

Õppekava nimetus	Eneseanalüüs ja –motiveerimine DiSC-mudeli abil
Õppekava rühm	Isikuareng
Õppe maht ja ülesehitus	8 akadeemilist tundi
Õppekava koostamise alused	DiSC sertifitseerimise manuaal. Koostanud IPB Partners (DiSC-mudeli ametlik maaletooja)
Õppe alustamise tingimused	-
Sihtgrupp	Täiskasvanud õppijad, kes soovivad paremini mõista ja parendada suhteid ja koostööd nii isiklikus kui tööelus. Töötajad, kes soovivad saada suuremat selgust edasistes töö- ja karjäärivalikutes.
Eesmärk	Koolituse läbinu analüüsib iseenda käitumisviise, nende mõju erinevates keskkondades ja planeerib vajalikke käitumisviise efektiivsema koostöö saavutamiseks isiklikus ja tööelus.
Õpiväljundid	<u>Koolituse läbinu:</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ analüüsib iseenda käitumist ja selle mõju erinevates keskkondades ○ kirjeldab iseenda reaktsioone teiste inimeste käitumisele ○ planeerib vajalikke käitumismuutusi soovitud eesmärkide saavutamiseks
Õppesisu	<u>Koolitusel käsitletavat teemat:</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ osalejate loomupärase käitumisviisi määramine ja selle igapäevase mõju analüüs; ○ sisemist motivatsiooni käivitavad peamised prioriteedid ja kuidas neid üles leida; ○ konkreetsema tegevuskava koostamine paremaks eesmärkideni jõudmiseks; ○ personaalsed stressorid ja nendega toimetulek; ○ parema eneseregulatsiooni saavutamine erinevate inimeste käitumisviiside osas; ○ lihtsamad suhtlustehnikad efektiivsema koostöö saavutamiseks; ○ "mugavustsoonist" väljatulemise võimalused.
Õppemeetodid	Lühiloeng, grupitööd, iseseisvad ülesanded ja teised aktiivõppe meetodid vastavalt koolitaja valikule.
Õppematerjalid	Koolitaja koostatud materjalid.
Iseseisev töö	Enne koolitust täidavad osalejad osalejate interneti keskkonnas EPIC (<i>Electronic Profile Information Centre</i>) eestikeelse DiSC käitumisprofili .
Õppe lõpetamise tingimused	<ul style="list-style-type: none"> ○ Osavõtt vähemalt 80% auditoorsetest tundidest; ○ Hindamismeetod: DiSC käitumisprofili analüüs
Väljastatavad dokumendid	Koolitusel osalejale väljastatakse tõend läbitud teemade ja osaletud kontakttundide kohta.
Koolitajate kvalifikatsioon	Koolitajatel on kõrgharidus, vähemalt 5 a. õppekava teemast lähtuv erialane ja täiskasvanute õpetamise kogemus.
Õppemaksu tasumise kord	Õppemaks tasutakse enne kursuse algust esitatud arve alusel.
Õppekeskkond	https://jako.ee/oppekorraldus/oppetoo-kvaliteet/
Kvaliteedi tagamise tingimused ja kord	https://jako.ee/oppekorraldus/oppetoo-kvaliteet/ https://jako.ee/oppekorraldus/oppekorralduse-alused/
Vaidluste lahendamise kord	https://jako.ee/oppekorraldus/oppekorralduse-alused/
Õppekava kinnitamise aeg	30.09.2019