

ÕPPEKAVA NIMETUS: Empaatiline suhtlemine haavatavate sihtrühmadega

ÕPPEASUTUS: Clerita OÜ

ÕPPEKEEL: eesti keel

ÕPPEKAVARÜHM: sotsiaaltöö ja nõustamine

1. KOOLITUSE EESMÄRK JA ÕPIVÄLJUNDID

Eesmärk: Koolituse eesmärk on toetada osalejate empaatilise mõistmise kujunemist ning tutvustada suhtlemisvõtteid, mis toetavad turvalise ja usaldusväärse kontakti loomist haavatavate sihtrühmadega.

Õpiväljundid: Koolituse läbinu:

- mõistab empaatia rolli ja tähtsust sotsiaaltöös;
 - mõistab emotsioonide mõju suhtlemisele ning teab, kuidas neid teadlikult juhtida;
 - tunneb empaatilise suhtlemise põhimõtteid ja nende rakendamise võimalusi.
-

2. KOOLITUSE SIHTRÜHM JA ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED

Sihtrühm: Sotsiaalvaldkonna töötajad, kes soovivad süvendada oma teadmisi empaatilise suhtlemise oskustest, et tõhusamalt toetada ja luua usalduslikke suhteid klientidega.

Õppe alustamise tingimused: puuduvad

3. ÕPPE MAHT, ÕPPE ÜLESEHITUS JA ÕPPEKESKKOND

Õppe maht ja ülesehitus: Koolituse kogumaht on 8 ak t, millest teoreetilise töö osakaal on 5 ak t ja praktilise töö osakaal on 3 ak t.

Õppegrupi suurus: maksimaalselt 16 inimest.

Õppekeskkond: Koolitust on võimalik viia läbi kontaktõppena ja veebiõppena. Kontaktõppe toimub õppeklassis, mis on varustatud kaasaegse õppe- ja esitlustehnikaga. Veebiõppe toimub digikeskkonnas, mis on kasutajasõbralik ja toetab õppimist.

4. ÕPPEPROTSESSI KIRJELDUS, SH ÕPPE SISU, ÕPPEMEETODID JA -MATERJALID

Õppeprotsessi kirjeldus: Koolitus on praktiline ja osalejat aktiivselt kaasav, sisaldades arutelusid, paaris- ja rühmatöid, mis toetavad osalejate isiklikku ja professionaalset arengut. Eneseanalüüs aitab osalejatel mõista emotsioonide mõju suhtlemisele ning arendada teadlikkust enda suhtlemisviisidest. Koolitus pakub võimalust kogemuste jagamiseks ja vastastikuseks õppimiseks, toetades osalejat kontaktide loomisel.

Õppe sisu ja õppemeetodid:

Teemad	Teoreetiline ak t	Praktiline ak t	Õppemeetodid
Empaatia kui sotsiaaltöö keskne töövahend- <i>empaatia</i> roll usaldusväärse suhte loomisel abivajajaga. Erinevad <i>empaatia</i> tasandid: kognitiivne, emotsionaalne ja käitumuslik <i>empaatia</i> . <i>Empaatia</i> piirid – millal <i>empaatia</i> võib hakata koormama?	1		Loeng, arutelu
Emotsioonide juhtimine suhtlemissituatsioonides- kuidas emotsioonid (enda ja teise) mõjutavad suhtlemise kvaliteeti? Kehakeele ja hääletooni roll suhtlemises. Eneseregulatsioon ja stressi juhtimine keerulistes olukordades	2	1	Loeng, arutelu, refleksioon
Empaatiiline suhtlemine: põhimõtted ja rakendused igapäevatöös- <i>empaatilise</i> suhtlemise põhielemendid. Keeruliste sõnumite edastamine <i>empaatilisel</i> viisil- Igapäevased suhtlusvalikud ja nende mõju enesetundele.	2	2	Loeng, arutelu, paaris-ja rühmatöö
KOKKU	5	3	

Õppematerjalid: Koolitusel osalejad saavad koolitusmaterjalid (jaotusmaterjalid ja praktilised töölehed), mis on koostatud koolitaja poolt vastavalt õppesisu teemadele. Koolitusmaterjalid jagatakse õppijatele koolituse käigus või saadetakse digitaalselt ning sisaldavad infot, mida on võimalik peale koolituse lõppu kasutada õpitu kordamiseks.

5. NÕUDED ÕPPE LÕPETAMISEKS JA LÕPETAMISEL VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID

Koolituse käigus ei hinnata õpiväljundite saavutatust.

Koolituse lõppemisel väljastatakse osalejale tõend.

6. KOOLITAJA KVALIFIKATSIOON

Koolitaja: Katrin Jäärats

Haridus: Katrin Jäärats on Tallinna Ülikooli sotsiaalteaduste magister. Läbinud erinevad täienduskoolitusi haridus-ja sotsiaalvaldkonnas. Käesolevalt omandab mikrokraadi täiskasvanute koolitamises.

Töökogemus: Omab 15 aastast töökogemust sotsiaalvaldkonnas ja 3 aastast töökogemust haridusvaldkonnas. Lisaks on töötanud erihoolekande valdkonnas koolituste korraldamise ja planeerimisega ning viinud läbi klienditöö alaseid koolitusi töötajatele. Omab töökogemust Eesti Hariduse Kvaliteediagentuuri (HAKA) täienduskoolituste kvaliteedi hindamiseksperdina.