

aine algab S S

---

kataloog S23 K24

---

ainekood KMX510

---

nimetus

---

Suhtlemispsühholoogia

täpsustus

MP õppekava BAK õppele, teistele valikaine BAK või MAG õppes

õppejõud

A.Leppiman

eeldusaine(d)

---

asem

---

1

t kokku

30.0

t asem

30.0

t näd

2.0

EAP kokku

2.00

LO

---

30.0

---

GR

---

0.0

---

IND

---

0.0

---

SEM

---

0.0

---

PR

---

0.0

---

---

**kvorm**

---

**asem**

---

**EAP**

---

**eesmärk**

Aine eesmärk on ülevaate andmine suhtlustegevuse olemusest, suhtlemisvahenditest ja suhtlemisedukuse saavutamise võimalustest. Tutvustada dialoogõppimise käigus kaasaegseid uurimusi suhete kujunemisest ja harjutada praktilisi suhtlemisoskusi ning toetada huvitatust suhtlemisoskuste arendamisest.

---

**aine sisu**

1. Suhtlustegevuse olemus

Suhtlemise komponendid. Kommunikatsiooniprotsessi mudel. Suhtlemise tasandid. Esmamulje. Sümpaatia. Emotsionaalne ja sotsiaalne intelligentsus suhtlemisel.

2. Pertseptsioon

Interpersonaalne pertseptsioon ja isikutaju. Isikutaju mehhanismid. JOHARI aken. Parterlussuhe.

3. Suhtlemisvahendid

Verbaalsed ja mitteverbaalsed suhtlemisvahendid. Sõnumi neli tahku.

4. Suhtlemistasandite transaktsionaalne analüüs

E. Berne suhtlemistasandite ja koostegevuse analüüs. MINA-tasandid.

5. Suhtlemistõkked ja hoiakud

Hoiakute püsivus ja muutumine. Hoiakud ja käitumine.

6. Aktiivne kuulamine

Kuulamise tähtsus. Efektiivse kuulamise barjäärid. Küsimine. Küsimuste liigid. Tagasiside andmine.

7. Interaktsioon

Vahetu ja vahendatud mõjutamine. Motivatsioon ja motiveerimine. Enesemotivatsioon.

8. Konflikt ja selle juhtimine

Konflikti olemus. Tunnused. Konfliktide tüübid. Konfliktiga toimetulek.

## 9. Suhtlusstiilid

Kehtestav eneseväljendus. MINA-sõnumid. Kehtestava käitumise tehnikaid.

Meetodina aktiivõppele kohased teoreetilised arutelud ning rühmatööd videotagasisidega, mille käigus harjutatakse suhte alustamist, sümpaatiat ja usalduse äratamist, partneri positiivset tajumist, aktiivset kuulamist ja tagasiside andmist, suhtlemisbarjääride ületamist ja erinevaid enesekehtestamistehnikaid argumenteerimis-, kuulamis ja enesekehtestamisoskuste kinnistamiseks.

---

### **õpiväljundid**

Aine läbinud üliõpilane :

teab, milliste erinevate oskuste koostoimes kujuneb hea suhtlemisoskus

oskab rakendada aktiivse kuulamise, enesekehtestamise ja konfliktidega toimetuleku tehnikaid

tunneb oma tugevaid külgi suhtlejana ning oskab ennast edaspidi suhtlemisel jälgida ja edasi arendada

---

### **hindamismeetodid**

Mitteeristav hindamine:

- 1) Vahetu suhtlus - rühmatöö, videotagasiside
- 2) Kirjalik arvestustöö

---

### **hindamiskriteeriumid**

Positiivse tulemuse saamiseks vajalikud hindamiskriteeriumid:

- 1) täiemahulisus (100%) ja aktiivsus

rühmatöodes ning videotreeningus osalemisel

- 2) kirjalikus arvestustöös:

kirjandusallika analüüsisoskus

oma seisukohtade argumenteerimisoskus

---

**kirjandus / repertuaar**

Goleman, D. 1997. Emotsionaalne intelligentsus. Tallinn: OÜ Väike Vanker.

Ron Ludlow, F. The Essence of Effective Communication. Panton. Prentice Hall, 1995

Vadi, M. Organisatsioonikäitumine. TÜ, 1997, 2000, 2001.

Kidron, A. Suhtlemispsühholoogia. Tln.1986

Matthew Mc Kay jt. Suhtlemisoscused. Väike Vanker, 1998

Leppiman, A. Suhtlemise alused. TPÜ 1999

---

**ainekava koostaja**

Anu Leppiman Ph.D. , MA