

MTÜ International Supervision and Coaching Institute

Täiskasvanute koolitusasutus

ÕPPEKAVA	Superviisori ja <i>coach</i> i väljaõpe
ÕPPEKAVA RÜHM	Superviisori ja <i>coach</i> i väljaõpe spetsialiseerumisega psühhosotsiaalses valdkonnas
HARIDUSE LIIK	Töölane täiendkoolitus
EESMÄRK	Väljaõppe eesmärk on ette valmistada superviisoreid, spetsialiseerumisega psühhosotsiaalsele valdkonnale, tehes seda professionaalselt kõrgel tasemel ning eetilisi põhimõtteid järgides. Väljaõpe annab osalejatele teadmised supervisioonist ja coachingust, superviisori kutsest ning oskused töötada superviisorina ning läbi viia coachingut. 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).
KOOLITUSE KESTUS	2,5 aastat; 16 õppemoodulit
ÕPINGUTE ALUSTAMISE TINGIMUSED	1. Kõrgharidus, mis on seotud psühhosotsiaalse valdkonnaga (nt sotsiaaltöö, tervishoid, psühholoogia, sisejulgeolek, jm). 2. Minimaalselt 4 aastane järjepidev töökogemus peale kõrghariduse omandamist järgmistes valdkondades: sotsiaalhoolekanne, lastekaitse, tervishoid, noorsootöö, kriminaalhooldus, ohvriabi, psühholoogia, psühhoteraapia, eripedagoogika, tugiharidus, õiguskaitseüsteem (vanglad, kohtud), pagulasabi, töetervishoid ja teised psühhosotsiaalselt haavatavate kliendigruppidega töötajad. 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. 4. Superviisori poolt tõendatud varasem supervisiooni ja/või coachingu kogemus (erinevad vormid) – miinimum 30 tundi. 5. Isiksuslikud eeldused: baasilised eneseregulatsiooni, suhtlemise ja reflekteerimise oskused ning inimestega töötamise põhiliste eetiliste printsiipide arvestamine.
VASTUVÕTU PROTSEDUUR	1. Dokumentide esitamine e-posti teel 2. Grupiintervjuu positiivne läbimine
ÕPPEKEEL	Eesti keel. Välisõppejõude mõistmiseks ja kirjanduse lugemiseks vajalik algtase inglise keeles.
ÕPPEKAVA MAHT	Õppekava sisu on kooskõlas ANSE standardiga ja tugineb Euroopa supervisiooni ja coachingu pädevusraamistikule. Väljaõpe kestab 2,5 aastat. Väljaõppe üldmaht on 722 akadeemilist tundi, mis jaguneb järgmiselt: • 402 kontakttundi • 50 tundi õppesupervisiooni (16 tundi grupiõppesupervisiooni ja 34 tundi individuaalset õppesupervisiooni, sh arenguveestlused) • 70 tundi praktikat, sh 38 tundi individuaalsupervisiooni, 24 tundi grupisupervisiooni ja 6h vaatluspraktikat • 200 tundi individuaalset iseseisvat tööd ja kaasõppijate grupis

	ÕPPEKAVA SISU
ÕPPEPROTSESSI ISELOOMUSTUS	<u>Väljaõppe baaslähenemine</u> Väljaõppe esimeses pooles keskendutakse peamiselt individuaalsele supervisioonile ja coachingule, teises pooles grupi, meeskonna ja organisatsiooni supervisioonile ja coachingule. Superviisori identiteedi filosoofiliseks aluseks ISCI-s on: humanistlik, eksistentsiaalne ja holistiline vaade inimesele. Pädevuste arendamisel toetatakse ANSE kompetentsiraamistikule. <u>Metodoloogiline lähenemine</u> Väljaõppe metodoloogilise aluse moodustavad: süsteemne, lahenduskeskne, narratiivne ja fenomenoloogiline lähenemine ning kogemuslikud ja tegevuslikud meetodid. Superviisori kujunemist saadab järjepidev eneserefleksioon, mis toetab eetiliste ning spetsiifilist konteksti arvestavate hoiakute kujunemist: superviseeritava autonoomia ja eneseaktualiseerumise toetamist, konteksti ja suhete olulisuse teadvustamist, kohalolu ja autentsuse kultiveerimist supervisiooniprotsessis, probleemide ümberraamistamist võimalusteks ja lahendusteks, ressursside ja olemasolevate oskuste avastamist ning keerukuste vähendamist. <u>Õppeprotsessi korraldus</u> Kontaktõpe: Väljaõppe teemad on jagatud 16-ks õppemooduliks, millest 14 toimub 3-päevaste kohapealsete sessioonidena ning 2 moodulit 2-päevase virtuaalõppena üle veebi. Õppemoodulite vahepealsel ajal teevad õppijad iseseisvat supervisiooni praktikat, ülesandeid kaaslaste grupis või töötavad kirjanduse ning portfoolioga. Õppeprotsessi keskel, 7-1 õppesessioonil toimub vaheportfoolio esitlus, mille käigus reflekteeritakse ja hinnatakse õppija senist arengut superviisorina, tugevusi ning arenguvajadusi. Väljaõppe lõpetamiseks esitab õppija kirjaliku lõpuportfoolio, mis on vaheportfoolio edasiarendus ning esitab praktilise töö, milles avalduvad väljaõppe käigus omandatud kompetentsid. Õpingukaaslaste grupid: Õppesessioonide vahelisel ajal toimub osa õppetööd õpingukaaslastest moodustatud väikestes gruppides. Kontaktõppejõud: igal õppijal on kogu väljaõppe protsessi käigus kontaktõppejõud (üks põhiõppejõududest), kes on õppijale toeks. Kontaktõppejõud viib õppijaga läbi kaks arenguveestlust: 2 akad tundi õppe esimeses pooles ja 2 akad tundi õppe teises pooles. Õppesuperviisor: Õppesupervisiooni ülesanne on reflekteerida tehtud praktikatöid ning toetada õppija isiksuslikku kasvu. Õppesuperviisori valib õppija põhiõppejõudude poolt esitatud nimekirjast. Individuaalset õppesuperviisorit võib õppija vahetada üks kord õppe jooksul.

	Praktika: Individuaalse supervisiooni- ja/või coachingu praktika; grupiga, meeskonnaga või organisatsiooniga töötamise praktika; vaatluspraktika. Praktikakliendid leiab õppija ise ja klientide leidmine on vajadusel toetatud õppejõudude poolt. 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.
1. Moodul 27-29.11.2025 Tallinn, Lõdtsa 6, Zappi hoone.	Supervisiooni ja coachingu ajalugu, käsitlused ja kontekst. Õppetöö korraldus. • Ülevaade õppetöö korraldusest. • Mõisted: supervisioon, coaching, mentorlus, nõustamine, konsultatsioon, teraapia jt. • Supervisiooni ajalugu, funktsioonid, vormid. • Supervisiooni metodoloogia. • C. Rogersi humanistlik ja kliendikeskne lähenemine. • Sotsiaalne konstruktivism ja sotsiaalse õppimise teooria. • Mõisted: refleksioon, reflekteeriv praktik, refleksiooni mudelid.
2. Moodul 22-24.01.2026 Tallinn	Supervisiooni ja coachingu kontseptuaalne raamistik. • Supervisiooni põhiprintsiibid ja kontseptuaalsed raamistikud. • Eetika, väärtused ja konfidentsiaalsus supervisioonis ja coachingus. • Teadlikkus ja kohalolek gestaltteraapia alusel, töö oma sisemise mitmekesisusega, et aktsepteerida välist mitmekesisust. • Supervisiooni praktiseerimine.
3. Moodul 19-21.03.2026 Tartu	Individuaalne supervisioon. • Supervisiooni protsess, sessiooni ülesehitus ja eesmärgistamine. • Lepingu tähendus supervisioonis ja kokkulepete sõlmimine. • 7-silma mudel – supervisiooni raamistik, metatasandi mõiste supervisioonis. • Superviisori kompetentsid (ANSE kompetentsusraamistiku põhjal) • Supervisiooni praktiseerimine.
4. Moodul 07-09.05.2026 Pärnu	Individuaalne coaching. • Coachingu metodoloogilised alused: lahenduskeskne lähenemine, KKT jm. Coachingu liigid ja meetodid. • Neuroteaduste kasutamine coachingus. • Lepingu sõlmimine ja kokkulepete tegemine protsessis. • Individuaalse coachingu protsess, sessiooni ülesehitus ja eesmärgistamine. • Coachi kompetentsid. • Coachingu praktiseerimine.
5. Moodul (virtuaalne) 5-6.06.2026	Süsteemne lähenemine supervisioonis ja coachingus. • Narratiivne ja fenomenoloogiline lähenemine supervisioonis. • Keele ja kultuuri mõju supervisioonis. • Metafooride kasutamine. • Individuaalsete supervisiooni või coachingu salvestuse esitamine.
6. Moodul 10-12.09.2026 Tallinn	Erinevad lähenemised supervisioonis ja coachingus. • Süsteemse lähenemise teoreetilis-filosoofilised alused ja meetodid. • Konstellaatsiooni tehnikate kasutamine. • Inimese heaolu ja selle käsitlus psühhosotsiaalses valdkonnas.

	• Süsteemne lähenemine juhtumile psühhosotsiaalse valdkonna supervisioonis. • Jõustamisele, tugevustele ja ressurssidele suunatud supervisioon ning coaching. • Supervisiooni praktiseerimine.
7. Moodul 19-21.11.2026 Tartu	Vaheportfoolio esitlus ja õppeprotsessi reflekteerimine. • Õppeprotsessi käigus valmiva portfoolio esitlemine. • Praktilise töö esitamine. • Senise praktika analüüs. • Eneseanalüüs ja tagasiside saamine oma professionaalsele arengule õppejõududelt ja grupikaaslastelt. • Edasiste arengueesmärkide seadmine.
8. Moodul 14-16.01.2027 Tallinn	Psühhosotsiaalse valdkonna elukutsete diskursus supervisioonis. • Aitaja kutsega seotud riski ja kaitsetegurid ning varjatud mõjutajad. • Vaimne tervis töökohal. • Kliendigrupi spetsiifika mõju superviseeritavale ja superviisorile, kaastundeväsimus. • Stress, läbipõlemine vs säilenõtkus. • Paralleelprotsess ja kaitsed supervisioonis. • Lahenduskesksel lühiteraapial põhinev lähenemine, meetodid ja tehnikad. • Supervisiooni praktiseerimine.
9. Moodul 4-6.03.2027 Tallinn	Grupisupervisioon. • Grupi mõiste supervisioonis. • Grupisupervisiooni kontekst. • Grupisupervisiooni protsess, lepingu sõlmimine grupiga. • Rollid ja vastutus grupisupervisioonis. • Sotsiomeetria ja psühhodraama tehnikate kasutamine grupisupervisioonis. • Supervisiooni praktiseerimine.
10. Moodul 6-8.05.2027 Pärnu	Grupisupervisioon ja võrgustikusupervisioon. • Juhtumi mõiste grupisupervisioonis, protsess ja meetodid, kovisioon. • Võrgustikusupervisioon psühhosotsiaalses valdkonnas. • Grupidünaamika ja –protsessid. • Konflikt ja selle juhtimine. • Supervisiooni praktiseerimine.
11. Moodul 17-18.06.2027 (Virtuaalne)	Supervisioon ja coaching virtuaalses keskkonnas.
12. Moodul 9-11.09.2027 Tallinn	Organisatsiooni supervisioon. • Tänapäevased organisatsiooni käsitlused. • Tänapäevased juhtimise käsitlused. • Juhtide (juhtide meeskonna) supervisioon ja coaching. • Võim ja hierarhia haldamine. • Muudatuste juhtimine ja supervisioon. • Organisatsiooni supervisiooni protsess. Rollid ja vastutus. Leping sõlmimine ja tagasiside organisatsiooniga. • Süsteemne lähenemine töös organisatsioonidega.

	• Supervisiooni praktiseerimine.
13. Moodul 4-6.11.2027 Tartu	Meeskonna ja juhtide supervisioon ning coaching. • Meeskonnad organisatsiooni kontekstis. • Meeskonnasupervisiooni ja -coachingu protsess. Lepingu sõlmimine, rollid ja vastutus. • Väärtustav lähenemine töös meeskondadega. • Meeskonna väärtused ja kultuuritasandid. Väärtuskonfliktid meeskonnas. • Mitmekesisuse käsitlemine. • Supervisiooni praktiseerimine.
14. Moodul 13-15.01.2028 Tallinn	Kontekst ja meetodid meeskonna supervisioonis ning coachingus. • Konflikti käsitlemine. • Süsteemne meeskonna coaching • Grupi- või meeskonnasupervisiooni või coachingu salvestuse esitamine. • Supervisiooni praktiseerimine.
15. Moodul 9-11.03.2028 Tallinn	Superviisori identiteet ja karjääri planeerimine. • Superviisori professionaalne identiteet. • Sihtgruppide planeerimine. • Jätkusuutliku praksise ülesehitamine. • Jätkuv enesearendamine. • Supervisiooni praktiseerimine.
16. Moodul 25-27.05.2028 Pärnu	Lõpuportfoolio ja praktilise töö esitus. • Portfoolio ja praktilise töö esitamine. • Väljaõppe lõpetamine, tagasiside ja õppeprotsessi kokkuvõte.

ÕPPEMEETODID	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. Rühmaprotsessis osalemine ja selle reflekteerimine on keskne osa kogu väljaõppe tervikus. Õppimine moodulite ajal ja supervisiooni praktiseerimine õppemoodulite vahepeal (ka praktika alustamine) on toetatud individuaalse ja grupiõppesupervisiooniga. Oluline osa väljaõppest on saadud teadmiste ja oskuste järjepidev rakendamine praktikasse: oma isikliku supervisiooni praktika alustamine ja sellele supervisiooni saamine õppesuperviisorilt.
NÕUDED KOOLITAJATELE	Kõrgharidus vähemalt magistriõppe tasemel (MA). Läbinud ESCÜ kvaliteedigrupi. Põhiõppejõududel on nõutav ESCÜ kvaliteedistandardi alusel superviisori 8.tase (vt. http://supervisioon.ee/uhingust/escu-superviisore-kvaliteedisüsteem/), sisaldab mh. lõpetatud supervisiooni/coachingu väljaõpet; pidevat praktiseerimist superviisori/coachina;

	koolitamise ja koolituskavade väljatöötamise kogemust; täiendkoolitustel osalemist ja pidevat professionaalset enese arendamist.
PÕHIÕPPEJÕUD	Väljaõpet viivad läbi kolm põhiõppejõudu. Lisaks põhiõppejõududele käsitlevad teatud teemasid teised koolitajad ISCI-st (https://www.isci.ee/meist/), Eestist ja välisriikidest. Põhiõppejõud: Tiina Merkuljeva - PhD (EBS juhtimisteadus), MA (TÜ eripedagoogika), 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
LÕPETAMISE TINGIMUSED JA VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID	Väljaõppe lõpetamise eelduseks on õppekava täitmine täies ulatuses: • Osavõtt kõikidest õppemoodulitest (vähemalt 85% ulatuses ning puudumiste korral kokku lepitud kompenseerivate ülesannete täitmine täies mahus). • Iga õppesessiooni kohta kirjaliku eneserefleksiooni esitamine. • Kõikide õppeprotsessis antud iseseisvate ülesannete täitmine. • Õppesupervisioonide läbimine täies mahus. • Praktika nõuete täitmine täies mahus. • Iseseisev töö kirjandusega. Loetu jagamine õpigrupis või uue teadmise integreerimine praktilistesse harjutustesse. • Lõpuportfoolio ning praktilise töö esitamine lõpusessioonil ning neile positiivse hinnangu saamine. Õppija edenemist õppeprotsessis hinnatakse kujundava hindamise põhimõttel. St et lõplik hinnang lõpetaja küpsusele kujuneb jooksvalt ning seda kujundavad enesehindamine ja soorituste hindamine. Väljaõpe eeldab isiklikku seotust ja pühendumist, enesemotivatsiooni. Väljaõppe lõpetajatele väljastatakse superviisori ja <i>coach'i</i> tunnistus.
ÕPIVÄLJUNDID	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 tööks haavatavate kliendigruppidega töötavate spetsialistide ja tugivõrgustikega. 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. Väljaõppe loob eeldused superviisori ja coachi isiksuslikuks ja professionaalseks kasvuks ja arenguks. Lõpetanu: • 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	Õppetöös kasutatakse ühte kuni kolme ruumi loenguteks, rühmatöös ning väikerühmades harjutamiseks; esitlusteks ja visualiseerimiseks vajalikke vahendeid, harjutamiseks vajalikke õppe- ning loovtöövahendeid. Õppetöö tugineb õppekirjandusele.
ÕPPE-MATERJALIDE LOEND	Õppekirjandus õppekava osana: 1) Alhanen, K., Kansanaho, A., Ahtiainen, O.P., Kangas, M., Lehti, K., Soini, T., Soininen, J. (2011). Dialogical Supervision: Creating A Work Culture Where Everybody Learns. 2) Hawkins, P., McMahon, A. (2020). Supervision in the Helping Professions. Fifth edition või Hawkins, P., Shohet, R. (2012). Supervision in the helping professions. Foth edition. 3) Davys, A., Beddoe, L. (2010). Best Practice in Professional Supervision. 4) Atkinson, M., Choisi, R.T. (2019). Coaching samm-sammult. 5) Hawkins, P. (2019). Systemic Coaching: Delivering Value Beyond the Individual. 6) Lindqvist, M. (2008). Aitaja vari. 7) Isdal, P. (2021). Aitamise hind. 8) ANSE. (2015). ECVision Competence Framework. http://www.anse.eu/wp-content/uploads/2017/01/ECVision_Competence_Framework033015.pdf Soovituslik kirjandus: 1) Shohet, R. (2008). Passionate Supervision. 2) Carroll, M. (2014). Effective Supervision for the Helping Professions. 3) Henderson, P. (2009). A Different Wisdom, Reflections on Supervision Practice. 4) Carroll, M., Holloway, E. (1999). Counselling Supervision in Context. 5) Corey, M.S., Corey, G., Corey, S. (2016). Groups: process and practice (10-th Edition). 6) Whittington, J. (2020). Systemic Coaching and Constellations: The principles, practices and application for individuals, teams and groups. 7) Whitmore, J. (2009). Tulemuslikkuse treenimine.

	8) Kellermann, P.F. (1992). Focus on Psychodrama. 9) Rogers, Carl R. (2013). Saada iseendaks. 10) Goldsmith, M., Reiter, M. (2016). Päästikud. 11) Starak, I.Y., Oldham, J., Key, T. (1998). Risk olla elus 12) Rogers, J. (2015). Juht kui treener. 13) Campbell, J.M. (2000). Becoming an Effective supervisor. 14) Hawkins, P. (2014). Leadership Team Coaching: Developing Collective Transformational Leadership. 15) Bannink, F. (2022). 101 lahenduskeskset küsimust toimetulekuks traumaga. 16) Lehtsaar, T. (2015). Suhtlemiskonflikti psühholoogia. 17) Rosenberg, M.B. (2005). Vägivallatu suhtlemine. 18) Stam, J.J. (2023). Tiimid – armastuse lugu.
--	--