



Koolitus raseduskriisi nõustajatele:

**Raseduskriisinõustaja tööks vajalikud teadmised ja oskused sünnitusjärgse depressiooni varasel avastamisel ning esmase nõustamise läbiviimisel**

Koolitaja: Kristiina Uriko, PhD

Koolituse maht kokku: 15 akadeemist tundi (sh 5 akt seminar, 4 akt supervisioon grupis, 6 akt iseseev töö).

Eesmärk: Anda raseduskriisinõustaja tööks vajalikke teadmisi ja oskuseid sünnitusjärgse depressiooni varaseks avastamiseks ning esmase nõustamise läbiviimiseks.

Õpiväljundid:

- Omab ülevaadet sünnitusjärgse depressiooni varase avastamisega seotud põhimõtetest ning võrgustikutöö võimalustest.
- Oskab oma töös viia läbi sünnitusjärgse depressiooni sümptomaatika esmast hindamist (sh kasutada Edinburghi sünnitusjärgse depressiooni skriiningtesti) ning lähtub hindamise tulemuste interpreteerimisel tõenduspõhistest seisukohtadest.
- Oskab kasutada psühholoogilise nõustamise põhimõtteid naise ja/või pere esmasel nõustamisel.

Sisukirjeldus:

- Sünnitusjärgse depressiooni levimus ja etioloogia.
- Sünnitusjärgse depressiooni riskitegurid ning nende hindamine.
- Sünnitusjärgse depressiooni sümptomaatika ning selle hindamine.
- Sõeluurimine depressiooni varajasel avastamisel. Tulemuste interpreteerimine. Tagasiside andmine.
- Esmase nõustamine lähtuvalt psühholoogilise nõustamise põhimõtetest.

Iseseisev töö: hindamistegevuse lühianalüüsi koostamine supervisioonis esitlemiseks. Iseseisva töö juhend antakse seminaril.



**SEMINAR\* 20.11.2021**, kl 10-15

**Toimumiskoht: Punane Puu Koolituskeskus** (Pirita tee 20p, Tallinn)

**Ajakava:**

- 10.00-11.30 Sünnitusjärgne depressioon ning selle levimus ja etioloogia.  
Sünnitusjärgse depressiooni riskitegurid ning nende hindamine.  
Raseduskriisinõustaja roll võrgustikutöös.
- 11.30-12.15 *Lõunapaus*
- 12.15-13.45 Sünnitusjärgse depressiooni sümptomaatika ning selle hindamine.  
Sõeluurimise põhimõtted depressiooni varajasel avastamisel.  
Edinburghi sünnitusjärgse depressiooni skaala (EPDS) ning selle kasutamine.  
Tulemuste interpreteerimine. Tagasiside andmine.  
Esmane nõustamine lähtuvalt psühholoogilise nõustamise põhimõtetest.
- 13.45-14.00 *Kohvipaus*
- 14.00-15.00 Tegevuspõhimõtted raseduskriisinõustaja töös sünnitusjärgse depressiooni varasel avastamisel, esmase nõustamise läbiviimisel ning võrgustikutöö korraldamisel.

**SUPERVISIOON**

Supervisiooniks tuleb ette valmistada iseseisev töö. Supervisioon viiakse läbi kuni 6-liikmelistes supervisioonigruppides. Supervisiooni registreerimise link saadetakse e-mailile.

Kuupäevad:

- 24.01 kel 15-18.15 veebis (zoom)  
25.01 kell 15-18.15 Raseduskriisikeskuses  
10.02 kell 15-18.15 veebis (zoom)

Superviisor: Kristiina Uriko, PhD

Koolitust korraldab SA Väärtustades Elu.

Koolitust toetab EV Sotsiaalministeeriumi projekt “*Laste ja perede heaolu tagavate teenuste koostööpakkumine*”.

*\*Lähtuvalt EV hetkel kehtivatest piirangutest võivad seminaril osaleda haigustunnusteta isikud, kellel on kehtiv COVID-tõend vaksineerituse või läbipõdemise kohta.*