

**KOOLITUSE „UIMASTITARVITAMISE VARAJANE AVASTAMINE JA LÜHISEKKUMINE“
ÕPPEKAVA JA KOOLITUSE TEEMAD**

Teoreetilise iseseisva õppega e-kursuse teemad

Maht 29 ak/h	Õppe sisu	Õpiväljundid	Õppe vorm
	<p>Ülevaade uimastite tarvitamisest</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uimastid (alkohol, tubakas ja nikotiin, narkootilised ained) ja nende definitsioonid - Uimastitarvitamisega seotud probleemid ja olukord Eestis. - Sõltuvus ja selle tekkemehhanism - Uimastitega seotud RHK-10 diagnoosid - Sõltuvusravi põhimõtted 	<ul style="list-style-type: none"> - Osaleja teab levinumaid legaalseid ja illegaalseid uimasteid; mõistab uimastitarvitamise probleemi ja omab ülevaadet hetkeolukorrast; teab uimastite tarvitamise sõeltest. - Oskab diagnoosida uimasti tarvitamise taset vastavalt RHK-10 kriteeriumitele. - Saab aru sõltuvuse tekkemehhanismist ning sõltuvusravi põhimõtteid. 	Iseseisva õppega e-kursus
	<p>Uimastitarvitamisest tingitud häired: olemus ja ravi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uimastite mõju erinevatele aju osadele - Sõltuvuse tekkemehhanisme kirjeldavad teooriad - Sõltuvuse ravi käsitlevad mudelid - Patsientide nõustamine - Motiveeriva intervjuerimise (MI) teoreetilisest taust ning rakendusvaldkonnad, MI vaimsus ja protsessid — patsiendikeskne nõustamistehnika (avatud küsimused, peegeldused, kokkuvõtted ja kinnitused), info jagamine patsiendile MI-le kohasel viisil 	<ul style="list-style-type: none"> - Osaleja teab uimastite mõju aju erinevatele osadele. Teab erinevaid sõltuvuse tekkemehhanisme ja sõltuvusravi kirjeldavaid teooriaid. - Osaleja omab ülevaadet psühhosotsiaalsete sekkumiste eesmärkidest ja peamistest meetoditest uimastitarvitamisest tingitud häirete vähendamiseks. Osaleja teab motiveeriva intervjuerimise teoreetilist tausta; tunneb ära MI rakendamise võimalusi enda töövaldkonnas; mõistab MI vaimsust ning protsesse; tunneb patsiendikeskseid nõustamistehnikaid; teab, kuidas jagada infot MI-le kohasel viisil; saab aru motivatsiooni, rakendab teadmisi praktikas nt jagades infot, viies läbi lühisekkumist jne. - Oskab etteantud juhtumi põhjal kasutada motiveeriva intervjuerimise põhimõtteid. 	Iseseisva õppega e-kursus

	<p>Uimastitarvitamisest tingitud häired: olemus ja ravi erinevate uimastite puhul (nikotiin, alkohol, kanep, opioidid, rahustid, stimulantid.)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erinevad uimastite grupid, mõju psüühikale, organismile ja käitumisele - Ravimite tarvitamine erinevate uimastite sõltuvusravis - Ravijuhendid Eestis - Sagedasemad psüühilised mitmikdiagnoosid - Farmakoloogiline ravi sõltuvalt tarvitavatest uimastitest - Uimastitarvitamisest põhjustatud neuroloogilised ja somaatilised haigused 	<ul style="list-style-type: none"> - Osaleja mõistab erinevate uimastite tarvitamise mõju ja seoseid terviseseisundiga. - Teab erinevate uimastite mõju. - Tunneb ära põhi- või kaasuva haigusena uimastitarvitamisest tingitud psüühikahäired ja haigusseisundid teab uimastitarvitamisest tingitud häirete ravis kasutatavaid ravimeid, nende koosmõju teiste ravimitega ja kõrvalmõjusid. - Oskab juhtumi põhjal valida õige sekkumis- või ravimeetodi. - Oskab juhtumi põhjal kasutada MI tehnikaid erinevate uimastite lõikes. 	<p>Iseseisva õppega e-kursus</p>
	<p>Ravis osalevad spetsialistid ja nende rollid</p> <ul style="list-style-type: none"> - Meeskondlik printsiip uimastitarvitamisest tingitud häirete käsitluses ja ravi meeskonda kuuluvad spetsialistid - Haiguse kulgu ja ravi tulemuslikkust mõjutavad psühholoogilised aspektid, mõju lähedastele - Ravi põhimõtted ja peamised soovitusel psühholoogi vaates - Uimastitarvitajatele suunatud teenused Eestis 	<ul style="list-style-type: none"> - Osaleja mõistab meeskondliku printsiibi põhimõtet ja teab erinevate spetsialistide rolle. - Mõistab haiguse kulgu ja ravi tulemuslikkust psühholoogilisest seisundist lähtuvalt ja selle mõju lähedastele. - Tunneb ravi põhimõtteid ja soovitusi. - Teab uimastitarvitajatele suunatud teenuseid Eestis ja oskab suunata inimest õigele teenusele. 	<p>Iseseisva õppega e-kursus</p>
	<p>Noorukite uimastitarvitamise häire käsitluse moodulis on kajastatud järgmised teemad:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Noorukiea arengukäsitlus - Noorukite uimastitarvitamise riski- ja kaitsetegurid - Nooruki uimastitarvitamisega seotud vaimse tervise häired - Noorukite uimastitarvitamise ennetuse põhimõtted - Noorukite uimastitarvitamise häire - Noorukitele suunatud uimastitarvitamise sõeltestid ja lühisekkumise põhimõtted - Koostöö lapsevanemate ja võrgustikupartneritega ning abivajava nooruki edasisuunamine 	<ul style="list-style-type: none"> - Teab, millised on noorukieast tingitud arengulised muutused ja oskab seda nõustamisel arvestada. - Tunneb noorukite uimastitarvitamise riski- ja kaitsetegureid. - Teab, millised on uimastitarvitamisega seotud vaimse tervise häired. - Teab noorukite uimastitarvitamise ennetamise põhimõtteid. - Oskab ära tunda alaealiste uimastitarvitamise häiret. 	<p>Iseseisva õppega e-kursus</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Teab noorukitele suunatud uimastitarvitamise sõeltest (SBIRT2, CRAFFT) ja kuidas viia läbi lühisekkumist. - Oskab teha koostööd lapsevanemate ja võrgustikupartneriga ning teab millal ja kuhu abivajav nooruk edasi suunata. 	
--	--	--	--

Auditoorse kontaktõppega koolituse teemad:

maht	Õppe sisu	Õpiväljundid	Õppe vorm
I õppepäev mahus 8ak/h	<ul style="list-style-type: none"> - Motiveeriva intervjuerimise (MI) kasutamine lühisekkumiste praktikas lähtuvalt MI vaimsusest. - Suhtlemisoskuste harjutamine (avatud küsimused, peegeldused, kokkuvõtted ja tunnustused) lühisekkumise läbiviimisel. - Infovahetus MI-le kohasel viisil. - Ambivalentsus, muutusejutt ja samaksjäamisjutt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Rakendab juhendamisel peamisi suhtlemisoskuseid lühisekkumiste kontekstis. - Demonstreerib lühisekkumise läbiviimisel MI vaimsust. - Jagab infot MI-le kohasel viisil. - Tunneb ära muutusejutu ja samaksjäamisjutu ning oskab kasutada muutusejuttu esilekutsuvaid strateegiaid oma juhtumite näitel. 	auditoorne kontaktõpe
II õppepäev mahus 8 ak/h	<ul style="list-style-type: none"> - Juhtumite analüüs etteantud skeemi järgi. - Lühisekkumiste erinevad viisid ja vormid erinevate uimastite rühmadega. - Lühisekkumise erinevad etapid ja nendes kasutatavad strateegiad. - Lühisekkumise läbiviimine. 	<ul style="list-style-type: none"> - Tunneb ära olukordi, kus on võimalik lühisekkumist läbi viia. - Teab, kuidas nõustaja meelelaad võib mõjutada lühisekkumist. - Oskab juhendamisel lühisekkumist läbi viia. 	auditoorne kontaktõpe