

# NLP KOOLITAJA VÄLJAÕPPEKURSUSE ÕPPEKAVA

## Täienduskoolitusasutuse nimetus:

MTÜ Eesti NLP Instituut

## 2. Õppekava nimetus:

NLP koolitaja väljaõppekursus

## 3. Õppekavarühm (Vastavalt ISCED 97 õppekavarühmade klassifikatsioonile):

141 Õpetamine ja koolitamine

## 4. Õppe kogumaht (akadeemilistes tundides):

380 tundi, sellest:

192 tundi kontaktõpet, iseseisevat tööd 188 tundi; jaguneb kaheksaks kolmepäevaseks mooduliks.

## 5. Õppekava koostamise alus :

Täiskasvanute koolitaja tase 5, tase 6, tase 7 kutsestandardid

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

## 6. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused :

Täiskasvanud õppijad, kes on eelnevalt edukalt lõpetanud nii NLP praktiku ja NLP meisterpraktiku väljaõppekursuse ning läbinud eelintervjuu.

## 7. Õppe eesmärk:

Väljaõppe eesmärgiks on arendada oskusi, mis on vajalikud täiskasvanute koolitajale ja NLP koolitajale õppijakeskseks koolituste kavandamiseks ning läbiviimiseks ja isiklikuks arenguks koolitajana.

## 8. Õpiväljundid:

Õppekava läbinu:

- võrdleb erinevaid õpikäsitusi
- analüüsib õppimisprotsessi erinevaid faase
- koostab õppijakeskse koolituskava arvestades õppimisprotsessi faase
- kavandab õppimist lähtuvalt õpi-, grupi- ja isiksusliku arengu protsessidest
- demonstreerib õppijakeskse lähenemisviisi kasutamist koolituse läbiviimisel
- toob näiteid seoste tähtsusest õppimisprotsessis
- valib seoste ja uute teadmiste omandamiseks õppijakeskseid tegevusi
- rakendab uue info käsitlemisel aju-uuringute tulemusi ja interaktiivseid viise
- analüüsib mõjusa harjutamise elemente
- valib õppimisprotsessi analüüsiks sobivaid õppijakeskseid tegevusi
- koostab ülevaate koolituse tulemustest
- rakendab õppimisprotsessi hindamiseks õppijakeskseid meetodeid
- kirjeldab vastupanuga toimetuleku viise
- toob näiteid eneseregulatsiooni võimalustest pingelistes olukordades
- õpetab teistele vähemalt ühte enesevaldamise viisi
- arutleb koolitaja kutsestandardi ja eetikakoodeksi põhimõtete üle
- analüüsib enda kompetentsust koolitajana
- demonstreerib oma koolitajaoskusi eksamil

Igas moodulis keskendutakse erinevate teemade käsitlemisel kolmele aspektile: koolitaja isiksuslik meisterlikkus (väärtuste ja põhimõtete teadlik kasutamine, enesejuhtimine ja eneserefleksioon), koolitaja süsteemne lähenemisviis (terviku nägemine, protsesside juhtimine ja analüüs) ja koolitaja konkreetsed tegevused (tegevuste kavandamine seoste loomiseks, uute teadmiste ja oskuste õppimiseks, õpitu harjutamiseks ja hindamiseks).

Igas moodulis viivad 2 koolitusel osalejat koostööna praktiliselt läbi superviseeritud lühikoolituse NLP praktiku kursuse grupiga. Igale lühikoolitusele järgneb osalejate ja koolitaja tagasiside ning koolitajate eneserefleksioon.

Koolitusele eelnevalt valmistab osaleja ette NLP taustaoletuste ja arengu loogiliste tasandite teema järgmise struktuuri alusel:

Mida õppija konkreetselt teeb, kui on selle ära õppinud?

Miks see teema oluline on?

Mida osalejatel on teema kohta vaja teada?

Kuidas seda õppida?

## 9. Õppesisu:

Mooduli sisu ja õpiväljundid	Käsitletavat teemasid
<p><b>I moodul:</b> <b>Mida tähendab koolitajaks olemine?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b> -võrdleb erinevaid õpikäsitusi -analüüsib õppimisprotsessi erinevaid faase -koostab õppijakeskse koolituskava</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nüüdisaegne õpikäsitus</li> <li>Täiskasvanu õppimine ja koolitamise põhimõtted</li> <li>Ajusõbralik õppimine</li> <li>Õppimise neli faasi</li> <li>Koolituse kavandamine ja õppimisprotsessi ettevalmistamine</li> <li>Täiskasvanute koolitaja eneseanalüüsi formaadi tutvustamine ja jagamine</li> </ul> <p><b>Kodune iseseisev töö:</b> Ette valmistada teema „Metaprogrammid“</p>
<p><b>II moodul:</b> <b>Kuidas toetada inimeste õppimist?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b> -kavandab õppimist lähtuvalt õpi-, grupi- ja isiksusliku arengu protsessidest -koostab koolituskava lähtuvalt õppimisprotsessi faasidest -demonstreerib õppijakeskse lähenemisviisi kasutamist koolituse läbiviimisel</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Koolituse läbiviimine ja juhtimine</li> <li>Õpiprotsesside juhtimine</li> <li>Grupiprotsesside arvestamine koolitamisel</li> <li>Isikliku arengu protsesside suunamine</li> </ul> <p><b>Kodune iseseisev töö:</b> Ette valmistada teema „Uskumused ja ankurdamine“</p>
<p><b>III moodul:</b> <b>Millised seosed on vajalikud tulemuslikuks õppimiseks?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Õppimisprotsessi läbiviimine</li> <li>Seoste loomine</li> <li>Ühenduste loomine: õppija-õppija, õppija-teema, õppija-isiklikud eesmärgid, õppija-õpiväljundid, esmasuse-värskuse põhimõte</li> <li>Erinevad õppijakesksed tegevused seoste loomiseks</li> </ul>

<p>-toob näiteid seoste tähtsusest õppimisprotsessis</p> <p>-valib seoste loomiseks õppijakesksed tegevused</p> <p>-õpetab teistele tulemuslikuks õppimiseks vajalikke seoseid</p>	<p><b>Kodune iseseisev töö:</b> Ette valmistada teema "Väärtused ja eesmärgistamine"</p>
<p><b>IV moodul:</b></p> <p><b>Milliseid võimalusi on koolitajal uute teadmiste õppijakeskseks käsitlemiseks?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b></p> <p>-rakendab aju-uuringute tulemusi uue info käsitlemisel</p> <p>-valib uute teadmiste omandamiseks õppijakesksed tegevused</p> <p>-kasutab interaktiivseid uue info käsitlemise viise</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õppimisprotsessi läbiviimine</li> <li>• Uute teadmiste käsitlemine koolitusel</li> <li>• Mõistete kaartide ja jooniste kasutamine</li> <li>• Interaktiivsed uued info käsitlemise viisid</li> <li>• Erinevad õppijakesksed tegevused uute teadmiste omandamiseks</li> </ul> <p><b>Kodune iseseisev töö:</b> Ette valmistada teema „Keelemudelid“</p>
<p><b>V moodul:</b></p> <p><b>Kuidas harjutada uute teadmiste ja oskuste kasutamist?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b></p> <p>-valib harjutamiseks sobivad õppijakesksed tegevused</p> <p>-analüüsib mõjusa harjutamise elemente</p> <p>-kohaldab õpitud koolituse ettevalmistamisel</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õppimisprotsessi läbiviimine</li> <li>• Harjutamise tähtsus õppimisel</li> <li>• Mõjusa harjutamise elemendid</li> <li>• Vigadest õppimine</li> <li>• Erinevad õppijakesksed tegevused omandatud teadmiste kasutamiseks ja uute oskuste harjutamiseks</li> </ul> <p><b>Kodune iseseisev töö:</b> Ette valmistada teema „Tajupositsioonid“ ja „Rapport“</p>
<p><b>VI moodul:</b></p> <p><b>Kuidas õpitud hinnata ja rakendamist kavandada?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b></p> <p>-valib õppimisprotsessi analüüsiks sobivad õppijakesksed tegevused</p> <p>-koostab ülevaate koolituse tulemustest</p> <p>-rakendab õppimisprotsessi hindamiseks õppijakeskseid meetodeid</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õppimisprotsessi analüüs ja hindamine</li> <li>• Kokkuvõtete ja järelduste tegemine</li> <li>• Õppijate juhitud kokkuvõtted</li> <li>• Õppijakeskne hindamine ja tegevusplaanid</li> <li>• Õpitu tähistamine õppijate juhtimisel</li> </ul> <p><b>Kodune iseseisev töö:</b> Ette valmistada teema „Mudeldamine“</p>
<p><b>VII moodul:</b></p> <p><b>Kuidas koolitusel toime tulla vastupanu ja keeruliste olukordadega?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õppimisprotsessi käigus tekkivate keeruliste olukordade ja vastupanu käsitlemine</li> <li>• Koolitaja eneseregulatsioon pingelolukordades</li> <li>• Õppijate seisundi juhtimine ja õppimist toetava õhkkonna taastamine</li> </ul>

<p>-kirjeldab vastupanuga toimetuleku viise -toob näiteid eneseregulatsiooni võimalustest ja õppijate seisundi juhtimisest pingelistes olukordades -õpetab teistele ühte enesevaldamise viisi</p>	<p><b>Kodune iseseisev töö:</b> eneseanalüüsi küsimustiku täitmine</p>
<p><b>VIII moodul: Mida on vaja täiskasvanute koolitaja kutse taotlemisel?</b></p> <p><b>Õpiväljundid:</b> -arutleb koolitaja kutsestandardi ja eetikakoodeksi põhimõtete üle -analüüsib enda kompetentsust koolitajana -demonstreerib oma koolitajaoskusi eksamil</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Täiskasvanute koolitaja kutsestandard ja eetikakoodeks</li> <li>• Koolitaja kompetentsipõhine eneseanalüüs</li> <li>• E-portfoolio koostamine</li> <li>• <b>Koolitajaoskuste eksam:</b> koolituse läbiviimine, eneserefleksioon ja tagasisidestamine</li> <li>• Õpitu pidulik tähistamine</li> </ul>

### 10. Õppemeetodid:

Koolituse ülesehitus on praktiline, kus õppijad osalevad õppimisprotsessis aktiivselt. Uute teadmiste ja oskuste loomine toimub arutelude, konkreetse harjutamise, üksteise õpetamise ja erinevate praktiliste tegevuste kaudu. Tegevustele järgneb eneserefleksioon ja analüüs. Tulenevalt eesmärgist kasutatakse erinevaid aktiivõppe meetodeid: miniloenguid, lühikoolituste läbiviimine, kogemuste vahetamine, õppijate koostatud simulatsiooniharjutused, rühmatööd, paarisharjutused, juhtumite analüüsid, tagasiside ja edasiside.

### 11. Iseseisev töö:

Igaks mooduliks on vaja ette valmistada kindla struktuuri alusel üks NLP Praktiku kursuse teema, töötada kirjandusega ja kirjalikult reflekteerida enda tegevust koolitajana. Kursuse lõpuks koostab iga õppija põhjaliku täiskasvanute koolitaja kompetentsipõhise eneseanalüüsi.

### 12. Soovitavate õppematerjalide loend:

Täiskasvanute koolituse seadus. <https://www.riigiteataja.ee/akt/123032015005>

Aruväli, S. jt (2016). Juhendmaterjal täienduskoolituse õppekava koostamiseks. Haridus- ja teadusministeerium. [https://www.hm.ee/sites/default/files/htm\\_taiendk\\_juhendmaterjal.pdf](https://www.hm.ee/sites/default/files/htm_taiendk_juhendmaterjal.pdf)

Ljulko, E. (2012). Spetsialistist koolitajaks. Tervise Arengu Instituut. [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135418467736\\_spetsialistist-koolitajaks.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135418467736_spetsialistist-koolitajaks.pdf)

Märja, T. (2011) (Toim.). Koolitaja käsiraamat. ETKA Andras [https://www.andras.ee/sites/default/files/Koolitaja\\_kariraamat\\_2011.pdf](https://www.andras.ee/sites/default/files/Koolitaja_kariraamat_2011.pdf)

Täiskasvanute koolitaja, tase 5, 6, 7 kutsestandardid, sh. eetikakoodeks  
<https://andras.ee/et/node/1995>

E-portfoolio koostamise juhend. [https://andras.ee/sites/default/files/e-portfolio\\_2019\\_juhend\\_uus.pdf](https://andras.ee/sites/default/files/e-portfolio_2019_juhend_uus.pdf)

Jarvis, P. Täiskasvanuharidus ja pidevõpe. Teooria ja praktika. SE&JS, 1998

Jõgi, L., Lõhmus, M., Märja, T. Andragoogika. Raamat õppimiseks ja õpetamiseks. ILO, 2004

Sharon L. Bowman, Training from the BACK of the Room. San Francisco, CA: Pfeiffer, 2009

Sharon L. Bowman, The Ten-Minute Trainer: 150 Ways to Teach IT Quick and Make it Stick. San Francisco, CA: Pfeiffer, 2005

Jay Cross, Informal Learning. 2007

Eric Jensen, Brain-Based Learning. 2000

Dave Meier, The Accelerated Learning Handbook. 2000

David Sousa, How the Brain Learns. 2006

Marilee Sprenger, Learning and Memory: The Brain in Action. 1999

Harold Stolovitch, Telling Ain't Training. 2002

Patricia Wolfe, Brain Matters: Translating Research into Classroom Practice. 2001

### **13. Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid**

Osaleja on läbinud õppekava vähemalt 90 % ulatuses.

Osaleja on koostanud põhjaliku kirjaliku eneseanalüüsi ning käsitletud isiklikke näiteid kompetentside rakendamisest koolitajana.

Osaleja on tegelenud järjekindlalt eneserefleksiooniga.

Kursuse jooksul tehtud praktilise koolitustegevuse superviseerimisel on hinnatud osaleja professionaalset ja isiksuslikku taset koolitajana ning ta on sooritanud eksami tulemustega, mis vastavad INLPA-s kehtivale statuudile ([www.inlpa.org](http://www.inlpa.org)) .

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

Kui koolituse õpiväljundite omandamine on tõendatud, siis õppijale väljastatakse Eesti Vabariigi seadustele vastav tunnistus ning rahvusvaheline sertifikaat. Kursuse lõpetanud kvalifitseeruvad kas NLP koolitajaks. NLP koolitaja omab õigust iseseisvalt läbi viia NLP praktiku taseme väljaõppekursusi enda poolt väljatöötatud programmi alusel.

Hindamisel mitteosalenud või eksamit mitteläbinud õppijale väljastatakse tõend koolitusel osalemise kohta läbitud teemade lõikes.

**15. Koolitajate kvalifikatsioon:** NLP Trainer rahvusvaheline sertifikaat ja/või kehtiv täiskasvanute koolitaja kutse tase 7

**16. Õppekava kinnitamise aeg:** 15.07.2019