

KINNITAN

/digitaalselt allkirjastatud/

 Indrek Madar
 juhatuse liige
 „13“ oktoober 2023.a

OÜ Autosõit

Õppekava B-kategooria õpe / Muu / J-Järelkoolitus

1. Üldalused

Õppekavarühm	Põhiõppekavad
Õpetamise korralduslikud alused	Mootorsõidukijuhi järelkoolitus koosneb neljast moodulist, millest igas moodulis on 4 kontaktundi. Lisanduvad ka iseseisvad tööd. Iga mooduli toimumise vahe on vähemalt 1 nädal. Koolitusgruppide suurus 6-12 isikut. Põhjendatud juhtudel võib järelkoolituse läbi viia ka üksikkorras.
Üldised õpiväljundid	Järelkoolituse eesmärk on esmast juhiluba omava juhi seaduskuuleka liikluskäitumise kujundamine läbi nõustamise protsessi kaasliiklejaid arvestava ja ohutu liikluskäitumise taastamiseks. Keskendutakse teadlikkuse tõstmisele ohutuks liiklemiseks mootorsõiduki juhtimisega toimetulekul. Aidatakse osalejatel teadvustada mõtete-tunnete-käitumise vahelisi seoseid ning motiveerida oma õigusrikkumiseni viinud käitumise muutumist. Oluliseks aspektiks on üles leida ja läbi töötada osalejatel esinevad reaalsusega mittekooskõlas olevad ootused ja väärtõlgendused, kujundada ohutu liikluskäitumise individuaalselt kohaldatud mudel. Õpetada analüüsima oma elustiili ja sellest tulenevaid vigu, anda teadmisi hälbiva käitumise mõju kohta ja õpetada võtma vastutust oma käitumise tagajärgede eest. Pikaajalises perspektiivis loobumine madalast eneseregulatsiooni oskusest tingitud negatiivsete tagajärgedega käitumisest liikluses. Lühemas perspektiivis loobumine positiivsest tunduvatest väärkäitumistest, mis võivad tingida liiklusreeglitest kõrvalekaldumisi.
Õpingute alustamise tingimused	1) alkoholi- või narkojoobes või alkoholi piirmäära ületavas seisundis juhtimise eest karistatud esmase juhiloaga juhid; 2) üldiste riskikäitumise ilmingutega esmase juhiloaga juhid, kelle mootorsõiduki juhtimisõigus on korduvalt ära võetud; 3) üldiste riskikäitumise ilmingutega esmase juhiloaga juhid, kelle mootorsõiduki juhtimisõigus on esmakordselt ära võetud. 4)

Õppe maht	Järelkoolituse kontakttundide kestus on 16 akadeemilist tundi ning iseseisvat tööd vähemalt 15 tundi (kokku vähemalt 31 tundi).
Õppekeskkonna kirjeldus	Järelkoolitus viiakse läbi tervisekaitse nõuetele vastavas õpperuumis ja/või veebiloengutena Google Meet keskkonnas.
Ajakava	1. moodul (4 kontakttundi); Iseseisev töö 2. moodul (4 kontakttundi) Iseseisev töö 3. moodul (4 kontakttundi) Iseseisev töö 4. moodul (4 kontakttundi) * Iga mooduli toimumise vahe on vähemalt 1 nädal.
Õppematerjalide loend	Õppekava on üles ehitatud liiklusohutusprogrammi TEEL alusel, mis on valminud koostöös rahvusvaheliste liikluspsühholoogidega (Palacy University of Olomouc, Traffic Psychology International). Liiklusohutusprogrammis TEEL rakendatakse kognitiiv-käitumusliku lähenemise põhimõtteid ning motiveeriva intervjuerimise tehnikaid. Õppematerjalideks loengumaterjal ning teemapõhised töölehed.
Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid	Järelkoolitus loetakse läbituks kui osaleja on kõigist koolituse moodulitest osa võtnud ning täitnud koolitusel antud ülesanded. Lõpetamisel esitatakse andmed järelkoolituse lõpetanute kohta elektrooniliselt Transpordiametile järelkoolituse lõppemisele järgneva kolme tööpäeva jooksul.
Koolituse läbiviimiseks vajalik kvalifikatsioon, õpi- või töökogemus.	Koolitust viib läbi psühholoog (<i>nõustaja</i>), kes on läbinud vastava kõrgkooli juhendamisel liiklusõigusrikkujate täienduskoolitaja aluskoolituse vähemalt 120 akadeemilise tunni mahu ning kes on saanud Transpordiameti tunnustuse järelkoolituse läbiviimiseks.

2. Õppeteemade sisud ja õpimeetodid teemade lõikes

2.1. Moodul 1

BJK 1/1	
Teema lühikirjeldus	Liikluspsühholoogilises sekkumisprogrammis osaleja isiklike eesmärkide seadmine, osaleja liiklussüüteoni viinud sündmuste jada ja käitumise motivatsioon, hoiakute ja harjumuste kujunemine ning avaldumine liikluses, joobes juhtimine ja selle tagajärjed, vere alkoholisisalduse langemise kiirus.
Õpimeetodid	Loeng, grupiarutelu, rühmatöö, rollimängud.
Iseseisev töö	Moodulite vaheline enesejälgimine. Seoste nägemine enda mõtete-tunnete ja käitumise vahel.

2.2. Moodul 2

BJK 2/1	
Teema lühikirjeldus	Liiklusriskide käsitlemine, osaleja liikluskäitumise ajalugu, pidurdamis- ja peatumisteed, kognitiivsed moonutused, sõiduki juhtimist ja tähelepanu häirivad tegevused.
Õpimeetodid	Loeng, grupiarutelu, rühmatöö, rollimängud.
Iseseisev töö	Moodulite vaheline enesejälgimine. Osaleja tähelepanu häirivad tegevused igapäevaelus.

2.3. Moodul 3

BJK 3/1	
Teema lühikirjeldus	Riskikäitumise võimalikud põhjused, sõidukijuhi riskifaktorid ja eneseanalüüs, grupikäitumise mõju liikluses, moraalsed tasandid (Gibbs), juhtumite arutelu.
Õpimeetodid	Loeng, grupiarutelu, rühmatöö, rollimängud.
Iseseisev töö	Moodulite vaheline enesejälgimine. Võimalike riskiolukordade kaardistamine ja toimetulekuplaani koostamine.

2.4. Moodul 4

BJK 4/1	
Teema lühikirjeldus	Muutuste motivatsioon, senisele riskeerivale käitumisele alternatiivide leidmine, osaleja ohutu liikluskäitumise individuaalselt kohaldatud mudeli loomine, personaalne tagasiside osalejale võimalike riskikohtade ning muutuste motivatsiooni osas.
Õpimeetodid	Loeng, grupiarutelu, rühmatöö, rollimängud.