

# Transpersonaalse nõustamise ja hüpnoteraapia õppekava

Kinnitatud Transpersonaalse Psühholoogia ja Hüpnoteraapia Erakooli Teadlik Mina pidaja Trance-personal OÜ juhatuse otsusega 11.07.15.

## Üldandmed õppekava kohta

Õppekava nimetus	Transpersonaalse nõustamise ja hüpnoteraapia õppekava
Koolituse liik	Täiskasvanute vabahariduslik koolitus
Õppeaja kestus	4 aastat
Õppe kogumaht	Kokku 2384 akadeemilist tundi, millest 1274 tundi auditoorset tööd ja 1110 tundi iseseisvat tööd, sh 300 tundi juhendatud praktikat
Õppekeel	eesti keel või inglise keel (tõlkega eesti keelde)
Õpingute alustamise tingimused	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Keskkharidus (või sellest kõrgem haridus)</li><li>2. Eneseanalüütilise motivatsioonikirja ning avalduse esitamine</li><li>3. Osalemine sisseastumisvestlusel kooli juhtkonna ja õpetajate esindajatega</li><li>4. Koolituslepingu allkirjastamine</li></ol>
Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid	<p>Kooli lõpetamise tingimuseks on:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. osavõtt vähemalt 80% loengutest (puudumisi, mis ületavad 20% loengute mahust võib õppija kokkuleppel kooli juhtkonna ja aineõpetajaga korvata iseseisva kirjaliku tööga)</li><li>2. osavõtt kõigist seminaridest</li><li>3. praktika, eneseteraapia ja supervisioonide sooritamine täies mahus</li><li>4. õppeainete juurde kuuluvate arvestuste, eksamite või kontrolltööde sooritamine vähemalt rahuldaval tasemel</li><li>5. koolituslepingust tulenevate kohustuste täitmine (õppemaksu tasumine).</li></ol> <p>Eelnevatele tingimustele vastav õppija saab tunnistuse "Transpersonaalse nõustamise ja hüpnoteraapia koolituse" läbimise kohta, mille alusel võib õppija taotleda Euroopa Transpersonaalse Psühholoogia Assotsiatsiooni (EUROTAS) poolt väljastatud Euroopa transpersonaalse psühhoteraapia sertifikaati (<i>European Certification of Transpersonal Psychotherapy</i>).</p>

# Õppe eesmärgid ja õpiväljundid

Transpersonaalse psühholoogia ja hüpnoteraapia koolituse eesmärk on kahesuunaline – ühelt poolt keskendutakse õppija **isiksuslikule arengule**, andes teadmisi transpersonaalsest maailma- ja inimkäsitlusest, suurendamaks õppija eneseteadlikkust ning suutlikkust oma elu, võimeid ja eesmärges realistlikult hinnata ning leida parimad viisid teadlike otsuste langetamiseks ja ellu viimiseks.

Õppe teiseks eesmärgiks on anda koolitusel osalejale vajalikud teadmised, oskused ja isiksuslik valmisolek transpersonaalse nõustaja või hüpnoteraapeudina **klientidega töötamiseks**.

- Transpersonaalne nõustaja kuulab empaatiliselt klienti kasutades aktiivset kuulamist ning peegeldades kliendile tema tundeid. Seda tehes saab klient loa tunda tundeid.
- Järgmisena uurib terapeut kliendiga korduvaid mustreid ja teemasid tema elus küsides kaks olulist küsimust: 1) kus veel sa neid koged ning 2) millal oli esimene kord sinu elus kui sa neid kogesid, selleks et aidata kliendil näha oma murekohtade algpõhjuseid ning vaadata elule laiemalt.
- Seejärel, kliendi teadlikkuse kasvades, püstitab terapeut kliendile terapeutilised eesmärgid ning toetab klienti, et ta efektiivseid elumuutusi läbi viia suudaks.
- Järgmisena saab klient teraapiaprotsessi süvenedes teadlikuks oma elu eksistentsiaalsest tähendusest tegeledes identiteediküsimusega.
- Viimaseks viib terapeut kliendi uskumussüsteemi transpersonaalsele spirituaalsele tasemele, oma ego vajaduste rahuldamisest kaugemale.

Nagu me usume, on kõik meie probleemid irratsionaalsed ja ebaloogilised. Nad on loodud meie kujutlusvõime poolt ja seega igasugune katse seletada kliendile loogiliselt ebaloogilist on terapeutilise aja raiskamine. See on põhjus, miks meie teraapiaprotsessis on rõhk sümbolismil ning isiklikul ja kultuurilisel mütoloogial. Selleks, et tegeleda loogilise osaga mõistusest kasutame me hüpnoteraapiat fokuseerides sisemise lapse tööle ning kehalistele aistingutele (kehatöö). Nagu Carl Jung on öelnud, selle asemel et teha tööd läbi tundmatu meele keha suunas, peaksime hoopis tegema tööd kehaga, mida me paremini tunneme, selleks ei mõista meile tundmatut meelt. Meie usume, et keha ei valeta kunagi.

Transpersonaalne nõustaja lähtub oma töös põhimõttest, et iga klient on unikaalne ning kohandab oma töömeetodid vastavalt kliendi vajadustele. Samuti on klient tema jaoks võrdne koostööpartner. Transpersonaalne nõustaja ei tegele erinevate seisundite diagnoosimise ega raviga, vajadusel suunab ta kliendi psühhiaatri või mõne muu erialaspetsialisti poole. Ta täiendab pidevalt oma oskusi. Õppetöö on kogemuslik – kõik meetodid praktiseeritakse iseenda peal läbi.

Käesolev õppekava on lühendatud ning eestindatud versioon Trance-personal OÜ õppekavast, mille on akrediteerinud Euroopa Transpersonaalse Psühholoogia Assotsiatsioon (EUROTAS). Õppekava läbimine on aluseks Euroopa transpersonaalse psühhoteraapia sertifikaadi (European Certification of Transpersonal Psychotherapy) taotlemisel.

Õppekava läbinud transpersonaalse psühholoogia ja hüpnoteraapia nõustajad tuginevad oma töös Euroopa Transpersonaalse Assotsiatsiooni eetikakoodeksile (<http://eurotas.org/statement-of-ethical-principles/>).

Õppekava eesmärgid kattuvad kutsestandardi „psühholoog-nõustaja, tase 7“ eesmärkidega. Seega julgeme väita, et õppekava eesmärk on kutsestandardi „psühholoog-nõustaja, tase 7“ kompetentside saavutamine kasutades transpersonaalset lähenemist psühhoteraapias.

Psühholoog-nõustaja kutse saamiseks on vajalik erialane magistriharidus. Õppekava ei paku magistriõpet, küll aga kogemuslikku nõustamisalast õpet, millest võib kutse taotlemisel abi olla.

Kursuse läbinutel on võimalik transpersonaalset psühholoogiat edasi õppida magistriõppes veebipõhiselt paaris rahvusvahelises ülikoolis, kes on meie õppekava heaks kiitnud.

## Õppekava läbinud õppija:

Üldained ja lähivaldkonnad

1. omab põhiteadmisi üldpsühholoogias ning oskab seostada neid taustateadmisi iseenda ja klientide

kogemustega

2. omab üldist arusaamist erinevatest psühhoteerapilistest lähenemistest ja koolkondadest
3. omab põhiteadmisi psühhopatoloogiast ning oskab ära tunda vajaduse suunata klient edasi psühhiaatri, kliinilise psühholoogi või muu spetsialisti vastuvõtule
4. omab põhiteadmisi alternatiivmeditsiini erinevatest harudest
5. tunneb tervikliku tervisekäsitluse, psühhoneuroimmunoloogia aluseid ja oskab analüüsida psühholoogiliste ja emotsionaalsete protsesside seost tervisenäitajatega
6. omab üldteadmisi sotsiaalteaduste ja psühholoogia peamistest uurimismeetoditest, ning oskab lugeda ja mõista erialaseid uurimisraporteid ja artikleid, tehes asjakohaseid järeldusi

#### Transpersonaalne psühholoogia

7. omab süsteemseid teadmisi transpersonaalsest inim- ja maailmakäsitlusest
8. tunneb transpersonaalse psühholoogia teoreetilisi lähtekohti, paiknemist psühholoogia-maastikul, kasutusvõimalusi ning ajaloolist kujunemist.
9. tunneb erinevaid transpersonaalseid lähenemisi ja põhitehnikaid transpersonaalses nõustamises
10. omab ülevaadet tänapäevastest transpersonaalse psühholoogia valdkonda kuuluvatest meetoditest ning nende teaduslikust uurimisest
11. oskab klientidega läbi viia transpersonaalset nõustamist

#### Hüpnoteerapia

12. teab hüpnooti ja hüpnoteerapia ajalugu, teoreetilisi lähtekohti, toimemehhanisme, kasutusvõimalusi, näidustusi ja vastunäidustusi klientidega kasutamisel
13. oskab läbi viia hüpnoteerapiat klientidega
14. on teadlik erinevatest teadvuse seisunditest, oskab viia kliendi muutunud teadvuse seisundisse, teha turvaliselt tööd kliendiga, kes on muutunud teadvuse seisundis

#### Nõustaja isiksuslik areng ja kliendi arengu toetamine

15. mõistab ja teadvustab isiksuslikku arengut lähtuvalt erinevatest arenguteooriatest ning oskab analüüsida kliendi isiksuse arengut lähtuvalt erinevatest arenguteooriatest
16. oskab analüüsida nii enda kui kliendi käitumist hetkes arvestades tagasivaatavat (kasvukeskkonna ning lapsepõlve mõjud) ja edasipürgivat (tulevikuootused ning tulevikku mõjutavad uskumused) perspektiivi
17. oskab kasutada ja juhendada klienti kasutamaks enesekehtestamise meetodeid
18. teab enesejuhtimise ning eesmärgiseadmise põhimõtteid ning oskab neid kasutada oma elus ning juhendada klienti nende rakendamisel
19. tunneb suhtlemise, aktiivse kuulamise, kehakeele lugemise ning avaliku esinemise põhimõtteid ning oskab nende valdkondade baastadmisi rakendada igapäevases töö- ja eraelus
20. suudab juhendada klienti elustiili muutustes suurendamaks tema vaimset ja füüsilist heaolu
21. on internaliseerinud kutse-eetika põhimõtted ja seab kliendi heaolu ning eetilise käitumise oma töös alati esikohale.

# Õppekava tunnijaotusplaan

Õppeaine nimetus	1. kursus		2. kursus		3. kursus		4. kursus		Kokku
	A-T*	I-T**	A-T	I-T	A-T	I-T	A-T	I-T	
Inimese anatoomia ja füsioloogia							36	36	72
Üldpsühholoogia	55	55	40	40	36	36	45	45	352
Psühhopatoloogia	20	20	20	20			20	16	116
Alternatiivmeditsiini alused	10	10	8	8	11	12			59
Uurimismeetodid sotsiaalteadustes							24	14	38
Erinevad teraapiasuunad	50	50	35	35	35	35	39	40	319
Transpersonaalne psühholoogia ja nõustamine			35	35	35	35	45	40	225
Nõustamisoskused ja klienditöö	50	48	32	28	20	20			198
Pere- ja paariteraapia alused			20	20	24		4	3	71
Arengupsühholoogia	20	20	12	10	20	20			102
Hüpnooteraapia meetodid ja tehnikad	50	50	40	38	35	35			248
Kutse-eetika	12	16			12	15			55
Eneseteraapia	10	10	5	5	5	5			40
Supervisioon			50		50		50		150
Transpersonaalse nõustamise praktika	20	20	30	30	50	50	50	50	300
Kursusetöö							4	35	39
Kokku tunde	297	299	334	282	333	263	317	279	<b>2384</b>
		596		596		596		596	

\*A-T - auditoorne töö, kontakt-tunnid.

\*\*I-T - juhendatud iseseisev töö, mille sooritamist ja õpieesmärkide täitmist kontrollitakse.

# Õppe sisu ainete kaupa

## Üldained

	Inimese anatoomia ja füsioloogia
<b>Maht</b>	72 tundi, sh 36 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Angela Lattimore, Jure Biechonski
<b>Eesmärk</b>	Selgitada anatoomia ja füsioloogia põhialuseid, sh kudede ja elundite ehitust ja talitlust. Kirjeldada inimorganismi arengut, ehitust, talitlust ja organsüsteemide tegevust reguleerivaid mehhanisme, sh inimese eluringi alates munaraku viljastamisest, loote arenemisest, rasedusest ja sünnitusest ning lõpetades vanaduse ja surmaga.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	teab inimorganismi arengut teab inimorganismi ehitusest ja talitlusest teab inimorganismi ehitust ja talitlust reguleerivaid mehhanisme oskab selgitada organismis toimuvaid protsesse tuginedes organismis toimuvatele füüsikalistele protsessidele oskab seostada omandatud teadmisi teiste õppeainetega
<b>Läbitavad teemad</b>	Inimorganismi areng. Inimorganismi ehitus ja talitlus: lihaskude, näärmed, närvikude. Organsüsteemide ehitus ja talitlus, neid reguleerivad mehhanismid. Süda, veresoonekond. Hingamissüsteem. Seede- ja ainevahetussüsteem. Naha tundlikkuse süsteem. Immuunsüsteem. Meeled. Limbiline süsteem. Kraniaalnärvid, spinaalnärvid. Sünapsid. Aju integratiivsed funktsioonid.
<b>Meetodid</b>	Loengud, iseseisev töö kirjandusega, töölehtede täitmine
<b>Iseseisev töö</b>	Kohustusliku kirjanduse läbitöötamine, töölehtede täitmine ja esitamine
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutest, osalemine kõigis seminarides. Kohustusliku kirjanduse läbitöötamine. Täidetud töölehtede kirjalik esitamine.

	Üldpsühholoogia
<b>Maht</b>	252 tundi, sh 176 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Jure Biechonski, Alar Tamming, Epp Veski
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijale ülevaade inimese psüühika ja käitumise universaalsetest seaduspärasustest. Anda õppijale ülevaade psühholoogia teaduslikest ja rakenduslikest väljunditest. Luua arusaam psühholoogia suuremate koolkondade peamistest ideedest ning teooriatest.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	teab, millega tänapäeva teaduslik psühholoogia tegeleb teab ja mõistab inimese psüühika funktsioneerimise põhilisi seaduspärasusi

	Üldpsühholoogia
	teab geneetika, keskkonna ja kasvatus mõju isiksuse kujunemisel
	tunneb teadusliku üldpsühholoogia printsiipe ja käsitlust
	tunneb suuremaid psühholoogia koolkondi ja näeb transpersonaalse psühholoogia kohta teiste koolkondade hulgas
	tunneb erinevate psühholoogia koolkondade kliinilisi meetodeid, mõistes nende näidustusi ja vastunäidustusi.
<b>Läbitavad teemad</b>	Psühholoogia ja psühhoterapia filosoofilised alused. Positivism ja fenomenoloogia. Teadmised, oskused, väärtused psühhoterapias. Psüühika ja käitumise üldised seaduspärasused. Tunnetusprotsessid. Aistingud, tajud, mälu, kujutlus ja fantaasia, mõtlemine, keel ja kõne, tahe, tundmused ja emotsioonid, tähelepanu ja teadvus. Alateadvus (lähtuvalt Freudist, Jungist, Adlerist) Temperament. Isiksus. Isiksuse teooriad lähtuvalt psühhoanalüütilisest (S. Freud), neopsühhoanalüütilisest (C. Jung, A. Adler), psühhosotsiaalsest (E. Erikson), biheivioristlikest ja õppimisteooriatest (J. Dollard, B.F. Skinner, A. Bandura), humanistlikest ja eksistentsialistlikest teooriatest (C. Rogers, A. Maslow) ning kognitiivsetest teooriatest (A. Ellis, A. Beck).
<b>Meetodid</b>	Loengud, rühmaarutelud kirjanduse põhjal. Filmide vaatamine ja analüüsimine. Rollimängud. Harjutusgrupid.
<b>Iseseisev töö</b>	Enese analüüsimine läbi valitud isiksusetooria. Kirjaliku eneseanalüüsi koostamine.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutes. Osalemine kõigis seminarides. Kirjaliku eneseanalüüsi esitamine.

	Psühhopatoloogia
<b>Maht</b>	116 tundi, sh 56 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Dr. Ingo B. Jahrsetz, Jure Biechonski
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijale ülevaade tavalisematest psüühikahäiretest, nende uurimise ja diagnoosimise ning ravi meetoditest.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	tunneb psühhiaatrilist sümptomoloogiat
	mõistab psühhiaatrilise diagnostika põhimõtteid ja oskab leida endale vajalikku infot Rahvusvahelisest Haiguste Klassifikatsioonist (RHK-10)
	omab ülevaadet psühhiaatrilise abi seadusandlusest ja korraldusest Eestis. Tunneb peamiste psühhiaatriliste haiguste gruppe ja peamiste psüühikahäirete raviks kasutatavate meetodite (ka medikamentide) gruppe.
<b>Läbitavad teemad</b>	Psühhopatoloogia olemus, selle mõistmise ajalugu. Diagnostilised meetodid (anamnees, seisundi hindamine), sümptomoloogia. Patoloogiliste joonte esinemine, normist diagnoositava häireni.
	Eesti psüühikahäirete statistika, psühhiaatrilise abi korralduse põhimõtted.

	<b>Psühhopatoloogia</b>
	Meeleoluhäired - depressioon, bipolaarne häire. Ärevus. Foobiad. Lihtfoobia. Sotsiaalfoobia. Generaliseerunud ärevus. Obsessiiv-kompulsiivse spektri häired. Ärevushäirete põhjused ja ravi. Paanikahäire. Suitsidaalsus. Isiksushäired. Anti-sotsiaalsed häired. Söömishäired. Skisofreenia.
<b>Meetodid</b>	Loengud, arutlused, rühmatööd. Iseseisev töö kirjandusega.
<b>Iseseisev töö</b>	Kirjanduse läbitöötamine. Ühe vabalt valitud psüühikahäire kohta referaadi koostamine.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutes. Osalemine kõigis seminarides. Referaadi esitamine.

	<b>Alternatiivmeditsiini alused</b>
<b>Maht</b>	59 tundi, sh 30 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Sirli Kivisaar, Angela Lattimore
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijale ülevaade alternatiivmeditsiinist, selle algetest, peamistest harudest ja põhimõistetest. Mõistab haiguste tekkemehhanismi metameditsiini seisukohtadest lähtuvalt. Tunneb psühhoneuroimmunoloogia aluseid. Oskab analüüsida kehalisi sümptomeid läbi alternatiivmeditsiini prisma.
<b>Õpiväljundid.</b> <b>Kursuse läbinud õppija:</b>	mõistab haiguste tekkemehhanismi metameditsiini seisukohtadest lähtuvalt
	tunneb psühhoneuroimmunoloogia aluseid
	oskab analüüsida kehalisi sümptomeid läbi alternatiivmeditsiini prisma.
<b>Läbitavad teemad</b>	Alternatiivmeditsiin. Ajalugu, rahvameditsiin. Terviseuskumused. Keha ja meele ühtsus.
	Alternatiivmeditsiini peamised harud. Ajuurveeda. Hiina meditsiin. Tiibeti meditsiin. Homöopaatia. Taimravi.
	Alternatiivmeditsiini meetodid. Kiropraktika. Jooga. Loodusravi. Muusika- ja kunstiteraapia. Akupunctuur. Aroomiteraapia. Värviteraapia jt.
	Psühhoneuroimmunoloogia alused. Ajalugu, C. Bernard'ist R. Aderini. Stress ja immuunsus. Psühhoneuroimmunoloogilised mõjud kehas.
	Aju kui keskne juhtimissüsteem. Seosed erinevate organsüsteemidega.
	Bioenergeetika ja kehale suunatud psühhoteeraapia.
<b>Metodid</b>	Loengud, praktikumid, demonstratsioonid. Enesevaatlus, eneseanalüüs. Rühmatööd, arutlused.
<b>Iseseisev töö</b>	Loengumaterjalide ja kohustusliku kirjanduse läbitöötamine. Kirjaliku eneseanalüüsi koostamine.

	Alternatiivmeditsiini alused
Sooritamise nõuded	Osalemine vähemalt 80% loengutest, osalemine kõigis seminarides. Kohustusliku kirjanduse läbitöötamine. Eneseanalüüsi kirjalik esitamine.

	Uurimismeetodid sotsiaalteadustes
Maht	38 tundi, sh 14 tundi iseseisvat tööd
Õppejõud	Jure Biechonski
Eesmärk	Anda õppijale ülevaade peamistest sotsiaalteadustes (sh psühholoogias) kasutatavatest uurimismeetoditest. Suurendada õppija võimet mõista ja konteksti asetada erinevaid uurimistulemusi ja -raporteid.
Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:	teab peamisi psühholoogias ja sotsiaalteadustes kasutatavaid uurimismeetodeid ja nende seonduvaid põhimõisteid
	mõistab põhjusliku seose olemust ja selle demonstreerimise võimalusi empiirilistes uuringutes
	tunneb tõenduspõhise praktika olemust ning selle valdkonnaga seotud termineid
	teab viitamise põhimõtteid ning akadeemilise kirjutamise aluseid, oskab kasutada korrektset viitamist oma kirjatöös
	suudab mõista keskmise keerukusega meetodikat ning mõista erialast teaduskirjandust.
Läbitavad teemad	Uurimisprobleem. Eesmärk. Uurimisküsimus. Hüpotees. Valim. Juhuvaim. Süstemaatiline valim. Kihtvalim. Klastervalim. Mugavusvalim. Valiidsus. Reliaablus. Korrelatsioon. Põhjuslikkus.
	Kvantitatiivsed uurimismeetodid. Ankeet. Test. Testile esitatavad nõuded. Testi normeerimine. Struktureeritud intervjuu. Struktureeritud vaatlus. Eksperiment. Laboratoorne eksperiment. Loomulik eksperiment. Mõõtmised ja katsed.
	Kvalitatiivsed uurimismeetodid. Narratiivide uurimine. Ühiskonna ja kultuuri uuringud. Keele ja kommunikatsiooni uuringud.
	Tõenduspõhine praktika. Kontrollgrupid. Pre- ja post mudelid
	Akadeemiline kirjutamine. Viitamine. Allikate kriitiline valik.
Meetodid	Loengud, arutelud, iseseisev töö kirjandusega.
Iseseisev töö	Läbi töötada kursuse materjalid. Lugeda ja analüüsida vastavalt etteantud juhendile ühe teadusliku uurimuse raportit või teadusartiklit.
Sooritamise nõuded	Osalemine vähemalt 80% loengutes, osalemine kõigis seminarides. Kirjaliku töö esitamine.



## Erialaained

	Erinevad teraapiasuunad ja meetodid
<b>Maht</b>	319 tundi, sh 160 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Jure Biechonski, Tom Barber, Epp Veski, Kristina Tamm, Judith Hendin
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijale ülevaade erinevatest teraapiasuundadest ja abistamisvõimalustest. Teraapia ajaloo ja tänapäevastest suundumustest eri psühholoogiliste koolkondade eelistatud teraapia-võtetes.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	<p>omab ülevaadet erinevate teraapiasuundade põhiseisukohtadest ja meetoditest</p> <p>oskab võrrelda erinevaid teraapiasuundi, tunneb nende tugevusi ja nõrkusi</p> <p>oskab vajadusel kliendile lähtuvalt tema vajadustest ja eelistustest soovitada sobivaimat teraapiasuunda</p> <p>tunneb transpersonaalse nõustamise kohta teraapiamaastikul</p> <p>oskab integreerida oma töösse klientidega mõningaid teraapia-oskusi ja töövahendeid (nt töö metafoorikaartidega, hääledialoog, Imago dialoog).</p>
<b>Läbitavad teemad</b>	<p>Psühholoogilise abi vormid ja pakkujad enne psühholoogia kui teaduse ja psühhoteraapia kujunemist.</p> <p>Peamised psühholoogilised koolkonnad. Psühhoanalüütiline koolkond. Klassikaline psühhanalüüs (Freud), analüütiline psühholoogia (Jung), individuaalne psühholoogia (Adler), Ego analüüs (Klein), objektisuhete teooria (Winnicott). Bihevioristlik koolkond. Käitumisteraapia (Lazarus) - rakenduslik käitumisanalüüs, sotsiaalse õppimise teooria (Bandura). Kognitiivne koolkond. Kognitiivne teraapia (Kognitiiv-käitumisteraapia). Humanistlik (eksistentsialistlik-humanistlik). Gestalt. Psühhoanalüütiline. Bihevioristlik. Sotsiaalpsühholoogiline. Kognitivistlik. Transpersonaalne.</p> <p>Psühholoogia koolkondade põhilised kliinilised meetodid.</p>
<b>Meetodid</b>	Loengud, demonstratsioonid, rühmatööd, rollimängud, praktikumid, diskussioon, filmide vaatamine, iseseisev töö kirjandusega.
<b>Iseseisev töö</b>	Kirjanduse läbitöötamine.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutes. Osalemine kõigis seminarides ja praktikumides. Kohustusliku kirjanduse arutamine seminarides.

	Transpersonaalne psühholoogia ja nõustamine
<b>Maht</b>	225 tundi, sh 160 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Jure Biechonski, Alar Tamming, Magda Solé, Jaume Mestres, Bernadette Blin
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijale ülevaade transpersonaalse psühholoogia alustest, transpersonaalse nõustamise toimetehhanismidest, transpersonaalse teraapia meetoditest. Anda õppijale vajalikud teadmised ja oskused viimaks läbi transpersonaalset nõustamist klientidega.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	<p>teab transpersonaalse psühholoogia ajalugu ning kujunemist ja transpersonaalse teraapia arengulugu</p> <p>mõistab transpersonaalse nõustamise teoreetilisi kontseptsioone, toimetehhanisme, iseärasusi võrreldes teiste teraapiaviisidega</p> <p>teab transpersonaalse nõustamise näidustusi ja vastunäidustusi</p> <p>tunneb transpersonaalse teraapia meetodeid</p> <p>oskab viia läbi transpersonaalset nõustamist koos kõigi protsessi osadega, alates sekkumise planeerimisest ja lõpetades terapeutilise suhte lõpetamisega</p> <p>oskab hinnata kliendi seisundit, koguda kliendi kohta teavet, seda dokumenteerida; valida kliendi jaoks parimad meetodid</p> <p>oskab anda kliendile informatsiooni kõige teda puudutava kohta, saamaks igale oma tegevusele informeeritud nõusolek</p> <p>oskab jõustada klienti, aidates tal viia sisse muudatusi oma ellu, käitumisse ja suhetesse.</p>
<b>Läbitavad teemad</b>	<p>Transpersonaalse psühholoogia alused - W. James, C.G. Jung, R. Assagioli, A. Maslow. Transpersonaalse psühholoogia kujunemine K. Wilber, S. Grof.</p> <p>Transpersonaalse psühholoogia lähivaldkonnad - analüütiline psühholoogia (Jung), psühhosüntees (Assagioli), humanistlik psühholoogia (Maslow).</p> <p>Spirituaalne areng. Spirituaalne kriis. Müstilised kogemused. Religioonipsühholoogia alused. Spirituaalsed traditsioonid (taoism, hinduism, jooga, budism, kabbalah, kristlik müstitsism, shamanism.. Põlis-Ameerika psühhiaatria ja psühholoogia, psühhedeelikumid transpersonaalses praktikas. Meditatsioon. Kundalini fenomenoloogia ja ravi. Surma-lähedased kogemused. Religioossed kultused. Psühhofarmakoloogia. Holotroopne hingamine. Regressiooniteraapia.</p> <p>Spirituaalse kogemuse seostamine kaasaegse psühholoogia teooriaga.</p> <p>Teadvuse seisundid. Ajulained. Muutunud teadvuse seisundite esile kutsumine. Töö muutunud teadvuse seisundis. K. Wilberi spiraaldünaamika.</p> <p>Transpersonaalse nõustamise spetsiifilised tehnikad.</p>

	<b>Transpersonaalne psühholoogia ja nõustamine</b>
	Religioosne või spirituaalne probleem (DSM-IV)
<b>Meetodid</b>	Loengud, demonstratsioonid, rühma-arutelud, praktilised harjutused, video-filmide vaatamine ja analüüs. Iseseisvalt läbi töötatud kirjanduse analüüs rühmas.
<b>Iseseisev töö</b>	Õppematerjalide ja kohustusliku kirjanduse läbitöötamine, õppematerjalides sisalduvate ülesannete ja praktiliste harjutuste sooritamine.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutes, osalemine kõigis seminarides. Iseseisva töö nõuete täitmine. Suuline arvestus kursuse juhendaja ja kooli esindajaga.

	<b>Nõustamisoskused ja klienditöö</b>
<b>Maht</b>	198 tundi, sh 96 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Jure Biechonski
<b>Eesmärk</b>	Kujundada õppijas valmidus töötamiseks transpersonaalse nõustajana. Anda teadmisi ja oskusi terapeutilise suhte kohta. Anda õppurile praktilised oskused tööks klientidega lähtudes kutse-eeetika printsiipidest.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	oskab hinnata kliendi seisundit ja koguda ning dokumenteerida kliendi kohta infot
	oskab läbi viia terapeutilist vestlust
	oskab äbi viia transpersonaalse nõustamise või hüpnoteraapia protsessi nii individuaalselt kui grupiteraapiana
	peab oluliseks tegutseda lähtuvalt kutse-eeetikast
	on valmis töötama transpersonaalse nõustajana.
<b>Läbitavad teemad</b>	Nõustamise olemus ja nõustaja roll. Nõustamise eetika. Egani kolmeastmeline mudel. Nõustamise eesmärk. Avastamine, mõistmine ja muutuste ellu viimine.
	Kriisinõustamise alused.
	Grupiprotsesside olemus. Grupi juhtimise oskused. Grupiteraapia.
	Nõustamiskeskond. Koduleht. Kontaktivõtt. Ruum. Nõustamisleping jt dokumendid. Tasu. Ajakasutus. Nõustamisprotsessi lõpetamine, kliendi edasi-suunamine.
	Kontakti loomine. Rapoor. Aktiivne kuulamine. Empaatia. Peegeldamine.
	Info kogumine kliendi kohta. Genogramm. Kliendi seisundi hindamine. Teabe dokumenteerimine. Teraapia eesmärkide püstitamine, kliendi tellimus.
	Terapeutiline liit. Ülekanded ja vastuülekanded teraapiaprotsessis. Mäluprotsessid teraapias.

	Nõustamisoskused ja klienditöö
<b>Meetodid</b>	Kliendi võimestamine teraapiaprotsessis. Positiivsete ressursside teadvustamine ja rakendamine.
	Superviisori kasutamine. Sisemine superviisor. Enesehindamise tehnikad.
	Loengud, rühmatööd, demonstratsioonid ja nende analüüs, praktilised harjutused oskuste omandamiseks ja kinnitamiseks. Praktikumid. Näidisvideod.
<b>Iseseisev töö</b>	Juhtumianalüüsid praktikaseanssidest. Kohustusliku kirjanduse ja kursuse materjali läbitöötamine.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutest ning kõigil praktikaseminaridel. 100 juhtumianalüüsi kirjalik esitamine, kusjuures juhtumianalüüsides näitab õppija ka oma lugemust minimaalselt kohustusliku kirjanduse ja kursusema materjali piires.

	Pere- ja paariteraapia alused
<b>Maht</b>	71 tundi, sh 23 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Kristina Tamm, Kadri Järv-Mändoja
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijale teadmised pere- ja paariteraapiast ning nende meetoditest ja kasutusvõimalustest. Anda teadmised perekonna ja üksikindiviidi interaktsioonist, ning laiemast nägemusest inimese kui perekonna osana.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	teab perekonna kui institutsiooni toimimise põhimõtteid, arenguetappe
	teab pühendunud intiimse paarisuhte rolli indiviidi lapsepõlve haavade tervendamise protsessis
	mõistab struktuuralse pereteraapia põhimõtteid
	mõistab perekonstellatsiooni põhimõtteid
	tunneb Imago teooriat ja imago paarisuhteteraapia põhimõtteid.
<b>Läbitavad teemad</b>	Perekonna kui institutsiooni toimimise põhimõtted. Perekond kui süsteem. Struktuuralse pereteraapia ja S. Minuchin ning V. Satir. Perekonna arenguetapid. Suhtemustrite kordamine põlvkonniti. Paarisuhe kui võimalus tervenemiseks lapsepõlve haavadest ja rahuldamiseks lapsepõlve vajadusi. Suhte faasid - romantiline faas, võimuvõitlus, teadlik armastus. Terapeudi roll võimuvõitluses paari toetamisel. Imago dialoog. Perekonstellatsiooni põhimõtted. Perekonstellatsiooni arengu ja kujunemise fenomenoloogilised alused. Peresüsteemis toimivad jõud. B. Hellinger. Individuaalse konstellatsiooni läbiviimise põhimõtted ja praktika.
<b>Meetodid</b>	Loengud, praktilised harjutused. Rühmatööd. Töölehtede täitmine. Praktikumid.
<b>Iseseisev töö</b>	Kohustusliku kirjanduse läbitöötamine.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutes, osalemine kõigis praktikumides. Kohustusliku kirjanduse läbitöötamine ning selle kajastamine eneseanalüüsis.

Arengupsühholoogia	
<b>Maht</b>	102 tundi, sh 50 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Jure Biechonski
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijatele teadmisi erinevatest arenguteooriatest, lapse psühholoogilise arengu seaduspärasustest ning sellest, kuidas arengukäik ja arengu kriitilistel perioodidel toimunud elusündmused mõjutavad isiksuse kujunemist.
<b>Õpiväljundid: Kursuse läbinud õppija:</b>	<p>teab arengupsühholoogia kui valdkonna ajaloolist kujunemist, põhimõisteid ja peamisi voolusid</p> <p>tunneb kiindumusteooria, psühhoseksuaalse teooria, psühhosotsiaalse teooria ja moraalse arengu teooria, kognitiivse arengu teooria põhimõisteid ja etappe</p> <p>suudab analüüsida ennast ja kliente lähtuvalt erinevatest arenguteooriatest.</p>
<b>Läbitavad teemad</b>	<p>Arengupsühholoogia ajalugu. Rousseau.</p> <p>Arenguteooriad. Psühhoseksuaalne arenguteooria (S. Freud), psühhosotsiaalne arenguteooria (E. Erickson), kiindumusteooria (J. Bowlby, M. Ainsworth), moraalse arengu teooria (L. Kohlberg), kognitiivse arengu teooria (J. Piaget), lähima arengu tsoonid (L. Vögotski).</p> <p>Arengu uurimise võimalused. Argiteadmised vs teaduslikud teadmised pedagoogikas. Teooriad ja rakendus lapse argipäevas.</p> <p>Lapsepõlve mõjude analüüsimine lähtuvalt erinevatest teooriatest. Põhjusliku seose küsimus.</p> <p>Lapse väärkohtlemise mõju lapse isiksusele ja arengule erinevatel arenguettapidel. Alice Miller.</p>
<b>Meetodid</b>	Loengud, rühmatööd, arutelud eelnevalt loetud materjali põhjal. Praktilised harjutused. Õppefilmide vaatamine ja analüüsimine.
<b>Iseseisev töö</b>	Töötada läbi kursuse materjalid ning kohustuslik kirjandus. Koostada eneseanalüüs lähtuvalt ühest vabalt valitud arenguteooriast.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutes, osalemine kõigis seminarides. Kirjaliku eneseanalüüsi esitamine. Kirjalik test arengupsühholoogiast.

Hüpnoteeraapia meetodid ja tehnikad	
<b>Maht</b>	248 tundi, sh 123 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Jure Biechonski, Tom Barber
<b>Eesmärk</b>	Anda õppijale ülevaade hüpnoteeraapia ajaloost, alustest ja toimemehhanismidest. Anda vajalikud teadmised ja oskused hüpnoteeraapia läbiviimiseks.
<b>Õpiväljundid. Kursuse läbinud õppija:</b>	<p>teab hüpnoteeraapia ajaloolist kujunemist, levikut ja populaarsust maailmas</p> <p>tunneb hüpnoteeraapia teoreetilisi kontseptsioone, hüpnoteeraapia toimemehhanisme</p>

	Hüpnooteraapia meetodid ja tehnikad
	teab ja mõistab hüpnootervendamise, hüpnooterapiat põhiolemusest
	teab hüpnooteraapia piiranguid
	mõistab enesehüpnooterapiat, palve, meditatsiooni mõju
	oskab kasutada induktioone ja süvendamistehnikaid, juhendada klienti hüpnooterapias
	oskab planeerida teraapiaseansi ja kasutada hüpnootilist sekkumist, analüüsida hüpnooterapiat esile tulnud informatsiooni koostöös kliendiga
	oskab õpetada kliendile enesehüpnooterapiat tehnikaid.
<b>Läbitavad teemad</b>	<p>Ülevaade hüpnooterapiast ajaloos. Ericksoni hüpnooterapia. Ülevaade hüpnooterapiast ajaloost ja põhimõtetest. Hüpnooterapiat areng. Enesehüpnooterapia, palve, meditatsioon, visualiseerimine. Teadvuse seisundid, muutunud teadvuse seisundid. Hüpnooterapiat psühholoogiline ja füsioloogiline nähtus.</p> <p>Klienti seisundi ja tundlikkusega arvestamine.</p> <p>Ankurdamine. Pre- ja posthüpnootilised sugestatsioonid. Hüpnootiline keel.</p> <p>Hüpnootilise sugestiooni põhimõtted. Sugestioon ja selle mõju. Sugereeritavuse testid. Kujutluse kasutamine hüpnooterapias. Foobiad, nende leevendamine/kõrvaldamine hüpnooterapiat abil. Häired ja harjumused, mida saab leevendada või kõrvaldada hüpnooterapiat abil. Sõltuvused ja hüpnooterapia. Regressioon hüpnooterapias. Neurolingvistiline programmeerimine.</p> <p>Erinevad hüpnooterapiat stsenaariumid. Induktioonitehnikad. Kontrainduktsioonid. Süvendamise tehnikad. Valutustamise tehnikad. Somnambulism. Katalepsia. Vastuseis hüpnooterapiat.</p> <p>Transaktsionaalne hüpnooterapiat. Hüpnooterapiat hinge tasandil. Vaimu vabastamise teraapia. Teelilise ja parateelilise seisundiga töötamine. Biotagasiside kasutamine hüpnooterapiat hindamise meetodina. Alfa-, beeta-, ja teeta lainetega töötamine mälu kodeerimisel.</p> <p>Eetika hüpnooterapias.</p>
<b>Meetodid</b>	Loengud, rühmatööd, demonstratsioonid ja nende analüüs, praktilised harjutused oskuste omandamiseks ja kinnitamiseks. Praktikumid. Näidisvideod.
<b>Iseseisev töö</b>	Õppematerjalide ja kohustusliku kirjanduse läbitöötamine. Enesehüpnooterapiat päeviku pidamine ja esitamine. Eneseanalüüsi koostamine ja esitamine.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutest, osalemine praktikumides. eneseanalüüsi ja enesehüpnooterapiat päeviku esitamine.

	Kutse-eetika
<b>Maht</b>	55 tundi, sh 31 tundi iseseisvat tööd
<b>Õppejõud</b>	Jure Biechonski
<b>Eesmärk</b>	<p>Anda ülevaade terapeudi eetikast, eetikakoodeksitest ja eetilise käitumise üldpõhimõtetest. Anda õppijale ülevaade transpersonaalse nõustamise eetika eripäradest.</p> <p>Kujundada oskus ja valmidus analüüsida enese kui terapeudi käitumise tagamaid,</p>

	Kutse-eetika
	nõrkusi ja probleeme.
<b>Õpiväljundid: Kursuse läbinud õppija:</b>	omab üldist ülevaadet eetika mõistetest ja probleemidest, erinevatest eetika koodeksitest
	teab teraapiale esitatavaid eetikanõudeid
	teab ja tunneb eetilise väärkäitumise probleeme ja tagamaid
	mõistab teraapiaprotsessiga seotud võimalikke eetiliste probleemide tekkekohti, oskab analüüsida muutunud teadvuse seisunditest, ülekandest ja vastuülekandest tulenevaid eetilisi probleeme
	kursuse läbinud õppijal on oskus ja valmisolek ennast ja oma eetilist käitumist analüüsida ning valida erinevates olukordades eetiline käitumine.
<b>Läbitavad teemad</b>	Eetika alused. Moraal ja eetika. Moraalireeglid. Normid. Moraali otstarbed. Moraaliprintsiibid. Eetilise hinnangu sfäärid. Terapeudi eetika. Vastutus. Kompetents. Moraalsed ja seadusandlikud standardid. Konfidentsiaalsusnõue. Kliendi heaolu. Professionaalsed suhted. Avalik esinemine. Hindamistehnikad. Uuringud. EUROTAS'e poolt kinnitatud transpersonaalse psühhoterapeudi eetikakoodeks ning selle aluseks olev Euroopa Psühhoteraapia Assotsiatsiooni (EAP) eetikakoodeks. Transpersonaalse nõustamise eetilised eripärad. Ülekanne ja vastuülekannet eetilise probleemina. Kognitiivne dissonants. Puudutus. Muutunud teadvuse seisunditest tulenevad eetilised probleemid. Läbipõlemise vältimine kui eetilise käitumise osa. Eetilise väärkäitumise tagajärjed. Väärkäitumisest hoidumine. Sekkumist vajavad olukorrad. Käitumine väärkohtlemise ilmsikstulekul.
<b>Meetodid</b>	Loengud, kirjanduse läbi töötamine. Rühma-arutelud, harjutused, rollimängud.
<b>Iseseisev töö</b>	Eetikakoodeksi <a href="http://eurotas.org/statement-of-ethical-principles/">http://eurotas.org/statement-of-ethical-principles/</a> lugemine ja selgeks õppimine. Eneseanalüüs eetikakoodeksi põhjal.
<b>Sooritamise nõuded</b>	Osalemine vähemalt 80% loengutest ning kõigis seminarides. Eneseanalüüsi esitamine.

## Erialapraktika

Eneseteraapia	
Maht	40 tundi, sh 20 tundi iseseisvat tööd
Terapeudid	Erapraksises praktiseerivad transpersonaalsed terapeudid, kes teevad koostööd kooliga. Õppija valib kooli poolt aktsepteeritud terapeutide hulgast endale ise sobiva.
Eesmärk	Õpetada transpersonaalse terapeudi tööd õppija isikliku teraapiakogemuse kaudu.
Õpiväljund	Oskab lahendada oma isiklike, elukeskkonna ja suhetega seotud probleeme. Oskab olla empaatiline klientide suhtes, tuginedes oma isiklikule tereaapiakogemusele.
Sooritamise nõuded	Kõigi eneseteraapia seansside läbimine, terapeudi kinnitus osalemise kohta. Teraapiaprotsessi sisu kajastamine enese-arengu päevikus.

Supervisioon	
Maht	150 tundi
Superviisorid	Jure Biechonski, Ingo B. Jahrsetz, Meeli Laane
Eesmärk	Kinnistada omandatud teadmisi ja vilumusi. Llua seoseid teooria ja praktika vahel. Aidata õppijal mõista enese kui terapeudi isiksuslikku arengut oma tööalase kasvu taustal. Tagada pidev professionaalne kasv.
Õpiväljundid	Oskab analüüsida oma tööd, teadvustab oma õnnestumise ja ebaõnnestumise tagamaid. Oskab õppida kolleegide lugudest. Oskab märgata ja lahendada eetilisi dilemmasid. Suudab taluda konstruktiivset kriitikat oma tööle. Oskab esitada kliendi loo tuues välja olulise ja esitades asjassepuutuvaid küsimusi.
Meetod	Kliendilugude ettekanded, ühisarutelud, rühmatöö, eneserefleksioon, terapeudi oskuste praktiline harjutamine.
Sooritamise nõuded	Osalemine supervisioonides ja grupisupervisioonides. Osalemist tõendab õppija superviisori allkirjaga osavõtulehe esitamisega. Juhul kui õppija on osalenud grupisupervisioonis, siis iga kolme supervisiooni kohta tuleb oma kliendilugu esitleda vähemalt ühel korral.



<b>Transpersonaalse nõustamise praktika</b>	
Maht	300 tundi, sh 150 tundi iseseisvat tööd
Praktika juhendajad	Jure Biechonski, kursuse juhendaja
Eesmärk	Anda tulevasele terapeutile võimalus omandada vilumusi transpersonaalses nõustamises ja hüpnoteraapias. Kinnistada teooriaõppes omandatud teadmisi, anda praktilisi erialaseid oskusi.
Õpiväljundid	Omab ülevaadet transpersonaalse nõustaja ja hüpnoterapeudi tööst. Oskab hinnata ja reflekteerida enda tegevust nõustajana. Näitab vastutustunnet ja järgib eetilisi printsiipe. Oskab seansid korrektselt dokumenteerida.
Iseseisev töö	Juhtumianalüüside kirjutamine
Sooritamise nõuded	Juhtumianalüüside esitamine 150 läbi viidud teraapiaseansi kohta. Kusjuures juhtumianalüüsidest demonstreerib praktikant oskust siduda teooria teadmised praktikaga. Juhtumianalüüsi esitatakse jooksvalt kogu õppeaja vältel, iga järgneva teraapiaseansi läbiviimisel ja juhtumianalüüsi koostamisel arvestab praktikant juhendajalt saadud tagasisidega eelnevatele analüüsidele.

<b>Ettekanne</b>	
Maht	39 tundi, sh 35 tundi iseseisvat tööd
Juhendaja	Jure Biechonski, kursuse juhendaja
Eesmärk	Anda õppijale võimalus süveneda ühte endale meelepärasesse teemasse ja valmistada sel teemal ette lühikoolitus oma kaaslastele. Anda õppijale võimalus kogeda avalikku esinemist ja grupitöö juhendamist.
Õpiväljundid	Kursuse läbinud õppija suudab <ol style="list-style-type: none"> <li>1. avalikus esinemises anda edasi endale meelepärase teema</li> <li>2. esitada erialast informatsiooni adekvaatselt ja veenvalt</li> <li>3. planeerida ja läbi viia erialase lühikoolituse</li> </ol>
Meetod	Lühikoolituse läbiviimine kursusekaaslastele. Koolitus peab sisaldama nii loenguosa, kus antakse uut informatsiooni, kui ka praktilise juhendatud tegevuse.
Iseseisev töö	Valitud teemasse puutuva kirjanduse läbitöötamine, ettekande ettevalmistus.
Sooritamise nõuded	4 tunnise lühikoolituse läbiviimine üksi või koos paarilisega.

# Õppekeskkonna kirjeldus

OÜ Trance-personal rendib koolitusruumi Tallinnas.

Ruumis on loenguteks ja seminarideks vajalik mööbel - toolid, joogamatid, padjad ja pleedid; valge tahvel, data projektor; puhkepausideks diivan, kohvinurk. Ruum on ligipääsetav ratastooli või teisi liikumise abivahendeid kasutavatele õppijatele.

Kõik koolitatavad saavad kord kuus paljundatud kujul vastava koolimooduli õppematerjalid ja iseseisva töö ülesannete lehe. Õppijal on õigus laenutada kooli raamatukogus olevat erialast- ja õppekirjandust.

# Õppekavaga seotud koolitajate õpi- ja töökogemuste kirjeldus

## Tom Barber, UK (London)

### Akadeemiline haridus

Master's Degree (M.A - Integrative Psychotherapy) University of Surrey, Doctoral Candidate (PhD - Existential Psychotherapy) Middlesex University (in submission)

### Kliiniline treening

Certification: Senior Hypnotherapy Instructor - General Hypnotherapy Standards Council

Certification: NLP Practitioner, Master, Trainer - American Union of NLP

Certification: Member of the General Hypnotherapy Register, Accredited member of BACP

### Õpetamist toetav töökogemus

Tom Barber Psychotherapy - Director, 21 years.

Contemporary College of Therapeutic Studies Ltd - Director, 9 years.

Founder and Director of The MINDMASTER Method™

Websites: [www.tombarber.co.uk](http://www.tombarber.co.uk), [www.contemporarycollege.com](http://www.contemporarycollege.com)

### Tähtsaimad publikatsioonid

Thinking Therapeutically (2010); The Book on Back Pain (2013); The Authorities (2014); The Midas Touch (2015)

Rohkem infot: <https://www.linkedin.com/in/tomhbarber>, [www.tombarber.co.uk](http://www.tombarber.co.uk), [www.contemporarycollege.com](http://www.contemporarycollege.com)

## Dr. Ingo B. Jahrsetz, Saksamaa

### Akadeemiline haridus

1962-1964 - Teachers Training (1<sup>st</sup> and 2<sup>nd</sup> State Examination) Pedagogical University / Heidelberg / Germany (Teacher's Training Center)

1970-1979 - Ph.D. in Educational Sciences, Psychopathology, Sociology, University Heidelberg / Germany

### Kliiniline treening

1974-1979 - Training in psychoanalytic oriented psychotherapy Ernst Göring / Waibstadt / Germany

1967-1977 - Training in Family Therapy, University of Heidelberg, Helm Stierlin Institute (Certificate)

1979-1988 - Training in Psychodrama, Moreno Institute Stuttgart / Germany (Certificate)

1986 - The Perl of the Lotus - Western Science and Eastern Philosophy, Month-long workshop with Stan and Christina Grof, Sogyal Rinpoche, Jack Kornfield and others, Esalen Institute, Big Sur / California (USA)

1987-1991 - Grof Transpersonal Training with Stanislav and Christina Grof (Certificate)

1996 - Human Consciousness Study Program. Etiology and Nature of Non-Ordinary States of Consciousness, Relevance for Concepts of Psychopathology and Mental Health  
California / British Columbia / Scotland (Findhorn)  
1996 - Psychotherapeutic Healing Practitioner State Examination, Freiburg/Germany  
2000-2001 - Training in Systemic Constellations with Gunthard Weber, Wiesloch Institute for Systemic Resolutions / Germany (Certificate).

### **Õpetamist toetav töökogemus**

1964-1971 - Õpetaja algkoolides  
1971-1979 - Tutor for Educational Sciences at the Teacher Training College (University of Heidelberg / Germany)  
1979-1980 - Teacher at Volkshochschule Viernheim and Schwetzingen / Germany (Adult Educational Institute)  
1979-1980 - Psychologist for child welfare at DPWV in Heilbronn / Germany (Supervision of social workers, psychotherapeutic care for children, family therapy)  
1980-1982 - Psychologist at Erziehungsberatungsstelle Speyer / Germany (Counseling center for teenagers, families, couples, adult individuals) Couple and family therapy  
1984-1988 - Director of Hannoversche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung (Counseling and therapy center with 11 colleagues in Hannover / Germany) Head of organization and professional leader. Individual, couple, family therapy, team supervision. Psychodrama  
1988-1991 - Psychologist at Evangelische Beratungsstelle in Freiburg (Germany) (Counseling center for individuals, couples, families)  
1991 - ... - Psychotherapy in private practice in Freiburg (Germany) Individual and couple therapy, Psychodrama; Psychotherapy with early-childhood structures, accompaniment with existential and spiritual crises; Supervision in transpersonal psychotherapy  
Holotropic Breathwork self-experiential work (currently together with my wife Christiane)  
International workshops  
International training in Transpersonal Breathwork, Transpersonal Psychotherapy, and Spiritual Guidance (together with Dr Judith Miller / Columbia University N.Y.).

## **Sirli Kivisaar, Eesti**

### **Akadeemiline haridus**

2007 - Tartu Ülikool, Sotsiaaltöö eriala, *baccalaureus artiumi* kraad (magistrikraadile vastav kvalifikatsioon, Vabariigi Valitsuse 6.juuni 2005 määrus nr 120). Kõrvaleriala psühholoogia alamastmes.

### **Kliiniline treening**

Mänguterapeudi väljaõpe, Annely Sootsi Koolitus (2013), Hüpnooteraapia-psühholoogia õpingud, OÜ Terviklik mina ja SACH International (2010), Toitumisterapeudi õpe, OÜ Annely Sootsi Koolituse Tervisekool (2009).

### **Täiendkoolitused**

Andragoogika - Täiskasvanute koolitaja täiendõpe, Tartu Rahvaülikool (2004), Vägivallatu suhtlemise lühi- ja intensiivkursused Soomes, Rootsis, Taanis, Saksamaal, Inglismaal ja Eestis (2001-2007), Terviseõpetaja hingamisravi erialal, Wäxthuset VäddöAB, Binnie A. Dansby (2001-2004)

### **Õpetamist toetav töökogemus**

2001 - ... Annely Sootsi Koolituse Tervisekoolitaja ja õppejõud (suhtlemiskoolitused, toitumine, nõustamine, mänguterapia)  
2008 - ... OÜ Via Naturale juhatuse esimees, tegevjuht, toitumis- ja psühhoterapeut  
2008 - ... MTÜ Eesti Toitumisteraapia Assotsiatsiooni aseesimees, alates 2015 a. juhatuse liige.  
2005 - Berliini Sotsiaaluuringute Keskus (WZB), teadusuuringu läbiviija Eestis raamatu jaoks, mis kirjeldab koduhoolduse juhtimist  
2005 - Rahvusvahelise projekti „Carma” (Care for the Aged at Risk of Marginalization”), EGGA meeskonna liige  
2003 - Tartu Ülikooli Sisekliinik, laborant (teaduslike uuringute läbiviimine, meediamonitooringu läbiviimine)  
1997 - 2000 - SCA Mölnlycke koolitusprogrammi “Muutuste aeg” lektor Lõuna-Eesti koolides

## **Judith Deborah Hendin, USA**

### **Akadeemiline haridus**

BA, University of Chicago, Phi Beta Kappa, Departmental Honors in Cultural Anthropology  
MFA, Summit University (MFA = Master of Fine Arts, in Dance)  
PhD, Summit University - Somatic Education

### **Kliiniline treening**

Voice Dialogue and the Psychology of Selves - Delos, Inc.; Directors, Hal and Sidra Stone, PhDs – 4,180 hours  
Psyche-soma studies – 3,502 hours  
Served on research team and co-wrote a chapter in M. Csikszentmihalyi's first book on Flow, *Beyond Boredom and Anxiety*  
International Honors Program - Traveled in Asia for a year studying anthropology and cybernetics with Gregory Bateson  
Nationally Certified Somatic Therapist  
Licensed Body Therapist

### **Õpetamist toetav töökogemus**

Director, Conscious Body & Voice Dialogue Institute - 20 years  
Trainer of Voice Dialogue, Conscious Body Symptom Work, and Conscious Body Trauma Work - internationally (US, Canada, Estonia, Finland, the Netherlands, Belgium, France, Germany, Italy, Slovenia) - 25 years  
Private practice - 27 years

### **Publikatsioonid**

Hendin, J. (2008). The self behind the symptom: How shadow voices heal us.  
Hendin, J. (2009). The self behind the symptom: The energies of inner selves and body symptoms. *USA Body Psychotherapy Journal*, 8, (2), 21-30. New York: United States Association for Body Psychotherapy.  
Hendin, J. (2012). Conscious body and the energy medicine of selves. In D. Hoffman (Ed.), *The Voice Dialogue Anthology: Explorations of the Psychology of Selves and the Aware Ego Process*.  
Hendin, J., & Csikszentmihalyi, M. (1975). Measuring the flow experience in rock dancing. In Csikszentmihalyi, *Beyond Boredom and Anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.

Lisainfo: <http://consciousbody.com/who.html>

## **Alar Tamming, Eesti**

### **Akadeemiline haridus**

Tallinna Ülikool psühholoogia teadusmagister - Magistritöö teema - The Measurement of the Electrical Activity of the Brain in the Conditions of Altered States of Consciousness. - 2007

### **Kliiniline treening**

Transpersonaalse hingamise koolitaja - Saksamaa 3 aastat  
Transformatiivse hingamise koolitaja kursus Tais  
NLP  
Holistiline teraapia

### **Õpetamist toetav töökogemus**

Eluliinis inimeste nõustamine - 2002-2008

Lisainfo: <http://www.superhingamine.ee>

## **Vitor Jose Fernandes Rodrigues, Portugal**

### **Akadeemiline Haridus**

University degree in Psychology - University of Lisbon

PhD in Psychology - university of Lisbon

### **Kliiniline treening**

Julia Peres - Regression Therapy (3 years total)

Vera Saldanha - Transpersonal Psychotherapy (3 years total)

### **Õpetamist toetav töökogemus**

Psychosophos Lda. - owner, manager.

Teacher of Educational Psychology at the Faculty of Psychology and Educational Sciences of Lisbon (University of Lisbon), 14 years;

Teacher of Pedagogy at the Nurses School of Evora (University of Evora), 1 year,

Teacher of Developmental Psychology at the Faculty of Psychology and Educational Sciences of Algarve (University of Algarve), 6 months.

President of EUROTAS (2004-2009) and of Alubrat (2003-2009).

Vice-President of the ETPA since 2010 until now.

Psychotherapists in practice since 1984, using the Transpersonal Approach since 1994.

## **Jerzy Igor Biechonski, Eesti**

### **Akadeemiline haridus**

1992-1994 - Guilford University (UK), MSc, nõustamispsühholoogia

1974-1977 - Tel Aviv University (Iisrael) BA, ajalugu, filosoofia

1979-1982 - Haifa University (Iisrael) BA, pedagoogika, prantsuse kirjandus

### **Kliiniline treening**

1983-1986 - Morag Institute (Haifa, Iisrael) - Psühhoteraapia kursus

1987-1988 - Haifa University (Iisrael), Perenõustamise kursus

### **Õpetamist toetav töökogemus**

1981-1985 - Megido Highschool (Iisrael) - ajaloo ja prantsuse keele õpetaja

1986-1988 - Nahariya town (Iisrael)- noorsootöötaja ja noorte nõustaja

1989-1990 - Redbridge, London (UK) - noorsootöötaja ja noorte nõustaja

1990-1996 - Life Force Centre, Colchester (UK) psühhoteraapeut

1996-2004 - School of Analytical and Cognitive Hypnotherapy, Essex (UK) - direktor, õpetaja

2006-2014 - Terviklik Mina OÜ (Eesti) - direktor, õpetaja

2015 - ... Transpersonaalse Psühholoogia ja Hüpnooteraapia Erakool Teadlik Mina, Trance-personal OÜ (Eesti)- direktor, õpetaja

# Õppematerjalide loend

Lisaks kooli poolt igakuiselt jagatavale paljundatud õppematerjalile oodatakse õppijatelt järgmiste teoste läbitöötamist:

## Inimese anatoomia ja füsioloogia

Atlas of anatomy. (2009). New York: Thieme Medical.

Despopoulos, A. (2009). Color atlas of physiology 6th edition. Thieme, Stuttgart-New York.

Kingisepp, P.(2006/2009). Inimese füsioloogia. Tartu: AS Atlex.

Nienstedt, W., Hänninen, O., Arstila, A., Björkqvist, S.-E. (2009). Inimese füsioloogia ja anatoomia. Toim. Georg Loogna. Tallinn: Kirjastus Medicina. 3. parandatud trükk.

Roosalu, M. (2006). Inimese anatoomia. Tallinn: Koolibri.

## Üldpsühholoogia

Bachmann, T., Maruste R., 2003. Psühholoogia alused. Tallinn: Ilo

## Psühhopatoloogia

Roheline raamat (2005). Elanikkonna vaimse tervise parandamine. Euroopa Liidu vaimse tervise strateegia väljatöötamine. Brüssel. Euroopa Ühenduste Komisjon. -

[http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Tervisevaldkond/Tervisepoliitika/Roheline\\_raamat\\_e.k.pdf](http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Tervisevaldkond/Tervisepoliitika/Roheline_raamat_e.k.pdf)

Vaimse tervise ja heaolu Euroopa pakt, 2008. ELi kõrgetasemeline konverents „Üheskoos vaimse tervise ja heaolu nimel“ Brüssel, 12.-13. juuni 2008 –

[http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Tervisevaldkond/Tervisepoliitika/Vaimne\\_tervis/Vaimse\\_tervise\\_ja\\_heaolu\\_Euroopa\\_pakt.pdf](http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Tervisevaldkond/Tervisepoliitika/Vaimne_tervis/Vaimse_tervise_ja_heaolu_Euroopa_pakt.pdf)

WHO Euroopa piirkonna "Tervis kõigile" raampoliitika dokument, 2003.

J. Saarma, 1977. Psühhopatoloogia. Kirjastus Valgus.

## Alternatiivmeditsiini alused

T. Helgrud, B. Madsen, D. Kolas. Metameditsiin: Loodusseadused ja loomulik tervenemine.

Madleen Simson ja Egle Oja. 2010. Toidu mõju lapse ajule, arengule ja käitumisele. Kirjastus Stella Borealis, 366 lk.

Vinton McCabe. 2014. Praktiline homoöpaatia. Kirjastus Helios.

## Kutse-eeetika

Euroopa Transpersonaalse Assotsiatsiooni eetikakoodeks <http://eurotas.org/statement-of-ethical-principles/>.

## Transpersonaalne psühholoogia ja nõustamine

Scotton, Bruce W., Chinen, Allan B. and Battista, John R., Eds. (1996) *Textbook of Transpersonal Psychiatry and Psychology*. New York: Basic Books (eesti keeles ilmunud 2011)

John Rowan (2013) *Transpersonaalsus. Vaimsus psühhoteraapias ja nõustamises*. Eesti Transpersonaalne assotsiatsioon

Ken Wilber (2013) *Kõiksuse lühilugu*. Eesti Transpersonaalne Assotsiatsioon

## Pere- ja paariteraapia alused

Harville Hendrix. *Teekond soovitud armastuseni. Käsiraamat paaridele.*

Tommy Hellsten. *Olla lapsevanem.* Pilgrim, 2007

Wifried Nelles. *Tegelikkuse tervendav jõud.*

Tiiu Boltzmann. *Perekonna varjatud seadused. Suhete käsiraamat sünnist surmani.*

## Arengupsühholoogia

Butterworth, G. Harris, M. 2002. *Arengupsühholoogia alused.* Tartu Ülikooli Kirjastus  
Valitud peatükid teostest:

Krull, E. 2000. *Pedagoogilise psühholoogia käsiraamat.* Tartu Ülikooli Kirjastus.

Kraav, I., Läänesaar S-L. 2007. *Lapsehoidja käsiraamat.* Vali Press.