

TARTU ÜLIKOOL
Sotsiaalteaduste valdkond
Ühiskonnateaduste Instituut
Infoühiskond ja sotsiaalne heaolu
Sotsiaaltöö ja sotsiaalpoliitika eriala

Anu Sulõnd
Ettevalmistus kogemusnõustaja tööks praktiseerijate ja koolitajate vaatepunktist
Bakalaureusetöö

Juhendaja : Dagmar Narusson, PhD

Tartu 2024

Autorideklaratsioon

Käesolevaga kinnitan, et olen koostanud bakalaureusetöö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd, olulised seisukohad ning kirjandusallikad on viidatud.

Anu Sulõnd

Kuupäev :27.05.2024

SISUKORD

SISSEJUHATUS	3
I KIRJANDUSE ÜLEVAADE	4
1.1 Kogemusteadmine ja kogemustega inimeste toetus.....	4
1.2 Kogemusnõustamise tähendus	5
1.3 Kogemusnõustamise mehhanismid	7
1.4 Personaalne taastumine kogemusnõustaja töös	8
1.5 Kogemusnõustamine Eestis	9
1.6 Kogemusnõustamise väljaõpe	10
PROBLEEMIPÜSTITUS	12
II UURIMISTÖÖ METODOLOOGIA	13
2.1 Uurimuse meetodi valik	13
2.2 Andmekogumismetoodika	14
2.3 Uurimuses osalejad	14
2.4 Analüüsimetoodika	14
2.5 Autori eneseanalüüs	15
III TULEMUSED	17
3.1 Teekond kogemusnõustajast koolitajaks	17
3.2 Kogemusnõustamise koolitajate vaates : nõuded koolituses osalejatele	17
3.3 Kogemusnõustaja õpe : praktiseerijate vaad	20
3.4 Isiklik taastumine ja ekspertsus : koolitajate vaatepunkt	20
3.5 Koolitajate nägemus : piiride ja ohukohad	21
3.6 Kogemusnõustamise tulevik : koolitajate ootused	22
3.7 Kogemusnõustamise tulevik : praktiseerijate ootused	23
IV ARUTELU.....	26
KOKKUVÕTE	29
SUMMARY	30
VIIDATUD KIRJANDUS	31
LISAD.....	34

SISSEJUHATUS

Alates 1990. aastatest hakkasid kaaslaste toetajad (mida nimetatakse ka kogemusnõustajateks ja praktikuteks) mitmetes lääneriikides üle maailma kasutama oma kogemusi vaimse tervise teenustena, mille fookust oli eelkõige taastumisele suunatud. See tõi kaasa vastastikuse toe vabatahliku töö professionaalsks muutumise (Karbouniaris,2023). Praegusel hetkel on kogemusnõustamine struktureeritud teenus, mis põhineb tõendatud sekkumistehnikatel (Fortuna, 2021) , mille fookus on nihkunud vastastikuselt heaolult kliendi heaolule.

Kogemusnõustamine (Kogemuskoda ,i.a) on Eestis tunnustatud ametlik poolprofessionaalne aitamise vorm alates 2014 aastast. Kogemusnõustajaid on koolitatus sellest ajast peale ja koolitajate soov on olnud anda tulevastele kogemusnõustajatele teadmisi ja oskusi tööks klientidega.. Pärast kogemusnõustamise baasõpet tekib kogemusnõustajatel võimalus töötada rehabilitatsioonimeeskondades..Praegusel hetkel peab kogemusnõustaja oma tööd ise turundama ja endale ise töökoha looma. Aktiivsed ja ettevõtlikud kogemusnõustajad loovad endale ettevõtte , kuid vähem ettevõtlikel kogemusnõustajatele võib enda teenuse müümine raskusi valmistada.

Olles ise kogemusnõustamise õppe läbinud on minu huvi pakkuda praktiseerivatele kogemusnõustajatele ja koolitajatele võimaluse arutleda kogemusnõustamise ettevalmistuse üle praegusel ajahetkel. Sellest ajendatult seadsin enda uuringu eesmärgiks välja tuua praktiseerijate ja koolitajate vaatepunkte seoses kogemusnõustamise koolitusega, ettevalmistamisega reaalseks kogemusnõustamise tööks ja vaatepunkte ja muutustest tuleviku vaates.

Uurimistöö koosneb kirjanduse ülevaatest, uurimistöö metodoloogiast, tulemustest ja arutlust. Kirjanduse peatükis annan ülevaate kogemusteadmistest ja kogemustega inimeste toetusest, samuti kogemusnõustamise tähendusest.. Isiklik taastumine ja kogemusnõustamise mehhanismid kirjeldavad aspekte, mis on kogemusnõustamisele omane. Kogemusnõustamine Eestis kirjeldab kogemusnõustamise olukorda praegusel hetkel.

Kogemusnõustamise erinevaid aspekte on ka varem uuritud, kuid teada saamine praktiseerijate vaatepunktidest oma väljaõppe ja ettevalmistuse osas annab uue väärtusliku teadmise. Uurimistöös kasutan läbivalt mõisteid kogemusnõustaja ja kaaslaste toetaja sünonüümina.

Soovin tänada enda juhendajat Dagmar Narussoni.

Kirjanduse ülevaade

Uurimistöö tarbeks on vaja anda ülevaade, mis on kogemusteadmine ja kogemusnõustamine. Millistest mehhanismidest kogemusnõustamine koosneb ning milline roll on taastumisel kogemusnõustamise töös. Samuti on oluline anda ülevaade kogemusnõustamisest Eestis ning millised on väljaõppe tingmused.

1.1 Kogemusteadmine ja kogemustega inimeste toetus

Kogemusteadmist on uuritud ligi kolmkümmend aastat. Siinkohal on Holland üks juhtivamaid riike Euroopas, kus on leitud, et kogemuslik teadmine on oluline teadmiste allikas. Kogemuslikuks (Karbouniaris,2023) teadmiseks nimetatakse teatud tüüpi teadmist, mis põhineb traumeerival elukogemusel, mis mõjutavad inimese elu. Sõna kogemuslik viitab kehalisele, sensorsetele ja intuiivsetele aspektidele. Kogemusliku teadmise praktiline väärtus seisneb oskuses toime tulla erinevate haigustega ning erinevate süsteemidega, millega patsiendid võivad kokku puutuda. Lisaks toob see esile duaalsuse - uhkus versus häbi, elu versus surm. See aitab lahti mõtestada erinevaid eksistentsiaalseid dilemmasid, millega inimesed oma haigustee kogemusega kokku puutuvad. Samuti seab esikohale inimese enda mitte tema seisundi.

Sotsiaalteaduste erialade valikut mõjutavad sageli psühholoogilised kriisid, kaotuskogemused ja muud tõsised elusündmused. Termin „haavatud tervendaja“ kirjeldab, professionaale kes haigusele vaatamata oma tööga toime tulevad (Groesbeck,1975; Zerubavel & Wright, 2012). Paljud vaimse tervise spetsialiste on oma elus kokku puutunud traumeerivate ja häirivate kogemustega, hinnanguliselt 45% kuni 75% (Zerubavel ja Wright, 2012; Weerman, 2016). Meditsiinilise haridusega kaaslaste toetajate uuringus (Kirk jt, 2023) väljendasid osalejad tunnet, et see töö on palju enam kui lihtsalt töö, mis sarnanes nende "elu eesmärgiga", "kõrgema kutsumusega" ja „elupäästmisega“ nii endale ja teistele. See motiveeris neid jätkama vaatamata isiklikele väljakutsetele. Positiivseid muutusi kirjeldasid ka teised spetsialistid, kes hakkasid kasutama oma kogemuslikke teadmisi. Nad uskusid, et nende klientide kogemused parandasid nende endi praegust tööd,. Lisaks tõid välja eneseavamise kasutamise, suurema emotsionaalse empaatia ja arusaama ning lootuse hoidmise (Richards, Holtum ja Springham, 2016).

Goldberg jt. (2016) uurisid, kuidas vaimsed probleemid mõjutavad terapeudiks kujunemist. Õpingute jooksul pöörasid osalejad suurt tähelepanu oma kogemustele patsiendina ja sellele, kuidas see on seotud nende ootusega saada terapeudiks. Kui algul kahtlesid õpilased oma võimetes siis hiljem tundsid õpilased, et on võimelised ja valmis kasutama oma isiklike kogemusi oma erialaste teadmiste rikastamiseks. Selline muutus ilmestab dilemmasid ja väljakutsed, mida nimetatakse ka (Watson, 2018) liminaarseks ruumiks.

Autorid (Goldberg ,Lidor,Miller , 2016) leiavad, et “patsiendist terapediks” toimib läbi nelja protsessi.

Esimene etapp algab enne õpilaste õppesse registreerumist. Selles etapis tekib potentsiaalsetel õpilastes järk-järgult huvi abistava elukutse vastu. Nad väljendavad soovi pakkuda ravi ja aidata teisi.. Selles etapis on avastavad nad, et soov aidata on nende jaoks rohkemat kui nende haigus (Anthony, 1993; Davidson, O'Connell, Tondora, Lawless ja Evans, 2005). See võimaldab neil hakata arendama identiteeti, mida ei seostata ainult nende haigusega.

Teises etapis kogevad õpilased kahtlusi oma võimes olla terapeut, kuna nad on patsiendid. Selles etapis võivad õpilased sageli tunda raskusi oma ja patsiendi loo eristamisel. See on keeruline etapp, mille õpilased peavad läbima, et võimaldada neil mõista erinevusi ja sarnasusi nende ja patsientide vahel. "Haavatud ravija" (Groesbeck, 1975; Zerubavel & Wright, 2012), mis rõhutab, et vaatamata raskuste, valu ja haavadega toimetulemisele (või nende tõttu) saab terapeut ravida teiste haavu. Et areneda ja areneda terapeutiks, kes suudab professionaalselt toime tulla oma raskustega ja seejärel patsientide raskustega, peavad õpilased läbima protsessi, mis võimaldab neil näha ennast ja teist.

Kolmas etapp nõuab nii patsiendi kui ka terapeudi poolte aktsepteerimist ja uue identiteedi omandamist, mis on eraldiseisev haiguse kõikehõlmavast identiteedist (Davidson et al., 2005). Selles etapis suudavad õpilased ära tunda oma tugevate külgede ja nõrkade külgede kooseksisteerimist ja tuvastada oma võime teiste eest hoolitseda.

Neljas etapp kujutab endast olulist hüpet mitte ainult mõlema osa olemasolu mõistmisel ja aktsepteerimisel, vaid ka nende ainulaadse panuse eeliste ja eeliste tunnistamisel terapeudidena, kes on ühtlasi ka patsiendid – terapeudid. Õpilased, kes on jõudnud neljandasse etappi, nad tunnevad, et oskavad ja soovivad kasutada oma kogemusest saadud teadmisi oma erialaste teadmiste rikastamiseks. Õpilased mõistavad, et isiklikud teadmised täiendavad sotsiaaltööõppe käigus omandatud erialaseid teadmisi. See arusaam on oluline, sest kirjandus näitab, et olukordades, kus õpilased tunnevad end mugavalt nii patsientide kui ka terapeudidena, saavad nad oma kogemustest saadud teadmisi laialdaselt kasutada viisil, mis aitab kaasa nende mõistmisele ja ainulaadsele tähelepanu pööramisele. oma patsientidele (Gilbert & Stickley, 2012).

1.2. Kogemusnõustamise tähendus

Sotsiaalministeeriumi kogemusnõustamise teenuse soovituslik juhend kirjeldab kogemusnõustamist, kui sarnaste kogemustega inimeste vahel toimuvat teadmiste ja kogemuste vahetust ja/või nõustamist, mille käigus pakutakse emotsionaalset, sotsiaalset -ja/või praktilist tuge (Sotsiaalministeerium, i.a). Samas juhendis on rõhutatud, et kogemusnõustamise osutamise teenuse eelduseks on kogemusnõustaja esmane väljaõpe ning kuulumine meeskonda ja/või kooresõnigrupi. Eelkõige on kogemusnõustamise teenus suunatud kriisi ja psühhosotsiaalselt keerulises olukorras inimestele. Sealjuures peab käesolev juhend oluliseks integreerida sihtgrupile suunatud teenuste süsteemi loomulikuks osaks : rehabilitatsiooni valdkonnas , erihoolekandes, peretöös, asendushoolduses. Integreerimise

terviklikku toetussüsteemi on soovituslik puudega inimestele, krooniliste haigustega inimestele, vaimse tervise probleemidega, sõltuvushäiretega, psühhosotsiaalsete raskustega peredes. Komplekssete raskuste puhul inimestel on raske keerulistes olukordades positiivsemaid võimalusi näha. Kogemusnõustaja, kes on paranemisprotsessi ise läbi elanud saab olla toeks inimestele, kes on raskuste keskel, mis annab lootust paremasse homsesse.

Kogemusnõustamine kasvas välja algselt 1930datel anonüümsete alkohoolikute liikumisest, kus nähti läbi elatud kogemuses suurt väärtust, mis pakkus mõistmist ja toetust. Algselt oli kaaslaste tugi vaid vabatahtlik töö, kuid erialane väljaõpe ja koolitused on muutnud selle asendamatuks terviseteenuseks (Fortuna jt, 2022).

Taavet Tomberg (2014) kaitses bakalaureusetööd, mis põhines 2011 Repperi ja Carteri ülevaateuuringul. Uuringust selgub, et sel hetkel puudus kogemusnõustamise kirjeldamiseks ühtset tunnustatud definitsiooni. Samuti peeti oluliseks pigem grupinõustamist.

Grupinõustamist peeti eelistatumaks vormiks, sest siis oli prioriteetne jõuda võimalikult paljude inimesteni, et tutvustada kogemusnõustamist, kui aitamisvormi.

Fortuna (2022) kirjeldab oma uuringus muutusi kaaslaste toe definitsioonides võrreldes 2004 a Solomoni uuringuga. Põhilisemad muutused on kirjeldatud järgnevalt:

- Kaaslaste tugi, mis oli eelnevalt suures osas vabatahtlik, osaliselt poolstruktureeritud ja pakkus enamasti vastastikku tuge on tänapäeval pigem toetav teenus, mis põhineb kogemuslikule teadmisele.
- Tegemist on struktureeritud teenusega, mis võib sisaldada tõenditel põhinevaid sekkumistehnikaid. Need sekkumised pakuvad olulist ja praktilist teavet, uute oskuste õppimist pakkudes abi vajalikke ressursite leidmisel lisaks kogemuste jagamisele
- Kui enim peeti nõustamist vajavate inimeste psüühilisi raskusi rasketeks psühhilisteks häireteks, siis nüüd räägitakse pigem vaimse tervise väljakutsetest, kus mõistetakse, et spekter on läinud laiemaks. Vaimseteks väljakutseteks peetakse ka näiteks traumasid, stressi, üksindust aga ka kogu vaimse tervise diagnooside spekter
- Kuigi kogemusnõustamise fookus on endiselt heaolu parandamisele tunnustatakse vaimse probleemidega inimeste puhul kaasuvaid haigusi, sealhulgas ainete tarvitamise häireid ja kroonilisi haigusi. Kogetud kogemuse konseptsioon ulatub kaugemale vaimsest tervisest hõlmates ka krooniliste haigusseisunditega elamist, laste heaolu, vaimse tervise raskustega lapsevanemaks olemist
- Kogemusnõustamisele lisaks teevad meeskonnas koostööd erinevad litsenseeritud spetsialistid (sotsiaaltöötajad, psühholoogid, psühiaartid)

Kuigi definitsioonid (Fortuna jt,) on aja jooksul muutunud ning täiustunud on kogemusnõustamise tuum jäänud samaks. Kogemusnõustajad pakuvad sotsiaalset/emotsionaalset tuge, mis ühendab läbielatud kogemustest saadud teadmisi, mida vahetatakse vastastikusel kokkuleppel.

1.2 Kogemusnõustamise mehhanismid

Watson (2019) arutleb kogemusnõustamise positiivsete mõjude üle nii individuaalsel kui ka organisatsioonilisel tasandil, kuid seab kahtluse alla kuidas ning mis meetoditega see on saavutatud. Selleks, et mõista panust mida kogemusnõustamine pakub peab mõistma, mis on need mehhanismid, mis on kaaslase toetamise (kogemusnõustamise) aluseks.

Kirjandust uurides on leitud järgnevad olulised mehhanismid:

Elatud kogemus on kogemusnõustamise keskne tunnus (2019), mitmed uuringud (Gidugu; Gillard jt, Rebeiro Gruhl jt, Repper & Watson 2013) kinnitavad, et kogemuste jagamine annab inimestele lootust, stabiliseerib negatiivsete tundeid, nagu viha ja süütunne ja paneb neid tundma, et nad pole oma raskustes üksi. See on ka kogemusnõustamise üks põhiolemusi. Tulemuste peatükis nimetavad kogemusnõustajate koolitajad, et elatud kogemus on kõige tähtsam põhieeldus, milleta pole ka kogemusnõustamist.

Armastuse töö ehk emotsionaalne töö hõlmab näost näkku kontakti, mis eeldab teatud ametialase piiri säilitamist, mõjutades samal ajal teise inimese emotsionaalset seisundit, mille põhieesmärk on abivajaja areng ja/või heaolu. Lisaks võib see suurendada abiandja töö tõhusust, isiklike saavutusi, eneseväärikust ja heaolu taset.

Kogemusnõustamise puhul on elukogemus ja isiklik identiteet nõustajate peamine töövahend. Eeldus hoolitseda enda eest, et olla eeskujuks taastumisele sealjuures avaldab kogemusnõustajatele survet oma heaolu säilitamiseks. See mehhanism on eriti oluline kogemusnõustamise töös, sest selle eelduseks on enda avamine ja tekitada õhkkond, et ka abivajaja/ klient saaks ennast avada ning see saab toimuda ainult läbi hoolimise (Watson, 2019).

Scott jt (2016) kirjeldavad kogemusnõustamise puhul i "liminaalset ruumi", kus nad eksisteerivad kahe erineva identiteedi vahel; teenuse kasutaja ja vaimse tervise töötaja rollis. See liminaalne ruum kehtib ka selles mõttes, et kogemusnõustajad eksisteerivad nende vahel, kes on kaasatud ühiskonda, ja nende vahel, kes on häbimärgistatud või marginaliseeritud. Oluline on et see positsioon pakub kogemusnõustajatele võimalust olla eeskujuks taastumisele kahes kontekstis; vaimse tervise spetsialistidega ja eakaaslastega, keda nad toetavad, pakkudes mõlemale rühmale võimalust töötada elava näitega taastumisest koos kõigi sellega kaasnevate väljakutsete ja õnnestumistega. Rebeiro Gruhl jt (2016) kirjeldavad seda kui "ühiskonna peeglit" ja Gillard jt kasutavad mõistet "sillafunktsioon". Ka mitmed intervjuueeritavad tõid näiteks, et kogemusnõustaja peaks olema kui sild patseindi ja arsti vahel, sest nad mõistavad mõlemat ning saavad aidata patsiendil paremini arste mõista ja vastupidi.

Viie (Watson 2019) uuringu jooksul teatasid kogemusnõustajad et abistava rolli võtmine tõi neile kasu mitmel viisil (Mourra, Austina Rebeiro Gruhl jt)., sealhulgas teistele kasuliku tundmise, sisemise häbimärgistamise vähendamise, üles vaatamise tunde ja nõude suunata

fookus endalt, teistele. Eneseteostus või missioonitunne oli oluline tunnus, eriti koolitajate puhul, kui nad rääkisid, mis ajendas neid kogemusnõustamisega tegelema. See on eelkõige soov muuta teiste sarnases olukorras inimeste elu kergemaks.

1.3 Personaalne taastumine kogemusnõustaja töös

Personaalne taastumine on kogemusnõustamise teenuse alus. Seda rõhutavad ka individuaalintervjuudes nii kogemusnõustajate koolitajad ja praktiseerijad ning leiavad, et see on koguni kogemusnõustaja õppe üks põhilisemaid tingimusi, mida koolitajad õpilaste valimisel jälgivad. Minu uuringus osalevate koolitajate sõnul on poolik paranemisprotsess üks põhilisi põhjuseid, miks inimesed saavad kogemusnõustamise õppesse kandideerides eitava vastuse. Ka sotsiaalministeeriumi kogemusnõustamise teenuse juhend rõhutab eduka taastumise olulisust.

Ballesteros (2019) järgi on isiklikku taastumist defineeritud kui "sügavat isiklikku ja ainulaadset protsessi, mille abil inimene muudab oma hoiakuid, väärtusi, tundeid, eesmärgi, võimeid ja rolle, et saavutada rahuldav, lootusrikas ja produktiivne eluviis koos võimalike (Ballesteros-Urpi, Slade, Manley, Pardo-Hernandez, 2019). Taastumist kirjeldatakse sageli ka kui pikaajalist protsessi, mille eesmärk on positiivsed muutused, mis toimuvad läbipõimunud isiklikus, sotsiaalses ja ühiskondlikus kontekstis, mis võib hõlmata paranemist või kasvu erinevates eluvaldkondades (Martinelli, 2023).

Wilma Boevink tutvustas kolme seotud emantsipeerivat kontseptsiooni: taastumine, võimestamine ja kogemuslikud teadmised (Boevink, 2017), mille eesmärk oli aidata kaasa raskete ja pikaajaliste vaimsete häiretega inimeste paranemisele ning kaasata need tõenduspõhistesse praktikatesse. Taastamisliikumine väitis, et kaalul on inimeste väärikus ja enesemääramine, ning püüdes marginaliseeritute täieliku õiguste ja osaluse poole.

Mitmete uuringute tulemused on leidnud (Leamy, Bird, Le Boutillier, Williams, Slade (2011)) taastumise soodustavateks teguriteks : eakaaslaste toetuse, suhted, ühiskonna osaks olemist, lootus ja optimism (motivatsioon, positiivne mõtlemine, püüdluste omamine), identiteet (positiivne enesetunne), elu mõte (eesmärkide omamine, mõtestatud elu) ja võimestamine (vastutustundlikkus ja keskendumine tugevusele).

Dagmar Narusson (2019) kirjutab "Taastumist ja toimevõimekust toetav töö vaimse tervise valdkonnas" kokkuvõtvalt järgnevalt : Tulemuste alusel võib öelda, et personaalse taastumise puhul on abiks samaväärsus koostöösuhtes, partnerlussuhe, kohalolule orienteeritus, lootustunde toetamine, kuid ka rääkimine elu tähenduse, haigus kogemuse ja kaaskodanike sildistava suhtumise teemadel.

“Personaalses taastumises edenemiseks vajab inimene seotust (inimeste, paikade, elusolenditega). Seotuse tunde kujunemisele aitab kaasa see, kui spetsialist tunnistab inimese samaväärsust ehk seda, et iga inimeste elu on samasuguse väärtusega. Veel on oluline, et koostöös valitseks vastastikusus ehk retsiprooksus – spetsialisti teod on tähendusrikkad iga kliendi rollis oleva inimesega kujunenud suhte kontekstis ja väljendavad väärtusi.” (Dagmar Narusson)

1.4 Kogemusnõustamine Eestis

Kogemusnõustajate koda esindab ja arendab kogemusnõustamise valdkonda Eestis. Sealne register koondab endas riiklike nõuetele vastavat kogemusnõustajate nimekirja. Selle eesmärgiks on lihtsustada inimesel neile sobiva kogemusnõustaja leidmist. Lisaks sisaldab see endas Sotsiaalministeeriumi kogemusnõustamise teenuse soovituslikku juhendit, eetikakoodeksit ning riikliku koolituse programmi ning koja põhikiri ja eetikakoodeksid. Kogemusnõustamine (koda) on aastast 2014 Eestis ametlikult tunnustatud aitamistöö meetod. Kogemusnõustajaid on rehabilitatsiooni meeskondadesse kaasatud alates 2016 a. Lisaks rehabilitatsiooni meeskondades töötamisele pakuvad kogemusnõustajad oma teenuseid individuaalselt, grupi kui ka pereteenusena.

Rehabilitatsiooni olemus on taastumisele ja jõusatamisele suunatud, mis kattub kogemusnõustamise põhimõtetega, mille raames klient suurendab võimalusi ühiskonnaelus aktiivselt osaleda ja endaga paremini toime tulla (Sotsiaalkindlustusamet ...).

Mitmed üliõpilaste on oma bakalaureuse - ja magistritööde raames uurinud kogemusnõustamise erinevaid aspekte. Kuigi mitmed uurimistööd on kirjutatud kogemusnõustamise juhendi koostamise alguses on oluline mõista millised raskused on kogemusnõustamise valdkonnas endiselt.

Taavet Tomberg (2014) uuris oma lõputöös kogemusnõustamise tööd psühhilise erivajadusega klientidega. Ta tõi välja, et ülevaateuringu tulemused kinnitavad positiivset mõju nii abivajatele kui ka nõustajatele, mis väljendus eelkõige abivajate suuremal iseseisvumisel ja õppimisel endaga paremini toime tulema. Need tulemused kattuvad kaaslase toetamise põhimõtete rakendamise rakendamise meditsiinitöötajate seas (Richards, Holtum ja Springham, 2016) . Samas uurimistöös on esile toodud, et teistes riikides on erihoolekande süsteemi areng on olnud pikaajalisem ja majanduslikult kindlustatum. Seevastu Eestis hoolekandesüsteemi on olnud pikalt suletud nõukogude liitu kuulumise tõttu.

Tomberg tõi välja kaks stsenaariumi võttes arvesse Eesti ajaloolist käsitlust :

Positiivse stsenaariumi kohaselt kogemusnõustamise teenus vähendaks hoolekandesüsteemide koormatust; säästetakse ressursse; kogemusnõustamine annab võimaluse osaleda vaimse tervise süsteemi arengus ja panustada ühiskonda.

Negatiivse stsenaariumi kohaselt võib kogemusnõustajatele langeda liigne koormus, mis võib kahjustada nii neid kui ka kogemusnõustamise teenuse saajaid.

“Kogemusnõustamise rakendamine vähendaks kõigi osapoolte koormust ning võimaldaks suuremat ekspertiisi asutuste professionide lõikes. See eeldab kogemusnõustajalt aga väljaõpet oma rolliga toimetulemiseks. Vajalik on kutsestandardi väljatöötamine, mida saab erinevatel juhtudel kasutada pidepunktina küsimuste tekkimisel ja otsuste tegemisel.” (Taavet Toomberg)

Uurimistöö “kogemusnõustamise korraldus Eestis” (Kõre, 2016) tulemused näitavad, et kuigi kogemusnõustajad on kaasatud rehabilitatsioonimeeskonda on kogemusnõustajatel meeskonnas vähe kliente, mille põhjuseks võib olla klientide ja teiste spetsialistide vähene teadlikus kogemusnõustaja olemusest. Probleemina nähti eelkõige vähest informeeritust, tähtajatut töölepingu võimalust, millega kaasneks mitmed hüved, näiteks tervisekassa kindlustus, tööruumide puudus ja esindusorganisatsioonide tegevus.

1.5 Kogemusnõustamise väljaõpe

Eestis väljastatakse Kogemusnõustaja koolituse tunnistus pärast lõputöö ja praktika sooritamist, selle väljastavad koolitusloaga ettevõtted. Kuigi Eestis pole kogemusnõustamist veel võimalik ülikoolis erialana õppida rakendatakse seda Tartu Ülikoolis õppekavas Infoühiskond ja sotsiaalne heaolu nõustamise aine raames. Peremeditsiini ja rahvameditsiini instituudis kaastakse aine Suhtlemine ja tervisekäitumise alustes kogemuseksperite. Holland on eeskujuks õpetamisel kogemuskeptsust kõrgkoolidesse, seal põhineb magistri õppekava kogemuseksportsuse põhimõtetel.

Ameerika Ühendriikides peab litsenseeritud kogemusnõustaja läbima 40 tunnise koolituse, pärast mida peab ta sooritama 125 valikvastustega eksami. Samuti on vajalik sooritada 2000 tundi juhendatud praktika, kolme spetsialisti soovituskiri, pärast mida väljastatakse sertifikaat, mis kehtib kaks aastat.

Kogemusnõustajate koda (Kogemusnõustaja õpe, i.a.), kes esindab kogemusnõustamise valdkonda Eestis. kirjeldab kogemusnõustajat kui professionaali, kes on läbi töötanud isikliku taastumise kogemuse ning läbinud vastava väljaõppe. Kogemusnõustamise teenuse osutamine eeldab esmast väljaõpet ja kuulumist meeskonda ja kovisioonigruppi.

Sotsiaalministeerium (Soltsiaalministeerium, i.a) kirjeldab nõudeid teenuse osutajale järgnevalt : Teenuseosutaja võib olla füüsilisest isikust ettevõtja, juriidiline isik, kohalik omavalitsus ja riik täidesaatva riigivõimu asutuste kaudu. Kogemusnõustamise teenust võib osutada sarnase isikliku kogemusega üldjuhul vähemalt gümnaasiumi haridusega isik, kes on läbinud esmase kogemusnõustaja koolituse ja kuulub meeskonda (nt ravimeeskond, rehabilitatsioonimeeskond) ja/ või kovisioonigruppi. (Soltsiaalministeerium, i.a)

Baaskoolitusele (Kogemusnõustaja õpe, i.a.) pääsemiseks seatud soovituslikud eeldused on järgmised : isikliku taastamiloole olemasolu, positiivsed hoiakud, psühhosotsiaalne küpsus,

valmidus oma taastami lugu jagada, valmidus pakkuda teenust rehabilitatsioonimeeskonnas, vähemalt põhiharidus.

Vastavalt riiklikule õppekavale koosneb esmane õpe akadeemilistest tundidest(80 akh), juhendatud praktikast ja supervisioonist(30 akh + 26 akh) ning muudest iseseisvatest töödest (38 akh). Põhiline rõhk on akadeemilistel tundidel nõustamisel ja eneserefleksioonil. Sealjuures ülevaade kogemusnõustamise kujunemisest ja teiste riikide praktikast ning ülevaatest Eestis on 2,5h.

Õppimisel (Kogemusnõustaja õpe, i.a.) kasutatakse kogemusõppes interaktiivseid meetodeid lisaks sotsiaalse õppimise protsessidele. Praktika eesmärgiks on pakkuda võimalust harjutada koolitusel omandatud teadmisi ning rakendada neid klienditöös, kogeda kogemusnõustamise tööga kaasnevaid positiivseid ja negatiivseid emotsioone, saada realistlikku pilti kogemusnõustamise töö eripäradest. Pärast baaskoolitust on võimalik ennast täiendada kriisitöös spetsiifilise häire või tervisekahju teemadel.

Pärast koolituse lõpetamist eeldatakse (Kogemusnõustaja õpe, i.a.) kogemusnõustajalt järgmist pädevust: iseseisvalt läbi viia kogemusnõustamise alaseid konsultatsioone, psühhosotsiaalseid toe protsesse, kuulamise, intervjuerimise, informeerimise, motiveerimise, peegeldamise ,jõustamise baastadmised ja baasoskused, pädevus töötada konsultandina 1-3 kohtumisel ning vajadusel pikemalt, oskus töötada toetus protsessides ennast ja klienti kahjustamata, oskus hallata enda võimalikke kliendisuhet kahjustavaid tundeid, pädevus teha võrgustikutööd.

PROBLEEMIPÜSTITUS

Kogemusnõustamist on Eestis õpetatud juba üle kümne aasta. Aja jooksul on õppeprogramm läbinud mitmeid reforme, see on muutunud põhjalikumaks ja pikemaks.

Praegusel hetkel on pärast baaskoolituse lõppu kogemusnõustajal võimalik kandideerida rehabilitatsioonimeeskonda. Pean kogemusnõustamise ettevalmistuse uurimist tähtsaks, kuna kogemusnõustajad on need, kes klientidega igapäevaselt kokku puutuvad ning määravad kogemusnõustamise kvaliteedi ning suhtumise kogemusnõustamisse tervikuna.

Teaduslikus mõttes on läbi viidud mitmed Tartu ülikooli lõputöid - kogemusnõustamise olemusest, nende tööd rehabilitatsioonimeeskondades, ülevaade kogemusnõustamise teaduslikest uuringutest ja mitmed teised, kuid oluline oleks ka uurida kogemusnõustamise praktikute seisukohti ning vajadusi töös klientidega. Sama oluline on ka vaadelda koolitajate seisukohti praeguse riikliku õppekava osas ning mida nad peavad ohukohtadeks ning milliseid arenguid soovivad näha selles valdkonnas tulevikus.

Töö eesmärgiks on välja selgitada kogemusnõustajate ja koolitajate vaateid kogemusnõustamise väljaõppes praegusel hetkel ja selle tuleviku osas, sellest lähtuvalt sõnastasin järgnevad uurimisküsimused :

1. Kuidas kirjeldavad koolitajad kogemusnõustamise õppe korralduse elemente?
2. Milline on praktiseerijate vaade kogemusnõustaja õppe kaudu klienditööks saadud ettevalmistuse kohta?
3. Milliseid edasiarendusi vajab kogemusnõustamise riiklik õppeprogramm ja koolitus valdkonnas praktiseerijate ning õpetajate vaatest?

II UURIMUSE METOODIKA

2.1 Uurimismeetodi valik

Uurimuses kasutasin kvalitatiivset uurimismeetodit. Kvalitatiivsetes uuringutes tegeldakse inimeste isikliku ja sotsiaalse kogemuse uurimise, kirjeldamise ja tõlgendamisega, püütakse mõista pigem väikese arvu osalejate maailmavaadet kui kontrollida mingi eelnevalt püstitatud hü-poteesi paikapidavust suure valimi kaudu (Laherand, 2008).

Need (Laherand, 2008) on suunatud inimeste kogemuste, arusaamade ja tõlgenduste mõistmisele ning viiakse läbi uuritavate loomulikus keskkonnas. Andmete kogumisel eelistatakse meetodeid, mis võimaldavad säilitada uuringus osalejate keelekasutuse eripära ning aitavad anda inimestest, sündmustest või ilmingutest tervikliku, rikka ja detailirohke pildi.

Keskendusin eelkõige praktiseerijate ja koolitajate puhul kogemusnõustamise defineerimisele, töömeetoditele, õpilaste valimisele ja praktiseerijate vajadustele ja soovidele tulevikus ning kuidas see kattub võrreldes koolitajatega.

Inimesi intervjuuerides üritasin võimalikult vähe vastustesse sekkuda eesmärgiga koguda veelgi rohkem infot.

Uurimistöo eesmärgiks oli koguda koolitajate ja praktiseerijate vaateid praeguse koolitusprogrammi kohta, mis põhineb riiklikul õppekaval.

2.2 Andmekogumismetoodika

Andmete kogumine viidi läbi poolstruktureeritud intervjuu abil (Laherand 2008, Lester 2020 Poolstruktureeritud Intervjuu n.d jt.) see on valdavalt sotsiaalteadustes kasutatav kvalitatiivne uurimismeetod, kus intervjuuerija lähtub etteantud juhistest ja varem ettevalmistatud küsimustikust. Intervjuuerijale jääb võimalus küsimuste järjekorda vastavalt vajadusele vahetada ning oluliste teemade korral täiendavaid avatud küsimusi küsida. Tegemist on dünaamiline vahendiga kvalitatiivsete andmete kogumiseks, mis võimaldab uurijatel vestelda osalejatega, säilitades samal ajal teatud paindlikkuse taseme. Need intervjuud võimaldavad teadlastel uurida uurimisküsimusi, süveneda osalejate vaatenurkadesse ja saada terviklikku arusaama uuritavatest nähtustest.

Poolstruktureeritud intervjuu koosneb avatud küsimustel ning intervjuu lõpus vastandatavatel küsimustel. (Laherand, 2008) Lisaks on olulised ka teooriast tuletatud hü-poteesi tõestamiseks suunatud küsimused. Sellised küsimused põhinevad teaduslikul kirjandusel.

Poolstruktureeritud intervjuude eesmärk ei ole faktilised teadmised vaid paljastada osalejate arusaamad, uskumused, väärtused ja emotsioonid, andes väärtusliku ülevaate nende subjektiivsetest kogemustest. Siinkohal (Poolstruktureeritud Intervjuu n.d) on oluline keskenduda kogemusnõustajate enda tõlgendustele ja vaatepunktidele, mida poolstruktureeritud intervjuu aitab leida.

Intervjuusid alustasin enda uurimistöö eesmärkide tutvustamisega ning küsisin nõusolekut informeeritud nõusolekuks. Küsimused olid avatud ning koostatud põhimõttel, et nende alus on teaduslik kirjandus ja vastavad kvalitatiivse meetodi põhimõtetega. Isegi, kui vastajad kaldusid teemast kõrvale lubasin neil rääkida, et saada lisaks olulist infot nende vaatepunktide osas. Küsimused pidid vastama minu eelnevalt seatud uurimisküsimustele: Millised õpilased on koolitajate arvates valmis kogemusnõustaja tööks? , Millisena hindavad praktiseerijad enda kogemusnõustamise ettevalmistust kogemusnõustaja tööks?, Millisena soovivad näha praktiseerijad ja koolitajad kogemusnõustajate rolli tulevikus?

Intervjuud viidi läbi aprilli teisel ja kolmandal nädalal zoomi vahendusel. Intervjuude pikkus oli keskmiselt poolteist tundi. Kuigi algselt soovisin leida kaks intervjuueeritavat rohkem tundsin, et saadud materjal oli piisavalt rikkalik, kuna intervjuud kujunesid märgatavalt pikemaks, kui ma algselt olin planeerinud. Kõik intervjuud lindistasin telefoni vahendusel.

2.3 Uurimuses osalejad

Käesoleva uurimuse raames viisin läbi 6 intervjuud, millest 3 neist olid pikaajalised kogemusnõustajate koolitajad ja 3 praktiseerivat kogemusnõustajat.

Osalejad on valitud järgmiste kriteeriumite alusel :

1. Kogemusnõustajate koolitajad on tegutsenud valdkonnas üle 5 aasta
2. Kogemusnõustajate koolitajad osalevad aktiivselt kõigi teemade õpetamisel.
3. Praktiseerivatel kogemusnõustajatel pole lõpetamisest möödunud rohkem kui aasta.
4. Praktiseerivad kogemusnõustajad on mees- ja naissoost: Intervjuudes osales 2 naissoost ja 1 meessoost vastaja.
5. Praktiseerivad kogemusnõustajad on spetsialiseerunud erinevatel teemadel
6. Praktiseerivad kogemusnõustajad on saanud väljaõppe erinevatelt koolitajatelt

Uurimises osalevad koolitajad ja kogemusnõustajad spetsialiseerusid järgmistel teemadel: läbipõlemine, üksindus, depressioon, ATH, insult, kohtuvaidlused , diabeet, enneaegne laps, lein. Kui koolitajad olid keskendunud pigem ühele teemale, siis praktiseerijad tegelesid kahe või isegi kolme erineva teemaga. Kuid oli ka neid, kes arvasid, et kogemusnõustaja peaks suutma kliente nõustada erinevatel teemadel, mis on seotud kriisiga.

2.4 Andmeanalüüsi Metoodika

Temaatiline analüüs(Laherand ,Zaveri jt.) annab ülevaate osalejate uskumustest, hoiakutest ja käitumisest, jäädvustades nende aluseks olevaid kogemusi, vaatenurki ja jutustusi. Protsess hõlmab andmete kategoriseerimist ja kodeerimist, et avastada korduvaid teemasid, mõisteid

ja ideid. Erinevad valdkonnad, nagu psühholoogia, sotsioloogia ja haridus, võivad selle paindlikkusest ja sügavusest kasu saada. (Laherand, 2008))

Temaatiline analüüs (Zaveri, 2023) paljastab ja selgitab kvalitatiivsete andmete aluseks olevaid mustreid, teemasid ja tähendusi. Selleks, et saada sügavam arusaam osalejate kogemustest, vaatenurkadest ja jutustustest, on käesoleva uuringu eesmärk minna kaugemale pinnapealsest sisust. Temaatiline analüüs (Zaveri, 2023) võimaldab teadlastel avastada andmekogumis ühiseid jooni ja korduvaid teemasid. Nende teemade välja võtte ja analüüsi abil on võimalik saada uuritavatest nähtustest nüansirikas arusaam, mis võimaldab koguda rikkalikke ja konteksti põhiseid teadmisi. Kvalitatiivsete andmete temaatilise analüüsi eesmärk on parandada arusaamist ja teadmisi konkreetsetes valdkonnas, pakkudes andmete põhjalikku uurimist.

Helisalvestised transkribeerisin algselt Tallinna Ülikooli "Tekstiks" tarkvara abil. Salvestusi uuesti läbi kuulates selgus, et suur osa tekstist polnud üldse failides kirjas ja paljud sõnad olid hoopis teised. Parandasin kõik intervjuud käsitsi, kuid arvan, et sellest oli siiski natukene abi, sest teksti tuli ühe 65 lehekülje.

Analüüsiks lugesin teksti korduvalt läbi ning testist kujunesid välja korduvad märksõnad, millest said tulemuste peatükis alateemad. Seejärel lugesin veel teksti, et oluline ei jääks märkimata. Pidasin oluliseks, et kõik tsitaadid oleksid anonüümsed ning poleks võimalik tuvastada kellega on tegu ning pärast transkribeerimist helisalvestised kustutati, mis oli ka kirjas intervjuueeritavatele saadetud informeeritud nõusolekus..

2.5 Autori eneseanalüüs

Selles peatükis kirjeldan millised emotsioonid mind intervjuueerimisel valdasid.

Olles ise kogemusnõustamise õppe lõpetanud oli minu soov uurida kogemusnõustamise õpet õpetajate ja koolitajate vaatepunktidest. Mind huvitas isiklikult ka koolitajate seisukohad. Soovisin teada saada, kas raskused, mida kogemusnõustajad kogevad on sarnane, mida ka koolitajad mõistavad. Uurimusest tuli selgeks välja inimeste individuaalsed vajadused ja soovid ja seda mõjutavad elukogemused.

Intervjuueeritavate leidmine kujunes keerulisemaks, kui ma oleksin algselt arvanud. Ma võtsin ühendust võimalikult paljude ühendustega, kontakti sain neist mõnega. Töö kirjutamine osutus raskemaks, kui ma arvasin ning sattusin väga suurde ajapuudusesse kui ka motivatsioonipuudusesse.

Praktiseerijad leidsin erinevatest kogemusnõustajate sotsiaalmeedia gruppidest, kus panin kirja, millistele tingimustele peab intervjuueeritav vastama. Praktiseerijad kirjutasid mulle ise ning kõik intervjuud viidi läbi zoomi vahendusel.

Intervjuule planeerisin esialgselt tund, kuid tegelikkuses oli praktiliselt kõik intervjuud umbes kahe tunnised. Tundsin, et intervjuueeritavad olid väga avatud ja jagasid laialdaselt informatsiooni ning tõid ise oma kogemuste põhjal palju näiteid.

Küsimuste küsimisel üritasin olla paindlik, kui intervjuueeritavad juba rääkisid järgnevast temast siis läksin teiste temade küsimuste juurde. Lasin intervjuu käigus rääkida inimestel nii palju, kui nad soovisid, selle eesmärgiks oli koguda võimalikult palju kasulikku infot, mida konkreetsed küsimused ei hõlmanud.

Kuna tegemist oli minu esimeste intervjuudega tundsin, et ma ei oska küsitlusi veel piisavalt hästi juhtida. Kui tundsin, et mingit küsimused kattusid ja ka intervjuueeritavad ütlesid, et nad juba vastasid sellele tundsin ebakindlust. Kuid üritasin siis küsida teistmoodi, et kõik olulised teemad saaks kaetud. Kuid intervjuusid hiljem läbi kuulates tundus mulle, et informatsioon, mida ma sain oli piisav. Intervjuude lõpus soovisid peaaegu kõik pikemalt rääkida enda tööst. Kuna ma ütlesin, et olen ka ise kogemusnõustaja õppe läbinud, usun, et tegelikult saavutasin intervjuueeritavatega usaldusliku sideme. Olin isegi üllatunud, et vastused olid nii ausad ja vahetud.

Kuigi ma arvasin algselt, et mul on päris hea ettekujutus mis on kogemusnõustamine sain ma läbi teise pilgu enda silmaringi avardada. See, kuidas nii koolitajad kui ka praktiseerijad kirjeldasid kogemusnõustamist pani mind seda teise pilgu alt vaatama ning mul on hea meel tõdeda, et meie ümber on kogemusnõustajaid, kes võtavad valdkonna arendamist väga tõsiselt.

III TULEMUSED

Siin peatükis on ülevaade uurimistöö tulemustest. Tulemused on lahti kirjutatud teemade kaupa, esmalt toon välja kogemusnõustajate koolitajate vaatepunkte praeguse koolituse kohta, seejärel toon välja praktiseerijate vaated, räägin praktikast ja töövõimalustest praktiseerijate ja koolitajate vaates, piiridest ja ohukohtadest ning ootused tuleviku osas kogemusnõustamise valdkonnas. Tulemuste ülevaade sisaldab intervjueeritavate poolt öeldud mõtteid ja tekstis toodud tsitaadid on kaldkirjas ja jutumärkides.

3.1 Teekond kogemusnõustajast koolitajaks

Intervjueeritavad kirjeldasid põhjuseid, miks nad on valinud kogemusnõustamise täiendkoolituste läbiviimise ja millised nende endi kogemused on ajendanud neid mõtlema kogemusnõustamise vajaduse üle. Üks intervjueeritav rääkis oma kogemusest, kui tema laps sai diagnoosi ja vajalik abi ei olnud kättesaadav ning seetõttu otsustas ise rehabilitatsiooniteenuseid osutava asutuse luua.

“Minu esimene poeg sai kahe aasta kahe kuusel esimest tüüpi diabeedi diagnoosi/.../olukord Eestis oli nagu väga-väga kehv, neid lapsi ei võetud lasteaeda, neid tegelikult kiusati diskrimineeriti koolis neil riigis, neil ei olnud piisavalt ravitarvikuid. Et siis sealt kasvaski välja, et me saime ühel hetkel aru aastaks 2016 ehk et me peame tegema rehaasutuse” (Int. 2)

Teine intervjueeritav kirjeldas, kuidas samm-haaval jõuti MTÜ loomiseni ja nüüdseks on selle oluliseks tegevuseks kujunenud kogemusnõustajate koolitamine.

“Minu teemaks siis on, sündinud enneaegsed lapsed ja selline pikk haigla kogemus /.../pärast koolitugruppi siis kasvaski välja MTÜ. /.../ see on kahe väljundiga, viia kokku nõustaja ja klient ning tänaseks suurem väljund on siis kogemusnõustajate koolitamine (int. 3)

3.2 Kogemusnõustamise koolitajate vaade : nõuded koolituses osalejatele

Intervjuudes aruelsid vastajad kogemusnõustajate koolituskava eesmärgi, õpilaste valimise protsessi, õpilaste varasemalt omandatud eelduste ja kõige tähtsamate ainete üle õppekavas.

Üks Intervjueeritav nimetas, et täiendkoolitusprogramm peaks ühelt poolt andma laia vaate valdkonnas vajaminevatest teadmistest ja teiselt poolt peaksid õppijad praktika kaudu saama inimestega töötamise kogemuse. Seda just põhjusel, et paljudel õppijatel puudub inimestega töötamise kogemus.

Kogemusnõustamise täiendkoolitusprogrammi läbimise puhul peavad intervjueeritavad oluliseks, et praktikutel on head oskused.

“ inimesed, kes läbivad kogemusnõustamise koolituse ja tulevad sealt välja diplomiga et nad on nagu päriselt nagu hea kvaliteetsed nõustajad” (int. 3)

Intervjueeritav nimetas, et täiendkoolitusprogramm peaks ühelt poolt andma laia vaate valdkonnas vajaminevatest teadmistest ja teiselt poolt peaksid õppijad praktika kaudu saama inimestega töötamise kogemuse. Seda just põhjusel, et paljudel õppijatel puudub inimestega töötamise kogemus.

“Eesmärk ikkagi anda võimalikult laiapõhjaline ülevaade ja võimalikult palju praktikat sinna, sest paljud neist ei ole inimestega üldse varem tööd teinud.” (int. 1)

“Inimene, kes on õppe läbinud, mõistab tegelikult oma rolli, oma vastutust. Et kogemusnõustaja eelkõige siis peab olema hea kuulaja “ (int. 3)

Koolitusprogrammi pääsemiseks peavad kandideerijad esmalt saatma motivatsioonikirja, kus nad kirjeldavad enda läbi elatud kogemust ning seejärel osalevad grupiintervjuus, mille põhjal valitakse, millised inimesed on valmis kogemusnõustamise õppes osalema.

Intervjueeritavad leidsid, et kogemusnõustamise koolituses ei ole sobilik vastu võtta kandideerijaid, kes ei ole taastunud ja oma taastumise protsessidega sihtpärast tegelenud.

“Pigem ma ütleksin, võib olla eelkõige inimesed kes ei ole iseenda loost taastunud. Et see on see kõige-kõige nagu olulisem otsus alati selle juures.” (int. 3)

“Erilise fookuse all on meil kindlasti sõltlased ja seda me küsime kohe kindlasti, et kui kui kaua aega ta on sellest sõltuvusest prii olnud (int. 1)

Intervjuudes tuli välja, et tähelepanu on vaja pöörata, kuivõrd kogemusnõustamise koolituse kandideerija on kursis rolliga ja vastutuselalaga.

/.../ kui keegi, kes tuleb ja ütleb, et ta tahab kõiki inimesi aidata kõiki maailma inimesi aidata, kõike kohe maailmas korda teha, et siis temal tuleb ka natukene tähelepanu pöörata”.

“Ei sobi, need, kes ei ole suutnud sõnastada oma motivatsiooni ja kes tulevad siis nii-öelda teraapiasse. Nemad ei ole kindlasti valmis.” (int. 2)

Riikliku õppekava järgi saab kogemusnõustajate koolituses osaleda vähemalt keskharidusega kandideerijad. See nõue on ajas muutunud, varem on nõudeks põhikooli haridus. Intervjueeritavatel on erinev seisukoht koolituse osalejate haridusnõuete osas. On neid

uurimuses osalejaid , kes arvasid, et põhikooli haridus on piisav ja oli neid, kes arvasid, et kogemusnõustajatel peaks olema kõrgharidus.

“ No minu seisukoht on see, et noh, see haridus ei see paber iseenesest ei anna tegelikult sulle mitte midagi /.../mõnikord need noh, nii-öelda elu hammasrataste hammasrataste vahele jäänud /.../ Inimestel tuleb erinevaid asju elus ette. Et võib-olla ta saab väga hea elukogemuse, kuidas ta ta oma olukordadest välja tuleb ja tegelikult kogemusnõustaja põhiasi, et olla eeskujuks.” (int. 1)

“Ma ikkagi nagu leian, et mida haritum inimene ka koolisüsteemis, seda laiem silmavaade, eks. Ehk et ma, ma päriselt ei arva, et põhiharidusega inimene oleks hea kogemusnõustaja. ma pigem ikkagi tegelikult eeldaksin. Bakalaureusekraadi” (int. 2)

Üks intervjuueeritav arutles, et haridusnõue üksi ei ole peamine argument õppija sobivuse kindlakstegemiseks. Vajalik on arvestada, millises valdkonnas inimene töötama hakkab.

“See on olnud minu arust ka küsimus, mille üle on nagu päris kirglikult vaieldud selle üleriikliku määruse. Ma ütlen, et see võib tuleneda väga palju ikkagi sellest ka, et mis on see konkreetne nõustamisvaldkond, milles tema tegutseb”. (int. 3)

Intervjuueeritavad tõid oma kogemustele tuginedes välja teemad ja aspektid, mida koolituse läbinud inimesed on pärast koolituse lõppu nimetanud. Näiteks on mitmed koolituse lõpetanud koolitajatele peegeldanud, et nad on mõistnud, kuidas tegevus nõuab palju kuulamist ja head kuulamisoskuste kasutamist.

“Peaaegu kõik on öelnud seda hiljem, et nad ei oleks iialgi arvanud, et kogemusnõustamise töö on väga suures osas ainult kuulamine. Olemasolemine ehk siis seda kuulamisoskust. Aktiivse kuulamise oskust just nimelt, et seda me õpetame ja seda neile kindlasti väga vaja,” (int. 1)

Intervjuueeritavad kirjeldasid, kuivõrd oluliseks nad peavad, et inimene töötaks oma taastumise protsessidega ja suudaks töötada oma loo väga põhjalikult läbi.

“Eetika paneb meid nagu piiridesse, et me ühiskonnas üksteisest aru saaksime aga ma ise just näen, et tegelikult see isikliku taastumisprotsessi läbitöötamine, nii see on nagu üli-ülioluline, ilma selleta ei ole võimalik edasi minna, eks ju. Ja ja tegelikult ka kogu see kriisi ja leinatöö, et see on siin nagu väga-väga oluline” (int. 2)

“Kindlasti oluline osa sellest on isikliku looga töötamine, ehk siis tõesti ta analüüsib, kirjutab seda läbi, on võimeline seda esitama teistele grupikaaslastele, eks igas mõttes küpsemine selle looga”. (int. 3)

Esmatähtsateks teemadeks, millel kogemusnõustamine põhineb on koolitajate arvates eetika, kuulamisoskuse arendamine ning enesehoidmise oskused. Koolitajad peavad oluliseks, et kogemusnõustaja enda õppe käigus päriselt loeks ja õpiks iseseisvalt, sest kontaktunnid on kaks päeva iga kahe nädala tagant. Ning rõhk on eelkõige iseseisval õppel.

3.3 Kogemusnõustaja õpe : praktiseerijate vaade

Intervjueeritavad arutlesid enda õppest, praktikakogemusest ja tööst kogemusnõustajana. Praktikud kirjeldasid enda raskusi praktilisel olles ning millest nad puudust tundsid, kui alustasid tööd kogemusnõustajana.

Intervjueeritavad leidsid, et nii praktika kui ka töö leidmine valmistab neile kui ka kaasõpilastele raskusi. Selles nähti laiemat probleemi, kuna kogemusnõustajatel on raske pärast koolitust endale rakendust leida.

“Enamus kogemusnõustajatel pole vähemalt ideede, kuidas asju teha” (int. 5),

“ Miks meie grupis palju ei saanud ka praktikaga hakkama, sa päriselt pead oskama enda teenust pakkuda, Sa pead olema ikka valmis ise leidma need kleidid “ (int. 6)

Üks intervjueeritav tõi välja, et praktikale minnes tundis, et tal polnud praktikale minnes piisavaid klienditöö oskusi, eraldi tõi ta välja vajaduse põhjalikumaks motiveeriva intervjuu läbiviimise harjutamist.

“meie vist ei olnud nii väga valmis kohe minna enda tööd teha , lihtsalt rohkem praktikat , näiteks motiveerivast intervjuust polnudki väga palju juttu, mingil määral ainult “ (int. 4)

Üks osaleja tõi välja, et õppes peaks olema eraldi moodul, mis keskendub, mida teha pärast koolituse lõppu ja kuidas enda teenust pakkuda ja kuidas kliente leida.

“Sinna õppele on vaja lisaks teha juurde veel üks väike lisakursus, et kuidas ma nüüd selle praktikaga tegutsen, et see osa on päriselt puudu, et, et kuidas sa selle praktika ära teed, et sa näeksid üldse, kas sinus on nagu seda sisu selles valdkonnas edasi minna.” (int. 6)

Teine praktiseerija leidis, et kogemusnõustajate roll on olla ise aktiivne, ennast täiendada ja juurde õppida, et olla võrdne teiste vaimse tervise spetsialistide kõrval.

“ Kui inimesed on nõus pingutama siis nad jõuavad kuhugi , kui nad arvavad, et keegi peaks nad käest kinni võtma ja kaasama siis seda ei juhtu “(int. 5)

Tulemused näitavad, et osalejad tundsid kõige rohkem puudust laialdasemast klienditöö oskuste arendamisest ning tundsid, et nad polnud praktikale minnes kogemusnõustamise tööks valmis. Toodi välja, et koolituse lõpus on kogemusnõustajatel keeruline ennast rakendada ja tööd leida. Edukaks kogemusnõustaja tööks on vaja ennast teiste spetsialistide kõrval tõestada.

3.4 Isiklik taastumine ja ekspertsus : koolitajate vaatepunkt

Intervjueeritavad kirjeldasid taastumise olulisusest kogemusnõustaja töös. Koolitajad pidasid kõige olulisemaks, et õppija oleks enda kogemusest piisavalt taastunud.

Nad leiavad, et hea kogemusnõustaja on see, kes on oma ala ekspert ning on valmis enda teadmisi täiendama.

“ Soovitan tegelikult siis ka meie väljaõppes olevatele inimestele on just see, et kui neil on mingisugune teema, et nad ennast nii palju hariksid, et nad oleksid seal tõesti nagu meistrid. Head väga head eksperdid selles valdkonnas ”

“/.../ selles mõttes on siin hästi oluline, et sõltuvalt sellest valdkonnast, eks ole, millega ma tegelen pean ma olema selles valdkonnas ekspert olema” (int. 3)

Üks koolitaja peab oluliseks, et kogemusnõustaja on oma kriisiga hästi toime tulnud ning on positiivne ja jõustav.

“Ma leian, et see ei ole hea kogemusnõustaja, kes saab koos nii-öelda nutta ja et see haiguse ilge jama, sellega lähemki ainult kõik metsa vaid minu meeskonnas kogemusnõustajad on need, kes päriselt jõustavad” (int. 2)

Uurimuse tulemused näitavad, et koolitajate jaoks on taastumine kogemusnõustamise alus ning on tähtis, et kogemusnõustaja oleks jõustav ja positiivne.

3.5 Koolitajate nägemus piiride ja ohukohtade osas

Intervjueeritavad kirjeldavad millist tuge nad oma õpilastele pakuvad nende kogemusnõustaja töö alguses, kuidas õpilased saavad ennast hoida, et vältida läbipõlemist, olulisuses tunda enda piire kogemusnõustamise töös.

Kõik koolitajad pakuvad supervisiooni võimalust ning eeldavad, et kaasõpilastega toimuks mingi aja vältel kovisioonid ja neil on loodud sotsiaalvõrgustikes grupid, kus nad saavad ka õppe lõppedes üksteisele toetuda.

“Meie oleme oma kooli koolitatavatele ja oma õppijatele öelnud, et umbes pool aastat kuni aasta oleme meie nende jaoks veel olemas. /.../ siis on need Facebooki grupid ja me oleme julgustanud enda õppijaid alati oma kursusepõhiselt tegema mingeid selliseid sotsiaalmeedia grupe, kuhu jäädakse aastateks..” (Int. 1)

“Meie oma koolis pakkuma regulaarselt oma nõustajatele, et oleks võimalik turvalises ja konfidentsiaalsus võttes neid lugusi läbi töötada, et ei jääks sellega üksi, “ (Int. 3)

Intervjueeritavad kirjeldavad läbipõlemist, kui reaalsust, millega kogemusnõustamise töös peab arvestama. Ning lood, mida inimesed räägivad võivad kogemusnõustajate jaoks olla rasked.

“Meie räägime moodulis ka läbipõlemisest ehk et sa ei kohku ära Nende lugude peale, mis sulle ette tulevad, et sa suudad nendest tegelikult läbi tulla” (int. 2)

Üks koolitaja pidas oluliseks, et nõustaja leiaks aega ainult endale, et tegeleda meeldivate asjadega.

“Et läbipõlemist vältida, ma ei võta tööd koju kaasa, kogemusnõustajana kohe kindlasti mitte. Aga mina isiklikult näiteks plaanin endale päris enda aja /.../ Muidu Seda aega ei jäägi mitte kunagi. “ (Int. 1)

Koolitajad peavad oluliseks, et kogemusnõustaja püsiks enda piirides ega hakkaks teiste spetsialistide tööd tegema.

“minu teadmistel ,minu oskustele on väga selgelt piirid. Et ma ei saa minna kliinilise psühholoogia valdkonda, sest ma ei ole ekspert, ma ei saa võtta nagu ma ei tea, sotsiaaltöötaja või sotsiaalvaldkonna eksperti või isegi ma ei tea leinanõustaja pädevusi ,et ma pean nagu aru saama, missugused raamist nagu mina ise tegutsen.” (int. 1)

“enda kvalifikatsiooni raamides püsimine. Ma pean aru saama, kus on minu oskuste algus ja lõpp /.../ ma pean adekvaatset arusaama, et mis mul siis nii-öelda nagu lubatud ja selles töös nagu oodatud on ju, et ma ei lähe siit üle,” (int 2)

Tulemused näitavad, et koolitajad peavad oluliseks, et kogemusnõustajatel oleks eriti enda töö alguses tugi, kus nad saavad arutada tekkinud emotsioone, keerulisi lugusid. Koolitajad leiavad, et aitamistöö kõrval on oluline, et jääks aega ka endale. Ohukohtadeks peavad osalejad oma piiridest väljust. Kogemusnõustaja peab teadma kui algavad ja lõppevad tema oskused.

3.6 Kogemusnõustamise tulevik : koolitajate ootused

Intervjueeritavad tõid esile vajaduse kogemusnõustamise valdkonda rohkem reguleerida Oluliseks peeti, et tulevikus oleks kogemusnõustajatel kutsenõue ja nad sooritaksid kutseeksami, kus nad saaksid enda kogemusi ja teadmisi tõestada.

“kutsenõue ehk et kõik saaksid ikkagi läbida kutseeksami ja ikkagi oma kutset, nagu nii-öelda kutse oleks tunnustatud.” (int.3)

Koolitajad tundsid muret kogemusnõustajate kvaliteedi pärast Eestis, kuna varasemalt olid nõuded leebemad ning koolituse pakkujaid väga palju ja ebaühtlase tasemega võis väljaõpe kesta vaid kuu.

“sõltub, et kes pääsevad õppima, mis alustel nad pääsevad, mis alustel nad tunnistuse saab, kui hästi nad on ette valmistatud, sest noh, siin on olnud aegu, kus kogemusnõustamist koolitusi läbiti ühe kuuga. seal tekkis juba selline konveieri mehhanism “ (int. 3)

Üks koolitaja leidis, et praegusel hetkel, kui puudub kutsenõue siis inimesed on need, kes peavad ise palju eeltööd tegema, kui soovitakse saada kvaliteetset nõustamise teenust.

“ praegu me saadame neid inimesi teele selle, selle sõnaga, et ükskõik millist koolituste valiti jälgige millise nõustaja juurde te lähete , uurige hoolikalt seda tausta” (int. 1)

Koolitajad leiavad, et kogemusnõustajad saaksid tulevikus olla väga suur vaimse tervise ressurss, sest järjekorrad on paljudele spetsialistide juurde pikad ning abivajajad ei pruugi abini jõudagi. Kogemusnõustajad saavad pakkuda toetust ja mõistmist. Nad ei soovi konkureerida teistega vaid seada kõige tähtsamale kohale abivajaja.

“Kui ma olen kõikidele oma õppijatele öelnud, et tulevik on väga helge, et mõelge ainult endale välja see koht, kus te tahate töötada ja siis mingi pakkuge ennast /.../ me ei võta ühelki spetsialistilt ametit ära ja me ei lähe nende rahakoti kallale, vaid vastupidi kui fookuses on abivajav inimene siis me peaksime tegema kõik selleks, et ta ikkagi suudab vee peal püsida. “ (int. 1)

Üks intervjuueritav leidis, et tihti ei mõisteta kogemusnõustaja väärtust teiste spetsialistide kõrval

“No esiteks, on öeldud, et mis roll sellel kogemusnõustajal on, siis siis ma ütlen, et põhimõtteliselt sa võid olla ekspert selles valdkonnas, aga kui ise endal seda kogemust ei ole”

Ta tõi näitena juhtumi, kus enneaegne lapse ema, kes haiglas puutus kokku väga paljude erinevate spetsialistidega ei soovinud järjekordse nõustajaga veel rääkida aga kui ta ütles, et on ema, kes on sarnase kogemuse läbi elanud oli ema avatud enda hirmudest ja mõtetest rääkima. Intervjuueritav leidis, et see ilmsetab hästi, milline väärtus on kogemusnõustajatel.

/.../ kui ma sisenen palatisse siis ta isegi ei tea, et ma astun palatisse sisse, kus ta on oma enneaegse lapsega. Ja kui ma ütlen talle, et ma olen nõustaja, siis võib tulla kohe selline käsi, et ahah, järjekordne spetsialist, Aga kui ma ütlen, et ma olen ema, kes on olnud samas palatis, kellel on sarnane kogemus siis palati üks mulle on praktiliselt 100-le protsendile avatud, seetõttu mina näen, kogemusnõustaja ei konkureeri mitte ühegi spetsialistiga /.../ ta pakub just nimelt selle kogemuse läbi teinud inimese näol sisuliselt lootust tulevikuks.” (int. 3)

Tulemustest selgub, et koolitajad sooviksid, et tulevikus oleks kogemusnõustajatel kutsenõue ja lõpetajad saaks sooritada kutseeksami. Seda nähtakse ühe strateegiana, kuidas parandada kogemusnõustajate kvaliteeti Eestis. Kui osad koolitajad näevad kogemusnõustamise tulevikku helgena ja usuvad, et võimalused on lõputud, siis teised leiavad, et kogemusnõustamise rolli peaks ühiskonnas rohkem tunnustama, sest ka paljud vaimse tervise spetsialistid arvavad mõnikord, et suudavad kogemusnõustamise teenust asendada.

3.7 Kogemusnõustamise tulevik : praktiseerijate ootused

Intervjuueritavad kirjeldavad enda vaateid ja soove tulevikus ning mida nad muudaksid, kui neil oleks see võimalus.

Üks intervjuuerija leidis, et praegusel hetkel on võimalik saada haiglasse kogemusnõustajana tööle, kuid võrreldes töö iseloomuga on töötasu väike.

“Haiglas nad võtavad kogemusnõustajaid tööle aga kuna seda haigekassa seda kindlasti ei rahasta , seal on palk 5,6 või 7 eurot tunnis, kui sa tahad haiglas töötada, siis sellise raha eest”

Lisaks tundis ta, et inimesed on kogemusnõustamise osas teadmatuses ja kardavad kogemusnõustaja poole pöörduda, kuna nad ei tea, mis neid ees ootab.

“/.../inimesed ikka kardavad ju pöörduda sellesmõttes , eriti kui nad ei saa aru, kes sa oled , ei tea kuidas seda teadlikkust tõsta .” (int. 4)

Praktiseerijad sooviksid, et baasõpe oleks põhjalikum ning õppes võib osaleda koolitajate kõrval ka teised kogumisnõustajatest praktikud.

“Ma kindlasti soovin, et see õppekava läheks spetsiifilisemaks “

“tulevikku vaadates ongi see, et nendesse õppeprogrammidesse võiks kaasata inimesi, kes on õppinud, kes siin midagi selles valdkonnas teevad , kuna see on praktiline õpe, et siis see annab sellele õppele kindlasti olulise väärtuse juurde “ (int. 6)

Üks praktik soovis, et ka pärast õppe lõppu oleks veel seminare ja üritusi, kus koos käia. Praegusel hetkel lõppeb kõik diplomiga.

“ Näiteks meil on olemas kogemusnõustajate koda, võiks ju näiteks teha ühtseid seminare või koolitusi , sest praegu , me kõik oleme läinud laiali jaa, me vahepeal grupis suhtleme aga see on nii ja naa, võiks võibolla midagi juurde õppida , lihtsalt meelde tuletada või koos midagi”(int.)

Teine praktik, kes on ka kogemusnõustajate koju juhatuses leidis, et praegu tegeletakse kutse välja töötamisega ning nõuded koolitusmäärusele muutuvad rangemaks. Kuid tõdeb, et koolitajad peaksid istuma ühe laua taga ja rääkima asjadest ausalt. Lisades, et koolitajad peaksid rohkem koolitusprogrammi ja kutse välja arendamisse panustama, juhul kui see valdkond neile oluline on.

“Hetkel on kutsekojas kutse arendamine, tegeleme sellega, et koolitusmäärusi muuta, üritame valdkonda koja tasemel nagu koostööd panna töötama, et koolitajad kõik ühe laua taha saada.

“Koostööd peab rohkem olema. inimesed peavad panustama, kui neile kogemusnõustamine on tähtis, siis nad peavad sellega tegelema. Kui see on sinu valdkond ja sa selle arendamisega ei tegele, siis ei saa väga vinguda, et asjad ei juhtu. Inimesed tegelevad

sellega, mis on neile tähtis, ja kui inimesed ei tegele millegagi, siis see pole neile tähtis” (int. 5)

Üks praktiseerija nägi probleemina katuseorganisatsiooni puudumist ja leidis, et kui koolitaja on ka kogemunõustajats koja juhatuses, pole see tema arvamuse kohaselt õige. Samuti arvas ta, et register ei peegelda tegelikku praktiseerivate kogemunõustajate arvu.

“ Ma saan aru, et praegu on eestis väga suur probleem, et meil pole katuseorganisatsiooni ,täna on olemas kogemunõustajate koda aga koda juhib, koja juhatuses ja koolitaja on kõik üks isik , juriidiliselt see on ebakorrekne.”

“kogemunõustajate kojas on hingekirjas üle 400 inimese. Aga kas nad päriselt töötavad, kas seda kontrollitakse kunagi, kes said sinna nimekirja viis aastat tagasi täna enam mitte Ma usun, et on vaja kedagi kes mingit organisatsioonides natukene haldab.” (int. 6)

Uuringust selgus, et praktiseerijad ootavad kogemunõustajate suuremat tunnustust teiste poolt, kutsenõuet ja koolituse muutmist veelgi põhjalikumaks. Samuti arvati, et on oluline, et koolitajad ja kogemunõustajate koda panustaks rohkem kutse ja õppe arendamisse.

4. Arutelu

Käesolevas peatükis on arutelu esitatud uurimisküsimuste kaupa. Arutelus toon välja probleemipüstituses järeldused, mis selgusid individuaalintervjuudes ning kõrvutan need kirjanduse ülevaate oluliste punktidega.

Kogemusnõustajate õppe korraldus

Uurimistöö fookus oli nii kirjanduses kui ka individuaalintervjuudes elatud kogemus ja isiklik taastumine. Taastumise olulisust rõhutasid nii praktiseerijad kui ka koolitajad. Nende arvamuse kohaselt on see kogemusnõustamise kõige olulisem tunnus. Ühe koolitaja sõnul on raskest elukogemusest taastumine kogemusnõustaja põhiline tööriist, sest aidata saab ainult siis, kui inimesel on oma haigus väga hea kontrolli all. Watson (2019) nimetab elatud kogemust kogemusnõustamise aluseks ja leiab, et kogemuse jagamine annab lootust ja tekitab tunde, et nad pole üksi.

Läbielatud kogemus on kogemusnõustamise õppe kandideerimisel kõige olulisem eeldus. Kui õppija kandideerib kogemusnõustamise õppesse peab ta esmalt kirjutama motivatsioonikirja, kus kandideerija kirjeldab oma taastumiskogemust. Sellest lähtuvalt kutsutakse kandideerija kas grupivestlusele või individuaalvestlusele, pärast mida valivad koolitajad sobivad kandideerijad õppegruppidesse. Koolitajad leiavad, et õppeprotsess on piisavalt pikk, et seal selgub, kas kogemusnõustaja õpilane on selleks tööks sobiv, ning kui nad tunnevad, et õpilane pole tööks klientidega valmis, siis nad tunnistust talle ei väljasta.

Pärast kontakttunde peavad õpilased sooritama juhendatud praktika. Koolitajate seisukoht on, et õpilased peavad leidma endale ise praktikakoha, kuid tõdevad, et see võib paljude jaoks osutuda keeruliseks. Ühe koolitaja sõnul pole paljud õpilased kunagi klientidega kokku puutunud, kuid pakuvad neile harjutamise eesmärgil võimalust üks kord kliendikohtumine nõ läbi mängida. Pärast lõpetamist tekib õpilastel võimalus töötada rehabilitatsioonimeeskondades või luua endale ettevõtte ning müüa enda teenust iseseisvalt.

Koolitajad olid praeguse riikliku programmiga väga rahul ning leidsid, et neil oleks raske mõelda, kuidas seda veelgi paremaks muuta. Kuid arvasid, et kogemusnõustamise valdkonna kõige suurem puudus praegusel hetkel on kogemusnõustajate ebahühtlane tase. Selle on põhjustanud eelnevalt lebed nõuded nii koolitusfirmadele kui ka kogemusnõustamise õppele. Lisaks mainisid nii koolitajad kui ka praktiseerijad probleemina Töökassa rahastuse, kui töötutele pakuti liiga kergekäeliselt kogemusnõustamise õpet. Samuti tõid mõlemad pooled näiteid, et mitte kõik koolitusfirmad ei nõua oma õpilastelt praktika läbimist ning eelnevalt on olnud isegi kogemusnõustajate koolitused, mis on kestnud kõigest paar nädalat. Selle tulemuseks oli, et kogemusnõustajate diplomi said kätte need, kes selleks tööks valmis polnud ning mõjusid kogemusnõustamise mainele halvasti, kuna ei mõistnud vastutust, mis kaasneb abivajajatega töötamisel.

Vajadus võimalikuks suureks praktikaks kinnitavad mõlemad pooled, heaks näiteks on kindlasti Holland ja ka Ameerika Ühendriigid, kus rõhk on pandud eelkõige juhendatud klientide nõustamisel. Ning professionaalselt saavad töötada need, kes kinnitavad enda oskusi ja teadmisi kutsetunnistusega.

Ettevalmistus kogemusnõustaja tööks

Kõik praktiseerijad tundsid, et ainult koolitus üksi ei valmistanud neid ette kogemusnõustaja tööks. Eriti oluliseks pidasid nad eelnevaid psühholoogia teadmisi, sest juhitud vestlused nõuavad häid klienditöö oskusi, mida paari korra harjutamisega saavutada pole võimalik. Kõik praktiseerijad tunnistasid, et tegelikult polnud nad ka praktikaks valmis ning arvasid, et praktikaks ettevalmistamisele peaks kindlasti rohkem aega pühendama. Mitmed praktiseerijad leidsid, et kõigest paar inimest nende grupis jäid ka pärast lõpetamist kogemusnõustaja töö juurde ning see ilmestab hästi ka probleemi, et paljud kogemusnõustajad ei leia pärast lõpetamist endale tööd.

Kõik praktiseerijad pidasid kõige suuremaks probleemiks, et õppe jooksul ei räägitud neile, mida teha pärast seda, kui õpe lõppeb. Üks praktiseerija ütles, et tema tegi endale ettevõtte ning müüb enda teenust ise, kuid paljudel, kellel pole ettevõtja kogemust valmistab töö leidmine raskusi. Nad leidsid, et enda turundamise moodul võiks tulevikus kindlasti juures olla.

Praktiseerijad olid nõus, et tegemist on õppega, mis keskendub paljudele erinevatele teemadele, kuid leiavad, et õpilane peab juba eelnevalt olema oma teema ekspert, väga haritud ning omama häid kontakte vastasel juhul võib tal väga raske olla tööd leida. Võib arvata, et paljud õpilased pole “patsiendist terapediks” protsessi läbinud. Goldman (2016) peab oluliseks, et õpilasel oleks kõik etapid läbitud, ilma milleta ei suudeta eristada enda kogemust abivajaja kogemusest ning sel juhul võib kogemusnõustaja, isegi, kui see on enda teadmata rohkem halba teha kui head.

Kogemusnõustaja töö

Praktiseerijate kirjeldused enda tööle peegeldavad Watsoni (2019) mehhanisme, millest kõige olulisemateks peeti armastuse tööd ja liminaarset ruumi. Üks praktiseerija pidas oluliseks, et nõustaja peab olema enda suhtes aus, kui ta tunneb, et kõik pole hästi siis ta ei saa oma tööd teha, enda heaolu säilitamine peab olema kogemusnõustaja töös kõrgel kohal.

Kogemusnõustaja tööd iseloomustab liminaalne ruum (Watson, 2019). Toodi välja, et kogemusnõustajal on enda töös just nagu silla funktsioon abivajaja ja teise spetsialisti vahel. Mõistetakse nii abivajate rolli kui ka seda, mida teised spetsialistid, kellel puudub kogemusteadmine ei mõista. Samuti mõistetakse, kuigi ollakse abivajaga võrdsemas positsioonis kui teised spetsialistid, siis ollakse siis suunavamal positsioonil. Kõik intervjuueeritavad tõid välja enda piiri tunnetamise olulisuse. Nad ei saa olla rohkemat, kui nende kogemus lubab, nad ei saa hakata nõustama ja õpetama, kuigi mõned tunnistasid, et on olukordi, kui seda sooviks.

Riikliku õppeprogrammi edasiarendused

Koolitajad tundsid suurt vajadust kogemusnõustaja kutse järele, selles nähti lahendust, mis aitab ühtlustada kogemusnõustajate taset ning see annaks ka klientidele kindluse, et nõustaja, kelle poole ta pöördub omab päriselt teadmisi ja oskusi, mis selles tööd vajalikud on. Leiti, et hetkel peavad kliendid tegema eeltööd, kui soovivad minna tunnustatud kogemusnõustaja juurde. Ka praktiseerijad tundsid kutse loomise vajadust ning leidsid, et praegusel hetkel on turul mitmeid kogemusnõustajaid, kes ei peaks seal olema.

Koolitajad leidsid ka, et praegusel vaimse tervise kriisi kontekstis saaks kogemusnõustajad olla toeks inimestele, kes vajaksid abi, kuid erialaarstide järjekorrad on liiga pikad. Fookuses peaks olema abivajajal ning vaimse tervise spetsialistid peaks andma endast kõik, et abivajajaid aidata. Üks praktiseeriija, kes töötas igapäevaselt haiglas praktiseeris kogemusnõustamisel õpitut enda igapäevatoos ning leidis, et neid põhimõtteid võiks ka tervishoiu kõrgkoolides õpetada, sest patsiendid vajavad personaalset lähenemist mitte ainult juhiseid, Seda kirjeldab ka patsiendiks terapeutiks kontseptsioon, kus fookus on patsienti mõistmisel, mida ka intervjuerijad tundsid, et võiks olla palju rohkem.

Kokkuvõte

Uurimistöö eesmärgiks oli anda ülevaade kogemusnõustajate koolitajate ja praktiseerijate vaatepunktidest koolituse kohta. Algselt andsin ülevaate kogemusnõustamise oluliste terminoloogia, mehhanismide, personaalse taastumise olulisusest ja kogemusnõustamise ülevaate üle Eestis. Kuna uurimistöö fookus oli vaatepunktidel viisin läbi kuus poolstruktureeritud intervjuud, millest kolm oli koolitajad, kellel olid üle 10 aasta kogemust kogemusnõustamise valdkonnas. Kolm praktiseerijat olid oma kogemusnõustamise karjääri alguses, kellel oli töökogemust pool aastat, kuni aasta.

Töös otsisin vastuseid järgmistele küsimustele:

Kuidas kirjeldavad koolitajad kogemusnõustamise õppe korralduse elemente?

Milline on praktiseerijate vaade kogemusnõustaja õppe kaudu klienditööks saadud ettevalmistuse kohta?

Milliseid edasiarendusi vajab kogemusnõustamise riiklik õppeprogramm ja koolitus valdkonnas praktiseerijate ning õpetajate vaatest?

Individuaalintervjuudes selgus, et nii kogemusnõustajad, kui ka koolitajad näevad vajadust kogemusnõustajate kutseks. Kuigi koolitajad tõdevad, et koolitusprogrammid on aja jooksul paremaks muutunud leiavad praktiseerijad, et hetkel on kõige suuremaks puuduseks, õpilaste teadmatus, kuidas pärast koolitust enda teenust müüa ning leiavad, et psühholoogilised alusteadmised ja nõustamispraktikad on äärmiselt vajalikud, mida nõustamistööd on vaja ning see vajab aega ja harjutamist.

Koolitajad ja praktiseerijad leidsid, et kogemusnõustamine on praeguses vaimse tervise kriisis väga oluline ning nad ei soovi konkureerida teiste spetsialistidega vaid on vahelüli kliendi ja teiste tervise spetsialistide vahel kuid nad võivad tihti kokku puutuda ka rollide vastuolulisusega.

Praegune uurimistöö tõi välja olulisi vaatenurki koolitajate ja praktiseerijate vaatepunktidest ning kuidas mõistavad ja mida peavad oluliseks ettevalmistuses kogemusnõustaja tööks.. Töö väärtuseks peab autentseid intervjuusid, kus osalejad avaldasid ausalt enda mõtteid koolitusprogrammi osas, see annab võrdlusmomendi, kuidas mõtestavad kogemusnõustamist praktiseerijad ja koolitajad.

Puudusena toon välja vähese kirjandusliku ülevaate. See võiks sisaldada rohkem ülevaateuuringuid. Samuti võiks tulevikus olla intervjuueeritavaid rohkem. Praeguse uuringu põhjal ei saa välja tuua kvalitatiivseid järeldusi, küll aga sobib see kvalitatiivseks uuringuks.

Summary

Keywords: peer support, personal healing, training of experience counselors, trainer of experience counselors, mechanisms of experience counseling.

The title of bachelor's thesis is "Preparation for the work of a peer support specialists from the point of view of practitioners and educators." The work of peer support specialists has changed over time - voluntary work has become a paid way of helping in treatment teams. In Estonia, several schools teach experiential counseling. Having completed the experience counseling course myself, my hope is to open a discussion between the graduates of the experience counseling course and trainers. Based on this, both trainers and practitioners answered the interview questions prepared by me, which included the selection of students, an overview of the training, an opinion about the training at the current moment and suggestions for the future.

The literature review describes the important aspects of experiential counseling to describe what makes experiential counseling the importance of experiential counseling and personal recovery. I also gave an overview of experiential counseling in Estonia and what the national curriculum of experiential counseling consists of.

My research questions are as follows:

How is experience counseling education organized at the moment?

How do practitioners evaluate their experience counseling preparation for the work of an experience counselor?

What are the further developments of the national curriculum from the point of view of educators and practitioners?

I conducted a qualitative study using a semi-structured interview. Within this framework, I interviewed three trainers of experienced counselors and three practitioners. The results shows that, in the trainers' opinion, a good experience advisor is someone who has sufficiently recovered from their life experience and is able to interpret their own experience. Trainers find that the training program has improved over time and will definitely continue to change over time. Practitioners agree that it is meaningful basic knowledge, they feel a lack of preparation for how they will sell their services in the future and consider that the training program could become more specific and meaningful. Looking to the future, both parties consider that experience counseling is a necessary service that other specialists cannot replace, because lived experience has great value.

Viidatud kirjandus

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84 (2), 191-215.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Ballesteros-Urpi, A., Slade, M., Manley, D., & Pardo-Hernandez, H. (2019). *Conceptual Framework for personal recovery in mental health among children and adolescents: A systematic review and Narrative synthesis protocol*. *BMJ Open*. https://bmjopen-bmj-com.translate.googleusercontent.com/content/9/8/e029300?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=et&_x_tr_hl=et&_x_tr_pto=wapp

Byrne, L., Happell, B., & Reid-Searl, K. (2017). Risky business: lived experience in mental health practice, nurses as potential allies. *International Journal of Mental Health Nursing*, 26, 3: 285-292,

Goldberg M, Hadas-Lidor N, Karnieli-Miller O. (2015) From patient to therapist: social work students coping with mental illness. *Qual Health Res*. (7):887-98. doi: 10.1177/1049732314553990. Epub 2014 Oct 6. PMID: 25288409.

Karbouniaris, S. (2023). Let's tango!: Integrating professionals' lived experience in the transformation of mental health services.

Kirk MR, Dawkins AD, Wei X, Ajumobi O, Lee LC, Oman R, Woodard S, Wagner KD. What makes a peer? Characteristics of certified peer recovery support specialists in an emergency department-based intervention. *7;18(12)*doi: 10.1371/journal.pone.0289920. PMID: 38060503; PMCID: PMC10703250

Kogemusnõustaja baaskoolitus-erialane täienduskoolitus. (2018). Kogemusnõustajate Koda. Kasutatud 15.04.2024, https://www.kogemuskoda.ee/wp-content/uploads/2019/07/%C3%95PPEKAVA_KINNITATUD_-2018_182-akh.pdf

Kogemusnõustajate koja põhikiri. (2017). Kogemusnõustajate Koda. Kasutatud 15.04.2024, <https://www.kogemuskoda.ee/wp-content/uploads/2018/12/P%C3%B5hikiri-Kogemus%C3%B5ustajate-Koda-5.09.2017.pdf>

Kogemusnõustajate tööpõhimõtted ja eetikakoodeks. (2017b). Kogemusnõustajate Koda. Kasutatud 15.04.2024,

<https://www.kogemuskoda.ee/wp-content/uploads/2018/12/KogemusnC3%B5ustajate-t%C3%B6%C3%B6p%C3%B5him%C3%B5tted-ja-eetikakoodeks.pdf>

Kogemusnõustajate veebiregistri tingimused. (i.a). Kogemusnõustajate Koda. Kasutatud 20.04.2024, <https://www.kogemuskoda.ee/registri-tingimused/>

Kogemusnõustaja õpe. (i.a). Kogemusnõustajate Koda. Kasutatud 20.04.2024, <https://www.kogemuskoda.ee/kogemusnoustamise-ope/>

Kõre, M (2016) Kogemusnõustamise teenuse korraldus Eestis. Tartu Ülikool, Sotsiaaltöö ja sotsiaalpoliitika õppekava. Bakalaureusetöö.

Laherand, M.L. (2008). Kvalitatiivne uurimisviis. Tallinn: OÜ Infotrükk

Mead, S., Hilton, D., Curtis, L. (2001). Peer support: A theoretical perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), 134–141. doi:10.1037/h0095032

National Certified Peer Specialist (ncps) certification-- get certified!. Mental Health America. (n.d.). <https://mhanational.org/national-certified-peer-specialist-ncps-certification-get-certified>

National Certified Peer Specialist (ncps). Florida Certification Board. (2024). <https://flcertificationboard.org/certifications/national-certified-peer-specialist/>

Penas P, Uriarte JJ, Gorbeña S, Moreno-Calvete MC, Ridgway P, Iraurgi I. (2022) Psychometric Adequacy of Recovery Enhancing Environment (REE) Measure: CHIME Framework as a Theory Base for a Recovery Measure. *Front Psychiatry*.;11:595. doi: 10.3389/fpsy.2020.00595. PMID: 32714217; PMCID: PMC7344157.

Price, A. , de Bell, S. , Shaw, N. , Bethel, A. , Anderson, R. , Coon, J. T. (2022). What is the volume, diversity and nature of recent, robust evidence for the use of peer support in health and social care? An evidence and gap map. *Campbell Systematic Reviews*, 18, e1264. doi:10.1002/cl2.1264

Repper, J., Aldridge, B., Gilfoyle, S., Gillard, S., Perkins, R., Rennison, J. (2013). *Peer Support Workers: Theory and Practice*. Centre for Mental Health and Mental Health Network, NHS Confederation

Sotsiaalministeerium. (i.a). Kogemusnõustamise teenus- soovituslik juhend. Kasutatud 21.04.2024,

https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid_ja_tegevused/Sotsiaalhoolekanne/Muud_toetused_ja_teenused/kogemusno_ustamise_teenuse_juhis.pdf

Taastumist ja toimevõimekust Toetav Töö Vaimse Tervise Valdkonnas. Taastumist ja toimevõimekust toetav töö vaimse tervise valdkonnas | Tervise Arengu Instituut. (2020, February 19). <https://www.tai.ee/en/node/11703>

Tomberg, T. (2014). Kogemusnõustamine töös psüühiliste erivajadustega klientidega. Ülevaateuuring erialase kirjanduse põhjal. Tartu Ülikool, Sotsiaaltöö ja sotsiaalpoliitika õppekava. Bakalaureusetöö.

Vance Peavy, R. (2002). Sotsiodünaamiline nõustamine. Abiks praktikule. Tallinn.

Zaveri, A. (2023, September 6). Poolstruktureeritud Intervjuud kvalitatiivses uuringus. <https://mindthegraph.com/blog/et/poolstruktureeritud-intervjuud-kvalitatiivses-uurimuses/> Kasutatud:

Zaveri, A. (2023, September 6). *Sisuanalüüs vs. Teematiline analüüs: Lähemalt*. <https://mindthegraph.com/blog/et/sisu-analuus-vs-teemaline-analuus/> Kasutatud :

Watson, E. (2019). The mechanisms underpinning peer support: a literature review. *Journal of Mental Health*, 28(6), 677-688. doi:10.1080/09638237.2017.1417559

Weerman, A., Abma, T. (2019). Social work students learning to use their experiential knowledge of recovery. An existential and emancipatory perspective. *Social Work Education*, 38(4), 453-469.

World mental health report: Transforming mental health for all - executive summary. (2022). WHO. Kasutatud 25.04.2024: , <https://www.who.int/publications/i/item/9789240050860>

LISAD

Intervjuu küsimused koolitajatele

I. I.intervjuukava: koolitajatele

I teemaplokk: Intervjuus osaleja tegevus

- 1.1. Millises või millistes organisatsioonides te töotate kogemusnõustajate koolitajana?
- 1.2. Milline oli teie teekond kogemusnõustajate koolitajaks saamisel (haridus, täiendkoolitused, kogemused)?
- 1.3. Milliseid teemasid teie õpetate kogemusnõustajate koolitusprogrammi raames?
- 1.4. Millised on teie teised tööülesanded kogemusnõustajate koolitusprogrammis peale koolitamise (nt juhendamine, koolitusprogrammi arendamine vms) ?

II teemaplokk: Kogemusnõustajate ja koolitusprogrammi sisu ja koolituse korraldus

- 2.1. Milline on kogemusnõustajate koolitusprogrammi eesmärk teie vaatest (perspektiivist)?
(kommantaar: selgitage oma sõnadega)
- 2.2. Millistest osadest/ põhiteemadest/ ainetest koosneb kogemusnõustajate koolitusprogramm?,
(kommentaar: rääkige konkreetsest koolitusprogrammist, mille teie olete kohandanud riikliku õppekava alusel ja mille raames teie õpetate)?
- 2.3. Millised teemad ja õppeprogrammi osad on esmasel ehk hädavajalikul tulevastele kogemusnõustajatele?
- 2.4. Millised teemad ja õppeprogrammi osad kuuluvad konteksti ehk taustainfo juurde, mida õppija vajab tulevikus oma töös?
- 2.5. Millisel määral on õppeprogrammis koos õpet grupis ja mil määral individuaalset juhendamist/õpetamist?
- 2.6. Millised oskused kogemusnõustaja programmi läbides realselt saab / on omandanud?
- 2.7. Millised on koolitusprogrammi õpiväljundid?
- 2.8. Kuidas on korraldatud kogemusnõustajate praktika?
- 2.9. Kes praktikante juhendavad?

III teemaplokk: Kogemusnõustajaks õppija

- 3.1. Millistele nõuetele või tingimustele peab vastama inimene, kes pääseb kogemusnõustamise õppesse?

- 3.2. Kuidas on korraldatud kogemusnõustajate õppesse sisseastumise protsess?
- 3.3. Kuidas toimub inimeste valimine (otsuse tegemine), kes saab alustada kogemusnõustajaks õppimist? Sh, millele te õppija valimisel keskendute?
- 3.4. Kes teie kogemuse ja arvamuste põhjal ei sobi / ei ole valmis kogemusnõustajate õppes osalemiseks ?
- 3.5. Millised alusteadmised on vajalikud kogemusnõustamise õppeprogrammis õppijale?
- 3.6. Millised oskused, isiksuseomadused, võime, kompetentsid, kogemused on vajalikud, et inimene saaks hakkama kogemusnõustajaks õppimisega?

IV teemaplokk: Koolitaja kogemused

- 4.1 Millised oskused (õpioskused, suhtlusoskused jms) peaks kogemusnõustamise õpilasel olema õppima asudes?
- 4.2 Milline on optimaalne õppegrupi suurus teie kogemuse põhjal?
- 4.3 Millistele teemadele on teie kogemuse põhjal tõesti oluline õppetöös tähelepanu pöörata? Millised teema võiks teie arvates õppeprogrammi lisada?
- 4.4 Milline maht on auditoorsel harjutamisel praegu? Kui te mõtlete tuleviku peale, siis milline võiks auditoorse harjutamine maht olla?
- 4.5 Milline maht on kodustel töödel? Ja millised iseseisvad tööd aitavad õppijaid õppeprotsessis edasi?
- 4.6 Kirjeldage, milline on kogemusnõustamise õppe lõputöö.
- 4.7 Kirjeldage, kuidas kogemusnõustajate koolitajad mõistavad, mis on kogemusnõustamine, mis on kogemusteadmine?
- 4.8 Milliste oluliste kogemusnõustamise mõistete tähenduses on koolitajad ühel meelel ja milles jäädakse eriarvamustele?

VI teemaplokk : Ohud ja piirangud kogemusnõustaja töös

- 4.1 Kirjeldage, millist tuge vajab kogemusnõustaja omae töös kui ta alustab?
- 4.2 Kuidas saab kogemusnõustaja ennast hoida?
- 4.2 Millised on piirangud kogemusnõustajate töös?
- 4.3 Millised on kogemusnõustamise ohukohad?
- 4.4 Kui tihti toimuvad kovisioonigrupid?
- 4.5 Kuidas saab kogemusnõustaja vältida läbipõlemist?

V teemaplokk: kogemusnõustamise koolitusprogrammi ja koolituse edasiarendamine

- 5.1 Mida te olete mõelnud riiklikus õppekavas välja pakutud teemade kohta? Kas sellele Mahu kohtat? Õppe korralduse kohta?
- 5.2 Kuivõrd koolitusprogramm annab teadmisi kogemusteadmise valdkonna teaduslikest lähenemistest? Millised teadmised kogemusteadmise valdkonna kohta on Eestis hästi kättesaadavad? Millistest teadmistest tunnete puudust?Põhjendage

- 5.3 Milliseid teemasid lisaksite tulevikus koolitusprogrammi?
- 5.4 Millised oskusi sooviksite tulevikus koolitusprogrammi raames edasi arendada?
- 5.5 Mis parandaks teie arvates kogemusnõustajate kompetentse ja töö kvaliteeti Eestis?
- 5.6 Millisena sooviksite kogemusnõustaja rolli näha tulevikus (teiste spetsialistide kõrval) ?
- 5.7 On teil veel midagi olulist lisada kogemusnõustamise koolituse arendamise kohta?

Intervjuu küsimused praktiseerijatele

I teemaplokk: Kogemusnõustaja

- 1.1. Millal Sa lõpetasid kogemusnõustaja õppeprogrammi?
- 1.2. Millis(t)es organisatsioonides Sa töötadte kogemusnõustajana? Millise koormusega?
- 1.3. Millise sihtgrupiga Sa töötad? Kes Sinu juurde kõige sagedamini pöörduvad?
- 1.4. Millised on Sinu praegused tegevused kogemusnõustaja töös? Kirjelda oma tööd.
- 1.5. Kuidas Sa selgitad, mis on kogemusnõustamine ja kes on kogemusnõustaja, kui kliendid Sinu käest küsivad?
- 1.6. Kuidas Sa selgitad kolleegidele oma meeskonnas, mis on kogemusnõustamine ja kes on kogemusnõustaja?
- 1.7. Mille poolest on kogemusnõustaja töö ainulaadne ja teistsugune võrreldes teiste sotsiaaling tervishoiu valdkonna spetsialistide tööst?

II teemaplokk: Kogemusnõustamise õppeprogramm

- 2.1. Millised oskused Sa omandasid, mida kogemusnõustamise õppeprogrammi raames ?
- 2.2. Millised nendest oskustest on Sinu praeguses töös vajalikud? Millised ei ole eriti vajalikud?
- 2.3. Millised oskused Sa oled omandanud praktika käigus?
- 2.4. Millised oskused olid Sul varem olemas, mida läheb praegu kogemusnõustamise käigus vaja?
- 2.5. Millised oskused oled omandanud hiljem juurde täiendkoolituste käigus?
- 2.6. Milliste oskustest tunned puudust?
- 2.7. Millistest teadmistest tunned puudust?

III teemaplokk: Kogemusnõustamise õppeprogrammi edasiarendamine

- 3.1. Kuivõrd valmistab kogemusnõustamise õppeprogramm õppija ette selleks, mis kogemusnõustamise töös reaalselt ees ootab?
- 3.2. Mille kohta õppeprogramm annab piisavad teadmised? Milliseid teadmisi õppeprogramm ei anna?
- 3.3. Mil määral annab kogemusnõustamise õppeprogramm ülevaate teadustöödest ja teaduslikest lähenemistest?

- 3.4. Millised teemad tuleb teie arvates lisada kogemusnõustajate õppeprogrammi?
- 3.5. Milline on teie arvamus, kas koolitus valmistab teid piisavalt ette kogemusnõustaja tööks?

IV teemaplokk: Vajadused ja ettepanekud

- 4.1. Kuidas hindate kogemusnõustajate koolituste taset Eestis?
- 4.2. Milliseid teiste riikide kogumusnõustamise praktikaid Sa tead ja tunned (või oled kuulnud)? Millised teiste riikide ideed ja näited väärivad Eestis ka tähelepanu?
- 4.3. Millisena sooviksite näha kogumusnõustamist tulevikus?
- 4.4. Kuidas teie arvates tuleb kogumusnõustamise valdkonda Eestis edasi arendada?

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Anu Sulõnd

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose"ettevalmistus kogemusnõustaja tööks praktikute ja koolitajate vaatepunktist, mille juhendajaks on Dagmar Narusson, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Anu Sulõnd

27.05.2024