

Koolitusprogramm: „III osa – Sõltuvus ja kahjude vähendamine erihoolekandeteenusel“

Täienduskoolituse I osa: veebikoolitus (4 akadeemilist tundi):

KELLAAEG	PÕHITEEMA	ALATEEMAD	ÕPPEMEETODID	KOOLITAJA
09.45–10.00	Kogunemine veebiringis.	Tehniline liitumine, koolituse eesmärgid, töökorraldus ja osalejate ootuste kaardistamine.	Veebiküsitlus, vestlusaken, suuline sissejuhatus	Jaan Saar
10.00–11.30	Sõltuvuse olemus, kujunemine ja käsitlus	Sõltuvushäire kui krooniline seisund. Ülevaade sõltuvushäire eripärast (närvisüsteemis, ainevahetuses ja psüühikas). Tarvitamise spekter ja põhiprofiilid. Sõltuvuse tunnused. Sõltuvuse kujunemise dünaamika, sõltuvuse mõju inimese käitumisele ja otsustusvõimele. Sõltuvuse ja psüühikahäirete seosed. Sõltuvuse biopsühhosotsiaalse ja funktsionaalse käsitluse tutvustus ja seos rahvusvaheline funktsioneerimisvõime klassifikatsiooniga (RFK). Vastused küsimustele.	Kaks miniloengut, mille järel toimuvad valikvastustega veebitestid ja reaajas vastamine assistendi poolt rühmitatud olulisematele ning sagedasematele küsimustele.	Jaan Saar
11.30–11.45	Sirutuspaus			
11.45–13.15	Psühhoaktiivsete ainete mõju ja kasutus Töö psühhoaktiivseid aineid tarvitava ja/või sõltuvushäirega kliendiga Koostöövõrgustikud	Ülevaade psühhoaktiivsetest ainetest (sh sõltuvust tekitava potentsiaaliga ravimitest), nende põhimõjud ning segatarvitamine. Tarvitamisega seotud kahjude vähendamine ja taastumise toetamine, lähtudes teenuse saaja valmisolekust ning realistlikest eesmärkidest (kliendi autonoomiat arvestav ja mittehukkamõistev tööviis). Motivatsioon ja ambivalentsus. Töö kliendiga, kes ei ole valmis tarvitamisest loobuma: piirid, turvalisus, astmelised eesmärgid ja sekkumised. Koostöö tervishoiu, sõltuvusravi ja teiste võrgustikupartneritega. Vastused küsimustele. Ettevalmistus kontaktpäeva praktilisteks harjutusteks.	Loeng, valikvastustega veebitest sekkumiste valiku kohta ning vastuste statistiline tagasiside. Küsimused ja vastused (10 min). Vastuseta jäävaile küsimustele koostab koolitaja koondvastuse, mille edastab osalejatele e-kirjaga.	Jaan Saar
13.15	Koolituspäeva lõpp			

KELLAAEG	PÕHITEEMA	ALATEEMAD	ÕPPEMEETODID	KOOLITAJA
Koolitusse on kaasatud tehniline assistent, kes toetab veebikeskkonna haldamist, küsitluste läbiviimist ja küsimuste rühmitamist. Õpiväljundid • Osaleja mõistab sõltuvushäire eripära kroonilise ja mitmetasandilise häirena. Suudab eristada sõltuvust tarvitamisest ning on saanud ülevaate häire kujunemise dünaamikast. • Osaleja on tutvunud psühhoaktiivsete ainete põhiklassidega, nende mõjust käitumisele ning tarvitamispraktikaga. Osaleja mõistab sõltuvusega inimeste motivatsiooni mõjutavaid tegureid ning ambivalentsuse põhjuseid. • Osaleja saab aru sõltuvushäirega kliendiga töötamise põhimõtetest (sh mittehukkamõistvast tööviisist ja piiride olulisusest). • Osaleja on tutvunud biopsühhosotsiaalse mudeliga (sh RFK) ning selle kasutusvõimalusega nii erihoolekandes kui suhtluses koostöövõrgustikega. Hindamismeetodid • Veebipõhine teadmistekontroll valikvastustega küsimuste abil (nt probleemset tarvitamist ja sõltuvusest eristavad tunnused). Hindamiskriteeriumid • Osaleja sooritab ettenähtud aja jooksul kohustuslikud teadmistekontrollid. Hindamine on mitteeristav ning testidele ei rakendata tulemuslävendit.				

Koolituse II osa: kontaktkoolituse päev (8 akadeemilist tundi):

KELLAAEG	PÕHITEEMA	ALATEEMAD	ÕPPEMEETODID	KOOLITAJA
09.30–10.00	Hommikukohv			

KELLAAEG	PÕHITEEMA	ALATEEMAD	ÕPPEMEETODID	KOOLITAJA
10.00–11.30	Olukorra mõistmine, riskide hindamine ja tegutsemine ohuolukorras erihoolekandes	Sissejuhatava veebikoolituse olulisemate teemade ülevaatus (sh sõltuvuse olemus ja omapära ning sõltuvushäirega kliendi käsitlemise põhimõtted). Alkoholi ja teiste psühhoaktiivsete ainete tarvitamise lõpetamisega seotud sagedasemad võõrutussümptomid (sh erisused sõltlasel ja tavatarvitajal). Töötaja ülesanded sümptomite märkamisel ja dokumenteerimisel (sh hädaabi või tervishoiutöötaja kaasamise kriteeriumid). Tarvitamismustri ja sõltuvuskäitumise funktsionaalne analüüs: vallandajad, tarvitamise kulg, tagajärjed ja käitumist säilitavad tegurid. Riskikäitumine ja töötaja tegevus ohuolukorras (sh enda ning kliendi turvalisuse tagamine).	Kolm interaktiivset loengut (ca 3 X 20 min). Juhtumianalüüs rühmades sümptomi- ja riskikaartide abil (2 X 5 min). Ühine arutelu ja osalejate töökogemuse seostamine mudeliga (10 min).	Jaan Saar
11.30–11.45	Sirutuspaus			
11.45–13.15	Motiveeriva vestluse elemendid ja sekkumiste planeerimine ning läbiviimine (juhtumikorralduslik lähenemine).	Tegevusjuhendaja nõustav roll, mikronõustamine ja piir juhendamise, ravi ning teraapia vahel. Kontakti loomine ja hoidmine: avatud küsimused, peegeldamine, kinnitamine ja kokkuvõtted. Ambivalentsuse uurimine, muutusejutu esilekutsumine ja vastasseisu vältimine. Inimese võimekusele sobiva sekkumise leidmine (kainus, tarvitamise vähendamine või konkreetse riski vähendamine). Selgete piiride ja kokkulepete sõnastamine.	Kaks interaktiivset loengut (ca 2 X 30 min). Lühikesed paarisharjutused. Valikvastustega test ja tagasiside (15 min).	Jaan Saar
13.15–14.00	Lõuna			

KELLAAEG	PÕHITEEMA	ALATEEMAD	ÕPPEMEETODID	KOOLITAJA
14.00–15.30	Tagasilangus, kriisid, kahjude vähendamine ja ennetus.	Tagasilanguse protsess: vallandajad, tung, varajased hoiatusmärgid ja tarvitamisele viiv ahel. Mittekariistav reageerimine tagasilangusele (deeskalatsioon ja meeskondlik tegutsemine). Juhtumipõhine sekkumine ning ravisoostumuse toetamine. Individuaalne tagasilanguse ennetamise ja kahjude vähendamise plaan.	Kaks interaktiivset loengut (40 +20 min). Juhtumipõhine ahelanalüüs tagasilanguse ennetamise töölehtede abil ja arutelu (2 X 15 min).	Jaan Saar
15.30–15.45	Kohvipaus			
15.45–17.15	Võrgustikutöö ja praktiline tegutsemismudel	Igapäevatöös kasutatavad mudelid. Koostöö tervishoiu, sõltuvusravi, rehabilitatsiooni, sotsiaalteenuste ja lähedastega; rollid ja vastutus. Teenuse saaja toetamine teenuste vahel liikumisel ning ravile pöördumisel; info liikumine ja konfidentsiaalsuse piirid. Näidisjuhtum: riskide hindamine, vestlus, kahjude vähendamise kokkulepe, kriisiplaan ja võrgustikutegevused.	Seminar igapäevatöös kasutatavatest mudelitest, loeng võrgustikutööst, grupitöö, juhtumianalüüsi rühmaesitlus ja tagasisidering.	Jaan Saar
17.15	Koolituspäeva lõpp			

KELLAAEG	PÕHITEEMA	ALATEEMAD	ÕPPEMEETODID	KOOLITAJA
Õpiväljundid • Osaleja oskab analüüsida sõltuvuskäitumist funktsionaalselt, märkab joobe või võõrutuse korral ohumärke ning valib riskitasemele vastava tegevuse. • Osaleja tunneb inimese võimekusele kohandatud ja mittehukkamõistvaid suhtlemisvõtteid ning motiveeriva vestluse põhielemente. • Osaleja on võimeline leppima teenuse saajaga kokku realistliku kahjude vähendamise eesmärgi ning sõnastama selged piirid ja turvalisuskokkulepped. • Osaleja mõistab tagasilangusele toetavalt reageerimise vajadust ning on võimeline analüüsima tagasilanguse ahelat. • Osaleja eristab oma rolli tervishoiu ja hädaabi rollist ning mõistab kriisi ennetamise ja meeskondliku tegutsemise põhimõtteid. • Osaleja teab toimiva võrgustikutöö põhimõtteid ning mõistab info liikumist ja vastutuse jaotust teenuste vahel. Hindamismeetodid • Valikvastustega test (kujundav tagasiside). • Juhtumipõhised rühmatööd. • Motiveeriva vestluse rollimäng (vaatluslehe alusel). • Tagasilanguse ennetamise töölehe täitmine. Hindamiskriteeriumid • Osaleja toob juhtumianalüüsis välja tarvitamise funktsiooni, peamised riski- ja kaitsetegurid, ohumärgid ning põhjendatud esmase tegevuse. • Osaleja kasutab rollimängus vähemalt kolme motiveeriva vestluse põhivõtet ning sõnastab inimese võimekusele vastava sekkumise. • Osaleja täidab valikvastustega testi ja töölehed ning osaleb rühmatöös. • Õpiväljundid loetakse saavutatuks, kui osaleja on täitnud kõik praktilised ülesanded vastavalt eespool kirjeldatud hindamiskriteeriumidele.				