

Õpibärjääri liik	Õpibärjääri olemus	Õpibärjääri põhjustajad	Õpibärjääri avaldumine	Õppejõudude võimalused õpibärjääride ületamise toetamiseks
<b>EMOTSIO-NAALSED ÕPIBÄRJÄÄRID</b>  <b>Kaitse õppimise eest</b> (argiteadvuse kaitse, identiteedi kaitse, jõuetusevastane kaitse)	Kaitse-mehhanism vaimse tasakaalu hoidmisel	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vaimse tasakaalu hoidmist ähvardavad, limiteerivad, rikkuvad faktorid</li> <li>- Muutused identiteedis</li> <li>- Õppeimpulsid, millega puutume kokku igapäevaselt</li> <li>- Põhjendamatult käituvad autoriteedid (diktaatorlikkus, mittedemokraatlikkus, ebameeldivus)</li> <li>- Abitus situatsiooni mõjudes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alahindamine</li> <li>- Harmoniseerimine</li> <li>- Välja tõrjumine</li> <li>- Patuoina mehhanism (projekteerimine)</li> <li>- Viha</li> <li>- Kurbus</li> <li>- Meeleheide</li> <li>- Madal enesehinnang</li> <li>- Vastanduv käitumine autoriteetide suhtes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Motiveerimine</li> <li>- Tahte arendamine</li> <li>- Positiivsete emotsioonide pakkumine</li> <li>- Vastutulelikkus ja mõistmine</li> <li>- Õiglane kohtlemine</li> <li>- Järk-järgulised muutused</li> <li>- Valikuvabaduse andmine</li> <li>- Kaasamine otsustusprotsessi</li> <li>- Ülesannete seostamine praktikaga</li> <li>- Komplimentide tegemine</li> <li>- Süüdistamisest hoidumine</li> <li>- Võimalus väljendada seda, mille üle uhke ollakse</li> <li>- Hirmude ületamise toetamine</li> <li>- Suhtlemine nii koolis kui väljaspool kooli</li> </ul>
<b>KOGNITIIVSED ÕPIBÄRJÄÄRID</b>  <b>Valesti õppimine</b>	Teadmine, mida õppejõud soovib õppijani viia ei jõua õppijani või õppija tõlgendab infot teisiti kui õppejõud seda edasi püüab anda.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lüngad varasemates teadmistes</li> <li>- Liigne hõivatus/ ajaprobleem</li> <li>- Hirm teadmiste tulemuse ees</li> <li>- Liigselt tõlgendusi tekstis</li> <li>- Mittemõistmised</li> <li>- Õppija „üksi“ jätmise õppeprotsessis</li> <li>- Teadmatus, mis on õige ja mis on vale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mittemõistmine</li> <li>- Ebaõnnestunud keskendumine</li> <li>- Mitteamusaamine</li> <li>- Suutmatus infot haarata</li> <li>- Enesekindel arvamus, et õpetatavast teatakse juba niigi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mõistmise ja toetuse väljendamine</li> <li>- Õpetatava muutumine õppija jaoks tähenduslikuks ja vajalikuks</li> <li>- Enese üheselt mõistev ja selge väljendamine</li> <li>- Liiga kiirelt liiga suure hulga informatsiooni andmise vältimine</li> <li>- Keskendumist soodustavate tehnikate kasutamine</li> <li>- Küsima julgustamine</li> <li>- Õppeprotsessist saadava kasu selgitamine.</li> <li>- Üliõpilase arengukohtadele tähelepanu pööramine</li> <li>- Üliõpilaste kaasamine</li> <li>- Üliõpilaste teadvustamine ootustest</li> </ul>
<b>SOTSIAALSED ÕPIBÄRJÄÄRID</b>  <b>Vastupanu õppimisele</b> (aktiivne vastupanu, passiivne vastupanu)	Hirm õppimisest tingitud muutuste ees, mida üliõpilane peab vastuvõetamatuks	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tagasihoidus ja piiratus enesetäiendusel</li> <li>- Konfliktid situatsioonid</li> <li>- Survestamine</li> <li>- Ebameeldiv õppeaine/ juhendaja/ sotsiaalne situatsioon</li> <li>- Uute ideede /oskuste/ arusaamade omandamine</li> <li>- Püüd taastada sisemist tasakaalu</li> <li>- Reaalsus ei lange kokku varasemate kogemustega</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vastupanu juhendajaga koostööle</li> <li>- Keskkonnas orienteerumise ja stabiilsustunde häirumine</li> <li>- Segadus</li> <li>- Frustratsioon</li> <li>- Tunnetuslikud ja emotsionaalsed probleemid</li> <li>- Viha/raev</li> <li>- Agressioon</li> <li>- Millegi muu soovimine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suhtlemise ja koostöö soodustamine</li> <li>- Muutustes läbielatu respektseerimine</li> <li>- Arusaamade muutuse toetamine</li> <li>- Lootuse ja motivatsiooni hoidmine</li> <li>- Varasemate negatiivsete kogemuste ületamise toetamine</li> <li>- Eneseregulatsioonioskuste õpetamine</li> <li>- Survestamise vältimine</li> <li>- Üliõpilastelt tagasiside küsimine</li> <li>- Vabaduse andmine</li> </ul>