



REFLEKSOLOOGI KUTSESTANDARD

Nimetus kutsetunnistusel: Refleksoloog, tase 7

A-osa KUTSEKIRJELDUS

A.1. Töö kirjeldus

Kutsealal on kaks kutset:
Refleksoloog, tase 6;
Refleksoloog, tase 7.

Refleksoloogia meetod põhineb avastusel, et organism peegeldab informatsiooni oma organite seisundeist keha pinnal asuvatesse kindlatesse tsoonidesse. Refleksoloogi töö seisneb käelise tegevuse kaudu nende tsoonide mõjutamises. Töö eesmärk on organismi eneseregulatsiooni funktsioonide tugevdamine, tasakaalustamine, tervisehäirete ennetamine ja tervisliku seisundi taastamine. Töö tulemusena käivitub organismi puhastumine jääkainetest, suureneb keha vastupanuvõime infektsioonidele, kasvab stressitaluvus ning taastub tervislik heaoluseisund.

Tase 6 refleksoloogi põhilised tööülesanded on töökoha ettevalmistamine, anamneesi võtmine, teraapia tegemine läbi tsoonide mõjutamise ja pidev patsiendi reaktsioonide jälgimine. Kuna iga patsient on erinev, siis valib refleksoloog iga kord ainulaadse, ainult antud patsiendile vastava ja sobiva käsitluste järjekorra ja töövõtted. Ta lähtub teraapias põhimõttest, et patsient on võrdne koostööpartner ning patsiendi omavastutus on muutuste ja tervenemise aluseks.

Tase 7 refleksoloog on töötanud kutset omava refleksoloogina vähemalt 5 aastat. Lisaks terapeuditööle osaleb ta eriala arendamises, teeb teavitustööd, tutvustab oma töövaldkonda ja kujundab refleksoloogia mainet. Ta tegeleb enesearendamisega, peab loenguid ja koolitab eriala spetsialiste, annab edasi teoreetilisi teadmisi ja õpetab praktilisi oskusi, juhendab ja nõustab kolleege. Ta kirjutab erialaseid artikleid ja raamatuid, teeb teaduslikku uurimistööd.

A.2. Tööosad

A.2.1 Patsiendilt anamneesi võtmine ja teraapia meetodite valimine

- 2.1.1. Patsiendi esmase seisundi hindamine.
- 2.1.2. Patsiendilt anamneesi võtmine.
- 2.1.3. Küsitlusest kokkuvõtete tegemine ja teraapia eesmärkide püstitamine.
- 2.1.4. Töö eesmärkide ja sisu selgitamine patsiendile või tema lähedastele.

A.2.2 Teraapia elluviimine, vahe- ja lõppkokkuvõtete tegemine ning dokumenteerimine

- 2.2.1. Artikulatsiooni ning teraapia läbiviimine vastavalt valitud meetoditele.
- 2.2.2. Patsiendi seisundi, tundlikkuse ja vastunäidustustega arvestamine.
- 2.2.3. Terviseprobleemi ülalhooldvate faktorite leidmine ja väljatoomine ning soovitude andmine nende kõrvaldamiseks.
- 2.2.4. Oma tegevuse dokumenteerimine.

A.2.3 Eneserefleksioon ja areng terapeudina

- 2.3.1. Oma tööprotsessi analüüsimine ja enesehindamine.
- 2.3.2. Edusammude ja väljakutsete kaardistamine.

<p>A.2.4 Eriala edendamine ja teavitustöö tegemine</p> <p>2.4.1 Osalemine eriala arendamises, tutvustades oma töövaldkonda ja kujundades refleksoloogia mainet.</p> <p>2.4.2 Erialaste raamatute ja artiklite kirjutamine; teadusliku uurimistöö tegemine.</p> <p>A.2.5 Täiskasvanute koolituste läbiviimine</p> <p>2.5.1 Koolituste ja loengute ettevalmistamine, läbiviimine ja tagasiside analüüs.</p> <p>2.5.2 Erialase koolituse lõputööde juhendamine ja retsenseerimine.</p> <p>2.5.3 Kolleegide nõustamine.</p>
<p>A.3 Töökeskkond ja töö eripära</p> <p>Refleksoloog töötab eraettevõtluses ja /või mujal liigitamata tervishoiuvalade valdkonnas (EMTAK kood 86909). Refleksoloogi tööks on vajalik privaatne spetsiaalse sisustusega tööruum, soovitatavalt helikindlate seinte ja uksega. Tööruumis peab olema võimalus valguse reguleerimiseks. Tööruumis on toolid, laud, lamamisase ning lukustatav kapp, sest terapeut peab tagama oma töös kliendi andmete konfidentsiaalsuse. Joogivesi peab olema kättesaadav ning tualeti kasutamise võimalus läheduses.</p> <p>Terapeudi tööaeg on paindlik, see jaguneb tööks patsientidega, iseseisvaks tööks ja enesetäiendamiseks. Töö on psühholoogiliselt pingeline ning toimub pidevalt muutuv keskkonnas, mis on tingitud klientide erinevatest probleemidest ja motivatsioonist.</p>
<p>A.4 Töövahendid</p> <p>Linad, tekid ja erinevas suuruses padjad; teraapiaalud. Eriala edendamiseks ja koolitustööks vajalikud vahendid.</p>
<p>A.5 Tööks vajalikud isikuomadused</p> <p>Refleksoloogil peab olema empaatiavõime, usaldusväärsus, diskreetsus, tolerantsus, analüüsivõime, loovus, paindlikkus, hea pingetaluvus ja koostöövõime.</p> <p>Ta peab oskama kasutada teadmisi abstraktsete ülesannete loovaks lahendamiseks nii omavahel seotud valdkondade piires kui ka valdkondade vaheliselt. Peab suutma langetada kompleksseid otsuseid ning töötama iseseisvalt vastutusrikastes ja ettearvamatutes olukordades.</p> <p>Tal peavad olema vajadus enesearenguks, eneseväljendusoskus, karisma ja organisatorivõimed.</p>
<p>A.6 Kutsealane ettevalmistus</p> <p>Kõrgharidus, soovitatavalt magistri tasemel.</p> <p>Tase 6 kutsetunnistus, vähemalt viie aasta pikkune töökogemus oma erialal ning erialane täiendkoolitus.</p>
<p style="text-align: center;">B-osa KOMPETENTSUSNÕUDED</p>
<p>B.1 Kutse struktuur</p> <p>Refleksoloog tase 7 kutse taotlemisel on vaja tõendada kompetentsid 1–6. Tase 7 kutse koosneb kolmest kohustuslikust kompetentsist (1-3), kahest valitavast kompetentsist (4-5, vali neist üks) ja kutset läbivast kompetentsist (6).</p>
<p>B.2 Kompetentsid</p> <p>Kohustuslikud kompetentsid</p>
<p>1. Patsiendilt anamneesi võtmine ja teraapia meetodite valimine</p> <p><u>Tegevusnäitajad:</u></p> <p>1.1. Hindab patsiendi esmast seisundit (nahk, juuksed, jume, lõhn, keel, nägu, käsi, hääl, kõne, kehaasend, silmavaade, temperament jt).</p> <p>1.2. Võtab patsiendilt anamneesi kasutades anamneesi võtmise tehnikaid.</p>

1.3. Teeb küsitluse tulemustest kokkuvõtte; püstatab terapeutilise töö eesmärgid; valib sobivad meetodid ja koostab teraapiaplaani, lähtudes saadud teabest.

1.4. Selgitab töö eesmärgid ja sisu patsiendile või tema lähedastele.

Teadmised:

- anamneesi võtmise tehnikad;
- teraapiaplaani koostamise põhimõtted.

2. Teraapia elluviimine, vahe- ja lõppkokkuvõtete tegemine ning dokumenteerimine

Tegevusnäitajad:

2.1. Teeb artikulatsiooni (kehapiirkondade tsoonide soojendus, lahtivõimlemine) ning teraapiat lähtudes patsiendi seisundist, kasutades vastavalt valitud meetodeile sobivaid tehnikaid; mõjutab erinevaid refleksoloogilisi terviksüsteeme (jalalaba, kand, säärel, käsi, kõrvalest, keha, nägu, pea), toimimistasandeid ja -punkte, elemente, elemendikanaleid ja -punkte, energiakeskusi ja polariteete.

2.2. Jälgib patsiendi reaktsioone ja tagasisidet teraapiale, hindab mõjutamise tulemusi ning analüüsib saadud teavet, lähtudes refleksoloogia põhimõtetest.

2.3. Teeb teraapia käigus pidevaid vahekokkuvõtteid ning vajaduse korral korrigeerib teraapia kulgu kombineerides refleksoloogia erinevaid meetodeid ja tehnikaid.

2.4. Leiab terviseprobleemi ülalhoidvad faktorid ning annab soovitusi ja juhendab patsienti tegelema oma tervise parandamisega ka kodustes tingimustes.

2.5. Dokumenteerib oma tegevuse (uuringu käik, tulemused, hinnangud, teraapiaplaan ja kokkuvõtted) kasutades korrektset erialaterminoloogiat.

Teadmised:

- erinevate refleksoloogiliste terviksüsteemide tundmine (jalalaba, säärel, kand, käsi, kõrvalest, keha, nägu, pea);
- erinevate refleksoloogiliste meetodite ja õpetuste (toimimispunktid ja -tasandid, energiakeskused, elemendiõpetus, polariteediõpetus) tundmine;
- erinevate refleksoloogiliste süsteemide, meetodite ja õpetuste käsitlustehnikad;
- terviklik inimesekäsitus.

3. Eneserefleksioon ja areng terapeudina

Tegevusnäitajad:

3.1. Analüüsib oma tööprotsessi, hinnates oma töö intensiivsust ning koormuse sobivust; töötab oma võimetele kohaselt ja hoolitseb oma tervise, vaimse ja füüsilise tasakaalu eest.

3.2. Kirjeldab teraapiatsüklite põhjal oma rolli ja vastutust terapeudina ning analüüsib oma teraapiaid, mõtteid ja tundeid.

3.3. Hindab oma arengut terapeudina, kirjeldades oma tugevusi, toob välja oma arengupotentsiaali ja seab enesearengule eesmärgid.

Teadmised:

- terapeudi eneserefleksioon.

Valitavad kompetentsid

4. Eriala edendamine ja teavitustöö tegemine

Tegevusnäitajad:

4.1. Omab nägemust erialast ja selle arengust, osaleb eriala arendamises refleksoloogia meetodit kirjeldades ja täiustades, osaleb meetodit arendavate töögruppide või komisjonide töös.

4.2. Tegeleb refleksoloogia kutse-arendustööga.

4.3. Kirjutab erialaseid artikleid ja raamatuid; teeb teaduslikku uurimistööd, viies läbi küsitlusi ja eksperimente.

Teadmised:

- täiend- ja alternatiivmeditsiini valdkonda reguleeriv seadusandlus;
- teadustöö tegemise oskused;
- TAM kutsesüsteem.

5. Täiskasvanute koolituse läbiviimine

Tegevusnäitajad:

- 5.1. Valmistab ette ja viib läbi erialaseid koolitusi ja loenguid.
- 5.2. Juhendab erialase koolituse lõputöid; retsenseerib lõputöid ja osaleb lõputööde hindamises.
- 5.3. Nõustab kolleege ja õppureid.

Teadmised:

- grupiprotsesside ja grupidünaamika seaduspärasused;
- esitlustehnika kasutamise oskus.

Kutset läbiv kompetents

6. 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. Lähtub oma töös konfidentsiaalsuse põhimõtetest ning tagab kirjalike märkmete ja digitaalsete andmete kaitstuse.
4. Valdab korrektset dokumendihaldust.
5. Lähtub oma töös kutse-eeetika nõuetest (Lisa 2).
6. Järgib kutsega seonduvaid õigusakte.
7. Mõistab oma erialase kompetentsuse piire.
8. Arendab tööalaseid teadmisi läbi pideva erialase enesetäienduse ja eneserefleksiooni.
9. Vajadusel annab esmaabi.
10. Kasutab ühte võõrkeelt vähemalt tasemel B1 (Lisa 3).

Teadmised:

- inimese anatoomia ja füsioloogia alused (Lisa 1);
- inimese haigusõpetuse / patoloogia alused (Lisa 1);
- ravimiõpetuse alused (Lisa 1);
- üldpsühholoogia alused (Lisa 1);
- kutsealaga seonduvad õigusaktid.

ÜLDTEAVE

Kutsestandardi koostajad	Ülo Liivamägi, MTÜ Eesti Refleksoloogid Heidi Jürgens, refleksoloog Henno Nurmsalu, Sternum Koolitus A n u Rootalu-Wachsmann, Täiend- ja Alternatiivmeditsiini Nõukoda
Kutsestandardi kinnitaja	TAM Kutsenõukogu
Kutsenõukogu otsuse number	TAM Kutsenõukogu protokoll K20-8
Kutsenõukogu otsuse kuupäev	25.11.20
Kutsestandard kehtib kuni	25.11.25
Viide Ametite Klassifikaatorile	2230 Täiendmeditsiini ja loodusravi tippspetsialistid

ISCO-08	
---------	--

Lisa 1 Refleksoloogi meditsiinalased teadmised

Lisa 2 Täiend- ja alternatiivmeditsiini terapeudi eetikakoodeks

Lisa 3 Keeleoskuste enesehindamise skaala

Lisa 1 Refleksoloogi meditsiinialased teadmised

Eesmärk on hinnata alusteadmisi meditsiinis:

1. inimese anatoomiast ja füsioloogiast;
2. haigusõpetusest / patoloogiast;
3. ravimiõpetusest;
4. üldpsühholoogiast.

1. Inimkeha anatoomia ja füsioloogia

- kudede ehitus ning funktsioonid;
- erinevate organsüsteemide ehitus ja funktsioonid:
 - katteelundkond e nahk,
 - tugi- ja liikumiselundkond e luud, liigesed ja lihased,
 - närvisüsteem, meeleelundid (silmad, kõrvad, nina, keel),
 - ringeelundkond e süda, vere- ja lümfiringe,
 - immuunsüsteem,
 - hingamiselundkond, seedeelundkond, kuse-suguelundkonnad,
 - sisesekretoorsed näärmed.

2. Inimese haigusõpetuse / patoloogia alused

- iga elundkonna puhul käsitletakse enam levinud haigusi / patoloogiaid.

3. Ravimiõpetuse alused

- käsitletakse erinevaid ravimirühmi: erinevad ravimigrupid, ravimivormid ja manustamisviisid, ravimite toime, oskus lugeda ravimite spetsialistidele suunatud infolehti.

4. Psühholoogia alused

- käsitletakse valdkondade olulisemaid esindajaid ja ideid/teooriaid: biheiviorism, kognitiiv-psühholoogia, psühho-analüütiline psühholoogia, humanistlik psühholoogia, suhtlemispsühholoogia, arengupsühholoogia, diferentsiaal-psühholoogia.

Lisa 2 Täiend- ja alternatiivmeditsiini terapeudi eetikakoodeks

I SISSEJUHATUS

- Me järgime oma tegevuses Eesti Vabariigi seadusandlust.
- Me kasutame käesolevas dokumendis paralleelselt mõisteid klient ja patsient (edaspidi klient/patsient), sest erinevatel täiend- ja alternatiivmeditsiini erialadel on ajalooliselt välja kujunenud erinev mõistete süsteem.

II ÜLDPÕHIMÕTTED

- Meie töö kõrgeim eesmärk on terve, harmooniline ja õnnelik inimene. Me peame esmatähtsaks kliendi/patsiendi heaolu ja tema arengut. Me vastutame oma terapeutilise tegevuse eest, austame kliendi/patsiendi vajadusi ja tema selgelt väljendatud ootusi.
- Me lähtume oma töös põhimõttest, et klient/patsient on terapeudile võrdne koostööpartner ning omab omavastutust.

III SUHTED KLIENDIGA/PATSIENDIGA

- Me anname kliendile/patsiendile tõest teavet oma pädevuse, väljaõppe ja eesmärkide kohta.
- Me rakendame ainult neid teraapiavõtteid, milles oleme saanud väljaõppe ning anname vaid sellist infot, mis on kooskõlas antud teraapiale kehtestatud nõuetega.
- Me lepime kliendiga/patsiendiga enne seansi kokku teraapia aja, koha, hinna ja maksmise korra ning peame sellest kinni.
- Meie tööruum ja selle sisustus vastavad teraapia eesmärkidele ning on puhtad ja korras. Me järgime isikliku hügieeni reegleid
- Me ei eelista ega tõrju klienti/patsienti tema soo, rassi, etnilise päritolu, kultuuri või seksuaalse orientatsiooni tõttu. Me austame kliendi/patsiendi usulisi tõekspidamisi ja ei püüa teda kallutada mingi usu või kombestiku poole.
- Me loome kliendiga/patsiendiga usaldusliku sideme ega peta seda usaldust. Me käsitleme kogu klienti/patsienti puudutavat infot konfidentsiaalselt ega avalda seda ilma tema nõusolekuta, välja arvatud Eesti Vabariigi seadusandlusega nõutud juhtudel.
- Me säilitame oma töös professionaalset distantsi. Me hoiame lahus professionaalsed ja isiklikud suhted ning ei kasuta klienti/patsienti ära mitte mingil moel.
- Me väldime kliendi/patsiendi sattumist sõltuvusse terapeutilisest suhtest, soodustame tema enda vastutust ja iseseisvust.
- Kui kliendi/patsiendi soovid ja meie põhimõtted on lepitamatus vastuolus, siis lõpetame terapeutilise suhte.
- Me ei tööta kliendiga/patsiendiga, kui meie võime praktiseerida on kahjustunud.

IV SUHTED KOLLEEGIDEGA

- Me suhtume oma õpetajatesse austuse ja tänuga.
- Me suhtume austuse ja lugupidamisega oma kolleegidesse. Me ei sekku kolleegi või arsti määratud raviskeemi, kui selleks puudub tungiv vajadus, mis lähtub kliendi/patsiendi tervisest.
- Me oleme teadlikud oma pädevusest, oskustest ja piiridest. Me saadame kliendi/patsiendi kolleegi või arsti juurde, soovitame teisi meetodeid, kui klient/patsient vajab abi, mida me ise ei ole võimelised pakkuma. Me jääme vastutavaks enda poolt kliendile/patsiendile antud soovitude osas ka siis, kui küsime teistelt tervishoiualade esindajatelt nõu.
- Märgates kolleegi ebakohast professionaalset tegutsemist, arutame seda esmalt tema endaga. Kui arutelul pole tulemusi, anname sellest erialaühingule kirjalikult teada.

V SUHTED AVALIKKUSEGA

- Me tutvustame oma tegevusvaldkonda ja teenuseid laiemale avalikkusele hea maitse piiridesse jäädes ja ühingu mainet hoides. Me väldime sensatsioone, ebatäpsust ja eksitavaid väiteid.
- Me osaleme vajadusel oma eriala kutseorganisatsiooni tegevuses, esindades seda väarikalt ja edendades oma eriala.

VI ISIKLIK ARENG JA ÕPPIMINE

- Me oleme teadlikud oma pädevusest, oskustest ja piiridest ning täiendame oma teadmisi ja oskusi järjepidevalt. Hoiame end kursis oma erialal ja ühiskonnas toimuvate arengutega.
- Me viime uurimusi läbi nii, et need ei häiri teraapiaprotsessi ning kaitsevad kliendi/patsiendi anonüümsust. Uurimus- ja teadustöös lähtume üldaktsepteeritavatest akadeemilistest juhistest ja eetikast.

Lisa 3 Keeleoskussüsteem

[Keeleoskuste enesehindamiskaala](#)