

1. Täienduskoolitusasutuse nimi

Järvamaa Kutsehariduskeskus

2. Õppekava nimetus

Laste vaimse tervise märkamine ja selle toetamine

3. Õppekavarühm (*vastavalt rahvusvahelisele haridus- ja koolitusvaldkondade klassifitseerimise süsteemile ISCED-F 2013*)

Lastehoid ja teenused noortele

4. Õppekeel

eesti keel

5. Õppekava koostamise alus

Lapsehoidja tase 4 ja 5

B.2.1 Lapse kasvukeskkonna toetamine

Sotsiaaltöötaja, tase 6

B.3.8 Lastekaitse

B.3.9 Sotsiaaltöö laste ja peredega

6. Õppe kogumaht (akadeemilistes tundides) **ja õppe ülesehitus**

Maht 24 tundi kontaktõppena, millest 8 tundi on praktiline töö.

7. Õppekeskkond

Järvamaa Kutsehariduskeskuse auditoorium, mis on varustatud vajalike tehniliste vahenditega ning võimaldab kasutada erinevaid aktiivõppemeetodeid.

8. Sihtgrupp

Laste töötavad või kokkupuutuvad aegunud oskustega õpetaja abid, assistendid, tugispetsialistid, kel napib igapäevaste tööülesannete edukaks sooritamiseks teadmisi vaimse tervise ohtude märkamisest ja abivajaja toetamisest ja kes väärtustavad laste vaimset tervist ning soovivad omandada vaimse tervise esmaabi osutamise strateegiaid ja olla toetamisel julgemad, kindlamad ja teadlikumad kogukonnaliikmed.

Lapsehoidjad, kes soovivad täiendada oma kutseoskusi ja kutseeksamiks ettevalmistuda või kutset taastõendada.

9. Õppe alustamise tingimused

Puuduvad.

10. Eesmärk

Koolituse tulemusel õppija tunneb ära laste vaimse tervise ohumärgid ning nende märkamisel teab erinevaid sekkumismeetodeid ja valib esmased sobivad abiviisid abivajaja toetamiseks.

Koolituse õpiväljundid toetavad õppijat lapsehoidja kutseeksamiks ettevalmistumisel, pakkudes vajalikke teadmisi laste vaimse tervise häiretest ja praktilisi oskusi nende märkamisest ja sekkumisest.

11. Õpiväljundid

Koolituse läbinu:

- Teab enamlevinud vaimse tervise häirete spetsiifikat ja kriisiga kaasnevaid riske;
- Märkab vaimse tervisega seotud esmaseid ohumärke;
- Tunneb kriisiolukordade lahendamise põhimõtteid;
- Sekkub vaimse tervise ohumärkide korral;

12. Õppe sisu

Auditoorne osa (16 t)

- Vaimset terviset mõjutavad tegurid
- Positiivse ja negatiivse vaimse tervise märgid
- Arengust ja vanusest tulenevad erisused, riskikäitumine ja selle märkamine
- Kriisi olemus ja selle mõju käitumisele
- Levinumad vaimse tervise probleemid, nende tunnused ja ravi põhimõtted
- Häbimärgistamine (stigmatiseerimine) ja selle vältimine
- Psühholoogilised, kognitiivsed, emotsionaalsed ja füüsilised muutused kriisikogemuse järgselt
- Ennetavad tegevused vaimse tervise toetamisel: enda vaimse tervise hoidmine, kontakti loomine, aktiivne kuulamine
- Läbimõeldud toetus kriisist väljumiseni

Praktiline osa (8 t)

- Vaimse tervise vestluse juhtnõõrid, läbimäng, analüüs
- Tasakaaluratas ja vaimset tervist toetavad tegevused

13. Õppemeetodid

Loengud, näitlikustamine, videod, demonstratsioon, ajurünnak, rühmatööd, probleemülesannete lahendamine

14. Iseseisev töö

Puudub

15. Õppematerjalid

Koolitaja esitlus- ja jaotusmaterjalid

16. Nõuded õpingute lõpetamiseks sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid

Õpingute lõpetamiseks on vajalik osaleda kontaktõppes vähemalt 70% ja sooritada praktiline töö. Mitteeristav hindamine.

Hindamismeetod	Hindamiskriteeriumid
Praktiline töö	Lahendab koolitaja poolt etteantud juhiste põhjal praktilised situatsioonid, analüüsib, pakub välja lahenduse(d).

17. Koolituse läbimisel väljastatav dokument

Koolituse läbimisel väljastatakse osalejatele tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud.

Koolituse lõpus väljastatakse tõend, kui õpitulemusi ei saavutatud, kuid õppija võttis osa õppetööst. Tõend väljastatakse osaletud kontaktõppetundide ja neis läbitud teemade kohta.

18. Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- või töökogemuse kirjeldus

Anu Stamberg

Tartu Tervishoiu Kõrgkool – vaimse tervise õe spetsialistiõpe 2016-2017;

Tartu Ülikool - õpeteadus (diplomiõpe) 1995. a.;

Suhtlemistreenerite väljaõppekursus, suhtlemistreeneri kvalifikatsioon 2006.a.;

Holistic Therapy Institute, Holistilise psühhoterapeudi väljaõpe 2012.a.

Motiveeriva Intervjueerimise treeneri väljaõpe, 2013.a (EMTA).
Perekonstellatsioonide ja trauma integreerimise väljaõpe 2020-2024
Iseseisvad vaimse tervise õe vastuvõttud Järveotsa perearstikeskuses 2020-2022 ja
Jaanson'i psühhiaatriakeskuses 2022-2024;
Hingekodu OÜ juhatuse liige/ konsultant-koolitaja ning koolituste ja
suhtlemistreeningute (sh MI koolitused) läbiviimine alates 2010.a.
Järvamaa Kutsehariduskeskuse täiskasvanute koolitaja alates 2018.a.