

<b>Õppekava nimetus</b>	<b>ENNASTVALDAV ÕPETAJA / KOOLITAJA</b>		
<b>Õppekavarühm</b>	0031 Isikuarengu õppekavarühm		
<b>Koolituse tulemusena</b>	Kursuse läbinuna osaleja määratleb enda sisemised ressursid ja piirangute ületamise võimalused ja valib sobiva viisi isikliku mõjujõu rakendamiseks elulistes situatsioonides.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Kursuse läbinuna osaleja:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• määratleb enda sisemised ressursid ja piirangute ületamise võimalused</li> <li>• arvestab arengu seaduspärasusi,</li> <li>• koostab oma väärtushierarhia,</li> <li>• rakendab küsimusmõtlemist,</li> <li>• võrdleb enesevaldamise strateegiaid,</li> <li>• oskab kasutada vähemalt kolme erinevat viisi oma seisundi muutmiseks,</li> <li>• valib sobiva viisi isikliku mõjujõu rakendamiseks elulistes situatsioonides.</li> </ul>		
<b>Sihtrühm ja õppe alustamise tingimused</b>	<b>Sihtrühm:</b> õpetajad, haridusjuhid, koolitajad, sotsiaalpedagoogid ja noorsootöötajad. <b>Õppimise alustamise tingimused:</b> puuduvad		
<b>Õppe maht ja ülesehitus</b>	<b>Kogumaht: 34 akadeemilist tundi</b> auditoorne töö 24 (3 x 8 tundi) iseseisev töö 10 tundi (koolituspäevade vahelisel perioodil eneserefleksiooniküsimustiku täitmine).		
<b>Õppekeskkond</b>	Hubane ja avar ruum, mis võimaldab liikumist, praktiliste harjutuste tegemist paarides ja väikeste rühmadena.		
<b>Mooduli ja teema nimetus</b>	<b>Maht</b>	<b>Õpiväljundid</b>	
<b>1. ENESETEADLIKKUS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muutuste loomise seaduspärasused</li> <li>• Isiklikku mõjujõudu toetavad ja piiravad eeldused</li> <li>• Juhindumine isiklikust väärtuste kompassist</li> <li>• Emotsionaalne vastupidavus</li> </ul>	8	Kursuslane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• määratleb enda sisemised ressursid ja piirangute ületamise võimalused,</li> <li>• arvestab arengu seaduspärasusi.</li> <li>• koostab oma väärtushierarhia.</li> </ul>	
<b>2. KEELETEADLIKKUS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keele mõjujõud</li> <li>• Sisemine ja väline keel</li> <li>• Keele võimalused ressursside kättesaamisel</li> <li>• Küsimusmõtlemine</li> </ul>	8	Kursuslane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• analüüsib mõtlemise ja keele osa oma mõjujõu suurendamisel,</li> <li>• rakendab küsimusmõtlemist.</li> </ul>	
<b>3. SUHETE TEADLIKKUS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Isiklik mõjujõud suhetes</li> <li>• Kõrvaltvaataja pilgu rakendamine</li> <li>• Enesevaldamist toetavad viisid igapäevaelus</li> <li>• Teekond soovitud tulemusteni</li> </ul>	8	Kursuslane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• võrdleb enesevaldamise strateegiaid,</li> <li>• oskab kasutada vähemalt kolme erinevat viisi oma seisundi muutmiseks,</li> <li>• valib sobiva viisi isikliku mõjujõu</li> </ul>	

		rakendamiseks situatsioonides.	elulistes
<b>Lõpetamise tingimused</b>	Osalemine auditoorses õppetöös vähemalt 75 % mahus; harjutuste kaasa tegemine ja analüüsimine rühmas; iseseisev harjutuste tegemine ja eneseanalüüsiküsimustele vastamine.		
<b>Õpitulemuste hindamise viis</b>	Mitteeristav hindamine praktiliste harjutuste analüüsi ja eneseanalüüsi küsimustele vastamise alusel. Hindamismeetoditena kasutatakse eneseanalüüsi, grupiliikmete tagasisidet ja koolitaja tagasisidet.		
<b>Väljastatavad dokumendid</b>	Kursuse läbinule väljastatakse tunnistus. Alla 75% auditoorses õppetöös osalemisel väljastatakse tõend.		
<b>Koolitaja kvalifikatsioon</b>	Koolitajad on läbinud NLP Trainer- taseme koolituse, teadveloleku kursuse koolitaja koolituse ja rakendavad õpetatavaid oskusi süsteemselt oma igapäevaelus.		
<b>Õppekava koostaja</b>	Ave Eero ja Viive Einfeldt		