

TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

Karam Kriya Nõustajakoolitus

Õppekavarühm:

Tervise ja heaolu interdistsiplinaarne õppekava

ÕPPEKAVA KIRJELDUS

Õppekava õpiväljundid. Koolituse läbinud õpilane :

- Teab karam kriya nõustamise eripära ning oskab välja tuua numbrite rakendamise potentsiaalsed positiivsed mõjud.
- Tunneb karam kriya nõustamise eetikat ja professionaalsete standardite koodeksit ning oskab hinnata nõustaja rolli vastutust ja mõju.
- Oskab läbiviia Karam kriya nõustamise (konsultatsioon) ning selle erinevaid osasid ning omab vajalike suhtlemise oskuse.
- Oskab anda näpunäiteid, soovitusi ja õiged tehnikad kliendile.
- Tunneb numbrite meelekäsitlust, erinevaid toetavaid tehnikaid ja meditatsiooni erinevate situatsioonide jaoks.
- Oskab oma tegevustes lähtuda nõustajaks olemise rollist ning vastutusest nõustaja ja nõustamise ees.
- Tunneb rollist lähtuvalt oma piire, võimalusi, vastutust ning ohte, oskab vajadusel klienti suunata kellegi teise juurde.
- Teab, et õpetaja vastutab õpetuste puhtal kujul edasiandmise eest ning ei esitle kundalini jooga õpetuste nime all teisi õpetusliine või sega seda kokku uueks õpetuseks mõne teise distsipliiniga.

- On omandanud tööriistad millega jätkata nõustamise ning ta on teadlik erinevatest resurssidest ning jätkukoolitustest.
- Oskab iseseisvalt läbiviia edukalt nõustamise seansse, mis aitavad klientidel oma meele, keha või vaimu probleemide lahendamise ja enese jätkusuutlikult vaadelda ja ise aidata.

Õpingute alustamine tingimused:

Sihtgrupp: Koolitusele on oodatud inimesed, kes on eelnevalt praktiseerinud kundalini joogat või mõnda teist joogastiili ning tunnevad kutset minna põhjalikumalt oma isiklikku praktikasse.

Samuti on oodatud need, kes ei ole varem joogat praktiseerinud, kuid soovivad läbi koolituse end isiksusena avastada, paremini mõistma ja tundma õppida ning on valmis põhjalikult kundalini jooga õpetusi omandama ja soovi korral ka õpetajana jagama.

Koolituse keel:

Koolituse töökeel on eesti keel. Välisõpetajate poolt õpetatud moodulid toimuvad inglise keeles, tõlkega eesti keeled. Vajadusel olemas ka tõlge vene keelde.

Õppe kogumaht:

- Koolituse maht on 200 ak. tundi klassiruumis teoreetiline õpe ja praktika (kokku 20 õppepäeva).
- Erialase materjali lugemine 12 tundi [vt põhivara lugemine (fookus tehnoloogia ja tema mõjude teadmisel ja mõistmisel)]
- Koolitusel osalejad viivad koolituse raames läbi vähemalt 2 nõustamisseanssi, millele on saavad tagasisidet õpetajatelt ja kaasõpilastelt.

Õppe sisu:

-

KOOLITUSE EESMÄRGID:

- Mõista numbrite põhiolemust, Karam Kriya tehnoloogiaid ja kontseptsioone et osata rakendada konsultatsioonil kliendiga (nõustamisel)
- Kogeda isiklikku arengut läbi nõustamise praktika
- Arendada oskusi, enesekindlust ja teadvust, mis on vajalikud Karam Kriya nõustamisel klientidega.
- Kogeda ühtsustunnet teiste nõustajatega ning Karam Kriya Kooli kogukonnas
- Karam Kriya nõustajad loovad endale omase stiili ja isikliku väljendusviisi viies loomulikus keeles, mis on: Maagia (numbrid), Meditsiin (aeg/energia), Teadus (vormi/ruumi tehnoloogia), Kunst (teadlik tundlikkus) Haridus (õppima õppimine)
-
- **Õppekava õppemoodulite teemad 2021. aastal**

Õppekavas läbib teema (igal moodulil): Nõustamise tehnikad, nõustamise praktika, Nõustamise eetika.

number 3: tüvi / leht

järjestus 3142

teaduse keel

Vormid ja Kundalini jooga kriyad. Positiivne meel. KK ja KJ kui vahendid ümberkirjutada oma ajalugu, lahendada karmilised mustrid, luua uued viisid elamiseks, uued harjumused ja mõtteviisid. Rõõm, mäng ja rollid eluteatris. Sinu oskused, võimekused, tööriistad ja teadmised. Sinu kaart.

Sinu tegutsemise käsiraamat/ käitumiskoodeks/ reeglid ja piirid, kuidas kasutada neid oskusi ja teadmisi praktikas.

number 4: õis

järjestus 4321

kunsti keel

Südame avanemine ja neutraalse meelega arendamine. Seva (isetu teenimine) ja palve. Toimivad valikud. KK kunst. Sisemise ilu manifesteerimine.

Sinu valikud, pühendumised, (eetilised) prioriteedid (investeeringud) ja kuidas sa väljendad seda distsipliinis, kus tuleb mees hoida füüsilisi, emotsionaalseid, mentaalseid ja spirituaalseid dimensioone. (Sisaldab seda, mille eest oled valmis vastutuse võtma).

number 6: intuitsioon

järjestus 6789

Vaimne sõdalane. Kohalolu arendamine, intuitsioon, vastutus, ühendamine oma mina ja maailma nähtamatute dimensioonidega läbi KK.

number 8: tervendus

järjestus 8697

Kaastunne, tasakaal ja energia ning väe/võimu õige kasutamine. KK kui tööriist mentaalseks ja füüsiliseks puhastuseks ning praana kasutamiseks

number 9: meisterlikkus

järjestus 9876

Õpetuste müstika/mõistatus/saladus ja peenekoelisuus. KK ja seos peenkehaga ja olemise kosmilise dimensiooniga. Kannatlikkuse arendamine, vastupidavus ja sallivus. Auväärse tugipunkti/viite

Õppekeskkonna kirjeldus:

Karam kriya nõustaja koolitus toimub Tallinnas ning nii koolituskeskuses, kui suvise väljasõidu moodulitel sisaldavad ruumid kõike vajalikku koolituse sujuvaks läbiviimiseks, sh vähemalt 60m² valgusküllast joogasaali, kus on vajalik küte, joogamatid –ja padjad, pleedid, toolid, dataprojektor, arvuti, muusikakeskus. Samuti on olemas köök, kus on elekripliit, külmik, valamu ja kõik muu vajalik. Koolitusruumide juurde kuulub WC koos dušinurgaga. Koolitustel on olemas kõik töövahendid praktliste töö läbiviimiseks. Tallinna koolitusruumides on osalejatel võimalik vajadusel ööbida joogasaalis ning väljasõidul on olemas vähemalt 13 voodikoha, lisaks on vajadusel võimalik telkida. Tallinnas asuvates koolitusruumides on olemas juurdepääs ratastooliga liikumiseks.

Igal aastal jälgime ja veendume, et õpperuumid oleksid parendatud ja õppekeskkonna kvaliteet oleks tagatud võimaldamaks õpilastel turvaliselt keskenduda õppimisele. Õpperuumide sisustus ja varustatuse uuendamisel ja täiendamisel arvestame, et see oleks koolituse läbiviimiseks ja õppekava õpiväljundite saavutamiseks sobiv.

Registreerimise kord:

Koolitusele tuleb eelnevalt registreeruda kodulehel dharamsaal.ee asuva registreerimisankeedi täitmisel ning deposiidi maksmisel. Vajalik info on kättesaadav veebilehel: www.dharamsaal.ee/karam-kriya

Koolituse lõpetamise tingimused:

Koolitus arvestatakse lõpetatuks ja osaleja saab KRI kundalini jooga instruktori 1 taseme sertifikaadi järgnevate tingimuste täitmisel:

- Kõik koolituse tasud on tähtaegselt tasutud.
- Kõigil koolituse moodulitel osalemine, erandina on eelneval kokkuleppel koolituse korraldajaga võimalik puudunud moodulitel osaleda järgmistel koolitustel.
- Koolituse materjali omandamine, eksami ja iseseisvate kodutöö sooritamine.

Tunnistused ja tõendid:

- Täismahus koolituse läbinud ja õpiväljundid saavutanud õpilasele väljastatakse Karam Kriya nõustaja sertifikaat (tunnistus)
- Koolitusel osalenutele, kes ei saavutanud kõiki õppekava lõpetamiseks nõutud õpiväljundeid, väljastatakse koolituse korralda poolt tõend koolitusel osalemise kohta.
- Kui koolitusel osalenu katkestab koolituse enne kõigi moodulite läbimist, väljastatakse vajadusel koolituse korraldaja poolt tõend läbitud moodulite kohta.
- Kõigi koolituse korraldaja poolt väljastavate täienduskoolituse standarditele vastavate tunnistuste ja koolitusel osalemise tõendite kohta peetakse arvet.

Koolituse tagasiside ja kvaliteedi tagamine:

- Koolitusel osalenu täidab iga õpetaja ja mooduli kohta lühikese tagasiside vormi. Tagasisidet on võimalik anda nii nimeliselt, kui anonüümselt.
- Õppekava täiendamise ja muudatuste läbiviimisel tehakse regulaarset koostööd Rahvusvahelise Karam Kriya Kooliga (Karam Kriya School) www.karamkriya.com

- Koolituse kvaliteedi tagamisel on olulise tähtsusega koolitust läbiviivate õpetajate töökogemus ja vajalike kvalifikatsiooninõuete järgimine.
- Kõik õppekava juhtivõpetajad ja juhendajad on Rahvusvahelise Karam Kriya School aktiivsed liikmed.

Õppematerjalide loend:

- **Põhivara lugemine:** Let the Numbers Guide You, Shiv Charan Singh. Õpilased peavad iseseisvalt endale raamatu soetama enne koolituse

Õpilase hindamine: Lõplik hinnang õpilasele, kursuse lõpetamise kohta, põhineb eeltoodud kriteeriumide täitmisel kui ka juhendaja antud üldhinnangul:* Õpilase pühendumus õppetööle (kaasa arvatud vähemalt ühe konsultatsiooni läbiviimine koolituse käigus)

- **Soovituslik**
- Muud Shiv Charan Singhi raamatud

Registreerimisankeedi, maksegraafiku, õpetajate kvalifikatsiooni ja töökogemuse kirjelduse, lisainfo koolituse sisu ning täpsema infot koolituse kohta leiab infolehel mis asub: www.dharamsaal.ee/karam-kriya

Palume ka osalejatel tutvuda õppekorralduse alustega ning kvaliteedi tagamise korruga siit: www.dharamsaal.ee/dokumendid