

ÕPPEKAVA

1.	Õppekava nimetus eesti keeles	SÜSTEEMNE FENOMENOLOOGILINE 1. SPETSIALIST 2. TERAPEUT
	Õppevorm	Täiendõpe
2.	Õppekava eeltingimused	Õppekava täitmiseks peab osalejal eeltingimusena olema 1. Spetsialisti tase. Kõrgharidus mis tahes alal, millele lisanud dokumenteeritud täiendkoolitusi 120 ak/h inimese psüühikast ja nõustamise alustest (v.a kui on läbitud õppe ajal) 2. Terapeudi tase Magistrikraad psühholoogias, meditsiinis, pedagoogikas, sotsiaaltöös või dokumenteeritud ekvivalent väljaõppe pakkuja vastutusel (3+2). 3. Pärast hariduse omandamist minimaalselt 2/4 aastat järjepidevat töökogemust inimestega töötamisel;
3.	Süsteemse spetsialisti lõpetamist perekonstellöör õigused pärast lõpetamist	Võib teha süsteemset fenomenoloogilist ja konstellaatiivset tööd grupis ja individuaalselt (v.a raskete kliiniliste ja psühhiaatriliste küsimuste ning raskete traumadega).
4.	Süsteemse terapeudi lõpetamist perekonstellöör õigused pärast lõpetamist	Võib teha süsteemset fenomenoloogilist ja konstellaatiivset tööd gruppides ja individuaalselt piiranguteta ka teemadel, mis eeldavad 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	1.Kõrgharidusega või on see omandamisel 2.Magistrikraadiga või on see omadamisel spetsialistid, kes soovivad töötada süsteemsete fenomenoloogiliste spetsialiste- ja terapeutidena või kasutada selle lähenemisviisi võtteid mingis muus inimeste abistamisega seotud töös nagu nõustamine, teraapia, supervision, coaching, konsultatsioon jne.
8.	Õppekava eesmärgid ja aluspõhimõtted	Eesmärgiks on koolitada välja professionaalsed süsteemsed fenomenoloogilised spetsialistid- ja terapeudid. Koolitus koosneb 17 moodulist. Iga mooduli kestvus on kolm õppepäeva + igale moodulile järgneb praktikapäev. Paralleelselt õppeperioodiga toimub juhendatud praktika – osalejad hakkavad õpitut järjepidevalt juurutama oma igapäevase tööelu kontekstis.

9.	Õppekava õpiväljundid	<p>Väljaõppe läbinu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mõistab süsteemse fenomenoloogia rakendamise põhimõtteid ja meetodikat; 2. Mõistab süsteemse fenomenoloogia lähenemist ja selle lähtekohti ning kontseptuaalset erinevust konstellaatiivsest tööst. 2. Oskab läbi viia perekonna konstellaatiivset tööd nii ühe sessiooni- kui pikema protsessina; 3. Teab, mis on süsteemse fenomenoloogia, mis on teraapia ja mis on konstellaatiivse teraapia; 4. Tunneb psühhopaatoloogia aluseid süsteemse fenomenoloogia kontekstis vajalikul määral; 5. Kasutab süsteemse fenomenoloogia spetsialisti ja terapeudi oskusi asjakohaselt ja kliendist lähtuvalt; 6. Lähtub EPKA eetikakoodeksist.
10.	Lõpetamisel väljastatavad dokumendid	Sertifikaat koos läbitud teemade loeteluga.
11.	Kursuse ülesehitus	<p>Käesoleva väljaõppe läbivateks lähenemisviisideks on süsteemse fenomenoloogia erinevad lähenemisviisid ja töövormid. Õpiprotsessi alguses seab iga õppima asuja 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. Praktika läbimiseks peab osaleja läbi viima konstellaatiivset tööd 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 tööde analüüs, harjutusgruppides osalemise kokkuvõtted ja vähemalt ühe pikema läbitud protsessi kirjeldus.</p> <p>Koolituse käigus kasutatavad õppemeetodid on loengud, praktilised konstellaatiivsed, grupitööd, arutelud, üksteise juhendamine, supervisioon.</p>
12.	Õppekava lõpetamise tingimused	Kõikide õppeainete omandamine etteantud mahus, iseseisvate tööde sooritamise ja lõputöö kirjutamine ning lõputöö esitus. Kontaktõppes osalemine on kohustuslik 90% ulatuses.
12.	Õppejõud	Kursusel õpetavad 9 koolitajat: põhikoolitajad on Karin London ja Ada Kesonen, lisaks Olga Knjazeva, Maire, Taska, Tiiu Bolzmann, Küllike Lillestik, Kristel Rannamees, Viljar Veede ja Urve Uusberg.
13.	Kursuse maksumus	Ühe mooduli maksumus on 360 eurot, supervisiooni ja töö demonstratsiooni moodulite maksumus on 480 eur. Praktikapäeva maksumus 100 eurot.

ÕPPEMOODULID:

1. MOODUL. SISSEJUHATUS. SÜSTEEMSE FENOMENOLOOGIA JUURED JA LÄHENEMISVIISID. KOMPETENTSIMUDEL		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none">• mõistab süsteemse fenomenoloogilise lähenemise aluspõhimõtteid, ajalugu ja filosoofilisi juuri;• oskab eristada süsteemse fenomenoloogia ja konstellatsiooniteraapia olemuslikke eripärasid;• mõistab süsteemsete printsiipide rolli konstellatiivse töö taustana (lojaalsus, südametunnistus, kuuluvus, tasakaal);• oskab eristada psühhoteraapilisi elemente süsteemse fenomenoloogia kontekstis;• on loonud isikliku visiooni ja tegevusplaani spetsialistiks või terapeutiks kujunemisel;• on koostanud kompetentsimudeli enda valitud arengutaseme (spetsialist või terapeut) alusel.		
Kodutöö	Teha kirjalik tegevuskava enda süsteemse fenomenoloogia spetsialistiks ja terapeutiks arenemiseks.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none">• Sissejuhatus süsteemse fenomenoloogia ja konstellatiivse töö maailma: ajalooline areng ja mõjutajad (filosoofia, psühhoteraapia, süsteemiteooria).• Mis on süsteemne fenomenoloogia? – erinevused ja seosed süsteemse teraapia ja konstellatsiooniteraapiaga.• Süsteemsed printsiibid: kuuluvus, hierarhia, tasakaal, lojaalsus, südametunnistus.• Psühhoteraapia algelementide äratundmine konstellatiivses protsessis.• Epigeneetika ja intergeneratsioonilised ülekanded: teaduspõhine vaade süsteemsetele dünaamikatele.• Ühekordne konstellatsioonitöö versus pikaajaline protsessitöö – terapeutilised kaalutlused.• Konstellatiivse töö kasu ja võimalikud riskid – teadlikkus vastutusest ja eetilistest piiridest.• Uurimuste ja tõenduspõhise lähenemise ülevaade.• Terapeudi ja spetsialisti kompetentsid – Euroopa ja rahvuslikud standardid.• Kompetentsimudeli koostamine: oskuste ja teadmiste enesehindamine, arenguplaneerimine.	Karin London, Ada Kesonen,	18.-20.04.2024	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	18-05.2024	

2. MOODUL. PERESÜSTEEM JA SUGUVÕSA SÜSTEEM. SÜSTEEMNE INTERVJUU		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> mõistab peresüsteemi ja suguvõsasüsteemi ülesehitust ja toimimisdünaamikaid; teab, kes kuuluvad süsteemi ning kuidas määratleda süsteemi piire erinevates olukordades; oskab eristada süsteemi erinevaid tasandeid (individuaalne, paarisuhe, perekond, esivanemad, kollektiivsed süsteemid); omab teadmisi põlvkondadeülese trauma ja ressursside ülekande kohta; mõistab konstellaativse töö tasandeid ja etappe ning oskab neid valida vastavalt töö eesmärgile; oskab läbi viia süsteemset intervjuud kasutades tsirkulaarse küsitlemise ja fenomenoloogilise kuulamise põhimõtteid. 		
Kodutöö	Harjutada peresüsteemi analüüsi süsteemse küsimustiku kasutamist harjutusgrupis.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> Peresüsteem ja suguvõsasüsteem: struktuurid, kuuluvus, avatud ja suletud süsteemid. Süsteemi liikmete määratlemine: bioloogiline, psühholoogiline, sotsiaalne kuuluvus. Süsteemide tasandid: individuaalne, paarisuhe, lapsevanemad, esivanemad, kollektiivne väli. Põlvkondade trauma: nähtavad ja varjatud ülekanded; süsteemsed katkestused ja lojaalsused. Ressursside ülekanne suguvõsas: toetus, tugevus, väärtused, ellujäämismustrid. Konstellaativse töö tasandite valimine: kuidas otsustada, millisel süsteemsel tasandil töötada Konstellatsioonitöö etapid: eeltöö, intervjuerimine, töö väljal, järeltöö. Süsteemne intervjuu: eesmärk, ülesehitus, vastuvõtlikkus ja avatus. Tsirkulaarne küsitlemine ja fenomenoloogiline kuulamine: mõistmise süvendamine ilma tõlgendamiseta. 	Karin London ja Ada Kesonen	06.-08.06.2024	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	17.08.2024	

3. MOODUL. MORFOGENEETINE VÄLI JA SELLE TÕLGENDAMINE		MAHT: 30 ak h + 10 h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • teab, miks ja kuidas tuli kasutusele mõiste morfogeneetiline väli • saab aru süsteemse konfiguratsiooni versus morfogeneetilise välja erinevustest • teab, kuidas mõiste müstifitseerimine võib kahjustada • mõistab morfogeneetilise välja rolli süsteemse fenomenoloogilise töö kontekstis; • oskab märgata, lugeda ja tõlgendada välja liikumisi konstellaatiivse töö käigus; • oskab eristada väljatunnetust isiklikust projektsioonist ning reguleerida iseenda tajuvälja; • mõistab välja tähendust süsteemsete resonantside ja informatsiooni edasikandjana. 		
Kodutöö	Arutada ja õppida harjutusgrupis morfogeneetilise välja teooriat ja praktikat.		
Teemad	KOOLITAJA		
<ul style="list-style-type: none"> • Morfogeneetilise välja mõiste ja tähendus: selle ajalugu ja areng Bert Hellingeri töödest ja kuni kaasaegsete praktikateni suunas. • Välja erinevad tasandid ja vormid: individuaalne väli, grupiväli, kollektiivne väli, transpersonaalne väli. • Välja tajumine ja fenomenoloogiline lugemine: kehateadlikkus, resonants, taju ja vaikne teadmine. • Välja tõlgendamise eetilised aspektid ja terapeudi isiksus tööriistana. • Välja ja struktuuri koosmõju süsteemses töös: kuidas väljal ilmnev info mõjutab töö eesmärki ja arengusuunda. • Praktilised harjutused välja tajumise ja tõlgendamise arendamiseks. 	Olga Knjazeva	19.-21.09.2024	
PRAKTIKA	Karin London, Ada Kesonen	19.10.2024	

4. MOODUL. PERESÜSTEEMI DÜSFUNKTSIONAALSED DÜNAAMIKAD JA INTERVENTSIOON		MAHT: 30 ak h ja 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab peresüsteemis esinevate düsfunktsionaalsete dünaamikate olemust ja mõju; • oskab märgata ja sõnastada põimumise, nihutamise ja lõimumise mustreid konstellaatiivses töös; • eristab transferentsi ja projektsiooni kui dünaamilisi nähtusi konstellaatsiooniprotsessis; • teab, kuidas viia läbi terapeutilisi ja süsteemseid sekkumisi dünaamikate vabastamiseks ja nähtavakstoomiseks; • oskab kasutada praktilisi töövõtteid düsfunktsionaalsete dünaamikate transformeerimiseks. 		
Kodutöö	Praktiseerida peresüsteemi düsfunktsionaalsete dünaamikate äratundmist harjutusgrupis.		
Teemad	KOOLITAJA		
<ul style="list-style-type: none"> • Peresüsteemi düsfunktsionaalsed dünaamikad: definitsioon, avaldumisvormid ja mõju pereliikmetele. • Süsteemne põimumine: kuidas isik "seob end" kellegi saatusega, kuidas seda ära tunda. • Nihutatud rollid: vanemluse ülevõtmine, lapsevanemaks olemise tühimik, "asendused" süsteemis. • Süsteemne lõimumine ja tervenemise võimalused: kontakt katkestatud armastusega, ressursside taasühendus. • Transferents ja projektsioon terapeutilises konstellaatsioonis: äratundmine, isiklik versus süsteemne tajumine. • Interventsioonid: nähtavaks toomine, laused, positsioonide muutus, sümboolsed teod. 	Olga Knjazeva	21.-23.11.2024	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	14.12.2024	

5. MOODUL. SÜSTEEMSE MÕTLEMISE ALGORITMID. DÜNAAMIKATEST VABASTAVAD LAUSED		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab süsteemse mõtlemise loogikat ja korduvaid algoritmilisi mustreid süsteemse fenomenoloogia kontekstis; • oskab tuvastada süsteemseid algoritme genogrammidel ja perekonnasüsteemi kirjeldustes; • tunneb komplementaarseid ja paradoksaalseid süsteemseid seoseid ning nende mõju individuaalsele ja kollektiivsele dünaamikale; • oskab koostada ja kasutada vabastavaid ning tervendavaid lauseid vastavalt tuvastatud dünaamikale; • mõistab vabastavate lausete mõju meele arengule ning oskab neid kasutada süsteemi tugevdamiseks ja toetamiseks. 		
Kodutöö	Harjutada süsteemse mõtlemise algoritme harjutusgrupis.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> • Süsteemse mõtlemise algoritmid: korduvad mustrid, süsteemi sisemised "käsud" ja nende toimemehhanismid. • Genogrammi ja süsteemse kaardi lugemine süsteemsete algoritmide avastamiseks. • Komplementaarsus: vastandjõudude koosmõju süsteemis (nt. ohver-päästja-tagakiusaja kolmnurgad). • Paradoksaalsed seosed: nähtamatud lojaalsused, "asendused" ja mitmekihilised peredünaamikad. • Vabastavad ja tervendavad laused: ülesehitus, mõju, sobivus konteksti ja kliendi valmisolekule. • Vabastavate lausete koostamise algoritmid: sümptomipõhised, rollipõhised, ajaloolised ja varjatud seosed. • Interventsioonide liigid: verbaalsed, mitteverbaalsed, sümboolsed, kehapõhised ja ruumilised. 	Maire Taska	23.-25.01.2025	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	22.02.2025	

6. MOODUL.KIINDUMUSTEORIA. PSÜHHOANALÜÜTILINE ARENGUTEORIA JA SÜSTEEMNE FENOMENOLOOGILINE LÄHENEMINE.		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab kiindumusteoria ning psühhoanalüütilise arenguteoria tähtsust konstellaativse töö kontekstis; • oskab märgata klientide meele- ja isiksuse struktuuride arengutasandeid ning nendega süsteemselt töötada; • tunneb kiindumusstiile ja oskab neid ära tunda peresüsteemide muustrites; • oskab tuvastada ja toetada kliendi arengut turvalisema isiksusstruktuuri ja meele tugevnemise suunas; • suudab lõimida süsteemse fenomenoloogilise töö psühhodünaamiliste ja arenguliste aspektidega terapeutilises protsessis. 		
Kodutöö	Mõtestada psühhoanalüütilise arenguteoria lähtepunkte harjutusgrupis.		
Teemad.	KOOLITAJA		
<ul style="list-style-type: none"> • John Bowlby kiindumusteoria ja selle tõlgendamine süsteemse fenomenoloogia vaates: kiindumusstiilid, katkestatud kiindumus ja "sisemine ema". • Kiindumushäirete kajastumine süsteemiväljal: lojaalsuskonfliktid, regressiivne käitumine, asendussuhted. • Psühhoanalüütiline arenguteoria süsteemse töö kontekstis: ego areng, psüühilised kaitsemehhanismid, varane arenguline tugi või selle puudumine. • Veikko Tähkka isiksuse struktuuride kirjeldus ja seosed süsteemsete muustritega. • Murray Boweni teooria "mina diferentseerumisest": autonoomia, lojaalsus ja süsteemne segadus. • Kiindumus kui süsteemne nähtus: dünaamika üle põlvkondade ja mõju partnerlussuhetele. 	Karin London	22.-24.03.2025	
PRAKTIKA	Karin London, Ada Kesonen	19.04.2024	

7. MOODUL. PSÜHHIAATRIA JA SÜSTEEMSE FENOMENOLOOGIA KOKKUPUUTEKOHAD		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab psühhiaatrilise ja süsteemse fenomenoloogilise käsitluse erinevusi ja ühisosi; • tunneb RHK (rahvusvaheline haiguste klassifikatsioon) struktuuri ja olulisi psüühikahäirete kategooriaid; • oskab analüüsida kliendilugusid psühhiaatria ja süsteemse konstellatsioonitöö lõimitud vaatenurgast; • oskab määratleda, millal on süsteemne töö sobiv ja millal tuleb suunata klient teise spetsialisti juurde; • mõistab koostöö vajalikkust teiste vaimse tervise spetsialistidega. 		
Kodutöö	Analüüsida erinevaid konstellatsiooni kliendikaasusi moodulil õpitud kontekstis.		
Teemad	KOOLITAJA		
<ul style="list-style-type: none"> • Psühhopaatoloogia olemus ja selle käsitluse areng psühhiaatria ajaloos. • Diagnostilised protseduurid: anamnees, seisundi hindamine, jälgimine. • Psüühikahäirete kontinuum: norm – piiriseisund – häire. • RHK-10 ja RHK-11: süsteemid ja olulisemad diagnooside grupid (meeleoluhäired, ärevushäired, isiksusehäired, psühhootilised häired jne). • Isiksuse ja psüühikahäired süsteemse fenomenoloogia kontekstis. • Neurobioloogilised ja neurokeemilised alused (dopamiin, serotoniin, närvivahendus). • Tähelepanupuudulikkus ja hüperaktiivsus (ATH), autismispektrihäired (sh Aspergeri sündroom) ja nende käsitlus süsteemses töös. • Millal soovitada klient konstellatsioonitööle, millal mitte: vastunäidustused ja piirangud. • Töö eetika ja vastutus raske psüühikahäirega kliendiga. • Koostöö terapeudi, arsti, psühhiaatri ja pereliikmetega: rollid ja piirid. 	Dr.Viljar Veede	15.-17.05.2025	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	7.06.2025	

8. MOODUL. PERETERAAPIA JA SÜSTEEMSE FENOMENOLOOGIA KOKKUPUUTEKOHAD. STRUKTURAALNE PERETERAAPIA JA M. BOWENI TEOORIA		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEVAD
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab pereteraapia teoreetilisi aluseid ja erinevaid koolkondi (strukturaalne, süsteemne jt); • oskab rakendada süsteemse fenomenoloogia kontekstis pereteraapia põhimõisteid; • tunneb genogrammi koostamise ja tõlgendamise aluseid; • oskab genogrammi abil märgata põlvkondadeüleseid mustreid, suhtedünaamikaid, varjatud lojaalsusi, süsteemseid katkestusi ja kordusi; • mõistab Boweniteooria põhikontseptsioone (diferentseerumine, triangulatsioon, emotsionaalne lõksusolek jm) ning oskab neid kasutada konstellaativse töö mõtestamisel; • suudab siduda struktuurilise pereteraapia vaate (S. Minuchin, V. Satir) konstellaativse praktika eripäradega. 		
Kodutöö	Mõtestada ja harjutada harjutusgrupis genogrammi intervjuud, info kogumist päritoluperekonnalt, pereteraapia põhilisi mõisteid konstellaativse kontekstis, mõista oma genogrammilt ärevuse liikumist peresüsteemis.		
Teemad	KOOLITAJA		
<ul style="list-style-type: none"> • Perekond kui süsteem: funktsioonid, piirid, hierarhiad, allasurumine ja esile tõstmine. • Perekonna arengulised etapid: üleminekud, kriisid ja nende süsteemne tähendus. • Boweniteooria: "mina" diferentseerumise mõiste, emotsionaalsed protsessid peres, triangulatsioon, põlvkondadeüleused ülekanded. • Genogramm: struktuur, tähised, ajaloolise ja emotsionaalse info kogumine ja tõlgendamine. • Struktuuriline pereteraapia (S. Minuchin): funktsionaalsed ja düsfunktsionaalsed struktuurid; all-süsteemid ja piirid. • Virginia Satir ja pereskalptuur: varajane fenomenoloogiline töö perega. • Paarisuhte dünaamika: lapsepõlvetraumade projektsioon, partneri roll lapsepõlve vajaduste rahuldamisel. • Suhtefaasid ja terapeudi roll: romantiline faas, võimuvõitlus, teadlik armastus; terapeudi neutraalsus ja toetus. 	Küllike Lillestik	21.-23.08.2025	
PRAKTIKA	Karin London, Ada Kesonen	20.09.2025	

9. MOODUL. KLIINILISE PSÜHHOLOOGIA JA SÜSTEEMSE FENOMENOLOOGIA KOKKUPUUTEKOHAD		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • saab ülevaate kliinilise psühholoogia olulisematest mõistetest ning häiregruppidest; • tunneb ära psüühikahäirete peamised sümptomid ja oskab hinnata, millal on süsteemne fenomenoloogiline töö sobiv ning millal tuleb klient suunata edasi spetsialisti juurde; • mõistab kliiniliste sümptomite võimalikku süsteemset tausta ja oskab neid käsitleda konstellatiivses töös piisaval määral; • suudab kasutada saadud teadmisi kliendijuhtumite mõtestamiseks ja sobivate tööviiside valimiseks. 		
Kodutöö	Analüüsida erinevaid kliendikaasusi moodulil õpitud kontekstis.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> • Meeleoluhäired: depressioon, bipolaarne häire, nende süsteemsed muustrid. • Ärevushäired: generaliseerunud ärevus, paanikahäire, foobiad (lihtfoobia, sotsiaalfoobia), obsessiiv-kompulsiivsed häired. • Suitsidaalsus: süsteemne käsitlus ja võimalused konstellatiivses töös. • Isiksusehäired: piirialane isiksus, nartsissism, sõltuvuslik isiksus jms – sümptomid ja süsteemsed tagamaad. • Sõltuvused: ainete ja käitumuslikud sõltuvused, nende peresüsteemne taust ning võimalikud lojaalsusmuustrite väljendused. • Häirete süvenemise ja kroonilisuse süsteemne mõtestamine. 	Urve Uusberg	16-18.10.2025	
PRAKTIKA	Ada Kesonen ja Karin London	15.11.2025	

10. MOODUL. INDIVIDUAALNE TÖÖ SÜSTEEMSES FENOMENOLOOGILISES LÄHENEMISES		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab individuaalse fenomenoloogilise lähenemise olemust, eesmärgi ja võimalusi võrreldes grupi konstellaativse tööga; • oskab luua turvalise tööraamistiku individuaalse seansi jaoks ja kohandada töövormi vastavalt kliendi vajadustele ja valmisolekule; • tunneb erinevaid individuaalse fenomenoloogilise lähenemise tehnikaid ja oskab neid teadlikult rakendada; • oskab kasutada kehateadlikkuse ja somaatiliste impulsside jälgimist süsteemse välja tajumise osana; • oskab struktureerida ja juhtida individuaalse fenomenoloogilise lähenemise protsessi algusest lõpetamiseni ning viia läbi järelrefleksiooni ja integratsiooni. 		
Kodutöö	Harjutada individuaalse fenomenoloogilise lähenemise tööd harjutusgrupis ja oma praktikaklientidega.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> • Individuaalse fenomenoloogilise lähenemise definitsioon ja olemus: millal ja kellele see sobib. • Erinevused ja sarnasused grupi fenomenoloogilise lähenemise: süsteemse välja toimimine individuaalses töös. • Intervjuu tähendus ja mõõde individuaaltöös: süsteemsete fookuste ja sisemiste piltide kogumine. • Individuaalse töö vormid ja tehnikad: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sümboolsed asendajad: nukud, ankrud, kaardid ○ Keha töö väljal: somaatiline peegeldus, kehapooside vahetus, tunnetuslikud liikumised ○ Ankrute kasutamine ja ruumiline töö ○ Rollivahetus ja sisemiste osade kehastamine ○ Joonistamine ja visualiseerimine • Töö lõpetamine ja järelprotsess: integratsioon, tähenduslikkus, mõju jälgimine 	Ada Kesonen ja Karin London	11-13.12.2025	
PRAKTIKA	Ada Kesonen ja Karin London	17.01.2026	

11. MOODUL. TUNNETELE FOKUSSEERITUD SÜSTEEMNE FENOMENOLOOGILINE LÄHENEMINE		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab tunnete ja emotsioonide olemust süsteemses fenomenoloogilises töös; • oskab eristada kehalisi aistinguid, emotsioone ja tundeid ning neid klienditöös teadvustada ja toetada; • teab, millal ja kuidas viia klient teadlikult tunnetega kontakti ning millal tuleks eelistada kognitiivsemat tööd; • mõistab „asendava tunnetuse“ ja projektsioonide mõju konstellatsiooniprotsessis ning oskab neid ohjata; • oskab luua tööprotsessis turvalist konteksti, kus tunded saavad ilmuda, liikuda ja transformeeruda; • suudab kasutada tunnete fokuseeritud tööd ressursina, mitte kurnava üleelamisena. 		
Kodutöö	Harjutada teadlikult tunnete läbitöötamist harjutusgrupis.		
Teemad	KOOLITAJA		
<ul style="list-style-type: none"> • Tunnetest kui protsessist: tunded vs emotsioonid vs aistingud – kuidas neid eristada ja tööle kaasata. • Tunnete roll süsteemsetes muustrites: alla surutud, varjatud ja põlvkondadeülelised tunded. • Tunded kui side teistega: süü, häbi, viha, kurbus, armastus – nende süsteemne tähendus. • Tunnete teadlikustamine ja läbitöötamine: millal on see toetav ja millal võib tekitada retraumatisatsiooni? • Asendav tunnetus: millal ja kuidas ilmuvad teiste tunded esindajates, kuidas neid lugeda ja turvaliselt töödelda. • Kliendi juhtimine tunnete töötlemisel: kontakt, tempo, piiritletus ja lõpetamine. • Kognitiivne töö kui ressurss: millal tunnetesse mitte minna, vaid töötada tähenduste, süsteemsete lausete või struktuuriga. 	Tiiu Bolzmann	26-28.02.2026	
PRAKTIKA	Karin London, Ada Kesonen	21.03.2026	

12. MOODUL. TEEMADE KÄSITLEMINE SÜSTEEMSES FENOMENOLOOGILISE LÄHENEMISES: EMA JA ISA TEEMAGA		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • omandab süsteemse fenomenoloogilise lähenemise kaudu sügavamad arusaama ema ja isa teemade tähendusest inimese psüühikas ja süsteemides; • oskab struktureerida konstellaativse töö ema ja isa teemadega nii lühema seansi kui ka pikaajalise protsessina; • oskab märgata ja sõnastada süsteemseid mustreid ja varjatud lojaalsusi, mis on seotud vanematega; • omandab oskusi toetada klienti armastuse voo taastamisel ja lahenduste nähtavaks tegemisel vanemate teemadega töötades; • teab, kuidas turvaliselt ja eetikale vastavalt läbi viia ema-isa teemadega seotud konstellaativseid protsesse. 		
Kodutöö	Harjutada ema ja isa teemaga tööd harjutusgrupis ja oma praktika klientidega.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> • Ema ja laps: kontakt, kiindumussuhe, empaatia, kehaline side, turvalisus. Ema „nälg“ kui sõltuvuslik side. Kiindumushäire ja selle mõju täiskasvanueas. Üleseotus emaga kui armastuse voolu katkestav dünaamika. • Isa ja laps: isa kui suuna, struktuuri ja väe kandja. Isa puudumise mõju lapse enesehinnangule ja initsiatiivile. Isa ja tütre suhe – mehekujuline introjekteerimine; Isa ja poja suhe – identiteedi ja jõu pärandumine. Meeste jõu ja hoolitsuse tasakaal. • Süsteemsed tagasivaated: kuidas ema ja isa suhted mõjutavad lapse partnerivalikuid, tööidentiteeti ja sotsiaalset funktsioneerimist. • Süsteemsed katkestused armastuse voos ning viisid selle taastamiseks konstellaativse töö kaudu. • Sügava empaatilise kohalolu arendamine konstellaativseis vanemate teemadega. 	Karin London ja Ada Kesonen	16.-18.04.2026	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	16.05.2026	

13. MOODUL. TEEMADE KÄSITLEMINE SÜSTEEMSES FENOMENOLOOGILISE LÄHENEMISES: HAIGUSED JA SÜMPTOMID, SURM JA LEIN		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab haiguste ja sümptomite tähenduslikkust süsteemse fenomenoloogia kontekstis ning oskab neid tõlgendada süsteemsete dünaamikate valguses; • tunneb erinevaid leinateooriaid ja oskab neid integreerida konstellaativse töö raames; • oskab läbi viia seansse, kus fookuses on sümptomid, kroonilised haigused, pärilikud seisundid, eksistentsiaalne kriis, surma kogemus või leina protsess; • suudab eristada leina erinevaid kihte: individuaalne, süsteemne, kollektiivne ning märgata võimalikke katkestusi ja kinnijäämisi; • on teadlik piiridest, millal suunata klient edasi meditsiinilise või psühhiaatrilise toe juurde ning millal on süsteemne töö toetav ja sobilik; • oskab toetada kliendi seost ressursiga ka surma ja leina teemade käsitlemisel, tuues nähtavale elu jätkumise sügavama mõõtme. 		
Kodutöö	Harjutada surma- ja leinatööd harjutusgrupis ja oma praktikaklientidega.		
Teemad	KOOLITAJA		
<ul style="list-style-type: none"> • Haiguste ja sümptomite võimalik süsteemne ja psühhosomaatiline etioloogia: pärilikkus, põlvkondadevahelised traumad, varjatud lojaalsused, kaotused ja lahendamata lein. • Surm kui osa elutsüklist: kuidas töötada eksistentsiaalsete teemadega konstellaativselt. • Leina olemus ja kihistused: kaotus partneri, lapse, vanema, töö või tähenduse tasandil. • Leina ja surma protsessi osad: šokk, eitamine, viha, läbirääkimised, kurbus, aktsepteerimine – ja kuidas need väljenduvad süsteemse töö kontekstis. • Leina ja kaotusesse kinnijäämine: märgid, põhjused, süsteemsed seosed. • Lõimumine surma ja surnutega: sümbolne side, lahkunu kohale asetamine, katkestatud lein. • Surm kui kaotus ja/või ressursi allikas – töö eksistentsiaalse tähendusega. • Grupiprotsessid ja terapeudi eneseregulatsioon töötamisel surma teemadega. 	Kristel Rannamees	04.-06.06.2026	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	16.08.2026	

14. MOODUL. TRAUMA KÄSITLEMINE SÜSTEEMSES FENOMENOLOOGILISE LÄHENEMISES		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • mõistab trauma olemust ja selle neurobioloogilist alust; • tunneb ära traumatiseeritud kliendi seisundi ning oskab hinnata, millised tööviisid on sobivad süsteemse fenomenoloogilise lähenemise kontekstis; • teab traumareaktsioonide tasemeid ning oskab eristada akuutset, kroonilist ja komplekstraumat; • mõistab, kuidas psüühika terved, kaitse- ja traumatiseeritud osad avalduvad konstellaatiivses töös; • oskab rakendada konstellaatiivses traumateraapias sobivaid tehnikaid, jälgides turvalisuse ja eetikapõhimõtteid; • teab traumatöö etappe ning oskab toetada klienti ressursside kaudu turvatunde taastamisel ja regulatsioonis. 		
Kodutöö	Mõtestada trauma mõisteid ja praktiseerida traumaga töötamist harjutusgrupis.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> • Trauma mõiste: akuutne, korduv, arenguline, kollektiivne ja transgeneratsiooniline trauma. • Trauma neurobioloogia: närvisüsteemi reaktsioonid (sümpaatiline/hüpersümpaatiline/hüpvagaalne seisund), vagusnärv ja polüvagaalne teooria (Stephen Porges). • Ellujäämismehhanismid ja närvisüsteemi düsregulatsioon: võitle-põgene-kangestu-kohandu mustrid. • Psüühika struktuur: terved, kaitsvad ja traumatiseeritud osad – kuidas neid ära tunda ja kuidas nendega konstellaatiivses töös turvaliselt suhestuda. • Traumatöö etapid süsteemses fenomenoloogias: stabiliseerimine, konfrontatsioon, integratsioon. • Konstellaatiivne töö kui traumateraapiline protsess: millal sobib, millal mitte; turvalise välja loomine, piiride hoidmine ja lõpetamise tähendus. • Süsteemsed traumamustrid: perekonna- ja suguvõsatraumad, katkestused, salastamised, vägivalda ja kaotuse mõju järglastele. 	Olga Knjazeva	17.-19.09.2026	
PRAKTIKA	Karin London, Ada Kesonen	24.10.2026	

15. MOODUL. EELSUPERVISIOON		MAHT: 40 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> • on praktiseerinud konstellatiivse töö läbiviimist reaalsete või simuleeritud juhtumite põhjal; • on saanud struktureeritud supervisioonitagasisidet vähemalt kahelt koolitajalt-superviisorilt; • oskab reflekteerida oma tugevusi, arengukohti ja professionaalset hoiakut klienditöös; • oskab hinnata oma valmisolekut iseseisvaks tööks süsteemse fenomenoloogilise terapeudina või spetsialistina; • mõistab supervisiooni olulisust kui kutsealase kasvu ja eneseteadlikkuse toetamise tööriista. 		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> • Konstellatiivse töö praktiline demonstratsioon individuaalselt või väikse grupi ees. • Järelrefleksioon ja tagasiside: tugevused, arengukohad, eetilised kaalutlused, tööstiil. • Eneseanalüüs: sisemised impulsid, väljatajumine, piiride hoidmine, kontakti kvaliteet. • Superviseeritavate vahelised kogemuste jagamised ja grupi toetav refleksioon. • Õppija personaalne arengukaart: millised kompetentsid on saavutatud, mis vajab veel praktikat või tuge. 	Ada Kesonen ja Karin London	19-22.11.2026	
PRAKTIKAT EI TOIMU			

16. MOODUL. SÜSTEEMSE FENOMENOLOOGILISE SPETSIALISTI JA TERAPEUDI TÖÖEETIKA. TÖÖRIISTAKAST JA METAANALÜÜS. ÕPINGUTE KOKKUVÕTTED.		MAHT: 30 ak h + 10 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	Mooduli läbinu: <ul style="list-style-type: none"> oskab sünteesida kogu väljaõppe vältel õpitud meetodikad, teooriad ja kogemused üheks tervikuks; koostab endale isikliku süsteemse fenomenoloogilise töö "tööriistakasti", lähtudes oma tugevustest, eetikast ja töövaldkonnast; mõistab süsteemse terapeudi või spetsialisti rolli vastutust ja eetilisi piire erinevates töösituatsioonides; reflekteerib enda professionaalset arenguteed, teadlikkust ja valmisolekut süsteemseks tööks; oskab läbi viia metaanalüütilist refleksiooni nii oma tööst kui ka konstellatsioonide protsessidest laiemalt. 		
Kodutöö	Teeb kokkuvõtva kirjaliku töö kolme aasta jooksul õpitust kasutades isiklikke kogemusi ja kirjandust.		
Teemad	KOOLITAJAD		
<ul style="list-style-type: none"> Süsteemse fenomenoloogilise spetsialisti ja terapeudi eetilised põhimõtted: piirid, vastutus, konfidentsiaalsus, kontakt, mõju ja võim. Professionaalse identiteedi kujunemine: mis on minu tugevused, mis vajab veel arengut? Praktiline tööriistakast: milliseid meetodeid, võtteid ja tehnikaid kasutan oma töös? Konstellatiivsete tööde metaanalüüs: kuidas mõista toimunud protsessi sügavamal tasandil? Eneserefleksioon kui pideva professionaalse arengu alus. Lõputöö ettevalmistus: vormistuslikud ja sisulised nõuded, isikliku kogemuse sidumine teooriaga. 	Karin London ja Ada Kesonen	10-12.12.2026	
PRAKTIKA	Karin London ja Ada Kesonen	09.01.2027	

17. MOODUL. ÕPITULEMUSTE DEMONSTREERIMINE. UUS LÄHENEMINE.		MAHT 40 ak h	KUUPÄEV
Õpiväljundid	<p>ÕPIVÄLJUNDID Mooduli läbinu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • on esitanud oma individuaalse professionaalse portfoolio, mis kajastab kogu õppeperioodi arenguteekonda; • on demonstreerinud oma teadmisi ja oskusi süsteemse fenomenoloogilise spetsialisti või terapeudina; • on kaitsnud oma lõputöö ning esitanud põhjendatud seosed isikliku kogemuse, teoreetilise teadmise ja praktiliste oskuste vahel; • oskab ennast professionaalselt esitleda ja vastata sisulistele küsimustele eetika, metoodika ja praktika kohta; • on võimeline reflekteerima oma valmisolekut iseseisvaks tööks ja edasiseks arenguks valitud rollis. 		
Teemad	KOMISJONIS	18-21.02.2027	
<ul style="list-style-type: none"> • Iga õppija esitleb oma portfooliot, kus kajastuvad: <ul style="list-style-type: none"> ○ isiklik arenguteekond kolme aasta vältel ○ olulised õppetunnid ja läbimurded õppeprotsessis ○ valitud tööriistakast ja selle põhjendused ○ refleksioon eetiliste ja metoodiliste küsimuste osas • Lõputöö esitlemine ja kaitsmine suulise ettekandena. • Küsimused-vastused: sügavuti minevad arutelud õppija töö ja valikute üle. • Gruppide ja juhendajate tagasiside – õppija tugevused, arenguvõimalused, professionaalne kuvand. • Ühised kokkuvõtted ja rituaalne lõpetamine. <p>PRAKTILINE KORRALDUS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Õppijad valmistavad ette 20–30 minutilise esitluse, mis sisaldab visuaali ja suulist selgitust. • Lõputöö (kirjalik) peab olema esitatud vähemalt 2 nädalat enne kaitsmist. • Hinnatakse: sisu sügavust, struktuuri, seoste loomise oskust, professionaalset väljendusoskust, refleksioonitasandit. 		<p>Karin London, Ada Kesonen + EPKA esindaja</p>	