



Õppekava

Sertifitseeritud leinanõustaja täiendusõpe

Õppekava: Leinanõustamise täiendusõpe

Õppekavarühm: Psühholoogia

Õppekava eesmärk: Anda osalejale sügav, traumateadlik ja praktikapõhine ettevalmistus leinas inimeste professionaalseks ja turvaliseks toetamiseks, sealhulgas komplitseeritud ja traumaatilise leina puhul.

Sihtgrupp:

- Vaimse tervise spetsialistid, kes soovivad spetsialiseeruda leinanõustamisele nagu nt: kogemushõustajad, psühholoogid, hingehoidjad, sotsiaaltöötajad, nõustajad, coachid jm.
- Leina kogenud inimesed, kes soovivad leinajatele professionaalset tuge pakkuda

Õpingute alustamise tingimused:

- Kõrgharidus on omandatud või omandamisel.
- Erandkorras võetakse vastu ka pikaajalise (3+ aastat) vaimse tervise toe praktikaga osalejaid (eelistatult leinatugi), kel puudub kõrgharidus.

Õppe kogumaht: 312 ak t, sealhulgas:

- 168 ak t auditoorset praktilist õpet (14 õppemoodulit, millest 3 on kontaktmoodulid kohapeal ja 11 toimub veebiõppena Zoomis)

- 40 ak t grupiseseid praktikaid (õppemoodulite väliselt), mentorite juhendamisel
- kuni 8 ak t juhendatud välispraktikat (3 kliendijuhtumit)
- vähemalt 96 ak t iseseisvat õpet, millele lisandub läbitava kirjanduse nimekiri

Õpiväljundid: Õppe läbinud osaleja:

- rakendab leina- ja traumateadlikke meetodeid vastavalt kliendi eripäradele ja vajadustele, sealhulgas komplitseeritud juhtumite puhul
- loob ja hoiab emotsionaalselt turvalist nõustaja-kliendi suhet, sõltumata leina intensiivsusest või eripärast
- tunneb ära ja juhib teadlikult enda reaktsioone, mis nõustamisprotsessi käigus esile kerkivad
- hindab oma professionaalsete oskuste ja võimekuse piire ning suunab vajadusel kliendi asjatundlikult edasi teise spetsialisti juurde

Täiendusõppe sisu:

Alused ja teoreetiline raamistik

- Nõustamisalused ja leinanõustaja professionaalne roll
- Nõustamise eetika
- Leinateooriad ja kiindumusteooria
- Leinaprotsesside mõistmine ja toetamine
- Toimetuleku toetamine leinas ja elumuutustes
- Lein läbi arenguetappide ja varjatud leina äratundmine
- Komplitseeritud lein

Trauma ja kriisiteadlikkus

- Traumateadlikkus leinatöös
- Traumateooria ja praktilised harjutused
- Kriisis oleva inimese toetamine
- Töö suitsiidse kliendiga

Praktilised meetodid ja tänapäevased lähenemised

- Tänapäevased leinatöö metoodikad
- Aktiivse leina mudel ja praktilised sekkumismeetodid
- Intrapersonaalne dialoog traumatöö metoodikana
- Sisemise lapse töö leinatöös

- Somaatiline praktika leina läbitöötamiseks
- Loovteraapilised meetodid leinaga toimetulekuks

Sihtrühmapõhised eripärad

- Trauma- ja leinameetodid töös lastega
- Surma teema käsitlemine läbi arenguetappide
- Paarisuhte eripärad leinatöös

Professionaalne areng ja enesehoid

- Kohalolu eneses ja klienditöös samaaegselt (läbiv praktika)
- Leinanõustaja enda leinakogemus — võimekus ja piirid selle jagamisel
- Enesehool ja projektsiooniriski ennetamine emotsionaalsete protsesside toetajana

Ülesehitus:

- teooria peamiselt iseseisva õppe formaadis
- individuaalne praktika
- praktika nii grupi- kui paaristööna
- juhendatud nõustamispraktika õpikaaslastega
- juhendatud välispraktika

Õppekeskkonna kirjeldus: Kombineeritud õpe.

11 õppemoodulit toimuvad veebipõhiselt täiskasvanute õppimist toetavas Zoomi keskkonnas. 3 kontaktmoodulit (avamoodul oktoober 2026, kontaktmoodul juuni 2027, lõpumoodul juuni 2028) toimuvad füüsiliselt kohapeal, koolitustingimustele vastavas ruumis. Iseseisva õppe materjalid on kättesaadavad leina e-kompetentsikeskuse õppekeskkonnas (leinakool.thinkific.com), millele on ligipääs ainult õppega seotud koolitajatel ja õppijatel.

Õppematerjalide loend: Õppematerjalid ja kirjanduse nimekiri on kättesaadav e-õppekeskkonnas.

Lõpetamise tingimused ja väljastatav dokument: Koolituse lõpetamise tingimuseks on osalemine vähemalt 80% auditoorsest õppemahust (vähemalt 134 ak t 168-st), praktikakomponentide (grupisisesed praktikad, juhendatud välispraktika) täies mahus läbimine, õpiväljundite saavutuse tõendamine ning lõputöö "Leinateadlikkuse edendamine Eestis" esitamine. Õppijale, kes täidab kõik nõuded ja kelle õpiväljundite saavutust on hinnatud, väljastatakse tunnistus. Eelnevaid tingimusi mittetäitnud õppijale väljastatakse tõend koolitusel osalemise kohta läbitud teemade lõikes.

Täiendusõppe läbiviija: Leinanõustaja Meeli Laane, magistrikraadiga õppejõud, praktiseeriv leinanõustaja ja 20mne aastase kogemusega koolitaja.

Meeli Laane on Leinakooli asutaja, transpersonaalne psühhoterapeut ja traumateadlik leinanõustaja. Ta on töötanud üle kümne aasta erapraksises leinanõustajana, toetades nii loomuliku leinaprotsessi kulgu kui ka traumaatilise ja komplitseeritud leinaga toimetulekut. Meeli on The Grief Recovery Method tippspetsialist ning on koolitanud terapeute ja erialaspetsialiste leina teemal nii Eestis kui ka Armeenias, Saksamaal ja Prantsusmaal.

Täiendusõppe korraldaja: Leinakool

Täiendatud: 2. august 2026, Leinakooli asutaja Meeli Laane poolt.

Leinakool
www.leinakool.ee