

## Metoodikad ja töövahendid aitamaks oma meeskonnaliikmetel teha suurepärasid tööd



**23. august 2019**

**Kestus:** 1 päev

Äripäeva Akadeemia (Vana-Lõuna 39/1, Tallinn)

Mis oleks, kui tuleks kätte päev, mil saaksid teha juhina suure sammu ja päriselt muuta oma inimeste käitumisharjumusi?

Üks hetk! Kas siis teist inimest on ikkagi võimalik muuta? Tõde peitub tema tahtmises - see tähendab, et kui ta ise seda ei taha, siis pole teise inimese harjumuste muutmine võimalik. Või vähemasti on see väga raske. Ent samamoodi on tõsiasi ka see, et suurem osa käitumisharjumuste muutustest ei jää tahte, vaid oskuste ja ka teadmiste taha.

Niisiis, mis oleks, kui saaksid endale abiks meetoodikad ja töövahendid, mida kasutavad maailma tippjuhid oma inimeste harjumuste muutmisel soovitud suunas. Marshall Goldsmith, Emma Seppälä, Jim Loehr, Dan Ariely, Carol Dweck ja Angela Duckworth on maailmas tunnustatud eksperdid ja

coachid, kellelt õppides on võimalik astuda samm edasi ja viia oma inimesed tulemusteni, millest nad ehk ise pole julgenud unistadagi. Seejuures täita juhi üht olulisemat ülesannet - aidata oma meeskonnaliikmetel teha suurepärasid tööd.

### **Koolitusele on oodatud**

juhid, kelle sihiks on aidata oma inimestel teha veel paremat tulemust.

### **Koolituse eesmärk**

on aidata juhil selgete ja lihtsate tegevuste abil muuta oma inimeste käitumisharjumusi, et aidata oma meeskonnaliikmetel teha suurepärasid tööd.

### **Koolituse tulemusena osaleja**

Teab

- kuidas üles ehitada plaani käitumisharjumuste muutmiseks
- millised on peamised tegurid, mis harjumusi mõjutavad

tunneb

- julgust ja motivatsiooni enda või oma inimeste harjumuste muutmise ettevõtmiseks
- kindlust, et piisava motivatsiooni korral on muutused võimalikud

näeb

- oma inimestes märke ühest või teisest uskumusest, emotsioonist, tugevusest jne
- selgemat teekonda läbi harjumuste muutmise meeskonna ja inimeste eesmärkide poole

Tulemuste saavutamist hinnatakse grupiülesannete ja arutelude käigus. Tunnistuse väljastamise eelduseks on koolitusel terves mahus osalemine.

### **Koolituse läbiviimise põhimõtted**

Koolituspäev on üles ehitatud enamlevinud praktiliste *coachingu* põhimõtete ja harjutuste tutvustamisele, mida kasutatakse sihiga muuta inimeste käitumist. Silmas on peetud peamisi inimese käitumist mõjutavaid tegureid nagu eesmärk, tähendus, uskumused, emotsioonid jne.

Koolitusel osalejad saavad põhjalikud materjalid, mida tulevikus tööl uuesti kasutada.

Koolitusgrupi suurus on maksimaalselt 12 osalejat.

## AJAKAVA

23.08.2019

09:45 - 10:00 ○ Kogunemine ja hommikukohv

Koolitus toimub Äripäeva Akadeemias, aadressil Vana-Lõuna 39/1, Tallinn.

Ümbritsevatel tänavatel on kesklinna parkimistsoon. Maja taga asuvas Europarklas on parkimistasu 2 EUR/päev. Parklasse saab siseneda Pille tänavalt või Vana-Lõuna tänavalt.

10:00 - 11:30 ○ Tähendus ja eesmärgistamine

- Kuidas aidata luua käitumisharjumuse muutusele sisuline tähendus?
  - Milline on eduka käitumisharjumuse muutuseks vajalik eesmärk (ja milline on halb ja mittemotiveeriv eesmärk)?
- Kasutatavad meetodid: lühiloengud, personaalne töö, rühmaarutelu

11:30 - 11:45 ○ **Kohvipaus**

11:45 - 13:15 ○ **Uskumused ja emotsioonid**

- Millised inimesed uskumused aitavad arengule kaasa ja millised takistavad ning kuidas teada saada, millised on inimese uskumused harjumuse muutuse kontekstis?
  - Millised on inimese peamised emotsioonid tööelus, mis neid tekitab ja kuidas aidata tal neid kontrollida?
- Kasutatavad meetodid: lühiloengud, personaalne töö, rühmaarutelu

13:15 - 14:00 ○ **Lõuna**

14:00 - 15:30 ○ **Tugevused ja isiksus**

- Millised on inimese tugevused, mis aitavad eesmärke saavutada, kuidas neid teada saada ning harjumuse muutuses kasutada?
  - Milliseid isiksuslikke omadusi (nt visadus) harjumuse muutus eeldab ning kuidas neid ära tunda ja mõõta?
- Kasutatavad meetodid: lühiloengud, personaalne töö, rühmaarutelu

15:30 - 15:45 ○ **Kohvipaus**

15:45 - 17:00 ○ **Plaan ja motivatsiooni üleväl hoidmine**

- Kuidas üles ehitada hea käitumisharjumuse muutmise plaan, kas ja keda protsessi kaasata jne?
  - Kui kaua harjumuse muutus aega võtab ja kuidas muutust ja motivatsiooni elus hoida?
  - Kuidas tähistada edukat käitumisharjumuse muutust?
- Kasutatavad meetodid: lühiloengud, personaalne töö, rühmaarutelu

---

## 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](mailto: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.

Äripäeva Akadeemia on Eesti Töötukassa koolituskaardi koostööpartner. Tutvuge koolituskaardi infoga [SIIN](#).

Täpsema info saamiseks võtke meiega ühendust telefonil 667 0439 või [Liis.Lehtmets@aripaev.ee](mailto:Liis.Lehtmets@aripaev.ee).

Korraldaja võib koolitusel teha pilte ja jagada neid osalejatega, samuti kasutada neid sarnaste koolituste turundamiseks.