

## Tugiisiku koolitus

### Õppekava

#### 1. Õppekava rühm ja õppekava koostamise alused

Õppekava rühm: 0923 Sotsiaaltöö ja nõustamine.

Õppekava koostamise alus: Sotsiaal- ja tervishoiuvaldkonna spetsialist, tase 4 kutsestandard.

#### 2. Eesmärk ja õpiväljundid

Eesmärk: koolitusel osaleja omandab teadmisi, mis on vastavuses Sotsiaal- ja tervishoiuvaldkonna spetsialisti tase 4 kutsestandardi kompetentsidele ja kompetentsipõhiste tegevusnäitajatele.

Koolituse lõpetaja määratleb ja arendab ennast abivajadusega (tervisest tuleneva erivajadusega) tugiisikuna ning oskab kasutada oma teadmisi ja praktilisi oskusi erialases töös, lähtuvalt kliendi individuaalsetest vajadustest.

Õpiväljundid: koolituse läbinud õppija:

- 1) Mõistab tugiisiku teenuse olemust ja järgib eetika põhimõtteid ja seadusandlust;
- 2) Toetab kliendi sotsiaalsete oskuste arengut ja tegevusvõimet;
- 3) Oskab klienti abistada jõustamise, juhendamise ja motiveerimise kaudu tema kohustuste täitmisel, õiguste teostamisel või toimetulekul;
- 4) Toetab klienti õpi- ja/või tööharjumuste kujundamisel;
- 5) Kasutab erinevaid suhtlemisvorme ja – tasandeid;
- 6) Tuleb toime kliendi tervisedendusega, oskab vajadusel anda esmaabi;
- 7) Analüüsib oma kutseoskusi ja arenguvajadusi ja toetab sotsiaalse võrgustiku aktiveerimist.

#### 3. Sihtgrupp ja õpingute alustamise tingimused

Sihtgrupp on inimesed, kes soovivad pakkuda tugiisikuteenust intellektihäire ja vaimse tervise probleemidega või psühhosotsiaalselt keerulises olukorras või sõltuvushäirega täiskasvanutele ning abivajadusega (tervisest tuleneva erivajadusega) lastele ja peredele.

#### 4. Õppe maht, õppe ülesehitus, õppekeskkond, õppevahendid

Õppe maht ja ülesehitus: koolituse kogumaht (akadeemilistes tundides) on 240 tundi, millest 136 tundi on auditoorset tööd, 24 tundi iseseisvat tööd ja 80 tundi on juhendatud praktikat.

Koolituse kogumaht sisaldab 16 tunnist esmaabiandja väljaõpet.

Õppekeskkond ja –vahendid: füüsiline õppetöö viiakse läbi täiskasvanute õppimist toetavates koolitusruumides, milles on liikumisvõimalus ja mis on seotud õppe ülesehitusega. Veebipõhine õpe toimub e-õppekeskkonnas, mis on turvaline ja kasutatav vaid koolitajatele ja õppijatele.

#### 5. Õppeprotsessi kirjeldus, sh õppe sisu, õppe-meetodid ja -materjalid

Õppemeetodid: koolitus sisaldab erinevaid täiskasvanuõppe meetodeid, mis kaasavad õppijaid: loengud, arutelud, individuaalsed harjutused, paaris- ja grupitööd, situatsioonide lahendamine.

Õppematerjalid: koolitajate koostatud õppematerjalid on paber kandjal õpimapis, mälupulgal ja e-õppekeskkonnas.

Allikad lugemiseks:

[Sotsiaalala töötaja eetikakoodeks.](#)

[Sotsiaalhoolekande seadus.](#)

[Sotsiaalministeerium.](#)

[Sotsiaalkindlustusamet.](#)

[Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon, Sotsiaal- ja tervishoiuvaldkonna spetsialisti kutse andmine.](#)

[Töötervishoiu- ja tööohutusalase väljaõppe ja täiendõppe kord](#)

Barsineviča, S.; Cukura A. jt. (2011). Tartu : Anni Mängumaa. Minu eriline laps – vastuseid küsimustele. [https://www.kliinikum.ee/wp-content/uploads/2019/12/minu\\_eriline\\_laps.pdf](https://www.kliinikum.ee/wp-content/uploads/2019/12/minu_eriline_laps.pdf)

Habicht, A.; Kask H. (2016). Eesti Puuetega Inimeste Koda. Teekond erilise lapse kõrval.

<https://www.epikoda.ee/wp-content/uploads/2017/01/Teekond-erilise-lapse-korval.pdf>

*Koolitajate poolt soovitatud teemakohane lisalugemine.*

Õppe ülesehitus ja maht:	Õppe sisu:
<p>Maht 16 tundi</p> <p>Auditoorne töö 16 tundi.</p>	<p><b>1. Kliendi sotsiaalsete oskuste arendamine.</b></p> <p>1.1 Kliendi juhendamine suhete loomisel ja hoidmisel. Kliendi eripärast lähtuvad alternatiiv-kommunikatsiooni võimalused.</p> <p>1.2 Kliendi toetamine kohase käitumise õppimisel ja väärtushinnangute, eneseregulatsiooni ja empaatia kujunemisel.</p> <p>1.3 Kliendi juhendamine tunnete väljendamisel, toimetulekul ja käitumisel. Teiste inimeste tunded ja käitumine.</p> <p>1.4 Konflikti ennetamine, lahendamine ning kliendi suunamine konfliktiga toimetulekul. Enesekehtestav käitumine.</p> <p>1.5 Kliendi eneseteenindamise oskused ja tema põhiõigused.</p>
<p>Maht 32 tundi</p> <p>Auditoorne töö 32 tundi.</p> <p>Sh esmaabi 16 tundi.</p>	<p><b>2. Kliendi tegevusvõime arendamine, säilitamine ja toetamine.</b></p> <p>2.1 Kliendi tugevad küljed, kõrvalabi vajadus, tegevusvõime tase.</p> <p>2.2 Rahuliku ja pingevaba keskkonna loomine.</p> <p>2.3 Kliendi tervisekäitumise kujundamine.</p> <p>2.4 Kliendi tervist ohustavad, edendavad tegurid. Kliendi tervisliku seisundi ja turvalisuse jälgimine, vajadusel reageerimine.</p> <p>2.5 Erivajadusega kliendi hooldamise ning põetamise alused.</p> <p>2.6 Kliendi toetamine seksuaalkäitumise oskuste omandamisel, arvestades kliendi ealisi ja arengulisi eripärasid.</p> <p>2.7 Kliendi juhendamine, motiveerimine ja julgustamine omandatud oskuste kasutamisel.</p> <p>2.8 Abivahendite vajadus ja kliendi motiveerimine ning juhendamine abivahendi kasutamisel.</p> <p>2.9 Esmaabi andmine.</p>
<p>Maht 22 tundi</p> <p>Auditoorne töö 16 tundi.</p> <p>Iseseisev töö 6 tundi:</p> <p>Kliendi päevakava</p>	<p><b>3. Kliendi juhendamine ja toetamine igapäevaelu toimingutes.</b></p> <p>3.1 Kliendi igapäevaelu toimingud. Sobiva ajarütmi koostamine.</p> <p>3.2 Kliendi isikliku hügieeni toimingud, riietumine jt. enesehooldus-toimingud.</p>

<p>koostamine, päeva läbiviimine ja analüüsimine, tema eripärast lähtuvalt.</p> <p>Iseseisev töö 6 tundi: toiduhügieeni e-koolitusel osalemine ja analüüs.</p>	<p>3.3 Majapidamis- ja koristustööde tegemine, kliendi kaasamine töödese.</p> <p>3.4 Tasakaalustatud toidu menüü koostamine. Kliendi sööma õpetamine, vajadusel söömisel abistamine.</p> <p>3.5 Toiduhügieen.</p> <p>3.6 Kliendi tegevuste kavandamine, läbiviimine ja analüüsimine. Kliendi loovuse toetamine.</p>
<p>Maht 22 tundi</p> <p>Auditoorne töö 16 tundi.</p> <p>Iseseisev töö 6 tundi: Kliendi koostöö-võrgustiku planeerimine ja koostamine.</p>	<p><b>4. Kliendi toetamine võimetekohasel panustamisel ühiskonda, võrgustikutöö.</b></p> <p>4.1 Kliendi toetamine ja tagasiside andmine õppimisel, töötamisel ja praktiliste oskuste omandamisel.</p> <p>4.2 Kliendivõrgustiku kujunemisele kaasa aitamine. Koostöö kliendi lähedastega, kogukonnaga, spetsialistidega ja võrgustikuliikmetega.</p>
<p>Maht 8 tundi</p> <p>Auditoorne töö 8 tundi.</p>	<p><b>5. Toetamine asjaajamise korraldamisel.</b></p> <p>5.1 Juhendab ja toetab klienti avalike ja kogukonna teenuste kasutamisel.</p> <p>5.2 Toetab klienti IKT-vahendite kasutamisel.</p>
<p>Maht 30 tundi</p> <p>Auditoorne töö 24 tundi.</p> <p>Iseseisev töö 6 tundi: Juhtumianalüüsi koostamine ja avalik esitlemine.</p>	<p><b>6. Tugiisiku kutset läbiv kompetents.</b></p> <p>6.1 Sotsiaalala töötaja eetikakoodeks.</p> <p>6.2 Professionaalne suhtlemine, konfliktijuhtimine ja erinevad kommunikatsiooniviisid.</p> <p>6.3 Meeskonnatöö. Oma töövõtete ja nende tulemuste analüüs, sh kasutab refleksiivsete praktikate kasutamine meeskonnas ja võrgustikutöös.</p> <p>6.4 Erialane arenguvajadus, ennastjuhtiva elukestva õppijana. Refleksioon.</p> <p>6.5 Digipädevused erialases töös, sobivate IKT vahendite eesmärgipärane kasutamine.</p> <p>6.6 Kliendi haavatavus ja võimalik stigmatiseerimine.</p> <p>6.7 Agressiivne klient: probleemkäitumine, põhjused ja sekkumine.</p>
<p>Maht 24 tundi</p> <p>Auditoorne töö 24 tundi.</p>	<p><b>7. Spetsialiseerumisega seotud kompetentsid.</b></p> <p>7.1 Töö intellektihäire ja vaimse tervise probleemidega täiskasvanuga.</p> <p>7.2 Töö abivajadusega (tervisest tuleneva erivajadusega) lapsega.</p> <p>7.3 Töö toimetulekuraskustes isikuga.</p> <p>7.4 Töö väärkoheldud isikuga.</p> <p>7.5 Töö toimetulekuraskustes perega.</p> <p>7.6 Töö sõltuvushäirega isikuga.</p>
<p>Maht 80 tundi.</p> <p>Praktika töökeskkonnas 80 tundi.</p>	<p><b>8. Juhendatud praktika.</b></p> <p>Juhendatud praktika toimub era- või munitsipaalasutuses, kus pakutakse lastele tugiisikuteenust.</p>

<b>6. Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused</b>	
Hindamismeetodid	Hindamiskriteeriumid
Juhtumianalüüsi esitamine ja kaasõppijate ees kaitsemine.	Juhtumianalüüs on tähtaegselt esitatud ja kaasõppijatele kaitstud.
Situatsioonülesannete lahendamine.	Õppija on, koolitaja poolt antud juhtumi põhjal lahendanud situatsioonülesande, sotsiaal- ja tervishoiuvaldkonna spetsialisti kompetentse välja tuues ja kasutades.
Kodutööde esitamine.	Õppija on tähtaegselt teinud kodutööd: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kliendi päevakava koostamine, päeva läbiviimine ja analüüsimine, tema eripärast lähtuvalt.</li> <li>• Kliendi koostöö-võrgustiku planeerimine ja koostamine.</li> <li>• „Mina tugiisikuna“ slaidikava koostamine ja avalik esitlemine.</li> </ul>
Esmaabi testi ja situatsioonülesande lahendamine.	Esmaabi test ja situatsioonülesanne on vähemalt 80 % ulatuses lahendatud.

### **7. Väljastatavad dokumendid**

Koolituse õpiväljundid on tõendatud ja lõpetajale väljastatakse tunnistus, kui ta on osalenud auditoorses õppes vähemalt 80% ulatuses, läbinud esmaabi koolituse ja juhendatud praktika. Kui õppe lõpetamise tingimused on täitmata, väljastatakse õppetöös osalejale läbitud teemade osas tõend.

### **8. Koolitajate kvalifikatsioon**

Koolitajad on oma eriala spetsialistid, kellel on kõrg- või eriharidus (kasvatus-, sotsiaal- või noorsootöö alal), pikaajaline töökogemus lastega ning täiskasvanute õpetamise kogemus.  
<https://koolitaja.com/koolitajad/>