

## **Õppekava nimetus:**

Individuaalne coachingu arenguprogramm juhile.

## **Õppekavarühm:**

Isikuareng ja juhtimine

## **Õpiväljundid:**

Osaleja õpib:

1. Analüüsima iseennast ja oma võimalusi erinevates perspektiivides;
2. Keskendumata eesmärgile ja lahendusele, mitte probleemile;
3. Kirjeldama, mis on kõige olulisem tema kui juhi ja inimese jaoks ning kuidas suhestada seda ümbritsevate sihtrühmade ootustega;
4. Enesekindlust igaks situatsiooniks.

Õpiväljundid kaardistatakse koolituse/arenguprogrammi lõpus.

## **Õpingute alustamise tingimused:**

Õppimist saavad alustada isikud kes on töötanud või töötavad juhina või kes soovivad alustada tööd juhina.

## **Õppe kogumaht, sealhulgas auditoorse, praktilise ja iseseisva töö osakaal, maksumus:**

Õppe maht 12,5 akadeemilist tundi, mis jaguneb 7,5 tundi tööd coachiga ja 5 tundi iseseisvat tööd.

Õppekava maksumus on 1750€, millele lisandub käibemaks.

## **Õppe sisu:**

Õpe toimub 10 nädala jooksul individuaalsete coachingukohtumiste ja iseseisva töö vormis.

Töötatakse nelja õpiväljundiga. Kohtumised toimuvad 2-nädalaste intervallidega, kokku viis korda.

1. Tutvumine, probleemi kirjeldus, esmased eesmärgid. Antakse kodune ülesanne.
2. Koduse ülesande analüüs, uued eesmärgid ja ülesanded. Teine kodune ülesanne.
3. Koduse ülesande analüüs, vahekokkuvõtte ning arengute analüüs. Kolmas kodune ülesanne.
4. Koduse ülesande analüüs, uued eesmärgid ja ülesanded. Neljas kodune ülesanne.
5. Koduse ülesande analüüs, kokkuvõtete tegemine.

## **Õpikeskkonna kirjeldus:**

Õpe toimub poolte kokkulepitud ajal ja kohas. Õppetöö toimub vaikselt eraldatud ruumis, kus puuduvad segavad faktorid (inimeste liikumine, vali heli jne).

## **Kohtumise tühistamine:**

Kokkulepitud aega saab muuta kuni 72 tundi enne kohtumist. Hilisema muutmise/tühistamise korral loetakse kohtumine toimunuks.

## **Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid:**

Õppe lõpetamise tingimuseks on osavõtt programmist. Osalejale väljastatakse koolituse/arenguprogrammi lõppedes tõend.

## **Koolituse/arenguprogrammi läbiviimiseks vajaliku kvalifikatsiooni, õpi- või töökogemuse kirjeldus:**

Koolituse läbiviijal on rahvusvaheline coachingusertifikaat, kogemus nii coachi – kui juhitööst ning eelnev täiskasvanute koolitamise kogemus.