

Täiendav informatsioon “Liider minus endas” kohta haridusspetsialistile

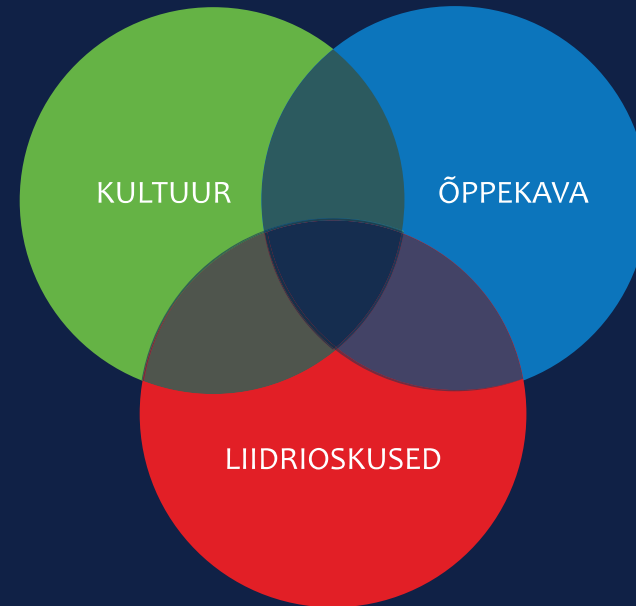
Sisukord:

- LIIDER MINUS ENDAS RAAMISTIK
- ÕPETAJASKOND JA KOOLIPERE
- TULETORNI MEESKOND JA DIREKTOR
- DIREKTOR JA KOOLI LIIDRIMEESKOND
- 7 HARJUMUST TOETAB
IGA 4K SUUTLIKKUSE ARENDAMIST

Liider minus endas on ülemaailmselt kasutatud süsteem, mis muudab kogu kooli toimimisprintsipi. See arendab õpilastes 21. sajandil toimetulekuks vajalikke suutlikkusi ning kujundab õpilastes kultuuri põhimõttel, et iga laps võib olla liider. Avasta igas õpilases suur potentsiaal ja anna neile asendamatud liidroskused valmistamiseks neid ette kogu eluks.



MUUTUSED ÕPILASTES



MUUTUSED KOOLIS



MUDEL

Kõikehõlmav K-12 kooli arengumudel kujundamiseks 21. sajandi oskusi



PROTSESS

Loodud koolide jaoks saavutamaks paremaid juhtimis-, kultuuri- ja akadeemilisi tulemusi



ÜLEMAAILMNE KOGUKOND

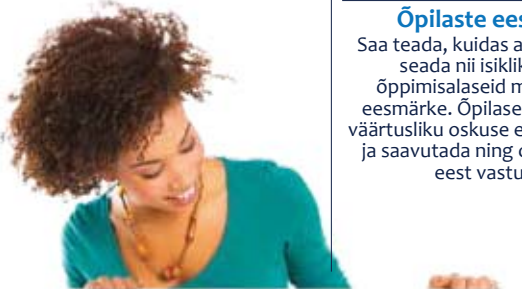
Ülemaailmne inimpotentsiaali arendamisele pühendunud haridustöötajate võrgustik

RAAMISTIK

	Liidriks olemise paradigma		Potentsiaali paradigma		Muutuste paradigma		Motivatsiooni paradigma		Hariduse paradigma	
	EI OLE	VAID ON	EI OLE	VAID ON	EI OLE	VAID ON	EI OLE	VAID ON	EI OLE	VAID ON
NÄE Tuumik-paradigmad	Liidriks olemine on vähestele	Igaüks võib liider olla	Mõned on andekad	Igaühel on anded	Enne kui koole saab parendada peab esmalt süsteem muutuma	Muutus algab minust	Õpetajad kontrollivad ja juhivad õpilaste õppimist	Õpetajad võimestavad õpilastel ise oma õppimise liider olla	Keskendu ainult akadeemilistele saavutustele	Arenda inimest tervikuna
TEE Väga efektiivsed praktikad	Õpeta liidriks olemise põhimõtteid Professionaalne õppimine <ul style="list-style-type: none"> • Meeskonna kestav õppimine • Uute liikmete õppimine • Direktori õppimine ja eeskuju Õpilaste õppimine <ul style="list-style-type: none"> • Otsesed õppetunnid • Integreeritud lähenemine • Eeskujuks olemine Õppimine perekonnas <ul style="list-style-type: none"> • Perekonnaga suhtlemine • 7H koolitused peredele • Õpilaste koduõpe 		Loo liidriks olemise kultuur Liidriks olemise keskkond <ul style="list-style-type: none"> • Füüsiline keskkond (Mõistmine) • Ühine keel (Kuulamine) • Emotsionaalne keskkond (Tajumine) Jagatud liidriks olemine <ul style="list-style-type: none"> • Õpilaste liidrirollid • Õpilaste hääl • Aktiivsed tuletorni meeskonnad Liidriks olemise sündmused <ul style="list-style-type: none"> • Terve kooli sündmused • Klassitoa sündmused • Pere- ja kogukonna sündmused 		Kooskõlasta akadeemilised süsteemid Terve kooli eesmärkide saavutamine <ul style="list-style-type: none"> • Kooli eesmärgid • Meeskonna eesmärgid • Õpetajaskonna eesmärgid Õpilaste juhitud saavutused <ul style="list-style-type: none"> • Õpilaste eesmärgid • Liidriks olemise märkmikud • Õpilaste juhitud konverentsid Võimestav juhendamine <ul style="list-style-type: none"> • Usalduslikud suhted • Õpilaste juhitud õppimine • Koosplaneerimine ja peegeldamine 					
SAA Mõõdetavad tulemused	Liidriks olemine		Kultuur		Akadeemiline süsteem					

ÕPETAJASKOND JA KOOLIPERE

Läbitav 1 kuni 2 aastaga		Läbitav 1 kuni 2 aastaga		Läbitav 1 kuni 2 aastaga	
TASE 1	TASE 2	TASE 3	TASE 4	TASE 5	TASE 6
<p>Liider minus endas sissejuhatus: Liidriks olemise definitsioon, paradigmad ja 7H Paradigmade, printsiipide ja praktikate omandamine</p> <p>Otsesed õppetunnid Saa teada, kuidas õpetada 7H LIM õppematerjalide abil. Õpilased omandavad harjumused ning hakkavad neid elus rakendama.</p> <p>Integreeritud lähenemine Saa teada, kuidas integreerida 7H igasse õppetundi. Õpilased omandavad 7H igapäevase õppimise kaudu ning õpivad neid rakendama nii akadeemilistes kui ka mitteakadeemilistes teemades.</p> <p>Eeskujuks olemine Saa teada, miks on oluline olla 7H eeskuju nii tööil kui vabal ajal. Õpilased omandavad 7H sügavamalt läbi täiskasvanu eeskuju.</p> <p>Emotsionaalne keskkond Saa teada, kuidas Emotsionaalse pangaarve kaudu luua klassis ja tööl paremad suhted. Õpilased tunnevad, et neist hoolitakse ning nad loovad suurema usaldusega suhteid täiskasvanutega.</p> <p>Füüsiline keskkond Saa teada, kuidas kujundada liidriks olemise seinalehti nii klassis kui tööruumides. Õpetajad ja koolipere inspireerivad õpilasi läbi harjumuste ja eeskuju.</p>	<p>Eeskujuks olemine Saa teada, kuidas missioonide abil klassi- ja tööruumides visiooni ja eesmärgi luua. Õpilased tunnetavad eesmärgi ja koolikuuluvust ning loovad endale isiklikud missioonid.</p> <p>Õpilase liidrirollid Saa teada, kuidas kujundada õpilaste liidrirollid. Õpilased on julgustatud 7H ja liidrioskusi klassis näitama.</p> <p>Liidriks olemise märkmikud 1. osa Saa teada, kuidas luua Liidriks olemise märkmikke 1. osa: Mina, minu liidriks olemine ja minu tähistamised. Õpilased jälgivad oma liidriksolemise edenemist ja tähistavad seda.</p>	<p>Ühine keel Saa teada, kuidas kasutada liidri keelt olemaks eeskujuks ning väestamiseks teisi. Õpilased omandavad liidri keele ning käitumise.</p> <p>Õpetajaskonna eesmärgid Saa teada, kuidas seada mõõdetavaid eesmärgi. Täiskasvanud õpivad eeskuju seadmisega väärtusliku oskuse.</p> <p>Meeskonna eesmärgid Saa teada, kuidas seada mõõdetavaid eesmärgid klassis, klassitasemel ja osakonnas. Täiskasvanud kaasavad õpilasi klassi eesmärkide seadmisesse.</p> <p>Liidriks olemise märkmikud 2. osa Saa teada, kuidas luua Liidriks olemise märkmikke 2. osa: Minu MTE ja Õppetükid. Õpilased võtavad vastutuse oma õppimise eest oma eesmärgi jälgides ning Liidriks olemise märkmikku täites.</p> <p>Õpilaste eesmärgid Saa teada, kuidas aidata õpilastel seada nii isiklikke kui ka õppimisalaseid mõõdetavaid eesmärgi. Õpilased omandavad väärtusliku oskuse eesmärgi seada ja saavutada ning oma õppimise eest vastutada.</p>	<p>Õpilase koduõpe Saa teada, kuidas julgustada õpilasi 7H printsiipe ka kodus õpetama. Õpilastel on vajalik tööriistakast koos vahendite ja strateegiatega, kuidas oma peredele 7H õpetada ning peredel on võimalik oma lapsi nende liidriks arenemisel toetada.</p> <p>Usalduslikud suhted Saa teada, kuidas luua usalduslikke suhteid. Õpetajaskond ja koolipere õpivad Kõrge Usaldusmäära 13 Käitumismalli, et ehitada üles kõrge usaldusega suhted nii omavahel kui õpilastega, luues klassis positiivse õpikeskkonna.</p> <p>Liidriks olemise märkmikud, viimistlus Tutvu peegeldamise ja märkmike viimistlemise protsessiga ning aita õpilastel kasutada konkreetseid ja mõõdetavaid strateegiaid ning tegevusi saavutamaks oma eesmärgid.</p> <p>Õpilaste juhitud konverentsid Saa teada, kuidas julgustada õpilasi Õpilaste juhitud konverentsidel kogemusi ning liidriks olemise arengut jagama. Õpilased võtavad õppimise eest vastutuse, andes Liidriks olemise märkmiku abil oma progressist lähedastele ülevaadet.</p>	<p>Sündmused klassis Saa teada, kuidas õpilasi julgustada ning neile klassiruumi sündmuste ning rutiinide osas hääli anda. Õpilased jagavad oma ideid ning neil on võimalus oma klassis liider olla.</p> <p>Õpilaste juhitud õppimine 1. osa Tutvu erinevate juhendamistrateegiatega ja meetodikatega, kuidas julgustada õpilasi enda õppimist juhtima. 1. osa: Sissejuhatus ja küsimused, õpieesmärgid, kvaliteedi tööriistad, koosõpe, tagasiside ja õpetamine õppimise eesmärgil. Õpilased õpivad sisu uurimist, leidma seoseid ning rakendama uudishimu.</p> <p>Koosplaneerimine ja peegeldamine 1. osa Tutvu õpetaja peegeldamise süsteemidega, et võimaldada õpilaste juhitud õppimise juhendamise strateegiatega ja meetodikate elluviimist. Õpetajad saavad pidevat õpet ja õpilased võtavad oma õppimise eest vastutuse.</p>	<p>Õpilaste juhitud õppimine 2. osa Tutvu erinevate juhendamistrateegiatega ja meetodikatega, kuidas julgustada õpilasi enda õppimist juhtima. 2. osa: Peegeldamine & hindamine koos õpilasega, digitaalne õpe, õppimine läbi aju, õppimine läbi probleemi ja geeniuse tunde. Õpilased õpivad sisu sügavamalt uurima, leidma seoseid ning rakendama uudishimu.</p> <p>Koosplaneerimine ja peegeldamine 2. osa Tutvu õpetaja peegeldamise süsteemidega, et võimaldada õpilaste juhitud õppimise juhendamise strateegiatega ja meetodikate elluviimist.</p>



TULETORNI MEESKOND JA DIREKTOR

Läbitav 1 kuni 2 aastaga		Läbitav 1 kuni 2 aastaga		Läbitav 1 kuni 2 aastaga	
TASE 1	TASE 2	TASE 3	TASE 4	TASE 5	TASE 6
<p>7 H 7x7 leping Saa teada, kuidas kinnistada 7H töötaas õpitut. Koolipere, õpetajaskond ja tugipersonal omandab harjumused.</p> <p>7 H õpetamine Saa teada, kuidas luua tervet kooli hõlmavat plaani toetamaks õpetajaskonda klassiruumi õppes, integreerimises ja 7H eeskujuga seadmisel.</p> <p>Füüsiline keskkond Saa teada, kuidas hakata kujundama liidriks olemise seinalehti terves koolis. Tuletorni meeskond inspireerib 7H ja liidriks olemise kaudu nii täiskasvanuid kui lapsi.</p> <p>Tuletorni meeskonnad 1. osa Saa teada, mis on tuletorni meeskonna eesmärk ning lanseeri strateegiline plaan. Tuletorni meeskond on võimeline lanseerima LME koos selge plaaniga.</p>	<p>Õpilase liidrirollid Saa teada, kuidas luua tervet kooli hõlmavat õpilaste liidrirollid. Õpilased on julgustatud juhtima oma kooli loovate ideede, organiseerimise/planeerimise ja liidriprojektide abil.</p> <p>Sündmused terves koolis Saa teada, kuidas transformeerida kooli sündmused liidri-juhitudsündmusteks. Õpilased õpivad üritusi planeerima, organiseerima ja juhtima.</p> <p>Tuletorni meeskonnad 2. osa Saa teada, kuidas peegeldada ja ehitada üles tuletorni meeskonna oskused. Tuletorni meeskond peegeldab elluviimist, tugedvab meeskonda ja kaasab tegevusmeeskondade kaudu ka teisi.</p> <p>Kooli eesmärgid (4DX) Saa teada, kuidas kooli eesmärged määratleda, ellu viia ning saavutada. Tuletorni meeskond õpib ära mõõdetavate eesmärkide määratlemise, progressi kaardistamise ja saavutamise protsessid.</p>	<p>7 H koolitus peredele Saa teada, kuidas õpetada peredele 7H harjumusi ning liidriks olemise printsiipe. Pered saavad kinnistada õpilaste liidriks arenemist ning 7H rakendamist kodus.</p> <p>Õpilaste hääl Saa teada, kuidas luua õpilaste sisendsüsteem andmaks neile oluline hääl. Õpilased on julgustatud oma ideid jagama, tagasisidet andma, probleeme lahendama ja otsuseid vastu võtma.</p> <p>Tuletorni meeskonna iga-aastane strateegiaplaneerimine Saa teada, kuidas hinnata elluviimist ning koostada iga-aastast plaani. Tuletorni meeskond peegeldab ning hindab kooli eesmärkide elluviimist ja saavutamist ning töötab välja aastase strateegilise plaani.</p> <p>Eesmärkide kooskõlastamine (4DX MTE) Õpi kooli eesmärkide kooskõlastamist terve kooli raames. Tuletorni meeskond aitab igal klassitasemel ning klassil oma eesmärgi seada ning need kooli eesmärkidega kooskõlla viia.</p>	<p>Õpilaste tuletorni meeskonnad Saa teada, kuidas julgustada õpilasi andes neile hääl. Õpilaste tuletorni meeskonna loomisega. Õpilased mõtleavad ideid tervele koolile, planeerivad, organiseerivad ning juhivad projekte.</p> <p>Tuletorni meeskonna iga-aastane strateegiaplaneerimine Tööta välja tervet kooli hõlmavat iga-aastast strateegilist plaani.</p> <p>Usalduslikud suhted Kujunda tervet kooli hõlmavat planeerimisprotsessi loomaks usalduslikke suhteid. Meeskond töötab välja plaani parandamiseks usaldusväärset tervet kooli, kasutades selleks Kõrge Usaldusmäära 13 Käitumismalli.</p> <p>Eesmärkide viimistlemine (4DX) Õpi kooli andmete ning kooli, klassi ja õpilaste eesmärkide peegeldamise protsessi. Tuletorni meeskond kasutab protsessi mõõdetavate eesmärkide saavutamise tagamiseks.</p>	<p>Tuletorni meeskonna iga-aastane strateegiaplaneerimine Tööta välja tervet kooli hõlmavat iga-aastast strateegilist plaani.</p> <p>Õpilaste juhitud õppimine 1. osa Tööta õpetajatele välja kooliüleseid tugisüsteeme viimaks ellu juhendamise strateegiaid ja meetodikaid, mis julgustavad õpilasi oma õppimist juhtima. 1. osa: Sissejuhatus ja küsimused, õpieesmärgid, kvaliteedi tööriistad, koosõpe, tagasiside ja õpetamine õppimise eesmärgil. Õpilased õpivad sisu uurimist, leidma seoseid ning rakendama uudishimu.</p> <p>Koosplaneerimine ja peegeldamine 1. osa Tööta õpetajatele välja kooliüleseid tugisüsteeme, mis võimaldavad õpetajatel peegeldada ja ellu viia õpilase juhitud õppimise juhendamise strateegiaid ja meetodikaid. 1. osa</p> <p>Eesmärkide viimistlemine (4DX) Tööta välja kooliüleseid tugisüsteeme peegeldamiseks kooli andmeid ning kooli, klassi ja õpilaste eesmärgi. Tuletorni meeskond kasutab protsessi tagamiseks eesmärkide saavutamise ning mõõdetavate tulemuste. Õpetajad lihvivad õpetamisoskusi ning parendavad õpilase juhitud õppimist.</p>	<p>Tuletorni meeskonna iga-aastane strateegiaplaneerimine Tööta välja tervet kooli hõlmavat iga-aastast strateegilist plaani.</p> <p>Õpilaste juhitud õppimine 2. osa Tööta õpetajatele välja kooliüleseid tugisüsteeme viimaks ellu juhendamise strateegiaid ja meetodikaid, mis julgustavad õpilasi oma õppimist juhtima. 2. osa: Peegeldamine & hindamine koos õpilasega, digitaalne õpe, õppimine läbi aju, õppimine läbi probleemi ja geeniuse tunde. Õpilastel süveneb enesekindlus oma õpingute ja õpitulemuste osas.</p> <p>Koosplaneerimine ja peegeldamine 2. osa Tööta õpetajatele välja kooliüleseid tugisüsteeme, mis võimaldavad õpetajatel peegeldada ja ellu viia õpilase juhitud õppimise juhendamise strateegiaid ja meetodikaid. 2. osa</p> <p>Eesmärkide viimistlemine (4DX) Tööta välja kooliüleseid tugisüsteeme peegeldamiseks kooli andmeid ning kooli, klassi ja õpilaste eesmärgi. Tuletorni meeskond kasutab protsessi tagamiseks eesmärkide saavutamise ning mõõdetavate tulemuste. Õpetajad lihvivad õpetamisoskusi ning parendavad õpilase juhitud õppimist.</p>



Tuletorni meeskonna kooli juht- ja õpetajaskonna liikmed on pühendunud selle 2 võtmerolli täitmisele:

- Näitab eeskujuga 7 harjumuse ja 4K osas
- Vastutab LME elluviimise tegevuskava eest vastavuses oma koolile

Nende rollide täitmisel nõustab meeskonda sertifitseeritud LME konsultant



DIREKTOR JA KOOLI LIIDRIMEESKOND

Läbitav 1 kuni 2 aastaga		Läbitav 1 kuni 2 aastaga		Läbitav 1 kuni 2 aastaga	
TASE 1	TASE 2	TASE 3	TASE 4	TASE 5	TASE 6
<p>Direktori õppimine ja eeskuju</p> <p>Saa teada, miks on oluline elus rakendada 7 harjumust. Direktor pühendub koolitustel, tuletorni meeskondade koosolekutel käimisele ning 7H keele kasutamisele ja õpetajaskonna ning koolipere ja õpilaste julgustamisele.</p>	<p>Meeskonna kestev õppimine</p> <p>Õpi tundma kestva õppe meetodeid läbi 7H ja LME praktikate. Koolipere läheb 7H, liidri printsiipide ja LME õppe ning praktiseerimisega sügavamale.</p>	<p>Sündmused peres ja kogukonnas</p> <p>Saa teada, kuidas luua kooliüleseid plaane ning kuidas kaasata peresid ja kogukondi. Pere ja kogukond kogeavad ja saavad 7harjumusega tuttavaks ning loovad partnerlusuhteid.</p>	<p>Pere ja kogukonna tuletorni meeskond</p> <p>Saa teada, kuidas julgustada peresid ning anda neile hääli läbi Pere tuletorni meeskondade loomise. Pered mõtlevad ideid tervele koolile, planeerivad, organiseerivad ning juhivad projekte.</p>	<p>Mõõdetavate tulemuste peegeldamine ja viimistlemine</p> <p>Peegelda iga-aastaselt kooli andmeid (mõõdetavad tulemused), et viimistleda kooli prioriteete ning parendusplaane.</p>	<p>Mõõdetavate tulemuste peegeldamine ja viimistlemine</p> <p>Peegelda iga-aastaselt kooli andmeid (mõõdetavad tulemused), et viimistleda kooli prioriteete ning parendusplaane.</p>
<p>Perekonnaga suhtlemine</p> <p>Saa teada, kuidas algatada pere suhtlemise plaan. Direktor loob plaani teavitamiseks LME protsessist peresid, selgitades 7H ja liidriks olemise initsiatiivi visiooni.</p>	<p>Uute töötajate õppimine</p> <p>Õpi tundma uutele meeskonnaliikmetele 7H ja LME praktikate õpetamise metoodikaid. Uued meeskonnaliikmed saavad koolituse, mentorluse ning toetuse viimaks liidriks olemist ellu nii klassiruumis kui töökohal.</p>	<p>Mõõdetavate tulemuste peegeldamine ja viimistlemine</p> <p>Peegelda iga-aastaselt kooli andmeid (mõõdetavad tulemused), et viimistleda kooli prioriteete ning parendusplaane.</p>	<p>Mõõdetavate tulemuste peegeldamine ja viimistlemine</p> <p>Peegelda iga-aastaselt kooli andmeid (mõõdetavad tulemused), et viimistleda kooli prioriteete ning parendusplaane.</p>		
<p>Mõõdetavate tulemuste andmete kooskõlastamine LMEga</p> <p>Saa teada, kuidas kooskõlastada kooliprioriteetid ja mõõdetavad tulemused liidriks olemise, kultuuri ja õppekavaga. Direktor tagab, et LME saab koolis efektiivselt ellu rakendatud saavutamaks mõõdetavad tulemused.</p>	<p>Mõõdetavate tulemuste andmete kooskõlastamine (4DX)</p> <p>Saa teada, kuidas läbi peegeldamise ja planeerimise tähistada kasvu ning määratleda parendamist vajavaid valdkondi. Direktor hindab ja peegeldab kooli andmeid, seejärel kommenteerib progressi ja parendamist vajavaid valdkondi koolile ning töötab tuletorni meeskonnaga määratlemaks ning saavutamaks kooli eesmärgid.</p>				

IGA-AASTANE PIDEV COACHING JA TOETUS

Igal tasemel *Liider minus endas* protsessis koostavad kooli juhid, Tuletorni meeskonnad ja õpetajad terveks aastaks tegevusplaani. Kootsimisteenuse abil aidatakse koolidel oma tegevusplaani ellu viia ning saavutada mõõdetavaid tulemusi. Kootsimist viiakse läbi kohapealsete sessioonide, virtuaalkoosolekute, telefonikõnede ning veebilahendustena.

LiiderMinusEndas

7 HARJUMUST TOETAB IGA 4K SUUTLIKKUSE ARENDAMIST

VÄGA EFEKTIIVSE INIMESE 7 HARJUMUST	KRIITILINE MÕTLEMINE	KREATIIVSUS	KOMMUNIKATSIION	KOOSTÖÖ
1. Ole proaktiivne MA VASTUTAN OMA TEGUDE EEST	Peatun, hindamaks valikute ja stiimulite tagajärgi.	Rakendan oma loovust, et täiustada valikuvõimalusi.	Kinnitan, et see mida kuulsin, vastab rääkija/saatja eesmärgile ja tema sai minust aru.	Meeskonnale lubatud panus on püha kohustus.
2. Alusta lõppeesmärki silmas pidades SEAN EESMÄRGI JA TEEN PLAANID	Teen kindlaks, mis on lõppeesmärk – ja mis on sammud sinna.	Loon realistlikud nägemused, kus teekonnal lõppeesmärgini on arvestatud alternatiivide ja tagajärgedega.	Lõppeesmärgi innustav sõnastus, pidevalt nähtav.	Kõike innustav ühine eesmärk on koostöö võti.
3. Sea esmatähtis esikohale TEEN OLULISED ASJAD KÕIGEPEALT	Hindan erinevate valikute tagajärgi.	Loon visuaalse pildi sammudest lõppeesmärgini.	Aktuaalne kajastus/ülevaade asjaosalistele edusammudest esmatähtsa saavutamisel.	Esmatähtsa silmas pidamine tagab meeskonna energia fookuse.
4. Mõttele võidan-võidad VÕITA SAAVAD KÕIK	Pühendun selgitamaks, mis on eri osapooltele kõige olulisem.	Paneme kõrvale eelarvamused, vabastame oma kujutusvõime.	Igal sammul kinnitame teadlikult pidevat ja kasvavat teineteisest arusaamist.	3. alternatiiv on mõlema osapoolte ühise arutamise tulemus.
5. Püüa esmalt mõista ja alles seejärel olla mõistetud KUULAN ENNE KUI RÄÄGIN	Harjutan ennast kuulama ilma eelarvamusteta, „terve talupoja mõistusega“.	Teise mõistmiseks ja temal minu sõnumi mõistmiseks kujutan ette kuidas tema oma olukorda näeb.	Pühendun aktiivsele kuulamisele ja segava emotsionaalsuse vältimisele.	Selge teineteise mõistmine väldib ebarealistlike takistuste tekkimist.
6. Loo sünergiat KOOS LEIAME PARIMAD LAHENDUSED	Sünergia vundament on reaalsusega kainelt silmitsi seismine.	Sünergia loomine rakendab/innustab kreaivsust.	Sünergia saavutamine nõuab efektiivset kommunikatsiooni.	Sünergia potentsiaal annab koostööle suuna.
7. Terita saagi VÖTAN IGA PÄEV AEGA ISEENDA JAOKS	Kuidas pidevalt arendada oma keha, vaimu, hinge ja mõistust (<i>mens sana in corpore sano</i>)?	Kuidas hoida tasakaalus oma erinevate vajaduste ja eesmärkide täitmist?	Harjutan aktiivset kuulamist, selget ja veenvat eneseväljendamist.	Otsin uusi võimalusi meeldivaks ja produktiivseks koostööks.

