

<b>NIMI</b>	<b>ELUVIISI NÕUSTAMINE</b>
Kursuse maht (EAP)	5
Hindamisvorm	Eksam
Õppemeetodid	Teoreetilised loengud kontaktõppes + (grupi) arutelud ja juhtumianalüüsid; iseseisev töö
Hinnanguline kontakttundide maht	24 h kontakttunde (loeng, diskussioon, grupitöö) 106 h iseseisvat ja veebipõhist tööd
Lektor	-
Eeldused	Tervisedenduse alused
<b>Kursuse eesmärk</b>	Kursuse eesmärgiks on anda ülevaade nõustamise põhimõtetest, mudelitest ja teooriatest. Harjutatakse nõustamistehnikaid ja (elustiili) nõustamisoskusi tervisedenduses.
<b>Lühikirjeldus</b>	<p>Kursusel käsitletakse järgmisi teemasid:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nõustamise olemus, otstarve</li> <li>- Nõustamine, konsulteerimine, psühhoteeraapia, supervisioon, kovisioon - sarnasused ja erinevused</li> <li>- Nõustaja põhioskused</li> <li>- Nõustamisprotsess</li> <li>- Ülevaade erinevatest nõustamiskoolkondadest</li> <li>- Ülevaade nõustamisteenuste olemasolust ja kättesaadavusest Eesti.</li> <li>- Individuaalne ja grupinõustamine</li> <li>- Veebipõhine nõustamine</li> <li>- Kriisiabi ABC</li> <li>- Coaching</li> </ul> <p>Kursuse raames toimuvad erinevad rollimängud ja praktilised harjutused. Kursuse lõpuks peavad üliõpilased kirjutama lõputöö, milles analüüsivad põhjalikumalt ühe juhtumi nõustamisprotsessi ja ennast nõustajana.</p>
<b>Õpiväljundid</b>	<p>Kursuse läbinud üliõpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- omab ülevaadet vajalikest oskustest ja teadmistest, et olla esmaseks nõuandjaks;</li> <li>- oskab ennast nõustajana teadvustada, analüüsida oma tugevaid ja nõrgemaid külgi nõustajana, teadvustab edasise väljaõppe ja supervisiooni vajadust;</li> <li>- omab teadmisi põhilistest nõustamiskoolkondadest, nende sobivusest erinevate riskikäitumiste puhul;</li> <li>- on kursis Eestis olemasolevate nõustamisteenustega ja oskab vajadusel abivajajat suunata sobiva teenuseni;</li> <li>- oskab analüüsida erinevaid nõustamisjuhtumeid, lähtudes kindlast analüüsivormist.</li> </ul>
Hindamiskaala	Arvestatud/mittearvestatud
Hindamismeetodid ja kriteeriumid	Loengutes osalemine, elustiili nõustamisega seonduvad ülesanded, teooriaeksam.
<b>Õppekirjandus</b>	<p><b>KOHUSTUSLIK:</b>  Kursusematerjalid, ajakohased artiklid/tekstid/lehed, mida õppejõud soovib.  Deci, E.L. &amp; Ryan, R.M. 1985 Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York. Plenum.  Deci, E.L. &amp; Ryan, R.M. 2002a Handbook of self-determination research. Rochester: The University of Rochester Press.  Miller, W.R. &amp; Rollnick, S. 2002. Motivational Interviewing. Preparing People to Change. New York. Guilford Press  McLeod, J. (2007) Nõustamisoskus  Corey, G. (2001) Juhtumi analüüs nõustamises ja psühhoteerapias. Tallinn, lk. 17 - 56  Nõustamise alused Abimaterjal nõustamiskeskustele (Tartu, 2010).  <a href="http://www.eatl.ee/wp/wp-content/uploads/Noustamise_alused.pdf">http://www.eatl.ee/wp/wp-content/uploads/Noustamise_alused.pdf</a>  Tall, K. (2015) Nõustamise alused veebipõhisele nõustajale  <a href="https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid_ja_tegevused/Norra_toetused/Rahvatervise_programm/vpn_juhend_apsterv_17072015.pdf">https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid_ja_tegevused/Norra_toetused/Rahvatervise_programm/vpn_juhend_apsterv_17072015.pdf</a></p> <p><b>VALIKULINE:</b>  Woolfe, R. (Ed.). (2010). Handbook of counselling psychology. Los Angeles: Sage.  Nystul, M.S. (2006). Introduction to counseling. Allyn &amp; Bacon.</p>

Nelson-Jones, R. (2000). Introduction to Counselling Skills: Text and Activities. SAGE Publications.  
Peavy, 1999 Supervison.  
Kidron:  
[http://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/25980/kidron\\_noustamisp.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/25980/kidron_noustamisp.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

---