

AINEPROGRAMM

16.03.2022 nr 6.1-14/774-1

KOOD	ÕOKC5224	
NIMETUS (eesti k.)	Suhtlemise alused	
NIMETUS (inglise k.)	Basics in Communcation Skills	
MAHT (EAP)	2 EAP	
ÕPPEKAVA	Valikaine	
VASTUTAV ÕPPEJÕUD	Aiki Pärle	
EELDUSMOODULID JA -AINED:	Puuduvad, aine viiakse läbi eesti keeles.	
EESMÄRK:	luua õpikeskkond koos õppimiseks, mis toetab tuutoritele, aga ka kõikidele teistele õppuritele vajalike teadmiste ja oskuste omandamist suhtlemiseks erinevate isiksusetüüpidega, sh probleemide lahendamiseks multikultuurses keskkonnas. Omandada teadmisi ja oskusi tagasisidestamiseks.	
ÕPIVÄLJUNDID	HINDAMISMEETODID	HINDAMISKRITEERIUMID
Aine läbimisel üliõpilane:		
Teab nõustamise põhimõtteid.	Diskussioonid ja tagasisidestamine	Aktiivne osalemine praktiliste ülesannete lahendamisel.
On saanud kogemuse tagasisidestamise protsessist, erinevatele osapooltele vastutuse võtmisest/andmisest, kaasamisest, motiveerimisest	Meeskonnas võetud vastutuse ja rolli, kaaslaste kaasamise ja motiveerimise protsessi analüüs - tagasisidestamine, st toimunud tegevuste analüüs.	Tagasisidestamine on läbi viidud, analüüsitud on oma rolli ja vastutuse võtmist.
Teab inimeste vahelise suhtluse head tava, sh multikultuurses keskkonnas ja juhindub tuutori rollis sellest.	Grupitöö, diskussioonid ja tagasisidestamine	Rollimängudest osavõtmine, aktiivne kuulamine, tagasisidestamine

AINE SISU	
TEEMA	
Inimesed meie ümber – kuidas neid mõista?	Ülevaade erinevatest isiksusetüüpidest, kuidas nendega kõige paremini kontakti saada ja suhelda. Suhtlusbarjääride ületamine ning suhtlust pärssivate hirmude maandamine. Erinevate põlvkondade vahelise suhtluse tagamine, kuidas kõige paremini võimestada ja rakendada generatsioonide vahelisi erinevusi. Ühiskondlikest käitumisnormidest tulenevad pinged ja/või piirid, kas ja kuidas need meid igapäevaselt ümbritsevad, millised sotsiaalsed tajud me loome meid ümbritsevatest inimestest ning kuidas need meid igapäevases suhtluses mõjutavad. Kriisisituatsioonide tekkimise põhjused ja võimalused nende lahendamiseks (konflikt, enesevigastamine, suitsiid jms).
Kuidas ennast edukalt müüa? Verbaalne ja mitteverbaalne kommunikatsioon.	Toimetulek erinevate emotsioonidega ja keerulistes situatsioonides neutraalsuse ning emotsionaalse stabiilsuse säilitamine (kriisisituatsioonid, suitsiidikatsed). Kuidas kasutada kehakeelt ja miimikat ladusa suhtluse tekitamiseks. Esmakontakt ja <i>small-talk</i> 'i reeglid. Enda, kui eduka inimese kuvandi loomine ning kuidas seda edukalt „müüa“ sotsiaalses suhtluses.
Kas tuutori roll on nõu anda? Tuutor nõustaja rollis.	Kuulamisoskuse põhitõed ja aktiivse kuulamise arendamine. Probleemi lahendusmeetodid, mis aitavad tuutoril oma ülesannet paremini täita. Olulistest tegevustes vastutuse võtmine ja andmine ning otsuste tegemine. Nõustamise põhimõtted ja reeglid, kokkulepped poolte vahel ja nõustamissuhte lõpetamine.
Iga päeva alustan valge lehenä - mida, mis eesmärgil, kellega, kus, millal ja kuidas teen? Mida täna õppisin?	Erinevate eesmärkide (õppealased, tööalased, isiklikud) püstitamine tulevikuperspektiivist, sõna/mõtte (mõtteviisi) jõud eesmärkide saavutamisel
Elu võimalikkusest multikultuursetes keskkonnas	Kursuse osalejate korraldatud sündmus kõikidele Sisekaitseakadeemia üliõpilastele ja töötajatele. Meeskonnatöö praktikum – mida, mis eesmärgil, kellele, kellega, millal, kus ja kuidas: rollide jagamine, vastutuse võtmine, kaasamine ja motiveerimine, sh erasmuslaste kaasamine
Tagasisidestamine. Kuidas peegeldada nii, et peegel katki ei lähe?	Kuidas anda ja saada tagasisidet, kuidas seda enda arenguks kasutada ja mida tagasiside andmisest ja saamisest õppida. Kogemusest õppimine – märka, tunne siirast huvi – rohkem küsida, vähem rääkida, toeta, tunnusta.
LÕPPHINDE TINGIMUSED JA KUJUNEMINE	<p>Ainet hinnatakse mitmeeristavalt (A/MA).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Osavõtt loengutest vähemalt 80% ja ülesannete õigeaegne esitamine. • Grupitöodes ja diskussioonides osalemine – kaasuste/juhtumite analüüs, aktiivne kuulamine, tagasisidestamine. • Aine raames korraldavate praktilistes ülesannetes aktiivne osalemine, tagasisidestamine. • Eneseanalüüsi koostamine - milline ma olen ja kuidas näevad mind teised? (minu teadmised, oskused, kogemus, isikuomadused, väärtused, hoiakud, personaalsete tugevuste ja väljakutsete kaardistamine, nende põhjal enda isikukuvandi (persoonibränding) loomine.

SOOVITUSLIK KIRJANDUS

- „Mõjustamise psühholoogia“ Robert B. Cialdini, Kirjastus Pegasus 2014
- „Isiksus“ Anti Kidron, Mondo 2005
- „Isiksusepsühholoogia“ J. Allik, A. Realo, K. Konstabel, Tartu Ülikooli Kirjastus 2003
- „Suhtlemisoskused“ M. McKay, M. Davis, P. Fanning, Kirjastus Väike Vanker 2004
- „Nõustamisoskus“ John McLeod, Kirjastus Väike Vanker 2007
- „Juhendamise kunst“ Max Landsberg, Kirjastus Varrak 2003
- „Inimene konfliktide keskel“ Ülo Vihma, Äripäeva Kirjastus 2006
- „Toimetulek keeruliste inimestega“, Roy Lilley, Äripäeva Kirjastus 2010
- „Probleemikütt“, Robert W. Barner, Kirjastus Väike Vanker 2004
- „Humble consulting. How to provide real help faster.“, Edgar H. Schein, Berrett-Koheler Publishers, Inc. 2016
- „ The Psychology of Human Communicatoin“, Blaine Goss, 1994
- „Crisis Counseling. A contemporary approach“ Ellan H. Janosik, 1994

14.03.2022

Aiki Pärle