

# ÕPPEKAVA

## 1. Õppekava nimetus

Coachiv juhtimine

## 2. Õppekava rühm

Juhtimine ja haldus

## 3. Õppe eesmärk ja õpiväljundid

Eesmärk: Koolituse läbinud juht kasutab coachiva juhtimise tööriistu oma meeskonna ja organisatsiooni arendamiseks.

Õpiväljundid:

- oskab teadlikult jälgida oma suhtlemisstiili, suhte loomist, küsimist ja teadlikku kuulamist;
- mõistab coachiva vestluse baasmudelit ja mudeli baasküsimusi;
- rakendab meeskonna- ja grupicoachingu mudelit meeskonna- ja grupicoachingu sessioonide läbiviimiseks.

## 4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused

Koolitus sobib kõikide tasandite juhtidele ja erinevate meeskondade juhtidele, kes soovivad olla oma meeskonna arendajaks, käivitajaks ja innovaatiliseks eestvedajaks. Õpingute alustamiseks eritingimusi ei ole.

## 5. Õppe maht sh. õppe ülesehitus, õppekeskkond ja õppevahendid

Õppe maht ja ülesehitus: koolituse kogumaht on 40 akadeemilist tundi, sh. auditoorset tööd 32 a/t ja iseseisvat tööd 8 a/t.

Õppekeskkond: standardse varustusega kaasaegne seminariruum või online platvorm.

Õppevahendid: õppematerjalidena kasutatakse koolituse läbiviimiseks kahte erinevat koolitajate poolt kokkupandud töövihikut, millest esimese saavad osalejad I moodulis ja teise töövihiku II moodulis.

## 6. Õppe sisu

Õppe sisu jaotub kaheks mooduliks. I moodulis keskendutakse coachingu olemuse ja sisu ning tööriistade õppimisele ning II moodulis meeskonna coachingu ja selleks vajalike tööriistade õppimisele.

### I MOODUL

- Coachingu olemus ja mõiste sisu. Coachingu kasu töökohal
- Coachingu mudel
- Usalduse loomise printsiibid ja tehnikad
- 4- planeerimisküsimust
- Kuulamise tasandid

- Teema ja eesmärkide defineerimine
- Kuulamine läbi tulemuste raami
- Võimsad küsimused coachingus
- Coachingu mudel. Lahendused
- Tegevussammude ja tulemuste defineerimine
- Kompetentside kaardistamine ja mõõtmine
- Tagasiside andmine ja tunnustamine coachingus
- Kokkuvõte I moodulist

## II MOODUL

- Kuidas coachida oma meeskonda?
- Meeskonna coachingu baasmudel
- Meeskonna coachingu teema defineerimine
- Erinevate tööriistade harjutamine
- Oskused, võimed ja ressursid meeskonnas
- Rollid, vastutus ja tegevussammud
- Meeskonna tegevusplaani kokkuleppimine. Tähistamine
- Hakkamasaamine erinevate takistuste ja vastuväidetega
- Motiveeriva keele kasutamine erinevate inimeste puhul
- Muutuste juhtimine personaalselt ja meeskonnas.
- Muutuste juhtimise tööriist
- Kuidas juhtida oma aega ja tegevusi?
- Ajajuhtimise tööriistad coachingus
- Kokkuvõte koolitusest

### 7. Õppemeetodid

Koolituse fookuses on lahenduskeskse coachingu aktiivmeetodid. Vajalikud oskused ehk nn. **tööriistad** omandatakse koolitusel läbi kogemusliku õppe, kus meetoditena kasutatakse erinevaid aktiivõppe vorme:

- individuaal- ja rühmaharjutusi;
- *logical level* mudelit;
- erinevaid kujutus- ja loovtehnikaid;
- erinevaid mudeleid ja teste.

Metoodikaid rakendatakse loovalt lähtuvalt osalejate spetsiifilistest eesmärkidest, grupiprotsesside dünaamikast ja arenguvajadustest.

### 8. Õppekeel

Koolitus toimub eesti keeles.

## 9. **Koolituse lõpetamise tingimused**

- Osaleja on võtnud osa auditoorsest tööst 100%, kokku mahus 32 a/t.
- Osaleja on auditoorse töö jooksul läbi teinud praktilised coachingu sessioonide harjutused (vähemalt üks individuaalne coachingu sessioon ja üks meeskonna/grupicoachingu sessioon) ja saanud vahetut tagasisidet koolitajatelt oma oskuste kohta.
- Osaleja on esitanud kirjaliku kodutöö (eneseanalüüs), mahus 8 a/t.

## 10. **Väljastatav dokument**

Koolituse läbinud õppijale väljastatakse tunnistus.

## 11. **Koolitaja(te) kvalifikatsioon**

Koolitust viivad läbi rahvusvahelise coachingu föderatsiooni ICF poolt akrediteeritud coachingu programmi läbinud vähemalt PCC tasemel coachid, kellel on vähemalt 5-aastane coachingu sessioonide läbiviimise ja koolitamise kogemus.



**Intelligentne  
Grupp**