

TÖÖALANE TÄIENDUSKOOLITUS. ÕPPEKAVA NR. 3

1	Õppekava nimetus eesti keeles	Psühhodraama lavastaja CP Psühhodraama psühhoterapeut (spetsialiseerumine)
	Õppekava nimetus inglise keeles	Psychodrama Director <i>Ceritified Practitioner</i>
2	Õppekava rühm	Töölane täienduskoolitus
3	Õppekava õpiväljundid	<p>Selle õppekava alusel õppinud isik saab lõpetamisel õiguse psühhodraama kasutamiseks enesearengu- ja terapeutilistes gruppides. Väljaõpe võimaldab rakendada psühhodraamat erinevates eluvaldkondades, oma erialal ja ametikohal, aga ka eraldi professionina. Õppekava vastab Nordic Baltic Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry and Group Psychotherapy standarditele.</p> <p>Psühhoterapeudi suuna läbinu saab õiguse töötada psühhodraama psühhoterapeudina vastavalt Euroopa Psühhoteraapia Assotsiatsiooni ja Euroopa Psühhoteraapia Assotsiatsiooni standarditele.</p> <p>Kursuse läbinu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mõistab J.L. Moreno poolt loodud ja tänapäeval kaasajastatud käsitlust inimesest ja sotsiaalsetest süsteemidest. 2. Oskab rakendada psühhodraama, sotsiomeetria ja grupiteraapia meetodeid oma töös, viia läbi terapeutilisi gruppe ning superviseerida ja juhendada. 3. Teab ja oskab kasutada sekkumise võtteid keeruliste juhtumite, kriisiolukordade ja indiviidide/meeskondade dünaamikast tekkivate raskuste puhul. 4. Lähtub psühhodramaatikuna ja/või psühhoterapeudina eetilistest põhimõtetest ning tagab oma professionaalse arengu.
4	Õpingute alustamise tingimused	<p>Õpingute alustamiseks on vajalik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eelnevalt läbitud täienduskoolitused õppekava nr 1 „Praktiline grupijuhtimine ja sotsiomeetria“ ja õppekava nr 2 „Psühhodraama rakendaja-grupijuht. Superviisor ja coach“ • Kõrgharidus. Eelistatud on kõrgharidus psühholoogias, arstiteaduses, sotsiaaltöös, pedagoogikas, sotsioloogias jm sotsiaalteadustes; samuti teoloogias ja kunsti aladel. • Vähemalt 5-aastane töökogemus inimestega töös

	<p>Õppekava maht</p> <p>Õppetöö keel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Supervisioonis ja psühhodraama enesearengu grupis osalemine <p>Õppeaja kestuseks on arvestatud 6 aastat, millest</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1. aastal läbitakse õppekava Grupijuhtimine ja Sotsiomeetria, • 2-3. a. õppekava Superviisor/coach ja Psühhodraama rakendaja. • 4-6. a. õppekava Psühhodraama lavastaja CP. Võimalus spetsialiseeruda psühhodraama psühhoterapeudiks. <p>Õppekava maht on 2120 akad tundi, koos eelnevalt läbitud õppekavadega 1 ja 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1250 akad tundi auditoorset õpet ja osalemist eriseminaridel ning konverentsidel • 70 tundi tööd väikegruppides, iseseisvat tööd kirjandusega ja lõputöö kirjutamist • 350 tundi eneseterapiat • 450 tundi supervisiooni ja superviseeritud praktikat <p>Eesti keel. Eriseminarid osaliselt inglise keeles. Õppematerjal osaliselt inglise keeles, soovi korral vene, saksa ja soome keeles.</p>
6	<p>Õppekava fookus ja õppe korraldus</p>	<p>Õppekava vastab rahvusvahelisele NBBE (Nordic Baltic Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry and Group psychotherapy) standarditele.</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Antud väljaõppe aluseks on Jacob Levy Moreno poolt välja töötatud psühhodraama käsitlus ja meetodid ning selle edasiarendatud ja kaasajastatud lähenemine – psühhodraama, sotsiomeetria, grupipsühhoteraapia. • Eesmärgiks on koolitada välja inimesed, kes oskavad rakendada psühhodraama, sotsiomeetria ja grupiteraapia meetodeid oma töös, viia läbi terapeutilisi gruppe ning superviseerida ja juhendada. • Õpe koosneb auditoorsetest seminaridest, eriseminaridest külalisõppejõududega, konverentsidel töötubade läbiviimisest, iseseisvast tööst kirjandusega ja praktiseerimisest väikegruppides. • Superviseeritud praktika raames viiakse läbi vähemalt 1 pikem terapeutilise suunitlusega grupp ja 1 individuaalse teraapia protsess. Õppesupervisioonid toimuvad individuaalselt vastavalt kokkuleppele õppesuperviisoriga.
7	<p>Õppekava teemad:</p> <p>Auditoorne õpe koolitusrühmas ja väikestes harjutusgruppides</p>	<p>1. Psühhodraama meetod</p> <p>Tegevuslik grupijuhtimine, rollivahetus, peegel, teisik jt psühhodraama tehnikad. Loovuse ja spontaansuse kontseptsioon, rolliteooria. Indiviidi- ja grupikeskne psühhodraama. Psühhodraama kasutamine terapeutilistel</p>

	<p>eesmärkidel. Supervisioon psühhodraama meetodil.</p> <p>2. Sotsiodraama</p> <p>Sotsiaalsete teemade käsitlemine grupis, sotsiaalsete rollide seos psühhodramaatilistega, seos ja erinevus mängu ja teatriga.</p> <p>3. Aksiodraama</p> <p>Väärtuste ja hoiakute uurimine ühiskondlikul, grupi- ja individuaalsel tasandil.</p> <p>3. Sotsiomeetria</p> <p>Grupisuhete ja valikute mõõtmine, sotsiomeetrilised tehnikad grupi dünaamika mõjutamiseks, meeskonnatöö. Sotsiomeetria kasutamine töös meeskondade ja organisatsioonidega.</p> <p>4. Grupipsühhoterapia</p> <p>Grupidünaamika, erinevate gruppide spetsiifika, grupirollid, grupijuhi roll. Töö varajase sotsiaalse aatomiga</p> <p>5. Eneseteraapia psühhodraama grupis</p> <p>Osalemine terapeutilises grupis, eneseregulatsioon, arengu analüüs</p> <p>6. Psühhodraama teooria ja teadusuuringud</p> <p>J. L. Moreno filosoofia ja teooria, selle seos psühholoogia, sotsioloogia jt teadustega. Psühhodraama uurimismeetodid.</p>
<p>Individuaalne töö</p>	<p>Kirjanduse lugemine ja refereerimine</p> <p>Kirjalik lõputöö, mis näitab oskust siduda praktiline kogemus psühhodraama teooria ja tõenduspõhiste meetoditega.</p>
<p>Praktiline õpe</p>	<p>Psühhodraama grupi läbiviimine ja individuaalne klienditöö, psühhoterapeudi suunal terapeutilise eesmärgiga. Konverentsil töötoa läbiviimine. Õppesupervisioonis osalemine.</p>
<p>Lõpueksam</p>	<p>1. Kirjalik teooria eksam</p> <p>2. Psühhodraama sessiooni läbiviimise praktiline demonstreerimine, kokkuvõtete tegemine, portfoolio esitamine. Eksam sooritatakse kahe psühhodraama lavastaja (CP) kohalolekul, kellest vähemasti ühel on psühhodraama koolitaja väljaõpe (Trainer, Educator, Practitioner, TEP).</p>

8	Õppekava lõpetamise tingimused	<p>Õpe loetakse lõpetatuks, kui õppekava on läbitud etteantud mahus, sooritatud kõik iseseisvad tööd, kirjutatud lõputöö ja läbitud eksamiseminar.</p> <p>Lõpetamisel antakse tunnistus Psühhodraama Lavastaja <i>Certified practitioner</i> vastab rahvusvahelisele NBE standarditele.</p>
9	Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Moreno, J. L. <i>Psychodrama, vol.1, vol.2, vol.3</i> 2. Moreno, J. L. <i>Who Shall Survive</i>, 1978 3. Holmes, P. <i>Psychodrama since Moreno</i>, 1974 4. Holmes, P., Karp, M. <i>Psychodrama: Inspiration and Technique</i>, 1992 5. Kellermann, P. F. <i>Focus on Psychodrama</i>, 1992 6. Marineau, R. F. <i>Jacob Levy Moreno 1889 -1974</i>, 1989 7. Goldmann, E., Morrison, D. <i>Psychodrama: Experience and Process</i>, 1984 8. Tähkä, V. <i>Mind and Its Treatment</i>, 1993, 1994 9. Tähkä, V. <i>Psühhoteraapia alused</i>, 1999 10. Yalom, I.D., <i>The theory and Practice of Group Psychotherapy</i>, 1995
10	Õppejõud	<p>Õppejõududel on koolitaja TEP või psühhodraama lavastaja CP ja superviisori pädevused.</p> <p>Tuuli Vellama, Sirkku Aitolehti, Pille Isat, Aivar Simmermann, Andres Sild. Külalisõppejõud Reijo Kauppila, Eduardo Verdu</p>
11	Õppekeskkonna kirjeldus	<p>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.</p>