



HOLISTILISE REGRESSIOONI TERAPEUDI KUTSESTANDARD

Nimetus kutsetunnistusel: Holistilise regressiooni terapeut, tase 7

A-osa KUTSEKIRJELDUS

A.1. Töö kirjeldus

Kutsealal on kaks kutset:

Holistilise regressiooni terapeut, tase 6,

Holistilise regressiooni terapeut, tase 7.

Holistiline regressiooniteraapia on täiendmeditsiini valdkonda kuuluv meetod, mis tugineb holistilisele ehk terviklikule maailma- ja inimesekäsitlusele – inimese keha, mõtted, emotsioonid ja käitumine moodustavad ühtse terviku ja on pidevas omavahelises koosmõjus.

Tase 6 holistilise regressiooni terapeut abistab kliente, kelle terviseprobleemid on psühhosomaatilise iseloomuga. Koostöös kliendiga aitab ta leida kliendi terviseprobleemide ning psüühilise heaolu languse põhjused, viia läbi muutused mõtteviisis, elustiilis ja käitumises ning taastada tasakaaluseisund. Teiseks oluliseks töövaldkonnaks on kliendi psühhosomaatiliste probleemide ennetamine, tema kehalise ja psüühilise heaolu ning elukvaliteedi kasvu toetamine.

Teraapia aluseks on probleemide põhjuse ja tagajärje seoste uurimine ja selgitamine. Terapeut lähtub oma töös kliendi eesmärgist ja teraapia käigus selgunud teabest. Ta aitab kliendil leida ja teadvustada probleemide põhjuseks olevaid sisekonflikte ning neid lahendada käitumuslikul, emotsionaalsel, füüsilisel, mentaalsel ja suhete tasandil. Terapeut juhendab klienti teraapiaprotsessis saadud uue informatsiooni ellu integreerimisel ja terviklikkuse poole liikumisel. Terapeudi fookus on positiivsel, ta toetab klienti potentsiaali teadvustamisel ja julgustab kasutama oma ressursse.

Holistilise regressiooni terapeut lähtub teraapias põhimõttest, et klient on võrdne koostööpartner ning kliendi omavastutus on muutuste ja tervenemise aluseks. Iga klient on unikaalne ja terapeut valib antud kliendile sobiva lähenemise ja töövõtted.

Oma töös järgib holistilise regressiooni terapeut holistilise regressiooni terapeudi eetikakoodeksit. Ta omab meditsiinilaseid baastadmisi, kuid ei diagnoosi ega sekku arsti poolt määratud ravisse. Vajadusel soovitab ta kliendil pöörduda arsti või mõne teise eriala spetsialisti poole.

Tase 7 holistilise regressiooni terapeut on töötanud holistilise regressiooni terapeudina vähemalt 5 aastat. Lisaks terapeuditööle osaleb ta eriala arendamises, teeb teavitustööd, tutvustab oma töövaldkonda ja kujundab holistilise regressiooniteraapia mainet: peab loenguid ja koolitab, esineb avalikkuse ees, suhtleb teiste institutsioonidega, näiteks kutseliitudega. Tase 7 terapeut koolitab eriala spetsialiste, annab edasi teoreetilisi teadmisi ja õpetab praktilisi oskusi, juhendab ja nõustab kolleege ning töötab superviisorina. Ta kirjutab erialaseid artikleid, raamatuid ja/või teeb teaduslikku uurimistööd.

A.2 Tööosad

A.2.1 Kliendi seisundi hindamine ja andmete kogumine kliendi kohta

1. Kontakti loomine ja hoidmine.

2. Pöördumise põhjuste selgitamine ja info kogumine.
3. Info andmine holistilise regressiooniteraapia protsessi ja võimaluste kohta.
4. Kokkulepete sõlmimine.

A.2.2 Teraapia planeerimine

1. Kogutud info interpreteerimine.
2. Eesmärkide püstitamine koostöös kliendiga.

A.2.3 Holistilise regressiooniteraapia läbiviimine ja tulemuslikkuse hindamine

1. Holistilise rännaku läbiviimine.
2. Kliendi juhendamine rännakul.
3. Seoste loomine oleviku ja minevikusündmuste vahel, erinevate rännakuskeemide kombineerimine.
4. Teraapia fookuse hoidmine ning tehnikate valimine ja kombineerimine.
5. Märkmete tegemine ja kliendi motiveerimine iseseisvat tööd tegema ja muutusi ellu viima.
6. Kliendi abistamine teraapia käigus saadud informatsiooni mõtestamisel.
7. Kokkuvõtete tegemine ja teraapia tulemuslikkuse hindamine.

A.2.4 Vestluse läbiviimine holistilise regressiooniteraapia põhimõtete kohaselt

1. Vestluse eesmärgistamine ja vestluse fookuse hoidmine.
2. Sobivate vestlustehnikate valimine.
3. Empaatiat ja kliendi eripäraga arvestamine.

A.2.5 Eneserefleksioon ja oma erialase tegevuse hindamine

1. Oma tööprotsessi ja terapeudipraksise analüüs.
2. Klientide arengu analüüsimine kliendilugude alusel.

Valitavad tööosad

A.2.6 Eriala edendamine ja teavitustöö tegemine

1. Avalikkuse ees esinemine, koostöö meedia ning oluliste institutsioonidega (näiteks teised kutseliidud).
2. Osalemine eriala arendamises, raamatute ja artiklite kirjutamine, teadusliku uurimistöö tegemine.

A.2.7 Täiskasvanute täienduskoolituse läbiviimine

1. Koolituste ja loengute ettevalmistamine ja läbiviimine.
2. Erialse koolituse lõputööde juhendamine ja hindamine.
3. Õppijate nõustamine ja supervisioonide läbiviimine.

A.3 Töökeskkond ja töö eripära

Tase 7 holistilise regressiooni terapeut töötab terapeudina eraettevõtluses ja /või mujal liigitamata tervishoiualade valdkonnas (EMTAK kood 86909). Terapeudi tööaeg on paindlik. See jaguneb erinevate tegevuste vahel nagu töö klientidega, õppetöö ja/või supervisioonide läbiviimine, teavitustöö, esinemised, kirjutamine ja enesetäiendamine. Teraapia läbiviimiseks on vajalik privaatne spetsiaalse sisustusega tööruum, soovitatavalt helikindel. Tööruumis on toolid, laud, lamamisase ja lukustatav kapp, sest terapeut peab tagama oma töös kliendi andmete konfidentsiaalsuse. Terapeut on kursis ja kasutab kaasaegset õpikeskkonda ja tehnilisi õppevahendeid.

A.4 Töövahendid

Kirjutamisvahendid: kirjutamisalus, paber, kirjutusvahend ja/või salvestuskandja. Linad, tekid ja erinevas suuruses padjad. Koopiate tegemise vahendid.

A.5 Tööks vajalikud isikuomadused
Empaatiavõime, usaldusväärsus, diskreetsus, tolerantsus, analüüsivõime, loovus, paindlikkus, hea pingetaluvus, koostöövõime, eneseväljendusoskus, karisma ja organisatoorsed võimed.
A.6 Kutsealane ettevalmistus
Kõrgharidus (soovitavalt) magistri tasemel, tase 6 kutsetunnistus, vähemalt viie aasta pikkune töökogemus oma erialal ning erialane täiendkoolitus.
B-osa KOMPETENTSUSNÕUDED
B.1 Kutse struktuur
Holistilise regressiooni terapeut tase 7 kutse koosneb viiest kohustuslikust kompetentsist, kahest valitavast kompetentsist ja kutset läbivast kompetentsist. Selle kutse taotlemisel on nõutav kompetentside 1–5 tõendamine, läbiva kompetentsi 8 tõendamine ning vähemalt ühe valitava kompetentsi 6 või 7 tõendamine.
B.2 Kompetentsid
KOHUSTUSLIKUD KOMPETENSIID
1. Kliendi seisundi hindamine ja andmete kogumine kliendi elukäigu kohta
<p><u>Tegevusnäitajad:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Loob kontakti kliendiga ja hoiab kontakti kogu teraapiaprotsessi jooksul. 2. Selgitab välja pöördumise põhjuse; kogub infot kliendi elukäigu, perekonna, tervise ja varasemate probleemide kohta, kasutades holistilise regressiooniteraapia võtteid ja esmase intervjuu tehnikat; koostab kliendi elu- ja perekonnaloost genogrammi. 3. Tutvustab kliendile holistilise regressiooniteraapia tööprotsessi, tööpõhimõtteid ja võimalusi. 4. Sõlmib teraapiaprotsessi puudutavad vastastikused kokkulepped, selgitades kliendile omavastutuse ja koostöö põhimõtteid ning olulisust; informeerib klienti tema andmetega seotud toimingutest; järgib oma töös holistilise regressiooni terapeudi eetikakoodeksit. <p><u>Teadmised:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) suhtlemispsühholoogia; 2) holistilise regressiooniteraapia teooria; 3) süsteemse perekonnakäsitluse põhimõtted; 4) terapeudi kutse-eeskiri; 5) isikuandmete kaitse põhimõtted.
2. Teraapia planeerimine
<p><u>Tegevusnäitajad:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Interpreteerib ja üldistab intervjuu tulemusi, teadvustades põhjuse ja tagajärje seoseid; hindab holistilise regressiooniteraapia kui meetodi sobivust kliendi abistamiseks. 2. Suunab klienti kirjeldama soovitud muutust ning püstitab koostöös kliendiga realistlikud eesmärgid. <p><u>Teadmised:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) holistilise regressiooniteraapia teooria;
3. Holistilise regressiooniteraapia läbiviimine ja tulemuslikkuse hindamine

Tegevusnäitajad:

1. Viib läbi holistilise rännaku, kasutades holistilise rännaku alustamise ja lõpetamise võtteid ning kliendi energiasüsteemi tasakaalustamise võtteid.
2. Juhendab klienti rännakul kogema ja väljendama tundeid, teadvustama kehareaktsioone ja vajadusi; hindab oma tegevuse tulemuslikkust kliendi juhendamisel.
3. Aitab kliendil rännakul luua ühendusi ja leida seoseid olevikus kogetava ja minevikusündmuste vahel; valib ja kombineerib erinevaid rännakuskeeme; teiste tehnikate kasutamisel aitab kliendil luua ühendusi ja leida seoseid olevikus kogetava ja minevikusündmuste vahel.
4. Hindab läbi kogu teraapiaprotsessi eesmärkide poole liikumist, lähtudes teraapiaprotsessis toimunud ja kliendi tagasisidest; kombineerib vastavalt vajadusele holistilise regressiooniteraapia erinevaid tehnikaid.
5. Teeb rännaku juhtimise käigus märkmeid ja annab need kliendile iseseisvaks läbitöötamiseks; motiveerib klienti tegema kodutööd.
6. Aitab kliendil teraapia käigus saadud informatsiooni mõtestada, keskendudes tema võimalustele ja positiivsele potentsiaalile.
7. Teeb teraapiaprotsessis vahekokkuvõtteid ja lõppkokkuvõtte; hindab oma tegevust ja teraapia tulemuslikkust.

Teadmised:

- 1) holistilise regressiooniteraapia teoreetilised alused, toimemehhanismid, näidustused ja vastunäidustused;
- 2) metatervise alused ja terviseprobleemide psühhosomaatiline tekkemehhanism;
- 3) holistiline maailma- ja inimesekäsitus;
- 4) transpersonaalse psühholoogia alused;
- 5) positiivse psühholoogia põhimõtted;
- 6) minateadvuse areng;
- 7) arhetüüpide olemus ja avaldumise põhimõtted;
- 8) ülekanne ja vastuülekanne teraapiaprotsessis;
- 9) eneserefleksioon ja tagasiside põhimõtted.

4. Vestluse läbiviimine holistilise regressiooniteraapia põhimõtete kohaselt

Tegevusnäitajad:

1. Seab vestluse käigus eesmärgid ja hoiab vestluse fookust teraapia eesmärkidest lähtuvalt.
2. Kasutab sobivaid vestlustehnikaid teraapia eesmärkidest lähtuvalt.
3. Suhtleb kliendiga avatult ja empaatiliselt, arvestab kliendi eripäradega.

Teadmised:

- 1) terapeudi verbaalsete oskuste kasutamise põhimõtted;
- 2) verbaalsete tehnikate rakendamine holistilises regressiooniteraapias.

5. Eneserefleksioon ja oma erialase tegevuse hindamine

Tegevusnäitajad:

1. Analüüsib oma tööprotsessi, hinnates oma praksise mahtu, töö intensiivsust ning koormuse sobivust; töötab oma võimetele kohaselt, arvestab oma vajadustega, kandes hoolt nende täitmise eest ja vältides kliendi kahjustamist.
2. Hindab oma arengut terapeudina, kirjeldades oma tugevusi; toob välja oma arengupotentsiaali ja seab enesearengule eesmärgid.
3. Analüüsib kliendilugude põhjal klientide arengut, toob välja edusammud ja kirjeldab tegevusi, mis toetasid kliendi arengut ja seisundi muutuseid teraapias; kirjeldab terapeuditöös esinenud

väljakutseid ja analüüsib lahendusi.

4. Hoiab end kursis erinevate tervisekäsitlustega ja uute teadusuuringutega, mis toetavad teda erialases töös.

Teadmised:

- 1) Terapeudi eneserefleksioon.
- 2) Teadusuuringud meditsiini, psühholoogia ja teraapia valdkonnas.

VALITAVAD KOMPETENTSID

6. Eriala edendamine ja teavitustöö tegemine

Tegevusnäitajad:

1. Teeb erialast teavitus- ja arendustööd, esineb ja võtab sõna meedias, tutvustades holistilist regressiooniteraapiat avalikkusele läbi intervjuude, esinemiste, koolituste, töötubade või muu info jagamise; korraldab üritusi erialase teabe levitamiseks.
2. Kirjutab erialaseid artikleid ja raamatuid; teeb teaduslikku uurimistööd, viib läbi küsitlusi ja eksperimente.
3. Arendab koostööd oluliste institutsioonidega nagu teised kutseliidud, organisatsioonid ja riigiasutused.

Teadmised:

- 1) täiend- ja alternatiivmeditsiini valdkonda reguleeriv seadusandlus;
- 2) kutseüsteem, kutsestandardi koostamise põhimõtted.

7. Täiskasvanute täienduskoolituse läbiviimine

Tegevusnäitajad:

1. Valmistab ette ja viib läbi koolitusi ja loenguid;
2. Juhendab erialase koolituse lõputöid; hindab erialase koolituse lõputöid; osaleb hindajana kutseeksamil.
3. Nõustab erialases koolituses õppijaid, toetades neid nende isiklikus arengus, kirjeldab nende käitumise mõju, toetab emotsioonide väljendamist, aitab mõista seoseid isikliku arengu ja tööalase edenemise vahel.
4. Superviseerib õppijaid ja kolleege, toetades neid kutseoskuste arendamises; teeb vahet superviseerisuhtel ja terapeutilisel suhtel; annab superviseeritavale tööprotsessi ja selle tulemuste kohta tagasisidet, aitab mõista probleemide põhjuseid ja pakub lahendusi.

Teadmised:

- 1) grupiprotsessid ja grupidünaamika seaduspärasused;
- 2) superviisori töö eesmärgid, põhimõtted ja töövõtted;
- 3) õppetöö läbiviimiseks vajalikud programmid ja tehnilised vahendid.

KUTSET LÄBIV KOMPETENTS

8. Kutset läbiv kompetents

Tegevusnäitajad:

1. Arvestab kliendi individuaalseid iseärasusi, tema ealisi, soolisi, kultuurilisi, poliitilisi ja religioosseid erisusi ning nende mõju teraapiaprotsessile.
2. Suhtleb kliendikeskselt kogu teraapiaprotsessi vältel.
3. Oma tegevuses on suunatud kliendi intellektuaalse, emotsionaalse ja füüsilise tasakaalu

saavutamisele ja hoidmisele.

4. Dokumenteerib oma tegevuse, kasutades korrektset erialaterminoloogiat.
5. Lähtub oma töös konfidentsiaalsuse põhimõtetest ning garanteerib kirjalike märkmete ja digitaalsete andmete kaitstuse.
6. Lähtub oma töös kutse-eesitika nõuetest.
7. Järgib kutsega seonduvaid õigusakte.
8. Mõistab oma erialase kompetentsuse piire.
9. Arendab töölaseid teadmisi läbi pideva erialase enesetäienduse ja eneserefleksiooni.
10. Planeerib oma aega, töötab süsteemselt ja organiseeritult.
11. Valdab ühte võõrkeelt vähemalt tasemel B1, kasutab teraapiaklientidega töötamise keelt vähemalt tasemel C1.
12. Kasutab arvutit iseseisva kasutaja tasemel järgmistes valdkondades: infotöötlus, kommunikatsioon, sisuloome, ohutus ja probleemilahendus.
13. Vajadusel annab esmaabi.

Teadmised:

- 1) holistiline tervisekäsitlus;
- 2) klienditeeninduse põhimõtted;
- 3) terapeudi kutse-eesitika;
- 4) täiendmeditsiini valdkonda reguleerivad õigusaktid;
- 5) täiendmeditsiini erinevate valdkondade põhiseisukohad ja meetodid;
- 6) psühhoterapia erinevate suundade põhiseisukohad ja meetodid;
- 7) inimese anatoomia ja füsioloogia;
- 8) psühhopatoloogia;
- 9) üldpsühholoogia.

C-osa
ÜLDTEAVE JA LISAD

Kutsestandardi koostajad	Heili Laido, Holistika Instituut Kaja Sepp, perearst Marina Paula Eberth, Holistika Instituut Merike Hannust, Hinge Stúdio OÜ Siret Raid, Holistilise Regressiooniteraapia Selts
Kutsestandardi kinnitaja	TAM Kutsenõukogu
Kutsenõukogu otsuse number	K20-2
Kutsenõukogu otsuse kuupäev	17.06.2020
Kutsestandard kehtib kuni	16.06.2025
Kutsestandardi versiooni number	1
Viide Ametite Klassifikaatorile ISCO-08	2230 Täiendmeditsiini ja loodusravi tippspetsialistid
Kutsenimetus vene keeles	Холистический регрессионный терапевт
Kutsenimetus inglise keeles	Holistic regression therapist
Lisa 1 Keelte oskustasemete kirjeldused	
Lisa 2 Digipädevuste enesehindamiskaala	
Lisa 3 Holistilise regressiooni terapeudi eetikakoodeks	
Lisa 4 Täiend- ja alternatiivmeditsiini terapeudi eetikakoodeks	