

## ÕPPEKAVA NIMETUS:

### NLP Praktiku taseme väljaõppekursus õpetajatele

**1. Õppekavarühm** (Vastavalt ISCED 97 õppekavarühmade klassifikatsioonile):

090 Isikuareng; 31 Sotsiaal- ja käitumisteadused

**2. Õppe kogumaht** (akadeemilistes tundides):

144 tundi, millest 108 tundi on kontaktõpet ja 36 tundi iseseisvat tööd; jaguneb üheksaks kahepäevaseks mooduliks.

**3. Õppekava koostamise alus :**

International Neuro-Linguistic Programming Association poolt kehtestatud standardid ja põhimõtted; MTÜ Eesti NLP Instituudi asutajate ja treenerite pikaajaline NLP koolitusala kogemus ning arendustegevus.

**4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused :**

Täiskasvanud õppijad, kes töötavad õpetajatena, treeneritena, juhendajatena, tugispetsialistidena vm haridusasutustes.

**5. Õppe eesmärk:**

Omandada õpetaja töös kasutatavaid NLP metoodikal põhinevaid iseenda ja erinevate protsesside juhtimise oskusi; meetodeid enda ja teiste käitumise mõistmiseks ning mõjutamiseks, oma sisemiste ressursside efektiivseks kasutamiseks ja juhtimiseks; metakognitsiooni ja eneserefleksiooni oskusi.

**6. Õpiväljundid:**

Koolituse läbinu:

1. kasutab oma töös teadvustamisvõimet ja analüüsioskust iseenda ning teiste juhtimisel;
2. hindab adekvaatselt enda olukorrale vastamise võimekust ja vastavust;
3. oskab efektiivsemalt juhtida õpiprotsesse, koostööprotsesse, grupi arengu protsesse;
4. reflekteerib oma käitumist ja kogemusi;
5. suhtleb õpilaste, kolleegide ja lapsevanematega (eesmärgi)teadlikult, paindlikult ja väärtustavalt;
6. leiab lähtuvalt olukorrast alternatiivseid ja loovaid praktilisi lahendusi;
7. oskab valida oma „tööriistakastist“ olukorrale sobivaid meetodeid või mõjutusvahendeid.

**7. Õppesisu:**

<b>I moodul: NLP suund lahendustele ja tulemustele</b>	<i>Õpiväljundid:</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• tunneb NLP alusfilosoofiat ja teoreetilist alust;</li><li>• mõistab arengu ja muutuste süsteemset olemust ning oskab toimuvat analüüsida;</li><li>• kasutab info hankimisel inimeste käitumise eesmärgipärast ja teadlikku vaatlemist;</li></ul> <i>Sisu:</i> <p>NLP mõiste ja struktuur, teoreetiline alus, seos teiste distsipliinidega ja arengulugu</p> <p>R. Diltsi kontseptsioon arengu ja muutuste loogiliste tasandite kohta</p> <p>Meelte terasuse arendamine – märkamine, aktiivne ja hinnanguvaba kuulamine, tõlgendamise ja hindamise teadvustamine, motiivide eristamine käitumisest</p>
<b>II moodul: Usalduse ja kooskõla loomine suhetes</b>	<i>Õpiväljundid:</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• oskab analüüsida oma osa suhtlemisprotsessis ning luua positiivseid suhteid;</li><li>• märkab kooskõla puudumist iseenda ja teiste käitumises ning oskab terviklikkust taastada;</li><li>• kasutab oma õpetajategevuses teadlikult verbaalse ja mitteverbaalse suhtlemise vahendeid;</li></ul> <i>Sisu:</i> <p>Positiivne psühholoogia ja väärtustav kommunikatsioon</p> <p>Teadliku ja alateadliku usalduse loomine õpetajate – õpilaste vahel</p> <p>Verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine ning suhtlemisprotsessi juhtimine</p>

	Meelte osa info vastuvõtmise, töötlemise ja talletamise protsessis
<b>III moodul: Õpetaja isikliku mõjukuse allikad</b>	<p><i>Õpiväljundid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analüüsib oma käitumise aluseks olevaid tõekspidamisi ja väärtusi ning sõnastab oma missiooni;</li> <li>• oskab püstitada eesmärgid, suurendada ja sõnastada tähenduslikkust;</li> <li>• teadvustab oma rolli ja vastutust õpilaste eeskujuna;</li> </ul> <p><i>Sisu:</i> Isiksuse omaduste ja uskumuste mõju õpetaja käitumisele, uskumuste muutmise võimalused Juhtivad isiklikud väärtused ja missioon, ühiskondlike väärtuste kujundamisvõimalused Eesmärkide püstitamine, kommunikatsiooni eesmärgistamine, teadlik tähelepanufookuse valik, tähenduslikkuse toetamine</p>
<b>IV moodul: Emotsionaalne intelligentsus ja seisundite juhtimine</b>	<p><i>Õpiväljundid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab emotsioonide tööd ja emotsionaalsete seisundite tekkemehhanisme koolisituatsioonis;</li> <li>• oskab kasutada erinevaid meetodeid oma seisundite sihipäraseks juhtimiseks;</li> <li>• oskab mõjutada teiste inimeste seisundeid õpiprotsessis;</li> </ul> <p><i>Sisu:</i> Kogemuse struktuur ja elemendid, emotsioonid ja emotsionaalsus Emotsionaalne intelligentsus ja seisundite märkamisvõime Tasakaalu ja meelerahu teadlik saavutamine, psühholoogilise elastsuse/nõtkuse arendamine</p>
<b>V moodul: Keelekasutuse mõju ja mõjutamine keele abil</b>	<p><i>Õpiväljundid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab õpetajana keelt teadlikult ja eesmärgipäraselt;</li> <li>• oskab märgata ja täpsustada info moonutusi, kustutamisi ja üldistusi;</li> <li>• kasutab erinevaid kõnekujundeid õpetamisprotsessi tõhustamiseks ja mõjukuse suurendamiseks;</li> </ul> <p><i>Sisu:</i> Keele struktuur ja tähendus, keele mõju reaalsete kogemuste loojana Keele metamudel ning selle kasutamine keele täpsustamiseks Juhendav, arendav ja vastutustloov keelekasutus õpetajatöös Miltoni mudel kõnekujundite ja metafooride eesmärgipäraseks kasutamiseks</p>
<b>VI moodul: Õpilaste käitumise mõjutamine ja tegevuse suunamine</b>	<p><i>Õpiväljundid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab analüüsida käitumise taga olevaid motive ja tegelikke kavatsusi;</li> <li>• kasutab kavatsustest lähtuvaid ja pikaajalisema mõjuga distsiplineerimisviise;</li> <li>• toetab oma aine edastamise viisi ja õpetajakäitumise kaudu õpilaste sisemise motivatsiooni arengut;</li> <li>• rakendab erinevaid (loovaid ja eeskujulikke) viise olukordade lahendamiseks või rahustamiseks;</li> </ul> <p><i>Sisu:</i> Lahenduskeskne distsiplineerimine, verbaalse ja mitteverbaalse kontakti loomine raskestijuhitavate õpilastega Väline ja sisemine motivatsioon, sisemise motivatsiooni kujunemine Positiivne ja negatiivne häälestamine mõjutamisel, probleemide ja konfliktide lahendamisel Manipuleerimisele ja provotseerimisele vastamine</p>
<b>VII moodul: Kiirendatud õppimine</b>	<p><i>Õpiväljundid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• märkab erinevusi õppimistrateegiates ja -stiilides;</li> <li>• oskab oma õpetamisstrateegiat analüüsida ja vajadusel muuta;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab viise õpilaste mõlema ajupoolkera aktiveerimiseks õppeprotsessis;</li> <li>• oskab õpetada õpilastele kiirema omandamise strateegiaid;</li> </ul> <p><i>Sisu:</i>  Õppimise-õpetamise astmed, hemisferoloogia põhitõed  Erinevad õpistiilid ja -strateegiad  Õpistrateegiatega ja motivatsioonistrateegiatega väljaselgitamine ning arendamine  Erinevate tajupositsioonide kasutamine õpetaja töös</p>
<b>VIII moodul: Tagasisidestamine õpetaja töös</b>	<p><i>Õpiväljundid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teadvustab õpilase emotsionaalseid vajadusi ja isiklike hirme tagasiside saamisel ning andmisel;</li> <li>• kasutab eesmärgipäraselt tagasisidet/edasisidet;</li> <li>• arendab enda ja õpilaste tagasiside vastuvõtuvõimet;</li> <li>• kasutab tagasisidestamise erinevaid võimalusi õpilase arengu huvides;</li> </ul> <p><i>Sisu:</i>  Õppeprotsessi tagasisidestamine - loomulik tagasiside, positiivne ja korrigeeriv tagasiside, edasiside  Õpetaja tagasiside andjana ja tagasiside saajana  Õpetaja erinevad rollid lapse arengu toetajana</p>
<b>IX moodul: NLP oskused koostöö arendamisel</b>	<p><i>Õpiväljundid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab kaasavaid meetodeid, sh NLP meetodeid koostöö loomisel ja hoidmisel õpilaste ning lapsevanematega;</li> <li>• reflekteerib oma tööd ja tegevust eristades sümptomeid põhjustest;</li> <li>• esitab ja kaitsab oma kogemustel põhineva lõputöö;</li> </ul> <p><i>Sisu:</i>  Koostöö loomine erinevate gruppidega (õpilased, lapsevanemad, kolleegid)  Koostööprotsesside juhtimine  NLP põhimõtete kasutamine haridusvaldkonnas - mõtlemise, käitumise ja tegevuse analüüs  Lõputöö presentatsioon ja kaitsmine</p>

### 8. Õppemeetodid:

Praktilised harjutused ja nende analüüs (grupiharjutused, harjutused väikestes gruppides, rollimängud); Interaktiivne loeng, mille kaudu teoreetiline alus seostatakse kogemustega; Tehnikate demonstatsioonid; Grupiarutelu, situatsioonide ja juhtumite analüüs; Simulatsioon

### 9. Iseseisev töö:

Töö kirjandusega, meetodika harjutamine ja tulemuse analüüsimine, osalemine koos teiste osalejatega kvisioonigrupis.

### 10. Õppematerjalide loend:

*Joseph O'Connor, John Seymour; Sissejuhatus neurolingvistilisse programmeerimisse. Tänapäev 2008*

*Sue Knight; NLP töökeskkonnas. Tänapäev 2010*

*Romilla Ready, Kate Burton; Neurolingvistiline programmeerimine võhikutele. Ersen 2010*

*Diana Beaver, Õpi mängeldes. Sinisukk 2001*

*Anthony Robbins; Sisemine jõud. Väike Vanker 2003*

*Michael Grinder, Linda Lloyd, NLP in Learning. 1996*

### 11. Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid

Jooksvalt igas moodulis analüüsitakse õpitu rakendamise oskust praktiliste harjutuste kaudu ning antakse vahetut tagasisidet ning analüüsitakse ja hinnatakse moodulitevahelist iseseisvat tööd.

### 12. Kursuse läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend):

Kursuse lõpetamisel saab osaleja:

- a) tõendi, kui kursuslane on läbinud vähem kui 85 % kogu kursusest;
- b) tunnistuse, kui kursuslane on läbinud vähemalt 85 % kursuse mahust, kuid ei ole kaitsnud lõputööd vähemalt rahuldavale või omab finantskohustusi kursuse korraldaja ees;
- c) rahvusvahelise sertifikaadi, kui kursuslane on läbinud vähemalt 85 % kursuse mahust; on omandanud NLP kontseptsioonid, mudelid, tehnikad ja oskused, mis vastavad INLPA-s kehtivale statuudile ([www.inlpa.org](http://www.inlpa.org)); on sooritanud lõputöö positiivsete tulemustega

**13. Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- või töökogemuse kirjeldus:**

NLP treeneri kursuse läbimine, mida kinnitab vastav rahvusvaheline sertifikaat.

**14. Õppekava kinnitamise aeg:** 1.12.2015