

Eesti Siseaudiitorite Ühing kutsub Teid osa võtma
21.02.2017 Tallinnas toimuvast koolitusest

Kontakti loomine erinevate inimtüüpidega. Keerulised situatsioonid suhtlemisel.

Kontroll tekitab paljudes inimestes pinget ja hirmu. Kuidas erinevate inimestega kontakti saavutada, kuidas vähendada pingeid suhtlemisel, kuidas hakkama saada emotsioonidega – kõik need küsimused leiavad vastuse koolitusel. Ka siseaudiitoril endal võib keeruliste situatsioonide tulemusel tekkida stress. Räägime läbi ka selle, kuidas iseenda pingetega hakkama saada.

Koolitusel „Kontakti loomine erinevate inimtüüpidega. Keerulised situatsioonid suhtlemisel“ käsitletakse:

Kuidas tekkib kontakt inimeste vahel;

Millised on oskused, mida on oluline arendada;

Kuidas hakkama saada emotsioonidega;

Kuidas käituda keerulistes situatsioonides.

Koolituse eesmärgid:

Treeningu tulemusel osalejad teavad kuidas

- ... luua ja kujundada kontakti erinevate inimestega;
- ... arendada iseenda suhtlemisoskusi;
- ... emotsioonid mõjutavad inimesi;
- ... suhelda keeruliste inimtüüpidega parima tulemuse saavutamiseks.

Koolitusel kasutatavad meetodid:

Lühiloengud, arutelud, gruppitööd, praktilised harjutused, individuaalsed ülesanded, testid. Invicta treeningutel on oluline koht praktikal. Kõik osalejad kaasatakse aktiivsesse tegevusse. Toimuvad mitmed rühmatööd, tehakse grupi- ja paarisharjutusi, täidetakse individuaalseid ülesandeid. Uute teadmiste kinnistamiseks ja kogemuste saamiseks on treeningul oluline koht rollimängudel ja nende analüüsil. Praktilised ülesanded aitavad osalejatel uusi oskusi kohe järele proovida ning saada professionaalselt treenerilt asjakohast tagasisidet oma arengule. Iga osaleja saab treeningult kaasa kirjalikud materjalid.

Treener – Mihkel Pärjamäe

Mihkel on lõpetanud Tartu Ülikooli sotsiaalpsühholoogina. Pärast seda on ta töötanud erinevates ettevõtetes psühholoogi, personalijuhi, asedirektori, direktori ja tegevjuhina.

Treenerina sai Mihkel „tuule tiibadesse“ 1992. aastal, kui viis läbi oma esimese juhtimistreeningu.

Oma 24-aastase treeneritöö aja jooksul on Mihkel viinud enesearengu- ja juhtimisteemalisi treeninguid läbi väga paljudes organisatsioonides nii Eestis kui kaugemal. Ta on aidanud inimestel arendada enda tööalaseid kompetentse ja tõsta meeskondade koostöö- ning konkurentsivõimet.

Mihkli treeninguid iseloomustab hästi osalenu tagasiside: „Treener on oma ala proff, sellist taset ei ole lihtne ületada“.

Rohkem infot Mihkli kohta: <http://www.invicta.ee/treenerid/mihkel-parjamae/>

Päevakava

8.45- 9.00

Kogunemine, osalejate registreerimine

- 9.00-11.00 **Sissejuhatus, koostöö ja eesmärgid**
Sissejuhatav harjutus: Kontakti loomine ja kujundamine
Kontakti loomine
Kontakt inimeste vahel – psühholoogilised seaduspärasused praktikas
Kontakti olemus ja tekkimine
Emotsioonide roll igapäevases suhtlemises
Ratsionaalsuse lõks
Märgid, mis näitavad kontakti olemasolu
- 11.00-11.15 *Kohvipaus*
- 11.15-13.00 **Areng**
Iseenda arengu teadlik saavutamine
Meie eripärad arengus ja selle teadvustamine – Arengustiil
Küsimustik, analüüs ja järeldused
Emotsionaalne küpsus
Emotsionaalse küpsuse saavutamise etapid
Emotsioonide teadvustamine ja emotsionaalse küpsuse saavutamine.
Kuidas juhtida iseenda ja teiste emotsioone
Individuaalselt ja grupis: Küsimustik ja analüüs - Emotsionaalne küpsus
Suhtlemise alused
Suhtlemisstiil ja suhted inimeste vahel
Suhtlemisstiili kujunemise alused ja olulisus elus
Individuaalselt: Millist stiili kasutan mina?
- 13.00-13.45 *Lõunapaus*
- 13.45-15.00 **Keerulised situatsioonid ja nende lahendamine**
Kuidas lahendada keerulisi situatsioone praktikas?
Tehnikad keeruliste situatsioonide lahendamiseks
Grupis: Praktiliste situatsioonide lahendamine
- 15.00-15.15 *Kohvipaus*
- 15.15-17.00 **Sissejuhatus stressi juhtimisse**
Stressi olemus, selle mõju inimesele
Grupis: Praktiliste situatsioonide lahendamine
Kokkuvõtte treeningust, lõpetamine.

Maht

Seminari läbimine annab 7 CPE tundi.

Toimumiskoht

Koolitus toimub Meriton Conference & Spa Hotel Tallinnas.

Osavõtutasu

ESAÜ liikmetele **149 eurot**, teistele **219 eurot**. Koostööpartneritele soodustused.
Osavõtutasu sisaldab koolitusmaterjale ja kohvipause. Hinnas ei sisaldu lõunasööki.
Tasumine arve alusel.

Registreerimine

Registreerimine: <http://goo.gl/forms/6o66vkbYaC>. Viimane registreerimise päev on 15. veebruar 2017. Kui loobutakse enne 3 päeva, tagastatakse 80% osavõtutasust, hilisemaid pretensioone ei rahuldata.

Lisateave

www.siseaudit.ee või e-posti aadressil koolitus@siseaudit.ee

Lugupidamisega,
Roman Laidinen
Juhatuse esimees