

Mis on *coaching* ja kuidas see toetab soovitud isiklikku arengut?

Kursus muusikaõpetajatele, koolijuhtidele, lasteaedade õpetajatele, mentorgruppide juhtidele

Lektor Laine Randjärv, personaalse arengu treener (*Executive Coach*)

www.lainerandjarv.com

Aeg: grupitöö sessioonid toimuvad **24. septembril ja 26. novembril kell 10–16.**

Lisaks on igale osavõtjale 2 individuaalsessiooni vastavalt kokkuleppele, ajavahemikus **1. oktoobrist – 15. novembrini.**

Koht: Eesti Muusika- ja Teatriakadeemia, Tatari 13, Tallinn

Maht: kokku 20 tundi, sh 16 tundi grupitööd, 4 individuaaltundi (sisaldab 2 *coachingu* sessiooni)

Maksumus: 272.- eurot

Grupi suurus kuni 12 inimest. Grupp komplekteeritakse avalduste esitamise järjekorras.

Registreerumine 15. septembrini, aadressil: sise.eamt.ee/tk

Õppekava

Kursuse eesmärk

- tutvustada *coaching*’ut ja *coach*’ivat juhtimisstiili õpetajatele ja kollektiivide juhtidele, kelle töö erinevas vanuses gruppidega nõuab suhtlemisoskust, grupiprotsesside juhtimise oskust;
- anda *coachingu* tööriistu arenguveestluste, läbirääkimiste, koosolekute ja mentorprogrammide läbiviimiseks;
- arendada eesmärgi sõnastamist ja selle realiseerimist.

Kursuse sisu ja käsitletavat teemasid

- Mõisted – *coaching*, sealhulgas loov*coaching*, mentorlus ja nõustamine.
- Koolitusel osalejate areng:
 - omavahelised suhted meeskonnas; koostöö
 - isiklik areng:
 - kuulamisoskus; küsimuste esitamine; konfliktsituatsiooni lahendamine; enesekehtestamine;
- Coachiv juhendamine – õpetaja/õpilane; õpetaja/õpetaja; õpetaja/lapsevanem:

- Arenguvestlused ja *coachiv* meetod;
- *Coach* ja *coachee*
- Teooria ja praktilised harjutused ning metoodilised materjalid osalejatele;
- Individuaalsed coachingu sessioonid koolitusel osalejatele.

Õpiväljundid

Koolitusel osalenu saab koolituselt kaasa nn tööriistakasti – sh loovate harjutuste paketi praktiliste tegevuste läbiviimiseks.

Oskused:

- rakendada *coachingu* tööriistu erinevatel arenguvestlustel, koosolekute läbiviimisel, läbirääkimistel;
- valida suhtlemisviisi vastavalt inimtüüpidele ja tasanditele;
- kasutada küsimusmõtlemist;
- luua kaasavat keskkonda;
- suhestuda paremini meeskonna või kollektiiviga;
- hakkama saada kriitikaga ja lahendada konfliktsituatsioone.

Õppevormid ja õppetöö korraldus

Koolitus viiakse läbi grupitöö ja individuaalsessioonide sümbioosis. Nii on koolitusel osaleja jaoks ühendatud teooria ja isiklik praktiline kogemus.

Sissejuhatav koolituspäev 24. septembril kl 10–16 (8 ak/h): sissejuhatus teemasse, *coachingu* meetodi ajalugu, mõistete ja suundade selgitused ning praktilised tegevused grupis.

Sellele järgnevad iga osaleja jaoks 2 x 2 ak/h (1,5 h) indivisuaalsessioone ajavahemikus 1. oktoobrist kuni 15. novembrini vastavalt kokkuleppele *coachiga*, kus koolitusel osaleja saab tegeleda oma isiksuse arengu teemadega.

Kokkuvõttev koolituspäev 26. novembril kl 10–16 (8 ak/h) sisaldab läbitud teooria ja praktikas saadud kogemuste refleksiooni grupis, keskendutakse loov*coachingu* meetoditele, toimuvad praktilised tegevused omandatu kinnistamiseks.

Kursuse lõpetamise tingimused

- aktiivne osalemine praktilises tegevuses kogu kursuse vältel;
- positiivsed sooritused vastavalt õppekavale.

Hindamine

Mitteeristav hindamine vastavalt õppekavale.

Lõpetamisel väljastatavad dokumendid

Kursuse lõpetajale väljastatakse EMTA täienduskoolituse tunnistus.

Õpikeskkond

Grupitööd toimuvad EMTA täienduskoolituskeskuses, Tatari 13, Tallinn. Individuaaltunnid kokkuleppel.

Õppekava juht

Laine Randjärv (1964) on erialalt koorijuht ja muusikapedagoog (EMTA) ning kauaaegne poliitik, kes alates 90ndate aastate lõpust on tegelenud tõsiselt ka suhtlemis- ja meeskonnakoolituste ning personali värbamisega.

2020. aastal läbis ta Executive Coachi Diplomikoolituse EBS-is ning omandas *Executive Coachi* sertifikaadi (*Academy of Executive Coaching*, London).

Hariduskäik

1983–1989 Tallinna Konservatoorium (praegu EMTA, koorijuht ja pedagoog);

1993–1996 Eesti Muusikaakadeemia (praegu EMTA – kunstiteaduste magister, pedagoogiline suund);

2020 EBS, AoEC – *Executive Coaching* diplomiõpe. Taotlemisel on ACC tase.

Läbitud koolitused ja koolitusõigus

1997–1999 Suhtlemistreenerite koolitus (SELF II, TÜ – suhtlemistreener)

2000/2001 NLP practitioner

2001/2002 NLP trainer practitioner

2012/2013 Licensed Trainer NLP (NLP Instituut)

Lahenduskeskne Coaching 2016 (Annika Sööt, NLP Instituut)

2018 okt – det Ennastvaldav Õpetaja / koolitaja (Eesti NLP Instituut)

2020 jaan – märts Koolitajaks olemis kunst (Eesti NLP Insituut)

2020 jaanuar Coaching Skills Certificate (EBS)

2021 Catherine Tanneau (MCC ja Board Chair of ICF Global) ICF Today and Tomorrow

2021 Marcia Reynolds (PsyD MCC ICF past President) Coach The Person Not The Problem

Juhtimiskonverentsid Coaching (ICF Eesti, Äripäev) aastatel 2019–2022

Koolitusprogrammid:

1. „*Coachingu* meetodid, *coachiv* juhtimisstiil ja meeskonna *coaching*“

Koolituse sisu: ülevaade *coachingu* mõistest ja tutvumine *coachiva* juhtimisega, mis on kaasaegsele liidrile edu saavutamiseks eluliselt vajalik. Kuidas kuulata ja esitada õigeid küsimusi, et arendada meeskonda ning saavutada selle parimat koostööd. *Coachingu* ajalugu, meetodid, *coachingu* võrdlus mentorluse, õpetamise ja konsultatsiooniga, praktilised harjutused.

2. „*Coaching* – ettevõtte juhi edu võti“

Koolituse sisu: *Coaching*'u mõiste, ajalugu ja meetodi alusepanijad, allikmaterjali tutvustus (raamatud, autorid); *coaching* maailmas ja Eestis; aktiivne kuulamine ja õigete küsimuste esitamise kunst; *coaching*'u protsess, tasemed ja tööriistad; GROW mudel; *coach*'iv juhtimisstiil, meeskonna *coach*'i roll; töötajate enesekindluse, teadlikkuse ja vastutuse kasv, tagasiside andmine.

3. „Ohver või liider“

Koolituse sisu: juhtimismeetodid, isiksuse areng, rollid.

4. „Ülesannete delegeerimine ja meeskonna koostöö“

Koolituse sisu: kuidas parimal moel delegeerida juhina ülesandeid kogemusnõustajate meeskonnas, meeskonna koostöö, rollid ja positsioon struktuuris.

5. Mentorkoolitus äriettevõtte juhtkonnale.

Koolituste sisu: meeskonna eesmärkide seadmine, prioriteetide valimine, koostöö ja ülesannete delegeerimine, tagasiside ning edasiside andmine, arenguveestlused.