



TUNNISTUS

nr 2012249

TIIU AAVIK

on läbinud

TÖÖALASE MOTIVATSIOONIKOOLITUSE

mahus 80 akadeemilist tundi,
perioodil 24.09.2018 – 11.10.2018

Läbitud teemad:

- Motivatsioon, vajadused ja väärtused.
- Eneseanalüüs ja enesejuhtimine:
Eneseanalüüs.
Enesehinnang.
Mõtteviis ja uskumused.
Positiivne mõtlemine.
- Sotsiaalsed oskused:
Suhtlemisoskused.
Konfliktide lahendamine.
Meeskonnatöö ja grupiprotsessid.
- Stressi juhtimine ja pingetega toimetulek.
- Eesmärkide püstitamine ja saavutamine.
- Õpioskuste arendamine.

Silja Kruuser