

**MTÜ International Supervision and Coaching Institute**

Täiskasvanute koolitusasutus

Õppekava on kinnitatud 28.01.2016

ÕPPEKAVA	Superviisori/ <i>coach</i> ’i väljaõpe
ÕPPEKAVA RÜHM	Superviisori/ <i>coach</i> ’i väljaõpe
HARIDUSE LIIK	Töölane täiendkoolitus
EESMÄRK	<p>Õppekava eesmärk on anda ANSE (Association of National Organisations for Supervision in Europe; <a href="http://www.anse.eu">www.anse.eu</a>) standardile vastavat haridust. Õppekava on seotud superviisorite kompetentsiraamistikuga (A European Competence Framework of Supervision and Coaching, March 2015), ICF (International Coach Federation) coachi tuumkompetentsidega ja aitab saavutada alltoodud kutsestandardites märgitud kompetentse:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Karjääriinfo spetsialist, tase 6, kompetentsid: B.2.5 Juhendamine ja koolitamine; B.2.6 kutset läbivad läbivad kompetentsid nr.1, 3, 6.</li> <li>2. Karjäärinõustaja, tase 7, kompetentsid: B.2.1 Individuaalne karjäärinõustamine; B.2.2 Grupinõustamine; B.2.6 Juhendamine ja koolitamine; B.2.7 kutset läbivad kompetentsid 1,3,6.</li> <li>3. Kooli karjääri koordinaator, tase 6, kompetentsid: B.2.6 Juhendamine ja koolitamine; B.2.7 kutset läbivad kompetentsid 1,3,6.</li> <li>4. Sotsiaalpedagoog, tase 7, kompetentsid: B.2.3 Juhtumikorraldus ja nõustamine; B.2.4 Turvalise õpi- ja töökeskkonna kujundamine; B.2.5 Refleksioon ja professionaalne enesearendamine.</li> <li>5. Suhtlemistreener, tase 7, kompetentsid: B.2.5 Suhtlemistreeningu meetodi ja treenerite arendamine; B.2.6 kutset läbiv kompetents nr.3.</li> </ol> <p>Kursuse eesmärk on ette valmistada superviisoreid/<i>coache</i>, kes suudavad pakkuda valdkondadeülest superviisiooni ja coachingut, tehes seda professionaalsel kõrgel tasemel, ning eetilisi põhimõtteid järgides.</p> <p>Kursus annab osalejatele teadmised superviisioonist ja <i>coachingust</i>, superviisori/<i>coach</i>i kutsest ning oskused töötada superviisorina ja <i>coach</i>’ina.</p>
KOOLITUSE KESTUS	2,5 aastat, 12 sessiooni
ÕPINGUTE ALUSTAMISE TINGIMUSED	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kõrgharidus: sotsiaal- ja humanitaarteadused (sh majandus ja juhtimise erialad)</li> <li>2. Töökogemus: vähemalt 4 aastat pärast kõrgkooli lõpetamist.</li> <li>3. Erialastel täiendkoolitustel ja grupiprotsessides osalemine (min 60 akadeemilist tundi). Arvesse võetakse erinevaid kursusi ja/või pikema kestusega enesearenguprogramme, mis annavad teadmisi inimesest, suhtlemisest, õpetamisest, gruppidest, organisatsioonidest, juhtimisest, jms.</li> <li>4. Kasuks tuleb psühhoteraapia kogemus.</li> <li>5. Superviisori poolt tõendatud varasem superviisiooni ja/või <i>coachingu</i> kogemus (erinevad vormid) – miinimum 30 akadeemilist tundi.</li> <li>6. Isiksuslikud eeldused: baasilised eneseregulatsiooni, suhtlemise ja reflekteerimise oskused ning inimestega töötamise põhiliste eetiliste printsiipide arvestamine.</li> </ol>
VASTUVÕTU PROTSEDUUR	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dokumentide esitamine e-posti teel</li> <li>2. Intervjuu (grupis) positiivne läbimine</li> </ol>

ÕPPEKEEL	Eesti keel. Kirjanduse lugemine eesti ja võõrkeeles.
ÕPPEKAVA MAHT	<p>Õppekava sisu on kooskõlas ANSE standardiga ja tugineb Euroopa supervisiooni ja <i>coaching</i>'u pädevusraamistikule.</p> <p>Kursus kestab 2,5 aastat. Kursuse maht on 650 akadeemilist tundi, millest:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 412 akadeemilist tundi moodustavad kontakttunnid ehk kokku 12 õppesessiooni (kümme 4-päevast ja kaks 3-päevast õppesessiooni);</li> <li>- 50 akadeemilist tundi on iseseisev töö kaasõppijate grupis;</li> <li>- 60 akadeemilist tundi on isiklik õppesupervisioon, mis jaguneb individuaalkohtumiste seeriaks (kuni 40 tundi) ja grupisupervisiooniks;</li> <li>- 60 akadeemilist tundi (2-4 individuaalsupervisiooni/-coachingu protsessi, kokku 30 kohtumist) on supervisiooni/coachingu praktika;</li> <li>- 16 akadeemilist tundi või rohkem on grupi- või meeskonnasupervisiooni/-coachingu praktika;</li> <li>- 12 akadeemilist tundi on vaatluspraktika;</li> <li>- 40 akadeemilist tundi on iseseisev töö kirjandusega ja isikliku portfoolio koostamine.</li> </ul>

ÕPPEKAVA SISU	
<b>1.Moodul</b>	<p><b>Supervisiooni ja <i>coachingu</i> olemus. Õppetöö korraldus.</b></p> <p>Supervisiooni ja <i>coachingu</i> eesmärk ja funktsioonid. Mõisted: superviisor/<i>coach</i>, supervisee/<i>coachee</i>, klient. Supervisiooni põhimudel, keskkond ja selle loomine. Supervisiooni/<i>coachingu</i> levinumad vormid, protsessi ja sessiooni ülesehitus. Supervisioon ja <i>coaching</i>, mille poolest nad erinevad mentorlusest, koolitusest ja teraapiast. Konteksti tähendus supervisioonis ja <i>coachingus</i>. Juhtumi ja klienditöö mõiste supervisioonis.</p> <p>Superviisoriks/<i>coachiks</i> õppimine: õppetöö sessioonide ajal, kaasõppijate grupp ja selle eesmärgid, õppesuperviisor ja õppesupervisioon, superviisoriks/<i>coachiks</i> kujunemise praktika, iseseisev töö. Lepingu tähendus ja kokkulepete sõlmimine.</p>
<b>2.Moodul</b>	<p><b><i>Mindfulness</i> ja supervisiooni vaimne raamistik.</b></p> <p>Kohalolek ja usaldusliku, hinnanguvaba ja jõustava suhte loomine. Konfidentsiaalsus. Superviisori/<i>coachi</i> identiteet. Usaldus, konfidentsiaalsus ja eetiline praktika. Hinnanguvaba suhe ja tagasisidestamine supervisioonis/ <i>coachingus</i>. Superviisori ja <i>coachi</i> tööks vajalikud kompetentsid (ANSE ja ICF). Superviisoriks – <i>coach</i>'iks õppija isiklikud õpi- ja arengueesmärgid ja nende seadmine. Portfoolio tähendus superviisori professionaalses arengus. Genogramm.</p>
<b>3.Moodul</b>	<p><b>Õppimine ja areng supervisiooni ja <i>coachingu</i> protsessis.</b></p> <p>Individaalse arengukava ja individaalse õppimisevajaduse kaardistamine ja analüüs. Refleksiooni mõiste ja sisu. Levinumad refleksiooni mudelid. Refleksioonivõime arendamine. Refleksiooniprotsessi juhtimine. Metatasandi mõiste supervisioonis/<i>coachingus</i>. Metatasandi rakendamise praktiline treenimine. Supervisiooni ja <i>coachingu</i> seos õppimisega. Superviisori/ <i>coachi</i> eneserefleksioon ja portfoolio.</p>
<b>4.Moodul</b>	<p><b>Individaalne supervisioon ja <i>coaching</i>.</b></p> <p>Rollid individaalses töös kliendiga: superviisor/<i>coach</i>, supervisee/<i>coachee</i>, klient. Supervisee/<i>coachee</i> vajadused, vastutus, lepingu sõlmimine, eesmärkide seadmine sessioonile, supervisiooni/<i>coachingu</i> plaani koostamine, protsessi juhtimine. Paralleelprotsessi ja ülekande mehhanismid. Protsessi juhtimise tehnikad: aktiivne kuulamine, küsimuste esitamine, avatud suhtlus. Tööriistad individaalseks tööks</p>

	kliendiga. Läbipõlemine ja selle ennetamine supervisiooni kaudu. Kriisi- ja stressijuhtimine supervisiooni kaudu.
<b>5.Moodul</b>	<b>Grupi ja meeskonna supervisioon ja coaching.</b> Kontekst gruppide või meeskondadega töötamisel. Juhtumi mõiste grupisupervisiooni kontekstis. Meeskondade ja töörühmade tegevus organisatsiooni kontekstis. Lepingu sõlmimine grupiga/organisatsiooniga. Rollid ja vastutus. Grupidünaamika ja rühmaprotsesside juhtimine. Ülekandenähtused, psühholoogilised kaitsed ja nendest teadlik olemine. Sotsiaalsete nähtuste peegeldumine grupis. Grupiga töötava superviisori/coachi oskused ja meetodid. Superviisori oskused töötada sekkumise, sessiooni ja pikaajalise protsessi tasandil. Keerukad juhtumid abistavates elukutsetes.
<b>6.Moodul</b>	<b>Vahehindamine.</b> Õppeprotsessi käigus valmiva portfoolio vahehindamine. Tagasiside saamine oma professionaalsele arengule õppejõududelt ja grupikaaslastelt.
<b>7.Moodul</b>	<b>Pikaajaliste arenguplaanide koostamise juhendamine individuaal- ja rühmatöös.</b> Väärtuste sõnastamine, visiooni ja missiooni käsitus üksikisiku, töörühma, organisatsiooni tasandil. Väärtuskonflikti teema organisatsiooni kontekstis. Individuaalse arengukava ja individuaalse õppimisevajaduse kaardistamine ja analüüs. <i>Coachingu</i> kasutamine arenguplaanide koostamisel ja elluviimisel. GROW mudel. Identiteedi mudelid (Perls, Dilts, Jung jt.). Professionaalse identiteedi tähendus ja superviisori/coachi tööriistakast identiteedi teemadega töötamiseks.
<b>8.Moodul</b>	<b>Organisatsiooni arendamine supervisioon ja coachingu kaudu.</b> Organisatsiooni käsitus. Administratiivse supervisiooni mõiste ja kasutusala. Organisatsiooni sisemised ja välised toetusmeetodid. Võrgustikutöö superviseerimine. Kovisiooni mõiste ja võimalused organisatsiooni arendamisel. Organisatsiooni eripärad sotsiaal-, tervishoiu-, haridus-,ärivaldkonnas. Valdkonnaspetsiifilised probleemid (teemad) ja nende superviseerimine. Superviisori/coachi poolt organisatsioonile antav tagasiside.
<b>9.Moodul</b>	<b>Erinevad lähenemised, meetodid ning tehnikad supervisioonis ja coachingus.</b> Humanistlik ja süsteemne käsitus, lahenduskeskne lühiteraapia, psühhodraama, gestaltteraapia ning nende kasutusvõimalused supervisioonis/coachingus.
<b>10.Moodul</b>	<b>Erinevad lähenemised, meetodid ning tehnikad supervisioonis ja coachingu-us.</b> Skulptuuri, konstellatsiooni, rollimängude ja video kasutamine supervisioonis/coachingus.
<b>11.Moodul</b>	<b>Superviisori ja coachi professionaalne areng.</b> Superviisori ja coachi tööle esitatavad kvaliteedi nõuded. ANSE, ICF ja ESCÜ standardid. ESCÜ kvaliteedi nõuded tegevssuperviisorile. Supervisiooni- ja coachingu praktika superviseerimine. Enesehindamine ja tagasiside võtmine superviisori/coachi töös. Kovisioonigrupid. Intervisioon ja selle osa professionaalses arengus. Oma isikliku supervisiooni/coachi praktilise organiseerimine. Tegevusplaani ja eelarve koostamine superviisori/coachi töös.
<b>12.Moodul</b>	<b>Eksam ja portfoolio esitamine.</b> Lõpetamisel esitatav portfoolio koosneb järgmistest osadest: 1) superviisori/coachi identiteet (maailmavaade, taust, haridus, töökogemus, väljaõpped) 2) ühe supervisiooni/coachingu protsessi (individuaalne või grupi protsess) reflekteerimine/analüüs ning selle sidumine teooriaga. 3) õppesuperviisori tagasiside 4) õppekava tingimuste täitmine (tabelina) 5) lisad Praktilise eksami läbimine.

<p>ÕPPEMEETODID</p>	<p>Koolitus koosneb teoreetilisest ja kogemuslikust õppest, mille käigus areneb valmisolek tegutsemaks iseseisva superviisori/<i>coachina</i> nii üksikisikute, gruppide kui ka organisatsioonidega.</p> <p>Reflektiivsed ja interaktiivsed õppimismeetodid lähtuvad täiskasvanukoolituse põhimõtetest: praktilised töötoad, rollitreening, diskussioonid, juhtumianalüüsid, loengud, õppefilmide analüüsimine, loovmetoodikad, harjutamine paarides, kolmikutes ja väiksemates gruppides; õppeprotsessi ja isikliku arengu reflekteerimine ning protokollimine jne.</p> <p><b>Rühmaprotsessis osalemine</b>, selle vaatlemine ja hindamine on keskne osa kogu koolituse tervikus.</p> <p><b>Saadud teadmiste ja oskuste pidev rakendamine praktikasse:</b> oma isikliku supervisiooni/<i>coachingu</i> praktika alustamine ja sellele supervisiooni saamine õppesuperviisorilt; kaasõppijate grupis nii teooria kui praktiliste juhtumite läbitöötamine, pidev eneserefleksioon nii õppegrupis kui ka väljaspool seda.</p> <p><b>Osalemise kohustus.</b> Õppijalt eeldatakse osalemist kogu õppeprotsessis.</p>
<p>KOOLITAJAD</p>	<p>Tiina Merkuljeva - MA (TÜ kasvatusteadus, eripeda-googika), superviisori diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2006), alates 2011 EBS juhtimisteaduste doktorant  Piret Bristol - MA (TÜ psühholoogia), superviisori/<i>coachi</i> diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2009), seniorsuperviisor  Kaidi Peets - MA (TPÜ, inglise keel), Ärikorraldus ja turundus (TTÜ 2001), superiisori/<i>coachi</i> diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2009)  Mari Saari - MA (TÜ psühholoogia), superviisori diplom (Der Rote Faden, Eesti Supervisiooniühing 1998)  Kaupo Saue - MA (TÜ psühholoogia), Superviisori ja <i>coachi</i> diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2006 )  Signe Vesso - MA (TÜ majandus), superviisori diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2006)  Sigrid Melts - MA (TPÜ, pedagoogika), superviisori ja <i>coachi</i> diplom 2009, (Der Rote Faden, TLÜ)  Triin Vana - BA (TÜ, õendusteadus), superviisori diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2006)  Ester Väljaots – MA (TPÜ, psühholoogia õpetaja, koolieelse kasvatustöö meetodik), superviisori diplom (Der Rote Faden, Eesti Supervisiooniühing 1998)  Inge Tael – TÜ kliiniline psühholoogia, superviisori/<i>coachi</i> diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2006), seniorsuperviisor  Viktoria Saat – MA Process Work Institute, protsessile orienteeritud psühhoteraapia MA, Dipl PW (Portland, USA, 2006-2011)  Ilze Norman, MA in Systemic Supervision, Roots</p>
<p>LÕPETAMISE TINGIMUSED JA VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID</p>	<p>Kursuse lõpetamise eelduseks on:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Osavõtt õppesessioonidest vähemalt 85% ulatuses ning puudumiste korral kokku lepitud kompenseerivate ülesannete täitmine täies mahus</li> <li>• Praktika nõuete täitmine kogu nõutavas mahus</li> <li>• Iseseisev töö kirjandusega. Loetu jagamine õpigrupis või uue teadmise integreerimine praktilistesse harjutustesse.</li> <li>• Kirjaliku lõputöö esitamine ning sellele positiivse hinnangu saamine</li> <li>• Praktilise eksami sooritamine õppegrupis komisjoni positiivse hinnangu alusel</li> </ul> <p>Kogu kursuse käigus hinnatakse osavõttu moodulitest, sooritatud ülesandeid,</p>

	<p>läbi viidud supervisiooni ja coachingu sessioone, juhtumite analüüse, õppesuperviisori kirjalikku kokkuvõtet õppesupervisioonidest, rühmaesitlust, professionaalset portfooliot, kirjalikku lõputööd ja praktilist eksamit.</p> <p>Hindamisprotseduur lähtub paindlikust õppijakesksest raamistikust, milleks on enesehindamine ja soorituste hindamine. Kursus eeldab isiklikku seotust ja pühendumist, enesemotivatsiooni. Enesehindamine toimub kogu koolituse jooksul.</p> <p>Kursuse lõpetajatele väljastatakse superviisori/coachi tunnistus.</p>
ÕPIVÄLJUNDID	<p><b>Kursuse lõpetanul on teadmised, oskused, professionaalsed hoiakud ning praktiline valmisolek tegutsemaks iseseisva superviisorina ja/või coachina nii üksikisikute, gruppide kui ka organisatsioonidega.</b></p> <p>Kursuse lõpuks arendavad õppijad välja supervisiooni läbiviimise isikliku professionaalse stiili, mille loomulik osa on kriitiline teadlikkus superviisori rollist ja selle mõjust inimese tööalasele arengule täiskasvanuhariduse ja õppijakesksete teooriate kontekstis.</p> <p>Kursuse lõpetanu on omaks võtnud superviisori eetika.</p> <p>Kursus loob eeldused superviisori isikuslikuks ja professionaalseks kasvuks ja arenguks.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kursuse lõpetanu on välja arendanud superviisorile/coachile omase professionaalse identiteedi: suhtumise, eetika, arusaamise professionaalse arengu põhimõtetest, superviisorile ja coachile omase vaatenurga isikule, tööle ja organisatsioonile</li> <li>• Kursusel osalenu oskab üles ehitada professionaalse suhte superviseeritavate isikutega, gruppidega, organisatsioonidega ning soodustada nende arengut.</li> <li>• Kursuse lõpetanu tunneb ja oskab kasutada erinevaid tehnikaid ja meetodeid supervisiooni ja coachingu läbiviimiseks ning valdab neid temale isikupärasel viisil.</li> <li>• Kursusel osalenu on välja arendanud eeskujuliku superviisorile ja coachile omase isikupärase suhtlemise stiili ning võime juhtida mitmekesiseid, mitmetähenduslikke ja süsteemseid protsesse</li> </ul>
ÕPPEKESKKONNA KIRJELDUS	<p>Õppetöökäsitatakse ühte kuni kolme ruumi loenguteks, rühmatöökäsitatakse väikerühmades harjutamiseks; projektorit, tahvli, markereid ning loovtöövahendeid.</p> <p>Õppetöö tugineb õppekirjandusele.</p>
ÕPPEMATERJALIDLOEND	<p>Õppetöökäsitatakse põhiõpikud ja kohustuslik kirjandus:</p> <p>John Whitmore, 2009. Tulemuslikkuse treenimine. Väike vanker.</p> <p>Hawkins, P., Shohet, R. (2009). Supervision in the helping professions. An individual, group and organizational approach Second edition. London.</p> <p>Ховкинс П., Шохет Р. (2002). Супервизия. Индивидуальный, групповой и организационный подходы. СПб.: Речь, 2002.</p> <p>Martti Lindqvist, 2008. Aitaja vari. Väike Vanker.</p> <p>Passmore J. (2010). Excellence in Coaching: The Industry Guide.</p>