



Eesti Tantsuhariduse Liit

## Motiveeriv suhtlemine igapäevase töövahendina

1. **Õppekava nimetus:** Motiveeriv suhtlemine igapäevase töövahendina: motiveeriva intervjuerimise põhioskuste õpe noortega töötajatele ja nende juhtidele
2. **Õppekavarühm:** tantsuõpetajad, noortega töötajad ja nende juhid
3. **Õppe alustamise tingimused:** Valmisolek uute oskuste praktiseerimiseks ja iseseisva töö teostamiseks. Muud tingimused puuduvad.
4. **Õpperühma suurus:** 15 inimest
5. **Õppetöö maht:** 3 päeva ehk 26 akadeemilist tundi (sh 21 akadeemilist tundi auditoorset ja 5 akadeemilist tundi iseseisvat tööd)
6. **Õpiväljundid:** koolituse läbinu
  - teab motiveeriva intervjuerimise (MI) kujunemislugu;
  - oskab kasutada MI põhitehnikaid;
  - mõistab MI vaimsuse põhiolemust;
  - mõistab ambivalentsuse olemust;
  - tunneb ära muutusejutu ja samaksjäämisejutu;
  - oskab muutusejuttu toetada;
  - mõistab MI põhiprotsesse ja oskab neid eraldiseisvana tehnikate abil toetada;
  - oskab anda infot MI-ga kooskõlalisel moel;
  - oskab eelnevalt ette valmistudes kasutada MI põhitehnikaid igapäevastes töösituatsioonides;
  - teab oma järgmisi samme MI praktiseerijana



Eesti Tantsuhariduse Liit

## 7. õppe sisu:

### **MI põhimõisted, tehnikad ja vaimsus, 7 akadeemilist tundi**

- MI olemus;
- MI kujunemislugu ja rakenduskohad;
- Ambivalentsuse mõiste;
- Muutusejuttu ja samaksjäämisejuttu põhimõisted;
- MI vaimsus;
- MI põhitehnikad.

### **Muutuse toetamine, MI protsessid, 7 akadeemilist tundi**

- MI 4 protsessi;
- Muutusejutt ja selle toetamine;
- Samaksjäämisejutt ja sellele vastamine;
- MI põhitehnikad, põhitehnikate harjutamine 4 protsessi ja MI vaimsuse kontekstis.

**Iseseisev kirjalik töö** enne kolmandat koolituspäeva: MI tehnikate ja vaimsuse harjutamine, praktilises intervjuus ja selle kirjalik analüüs koolitaja poolt esitatud juhendmaterjali alusel, 5 akadeemilist tundi



Eesti Tantsuhuvihariduse Liit

**Info edastamine; MI tehnikate ja protsesside integreerimine muutuse toetamiseks, 7 akadeemilist tundi**

- Iseseisva töö analüüs;
- Info andmine kooskõlas MI vaimsusega;
- MI tehnikate praktiseerimine juhendamisel.

**8. Õppekeskkonna kirjeldus:** Auditoorne töö toimub ruumis, kus on osalejate arv toole ringis. Ruumis on pabertahvel koos pabertahvlialusega ning piisavalt ruumi tööks paarides ja gruppides.

**9. Õppematerjalide loend:** Õppematerjalideks on koolitaja poolt jagatavad jaotmaterjalid ja auditoorses töös kasutatavad visualiseeritud paberslaidid, mida osalejad võivad vabal valikul endale pildistada.

**10. Soovituslik kirjandus:**

S. Rollnick, W. R. Miller, C. C. Butler (2011). Motiveeriv intervjuerimine tervishoius : kuidas aidata patsientidel käitumist muuta

<https://www.tartu.ee/sites/default/files/uploads/Sotsiaalabi-ja-tervishoid/voldikud/Motiveeriv%20intervjuerimine%20tervishoius.%20TAI%202011.pdf>

William R. Miller & Stephen Rollnick (2013). Motivational Interviewing: Preparing People for Change. The Guilford Press.



Eesti Tantsuhariduse Liit

**11. Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid:**

Tunnistus väljastatakse neile, kes on läbinud 75% auditoorsest tööst ja esitanud koolitajale õppekavas ettenähtud iseseisva töö kirjaliku analüüsi.

Teistele väljastatakse tõend, kus on näidatud läbitud auditoorse ja iseseisva töö maht.

**12. Koolitaja kvalifikatsiooni kirjeldus:** <http://www.emita.ee/anne-ouemaa/>