

SÜSTEEMNE PEREKONSTELLÖÖR SPETSIALIST JA TERAPEUT

ÕPPEKAVA

1.	Õppekava nimetus eesti keeles	SÜSTEEMNE KONSTELLÖÖR 1. SPETSIALIST 2. TERAPEUT
	Õppevorm	Täiendõpe
2.	Õppekava eeltingimused	Õppekava täitmiseks peab osalejal eeltingimusena olema 1. Õppima asujal on omandatud kõrgharidus mis iganes valdkonnas. 2. Magistrikraad meditsiinis, pedagoogikas, sotsiaaltöös või psühholoogias. 3 Pärast hariduse omandamist minimaalselt 2 kuni 4 aastat järjepidevat töökogemust inimestega töötamisel; 4. Konstellaatsioonides osalemise kogemus (min 30 ak h).
3.	Süsteemse perekonstellöör spetsialisti õigused pärast lõpetamist	Võib teha konstellaatioone süsteemsel tasemel, teha konstellaatioone grupis ja individuaalselt (v.a raskete kliiniliste ja psühhiaatriliste küsimuste ning raskete traumadega).
4.	Süsteemse perekonstellöör terapeudi õigused pärast lõpetamist	Võib teha konstellaatioone gruppides ja individuaalselt piiranguteta ka teemadel, mis eeldavad laialdasi teadmisi psüühika toimimise, isiksuse- ja psüühikahäirete kohta (sümptomid, psüühilised häired, traumatöö, süsteemsed küsimused).
5.	Õppekava maht	530 ak h auditoorset tööd, 150 ak h praktikat ja 220 ak h iseseisvat tööd, kokku 900 ak h
6.	Õppetöö keel	Eesti keel või tõlge eesti keelde.
7.	Sihtgrupp	Kõrgharidusega või on see omandamisel spetsialistid, kes soovivad töötada süsteemsete konstellaööradena või kasutada konstellaatiooni lähenemisviisi võtteid mingis muus inimeste abistamisega seotud töös.
8.	Õppekava eesmärgid ja aluspõhimõtted	Eesmärgiks on koolitada välja professionaalsed perekonstellöörid, kes oskaksid läbi viia konstellaatiooni nii üksiku seansina kui ka protsessina. Koolitus koosneb 17 moodulist. Iga mooduli kestvus on kolm õppepäeva. Paralleelselt õppeperioodiga toimub juhendatud praktika – osalejad hakkavad õpitut järjepidevalt juurutama oma igapäevase tööelu kontekstis.
9.	Õppekava õpiväljundid	Koolituse läbunu: 1.Mõistab perekonstellatiooni ja konstellaationiteraapia rakendamise põhimõtteid ja meetodikat; 2. Oskab läbi viia perekonstellatiooni sessiooni;

		<p>3. Oskab läbi viia konstellatsiooni sessioone üksikult kui ka protsessina;</p> <p>4. Teab, mis on konstellatsioon, mis on teraapia ja mis on konstellatsiooniteraapia;</p> <p>5. Tunneb psühhopaatoloogia aluseid konstellatsiooni kontekstis vajalikul määral;</p> <p>6. Kasutab konstelloori ja terapeudi oskusi asjakohaselt ja kliendist lähtuvalt;</p> <p>7. Lähtub EPKA eetikakoodeksist.</p>
10.	Lõpetamisel väljastatavad dokumendid	Sertifikaat koos läbitud teemade loeteluga.
11.	Kursuse ülesehitus	<p>Käesoleva koolituse läbivateks lähenemisviisideks on konstellatsiooni erinevad lähenemisviisid ja töövormid. Õpiprotsessi alguses seab iga kursuslane endale isikliku professionaalse arenguga seotud eesmärgi, mida hakkab teadlikult arendama kogu õppeperioodi jooksul. Igal sessioonil lisanduvad arenguülesanded ja uue informatsiooniga seotud kodutööd, samuti tuleb õppeperioodi vältel praktiseerida õpitut harjutusgruppides.</p> <p>Praktika läbimiseks peab osaleja läbi viima konstellatsioone harjutusgruppides, viimasel õppeaastal ka kliendigrupis ja vähemalt kahe individuaalse kliendiga; saama individuaalset õppesupervisiooni, osalema harjutusgruppides ja lugema õppekirjandust.</p> <p>Õppiija peab koostama õppeperioodi kohta portfoolio, millesse kuuluvad eneseanalüüsi päevik, endale saadud ja enda poolt läbiviidud konstellatsioonide analüüs, harjutusgruppides osalemise kokkuvõtted ja vähemalt ühe õppekonstellööriga läbitud protsessi kirjeldus.</p> <p>Koolituse käigus kasutatavad õppemeetodid on loengud, praktilised konstellatsioonid, grupitööd, arutelud, üksteise juhendamine, supervisioon.</p>
12.	Õppekava lõpetamise tingimused	Kõikide õppeainete omandamine etteantud mahus, iseseisvate tööde sooritamine ja lõputöö kirjutamine ning lõputöö esitlus. Kontaktõppes osalemine on kohustuslik 90% ulatuses.
12.	Õppejõud	Kursusel õpetavad 9 koolitajat: põhikoolitajad on Karin London ja Ada Kesonen, lisaks Olga Knjazeva, Tiiu Bolzmann, prof Franz Ruppert, Küllike Lillestik, Maire Taska ja Kristel Rannamees. Psühhiaatria moduli viib läbi dr Viljar Veede, kliinilise psühholoogia mooduli koolitaja selgub lähiajal.
13.	Kursuse maksumus	Ühe mooduli maksumus on 360 eurot, supervisiooni ja töö demonstratsiooni moodulite maksumus on 480 eur. Praktikapäeva maksumus 100 eurot.

ÕPPEKAVA MOODULID

1. MOODUL. SISSEJUHATUS. KONSTELLATSIOONI JUURED JA LÄHENEMISVIISID. KOMPETENTSIMUDEL		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu mõistab konstellatsiooni aluseid ja on töötanud välja enda konstellatsiooniterapeudi kompetentsimudeli.		
Kodutöö	Teha kirjalik tegevuskava enda konstelloör terapeudiks arenemiseks.		
Teemad	KOOLITAJAD		
Sissejuhatus, konstellatsiooni filosoofia, ajalugu, alused ja juured. Epigeneetika. Mis on konstellatsioon sügavuti, kes võib olla konstellatsiooni klient. Konstellatsioon kui süsteemne teraapia. Psühhoteraapia elemendid konstellatsioonis. Mis on teraapia ja kuidas see erineb või sarnaneb konstellatsioonile. Terapeudi kompetentsid. Konstellatsiooni eesmärgid, kasu ja võimalik kahju. Korra seadused, millel need põhinevad. Lojaalsus ja südametunnistus. Uuringud. Kes on konstelloör ja kes on konstellatsiooniterapeut. Konstellatsiooniterapeudi kompetentsimudel. Ühekordne kohtumine <i>versus</i> pikaajaline protsess.	Karin London, Ada Kesonen, Heiki Eesmaa	18.-20.04.2024	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	18.05.2024	
2. MOODUL. PERESÜSTEEM JA SUGUVÕSA SÜSTEEM. SÜSTEEMNE INTERVJU		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu teab ja mõistab, mis on peresüsteem ja kes sinna kuuluvad. Saab teadmisi, kuidas läbi viia süsteemset intervjuud.		
Kodutöö	Harjutada peresüsteemi analüüsi süsteemse küsimustiku kasutamist harjutusgrupis.		
Teemad	KOOLITAJAD		
Mis on peresüsteem ja mis on suguvõsasüsteem. Kes kuuluvad süsteemi. Süsteemide erinevad tasandid ja liigid. Põlvkondade trauma ja ressursid. Konstellatsioonitöö tasandite valimine. Konstellatsiooni etapid – millest need koosnevad. Perekonstellatsiooni süsteemne intervjuu, tsirkulaarne küsitlemine.	Karin London ja Ada Kesonen	06.-08.06.2024	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	17.08.2024	

3. MOODUL. KONSTELLATSIOONIVÄLI		MAHT: 30 ak h ja 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu saab teadmisi morfogeneetilise väljast ja õpib seda tõlgendada.		
Kodutöö	Arutada ja õppida harjutusgrupis välja teooriat.		
Teemad			
Mis on morfogeneetiline väli, selle teoreetilised selgitused ja praktilised alused. Välja tähendus. Väli konstelloori töövahendina. Välja lugemine ja tõlgendamine – teooria ja praktika.		Olga Knjazeva	19.-21.09.2024
PRAKTIKA		Olga Knjazeva	19.10.2024
4. MOODUL. PERESÜSTEEMI DÜSFUNKTSIONAALSED DÜNAAMIKAD JA INTERVENTSIOON		MAHT: 30 ak h ja 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu õpib tundma peresüsteemi düsfunktsionaalseid dünaamikaid.		
Kodutöö	Praktiseerida peresüsteemi düsfunktsionaalsete dünaamikate äratundmist harjutusgrupis.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Peresüsteemide dünaamikad. Põimumine, lõimumine ja nihutamine. Düsfunktsionaalsed dünaamikad ja nende tulemus pereliikmete jaoks. Kuidas neid ära tunda. Transferens ja projektsioon. Dünaamikatest eraldamine ja välja toomine.		Olga Knjazeva	21.-23.11.2024
PRAKTIKA		Olga Knjazeva	14.12.2024
5. MOODUL. SÜSTEEMSE MÕTLEMISE ALGORÜTMID. DÜNAAMIKATEST VABASTAVAD LAUSED		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu õpib süsteemse mõtlemise algorütmide konstellatsiooni kontekstis ja nende vastavaid vabastavaid lauseid. Kuidas vabastavad laused mõjuvad meele arengule, meele tugevdamine nende kaudu.		
Kodutöö	Harjutada süsteemse mõtlemise algoritme harjutusgrupis.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Süsteemsed algorütmid, nende mõistmine ja tuvastamine. Algorütmide lugemine ja seoste ära tundmine genogrammilt. Komplementaarsed ja paradoksaalsed seosed. Düsfunktsionaalsed dünaamikad ja tervendavad laused ning nende koostamise algorütmid. Interventsioonide liigid konstellatsioonis.		Maire Taska	23.-25.01.2025

PRAKTIKA		Maire Taska	22.02.2025
6.MOODUL. KIINDUMUSTEORIA. PSÜHHOANALÜÜTILINE ARENGUTEORIA JA KONSTELLATSIOON		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu oskab märgata ja kasutada konstellatsioonitöö protsessis meele ja isiksuse struktuuride arengut ja teab, kuidas neid teadmisi kasutada konstellatsiooni terapeutilises kontekstis.		
Kodutöö	Mõtestada psühhoanalüütilise arenguteooria lähtepunkte konstellatsioonis harjutusgrupis.		
Teemad.		KOOLITAJAD	
Bowlby kiindumusteooria konstellatsiooni kontekstis. Isiksuse struktuurid V. Tähkka järgi. M. Bowen'i „mina diferentseerumine“ konstellatsiooni kontekstis.		Karin London	20.-22.03.2025
PRAKTIKA		Karin London	19.04.2025
7. MOODUL. PSÜHHIAATRIA JA KONSTELLATSIOONI KOKKUPUUTEKOHAD		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu saab ülevaate psühhiaatrilise lähenemise põhimõtetest ja RHK-st ja kõige olisematest psühhiaatrilistest haiguste gruppidest konstellatsioonitööks vajalikul määral.		
Kodutöö	Analüüsida erinevaid konstellatsiooni kliendikaasusi moodulil õpitud kontekstis.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Psühhopaatoloogia olemus, selle mõistmise ajalugu. Diagnostilised meetodid (anamnees, seisundi hindamine). Patoloogiliste joonte esinemine, normist diagnoositava häireni. Isiksusehäired ja psüühikahäired. Nende äratundmine. RHK. Neurobioloogia ja neurokeemia. ATH ja Aspergeri sündroom. Millal soovitada kliendile konstellatsiooni. Koostööpartnerid, keda kaasata protsessi.		Dr.Viljar Veede	15.-17.05.2025
PRAKTIKA		Karin London ja Ada Kesonen	7.06.2025
8.MOODUL. KLIINILISE PSÜHHOLOOGIA JA KONSTELLATSIOONI KOKKUPUUTEKOHAD		MAHT: 30 ak h +10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Saab ülevaate peamistest psüühikahäirete põhirühmadest ja teadmisi nende üldiseloomustest konstellatsioonitööks vajikul määral.		
Kodutöö	Analüüsida erinevaid konstellatsiooni kliendikaasusi moodulil õpitud kontekstis.		

Teemad		KOOLITAJAD	
Meeleoluhäired – depressioon, bipolaarne häire. Ärevus. Foobiad. Lihtfoobia. Sotsiaalfoobia. Generaliseerunud ärevus. Obsessiiv-kompulsiivse spektri häired. Ärevushäired ja paanikahäire. Suitsidaalsus. Isiksushäired. Sõltuvused ja nende süsteemsed põhjused.		Kliiniline psühholoog	21.-23.08.2025
PRAKTIKA		Karin London, Ada Kesonen	20.09.2025
9. MOODUL. PERETERAAPIA JA KONSTELLATSIOONI KOKKUPUUTEKOHAD. PAARISUHE JA PAARIKONTSSELLATSIOON		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu saab teadmisi, mida konstelloor peab teadma pereteraapiast, et mõista suguvõsa tervikuna. Erinevad koolkonnad pereteraapias. Oskab koostada ja lugeda genogrammi ning mõista peamisi põlvkondadeüleseid mustreid ja süsteemseid kordusi, väljajätmisi jne.		
Kodutöö	Mõtestada ja harjutada harjutusgrupis genogrammi intervjuud, info kogumist päritoluperekonnalt, pereteraapia põhilisi mõisteid konstellatsiooni kontekstis, mõista oma genogrammilt ärevuse liikumist peresüsteemis.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Perekonna kui institutsiooni toimimise põhimõtted. Perekond kui süsteem. Murray Boweni süsteemi teooria, perekonna emotsionaalsed protsessid. Genogramm. Strukturaalne pereteraapia S. Minuchini ning V. Satiri mudel. Perekonna arenguetapid. Suhtemustrite kordumine põlvkonniti. Paarisuhe kui võimalus tervenemiseks lapsepõlve haavadest ja rahuldamiseks lapsepõlve vajadusi. Suhte faasid: romantiline faas, võimuvõitlus, teadlik armastus. Terapeudi roll võimuvõitluses paari toetamisel.		Küllike Lillestik	16.-18.10.2025
PRAKTIKA		Küllike Lillestik	15.11.2025
10. MOODUL. TRAUMA KONSTELLATSIOONIS		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu teab ja mõistab trauma olemust ja oskab ära tunda traumatiseeritud seisundit. Tunneb traum töö etappe ja oskab töötada traumaga.		
Kodutöö	Mõtestada trauma mõisteid ja praktiseerida traumaga töötamist harjutusgrupis.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Mis on trauma, selle olemus. Trauma füüsilised ja psüühilised aspektid. Trauma neurobioloogia. Terved, kaitses ja traumatiseeritud osad. Traum töö metoodika konstellatsioonis.		Prof Franz Ruppert ja Olga Knjazeva	11-13.12.2025

PRAKTIKA		Karin London ja Ada Kesonen või Olga Knjazeva	17.01.2026
11. MOODUL. TUNNETELE FOKUSSEERITUD KONSTELLATSIOON		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu on õppinud tööd tunnetega konstellatsioonis. Kuidas ja millal viia klient tunnete läbielamiseni ja millal keskenduda kognitiivsetele elementidele konstellatsioonis.		
Kodutöö	Harjutada teadlikult tunnete läbitöötamist harjutusgrupis.		
Teemad		KOOLITAJA	
Töö tunnetega. Tunnete teadlikustamine ja läbielamine. Kuidas tunded esile tuua. Millal on see kasulik ja millal kahjulik. Asendav tunnetus ja emotsioonid.		Tiiu Bolzmann	26-28.02.2026
PRAKTIKA		Tiiu Bolzmann või Karin London ja Ada Kesonen	21.03.2026
12. MOODUL. TEEMADE KONSTELLATSIOONID: EMA JA ISA TEEMAGA TÖÖTAMINE KONSTELLATSIOONIS		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu teab, kuidas töötada ema ja isa teemaga konstellatsioonis.		
Kodutöö	Harjutada ema ja isa teemaga tööd harjutusgrupis ja oma praktikaklientidega.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Ema ja laps. Ema „nälg“ ja kiindumushäire. Üleseotus. Armastuse voo katkemine. Isa ja laps. Isa puudumine. Isa ja tütar. Isa ja poeg. Meeste jõud ja hoolitsus.		Karin London ja Ada Kesonen	16.-18.04.2026
PRAKTIKA		Karin London ja Ada Kesonen	16.05.2026
13. MOODUL. TEEMADE KONSTELLATSIOONID: HAIGUSED JA SÜMPTOMID, SURM JA LEIN KONSTELLATSIOONIS		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu oskab töötada haiguste, sümptomite, surma ja leina teemadega konstellatsioonis.		
Kodutöö	Harjutada surma- ja leinatööd harjutusgrupis ja oma praktikaklientidega.		
Teemad		KOOLITAJA	

Haiguste ja sümptomite etioloogia. Surm ja lein, millistest osadest need koosnevad. Leina etapid teoorias ja konstellatsioonitöös. Leina ja kaotusesse kinnijäämine. Lõimumine surma ja surnutega. Surm kaotuse või ressursina.		Kristel Rannamees	04.-06.06.2026
PRAKTIKA		Kristel Rannamees	16.08.2026
14. MOODUL. INDIVIDUAALNE KONSTELLATSIOON		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu oskab kasutada erinevaid võtteid ja lähenemisviise individuaalses konstellatsioonitöös.		
Kodutöö	Harjutada individuaalset konstellatsioonitööd harjutusgrupis ja oma praktikaklientidega.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Individaalkonstellatsiooni eripärad ning erinevused grupikonstellatsioonist. Intervjuu tähendus ja mõõde individuaaltöös. Erinevad individuaaltöö tehnikad: nukud, kaardid, keha töö väljal, ankrud jne. Nende tehnikate praktiseerimine.		Ada Kesonen ja Karin London	17.-19.09.2026
PRAKTIKA		Ada Kesonen ja Karin London	24.10.2026
15. MOODUL. EELSUPERVISIOON		MAHT: 40 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu on läbi viinud praktilise klienditöö demonstratsiooni ja saanud sellele superviisorite tagasiside oma tugevustest ja arengukohtadest.		
Teemad		KOOLITAJAD	
Konstellatsioonitöö praktiline demonstratsioon ja supervisioon		Ada Kesonen ja Karin London	19-22.11.2026
PRAKTIKA			
16. MOODUL. KONSTELLÖÖRI TÖÖEETIKA. METAANALÜÜS. KONSTELLÖÖRI TÖÖRIISTAKAST. ÕPINGUTE KOKKUVÕTTED.		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Võtab kokku kõik õpitud mudelid ja teeb sellest endale sobiva „tööriistakasti“. Hindab õpitu omandamist ning arenguülesande täitmist.		
Kodutöö	Teeb kokkuvõtva kirjaliku töö kolme aasta jooksul õpitust kasutades isiklikke kogemusi ja kirjandust.		
Teemad		KOOLITAJAD	

<p>Eetika alused. Moraal ja eetika. Konstelloõri eetika. Terapeudi eetika. Vastutus ja kompetentsid. Moraalsed ja seadusandlikud standardid. Konfidentsiaalsusnõue ja kliendi heaolu. Professionaalsed suhted.</p> <p>EPKA eetikakoodeks, eetika juhtumid. Konstelloõri isiksuslik areng ja eeldatav küpsus. Lääbipõlemise vältimine kui eetilise käitumise osa. Ebaeetilise käitumise tagajärjed.</p>		<p>Karin London ja Ada Kesonen</p>	<p>10-12.12.2026</p>
<p>PRAKTIKA</p>		<p>Karin London ja Ada Kesonen</p>	<p>09.01.2027</p>
<p>17. MOODUL. KONSTELLATSIOONI PRAKTIKALINE LÄBIVIIMINE - EKSAM</p>		<p>MAHT 40 ak h</p>	<p>KUUPÄEVAD</p>
<p>Õpiväljundid</p>	<p>On demonstreerinud oma portfooliot ja viinud läbi praktilise töö kliendiga.</p>		
<p>Teemad</p>		<p>KOMISJONIS</p>	
<p>Iga õpilane esitleb lühidalt oma portfooliot, kirjalikku lõputööd ja teeb demonstratsiooni töös kliendiga.</p>		<p>Karin London, Ada Kesonen + EPKA esindaja</p>	<p>18-21.02.2027</p>