

Keele - *coaching*

Evelyn Soidla

Coach, superviisor, koolitaja

Jaanuar 2025

Väliseesti koolivõrgustik

I kohtumine





Eesti
Supervisiooni ja
Coachingu
Ühing



EVELYN SOIDLA

Coach, superviisor, koolitaja

- Sertifitseeritud coach ja superviisor (ICF, ESCÜ)
- 25+ aastat koolitamis – ja inimeste juhendamise kogemust
- Üle 1000 tunni coachinguid ja supervisioone
- Elukestev õppija, lahenduskesksete ja süsteemsete lähenemiste kandja
- Eesti Supervisiooni ja Coachingu Ühingu liige ja ICF Estonia liige
- Eesti Supervisiooni ja Coachingu Ühingu hariduse töögrupi juht 2021–2024
- Coachingu konverentsi programmilooime tiimis 2024, 2025
- 3 tütart, 1 abikaasa, 1 kass☺



+372 5029443, evelyn.soidla@epconsulting.ee,
<https://www.englishcoaching.ee>, <https://www.epconsulting.ee>

MINU TÖÖRIISTAKAST

Sertifikaadid

2024 High Performance Team Coach Certificate – Paulius Rate

2024 Professional Certified Coach (PCC, ICF)

2023 Systemic Team Coaching Supervision Certificate – Pr. Peter Hawkins

2023 Süsteemse pedagoogika väljaõpe (4 moodulit) – Marianne Franke-Gricksch

2021 Superviisori kvaliteeditase 6 (ESCÜ)

2017 – 2020 ISCI – coachi ja superviisori 2,5 aastane väljaõpe (vastavuses ANSE standarditega)

Koolitused, kursused

2023 NLP Masterclass

2023 Love and Fear in Supervision – Robin Shoheit

2021 – 2023 Systemic Coaching and Constellation – John Whittington (I “Mapping the field”, II” The intelligence of the field”, III “The language of the field”)

2022 Marcia Reynolds MCC (USA) `Coach the person not a problem`

2022 Meeskonna rollid ja grupi dünaamika, Tallinna Tehnikaülikool

2022 Peter Hawkins`Sentic states`

2022 Anna Storck (Saksamaa) Integral – intercultural trainer

2022 Olga Knjazeva Ettevõtluskoolituse ja ärikonstellatsioonide seminar

2019 ANSE Summer University “ Bridging” (Itaalias) 5 päeva

2018 Achim Fritzsche (Saksamaa)” Story telling”

2018 Mirjam Ullrich (Saksamaa) “ Making difference matter. Diversity management”

PROGRAMM KEELEÕPETAJAST KEELE-COACH`IKS (I,II)



ESIMESED SAMMUD + SÜVENDUS

GRUPP: 12-16 osalejat

KOHT: kontakt kohtumised , Tallinn/zoom

EESMÄRK: anda osalejatele vajalikud teadmised ja oskused, et saada keele *coachiks* (oskus kasutada coachingu elemente õpetamispraktikas)

TEEMAD I (ALUS – põhimõisted, coach`i mõtteviis, teooria ja tööriistad; individuaalne töö õppijaga – coaching`u mudelite/tööriistade omandamine ja integreerimine iseenda praktikasse)

- 1 moodul: Keeleturg ja keeleõppe suunad
- 2 moodul: Keele-*coach*'i identiteet ja roll
- 3 moodul: Muutuste tasandid ja protsessid
- 4 moodul: Keeleõpetamine vs *keele-coaching*
- 5 moodul: Keele -*coach*`ingu struktuur ja eesmärkide püstitamine
- 6 moodul: Eetika, piirid ja coachingu kultuur

TEEMAD II (SÜVENDUS – coach`i oskused süvendatult, toetavad teaduslikud uuringud, keele-*coaching* grupis, grupi dünaamika, vastupanu grupis, jõustamine grupis)

- 1 moodul: *Coach*`i põhioskused
- 2 moodul: Õigete küsimuste küsimise kunst
- 3 moodul: Grupi keele-*coaching*
- 4 moodul: Neuroteaduslikud uuringud keele -*coach*`i töös
- 5 moodul: Takistuste ja piirangute eemaldamine õpiprotsessis
- 6 moodul: Keele-*coach*'i professionaalne areng - tagasiside aitab edasi, edasiside veelgi kaugemale

KEELE COACH PROGRAMM

KUIDAS MA SIIA JÕUDSIN?



Coaching creating value in teaching languages

■ Evelyn Solda

"Tell me and I forget, teach me and I may remember, involve me and I learn." (Benjamin Franklin)

With this article, the author shares her long term experience in combining language teaching with coaching. To begin with, she discusses differences between language teaching and coaching. From there she moves on to discuss the benefits of language coaching, how personalisation is the key to learning gains and the fruits of client involvement, followed by paragraphs on how to eliminate distractions and on the significance of reflection and feedback. She concludes with a short note on the future of language coaching.


Introduction
After starting the coaching and supervision training program, as an English lecturer for over 20 years in the higher education institution, I quickly discovered that combining elements of language teaching, methodology and coaching results in a particularly awesome way to learn and teach.

The first reason why I want to share my experience in teaching and coaching lies behind the fact that I want to show what happens if we integrate teaching and coaching into the work process as trainers. The second reason is my clients who have been urging me to talk and share more about what I do in the teaching process. I see how motivated and inspired they are about this kind of learning and how much value it creates for them.

The third reason is to show how coaching brings reflective practice as a value to teaching concept generally, to build awareness about how coaching principles are integrated into the language teaching process and what impact it gives on the learner. I hope this can be an inspiration for many people to start learning languages again or at all.

I call the process of English language teaching English coaching. English coaching is one of the new ways of learning a language where a language coach, in collaboration with the client, identifies the client's language goals (sometimes also personal or professional) and helps to achieve those by implementing the efficient coaching techniques. Additionally, many obstacles (e.g. inhibitions, frustrations and underlying limiting beliefs) that may occur during the learning process can be prevented from arising, others can be addressed and then eliminated.

EP JOURNAL | VOLUME 4 | 2020 | ISSUE 1



Inspired

Marju Taukar · 1st
Language and Communication coach / PhD in Linguistics / Increasingly passionate about conversations. And humans.
Estonia · [Contact info](#)
166 connections
Tiina Meos, Vadim Ivanov, and 19 other mutual connections

[Message](#) [Visit my website](#) [More](#)

Speakerry

KOKKULEPPED TÄNASEKS

1. Sa pead lahti laskma vana, et midagi uut õppida (You must relearn to learn!)
2. Kasv on sinu enda vastutus, mitte koolitaja/õpetaja oma!
3. Ole avatud ja aus
4. Ole aktiivne osaleja – palun kasuta CHATI
5. Kõike , mida kuuled, võid jagada ka väljaspool töötuba
6. Tee märkmeid

Millest juttu tuleb?

- Mida tähendab keele *coaching* ehk *coach`*iva õppimise toetamine?
- Kuidas eristada *coach`*imist õpetamisest?
- Mis on *coach`*i roll õpiprotsessis?
- Kuidas saab *coach* toetada õppijat tema õpiteekonnal?
(*coach`*i tööriistad)

Millistele küsimustele otsime õpetajana/koolitajana vastust?

1. Kuidas võiks sinu roll õpetajana muutuda, kui rakendaksid *coaching* u elemente õpetamisprotsessis?
 2. Kas traditsioonilisel õpetamisel on piirid, mida *coaching* u lähenemine võiks aidata ületada?
 3. Kuidas võiksid *coaching* u elemendid motiveerida õppijaid vastutust võtma oma õppimise eest ning iseseisvalt eesmärke seadma?
 4. Millised väljakutsed võivad tekkida *coaching* u elementide integreerimisel õpetamisse ja kuidas neid ületada?
 5. Kuidas ja kes võiks õpetajat sellel teekonnal toetada/suunata?
- Millistele küsimustele otsime õpetajana/koolitajana vastust?

Sinu küsimus
täna, millele
otsid vastust?
(3 min)



This Photo by Unknown Author is licensed under CC BY-NC

MIS ON COACHING?

Protsess, kus läbi õigete küsimuste küsimise luuakse
teadlikkus ja antakse vastutus.

Coaching`u põhieesmärk on inimese eneseusu ja -teadlikkuse
tõstmine. J. Whitmore

MUUDATUSTE LOOGILISED TASANDID



Joonis 1 Muudatuste tasandid R. Diltsi järgi (Allikas: London, Vesso 2011, lk 1)

Tabel 1 Diltsi tasandid ja küsimused

Tasand	Küsimused
Identiteet	Kes sa oled? Kuidas sa ennast näed?
Hoiakud ja väärtus	Miks see sulle on oluline?
Võimed ja oskused	Kuidas sa seda teed? Mida sa täna oskad?
Tegevuse ja käitumine	Mida sa teed selleks?
Keskkond	Kus ja millal sa seda teed ja kellena?

(Allikas: Marju Sepp 2015)

MIS ON KEELE – COACHING?

KEELE ÕPETAMINE JA ÕPPIMINE + ENESEARENGU
TREENING (life coaching)

Keeleõpe on integreeritud enesearengu treeningu protsessi (eesmärkide seadmine, tegevuse ja strateegia seadmine, eesmärkide läbivaatamine ja suunised isiklikule arengule ja saavutustele nn õpiteekonna loomine).

MIS KEELE – COACHING POLE?

1. See ei ole teraapia ega nõustamine.
2. See ei ole inimeste parandamine, sest nendega on midagi valesti.

Selleks, et olla "efektiivsem", peab coachee saama rohkem ühendust iseendaga ja mõistma, kuidas ta mõtleb/on/teeb/tahab mis tahes olukorras.

MÄRKAMISED MIKS KEELE – COACHING?

1. Keele-*coaching* on turul populaarseks saamas, sest kliendid otsivad midagi uut ja erinevat
2. Järjest enam firmasid siseneb välisturule, see aga eeldab töötajatelt keele omandamist või värskendamist (sihipärane keel)
3. Klient soovib omandada keelt kiiresti ja efektiivsemalt
4. Lisaks, soovitakse õppida ainult neid asju, mis on konkreetsele ettevõttele vajalikud (rätsepatöö)
5. Keeleõppija on väga teadlik ning soovib õppida sel viisil, mis teda kõige rohkem toetab

PEAMISED KEELEOSKUSE PARANDAMIST TAKISTAVAD TEGURID

- Hirm vigade tegemise, vääritimõistmise, õigete vastuste puudumise ees.
- Hirm, et meid hinnatakse, kuidas teised inimesed võivad meist arvata.
- Mälestused mineviku ebameeldivatest õpikogemustest ja sellest, mida me tõlgendame, et need tähendavad meie võimete/identiteedi kohta.
- Surve, mis põhineb meie enda ootustel selle kohta, mida me arvame, et peaksime lähitulevikus suutma teha.

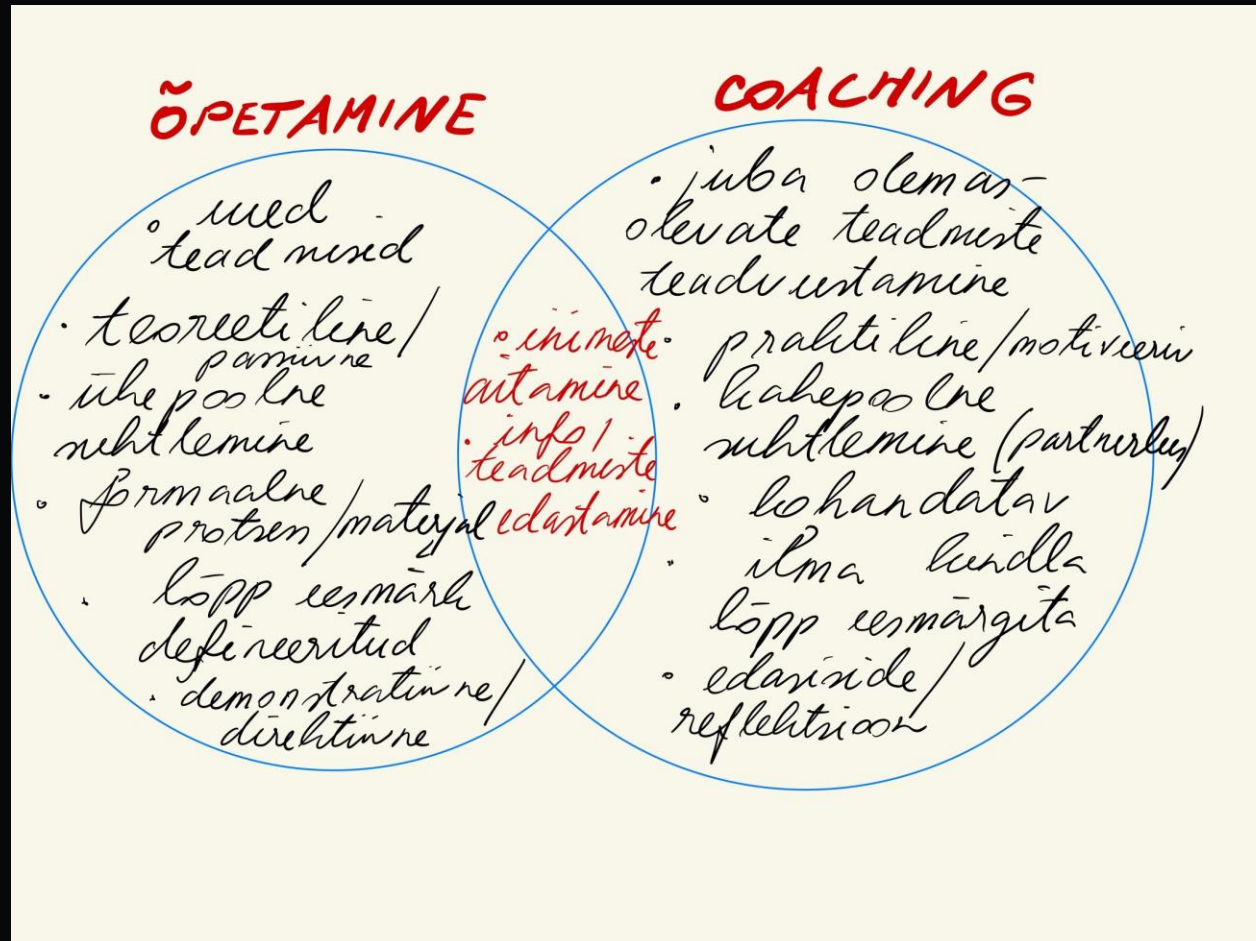
KEELE – COACH`INGU PÕHIMÕTTED

1. Turvaline õpikeskkond (hinnanguvaba)
2. Usaldussuhte loomine õppijaga
3. Rõhk on `uudishimulik olemisel`
4. Vigade tegemine on teretulnud
5. Selguse loomine järgmises: MIKS ma õpin? MIDA ma õpin?
6. Õpilane vs õpetaja = mõttepartnerid, koostööpartnerid
7. Ruumis kehtib konfidentsiaalsusreegel (mida see tähendab?)
8. (Keele)coach`i ja õppija uskumus: ma usun, et igas inimeses (minus) on ressursid, pean selle ainult ülesse leidma

KEELE COACHINGU PROTSESSI sisulised OSAD

1. Rahuliku aju seisundi poole püüdlemine
2. Motivatsioon on ülioluline
3. Energia läheb sinna kuhu läheb tähelepanu (Energy flows where attention goes)
4. Ajutegevus peab üle võtma
5. Tee tükkideks/osadeks (chunk it down!)
6. Seo emakeel õpitava keelega
7. Õpi aju kohta nii palju kui võimalik. Aju armastab harjumusi.

COACHING VS ÕPETAMINE



COACHINGURING (coach`iva õppimise toetamine)

- MINU ENDA KOHALOLU
- SUHTE LOOMINE/
KOKKULEPPED
- EESMÄRKIDE
SEADMINE/SISU/DIALOOG
- REFLEKTSIOON
- JÄRGMISED SAMMUD



Küsimused iga etapi kohta:

Enne loengut/tundi:

1. Mis aitab minul endal õppejõuna kohale tulla?

Loengus/tunnis:

2. Milles peame täna kokku leppima või millega arvestama, et tänane õppimine saaks toimuda võimalikult parimal viisil?

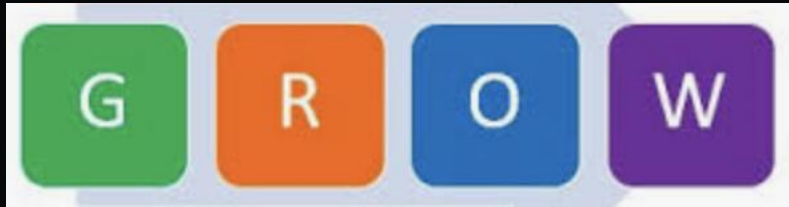
3. Milles täpselt soovid paremaks saada selle teema raames? Kuidas tead, et eesmärgi saavutasid? Mis sinu jaoks muutub, kui tead sellest teemast rohkem?

...

4. Mida täna õppisid ja kuidas kavatsed seda kinnistada/tulevikus kasutada? Kuidas kavatsed takistused seljatada, mis võivad sinu eesmärgi/õpiväljundi omandamisel ette tulla?

5. Mille üle oled uhke? Mis täpselt hästi läks tänases loengus?

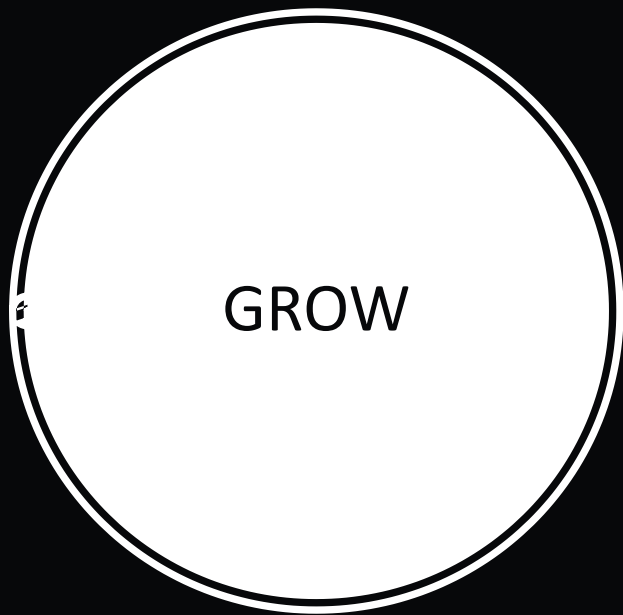
KEELE – COACHINGU TÖÖRIISTAD



Goal, Reality, Options, Will forward (eesmärk, reaalsus, valikud/takistused, kuidas edasi)



Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Timed (konkreetne, mõõdetav, saavutatav, vajalik, ajastatud)



G EESMÄRK (GOAL)	See on lõpp-punkt, kus inimene olla tahab. Eesmärk (keelealane) tuleb määratleda nii, et oleks väga selge aru saada, kas see saavutati või mitte. See peaks olema SMART.
R <u>TEGELIKKUS</u> (REALITY)	See on koht, kus inimene praegu asub. Millised on väljakutsed? Kui kaugel ta oma eesmärgist on?
O VÕIMALUSED (OPTIONS)	Kui praegust tegelikkust on tundma õpitud, on aeg otsustada ajurünnaku teel, mida on võimalik eesmärgi saavutamiseks teha.
W EDASISED TEGEVUSED (WAY FORWARD)	See võtab kokku kõik tahud, näiteks selle, mida on vaja teha, millal ja kes seda tegema peaks. Ühtlasi kinnitab see ka tegutsemistahet

KEELEÕPPE TEEKONNA KAARDISTAMINE

KEELEALANE NÕUSTAMINE GROW MUDELI ABIL

Kuidas see sulle kasulik on?

- ...tõstab sinu teadlikkust sinu isiklikest keeleoskuse arenguvajadustest
- ...aitab sul oma ressursse ära tunda ja neid rakendada
- ...juhendab sind sobivate valikute ja otsuste tegemisel
- ...aitab sul liikuda võimaluste ja lahenduste leidmise poole
- ...aitab sul õppeprotsessi mõista
- ...aitab välja uurida, milliseid tööriistu saad oma õppeprotsessi kujundamiseks kasutada
- ...toetab sind sinu tulevikuvisioni loomisel, milles keeleoskus mängib olulist rolli



SOOVITUSED EDASISEKS UURIMISEKS:

1. Kiire ja tõhus viis, kuidas võõrkeel selgeks Saada (Äripäeva raadio)
2. English coaching - mis see on? (Eesti Ekspress)
3. Õppetund 12: Keeleõpe coachingu meetodil (EPALE)
4. Podcast. Keele coaching aitab täita võõrkeeleõppe eesmäärke (Youtube)
5. Coach'iv õppija toetamine on tuleviku õpetaja üldoskus (Õpetajate Leht)
6. Keeleõpetajast keele coachiks (Spotify)

REFLEKTSIOON

Mis on 1 asi, mille eelnevast oma praktikasse (keeleõppimisse) kaasa võtad? Mis oli sinu jaoks huvitav?

AITÄH!

KÜSIMUSED

Evelyn.soidla@epconsulting.ee

