

## ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

### 1. Üldandmed

Õppeasutus:	Tallinna Majanduskool
Õppekava nimetus:	Suhtlemisoskuste arendamine
Õppekavarühm:	Isikuareng
Õppekeel:	Eesti keel

### 2. Koolituse sihtgrupp ja õpiväljundid

#### Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded.

##### Sihtrühm:

Kursus on mõeldud suhtlemisoskuse kui ülekantava oskuse arendamiseks ja täiendamiseks täiskasvanutele töökeskkonnas ja tööülesannetes paremaks toimetulekuks

Optimaalne grupi suurus: 20 osalejat

##### Õppe alustamise nõuded:

Erialaoskuste ja vanuse osas nõue puudub.

Nõutav eelnev haridustase: vähemalt põhiharidus

#### Õpiväljundid.

##### Kurse edukal läbimisel omandavad õppijad õpiväljundid, mis väljenduvad järgmiste kompetentsidena:

- suhtub võrdväärselt erineva positsiooni, kultuuritausta ja maailmavaatega inimestesse
- kohandab oma suhtlemisstiili eri olukordade ja inimestega

#### Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga.

Üldiste kompetentside kompetentsigrupp Suhtlemine; kompetentsid suhtlemine, teabe esitamine, koostöö, väärtustest lähtumine ja põhimõtete järgimine.

#### Põhjendus.

Erinevates OSKA raportites on väljatoodud vajadus arendada sektoris töötavate inimeste suhtlemis- ja eneseväljendusoskust. Sihtrühmaks on vähemalt põhihariduse omandanud inimesed, kuna kursusel osalejalt ei eeldata üld- ja erialapädevusi, vaid oluline on tunnetatud ja märgatud vajadus suhtlemisoskuste arendamiseks ja täiendamiseks, sest väga erinevatel erialadel sõltub tegevuse tulemuslikkus töötajate valmisolekust suhelda ja suhtlemisoskustest. Koolituse õpiväljundid on valitud põhjusel, et need võimaldavad õppijal arendada teadmisi ja treenida suhtlemisoskusi parendamiseks tööelukvaliteeti ja töötulemusi.

#### 4. Koolituse maht

Koolituse kogumaht akadeemilistes tundides:	<b>60</b>
Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:	<b>40</b>
sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides: (õpe loengu, seminari, õppetunni või koolis määratud muus vormis)	<b>20</b>
sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides: (õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas)	<b>20</b>
Koolitaja poolt tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides:	<b>20</b>

#### 5. Koolituse sisu ja õppekeskkonna kirjeldus ning lõpetamise nõuded

##### Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus.

##### Auditoorse õppe sisu:

##### Suhtlemise etapid ja suhtlemistõkked:

- kontaktioskus ja usaldussuhte loomine,
- suhtlemistõkked ja nende ületamine,
- eneseväljendamine selgelt ja veenvalt.

##### Konfliktide lahendamine:

- probleemi ja konflikti eristamine,
- vajadus- ja väärtuskonflikti lahendusviisid,
- keeruliste olukordade ennetamine.

##### Koostöö ja meeskonnatöö:

- koostöö keerulistes kollektiivides
- meeskonnatöö tähendus ja tähtsus
- koostöö ja meeskonnatöö loomine ja hoidmine

##### Mõjutamine:

- mõjutamistehnikad
- läbirääkimised
- nõustamisoskused

##### Praktilised ülesanded auditooriumis:

Iga teema juurde kuulub harjutus kas grupi- või paaristööna.

##### Õppekeskkonna kirjeldus:

Kursus toimub Tallinna Majanduskooli auditooriumis, kus on õppetöö läbiviimiseks vajalik tehnika. Auditooriumis on nii arvuti, dataprojektor kui ka WIFI kasutamise võimalus. Ruum vastab tervisekaitse nõuetele.

##### Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid.

Kursusel osaleja on kohustatud aktiivselt osalema kontakttundides. Osalusmäär 70%.

Kursuse eduka läbimise eelduseks on aktiivne osalemine teooriaaruteludes ja praktilistes töodes ehk harjutuste sooritamised ja nende kirjalik reflekteerimine.

Õpiväljundite saavutamise hindamismeetodiks on kontakttundide refleksioonidest kirjalik koond koos järeldusi sisaldava kokkuvõttega, mis esitatakse koolitajatele hindamiseks ja korrigeeriva tagasiside saamiseks.

Kursuse lõpetajale väljastab kool tunnistuse.

## 6. Koolitaja andmed

### **Koolitaja(te) andmed.**

**Ethel Reier**, ethel@ethelitreeningud.ee, haridus: bakalaureuse kraad psühholoogia erialal (*cum laude*). 2010 aastal asutanud koolitusettevõtte [www.ethelitreeningud.ee](http://www.ethelitreeningud.ee), läbi viies psühholoogia ja müügioskuste treeninguid-koolitusi, sh toetudes koolitamisel ärivaldkonnast pikaajalisele juhtimiskogemustele. 20 aastat juhtimiskogemus meediavaldkonnas, sh kümme aastat Äripäeva müügi- ja turunduskonsultatsiooni direktor ja 3 aastat Õhtulehe reklaamiosakonnas osakonna reorganiseerimine ja uute toodete avaldamine. 2001 aastal alustatud täiskasvanute koolitusega müügi- ja turundusvaldkonnas. 2014- 2015 tootmisettevõtte välisturgude müügi organiseerimine ja osakonna loomine.

**Mare Muskat**, Tallinna Majanduskoolis organisatsioonikäitumise ja juhtimise, organisatsioonikultuuri, suhtlemispsühholoogia, nõustamisoskuste, finantsnõustamise, teeninduskultuuri jt ainekursuste õppejõud, töötab õpetajana ka Tallinna Tööstushariduskeskuses; 2012 aastal asutanud koolitusettevõtte Koolituskursused OÜ [www.koolituskursused.ee](http://www.koolituskursused.ee); haridus: rakenduskõrgharidus panganduses (*cum laude*) ja andragoogika magister. Töökogemus Swedbankist ja kõnekeskusest Transcom. Viinud läbi ainekursusi ja koolitusi erinevatel tasemetel (kutseharidus, rakenduskõrgharidus) ning erinevate sihtgruppidele, ka täiskasvanute täienduskoolitusi.

### **Õppekava koostaja:**

Mare Muskat, andragoog, [mmuskat@tmk.edu.ee](mailto:mmuskat@tmk.edu.ee)