

1.Õppekava nimetus**SOTSIAALHOOLDAJA****2.Õppekavarühm ja õppekava koostamise alus**

Õppekava rühm: sotsiaaltöö ja nõustamine

Koostamise alus: hooldustöötaja kutsestandard, tase 4.

3.Eesmärk ja õpiväljundid

Koolituse eesmärk vastavalt kutsestandardile anda teadmisi ja praktilisi oskusi töötamiseks hooldustöötajana nii avahoolduses kui hoolekande- ja terviseasutuses.

Õpiväljundid: koolituse lõpuks õppija

- Omab ülevaadet sotsiaalhoolekandega seotud õigusaktidest ja nende rakendamisest.
- Saab teadmised hoolduse alustest ja kutse-eetikast.
- Planeerib ja teeb majapidamis-, puhastus- ja korrastustöid, arvestades kaasaegseid koristuspõhimõtteid ja kodukeemia kasutamise nõudeid. Motiveerib abivajajat nendes tegevustes osalema, arvestades abivajaja vajadusi ja võimalusi; Korraldab abivajaja majapidamises vajalikke töid.
- Planeerib ja teeb vajalikud hooldustegevused lähtuvalt hooldusplaanist ja abivajaja seisundist. Tutvustab abivahendeid ja nende saamise võimalusi, juhendab kasutamisel. Teavitab abivajajat tervislikust toitumisest ja toiduhügieenist arvestades abivajaja toitumisvajadusi ja -iseärasusi. Jälgib toiduhügieeni, teab tervisekaitse nõudeid. Jälgib abivajaja toitumist tema seisundist lähtuvalt, juhendab ja abistab abivajajat söömisel ning vajadusel sööda teda. Hindab abivajaja riiete otstarbekust ja mugavust lähtuvalt tema tervislikust seisundist, erivajadusest. Abistab vajadusel hügieenitoimingutes ja korraldab iluteenuseid (nt maniküür, pediküür, juuksur), toetab abivajajat tema seksuaalsuse väljendamisel (nt suhtlemine vastassugupoolega jt). Teostab vajadusel hooldustoiminguid (nt kehatemperatuuri, pulsi- ja hingamissageduse, vererõhu ja veresuhkru mõõtmine; lamatiste- ja nahahooldust, sidumisi jms), arvestades tervisenäitajaid ja kasutades vastavaid vahendeid;
- Dokumenteerib hooldustoimingud. Hangib vajadusel ravimid vastavalt arsti korraldusele ja aitab neid manustada. Abistab öde õendustoimingute sooritamisel. Korraldab vajadusel abivajaja toimetulekut toetavaid rehabilitatsiooni-, sotsiaalseid ja tervishoiuteenuseid koostöös võrgustikuga. Vajadusel toetab ja juhendab lähedasi surija hooldusel või hooldab surijat, osaleb surnu korrastamisel, järgides kutse-eetikat ja kultuuritraditsioone.
- Hindab eaka vananemisega seotud füüsiliste, psüühiliste ja sotsiaalsete muutuste mõju igapäevaelus toimetulekule vastavalt tegevusvõimele. Abistab ja juhendab eakat igapäevaelus toimetulekul, säilitades maksimaalselt eaka iseseisvust ning enesekontrolli. Märkab eaka terviseprobleeme, aitab eakal terviseprobleemidega toime tulla.
- Märkab laste ja perede probleeme, hindab laste ja perede abivajadust ning juhendab pöördumisel spetsialisti poole, tuginedes lastekaitsealaste õigusaktide nõuetele. Toetab lastega pere igapäeva-toimetulekut juhendades pere-eelarve koostamist ning selle järgimist.
- Annab esmaabi haigushoogude, õnnetusjuhtumite ja traumade korral, vajadusel kutsub abi. Kasutab esmaabivõtteid ja -vahendeid vastavalt olukorrale ja elustab kliinilises surmas olevat abivajajat, arvestades tema seisundit, kutsub abi.

- Oskab näha abivajaja probleeme. Hindab abivajaja sotsiaalsed võrgustikku ning vajadusel abistab suhtlusvõrgustikuga suhtlemisel. Märkab konfliktset olukorda ja leiab lahenduse, kasutades selleks sobivaid suhtlemisviise. Valib sobiva suhtlemisviisi, et saavutada usalduslik suhe kliendi, tema perekonna, hooldajate ja teistega. Oskab tulemuslikult suhelda erineva positsiooni, kultuuritausta ja maailmavaatega inimestega. Ennetab konflikte sobiva suhtlemispsühholoogiast tuleneva meetodiga. Lahendab probleeme oma pädevuse piires, kuulates abivajajat aktiivselt ja empaatiliselt.
- Märkab erivajadusega seotud probleeme, leiab nende lahendamise võimalusi teenuste ja toetuste kaudu. Motiveerib ja toetab erivajadusega inimest eesmärkide püstitamisel ja otsuste vastuvõtmisel. Tutvustab abivajajale abivahendi saamise võimalusi, abistab abivahendi hankimisel ning motiveerib ja juhendab erivajadusega inimest ja tema lähedasi selle kasutamisel. Märkab erivajadusega inimese elukeskkonna kohandamise vajadust, teeb vastavaid ettepanekuid; vajadusel kaasab teiste erialade spetsialiste. Toetab abivajajat rehabilitatsiooniplaani täitmisel.
- Oskab planeerida ja korraldada meeskonnatööd, arvestades organisatsiooni eripära, abivajajate vajadusi ning teeb koostööd sidusvaldkondade esindajatega, kasutades selleks vastavaid meetodeid.
- Praktika käigus kinnistatakse saadud teadmisi ja tutvutakse praktiliselt vanurite eest hoolitsemisega ning analüüsitakse igapäevast tegevust. Täidetakse praktikapäevikut.

4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused

Sihtgrupp: täiskasvanud, kes soovivad omandada teadmisi ja oskusi hooldustöötaja, hooldaja, sotsiaalhooldajana töötamiseks.

5. Õppe maht

Koolituse kogumaht on 320 auditoorset õppetundi, sh 120 tundi praktikat ja 10 tundi iseseisvat tööd.

6. Õppe sisu

| Teemad | Õppetundide arv | Sisu lühikirjeldus |
|---|-----------------|--|
| Seadusandlus, tervisekorraldus | 16 | Sotsiaalhoolekande seadus; Perekonnaseadus; KOV sotsiaalteenuste ja toetuste osutajad; KOV koostöö sotsiaalteenuste osutamisel; KOVi poolt pakutavad sotsiaalteenused; avahooldus ja koduhooldusteenus, päevakeskus. |
| Kutse-eeetika ja põhimõtted | 8 | Hoolekandetöö eesmärgid ja meetodid. |
| Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine | 40 | Hooldustegevuste planeerimine, hooldusplaan; Turvalise keskkonna korraldamine, ergonoomika; Tervislik toitumine, toiduhügieen, tervisekaitsenõuded; Igapäevased hügieenitoimingud, hooldusabivahendid, riietumine, iluteenused. Füüsiliste, psüühiliste ja sotsiaalsete tegevuse toetamine. Seksuaalkäitumise toetamine; Erinevad hooldustoimingud, ravimite hankimine, manustamine, |

| | | |
|--|------------|--|
| | | koduapteek. Tähtsamad raviprotseduurid, õe abistamine õendustoimingute sooritamisel; Toimetulekut toetavate rehabilitatsiooni-, sotsiaal- ja tervishoiuteenuste korraldamine; Suriija hooldamine, lähedaste toetamine ja juhendamine suriija hooldusel. |
| Majapidamistöde korraldamine | 16 | Majapidamistöod, kaasaegsed koristuspõhimõtted, vajalike tööde korraldamine; Pesu- ja puhastusteenused; Isikukatsevahendid. |
| Töö lastega | 8 | Lastekaitse, lastekaitsealased õigusaktid. Laste ja pere probleemide märkamine; Lapse ja pere toetamine väärtuste kujundamisel; sotsiaalse võrgustiku aktiveerimise toetamine. |
| Töö eakatega | 40 | Eakate füüsilised ja psühholoogilised iseärasused; Terviseprobleemide märkamine; Eakate sagedasemad haigused ja põetamise iseärasused; Dementsus, dementse eaka hooldus; Igapäevaelus toimetuleku abistamine. |
| Töö erivajadustega inimestega | 24 | Erivajadustega inimestega seotud probleemide hindamine ja lahenduste leidmine; erivajadustega inimeste motiveerimine, abivahendite kasutamise võimalused, juhendamine; Rehabilitatsiooniplaani täitmise toetamine. |
| Suhtlemine, eakate psühholoogia | 24 | Vananemisega seotud psüühilised ja sotsiaalsed muutused; Suhtlusvõrgustikuga suhtlemisel suutlikkuse hindamine; Suhtlemisviisid, suhtlemine erineva positsiooni, kultuuritausta ja maailmavaataga inimestega; Konfliktsete olukordade märkamine ja lahenduste leidmine; Konfliktide ennetamine ja probleemide lahendamine. |
| Esmaabi andmine | 16 | Tervisliku seisundi määratlemine; Esmaabi andmine haigushoogude, õnnetusjuhtumite ja traumade korral; Elustamine. |
| Meeskonnatöö | 8 | Meeskonnatöö korraldamine, planeerimine, koostöö. |
| Praktika | 120 | Praktika toimub Tallinna Diakooniahaiglas, Rapla Hooldekeskuses või Rapla Haiglas |
| KOKKU | 320 | |

7. Õppekeskkonna kirjeldus

Õppeklass on sisustatud 10-ne laua- ja istekohaga. Kasutada saab tahvlit, datapojektorit, koopiamasinat, arvuteid (interneti kasutamise võimalus). Puhkepausidel saab kasutada veekeetjat ja kohvimasinat.

8. Õpingute lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid

Õpingute lõpetamise eelduseks on osalemine auditoorses õppes vähemalt 80 % ulatuses. Õppetulemuste hindamise aluseks on arvestus (küsimustk) ja praktikapäeviku esitamine. Kursuse lõpetanutele väljastatakse õppeasutuse tunnistus, mille alusel on võimalik sooritada hooldustöötaja, tase 4 riiklik kutseksam.

9. Koolitaja klassifikatsioon

Pedagoogiline, meditsiiniline või sotsiaaltöö haridus, praktilise õpetamise kogemus.