



Kogemusnõustamine ja selle piirid

Anneli Valdmann
Kogemusnõustajate Koda

www.kogemuskoda.ee

Kes on kogemusnõustaja?

Inimene kellel on ...

Isiklik
taastumise
või kriisist
väljumise
kogemus

Kogemus-
nõustaja
riilik
väljaõpe

Täiendada võib sotsiaalvaldkonna akadeemiline haridus
või nõustamise väljaõpped.

Kuidas KN tegutsevad?

Mitteformaalselt, kogukonnatöona - „Inimene pargipingilt”

Vabas vormis

Mistahes asukohas

Mh juhusliku kohtumise situatsioonides

**Formaalselt - organisatsiooni töötaja või lepingulise
vabatahtlikuna**

Töösuhe

Koordineeritud

Kliendid suunatakse

Tööruumides

Kuidas KN saavad aidata?

Lühiajaline nõustamissuhe/ nõustamisprotsess (1-3 kohtumist)

Konsultatsioon – praktiline info

Praktilise informatsiooni jagamine

Julgustamine, jõustamine

Oma taastumisloo jagamine, kui klient soovib (ei ole kohustuslik osa KN-st!)

Pikaajaline nõustamissuhe/ nõustamisprotsess

(3+ kohtumist; võib kesta ka aastaid)

Pikaajaline emotsionaalne ja praktiline toetamine psühholoogilise kriisiga toimetulekuks

Pikaajaline emotsionaalne ja praktiline toetamine toimetulekuoskuste arendamiseks ja kinnistamiseks

Lühiasjaliselt esmane toetamine akuutses kriisis

Emotsionaalse toe pakkumine

Kriisabi ABC

Mõeldud toena, kuni kriisiklient jõuab teiste professionaalide juurde

Kas KN nõustab ainult oma kogemuse teemas?

Kui nõustada inimest, kel on erinev taastumisteema

Saab pakkuda

- üldist emotsionaalset toetust
- üldist kriisinõustamist (pigem akuutses kriisis)

Ei saa pakkuda

- probleemspetsiifilist praktilist infot
- probleemspetsiifilist emotsionaalset toetust

Kui nõustada inimest, kellega on ühine taastumisteema

Saab pakkuda

- probleemspetsiifilist praktilist infot
- tuge probleemspetsiifiliste oskuste ja toimetulekustrateegiate omandamisel ja kinnistamisel
- probleemspetsiifilist emotsionaalset toetust ja mõistmist
- tuge pikaajalises taastumises

Kogemusnõustaja saab aidata ...

- olemas olemisega
- ära kuulamisega
- mõistmise ja toetamisega
- praktilise infoga
- oma loo jagamisega
- oma praktiliste kogemuste ja läbiproovitud lahendustega
- oma teadmistega
- uute oskuste õpetamisega
- julgustamise ja julgustamisega
- nõustamise baastehnikatega
- vajadusel õigete inimeste juurde (arstid, nõustajad, konsultandid, sotsiaaltöötajad jne) edasi suunamisega ja nende töö täiendamisega

www.kogemuskoda.ee/millega-kn-aitab/

Tööeetika ja kogemusnõustajate eetikakoodeks

Kogemusnõustaja seisab hea inimeste heaolu eest.

Kogemusnõustaja aitab kaasa kriisidest, probleemidest ja tervisekahjustustest taastumisel.

Kogemusnõustaja ei tee midagi, mis võiks aidatavat kahjustada.

Kogemusnõustaja lähtub oma tegevuses oma teadmiste ja oskuste piiridest.

Kogemusnõustaja ei loo ootusi, mida ta ei suuda täita.

Kogemusnõustaja ei soodusta pettekujutluste, illusioonide, väärarvamuste teket ega levikut.

Kogemusnõustaja ei kasuta oma eriala- ja ametinimetust eraisikuna tegutsedes.

Kogemusnõustaja ei paku teeneid teenete vastu.

Kogemusnõustaja loob oma sõnade, tegude, olemuse ja välimusega turvalist ja usaldusväärset keskkonda.

www.kogemuskoda.ee/kn-eetikakoodeks/

Tööeetika ja kogemusnõustajate eetikakoodeks (jätkub)

Kogemusnõustaja ei levita oma isiklike väärtussüsteeme, uskumusi ja eelistusi (poliitilised, religioossed, maailmavaatelised, tervisealased, soolised jt väärtussüsteemid).

Kogemusnõustaja ei paku kogemusnõustamise nimetuse all teisi teenuseid ja praktikaid.

Tööd tehes ei kahjusta kogemusnõustaja ei klienti ega iseennast, ehk

- tagab aidatava privaatsuse ja (teda puudutava info) konfidentsiaalsuse
- hoolitseb enda kui professionaali heaolu ja suutlikkuse eest
- töötab oma hetkevõimekuse piirides
- pöördub vajaduse korral professionaalse abi järele (supervisioon või eneseteraapia) ja/või katkestades ajutiselt tegevuse kogemusnõustamise vallas.

Iga kogemusnõustaja esindab kogemusnõustajate kogukonda ja kujundab selle head ja väarikat mainet.

www.kogemuskoda.ee/kn-eetikakoodeks/

Mida kogemusnõustaja EI tee? Ehk kogemusnõustamise piirid.

Kogemusnõustaja ...

- ei survesta
- ei esine
- ei arva, et tema isiklik kogemus või taastumisviis on ainus, kõige õigem ja kliendile sobiv
- ei kasuta kliente oma vajaduste täitmiseks – nt vajadus tunnustuse, tähelepanu või läheduse järele
- ei asenda teisi professionaale
- ei võistle teiste professionaalidega ja ei sea end nendest kõrgemaks ega targemaks

www.kogemuskoda.ee/kn-eetikakoodeks/

- ei vaidlusta teiste professionaalide tööd ja töömeetodeid – raviskeemid, taastumistegevused jmt
- ei pea ja ei nimeta ennast terapeutiks, meedikuks ega ühekski teiseks spetsialistiks, mille väljaõpe ja pädevused tal puuduvad
- ei paku kogemusnõustamise nime all teisi teenuseid ja praktikaid
- ei avalda oma töö kohta eksitavat ja segadust tekitavat infot – näiteks kogemusnõustamise teenuse kirjeldus samal veebilehel koos esoteeriliste praktikatega, Eestis mittetunnustatud ja mittetõenduspõhiste psühhoteraapia praktikatega, alternatiivmeditsiini praktikatega – kogemusnõustamine on riiklik teenus, selle mainet ei tohi kahjustada mittetunnustatud teenustega
- ei kasuta, ei reklaami soovitusi ega reklaamtekstidega oma tööruumides mittetõenduspõhiseid praktikaid

www.kogemuskoda.ee/kn-eetikakoodeks/

www.kogemuskoda.ee
Fb – Kogemusnõustajate Koda

Anneli Valdmann
kogemuskoda@gmail.com
56 696 105