



SOTSIAALKINDLUSTUSAMET

KÄSKKIRI

29.07.2025 nr 128

Täienduskoolituse õppekava kinnitamine

Täiskasvanute koolituse seaduse § 9 lõike 2, Sotsiaalkaitseministri 30.01.2019 määruse nr 2 „Sotsiaalkindlustusameti põhimäärus” § 10 lõike 1 punkti 17 ning Sotsiaalkindlustusameti peadirektori 25.06.2025 käskkirja nr 112 „Sotsiaalkindlustusameti täienduskoolitusasutuse õppekorralduse alused ja tegevuse kvaliteedi tagamise alused” lisa 1 punkti 1.5 alusel

1. Kinnitan Sotsiaalkindlustusameti täienduskoolituse „Peretoetajate kompetentsimudeli baaskoolitus” õppekava vastavalt lisale.
2. Käskkiri jõustub allakirjutamisest.

(allkirjastatud digitaalselt)

Maret Maripuu  
peadirektor

Õppekava nimetus	Peretoetajate kompetentsimudeli baaskoolitus
Õppekavarühm	Sotsiaaltöö ja nõustamine
Õppekava koostamise alus	<a href="#">Sotsiaalhoolekande seadus</a> <a href="#">Lastekaitseseadus</a> <a href="#">Peretoetaja kompetentsimudel</a>
Õppekeel	Eesti keel
Õppe eesmärk	Koolituse läbimise tulemusena on peretoetajatel teadmised ja oskused kompetentsimudeli rakendamiseks igapäevatöös.
Sihtgrupp	Peretoetajad, kes nõustavad ja toetavad kasuperesid.
Osalejate arv (min ja max)	15-20
Osalemise eeldus	Peretoetajad on Sotsiaalkindlustusameti poolt kvalifitseeritud
Õppe maht ja ülesehitus (akadeemilistes tundides)	Õppe kogumaht on 30 akadeemilist tundi, millest 24 akadeemilist tundi on kontaktõpe, 4 akadeemilist tundi on praktiline töö väljaspool kontaktõpet (praktiline kodutöö) ja 2 akadeemilist tundi on iseseisev töö (kodutöö-analüüs).
Õpiväljundid	Koolituse lõpuks õppija: <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab peretoetajate kompetentsimudeli olemust ja põhimõtteid;</li> <li>• analüüsib oma rolli peretoetajana, tuginedes kompetentsimudelile;</li> <li>• rakendab teadlikult peretoetajate kompetentsimudelit töös peredega;</li> <li>• analüüsib süsteemselt iseenda käitumist ja tegevusi lähtuvalt kompetentsimudelist ning arendab teadlikult endas vajalikke kompetentse.</li> </ul>
Sisukirjeldus	Kolmest moodulist koosnev koolitus keskendub peretoetaja kompetentsimudelis välja toodud rollide täitmise oskustele. Sealhulgas käsitletakse teemadena positiivse ja lahenduskeskse mõtteviisi olemust ning rakendamist, coachivate vestluste läbiviimist nõustamistehnikana, avatud suhtluse loomise võtteid, tagasisidestamise oskust, võrgustikuliikme rolliga seotud aspekte, peretoetaja kui infojagaja kompetentse, tunnustamistehnikaid, enesejuhtimise võtteid, sh emotsioonide juhtimine ja eneseareng.
Õpisündmuse teemad	<p><b>1. koolituspäev: „Kompetentsimudeli olemus“ 8 ak.t.</b>  <b>Eesmärk:</b> Grupis usaldusõhkonna loomine, õppima innustamine, peretoetaja kompetentsimudeli sisu analüüs ning erinevad tegevused, mis aitavad osalejal mõista, kuidas saab kompetentsimudelis väljatoodud igapäevases tegutsemises järgida.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sissejuhatus ja tutvumine</li> <li>• Kompetentsimudeli loomise eesmärgid</li> <li>• Millega tuleb arvestada töös inimestega tänasel hetkel</li> <li>• Kompetentsimudel kui tänapäevane arenguvahend</li> <li>• Peretoetaja kompetentsimudel, selle taust ning sisu</li> <li>• Viis kompetentsi ja nende alamkompetentsid</li> <li>• Millised on kompetentsipõhised käitumised ning kuidas neid analüüsida</li> <li>• Mooduli kokkuvõtted</li> </ul> <p><b>Kodutöö:</b> kirjalik eneseanalüüs peretoetaja rollis kompetentsimudeli baasil</p> <p><b>2. koolituspäev: „Peretoetaja oskused“ 8 ak.t.</b></p>

	<p><b>Eesmärk:</b> Peretoetaja kompetentsimudelil väljatoodud oskuste käsitlemine</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sissejuhatus ja kodutööde refleksioon</li> <li>• Kaasuste lahendamine</li> <li>• Võrgustikuliikme rolli täitmise alused</li> <li>• Coachiv mõtteviis, olulised oskused, mis toetavad lahenduskesksust peretoetaja rollis tegutsedes</li> <li>• Kuulamistehnikad</li> <li>• Küsimuste esitamine</li> <li>• Kohalolu ja keskendumine</li> <li>• Hinnanguvaba suhtlus</li> <li>• Tagasiside andmine ja vastuvõtmine</li> <li>• Mooduli kokkuvõtted</li> </ul> <p><b>Kodutöö:</b> coachivas stiilis vestluse läbiviimine perega ning selle kirjalik analüüs.</p> <p><b>3. koolituspäev: „Peretoetaja enesejuhtimise võtted“ 8 ak.t.</b></p> <p><b>Eesmärk:</b> Peretoetaja enda isiklik suhestumine kompetentsimudeliga, eneseanalüüs läbi kompetentsimudeli, isikliku arenguplaani koostamine.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sissejuhatus ja kodutööde refleksioon</li> <li>• Kompetentsimudel kui eneseanalüüsi alus</li> <li>• Enesejuhtimise võtted, sh stressi maandamine, enesekehtestamine, piiride loomine</li> <li>• Osaleja personaalne arenguratas – tööriist, mida saab ka töös peredega rakendada</li> <li>• Peretoetaja enesehoiu kogumiku loomine</li> <li>• Kokkuvõtted</li> </ul>
Õppemeetodid	Interaktiivsed arutelud suures grupis, lühiloengud, näited, praktilised harjutused, paarisharjutused, grupiarutelud laudkonnas, praktilised harjutused kolmikutes.
Õppekeskkonna kirjeldus	<p>Koolitus toimub õppetööks sobivate tingimustega koolitusruumis, mis mahutab vähemalt 25 osalejat. Ruumi suurus ja paigutus võimaldab osalejatel ja koolitajatel vabalt ringi liikuda ning vajadusel jaguneda gruppidesse (individuaal- ja grupid, praktilised ülesanded). Osalejatel on endal õppevahenditena tagatud esmased kirjutusvahendid ja paber. Osalejatele on tagatud kohvipausid ja toitlustus.</p> <p>Koolitust puudutav info saadetakse osalejatele e-posti aadressile hiljemalt nädal enne koolitust. Elektroonilised õppematerjalid edastatakse osalejatele e-posti teel pärast koolituse toimumist.</p> <p>Õppijate arv ühes grupis on kuni 20 inimest.</p>
Iseseisev töö	Õppija sooritab iga õppepäeva järel kodutöö, lähtudes koolitaja antud juhistest. Kodutööde tagasiside antakse refleksiooni vormis järgmise õppepäeva alguses.
Õppematerjalide loend	Koolitusslaidid
Õppe lõpetamise tingimused, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid	<p>Koolituse lõpetamise tingimuseks on vähemalt 85 protsendi ulatuses õppes osalemine, grupidödes osalemine ja iseseisva kodutöö koostamine.</p> <p>Õpiväljundid on saavutatud, kui:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• õppija osaleb aktiivselt grupidödes ja põhjendab enda seisukohti;</li> <li>• kodutööd on esitatud vastavalt koolitaja antud juhiste ja refleksiooni raames positiivse hinnangu saanud.</li> </ul>

Õppe läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend)	<p><b>Tunnistus</b> väljastatakse isikule juhul, kui ta vastas koolituse lõpetamise tingimustele ja saavutas kõik õpiväljundid.</p> <p><b>Tõend</b> täienduskoolituses osalemise kohta väljastatakse isikule juhul, kui ta ei saavutanud kõiki õpiväljundeid, kuid vastas õppe lõpetamise tingimustele.</p>
Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- ja töökogemuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koolitajal on omandatud magistrikraad pedagoogika ja algõpetuse erialal ning ettevõtluse ja ärijuhtimise erialal.</li> <li>• Koolitajal on läbitud coachi väljaõpe, mis vastab rahvusvaheliselt tunnustatud coachi väljaõppe standardile.</li> <li>• Koolitaja on korduvalt läbi viinud kompetentsimudeli rakendamise koolitusi asendus- ja perekodu juhtidele.</li> <li>• Koolitaja omab täiskasvanute koolitaja kompetentse, olles läbinud järgmisi koolitusi: NPL Instituut: „Koolitajaks olemise kunst“; Erickson International ISC poolt akrediteeritud professionaalne kootsingu väljaõppeprogramm ning Tallinna Ülikoolis: „Õppimist toetavad õppemeetodid“.</li> </ul>
Õppekava kinnitamise aeg	