

4 sammu, kuidas kontaktloovalt suhelda



11. mai 2017

Kestus: 1 päev

Iga suhe algab small-talk'ist ehk viisakusvestlusest. Uute tutvuste loomisel, oma võrgustiku laiendamisel ja enese või oma organisatsiooni tuntuse edendamisel on viisakusvestlus vältimatu. Ometigi on see paljude jaoks ebamugav või isegi himutav ülesanne. Hakata rääkima võhivõõraga! Kuidas? Millest? Mis mulje ma endast jätan ja ega ma midagi rumalat ei ütle?

Treeningu eesmärk on

Õppida tehnikaid ja meetodeid, mis võimaldavad ennast kindlamalt tunda viisakusvestlust eeldavates sotsiaalsetes situatsioonides ning seeläbi luua edukaid suhteid ja jääda inimestele meeldival kombel meelde.

Treening annab

Treeningu tulemusena oskab osaleja

- Luua endast sõbraliku, avatud ja huvitava inimese mulje
- Kiiresti leida ja valida sobivaid vestlusteemasid
- Rääkida vabalt iseendast ning suunata partnereid suuremale eneseavamisele
- Säilitada enesekindlust ka ootamatutes või piinlikes olukordades

Treeningule on oodatud kõik inimesed

- Kelle töö eeldab sotsiaalsetel kogunemistel võõrastega näost-näku kontaktide loomist
- Kelle jaoks on võõrastega rääkimine ebamugav ja pigem vältida soovitav olukord
- Kellele tundub keeruline viisakusvestlemine teiste kultuuride (rahvuste) esindajatega
- Kellel on soov arendada oma sotsiaalseid oskusi ja tunda ennast viisakusvestlust eeldatavates olukordades kindlamalt

Osalejate tagasisid:

Koolitusel osalejad on hinnanud koolitust väga kõrgelt ja kirjutanud:

"Koolitus on väga hea ja praktiline"

"Sain julgust juurde"

"Koolitus on sujuv, loogiline ja sundimati õhkkonnaga"

"Sain kasulikke näpunäiteid edaspidiseks"

AJAKAVA

11.05.2017

09:45 - 10:00

○ Kogunemine ja hommikukohv

Koolitus toimub Tammsaare Ärikeskuses aadressil A.H.Tammsaare tee 47, Tallinn (VII korrus, AS Emor koolitusruumis Apollo). Fuajees on olemas suunaviidad.

Parkimine: Auto soovitame jätta Tammsaare Ärikeskuse ees olevasse tõkkepuuga parklasse, kus on parkimine esimesed 2 tundi tasuta. Parklasse sõites saate parkimiskaardi, mille alusel saate parkimise eest lahkumisel tasuta esimese korruse fuajee turvatöötajale. Tammsaare Ärikeskuse ümberkaudsetes parklates saab autot parkida ainult parkimiskella alusel maksimaalselt 2 tunniks.

10:00 - 17:00

○ Koolitus

Teemad, mida treeningu käigus käsitletakse

- Viisakusvestluse eesmärk ja olemus
- Viisakusvestlust eeldavad olukorrad: konverentsid, ametlikud vastuvõttud, ootealad jne
- Sobivad teemad. Tabuteemad. Kuidas leida teemasid

- Vestluse alustamine. Vestlusgrupiga liitumine. Üksikinimesele lähenemine
- 4-osaline enesetuvustus
- Kuulamistehnikad vestluse käiguhoidmiseks ja juhtimiseks
- Vestluse sujuv lõpetamine
- Hirmud ja barjäärid, mis takistavad kontakti loomast
- Viisakusvestluse eripärad teistest kultuuridest pärit inimestega
- Ootamatute ja piinlike olukordadega toimetulek

Treeningu meetodid ja põhimõtted

Treening on tempokas, lõbus ja praktiline – oluliste tehnikate kasutamist harjutatakse koolituse käigus. Koolitusel osalejad saavad kaasa käsiraamatu stiilis materjali, mille alusel viisakusvestluse teemat valida ja selleks sobilikke lauseid leida. Samuti annavad koolitajad allikad, mille alusel eri rahvustest ja kultuuridest lähtuvalt viisakusvestlust ette valmistada.

Koolitus toimub kahe koolitaja juhendamisel. Kristel Jalak, Kadri Kõiv ja Mari-Liis Järg on pikaajalise kogemusega ja riiklikku kutset omavad suhtlemistreenerid ning täiskasvanute koolitajad. Nad on alates 2006. aastast läbi viinud esinemisostkuste intensiivtreeninguid.

Koolituse ajakava:

10:00 - 11:30 Koolitus
11:30 - 11:45 Kohvipaus
11:45 - 13:15 Koolitus
13:15 - 14:00 Lõuna
14:00 - 15:30 Koolitus
15:30 - 15:45 Kohvipaus
15:45 - 17:00 Koolitus

LISAINFO

Osalemise tingimused

Registreerudes e-poe, e-kirja või telefoni teel, saadame Teile arve ja täpsema info osalemise kohta.

Üks nädal enne igat koolituspäeva saadame Teile e-kirjaga meenutuse osalemise infoga.

Koolitusel osalemine on nimeline, kuid saate osalejat tasuta muuta kuni koolitusprogrammi alguseni. Kui Te ei saa mingil põhjusel osaleda, palun andke sellest kindlasti teada e-posti aadressil akadeemia@aripaev.ee või telefonil 667 0439. Kui teatate oma mitteosalemisest kuni nädal enne kogu koolitusprogrammi algust, pakume mõnd muud samaväärset koolitust samal hooajal või tagastame 100% tasutud koolituse maksumusest; kui teatate vähemalt 3 tööpäeva varem, tagastame 50%. Muul juhul kuulub arve tasumisele.

AS Äripäev on Eesti Töötukassa koostööpartner.

Töötukassa finantseeringul osalemiseks leppige koolitusel osalemine kokku oma konsultandiga ning võtke meiega ühendust telefonil 667 0439 või kulli.duubas@aripaev.ee. Täpsema info leiate [SIIT](#).