

Tartu Ülikool Sotsiaal- ja haridusteaduskond  
Haridusteaduste instituut  
Humanitaar- ja sotsiaaalainete õpetamine põhikoolis

Kristiina Musto

KUNSTITERAAPIATE MEETODITEL PÕHINEVAS RÜHMATÖÖS OSALENUD  
ÕPILASTE JA ÕPETAJATE HINNANGUD RÜHMATÖÖLE JA ENDA OSALUSELE  
RÜHMATÖÖS

bakalaureusetöö

Juhendaja: Kristi Kõiv

Läbiv pealkiri: Õpilaste ja õpetajate hinnangud loovtegevusele

KAITSMISELE LUBATUD

Juhendaja: Kristi Kõiv (PhD)

.....

(allkiri ja kuupäev)

Kaitsmiskomisjoni esimees:

Pille Villems (programmijuht)

.....

(allkiri ja kuupäev)

Tartu 2015

## Sisukord

Sissejuhatus .....	4
1. Uurimuse teoreetilised lähtekohad.....	5
1.1. Kunstiteraapiad.....	5
1.1.1. Visuaalkunstiteraapia .....	5
1.1.2. Muusikateraapia .....	6
1.1.3. Tantsu- ja liikumisteraapia .....	7
1.1.4. Draamateraapia.....	8
1.2. Kunstiteraapiate kasutamine integreeritult .....	9
1.3. Kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö kasulikkus .....	10
2. Metoodika .....	11
2.1. Kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö läbiviimine .....	11
2.2. Kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö metoodika .....	12
2.2.1. Integreeritud kunstiteraapiate programm .....	12
2.2.2. Integreeritud kunstiteraapiate programmi eesmärgid.....	12
2.2.3. Integreeritud kunstiteraapiate programmi ülesehitus .....	12
2.2.4. Integreeritud kunstiteraapiate programmis käsitletavad teemad .....	13
2.3. Uuritavad .....	14
2.4. Andmekogumismeetodid.....	14
2.5. Protseduur.....	15
3. Tulemused.....	15
3.1. Kvalitatiivne andmeanalüüs .....	15
3.1.1. Uurimistulemused seonduvalt rühmatööde meeldivusega.....	15
3.1.2. Uurimistulemused seonduvalt loovtegevuse mittemeeldivusega.....	20
3.1.3. Uurimistulemused seonduvalt soovitustega rühmatöö läbiviijatele.....	22
3.1.4. Uurimistulemused seonduvalt rühmatöös enim meelde jäänud ülesannetega ...	25
3.2. Kvantitatiivne andmeanalüüs .....	26

4. Arutelu .....	34
Kokkuvõte .....	36
Summary .....	37
Tänusõnad .....	38
Autorsuse kinnitus.....	38
Kasutatud kirjandus.....	39
Lisad	

## Sissejuhatus

Loovteraapia (nimetatud ka ekspressiivseks teraapiaks) on integreeritud lähenemine, mis põhineb loovusel ja loomingulisusel. Kunstiteraapiad käsitlevad nelja eraldiseisvat teraapiavaldkonda: visuaalkunstiteraapiat, muusikateraapiat, tantsu- ja liikumisteraapiat ja draamateraapiat. Lisaks kunstiteraapiatele kuuluvad loovteraapia alla näiteks ka mänguteraapia, luuleteraapia ja liivakastiteraapia (Malchiodi, 2007a). Kunstiteraapiates kasutatakse nii verbaalset kui mitteverbaalset suhtlust. Enamikes teraapiasituatsioonides on olulisel kohal verbaalne suhtlus, et rääkida kliendi tunnetest ja mõtetest (Malchiodi, 2007b). Kunstiteraapiad põhinevad ideel, et loominguline protsess aitab indiviidil väljendada tundeid, tulla toime traumaatiliste kogemuste ja stressiga, annab sisevaate kuidas teistega suhelda ja kuidas parendada oma eneseteadlikkust (Butina, 2008).

Käesoleva töö eesmärgiks oli välja selgitada kunstiteraapiate meetodil põhinevas rühmatöös osalevate õpilaste ja õpetajate hinnangud rühmatööle ja enda osalusele rühmatöös. Lähtudes antud eesmärgist formuleeriti kolm uurimisküsimust:

- Millised on õpilaste ja õpetajate hinnangud kunstiteraapiate meetoditel põhinevale rühmatööle?
- Millised on õpilaste ja õpetajate hinnangud suhetele?
- Millised on õpilaste ja õpetajate hinnangud oma minale?

Antud teemavaldkonna uurimine on vajalik ja aktuaalne, kuna kunstiteraapiate rakendamine sekkumisviisina aitab leevendada osalejate probleeme ning nendega toime tulla. Lisaks on tõestatud, et kunstiteraapiate meetoditel põhinev rühmatöö on tõhus (Kaudne, 2012a).

Käesolevas uurimistöös toetatakse olemasolevatest uurimustest nendele, mis keskenduvad õpilaste hinnangute uurimisele seoses integreeritud kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö läbiviimisega (Kõiv, 2012; Kaudne, 2012a; Smeijsters, Kil, Kurstjens, Welten, & Willemars, 2011; Goodgame, 2007). Autorile teadaolevalt pole varem läbi viidud uurimusi, mis keskenduks õpetajate hinnangute uurimisele seoses integreeritud kunstiteraapiate meetoditel põhinevate rühmatööde läbiviimisega.

Antud bakalaureusetöö koosneb neljast osast. Lõputöö esimeses osas kirjeldatakse uurimuse teoreetilisi lähtekohti, kus antakse ülevaade kunstiteraapiatest ja selle alaliikidest ning kunstiteraapiate kasutamisest integreeritult. Töö teises osas kirjeldatakse uurimismetoodikat – kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö läbiviimist, valimit, andmekogumismeetodeid ja protseduuri. Kolmandas osas esitatakse uurimisel saadud

kvalitatiivsed ja kvantitatiivsed tulemused. Uurimuse neljandas osas analüüsitakse tulemusi ja seostatakse neid varasemate uurimistulemustega, esitatakse töö piirangud ja praktiline väärtus ning antakse soovitusi edasisteks uuringuteks.

## 1. Uurimuse teoreetilised lähtekohad

### 1.1. Kunstiteraapiad

Kunstiteraapiate liigid on visuaalkunstiteraapia, muusikateraapia, tantsu- ja liikumisteraapia ja draamateraapia. Nimetatud kunstiteraapiate liigid kuuluvad Kunstiteraapiate Ühingute Rahvusvahelisse Konsiiliumisse (*National Coalition of Creative Arts Therapies Associations*) (Malchiodi, 2007b). Sarnaselt Malchiodile (2007b) viitab Kunstiteraapiate Ühingute Rahvusvaheline Konsiilium kunstiteraapiate erinevaid liike defineerides vastava valdkonna Ameerika Ühingule. Sellest lähtudes viidatakse ka käesolevas bakalaureusetöös kunstiteraapiate liike defineerides vastava kunstiteraapia liigi Ameerika Ühingu definitsioonile. Käesolevas uurimistöös antakse ülevaade kunstiteraapiate liikidest, nende kasutamisest integreeritult ning tuuakse välja kunstiteraapiate meetoditel põhinevate sessioonide kasulikkus osalejatele.

Kunsti hakati kasutama ravi kõrval, samaaegselt psühhiaatria arengu algusega 1800. aastate lõpus kuni 1900. alguses. Laiemalt said kunstiteraapiad tuntuks 1930.-1940. aastatel, kui psühhoterapeudid ja kunstnikud hakkasid mõistma, et eneseväljendus läbi mitteverbaalsete meetodite, nagu maalimine, muusika loomine või liikumine, võib olla kasulik inimestele, kel on vaimsed häired. Kunstiteraapiad hakkasid leidma kohta ravis, kuna oli palju inimesi, kellele ei sobinud teraapiad, kus oli tarvis rääkida (Malchiodi, 2007b).

#### 1.1.1. Visuaalkunstiteraapia

Ameerika Visuaalkunstiteraapia Ühingu definitsiooni kohaselt on visuaalkunstiteraapia kunsti terapeutiline kasutamine professionaalses suhtes inimestega, kes kogevad haigust, traumad, on oma eluga raskustes või püüavad isiksusena areneda. Kunsti loomise ja kunstiproduktide reflekteerimise kaudu saavad inimesed suurendada oma teadlikkust iseenda ja teiste kohta, tulla tõhusamalt toime sümptomite, stressi ja traumeerivate kogemustega, arendada kognitiivseid võimeid ja tunda rõõmu kunsti tegemisest (AATA, 2015).

Margaret Naumburgi on nähtud kui peamist visuaalkunstiteraapia rajajat, keda kutsutakse ka visuaalkunstiteraapia emaks. Ta nägi oma klientide kunstiloomet sümboolse „kõnena“, mis

väljendas nende alateadvuses olevat otse, tsenseerimata ja konkreetsetena (Malchiodi, 2007a). Visuaalkunstiteraapiat on laialdaselt praktiseeritud näiteks haiglates, psühhiaatria- ja rehabilitatsioonikeskustes, tervisekeskustes, kinnipidamisasutustes, koolides, kriisikeskustes, vanadekodudes, erapraksistes ja teistes kliinilistes ja kogukondlikes keskkondades. Individuaal- ja/või grupisessiooni käigus annavad visuaalkunstiteraapia terapeudid oma klientidele võimaluse läbi kunsti loomise parendada nende psüühilist, vaimset ja emotsionaalset heaolu. Visuaalkunstiteraapiast võivad kasu saada nii indiviidid, paarid, pered kui ka indiviidid grupis. Indiviidid, kes saavad kasu visuaalkunstiteraapiast, võivad olla läbi elanud trauma, näiteks väärkohtlemise või katastroofi. Visuaalkunstiteraapiast võivad muuhulgas abi saada inimesed, kel on vähk, traumaatiline ajuvigastus, autism, dementsus või depressioon. Visuaalkunstiteraapia aitab inimestel lahendada konflikte, parendada interpersonaalseid oskuseid, tulla toime probleemse käitumisega ja vähendada stressi. (AATA, 2015).

### **1.1.2. Muusikateraapia**

Ameerika Muusikateraapia Ühingu definitsiooni kohaselt on muusikateraapia kliiniline ja tõenduspõhine sekkumine, kus kasutatakse muusikalisi sekkumisi kvalifitseeritud spetsialisti poolt, et saavutada terapeutilises suhtes individualiseeritud eesmärgid (AMTA, 2015).

Muusikateraapiast saavad kasu õpilased, kel on õpiraskused, käitumisprobleemid, sotsiaalsed probleemid või/ja psüühilised häired. Muusikateraapiast saavad iseäranis abi need, kel on madal enesehinnang (Wigram, 2002).

Muusikateraapiat kasutatakse terapeutilises suhtes, et täita inimeste psüühilisi, emotsionaalseid, kognitiivseid ja sotsiaalseid vajadusi. Pärast iga kliendi tugevuste ja vajaduste hindamist, pakub kvalifitseeritud muusikaterapeut kliendile sobivat teraapilist sekkumist, mis võib olla seotud muusika loomise, laulmise, muusika järgi liikumise ja/või muusika kuulamisega. Muusikateraapia on kasulik neile, kel võib olla end raske sõnadega väljendada. Muusikateraapia on efektiivne psüühilises rehabilitatsioonis ja motiveerib inimesi teraapiast osa võtma, võimaldab emotsionaalset toetust klientidele ja nende peredele ja annab võimaluse oma tundeid väljendada (AMTA, 2015).

Sessioonide läbiviija aitab muusika abil saavutada klientide eesmärgi lähtudes nende probleemidest. On leitud, et sessioonidel osalejatel on lihtsam end muusikateraapia abil väljendada. Muusikateraapia eesmärk on luua sobilik keskkond arendamiseks sessioonil osalejate muusikalisi oskuseid (Wigram, 2002). Oluline on teha vahet muusikateraapia ja muusikahariduse vahel. Muusikahariduses on eesmärgiks saada muusika kohta rohkem

teadmisi või õppida instrumenti mängima, muusikateraapia eesmärgiks on parendada indiviidi psüühilisi funktsioone läbi muusikalise kogemuse (Pellitteri, 2000). Iga indiviid mängib muusika loomisel olulist rolli – nii saavad osalejad tunda end võrdse ja väärtuslikuna.

Muusikateraapia sessioonide läbiviimiseks on vajalik turvaline keskkond. Muusikateraapia sessioonides käsitletavateks teemadeks võivad olla näiteks: intiimsus, agressioon, sõltumine/sõltumatus, tunnete väljaelamine või nende puudumine, püsimatus ning barjääride seadmine/murdmine või nendega katsetamine (Wigram, 2002).

Parendamise eesmärgid võivad olla järgmistes valdkondades: tähelepanu, keskendumine, impulsside kontroll, sotsiaalsed oskused, enesehinnang, eneseväljendus, motivatsioon ja kognitsioonid (Pellitteri, 2000). Üheks muusikateraapiat kirjeldavaks tunnusjooneks on improvisatsioon interaktiivse protsessina (Wigram, 2002). Muusikateraapia sessioon võib endas hõlmata laulmist või vokaliseerimist, erinevate instrumentidega mängimist ning muusika kuulamist. Sessioonil osalejatel on võimalus kuulata muusikat passiivselt, kuid sagedamini tegeletakse muusika loomisega. Erinevad muusikateraapia meetodid koosnevad laulude või improvisatsioonilise muusika loomisest. Sessiooni läbi viiv terapeut on tihti seotud muusika mängimisega, mängides sageli ise kitarri või klaverit ning suheldes klientidega läbi muusikaelementide. Viisist kinni pidamine ja nooditundmine pole oluline, kuna muusikateraapia keskendub psühholoogilistele protsessidele, kasutades indiviidi häält loovaks väljenduseks. Grupisessioonides on soovitavaks osalejate arvuks neli kuni kaheksa indiviidi, kes asetsevad soovituslikult ringis. Sessiooni alustatakse tervituslauluga ning sessioon lõpeb lõpulauluga. Sessiooni kestel tegeletakse erinevate tegevustega nagu näiteks laulude laulmine, instrumentidega mängimine ja muusika saatel liikumine. Väiksemaid instrumente (nt tamburiine) saab kasutada individuaalselt, kus iga grupiliige saab mängida kas eraldi või teistega koostöös. Suuremaid instrumente (nt trummid, külofon) saavad sessioonil osalejad mängida koos. Osalejatele antakse valida, mis instrumenti nad mängida soovivad ning saavad mängida soolosid, duette või väikestes gruppides (nt kõik poisid, kõik tüdrukud, kõik õpilased tamburiinidega). Improviseerimist aktsepteeritakse kui eneseväljendust ja loovust (Pellitteri, 2000).

### **1.1.3. Tantsu- ja liikumisteraapia**

Ameerika Tantsuteraapia Ühingu definitsiooni kohaselt nimetatakse tantsu- ja liikumisteraapiaks liikumise psühhoteraapilist kasutamist, et edendada indiviidi emotsionaalset, kognitiivset, füüsilist ja sotsiaalset integratsiooni (ADTA, 2015). Tantsu- ja liikumisteraapia juured ulatuvad varastesse 1900ndatesse. Pääaegu kõik tantsu- ja

liikumisteraapia rajajad alustasid oma karjääri moderntantsijatena. Nende kogemused esinejate ja õpetajatena aitasid kaasa tantsu ja liikumise kasutamisele psühhoteraapia vormina. Tantsu- ja liikumisteraapia kasutab tantsu ja liikumist kui psühhoterautilise või raviva vahendina ning põhineb ideel, et keha ja meel on lahutamatud osad. Selle põhiliseks eelduseks on sisemiste emotsionaalsete seisundite reflekteerimine kehalise liikumise abil. Tantsu kasutamine terapeutilise vahendina on sama vana kui tants ise. Peamiselt traditsionaalsetes kultuurides oli tants sama tähtis kui söömine ja magamine. Suuri elusündmuseid saatsid tantsurituaalid, toetades indiviidi integratsiooni kogukonda. (Levy, 1988).

Terapeutilist tantsu ja liikumist saab sessioonidel kasutada, et parendada enesehinnangut, avastada emotsioone, lahendada konflikte ja arendada koostööskust (Goodgame, 2007).

Goodgame (2007) kirjeldab oma artiklis kolmes Eesti koolis läbiviidud tantsu- ja liikumisteraapia eksperimentaalprojekti raames läbi viidud seansse. Seansid viidi läbi koolides, kus õpivad õpilased, kellel on sotsiaalseid, emotsionaalseid ja käitumuslikke probleeme. Projekti eesmärgiks oli tutvustada tantsu- ja liikumisteraapia sessioone õpilastele, kel on emotsionaalsed ja käitumuslikud probleemid, et uurida dünaamilisi lähenemisi loovuse väljendamiseks ja enesehinnangu tõstmiseks läbi meediumi, millel oli potentsiaali ületada keele- ja kultuuribarjäärid. Terapeutilist tantsu ja liikumist saab kasutada grupitöös, et parendada enesehinnangut, avastada emotsioone, lahendada konflikte ja suurendada koostööskust. Sessioonidel osalemine oli vabatahtlik, kuid need, kes otsustasid osaleda, pidid osalema kõikides sessioonides. Kõik sessioonid hõlmasid endas ringiaega (*circle-time*), usalduse tõstmise harjutusi ja loovaid tegevusi, et õpilased saaksid oma tundeid turvaliselt väljendada. Õpilasi julgustati töötama koos, individuaalselt, paaris ning väikestes gruppides. Sessioonid võeti õpilaste ja töötajate poolt hästi vastu. Sessioonidel kogetu aitas tõsta enesekindlust, arendada usaldust ja pakkus tuge enesehinnangu tõstmiseks. Kõik sessioonidel osalejad leidsid, et tegevused olid toredad ja nauditavad. Kahe kooli juhid töid välja, et sessioonide käigus oli koolis lõdvestunud ja rahulik atmosfäär. Eksperimentaalprojekti osalenud õpilaste sõnul olid peamiseks kogemusteks usalduse kasvatamine ja jagamine. Vaatlejate tagasisidest selgus, et õpilaste vahel oli sessioonide käigus hea koostöö.

#### **1.1.4. Draamaterapia**

Põhja-Ameerika Draamaterapia Ühingu definitsiooni järgi on draamaterapia draama ja/või teatri protsesside sihilik kasutamine terapeutiliste eesmärkide saavutamiseks. Draamaterapia on aktiivne lähenemisviis, mis aitab kliendil rääkida oma lugusid, määrata



eesmärke ja lahendada probleeme, väljendada tundeid või saavutada katarsis. Draama abil saab isiklik kogemus sügavuti aktiivselt avastatud ning parenevad interpersonaalsed suhteoskused (NADT, 2015).

Draamateraapias kasutatud meetodid ja protsessid sisaldavad endas improvisatsiooni, mängul põhinevaid protsesse, rollimängu, maske, nukke, draamamänge, hääleseadet ja käsikirjade kirjutamist. Mõned psühhodraamal põhinevad draamateraapia vormid nagu näiteks rollimäng, rõhutavad otsesest reaalsuse läbimängimist. Teised meetodid hõlmavad lugusid, müüte, pilte ja liikumist, mis rõhutavad metafooride või sümbolite loomist, et klient saaks ise kogeda ja avastada. (Jones, 2006). Draamateraapia kasutamine on kohane viis õppida oma emotsioone tundma ja erinevaid situatsioone läbi mängida. Noorukitele on väga oluline kogeda erinevaid emotsioone, anda hinnangud nendele emotsioonidele ja õppida oma emotsioone kontrollima. Draamateraapias saab kasutada nii eelnevalt struktureeritud esitust kui ka improvisatsiooni. Esinemise käigus saab sessiooni läbiviija esitada juhtivaid küsimusi, mille läbi õpivad noorukid uurima oma emotsioonidega seotud toimetulekuoskusi ja aru saada mida nad peavad veel õppima. Mänguline atmosfäär võimaldab kliendil rahuneda ja olla tema ise, õhutab teda olema aktiivne ja annab talle võimaluse midagi teha (Smeijsters et al., 2011).

## **1.2.Kunstiteraapiate kasutamine integreeritult**

Integreeritult rakendatud kunstiteraapias kasutatakse lähedalt seotud distsipliine: kunsti, muusikat, draamat ja tantsu/liikumist koos (Malchiodi, 2007b).

Integreeritud kunstiteraapiate sessioonil kasutatakse koos kahte või enamat kunstiteraapia liiki, et edendada osalejate teadlikkust, julgustada emotsionaalset kasvu ja parendada suhteid teistega. Kõik kunstiteraapiate liigid hõlmavad endas tegevust, kuid kõigil on omad erinevused. Näiteks visuaalkunstiteraapia soodustab individuaaltööd ja võib kaasa aidata individualisatsiooni arengule; muusika tegeleb tunnetega ja võib kaasa aidata sotsialiseerumisele teistega, kui sessioonil osalejad mängivad samaaegselt muusikat või teevad koostööd ning tants/liikumine pakub võimalusi suhelda ja luua teistega suhteid. Kunstiteraapiate vormidel on unikaalsed omadused ja roll teraapias, mis olenevad meetodite rakendamisest, sessiooni läbiviijast, kliendist, paigast ja eesmärgist. Läbiviijad, kes kasutavad kunstiteraapiad integreeritult, ei pea igal sessioonil rakendama kõiki kunstiteraapiate vorme. Oluline on keskenduda kunstilisele traditsioonile, mille järgi on kõigi kunstiteraapiate ühiseks jooneks inimese kujutlusvõime. Sama põhimõtet on läbi ajaloo kasutanud ravitsejad, kes ei spetsialiseerunud eraldi trummimängu, kunstiloomesse ega rituaalidesse, vaid kasutasid oma

töös mitmeid aspekte. Kasutades sessioonidel rohkem kui ühte kunstiteraapiate liiki, on teraapia efektiivsem (Knill, Barba, & Fuchs, 1995).

### **1.3.Kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö kasulikkus**

Kunstiteraapiad mõjutavad osalejate emotsionaalsete, sotsiaalsete ja käitumuslike probleemidega seotud riski- ja kaitsefaktoreid. Sessioonides osalemine annab võimaluse järgmiste probleemide parendamiseks: endale eesmärkide sättimine, enese eest seismaõppimine, uute rollide proovimine, positiivse tagasiside jagamine, osaleja tugevustega töötamine, positiivsete emotsioonide kogemine, erinevate võimaluste arutlemine, enese usaldamine ja probleemilahendusoskuste arendamine (Smeijsters et al., 2011).

Kunstiteraapiate meetoditel põhinevatel sessioonidel osalejad saavad nauditava positiivse loova kogemuse, mis aitab neil tõhustada oskusi, et endast paremini aru saada ja teistega suhelda. Sessioonides erinevaid situatsioone läbi mängides oskavad noorukid efektiivsemalt käituda oma pere ja sõpradega. Samuti võttes loovates tegevustes rohkem vastutust ja juhtimist enda kanda, on noorukid kompetentsed kasutama uusi omandatud oskusi ja rakendama neid ka väljaspool läbiviidud sessioone. Võimalus loovalt ennast väljendada annab probleemsetele noorukitele võimaluse proovida rolle, mida nad varem kogenud pole ning kogeda ja toime tulla emotsioonidega, mis võivad neil tulevikus aidata hõlpsamini otsuseid vastu võtta (Emerson & Shelton, 2001).

Kunsti kasutamine sessioonidel võib olla kommunikatsioonivormiks neile, kel on probleeme verbaalse suhtlusega. Samuti saab kunsti kasutamine meetodina olla sillaks terapeudi ja kliendi vahel, et rääkida probleemidest, mis tekitavad kliendile ebamugavust. Lisaks on kunstiteraapiate meetodite kasutamine rühmatöös eneseväljenduse ja enese avastamise vahendiks ja võimaldab kogeda, avastada, vabastada ja tulla toime turvalisel ja aktsepteeritaval moel selliste destruktiivsete tunnetega nagu viha ja agressiivsus. Kunstiteraapiate meetoditel põhinevate sessioonide käigus valmivaid loovtöid saab kasutada arutluse alustamise hõlbustamiseks ning sessiooni läbiviija saab jälgida muutuseid osalejate kunstis. Lisaks on kliendid sessioonidel aktiivselt kaasatud ning kliendil on võimalus olla loov ja ennast nautida (Johnson, 2008).

Kunstiteraapiate meetoditel põhinevad sekkumised toetavad kliendi positiivse minapildi tekkimist, eneseaustuse suurenemist ja madala enesehinnangu probleemiga tegelemist, arendades meetodeid, mis keskenduvad kliendi tugevuste toetamisele ja rõhutamisele. Need tugevused hõlmavad individuaalset arengut mitmes valdkonnas nagu näiteks emotsionaalsed, akadeemilised, spirituaalsed ja psüühilised. Mainimata ei saa jätta ka interpersonaalset aspekti



Tartu ülikooli haridusteaduskonna üliõpilastele, kellest saavad tulevased õpetajad (edaspidi õpetajad), kus osales 16 uuritavat vanuses 21-37 aastat. Käesoleva töö autor osales erikooli õpilastele ja õpetajatele mõeldud sessioonidel ning Tartu ülikooli õpetajakoolituse tudengitele mõeldud sessioonil.

## **2.2.Kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö metoodika**

### **2.2.1. Integreeritud kunstiteraapiate programm**

Läbiviidud rühmatöodes rakendati metoodikana integreeritud kunstiteraapiate programmi (Groom, 2012; Kaudne, 2012a; Kõiv ja Kaudne, 2015). Integreeritud kunstiteraapiate programmis kasutatakse kunstiteraapiate vorme (kunstiteraapiat, draamateraapiat, muusikateraapiat ja tantsu- ja liikumisteraapiat) (Kõiv ja Kaudne, 2015). Varem on kunstiteraapiate meetoditel väljatöötatud rühmatöid viidud läbi kasvatuses eritingimusi vajavate tütarlaste koolis, mis põhinesid kunstiteraapiate meetodite omavahelisel integreerimisel, kus põhitegevused toetusid enamjaolt visuaalkunstiteraapilistele ja muusikateraapilistele meetoditele, kuhu integreeriti draamateraapilistel ning tantsu- ja liikumisteraapilistel meetoditel põhinevaid tegevusi (Kaudne, 2012a).

### **2.2.2. Integreeritud kunstiteraapiate programmi eesmärgid**

Integreeritud kunstiteraapiate programmi eesmärkideks on: (1) arendada positiivset minapilti ja enesekindlust (2) võimaldada osalejatel väljendada oma emotsioone ja tõsta emotsioonide kontrollimise oskuse taset ja (3) tõsta efektiivselt interaktsiooni eakaaslastevahelises suhtluses edendades prosotsiaalsete oskuste arengut (Kõiv ja Kaudne, 2015). Sessioonide eesmärgiks on luua osalejatele võimalus läbi loovate ning interaktiivsete tegevuste uurida ning teistega jagada oma elu erinevaid aspekte (Groom, 2012).

### **2.2.3. Integreeritud kunstiteraapiate programmi ülesehitus**

Kõik rühmatöö sessioonid algavad interaktiivsete soojendusharjutustega, millele järgnevad aktiivsed improvisatsioonilised põhitegevused, mis koosnevad liikumise- ja tantsu, draama, muusika ja kunstiteraapia komponentidest ning keskenduvad sessiooni põhiteemale. Viimane sessiooni osa koosneb osalejate loovate tegevuste tagasisidest ning saavutustunde sisendamistest ja vastastikusest toetusest (Kõiv ja Kaudne, 2015).

Sissejuhatus hõlmab avaringi, mille eesmärgiks on saada ülevaade rühmaliikmete emotsionaalsest seisundist ning võtta maha üleliigsed pinged ja ärevus. See võib toimuda

erinevate tegevuste vormis, mis on kooskõlas rühmaliikmete emotsioonidega ja vastavad nende vajadustele. Enne põhiteema juurde asumist viiakse läbi teemasse sissejuhatav tegevus, et luua turvaline keskkond aktiivseks tegutsemiseks, eneseavamiseks ja häälestada õpilasi järgnevateks tegevusteks. Põhitegevus lähtub kindlast teemast, mis tuleneb rühmatööle seatud eesmärkidest ning konkreetsetest rühmatöö korra alaeesmärkidest (Kaudne, 2012a).

Rühmatöö hõlmab endas probleemilahendusoskuste arendamist, uute käitumismustrite katsetamist ja väärtuste ja uskumuste muutmist. Sessioonid hõlmavad endas ringi- ja grupimänge, usalduse tõstmise harjutusi ja muid loovaid tegevusi, mis aitavad osalejatel oma tundeid turvalises keskkonnas väljendada. Noorukeid julgustatakse tegema koostööd, töötades terve grupiga, paaris või väikestes rühmades. Sissejuhatavad sessioonid võivad endas hõlmata järgmisi aspekte: sissejuhatus; mängud; lõdvestus- ja soojendusharjutused; juhitud kujutlused ja jutuvestmine; paaristöö; rühmategevused; improvisatsioon; probleemilahendusoskuste arendamine; koostööl põhinevad tegevused; mängud ringis ning usalduse tõstmise harjutused. Ringiaega kasutatakse rühmatöö alguses ja lõpus rituaalina. Lõpuring on oluline, kuna kõik grupiliikmed saavad võimaluse väljendada oma tundeid, mis neid rühmatöö käigus valdasid, mida nad nautisid ja mis olulise teadmise nad endaga kaasa võtavad. Kui grupi kohesiivsus ja julgus kasvab, siis võivad sessioonid keskenduda rohkem spetsiifilistele loovatele tegevustele nagu näiteks: lühikesed improviseeritud tantsud või draama; maski meisterdamine; skulptuur; narratiivid ja elulood; aktiivne loo rääkimine nukukude abil; video ja fotograafia; improviseeritud pantomiim ja liikumine; muusikapalade ja laulude ettekandmine; multimeedia kunstiprojektid rühmas (Groom, 2012).

#### **2.2.4. Integreeritud kunstiteraapiate programmis käsitletavat teemad**

Kunstiteraapiate meetoditel põhinev rühmatöö võib keskenduda grupis aktuaalsetele teemadele nagu näiteks kiindumused, elumuutused, elulood, sõprussuhted, ideaalne mina, perekondlikud suhted, emotsionaalne segadus, konfliktide lahendamine, raskustega hakkamasaamine, hirmudest ja ärevusest ülesaamine, ühiste tunnete ja ettekujutuste jagamine, edu ja saavutuste tähistamine, tulevikulootuste ja ambitsioonide jagamine. Tegevused ja kogu protsess võimaldab noorukil töötada läbi need probleemid individuaalsel moel ning samaaegselt olla grupiliige ja saada võimaluse jagada, kuulata ja õppida teiste grupiliikmete kogemustest (Groom, 2012). Käsitletavateks põhiteemadeks on veel minapildi moonutused, vähene enesekindlus, probleemid emotsioonide väljendamise ja reguleerimisega; võimetus lahendada interpersonaalseid probleeme ning luua positiivseid suhteid eakaaslastega (Kõiv ja Kaudne, 2015). Rühmatöö võimaldab rühmakaaslaste toe tajumist, õppimist ja vastastikust

positiivset jagamist, arendada sotsiaalseid oskusi ning tõsta enesehinnangut, anda võimalus kuulata, õppida läbi rääkima, ideid, mõtteid ja emotsioone jagama ning koostööd tegema. Rühmatöös saavad õpilased olla ühtaegu nii abi saajad kui ka andjad: tuues välja oma probleemi ning lahates seda, võib sellest tuge saada või oma probleemile leevendust leida ka mõni teine rühmakaaslane (Kaudne, 2012b).

### **2.3.Uuritavad**

Käesoleva uurimistöö valimi moodustasid 3 gruppi õpilasi ja 2 gruppi õpetajaid, kes osalesid kunstiteraapiate meetoditel põhinevas rühmatöös, mida viidi läbi ajavahemikul oktoober 2014-veebruar 2015. Uuritavaid oli kokku 52, neist 22 õpetajat ja 30 õpilast. Õpetajaid oli kokku kaks gruppi – kasvatus eritingimusi vajavate õpilaste erikooli õpetajad, keda osales rühmatöös 6, vanuses 27-52 aastat ning Tartu ülikooli õpetajakoolituse tudengid, keda oli kokku 16, vanuses 21-37 aastat (edaspidi õpetajad). Õpilasi oli kokku 3 gruppi: kasvatus eritingimusi vajavate õpilaste erikoolist ja kahest Tartumaa üldhariduskoolist. Kasvatus eritingimusi vajavate õpilaste kooli õpilasi oli 15, vanuses 12-16 aastat, Tartumaa üldhariduskoolides vastavalt 7 õpilast vanuses 14-15 aastat ja 8 õpilast vanuses 11-12 aastat. Kõik õpilasgruppides osalevad uuritavad olid naissoost, samuti õpetajad, välja arvatud üks erikooli õpetaja, kes oli meessoost.

### **2.4.Andmekogumismeetodid**

Käesoleva uurimistöö uurimisinstrumentina kasutati K. Kõivu poolt välja töötatud ankeeti, et uurida kunstiteraapiate meetoditel põhinevas rühmatöös osalevate õpilaste ja õpetajate hinnanguid rühmatööle ja enda osalusele rühmatöös. Ankeet oli reliaabne – Cronbach'i alfa 0.961. Uurimisinstrumenti oma sisu järgi võib jagada kaheks osaks: esimene uurimisinstrument (vt lisa 1) koosneb neljast avatud küsimusest kunstiteraapiate meetodil põhineva rühmatöö kohta, mis olid järgnevad: palun avaldage arvamust ja kirjeldage lühidalt, mis teile kõikide läbiviidud loovtegevuse rühmatöödega seoses meeldis; palun kirjeldage lühidalt, mis teile läbiviidud loovtegevuse rühmatöödega seoses ei meeldinud; palun andke soovitusi edaspidiseks rühmatöö läbiviijatele ning palun tooge välja, millised huvitavad ja kasulikud harjutused või ülesanded teile kõige enam meelde jäid. Teine uurimisinstrument (vt lisa 2) sisaldab endas kokku 48 väidet, mis mõõdavad uuritavate hinnanguid rühmatöö kohta ja enda osalusele rühmatöös seoses järgmiste aspektidega: hinnangud rühmatööle, hinnanguid suhetele ja tagasisidele, hinnangud seoses oma emotsioonide väljendamise ja kontrollimisega, hinnanguid oma minale ja oma oskustele. Väidetele vastamiseks skaala: sobib täiesti, sobib

üsna hästi, sobib natukene ja ei sobi üldse. Kvalitatiivsete andmete analüüsi puhul rakendas autor kvalitatiivset induktiivset sisuanalüüsi, lugedes avatud küsimuste vastuseid korduvalt ning liigendades teksti üldistusi tehes alakategoriatesse ja põhikategoriatesse. Lisaks rakendas autor kvantitatiivset andmeanalüüsi, hindamaks kahe grupi erinevuste statistilist erinevust mitteparameetrilise Mann-Whitney U-testi abil. Andmete analüüsimisel kasutas autor SPSS Statistics 20 ja andmete kirjeldamiseks MS Excel 2010.

## **2.5. Protseduur**

Käesolevas uurimistöös käsitletud kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö viisid läbi vastava erialase kvalifikatsiooniga spetsialistid kokku viiele grupile ajavahemikus oktoober 2014 kuni veebruar 2015. Autor jagas ankeedid kätte vahetult pärast viimase sessiooni toimumist kolmele rühmale, mille sessioonidel töö autor ka ise sessioonide läbiviijate assistendina osales – erikooli õpilastele, ning mõlemale õpetajate rühmale. Tartu kahes üldhariduskoolis toimuvate sessioonide lõpus jagasid ankeedid kätte sotsiaalpedagoogid. Ankeete täideti individuaalselt ning koguti osalejatelt pärast täitmist kokku. Uurija koostas kirja lapsevanematele, mille edastasid neile sotsiaalpedagoogid, et informeerida lapsevanemaid küsitluse läbiviimisest ja selle eesmärgist, ning et nõusolekut paluda. Enne ankeetide kättejaotamist tutvustas töö autor lühidalt ankeeti osalejatele ning kinnitas, et tagatud on osalejate konfidentsiaalsus.

## **3. Tulemused**

### **3.1. Kvalitatiivne andmeanalüüs**

Uurimistulemusi illustreerivad katkendid uuritavate kirjutatust. Tsitaadid on esitatud kaldkirjas.

Esimene uurimisinstrument oli avatud küsimustega ankeet, kus rühmatöös osalejad said avaldada oma arvamust seoses sellega, mis neile rühmatöös meeldis ja ei meeldinud, edaspidised soovitusel rühmatöö läbiviijatele ning kõige enam meelde jäänud harjutused.

#### **3.1.1. Uurimistulemused seonduvalt rühmatööde meeldivusega**

Esimeseks küsimuseks oli: palun avaldage arvamust ja kirjeldage lühidalt, mis teile kõikide läbiviidud loovtegevuse rühmatöödega seoses meeldis. Antud küsimuse uuritavate vastuste põhjal moodustati järgnevad kategooriad ja alakategooriad (tabel 1).

Tabel 1. Õpilaste ja õpetajate hinnangud seoses rühmatööde meeldivusega: kategooriad ja alakategooriad

ÕPETAJAD	ÕPILASED
<b>MINA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enese avamine</li> <li>• Enesehinnangu tõus</li> <li>• Tahte arendamine</li> <li>• Tolerantsus</li> <li>• Emotsioonide väljendamine ja kontroll</li> </ul>	<b>MINA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enese tundma õppimine</li> <li>• Emotsioonide väljendamine</li> </ul>
<b>OSKUSED</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Loovuse arendamine</li> <li>• Sotsiaalsete oskuste arendamine</li> </ul>	<b>OSKUSED</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teiste tundma õppimine ja mõistmine</li> <li>• Suhtlemisoskuse areng</li> <li>• Koostöö</li> </ul>
<b>SUHTED</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usaldus</li> <li>• Võrdsed suhted, vabatahtlikkuse võimaldamine</li> </ul>	
<b>POSITIIVSED HINNANGUD RÜHMATÖÖLE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positiivsed hinnangud rühmatöele</li> <li>• Positiivne <i>versus</i> negatiivne meeleolu rühmatöö käigus</li> <li>• Positiivne sotsiaalpsühholoogiline kliima <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Avatus</li> <li>○ Sõbralikkus</li> <li>○ Positiivsus, soojus</li> <li>○ Usalduslik õhkkond</li> </ul> </li> </ul>	<b>POSITIIVSED HINNANGUD RÜHMATÖÖLE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positiivsed hinnangud rühmatöele</li> <li>• Negatiivsed hinnangud rühmatöele</li> <li>• Meeleolu rühmatöö käigus</li> </ul>
<b>RÜHMATÖÖ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rühmatöö struktuur</li> <li>• Hinnangud rühmatöö läbiviijatele</li> <li>• Tagasiside</li> <li>• Positiivsed hinnangud rühmas kasutatud meetoditele</li> <li>• Positiivsed hinnangud konkreetsetele meetoditele <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Meeldis liikumine- ja tants</li> <li>○ Meeldis draama</li> <li>○ Meeldis visuaalkunst <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Visuaalkunsti nimetamine</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<b>RÜHMATÖÖ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positiivsed hinnangud meetoditele</li> <li>• Positiivsed hinnangud konkreetsetele meetoditele <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Meeldis liikumine ja tants</li> <li>○ Meeldis draama</li> <li>○ Meeldis visuaalkunst <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Visuaalkunsti nimetamine</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

Esimese küsimuse põhjal, milles paluti kunstiteraapiate meetoditel põhinevas rühmatöös osalejatel avaldada arvamust ja kirjeldada lühidalt, mis neile kõikide läbiviidud loovtegevuse rühmatöödega seoses meeldis, moodustati õpetajate vastuste põhjal järgmised kategooriad:



## 1.2. Mina

Kategooria jaguneb viieks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

1.1.1. Enese avamine

1.1.2. Enesehinnangu tõus

1.1.3. Tahte arendamine

1.1.4. Tolerantsus

1.1.5. Emotsioonide väljendamine ja kontroll

## 1.2. Mina

Õpetajate sõnul meeldis neile see, et rühmatöö aitas kaasa enese avamisele, enesehinnangu tõusule, tahte arendamisele läbi väljakutsete nt: „...*meeldis see, et igas tegevuses osalemiseks oli vaja ületada teatud väikseid piire ja barjääre...*“ ja sisemise motivatsiooni tõusu nt: „...*julgustas ka ise panustama...*“, tolerantsusele ning emotsioonide väljendamisele ja kontrollile. Õpilaste vastuste põhjal tuli samuti välja kategooria mina ning nende vastustele toetudes tekkis kahe alakategooriana enese tundma õppimine ja emotsioonide väljendamine. Õpilased õppisid ennast tundma tänu teistele: „...*sai teada, mida teised minust arvavad*“.

## 1.3. Oskused

Kategooria jaguneb kolmeks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

1.3.1. Loovuse arendamine

1.3.2. Sotsiaalsete oskuste arendamine

1.3.3. Koostöö

## 1.3 Oskused

Uuritavate vastustest selgus, et neile meeldis koostöö tegemine, näiteks õpetajad kirjeldasid: „...*minu hinnangul oli tegevus väga hea meeskonna turgutamiseks*“. Õpetajate vastustest ilmsid lisaks koostööle veel loovuse ja sotsiaalsete oskuste arendamine. Õpilased tõid mitmel puhul välja, et rühmatööde käigus õppisid nad teisi rohkem tundma ja mõistma, näiteks: „...*sain mõnda tüdrukut paremini tundma õppida...*“ ning arenes nende suhtlemisoskus: „...*andis julgust ja rohkem julgust võõrastega suhtlemiseks...*“.

#### 1.4. Suhted

Kategooria jaguneb kaheks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

##### 1.4.1. Usaldus

##### 1.4.2. Võrdsed suhted, vabatahtlikkuse väljendamine

#### 1.4.Suhted

Selle kategooria alla kuuluvad aspektid tõid välja vaid õpetajatest uuritavad, õpilased ei kirjeldanud. Suhetest kirjeldati usaldust ja võrdseid suhteid ning vabatahtlikkuse väljendamist. Mitmel juhul tõid õpetajad välja, et said kontrollida, kas nad teisi usaldavad, ning et rühmatöodes tegeleti usalduse arendamisega, nt: „...*meeldis see, et palju tegeleti usalduse arendamisega...*“ ja „*kontrollida palju teisi usaldada ja kui palju endal julgust jagub*“. Samuti tuli mitmetest vastustest välja, et rühmatöös osalejatele meeldis see, et paljude ülesannete puhul anti vaba võimalus, kas sooviti osaleda või mitte. Näiteks: „*meeldis, et valitses kompromiss ning see, et kedagi ei sunnitud osalema, kõigi arvamusi võeti arvesse*“.

#### 1.5. Positiivsed hinnangud rühmatööle

Kategooria jaguneb neljaks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

##### 1.5.1. Positiivsed versus negatiivsed hinnangud rühmatööle

##### 1.5.2. Positiivne versus negatiivne meeleolu rühmatöö käigus

##### 1.5.3. Positiivne sotsiaalpsühholoogiline kliima

###### 1.5.3.1. Avatus

###### 1.5.3.2. Sõbralikkus

###### 1.5.3.3. Positiivsus ja soojus

###### 1.5.3.4. Usalduslik õhkkond

#### 1.5.Positiivsed hinnangud rühmatööle

Mõlema grupi hinnangud läbiviidud rühmatööle olid enamjaolt positiivsed. Õpilastele meeldis teistega koosviibimine, suhtlemine ning kõik rühmatööga seonduv. Üks õpilane tõi välja ühe negatiivse aspekti: „...*mulle ei meeldi sellised üritused...*“. Õpetajad andsid läbiviidud rühmatööle vaid positiivseid hinnanguid. Õpetajate vastustest selgus, et neile meeldis grupis valitsev sotsiaalpsühholoogiline kliima, mis jagunes omakorda avatuseks,

sõbralikkuseks, positiivsuseks ja soojuseks. Mitmel juhul vastati, et rühmas valitses usalduslik õhkkond: „*sai praktiseerida seda, kas usaldad või mitte*“. Mõlemate vastajate gruppide seas oli arvamusi, et meeleolu rühmatöö käigus oli positiivne. Õpetajate vastuste hulgas leidis ka vastandlikke arvamusi meeleolust rühmatöö käigu kohta – ühest küljest toodi välja, et meeleolu rühmatöö käigus oli ergutav ja sai naerda ning osalejatel tekkisid head emotsioonid harjutuste õnnestumisel, näiteks: „...*meeldis see emotsioon mis tekkis pärast hästi õnnestunud ülesannet/tegevust*“. Teisalt toodi välja, et rühmatööd mõjusid rahustavalt: „*rahulik meeleolu*“.

## 1.6. Rühmatöö

Kategooria jaguneb viieks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

### 1.6.1. Rühmatöö struktuur

### 1.6.2. Hinnangud rühmatöö läbiviijatele

### 1.6.3. Tagasiside

### 1.6.4. Positiivsed hinnangud rühmas kasutatud meetoditele

### 1.6.5. Positiivsed hinnangud konkreetsetele meetoditele

#### 1.6.5.1.Meeldis liikumine ja tants

#### 1.6.5.2.Meeldisid heade soovide ülesanded

## 1.6.Rühmatöö

Uuritavad andsid positiivseid hinnanguid rühmas kasutatud meetoditele ja positiivseid hinnanguid konkreetsetele meetoditele. Õpilaste hinnangud läbiviidud rühmatöös kasutatud meetoditele olid positiivsed, näiteks: „...*mulle meeldis, et tegelesime rahulike ülesannetega. Kõikide ülesannete juures meeldis see, et need olid huvitavad ja läbimõeldud*“. Mõlemad uuritavate grupid andsid positiivse hinnangu tantsu- ja liikumisteraapiale. Õpilaste vastuste põhjal võib järeldada, et neile meeldisid usaldust puudutavad harjutused „...*mulle meeldis lendamine- mind hoiti koos käte peal ja tõsteti kõrgele*“, teistega sarnasuste leidmine „...*meeldis seltskonnamäng, kus pidi lõngaga ühendades teisega sarnasi leidma*“. Õpetajate vastustest selgus, et neile meeldis tantsu- ja liikumisteraapia kasutamine rühmatöös, kuna neile anti võimalus liikuda ning praktiliselt tegutseda, „*meeldis võimalus liikuda ja praktiline tegevus*“. Konkreetsetest meetoditest meeldisid õpetajatele ülesanded, kus sai teistele positiivseid asju soovida, „*heade soovide ülesanded tekitasid positiivse tunde*“ ning õpilastele

meeldisid erinevad mängud. Õpilased nimetasid lisaks tantsu- ja liikumisteraapiale draamaterapia kasutamist rühmatöodes, neile meeldisid harjutused, kus pidi fantaasiat rakendama: „kohvik – küünlad, kaaslasega söömine“ ning „rännak – hea ja rahuliku paiga ettekujutamine“. Mitmel juhul võis õpilaste vastustest välja lugeda, et neile meeldis visuaalkunstiteraapia kasutamine rühmatöodes – neile meeldisid tegevused, mis hõlmasid meisterdamist ja joonistamist.

Õpetajate vastustest selgus, et nemad andsid positiivse hinnangu rühmatöö struktuurile, rühmatööde läbiviijatele ja töid välja, et neile meeldis tagasiside saamine, nt „meeldis, et sain oma tegevusele tagasisidet“. Uuritavatele meeldis rühmatöö läbiviijate puhul see, et nad suhtlesid avatult, olid toetavad ning julgustasid osalejaid kaasa lööma.

### 3.1.2. Uurimistulemused seonduvalt loovtegevuse mittemeeldivusega

Teiseks küsimuseks oli: palun kirjeldage lühidalt, mis teile kõikide läbiviidud loovtegevuse rühmatöödega seoses ei meeldinud. Antud küsimuse uuritavate vastuste põhjal moodustati järgnevad kategooriad ja alakategooriad (tabel 2).

Tabel 2. Õpilaste ja õpetajate hinnangud seoses loovtegevuse mittemeeldivusega: kategooriad ja alakategooriad

ÕPETAJAD	ÕPILASED
<b>HINNANGUD RÜHMATÖÖLE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positiivsed hinnangud rühmatööle</li> <li>• Negatiivsed hinnangud rühmatööle</li> <li>• Neutraalne seisukoht</li> </ul>	<b>HINNANGUD RÜHMATÖÖLE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positiivsed hinnangud rühmatööle</li> <li>• Negatiivsed hinnangud rühmatööle</li> </ul>
<b>STRUKTUUR</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeg                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kauem</li> <li>○ Vähem</li> <li>○ Paus</li> </ul> </li> </ul>	
<b>KONKREETSSED MEETODID, MIS EI MEELDINUD</b>	
<b>KONKREETSSED MEETODID, MIS EI MEELDINUD + PÕHJENDUS</b>	<b>KONKREETSSED MEETODID, MIS EI MEELDINUD + PÕHJENDUS</b>
<b>NÕU SOOVITUSENA</b>	<b>NÕU SOOVITUSENA</b>
<b>RÜHMALIHKMETE KAASATUS</b>	<b>RÜHMALIHKMETE KAASATUS</b>
	<b>SUHTED RÜHMAKAASLASEGA</b>

## 2.1. Hinnangud rühmatööle

Kategooria jaguneb kolmeks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

### 2.1.1. Positiivsed hinnangud rühmatööle

### 2.1.2. Negatiivsed hinnangud rühmatööle

### 2.1.3. Neutraalne seisukoht

## 2.1. Hinnangud rühmatööle

Mõlemad uuritavate rühmad andsid rühmatöödele nii positiivseid kui negatiivseid hinnanguid, positiivsed hinnangud prevaleerisid. Õpetajate vastustele toetudes hindasid nad negatiivselt liigset füüsilist kontakti rühmatöö käigus, „*ei meeldi füüsiline kontakt võõrastega. See oli veidi ebamugav*“. Mõnel juhul tõid õpilased välja, et läbiviidud rühmatööd olid igavad, ning et tööd olid ühenäolised ja samasugused. Üks õpetaja suhtus läbiviidud rühmatöösse neutraalselt, kirjutades „*otseselt ei olnud*“.

## 2.2. Struktuur

Kategooria jaguneb neljaks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

### 2.2.1. Aeg

#### 2.2.2.1. Kauem

#### 2.2.2.2. Vähem

#### 2.2.2.3. Paus

Hinnangud rühmatöö kestvusega seoses olid vastuolulised. Õpetajad leidsid, et rühmatööd oleksid võinud kesta kauem: „*...vahepeal tundus, et osa mängu/tegevusi viidi läbi kiirustades*“. Osa uuritavaid arvas, et rühmatööd peaksid kestma vähem: „*...mõned tegevused väsitavad ja keetsid liiga kaua*“. Üks uuritavatest märkis ära, et sessioonil võiks olla paus: „*liiga palju harjutusi järjest, vahepeal võiks väike paus olla*“. Õpilased rühmatöö kestvuse ja ajalise struktureeritusega seonduvaid aspekte ei nimetanud.

## 2.3. Konkreetsed meetodid, mis ei meeldinud ja põhjendus

Mõlemad uuritavate rühmad nimetasid konkreetseid meetodeid, mis neile ei meeldinud ning sealjuures põhjendasid oma arvamust. Õpetajad andsid hinnangu ja põhjendasid oma

hinnangut seonduvalt usaldust nõudvate harjutustega: „*Ei meeldinud numbrite lugemine silmad kinni. Silmad lahti oli ka huvitav, saab vaadata inimeste reaktsiooni...*“, „*...võib-olla natuke ebameeldiv oli see, kui pidi minema keset ringi ja 5 inimest pidi midagi head ütleva, tuli kartus, et äkki keegi ei ütlegi midagi*“. Õpilased nimetasid konkreetseid meetodeid, mis neile ei meeldinud, kuid erinevalt õpetajatest ei põhjendanud oma hinnanguid. Õpilaste hinnangul olid tegevused igavad, toimusid valel ajal, näiteks „*...see, et see toimus klassijuhataja tunni ajast*“ ning samuti tõid nad välja, et neile ei meeldi rääkida: „*ei meeldinud see, et pidi endast rääkima üpris palju..*“.

## 2.5. Nõu soovitusena

Nii õpetajad kui õpilased nimetasid nõu soovitusena. Õpilased oleks soovinud, et läbiviijad osutaks individuaalset tähelepanu: „*võiks kõiki tähele panna*“. Õpetajad ootasid individuaalset tegevust: „*oleksin oodanud ka mõnd iseseisvat tegevust*“.

## 2.6. Rühmaliikmete kaasatus

Mõlemad vastanute rühmad nimetasid rühmaliikmete kaasatuse aspekti. Ühe õpilase vastusest tuli välja, et kõik osalejad ei soovinud rühmatöö tegevustes kaasa lüüa: „*paar tüdrukut keeldusid „lendamisest“ proovimast kuna arvasid, et nad on liiga rasked, kuigi tõstisime isegi õpetaja õhku*“. Õpetajad soovisid, et rühmakaaslased oleksid julgenud rohkem panustada ja initsiatiivi võtta: „*oleks tahtnud, et kõik oleks julgenud proovida kõiki tegevusi*“ ja „*...mõni harjutus oli selline, kus väga paljud ei võtnud initsiatiivi...*“. Õpilaste vastustest selgus, et nad hindasid rühmakaaslasi negatiivselt: „*...et kui sul tuli hea mõte siis teine rikkus selle ära. See oli üsna igav.*“ Õpilaste hinnangul said nad rühmakaaslastega seose: „*saime oma vahel mingi seose*“.

### 3.1.3. Uurimistulemused seonduvalt soovitustega rühmatöö läbiviijatele

Kolmandaks küsimuseks oli: palun andke soovitusi edaspidiseks rühmatöö läbiviijatele. Antud küsimuse uuritavate vastuste põhjal moodustati järgnevad kategooriad ja alakategooriad (tabel 3).

Tabel 3. *Õpilaste ja õpetajate soovitused rühmatöö läbiviijatele: kategooriad ja alakategooriad*

ÕPETAJAD	ÕPILASED
POSITIIVSED HINNANGUD RÜHMATÖÖ KOHTA	POSITIIVSED HINNANGUD RÜHMATÖÖ KOHTA
HINNANGUD LÄBIVIIJATE KOHTA <ul style="list-style-type: none"> <li>• Üldine positiivne hinnang läbiviijate kohta</li> <li>• Üldine hinnang läbiviijatele</li> </ul>	HINNANGUD LÄBIVIIJATE KOHTA <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positiivsed hinnangud läbiviijate kohta</li> </ul>
SOOVITUSED <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meetod + nõu, kuidas paremaks teha</li> <li>• Nõu, et seansse oleks rohkem</li> <li>• Rühmatöö kestvus <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Vähem</li> <li>○ Rohkem</li> </ul> </li> </ul>	SOOVITUSED <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meetod + nõu, kuidas paremaks teha</li> <li>• Nõu, et seansse oleks rohkem</li> <li>• Rühmatöö kestvus <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aeg</li> <li>○ Vähem</li> </ul> </li> </ul>
ENDA JAOKS OLULINE TEADMINE RÜHMATÖÖST	ENDA JAOKS OLULINE TEADMINE RÜHMATÖÖST

### 3.1. Positiivsed hinnangud rühmatöö kohta

Kategooria jaguneb kaheks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

#### 3.1.1. Üldine positiivne hinnang läbiviijate kohta

#### 3.1.2. Üldine hinnang läbiviijatele

### 3.1. Positiivsed hinnangud rühmatöö kohta

Mõlemad uuritavate rühmad tõid välja positiivseid hinnanguid rühmatöö kohta. Õpetajate vastustele toetudes meeldis neile rühmatöö struktuur ja ajakasutus: „...*sellise lühikese aja ajakasutus ol minu hinnangul väga hea...*“. Õpilastele meeldis rühmatöös see, et valitses rahulik õhkkond ning läbiviidud rühmatööd olid nende hinnangul positiivsed ning aitasid teisi tundma õppida: „*See on väga kasulik ja aitab õppida teisi tundma*“. Õpilased andsid läbiviijate kohta üldise positiivse hinnangu, soovitades neil olla sama sõbralikud edasi. Samas tõid õpilased välja ka üldise hinnangu läbiviijatele: „*läbiviija peaks olema hästi avatud ja aktiivne suhtleja*“. Õpetajate vastustest selgus, et nad andsid läbiviijatele positiivseid hinnanguid, soovitades neil jätkata samamoodi: „*rühmatöö läbiviijad tegid kõike väga hästi: juhised olid selged ning kõik oli arusaadav*“.

### 3.2. Soovitused

Kategooria jaguneb kolmeks alakategooriaks.

Alakategooriad jagunevad omakorda järgmisteks:

#### 3.2.1. Meetod ja nõu, kuidas paremaks teha

#### 3.2.2. Nõu, et seansse oleks rohkem

#### 3.2.3. Rühmatöö kestvus

##### 3.2.3.1. Vähem

##### 3.2.3.2. Rohkem

Mõlemad uuritavate rühmad nimetasid konkreetseid meetodeid ning andsid nõu, kuidas neid paremini läbi viia. Õpilased pakkusid välja, et läbiviijad võiks nende enda käest küsida, mis neile meeldib: „...võiks küsida laste käest, mis neile teha meeldiks“, samuti pakkusid õpilased välja, et võiks edaspidi rääkida foobiatest ja nendest üle saamisest ning soovitasid rohkem tantsu- ja liikumisteraapiat meetodina kasutada, näiteks: „...rohkem mängu ja tantsu...“. Õpetajate arvates on oluline, et kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö läbiviijad oleksid paindlikud, ning et neil oleks varuks varuplaane: „minu arvates ongi oluline kui plaan B ja C ka alati meeles mõlgub ning palju erinevaid võimalusi“. Lisaks tõid õpetajad välja soovitusi seonduvalt rühmatöö struktuuriga, soovitades, et alguses võiks olla rohkem soojendusharjutusi: „...oleks võinud rohkem „jäämurdjaid“ teha“. Nii õpetajad kui õpilased andsid nõu, et seansse oleks rohkem. Õpilaste hinnangul: „Neid rühmatöid võiks rohkem läbi viia.“ Õpetajate arvates: „Tehke selliseid asju tihemini“. Rühmatöö kestvusega seonduvalt tõid mõlemad uuritavate rühmad välja, et tegevused võiks kesta vähem aega. Õpetajate vastustele toetudes kestsid mõned tegevused liiga kaua: „mõned tegevused väsitasid ja kestsid liiga kaua“. Õpilased soovitasid mõnele meetodile vähem aega kulutada: „andke joonistajatele vähem aega, sest muidu jääb palju aega üle ja hakkab igav“. Õpetajate sõnul võiks mõni tegevus kesta kauem, et kõik saaksid tegevustest osa: „...kahjuks jäi ringi lõpust kahe erikooli töötaja „väljakutse“ arutlemata. Sellest oli kahju“. Samuti sooviti, et sessioonide läbiviimiseks oleks rohkem aega võimaldatud.

### 3.3. Enda jaoks oluline teadmine rühmatööst

Mõlemad uuritavate rühmad said rühmatööst enda jaoks olulise teadmise. Õpilased said teadmise, kuidas ei tohiks rühmatöö käigus läbiviija öelda: „hiljem ei tohi öelda „meie töö on nii kole““, õpetajad tõdesid, et „tuleb arvestada inimeste eripäradega“.



### 3.1.4. Uurimistulemused seonduvalt rühmatöös enim meelde jäänud ülesannetega

Neljandaks küsimuseks oli: palun tooge välja, millised huvitavad ja kasulikud harjutused või ülesanded teile kõige enam meelde jäid. Antud küsimuse uuritavate vastuste põhjal moodustati järgnevad kategooriad ja alakategooriad (tabel 4).

Tabel 4. Õpilastele ja õpetajatele enim meelde jäänud ülesanded seoses läbiviidud kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatööga: kategooriad ja alakategooriad

ÕPETAJAD	ÕPILASED
SOOJENDUSHARJUTUSED	SOOJENDUSHARJUTUSED
VISUAALKUNSTITERAAPIA	VISUAALKUNSTITERAAPIA
TANTSU- JA LIIKUMISTERAAPIA	TANTSU- JA LIIKUMISTERAAPIA
TAGASISIDE <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positiivse tagasiside õhutamine</li> </ul>	TAGASISIDE

#### 4.1. Soojendusharjutused

Kõik uuritavad töid välja soojendusharjutuste olulisuse. Õpetajate vastustele toetudes on olulised tutvumisringid: „...*kindlasti tutvumisring - oluline soojendusharjutus*“ ja häälestamine tegevuseks, näiteks: „*enese tugevuste ja eesmärkide loomine*“. Õpilaste vastustest tuli välja, et neile on soojendusharjutused iseäranis olulised, millest võib järeldada, et neile on vajalik pikem soojendusosa rühmatöö alguses.

#### 4.2. Visuaalkunstiteraapia

Mõlematele rühmadele meeldisid visuaalkunstiteraapia meetoditel põhinevad tegevused. Õpetajatele meeldisid iseäranis joonistamisega seotud tegevused: „*käe joonistamine*“ ja „*seljale joonistamine*“.

Õpilaste vastuseid analüüsis, selgus, et neile jäid rohkem visuaalkunstiteraapia meetoditel põhinevaid tegevusi meelde kui õpetajatele – muuhulgas meeldisid neile eriti joonistamised ja meisterdamised, näiteks: „...*teistega koos joonistada ilma rääkimata*“ ja „*plakatitele joonistasime käe ja kõik teised kirjutasid midagi sinna sisse*“.

#### 4.3. Tantsu- ja liikumisteraapia

Uuritavatele meeldisid iseäranis tantsu- ja liikumisteraapia meetoditel põhinevad ülesanded. Mitmel korral toodi välja usaldusega seonduvaid meetodeid, näiteks: „*usalduse*“

*mängud nagu üles tõstmine ja kummituba*“. Meelde jäid ka ülesanded, kus pidi teistele positiivseid asju ütleva: „*positiivsete omaduste ütlemine teisele*“. Õpilaste vastustest võib järeldada, et neile jäid enim meelde ülesanded, kus pidi teistega sarnasusi leidma: „*...see kui me pidime lõngaga teisele viskama ja ütleva mida meil sarnast on*“.

#### 4.4. Tagasiside

##### 4.4.1. Positiivse tagasiside õhutamine

Õpetajate vastustele toetudes selgus, et läbiviijad õhutasid rühmatöö käigus positiivset tagasisidet: „*eestlased on tagasihoidlikud, öeldakse pigem negatiivset kui head. Heade sõnade ütlemine oli väga tore ja südantsoojendav*“. Õpilastele meeldis öelda rühmakaaslastele positiivseid asju ja neile oli oluline teiste poolt saadud tagasiside enda kohta: „*sõna, mis meelde jäi, see oli oluline*“.

### 3.2.Kvantitatiivne andmeanalüüs

Kokku oli teises uurimisinstrumendis 48 väidet, mis esindasid rühmatöö alaskaalasid:

1. Hinnangud grupitöö kohta
2. Hinnangud suhetele ja tagasiside rühmatöö kohta
3. Suhtumised ja hoiakud
4. Hinnangud seoses oma emotsioonide väljendamise ja kontrollimisega
5. Hinnangud oma minale
6. Hinnangud oma oskustele

Väiteid sai hinnata skaalal: sobib täiesti, sobib üsna hästi, sobib natukene ja ei sobi üldse.

Õpilaste ja õpetajate tulemuste võrdlemiseks kasutati Mann-Whitney U-testi, kuna võrreldi kahte rühma, tunnused olid järjestikaskaalal ning tegemist oli mittepaarisvalimiga.

1. Hinnangud grupitöö kohta

Selle kategooria alla kuulusid järgmised väited: alguses ei saanud aru, mis toimub, pärast hakkas meeldima; ei soovita teistele sellisest asjast osa võtta; iga kord tehti uusi ja huvitavaid asju; kõik korrad olid ühesugused; meeldis koos käia algusest peale; ootas järgmist korda, et teistega kokku saada; peletas igavust ja soovitan teistele sellisest asjast osa võtta. Hinnangute jagunemine õpetajatel ja õpilastel on esitatud tabelis 5.

Tabel 5. Hinnangud grupitöö kohta

Väited	Õpetajad %				Õpilased %			
	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse
Alguses ei saanud aru, mis toimub, pärast hakkas meeldima	N=4 18,4%	N=6 27,3%	N=7 31,8%	N=5 22,7%	N=4 13,3%	N=14 46,7%	N=7 23,3%	N=5 16,7%
Ei soovita teistele sellisest asjast osa võtta	N=0 0%	N=0 0%	N=0 0%	N=22 100%	N=1 3,3%	N=1 3,3%	N=3 10%	N=25 83,3%
Iga kord tehti uusi ja huvitavaid asju	N=11 50%	N=9 40,9%	N=2 9,1%	N=0 0%	N=19 63,3%	N=9 30%	N=2 6,7%	N=0 0%
Kõik korrad olid ühesugused	N=0 0%	N=2 10%	N=3 15%	N=15 75%	N=4 13,3%	N=0 0%	N=5 16,7%	N=21 70%
Meeldis koos käia algusest peale	N=8 36,4%	N=11 50%	N=3 13,6%	N=0 0%	N=17 56,7%	N=7 23,3%	N=3 10%	N=3 10%
Ootas järgmist korda, et teistega kokku saada	N=5 26,3%	N=7 36,8%	N=4 21,1%	N=3 15,8%	N=14 46,7%	N=8 26,7%	N=6 20%	N=2 6,7%
Peletas igavust	N=8 36,4%	N=10 45,5%	N=3 13,6%	N=1 4,5%	N=14 46,7%	N=10 33,3%	N=3 10%	N=3 10%
Soovitan teistele sellisest asjast osa võtta	N=5 26,3%	N=7 36,8%	N=4 21,1%	N=3 15,8%	N=11 46,7%	N=8 26,7%	N=6 20%	N=2 6,7%

Analüüsist selgus, et suur osa õpilasi, 46,7%, oli üsna nõus väitega, et nad ei saanud sessioonide alguses aru, mis toimus, kuid pärast hakkas meeldima. Mõlemad uuritavate rühmad polnud nõus väitega, et nad ei soovita teistele sellisest asjast osa võtta – õpetajad polnud nõus 100%-liselt, õpilastest 83,3%. Nii õpetajad kui õpilased arvasid sarnaselt, et iga kord tehti uusi ja huvitavaid asju ning polnud nõus väitega, et kõik korrad olid ühesugused. Huvitav on asjaolu, et 56,7% õpilastest vastas, et neile sobib täiesti väide, et neile meeldis koos käia algusest peale. Seevastu õpetajatest arvas 50%, et see väide sobib üsna hästi. Õpilastest kõige enam – 46,7%, vastas, et see väide sobib täiesti. Mõlemad grupid arvasid, et rühmatööd peletasid igavust – õpilastest 46,7% vastas, et see väide sobib täiesti ning õpetajatest 45,5%, et väide sobib üsna hästi. 46,7% õpilastest soovitas teistele sellisest asjast osa võtta. Leiti statistiliselt oluline erinevus õpilaste ja õpetajate vastuste vahel ei soovita teistele sellisest asjast osa võtta ( $p > 0,05$ ;  $Z = -1,992$ ), kus õpetajad 100% polnud antud väitega nõus.

2. Hinnangud suhetele ja tagasiside rühmatöö kohta

See kategooria koosnes järgnevatest väidetest: ma ei saanud teiste käest laita; meeldis, et teised toetasid ja usaldasid; koos oli lõbus olla; sain teiste käest palju kiita ja tunnustust; õppisin teiega (grupiliikmetega) paremini läbi saama; oskan paremini teiste inimestega suhteid luua ja oskan paremini inimestega läbi saada. Hinnangute jagunemine õpetajatel ja õpilastel on esitatud tabelis 6.

Tabel 6. Hinnangud suhetele ja tagasiside rühmatöö kohta

Väited	Õpetajad N; %				Õpilased N; %			
	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse
Ma ei saanud teiste käest laita	N=19 86,4%	N=1 4,5%	N=2 9,1%	N=0 0%	N=19 63,3%	N=4 13,3%	N=3 10%	N=4 13,3%
Meeldis, et teised toetasid ja usaldasid	N=15 68,2%	N=6 27,3%	N=1 4,5%	N=0 0%	N=21 70%	N=7 23,3%	N=2 6,7%	N=0 0%
Koos oli lõbus olla	N=16 72,7%	N=5 22,7%	N=1 4,5%	N=0 0%	N=20 66,7%	N=7 23,3%	N=3 10%	N=0 0%
Sain teiste käest palju kiita ja tunnustust	N=8 36,4%	N=9 40,9%	N=4 18,2%	N=1 4,5%	N=9 30%	N=12 40%	N=9 30%	N=0 0%
Õppisin teiega paremini läbi saama	N=7 38,9%	N=4 22,2%	N=5 27,8%	N=2 11,1%	N=15 50%	N=12 40%	N=3 10%	N=0 0%
Oskan paremini teiste inimestega suhteid luua	N=3 13,6%	N=10 45,5%	N=6 27,3%	N=3 13,6%	N=10 33,3%	N=10 33,3%	N=7 23,3%	N=3 10%
Oskan paremini inimestega läbi saada	N=5 22,7%	N=12 54,5%	N=4 18,2%	N=1 4,5%	N=14 46,7%	N=8 26,7%	N=5 16,7%	N=3 10%

Tulemuste analüüsist selgus, et õpilastele ja õpetajatele meeldis, et teised toetasid ja usaldasid, 62,8% õpetajaid ja 70% õpilasi hindas väidet vastates sobib täiesti. Väidetele meeldis, et teised toetasid ja usaldasid ning koos oli lõbus olla ei vastanud kumbki grupp ei sobi üldse. Statistiliselt olulist erinevust kategooria hinnangud suhetele ja tagasiside väidetes ei leitud.

### 3. Suhtumised ja hoiakud

Antud kategooria alla kuulus kaks väidet: hakkasin kooli paremini suhtuma ja hakkasin teistesse paremini suhtuma. Hinnangute jagunemine õpetajatel ja õpilastel on esitatud tabelis 7.

Tabel 7. Hinnangud suhtumiste ja hoiakute kohta

Väited	Õpetajad N; %				Õpilased N; %			
	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse
Hakkasin kooli paremini suhtuma	N=11 9,1%	N=7 31,8%	N=9 40,9%	N=4 8,2%	N=3 10,3%	N=6 20,7%	N=14 48,3%	N=6 20,7%
Hakkasin teistesse paremini suhtuma	N=11 50%	N=7 31,8%	N=3 13,6%	N=1 4,5%	N=7 23,3%	N=11 36,7%	N=9 30%	N=3 10%

Antud kategooria tulemuste analüüsist selgus, et väitel *hakkasin teistesse paremini suhtuma* leiti statistiliselt oluline erinevus õpetajate ja õpilaste vastuste vahel ( $p > 0,05$ ;  $Z = -2,103$ ), kus pooled vastanud õpetajatest olid väitega täiesti nõus ning 31,8% üsna hästi nõus. Õpilased seevastu hindasid väidet *hakkasin teistesse paremini suhtuma*, kas sobib üsna hästi või natukene.

### 4. Hinnangud seoses oma emotsioonide väljendamise ja kontrollimisega

Selle kategooria hindamiseks oli kõige rohkem väiteid: andis hea tuju kogu päevaks; kurvad mõtted ja muremõtted kadusid; lõõgastas mind ja muutis rahulikumaks; olen rahulikum ja tasakaalukam; muutis meeleolu paremaks; sain vabalt oma mõtteid ja tundeid väljendada; tekitas minus rõõmu ja naudingut; õppisin rohkem oma tundeid kontrollima; õppisin oma tundeid väljendama; õppisin oma viha kontrollima; õppisin rohkem teiste tunnetest aru saama ja viis mu muremõtted ja paha tuju minema. Hinnangute jagunemine õpetajatel ja õpilastel on esitatud tabelis 8.

Tabel 8. Hinnangud seoses oma emotsioonide väljendamise ja kontrollimisega

Väited	Õpetajad N; %				Õpilased N; %			
	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse
Andis hea tuju kogu päevaks	N=10 45,5%	N=10 45,5%	N=2 9,1%	N=0 0%	N=12 40%	N=11 36,7%	N=4 13,3%	N=3 10%
Kurvad mõtted ja muremõtted kadusid	N=4 18,2%	N=11 50%	N=6 27,3%	N=1 4,5%	N=11 70%	N=7 39,3%	N=8 28,6%	N=2 10%
Lõõgastas mind ja muutis rahulikumaks	N=8 36,4%	N=8 36,4%	N=6 37,3%	N=0 0%	N=13 43,3%	N=8 26,7%	N=6 20%	N=3 10%
Olen rahulikum ja tasakaalukam	N=4 18,2%	N=9 40,9%	N=8 36,4%	N=1 4,5%	N=13 43,3%	N=8 26,7%	N=6 20%	N=3 10%
Muutis meeleolu paremaks	N=15 68,2%	N=6 27,3%	N=1 4,5%	N=0 0%	N=18 60%	N=8 26,7%	N=3 10%	N=1 3,3%
Sain vabalt oma mõtteid ja tundeid väljendada	N=10 45,5%	N=3 13,6%	N=8 36,4%	N=1 4,5%	N=14 46,7%	N=9 30%	N=6 20%	N=1 3,3%
Tekitas minus rõõmu ja naudingut	N=9 40,9%	N=10 45,5%	N=1 4,5%	N=2 9,1%	N=15 50%	N=10 33,3%	N=5 16,7%	N=0 0%
Õppisin rohkem oma tundeid kontrollima	N=4 18,2%	N=4 18,2%	N=8 36,4%	N=6 27,3%	N=9 30%	N=9 30%	N=10 33,3%	N=2 6,7%
Õppisin oma tundeid väljendama	N=4 19%	N=7 33,3%	N=6 28,6%	N=4 19%	N=8 26,7%	N=12 40%	N=7 23,3%	N=3 10%
Õppisin oma viha kontrollima	N=1 4,5%	N=2 9,1%	N=5 22,7%	N=14 63,6%	N=10 33,3%	N=6 20%	N=9 30%	N=5 16,7%
Õppisin rohkem teiste tunnetest aru saama	N=6 27,3%	N=8 36,4%	N=8 36,4%	N=0 0%	N=16 53,3%	N=11 36,7%	N=1 3,3%	N=2 6,7%
Viis mu muremõtted minema ja paha tuju minema	N=6 27,3%	N=7 31,8%	N=9 40,9%	N=0 0%	N=15 50%	N=5 16,7%	N=7 23,3%	N=3 10%

Selle kategooria väidete analüüsimisel leiti kaks statistiliselt olulist erinevust õpilaste ja õpetajate vastuste vahel. Õppisin oma viha kontrollima ( $p > 0,05$ ;  $Z = -3,642$ ) ja õppisin rohkem teiste tunnetest aru saama ( $p > 0,05$ ;  $Z = -2,184$ ). Valdav enamus õpetajatest ei olnud väitega *õppisin oma viha kontrollima* üldse nõus (63,6%), õpilaste vastused jagunesid üsna võrdselt sobib täiesti (33,3%) ja sobib natukene (30%) vahel. Väitega *õppisin rohkem teiste tunnetest*

aru saama, oli täiesti nõus 53,3% õpilastest ja üsna nõus 36,7%, seevastu õpetajatest vastati võrdsest sobib üsna hästi ja sobib natukene – mõlemad 36,4%. Analüüsist selgus ka, et väitega *kurvad mõtted ja muremõtted kadusid*, vastas valdav enamus õpilastest sobib täiesti (70%), õpetajatest vaid 18,2%.

### 5. Hinnangud oma minale

Kategooria hinnangud oma minale alla kuulusid järgnevad väited: tundsin ennast kindlamalt; tõstis mu enesehinnangut; õppisin ennast paremini tundma; õppisin paremini oma keha tundma; hakkasin endasse paremini suhtuma; võimaldas mul rohkem endas selgusele jõuda; hakkasin endas rohkem positiivset nägema; mu heaolu suurenes; pani mind rohkem mu enda käitumist analüüsima. Hinnangute jagunemine õpetajatel ja õpilastel on esitatud Tabelis 9.

Tabel 9. Hinnangud oma minale

Väited	Õpetajad N; %				Õpilased N; %			
	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse
Tundsin ennast kindlamalt	N=8 36,4%	N=7 31,8%	N=6 27,3%	N=1 4,5%	N=15 50%	N=11 36,7%	N=4 13,3%	N=0 0%
Tõstis mu enesehinnangut	N=7 31,8%	N=7 31,8%	N=6 27,3%	N=2 9,1%	N=13 43,3%	N=9 30%	N=4 13,3%	N=4 13,3%
Õppisin ennast paremini tundma	N=6 27,3%	N=9 40,9%	N=5 22,7%	N=2 9,1%	N=14 48,3%	N=6 20,7%	N=5 17,2%	N=4 11,8%
Õppisin paremini oma keha tundma	N=2 9,1%	N=4 18,2%	N=10 45,5%	N=6 27,3%	N=7 25%	N=9 31,1%	N=5 17,9%	N=7 25%
Hakkasin endasse paremini suhtuma	N=8 36,4%	N=9 40,9%	N=2 9,1%	N=3 13,6%	N=7 24,1%	N=12 41,4%	N=6 20,7%	N=4 13,8%
Võimaldas mul rohkem endas selgusele jõuda	N=8 38,1%	N=6 28,6%	N=5 23,8%	N=2 9,5%	N=11 36,7%	N=9 30%	N=7 23,3%	N=3 10%
Hakkasin endas rohkem positiivset nägema	N=8 36,4%	N=7 31,8%	N=5 22,7%	N=2 9,1%	N=12 40%	N=6 20%	N=9 30%	N=3 10%
Mu heaolu suurenes	N=12 54,5%	N=10 45,5%	N=0 0%	N=0 0%	N=13 43,3%	N=12 40%	N=5 16,7%	N=0 0%
Pani mind rohkem mu enda käitumist analüüsima	N=9 40,9%	N=9 40,9%	N=3 13,6%	N=1 4,5%	N=13 43,3%	N=10 33,3%	N=4 13,3%	N=3 10%

Kategooria hinnangud oma minale vastustest selgus, et väitele *mu heaolu suurenes*, ei vastanud kumbki uuritavate grupp ei sobi üldse. Õpilased valisid üldiselt vastuseks kas sobib täiesti (43,3%) või sobib üsna hästi (40%), sarnaselt ka õpetajad sobib täiesti (54,5%) ning sobib üsna hästi (45,5%). Pooled õpilastest tundsid end rühmatöö lõppedes enesekindlamalt, samuti paranes ka õpetajate ja õpilaste hinnangul nende minapilt ning enda käitumise analüüsimine.

#### 6. Hinnangud oma oskustele

Kategooria hinnangud oma oskustele jagunes omakorda järgnevateks alakategooriateks: loovus, kehalised oskused, suhtlemisoskused, prosotsiaalsed oskused ja koostöö. Alakategooria loovus alla kuulus väide *arendas minu loovust*; kehaliste oskuste alla kuulus väide *parandas mu kehalist liikuvust ja koordinatsiooni*. Alakategooria suhtlemisoskused koosnes järgnevatest väidetest: õppisin teistega paremini suhtlema; õppisin paremini ennast väljendama; õppisin teiste käitumist jälgima. Prosotsiaalsed hinnangud oma oskustele koosnes järgnevatest väidetest: õppisin rohkem teisi mõistma; õppisin rohkem teistele kaasa tundma; õppisin teisi aitama ja abistama ja õppisin rohkem teisi toetama ja usaldama. Koostööoskust hindas väide *õppisin teistega koos asju tegema*. Hinnangute jagunemine õpetajatel ja õpilastel on esitatud tabelis 10.



Tabel 10. Hinnangud oma oskustele

Väited	Õpetajad N; %				Õpilased N; %			
	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse	Sobib täiesti	Sobib üsna hästi	Sobib natukene	Ei sobi üldse
Arendas minu loovust	N=17 77,3%	N=4 18,2%	N=0 0%	N=0 0%	N=13 44,8%	N=12 41,4%	N=3 10,3%	N=1 3,4%
Parandas mu kehalist liikuvust ja koordinatsiooni	N=1 4,5%	N=3 13,6%	N=13 59,1%	N=5 22,7%	N=6 20%	N=9 30%	N=7 23,3%	N=8 26,7%
Õppisin teistega paremini suhtlema	N=4 19%	N=10 47,6%	N=6 28,6%	N=1 4,8%	N=13 43,3%	N=10 33,3%	N=4 13,3%	N=3 10%
Õppisin paremini ennast väljendama	N=4 19%	N=9 47,6%	N=6 28,6%	N=1 4,8%	N=13 43,3%	N=10 33,3%	N=4 13,3%	N=3 10%
Õppisin teiste käitumist jälgima	N=13 59,1%	N=5 22,7%	N=3 13,6%	N=1 4,5%	N=14 46,7%	N=9 30%	N=7 23,3%	N=0 0%
Õppisin rohkem teisi mõistma	N=7 31,8%	N=9 40,9%	N=5 22,7%	N=1 4,5%	N=12 43,3%	N=13 43,3%	N=3 10%	N=2 6,7%
Õppisin rohkem teistele kaasa tundma	N=7 33,3%	N=6 28,6%	N=6 28,6%	N=2 9,5%	N=11 36,7%	N=11 36,7%	N=4 13,3%	N=4 13,3%
Õppisin teisi aitama ja abistama	N=7 33,3%	N=8 38,1%	N=5 23,8%	N=1 4,8%	N=11 36,7%	N=14 46,7%	N=3 10%	N=2 6,7%
Õppisin rohkem teisi toetama ja usaldama	N=12 54,5%	N=7 31,8%	N=2 9,1%	N=1 4,5%	N=14 46,7%	N=10 33,3%	N=4 13,3%	N=2 6,7%
Õppisin teistega asju koos tegema	N=11 52,4%	N=6 28,6%	N=3 14,3%	N=1 4,8%	N=16 53,3%	N=11 36,7%	N=3 10%	N=0 0%

Õpilaste ja õpetajate vastuste põhjal selgus, et leiti statistiliselt oluline erinevus väite rühmatöö *arendas minu loovust vahel* ( $p > 0,05$ ;  $Z = -2,261$ ). Õpetajad hindasid väidet skaalal sobib täiesti 77,3%, seevastu õpilased 44,8%. Oluline on siinkohal ka välja tuua, et mitte ükski õpetajatest ei valinud selle väite hindamiseks vastuseks sobib natukene või ei sobi üldse. Võrreldes õpetajatega paranes õpilastel enam kehaline liikumine ja suhtlemisoskus seoses kahe aspektiga – õppides teistega paremini suhtlema ja ennast paremini väljendama.

#### 4. Arutelu

Käesolevas bakalaureusetöös püstitas töö autor eesmärgiks välja selgitada kunstiteraapiate meetodil põhinevas rühmatöös osalevate õpilaste ja õpetajate hinnangud rühmatööle ja enda osalusele rühmatöös.

Töö teoreetilises osas anti ülevaade kunstiteraapia liikidest, nende kasutamisest integreeritult ning toodi välja kunstiteraapiate meetoditel põhinevate lähenemiste kasulikkus osalejatele. Bakalaureusetöö raames viidi läbi kolme vastava eriala spetsialisti poolt kunstiteraapiatel põhinev rühmatöö ning rakendati seda 30 õpilasele ja 22 õpetajale (3 gruppi õpilasi ja 2 gruppi õpetajaid, õpilastele 3 sessiooni, õpetajatele 1) ajavahemikus oktoober 2014 kuni veebruar 2015. Viidi läbi uurimus, mille käigus uuriti õpilaste ja õpetajate hinnanguid rühmatööle ja enda osalusele rühmatöös.

Esimene uurimisküsimus: *millised on õpilaste ja õpetajate hinnangud kunstiteraapiate meetoditel põhinevale rühmatööle?*

Kvalitatiivsete uurimistulemuste põhjal olid õpilaste ja õpetajate hinnangud läbiviidud kunstiteraapiate meetoditel põhinevatele rühmatöödele valdavalt positiivsed. Õpilastele meeldis teistega koosviibimine, suhtlemine ja meeleolu rühmatöö käigus. Õpetajatele meeldis rühmatöö ajal valitsev sotsiaalpsühholoogiline kliima grupis, meeleolu ja tekkinud usalduslik õhkkond. Õpilastele meeldis rühmatöös see, et valitses rahulik õhkkond ja läbiviidud rühmatööd olid nende hinnangul positiivsed ning aitasid teisi tundma õppida. Goodgame (2007) põhjal võib väita, et kunstiteraapiate meetodite edukal rakendamisel hindavad õpilased rühmatööd positiivselt ning rühmatöö aitab kaasa usalduse tekitamisel ja üldise heaolu parandamisel.

Uuritavad andsid positiivseid hinnanguid rühmas kasutatud meetoditele, tuues välja konkreetsed meetodid. Mõlemad uuritavate grupid andsid positiivse hinnangu tantsu- ja liikumisteraapia kasutamisele rühmatöös. Õpilaste hinnangul meeldis neile ka draamateraapia ja visuaalkunstiteraapia kasutamine läbiviidud rühmatöödes. Õpilastele meeldisid usaldust puudutavad ülesanded ning teistega sarnasuste leidmine (teistega ühise leidmine: välised sarnasused, sarnasused huvides). Konkreetsetest meetoditest meeldis õpetajatele meetod, kus sai teistele positiivseid käitumisviise soovida ning õpilastele meeldisid erinevad mängud. Kvantitatiivsetest uurimistulemustest selgus üldiselt, et õpilaste ja õpetajate hinnangul meeldisid neile läbiviidud kunstiteraapiate meetoditel põhinevad rühmatöö sessioonid ning nad soovivad ka teistel sellistest asjadest osa võtta.

Teine uurimisküsimus: *millised on õpilaste ja õpetajate hinnangud suhetele?*

Osalejad saavad kunstiteraapiate meetoditel põhinevas rühmatöös nauditava positiivse loova kogemuse, mis aitab neil tõhustada oskusi, et endast paremini aru saada ja teistega suhelda (Emerson & Shelton, 2001). Antud uurimuse kvalitatiivsete tulemuste põhjal hindasid uuritavad rühmatööd seoses suhetega enamjaolt positiivselt, tuues välja rühmatöö käigus paranenud ja arenenud sotsiaalseid oskusi ja suhete paranemist, kirjeldades, et rühmatöö hõlmas endas usaldust, võrdseid suhteid ning vabatahtlikkuse võimaldamist. Ka õpetajate sõnul tegeleti rühmatöös osalejate usalduse arendamisega. Nii õpilased kui õpetajad nimetasid rühmaliikmete kaasatuse aspekti. Õpilased saavutasid rühmaaslastega omavahelise seotuse. Kvantitatiivsetele uurimistulemustele toetudes meeldis õpilastele ja õpetajatele, et rühmakaaslased rühmatöö käigus toetasid ja usaldasid ning see, et neil oli koos lõbus olla.

Kolmas uurimisküsimus: *millised on õpilaste ja õpetajate hinnangud oma minale?*

Õpetajad ja õpilased hindasid rühmatööga seoses oma mina positiivselt. Ka McTaggart (2010) sõnul toetavad kunstiteraapiate meetoditel põhinevad sekkumised kliendi positiivse minapildi tekkimist. Kvalitatiivsetele uurimistulemustele toetudes võib väita, et õpetajatele meeldis see, et rühmatöö aitas kaasa enese avamisele, enesehinnangu tõusule, tahte arendamisele, sisemise motivatsiooni tõusule, tolerantsusele ning emotsioonide väljendamisele ja kontrollile. Õpilaste hinnangul õppisid nad end tundma ja emotsioone väljendama. Õpilased tundsid end rühmatöö lõppedes enesekindlamalt, nende minapilt muutus positiivsemaks ja parenes enda käitumise analüüsimine. Kvantitatiivsete uurimistulemuste põhjal selgus, et rühmatöö käigus uuritavate heaolu suurenes.

Kunstiteraapiate meetoditel põhinevat rühmatööd hindasid õpilased ja õpetajad oma suhete ja minaga seonduvalt positiivselt. Rühmatööle anti üleüldiselt positiivseid hinnanguid. Uuritavate sõnul paranesid nende sotsiaalsed oskused, suhted ning emotsioonide väljendamine ja kontroll. Positiivsed hinnangud õpetajate ja õpilaste poolt kinnitavad kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö kasulikkust ja vajalikkust, et omandada ja parendada osalejate suhtlemisioskust, prosotsiaalseid oskuseid, koostöövõimet ja arendada loovust. Käesoleva uurimistöö ning varasemate uurimuste (Kõiv, 2012; Kaudne, 2012a; Smeijsters, Kil, Kurstjens, Welten, & Willemars, 2011; Goodgame, 2007) põhjal võib väita, et kunstiteraapiate meetoditel põhinev rühmatöö on vajalik sekkumisviis.

#### 4.1. Töö piirangud

Käesoleva bakalaureusetöö piiranguks on läbiviidud sessioonide toimumise arvu ebavõrdsus, mis ei olenenud käesoleva töö autorist. Õpilastele viidi läbi 3 sessiooni, samas

kui õpetajatele viidi läbi 1 sessioon. Sessioone oleks võinud toimuda rohkem ning võrdses mahus, et võrdlemistulemused oleks täpsemad.

#### 4.2. Töö praktiline väärtus

Töö praktiliseks väärtuseks on kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö kasulikkus ja vajalikkus nii õpilastele kui õpetajatele. Varasemalt on uuritud kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö mõju õpilastele, kuid edaspidi saaks uurida ka sekkumismeetodi rakendamist õpetajatele.

### Kokkuvõte

**Pealkiri:** Kunstiteraapiate meetoditel põhinevas rühmatöös osalenud õpilaste ja õpetajate hinnangud rühmatööle ja enda osalusele rühmatöös

Käesolevas bakalaureusetöös seati eesmärgiks välja selgitada kunstiteraapiate meetodil põhinevas rühmatöös osalevate õpilaste ja õpetajate hinnangud rühmatööle ja enda osalusele rühmatöös.

On olemas tõhusad tõenduspõhised uurimused (Kõiv ja Kaudne, 2015), mis aitavad kaasa osalejate probleemide leevendamisel ja nendega toimetulekul. Sessioonid saavad kasuks tulla järgmiste probleemide parendamisel: endale eesmärkide seadmine, enese eest seismaõppimine, uute rollide proovimine, positiivse tagasiside jagamine, osaleja tugevustega töötamine, positiivsete emotsioonide kogemine, erinevate võimaluste arutlemine, enese usaldamine ja probleemilahendusoskuste arendamine (Smejisters et al., 2011).

Käesoleva uurimistöö raames viidi läbi kolme kvalifitseeritud spetsialisti poolt kunstiteraapiatel põhinevad rühmatööd 30 õpilasele ja 22 õpetajale (3 gruppi õpilasi ja 2 gruppi õpetajaid, õpilastele 3 sessiooni, õpetajatele 1) ajavahemikus oktoober 2014 kuni veebruar 2015.

Läbiviidud uurimuses kasutati õpetajate ja õpilaste hinnangute uurimiseks kaht uurimisinstrumenti: (1) neljast avatud küsimusest koosnevat ankeeti kunstiteraapiate meetodil põhineva rühmatöö kohta ning (2) 48 väitest koosnevat ankeeti, millega mõõdeti uuritavate hinnanguid rühmatöö kohta ning enda osalusele rühmatöös.

Uurimistulemustest selgus, et õpilaste ja õpetajate hinnangud kunstiteraapiate meetoditel läbiviidud rühmatöödele olid positiivsed. Positiivselt hinnati oma suhete ja minaga seonduvat.

Tulemustele toetudes võib väita, et paranesid uuritavate sotsiaalsed oskused, suhted ning emotsioonide väljendamine ja kontroll. Statistiliselt olulisi erinevusi võrreldes õpetajate ja õpilaste hinnangute vahel esines kvantitatiivsete uurimistulemuste tulemuste põhjal viiel korral neljas erinevas alakategoorias: hinnang grupitööle, oma suhetele ja hoiakutele, oma emotsioonide väljendamisele ja kontrollile ning oma oskustele.

Õpilaste ja õpetajate positiivsetel hinnangutel põhinevad uurimistulemused kinnitavad kunstiteraapiate meetoditel põhineva rühmatöö kasulikkust ja vajalikkust, aitamaks parendada osalejate sotsiaalseid oskuseid, suhteid ning emotsioonide väljendamist ja kontrolli.

### **Summary**

***Title:*** Students' and Teachers' Attitudes Towards Group Work Based on Arts Therapies and Their Participation in the Group Work

The thesis aims at describing group work based on arts therapies and determining the attitude of students and teachers towards creative group work and their participation in it. Effective evidence-based interventions (Kõiv & Kaudne, 2015) can help to relieve participants' problem solving skills and coping with problems.

Arts therapies are useful for youth to improve their skills in the areas of setting one's goals, acting for oneself, trying out new roles, providing reciprocal positive reinforcement, working on the basis of one's strong points, experiencing positive emotions, acquiring new chances, trusting in one's own actorship, increasing one's problem-solving ability, and directing situations. (Smeijsters et al., 2011).

The group works based on arts therapies methods were conducted by three qualified specialists. The participants were 30 students and 22 teachers (3 groups of students, 2 groups of teachers, 3 sessions for students, 1 session for teachers) during October 2014- February 2015.

Two questionnaires were used for determining students' and teachers' attitudes towards group work based on arts therapies methods and their participation.

The results revealed that students and teachers evaluated group work based on arts therapies as positive. The positive outcome of the creative group work was mentioned in connection of acquiring and developing social skills and improving relationships and understanding of *self*.

Statistically significant differences were evident in four subscales of questionnaire: the participants evaluations of group work, their relationships and attitude, their ability to express their emotions and emotional regulation skills.

The results of the research based on the positive ratings given by students and teachers confirm the suitability and necessity of the group work based on arts therapies to help improve participants social skills, communication with peers, the expression of their emotions and the increase of emotional regulation skills.

### **Tänuõnad**

Minu tänuõnad kuuluvad kunstiteraapiate meetoditel põhinevate rühmatööde läbiviijatele Lii Kaudsele, Reet Hannusele ja Barry Groom'le, kellele poleks antud lõputöö võimalikuks osutunud. Samuti soovin tänada kõiki uuritavaid, kes osalesid kunstiteraapiate meetoditel põhinevas rühmatöös ning kes jagasid oma hinnanguid läbiviidud rühmatöödele ja enda osalusele rühmatöös. Lisaks soovin tänada oma kursusekaaslast ja sõbrannat Kadi Viigit toetuse ja innustamise eest.

### **Autorsuse kinnitus**

Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrektselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.

20.05.2015

### Kasutatud kirjandus

AATA. Ameerika Visuaalkunstiteraapia Ühing (2015). Külastatud 8. mail, 2015, aadressil <http://www.arttherapy.org/aata-aboutus.html>

ADTA. Ameerika Tantsuteraapia Ühing (2015). Külastatud 8. mail, 2015, aadressil [http://www.adta.org/About\\_DMT](http://www.adta.org/About_DMT)

AMTA. Ameerika Muusikateraapia Ühing (2015). Külastatud 8. mail, 2015, aadressil <http://www.musictherapy.org/about/quotes/>

Butina, B. (2008). *How to Find a volGood Therapist*. USA: Aurora, IL.

Emerson, E., & Shelton, D. (2001). Using Creative Arts to build Coping Skills to Reduce Domestic Violence in the Lives of Female Juvenile Offenders. *Issues in Mental Health Nursing*, 22, 181-195.

Goodgame, J. (2007). Beyond words: dance and movement sessions with young people with social, emotional and behavioural difficulties in Estonia. *Support for Learning*, 22(2), 78-83.

Groom, B. (2012). Creative Group Work Approaches with Young People with Social, Emotional and Behavioural Difficulties. Kristi Kõiv (Toim.). Kasvatuse eritingimusi vajavate õpilaste toimetulekuoskuste arendamine läbi mitmekesise õppekava. Artiklite kogumik. (40-47). Tartu: Vali Press OÜ trükikooda.

Johnson, L. M. (2008). A Place for Art in Prison: Art as A Tool for Rehabilitation and Management. *Southwest Journal of Criminal Justice*, 5(2), 100-120.

Jones, P. (2005). *The arts therapies: A revolution in healthcare*. New York: Brunner-Routledge.

Kaudne, L. (2012a). *Kasvatuse eritingimusi vajavate õpilaste hinnangud kunstiteraapiate meetoditel põhinevale rühmatööle*. Publitseerimata magistritöö. Tartu ülikool.

Kaudne, L. (2012b). Kasvatuse eritingimusi vajavate õpilaste hinnangud kunstiteraapiate meetoditel põhinevale rühmatööle. Kristi Kõiv (Toim.). *Kasvatuse eritingimusi vajavate õpilaste toimetulekuoskuste arendamine läbi mitmekesise õppekava*. Artiklite kogumik. (101-112). Tartu: Vali Press OÜ trükikooda.

Knill, P. J., Barba, H. N., & Fuchs, M. N. (1995). *Minstrels of soul: Intermodal expressive therapy*. Toronto: Palmerston Press

Kõiv, K. (2012). Projekti „Hariduslikeerivajadustega õpilaste toimetulekuoskuste arendamine läbi mitmekesise õppekava“ lähtekohad, sisuline rakendus ja mõned terminid. *Kasvatuse eritingimusi vajavate õpilaste toimetulekuoskuste arendamine läbi mitmekesise õppekava*. Artiklite kogumik. (6-21). Tartu: Vali Press OÜ trükikooda.

- Kõiv, K. , Kaudne, L. (2015). Impact of Integrated Arts Therapy Intervention for Female Young Offenders in a Correctional Institution. *Psychology*, 6, 1-9.
- Levy, F. J. (1988). *Dance/Movement Therapy. A Healing Art*. Reston, VA: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.
- Malchiodi, C. A. (2007a). Art Therapy. In C. A. Malchiodi (Eds.), *Expressive Therapies* (pp. 16–45). New York and London: The Guilford Press.
- Malchiodi, C. A. (2007b). *Expressive Therapies. History, Theory, and Practice*. In C. A. Malchiodi (Eds.), *Expressive Therapies* (pp. 1–15). New York and London: The Guilford Press
- McTaggart, K. (2010). Art Therapy and Young Offenders. *Journal of Thai Traditional & Alternative Medicine*, 8, 69-75.
- NADT. Põhja- Ameerika Draamateraapia Ühing (2015). Külastatud 8.mail, 2015, aadressil <http://www.nadta.org/what-is-drama-therapy.html>
- Pellitteri, J. (2000). Music Therapy in the Special Education Setting. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 11(3&4), 379–391.
- Smeijsters, H., Kil, J., Kurstjens, H., Welten, J., & Willemars, G. (2011). Arts therapies for young offenders in secure care – A practice-based research. *The Arts in Psychotherapy*, 38, 41–51.
- Wigram, T. (2002). *Comprehensive Guide to Music Therapy Theory Clinical Practice. Research and Training*. London: Jessica Kingsley Publishers.



## Lisad

### Lisa 1. I uurimisinstrument

Kallis loovtegevuse grupitöös osaleja,

palume teil avaldada arvamust läbiviidud rühmatöö kohta. Palun mõtelge enda mõtetele ja tunnetele seoses kõikide läbiviidud rühmatööga ja avaldage arvamust. Teie isikuandmeid ja küsimustikus sisalduvaid andmeid ei avaldata kellelegi. Küsimustiku läbiviimise eesmärgiks on saada tagasisidet läbiviidud loovtegevuse grupitööst. Küsimustiku täitmine on lihtne – palume täita lüngad ja teha ristike teile sobivasse kohta iga toodud väite järel. Täname teid ausate ja avameelsete vastuste eest.

Kristi Kõiv (Tartu Ülikooli haridusinstituudi dotsent; [kristi.koiv@ut.ee](mailto:kristi.koiv@ut.ee)) koos üliõpilase Kristiina Mustoga (Tartu Ülikooli haridusinstituudi üliõpilane, [kristiina.musto@gmail.com](mailto:kristiina.musto@gmail.com)).

Minu sugu .....

Minu vanus aastates .....

Palun avaldage arvamust ja kirjeldage lühidalt, mis teile kõikide läbiviidud loovtegevuse rühmatöödega seoses meeldis.

Palun kirjeldage lühidalt, mis teile kõikide läbiviidud loovtegevuse rühmatöödega seoses ei meeldinud.

Palun andke soovitusi edaspidiseks rühmatöö läbiviijatele.

Palun tooge välja, millised huvitavad ja kasulikud harjutused või ülesanded teile kõige enam meelde jäid.

## Lisa 2. II uurimisinstrument

<i><b>Kuivõrd alljärgnevad väited sobivad Teile mõeldes läbivõetud loovtegevuse grupitöödele, milles osalesite?</b></i>	<b>Sobib täiesti</b>	<b>Sobib üsna hästi</b>	<b>Sobib natukene</b>	<b>Ei sobi üldse</b>
Alguses ei saanud aru, mis toimub, pärast hakkas meeldima.				
Andis hea tuju kogu päevaks.				
Arendas minu loovust.				
Ei soovita teistele sellisest asjast osa võtta.				
Hakkasin kooli paremini suhtuma.				
Hakkasin teistesse paremini suhtuma.				
Hakkasin endasse paremini suhtuma.				
Hakkasin endas rohkem positiivset nägema.				
Iga kord tehti uusi ja huvitavaid asju.				
Kurvad mõtted ja muremõtted kadusid.				
Kõik korrad olid ühesugused.				
Lõõgastas mind ja muutis rahulikumaks.				
Ma ei saanud teiste käest laita.				
Meeldis koos käia algusest peale.				
Meeldis, et teised toetasid ja usaldasid.				
Muutis meeleolu paremaks.				
Mu heaolu suurenes.				
Koos oli lõbus olla.				
Olen rahulikum ja tasakaalukam.				
Ootasin järgmist korda, et teistega kokku saada.				
Oskan paremini teiste inimestega suhteid luua.				
Oskan paremini inimestega läbi saada.				
Pani mind rohkem mu enda käitumist analüüsima.				

Parandas mu kehalist liikuvust ja liigutuste koordinatsiooni.				
Peletas igavust.				
Sain vabalt oma mõtteid ja tundeid väljendada.				
Sain teiste käest paju kiita ja tunnustust.				
Soovitan teistele sellisest asjast osa võtta.				
Tekitas minus rõõmu ja naudingut.				
Tundsin ennast kindlamalt.				
Tõstis mu enesehinnangut.				
Õppisin rohkem oma tundeid kontrollima.				
Õppisin oma tundeid väljendama.				
Õppisin oma viha kontrollima.				
Õppisin teistega paremini suhtlema.				
Õppisin rohkem teiste tunnetest aru saama.				
Õppisin rohkem teisi mõistma.				
Õppisin rohkem teistele kaasa tundma.				
Õppisin paremini ennast väljendama.				
Õppisin teisi aitama ja abistama.				
Õppisin teiste käitumist jälgima.				
Õppisin ennast paremini tundma.				
Õppisin paremini oma keha tundma.				
Õppisin paremini teiega läbi saama.				
Õppisin teistega koos asju tegema.				
Õppisin rohkem teisi toetama ja usaldama.				
Viis mu muremõtted ja paha tuju minema.				
Võimaldas mul rohkem endas selgusele jõuda.				

**SUUR TÄNU AUSATE JA AVAMEELSETE VASTUSTE EEST!**

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Kristiina Musto

sünnikuupäev: 14.10.1992

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose „Kunstiteraapiate meetoditel põhinevas rühmatöös osalenud õpilaste ja õpetajate hinnangud rühmatööle ja enda osalusele rühmatöös“, mille juhendaja on Kristi Kõiv
  - 1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
  - 1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Tartus 20.05.2015