

KEELE-COACHING – VASTUTUSE ANDMISE JA VÕTMISE KUNST

Evelyn Soidla, PCC *coach*, superviisor, koolitaja

Silvia Luige, Sisekaitseakadeemia vanemlektor, keele-*coach*

(kuidas keele-coaching teeb võõrkeele õpetaja elu kergemaks – keele-coaching kui hoiakute muutmise hüppelaud?)

Miks just nüüd?

Täenduslik õppimine, üldpädevused, mille hulgas on ka võõrkeeleoskus, ja kaasav haridus on 21. sajandi hariduse võtmesõnad; just coachingu elementide kasutamine õppetöös aitabki neid pädevusi arendada. *Coach*’iv lähenemine nihutab vastutuse õpetajalt õppijale ning õppimise eest vastutuse õppijale andmine vabastab õpetaja aega. Miks on see õpetajale kasulik? Sest õppur hakkab ise mõtlema ja analüüsima – see on arengu jaoks hädavajalik – ning muutus ei sünni mehaanilise „materjali läbimise“, vaid hoiakute nihke kaudu. Tulemuseks on tulevikuoskuste (enesejuhtimine, ajajuhtimine, kriitiline mõtlemine) kasv.

Millist probleemi *coach*’iv (keeles)õpe lahendab?

Motivatsioon: sisemine tõuge kasvab, sest vastutus on õppijal.

Ajaressurss: tunni kava sünnib dialoogis, õpetaja ettevalmistus väheneb.

Õpikultuur: klassist saab koostöölabor, kus kasvavad refleksioon ja enesejuhtimine.

Eestis on *coach*’iva (keeles)õppe programmi lõpetanud ligikaudu 100 õpetajat, koolitajat ja mentorit – see tähendab, et vajalik oskuste ja kogemuste baas on juba olemas. Seega on praegu õige aeg koolitada rohkem keele – *coach*’e ja hakata rakendada *coach*’ivat (keeles)õppe lähenemist laiemalt, et vastata 21. sajandi hariduse väljakutsetele ja toetada õppijate vastutuse, enesejuhtimise ning motivatsiooni kasvu.

Mis on *coach*’iv (keeles)õpe?

Keele-*coaching*’u tuum on tasakaal. Kui andmist on liiga palju (õpetaja „veab“), muutub õppija passiivseks; kui võtmist on liiga palju (õppija „üksinda“), kaob turvatunne ja suund. *Coach* hoiab tasakaalu selgete kokkulepetega (eesmärk, mõõdik, tähtaeg) ja edasisidega, õppija hoiab seda järjepideva tegutsemise ja (enese)refleksiooniga. Tasakaal ei ole staatiline: seda kohandatakse vastavalt õppija valmisolekule, vajadustele ja õpiteekonna etapile.

Kui andmise-võtmise tasakaal on paigas, tõuseb motivatsioon, areneb enesejuhtimisoskus, mis väljendub heades õpitulemustes. Õpetaja töö muutub tähenduslikumaks, samas kergemaks. *Coach*´iv (keeles)õpe ühendab mõjusad küsimused ja refleksiooni traditsioonilise (keeles)õppe tehnikatega. *Coach* ei paku valmis lahendusi ega „paranda“, vaid loob ruumi, kus õppija ise sõnastab eesmärgi ja rajab õpiteekonna selle saavutamiseks.

Keele-*coach* võtab õpetaja rolli näiteks siis, kui on vaja selgitada grammatikat või vastata õppijate keelealastele küsimustele; seejärel naaseb ta *coach*´ivasse rolli, et hoida fookus õppija vastutusel.

Õpetamise ja *coaching*´u võrdlustabel (Soidla, 2020)

Õpetamine	<i>Coaching</i>
Õpetaja planeerib sisu ja kontrollib protsessi	<i>Coach</i> küsib, peegeldab, õppija juhib protsessi
Rõhk materjali „läbimisel“	Rõhk teadlikkusel ja vastutusel
Edu = testi tulemus	Edu = kokkulepitud eesmärgi elluviimine

Lisaks on keele-*coaching* tõhus lähenemine kaasavas hariduses, kus iga õppija saab päriselt osaleda ja areneda, kuna lähenemine kohandub õppija tugevuste, vajaduste ja tempoga. „Küsi → peegelda → toeta“ tsükkel nihutab fookuse vigade otsimiselt selgete eesmärkide ja toimivate strategiate loomisele. See muudab toe individuaalseks ja õppijakeskseks. See töötab iga õppija puhul.

NÄIDE: mini-*coaching* 45-minutilises tunnis

Minutid	Tegevus	Tulemus
0-5	Soojendus + <i>coach</i> ´iv avaküsimus (Mis on tänase tunni eesmärk?)	Fookus sõnastatud
5-15	Sisu tutvustus + mini-eesmärgi seadmine	Õppija enda eesmärk
15-35	Harjutus + vahepeegeldus	Teadlik praktika
35-40	<i>Coach</i> ´iv küsimus: (Mida sellest kaasa võtad?)	Eneserefleksioon
40-45	Järgmise sammu kokkulepe	Vastutus kinnistatud

Mis on *coach*´iva (keele)õppe takistused?

Coach´iva (keele)õppe puhul on takistused ja nende ületamine õpiprotsessi loomulik osa, millega tuleb arvestada. Mis võib piduriks olla? Kinnistunud mõtteviis („olen alati nii õpetanud“) sulgeb ukse uuele rollile ja *coach*´ivale hoiakule. Ebamugavus hinnanguvabas rollis olles ja emotsioonijuhtimises tekitab soovi naasta kontrolliva õpetamisstiili juurde. Liigne fookus sisu „läbimisele“ viib tähelepanu eemale õppija eesmärkidelt ja vastutuse võtmiselt. Ajasurve ja uskumus, et 45 minutiga „ei jõua *coach*´ida“, kuigi ka 5–7-minutilised mini-sessioonid on tõhusad, pärsib muutust. Veendumus, et „mõned niikuinii ei suuda“, õõnestab partnerlust. Nende takistuste teadvustamine on esimene samm, et liikuda teadmiste edastamiselt õppija juhitud, vastutust kasvatava õpikogemuse suunas.

Vastutus keele-*coaching*´us: millised on õppija ja *coach*´i uued rollid?

(keele)õppes on traditsiooniliselt vastutus püsinud õpetaja õlul – tema valib materjalid, korraldab tegevused, hindab edusamme. Keele-*coaching* pöörab selle loogika ümber: siinkohal on õppija aktiivne vastutaja, *coach* aga toetaja ja suunaja. Teisisõnu, nihkub õpetaja roll „sisu kandjast“ peegeldajaks, kes hoiab fookust ja annab edasisidet, seeläbi kahaneb ka tema ettevalmistuskoormus. See rollivahetus ei tähenda, et õpetaja tähtsus väheneb, vaid et vastutus muutub jagatumaks ja õppijakeskseks.

Keele-*coaching*´u põhimõtteks on, et õppija sõnastab ise, mille nimel ta õpib ja kuidas ta soovib eesmärgini jõuda. Kui õppija seab ise mõõdetava eesmärgi ja järgmise sammu, tekib tal omanikutunne. See tähendab, et õppija peab võtma vastutuse nii õpivalikute kui ka muude enesejuhtimisoskuste arendamise eest, mille hulgas on ajaplaneerimine, harjumuste kujundamine, tagasilöökidest taastumine vms. Tulemuseks on nähtav edasimineku — rohkem julgemat suhtlust, püsiv motivatsioon ja parem tulemus, mis püsib ka väljaspool klassiruumi.

Coach toetab teda eesmärkide seadmisel ja aitab neile püsivalt keskenduda, ent ei tee seda tema eest ära. *Coach* ei õpeta klassikalises mõttes. Ta ei anna ette valmis vastuseid, vaid küsib: „Mis aitaks sul edasi liikuda?“ või „Kuidas sa ise hindad oma edenemist?“ – need küsimused suunavad õppijat võtma (keele)õpet kui isiklikku protsessi. *Coach* usaldab, et õppija leiab enda jaoks sobiva tempo ja meetodi. Mõned õpetajad kardavad, et *coach*´iv lähenemine tähendab loobumist õpetaja rollist. Tegelikult on vastupidi – *coaching* eeldab õpetajalt väga teadlikku kohalolu ja oskust hoiduda ülemäärasest juhendamisest. Hea *coach* loob ruumi, kus õppija julgeb katsetada, teha vigu ja kasvada. Ta ei sekku liigselt, kuid on pidevalt olemas, kui vaja – toetav, mitte kontrolliv.

Üks õppija ütles: „Kui ma ei õppinud, ei olnud mul kedagi teist süüdistada – ja see motiveeris.“ Selline teadlikkus muudab õppija passiivsest teadmiste vastuvõtjast

keelekasutajaks, kes teeb ise valikuid ja juhib oma arengut. Keele-*coaching* edendab nii keelelist kompetentsi kui ka õppimisprotsessi teadlikku juhtimist (sh metakognitsiooni ja eneseregulatsiooni), milles vastutuse võtmisel on oluline roll. Vastutus muutub arengumootoriks, mitte stressiallikaks.

Õppija harjub iseseisvalt eesmärgistama, otsima tagasi- ja edasisidet, analüüsima oma arengut. Sellised oskused on ülekantavad igasse eluvaldkonda – eriti oluline on see täiskasvanud õppijate puhul, kes vajavad individuaalset ja tähenduslikku õpikogemust.

NÄIDE: kolm keele-*coachi* küsimust õppijale, millega viimane võtab vastutuse

„Milliseks keelekasutajaks tahan 3 kuuga saada?“

„Kuidas mõõdan edenemist – mis muutub igapäevaselt?“ (tutvu ka (keele)õppe sisenduskaartidega <https://www.englishcoaching.ee/category/all-products>)

„Milliseid ressursse saan kasutada?“ (GROW-mudeli järgi, Whitmore, 2017)

G – Eesmärk: õppija oma, konkreetne ja mõõdetav.

R – Reaalsus: mis töötab, mis takistab, millised ressursid on.

O – Võimalused: mitu varianti; vali 1–2 realistlikku sammu.

W – Tahe/Teekond: kes–mida–millal–kuidas; pane kalendrisse ja mõõda.

NÄIDE: Õppija eesmärgi kaardistamine

Mini-dialoog

Coach: „Mis on sinu suurim põhjus eesti keelt arendada?“

Õppija: „Tahan elada täisväärtuslikku elu: tööalastel koolitustel eesti keeles arutleda ning tööl klientidega julgelt suhelda.“

Coach: „Kuidas tead, et oled eesmärgini jõudnud?“

Õppija: „Kui saan kõikides aruteludes pingevabalt suhelda, sh küsimustele spontaanselt vastata.“

Coach: „Mis on esimene samm sel nädalal?“

Õppija: „Salvestan 2-minutilise iseenda kõne ja analüüsin sõnavara.“

Mis on keele-*coaching*? Õppijad räägivad...

Pärast *coach*’ivas vormis erialakeele kursust kirjeldavad õppijad märgatavaid edusamme: oskus rääkida enesekindlamalt on arenenud, julgus kasutada keelt ka keerulistes olukordades on tekkinud, hirm eksimise ees on vähenenud. Õppijate sõnul ringis vestlemine tundus algul ebamugav, kuid aitas enesekindlust kasvatada. Isikliku õpitee kujundamine andis arusaama, mida peab tegema, et keelekompetentsi tõsta erinevates osaoskustes. Enne motiveeriva intervjuu läbiviimist võõrkeeles, nt harjutati lugemist ja hääldamist – intervjuu õnnestus ning *coachi* tunnustus „Said hästi hakkama. Märkasid, et vastasid küsimustele sujuvalt ja kasutasid kokkulepitud sõnavara“ kinnistas edutunnet. Ka füüsiline keskkond (ruum, toolide paigutus, tehnika) mõjutas õppimist: turvaline, pingevaba õhkkond toetas aktiivset osalust.

Kuidas alustada?

- ✓ Alusta väikeste sammudega, sest vastutuse andmise ja võtmise kunst kujuneb järjepideva harjutamisega.
- ✓ Vali üks *coach*’iv tehnika ja proovi seda juba homme ühes tunnilõigus.
- ✓ Harjuta hinnanguvaba kuulamist: pärast õppija vastust hoia üks minut vaikust, et ruum tema mõtlemisele päriselt kuuluks.
- ✓ Korra nädalas pühenda 15 minutit eneserefleksioonile ja küsi endalt: „Kuidas mu rolli muutumine mõjutas õppijate vastutust?“

Põhisõnum on lühidalt järgmine – *coach*’iv (keele)õpe on vastutuse andmise ja võtmise kunst: fookus liigub „läbimiselt“ tähenduslikule arengule, õppija enesejuhtimine ja julgus keelt päriselus kasutada kasvavad ning õpetaja töö muutub korraga mõtestatumaks ja kergemaks. Tasakaal „annan–võtan“, selged kokkulepped ja GROW-mudel muudavad iga tunni mõõdetavateks sammudeks – mõju paistab välja nii motivatsioonis kui tulemustes ja toimib sama hästi ka kaasavas hariduses. Kujuta ette tundi, kus õppija ise sõnastab järgmise sammu ja astub selle juba homme – just see on *coach*’iva (keele)õppe võlu ja valu.

Õhku jääb palju küsimusi. Kas meie haridussüsteem võimaldab keele-*coachingu* tõhusat rakendamist? Kas õppekava ja ajagraafik jätavad selleks ruumi? Kas õpetajatel on võimalus ja tahe õppida *coach*’ivaid tehnikaid? Kui vastus on jah, siis on ka vastutusel pinnas, kus kasvada.

Viidatud allikad

Bartlett, L. (1990). Teacher development through reflective teaching. Cambridge University Press.

Costa, A. & Kallick, B. (1996). Learning and Leading with Habits of Mind.

Kraft, M., Blazar, D. & Hogan, D. (2018). The effect of teacher coaching on instruction and achievement: A meta-analysis of the causal evidence. Review of Educational Research, 88(4), 547-588.

Soidla, E. (2020). Coaching creating value in teaching languages. ANSE Journal, 4, 143-147.

Soidla, E. (2024). Coachiv õppimise toetamine (koolitusmaterjal).

Soidla, E. (2025). Seisundikaardid.[Võrgumaterjal] Leitav: [englishcoaching.ee]
Kasutatud 13.08.2025].

„(keele)õpetajast keele-coach’iks“ (n.d.). Englishcoaching.ee.

„Influence of Language Coaching Techniques on Undergraduate Learners“ (2023).
Arab World English Journal.

Whithmore, J. (2017). Coaching for performance. The Principles and Practice of
Coaching and Leadership, 5th ed. Nicholas Brealey Publishing, London.