

TÖÖALANE TÄIENDUSKOOLITUS

	Õppekava nimetus eesti keeles	SUPERVIISOR JA COACH. PÜHHODRAAMA RAKENDAJA. 1. Praktiline grupijuhtimine ja sotsiomeetria 2. Psühhodraama meetodi rakendamine grupijuhtimises 3. Superviisori ja caochi pädevusõpe
2.	Õppekava nimetus inglise keeles	Supervisor and coach. Psychodrama Groupleader.
3.	Õppevorm	Töölane täienduskoolitus
4.	Õppekava maht	Õppeaja kestus 3 (1+1+1) aastat. Õppekava maht on 705 ak/ tundi: <ul style="list-style-type: none">• 540 auditoorset õpet ehk seminarid, millest: psühhodraama, sotsiomeetria, grupijuhtimine 200 ak tundi, supervisioon ja meeskonnatöö 200 ak tundi, <i>coaching</i> 60 ak tundi, eneseteraapia ja isiksuslik areng 80 ak tundi;• 75 tundi iseseisvat tööd kirjandusega ja lõputöö kirjutamist;• 45 tundi õppesupervisiooni individuaalselt ja grupis;• 45 tundi oma praktikat.
5.	Õppetöö keel	Eesti keel, osaliselt inglise keel
6.	Sihtgrupp ja vastuvõtu tingimused	Professionaalid, kes töötavad ametites ja organisatsioonides ning soovivad õppida indiviidide, meeskondade ja organisatsioonide superviseerimist ja coachimist psühhodraama, sotsiomeetria jm tegevuslikel meetoditel. Koolitusele asumise eelduseks on: <ul style="list-style-type: none">• kõrgharidus, vähemalt bakalaureuse kraad,• vähemalt 4 aastat järjepidevat töökogemust,• täiendkoolitustel osalemine, min 120 ak tundi, eeldatakse kursusi suhtlemisoskuste, psühholoogia, juhtimise jms valdkonnas,• kogemus osalejana individuaalses või grupisupervisioonis/coachingus, min 30 ak tundi.

7.	Õppekava fookus ja aluspõhimõtted	<p>Eesmärgiks on koolitada välja inimesed, kes oskavad rakendada psühhodraama jm tegevuslikke meetodeid indiviidide/töötajate, meeskondade ja organisatsioonide superviseerimisel ning <i>coachimisel</i>.</p> <p>Koolitus koosneb 2-3 päevastest seminaridest, k.a. lõpueksami seminar, millele lisanduvad iseseisev töö kirjandusega ja superviseeritud praktika läbiviimine.</p> <p>Koolitus on jaotatud 3 astmeks:</p> <p>I aste. Praktiline grupijuhtimine ja sotsiomeetria – 140 ak tundi</p> <p>II aste. Psühhodraama ja sotsiomeetria rakendamine supervisioonis ja <i>coachingus</i> - 200 ak tundi</p> <p>II aste. Superviisori ja <i>coachi</i> pädevusõpe - 205 + 70 + 45 + 45</p>
8.	Õppekava	
	Auditoorne õpe	<p><u>I aste. Praktiline grupijuhtimine ja sotsiomeetria</u> - 140 ak tundi</p> <p>I moodul: Gruppide ja meeskondade juhtimine</p> <ul style="list-style-type: none"> • J. L. Moreno filosoofia ja lähenemine töös inimestega • Spontaansuse kasutamine gruppide juhendamisel • Gruppide arenguring, grupidünaamikad • Erinevate eesmärkidega gruppide juhtimine – kovisioon, supervisioon, arengugrupid, töökollektiivid, meeskonnad, klassid, rühmad jne • Grupi loomine. Häälestumine grupile, eesmärgile, grupijuhi rollile • Koostöökokkulepped, turvalisus, grupi fookuse hoidmine • Jagamine kui protsess grupijuhtimise osana. Protsesside lõpetamine <p>II moodul: Grupijuhi roll</p> <ul style="list-style-type: none"> • J.L. Moreno rolliteooria • Grupijuhi roll ja funktsioon inimeste, meeskondade ja organisatsioonide juhendamisel • Grupijuhi isiksuslik küpsus. Grupijuhi isiksuse mõju grupile. Grupijuhi “vari”

- Grupi liikme roll, interpersonaalsed dünaamikad grupis
- Tunnete ülekanne jm emotsionaalsed dünaamikad
- Riskid ja ohukohad töös gruppidega.
- Arengu, protsesside ja tulemuste hindamine

III moodul: Sotsiomeetria

- Sotsiomeetria alused J.L. Moreno järgi
- Töö kriteeriumitega grupis
- Grupisuhete ja valikute juhtimine. Grupijuhtimine, kui grupis üksteist enam ei valita.
- Vastupanu sotsiomeetria lähetkohast
- Sotsiomeetrilised tehnikad grupidünaamika mõjutamiseks

IV moodul: Grupijuhtimise tehnikad

- Tööalaste juhtumite käsitlemine grupis kovisiooni vormis
- Loovad ja dünaamilised tehnikad erinevates grupi arengu faasides kasutamiseks
- Emotsionaalselt laetud olukordade käsitlemine
- Sõltuvused, psüühilised probleemid jm eriolukorrad
- Akuutsed juhtumid ja kriisid meeskonnas

II aste: Psühhodraama meetodi rakendamine grupijuhtimises –

supervisioon 100 ak tundi

coaching 30 ak tundi

psühhodraama ja sotsiomeetria 40 ak tundi

eneseteraapia ja isiksuslik areng 30 tundi

I moodul. J.L. Moreno põhiteooriate - rolliteooria, spontaansuse-loovuse teooria ja sotsiomeetria seos enamlevinud supervisiooni ja coachingu põhimõtetega

- Supervisiooni ja coachingu ajalugu ja tänapäev
 - Rolliteooria – arenguline ja rakenduslik kontseptsioon
 - Psühhodraama põhitehnikate – rollivahetus, peegel ja teisik, rakendamine supervisioonis ja coachingus
 - Kompetentsimudel sotsiaalsete, psühhodramaatiliste ja eksistentsiaalsete rollide järgi
 - Refleksiooni erinevad astmed ja mudelid
 - Supervisioon ja coaching kui oma tööst õppimine
- Õppimisteooriate ja spontaansuse teooria seos

II moodul. Supervisioon ja *coaching*

- Supervisiooni ja coachingu läbiviimise alused
- Grupi- ja individuaalse sessiooni ülesehitamise põhimõtted
- Sessiooni läbiviimise struktuur – soojendus, tegevus, jagamine, protsessanalüüs ja refleksioon
- Supervisiooni ja coachingu enimkasutatud tehnikad – GROW ning struktureeritud individuaalne ja kollektiivne mudel.
- Individuaalne ja meeskonna *coaching*
- Eetika ja vastutus supervisioonis ja *coachingus*

III moodul. Isiksuslik areng professionaalina

- Osalemine terapeutilisel intensiivkursusel
- Isiksusliku arengu takistused ja ressursid superviisori/*coachi* rollis
- Eneseanalüüs. Arenguülesanded.

III aste. Superviisori ja *coachi* pädevusõpe -

supervisioon 100 ak tundi
coaching 30 ak tundi
 sotsiomeetria, sotsiodraama 25 tundi
 eneseteraapia ja isiksuslik areng 50 ak tundi

I moodul. Organisatsioonide ja meeskondade superviseerimine ja *coachimine*

- Organisatsioonide ja meeskondade areng ja struktuurid.
- Koostöö juhtidega supervisiooni/*coachingu* protsessis. Lepingu koostamine, tagasiside
- Sotsiomeetria kasutusala meeskonnas ja organisatsioonis
- Sotsiaalne aatom. Rolliatom. Kultuuriaatom
- Sotsiodraama kasutamine töös organisatsioonide ja meeskondadega.
- Sotsiomeetriast tulenevate varjatud dünaamikate käsitlemine
- Sotsiomeetrilise tegevuse tulemuste kooskõlla viimine organisatsiooni/meeskonna eesmärkidega

II moodul. Spetsiifilised teemad supervisioonis ja *coachingus*

- Tele ja transferents. Töö ülekanne ja vastuülekannetega supervisioonis ja *coachingus*
- Emotsioonide adekvaatse jagamise ja juhtimise oskus supervisiooni/*coachingu* kontekstis
- Superviisori/*coachi* võimalused ja vastutus kriisisituatsioonis. Struktureeritud kriiside käsitlemise mudelid
- Väärkohtlemised, sõltuvused ja kuritarvitamised, psüühilised probleemid
- Kriisiplaani koostamise vajadus ja võimalused organisatsioonis

III moodul. Isiksuslik areng professionaalina

		<ul style="list-style-type: none"> • Osalemine terapeutilisel intensiivkursusel • Oma kompetentside ja rollide kaardistamine superviisori/<i>coachina</i> • Portfoolio ehk Arengutee superviisori/<i>coachiks</i> <p>IV moodul. Lõpueksam</p> <ul style="list-style-type: none"> • Portfoolio ja lõputöö esitamine • Supervisiooni sessiooni läbiviimise praktiline demonstreerimine kasutades psühhodraama ja sotsiomeetria tehnikaid.
	Iseseev töö	<p style="text-align: right;">70 ak tundi</p> <p>Kirjanduse lugemine ja refereerimine Vajadusel, vabatahtlikkuse alusel teooriagrupis osalemine Kirjalik lõputöö</p>
	Superviseeritud praktika	<p>Individuaalse kliendi superviseerimine 12 ak tundi Individuaalse kliendi <i>coaching</i> 12 ak tundi Meeskonna/organisatsiooni superviseerimine/<i>coaching</i> 21 ak tundi Õppesupervisioonis osalemine, praktikapäeviku esitamine 45 ak tundi</p>
9.	Õppekava õpiväljundid	<p>Kursuse läbinu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mõistab grupijuhtimise, meeskonnatöö ja supervisiooni ning <i>coachingu</i> rakendamise põhimõtteid ja selle vajalikkust professionaalidele, meeskondadele ja organisatsioonidele. 2. Teab erinevaid supervisiooni ja <i>coachingu</i> rakendamise mudeleid ning oskab neid kasutada. 3. Teab ja oskab rakendada psühhodraama, sotsiomeetria jm tegevuslikke meetodeid supervisiooni ja <i>coachingu</i> kontekstis. 4. Teab, kuidas sekkuda, mõjutada, juhtida ja juhendada inimesi ja meeskonda. Märkab grupidünaamikast tekkivaid raskusi ja rakendab sekkumise võtteid. 5. Teab ja oskab rakendada kriisisekkumise ja keeruliste indiviididega töötamise võtteid. 6. Lähtub superviisori/<i>coachina</i> eetilistest põhimõtetest ning tagab oma professionaalse arengu.
11.	Õppekava lõpetamise	<p>Õpe loetakse lõpetatuks, kui kõik õpiväljundid on saavutatud: õppekava on läbitud etteantud mahus, sooritatud kõik iseseisvad</p>

	tingimused	<p>tööd, sooritatud praktika ja osaletud õppesuperviseerimises, esitatud portfoolio ja lõputöö ning läbitud eksamiseminar.</p> <p>Lõpetamisel antav tunnistus Superviisor ja <i>Coach</i>. Psühhodraama rakendaja-grupijuht, vastab rahvusvahelistele ANSE (Association of National Organisations for Supervision in Europe) ja NBBE (Nordic Baltic Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry and Group Psychotherapy) standarditele.</p>
12.	Õppejõud	<p>Juhtivõppejõud:</p> <p>ESCÜ liikmed ja omavada superviisori kvalifikatsiooni 8. taset.</p> <p>Pille Isat – MA (TÜ psühholoogia), superviisor/<i>coach</i> (8.tase), CP (Certified Practitioner) 2001, TEP (Trainer/supervisor, Educator and Practitioner) 2011</p> <p>Tuuli Vellama - MA (TLÜ psühholoogia), superviisor/<i>coach</i> (8.tase), CP 2001, TEP 2011</p> <p>Aivar Simmermann – PhD (EKA teatriteadused), superviisor/<i>coach</i> (8. tase), CP 2001, TEP 2011</p> <p>Andres Sild – MD (TÜ arstiteadus), superviisor/<i>coach</i> , CP 2001</p> <p>Õppejõud:</p> <p>Reijo Kauppila – M.Ed (täiskasvanuharidus, Helsinki Ülikool), Certified Business Coach ACC 2010, ICF liige, superviisor 2015, TEP 2015, väljaõppes <i>coachingu</i> koolitaja</p> <p>Helar Peterson – MA (TÜ eripedagoogika), superviisor/<i>coach</i>, CP 2015</p> <p>Jaan Väärt – BA (EBS ärijuhtimine), superviisor/<i>coach</i>, CP 2017</p>
13	Õppekirjandus	<p>Psühhodraama ja sotsiomeetria:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Karp, M., Holmes, P., Bradshaw Tavon, K., The Handbook of Psychodrama, 2000 • Fox, J., The Essential Moreno, 1987 • Holmes, P., The Inner World Outside, 1992 • Hale, A., Conducting Clinical Sociometric Explorations, 1981 • Lindqvist, M. Aitaja vari, 2005 • Lindqvist, M., Julge elu unelm, 2003 • Aitolehti, S. Jt. Suhete näitelavad, 2010

		<p>Supervisioon ja <i>coaching</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proctor, B., Group Supervision. A guide to creative practice, 2010 • Hawkins, P., Shohet, R., Supervision in the helping professions • Campell, J.M., Becoming an Effective Supervisor • Krall H., Würst J., Fontaine P., Supervision in psychodrama • Szabo, P., Maier, D., Coaching – plain and simple • Hawkins, P., Smith N., Coaching, Mentoring and Organizational Consultancy • Kuntsel, A., Supervisioon kui toetav meetod muutuste juhtimiseks organisatsioonis, Organisatsioonide arendamise käsiraamat, 2011 • ANSE ja ESCÜ eetikajuhendid
--	--	--

14	Õppekeskkonna kirjeldus	Õppekavas seatud eesmärkide täitmiseks on olemas tervisekaitse nõuetele vastavad 2 koolitusruumi, väike raamatukogu, koolitajate ruum, garderoob-puhkeruum, tualett. Koolitusruumides on toolid, lauad, pabertahvlid ja grupitööks ning loovtegevuseks vajalikud vahendid.
----	--------------------------------	--