



**EMITA**

EESTI MOTIVEERIVA INTERVJUEERIMISE  
JA TREENINGU ASSOTSIATSIOON

Kinnitatud MTÜ EMITA  
juhatuse poolt  
24.08.2020.a.

## **Õppekava nimetus:** Motiveeriva intervjuerimise rakendaja väljaõpe

**Õppekava nimetus inglise keeles:** *Training for the practitioner of motivational interviewing*

**Õppekeel:** eesti

Teised vajalikud keeled: inglise keel

**Õppekava kestus:** 8-10 kuud

**Õppekava maht** 10 EAP-d (260 ak/h õppija tööd) jaguneb kolme alamoodulisse:

- Motiveeriva intervjuerimise alusmoodul (2 EAP)
- Motiveeriva intervjuerimise põhimoodul (6 EAP)
- Juhendatud motiveeriva intervjuerimise praktika moodul (2 EAP)

**Õppevormid:**

- kontaktõpe 60 ak/h (miniloengud, seminarid, praktikumid, supervisioonid)
- iseseisev töö e-õppe toel 200 ak/h (töö kirjandusega, kodutööd, praktika)

**Antav pädevus:** MI rakendaja

**Sihtgrupp:** Inimestega töötavad spetsialistid, kelle töö osaks on nõustamine

**Õppe alustamise tingimused**

- bakalaureuse või magistri kraad (tervise või sotsiaalvaldkonna erialadel)
- praktiseerimiskogemus ja -võimalus

**Õppekava eesmärk**

Kursuse läbinud isik suudab oskuslikult rakendada motiveerivat intervjuerimist (MI) oma igapäevases töös ja on loonud alused enda järjepidevaks arenguks MI praktiseerijana.

**Õpiväljundid**

Õppekava läbinu:

- orienteerub MI teorias ja terminoloogias ning analüüsib neist lähtuvalt oma tegevust;
- kasutab MI-d teadlikult ja eesmärgipäraselt;
- valib MI meetodina selleks sobilikeskohtades;
- analüüsib enda tegevust eri allikatest (ise, klient, kolleeg, superviisor, mentor, video, raamat jm) pärineva info ja tagasiside põhjal; mõistab MI protsesside olemust ning lähtub neist nõustamisprotsessi kujundamisel;
- väljendab töös kliendiga MI vaimsuse nelja printsiipi;
- tunneb vestluses ära muutusejutu ja samaksjäämisejutu, kujundab vastavalt olukorrale vestlust kliendi muutusejutu osakaalu suurendamiseks ja samaksjäämisejutu osakaalu vähendamiseks;
- rakendab järjepidevalt ja eesmärgipäraselt MI-le sobilikke suhtlemistehnikaid.



**EMITA**

EESTI MOTIVEERIVA INTERVJUEERIMISE  
JA TREENINGU ASSOTSIATSIOON

Kinnitatud MTÜ EMITA  
juhatuse poolt  
24.08.2020.a.

## **Teemad**

MI olemus ja kujunemislugu. MI kasutusvaldkonnad ja tõhusus. MI 4 protsessi. MI vaimsus. Suhtlemistehnikate kasutamine MI-s. Ambivalentsus ja suhte ebakõla ning nende ületamine. Muutusejutt ja selle kultiveerimine. Samaksjäämisejutt ja selle pehendamise. MI sidumine teiste nõustamismeetoditega.

## **Peamised õppemeetodid**

Miniloengud, grupiarutelud, rollimängud, tagasisidestatud oskuste harjutamine, juhtumianalüüsid, eneserefleksioon

## **Hindamismeetodid**

### **1. Test.**

### **2. Õpimapp**

#### ***2.1. Salvestatud näidisjuhtumi kirjalik analüüs.***

#### ***2.2. Õppija enda salvestatud töönaidised (2tk) koolitaja või superviisori tagasiside ja eneseanalüüsiga:***

#### ***2.3. Isiklikust klienditööst pärineva juhtumi analüüs***

#### ***2.4. Eneseanalüüs koos arenguplaaniga***

Kursus on läbitud, kui kõik hindamismeetodid on sooritatud vastavalt hindamiskriteeriumidele.

## **Hindamismeetodid ja –kriteeriumid:**

### **1. Test.**

#### **Hindmiskriteeriumid**

- i. Läbib baasteadmiste testi vähemasti 75% ulatuses õigete vastustega.

### **2. Õpimapp**

#### ***2.1. Salvestatud näidisjuhtumi kirjalik analüüs.***

#### **Hindamiskriteeriumid:**

- i. nimetab kõik protsessi osad ja kirjeldab, kuidas protsessi jälgimine nõustajategevuses avaldub;
- ii. seostab nõustaja ja kliendi tegevust (mõju);
- iii. kasutab terminoloogiat korrektselt ja kohaselt;
- iv. toob näiteid MI vaimsuse ilmnemisest intervjuus;
- v. toob näiteid MI võtetest, sh nõustaja lausungitest, mis kutsuvad esile muutuse- või samaksjäämisejuttu.

#### ***2.2. Õppija enda salvestatud töönaidised (2tk) koolitaja või superviisori tagasiside ja eneseanalüüsiga:***



**EMITA**

EESTI MOTIVEERIVA INTERVJUEERIMISE  
JA TREENINGU ASSOTSIATSIOON

Kinnitatud MTÜ EMITA  
juhatuse poolt  
24.08.2020.a.

**Hindamiskriteeriumid:**

i. Töönäidis 1. kord:

- nõustaja pöörab sageli tähelepanu kui klient muutuse kasuks räägib, kuid laseb mõned võimalused muutusejuttu kultiveerida mööda; nõustaja toetub kliendi samaksjäämisejutule, kuid proovib fookust ka samaksjäämisejutust eemale nihutada;
- nõustaja võtab kliendi panust arvesse, kuid teeb seda leigelt või ebakindlalt; nõustaja püüab aktiivselt kliendi vaatenurka mõista ja on selles mõõdukalt edukas;
- peegelduste ja küsimuste suhe on vähemalt 1:1, ülekaalus võivad olla lihtsad peegeldused;

ii. Töönäidis 2. kord:

- pöörab järjekindlalt tähelepanu, kui klient muutusest räägib ning pingutab, et julgustada klienti seda tegema; nõustaja väldib tavaliselt samaksjäämisejuttu rõhutamist;
- nõustaja teeb koostööd ja jagab võimu nii, et kliendi ideed avaldavad seansi käigule mõju moel, mil nad seda muidu ei teeks; nõustaja teeb aktiivseid ja kordavaid püüdlusi, et kliendi vaatenurka mõista. Näitab, et mõistab kliendi maailmavaadet õigesti, kuid piirdub enamasti kliendi poolt välja öelduga;
- peegelduste ja küsimuste suhe on vähemalt 2:1, lihtsaid ja keerulisi peegeldusi on vähemasti võrdselt;

iii. võrdleb mitut tagasisidet;

iv. toob näiteid oma tugevustest ning arengukohtadest;

v. sõnastab arenguvajadused ja tegevused nende elluviimiseks.

### **2.3. Isiklikust klienditööst pärineva juhtumi analüüs**

**Hindamiskriteeriumid:**

- i. kirjeldatud on MI rakendamist sobiliku kliendi ja sihtkäitumistega;
- ii. kirjeldab ja analüüsib üht klienditöö juhtumit lähtudes MI teooriast, kasutades selleks järjepidevalt ning kohaselt MI terminoloogiat oma praktika mõtestamisel;
- iii. kirjeldab MI-le sobilike suhtlemistehnikate (PAKKI) eesmärgipärast kasutamist;
- iv. analüüsist ilmneb MI eesmärgipärane ja protsessidest lähtuv kasutamine;
- v. toob näiteid MI vaimsuse rakendamisest, kliendi muutuse- ja samaksjäämisejutust ning vastavatest nõustaja MI-le kohastest sekkumistest.

### **2.4. Eneseanalüüs koos arenguplaaniga**

**Hindamiskriteeriumid:**

- i. toetub isikliku õppeprotsessi süsteemsele kirjeldusele;
- ii. kasutab korrektselt terminoloogiat ja protsesside kirjeldusi;
- iii. analüüsib õppeprotsessis (sh tagasisidest) õpitud;
- iv. lähtudes analüüsist nimetab enesearenguks kavandatud tegevusi, tuues välja vähemalt kolm.