

Coaching TREFF

Õppekava

Täienduskoolitusasutuse nimetus

Koiv Invest OÜ, reg. nr. 11517964

Õppekava nimi

Coaching juhtide, meeskondade ja üksikisikute arenguks

Õppekavarühm

Juhtimine, meeskonnatöö, isiklik areng

Õppe kogumaht (akadeemilistes tundides)

6 akadeemilist tundi auditoorset õpet või veebikeskkonna vahendusel online õpet

Sihtgrupp

Suur- ja väikeettevõtete ning avaliku sektori keskastmejuhid, personalijuhid, personalispetsialistid, coachingu teenuseid pakkuvad konsultandid, tiimide mentorid

Õppe alustamise tingimused

Koolitusel osalejal ei ole vajalik varasem kogemus arvuti ja mobiilseadmete kasutamisel.

Õppe eesmärk

Õppe eesmärk on anda teoreetilisi ja praktilisi teadmisi coachingu tööriistade kasutamise võimalustest juhtide, meeskondade ja üksikisikute arenguks.

Õpiväljundid

Koolituse tulemusena saab osaleja teada:

- Kuidas meeskonna coachingule mõõdetavad eesmärgid seada?
- Kuidas teha nii, et meeskonna coachingust ei saaks lihtsalt meeskonna jututuba?
- Millisest sihist peaks meeskonna coachinguga alustama?
- Kuidas mõõta muutust meeskonna koostöö võimekuses
- Kuidas coachingu kaartide abil lahendada väljakutseid ja luua soovitud tulevikku?
- Kuidas koostöövestlus saaks olla coachiva juhtimiskultuuri oluline osa
- Kuidas keerulistes töösuhetes kasutada coachivat juhtimist?
- Kuidas coachingu abil süvendada meeskonna õppimist ja tulemuslikkust?

- Millal coachida ja millal koolitada?
- Millise muutuse toob coachingu rakendamine meeskonna eestvedamises?
- Milline on taipamiste mõju tulemuslikkusele?
- kuidas vaatamata teadmatusetele ja hirmudele julgust juurde luua?
- kuidas enese eest peidetud julgus välja tuua
- kuidas ületada takistusi ja liikuda julgema tuleviku poole
- Mis on empaatia ja kuidas empaatia inimest mõjutab?
- Kuidas empaatilise juhtimise kaudu luua organisatsioonis suuremat väärtust?
- Kuidas teadvustada oma tugevused ja võimalused empaatia rakendamiseks?
- Kuidas saab juht lihtsate vahenditega mudeldada empaatiat ja inimest väärtustavat teenindust?
- Kuidas meeskonna coaching toetab muutuste elluviimist ja suurendab personaalset kaasatust?
- Millised on peamised muutuste elluviimise takistused?
- Millised on oluline tegevused enne muutuste käivitamist?
- Mida on vaja positiivseks meelestatuseks ning tõhusaks kaasamiseks
- Kuidas olla edukas enesejuht?
- Milliste harjumustega sa oma elu disainid praegu ja milliste uute harjumustega sa oma elu disainida võiksid?
- Millised tööriistad tuleb kasutusele võtta, et olla teadlikult oma elu disainer?
- Kuidas tegevuslike meetodeid kasutada meeskonna arendamiseks?
- Kuidas õigete küsimustega täpsustada kaduma läinud infot?

Õppesisu

Koolitusel läbitakse järgmised teemad:

- Meeskonna coachingule mõõdetavad eesmärkide seadmine
- Tulemuste muutuste mõõtmine meeskonnatöös
- Meeskonna coaching muutuste elluviimiseks ja personaalse kaasatuse suurendamiseks
- Tegevuslike meetodite kasutamine meeskondade arendamiseks

- Coachingu kaartide väljakutsete lahenamine ja soovitud tuleviku loomine
- Koostöövestlus kui coachiva juhtimiskultuuri oluline osa
- Keerulistes töösuhetes coachiva juhtimise kasutamine
- Coachingu abil meeskonna õppimise ja tulemuslikkuse süvendamine
- Coachingu ja koolituse meetodite võrdlemine
- Teadmatuse ja hirmudega tegelemine, takistuste ületamine
- Empaatilise juhtimise kaudu organisatsioonis suurema väärtuse loomine
- Tugevuste ja võimaluste teadvustamine empaatia rakendamiseks
- Peamised muudatuste elluviimise takistused
- Olulised tegevused enne muudatuste käivitamist
- Tööriistad positiivseks meelestatuseks ning tõhusaks kaasamiseks
- Võimalused olla edukas enesejuhit
- Uute harjumuste disainimine ja kasutuselevõtt
- Õigete küsimuste küsimine arenguestlustel, tagasiside andmisel ja küsimisel

Õppemeetodid

Loengud, töötoad ja koolitusel osalejate spetsiifilistele küsimustele vastamine

Iseseisev töö

Koolitusel etteantud ülesannete lahendamine koolituspäeva jooksul.

Õppematerjalide loend

Koolitajate poolt koostatud temaatiline õppematerjal edastatakse elektroonilisel kujul programmis osalejale e-maili teel.

Nõuded õpingute lõpetamiseks

Õpingute lõpetamise eelduseks on osalemine 6-tunnisel koolituspäeval ning etteantud ülesannete lahendamine.

Hindamise meetodid ja hindamiskriteeriumid

- Koolituspäeval esitatud teemadega seotud teadmiste ülesanded – Koolituspäeva läbiviia korraldab teadmiste testi ja elektrooniline testisüsteem hindab, kas ülesanded on tehtud vajalikul tasemel. Koolituse läbiviia kontrollib elektroonilise testisüsteemi tulemusi.

Koolituse läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend)

- Tunnistus, kui õppija võttis õppetööst osa täies mahus ja vastab teadmiste testis esitatud küsimustele vähemalt 50% õigesti
- Tõend, kui õppija võttis õppetööst osa osaliselt ja vastab teadmiste testis esitatud küsimustele õigesti alla 50%. Tõend väljastatakse vastavalt osaletud õpitundide arvule.

Koolitajate kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- ja töökogemuse kirjeldus

Reijo Väljak - ettevõtja, coach ja õpetaja. Hetkel tegutseb paralleelselt coachina ning õpetab Pelgulinna Gümnaasiumis nii karjääriõpetust kui ka omaloodud enesejuhtimise ainet. Coachingu diplomi omandas EBS Executive Coaching programmis.

Jane Väli - Coach, superviisor, koolitaja ja mentor. Viimased 15 aastat juhtinud suuremaid ja väiksemaid meeskondi. ANSE sertifitseeritud superviisor/coach ning läbinud International Supervision and Coaching Institute (ISCI) 3-aastase programmi.

Teadliku loovuse arendamisega tegeleb Tartu Spontaansusteatis näitlejana ja Tartu Ülikoolis külalislektorina

Kreet Aun - Alustas koolitajana 1993. aastal. Kasvas sisekoolitaja rollist läbi mentorluse ja juhendamise coachiks ja superviisoriks. Hariduselt Tartu Ülikooli lõpetanud ajaloolane. Alates 2013. aastast omab ANSE standardile vastav superviisori ja coachi kvalifikatsiooni. On õppinud psühhodraama, loovteraapiate ja kirjandusdraama meetodeid.

Ülo Vihma - Akadeemilise hariduse omandas Tartu ülikoolis (inglise keel) ja Tallinna Konservatooriumis (näitekunst). Täiendhariduse saanud psühhoteraapias (GIS-INTERNATIONAL, Taani) ja organisatsioonikäitumises (magistrantuur TPÜ-s). Aastatel 2000- 2006 pidas EBS-is loenguid juhtimisest ja meeskonnatööst nii bakalaureuse kui magistriõppes ning osales lõputööde hindamises ja kaitsmiskomisjoni töös. On akrediteeritud Margerison-McCann'i The Team Management Systems™ (2003 ja 2009, Inglismaa) ja liidrite arendusmeetodi Deep Lead™ (2005, Soome) coach ning Eesti Konsultantide Assotsiatsiooni (2009) konsultant. 2012 läbis stressimaandustehnika TRE™ terapeudi väljaõppe (Taani) ning 2013 juhtide coachingu (executive coaching) diplomiõppe Inglismaal (Academy of Executive Coaching).

Laine Randjärv - On omandanud Executive Coach'i diplomi (Estonian Business School'is), NLP Treeneri Sertifikaadi (NLP Instituut 2013) ja läbinud 1999/2000 aastail Henn Mikkini, Karin Hango, Vahur Murutari ja Ann Seilenthali käe all suhtlemistreeneri koolituse. Tegutseb loovmeetodeid kasutades personaalse arengu coachina, koolitaja ning konsultandina. On International Coach Federation (ICF) ja ICF Estonia liige.

Arto Aas - Missioon coachina on Eesti juhtide täieliku potentsiaali avamine ja juhtimiskvaliteedi tõstmine. Artol on coachina kasutada isiklik kogemus, kuidas lihtsast tehasetöölisest tõusta ministriks ja Riigikogu liikmeks.

Lisaks on Artol 17 aastat juhtimiskogemust erinevatest avaliku ja kolmanda sektori organisatsioonides, aga ka äriettevõtete ja spordivaldkonna juhtimises.

Arto on MTÜ ICF Estonia ja rahvusvahelise International Coach Federation liige. On edukalt läbinud The Academy of Executive Coaching' u poolt akrediteeritud koolituse, mida tõestab „The

Practitioner Diploma in Executive Coaching“ tunnistus

Mats Soomre on KoostööKunstiKool Belbin Eesti asutaja ja treener. Belbin Associates atesteeritud esindaja Eestis. Mats on 20 aasta jooksul läbi viinud ligi 1000 koolitust ja treeningut, milles Belbinil on olnud suur osa täita. Matsi lemmikteemadeks on harjumuste muutmine, meeskonnarollid, meeskonnatöö ja meeskond. Paralleelselt on Mats ka meeskonnatöö teemadel lektoriks EBS'is ja EEK Mainoris.

Raimo Ülavere on sertifitseeritud coach ja koolitaja ning aitab edukatel inimestel teha oma käitumises positiivseid muutusi, mis on püsivad ja mida teadvustavad ka teised. Juhtide personaalse coachingu ja ka meeskonna coachingu programmides kasutab maailma nr 1 juhtide coachi Marshall Goldsmithi metoodikat Stakeholder Centered Coaching, mille edukuse tõenäosus on 95%. Lisaks on Raimo läbinud Systemic Team Coaching Certificate kursuse Briti ühes mainekaimas coachingu koolitusorganisatsioonis Academy of Executive Coaching. Coachinud ja koolitanud alates 2008. aasta kevadtalvest, koostööd teinud kokku tuhandete inimestega. Neist üle 150 on olnud juhi personaalse coachingu programmi kliendid, lisaks kümned meeskonnad ja sportlased.

Marget Mark on sertifitseeritud juhtide ja meeskonna coach, superviisor ja koolitaja. Õppinud finants- ja turundusjuhtimist ning neurolingvistilist programmeerimist. Õpitud on rakendanud üle 20 aasta müügi- ja turundusmeeskondi juhtides, personaliarenduse ja kliendikogemuse juhtimise tööd tehes ning koolitaja ja konsultandi rollis rahvusvahelises koolitus- ja konsultatsioonifirmas.

Jaanika Rannula - Jaanika on 15 aastase rahvusvahelise juhtimiskogemusega arengupartner juhtidele ja meeskondadele, toetanud neid muudatuste elluviimisel ja eesmärkide saavutamisel vajadusel coachi, superviisori või koolitaja rollis. On inspireerivate fotodega arengukaartide autor. Rakendab oma töös nii lahenduskeskseid, süsteemse coachingu põhimõtteid, kui ka loovaid meetodeid ja tehnikaid. Elukestva õppijana on Jaanika lõpetamas TÜ strateegilise juhtimise magistriõpet ning panustab aktiivselt juhatuse liikmena Eesti Supervisiooni ja Coachingu ühingu tegevustesse.

Endel Hango ja Liis Aavaste-Hango - Endel ja Liis omavad pikaajalist meeskondadega töötamise kogemust nii koolitajate kui nõustajate, coachide, superviisoritena. Täiskasvanuhariduse valdkonnas alustati koos 2002. aastal. Endel on oma psühholoogia ja majanduse alasest kõrgharidusest lähtudes suundunud pigem tööle organisatsioonidega ning Liis pigem individuaalsete klientidega – kattuvaks alaks on aga grupid ja meeskonnad. Endel on lisaks professionaalse grupijuhi tööle viimased 10 aastat praktiliselt juhtinud erinevaid meeskondi, samas kui Liis on tegutsenud lisaks psühhoterapeudi ja koolitaja tööle ka spetsialistina nii era kui avalikus sektoris.

Allan Kaljakin - aitab meeskonnas omavahelisi suhteid ja koostööd edendades saavutada paremaid tulemusi! Omab kahte magistrikraadi, on DiSC® sertifitseeritud konsultant & koolitaja, läbinud

praktilise grupijuhtimise ja sotsiomeetria väljaõppe ja õpib superviisori ja coachi väljaõppes. Meeskonnajuhtimisega puutub kokku igapäevaselt juhtides Tallinna Õpetajate Maja kollektiivi.

Signe Vesso on juhtimisteaduste doktor, juhtide ja meeskondade coach, superviisor, psühhoterapeut ja koolitaja. Tegutsenud koolituse ja arenduse valdkonnas alates 1994. aastast. Töötab peamiselt meeskondade ja juhtide coachi/superviisorina aidates saavutada soovitud muutusi. Samuti on põhiõppejõud International Supervision & Coaching Institute`is koolitades tulevasi coache ja superviisoreid. Lõpetas Tartu Ülikooli majandusteaduskonna (lõputöö personalijuhtimisest) ning kaitses doktorikraadi juhtimisteadustes Estonian Business Schoolis. Doktoritöö teemaks oli coachingu kultuur ja coachiv juhtimisstiil.

Maire Lilleberg - ANSE sertifitseeritud superviisor/coach, gümnaasiumi sotsiaalpedagoog, supervisioonipraksise Arengulooja OÜ juhatuse liige. Supervisiooni/coachingut on õppinud International Supervision and Coaching Institute (ISCI) 3-aastases programmis ning Rootsi Moreno Instituudis õppis psühhodraama lavastajaks. On omandanud erinevaid töökogemusi nii era- kui avaliku sektori organisatsioonidest ning töötanud juhtide, spetsialistide ja meeskondadega.

Triin Tars - ANSE sertifitseeritud superviisor/coach, on läbinud International Supervision and Coaching Institute (ISCI) 3-aastase programmi. Superviisori/coachina on pühendunud inimestes suurepärasuse äratamisele, kasutab selleks juba loodud meetodeid ning kombineerin loovalt kokku uusi. Hariduselt finantsjuht. Töötanud tehnoloogiaettevõtetes tippspetsialisti ja juhina üle 20 aasta. Hetkel on Triin Taria Eesti analüütika valdkonna tooteomaniku rollis, supervisioonipraksise FairWind juhatuse liige ning Eesti Supervisiooni ja Coachingu Ühingu (ESCÜ) juhatuse liige.

Signe Ventsel - on töötanud pikalt Eesti kõrgharidusmaastikul erinevatel ametipositsioonidele, juhtinud meeskondi ja erinevaid projekte. Õppinud turundust ja hariduse juhtimist. Läbi viinud erinevaid koolitusi turundusvallas, inimeste arendamisega seotud teemadel, tuutorlusest ja ettevõtlikkusest. Eesti Ettevõtlike Naiste Assotsiatsiooni liige, ettevõtluse lektor ja ettevõtluse mõtteviisi viljeleja. Signe on loonud kalendermärgmiku "Olen iseenda boss".

Birgit Kermes - on eelkõige kommunikatsiooniinimene ja selleks, et minna kommunikatsioonivaldkonnas süviti on Birgit õppinud coachiks, superviisoriks ja neurolingvistilise programmeerimise treeneriks. Lisaks armastab Birgit teatrit, meelelahutust ja mulle on hingelähedased ka keskkonnateemad. Hetkel on Birgiti jaoks kommunikatsioonivaldkonnas kõige põnevamaks teemaks täpne keelekasutus, mis teeb meid arusaadavamaks nii teistele kui ka iseendale.

Õppemaksu tasumine ja tagastamine

- Õppemaks tuleb tasuda esitatud arve alusel, arvel kirjeldatud maksetähtajaks.
- Kui arvel kirjeldatud maksetähtajaks pole kogu summa tasutud, siis on Koiv Invest OÜ-l õigus osalejale Tunnistus või Tõend mitte väljastada.
- Koolitusest loobumise korral palume sellest teada anda info@areng.ee
- Koolitusest loobumisel peale registreerumisperioodi lõppu tagastatakse 80% koolitusprogrammi maksumusest.

- Koiv Invest OÜ jätab endale õiguse teha õppeplaanis ja teemades ajakohaseid muudatusi. Väheste registreerujate tõttu on meil õigus kursus ära jätta või edasi lükata. Programmi registreerunud teavitatakse konkreetse koolituspäeva ära jäämisest või edasi lükkumisest viivitamatult. Ärajäänud koolituspäeva eest tasutud summa makstakse tagasi või kantakse kliendi soovi korral üle mõne järgneva koolituse osavõtutasuks.

Vaidluste lahendamise kord

Vaidlused lahendatakse kokkuleppe teel. Kui kokkulepet ei saavutata, lahendatakse vaidlused Harju Maakohtus.

Õppekeskkonna kirjeldus

- Koolitusruumid asuvad Hestia Hotel Europa hotelli konverentsikeskuses, Paadi 5, Tallinn. Kõik kasutatavad koolitusklassid vastavad kaasaegsetele nõuetele. Koiv Invest OÜ jätab endale õiguse asendada Hestia Hotel Europa hotellis paiknevaid koolitusruume samaväärse koolitusruumiga mõnes teises koolitus- või konverentsikeskuses.
- Juhul kui koolitust ei ole võimalik Covid-19 piirangute tõttu ruumides korraldada, toimub koolitus Zoomi keskkonnas www.zoom.us
- Igaks temaatiliseks koolituspäevaks on ette valmistatud elektrooniline õppematerjal.
- Koiv Invest OÜ tagab igale koolitusprogrammis osalejale 1-2 kohvipausi ja lõunasöögi kui koolituspäev toimub ruumides
- Koolituspäevadel on võimalik kasutada koolituse kestel toimivat internetiühendust.
- Õppeklassid on varustatud koolitusvahenditega (dataprojektor, sülearvuti, tahvel, markerid, helisüsteem, kirjutusvahendid, märkmepaberid jm).
- Koolitusgruppide suurus on erinevad, sõltuvalt koolituse sisust.

Õppeprogrammide ja õppekavade kvaliteedi tagamine

Koolitusprogrammi ja koolituspäevade kvaliteedi tagamise eeldus

- Koiv Invest OÜ on Eesti juhtiv internetiturunduse teemaliste avatud koolituste korraldaja.
- Koiv Invest OÜ korraldab Eesti ettevõtete ja asutuste juhtidele ning spetsialistidele suunatud tööalast täienduskoolitust aastast 2008.
- Koiv Invest OÜ juhatuse liige on tegelenud avatud koolituste ja konverentside valdkonnas aastast 1997.
- Koiv Invest OÜ poolne kvaliteedi tagamise eeldus on Koiv Invest OÜ poolt väljatöötatud õppekorralduse ja kvaliteedi tagamise alused, mis kuvatakse koolituste veebilehel.
- Igal koolitusel võimaldatakse koolitusel osalejatel anda koolitajale ja koolituse korraldusele tagasisidet

Koolitajate kvaliteedi tagamine

- Koolitajad omavad pikaajalist koolitaja töö kogemust, tuntut ja aktsepteeringut klientide-sihtrühmade hulgas.

- Koolitajate töö tulemust hinnatakse koolituse järgselt osalejate kirjaliku tagasiside põhjal. Vajadusel tehakse koolitajatele parandus- ja täiendustepanekuid.

Õppekeskkonna kvaliteedi tagamine

- Koolitusprogramm on <http://www.areng.ee> kodulehel vähemalt 1 kuu enne kursuse toimumise algust. Koolitusprogrammi ja erinevatele koolitustele on võimalik registreeruda kodulehel toodud koolituse juurest.
- Kõik koolitusprogrammi või eraldi koolituspäevadele registreerunud saavad vähemalt 5 päeva enne konkreetse koolituspäeva algust teada koolituse täpse korraldusliku poole kohta.
- Koolituspäeva ajakava, koolitusruumide asukohta ja parkimisvõimaluste kohta.
- Koolituse jooksul luuakse õppimist toetav keskkond.
- Koolitusruumides on iga õppija jaoks piisavalt ruumi ja valgust. Ruumid on varustatud tänapäevase esitlustehnikaga ja laudu ning toole on võimalik paigutada vastavalt vajadusele, et tagada õppimist toetav keskkond.
- Igaks koolituspäevaks on ettevalmistatud elektrooniline õppematerjal.
- Koiv Invest OÜ tagab igale koolitusprogrammis osalejale 1-2 kohvipausi ja lõunasöögi kui koolitus toimub ruumides
- Koolituspäevadel on võimalik kasutada koolituse kestel toimivat internetiühendust.
- Õppeklassid on varustatud koolitusvahenditega (dataprojektor, sülearvuti, tahvel, markerid, helisüsteem, kirjutusvahendid, märkmepaberid jm).

Koolituse kohta tagasiside kogumine

- Iga koolituspäeva lõpul täidavad osalejad tagasisidelehe, kus annavad hinnangu kursuse sisule ja lektorile ning võimalus on teha ettepanekuid koolituse sisu ja formaadi paremaks muutmiseks.
- Koiv Invest OÜ juhtkond koos koolitajaga analüüsivad saadud tagasisidet ning vajadusel muudavad kursuse sisu või korraldust.

Juhul kui tagasiside koolitajale on halb mitmel koolitusel järjest, kaalutakse koolitajaga koostöö lõpetamist ja kvaliteetsema koolitajaga koostöö alustamist.

Õppekava kinnitamise aeg: 01.12.2020

Urmas Kõiv

Koiv Invest OÜ juhatuse liige