

MTÜ International Supervision and Coaching Institute
Täiskasvanute koolitusasutus

ÕPPEKAVA	Superviisor-coachi väljaõpe
ÕPPEKAVA RÜHM	Superviisor-coachi väljaõpe spetsialiseerumisega psühhosotsiaalses valdkonnas
HARIDUSE LIIK	Töölane täiendkoolitus
EESMÄRK	<p>Väljaõppe eesmärk on ette valmistada superviisoreid, spetsialiseerumisega psühhosotsiaalsele valdkonnale, tehes seda professionaalselt kõrgel tasemel ning eetilisi põhimõtteid järgides.</p> <p>Väljaõpe annab osalejatele teadmised supervisioonist ja coachingust, superviisori kutsest ning oskused töötada superviisorina ning läbi viia coachingut.</p> <p>Õppekava eesmärk on anda ANSE (Association of National Organisations for Supervision in Europe; www.anse.eu) standardile vastavat haridust. Õppekava on seotud superviisorite kompetentsiraamistikuga (<i>A European Competence Framework of Supervision and Coaching</i>, March 2015).</p>
KOOLITUSE KESTUS	2,5 aastat, 14 õppemoodulit
ÕPINGUTE ALUSTAMISE TINGIMUSED	<ol style="list-style-type: none"> Sotsiaal- ja tervishoiualane kõrgharidus, mis on seotud psühho-sotsiaalse valdkonnaga (nt sotsiaaltöö, tervishoid, psühholoogia, sisejulgeolek, jm). Minimaalselt 4 aastane järjepidev töökogemus peale kõrghariduse omandamist ning töökogemus järgmistes valdkondades: sotsiaalhoolekanne, lastekaitse, tervishoid, noorsootöö, kriminaalhooldus, ohvriabi, psühholoogia, psühhoteraapia, eripedagoogika, tugiharidus, õiguskaitseüsteem (vanglad, kohtud), pagulasabi, töötervishoid ja teised psühhosotsiaalselt haavatavate kliendigruppidega töötajad. Erialastel täiendkoolitustel ja grupiprotsessides osalemine (min 120 akadeemilist tundi). Arvesse võetakse erinevaid kursusi ja/või pikema kestusega enesearenguprogramme, mis annavad teadmisi inimesest, suhtlemisest, õpetamisest, gruppidest, organisatsioonidest, juhtimisest, jms. Superviisori poolt tõendatud varasem supervisiooni ja/või coachingu kogemus (erinevad vormid) – miinimum 30 akadeemilist tundi. Isiksuslikud eeldused: baasilised eneseregulatsiooni, suhtlemise ja reflekteerimise oskused ning inimestega töötamise põhiliste eetiliste printsiipide arvestamine.
VASTUVÕTU PROTSEDUUR	<ol style="list-style-type: none"> Dokumentide esitamine e-posti teel Grupiintervjuu positiivne läbimine
ÕPPEKEEL	Eesti keel. Välisõppejõude mõistmiseks ja kirjanduse lugemiseks vajalik algtase inglise keeles.
ÕPPEKAVA MAHT	<p>Õppekava sisu on kooskõlas ANSE standardiga ja tugineb Euroopa supervisiooni ja coachingu pädevusraamistikule.</p> <p>Väljaõpe kestab 2,5 aastat. Väljaõppe üldmaht on 650 akadeemilist tundi, mis jaguneb järgmiselt:</p> <ul style="list-style-type: none"> 378 kontakttundi 16 tundi grupiõppesupervisioon 34 tundi individuaalne õppesupervisioon ja arenguestlused 68 tundi praktikat, sh 38 tundi individuaalsupervisiooni-, 24 tundi grupisupervisiooni- ja 6h vaatluspraktika 154 tundi iseseisev töö kaasõppijate grupis ja individuaalselt

	ÕPPEKAVA SISU
<p>ÕPPEPROTSESSI ISELOOMUSTUS</p>	<p><u>Väljaõppe baaslähenedmine</u> Väljaõppe esimeses pooles keskendutakse peamiselt individuaaltööle. Teises pooles peamiselt tööle grupi, meeskonna ja organisatsiooniga. Superviisori identiteedi kujunemine ning teadlik eneseareng läbib kogu õpet. Omandatud põhikompetentsid on seotud arendusprotsessis kasutatavate üldiste meetoditega, eneserefleksiooni ja eetiliste hoiakutega ning spetsiifiliste teadmistega töötamiseks psühhosotsiaalses valdkonnas.</p> <p><u>Metoodiline lähenemine</u> Õppe ülesehituses läbivalt kasutatavate ning ühtlasi õpetatavate meetodite valik tuleneb lähenemistest ja mõtteviisidest, mis pärit olulistest psühhoteraapia ning täiskasvanu õppimise suundadest. Õpe toetub peamiselt süsteemse superviisiooni raamistikule ning kompetentsimudelina kasutatakse ANSE loodud superviisori kompetentsusraamistikku.</p> <p><u>Õppeprotsessi rütm ja tegevused</u> Õppesessioonid: Väljaõppe teemad on jagatud 14-ks mooduliks ning õpe toimub 3-päevaste õppesessioonidena, 2-3 kuu tagant, kokku 14 õppesessiooni. Õpe sisaldab nii aktiivõpet kui grupiõppesuperviisiooni väikegruppides. Vahepealsel ajal teevad õppijad iseseisvat superviisiooni praktikat, tööd kaaslaste grupis või töötavad kirjanduse ning portfoolioga. Õppeprogrammi keskel, 8-1 õppesessioonil toimub senise õppeprotsessi reflekteerimine ning vaheportfoolio esitus, et hinnata õppija professionaalset arengut, tugevusi ning arenguvajadusi. Lõpetamiseks tuleb esitada kirjalik lõputöö (portfoolio) ning praktiline töö, milles avalduvad väljaõppes omandatud kompetentsid.</p> <p>Õpingukaaslaste grupid: Õppesessioonide vahelisel ajal toimub osa õppetööd õpingukaaslastest moodustatud väikestes gruppides.</p> <p>Õppesuperviisor: Õppija valib endale õppesuperviisori. Õppesuperviisiooni ülesanne on valmistada ette praktikat, reflekteerida tehtud praktikatöid ning toetada õppija isiksuslikku kasvu.</p> <p>Praktika: Õppija leiab endale võimaluse järjepidevalt õppemoodulite vahelisel ajal praktiseerida (Individaalse superviisiooni- ja/või coachingu praktika; grupiga, meeskonnaga või organisatsiooniga töötamise praktika; vaatluspraktika).</p> <p>Teemade käsitlemise järjekord võib muutuda tulenevalt reaalsest grupiprotsessist, külalisõppejõudude ajagraafikust või teistest olulistest mõjutajatest. Õppesessioone viivad läbi kolm põhiõppejõudu ning teised koolitajad ISCI-st, Eestist või välismaalt.</p>
<p>1. Moodul</p>	<p>Superviisiooni ja coachingu ajalugu, käsitlused ja kontekst. Õppetöö korraldus.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ülevaade õppetöö korraldusest. • Mõisted: superviisioon, mentorlus, coaching, nõustamine, konsultatsioon, teraapia jt.

	<ul style="list-style-type: none"> • Supervisiooni ajalugu, funktsioonid, vormid. • Lepingu tähendus supervisioonis ja kokkulepete sõlmimine. • Konteksti tähendus supervisioonis. • Abistavate elukutsete diskursus ja supervisiooni kontekst psühhosotsiaalses valdkonnas.
2. Moodul	<p>Supervisiooni ja coachingu vaimne raamistik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Supervisiooni ja coachingu olustiku/”ruumi” ja nõustamissuhte loomine. • Teadlikkus ja kohalolek, töö oma sisemise mitmekesisusega, et aktsepteerida välist mitmekesisust. • Metatasandi mõiste supervisioonis. • Eetika, väärtused ja konfidentsiaalsus supervisioonis ja coachingus. • Humanistlik lähenemine klienditöös (C. Rogers).
3. Moodul	<p>Supervisioon ja coaching kui professionaalse arengu toetamine</p> <ul style="list-style-type: none"> • Täiskasvanu õppimise käsitlus ja selle seos supervisiooniga. • Refleksiooni mõiste, reflektiivne praktika, -protsess ja - mudelid. • Sotsiaalne konstruktivism. Sotsiaalse õppimise teooria. Keele ja kultuuri mõju. • Superviisori identiteet, professionaalne hoiak ja kompetentsid (ANSE).
4. Moodul	<p>Individuaalne supervisioon psühhosotsiaalses valdkonnas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuaalse supervisiooni protsess, sessiooni ülesehitus ja eesmärgistamine. • Lepingu sõlmimine ja kokkulepete tegemine protsessis. • Paralleelprotsess supervisioonis. Ülekanne ja psühholoogilised kaitsed. • Lahenduskesksel lühiteraapial põhinev lähenemine, meetodid ja tehnikad.
5. Moodul	<p>Individuaalne coaching</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuaalse coachingu protsess ja sessiooni ülesehitus ja eesmärgistamine. • Lepingu sõlmimine ja kokkulepete tegemine protsessis. • Coachingu lähenemised, liigid ja meetodid.
6. Moodul	<p>Süsteemne lähenemine ja meetodid supervisioonis ja coachingus</p> <ul style="list-style-type: none"> • Süsteemse lähenemise teoreetilised-filosoofilised alused ja meetodid. • Konstallatsiooni tehnikate kasutamine. • Narratiivsete tehnikate kasutamine.
7. Moodul	<p>Inimese, töö ja organisatsiooni vaheline suhe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vaimne tervis töökohal ja organisatsioonist tulenevate psühhosotsiaalsete tegurite mõju inimesele. • Läbipõlemise mõiste vs säilenõtkus. • Jõustamisele, tugevustele ja ressurssidele suunatud supervisioon ning coaching. • Määramatuse ja ambivalentsusega toimetulek.
8. Moodul	<p>Vaheportfoolio esitus ja õppeprotsessi reflekteerimine</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ühe individuaalse supervisiooni salvestuse esitamine. • Õppeprotsessi käigus valmiva portfoolio esitlemine. • Senise praktika analüüs.

	<ul style="list-style-type: none"> • Eneseanalüüs ja tagasiside saamine oma professionaalsele arengule õppejõududelt ja grupikaaslastelt. • Edasiste arengueesmärkide seadmine.
9. Moodul	Grupisupervisioon ja gruppidega töötamise põhimõtted <ul style="list-style-type: none"> • Grupi mõiste supervisioonis. Kontekst gruppidega töötamisel. • Grupisupervisiooni protsess, lepingu sõlmimine grupiga/organisatsiooniga. Rollid ja vastutus. • Süsteemse lähenemise meetodid gruppidega töötamisel. • Juhtumi mõiste ja analüüs grupisupervisioonis, protsess ja meetodid.
10. Moodul	Grupisupervisioon, lähenemised ja meetodid <ul style="list-style-type: none"> • Psühhoteraapia koolkondadele toetuvate meetodite kasutamine supervisioonis (Psühhodraama, gestaltteraapia ja konstellatsiooni tehnikate kasutamine grupisupervisioonis). • Grupisupervisiooni vormid: võrgustikusupervisioon, juhtumi analüüs, kovisioon, jt. • Grupidünaamika ja grupiprotsesside ja konfliktide juhtimine.
11. Moodul	Meeskonnasupervisioon ja -coaching <ul style="list-style-type: none"> • Meeskonnad organisatsiooni kontekstis. • Meeskonnasupervisiooni ja -coachingu protsess. Leping sõlmimine, rollid ja vastutus. • Superviisori oskused töötada sekkumise, sessiooni ja pikaajalise protsessi tasandil. • Meeskonna väärtused ja kultuuritasandid. Väärtuskonfliktid meeskonnas. • Süsteemsed ja lahenduskesksed meetodid ja tehnikad meeskonna supervisioonil ja coachingus. Väärtustav lähenemine.
12. Moodul	Organisatsiooni arendamine supervisiooni kaudu. <ul style="list-style-type: none"> • Organisatsiooni toimimise elemendid ja organisatsioonidiagnostika. • Süsteemne käsitus organisatsioonidega töötamisel. • Organisatsiooni supervisiooni protsess. Rollid ja vastutus. Leping sõlmimine ja tagasiside organisatsiooniga. • Supervisiooni ja coachingu võimalused organisatsiooni arendamisel ja muudatuste juhtimisel. • Mitmekesisuse käsitlemine. Võimu ja hierarhia haldamine.
13. Moodul	Psühhosotsiaalse valdkonna spetsiifilised teemad ja meetodid <ul style="list-style-type: none"> • Kriisijärgne supervisioon, esmane töö psühhotraumaga. Sekundaarne trauma. • Kliendigrupi spetsiifika mõju superviseeritavale ja superviisorile. • Supervisioon erinevates kontekstides (lastekaitse, politsei, ohvriabi, immigratsioon). • Koostöö teiste sidusvaldkonna spetsialistidega. Võrgustikusupervisioon.
14. Moodul	Väljaõppe lõpetamine ja kokkuvõte <ul style="list-style-type: none"> • Portfoolio ja praktilise töö esitamine. • Väljaõppe lõpetamine, tagasiside ja õppeprotsessi kokkuvõte.

ÕPPEMEETODID	<p>Väljaõpe on tervikprotsess, kus teooria on integreeritud kogemusõppesse, mille käigus õppijad arendavad oskusi individuaalse, grupi ja organisatsiooni supervisiooni läbiviimiseks. Väljaõpe lähtub täiskasvanute õppe põhimõtetest, mille kohaselt õppija on aktiivne subjekt, kes vastutab oma arengu eest. Õppimine toimub praktiseerides (harjutamine paarides, kolmikutes ja väiksemates gruppides) ning kogetud ja õpitut reflekteerides (isikliku arengu kirjalik ja suuline reflekteerimine ning protokollimine). Kogemusõpe vaheldub loengute, diskussioonide ja juhtumianalüüsidega.</p> <p>Rühmaprotsessis osalemine ja selle reflekteerimine on keskne osa kogu väljaõppe tervikus.</p> <p>Õppimine moodulite ajal ja supervisiooni praktiseerimine õppemoodulite vahepeal (ka praktika alustamine) on toetatud individuaalse ja grupiõppesupervisiooniga.</p> <p>Oluline osa väljaõppest on saadud teadmiste ja oskuste järjepidev rakendamine praktikasse: oma isikliku supervisiooni praktika alustamine ja sellele supervisiooni saamine õppesupervisiiorilt; kaasõppijate grupis nii teooria kui praktiliste juhtumite läbitöötamine, pidev eneserefleksioon nii õppegrupis kui ka väljaspool seda.</p>
NÕUDED KOOLITAJATELE	<p>Kõrgharidus vähemalt magistriõppe tasemel (MA). Läbinud ESCÜ kvaliteedigrupi. Põhiõppejõududel on nõutav ESCÜ kvaliteedistandardi alusel superviisori 8.tase (vt. http://supervisioon.ee/uhingust/escu-superviisorate-kvaliteedisusteem/), sisaldab mh. lõpetatud supervisiooni/coachingu väljaõpet; pidevat praktiseerimist superviisori/coachina; koolitamise ja koolituskavade väljatöötamise kogemust; täiendkoolitustel osalemist ja pidevat professionaalset enese arendamist.</p>
KOOLITAJAD	<p>Väljaõpet viivad läbi kolm põhiõppejõudu. Lisaks põhiõppejõududele käsitlevad teatud teemasid teised koolitajad ISCI-st (https://www.isci.ee/meist/), Eestist ja välisriikidest.</p> <p>Põhiõppejõud: Tiina Merkuljeva - MA (TÜ eripedagoogika 1990), alates 2011.a. EBS juhtimisteaduste doktoriõppes, superviisori/<i>coachi</i> diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2006), ESCÜ kvaliteedistandardi alusel superviisori 8.tase Piret Bristol - MA (TÜ psühholoogia), superviisori/<i>coachi</i> diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2009), Erickson Professional Coach (ACSTH), ESCÜ kvaliteedistandardi alusel superviisori 8.tase Triin Vana - MBA (TÜ Pärnu Kolledz, teenuste disain ja juhtimine), superviisori/<i>coachi</i> diplom (Der Rote Faden, TLÜ 2006), ESCÜ kvaliteedistandardi alusel superviisori 8.tase</p>
LÕPETAMISE TINGIMUSED JA VÄLJASTATAVA DOKUMENDID	<p>Väljaõppe lõpetamise eelduseks on:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Osavõtt õppemoodulitest vähemalt 85% ulatuses ning puudumiste korral kokku lepitud kompenseerivate ülesannete täitmine täies mahus. • Praktika nõuete täitmine kogu nõutavas mahus. • Iseseisev töö kirjandusega. Loetu jagamine õpigrupis või uue teadmise integreerimine praktilistesse harjutustesse.

	<ul style="list-style-type: none"> • Kirjaliku lõputöö (Portfoolio) ning praktilise töö esitamine ning neile positiivse hinnangu saamine. <p>Kogu väljaõppe käigus hinnatakse osavõttu moodulitest, sooritatud ülesandeid, läbi viidud supervisiooni ja coachingu sessioone, juhtumite analüüse, õppesuperviisori kirjalikku kokkuvõtet õppesupervisioonidest, rühmaesitlust, professionaalset portfooliot, kirjalikku lõputööd ja praktilist tööd.</p> <p>Hindamisprotseduur lähtub paindlikust õppijakesksest raamistikust, milleks on enesehindamine ja soorituste hindamine. Väljaõppe eeldab isiklikku seotust ja pühendumist, enesemotivatsiooni. Enesehindamine toimub kogu koolituse jooksul.</p> <p>Väljaõppe lõpetajatele väljastatakse superviisori ja <i>coach</i>'i tunnistus.</p>
ÕPIVÄLJUNDID	<p>Väljaõppe lõpetanul on teadmised, oskused, professionaalsed hoiakud ning praktiline valmisolek tegutsemaks iseseisva superviisorina nii üksikisikute, gruppide kui ka organisatsioonidega ning oskused coachingu läbiviimiseks. Õpe annab lisaks üldisele superviisori ja coachi pädevusele ka psühhosotsiaalse valdkonna superviisori pädevuse, et mõista nii teoreetiliselt kui praktiliselt valdkondlikku supervisiooniprotsessi ning osata kasutada erinevaid meetodeid haavatavate kliendigruppidega töötavate spetsialistide ja tugivõrgustike toetamisel.</p> <p>Väljaõppe lõpuks arendavad õppijad välja supervisiooni ja coachingu läbiviimise isikliku professionaalse stiili, mille loomulik osa on kriitiline teadlikkus oma rollist ja selle mõjust inimese tööalasele arengule täiskasvanuhariduse ja õppijakesksete teooriate kontekstis.</p> <p>Väljaõppe loob eeldused superviisori ja coachi isiksuslikuks ja professionaalseks kasvuks ja arenguks. Lõpetanu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • on välja arendanud superviisorile ja coachile omase professionaalse identiteedi: suhtumise, eetika, arusaamise professionaalse arengu põhimõtetest, superviisorile ja coachile omase vaatenurga isikule, tööle ja organisatsioonile (ANSE kompetentsid 1 - 4); • oskab üles ehitada professionaalse suhte nii individuaalses töös, kui töös gruppide, meeskondade ja organisatsioonidega ning soodustada nende arengut (ANSE kompetentsid 5 - 6); • tunneb ja oskab kasutada erinevaid tehnikaid ja meetodeid supervisiooni ja coachingu läbiviimiseks ning valdab neid temale isikupärasel viisil (ANSE kompetentsid 9); • on välja arendanud eeskujuliku superviisorile omase isikupärase suhtlemise stiili ning võime juhtida mitmekesiseid, mitmetähenduslikke ja süsteemseid protsesse (ANSE kompetentsid 1, 7, 8).
ÕPPE- KESKKONNA KIRJELDUS	<p>Õppetöökäsitatakse ühte kuni kolme ruumi loenguteks, rühmatöökäsitatakse väikerühmades harjutamiseks; projektorit, tahvlit, markereid ning loovtöövahendeid.</p> <p>Õppetöö tugineb õppekirjandusele.</p>
ÕPPE- MATERJALIDE LOEND	<p>Õppekirjandus õppekava osana:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Hawkins, P., Shohet, R. (2009). Supervision in the helping professions. An individual, group and organizational approach (2-nd Edition).

- 2) Henderson, P. (2009). A Different Wisdom, Reflections on Supervision Practice.
- 3) Davys, A., Beddoe, L. (2010). Best Practice in Professional Supervision.
- 4) Whitmore, J. (2009). Tulemuslikkuse treenimine.
- 5) Carroll, M., Holloway, E. (1999). Counselling Supervision in Context.
- 6) Corey, M.S., Corey, G., Corey, S. (2016). Groups: process and practice (10-th Edition).
- 7) Lindqvist, M. (2008). Aitaja vari.
- 8) Gelso, C.J., Williams, E.N. & Fretz, B. (2014). Counseling Psychology (3rd ed.).
- 9) ANSE. (2015). ECVision Competence Framework.
http://www.anse.eu/wp-content/uploads/2017/01/ECVision_Competence_Framework033015.pdf

Soovituslik kirjandus:

- 10) Atkinson, M., Chois, R.T. (2012). Step By Step Coaching.
- 11) Shohet, R. (2008). Passionate Supervision.
- 12) Carroll, M. (2014). Effective Supervision for the Helping Professions.
- 13) Whittington, J. (2012). Systemic Coaching and Constellations: An Introduction to the Principles, Practices and Applications.
- 14) Wilson, C. (2014). Performance Coaching: A Complete Guide to Best Practice Coaching and Training, Second Edition.
- 15) Ludema, J.D., Whitney D., et al. (2003). The Appreciative Inquiry Summit.
- 16) Kellermann, P.F. (1992). Focus on Psychodrama.
- 17) Goldsmith, M., Reiter, M. (2016). Päästikud.
- 18) Dweck, C.S. (2017). Mõtteviis.
- 19) Williams, M., Penman, D. (2013). Ärksus.
- 20) Rogers, J. (2015). Juht kui treener.
- 21) Campbell, J.M. (2000). Becoming an Effective supervisor.
- 22) Harkavy, D. (2006). Becoming a Coaching Leader.
- 23) Hawkins, P. (2014). Leadership Team Coaching: Developing Collective Transformational Leadership.
- 24) Bannink, F. (2014). Post traumatic success. Positive psychology & Solution focused strategies to help client survive and thrive.
- 25) Lehtsaar, T. (2015). Suhtleiskonflikti psühholoogia.
- 26) Rosenberg, M.B. (2005). Vägivalatu suhtlemine.
- 27) Rothschild, B. (2011). Traumast paranemise kaheksa võtit.
- 28) Per Isdal Isdal. (2022). Aitamise hind.