tegutsemise käigus üsna etteaimataval viisil, kuigi enamik grupiliikmeid ei ole niisugusest grupidünaamikast teadlikud. Küll aga peab grupi arengu seaduspärasustega olema kursis grupijuht. Grupi arengu peamiseks mõjutajaks on grupiliikmete isiklikud ja grupi kui terviku vajadused, mis pidevalt muutuvad. Välja toodud viis grupi arengufaasi: 1) kujunemine, 2) vastupanu, 3) kohanemine, 4) tegutsemine ja 5) lõpetamine.

“Draamaõpetus on draama, kui kunstivormi, kasutamine õpilaste sõnalise ja mittesõnalise suhtlemisvõime arendamiseks, teadlikkuse tõstmiseks oma kehast, häälest ja mõtlemisest, inimkäitumise mitmekesisusest ja motiividest ning kultuurierinevustest” (Hein, 2014). “Draamaraamatu” autor Ivika Hein (2014) kirjutab draamaõpetuse kohta, et see uurib ja väljendab inimkäitumist ja ideid teatrivõtete abil. See hõlmab teatrivahendite

tundmaõppimist läbi praktilise teatri tegemise, ilma et eesmärgiks oleks terviklavastuse loomine. Draamaõpetuse kaudu saadakse parem arusaam iseendast, teistest inimestest, ümbritseva maailma reeglitest ning teatrikunsti võimest neid kõiki peegeldada ja muuta.

Draama kasuteguri kohta toob Hein (sammas) välja, et õpilaste isiksuslikule, moraalsele, esteetilisele ja sotsiaalsele arengule on see tõestatult suur. Seda on Suurbritannias, Ameerikas, Austraalias ja mitmel pool Euroopas laste õpetamisel kasutatud üle 60 aasta. Raamatu autor märgib, et kahjuks on draamaõpetuse Eestisse jõudmine arusaamatult kaua aega võtnud. Samas on meil madala enesehinnangu, kehvade suhtlusvõimete ja väljendusraskustega lapsi sama palju kui teistes maades. Draama ei nõua mingeid kaasasündinud andeid vaid pakub avastamisrõõmu ja kordaminekuid kõigile.

Marga (2018) magistritöös “Draamaõpe eesti koolis draamaõpetajate arvamuste põhjal” nähakse draamaõpetuse eesmärkidena eelkõige sotsiaalsete oskuste õpetamist, et õpilased läbi heade suhtlemisoskuste, eneseväljendusoskuste ja oma tunnete määratlemise kaudu areneksid terviklikumaks inimeseks. Oluline on tolerantsus ja teiste inimeste erinevustega arvestamine.

Draamatöö olulisusest sotsiaalsete oskuste arendamisel on välja toodud Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuse kodulehel olevas Erasmus+ ja rahvusvahelise koostööprojekti Indiverso raames koostatud brošüüris “Sotsiaalsete oskuste arendamine läbi loovtegevuste”. Selles on kirjutatud, et teatri töötuba on kogemuste teekond, mis seob inimesi. Kuna see on selgelt fokuseeritud ja seda esitatakse grupele, siis rõhutatakse koostöö olulisust. Samuti kasutatakse väljenduslikkuse viise, mida kasutatakse ka päriselus. Teatri tegemine võib aidata soodustada paremat ja teadlikumat minapilti, pakkuda võimalust eneseväljenduseks ning isiklike kogemuste läbielamiseks, toetada sotsiaalsete oskuste arengut, rikastada sotsiaalset elu, pakkudes loomulikke keskkonda. (Indiverso, 2017)

#### **1.4 Draamatöö meetodid ja praktikad**

Draamagrupis on grupi edukaks toimimiseks vajalik draamalepe. See tähendab juhendaja ja osalejate omavahelist kokkulepet ühiste reeglite osas töö paremaks edenemiseks. Hea sisekliima loomine grupis on väga oluline. Owensi ja Barberi (2014) järgi väljendub hea sisekliima selles, kuidas isiksused selles koosluses omavahel toimivad ja kuidas sujub rühmaliikmete koostöö.

Rituaalid on välja kujunenud kindlad tegevused tunni alguses ja lõpus, mis loovad tunnile raamid. Booker (2011) kirjutab, et rituaal on draama üks varajasi juuri, koosnedes spetsiifilistest ja korduvatest helidest, sõnadest ja tegevustest, mis viivad inimesi ühest meeleseisundist teise. Rituaalid võivad olla igapäevased, religioossed või esoteerilised ning võivad olla nii sotsiaalsed kui isiklikud. Neil on eesmärk tekitada muutust ja ümberkujundamist, omades erilist emotsionaalset ja psühholoogilist tähendust, mis eristab neid rutiinist. Rituaal võib pakkuda tugevat sotsiaalse kaasatuse tunnet ja aidata hallata olukordi või kogemusi, mis muidu võivad tunduda ülekaalukad. (Booker, 2011)

Soojendusharjutused aitavad osalejatel vabaneda nii vaimsetest kui ka füüsilistest pingetest. On täiesti normaalne, kui suurem osa sessiooni ajast kulub soojendustegevustele, eriti kui alustada rühmaga töötamist esimest korda. (Mängli, 2018) Mängli ütleb veel järgnevalt: Esimene asi kliendi soojendamiseks on lihtsalt olemine eelnevalt ettevalmistatud ruumis. Kui kõik on kohale jõudnud, tuleb isikud tõmmata kollektiivi ühistegevustesse. Võib mängida nimemänge, laulda laule, anda käest kätte palli jne. Samuti võib teha harjutusi erinevate emotsioonide väljendamiseks. Näiteks kui ma olen rõõmus, siis löön ma käsi kokku ja naeratan, aga kui ma olen kurb, siis trambin jalgu ja krimpsutan nägu. Erinevate emotsioonide väljendamise kinnistumiseks võib neid harjutusi korrata iga tund.

Mängimine arendab sotsiaalseid ja emotsionaalseid oskusi. Hein (2014) on öelnud, et mängude eesmärk on pakkuda lõbusat ja nauditavat tegevust, mille kaudu saavad osalejad üksteisega tutvuda, luua grupis usaldust, sidusust ja kindlustunnet. Samuti on eesmärgiks kehtestada mängureeglid, harjutada nendest kinni pidamist ning vähehaaval julgustada osalejaid kasutama oma häält ja keha uutes olukordades. Tegevusjuhendaja käsiraamatu (2010) järgi saadakse mängides teavet. Mäng pakub suhtlemisvõimalusi, tegutsemisrõõmu, eneseteostust, võimalust näidata algatusvõimet, kasutada olemasolevaid teadmisi ja oskusi. Mängudel on tihe side ümbritseva elu ja tegelikkusega, nad on mängijate elu peegeldus. Mänguga kaasnevad emotsioonid eemaldavad mängijatelt kasvatusliku kesta, mistõttu avaldub tahtmatult tegelik mina. Suurem osa mängudest nõuab kompleksseid tegevusi ja loovust.

Reflekteerimisel ehk tagasisidestamisel olen ise draamategevustes osaledes ja praktikatel kogunud, et oma kogemusest rääkides saab osaleja kinnitust, et millega läinud hästi ja millega peab veel tegelema. See annab omakorda julguse ja motivatsiooni tegevustega jätkamiseks. Kui saame väljendada oma tundeid, tekib justkui taipamine miks me sedasi tunneme ja käitume. Hein (2014) on öelnud: "Elulisi olukordi luues ja läbi mängides ning

neid pärast reflekteerides kujundame oma hoiakuid ja ühtlasi õpime tundma teiste omi.” Veel ütleb ta, et oluline on oma draamatund üles ehitada nii, et reflekteerimiseks jääks piisavalt aega. Reflekteerimist saab teha pärast harjutusi või tunni lõpus kokkuvõtvalt.

Reflekteerimine ja tagasisidestamine on oluline nii juhendajale kui osalejale, et saada aru, kas on toimunud mingi muutus, mis on õppimise tunnuseks. Tiiu Kuurme (2015) ütleb artiklis “Õppimise mõistmine” järgnevalt: “Mis võiks iseloomustada inimest, kes midagi on õppinud? Selles osas valitseb erinevates õppimise käsitlustes ühine arusaam. Kõige üldisemalt iseloomustavad õppinud inimest muutused tema teadvuses: tema maailmavaatelised tähendusstruktuurid rikastuvad või asetuvad ümber, muutuvad hoiakud, väärtused, häälestus. Muutuda võivad arusaamad ja suhtumine, inimene saab nägijamaks”. (Kuurme, 2015)

## **2. Näiteringi läbiviimine intellektipuudega inimestega**

Näiteringi asutasin oktoobris 2023. Vaatluseid ja tähelepanekuid kogusin kuni aprillini 2024. Sisuliselt on tegemist draamaringiga, kuid otsustasin nimetada selle näiteringiks, et osalejatel oleks lihtsam aru saada, millega on tegemist. Näiteringi loomise eesmärgiks oli läbi draamategevuste rikastada elanike päevi ning ühiste tegevustega grupis õpetada osalejatele üksteise kuulamist, leplikkust ja koostööd.

Tööandjalt sain näiteringi läbiviimiseks nõusoleku ja toetuse näiteringi ruumi rendi tasumiseks. Sobivad ruumid otsisin ja kokkulepped ruumi haldajaga sõlmisin ise. Asukoha valikul arvestasin bussiliiklusega ning elanikele sobivat päeva ja kellaaega. Juurdepääs ruumidele oli hea, meie kasutada oli saal, mis ei olnud väga suur ja asus ühel tasapinnal. Vahendid näiteringi tegemiseks pidin ise kaasa võtma. Kokku viisin läbi 14 näiteringi kohtumist, millest üks oli teatripäev Sindis. Järgnevates peatükkides annan ülevaate tundide teemade, alateemade ja tegevuste kohta ja analüüsin kuidas toimus draamaringi läbiviimine intellektipuudega inimestele.

### **2.1 Ülevaade näiteringi läbiviimisest**

Selles peatükis kirjeldan näiteringi tundide sisu, annan ülevaate grupi kujunemisest ja ettevalmistustest erivajadustega inimeste teatripäevaks Sindis. Selgitan, mis eesmärgil ja milliseid harjutusi ning mängu ma osalejatega kasutasin ja millega pidin arvestama töötades

intellektipuudega inimestega. Täpsem ja detailsem aja- ja tegevuskava on toodud Lisas 1, kus on 7 tabelit tundide ülesehituste kohta teemade kaupa.

Esimestes ringitundides oli tutvumisfaas (3 kohtumist). Viisin läbi mängu, mis aitasid meelde jätta osalejate nimesid. Igal kohtumisel kasutasin juba tuttavaid nimemänge, lisades tutvumismängudele uusi detaili. Osavõtjad võtsid harjutustest ja mängudest aktiivselt osa. Esimestel kohtumistel oli tunda osalejate kohmetust ja ebalust, püüdsin oma tegevustega luua võimalikult turvalist õhkkonda ning mitte panna neid ebamugavasse olukorda. Valisin jõukohased mängud ja harjutused. Panin ühte tunni kavasse ka HI-HA-HO mängu, mis eeldab omavahelist usaldust ning tähelepanu ja koordineerimise koostööd, kuid loobusin selle mängu katsetamisest, sest sain aru, et seda on nendega veel vara mängida. Kaasasin osavõtjaid pakkuma ideid, öeldes, et kui keegi pakub mingi mängu ja laulu või mingit variatsiooni mängust, siis katsetame seda.

Ka järgmistes ringitundides jätkasime tutvumisfaasiga, kuna lisandus uusi osavõtjaid ning seetõttu kasutasin nimemänge erinevate variatsioonidega. Kahel kohtumisel tutvustasin vastavalt mardipäeva ja kadripäeva kombestikku, nad said uusi teadmisi mardipäeva ja kadripäeva kohta. Seadsin endale ülesandeks järgmiseks korraks valmistada ette tegevused, mille abil näiteringi liikmed õpivad, kuidas väljendada erinevaid tundeid: viha, vastikus, õnnelikkus, kurbus, üllatus, lõbus, põlgus, rahulolu, piinlikkus, erutus, süütunne, uhkust saavutuse üle, häbi.

Järgnevates tundides keskendusin tunnetest rääkimisele, jõulutunne, kodutunne jms. Tegime etüüde koos tunnete väljendamisega. Osavõtjad olid juba kohanenumad ning julgesid ennast füüsiliselt erinevates etüüdides väljendada, samuti panid nad rohkem tähele ning tuletasid mulle meelde eelmisel korral antud ülesannet – näidata erinevaid tundeid nagu häbi, vastikus, üllatus, hirm jms. Panin nad tegema lihtsat etüüdi kus üks osaleja pidi pesema hambaid rõõmsas tujus, teine kurvas meeleolus, kolmas osaleja pidi näitama kuidas vastikus meeleolus hambaid pestakse jne. Kuue kohtumise möödudes tundsin, et näiteringis osalejad on valmis alustama näidendi ettevalmistustega.

Edaspidi toimusid näidendi proovid, osalejad harjutasid lavalist liikumist, asetust laval ning laule ja tekste. Vajadusest tingitud rollide vahetamine ning jälgimine, kuidas osavõtjad muutustele reageerivad. Soojendusharjutusteks ja lõpurituaaliks aga aega nappis. Olin oma juhendamises entusiasmis täis ja soovisin, et nad ikka täpselt ütleksid seda, mis tekkis kirjas oli ja astuksid täpselt sinna, kuhu ma osutanud olin. Sain üsna ruttu aru, et ei ole tarvis neid

nõnda survestada, muidu kaob neil lust ja motivatsioon ära ning edaspidi juhendasin neid lähtuvalt nende võimekusest.

Näidendi ettevalmistusega tegelesime neljal kohtumisel, misjärel olime valmis läbi tegema prooviesinemise teistele elanikele. Märtsikuu keskel toimus peaproov ning osalejate esinemisjulguse proovimine, kui nad esinesid teistele kogukonnas elamise teenusel elavatele inimestele turvalises keskkonnas. Pärast esinemist toimus osalejate tagasiside. Küsisin nende arvamust, et kuidas neil läks. Tänasin ja kiitsin, et nad olid julged, ütlesid esinedes mis tarvis ja laulsid hästi, olid üksteise suhtes sõbralikud ning tegid koostööd. Pärast esinemist said kõik koos tantsida.

Erivajadustega inimeste teatrifestival toimus Sindis. Näiteringis osalejate esinemisjulguse proovimine, esinemine suurel laval, teiste esinemise vaatamine. Toimus osalejate julgustamine ning motiveerimine ja tänamine. Meie näiteringi osalejad nautisid esinemist väga ning jälgisid suure huviga teiste esinemist.

Teatripäev toimus juba 17. korda. Tegemist on üleriigilise erivajadustega inimeste teatripäevaga, mis seekord leidis aset Pärnumaal Sindi Seltsimajas. Korraldajaks oli Tori Sotsiaalaja. Sõit algas varahommikul. Bussijuht oli tore ja sõbralik ning lubas meil lahkesti bussis laulda ja lõbusat meeleolu üleval hoida. Vastuvõtt oli toetav ja väga lahke, iga grupp sai oma isikliku saatja, kes oli terve päeva meiega, hoolitses meie heaolu eest: juhendas liikumist majas, tutvustas päevakava, abistas lõunasöögi korralduses.

Kokku osales teatripäeval Eesti erinevatest päevakeskustest, tugikeskustest ja MTÜdest 14 erivajadustega inimeste näitetruppi. Etenduses kaasa löövate truppide esitused olid hästi eriilmelised ja põnevad, oli huvitav jälgida, kuidas oldi lahendatud ja lavastatud igale grupile ette antud pilt näidendist, mille aluseks oli Eia Uusi muinasjutt "Seitsme maa ja mere taha" (Lisa 2). Näidendis oli läbiv tegelane tüdruk, kes otsis vastust küsimusele mis on õnn kõigi erinevate tegelaste käest, kes tema rännakuteele sattusid.

Samal päeval (20.märtsil) tähistatakse juba alates 2012. aastast rahvusvahelist õnnelikkuse päeva, et tähtsustada õnnelik olemist. Seetõttu said kõik osalejad omale rinnamärgi kirjaga „Olen õnnelik“. "Oscarite" jagamine ürituse lõpus rõhutas õnne olulisust ja tähtsust veelgi. Nii esinejad kui publik olid mõnusalt kriitikavabad. Kui esinemise alguses oli näha pisukest kohmetust, siis etenduse edenedes saadi sellest üle ja nauditi laval olemist ning elati innukalt kaasa ka teiste esinemistele.

Järgneva kahe kohtumise käigus toimus minu poolt läbiviidud tagasisidering, mis näiteringis osalejatele meeldis või mis ei meeldinud. Kuni hooaja lõpuni kordasime eelmisi

harjutusi ja mängu. Lisan ka uusi mängu: “Mägede karu”, “Kohtade vahetuse mäng” ja “Alias”. Toimus minu poolt osalejate jälgimine, kuidas nad uue mänguga hakkama saavad. Pärast uue mängu mängimist oli vestlusring, et teada saada kas mäng meeldis, miks meeldis, miks ei meeldinud. Osalejate tagasiside “Kohtade vahetuse mängu” kohta oli, et neil on keeruline mõelda, mis neile meeldib. Toetasin neid suunavate küsimustega ning julgustasin, et kiiret meil pole, mõelge rahulikult. Kasutasin seda mängu edaspidi korduvalt, et nad harjuksid enda tundeid ja meeldimisi, mittemeeldimisi märkama ja neid sõnastama ning mõistma, et me kõik oleme erinevad ning meile ei pruugi meeldida see mis sinule meeldib ning sellega leppima ja samas on hea meel kui leiame asju mis kõigile meeldib, see on hea harjutus sallivuse õpetamiseks.

## 2.2 Ülevaade kasutatud draamapraktikatest ja meetoditest

Selles lõigus kirjeldan oma läbi viidud tunde, milles lähtusin rakendusteatri suunal õpitud ja praktikatel kasutatud draamatöö ülesehitusest: rituaalidest, soojendustegevustest, mängudest ja tagasisidestamisest. Märksõnadeks on kordused ja tundide mitmekesistamine, tagasiside ja draamaleppe sõlmimine ning sellest kinni pidamine.

Esimestes tundides kasutasin sõnajärje andmiseks mõnda mänguasja mida anti käest kätte, reegel oli räägib see, kelle käes on mänguasi ja teised kuulavad. See oli meie draamalepe. Kokkusaamiste edenedes ma eset enam kasutama ei pidanud ja kokkulepe teist kuulata enamasti kehtis. Tunni alguse rituaaliks kujunes meil ringis istumine ja rääkimine oma möödunud nädalast või käesolevast päevast. Räägiti, mis on läinud hästi, mis halvasti. Grupi liikmed olid usaldavad ja sõbralikud ning julgesid rääkida oma kogemustest. Lõpurituaaliks kujunes meil “Karikakramäng”, kus osavõtjad seisavad õlg-õla kõrval tihedalt koos ja avavad ükshaaval, kordamööda peopesi. Hiljem lisasin sõnamängule juurde “armastan, ei armasta”.

Mängud moodustasid enamuse meie koosoldud ajast. Mängisin korduvalt juba selgeks saanud mängu. Mary Booker on kasutanud mõistet ”arengudraama” ja korduste kohta on ta öelnud: “Ärge kartke korrata, korrata ja uuesti korrata. Kordamine on oluline, et vähendada ärevust ja võimaldada rühmal (nii osalejatel kui ka toetajatel) aja jooksul enesekindlamalt, täielikumalt osaleda.” (Booker, 2011) Veel toob Booker välja, et “arengudraama on sotsiaalne kogemus. See on pigem koosolemine ehk õppimine ja arenemine sotsiaalses ja dramaatilises

kontekstis, kui ülesannete täitmine või „draama tegemine“.“ Kordamine oli asjakohane, kuna saime kasutada juba tuttavaid laule ja mängu teatripäeval Sindis. Põimisin need korraldaja poolt ette antud tekstiga, et meie pilt etendusest oleks vaheldusrikas, sisukas ja huvitav. Tänu korduste kasutamisele ei tekkinud osavõtjatel ega ka minul juhendajana liigset stressi näidendi ettevalmistamisel.

Aeg-ajalt võtsin kasutusele uued mängud, et säiliks uudsus ja põnevus. Olen täheldanud, et intellektipuudega inimestel on tõrge sõna “mängimise” ees. Mõned neist põhjendavad seda sellega, et nad ei ole lapsed ja on täiskasvanud ning arvavad, et täiskasvanud ei mängi. Seetõttu valisin ma oma tegevused selliselt, et miski ei oleks liiga lapselik ega nende jaoks liiga keeruline. Näiteks võtsin kasutusele plaksumängu “Maasikas”, milles koos plaksudega peab sõnu ütlema. See oli kõigile uudne ja nõudis omajagu tähelepanu. Tagasiside ringis ütles üks osavõtja, et õppis kaaslast tänu sellele mängule paremini tundma. ”Maasika” mänguga saab arendada teiste talumist enda läheduses ja enda eest seismist, julgust öelda, et plaks on liiga tugev või, et käed on liiga kõrgel. Selle mängu kaudu sain teada inimeste valmisolekut mängulises situatsioonis üldse teist inimest puudutada.

Tunni mitmekesistamiseks kasutasin vestlusi vaheldumisi mängudega, mida osalt saab teha ka istudes, sest ühel osavõtjal on liikumisega pisut raskusi. Varieerisin tegevusi, et osavõtjad ei tüdineks ning energia säiliks koosolemise lõpuni. Kuna minu eesmärk oli näiteringis osalejatel parandada sotsiaalseid oskusi, siis juhtisin jutu tunnetest rääkimisele ning sealt edasi nii enda kui teiste inimeste tunnete jälgimisele, sõnastamisele ning palusin emotsioone ka füüsiliselt väljendada. Samuti rääkisin omavahelistest suhetest ja palusin igal osalejal iseloomustada enda vastas istuvat inimest.

Kuna intellektipuudega osavõtjatel on keeruline rääkida enda tunnetest ja tunnete kirjeldused on küllaltki pealiskaudsed, siis seletasin selle ülesande vajalikkust järgnevalt: „See on vajalik selleks, et me oskaksime teisele inimesele midagi head öelda ja kui meil on midagi negatiivset öelda, siis seda saab teha heatahtlikult. Selle asemel, et solvuda, saame mõelda, kuidas saaks edaspidi paremini käituda.“ Andsin ka ülesande väljendada erinevaid tundeid: viha, vastikus, õnnelikkus, kurbus, üllatus, lõbusus, põlgus, rahulolu, piinlikkus, erutus, süütunne, uhkus saavutuse üle, häbi.

Tagasisidestamine on parim meetod õpetada osavõtjatele kaaslaste kuulamist. Kasutasin seda grupi sisseelamise perioodil ja ka igas tunnis edaspidi, et osavõtja oleks “siin ja praegu” kohal. Aeg-ajalt esitasin kontrollküsimusi osalejale, kes näis mitte kuulavat.

Näiteks palusin korrata, mida teine grupiliige rääkis. Osaleja vastusest võis välja lugeda, et ta kuulas küll. Küsisin ka uue mängu, tegevuse või harjutuse järel, kas see meeldis või ei meeldinud ja miks. Tagasiside on sotsiaalsete oskuste arendamisel oluline, kuna see õpetab kuulamist ja eneseväljendust. Osalejad õppisid edasi andma positiivset tagasisidet, vastu võtma kriitikat ja seda taluma.

### **2.3 Tähelepanekud näiteringi läbiviimisel erivajadustega inimestega.**

Antud peatükis käsitlen enda tähelepanekuid erivajadustega inimeste juhendamisel, mis põhinevad praktilistest tehtud tegevustest ja tähelepanekutest näiteringi läbi viies. Kirjutan siin struktuurist, grupi loomisest, tutvumisfaasist, vestlusringidest ja tegevustest tunnete ja suhtlemisoskuste parandamiseks, juhendaja rollist ja hoiakutest ning Sindi teatripäeva motivatsioonist ja tähendusest osalejatele.

Tunni struktuur on oluline kuid võtmesõna on paindlikkus. See tähendab, et tunni struktuur võib olla paigas, kuid tunni sisu osas tuleb olla paindlik. Minu praktiline kogemus näitas, et väga palju sõltus hetkeolukorrast: kui osalejad olid väsinud, halvas tujus või kohal oli ainult osa grupist, tuli kohanda tegevusi. Oluline oli tujudega tegeleda ja lasta neil ventileerida, see on vajalik, sest kui paha tuju omanikul jääb vajalik tähelepanu saamata, siis ei saa ka tunnis tööd teha. Tark on tund käigu pealt ümber korraldada, vestelda pikemalt esile kerkinud teemal, valida soojendusharjutused mis olid inspireeritud paha tuju maha raputamisest jms, kui lisandus uusi liikmeid tuli alustada uuesti tutvumisringiga ja kohandada mängu.

Vajalik on planeerida rohkem mängu ja harjutusi erinevateks situatsioonideks. Kui minul varuplaanid otsa said või energiatase oli grupis madal, siis aitasid "Aliase" kaardid, millega sain pisut hinge tõmmata ja uusi ideid ammutada. Ma kiitsin neid alati kui oli põhjust, aga see mäng andis võimaluse vahetult ja kiiresti neid tunnustada õigete vastuste eest, mis tõstis enesekindlust ja kuuluvustunnet veelgi. Tagasiside harjutuste järel või tunni lõpus andis mulle informatsiooni milliste teemadega edasi tegeleda ja mida harjutustesse sisse tuua. Osalejate reaktsioonid võivad olla ebatuüpilised, siinkohal on oluline mitte eeldada vaid pidevalt täpsustada ja kohandada.

Grupi loomine võtab aega, arvestama peab, et grupi kujunemine on pidev protsess. Näiteringi loomise alguses võis seda nimetada pigem avatud stuudioks, kuna oli palju liikumist lisanduvate ja lahkuvate osavõtjate näol. Kuna meie hoolekandesüsteemis pole

näiteringi ammu olnud, siis tundsid paljud huvi, kuid erinevatel põhjustel jäid nad eemale ning põhituumik moodustus alles neljandal kohtumisel. Selleks, et saavutada usaldus on vaja kasutada lihtsaid, korduvaid tutvumisharjutusi, mängu ja harjutusi, mis arendavad nii eneseväljendust kui kuulamisoskust.

Võtsin kõiki avatult vastu ning pöörasin piisavalt tähelepanu, et lisandunud osavõtja tunneks ennast hästi ja osaleks ka edaspidi. Need kes olid juba pikemalt näiteringis käinud suhtusid sellisesse liikumisse rahulikult ja võin öelda, et põhituumik oli üsnagi leplik, vaid üks osaleja, kes on meie grupis kõige domineerivam, aegajalt torises, et kas me midagi muud ka teeme. See oli hea õppimise koht nii minule kui osalejale, mina pidin edaspidi tähelepanema, et ma ei jääks liiga pikalt ühele personile pidama ning osalejale oli see sallivuse õpetamiseks hea aeg, et ta õpiks olema pisut kannatlikum ja leplikum.

Tutvumisfaasis oli põhirõhk usalduse loomisel ja kuulamisoskuse arendamisel. Draamaleppena kasutasin eseme edasi andmist, mis aitas hoida kõnelemise järjekorda, osalejad teadsid, et see kelle käes on ese räägib ja teised kuulavad ega sega vahele. Veel olid kavas korduvad tutvumisharjutused, nimemängud koos plaksuga ja ilma ning teise osaleja nime ja päritolu meeldejätmise, samuti pidid nad meenutama mida teine kaaslane rääkis. Need harjutused ja tegevused aitavad luua kuuluvustunnet ja arendavad tähelepanu. Nimemänge ja meeldejätmist kasutasin ka järgnevates koosolemistes kuni seltskond muutus enam-vähem stabiilseks. Harjutused ja mängud loovad kuuluvustunnet ja arendavad grupisest tähelepanu ja on vundamendiks edasiseks koostööks.

Konfliktide lahendamise osas peab kaaluma, millal on mõistlik sekkuda otse või pigem läheneda leebelt ning pehmemalt. Minu praktiline kogemus oli selline, et algaja juhendajana otsustasin mitte arutada ette tulnud konfliktsituatsiooni, kus kaks osalejat kaebasid kolmanda üle, otsustasin mitte kohe kogu grupiga seda teemat arutada, vaid rääkisin individuaalselt. Tegin õigesti, sest ma ei tundnud oma osavõtjaid piisavalt ja mul puudusid sel hetkel oskused sellega tegeleda, töö tunnis sellel päeval ja ka edaspidistes tundides sujus hästi, pingeid ma grupis ei täheldanud. Kevadeks olin oma gruppi tundma õppinud ning saanud julguse ja oskuse rääkida nendega emotsionaalsetest teemadest, olles loonud turvalise ja usaldusliku õhkkonna enda ja grupis osalejate vahel.

Vestlusringid ja tegevused tunnete ja suhtlemisoskuste parandamiseks. Valisin tegevusteks ja vestlusteks teemad, mis toetasid näiteringis osalejate mängimise ja etlemise vajadust, integreerisin tunnete töö lihtsate igapäevategevuste sisse, kuna intellektipuudega inimestel on kõikide loodavate seoste ja järelduste aluseks isiklik kogemus ja oma keha, siis

oli hea seda harjutustesse sisse tuua ja teha väikeseid etüüde nendega, mis olid osavõtjatele igati jõukohased. Palusin osavõtjatel näidata etüüdides olmelisi tegevusi jäljendades (hambapesu, riietumine, nõudepesu, koristamine), missuguseid erinevaid tundeid need tekitavad ja milliste tunnetega neid tegevusi teha saab. Lihtne tegevus võimaldab osalejatel kehastada tundeid ilma keerulise dialoogita. Arendab empaatiavõimet ja eneseväljendust.

Alustasin vastavalt olukorrale mõnda vestlustemat, nt jõulude ajal küsisin osalejate käest jõulutunde kohta, lasin neil oma mõtted välja öelda, nende jaoks oli jõulutunne tõlgendatud esemete ja sümbolite kaudu nagu kuusk ja kingitused. Minu poolt suunatud küsimustega jõuti pere ja sõpradeni. Ka armastuse teema puhul oli nende arusaam sellest kui ainult mehe ja naise vahelisest suhtest. Ma avasin nende jaoks laiema spektri kus olid sees sõprus ja emaarmastus, üks osaleja tõi välja enesearmastuse, mis pälvis minu kiituse sellise armastuse aspekti väljatoomise eest. Kiitmine ja detailide tähele panemine on väga olulised, see annab osalejale saavutusvajaduse rahuldamise, nad saavad individuaalset tähelepanu ja positiivne tagasiside loob turvalisuse ja usalduse.

Sain olulise õppetunni, et emotsionaalsete teemade käsitlel tuleb olla delikaatne, sest samas vestluses kui jõudsimme surmateemani, vallandas see ühes osavõtjas nutu, see näitas, et kõik pole valmis keeruliste tunnetega tööks, selleks on vaja rohkem aega ja suuremat usaldust juhendaja ja seltskonna vastu. Mina juhendajana saan siinkohal uurida ja õppida nt kuidas lastele sellistest teemadest rääkida, milliseid etüüde või harjutusi selleks ette valmistada ja pean leidma mingi kesktee kuidas seda siis päriselt intellektipuudega inimestega teha.

Veel, sain praktilist kinnitust, et draamatöö on protsessipõhine ja pean olema paindlik. Hindasin osalejate edasiminekut suhtlusoskustes ja eneseväljenduses. Toon näitena, et Sindi teatripäeva lavastuse puhul ei survestanud ma neid olema detailitäpsed vaid jälgisin, mida ja kuidas nad vastavalt oma võimekusele laval toimetasid. Näidendisse põimisin meie eelnevates tundides korduvalt mängitud “Kalale sõitmise” mängu. Sain kinnitust, et korduste kasutamine on vajalik ärevuse vähendamiseks ja osaluse suurendamiseks, osalejad tegid näitemängu rõõmuga ja olid oma saavutuse üle uhked.

Teatريفestivalil osalemine lõi selge ajajoone, oli kindel motivatsiooni allikas ja siht, mis aitas tugevdada meeskonnatunnet, samuti aitas see mõtestada miks nad harjutavad ja kordama peavad. Ühised tegevused ja toetav keskkond loovad ühtekuuluvustunnet ja see on oluline osa sotsiaalsest õppimisest. Festivalil osalemine oli kogemuste ja rõõmu allikas, mille löid positiivne vastuvõtt, personaalne saatja ja hea logistika aitasid vähendada esinemisärevust ja tugevdasid esinejate väärrikustunnet.

Sümboolsed tunnustused nagu rinnamärk kirjaga “Olen õnnelik” ja päeva lõpus antud “Oscar” rõhutasid emotsionaalset väärtust mis aitasid luua meeldejäädavat elamust. Olin juhendajana neile andnud esinemisvabaduse, ei parandanud neid liigselt ja lasin neil väljendada ennast julgelt. Nii minu osavõtjatel kui festivalil üldse valitses rõõmus, pingevaba õhkkond, kus vead olid lubatud ja rõõm autentsest eneseväljendusest olid esikohal.

Kokkuvõtteks võib öelda, et tunni alguse ja lõpurituaalid löid raamid meie kokkusaamisele, see aitas häälestuda siin ja praegu toimuvatele tegevustele. Draamaleppe sõlmimine aitas säilitada tunnis korda, et kõik oleks kuulatud ja tähele pandud ning tekiks turvatunne ja usaldus. Kindel struktuur aitas tundi planeerida ja läbi viia ning vastavalt vajadusele neid struktuuriosasid nihutada. Erivajadustega inimestega tuleb olla leplik ja paindlik ning oluline on õppimise protsess, läbi mille saab parandada nende suhtlemisoskuseid.

## **2.4 Tagasiside näiteringis osalejatelt ja tegevusjuhendajatelt.**

Tagasiside saamiseks näiteringis osavõtjatel koostas küsimused, mida neilt küsida. Kolme osavõtjat küsitles tegevusjuhendaja praktikant, kahte osavõtjat sain küsitleda ise. Intervjuu vastuste erinevusi nähes sain aru, et intervjuu oleksin pidanud ise läbi viima kõigi osalejatega, kuna praktikandi poolt kirja pandud vastused oli lakoonilised ja vähem informatiivsed kui minu enda intervjuueeritavate vastused. Küsisin tagasisidet ka elanike tegevusjuhendajatelt. Intervjuud viidi läbi osalejate kodudes. Tegevusjuhtidelt küsisin tagasisidet kirjalikult.

### **Intervjuu tegevusjuhendajatega**

Kas näiteringist osavõtjad kommenteerivad seal tehtut, kasvõi vähesel määral?

*Räägivad kui on mingeid mänge mänginud ja nalja on saanud.*

Kas need, kes näiteringist osa ei võta, küsivad või kommenteerivad midagi?

*Mõned küsivad, et mis te teete seal.*

Kas näiteringis käimine on kogukonnas elamise teenuse kasutajate jaoks tähtis?

*Jah, üks tegevus juures, kus käimine mõjub positiivselt. Tunnevad, et teevad midagi tähtsat, sest käivad esinemas.*

### **Küsimused näiteringis osalejatele:**

Kirjelda palun näiteringi, kus sa käid?

Kirjelda palun näiteringist osavõtjaid?

Mida sina näiteringis teed, mida mäletad, mõni detail?

Kirjelda palun, mis sulle näiteringis ei meeldi?

Kas mõni inimene ei meeldi, kes?

Miks ei meeldi?

Kirjelda palun esinemist teatripäeval.

Kirjelda palun oma rolli näidendis.

Miks sulle esinemine meeldib?

Tegevusjuhendaja praktikandi poolt läbi viidud intervjuude vastused kirjutatan kokkuvõtlikult.

Nimetame vastajad järgmiselt: O1, O2 ja O3.

Näiteringi kirjeldati: *teen näidendit, kõnnin, mängin tüdrukut; oleme saalis, istume toolidel, vahel kõnnime, peame laulma; teatri näitering, mängime näidendit, mängin poissi.*

Näiteringist osavõtjaid kirjeldati: *sõbralikud, kõik saavad hakkama; hästi toredad, sõbralikud, kõik teavad üksteist, ei karju, kuulame mis Anneli räägib; vahvad, sõbralikud.*

Oma tegevusena näiteringis nimetati: *hiiglast mängin; poissi mängin; tüdrukut mängin.*

Mittemeeldivat keegi kolmest ei nimetanud, kõikide poolt tuli vastus: *ei ole midagi, mis ei meeldiks.*

Mittemeeldiva inimese küsimusele vastati ühel korral jaatavalt. *O4 segab vahele kui õpetaja räägib.*

Teatripäeva kirjeldati: *kõik tuli välja, pärast oli ka väike pidu; tore, saime autasu, saime seal ka süüa; saime hästi hakkama.*

Oma rolliga olid osavõtjad rahul, nad soovivad edaspidi uut rolli õppida.

Esinemine meeldib, sest: *tore on, meeldib esineda; saab igast asjast osa võtta; saab igal pool käia, saame uusi tutvusi.*

Kaks intervjuud tegin ise. O4-ga rääkisin tema kodus, üsna kohe pärast teatripäeva. Intervjuu toimus rahulikus miljöös, olime ruumis ainult kahekesi.

Kirjelda palun näiteringi: *käime Näituse tn näiteringis, seal tehakse näidendit, seal on tore olla. Tore on, see, et saab koos olla, seltskonnas olla.*

Kirjelda osavõtjaid: *O1 on lõbus, tore, lahke, heatahtlik. O5 oli savipott, on tore ja sõbralik. O3 on tore, lõbus ja jutukas. O2 on tore, tagasihoidlik, räägib kuid vahel tahab vaikust saada, rahulik, sõbralik. O1 on tore, heatahtlik, jutukas.*

Mida sina näiteringis teed, mida mäletad, mõni detail: *teeme seal näidendit ja näidendi*

*proovi, õpime laule. karikakra mängu teeme ja isetegevust teeme ka. vahetevahel mängime erinevaid mängu, nagu laeva mäng, kalale sõitmise mäng, autosõidumängu.*

*Mis näiteringis ei meeldi? Vahest on igav. Kordused ei meeldi, aga see on tegelikult vajalik, et hästi meelde jääks. Kõik osavõtjad meeldivad ei vihka kedagi, ei ole tülis olnud.*

*Kirjelda palun esinemist teatripäeval: teatريفestivalil tegime näidendit, käisime seal, saime mullivett, teised näitlesid ja meie näitlesime, oli väga tore seal Sindis olla.*

*Kirjelda palun oma rolli näidendis: etenduses liigutasin kätega ja keha liigutasime ja laulsime Tiigrikutsu laulu ja kalamehe laulu. Olin kullapott. Meeldis väga esineda.*

*Miks esinemine meeldib: meeldib sellepärast näiteringist osa võtta, et ei ole igav siis, kodust on vahel hea eemal olla ja reisidel käia, oli soe ja sõbralik õhkkond. Oli väike pabin sees küll.*

*Küsimusele, kas teised korterikaaslased ka Sinu näiteringi tegevuste vastu huvi tunnevad, vastas intervjuueeritav: Korteriikaaslane on mõnikord küsinud, et mida te näiteringis teete.*

*Teise intervjuu O5-ga viisin läbi ringitegevuse õues, oodates teiste kogunemist.*

*Ümber oli palju segavat müra nii liikluse kui lisanduvate osavõtjate näol. Ka teatripäevast oli üksjagu aega möödas. Intervjuus pole jälgitud täpselt samu küsimusi, mida on kasutatud eelmistes intervjuudes.*

*Kirjelda palun näiteringi: näiteringis mängin näitemängu, kuidas mängitakse karu ja siis me jalutame metsas ringi ja siis, tuleb karu, ja siis meie teeme plaksutamist ja meie jääme seisma ja karu puhub, kes naerab läheb mängust välja.*

*Kirjelda osavõtjaid: O3 teeb nalja, O2 ütleb minule tere, O1 temaga räägin vahepeal ka töö juures juttu, O4 naerab ja kiusab mind.*

*Kas on midagi, mis näiteringis ei meeldi: see hilinemine ja see, et ei tea kas on näitering või ei ole.*

*Kas on mõni inimene, kes ei meeldi: ei kellegi vastu mul ei ole.*

*Mida sa oled õppinud näiteringis? Kõike mis ma olen õppinud, ei teadnud ....*

*Mida sa varem, enne näiteringi ei teadnud?: et millal see, et näiteringis ja siis sa juhataksid*

*Mida sa varem ei ole teinud? Varem ma pole teinud seda....eee ei oska praegu öeldagi.*

*Kas sa oled natuke julgem? Olen küll julge.*

*Kas sa olid enne ka julge? Jah, olen koguaeg julge olnud.*

*Mida te tegite teatripäeval? Teatripäeval tegime, mängisime...mina mängisin savipotti O1 oli tüdruk ja O2 ja peigmees või poiss, O3 ja O4 olid, olid hiiglased suured ja siis O5 ja O6 olid kuld ja hõbe.*

*Kas sulle meeldis esineda? Jah meeldis*

Miks see sulle meeldis? *Sest ma tahan õppida kõike mis vaja on*

Kas sulle meeldis suhelda? *Ja meeldib, mulle meeldivad kes kõik etendusest võtavad osa.*

Mis sulle veel meeldib: *mulle meeldivad kõik kes võtavad etendusest osa.*

Küsisin osavõtjate käest ühel järgneval kohtumisel, mida nad on näiteringis käimise ajal õppinud. Enamus vastas, et näidendi õppimist ja laulude õppimist ja meelde jätmist. Ainult üks osavõtja vastas, et tema on õppinud viisakust. Panin tähele, et meie grupis väljakujunenud liider ei saanud minu küsimusest päriselt aru ja muutus pahuraks ning teised tema lähedal olivad peegeldasid tema olekut ning olid ka pisut nõutud.

Need intervjuud on vajalikud edaspidiseks tööks. Ma enam-vähem juba tean osavõtjate võimekust, kuid pidevalt lisandub uusi tähelepanekuid osavõtjate kohta. Koos käidud aeg on olnud napp ning selleks, et neid veel paremini tundma õppida, tuleb luua erinevaid situatsioone, mis ei pea alati olema draamategevused. Samuti sain ma kinnitust, et teen õiget asja, nad saavad kodust välja tulla ja tegutseda grupis, kus saab nii mängida kui õppida ning nende jaoks on esinemine ja nendele osutatud individuaalne tähelepanu väga olulised.

### 3. Refleksioon

Enda töö analüüsimiseks kasutasin refleksiooniks Gibbsi refleksiooniringi mudelit.

**Kirjeldus.** Viies läbi näiteringi intellektipuuetega täiskasvanutele, valisin tegevused, mis keskendusid osavõtjate sotsiaalsete oskuste arendamisele. Kasutasin näiteringis erinevaid mängu ja füüsilisi tegevusi, et mitmekesistada tunde ja hoida osalejate huvi tunnis toimuva vastu. Tagasiside ringides sain aru, et osalejad kuulavad ja panevad tähele, mis tunnis toimub ning see andis mulle julgust ja kindlust, et olen oma tegevusteks valinud sobivad mängud ja harjutused. Intervjuud osutasid vajalikuks ja oluliseks minu jätkuvat juhendamistegevust silmas pidades. Sain uusi teadmisi osalejate võimekusest ning nende vajadustest. Et neid paremini tundma õppida ja arendada, tuleb neid panna erinevatesse olukordadesse.

**Tunded.** Grupiga kohtumine oli minule elevust tekitav. Olin rahul, et kohale oli tulnud kaheksa osalejat, mis on draamatööks optimaalne arv. Alguses oli saatjaks üks tegevusjuhendaja, aga edaspidi jäin üksi. Püüdsin näiteringi loomise alguses kaasata teisi tegevusjuhendajaid, kuid see ei õnnestunud. Tandemina oleks juhendamine olnud kindlasti meeldivam ja lihtsam, kuid olen väga rahul, et sain üksi hakkama.

Grupi suurus ja osavõtjad hooaja jooksul muutusid. Kurvastasin, kui väljakujunenud põhituumikust pidid üks mees ja hiljem ka üks naine erinevatel põhjustel lahkuma. Olin rahul, et grupi liikmed olid usaldavad ja sõbralikud ning tundides oli hea õhkkond, tegutsemise alguses avaldunud pelgus ja kohmetus kadusid, tänu tutvumis- ja nimemängudele ning erinevatele harjutustele.

Ma olen rahul, et katsetasin ja kasutasin erinevaid mängu ja harjutusi osalejate kaasamiseks ja kuulamisoskuse arendamiseks. Vestlustest osalejatega väljendasid nad, et õpivad uusi asju ja naudivad tegevusi, mida saab koos teha, millest sain motivatsiooni ja kinnitust edasi tegutsemiseks.

Olen tänulik ja rahul, et olen loonud võimaluse inimestele kodust välja tulemiseks ja grupis tegutsemiseks. Tunnen vastutust nende heaolu ja õppimise eest, seega pean ma edasiseks koostööks nendega ise kogu aeg õppima ja ennast täiendama.

**Hindamine.** Mängude ja harjutuste abil sain õpetada lisaks kuulamisoskusele ka teiste mõistmist ja austamist, samuti enda emotsioonide väljendamist. Arvestades osalejate intellektipuudega, on oluline olla kannatlik ja tundlik ning mõista nende vajadusi ja piiranguid. Mõistmaks nende õppimist, pean ma leidma viise, kuidas esitada küsimusi ja

suhelda, et neid mitte segadusse ajada ega trotslikuks muuta.

Üsna näiteringi tegutsemise algfaasis otsustasin mitte arutada paha tuju teemat, kuna tundsin, et mul ei ole veel piisavalt kogemusi ja oskusi sellega tegelemiseks. Hooaja lõpus, tundsin ennast juba palju kindlamalt ja tegin teadliku otsuse rääkida armastusest ja armumisest, et aidata ühel osavõtjal toime tulla tema armumise tundega minu vastu.

**Analüüs.** Minu otsus mitte arutada paha tuju teemat kohe alguses, võis olla õige, kuna mul ei olnud veel piisavalt kogemusi ning oma oskamatuset tõttu oleksin võinud ajada osalejad segadusse ja veel rohkem tülli. Rääkimine armastusest ja armumisest näis olevat kasulik, kuna see aitas ühel osalejal rahuneda ja vähendas tema provotseerivat käitumist.

Märkasin, et "Nimemäng" ja "Maasikas" olid efektiivsed osalejate kaasamisel ja nende oskuste arendamisel. Osalejad näitasid suurt huvi nende tegevuste vastu ning väljendasid, et nad õppisid üksteist paremini tundma ja omavahel suhtlema. Samuti märkasin, et vestlused ja tagasisidering on olulised õppimiseks ja arenemiseks. Olen teadlik, et mõned mängud ja olukorrad võivad tekitada vastumeelsust, seetõttu valin ka edaspidi tegevusi, mis oleksid osalejate jaoks piisavalt huvitavad ja sobivad.

Mõistan, et minu roll nende inimeste jaoks on suurem kui lihtsalt näiteringi juhendamine. Ma pean olema nende jaoks toetav ja mõistev ning looma turvalise keskkonna, kus nad saavad õppida ja areneda. Samuti pean olema valmis pidevalt kohanema ja õppima, kuidas neid kõige paremini toetada.

**Järeldused.** Näiteringi juhendamise kogemuse käigus õppisin, et oluline on kasutada mitmesuguseid interaktiivseid meetodeid grupi kujunemise faasis ning ka edaspidi. Mängud ja harjutused aitasid luua sidet osalejate vahel ja ka arendada suhtlemisoskusi nagu kuulamine, mõistmine, leplikkus ja koostöö. Õppisin enesejuhtimist, kuid konfliktide lahendamise oskust pean veel arendama.

Töös erivajadustega inimestega peab olema empaatiline, paindlik ja avatud uutele võimalustele, peab olema valmis kohanema olukorraga, märkama ja mõistma osalejate individuaalseid vajadusi ja võimeid ning märkama detaile. Samuti olen näinud, kui oluline on luua toetav ja turvaline keskkond nende arenguks ning olen valmis jätkama nende toetamist ja juhendamist parimal võimalikul viisil.

## Kokkuvõte

Minu loov-praktilise lõputöö eesmärk oli luua näitering intellektipuudega inimestele. Intellektipuudega inimeste probleemiks on nende omavaheline ebasõbralik suhtlemine ja konfliktid, mida nad ei oska ise lahendada. Õpingute käigus kogesin, et draamatöö on tõhus õpetamise viis inimeste omavaheliste suhete arendamisel, millest tulenevalt otsustasin luua näiteringi. Keskendusin oma töös peamiselt kolmele suhtlemisoskuse aspektile: kuulamisoskusele, leplikkusele ja koostööoskusele.

Näiteringi loomine ja juhendamine oli minu jaoks uus ja põnev väljakutse. Sain jälgida grupi kujunemist ja dünaamikat pidevalt muutuvast olukorras, enda reageeringuid ja toimetulekut sellega. Näiteringi läbiviimisel lähtusin rakendusteatri suunal õpitud ja praktikumides kasutatud tundide ülesehitusest. Turvalise keskkonna loomiseks sõlmisime omavahelise draamaleppe, viisin sisse tunni alustamise ja lõpetamise rituaalid, mille vahele jäid soojendusharjutused, mängud ja tagasiside ring.

Toetav ja turvaline keskkond tegi võimalikuks osavõtjatel harjutada teineteise kuulamist, grupikaaslaste mõistmist ja üksteisega arvestamist. Mind aktsepteeriti kui juhendajat ja minu antud ülesannetest saadi aru ja neid täideti. Kui keegi segas tundi siis nad kutsusid teineteist korrale. Kuigi alguse ja lõpurituaalid olid paigas ning tund oli struktureeritud, siis alati ei saanud planeeritud soojendusi ja mängu rakendada, sest tunni läbiviimine sõltus hetkeolukorrast. Kui nad olid väsinud ja ei jaksanud aktiivselt kaasa teha, siis tuli tund ümber korraldada.

Intervjuudes toodi välja, et osalejatele meeldis näiteringis käia, sest seal oli tore, omavahel oldi sõbralikud, sai teha midagi ühiselt ja lihtsalt koos olla. Esinemine Sindi teatripäeval pakkus neile võimaluse olla nähtavad, tunnustatud ning saada uusi tutvusi. Võib öelda, et osalejad õppisid aja jooksul märkama teisi, aktsepteerima erinevusi ja toimima grupina. Usun, et paranenud suhtlemisoskused on abiks nende igapäevaelus, kuid seda tuleks edasi uurida.

Näiteringi juhendamine õpetas mind olema paindlik, empaatiline ja kannatlik, märkama iga osaleja individuaalseid vajadusi, võimekust ja hetkeolukorra detaile. Kooskäimine on pidev õppimise protsess nii mulle kui ka osalejatele. Leian, et draamatöö on sobilik viis, kuidas toetada inimeste vaba aja veetmist mänguliselt ning arendada nende sotsiaalseid oskusi.

### Kasutatud allikad

- Booker, M. (2011). *Developmental Drama: Dramatherapy Approaches for People with Profound or Severe Multiple Disabilities, Including Sensory Impairment*. Jessica Kingsley kirjastus.
- Hein, I. (2014). *Draamaraamat*. Kirjastus Maurus
- Hoolekandeteenused (s.a.). AS Hoolekandeteenused. <https://www.hoolekandeteenused.ee/>
- Indiverso. (2017). *Kaasavad lahendused kutseõppes. Erivajadustega inimeste nõustamine ja toetamine kutsehariduse omandamisel. Sotsiaalsete oskuste arendamine läbi loovtegevuste. Koostatud Erasmus+ rahvusvahelise koostööprojekti INDIVERSO raames.*  
[https://www.astangu.ee/sites/default/files/media/Moodul\\_3\\_Sotsiaalsete\\_ostkuste\\_arendamine\\_la%CC%88bi\\_loovtegevuste.pdf](https://www.astangu.ee/sites/default/files/media/Moodul_3_Sotsiaalsete_ostkuste_arendamine_la%CC%88bi_loovtegevuste.pdf)
- Kuurme, T. (2015) *Õppimise mõistmisest (1.osa). Huvitav kool*  
<https://www.huvitavkool.ee/2015/01/tiu-kuurme-oppimise-moistmisest-1osa.html>
- Lindgren, H. C. (1994). *Pedagoogiline psühholoogia koolipraktikas*. Tartu Ülikool. OÜ Greif
- Marga, M. (2018). *Draamaõpe eesti koolis draamaõpetajate arvamuste põhjal*. [Magistritöö. Tartu Ülikool]. Dspace  
[https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/61643/marga\\_marju\\_ma.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/61643/marga_marju_ma.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Moroney, T. (2019). *Minu tunded. Kadedus*. Koolibri
- Muri, L. (2020). *Sotsiaalsete oskuste seos uimastite tarvitamisega Eesti 15–16-aastaste õpilaste seas 2011., 2015. ja 2019. aasta ESPADi uuringu andmetel*. [Magistritöö. Tartu Ülikooli Haridusteaduste instituut]. <http://hdl.handle.net/10062/68191>
- Mängli, Ü. (2020). *Draamaõppe võimalusi intellektipuudega õppija arengu toetamiseks*. [Magistritöö, Tallinna Ülikool]. ETERA  
<https://etera.ee/zoom/84265/view?page=1&p=separate&search=draama%C3%B5ppe&tool=search&view=0,314,2410,3194>
- Niiberg, T. (2018). *Kus peituvad kadeduse ja õeluse juured? Õpetajate Leht*  
<https://opleht.ee/2018/12/kus-peituvad-kadeduse-ja-oeluse-juured/>
- Owens, A., Barber, K. (2014). *Draamakompass. Protsessdraama käsiraamat*. Tartu Ülikool.
- Pajuri, T. (2018). *Eriline Maailm*. Kirjastus Avita.

Ploom-Zilmer, K. (2013). Kutseõppeasutuste spetsialistide hinnangud mõõduka intellektipuudega noorte sotsiaalsete oskuste omandatuse tasemele kutseõppes. [Bakalaureusetöö. Tartu Ülikooli Haridusteaduste instituut]. DSpace.

<http://hdl.handle.net/10062/29050>

Riistan, L. (2009). Religiooni patopsühholoogia: kerge vaimupuue/intellektipuue. [Magistritöö. Tartu Ülikool].

<http://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/14351/LembiRiistan2.pdf>

Tegevusjuhendaja käsiraamat (2010). Töölesaamist toetavad hoolekandemeetmed. Tervise Arengu Instituut.

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/130156046355\\_Tegevusjuhendaja\\_kasiraamat\\_est.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/130156046355_Tegevusjuhendaja_kasiraamat_est.pdf)

TÜ Kliinikumi psühhiaatrikliinik (s.a.). Rahvusvaheline haiguste klassifikatsioon. Vaimne alaareng.

<https://valisveeb.kliinikum.ee/psyhhaatrikliinik/lisad/ravi/RHK/F7.htm>

## Lisad

## Lisa 1: Aja- ja tegevuskava ülevaade näiteringi läbiviimisel

Tabel 1. Tutvumine

|  |  |
|--|--|
| Tunni teema (alateemad)                                | Tutvumine näiteringiga ja teiste osalejatega   |
| Toimumise aeg  | Okt-nov 2023 – 3 kohtumist   |
| Tunni eesmärgid  | Osaleja, <ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab tutvustada ennast ja oma sünnikohta;</li> <li>• suudab kuulata kaaslast;</li> <li>• suudab meelde jätta kaaslaste poolt enda kohta öeldut.</li> </ul>  |
| Tunni kestus   | 15.00 – 16.30  |
| Osalejate arv  | 7 osalejat + 1 tegevusjuhendaja+ mina näiteringi juhendajana (edaspidi juhendaja)  |
| Tunni tegevused koos ajalise kestusega                 | Mängud: nimemäng koos heliga nt rongi hää, kellukese helin jms 20 min;<br>plaksumäng “maasikas” 10 min;<br>kalale sõitmise mäng 10 min;<br>toolitantsu õppimine osaleja juhendamisel 5 min.<br>Tagasisideringid iga mängu järel 20 min   |
| Ideed tegevuste edasiarendamiseks järgnevatel tundidel | Küsimused tagasisideringis kasutamiseks:<br>Kas Sulle meeldis see, et teised vaatasid sind?<br>Kas sinu vastas istuja oli liiga kiire/aeglane?<br>Kas plaksud olid vaiksed või kõvad?<br>Milline plaks sulle rohkem meeldib, kas vaikne või kõva?<br>Kas oli kerge tegevusega koos lauset meelde jätta?<br>Kumba varianti oli kergem meelde jätta? Miks? |

**Tabel 2.** Tutvumine; mardi- ja kadripäeva kombestik

|  |   |
|--|---|
| Tunni teema (alateemad)                                | Tutvumine teiste osalejatega, mardipäeva ja kadripäeva kombestik  |
| Toimumise aeg  | Nov 2023 – 2 kohtumist  |
| Tunni eesmärgid  | Osaleja, <ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab tutvustada ennast;</li> <li>• suudab kuulata kaaslast;</li> <li>• teab mardipäeva kombestikku ja milliseid laule lauldakse mardipäeval;</li> <li>• teab kadripäeva ja mardipäeva erinevust.</li> </ul>        |
| Tunni kestus   | 15.00 – 16.30   |
| Osalejate arv  | 7 osalejat + juhendaja  |
| Tunni tegevused koos ajalise kestusega                 | Soojendusring vestlusega tundi sisseelamiseks 15 min.<br>Soojendusharjutused, enda keha raputamine jms 10 min.<br><u>Mängud</u> : nimemäng koos heliga nt rongi hää, kellukese helin jms 10 min<br>Mardipäeva kombestiku tutvustamine 40 min<br>Tagasisidering 15 min |
| Ideed tegevuste edasiarendamiseks järgnevatel tundidel | Küsimused tagasisideringis kasutamiseks:<br>Mida te mardipäevast teate?<br>Mida te kadripäevast teate?<br>Kas olete seda laulu varem kuulnud?<br>Kas uue laulu õppimine on keeruline?<br>Kas te oskate laulda mardi-/kadrilaulu?<br>Teema: tunded                     |

**Tabel 3.** *Tunnetest rääkimine, tunnete väljendamine*

|  |  |
|--|--|
| Tunni teema (alateemad)                                | Jõulutunne, turvalisus   |
| Toimumise aeg  | Dets 2023 - 2 kohtumist  |
| Tunni eesmärgid  | Osaleja, <ul style="list-style-type: none"> <li>• suudab kuulata kaaslast;</li> <li>• jätab meelde, mida kaaslane räägib;</li> <li>• vestleb jõulude teemal, vastab küsimustele;</li> <li>• käitub sõbralikult;</li> <li>• teab, mida tähendab mõiste turvaline;</li> <li>• aktsepteerib teise inimese tundeid.</li> </ul> |
| Tunni kestus   | 15.00 – 16.30  |
| Osalenute arv  | 7 osalajat + tegevusjuhendaja  |
| Tunni tegevused koos ajalise kestusega                 | Soojendusring vestlusega tundi sisseelamiseks 15 min.<br>Soojendusharjutused, enda keha raputamine jms 10 min.<br>Üksteise ideede tunnustamine 20<br>Eelmistel kordadel kasutatud tegevuste, laulude Meeldetuletamine 10<br>Vestlus: jõulutunne, turvatunne 20<br>Tagasisidering 15 min                                    |
| Ideed tegevuste edasiarendamiseks järgnevatel tundides | Küsimused tagasisideringis kasutamiseks:<br>Kirjelda palun erinevaid tundeid?<br>Milline on sinu kaaslane: välimuselt, iseloomult?<br>Teema: pane tähele oma kaaslast.   |

**Tabel 4.** Näidendi ettevalmistusperioodi tegevused ja ajakava

|  |   |
|--|---|
| Tunni teema (alateemad)                                | Eia uus "seitsme maa ja mere taha"  |
| Toimumise aeg  | Jaani – veebruar 2024 – 4 kohtumist   |
| Tunni eesmärgid  | Osaleja, <ul style="list-style-type: none"> <li>• suudab kuulata kaaslast;</li> <li>• suudab meelde jätta kaaslase poolt öeldut;</li> <li>• iseloomustab kaaslast nii välimuselt kui iseloomult;</li> <li>• suudab meelde jätta tegevusi, mis on vaja etenduse käigus teha;</li> <li>• lepib muutustega;</li> <li>• on kaaslase suhtes salliv.</li> </ul> |
| Tunni kestus   | 15.00 – 16.30   |
| Osalenute arv  | 7 osalejat + juhendaja  |
| Tunni tegevused koos ajalise kestusega                 | Soojendusring vestlusega tundi sisseelamiseks 15 min<br>Soojendusharjutused, enda keha raputamine jms 10 min<br>Eelnevate tundide tegevuste meeldetuletamine ja kasutamine,<br>Näidendiks ideede otsimine 30 min<br>Laulude õppimine etenduseks 10 min<br>Kaaslase tegevuste tunnustamine 10 min  |
| Ideed tegevuste edasiarendamiseks järgnevatel tundidel | Küsimused tagasisideringis kasutamiseks:<br>Kas sulle meeldis see, et teised vaatasid sind?<br>Kas teksti ja tegevust on raske meelde jätta<br>Mis aitaks teksti paremini meelde jätta?<br>Kas juhendaja korraldused on arusaadavad?<br>Teema: üksteisele esinemine   |

**Tabel 5. Prooviesinemine**

|  |   |
|--|---|
| Tunni teema (alateemad)                                | Prooviesinemine   |
| Toimumise aeg  | Märts 2024 - 1 kohtumine  |
| Tunni eesmärgid  | Osaleja, <ul style="list-style-type: none"> <li>• suudab kuulata kaaslast;</li> <li>• suudab meelde jätta kaaslase ja juhendaja poolt öeldut;</li> <li>• suudab teistele esineda, rahulikult jääda ja oma ülesannet täita.</li> </ul> |
| Tunni kestus   | 15.00 – 16.30   |
| Osalenute arv  | 6 osalejat + juhendaja  |
| Tunni tegevused koos ajalise kestusega                 | Soojendusring vestlusega tundi sisseelamiseks 15 min<br>Näidendiks meeldetuletamine 50 min<br>Tagasiside, vestlusring 20 min  |
| Ideed tegevuste edasiarendamiseks järgnevatel tundidel | Küsimused edaspidi tagasisideringis kasutamiseks:<br>Kas sulle meeldis see, et teised vaatasid sind?<br>Kuidas sa ennast tundsid?<br>Kuidas sul prooviesinemine läks?<br>Teema: teatripäev  |

**Tabel 6. Erivajadustega inimeste teatريفestival Sindis**

|  |   |
|--|---|
| Tunni teema (alateemad)                | Erivajadustega inimeste teatريفestivalil sindis   |
| Toimumise aeg                          | 20.03.2024 - 1 kohtumine  |
| Tunni eesmärgid                        | Osaleja, <ul style="list-style-type: none"> <li>• saab kogemuse laval esinemisest.</li> </ul> |
| Päeva kestus                           | 07:00-17:00   |
| Osalenute arv, sh mehi, naisi          | 5 naist, 1 mees +1 juhendaja  |
| Tunni tegevused koos ajalise kestusega | Näitemängu päev erivajadustega inimeste teatريفestivalil sindis.                              |

|  |   |
|--|---|
| Ideed tegevuste edasiarendamiseks järgnevatel tundides | <p>Küsimused tagasisideringis kasutamiseks:</p> <p>Kas sulle meeldis see, et teised vaatasid sinu esinemist?</p> <p>Kas sulle meeldis esineda?</p> <p>Kas sulle meeldis teisi vaadata?</p> <p>Teema: tagasiside tehtule</p> |
|--|---|

**Tabel 7.** *Tagasiside ja tagasivaade möödunule*

|  |   |
|--|---|
| Tunni teema (alateemad)                | Tagasiside festivali esinemisele, uute mängude rakendamine, tunnetest vestlemine  |
| Toimumise aeg                          | Apr 2024 – 2 kohtumist  |
| Tunni eesmärgid                        | <p>Osaleja,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• suudab kuulata kaaslast;</li> <li>• oskab sõnastada mis talle meeldib, mis ei meeldi;</li> <li>• suudab meelde jätta mida tunnis räägiti;</li> <li>• teab erinevaid tundeid oskab neid eristada;</li> <li>• oskab enda kohta välja tuua, mis talle meeldib.</li> </ul>   |
| Tunni kestus                           | 15.00 – 16.30   |
| Osalenute arv, sh mehi, naisi          | 6 osalejat + juhendaja  |
| Tunni tegevused koos ajalise kestusega | <p>Soojendusring vestlusega tundi sisseelamiseks 15 min</p> <p>Mäng, kus keskel seisja peab ütleva mis talle meeldib ning kohad vahetasid need kellele ka nt meeldivad kassid, pannkoogid, kartulisalat ja jne, 20 min</p> <p>Teatripäeva meenutamine, näidendi meeldetuletamine koos liikumise ja lauludega 20 min</p> <p>Punamütsikesest inspireeritud erinevate karakteritega mängitud tegelased 10 min</p> <p>Vestlusring tunnetest, seekord teemaks armastus. 15 min</p> <p>Tagasiside ring 10 min</p> |

|   |  |
|---|--|
| <p>Ideed tegevuste edasiarendamiseks järgnevates tundides</p> | <p>Küsimused tagasisideringis kasutamiseks:</p> <p>Palun mõtle järgmiseks korraks, mis sulle meeldib või mis sulle ei meeldi – mitu erinevat varianti?</p> <p>Arutle asjade üle, mis sulle ei meeldi, miks?</p> <p>Kas sulle meeldib armastuse teema?</p> <p>Kas on raske teist inimest endale lähedale lasta?</p> <p>Kas karu oli parem olla kui metsa külastaja?</p> |
|---|--|

## Lisa 2: Sindi teatrifestivalil esitatud pilt etendusest

Erivajadustega inimeste teatrifestival 20.märtsil Sindis.

Teatripäevaks oli välja valitud muinasjutt “Seitsme maa ja mere taha” autoriks Eia Uus. Lugu tüdrukust, kes läks maailma otsima mis on “õnn”. Lugu oli jagatud 14 erineva erivajadustega inimeste näitetruppide peale piltideks. Korraldaja poolt antud pilt meile oli alljärgnev:

*Tütarlaps lahkus võõrast linnast ja kõndis aina edasi ja edasi, üha uutesse linnadesse ja ebatavalistesse paikadesse.*

*„Hei, sina!“ hüüdis järsku keegi ning tüdruk märkas ühe metsatuka juures nägusat noormeest. „Sa näed välja, et oled küll väike, aga see-eest täitsa väle,“ teatas too. Tüdruk oli meelitatud. „Kui me vendadega võidu jookseme, olen ma alati kõige kiirem! Või noh, peaaegu!“ vastas ta uhkelt.*

*„Ohoo! Äkki saad siis mind aidata? Selle käänaku taga on varakamber, mida valvavad ööl ja päeval hiiglased. Neist pole mööda saanud ükski kangelane ühegi mõõgaga!“ jutustas mees, käed uljalt puusas. „Varakambris on üks savipott. Seda oleks hädasti vaja, sest sellega saab ära toita terve küla – paned aga leivakooriku sisse ja kohe on pott ääreni leiba täis. Paned sisse ühe kala – pott kala kuhjaga täis, nii et ajab ülegi!“ ütles mees ja kinkis tüdrukule särava naeratuse. „Äkki lähed ja hiilid hiiglastest mööda, võtad poti ja jooksed ruttu nende eest ära?“*

*Tüdruk mõtles, et sellise potiga saaks tõepoolest palju head teha ja vastas noormehele: „Eks ma proovin,“ endal süda sees värisemas. Ta meenutas, mida teadmamees oli öelnud: julgus pole hirmu puudumine, vaid see, kui hirmu ületad.*

Sõnalist osa oli ainult kahele osalisele, kuid näiteringis käis 7 osalist. Jagasin osad nii, et meil oli tüdruk, poiss, kaks hiiglast ning kulla-, hõbeda- ja savipott.

Meile antud lõik etendusest oli suhteliselt lühike ja tegevust vähe, ent soovitatav oli täita vähemalt 10 minutit. Seega leidsin, et parim on täita pilt etendusest lauludega. Panin meie lõiku eelnevates tundides kasutatud mängu ja laule, mida olime juba õppinud. Regilaul “Veere, veere päevakene”, “Kalamehe jutt” ning “kalale sõidu” mäng koos tegevustega sobisid meie episoodi hästi. Lisaks kohandasin meie lõigu jaoks Rukkileiva laulu, kui jutt leivakoorukesele läks. Ning poisi ja tüdruku dialoogi lõpuks humoorikas laul “Tiigrikuti”, millega ka meie etendus lõppes. Alustasime etendust lavale kõndimisega ja laulame laulu:

∴:Veere, veere, päevakene, ∴:

∴:helle-helle, leelo-leelo ∴: (korratakse edaspidi iga rea järel)

∴:veere, päeva, vetta mööda, ∴:

∴: lase kasetatva mööda! ∴:

::veere sinna, kus su veli, ::  
 ::: sõõri sinna, kus su sõsar! :::  
 :::veli viie versta taga, :::  
 :::sõsar kuue kuuse taga. :::  
 :::seal sind hellalt hoietakse, :::  
 :::kahe käe peal kannetakse, :::  
 :::pannaks padjule magama :::  
 :::kullasängi puhkamaie, :::  
 ::: hõbesängi hõljumaie. :::

Teised jäävad tahaplaanile seisma, tüdruk jalutab mõtlikult laval vaikselt ringi vaadates edasi-tagasi. Kui laul lõpeb, ütleb tüdruk, et:” Nii ilus laul, see tekitab igatsust, aga ma ei saa aru mis igatsus see on ?”

„Hei, sina!“ hüüdis järsku keegi ning tüdruk märkas ühe metsatuka juures nägusat noormeest kes sõnas:” kuule, tüdruk, sa näid väle ja julge, äkki sina saad mind aidata? Selle kääna taga on varakamber, mida valvavad ööl ja päeval suured ja tugevad hiiglased. Neist pole veel keegi mööda saanud, äkki sina oma väleduse ja julgusega saad?“ jutustas mees, käed uljalt puusas.

„Selles varakambris on üks savipott. See on üks väärt pott, sest sellega saab ära toita terve küla – paned aga leivakooriku sisse ja kohe on pott ääreni leiba täis.

Tüdruk ütleb: ”ahah, et leiva, kas nii?” ja laval olijad hakkavad laulma:

### Rukkileiva laul

Eesti imerelv on magus rukkileib  
 sa viil meil lõika veel- üks, kaunis neid  
 sest tean on hea see tunne  
 kõhu sees ja eesti leiba sööme veel!

:: rukkileivaga saan söönuks ma  
 ja teised ka söövad rõõmuga:::

Ja poiss ütleb: ” jah nii jah, aga see ei ole veel kõik-!”

Mees ütleb:, “et nii jah, aga see ei ole veel kõik, paned sisse ühe kala – pott kala kuhjaga täis, nii et ajab ülegi!“ ütles mees ja kinkis tüdrukule särava naeratuse.

Tüdruk ütleb:”Kala? Kuule, aga selleks, et sinna kala sisse panna, peab meil vähemalt üks kala olema lähme kõik koos õige kalale”. Algab kalale sõitmise mäng/tegevus. Kus kaasatakse tegevustesse ka publikut.

Kui kalad on püütud laulame laulu:

“Kalamehe jutt “

“Oi latikas, oi lutsupoeg kus oli alles kala  
kes õnge otsa hakkas mul kord koidu ajal sala  
(2x laulda) tal oli pikkust sülda viis ja laiust nii et aitas  
ja oma sabaga ta siis just lepa latvu paitas  
ma tõmbasin ta välja veest,  
kuid juhtus vaat mis häda.  
ei pannud seda tähele,  
et õngenöör on mäda.  
(2x laulda) ta kukkus vette tagasi,  
nii päris perve äärde,  
siis vihast kargas kaldale ja lõi mul  
hambad säärede.  
ei aidanud sel elukal  
ta hirmus kala viha.  
jah, surnuks lõin ning  
seitse kuud sõin tema rasvast liha.  
ei ahja -tühja juttu ma veel elus  
pole aand.  
kes veerand uskus rumal on  
ja pole petta saand.”

Poiss ütleb: „Äkki lähed ja hiilid hiiglastest mööda, võtad  
poti ja jooksed ruttu nende eest ära?“

Tüdruk ütleb, “sellise potiga saaks tõepoolest palju head teha” ja vastas noormehele: „Eks ma  
proovin.“

Kõik hakkavad laulma Tiigrikutsu laulu:

Mul juba sünnist saati tiigri süda sees.  
mul kõik on õed ja vennad, kes seal metsa sees.  
mul ema ööbik, isa lõvinahas käib.  
mul terve mets on ainult sugulasi täis.  
ise olen tiigrikutsu ja ma ei karda kedagi.

**Lisa 3: Tööandja nõusolek lõputöö läbiviimiseks**

Kinnituskiri

AS Hoolekandeteenused on heaks kiitnud Anneli Telvar lõputöö teema „Draamaringi loomine ja läbiviimine kogukonnas elamise teenusel elavatele inimestele.“

Moonika Rudenko

Tartu tiimijuht

Kesk- Lõuna piirkond

AS Hoolekandeteenused

*Kinnituskiri on allkirjastatud digitaalselt.*

*09.12.2024*

## Lihtlitsents

### Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Anneli Telvar,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose

” Draamaringi loomine ja läbiviimine täiskasvanud intellektipuudega inimestele”,

mille juhendaja on

Külli Salumäe,

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile. 4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

*Anneli Telvar*

*19.05.2025*