

Õppekava

Täienduskoolitusasutuse nimetus: Loov Ruum Koolitused OÜ

Õppekava nimi: Enesekehtestamise koolitus

Õppekavarühm: Sotsiaaltöö ja nõustamine

Koolituse maht: 8 akh auditoorset tööd

Programm on mõeldud

1. spetsialistidele, kes töötavad inimestega ning vastutavad teiste heaolu ja tervise toetamise eest või
2. töötajatele, kes töötavad ametikohtadel, mis eeldavad häid suhtlemisoskuseid, näiteks klienditeenindajad, juhid, abistavate elukutsete esindajad (nõustajad, meedikud, pedagoogid, politseinikud, päästetöötajad) jt.
3. inimestele, kes soovivad täiendada või arendada oma positiivsete suhtlemisoskuste pagasit

Koolitusel õpitakse:

- tundma isiklikke suhtlusstiile ja suhtlusmustrid, aluseks kasutatakse isiksuseküsimustikku ja suhtlusstiilide küsimustikku
- analüüsima enda suhteid
- kasutama positiivseid suhtlusviise ja suhtlustehnikaid
- kasutama enesekehtestamise tehnikaid

Programm:

- 1) Päeva sissejuhatus
- 2) Läbivad suhtlemismustrid - suhtlemistasandite test
- 3) Töö suhtlemisviisidega
- 4) Enesekehtestamise mustrid ja tehnikad
- 5) Päeva kokkuvõte

Läbiviimine:

- 1 koolituspäev
- kuni 16 inimesest koosnevale grupile
- koolituspäevad toimuvad kolme vahepausiga (2x15 minutit ja 1x60 minutit)
- töö toimub psühhoharidusliku rühmatöö vormis: vahelduvad teoreetilised lühiloengud, praktilised ülesanded, tehnikate harjutamised ning rühmaarutelud, kus on võimalik kogemusi jagada, kommenteerida, küsida, diskuteerida

Arvestamise nõuded

Õppija on läbinud min 80% kontaktundidega tööst.
Õppija on osalenud aktiivselt õppetöös.
Õpingute läbimist tõendab koolitustõend.

Koolitaja

Anneli Valdmann, psühholoog, superviisor, koolitaja.