

Täienduskoolitusasutuse nimetus	MTÜ Sinu Tee täienduskoolitusasutus „Sinu Tee Koolitus“
1. Õppekava nimetus ja õppekeel	KOGEMUSNÕUSTAJA BAASKOOLITUS, EESTI KEELES
2. Õppekava rühm	Sotsiaaltöö ja nõustamine
3. Õppe kogumaht (akadeemilistes tundides)	Koolituskava maht on 182 akadeemilist tundi (akh), mis jaotub järgmiselt: 80 akh – auditoorne töö 30 akh – praktika teenuseosutaja juhendamisel 26 akh – praktika juhendamine koolitaja poolt (individuaalselt ja/või grupis) 38 akh – iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, eneserefleksioon 8 akh – lõputöö
4. Õppekava koostamise alus	Sotsiaalkaitseministri 21. detsembri 2015. a määrus nr 68 „Kogemusnõustaja koolituskava“.
5. Sihtgrupp	Inimesed, kes soovivad tööle asuda kogemusnõustajana.
6. Eesmärk:	Valmistada ette kogemusnõustaja, kes pakub sarnase kogemusega inimesele kogemuspõhist emotsionaalset-, sotsiaalset- ja/ või praktilist tuge.
7. Õpiväljundid:	Koolituse läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • Omab ülevaadet kogemusnõustamise taustast ja vajadustest ühiskonnas; • Kasutab nii individuaal kui ka grupitöös nõustamisoskuseid ja – tehnikaid, lähtudes nõustamistöö põhialustest ja nõustamiseetikast; • Tegeleb eneseanalüüsi ja -refleksiooniga; • Tunneb seonduva valdkonna taastumiskäsitusi ja seostab neid isikliku kogemusega; • Rakendab töös kriisisekkumise põhitehnikaid
8. Koolitusele pääsemise soovituslikud tingimused	Täisealine isik, kellel on: <ul style="list-style-type: none"> - vähemalt põhiharidus; - oma taastumislugu ja valmidus seda kogemusnõustaja töös kasutada, seejuures peab isikul olema piisav taastumistase. Psühhotraumadega seotud teemades töötamise soovi korral on eelduseks vähemalt 2 aastane eneseteraapia koostöö Eestis riiklikult

	tunnustatud spetsialistidega (nt psühholoog, psühhiaater, riiklikult tunnustatud metoodikat rakendav psühhoterapeut, vmt); - valmisolek oma taastumislugu koolitusprotsessis läbi töötada.
9. Õppesisu	Vastavalt Sotsiaalkaitseministri 21.12.2015 määrusele nr 68 (vt lisa 1 või siit: https://www.riigiteataja.ee/aktilisa/1100/7201/8007/SOM_m68_Lisa.pdf#)
	Koolituse moodulid Akadeemilist tundi
	1. osa: koolitus (auditoorne töö) Kokku 80 tundi, sh
	1. Sissejuhatus kogemusnõustamisse (2,5 akh) 2. Nõustamise alused, nõustamiseetika (5,5 akh) 3. Nõustaja eneseteadlikkus, eneserefleksiooni alused (8 akh) 4. Isikliku taastumiskogemuse analüüs (8 akh) 5. Esmased nõustamisoskused ja -tehnikad (27 akh) 6. Baastadmised ja -oskused kriisitöös (14,5 akh) 7. Baastadmised ja -oskused grupitöös (14,5 akh)
	2. osa: praktika, lõputöö ja iseseisva töö protsessis Kokku 102 tundi, sh
	8. Praktika teenuseosutaja juhendamisel (30 akh) 9. Praktika juhendamine koolitaja poolt (individuaalselt ja/või grupis) (26 akh) 10. Iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, praktikapäeviku täitmine ja eneserefleksioon (38 akh) 11. Lõputöö (8 akh)
10. Õppemeetodid	Loeng, seminar, grupitöö, praktika, iseseisev töö.
11. Iseseisev töö	Iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, praktikapäeviku täitmine, eneserefleksioon.
12. Õppematerjalide loend	- Koolitusmaterjalid - Sotsiaalhoolekande seadus (kättesaadav siit: https://www.riigiteataja.ee/akt/130122015005?leiaKehtiv)
13. Koolituse lõpetamise tingimused	Kui koolitusel osaleja - on osalenud vähemalt 85% auditoorsetest tundidest; ja

	<ul style="list-style-type: none"> - on tähtaegselt esitanud lõputöö, millele koolitaja on andnud positiivse hinde, ja - praktika juhendaja on andnud tema praktikale positiivse kirjaliku hinnangu, <p>siis väljastatakse koolitusel osalejale tunnistus.</p> <p>Lõputöö esitamise eelduseks on varasemate koolitusmoodulite edukas läbimine.</p> <p>Koolitusel osaleja, kes tunnistuse saamiseks seatud tingimusi ei täida, kuid on koolitusel osalenud, väljastatakse koolitusel osalemise tõend.</p>
14. Lõputöö ja praktika hindamine	<p>Positiivse hindegaga hinnatakse lõputööd või praktikat, kui selles väljenduvad isiku piisavad teadmised ja oskused ning sobivad psühhosotsiaalsed ressursid, hoiakud ja isikuomadused kogemusnõustaja tööks.</p> <p>Hindegaga „mitterahuldav“ hinnatakse lõputööd, millest järeldub nõutavate teadmiste ja oskuste puudumine.</p>
15. Koolituse läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend).	<p>Tunnistus väljastatakse kui kõik hindamiskriteeriumid/nõuded on täidetud. Tõend, kui nõudeid õpingute lõpetamiseks ei saavutatud, kuid õppija võttis osa õppetööst. Kui õppeprotsessi jooksul ilmnevad asjaolud, mis viitavad, et õppija ei vasta riiklikus õppekavas kehtestatud eeldustele, on koolitusasutusel õigus õppija koolituselt välja arvata.</p> <p>https://www.riigiteataja.ee/akt/129122015035?leiaKehti</p>
16. Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- ja töökogemuse kirjeldus.	<p>Kõrgharidus ja/või töökogemus õpetatavas valdkonnas.</p>
17. Õppemaksu tasumise kord ja tähtaeg	<p>Õppemaks tasutakse arve alusel.</p>

Kogemusnõustaja koolituskava (182 tundi)

Koolituskava maht on 182 akh, mis jaotub järgmiselt:

80 akh – auditoorne töö

30 akh – praktika teenuseosutaja juhendamisel

26 akh – praktika juhendamine koolitaja poolt (individuaalselt ja/või grupis)

38 akh – iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, eneserefleksioon

8 akh – lõputöö

Koolituse moodulid	Akadeemilist tundi
1. osa: koolitus (auditoorne töö)	
1. Sissejuhatus kogemusnõustamisse	2,5
2. Nõustamise alused, nõustamiseetika	5,5
3. Nõustaja eneseteadlikkus, eneserefleksiooni alused	8
4. Isikliku taastumiskogemuse analüüs	8
5. Esmased nõustamisoskused ja -tehnikad	27
6. Baastadmised ja -oskused kriisitöös	14,5
7. Baastadmised ja -oskused grupitöös	14,5
Auditoorne töö kokku	80
2. osa: praktika, lõputöö ja iseseisva töö protsessid	
8. Praktika teenuseosutaja juhendamisel	30
9. Praktika juhendamine koolitaja poolt (individuaalselt ja/või grupis)	26
10. Iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, praktikapäeviku täitmine ja eneserefleksioon	38
11. Lõputöö	8
Praktika, iseseisev töö ja lõputöö kokku	102
Kokku	182

Moodulite sisu ja väljundite kirjeldus

Koolituse moodulid	Mooduli sisu	Mooduli õpiväljundid
Koolitus (kontakt-tundidena õpperuumides)		
1. Sissejuhatus kogemusnõustamisse	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · anda ülevaade kogemusnõustamise kujunemislööst, põhitunnustest, rakendusalaadest ja tulemuslikkusest nii Eestis kui pikaajalise kasutuskogemusega riikides · tutvustada Eesti hoolekande-, tervishoiu- ja tööhõivesüsteemi vajadusi 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · tunneb kogemusnõustamise tausta · omab ülevaadet kogemusnõustamise hetkeseisust Eestis · teab Eesti hoolekande-, tervishoiu- ja tööhõivesüsteemi vajadusi
2. Nõustamise alused, nõustamiseetika	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · anda ülevaade nõustamistöe põhialustest, nõustamiseetikast ja kogemusnõustamise asukohast · anda teadmised kogemusnõustamise võimalustest ja piiridest 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · tunneb nõustamise tööpõhimõtteid ja -etikast · tunneb turvalise eneseavamise piire · teadvustab kogemusnõustaja võimalusi ja vastutusala · oskab teha koostööd teiste spetsialistidega, oskab teha koostööd aitamisvõrgustikus · tunneb andmekaitseõudeid · on teadlik infokommunikatsioonitehnoloogia vahendusel kogemusnõustamise aspektidest
3. Nõustaja eneseteadlikkus, eneserefleksiooni alused	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · anda õppijale teadmised ja võimalused eneseanalüüsiks ja eneserefleksiooniks · anda teadmised kogemusnõustaja enese taastumisprotsessi säilitamisest 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · on teadlik enda kui nõustaja ressurssidest, n-õ käekirjast, väärtussüsteemist ja tööfilosoofiast · on teadlik enda kui nõustaja riskikohtadest, probleemidest ja ohustavatest mõjutustest · on valmis tegelema vajaduse korral riskiteemade ja arenguküsimustega jätkusupervisionides ja/või eneseteraapias

<p>4. Isikliku taastumiskogemuse analüüs</p>	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · anda ülevaade seonduva valdkonna taastumiskäsitustest ning seostada see isikliku kogemusega · anda raamistik ja struktuur isikliku taastumisloo läbitöötamiseks, kirjapanekuks ja loo suuliseks jagamiseks 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · tunneb seonduva valdkonna taastumiskäsitusi ja oskab neid seostada isikliku kogemusega · oskab isiklikku taastumislugu läbi töötada, kirja panna ja suuliselt jagada
<p>5. Esmased nõustamisoskused ja -tehnikad</p>	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · anda ülevaade nõustamise baasoskustest, meetodikatest ja lihtsamatest nõustamistehnikatest ning harjutada neid juhendatud rollitegevustes ja kogemusliku õppe protsessides · anda ülevaade probleemsetest olukordadest ja suhtemustritest nõustamissuhtes või nõustamisprotsessis 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · tunneb esmaseid nõustamisoskusi, -metoodikaid ja -tehnikaid ning oskab neid kasutada kogemusnõustaja töös · teab kuidas teha tööd klienti kahjustamata · tunneb ära keerulised olukorrad nõustamissuhtes või nõustamisprotsessis ning oskab vajaduse korral abi küsida · omab enesehoidmise baasteadmisi
<p>6. Baasteadmised ja -oskused kriisitöös</p>	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · anda ülevaade kriisiteooriatest · õpetada kriisisekkumise põhitehnikaid · harjutada kriisitöö põhitehnikaid juhendatud rollitegevustes ja kogemusliku õppe protsessides 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · teab oma isikliku kogemusega seonduvaid kriisiteooriaid · oskab valida vajaduse korral sobivad sekkumised kriisitöök, sealhulgas teha koostööd teiste spetsialistidega ja seostada abivajajat asjakohase kriisiabiga
<p>7. Baasteadmised ja -oskused grupitöös</p>	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · anda ülevaade grupi komplekteerimisest, grupidünaamikast, grupi eestvedamisest · arendada grupikohtumise planeerimise ja läbiviimise oskuseid · anda ülevaade probleemolukordade lahendamise meetoditest grupis · harjutada grupitöö põhitehnikaid juhendatud rollitegevustes ja kogemusliku õppe protsessides 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · teab aitamistöös kasutatavate gruppide erinevaid liike · oskab gruppi komplekteerida · tunneb grupidünaamikat ja oskab teadlikult valida olukorrale vastavad juhtimistehnikad · tunneb ära probleemolukorrad grupis ja oskab kohaselt tegutseda

<p>Praktika, lõputöö ja iseseisva töö protsessid</p>	<p>Praktikale pääsemise eelduseks on koolitaja hinnang õppes osaleja valmiduse kohta osaleda praktikaprotsessides ja klienditöös.</p>	
<p>8. Praktika teenuseosutaja juhendamisel</p>	<p>Praktika eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · pakkuda võimalust harjutada koolitusel omandatud teadmiste ja oskuste kasutamist klienditööprotsessides · kogeda kogemusnõustaja tööga kaasnevaid emotsioone (nii negatiivseid kui positiivseid) · kogeda võimalikke keerulisi olukordi, et juhendaja(te) kaasabil neist õppida · anda kogemuste kaudu võimalus analüüsida edukogemusi ning teha vajaduse korral muudatusi või otsida lahendusi 	<p>Praktika läbinu:</p> <ul style="list-style-type: none"> · omab realistlikku ettekujutust kogemusnõustaja tööst · omab praktilist ettevalmistust nõustamistööks · omab kogemust protsesside juhendamise väärtusest, oskab seda kasutada
<p>9. Praktika juhendamine koolitaja poolt (individuaalselt ja/või grupis)</p>	<p>Praktika juhendamise eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · pakkuda tuge, abi ja lisateadmisi reaalses klienditööprotsessides toimetulekuks · hoida ülal eneseanalüüsi ja eneserefleksiooni protsesse · kinnistada koolitusel omandatud teadmisi ja oskusi · pakkuda tuge tööga kaasnevate emotsioonidega toimetulekuks 	<p>Praktika juhendamise läbinu:</p> <ul style="list-style-type: none"> · omab realistlikku ettekujutust kogemusnõustaja tööst · omab praktilist ettevalmistust nõustamistööks · osaleb tööprotsessides suurema teadlikkusega · omab kogemust protsesside juhendamise väärtusest, oskab seda kasutada
<p>10. Iseseisev töö õppekirjandusega, taastumisloo kirjalik läbitöötamine, praktikapäeviku täitmine, eneserefleksioon</p>	<p>Õppeaine eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · täiendada auditoorses töös saadavaid teadmisi ja oskusi töötamiseks individuaaltöö klientidega ja gruppidega ning teha koostööd meeskonnas või võrgustikus koos erialaspetsialistidega · tagada isikliku taastumisloo kirjalik läbitöötamine · toetada praktikaprotsessides osalemist 	<p>Õppeaine läbinud õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> · omab ülevaadet isikliku kogemuspõhise valdkonnaga seonduvate ravi-, rehabilitatsiooni- ja toetavate teenuste süsteemist ja olemusest; · oskab selgitada teenuste vajalikkust · on läbinud isikliku taastumisloo protsessi ja vormistanud selle kirjalikult · oskab kasutada oma taastumislugu suuliselt selliselt, et see on abistav, mitte kahjustav

	<ul style="list-style-type: none"> · tagada järjepidev eneserefleksioon (sh kirjalik) 	<ul style="list-style-type: none"> · osaleb nõustamisprotsessides teadlikuna ja analüüsivõimelisena
<p>11. Lõputöö –</p> <p>1) kirjalik struktureeritud eneserefleksioon ja klienditöö analüüs (praktikast)</p> <p>või</p> <p>2) vaadeldud või salvestatud klienditööprotsess</p>	<p>Lõputöö eesmärk on:</p> <ul style="list-style-type: none"> · väljendada õppeprotsessis omandatud · kirjeldada või väljendada, milles seisneb õppeprotsesside loodud muutus osalejas, mis lubab teha vastutustundlikku ja kvaliteetset nõustajatööd · võimalus hinnata osaleja teadmisi ja oskusi ning psühhosotsiaalsete ressursside, hoiakute ja isikuomaduste sobivust kogemusnõustaja tööks 	<p>Lõputöö läbinu:</p> <ul style="list-style-type: none"> · on tõendanud piisavate teadmiste ja oskuste ning sobivate psühhosotsiaalsete ressursside, hoiakute ja isikuomaduste olemasolu kogemusnõustaja tööks <p>* Lõputöö esitamise/sooritamise eelduseks on varasemate koolitusmoodulite (koolituspäevad, praktika, juhendamine) edukas läbimine</p>