**Juhtumianalüüsi koostamise juhend**

Kui soovid taotleda holistilise regressiooni terapeut tase 6 kutset, pead koos muude dokumentidega HRT kutsekomisjonile esitama tõendusmaterjali, mis annab ülevaate su pädevusest holistilise regressiooni terapeudina: kirjalik juhtumianalüüs ja ühe holistilise neliku salvestus.

Hindamine toimub esmalt juhtumianalüüsi ja teraapiaseansside salvestuste alusel, seejärel toimub intervjuu, mille käigus sa kohtud hindajatega, saad anda selgitusi ja vastata hindajate küsimustele.

Juhtumianalüüsis tuleb analüüsida ühe kliendi lugu, võttes aluseks tase 6 holistilise regressiooni terapeudi kutsestandardis kirjeldatud kompetentsid ja tegevusnäitajad ning hindamisstandardis kirjeldatud hindamiskriteeriumid.

* 1. **Nõuded esitatavale materjalile**
1. **Holistilise neliku helisalvestus**
Salvestatud on ühe kliendiga läbi viidud holistiline nelik (neljast kuni 3tunnilisest seansist koosnev holistilise regressiooniteraapia tsükkel), mis on:
2. toimunud mitte varem kui 2 aastat, arvestades juhtumianalüüsi esitamise tähtajast;
3. seansid on toimunud kahe nädala jooksul ja vähemalt osa seanssidest on toimunud järjestikustel päevadel. Võimalikud variandid:
* 4 seanssi on toimunud järjestikustel päevadel;
* 2 seanssi järjestikustel päevadel + 2 seanssi järjestikustel päevadel;
* 1 seanss eraldi +1 seanss eraldi + 2 seanssi järjestikustel päevadel;
* 2 seanssi järjestikustel päevadel + 1 seanss eraldi + 1 seanss eraldi;
* 3 seanssi järjestikustel päevadel +1 seanss eraldi;
* 1 seanss eraldi + 3 seanssi järjestikustel päevadel.
1. Neliku esimesel seansil on toimunud holistiline rännak ja järgmise kolme seansi jooksul on vähemalt kahes toimunud holistiline rännak. Holistilises nelikus võib teisel, kolmandal või neljandal seansil rännaku asemel olla kasutatud mõnda teist kliendi probleemi läbitöötamist abistavat tehnikat: lapitöö, toolitöö, vestlus, mõni harjutus koos vestlusega vmt.

Salvestus peab sisaldama kogu teraapiaprotsessi, selles on kõik kliendiga peetud vestlused algusest lõpuni ja kõik holistilised rännakud või muud kliendiga läbiviidud tehnikad täies mahus. Salvestus peab algama, kui klient siseneb seansiks kabinetti ja lõppema siis, kui klient seansi lõpul lahkub.

**Helisalvestus esitatakse** **mälupulgal või lisatakse juhtumianalüüsile veebiaadress, kust salvestust saab kuulata. Nõutav formaat on MP3.**

1. **Juhtumianalüüs**Salvestatud holistilise neliku alusel tuleb koostadakirjalik juhtumianalüüs, millel on kaks osa: **holistilise neliku analüüs** ning **esimese seansi ümberkirjutus** ja selle analüüs. Juhtumianalüüsi juures on veel üks oluline tegevus ja see on **enesehindamine**. Kui juhtumianalüüs on valmis kirjutatud, siis pead oma tööd ise hindama „Juhtumianalüüsi hindamislehel“ olevate kriteeriumite järgi.
2. **Holistilise neliku analüüs peab sisaldama kahte liiki infot:
1. teraapiaprotsessi kirjelduses** tuleb anda ülevaade toimunust: milline oli teraapia lähtepunkt, mis toimus kõigi nelja seansi jooksul ja milliste tulemustega nelik lõppes,

**2. teraapiaprotsessi analüüsis** tuleb lahata ja lahti mõtestada kõigi nelja seansi sisu ja analüüsida oma tegevust terapeudina.

Holistilise neliku analüüsis peab olema kajastatud järgnev informatsioon:

1. **Üldandmed seansside kohta:**
* kõigi seansside toimumise kuupäevad,
* kõigi seansside kogupikkused, tuues eraldi välja nii vestluse pikkuse kui ka holistilise rännaku pikkuse või muu teraapia käigus kasutatud holistilise regressiooniteraapia spetsiifilise tehnika (rännak, lapitöö, toolitöö, konstellatsioon, vestlus, joonistamine jm) läbiviimiseks kulunud aja. Igal seansil peab olema kokkuvõtlik pealkiri, mis peegeldab seansi sisu.
1. **Ülevaade informatsioonist, mille klient sai enne holistilise neliku algust:** lisa analüüsile e-kiri, mille oled kliendile enne teraapia algust saatnud või kirjuta kokkuvõte telefonivestluse ajal vahetatud infost.
2. **Üldandmed kliendi kohta**: vanus, mees või naine, teraapiasse pöördumise põhjus. Ülevaade kliendist: informatsioon kliendi seisundi, elukäigu, tervise, perekonna, varasemate emotsionaalsete ja/või psüühiliste probleemide kohta. Joonista genogramm ja lisa see oma tööle.
3. **Ülevaade neliku kõigi seansside jooksul toimunust.** Kirjeldada tuleb teraapiaprotsessi ja analüüsida oma tegevust, nii vestluse ajal toimunut kui holistilise rännaku või muu kasutatud tehnika ajal toimunut. Kirjeldust peab olema nii palju, et hindaja saaks ülevaate kogu teraapiaprotsessist.
Väga oluline on kirja panna **holistilise neliku eesmärk** konkreetses ja selges sõnastuses.

Esimese seansi puhul on vaja esile tuua, milline oli kliendi seisund, kui ta tuli, kuidas arenes kontakt, millest te rääkisite, millised kokkulepped temaga sõlmisid. Kuidas tutvustasid kliendile teraapiaprotsessi, millist infot andsid rännaku kohta.
Järgmiste seansside puhul kirjelda samuti teraapia käigus toimunut ja analüüsi oma tegevust. Kindlasti anna ülevaade iga seansi vestlusest, kuidas ja milliste tulemustega arutasite läbi kliendile antud kodutöö.

1. **Koosta ühe rännaku skeem.** Skeem tuleb koostada kas teises, kolmandas või neljandas seansis toimunud rännaku alusel. Rännaku skeemis peab olema kajastatud kogu rännaku kulg ülevaatlikul kujul. Rännak tuleb liigendada ja selle erinevad osad blokkidena välja tuua. Skeemis peab olema ära märgitud, millise sisendusega klient rännakule läks, milliseid emotsioone ta koges, kliendi kehareaktsioonid, tema uskumused ja otsused. Holistilise rännaku skeem võib olla joonistatud-kirjutatud käsitsi ja lisatud juhtumianalüüsile skaneeritult või fotona.
2. **Tee kokkuvõte holistilisest nelikust** ja hinda lõpptulemust, püstitatud eesmärkide saavutamist või mittesaavutamist. Anna kokkuvõtlik ülevaade eesmärgi poole liikumise teekonnast ja olulistest murdekohtadest ning mis selleni viis (tundega kontakti, vajaduse teadvustamine, enda haavatavuse vastuvõtmine, jne. Analüüsi oma tegevust terapeudina ja hinda selle tulemust. Too esile enda tugevad küljed ja arengusuunad.
3. **Esimese seansi ümberkirjutuse alusel** tuleb analüüsida vestlustehnikate kasutamise oskust ja esmase intervjuu läbiviimise oskust.
4. **Enesehindamine „Juhtumianalüüsi hindamislehel“ olevate kriteeriumite järgi**. Enesehindamine tähendab, et kutse taotleja teeb sama, mida hindaja – ta hindab oma tööd. Hindamislehe tabelis on 4 kompetentsi ja neile vastavad tegevusnäitajaid. Iga tegevusnäitaja kõrval olevasse veergu on punktide kaupa lahti kirjutatud tegevused, mida teeb terapeut, kes on antud kompetentsi omandanud. Need erinevate tegevuste lühikesed kirjeldused on **hindamiskriteeriumid**, mille alusel hindaja kutse taotleja kompetentsust hindab. Iga kompetentsi täitmist peegeldava hindamiskriteeriumi puhul tuleb juhtumianalüüsi tekstis leida koht, mida antud hindamiskriteerium kirjeldab. See võib olla tekstilõik neliku analüüsis, kus on kirjeldatud teraapia ajal tehtud tegevust, see võib olla ka repliik või repliigid esimese seansi ümberkirjutuses. Kui mõni hindamiskriteeriumis kirjeldatud tegevus jäi ära või polnud antud kliendi jaoks vajalik, peab juhtumianalüüsis olema tekstilõik, kus on põhjendatud, miks.
Kui hindamiskriteeriumit peegeldav tekstiosa või repliik on leitud, tuleb märkida tekstilõigu lõppu **kolmekohaline number**, mille esimene koht tähistab kompetentsi numbrit, teine koht tegevusnäitaja numbrit ja kolmas koht hindamiskriteeriumi numbrit.

**Juhtumianalüüs tuleb esitada elektrooniliselt kahes formaadis, DOC failina ja PDF-na.**

* 1. **Kuidas kirjutada juhtumianalüüsi: soovitused ja head nipid**

Loe käesolev juhend lõpuni, siis tead, milline info on sul kirjutamisel abiks.

* + 1. **Esimene etapp**

Kui oled otsustanud, millise kliendiga tehtud holistilise neliku sa aluseks võtad, otsi välja:

* vestluste ja rännakute käigus tehtud märkmed,
* holistilise neliku salvestus,
* Tabel „Juhtumianalüüsi hindamisleht“, mille alusel hindajad juhtumianalüüsi hindavad. Selles on lühidalt ja ülevaatlikult kirjas kõik tegevused, mida holistilise regressiooni terapeut peab tegema ja sealt on selgelt näha, mida hinnatakse esimese seansi ümberkirjutuse järgi, mida neliku analüüsi põhjal.

**Alusta B-osaga, so esimese seansi ümberkirjutusega.**
Kuula salvestust ja kirjuta kogu esimese seansi tekst, nii vestluse kui holistilise rännaku tekst, helikandjalt arvutisse. **NB!** Ka rännaku alguse lõõgastuse ja kliendi muutunud teadvusseisundisse viimise tekst on vaja üles kirjutada.

Tekst on ülevaatlikum ja vestlustehnikaid lihtsam määrata, kui kirjutad teksti kohe tabelisse, mille vorm on Lisas 7 Näidis: Esimese seansi salvestuse ümberkirjutus tabelina.Nummerda iga oma repliik alates esimesest lausest, mida sa ütlesid, kui kliendiga kohtusid, kuni viimase lauseni, mida ütlesid, kui klient lahkus.

Jupike tabelit on siin näidiseks:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Repliiginumber** | **Tehnika** | **Tekst** |
|  | JUH1 | T Ole hea, võta istet. |
| K Nii et võib platsi võtta. |
|  | SO1JUH2 | T Võib ikka. Nonii. Nüüd on siis see päev käes, mis me oleme kokku leppinud. |
| K  |

**Tee märkmeid!**
Samal ajal, kui salvestust kuulad ja tekstiks ümber kirjutad, tee märkmeid. Sul on neliku analüüsi lihtsam kirjutada, kui paned kohe kirja kõik mõtted seoses kliendi ja teraapiaprotsessiga. Salvestust kuulates võib meenuda ka see, mida mõtlesid kliendiga töötades, su enda kaalutlused olulistes kohtades: kas ma valin nüüd teha nii või naa. Pane need kohe kirja. Kui salvestust edasi kuulad, võivad need kõik need väärtuslikud infokillud meelest minna.

**Vestlustehnikate määramine.**

Esialgu on hea kogu salvestuse tekst kirja saada. Tehnikate määramise võid hilisemaks etapiks jätta, kui asud vestlustehnikate kasutamist analüüsima. Lihtsamate tehnikatega nagu näiteks soodustamine ja juhendamine, ongi lihtsam ja kui soovid, võid need kohe tabelisse kirja panna. Teksti kuulates ja kirjutades võid märgata ja ära märkida olulisi kohti, kus tõenäoliselt kasutad harvem esinevaid tehnikaid nagu interpretatsioon, tunnete peegeldamine või konfrontatsioon.

* + 1. **Teine etapp**

Asu kirjutama holistilise neliku analüüsi, milles on kahte liiki infot:

**1. teraapiaprotsessi kirjeldus** peab andma ülevaate toimunust: milline oli teraapia lähtepunkt, mis toimus kõigi nelja seansi jooksul ja milliste tulemustega nelik lõppes.

**2.** **teraapiaprotsessi analüüsis** tuleb lahata ja lahti mõtestada kõigi nelja seansi sisu ja analüüsida oma tegevust terapeudina.

 **Kuidas analüüsida oma tegevust terapeudina?**

Analüüsi oma mõtteid ja tundeid ning põhjenda, millest lähtuvalt valisid käsitletavad teemad ja teraapias kasutatud võtted.

Põhjenda olulisi otsuseid ja valikuid, mida terapeudina tegid. Kas tehtud valikud õigustasid ennast? Mis toimis hästi ja viis teraapiaprotsessi edasi? Mida oleksid võinud teha teistmoodi, rohkem või vähem? Too analüüsis välja nii oma õnnestumised ja tugevused, kui need kohad, kus näed arenguvõimalust.

* Kui mõni hindamiskriteerium on täitmata või täidetud põgusalt, siis põhjenda, miks.
* Kui mõni hindamiskriteerium on täitmata või täidetud põgusalt, siis kirjuta juurde näide, kuidas/millal oleksid võinud kompetentsi täita. Lisaks analüüsi iseenda seisundit teraapias ja selle seost täitmatajäänud kompetentsiga.

*Näiteks: Kui sa* ***ei ole*** *vestluses tutvustanud kliendile HRT protsessi ja võimalusi, siis kirjuta neliku analüüsi lõik, kus kirjeldad, kuidas kliendile seda rääkida.*

Esialgu on oluline kogu teraapiaprotsess, st kõigis neljas seansis toimunu, üles kirjutada. Kui sul kirjutamise käigus tekib mõtteid, mis analüüsi alla käivad, siis on mõistlik need muidugi kohe kirja panna.

Tööd on lihtsam kirjutada, kui kirjeldad seansside ajal toimunut **vaheldumisi** holistilise neliku analüüsiga. Selguse huvides on hea kasutada ülevaate jaoks üht kirjastiili ja analüüsis teist kirjastiili. Kui kasutad ka erinevaid värve, on need kaks osa veelgi selgemalt eraldatud.

Näiteks rännaku sisu kirjeldus on sinisega ja terapeudi kommentaarid mustaga:

*Poeg annab isale taskuräti, et isa saaks pärast nende kohtumist silmi kuivatada.*
See kink oli pisut humoorikas, aga võib-olla hoopis irooniline. Ehk oli selles kingis ka pisut kahjurõõmu – sina tegid mulle haiget, aga mina ütlesin sulle kõik otse näkku ja tegin sulle haiget. Nuta nüüd! Mulle tundus, et klient näitas sellega oma üleolekut: ta on üle isast, kes on talle palju valu teinud, kuid nüüd on klient otsustanud ohvrirollist välja astuda ja oma valust vabanemas.

 *Rännaku lõpuks ütleb klient isale: Vaatamata kõigele oli tore sind näha üle pika aja. Aitäh, et saime vestelda. Kliendi kehas on mõnus lõõgastus.*

See oli väga sisukas ja kliendile kasulik rännak. Klient ei lasknud kontrolli päriselt vabaks, aga tema väljendus tema endaga võrreldes, tema enda kontekstis vaadatuna, oli erakordselt otsekohene ja jõuline. Igatahes andis see kliendile tunde, et tal on vägi ja just seda vajas ta kõige rohkem. Suhete klaarimine on lõppenud ja karma tasakaalus, kui toimub andestamine. Praeguses faasis ei olnud andestamine veel võimalik ja see ei tohigi olla omaette eesmärk. Klient on väga arukas mees – kui ta omaenda väge elus kogeda saab, siis küllap ta andestab ka isale. Kui inimene on ohvriseisundist väljas ja tunnetab oma väge, siis on lihtsam andestada.

Selle etapi alguses on siiski kõige olulisem kogu protsess kirja saada nii nagu sa seda salvestuselt kuuled ja hetkel mäletad või märkmete alusel meenutada suudad. Analüüsi osa saad juurde kirjutada ka hiljem, kolmandas etapis.

* + 1. **Kolmas etapp**

Selles etapis toimub neliku analüüsi täiendamine ja enesehindamine hindamiskriteeriumite alusel.

Siin läheb vaja eespool mainitud „Juhtumianalüüsi hindamislehte“, kus on **hindamiskriteeriumite** all lühidalt ja ülevaatlikult kirjas kõik tegevused, mida holistilise regressiooni terapeut peab tegema. Samuti saad sealt vaadata, mida hinnatakse esimese seansi ümberkirjutuse järgi ja mida hinnatakse neliku analüüsi põhjal.

Võta neliku analüüs uuesti ette ja vaata ükshaaval läbi kõik allpool olevas pikas juhendis lahti kirjutatud kompetentsid, tegevusnäitajad ja hindamiskriteeriumid. Kui leiad, et mõne hindamiskriteeriumi all kirjutatu on su analüüsis puudu, siis täienda oma juhtumianalüüsi.

Kui mõni hindamiskriteerium jäi neliku käigus täitmata või sai täidetud puudulikult, siis põhjenda, miks. Kirjuta juurde näide, kuidas/millal oleksid võinud seda teha, mis tegemata jäi. Lisaks analüüsi iseenda seisundit teraapias ja selle seost täitmatajäänud kompetentsiga.

Samal ajal saad alustada ka enesehindamisega. Enesehindamine tähendab, et kirjutad neliku analüüsis vastava tekstilõigu või repliigi lõppu sulgudesse hindamiskriteeriumi kolmekohalise numbri, näiteks (1.1.2).

Näidis:

Number 1.1.2 tähendab kompetentsi nr 1 tegevusnäitajat nr 1 ja selle tegevusnäitaja hindamiskriteeriumit nr 2: *Vestleb kliendiga sobivas keeles ja kohandab oma sõnavara kliendi omaga.* Vaata kompetentse ja neile vastavaid tegevusnäitajaid. Iga tegevusnäitaja kõrval olevasse veergu on punktide kaupa lahti kirjutatud tegevused, mida teeb terapeut, kes on antud kompetentsi omandanud. Need kirjeldused on hindamiskriteeriumid, mille alusel kutse taotleja kompetentsust hinnatakse.

|  |
| --- |
| **Kompetents 1. Kliendi seisundi hindamine, info kogumine ja kokkulepete sõlmimine**  |
|
| **Tegevusnäitaja** | **Hindamiskriteeriumid** |
| **1.1** | **Loob kontakti kliendiga****ja hoiab kontakti kogu teraapiaprotsessi jooksul;** | 1. Arendab dialoogi kliendiga nii, et klient väljendab oma osalust selles sõnadega, näiteks: „Jah!“ „Mhmh!“, esitab küsimusi, avaldab enda kohta isiklikku infot, räägib endast meelsasti
 |
| 1. Vestleb kliendiga sobivas keeles ja kohandab oma sõnavara kliendi omaga.
 |
| 1. Kirjeldab terapeudi ja kliendi vahelise kontakti dünaamikat kõigi nelja seansi jooksul. Toob esile kontakti muutusi erinevate teemade käsitlemise juures. Kirjeldab võimalusi kontakti loomiseks/parandamiseks kui esineb raskusi.
 |

Esimene kompetents on: **1. Kliendi seisundi hindamine, info kogumine ja kokkulepete sõlmimine.**Selle kompetentsi esimene tegevusnäitaja on:
**1.1. Loob kontakti kliendiga ja hoiab kontakti kogu teraapiaprotsessi jooksul.**

Hindamiskriteeriume on siin 3:

1. Arendab dialoogi kliendiga nii, et klient väljendab oma osalust selles sõnadega, näiteks: „Jah!“ „Mhmh!“, esitab küsimusi, avaldab enda kohta isiklikku infot, räägib endast meelsasti.
2. Vestleb kliendiga sobivas keeles ja kohandab oma sõnavara kliendi omaga.
3. Kirjeldab terapeudi ja kliendi vahelise kontakti dünaamikat kõigi nelja seansi jooksul. Toob esile kontakti muutusi erinevate teemade käsitlemise juures. Kirjeldab võimalusi kontakti loomiseks/parandamiseks kui esineb raskusi.

**Sinu ülesandeks on nende kriteeriumide järgi ise oma tööd hinnata.**

Leia iga hindamiskriteeriumi puhul oma töös koht, kus oled teraapia ajal teinud seda, mida kriteerium nõuab või analüüsinud oma töös, miks see või too tegevus ära jäi või polnud kliendi jaoks vajalik. Kui oled kompetentsi oma töös leidnud, siis märgi vastava lõigu järgi kolmekohaline number, mille esimene koht tähistab kompetentsi numbrit, teine koht tegevusnäitaja numbrit ja kolmas koht hindamiskriteeriumi numbrit.

Näiteks tegevus 1.1.1. Arendab dialoogi kliendiga nii, et klient väljendab oma osalust selles sõnadega, näiteks: „Jah!“ „Mhmh!“, esitab küsimusi, avaldab enda kohta isiklikku infot, räägib endast meelsasti.

Leia „Esimese seansi ümberkirjutusest“ need kohad, mis tõendavad sinu ja kliendi vahelist kontakti. Need on kohad, kus klient on sinuga nõus ning kinnitab seda sõnaga „Jah“, ning kohad, mis näitavad, et ta usaldab sind. Kui oled õige koha leidnud, siis kirjuta sinna hindamiskriteeriumile viitav kolmekohaline number.

Näiteks tegevus 1.1.3 Kirjeldab terapeudi ja kliendi vahelise kontakti dünaamikat kõigi nelja seansi jooksul. Toob esile kontakti muutusi erinevate teemade käsitlemise juures. Kirjeldab võimalusi kontakti loomiseks/parandamiseks kui esineb raskusi.

Otsi oma juhtumianalüüsi tekstis üles kohad, kus oled kirjeldanud kontakti kliendiga ja selle muutusi kõigi nelja seansi käigus, millal ja miks läks kontakt paremaks ja millal tundus, et kontakt halvenes. Kirjelda viise, kuidas sinu arvates saab kontakti parandada. Iga leitud lõigu lõppu kirjuta vastav number. Antud näite puhul on see 1.1.3.

Kui sa mõne hindamiskriteeriumi puhul juhtumianalüüsist tõendusmaterjali ei leia, siis täienda oma tööd ja kirjuta juurde puuduvaid lõike.

Näiteks kui oled joonistanud genogrammi, märgi sinna juurde, et hindamiskriteeriumile 1.2.7. on tõendusmaterjal olemas.

Holistilise neliku analüüsis märgi vastav number selle lõigu lõppu, milles kirjeldad seda tegevust, mida kriteerium nõuab. Näiteks kui oled kirjeldanud neliku eesmärke, märgi juurde number (2.2.2.). Kui ühes lõigus on tõendusmaterjal ühele kompetentsile, siis märgi üks number (1.3.3.), kui üks lõik katab rohkem kui ühe kompetentsi, siis mitu numbrit (2.2.2 ; 2.2.3).

Näide:

Klient räägib: *Ma olen seotud mingi asjaga, mis kunagi juhtus minuga. Mingi paha ja raske asi. Midagi, kus ma olin naine ja nemad mehed. Nad olid pahad. Midagi halba, midagi õudset. Ma ei tea, mis see oli, aga see on olnud pikki aastaid minu sees.*

Terapeut: *Ole hea keskendu oma kehale. Sa ütlesid, et see on olnud pikki aastaid sinu sees. Üks koht su kehas annab praegu endast rohkem tunda kui ülejäänud keha. Mis koht see on?*

Klient: *Rinnakus. Nagu raske kivi.*

Terapeut: *Ma tean, et see võib olla ebamugav, aga mul on palve, et sa püüad praegu olla selle raskusega. See on nagu raske kivi su rinnakus. Mida see kivi teeb sinuga?*Klient: *Vajutab raskelt. Surub hingamise kinni.*

(3.3.1; 3.2.4)

**NB!** **Kompetentse saad märkida ka „Esimese seansi ümberkirjutusse“**. Näiteks kui oled esimese seansi vestluse ajal kliendile selgitanud, mis toimub holistilisel rännakul, siis pane sinna kirja: repliigid 299–310: (1.3.1.)

**Allolev juhend on sulle abiks, kui vajad hindamiskriteeriumide mõistmiseks detailsemaid selgitusi ja näiteid.**

**Kompetents 1: Kliendi seisundi hindamine, info kogumine ja kokkulepete sõlmimine.**

**Tegevusnäitaja 1.1 Loob kontakti kliendiga ja hoiab kontakti kogu teraapiaprotsessi jooksul.**

1.1.1 Märgi esimese seansi ümberkirjutuses hindamiskriteeriumi numbriga 1.1.1 ära koht/kohad (need repliigid), kus sa arendad dialoogi nii, et kliendil on mugav endast rääkida ja isiklikku infot avaldada.

1.1.2 Märgi esimese seansi ümberkirjutuses hindamiskriteeriumi numbriga 1.1.1 ära koht (repliigid), kus sa vestled kliendiga sobivas keeles ja kohandad oma sõnavara tema omaga.

1.1.3 Kirjelda neliku analüüsis **iga seansi** puhul, kuidas kontakt seansi jooksul muutus. Kirjelda kliendiga kontakti loomise protsessi: oma tegevusi kontakti loomise nimel, dialoogi arengut, oma enesetunnet kliendiga kontaktis olles ja tähelepanekuid muutustest kliendi hoiakus (kehakeel, eneseavamine jms). Too neliku analüüsis välja, kuidas kontakt neliku vältel muutus. Mis sinu käitumises aitas kaasa kontakti paranemisele ja mis võis tekitada raskusi? Mida oleks võinud teha teisiti? Too välja kliendi sõnakasutus, suhtlusstiil, olulisi emotsioone ja /või olulist informatsiooni edasi andvad väljendid. Hinda, kas ja kuidas sul õnnestus end kliendi suhtlusstiiliga kohandada? *Näiteks: … läksin õpetamisega liiga hoogu …, … rääkisin liiga palju teooriat, ei märganud ..., jäin hätta ..., selles olukorras tuli mul hästi välja ..., siin oli meil kontakt eriti hea jne.*

**Tegevusnäitaja 1.2 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.**

1.2.1 Too esile, millise probleemiga klient pöördus. Märgi numbriga 1.2.1 vastav koht esimese seansi ümberkirjutuses. Too neliku analüüsis välja, millise probleemiga klient teraapiasse pöördus ja mis on tema tellimus. Kuidas see probleem kliendi elus väljendub ja millist muutust ta soovib?

1.2.2 Kirjelda neliku analüüsis kliendi välimust ja olekut, tema energeetilist, emotsionaalset, intellektuaalset ja vaimset seisundit esimesel kohtumisel. Kas kliendi olekus oli midagi eriti meeldivat või eemaletõukavat? Mis oli erilist? Kuidas ta ennast presenteeris ja mida enda kohta rõhutas?

1.2.3 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus küsid asjakohast infot kliendi elukäigu kohta. Tee saadud infost kokkuvõte neliku analüüsis. Millised on tähtsamad perioodid ja sündmused kliendi elus: lapsepõlv, õpingud, abielud, kooselud, töökohad, olulised suhted, kolimised jne.

1.2.4 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus küsid küsimusi kliendi tervisliku seisundi kohta: traumad, haigused, nõrgad kohad kehas läbi elu ja tervise hetkeseis. Tee saadud infost kokkuvõte neliku analüüsis.

1.2.5 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus uurid kliendi emotsionaalseid probleeme või seisundeid. Tee saadud infost kokkuvõte neliku analüüsis. Kohad, kus julgustad klienti lisaks sündmuste kirjeldamisele rääkima oma kogemustest, tunnetest, toimetulekust nendes situatsioonides. *Näiteks: Mis sinu sees toimus, kui sa petmisest teada said?*

1.2.6 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus kogud asjakohast infot kliendi perekonna ja pereliikmete suhete kohta. Tee saadud infost kokkuvõte neliku analüüsis.

1.2.7 Koosta kliendi perekonnast nõuetekohane genogramm ja märgi ära pereliikmete kohta käiv oluline info.

**Tegevusnäitaja 1.3. Tutvustab kliendile holistilise regressiooniteraapia tööprotsessi, tööpõhimõtteid ja võimalusi.**

1.3.1Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus annad kliendile ülevaate holistilise regressiooniteraapia olemusest, tööprotsessist ja võimalustest. Kui seda osa su esimesel seansil ei ole, või see on väga põgus, kirjuta juurde neliku analüüsis, kuidas sa oleksid võinud teraapia tööprotsessi, -põhimõtteid ja võimalusi kirjeldada. Selgita, milliseid probleeme saab holistilise regressiooniteraapia abil uurida ja lahendada.

1.3.2. Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus annad kliendile asjakohast infot holistilise rännaku kohta. Vajadusel analüüsi oma tegevust neliku analüüsis ja kirjelda, millist infot oleksid võinud kliendile anda.

**Tegevusnäitaja 1.4. Sõlmib teraapiaprotsessi puudutavad vastastikused kokkulepped, selgitades kliendile omavastutuse ja koostöö põhimõtteid ning olulisust; informeerib klienti tema isikuandmetega seotud toimingutest; järgib oma töös holistilise regressiooni terapeudi eetikakoodeksit.**

1.4.1 Pane neliku analüüsi kirja, millist infot sa kliendile andsid enne holistilise neliku algust. Lisa juurde e-kiri, mille oled kliendile enne teraapia algust saatnud. Kui andsid kliendile infot teraapia aja, koha ja maksumuse kohta telefonivestluses, kirjuta kokkuvõte telefonivestluse ajal vahetatud infost. Vajadusel analüüsi/selgita oma tegevust neliku analüüsis.

1.4.2 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus selgitad vastastikuseid õigusi ja kohustusi ning sõlmitavaid kokkuleppeid. Vajadusel analüüsi/selgita/täienda oma tegevust neliku analüüsis.

1.4.2 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus edastad teavet isikuandmetega tehtavate toimingute kohta. Kui edastasid info kliendile saadetud e-kirjas, siis analüüsi/selgita oma tegevust neliku analüüsis.

1.4.4 Kirjelda neliku analüüsis oma terapeuditegevuse vastavust eetikakoodeksile. Olulisteks teemadeks on muuhulgas ka kokkulepitud ajast kinnipidamine, teraapiaruumi asukoht, rollikonfliktide märkamine ja nende vältimine.

**Kompetents 2. Teraapia planeerimine**

**Tegevusnäitaja 2.1. Interpreteerib ja üldistab intervjuu tulemustest, teadvustades põhjuse ja tagajärje seoseid; hindab holistilise regressiooniteraapia kui meetodi sobivust antud kliendi abistamiseks.**

Selle tegevusnäitaja puhul on vaja neliku analüüsis kirjeldada oma mõtteid seoses kliendilooga, leida seoseid erinevate väljaõppe käigus õpitud teooriatega, püstitada hüpoteese, interpreteerida kliendi probleemide olemust ja tuua välja oletatavad seosed põhjuste ja tagajärgede vahel.

2.1.1 Kirjelda neliku analüüsis seoseid kliendi perekonnaloo ja tema probleemide vahel: tee järeldusi kliendi peresuhetest (rollid, positsioonid, uskumused perekonnas), too välja vastuolud kliendi kirjeldustes oma perest, interpreteeri oma nägemust selle pere omavahelistest suhetest ja nende suhete mõjust kliendi kujunemisele. Püstita hüpotees, missugune võib olla saadud info seos kliendi praeguse probleemiga. *Näiteks: Klient kirjeldab, et peres olid lähedased suhted aga samas oli isa tihti purjus, ema kahe kohaga tööl ja süüa andis naabrinaine. Terapeudi hüpotees: Klient idealiseerib oma lapsepõlve mis võib anda alust arvata, et ta väldib kontakti oma kurbuse, üksinduse jm tunnetega. Klient kordab sama mustrit ka oma pereelus – tema liigsel alkoholi tarbimisel võib olla sama põhjus.*

2.1.2 Kirjelda kliendi terviseprobleeme, toetudes teooriale (metatervis, tšakrate süsteem ja/või muud õpitud teooriad). Too välja terviseprobleemide seoseid kliendi mõttemustrite, uskumuste ja emotsionaalsete probleemidega. *Näiteks: Kliendil on läbi elu olnud probleeme seedimisega. D. Shapiro järgi tekivad seedeprobleemid, kui me ei suuda oma tegelikkust enam välja kannatada, neelame pidevalt alla valusaid tundeid. Klient kurdab, et suhe emaga on muutunud väljakannatamatuks ja tunneb jõuetust, kuna ei suuda midagi muuta.*

2.1.3 Üldista neliku analüüsis esimese seansi intervjuu tulemusi, tee kogutud info alusel järeldusi minevikusündmuste ja olevikuseisundi seoste kohta. Too välja olulised faktid kliendi minevikust, mis sinu arvates on seotud kliendi praeguste probleemidega. Kirjelda, milliseid seoseid sa näed*.*

2.1.4 Hinda holistilise regressiooniteraapia sobivust antud kliendile ja enda kompetentsust tegelemaks konkreetse juhtumiga. Selgita, millistest asjaoludest lähtuvalt tegid otsuse selle kliendiga töötada, mida märkasid, milles kahtlesid või mida välistasid? *Näiteks: Kliendi depressioon on mõõdukas ja tema toimetulekumehhanismid on piisavad, et alustada holistilise regressiooni-teraapiaga.*

**Tegevusnäitaja 2.2 Suunab klienti kirjeldama soovitud muutust ning püstitab koos kliendiga realistlikud eesmärgid.**

2.2.1 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus suunad klienti soovitud muutust detailselt kirjeldama käitumuslikul, emotsionaalsel, füüsilisel, mentaalsel ja suhete tasandil. Kajasta saadud info neliku analüüsis. *Näiteks: Kliendil on esinemishirm ja tema soov on end esinedes tunda vabalt ja rahulikult. Terapeut: Kirjelda mulle, milline on see tuleviku sina, kes end esinedes vabalt ja rahulikult tunneb. Milline ta esinedes on, mida mõtleb, kuidas ta ennast tunneb? Milline on ta kehahoiak, kui ta publiku ees seisab, milline on tema suhe publikuga?(Repliik nr ….) Klient soovib end esinedes tunda enesekindla, lõdvestunu, rahulikuna, olla publikuga avatud ja usaldav, säilitada eneseusaldus ka siis, kui publiku reaktsioon on oodatust nõrgem.*

2.2.2 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja koht, kus sõnastate koos kliendiga holistilise neliku lõppeesmärgid. Neliku analüüsis on vaja kajastada eesmärki puudutav oluline info*. Näiteks: Kliendi probleemiks on domineeriv ema, kelle pidev sekkumine kliendi ellu tekitab jõuetust ja abitust. Palusin kliendil kirjeldada, kuidas ta sooviks ennast emaga suheldes tunda. Klient soovib olla julgem, rahulikum ja ennast kehtestavam. Sõnastame ühiselt eesmärgi: Emaga suheldes olen rahulik, väljendan oma seisukohti julgelt ja kindlalt, aktsepteerin ema reaktsioone ja teadvustan tema vastutust nende eest.*

Kui eesmärk jäi selgelt sõnastamata, siis põhjenda neliku analüüsis, miks seda ei tehtud ja mida oleksid saanud teha eesmärgi selgemaks/põhjalikumaks püstitamiseks. Kirjuta analüüsis, kuidas oleks võinud antud neliku eesmärgi sõnastada.

2.2.3 Hindaholistilise neliku eesmärgi realistlikkust antud kliendi puhul. Hinda kliendi tellimust: kas tema soov on täidetav? Kas see on ühtemoodi arusaadav nii sulle kui kliendile? Mida tegid selleks, et tekiks ühine arusaam teraapia eesmärgist?

#### Kompetents 3. Holistilise regressiooniteraapia läbiviimine ja tulemuslikkuse hindamine

 **Tegevusnäitaja 3.1 Viib läbi holistilise rännaku, kasutades holistilise rännaku alustamise ja lõpetamise võtteid ning kliendi energiasüsteemi tasakaalustamise võtteid.**

3.1.1 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja koht, kus juhendad klienti muutunud teadvusseisundisse viimisel, kasutad lõõgastavaid sisendusi, kujutluspilte, värve või muid asjakohaseid võtteid. Neliku analüüsis kirjelda lühidalt, milliseid võtteid kasutasid. Kas selle kliendi puhul tegid midagi teistmoodi kui tavaliselt? Miks?

3.1.2 Kirjelda neliku analüüsis kliendi energiasüsteemi esimese seansi ajal. Mida märkasid?

3.1.3 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja koht, kus kasutasid holistilise regressiooniteraapia spetsiifilisi tasakaalustamise võtteid: hingamine, neli elementi, keskendumine jalataldadele koos hingamisega, juur ja kiir, värv jmt.

3.1.4 Kirjelda neliku analüüsis, kuidas ja milliseid tasakaalustamise võtteid kasutasid teisel, kolmandal ja neljandal seansil ja/või põhjenda tasakaalustamise vajaduse puudumist.

3.1.5 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja koht, kus kasutasid holistilise rännaku alustamise võtteid: uks päikesepõimikus, südameruum, kõrgem mina/teejuht/abiline jne, lähtudes teraapiaprotsessist ja kliendi vajadustest.

3.1.6 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja koht, kus juhendad klienti muutunud teadvusseisundist väljumisel.

3.1.7 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja koht, kus peale rännakut küsid kliendilt tema enesetunde kohta ja aitad vajadusel seisundit parandada.

**Tegevusnäitaja 3.2 Juhendab klienti rännakul kogema ja väljendama tundeid, teadvustama kehareaktsioone ja vajadusi; hindab oma tegevuse tulemuslikkust kliendi juhendamisel.**

3.2.1 Märgi hindamiskriteeriumi numbriga esimese seansi ümberkirjutuses koht/kohad, kus suunad klienti kogema oma emotsioone.

3.2.2 Kirjelda neliku analüüsis emotsioone, mida klient blokeeris esimesel rännakul. Kirjelda ka seda, mida teed, et toetada ja julgustada kliendi emotsioonide väljendamist. Too välja konkreetsed emotsioonid, mida klient nimetas või kinnitas ja milliseid blokeeritud tundeid märkasid sina terapeudina. Vajadusel too välja oma arvamus/teadmine, missuguseid baastundeid klient esimesel rännakul blokeeris. *Näiteks: Sisemise lapse rollis olles ütles klient, et tunne on normaalne, hea, kuid kui ma kliendi keha ja näoilmet jälgisin, siis mulle tundus, et ta oli väga pinges ja hirmul.*

3.2.3 Kirjelda neliku analüüsis emotsioone, mida klient blokeeris teisel, kolmandal ja neljandal seansil.

3.2.4 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus juhendad klienti kehareaktsioonide teadvustamisel ja kirjeldamisel. Kui selleks oli vajadus, siis kuidas julgustasid/juhendasid klienti kehareaktsioonide väljendamisel kehalise tegevusega. Selle puudumisel põhjenda/analüüsi oma tegevust neliku analüüsis.

3.2.5 Kirjelda neliku analüüsis oma tegevusi teisel, kolmandal ja neljandal seansil, mis aitasid kliendil teadvustada ja kirjeldada oma kehareaktsioone ning neid kehalise tegevusega väljendada. Hinda oma tegevuse tulemuslikkust kliendi juhendamisel. Too välja hetked, kus see õnnestus. Kas märkasid salvestuse kuulamisel kohti, kus „magasid” kehareaktsiooni teadvustamise maha? Analüüsi, mida oleks võinud teha teisiti.

3.2.6 Too esimese seansi ümberkirjutuses välja kohad, kus juhendad klienti ja/või teisi rännaku tegelasi vajaduste teadvustamisel ja kirjeldamisel. Kui sa seda töös ei teinud, siis neliku analüüsis põhjenda ja too välja, kus ja kuidas oleksid saanud seda teha.

3.2.7 Kirjelda neliku analüüsis kliendi juhendamist tema ja/või teiste rännakutegelaste vajaduste teadvustamisel ja kirjeldamisel teise, kolmanda ja neljanda seansi rännakul. Kui seda mõnel seansil ei toimunud, siis põhjenda ja kirjelda, millal ja kuidas oleksid saanud seda teha.

3.2.8 Hinda oma tegevuse tulemuslikkust kliendi juhendamisel tema emotsioonide, kehareaktsioonide ja vajaduste teadvustamisel ja väljendamisel. Analüüsi, kas tegid seda igas ülaltoodud valdkonnas piisavalt. Missuguseid võtteid/tehnikaid kasutasid? Miks sa arvad, et see oli piisav/ebapiisav? Kui oli ebapiisav, siis too välja võimalused, kuidas oleksid saanud seda tulemuslikumalt teha.

**Tegevusnäitaja 3.3** **Aitab kliendil rännakul luua ühendusi ja leida seoseid olevikus kogetava ja minevikusündmuste vahel; valib ja kombineerib erinevaid rännakuskeeme; muu tehnika kasutamisel aitab luua ühendusi ja leida seoseid olevikus kogetava ja minevikusündmuste vahel.**

3.3.1 Too neliku analüüsis välja kohad, kus juhendad klienti looma ühendusi (sildu) olevikumomendi ja minevikusündmuste vahel: emotsioonist minevikuolukorda või kehatundest minevikuolukorda või uskumuse/mõtte kaudu minevikuolukorda vms. Selle puudumisel põhjenda/analüüsi oma tegevust. Too välja kohad, kus oleks emotsiooni, kehatunde, mõtte vms. kaudu saanud minevikuolukorda minna. Kirjelda, kuidas oleksid klienti juhendanud.

3.3.2 Seosta esimesel rännakul toimunu kliendi probleemi ja elukäiguga: too esile seoseid, kirjelda emotsionaalseid blokeeringuid, mõtte- ja käitumismustreid, uskumusi jmt. Märgi vastavad kohad töös. *Näiteks: Klient ei suutnud rännakul täiskasvanuna oma sisemise lapse eest seista, sest teda takistas uskumus „emale ei tohi vastu hakata“. See selgitab kliendi probleeme oma õiguste eest seismisega töökohal.*

3.3.3 Hinda esimese rännaku tulemuslikkust, lähtudes kliendi lõppeesmärgist. Kirjelda, kuidas aitas esimene rännak liikuda lõppeesmärgi poole?

3.3.4 Kirjelda neliku analüüsis teise, kolmanda ja neljanda seansi jooksul toimunud rännakuid ja põhjenda neis kasutatud skeeme. Muu tehnika kasutamise puhul põhjenda selle valikut.

3.3.5 Seosta teise, kolmanda ja neljanda seansi rännakutel toimunu (või muud tehnikat kasutades saadud info) kliendi probleemi ja elukäiguga: too esile seoseid, kirjelda emotsionaalseid blokeeringuid, mõtte- ja käitumismustreid, uskumusi jmt.

3.3.6 Hinda teise, kolmanda ja neljanda seansi rännaku või muu tehnika tulemuslikkust, lähtudes kliendi lõppeesmärgist. Kuidas aitasid rännakud liikuda eesmärgi poole? Kas tehtud valikud õigustasid ennast? Kui mitte, siis miks? Mida oleks võinud nendel seanssidel veel/teisiti teha?

3.3.7 Koosta teise, kolmanda või neljanda seansi rännaku põhjal skeem. Rännaku skeemis peab olema kajastatud kogu rännaku kulg ülevaatlikul kujul. Rännak tuleb liigendada ja selle erinevad osad blokkidena välja tuua. Skeemis peab olema ära märgitud, millise sisendusega klient rännakule läks, milliseid emotsioone ta koges, kliendi kehareaktsioonid, tema uskumused ja otsused. Holistilise rännaku skeem võib olla joonistatud-kirjutatud käsitsi ja lisatud juhtumianalüüsile skaneeritult või fotona.

**Tegevusnäitaja 3.4 Hindab läbi kogu teraapiaprotsessi eesmärkide poole liikumist, lähtudes teraapiaprotsessis toimunust ja kliendi tagasisidest; kombineerib vastavalt vajadusele holistilise regressiooniteraapia erinevaid tehnikaid.**

3.4.1 Kirjelda neliku analüüsis, kuidas esimesel seansil käsitletu ja seansside vahelisel ajal toimunu on seotud teraapia eesmärkidega. Too oma analüüsis välja, mida klient märkas enda juures seansside vahelisel ajal ja seosta see teraapia eesmärkidega. Too välja, milliseid muutusi sa ise kliendi juures märkasid.

3.4.2 Seosta teisel seansil käsitletu ja seansside vahelisel ajal toimunu teraapia eesmärkidega.

3.4.3 Seosta kolmandal seansil käsitletu ja seansside vahelisel ajal toimunu teraapia eesmärkidega.

3.4.4 Seosta neljandal seansil käsitletu ja seansside vahelisel ajal toimunu teraapia eesmärkidega.

3.4.5 Põhjenda kasutatud tehnikate (rännak, lapitöö, konstellatsioon, toolitöö, vestlus, joonistamine jm) valikut.

**Tegevusnäitaja 3.5 Teeb rännaku juhtimise käigus märkmeid ja annab need kliendile iseseisvaks läbitöötamiseks, motiveerib klienti tegema kodutööd.**

3.5.1 Märgi esimese seansi ümberkirjutuses hindamiskriteeriumi numbriga 3.5.1 ära kohad, kus annad kliendile rännakul tehtud märkmed. Kui kodutöö jäi andmata, siis põhjenda neliku analüüsis miks see jäi tegemata.

3.5.2 Märgi esimese seansi ümberkirjutuses ära koht, kus põhjendad kliendile arusaadavalt ja motiveerivalt rännaku märkmete alusel tehtava kodutöö tegemise vajadust. Kui kodutöö jäi andmata või selle vajalikkus põhjendamata, lisa neliku analüüsi lõik, kus kirjeldad, miks kodutöö tegemine on vajalik.

3.5.3 Kirjelda teise, kolmanda ja neljanda seansi lõpul kliendile antud kodutööd. Kui kodutöö jäi andmata, põhjenda, miks.

3.5.4 Kirjelda kliendi kodutööde tulemust ja analüüsi põhjusi, kui klient jättis kodutöö tegemata. Kas oleksid saanud klienti paremini motiveerida kodutööd tegema? Kuidas sa seda oleksid teinud?

3.5.5 Hinda kodutöö tegemise/tegemata jätmise mõju kogu teraapiaprotsessile.

**Tegevusnäitaja 3.6. Aitab kliendil teraapia käigus saadud informatsiooni mõtestada, keskendudes tema võimalustele ja positiivsele potentsiaalile.**

3.6.1 Kirjelda neliku analüüsis kohti, kus aitad kliendil teraapia käigus esile tulnud informatsiooni lahti mõtestada, lähtudes teraapia eesmärkidest. Vajadusel lisa, kuidas oleks võinud selle neliku rännakutel esile tulnud informatsiooni ja sümboleid lahti mõtestada.

3.6.2 Kirjelda neliku analüüsis, kus ja kuidas aitad kliendil märgata teraapia käigus toimunud muutusi ning keskenduda võimalustele, mitte takistusele. Vajadusel lisa, milliseid muutusi märkasid, aga ei sõnastanud. Kuidas, millises sõnastuses, oleks saanud neid kliendile väljendada?

3.6.3 Hinda oma tegevuse tulemuslikkust kliendi toetamisel rännakul saadud informatsiooni mõistmisel, sümbolite lahtimõtestamisel ja teraapia käigus toimunud muutustele tähelepanu juhtimisel. Tee kokkuvõte oma tegevusest, kus sul see õnnestus ja mida selleks tegid.
*Näiteks: Laiendasin rännaku tegelase kogemust. Me arutasime koos kliendiga, kuidas ta saaks oma probleemi lahendada sama edukalt nagu rännakus.*

3.6.4 Kirjelda neliku analüüsis kohta/kohti, kus selgitad kliendile probleemide ja läbielatud kannatuste positiivset, arengut soodustavat osa ning aitad kliendil teadvustada, mida ta tänu läbielatud raskustele on õppinud või endas arendanud. Selle puudumisel põhjenda/ analüüsi oma tegevust. Mida antud klient tänu läbielatud kannatustele sinu meelest on õppinud? Kuidas see on tema arengut soodustanud?

3.6.5 Kirjelda neliku analüüsis kohta/kohti, kus sa abistad klienti seni kasutamata potentsiaali teadvustamisel. Selle puudumisel põhjenda oma tegevust. Lisa, kuidas sa näed kliendi kasutamata potentsiaali nüüd.

**Tegevusnäitaja 3.7 Teeb teraapiaprotsessis vahekokkuvõtteid ja lõppkokkuvõtte; hindab oma tegevust ja teraapia tulemuslikkust.**

3.7.1 Kirjuta neliku analüüsis kokkuvõte esimese seansi tulemustest. Kokkuvõtlik lõik sellest, kas ja kuidas liikusite kliendi soovitud eesmärgi suunas. Too välja olulised episoodid/murdepunktid, mis sinu arvates viisid klienti eesmärgile lähemale. Missugune sinu tegevus kandis vilja?

3.7.2 Kirjuta kokkuvõte teise seansi tulemustest. Kokkuvõtlik lõik, kas ja kuidas liikusite kliendi soovitud eesmärgi suunas. Kui kaugele jõudsite käesoleva seansiga?

3.7.3 Kirjuta kokkuvõte kolmanda seansi tulemustest. Kokkuvõtlik lõik, kas ja kuidas liikusite kliendi soovitud eesmärgi suunas. Kui kaugele jõudsite käesoleva seansiga?

3.7.4 Kirjuta kokkuvõte neljanda seansi tulemustest. Kokkuvõtlik lõik, kas ja kuidas liikusite kliendi soovitud eesmärgi suunas. Kui kaugele jõudsite käesoleva seansiga?

3.7.5 Tee kokkuvõte holistilisest nelikust ja hinda lõpptulemust, püstitatud eesmärkide saavutamist või mittesaavutamist. Too välja muutused kliendi käitumises ja olekus seansside vältel. Kirjelda ja selgita, kaugele klient teraapia tulemusel jõudis püstitatud eesmärkide suhtes. Mida saavutati ja mida mitte? Kui eesmärki ei õnnestunud saavutada, siis analüüsi, miks ja too välja, mida oleksid saanud terapeudina teha rohkem/vähem, et klient oleks jõudnud eesmärkidele lähemale. Millised teemad jäid käsitluseta, mis oleks aidanud eesmärgil täituda?

3.7.6 Analüüsi oma tegevust terapeudina ja hinda selle tulemuslikkust, too esile õnnestumised ja kirjelda arenguvõimalusi. Siin too välja, mida tegid hästi, mis oli tulemuslik ja õnnestus, mis on Sinu tugevused terapeudina. Toojulgelt välja ka oma tegevuse nõrgemad ja arendamist vajavad kohad.

**Kui kõigil hindamiskriteeriumitel on su juhtumianalüüsis kate olemas, vaata veelkord üle, kas enesehindamine on lõpetatud. Käi kõik hindamiskriteeriumite numbrid uuesti läbi ja vaata, kas õiged numbrid seisavad õigete tekstilõikude taga.**

* + 1. **Neljas etapp**

Nüüd on aeg uuesti süveneda B-ossa **Esimese seansi ümberkirjutus ja selle analüüs**

Esimese seansi ümberkirjutuse järgi hinnatakse kutse taotleja oskust kasutada vestlustehnikaid, vt kompetents 4. Vestluse läbiviimine holistilise regressiooniteraapia põhimõtete kohaselt, tegevusnäitajad 4.1, 4.2 ja 4.3.

Märgi iga oma repliigi juurde lühendiga, millist tehnikat kasutasid. Kui kasutasid ühes repliigis erinevaid tehnikaid, siis kirjuta sinna ruutu mitu tähist. Tehnikad ja neid tähistavad lühendid on järgmised:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nr** | **Lühend** | **Tehnika** |
|  | JUH | Selgitamine, juhendamine, õpetamine |
|  | SO | Soodustamine (mhm, ahah, jah), ühe-kahe sõna kajana kordamine. |
|  | KÜA | Avatud küsimuste küsimine |
|  | KÜS | Suletud küsimuste küsimine |
|  | ÜS | Ümbersõnastamine |
|  | TPE | Tunnete peegeldamine |
|  | KONFR | Konfrontatsioon |
|  | INTRP | Interpreteerimine |
|  | JAG | Eneseavamine, jagamine kliendiga |
|  | KV | Kokkuvõtete tegemine |
| 11. | IGN | Ignoreerimine |

#### Kompetents 4. Vestluse läbiviimine holistilise regressiooniteraapia põhimõtete kohaselt

#### Tegevusnäitaja 4.1 Seab vestlusele eesmärgid ja hoiab vestluse fookust teraapia eesmärkidest lähtuvalt.

4.1.1 Hoiab vestluse fookust teraapia eesmärkidest lähtuvalt. Hinda, mil määral vestlus oli eesmärgipäraselt fookuses, kirjelda oma tegevust ja selle tulemusi. Kas on kohti kus sinul fookus kaob? Mida tegid, kui jutt kippus ebaolulisele minema?

**Tegevusnäitaja 4.2 Kasutab sobivaid vestlustehnikaid teraapia eesmärkidest lähtuvalt.**

4.1.2 Kasutab esmasel intervjuul oskuslikult vestlustehnikaid. Vaata „Vestlustehnikate hindamislehte“. Määra esimese seansi vestluse ümberkirjutuses ära erinevad vestlustehnikad. Vaata tabelit „Vestlustehnikad lühidalt“ allpool.

4.2.2 Analüüsib vestlustehnikate kasutamist esmasel intervjuul. Võta kokku, milliseid tehnikaid ja mil määral sa esimese seansi vestlusel kasutasid. Mida oli kõige rohkem? Miks? Milliseid tehnikaid oleks võinud selle asemel veel kasutada? Millised tehnikad leidsid vähe kasutust? Miks? Kui mõni tehnika jäi täiesti kasutamata, leia oma töös koht, kus seda tehnikat oleks saanud kasutada ja kirjuta näide, kuidas.

4.2.3 Kasutab holistilisel rännakul oskuslikult vestlustehnikaid.Vaata „Vestlustehnikate hindamislehte“. Määra esimese seansi rännaku ümberkirjutuses ära erinevad vestlustehnikad. Vaata tabelit „Vestlustehnikad lühidalt“ allpool.

4.2.4 Analüüsib vestlustehnikate kasutamist holistilisel rännakul.Võta kokku, milliseid tehnikaid ja mil määral sa esimese seansi rännakul kasutasid. Mida oli kõige rohkem? Miks? Millised tehnikad leidsid vähe kasutust? Miks? Kui mõni tehnika jäi täiesti kasutamata, leia oma töös koht, kus seda oleks saanud kasutada ja kirjuta näide, kuidas.

**Tegevusnäitaja 4.3 Suhtleb kliendiga avatult ja empaatiliselt, arvestab kliendi eripäradega.**

4.3.1 Aktsepteerib kliendi eripära (mõtteid, tundeid, seisukohti, väärtusi, iseärasusi, valikuid jne)Märgi oma esimese seansi ümberkirjutuses ära kohad, kus oled kliendi eripärades suhtes aktsepteeriv. Kirjelda neliku analüüsis, kuidas oli selle kliendiga töötada, millised olid tema eripärad, mõttemaailm. Kas sul oli lihtne teda ja tema seisukohti, valikuid, väärtusi mõista? Kirjelda oma tundeid ja mõtteid selle kliendiga töötades. Kui esines raskusi, too välja, mida sul oli raske selle kliendi juures aktsepteerida ja miks.

4.3.2 Toetab klienti, ole tema suhtes avatud, soe ja positiivne. Märgi esimese seansi ümberkirjutuses ära kohad, kus suhtled klienti toetavalt, soojalt ja positiivselt. Kirjelda neliku analüüsis oma tegevust, hoiakut, suhtumist. Vajadusel kirjelda, kuidas oleks saanud antud klienti paremini toetada.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nr** | **Tehnika** |  **Kirjeldus** |
|  | **JUH** **Juhendamine** | Juhendamine, selgitamine, õpetamine. Terapeut räägib kliendile, mida teha, annab infot, annab juhtnööre või selgitusi. Juhib klienti mõne harjutuse tegemisel (kujutlusharjutus, rollimäng), juhendab rännakul, annab koduülesandeid.*T: Kui sa jälle tajud endas seda üksindust, siis tuleta meelde seda uut uskumust: Ma olen väärt tuge ja lohutust.**Rännakul T: Pane oma käsi lingile ja lükka see uks lahti, ning astu üle läve.**T: Järgmiseks korraks palun sul selle üleskirjutuse oma käega ümber kirjutada ja otsida sellest loost ena jaoks tähenduslikke kohti ja seoseid.* |
|  | **SO Soodustamine** **ehk julgustamine**  | Lühirepliigid: *Jah., Mhmh, Ahah., Ah nii., Mõistan.* Mõne kliendi öeldud sõna kajana kordamine. Edendab arutelu, julgustab jätkama juttu samast mõttest või tundest. |
|  | **KÜA Avatud küsimus** | Algab sõnadega *Mis …*, *Milline … Kuidas …* janõuab pikemat vastust, sageli kirjeldavat vastust. Jätab kliendile laia valikuvõimaluse, puudub vihje soovitavale vastusele. Kasutatakse kliendi suunamisel eneseanalüüsile, toetab arutelu tekkimist*.*  |
|  | **KÜS** **Suletud küsimus** | Algab sõnaga *Kas* ja sellele saab vastata *ja* või *ei*. Kasutatakse infokogumisel, probleemi selgitamisel, ülijutuka kliendi ohjeldamisel. Suletud küsimusele saab vastata *jah* või *ei*.**NB!** Eesti keel võimaldab moodustada suletud küsimusi ilma küsisõnata „kas“. Näiteks: *Märkab ta sind?= Kas ta märkab sind?*  |
|  | **ÜS** **Ümber-sõnastamine**  | Kliendi poolt välja öeldud mõtete põhilise sisu kordamine. Kui terapeut peegeldab sisu nii nagu klient tegelikult mõtles, siis klient kas noogutab või annab sõnadega *jah, just nii* jmt märku, et ta nõustub. Tehnika võimaldab terapeudil kontrollida, kas ta on klienti õigesti mõistnud, edendab arutelu teket, annab vestlusele suuna ja järjepidevuse.*K: “Ma olen võimeline emale isegi**halvasti ütlema ja siis ta on solvunud. Ma tahaks tema elu korraldada.”**T: Ma saan aru, et sa tahad oma ema elu korraldada ja see ajab sind halvasti ütlema ning teda see solvab.”**K: Ma tahaks, et ma oleks.... ma tahaks, et ma oleks kohal täna, siin, praegu. Sellega, mis mul on, mitte ei nutaks taga seda, mida enam ei ole ja ei kujutaks ette seda, mida veel ei ole. T: Sa soovid, et Sa ei elaks minevikus ega tulevikus, vaid praeguses hetkes.* |
|  | **TPE** **Tunnete peegeldamine** | Kliendi jutu ümbersõnastamine ja sellele lisaks tema tundeseisundi kirjeldamine. See õhutab teda sügavamalt enda sisse vaatama ja end avama. Kui räägite mõnest tundest, mida klient on tundnud mingis varasemas olukorras ja sa kliendi juttu ümber sõnastad, siis see ei ole tunnete peegeldamine. TPE-ga on tegemist, kui terapeut peegeldab seda tunnet, mida K tunneb olevikuhetkes. T: *Sa rääkisid sellest, et ta ei hooli sinust ja ma näen, et see teeb sind kurvaks.* T: *Sa oled nagu pettunud, et Mari ei võtnud su õpetussõnu kuulda.  T: Tundub, et sa oled oma isa peale väga vihane.**T: Ma näen, et su silmad lähevad märjaks sellest rääkides.*T märkab rännakul kliendi tunnet: *Kui kurbus tahab tulla, siis luba tal tulla. Ma näen, et selle lapse olukord teeb sind kurvaks.”* |
|  | **KONFR Konfrontatsioon** | Aitab kliendil näha neid mõtteid ja käitumisviise, mis teevad talle kahju, õõnestavad tema eneseväärtustunnet, takistavad muutumist. See on vastuolude ja ebakõlade esiletoomine, mis esinevad kliendi hoiakutes, mõtetes, käitumises. R. Boltoni järgi on KONFR aluseks vastuolud: mõeldava ja öeldava vahel; tuntava ja öeldava vahel; öeldava ja tehtava vahel; sõnade ja kehakeele vahel; minapildi ja selle vahel kuidas teised (näiteks terapeut) teda näevad; elu, mida ta elab ja elu, mida ta endale soovib, vahel. KONFR on enamasti liitlause, see koosneb kahest lausest, mida ühendab „aga“ või „ja“ või esitatakse vormis: *Ühest küljest ütled/tunned/teed sa …. ja teisest küljest ütled/tunned/teed sa.* See on tehnika, mis aitab esitada väljakutset nii, et klient tunneb, et terapeut temast hoolib ja ei lähe kaitsesse. Kriitikat kliendi aadressil aitab vältida terapeudi hoiak „ma olen segaduses“, „aita mul mõista“. *K: Mul lihtsalt pole aega, et trenni teha ja mul pole raha, et spordiklubisse minna. Aga ma tõesti tahan kaalust maha võtta, et end paremini tunda.* **Halb konfr. T:** *Sa leiad igasuguseid vabandusi. Sa tead, mis on sulle hea, aga sa ei tee seda.* **Hea konfr. T:** *Hmmm … ühest küljest vaadates – sa tead, mis on sinu jaoks hea, aga teisest küljest – sa ikkagi ei taha seda teha. Mis tunnet see vastuolu sinus tekitab?* **Hea konfr. paneb kliendi enda peale mõtlema:** *T: Sa ütlesid, et sa ei saa rääkida inimestega, keda sa ei tunne, aga sa räägid minuga. Kuidas sa seda selgitad?**T: Ma olen segaduses. Sa ütlesid, et oled kurb ja samas ma näen, et sa naeratad. Milles on asi? Mida sa tunned tegelikult?* *T: Hmm... Ma ei saa aru. Sa ütlesid, et tahad veeta rohkem aega oma mehega, aga su teod näitavad, et see pole sinu jaoks oluline. Mis tunnet see vastuolu sinus tekitab?*  |
|  | **INTRP Interpretatsioon** | Terapeut annab uue tähenduse, selgituse või põhjenduse kliendi käitumisele, mõtetele või tunnetele. Tavaliselt on see terapeudi pikem sõnavõtt, kus ta annab infot, st selgitab mingit teoreetilist seisukohta või omaenda arusaamu või vaatlustulemusi. Võib põhineda terapeudi teoreetilistele teadmistele või ta enda vaatlustulemustele ja arusaamadele. Terapeut pakub kliendile aluse uueks vaatenurgaks (*reframing* = ümberkujundamine, uue raamistuse andmine). Kliendi seisukohtade ja uskumuste muutmise võimalus, alternatiivsete seisukohtade näitamine. *K: Mu isa elab meie lähedal, sama õue peal. Kui ta joob, läheb ta täiesti pöördesse. Ma tunnen nagu kohustust … kuna see on minu kodu, kuigi see on nüüd meie kodu, aga ma tunnen ennast justkui vastutavana nii enda mehe eest kui laste eest. Mina tõin nad sinna, kui mina ei oleks neid toonud sinna, neil võiks palju parem elu olla.**T: Mhmh, ma näen vastutust, et sa oled võtnud vastutuse kõigi eest oma ümber. Siin on ka üks põhjus sellele ärevusele ja paanikatele, mis sind segavad. See on tohutu koorem, mis sa oled endale võtnud.* *T:Võimalik, et sinu kõhuhädad sellest väljakannatamatust olukorrast tulevadki.**T: Mulle tundub, et sarnane muster kordub sinu suguvõsas juba mitmendat põlve.**T: Kuna sa tuled lapsepõlvest, kus ema väga usaldada ei saanud, siis sa oled ise nüüd kaldunud teise äärmusesse?*Kui terapeut interpreteerib liiga palju, on ta targutaja, kes paneb end autoriteedi rolli ja kliendi soov enda eest vastutada väheneb. |
|  | **JAG** **Jagamine** | Arvamuste või tunnete jagamine. Terapeut annab nõu, avaldab oma arvamust, jagab infot, sisendab, annab tagasisidet, rahustab. Terapeut jagab oma tundeid, mõtteid, oma elukogemust ja juhtumusi. Jagamine loob silla, tagab suhete kahepoolsuse. Terapeut annab ette mudeli avatusest ning see toetab kliendi eneseavamist ja soovi ennast rohkem uurida. Annab kliendile julgust oma tunnete, seisundite, hoiakute avaldamisel. *T: Ma usun, et mõistan, mida sa praegu läbi elad. Ka mina olen end oma perekonnas võõrana tundnud.**T: See, mida sa kirjeldad, on ka mulle tuttav. Kui mu tütar oli teismeline, tundsin sageli, et olen emana läbikukkunud.**T: Minu arvates on täiesti normaalne, et sa selles olukorras ärevust tunned. Enamus inimesi tunneks nii.* |
|  | **KV** **Kokkuvõte** | Kliendi jutu sisu lühendatud ümbersõnastus. Terapeut võtab kokku ja näitab edenemist, annab arutelule suuna, aitab hoida arutelu fookust. Annab kliendile võimaluse reageerida, kui teda pole mõistetud. Kui kliendi jutt on pikk või laialivalguv, saab vahekokkuvõttega luua struktuuri ja selgust. Kasutatakse aeg-ajalt. Aitab vahet teha olulise ja ebaolulise vahel. Olulise väljatoomine ja kordamine aitab terapeudil vestluse sisu paremini meeles pidada.*T: Kui ma õigesti aru saan, siis sinu suhe isaga katkes peale vanemate lahutust, kui olid kuueaastane. Teismeeas püüdsid temaga kontakti saada, kuid ta ei olnud sellest huvitatud ning nüüd otsis isa ise su üles ja tunned tema suhtes suurt vastumeelsust.**T: Ma saan aru, et uus töökoht, mida sa nii väga soovisid, on valmistanud pettumuse, kuna töökeskkond on ebasõbralik ja sinu töökohustused pole need, mida lubati.* |
|  | **IGN Ignoreerimine** | Kui terapeut toob vestlusse mingi teema, mis ei haaku kliendi jutuga ja viib vestluse kliendile olulisest teemast kõrvale. Ignoreerimine on repliik, mis kajastab ainult terapeudi enda mõtteid, arvesse võtmata kliendi mõtteid, tundeid ja huve. Igasugune hinnangu andmine: kritiseerimine, sildistamine, diagnoosi panek, mõnikord ka kiitmine. Kindlasti on IGN teemalt kõrvale põikamine, rahustamine, naljatamisega tähelepanu kõrvale juhtimine. Ka lahenduste pakkumine, nõu andmine, ülekuulamine, moraalilugemine, kamandamine võib olla ignoreerimine. Kas kiitmine on ignoreerimine? Kui kiitus on „mee moka peale määrimine“, siis on see tõenäoliselt ignoreerimine. Siiras ja ehe kiitus, julgustamine ja toetus, on positiivne tagasiside kliendile ja läheb JAG alla. *K: Ma tunnen ennast pärast nii halvasti, kui olen oma lapse peale närvi läinud.* *T: Kõik emad lähevad vahetevahel oma laste peale närvi.**K: Ma tahaks nii väga jagada ja olla avatud ja siis ma saan oma lähedastelt tagasisidet, et ma justkui üldse ei ole. See tekitab minus hirmu, et mul on midagi viga.**T: Sind siis hirmutab selle teraapia juures see, et siin tuleb ennast avada?* *K: Ma tunnen selles suhtes ennast nii üksi – mu mees teeb kogu aeg tööd – õhtuti tuleb alles kell 9, nädalavahetustel tegeleb tööasjadega, puhkust pole juba mitu aastat võtnud.T: Tubli ja töökas mees ju.* Ignoreerimine võib mõnikord olla ka omal kohal:*Klient hakkab rääkima juba mitmendat näidet oma elukaaslase käitumisest.**T: Räägi mulle nüüd veidi oma tervisest.*Rännakul on klient just kohtunud oma sisemise lapsega ja ütleb äkki: *Mul tuli praegu hoopis silme ette, kuidas me eelmisel suvel sõpradega Saaremaal kalal käisime.**T: Tule tagasi sellesse hetke, kus sa olid selle kolmeaastase üksildase poisi juures ja kükitasid tema ette maha.*Klient on pikalt oma partnerit kirunud.*T: Kas on midagi, mis sulle tema juures meeldib?* |

**Juhtumianalüüs hakkab valmis saama.**

**NB! Ära unusta õigekirja. Hangi endale õigekirja programm ja paranda kirjavead.**

* + 1. **Viies etapp**

Kui oled hindajatelt saanud kirjaliku tagasiside, siis hakka suuliseks eksamiks valmistuma.

* Planeeri oma töö esitlust: tee kokkuvõte kliendiloost, anna ülevaade oma tööst terapeudina. Jaga oma kogemust terapeudi rollis: oma mõtteid, otsuseid, raskusi, edusamme ja õppetunde. Esitluseks on aega 15 minutit.
* Valmista ette vastused hindajate küsimustele.

Intervjuuks on aega kokku 1,5 tundi.

**Lisa 7 Näidis: Esimese seansi salvestuse ümberkirjutus tabelina**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Repliiginumber** | **Tehnika** | **Tekst** |
|  | JUH1 | T Ole hea, võta istet. |
| K Nii et võib platsi võtta. |
|  | SO1JUH2 | T Võib ikka. Nonii. Nüüd on siis see päev käes, mis me oleme kokku leppinud. |
| K  |
|  |  | T |
| K  |
|  |  | T  |
| K |
|  |  | T  |
| K  |
|  |  | T  |
| K  |
|  |  | T  |
| K  |
|  |  | T  |
| K  |
|  |  | T  |
| K  |
|  |  | T   |
| K  |
|  |  | T  |
| K |

*Pikenda ise tabelit ja loo ridu juurde.*