



1. **Täienduskoolitusasutuse nimetus:**

MTÜ Tartu Psühhodraama Instituut

2. **Õppekava nimetus:**

„Psühhodraama baaskursus ehk psühhodraama rakendaja koolitus“

3. **Õppekavarühm** (vastavalt ISCDE 2013 õppekavarühmade klassifikatsioonile):

0031 Isikuarengu õppekavarühm

4. **Õppe kogumaht** (akadeemilistes tundides):

Õpingute kogukestus on 500 tundi, millest esimesel aastal läbitakse 230 tundi (auditoorne õppetöö 145 tundi; iseseisev töö kirjanduse ja muu õppematerjaliga, sh esseede ja refleksioonide kirjutamine 85 tundi).

5. **Sihtgrupp**

Psühhodraama baaskursusele on oodatud inimesed, kes on tegevad õpetamises, sotsiaaltöös, (projekti)juhtimises, inimeste arendamises, jne. Kursus sobib spetsialistidele (nõustajad, psühholoogid, sotsiaaltöötajad, pereterapeutid, noorsoo- ja lastekaitsetöötajad, õpetajad ja õppejõud, coachid), kes töötavad inimestega nii individuaalselt kui viivad läbi grupiviisilist arendust.

6. **Õppe eesmärk:**

Psühhodraama rakendaja koolituse eesmärk on osalejate isiksusliku kasvu soodustamine ning psühhodraama alase baasväljaõppe andmine.

7. **Õpiväljundid:**

I õppeaastal

- Osalejad saavad isikliku psühhodraama kogemuse nii protagonistina, abimina, auditooriumi kui psühhodraama lavastaja rollis;
- Osalejad teavad psühhodraama põhielemente;
- Osalejad teavad psühhodraama peamisi teoreetilisi aluseid;
- Osalejad omandavad peamised teadmised psühhodraama ajaloost;
- Osalejad saavad oma elus paremini hakkama suhete kujundamise ja reguleerimisega;
- Osalejad leiavad enam valikuid ja lahendusi elus ette tulevatele keerulistele olukordadele;
- Osalejad mõistavad paremini oma impulsside päritolu ja juhivad paremini oma tundeid, mõtteid ja käitumist;



8. Õppe sisu

I õppeaasta

1. sessioon 17.-19.03.2022	Tegevuslik sotsiomeetria tutvumiseks; Õppekava ülevaade „Elav ajaleht“ Vinjett „Kohtumine“ Sotsiodraamaaline grupi teema uurimine
2. sessioon 5.-7.05.2022	Psühhodraama ajalugu (1) Spontaansus ja loovus Psühhodraama lavastused Sissejuhatus sotsiomeetriasse
I suvekursus 8.-12.06.2022	Sotsiaalne aatom „Foto lapsepõlvest“ Psühhodraama 5 elementi: lavastaja, protagonist, abi-mina, lava, publik Klassikalise psühhodraama põhietapid
3. sessioon 8.-10.09. 2022	Psühhodraama tehnikad: peegel, duubel ja rollivahetus
4. sessioon 10.-12.11.2022	Rolli mõiste Roll ja rolliteooria, erinevad käsitlused Rollide jagamise erinevad viisid Rolli treening ja rollide areng

- Kolmepäevaste intensiivsessioonide struktuur kopeerib reeglina psühhodraamaprotsessi üldist loogikat:
 - Soojendus ja vaheülesannete refleksioon. Vajadusel ka grupiprotsesside refleksioon
 - Kogemuse interaktiivne mõtestamine
 - Harjutused käsitletud teemade omandamiseks
 - Protagonistide valimine
 - Lavastused: psühhodraama vinjetid, sotsiodraamad või psühhodraamad
 - Jagamine (enda tunnete ja kogemuste refleksioon)
 - Protessanalüüs
- Viiepäevastel suvekursustel käsitletakse süvendatult:
 - Teoreetilisi teemasid
 - Psühhodraama elemente ja tegevuslikke meetodeid
 - Ajamahukaid sotsiodraama- ja sotsiomeetria harjutusi
 - Iga osaleja isiksusliku arengu võtmeteemasid tegevuslike meetodite abil

7. Õppemeetodid:

- lühiloengud + töö infomaterjalidega
- grupiarutelud
- praktilised harjutused
- rollitreening
- rollimängud
- sotsiomeetrilised jm soojendusharjutused
- simulatsioonid
- psühhodraama vinjetid ja psühhodraamalavastused
- sotsiodraama
- eneseanalüüsi ja refleksiooni harjutused
- töö kirjandusega



8. Iseseisev töö:

- Töö kirjanduse ja muu õppematerjaliga, sh esseede ja refleksioonide kirjutamine (osaliselt e-õppe vormis)
- Oma kogemuse refleksioon
- Lõputööna refleksioon koolitusest, sh enda kogemus ja kogemus grupi ja grupiprotsesside kohta
- Isikliku arenguplaani koostamine

9. Õppematerjalide loend:

- Blatner, A. & Blatner, A „The Foundations of Psychodrama. History, Theory & Practice“
- Adam Blatner „Acting-In“
- Peter Felix Kellermann „Focus on Psychodrama“
- Tian Dayton “The Drama Within. Psychodrama and Experimental Therapy”
- Tian Dayton „The Living Stage“
- Martti Lindqvist „Julge elu unelm“

10. Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid:

Õpingute lõpetamise eelduseks on osalemine vähemalt 80% ulatuses auditoorse töö tunnis, lõputöö esitamine ja iseseisva töö sooritamine ja analüüsimine, e-õppes osalemine.

Hindamismeetod	Hindamiskriteeriumid
1. Kirjaliku töö esitamine ja kaitsmine	<ul style="list-style-type: none">• Kirjalik töö on kuni 10 lehekülje pikk, milles on kirjeldatud olulisi kogemusi õpinguajast (oma kogemust on kirjeldatud psühhodraama ja sotsiomeetria teooriat ja põhimõtteid arvestades.• Õpilane esitab oma kirjalikku tööd suuliselt grupi ees ja vastab küsimustele.
2. Praktilise harjutuse läbiviimine koolitusel	<ul style="list-style-type: none">• Õpilane lavastab ühe psühhodraama vinjeti, mis koosneb ühest pildist ja sisaldab vähemalt ühte rollivahetust.• Harjutuse läbiviimisel demonstreerib lavastaja mittedirektiivset hoiakut inimeste arendamisel.

11. Kursuse läbiviimisel väljastatav dokument:

I õppeaasta lõpus saavad osalejad tõendi.

12. Õppekava kinnitamise aeg: 22.02.2018