

Õppekava:

Täienduskoolitusasutuse nimetus:	Leoski Tööõigusabi OÜ. Leoski Koolitus
Õppekava nimi:	Kogemusnõustaja väljaõpe
Õppekavarühm:	Sotsiaaltöö ja nõustamine
Õppe kogumaht:	200 ak, millest 161 ak kontakttunde (koolituspäevad 105 ak, praktika 30 ak ja praktikajuhendamises osalemine 26 ak) ja iseseisev töö 39 ak.
Õppekava koostamise alus:	Koolitus põhineb sotsiaalkaitseministri 21.12.2015 määruses nr 68 kirjeldatud kogemusnõustaja riiklikule õppekavale .

Sihtgrupp:

Inimesed, kes on kogenud vaimse tervise (psüühika-, meeleoluhäired jms) ja/või füüsilise tervise probleeme või kriisi elus (pikaajaline töötus, kodu või lähedase kaotus, lähedase hooldamine, perevägivald jms), on sellest taastunud ja soovivad kogemusnõustajana kasutada oma kogemust teiste toetamiseks.

Õppe alustamise eeldused:

- isikliku taastumisloo olemasolu, valmidus kasutada seda koolitusel ja hiljem kogemusnõustaja töös;
- piisav taastumistase;
- positiivsed hoiakud taastumisprotsesside suhtes;
- psühhosotsiaalne küpsus;
- valmidus teha koostööd koolitajate, kaasõppijate, praktikajuhendajate ja superviisoritega;
- vähemalt põhiharidus

Koolitusele kandideerimiseks on vaja:

- täita kandideerimise ankeet (saadetakse peale registreerumist e-kirjaga);
- esitada motivatsioonikiri (motivatsioonikiri sisaldab osaleja läbitud kogemuste/taastumiskogemuse lühikirjeldust ja põhjendust, miks soovitakse kogemusnõustaja tööd teha). Soovi korral võib lisada soovituskirja ja/või CV;
- osaleda eelintervjuul koos teiste kandideerijatega grupis või individuaalselt.

Kõik kandideerimise osad on kohustuslikud.

Õppe eesmärk:

Omandada kogemusnõustaja kvalifikatsioon. Koolitus keskendub kohanemise, muutumise ja kriisist taastumise teemadele, mis käivad kaasas tõsiste haiguste ja kaotustega ning aitab kujundada hoiakuid, mis on vajalikud kogemusnõustaja tööks. Lõpetades on võimalik töötada ja toetada kliente psühholoogiliste probleemide valdkonnas, pakkudes neile sotsiaalset tuge, kogemuslikke teadmisi ja infot, aga ka sotsiaalse õppimise ja võrdluse võimalust. Muuhulgas ka siis, kui probleemid tulevad keerulistest olukordadest, näiteks töötus, füüsiline haigus, puue jmt.

Õpiväljundid:

- tunneb nõustamise ja taastumise põhialuseid ning kogemusnõustamise võimalusi ja piire;
- oskab kasutada lihtsamaid nõustamistehnikaid;
- teab [sotsiaalala-](#) ja [kogemusnõustaja eetikakoodeksit](#), järgib neid ning teeb tööd klienti kahjustamata;
- tegeleb kliendiga oma pädevuse piires ja oskab teda vajadusel spetsialisti juurde suunata;
- analüüsib nõustamisprotsesse ja tegeleb eneseanalüüsiga nii iseseisvalt, kui spetsialistide abiga;
- on teadlik läbipõlemise ennetusmeetoditest ja oskab neid kasutada;
- on teadlik ja oskab vajadusel valida kriisitöös sobivad põhitehnikad;
- teab aitamistöös kasutatavate gruppide erinevaid liike, tunneb grupidünaamikat ja oskab vastavalt olukorrale teadlikult valida juhtimistehnikaid.

Õppe sisu:

1. osa:

- Sissejuhatus kogemusnõustamisse – 2,5 ak
- Nõustamise alused, nõustamiseetika – 5,5 ak
- Baastadmised ja oskused grupitöös – 15 ak
- Baastadmised ja oskused kriisitöös – 15 ak
- Esmased nõustamisoskused ja tehnikad – 31 ak
- Nõustaja eneseteadlikkus, eneserefleksiooni alused – 8 ak
- Isikliku taastumiskogemuse analüüs – 12 ak
- Töö raskete klientidega – 16 ak

2. osa:

- Kogemusnõustamise praktika – 30 ak
- Praktika juhendamised/superviseerimine individuaalselt ja/või grupis – 26 ak
- Iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, praktikapäeviku täitmine, eneserefleksioon – 31 ak
- Lõputöö – 8 ak

Õppemeetodid:

Loengud, arutelud, grupitööd, praktika, iseseisev töö.

Õppematerjalide loend:

Koolitusel osalejad saavad jaotusmaterjalid kõikide teemade kohta, mis on koostatud koolitaja poolt vastavalt õppesisu teemadele. Jaotusmaterjalid sisaldavad ka harjutusülesandeid, mida on võimalik peale koolituse lõppu kasutada nii õpitu kordamiseks, kui oma teadmiste edasiarendamiseks iseseisvalt.

Kasutatav õppekirjandus/õppematerjal/soovituslik kirjandus:

Kohustuslik õppekirjandus:

- „Aitaja vari” (M. Lindqvist)

- „Armastuse väljaajamine” (I. Yalom)
- „Motiveeriv intervjuerimine” (S. Rollnick, W. Miller, C. Butler)

Soovituslikud materjalid ja kirjandus iseseisvaks tööks:

- „Nõustamispsühholoogia” (A. Kidron), eriti rühmatöö osa
- „Loomismäng” (E. Rüütel, P. Visnapuu), lk 3–43, rühmadega töötamise põhimõtete osa
- „Juhtimise müstika” (M. Kets de Vries), lk 1–174
- „Nõustamisoskus” (J. McLeod)
- „Ryhmä hoitaa : teoriaa ja käytäntöä” (R. Pölönen & T. Sitolahti)
- „The Theory and Practice of Group Psychotherapy” (I. Yalom)
-

Nõuded õpingute lõpetamiseks:

Kogemusnõustaja pädevuse, koolituse lõpetamise ja tunnistuse väljastamise eelduseks ja aluseks on

- Vähemalt 80% koolituspäevadel osalemine
- 100% praktikatundide läbimine
- Supervisioonis osalemine
- Kirjalik kodutöö – juhtumianalüüs, praktikaanalüüs, eneserefleksioon
- Praktikajuhendaja positiivne hinnang osalejale
- Koolitaja ja superviisori positiivne hinnang osalejale

Hindamismeetodid:

Kirjalik kodutöö – juhtumianalüüs, praktikaanalüüs, eneserefleksioon (praktikast)

Hindamiskriteeriumid:

- õppija on läbinud isikliku taastumisloo protsessi ja esitanud oma taastumiskogemuse analüüsi kas kirjalikult või suuliselt;
- koolitaja positiivne kirjalik hinnang õppetööle, praktikale ja lõputööle;
- praktikajuhendaja positiivne kirjalik hinnang praktikale.

Kursuse läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend):

Tunnistus – kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud.

Tõend – kui õpitulemusi ei saavutatud, kuid õppija võttis osa õppetööst. Tõend väljastatakse vastavalt osaletud kontakttundide arvule.

Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- ja töökogemuse kirjeldus:

Kõrgharidus ja/või töökogemus õpetataval erialal. Täiskasvanute koolitaja kutse.

Õppekeskkonna kirjeldus ja kvaliteedi tagamise tingimused ja kord:

[Õppekeskkond ja kvaliteedi tagamise tingimused ja kord.](#)

Koolitajad

Koolitajad omavad psühholoogia-, sotsiaaltöö-, eripedagoogika- või andragoogikaalast haridust või on läbinud kogemusnõustaja väljaõppe (kogemuskoolitajad). Koolitajad on praktiseerivad psühholoogid, nõustajad, superviisorid või kogemusnõustajad ja grupitöö programmide juhendajad. Juhendavad igapäevaselt kogemusnõustajate tööd.

Anneli Valdmann – psühholoog, koolitaja, kogemusnõustajate superviisor

Tiina Leosk – koolitaja, kogemusnõustaja, täiskasvanute koolitaja tase 7

Marvi Pristavka-Taal – koolitaja, kogemusnõustaja, täiskasvanute koolitaja tase 6

Kaaskoolitajaid kaasatakse vastavalt vajadusele.

Õppekava kinnitamise aeg:

21.12.2018, muudetud 17.10.2022