

ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

Kinnitatud direktori 01.06.2022

käskkirjaga nr 6.2-1/95

Õppeasutus:	RÄPINA AIANDUSKOOL
Õppekava nimetus:	Analüütiline mõtlemine läbi eneseanalüüsi ja -juhtimise
Õppekavarühm:	Isikuareng
Õppekeel:	Eesti keel

Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded.

Sihtrühm: Noorsootöötajad, õpetaja abid, lapsehoidjad, noorte tugispetsialistid, laste- ja noorte huvitegevuse juhid.

Grupi suurus: 18 osalejat

Õppe alustamise nõuded:

- täisealine isik;
- koolitusele tulija ei õpi kutseõppeasutuses, rakenduskõrgkoolis ega ülikoolis tasemeõppes riigieelarvelisel kohal.

Õpiväljundid.

Koolituse läbinu:

- Valdab enesejuhtimise, eneseanalüüsi ja tööalase ning isikliku motivatsiooni säilitamise võtteid;
- kasutab suhtlemisel oma sotsiaalse võrgustiku ja erinevate meeskondadega efektiivse suhtlemise, enesekehtestamise ning konfliktide juhtimise ja lahendamise võtteid;
- järgib oma isikliku ja tööalase arengu, vaimse ja füüsilise tervise säilitamisel, elukestva õppe kavandamisel, muutuste ning tagasilöökidega toimetulekul positiivseid kohanemisstrateegiaid.
- Oskab märgata ja mõista laste ja noorte erivajadust ning käituda vastavalt olukorrale.

Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga.

Kutsestandard: Noorsootöötaja, tase 4 ja 6, Suhtlemine avalikkusega ja koostöö

Seos OSKA-ga. a) Valdkond: Haridus ja teadus. Üldiste oskustega seotud teemad: analüütiline mõtlemine, motiveerimine, eestvedamine ja juhendamine.

b) OSKA COVID- mõjude eriuuring.

Põhjendus.

Koolitus on ellu kutsutud toetamaks laste ja noortega töötavate inimeste toimetuleku- ja kohanemisoskuste kujundamist mõtestatud eneseanalüüsi ja -kehtestamise kaudu, lähtuvalt ühiskonnas, töömaailmas, hariduselus, isiklikus elus toimuvatest muutustest. Teadmiste ja oskuste omandamine efektiivseks suhtlemiseks, enesejuhtimiseks, karjääri planeerimiseks, vaimse ja füüsilise tervise säilitamiseks toetavad isiklikku ja tööalast motivatsiooni, enesearengut ning julgust muutusteks ja nendega edukaks toimetulekuks töös laste ja noortega. Ka OSKA uuringu valdkonnas „Haridus ja teadus“ tuuakse välja täienduskoolituse vajadust teadmiste ajakohastamiseks nii üld- kui erialaste oskutega teemadel ning üldoskustega seondult on välja toodud teemad: analüütiline mõtlemine, motiveerimine, psühholoogia jne., mis on eriti noorsootöötajatele (s.h. lasteaedade abiõpetajad, ringijuhid) vajalikud. OSKA uuringu sotsiaalvaldkonna on öeldud, et aina olulisemaks muutuvad valdkonnaülesed teadmised ja oskused, nt. iseenda vaimse tervise eest hoolitsemisene, suhtlemis- ja psühholoogiaalased teadmised ja oskused, sotsiaalne tajus jne. Sellest tulenevalt on vaja tõsta ja arendada töötajate üldoskuste, hoiakute ja isikuomaduste taset (nt. oskus enda emotsioone reguleerida, inimlik hoolimine ja ärakuulamine, sallivus ning kliendi eripärade ja erivajaduste märkamine ja mõistmine jne., jne.), mis on ühtlasi sotsiaaltöö erialaste oskuste osa. COVID- mõjude eriuuringu põhjal muutusid inimeste teadmised turvalise töökeskkonna ning töötajate füüsilise ja vaimse tervise hoidmisel. Lähtuvalt eeltoodust ja teglikust vajadusest tõsta ja arendada laste ja noortega töötavate inimeste teadlikkust enesejuhtimise, -analüüsi, motivatsiooni ja meeskonnatöö oskusi on valitud sihtgrupp ja vastavad õpiväljundid.

Koolituse kogumaht akadeemilistes tundides:	56
Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:	48
sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides:	38
sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides:	10
Koolitaja poolt tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides:	6

Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus..

Teoreetiline ja praktiline auditoorne õpe on omavahel tihedalt seotud, sest üks õppemeetod muutub sujuvalt teiseks vastavalt õppegrupi osalejate valmisolekule tegevuste muutmiseks. Iga teemaga on seotud praktilise õppe situatsioonharjutused, mis ei vaja eraldi väljatoomist.

A: Teoreetiline õpe (kokku 38 h)

1. Eneseanalüüs (10h): motivatsioon, enesehinnang, piiravad ja toetavad uskumused, teadmised ja oskused, väärtused, isikuomadused.
2. Suhtlemisoskused (8h): verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine, konfliktide juhtimine ja lahendamine, enesekehtestamine, meeskonnatöö.
3. Suhtlemine erivajadusega noortega: erivajaduse liigid, erivajaduste märkamine ja mõistmine, valmisolek suhtlemiseks, erivajadusega noortega suhtlemise põhimõtted. (10h)

4. Teadlik enesejuhtimine (10h): tööalane ja isiklik motivatsioon, stress ja läbipõlemine, valmisolek muutusteks ja elukestvaks õppeks.

B: Praktiline õpe (kokku 10 h)

1. Situatsiooniharjutused igapäevaelust lähtuvalt.
2. Praktiliste juhtumite arutelu ning analüüs.
3. Arvestuslik situatsiooniülesanne grupis.

C: Iseseisev töö (kokku 6 tundi): Eneseanalüüsi ja isikliku tegevuskava koostamine.

Õppekeskkonna kirjeldus: Koolitusruum vastab õppetööks vajaminevatele nõuetele ning järgib täiskasvanud õppijate vajadusi ning heaolu, tervisekaitse ja tuleohutuse nõudeid. Ruum on varustatud tänapäevase esitlustehnikaga (projektor, arvuti jne) ja tahvliga, samuti täiskasvanud õppijale kohase mööbliga. Õppematerjalid jagatakse paberkandjal ja/või elektrooniliselt.

Õppemeetodid: Loeng, grupitööd, arutelud, analüüs, kogemuste vahetamine, analüütiline mõtlemine, situatsioonimängud, iseseisev töö.

Õppematerjalid:

Koolitaja poolt koostatud õppematerjalid.

Kohustuslik kirjandus:

T.Niibergeri alljärgnevad raamatud:

Suhtlemise kuldreeglid, Kirjastus Pegasus, 2011, 247 lk

Troonipärijad (raamat lapse loomulikest erivajadustest ja toimetulekust), Kirjastus Kristallharmoonia OÜ, 2020, 400 lk.

Poisist meheks, Kirjastus Atlex, 2022, 264 lk.

Naiseks, emaks ja daamiks. Atlex. 2008, 2022. 388 lk

Ela ja küsi, Kirjastus GoodNews, 2022, 456 lk

Pilguheit inimhinge peeglisse, Kirjastus Atlex, 2022, 328 lk.

Soovituslik kirjandus:

Bolles, R.N. Mis värvi on Sinu langevari? Tööotsija käsiraamat. AS Ühiselu, 2000

Jalast, J. Tunne ennast, et tunda teisi. AS Ülo ja Tiit Siinmaa. Tallinn, 1994

Norton, M. 365 moodust maailma muuta. Tartu Ülikooli kirjastus. 2007

Osho. Emotsionaalne heaolu. Pegasus. 2010.

Waters, S., Sinu unistus algab siit. Sibylle. 2008.

Villoldo, A., Julge unistamine. Rahva Raamat, 2012.

Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid

Õpe toimub kontaktõppena kohapeal.

- 1) koolitusel osaleja on osalenud vähemalt 80% auditoorsetest tundidest;
- 2) on sooritanud iseseisva töö

Hindamismeetodid

Hindamiskriteeriumid

<p>1. Iseseisev töö: Eneseanalüüs</p> <p>2. Situatsiooniülesanne grupis (grupi suurus sõltub antud ülesandest)</p>	<ul style="list-style-type: none">• Juhendist lähtumist• Oma tugevuste ja nõrkuste nägemisuskust ning situatsioininäidete analüüsi olemasolu <p>Koolitaja poolt etteantud juhiste põhjal lahendada praktiline situatsioon. Hinnatakse situatsiooni lahendamise oskust (sh. enesekehtestamis-, - juhtimisoskust, analüütilise mõtlemise oskuse, suhtlemisoskust laste või noortega, meekonnatöö kasutamise võimalusi ja positiivseid kohanemisstrateegiaid) vastavalt vajadusele ja võimalustele.</p>
--	---

Hindamine on mitmeeristav: arvestatud või mittearvestatud.
Edukalt arvestuse sooritanule väljastatakse Räpina Aianduskooli täienduskoolituse tunnistus.

Koolitaja:

Toivo Niiberg M.A. – psühholoog, Räpina Aianduskooli (mh ka Maarjaküla õppeosakonna) õpetaja, täiskasvanute koolitaja. Mitmete psühholoogia-, toidutöötlemise- ja aiandusalaste raamatute autor;
Toivo.niiberg@aianduskool.ee

Õppekava koostajad:

Terje Paes, täiskasvanute koolitaja ja karjäärinõustaja, tercare@gmail.com

Eda Gross, Räpina Aianduskooli täienduskoolituse metoodik, eda.gross@aianduskool.ee