

NÕUSTAMISKOOLITUS KOOLIÕDEDELE

*On ainult üks tõeline väärtus, see on inimese side inimesega
A. de Saint-Exupery*

Nõustamiskoolitus toimub Tervise Arengu Instituudi tellimusel selleks, et parandada kooliõdede tervisealase nõustamise oskusi ja teadmisi ning pakkuda toetust igapäevatöök.

Võti efektiivse nõustamise juurde on kooliõe oskus leida kontakt ja võita patsientide usaldus, oskus mõjutada inimesi nii, et nad võtaksid vastutuse ja oleksid motiveeritud pereõe poolt pakutud tegevuse suhtes. Treeningu käigus keskendutakse eelkõige efektiivse nõustamisprotsessi teadvustamisele ja vajaminevate suhtlemisoskuste harjutamisele.

Koolituse eesmärk:

- Anda teadmisi erinevatest nõustamisviisidest ja meetoditest.
- Kujundada avatud suhtumist ja koostööd väärtustavaid hoiakuid.
- Arendada suhtlemisoskusi, mis toetavad tervisealase nõustamise protsessi.

Põhiteemad:

- Kooliõe roll. Ühiskonna ootused kooliõe rollile. Rolli võtmine, tajumine ja rollist välja tulemine. Piiravate hoiakute ja uskumuste teadvustamine. Eneseväärtustamine.
- Thomas Gordoni käitumisaken – „Kellel on probleem?“ teadvustamine ja vastavalt sellele sobiva reageerimisviisi valimine.
- Situatsioonitaju – spontaanne vs adekvaatne hinnang olukorrale, vastutusevõtmine siin ja praegu – kohaleolekujõud (E. Tolle). Otsustamisruum ja tegutsemisvõimalused; nõustaja ning nõustatava vastutusala.
- Nõustamisprotsess ja nõustamismudelid, kuidas seda rakendada pereõe igapäevases praktikas ja iseseisvate vastuvõttude tegemisel.
- Nõustamiseks vajaminevad suhtlemisoskused – kontakti loomine, kuulamisoskused, selge eneseväljendus, mina – sõnumid, tagasiside andmine ja enesekehtestamine ning suhtlemist soodustavad tegurid.
- Suhtlemist takistavad tegurid ja nende äratundmine. Tavapärased probleemid kliendi ja nõustaja vahelises suhtes.

Koolitusmeetodid:

Koolitus toimub interaktiivses treeningu vormis. Peamised meetodid:

- Interaktiivsed lühiloengud
- Grupitöö ja diskussioon
- Rollimängud
- Praktilised harjutused ja ülesanded (tegevuse kaudu õppimine)
- Tegevuste analüüs ja vastastikune tagasiside

Koolituse tulemusena treeningul osalejad:

- Omandavad teadmised nõustamise põhimõtetest ja mudelitest.
- Oskavad efektiivsemalt nõustada ja teisi positiivselt mõjutada.
- Oskavad märgata iseenda ja teiste emotsioone ning nende taga peituvaid vajadusi.
- Oskavad paremini toime tulla vastupanuga.
- Loovad oma arenguvisioni ja koostavad eesmärgid edaspidiseks arenguks.

Koolituse maht: 2 koolituspäeva (16 tundi)

1. päev - 09.45 - 17.30

2. päev - 09.00 – 16.30

Koolituse ajad ja kohad: 29.04–30.04. 2009 Tallinnas, Tervise Arengu Instituudis (Hiiu 42, Tallinn)

21.10–22.10.2009 Tartus, Dorpat konverentsikeskus (Turu 2, Tartu)

11.11–12.11.2009 Tallinn, Tervise Arengu Instituudis (Hiiu 42, Tallinn)

Koolituse maksumus:

Osalemine, koolitusmaterjalid ja kohvipausid on osalejatele tasuta. Lõunasöök, transport ja majutus omafinantseerimisel.

Koolitajad: Anu Ruusmann ja Sille Jõgeva, ST art OÜ suhtlemistreenerid. Treenerid omavad töökogemusi nii meditsiinivaldkonnas kui ka koolisüsteemis.

Koolitusele registreerumine:

Palume saata osalemissoov Tervise Arengu Instituudi koolitusspetsialisti e-posti aadressile merike.org@tai.ee.

Registreerumisel palume edastada järgnevad andmed: **osaleja nimi, asutus, amet, linn/maakond, kontakttelefon, e-posti aadress, koolituse toimumise aeg.**

Registreerumine toimub kuni kohtade olemasoluni.

Kui olete koolitusele juba registreerunud, aga mingil põhjusel ei saa koolitusel osaleda, siis palun andke sellest kindlasti teada merike.org@tai.ee.

Registreerunud osaleja e-posti aadressile saadetakse täpne informatsioon koolituse päevakavaga 3 päeva enne koolituspäeva toimumist.

Koolitajate tutvustused



SILLE JÕGEVA

Omandasin Tartu Ülikoolis bakalaureusekraadi liikumisravi erialal ning lisaks sellele omandasin ka kehalisekasvatuse ja terviseõpetuse õpetaja kutse. Minu bakalaureusetöö teema oli seotud kehalise treeningu ja endorfiinidega. Olen töötanud neuroloogiahaiglas ja puuetega laste koolides füsioterapeudina ning tavakoolis suhtlemisõpetajana. Mõned aastad möödusid ärivaldkonnas, kus tegelesin müügitööga ja hiljem selle juhtimisega. Samaaegselt täiendasin end läbides suhtlemistreenerite väljaõppe ja peagi asusin tegema suhtlemisalaseid koolitusi. Oman ka Gordoni Perekooli ja Õpetajate kooli rahvusvahelist koolituslitsentsi.

Olen läbinud mitmeid praktilise psühholoogia kursusi (nt. neuro- lingvistiline programmeerimine, „Rännaku „ intensiivkursus, Imago-teraapia, Metameditsiin, regressiooniteraapia jpm.). Hetkel täiendan oma terapeudioskusi kolme-aastaselt hüpnoteraapia-psühholoogia koolitusel SACH International Eesti koolis, Shindo ning Metameditsiini kursusel.

Arvan, et head suhted on meie elus kõige olulisemad. Minu koolitused ja treeningud käsitlevad teemasid, mis on seotud suhete parandamisega.

Mulle meeldib mõelda inimesest kui tervikust ja oma koolitustel kasutan samuti erinevaid meetodeid ja harjutusi, mis kaasaksid nii keha, mõtteid kui tundeid.

Minu moto: „Kõik su suhted on peeglid ja kõik inimesed on su õpetajad.“



ANU RUUSMANN

Oman praktilisi töökogemusi erakorralise meditsiini ja peremeditsiini valdkonnas töötamisest. Olen juhitanud haigla koolituskeskust ja töötanud 4,5 aastat personalijuhina. Lisateadmisi ja oskusi olen saanud „Andrase” täiskasvanute koolitaja kvalifikatsiooni kursusel, organisatsioonikäitumise magistriõppes Tallinna Ülikoolis, suhtlemistreenerite väljaõppekursusel ja teistelt juhtimis- ja psühholoogialastelt koolitustelt.

Oman 10 aastast koolituskogemust tervishoiuvaldkonnas suhtlemiskoolitusi (baassuhtlemisoskused, enesekehtestamine, konfliktide lahendamine, stress ja läbipõlemine jne) ning juhtimisalased koolitusi (personalijuhtimine, arenguestlused, läbirääkimised, meeskonnatöö, klienditeenindus, tööõigus jne) läbi viies.

Kes ma olen? Rändaja eluteel, oma olemuselt elurõõmus õppija. Minus on soov uusi kogemusi omandada ning oma teadmisi ja mõtteid teistega jagada.

Minu moto: „Muutumine on vältimatu, ära seisa sellele vastu, vaid mine sellega kaasa.“