

Depressioon ja ülemäärane ärevus: õpilase toetamise võimalused – õppekava

Koolituse maht

6 tundi

Sihtrühm

Täienduskoolitus klassi- ja lasteaiaõpetajatele, laste ja noortega töötavatele spetsialistidele ning lapsevanematele.

Õppe eesmärk

Koolituse eesmärgiks on tõsta laste ja noortega töötavate spetsialistide teadlikust laste ja noorukite depressiooni ja ärevushäirete olemuse osas, millisel viisil mõjutab depressioon ja ülemäärane ärevus õppimist. Koolitusel käsitletakse lapse ja noorukite toetamise ja abistamise võimalusi.

Õppe sisu

Emotsioonid, õppimine ja aju;

Enamesinevate laste ja noorukite ärevushäirete väljendused koolis. Ärevuse mõju õppimisele.

Depressiooni sümptomite mõistmine lapse- ja noorukieas. Miks see juhtub? Ravi valik

Depressiooni mõju õppimisele.

Abistavad sekkumised klassiruumis

Kuidas saan aidata depressioonis last, noorukit?

Õpiväljundid

- teab laste ja nooruki depressioonile ja ärevushäiretele viitavaid ohumärke;
- teab, kuidas suhelda toetavalt depressiivse noorukiga;
- on saanud ülevaate kogemustest ning praktilistest võtetest, kuidas abistada, toetada deressiivse/äreva lapse eneseregulatsiooni ja tähelepanufunktsiooni klassiruumis.

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid

Osalemine vähemalt 80% õppetöös.

Koolituse läbimisel väljastatakse osalejale tõend.

Õppekeskkonna kirjeldus

Viljandis (Tartu 15a) ning Valgas (Kesk tn 8). Õppetöö võib toimuda ka asutuses sisekoolitusena.

Õppijatel on kasutada individuaalsed lauad, tool, pabertahvel, projektor, arvuti, ruumis on riidenagi, sund- ja loomulik ventilatsioon. Kohvipausid on arvestatud koolituse hinna sisse.

Koolitajad

Hille Krusberg

Kogu oma teadliku tegevuse olen seostanud psühholoogia ja pedagoogikaga.

Oman pikaajalist kogemust rehabilitatsioonimeeskonnas töötamisega (nõustamine, rehabilitatsiooniplaanide koostamine). Aastast 2000-2012 olen töötanud koolis psühholoogina ja psühholoogia õpetajana. Oman pikaajalist koostöökogemust Eesti Töötukassaga. Olen osalenud tööalaste

motivatsioonikoolituste ja tööklubide läbiviimiseks õppemappide koostamisel klientidele,

Karjääriplaneerimise õppematerjalide väljatöötamine koolidele ja palju muud. Oman

arengupsühholoogiast koolitajana ja töökogemusena täielikult ülevaadet ja praktilisi teadmisi. Samuti täiskasvanutega koolituskogemus olemas.

Kaja Tamsar

1972 lõpetasin Alatskivi Keskkooli, samal aastal astusin Tartu Meditsiinikooli õppima velskri erialal, mille

lõpetasin 1975.a. cum laude. Töötasin velskripunkti juhatajana 23 aastat. Läbisin mitmeid täiendkoolitusi

ning mulle omistati kõrgema järgu velskri tiitel. Armastasin oma tööd väga, kuid ajad muutusid,

velskripunktid kaotati ning otsustasin õppida uue eriala. 1987-1993 õppisin Tartu Ülikoolis

logopeederipedagoogiks. 1998.aastast oman vanemõpetaja kutset. Logopeedina oman 7.taset. Aastatel 2012-2017

koolitasin tegevusjuhendajaid mitmetes Eestimaa linnades olles lektoriks ning lõputööde juhendajaks

ligikaudu 100-le õppurile. Olen töötanud igas vanuses erivajadustega inimestega, sealhulgas ka

hoolekodus. Olen töötanud ka lasteaia liitpuudega laste rühmas. Käesoleval ajal töötan nii koolis kui ka

lasteaia ning aitan ka täiskasvanuid kõne ja eneseväljendusoskuste arendamisel. Kuulun logopeedide ühingusse, olen osalenud paljudel koolitustel, sealhulgas Taanis ja Saksamaal. Minu töö on väga huvitav, vaheldusrikas ja väga huvitav.