

## ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

### 1. Üldandmed

Õppeasutus:	Järvamaa Kutsehariduskeskus
Õppekava nimetus: (venekeelsetel kursustel nii eesti kui vene keeles):	Kogemusnõustaja baaskoolitus I + II moodul
Õppekavarühm: (täiendus- koolituse standardi järgi)	Sotsiaaltöö ja nõustamine
Õppekeel:	eesti keel

### 2. Koolituse sihtgrupp ja õpiväljundid

**Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded.** *Ära märkida milliste erialaoskuste, haridustaseme või vanusegrupi inimestele koolitus on mõeldud ning milline on optimaalne grupi suurus; ära tuua kas ja millised on nõuded õpingute alustamiseks.*

#### Sihtrühm:

Erialase tasemehariduseta või aegunud teadmistega isikud, kes soovivad omandada teadmisi ja oskuseid esmase kogemusnõustamise alasel väljaõppel ning soovivad hakata pakkuma kogemusnõustamise teenust kriisis või psühhosotsiaalselt keerulises olukorras olevatele inimestele ja nende lähedastele, kes vajavad abi läbi endasarnase isikliku kogemuse. Samuti tervishoius (hooldajad, hooldustöötajad, lapsehoidjad), sotsiaalhoolekandes (tugiisikud, tegevusjuhendajad, koduhooldajad, lastekodu, päevakeskuse ja varjupaikade töötajad) ja haridusasutustest töötavad isikud, kes vajavad erialast täienduskoolitust kogemusnõustamise alal, et keerulises olukorras olevatele isikutele toeks olla; ka vanusegrupp 50+

Grupi suurus: 16

#### Õppe alustamise nõuded:

- Motivatsioonikiri, mis sisaldab isiklikku kogemusloo sellest taastumise kirjeldust ning põhjendust, miks soovitakse teha kogemusnõustaja tööd
- Vähemalt keskharidus
- Soovituslik on varasem tugiisiku baaskoolituse läbimine
- Soov töötada inimestega ja valmisolek teistele inimestele taastumise protsessis toeks olla
- Kogemusnõustajale sobivad isiksuseomadused on empaatilisus, emotsionaalne stabiilsus, hea suhtlemisoskus, erinevuste respektimine

**Õpiväljundid.** *Õpiväljundid kirjeldatakse kompetentsidena, mis täpsustavad, millised teadmised, oskused ja hoiakud peab õppija omandama õppeprotsessi lõpuks.*

- Tunneb nõustamise tööpõhimõtteid ja -eetikat ning andmekaitsenõudeid ning teeb kogemusnõustamise tööd vastutustundlikult ja kvaliteetselt
- Teadvustab ja rakendab kogemusnõustaja võimalusi ja vastutusala
- Teeb koostööd aitamisvõrgustikus teiste spetsialistidega
- Tunneb valdkonna taastumiskäsitusi ja seostab neid isikliku kogemusega

- Kasutab kogemusnõustaja töös esmaseid nõustamistehnikaid ja –metoodikaid nii individuaalselt kui grupiga
- Teab oma isikliku kogemusega seonduvaid kriisiteooriaid valib sobivad sekkumised kriisitöök
- Teab grupitöö aluseid, grupidünaamikat, grupi arengufaase ja grupijuhi rolle ning valib vastavad juhtimistehnikad
- Teab aitamistöö ja turvalise eneseavamise piire
- Tunneb, haldab ja suunab võimalikke kliendisuhet kahjustavaid tunde- või käitumismustreid

**Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga.** *Tuua ära vastav kutsestandard ning numbriline viide konkreetsetele kompetentsidele, mida saavutatakse.*

Hooldustöötaja tase 4

B.2.3 Töö lastega

B.2.4 Töö eakatega

B.2.5 Töö erivajadustega inimestega

B.2.6 Suhtlemine

B.2.8 Meeskonnatöö korraldamine ja juhendamine

Tegevusjuhendaja tase 4

B.2.1 Kliendi sotsiaalsete oskuste arendamine

B.2.2 Kliendi tegevusvõime arendamine, säilitamine ja toetamine

B.2.5 Kliendiga seotud võrgustiku loomine ja hoidmine

B.2.6 Kliendi toetamine õppimisel ja töötamisel

B.2.7 Juhendamine ja mentorlus

Sotsiaaltöötaja tase 6

B.2.5 Klienditöö

B.2.6 Sotsiaalnõustamine

B.2.7 Teavitus- ja ennetustöö kogukonnas, kogukonna aktiveerimine

B.2.8 Spetsialistide võrgustiku loomine, hoidmine ja tugevdamine

B.2.9 Sotsiaaltöö laste ja peredega

B.2.11 Sotsiaaltöö puudega inimestega

B.2.12 Sotsiaaltöö psüühiliste erivajadustega inimestega

B.2.13 Sotsiaaltöö eakatega

B.2.16 Sotsiaaltöö sõltlastega

B.2.18 Sotsiaaltöö maakogukonnas

Sotsiaalkaitseministri 21.detsembri 2015.a määrus 68 „Kogemusnõustaja koolituskava“ muutmine <https://www.riigiteataja.ee/akt/110072018002> (iõustumise kp 01.01.2019).

Sotsiaalhoolekande seadus § 68 <https://www.riigiteataja.ee/akt/121122018019?leiaKehtiv>

Järvamaa Kutsehariduskeskuse tegevusjuhendaja ja hooldustöötaja erialad.

Sotsiaaltöö ja nõustamine riiklik õppekava

### 3. Koolituse maht

**Koolituse kogumaht** akadeemilistes tundides:

**182**

Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:

**182**

sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides: (õpe loengu, seminari või muus koolis määratud vormis)	<b>80</b>
sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides: (õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas)	<b>102</b>
Koolitaja poolt tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides:	<b>0</b>

#### 4. Koolituse sisu ja õppekeskkonna kirjeldus ning lõpetamise nõuded

**Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus.** *Tuua peamised teemad ja alateemad sh eristada auditoorne ja praktiline osa. Esitada õppekeskkonna lühikirjeldus, mis on õpiväljundite saavutamiseks olemas. Loetleda kursuse kohustuslikud õppematerjalid (nt õpikud vmt) kui need on olemas. Kui õppijalt nõutakse mingeid isiklike õppevahendeid, tuua ka need välja.*

##### Õppe sisu:

##### **Auditoorne töö (80 t)**

- Sissejuhatus kogemusnõustamisse 2,5 t  
Kogemusnõustamise mõiste ja olemus. Ajalugu, tulemuslikkus, kasutusviisid nii Eestis kui pikaajalise kasutuskogemusega riikides
- Nõustamise alused, nõustamiseetika 5,5 t  
Nõustamistöö põhialused, nõustamiseetika, kogemusnõustamise asukoht nõustamismaastikul, kogemusnõustamise võimalused ja piirid
- Nõustaja eneseteadlikkus, eneserefleksiooni alused 8 t  
Eneseanalüüs ja eneserefleksioon. Kogemusnõustaja enese taastumisprotsessi säilitamine. Isiklike arengukohtadega tegelemise vajalikkus
- Isikliku taastumiskogemuse analüüs 8 t  
Valdkonna taastumiskäsitlus, taastumisprotsess ja selle analüüs. Raamistik ja struktuur isikliku taastumislöö läbitöötamiseks, kirjapanekuks ja loo suuliseks jagamiseks
- Esmased nõustamisoskused ja tehnikad 27 t  
Nõustamise baasoskused, meetodid ja lihtsamad nõustamistehnikad. Juhendatud rollitegevus ning kogemuslik õpe. Probleemsed olukorrad ja suhtemustrid nõustamissuhtes või nõustamisprotsessis. Suhtlemisoskuse tasandid ja suhtlemisvahendid. Erinevad suhtlemisstiilid probleemolukordades ja suhtlemisstrateegiad nendega toimetulekuks.
- Baasteadmised ja oskused kriisitöös 14,5 t  
Ülevaade kriisiteooriatest. Kriisisekkumise põhitehnikad. Kriisitöö põhitehnikad juhendatud rollitegevustes ning kogemusliku õppe protsessides.
- Baasteadmised ja oskused grupitöös 14,5 t  
Ülevaade grupi komplekteerimisest, grupidünaamikast, grupi eestvedamisest. Grupikohtumise planeerimise ja läbiviimise oskused. Ülevaade probleemolukordade lahendamise meetoditest grupis. Grupitöö põhitehnikad juhendatud rollitegevustes ja kogemusliku õppe protsessides.

##### **Praktiline töö (102 t)**

##### **Praktika teenuseosutaja juhendamisel (30 t)**

Juhendatud praktika

- teadmiste ning oskuste kasutamine klienditööprotsessides
- kogemusnõustamisega kaasnevad emotsioonid (nii negatiivseid kui positiivseid)
- toimetulek keerulistes olukordades
- edukogemuse analüüs, vajadusel muudatuste tegemine või erinevate lahenduste otsimine

**Praktika juhendamine koolitaja poolt (individuaalselt ja/või grupis) (26 t)**

- Tugi, abi ja lisateadmised reaalsetes klienditööprotsessides toimetulekuks
- Eneseanalüüsi ja eneserefleksiooni protsess
- Tööga kaasnevad emotsioonid ja nendega toimetulek

**Iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, praktikapäeviku täitmine ja eneserefleksioon (38 t)**

- Töö individuaaltöö klientidega ja töö gruppidega
- Koostöö meeskonnas või võrgustikus koos erialaspetsialistidega
- Isikliku taastumisloo läbitöötamine
- Eneseanalüüsi ja eneserefleksiooni protsess

**Lõputöö (8 t)**

- kirjaliku või suulise lõputöö esitamine kogemusnõustamise valdkonnas kirjalik struktureeritud eneserefleksioon ja klienditöö analüüs (praktikast)

**Õppekeskkonna kirjeldus:**

Järvamaa Kutsehariduskeskuse auditoorium.

Õppeprotsessis kasutatakse interaktiivse õppe meetodeid (kaasatud on kõik rühma liikmed). Teoorialoengud vahelduvad praktiliste aruteluteemadega

**Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid.** *Nõutud on vähemalt 70% kontaktundides osalemine. Kirjeldada, kuidas hinnatakse õpiväljundite saavutamist.*

Õpingud loetakse lõppenuks, kui õpilane on osalenud õppetöös vähemalt 70%, saanud hinnangu õppetöele, praktikale ja esitanud lõputöö. Mitmeeristav hindamine. Koolituse läbimisel väljastatakse osalejatele tunnistus.

Hindmismeetodid	Hindamiskriteeriumid
Hinnang praktikale	Praktika juhendaja annab kirjalikult positiivse hinnangu praktikale
Lõputöö kogemusnõustamise valdkonnas	Kirjaliku lõputöö (struktureeritud eneserefleksioon ja klienditöö analüüs (praktikast)) õigeaegne esitamine
Hinnang õppetöele, praktikale ja lõputööle	Koolitajad annavad kirjalikult positiivse hinnangu õppetöele praktikale ning lõputööle

**5. Koolitaja andmed**

**Koolitaja andmed.** *Tuua ära koolitaja(te) ees- ja perenimi ning kursuse läbiviimiseks vajalikku kompetentsust näitav kvalifikatsioon või vastav õpi- või töökogemuse kirjeldus.*

**Signe Kalberg**, EELK Usuteaduse Instituut, spetsialiseerumisega hingehoiule (bakalaureus)

2017.a. Tartu Ülikooli filoloogiateaduskond, ajakirjandus 1992.a. Tartu Riiklik Ülikool, majandusteaduskond, diplom: majandusteadlane 1984.a.

Alates 2018 august Järvamaa Haigla rehabilitatsioonimeeskonna kogemusnõustaja. Läbinud kogemusnõustajate koolituse (200 t) 2017-2018 (Avitus). Täiskasvanute koolitamise kogemus (leinatöö) alates 2017.a. Järvamaa Kutsehariduskeskuse täiskasvanute koolitaja.

### **Svetlana Pärnsalu**

Bakalaureuse kraad psühholoogia erialal (BSc) inimeseõpetuse suunal. Tallinna Ülikool 2011.a. Visuaalkunstiteraapia terviseteaduste magistrikraad (MSc). Lahenduskeskne loovterapeut, Tallinna Ülikool 2015.a. Moreno Keskuse grupijuhtimise ja sotsiomeetria väljaõpe (lõpetamisel nov 2019). Alates 2019.a suvest erapraksis OÜ Toetavad Praktikad. Järvamaa Kutsehariduskeskuse täiskasvanute koolitaja alates 2019.a. Täiskasvanute koolitamise kogemus (sh enesearengu töötoad/grupiteraapia) alates 2014.a.