



# KI-SHIATSU TERAPEUDI KUTSESTANDARD

## Nimetus kutsetunnistusel: Ki-Shiatsu terapeut, tase 7

### A-osa KUTSE KIRJELDUS

#### A.1. Töö kirjeldus

Kutsealal on kolm kutset: Ki-shiatsu terapeut tase 5, tase 6, tase 7

**Ki-shiatsu** ehk meridiaanide shiatsu teraapiaga stimuleeritakse keha iseeneslikku paranemisvõimet, suurendatakse organismi enda elujõudu. Ki-shiatsu teraapia võimaldab leevendada **kroonilisi terviseprobleeme ja vaevuseid** ning tuvastada nende algpõhjuseid. Teiseks oluliseks töövaldkonnaks on erinevate terviseprobleemide ennetamine – ki-shiatsu on tõhus vahend organismi tasakaalu hoidmiseks, immuunsüsteemi tugevdamiseks ja haiguste profülaktikaks.

Ki-Shiatsu on aastasadadega välja arenenud Hiinas ja Jaapanis eksisteerinud raviviisidest ning toetub 20. sajandil jaapani arsti S.Masunaga koostatud ja kliiniliselt tõestatud teoreetilisele baasile. Ki-shiatsu vaatleb ja mõjutab inimest holistiliselt – ühendab endas idamaade filosoofia inimese psühholoogia ja füsioloogiaga. Teraapias tunnetab terapeut organismi seisundit ja energia liikumist käte abil ning töötleb kätega keha pinnal asuvaid meridiaane, et tagada neis energia vaba vool ja tasakaalustatus. Ki-shiatsu teraapia on vormilt rahulik, lihtne ja meditatiivne. Tema eripäradeks on ho-sha tehnika, Masunaga meridiaanide kaart ja kõhudiagnoos.

**Tase 5 ki-shiatsu terapeut** teeb ki-shiatsu tehnikate kaasabil kindlaks kehas asuvate organite, tsoonide ja meridiaanide energeetilise seisu - määrab ki-shiatsule iseloomuliku energeetilise diagnoosi ehk *sho*. Tuginedes ki-shiatsu teooriale võimaldab diagnoos leida ja teadvustada patsiendi probleemi algpõhjuseid, nendega seotud sisekonflikte, käitumuslikke, emotsionaalseid, füüsilisi, mentaalseid ja suhetega seotud aspekte.

Terapeut tunnetab kogukeha teraapiat läbi viies oma sõrmede abil kehas asuvaid energiatühimikke ja –ülepingekehti. Neid blokeeringud likvideerides ja energiat sobivalt suunates vabastab ta energia vaba voolu keha meridiaanides. See omakorda vabastab keha pingetest, mis segasid selle toimimist, taastumist ja isetervenemist. Teraapia käigus ki-shiatsu terapeut toniseerib nõrgenenud ja rahustab ülepinges olevate organite tööd, tasakaalustades ja elavdades nii kogu organismi toimimist. Terapeut annab patsiendile tagaside organismi seisundi ja probleemi oletatavate algpõhjuste kohta ja soovitused edasiseks.

Ki-shiatsu terapeut lähtub teraapias põhimõttest, et patsient on võrdne koostööpartner ning patsiendi omavastutus ja osalemine tervenemisprotsessis on muutuste ja tervenemise aluseks. Iga patsient on unikaalne ja ki-shiatsu teraapia kvalifitseeritud teostaja valib igale patsiendile sobiva lähenemise ja töövõtted.

Oma töös järgib ki-shiatsu terapeut eetikakoodeksit. Terapeut ei määra meditsiinilist diagnoosi ega sekku arsti poolt määratud ravisse. Vajadusel soovitab ta patsiendil pöörduda arsti või mõne teise eriala spetsialisti poole.

**Tase 6 ki-shiatsu terapeut** omab vähemalt 1 aasta pikkust iseseisvat praktilist töökogemust sellel erialal. Ta valdab hästi ki-shiatsu diagnoosi interpreteerimiseks vajalikku põhjuse-tagajärje analüüsi, kohandab end oskuslikult patsiendiga ja loob temaga usaldusliku suhte, on paindlik ja loov. Tase 6 ki-shiatsu terapeut on omandanud vajalikud teadmised ja praktilise kogemuse paljude haiguste ja sümptomite ning nende põhjuste kohta, tema energiatunnetus on arenenum. Ta mõistab hästi energeetilisest diagnoosist tulenevaid psühholoogilisi, füsioloogilisi ja patsiendi eluviisist tulenevaid seoseid patsiendi probleemiga. Terapeut mõistab patsiendi olemust ja tema sisekonflikte ning oskab anda soovitusi muutuste elluviimiseks suhtumises, eluviisis ja suhetes. Tase 6 ki-shiatsu terapeut tunneb toitumise, liikumise ja ki-shiatsu venitusharjutustega seonduvaid erinevaid tervist toetavaid võimalusi. Ta jälgib patsiendi arengut ning annab soovitusi ja nõuandeid erinevate probleemide ennetamiseks.

**Tase 7 ki-shiatsu terapeut** on tase 6 ki-shiatsu terapeutina töötanud vähemalt 5 aastat. Lisaks terapeutitööle osaleb ta eriala arendamises, teeb teavitustööd, tutvustab oma töövaldkonda ja kujundab eriala mainet. Ta peab loenguid ja levitab teadmisi tervishoiust lähtudes oma erialast, esineb avalikkuse ees, suhtleb teiste institutsioonide, näiteks kutseliitudega. Tase 7 terapeut koolitab oma eriala spetsialiste, annab edasi teoreetilisi teadmisi ja õpetab praktilisi oskusi, juhendab ja nõustab kolleege. Ta kirjutab, tõlgib ja tutvustab erialaseid artikleid või raamatuid.

## **A.2. Tööosad**

### **A.2.1. Patsiendi seisundi hindamine, info kogumine ja kokkulepete sõlmimine**

1. Kontakti loomine ja hoidmine
2. Info kogumine patsiendi kohta vastavalt olukorrale ja vajadusele.
3. Patsiendi informeerimine ki-shiatsu teraapia tööprotsessist ja põhimõtetest.
4. Saadud esialgse info interpreteerimine ning otsuse tegemine ki-shiatsu teraapia teostamise kohta.
5. Teraapiaprotsessi puudutavate vastastikuste kokkulepete sõlmimine.

### **A.2.2. Teraapia planeerimine, elluviimine ning vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine**

1. Teraapia planeerimine ja tehnika valik.
2. Patsiendi seisundi esmane hindamine.
3. Kogukeha teraapia teostamine.
4. Vahekokkuvõtete ja lõppkokkuvõtte tegemine.

### **A.2.3. Tagasisidevestluse läbiviimine**

1. Sobivate vestlustehnikate valimine ja kasutamine teraapia eesmärkidest lähtuvalt, empaatia ja patsiendi eripäraga arvestamine.
2. Tagasiside küsimine läbiviidud teraapia kohta.
3. Teraapia käigus saadud info edastamine patsiendile.
4. Patsiendi terviseprobleemide põhjuse ja tagajärje vaheliste seoste määratlemine.
5. Koos patsiendiga tema isiku- ja iseloomuomaduste ning eluviisi seoste analüüsimine.
6. Nõu andmine muutuste läbiviimiseks patsiendi suhtumises ja eluviisis.
7. Ettepanekute tegemine teraapia edasise rakendamise ja patsiendi tervise järelvalve kohta.
8. Kokkuvõtte tegemine teraapiaprotsessist.
9. Patsiendi ärakuulamine, vestluse hoidmine fookuses ja ajaplaanis.

### **A.2.4 Eneserefleksioon ja areng terapeutina**

1. Oma tööprotsessi analüüsimine ja enesehindamine.
2. Edusammude ja väljakutsete kaardistamine.

### **A.2.5 Eriala edendamine ja teavitustöö tegemine**

1. Osalemine eriala ja töövaldkonna arendamises, tutvustamises ja mainekujundamises.

2. Erialaste raamatute tutvustamine või tõlkimine ning artiklite kirjutamine.
3. Avalikkuse ees esinemine, suhtlemine meedia ning oluliste institutsioonidega (näiteks teised erialaliidud).

#### **A.2.6 Erialastes koolitustes osalemine**

1. Erialase koolituse kutse- ja hindamisstandardi koostamises osalemine.
2. Koolituste või loengute ettevalmistamises ja läbiviimises osalemine.
2. Erialase koolituse kutsekomisjoni või hindamiskomisjoni töös osalemine.
3. Kolleegide nõustamine.

#### **A.3. Töökeskkond ja töö eripära**

Ki-Shiatsu terapeut töötab eraettevõtluses ja /või mujal liigitamata tervishoiualade valdkonnas (EMTAK kood 86909). Tööks on vajalik privaatne hubaselt sisustatud soe tööruum, kus on võimalus valguse reguleerimiseks. Teraapia sooritatakse läbi riiete põrandal asuval spetsiaalsel matil. Klientide jaoks, kes ei saa minna põrandale, on soovitatav omada tõstukiga teraapialauda. Vahetus läheduses peaks olema vesi joogiks ja kätepesuks ning tualeti kasutamise võimalus. Terapeudi tööaeg on paindlik ja jaguneb tööks patsientidega, iseseisvaks tööks ja enesetäiendamiseks. Töö on psühholoogiliselt pingeline ja toimub pidevalt muutuv keskkonnas, mis on tingitud patsientide erinevatest probleemidest ja motivatsioonist. Teraapia teostamine nõuab terapeudilt väga suurt oskust keskenduda ja hoida oma tähelepanu patsiendil.

#### **A.4. Töövahendid ja -õhkkond**

Põrandal asuv matt peaks olema kaetud riidega, patsiendi pea alla väike padi, katteks fliis. Ruumi hubasemaks muutmiseks kasutatakse erinevad vahendid: valgustus, muusika, küünlad, vaibad jms. Õhkkond peaks olema sõbralik ja pingevaba.

#### **A.5. Tööks vajalikud isikuomadused**

Ki-shiatsu teraapia teostajal peab olema väga hea sensoorne tunnetus, keskendumis-, tähelepanu- ja empaatiavõime, usaldusväärsus, tolerantsus ja diskreetsus.

#### **A.6. Kutsealane ettevalmistus**

Kõrgharidus ja erialane ettevalmistus. Baasteadmised inimese anatoomiast, füsioloogiast, esmaabist. Läbitud on erialane õpetaja poolt läbi viidud õpetajakoolituse praktika.

### **B-osa KOMPETENTSUSNÕUDED**

#### **B.1. Kutse struktuur**

Ki-Shiatsu terapeut tase 7 kutse taotlemisel on vaja tõendada kompetentsid 1–7.

#### **B.2. Kompetentsid**

#### **KOHUSTUSLIKUD KOMPETENTSID**

##### **B.2.1. Patsiendi seisundi hindamine, info kogumine ja kokkulepete sõlmimine**

Tegevusnäitajad:

- 1) Loob kontakti patsiendiga ja hoiab kontakti kogu teraapiaprotsessi jooksul.
- 2) Info kogumine patsiendi kohta vastavalt olukorrale ja vajadusele: pöördumise põhjus, probleemi

olemus, ootused jms. Suunab klienti kirjeldama soovitud muutust.

- 3) Interpreteerib ja üldistab intervjuu tulemusi, teadvustades põhjuse ja tagajärje võimalikke seoseid; hindab ki-shiatsu teraapia kui meetodi sobivust patsiendi abistamiseks.
- 4) Patsiendi informeerimine ki-shiatsu teraapia tööprotsessist ja põhimõtetest.
- 5) Sõlmib teraapiaprotsessi puudutavad vastastikused kokkulepped, püstitab koostöös patsiendiga realistlikud eesmärgid, selgitab patsiendile omavastutuse ja koostöö põhimõtteid ning olulisust; informeerib patsienti tema andmetega seotud toimingutest, järgib oma töös terapeudi eetikakoodeksit.

#### Teadmised:

- 1) ki-shiatsu (Masunaga koolkond) teooria vaatluse ja diagnoosimise kohta;
- 2) traditsioonilise hiina meditsiini teooria alused, 5-elementi teooria;
- 3) teadmised klienditeenindusega seotud seadustest ja vastutusest;
- 4) terapeudi kutse-eeskiri;
- 5) isikuandmete kaitse põhimõtted.

### **B.2.2. Teraapia planeerimine, elluviimine ning vahetööde ja lõppkokkuvõtte tegemine**

#### Tegevusnäitajad:

1. Planeerib teraapia ülesehituse ja valib lähenemismeetodid lähtudes patsiendist ja tema seisundist.
2. Teostab patsiendi seisundi esmase hindamise palpeerides tema kõhtu; määrab kõhudiagnoosi.
3. Teostab kogukeha teraapia lähtudes kõhudiagnoosist, meridiaanide ja organite energeetilisest tasemest, patsiendi üldisest seisundist ja palpeerimise käigus saadavast teabest.
4. On äärmiselt tähelepanelik patsiendi ja tema seisundi suhtes; jälgib patsiendi reaktsioone ning olekut ning analüüsib saadud teavet lähtudes ki-shiatsu teooriast;
5. Kannab hoolt, et patsient tunneks end mugavalt ja turvaliselt kogu seansi vältel.
6. Vestleb vajadusel patsiendiga teraapia ajal, patsienti rahustades ja märgates tema hoiakuid; vastab tekkinud küsimustele lähtudes ki-shiatsu teooriast.
7. Teeb vahetööde ning vajadusel korrigeerib teraapia kulgu: selle intensiivsust, ulatust, kestvust vmt; püsib ajagraafikus.
8. Hindab oma tegevust ja teraapia tulemuslikkust.

#### Teadmised:

- 1) ki-shiatsu teooria (Masunaga koolkond), Masunaga meridiaanide kaart, ho-sha tehnika, kõhudiagnoos, organite funktsioonid ja seotus inimese psühholoogia ja füsioloogiaga;
- 2) traditsioonilise hiina meditsiini teooria alused, 5-elementi teooria;
- 3) ki-shiatsu teraapia läbiviimise struktuur ja asendid.

### **B.2.3. Tagasisidevestluse läbiviimine**

#### Tegevusnäitajad:

1. Küsitleb patsienti tema enesetunde ja teraapia käigus kogetu kohta. Lähtuvalt teraapia eesmärgist valib selleks sobiva vestlustehnika, on empaatiline ja arvestab patsiendi eripäraga.
2. Annab patsiendile tagasidet tema organismi üldise seisundi, organite ja meridiaanide energeetilise taseme kohta; info edastamisel on delikaatne, arvestab patsiendi eripära ja reaktsioonidega; hindab teraapia tulemuslikkust patsiendi jaoks;
3. Selgitab patsiendile tema terviseprobleemide võimalikke põhjuseid, erinevate organite funktsioneerimise tasemeid; vajadusel selgitab organismi kui terviku toimimist ja sõltuvust inimese psüühikast ja füsioloogiast.
4. Arutleb koos patsiendiga tema isiku- ja iseloomuomaduste üle ning analüüsib patsiendi eluviisi seoseid organismi hetkeolukorraga.
5. Annab nõu muutuste läbiviimiseks patsiendi eluviisis ja suhetes; pakub välja toitumise, liikumise ja ki-shiatsu venitusharjutustega seonduvaid erinevaid toetavaid võimalusi.

6. Annab soovitused ki-shiatsu teraapia edasise kasutamise kohta, jälgib järjekindlalt patsiendi arengut, on toetavaks nõuandjaks;
7. Teeb teraapiaprotsessist lõppkokkuvõtte; dokumenteerib oma tegevuse, kasutades korrektset erialaterminoloogiat ja emakeelt.
8. Kuulab ära, mis patsiendil on öelda, kuid hoiab vestluse fookuses ning ajaplaanis.

Teadmised:

- 1) ki-shiatsu loogikad suhtlemisel patsiendiga;
- 2) traditsioonilise hiina meditsiini teooria alused, 5-elementi teooria;
- 3) ki-shiatsu venitusharjutused.

#### **B.2.4. Eneserefleksioon ja areng terapeudina.**

Tegevusnäitajad:

1. Analüüsib oma tööprotsessi, hinnates oma praksise mahtu, töö intensiivsust ning koormuse sobivust; töötab oma võimetele kohaselt ja hoolitseb oma tervise, vaimse ja füüsilise tasakaalu eest.
2. Kirjeldab teraapiatsüklite põhjal oma rolli ja vastutust terapeudina ning analüüsib oma mõtteid ja tundeid.
3. Hindab oma arengut terapeudina, kirjeldades oma tugevusi, toob välja oma arengupotentsiaali ja seab enesearengule eesmärgid.

Teadmised:

terapeudi eneserefleksioon

### **VALITAVAD KOMPETENTSID**

#### **B.2.5. Eriala edendamine ja teavitustöö tegemine**

Tegevusnäitajad:

1. Omab nägemust erialast ja selle arengust, osaleb eriala arendamises ki-shiatsu terapeudi tööd kirjeldades ja täiustades, osaleb meetodit arendavate töögruppide või komisjonide töös.
2. Kirjutab või tõlgib erialaseid artikleid, tõlgib ja tutvustab raamatuid.
3. Teeb erialast teavitustööd, esineb ja võtab sõna meedias, tutvustades ki-shiatsu teraapiat kui Jaapani traditsioonilist meditsiinilist võtet avalikkusele läbi intervjuude, esinemiste, koolituste, töötubade või muu info jagamise; korraldab üritusi erialase teabe levitamiseks.
4. Arendab koostööd oluliste institutsioonidega nagu teised kutseliidud, ettevõtted ja riigiasutused.

Teadmised:

- 1) täiend- ja alternatiivmeditsiini valdkonda reguleeriv seadusandlus;
- 2) erialase rahvusvahelise kogukonna ja kirjanduse tundmine;
- 3) esinemis- ja suhtlemisoskus; ürituste, koolituste ja esinemiste ettevalmistamise ja läbiviimise oskus;
- 4) võime ja oskus luua ning hoida sidemeid eriala arengu jaoks oluliste institutsioonidega.

#### **B.2.6. Täiskasvanute koolituse läbiviimine**

Tegevusnäitajad:

1. Osaleb eriala kutse- ja hindamisstandardi ning muude kutseandmisega seotud dokumentide koostamises.
2. Osaleb erialaste koolituste ettevalmistamisel ja läbiviimisel.
3. Osaleb eriala kutse- või hindmiskomisjoni töös.
4. Nõustab kolleege ja õppureid.

Teadmised:

1) kogemused ja teadmised oma erialal.

## KUTSET LÄBIV KOMPETENTS

### B.2.7. Ki-shiatsu terapeudi kutset läbiv kompetents

#### Tegevusnäitajad:

1. Arvestab patsiendi individuaalseid iseärasusi, tema ealisi, soolisi, kultuurilisi, poliitilisi ja religioosseid erisusi ning nende mõju teraapiaprotsessile.
2. Suhtleb patsiendikeskselt ja oskuslikult kogu teraapiaprotsessi vältel.
3. Oma tegevuses on suunatud patsiendi intellektuaalse, emotsionaalse ja füüsilise tasakaalu saavutamisele ja hoidmisele.
4. Dokumenteerib oma tegevuse, kasutades erialaterminoloogiat.
5. Lähtub oma töös konfidentsiaalsuse põhimõtetest ning tagab kirjalike märkmete ja digitaalsete andmete kaitstuse.
6. Lähtub oma töös kutse-eeetika nõuetest.
7. Järgib kutsega seonduvaid õigusakte.
8. Mõistab oma erialase kompetentsuse piire.
9. Arendab tööalaseid teadmisi läbi pideva erialase enesetäienduse ja eneserefleksiooni.
10. Planeerib oma aega, töötab süsteemselt ja organiseeritult.
11. Kasutab ühte võõrkeelt vähemalt tasemel B1, teraapiaklientidega töötamise keelt vähemalt tasemel C1.

#### Teadmised:

- 1) holistiline tervisekäsitlus;
- 2) inimese anatoomia, füsioloogia, haigusõpetuse alused;
- 3) täiend- ja alternatiivmeditsiini valdkonda reguleerivad õigusaktid;
- 4) terapeudi kutse-eeetika;
- 5) klienditeeninduse põhimõtted.

## C-osa ÜLDTEAVE

Kutsestandardi koostajad	Valdo Herzmann - Ki-Shiatsu Ühendus, koolitaja, ki-shiatsu terapeut Jaanika Monroc - Ki-Shiatsu Ühendus, ki-Shiatsu terapeut Merike Enniko-Väljaots – Ki-Shiatsu Ühendus, KNK arst, ki-shiatsu terapeut Piret Herzmann - perearst
Kutsestandardi kinnitaja	TAM Kutsenõukogu
Kutsenõukogu otsuse nr.	K20-8
Kutsenõukogu otsuse kuupäev	25.11.2020
Kutsestandard kehtib kuni	24.11.2025
Kutsestandardi versiooni number	1
Viide Ametite Klassifikaatorile ISCO-08	2230 Täiendmeditsiini ja loodusravi tippspetsialistid
Kutsenimetus inglise keeles	Ki-shiatsu therapist
Lisa 1 Keeleoskuste enesehindamise skaala	
Lisa 2 Täiend- ja alternatiivmeditsiini terapeudi eetikakoodeks	