

Suhtlemisoskuste psühholoogia (TÜ.25.03.05)

Kursuse õppejõud – Aleksander Pulver, apulver@tlu.ee

Ainemaht 4 EAP – 20 tundi lähiõpet ruumis, 84 tundi iseseisvat tööd

Õpiväljundid. Õppeaine lõpuks magistrant:

- teab suhtlemissituatsioonide analüüsimise olulisemaid skeeme
- teab ja mõistab suhtlemisoskuste erinevate vormide sisu ja tähendust
- teab olulisemaid suhtlemisoskuste arendamise meetodeid
- oskab analüüsida oma suhtlemisalast kogemust suhtlemispsühholoogia kategooriate abil.

Hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid

Hindamis-meetodid	Tähtaeg E/ME	Hindamiskriteeriumid
Kirjalik arvestustest.	Vahemikus 17.06 kuni 20.06.2027	Kirjalikus arvestustestis esitatakse 3 küsimust, mis toetuvad loengutes läbitud suhtlemisoskuste teemadele. Vastamiseks esitatakse essee vormis lahendused probleemile ja argumenteeritakse kursusel omandatud akadeemiliste argumentidega. Hinnatakse argumentatsioonide taset ja sisu. Arvestustesti kestvuseks on 1 tundi
Oma suhtlemis-kogemuse analüüs	29.05.2027	Magistrant esitab 8000 tm (tühikutega) mahus oma suhtlemiskogemuse analüüsi. Analüüsi aluseks võetakse üks Cialdini raamatus esitatud mõjustamisvõtte kirjeldus, mis sobitub parimal moel üliõpilase isikliku kogemusega. Kirjeldatakse oma kogemust ja tundeid, analüüsitakse seda, millised sõnalised ja mittesõnalised suhtlemisoskuste vormid ilmnesid antud olukorras ja esitatakse järeldused oma suhtlemisoskuste tugevuste ja nõrkuste kohta.

Lõpphinde kujunemine

Ainekursuse hindamine on eristav. Lõpphinde saamiseks liidetakse arvestustesti ja essee eest saadud punktid kokku. Kirjaliku essee eest on võimalik maksimaalselt saada 6 punkti ja arvestustestis on maksimaalselt võimalik saada 12 punkti. Positiivseks soorituseks on vajalik saada kokku vähemalt 8 punkti.

Õppeprotsessi kirjeldus koos kuupäevadega

Iseseisev töö	Kontaktõpe	Õppesisu ja meetodid
	4 tundi kohapeal 18.03.2027 15.15-16.45 17.00-18.30	1 Suhtlemisoskused ja sotsiaalsed pädevused, sh. sotsiaalne intelligentsus 2. Suhtlemispädevuste mitteverbaalne valdkond, sh. simuleeritud väljenduste avastamine
	4 tundi kohapeal 19.03.2027 09.00-10.30 11.00-12.30	3. Suhtlemispädevuste verbaalne valdkond, sh aktiivne kuulamine 4. Suhtlemisoskuste kultuurilised erinevused.

	4 tundi kohapeal 16.04.2027 09.00-10.30 11.00-12.30	5. Suhtlemisoskused lähisuhetes, sh. sõprus- ja armastussuhetes 6. Suhete regulatsioon, sh. konfliktide lahendamine, emotsioonide regulatsioon
	4 tundi kohapeal 17.04.2027 09.00-10.30 11.00-12.30	7. Koostööd kujundavad väärtused ja suhlemisoskused, sh. autentsuse, empaatia ja tänulikkuse väljendamine 8. Mõjustamine ja kehtestamine, sh. kuuletumine ja allumine.
	4 tundi kohapeal 22.05. 2027 09.00-10.30 11.00-12.30	Seminar Suhtlemisoskuste analüüsiskeemid. Seminaris analüüsitakse interaktsioonide kategooriad, nende interpretatsioone ja taju vaatlejate poolt
56 tundi 12.04. - 12.05.2027		Robert B. Cialdini <i>Mõjustamispsühholoogia</i> läbilugemine
28 tundi 13.05. - 28.05.2027		Kirjaliku essee kirjutamine, essee esitamine hiljemalt 29.05.2027 Moodle's
Arvestus	1 tund	Kirjaliku arvestustesti täitmine. Moodle's vahemikus 17.06 kuni 20.06 2027

Kohustuslik kirjandus

- Robert B. Cialdini (2014). *Mõjustamispsühholoogia*. 319 lk. Pegasus.

Soovitav kirjandus

- Joseph DeVito, Rena Shimoni, Dawne Clark (2015). *Messages: Building Interpersonal Communication Skills*. (5th edition). Pearson
- Kerry Howells (2023) *Omadega puntras*. Tallinna ülikooli loodus- ja terviseteaduste instituut.
- Tõnu Lehtsaar (2015) *Suhtlemiskonflikti psühholoogia*, Tartu Ülikooli Kirjastus
- Amir Levine, Rachel S.F. Heller (2026) *Kiindumus*. Rahva Raamat. 288 lk.
- Matthew McKay, Martha Davis, Patrick Fanning. (1995/2007) *Suhtlemisoskused*. 295 lk. Väike Vanker.
- Denise Solomon, Theiss, Jennifer (2022) *Interpersonal communication: Putting theory into practice* (2nd edition). Routledge
- Kathleen S. Verderber, Erina L. MacGeorge, Rudolp F. Verderber, Douglas E. Pruim (2016) *Inter-act: interpersonal communication concepts, skills, and contexts*. (14th edition). Oxford University Press.