

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



## ISESEISEV PRAKILINE TÖÖ VAHEKOHTUMISEKS

**ÜLESANNE:** Ühe kliendi rehabilitatsiooniprotsessi planeerimine, elluviimine ja dokumenteerimine koos kliendijuhtumi analüüsiga. **Kasuta sobivat vormi (SRT/TRT), ebavajalik kustuta!**

### I OSA. Funktsioneerimisvõime hindamine/hinnang **sotsiaalses rehabilitatsioonis**

**LÜHIÜLEVAADE KLIENDIST** (sh sugu, vanus). *Siia pane kirja lühidalt kliendi kohta oluline info, mis aitab kolmandal lugejal, kes pole klienti näinud, mõista funktsioneerimisvõime hinnangut. Seostamiskohad esita **boldis**.*

Klient vanuses 30, naissoost on **puuduva töövõimega**. Sattus esmakordselt psühholoogi vaatevälja 17. aastasel. 2013 viibis **Tallinnas psühhiaatriaiglas (bipolaarsuse dgn)**. Tartus Vallo Matto oli tema arstiks kaks aastat. 2015 sai bipolaarsuse tõttu **osalise töövõime**, Dorpatis sai rehabilitatsiooni 2017 läbi töötukassa, siis oli osalise töövõimetusega. Oli siis ka haiglas uuringutel. On **rohtudega juurde võtnud 15 kg**, mis iseenesest ei ole midagi hullu, kuigi natukene võiks nüüd tagasi tõmmata. **Ravimite kõrvalmõjud**ega tegeleb arst praegu. **Skisofreenia diagnoosi** sai aprillis 2021, kui oli ps. haiglas kuu aeg uuringutel ja koos dgn-ga puuduv töövõime. Olazapini võtab. Üks kord kuus **käib vaimse tervise õe vastuvõtul**. On **hääli kuulnud varem**, aga loodab ikka, et saab terveks. 2020 oli rangluumurd, kui viibis Kreekas. Läks euroopasse tööd otsima, aga ei õnnestunud ja seal kulutas liigselt raha ja jäi võlgadesse. Võttis laenu, aga praeguseks makstud. On olnud kutt, kes tarvitas narkootikume, jättis maha, kuna ei tahtnud elada narkomaaniga. Uus suhe oli ka **vägivaldne ja ahistav** ja kuna avastas, et mees vaatas alaealisi, siis hakkas n.õ ema Teresaks, et noori tüdrukuid päästa. Pärast suhte lõppu vahets kõik numbrid jms, et mitte tegemist teha. Mees kaaperdas ta play-listi, mis mõjus teraapiliselt. Kaks aastat elanud üürikas ja oli siis **paranoiline**, et mingid asjad käivad läbi keha ja paranoiline ka korteri suhtes. Miks seda üldse üüritakse. Miks ema seda tema jaoks üürib, et vb on midagi, mida varjama peab selle korteriga ja üürisummat ei ütle, lepingut ei näita ja saa ajavat hulluks, et miks. (Kommunaalid maksab Triin.) **Emaga suhted on üles-alla**. Peale õnnetust kolis tütre juurde appi, aga ei toiminud, kuna oli mingi konflikt ja läks ära oma koju. On liiga tööga hõivatud, et tegelikult ei ole muuks aega, kuigi tahab tütrele parimat. Ja asju ei räägita lõpuni selgeks, neil lastakse lihtsalt vaibuda. **Olid Kiira Järve juures saanud pereteraapiat**. On vend, Tallinnas ja **vanaema Tartus**. Vanaemaga on koos käinud liitpuudega inimestega väljasõitudel. Psühholoogi juures võiks olla teemadeks suhted, oma soovide ja tunnete väljendamine ja kontrollimine, alkohol. Toitumine ja kui psühhiaatrilts saaks õige raviplaani ka, siis on psühholoogiline tugi vajalik. 19.aprill 2022 sattus **jalgrattaõnnetusse**, tõuksiga alaealine sõitis ette. Praeguseni haiguslehel **hüppeliigese põrutusega**, kuigi oli eelmisel aastal just saanud tööle Maarja kooli koristajaks. **Valu hetkel u 5 palli**, kui põrutab jalga või teeb mingi vale liigutuse, **aga kui rahulikult, siis ei ole eriti hull**, kuid **karkudega veel ja vajab hädasti füsioterapiat**. Varem oli väga liikuv olnud, kuid nüüd juba jala pärast võrdlemisi kodune ja pikk paus on sisse jäänud. **Välijõusaal, bassein**. Oli just liitunud **spordiklubiga enne õnnetust**. **Praegu teeb ka mingeid harjutusi**, et lihaseid aktiveerida. Sõpru ei ole ja ei otsi ka. Kirjutamine aitab muretsemise vastu. Varem oli üldiselt oma eluga rahul, aga nüüd ei tea. Ei tea, mida elult tahta. On hakanud **alkoholi tarvitama**, et see pidada vabastama, **andma suhtlemisjulgest**. **Läheb üleemeelikuks**. Peale õnnetust esimene kuu haiglas ja siis oli ok, aga kodus iga päevaga rohkem ja alkoholiga on muidugi asjad läinud halvaks, algul klaas, siis

**Commented [L1]:** Palun jälgi edaspidi, milline info on siin oluline välja tuua ja mis mitte. Hetkel liiga palju infomüra, mis ei ole rehaprotsessis asjassepuutuv! Infomüra oranžiga.

**Commented [L2]:** Kas antud kontekstis on oluline info?

**Commented [L3]:** Olulisus?

**Commented [L4]:** Need kollasega märgitud tekstiosad olid sulle toodud välja, et sa tähelepanu pööraksid keelekasutusele!

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



pudel. Juba tellib poest 1,5 l džinni. Tunnistab oma allakäiku selles osas. Jaanipäeval ka jõi algul kaks õlut, siis hakkas kodu juures hoovis jutustama ja siis pakuti seal veel midagi ja hiljem leidis, et see oli viga. Alkohol ja ravimid - kuidas on mõju skisofr. Suitsetamisest on lahti saanud. Alkohol ja raha. Toimetulekumehhanismina? On otsinud tööd peale dgn määramist j peale 1,5 aastat otsinguid sai Maarja kooli koristajaks. On täiskoht, aga hetkel haiguslehel ja seda põeb. Vestlusel palju rahvast kutsutud ja kõik meeldis ja läks hästi - arvab, et on märk, et kui miski nii hästi, siis midagi kohe tasakaaluks halvasti ja põeb, mida tööil temast nüüd arvatakse. Emal palju tööd, töötab Bauhofis ja pole kunagi õieti aega, vanaema kodus pensionär. Vend elab Tallinnas, on lasteaiakasvataja. Pereteraapias Kiira teinud mingi sellise tähelepaneku, et nende emotsionaalne areng on naisliinis jäänud pidama 16 aastaste tasemele. Organiseeritus rahaasjades. Aja kasutamine paremaks. Kool ja õppima? Kas ja mida? Ja kuhu? Suhted peres, emaga eelkõige. Suhtlemisjulgus. Alkohol. Partnerlussuhted. Miks sellised ja mida sooviks **Muusikateraapia** - ehk aitab kustutatud playlistist üle saada ja uue luua. Iseennast analüüsida, oma erinevaid elusituatsioone. Relax FM Psühhoosiga haiglas ja üks **toimetulekumehhanismidest seal on kirjutamine**. On vähenenud aeg, mis kulus igasuguste asjade ettemõtlemisele. Ehteid tegi, aga nüüd keeruline materjali kätte saada, kuna kivide poodi Tartus enam ei ole. Alkohol - ajutine mugavus, loodab uuele raviskeemile, et saaks ajukeemia paika. Vare oli probleeme ka unega, aga hetkel pole probleemi. Anne kanali juures ja A,le Coq spordisaali juures jõumasinad.

*Hetkel ei selgu alghinnangust kliendi füüsiline alghinnang, suhted emaga (ei piisa „üles-alla“ mõttest), kas elab üksi või koos elukaaslasega, kas õpib või töötab. Ressurside juures olev info : Hoolimata oma diagnoosist töötab Maarja koolis koristajana ja õpib Tartu Kutsehariduskeskuses puhastusteenindaja juhendajaks. On edukas oma töös. Kliendile meeldib kokata sõpradele ja perele. Alghinnangus info, et sõpru ei ole ega otsi ka?!*

**Commented [L5]:** Kas saan aru, et klient käib seal trenni tegemas?

Eesmärk(id) kliendi sõnade kohaselt: *Pane kirja mina vormis.*

Soovin leida sobiva töö 1 aasta jooksul. Teen tegevusi, mis soodustavad minu füüsilist liikumist ja erialast arengut 1 aasta jooksul. Tegevused on füsiteraapia ja vesiaerobika ja ujumine.

**Funktsioonid, struktuurid, tegutsemine ja osalus, keskkonnategurid**

**Määrajad**

*Kanna siia hinnanguprofiili üle eelnevalt leitud seostamiskohtade alusel vajalikud koodid*

**Commented [L6]:** Kuna klient käib koolitusel, oleks oluline siia tuua d839 TT ja Tta õppimine ja haridus.

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



Kood	Pealkiri	Kuidas tuled toime... (küsimus kliendile)	Selgitus, lisainfo kliendi/esindaja sõnade kohaselt (neutraalses keeles, sh arvestades tugevusi):	Määraja 1	Määraja 2	Määraja 3
e5700	Sotsiaalkaitseteenused	Kuidas sotsiaalkaitseteenused sind toetavad?	Puuduv töövõime	4		
e5800	Tervishoiuteenused	Mil määral Sind on aidanud tervishoiuteenused?	Sattus esmakordselt psühholoogi vaatevälja 17. aastasel. 2013 viibis Tallinnas psühhiaatriaiglas (bipolaarsuse dgn).	4		
b530	Kehakaalu säilitamise funktsioonid	... motivatsiooni leidmisega ja hoidmisega ?	On rohtudega juurde võtnud 15 kg, mis iseenesest ei ole midagi hullu, kuigi nats võiks nüüd tagasi tõmmata	4		
e1101	Ravimid	Kuidas ravimid sobivad?	Ravimite kõrvalmõjudega tegeleb arst praegu	4		
b122	Üldised psühhosotsiaalsed funktsioonid	... motivatsiooni leidmisega ja hoidmisega ?	Skisofreenia diagnoosi sai aprillis 2021, kui oli ps.haiglas kuu aeg uuringutel ja koos dgn-ga puuduv töövõime.			
d570	Oma tervise eest hoolitsemine	Kuidas hoolitsed oma tervise eest?	Väljõusaal, bassein. Oli just liitunud spordiklubiga enne õnnetust. Praegu teeb ka mingeid harjutusi, et lihaseid aktiveerida	2		
e115	Tooted ja tehnoloogiad igapäevaseks isiklikuks kasutamiseks	Milliseid abivahendeid vajad?	karkudega veel ja vajab hädasti füsioteraapiat Ranglumurd, hüppeliigese põrutus	3	8	8

Commented [L7]: See ei ole täna oluline info

Commented [L8]: See on diagnoos, seda ei saa RFK põhjal kodeerida

Commented [L9]: e koodidel on üks määraja

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



e310	Perekond	Mil määral Sa saad tuge oma perekonnalt?	<b>Emaga suhted on</b> üles-alla. Peale õnnetust kolis tütre juurde appi, aga ei toiminud, kuna oli mingi konflikt ja läks ära oma koju. On liiga tööga hõivatud, et tegelikult ei ole muuks aega, kuigi tahab tütrele parimat. Ja asju ei räägita lõpuni selgeks, neil lastakse lihtsalt vaibuda. Olid Kiira Järve juures saanud <b>pereteraapiat</b> . On vend, Tallinnas ja <b>vanaema Tartus</b> . Vanaemaga on koos käinud liitpuudega inimestega väljasõitudel.	2	+1	
e320	Sõbrad	Kas sul on tõelisi sõpru?	<b>Sõpru ei ole ja ei otsi ka</b>			
b280	Valuaisting	Mis tasandil 10 palli süsteemis valu on?	<b>Valu hetkel u 5 palli</b> , kui põrutab jalga või teeb mingi vale liigutuse, aga kui rahulikult, siis ei ole eriti hull, kuid <b>karkudega veel ja vajab hädasti füsioterapiat</b> .	2		
b1303	Himu	Miks himustad alkoholi?	Ei tea, mida elult tahta. On hakanud <b>alkoholi tarvitama</b> , et see pidada vabastama, <b>andma suhtlemisjulgest</b> . Läheb üleemeelikuks.	2		
d8451	Töökoha saamine, säilitamine ja töösuhte lõpetamine	... kõigi töökohustute täitmisega ja tööl käimisega? Mil määral aitavad Sinu töökeskkond ja töövahendid Sul töökohustusi täita?	On otsinud tööd peale dgn määramist j peale 1,5 aastat otsinguid sai <b>Maarja kooli koristajaks</b> . On täiskoht, aga hetkel haiguslehel ja seda põeb. Vestlusel palju rahvast kutsutud ja kõik meeldis ja läks hästi - arvab, et on märk, et kui miski nii hästi, siis midagi kohe tasakaaluks halvasti ja põeb, mida tööl temast nüüd arvatakse.			
e5800	Tervishoiuteenused	Mis vaba aja veetmise viisid sind toetavad?	<b>Muusikaterapia</b> - ehk aitab kustutatud playlistist üle saada ja uue luua. Iseennast analüüsida, oma erinevaid elusituatsioone. Relax FM	+3		
d740	Ametlikud suhted?					

Commented [L10]: Tegevuskavas saad tuua saavutuseesmärgi

Commented [L11]: Mis on määraja?

\*vajadusel lisa ridasid

Kliendi tugevused ja ressursid, mis toetavad rehabilitatsiooniprotsessi elluviimist: **võid sõnastada vaba tekstina või leida ka koodina**

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



Klient käib ujumas basseinis ja väljõusaalis ning spordiklubis. Tegeleb muusika kuulamisega ja kirjutamisega ning meisterdab ehteid. Harib ennast läbi raamatute lugemise. Hoolimata oma diagnoosist töötab Maarja koolis koristajana ja õpib Tartu Kutsehariduskeskuses puhastusteenindaja juhendajaks. On edukas oma töös. Kliendile meeldib kokata sõpradele ja perele. Käib oma pereprobleemide lahendamiseks pereteraapias. Klient käib ka aktiivselt rehabilitatsiooniteenustel ja tegeleb oma probleemidega.

## II OSA. Rehabilitatsiooni eesmärkide sõnastamine

Üldeesmärk	Klient soovib säilitada koristaja tööd Maarja koolis ja teha karjääri puhastusteenindaja juhendaja positsioonile jõudmiseks 2 aasta jooksul peale õpingute lõpetamist.
Alaeesmärk 1*	Klient käib basseinis ujumas 3 korda nädalas 1 aasta jooksul.
Alaeesmärk 2	Klient käib veel oma perega Kiira Järve juures pereteraapias 1 kord kuus 1 aasta jooksul.
Alaeesmärk 3	Klient jätkab õpinguid Tartu Kutsehariduskeskuses puhastusteenindaja juhendaja koolitusel. Lõpetab nominaalse ajaga. (2 aastat)

\*vajadusel lisa ridasid

**Siit edasi ei täida enne vahekohtumist**

## III OSA. Rehabilitatsiooni tegevuskava koostamine

\*alaeesmärkide arv võib varieeruda vastavalt juhtumile ja vajadusele. Kohanda tööleht vastavalt.

Tegevuskava	
Üldeesmärk:	Klient soovib säilitada koristaja tööd Maarja koolis ja teha karjääri puhastusteenindaja juhendaja positsioonile jõudmiseks 2 aasta jooksul, peale õpingute lõpetamist.
Alaeesmärk 1:	Klient käib basseinis ujumas 3 korda nädalas 1 aasta jooksul.

**Commented [L12]:** Pane siia ka ajaline mõõde.

**Commented [L13]:** Aasta pärast käin regulaarselt basseinis ujumas, et langetada kehakaalu vähemalt 10 kg.

**Commented [L14]:** Need on pigem tegevused eesmärgi saavutamiseks? Teraapias käimine ei saa olla eesmärk omaette. Milliseid muutusi klient ootab teraapiaga?

**Commented [L15]:** Kahe aasta pärast lõpetan edukalt Tartu Kutsehariduskeskuses puhastusteenindaja juhendaja koolituse.

**Commented [L16]:** Kuna alghinnangus on funktsioneerimisvõimet üsna vähe kirjeldatud, siis paraku jääb tegevuskava selle tõttu ka üsna poolikuks. Ma võin ainult spekuloida, kuid ilmselt on sinu kliendil mure ka koormustaluvusega, valuga, lihasvastupidavusega. Need kõik saaks panna alaeesmärk 1 alla.

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



RFK kood	RFK koodi pealkiri (sekkumise valdkond)	Sekkumise (teenus, tegevus või meede) lühikirjeldus	Spetsialistid	Maht	Esmahindamine (määraja)	Eesmärk (määraja)	Lõpphindamine (määraja)
d570	Oma tervise eest hoolitsemine	<b>Väljõusaal, bassein.</b> Oli just liitunud <b>spordiklubiga</b> enne õnnetust. Praegu teeb ka mingeid harjutusi, et lihaseid aktiveerida	Füsioterapeut	144 akh Aastas, ehk 12 korda kuus aasta jooksul			
<b>Alaesmärk 2:</b>	<b>Klient käib veel oma perega Kiira Järve juures pereteraapias 1 kord kuus 1 aasta jooksul.</b>						
RFK kood	RFK koodi pealkiri (sekkumise valdkond)	Sekkumise (teenus, tegevus või meede) lühikirjeldus	Spetsialistid	Maht	Esmahindamine (määraja)	Eesmärk (määraja)	Lõpphindamine (määraja)

**Commented [L17]:** Need lahtrid tuleb ka täita!

**Commented [L18]:** Eesmärgiks peaks olema emaga suhted, aga klient peaks siinjuures täpsustama, mida ta soovib saavutada. Ka ema peaks ehk olema kaasatud teraapiasse? Kas see toimub siis väljapool rehabilitatsiooni? Siin peaks olema välja toodud perekondlikud suhted d7600, aga see peaks ka alghinnangus välja tulema.

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



Euroopa Liit  
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti  
tuleviku heaks

e310	Perekond	<b>Emaga suhted on</b> üles-alla. Peale õnnetust kolis tütre juurde appi, aga ei toiminud, kuna oli mingi konflikt ja läks ära oma koju. On liiga tööga hõivatud, et tegelikult ei ole muuks aega, kuigi tahab tütrele parimat. Ja asju ei räägita lõpuni selgeks, neil lastakse lihtsalt vaibuda. Olid Kiira Järve juures saanud <b>pereteraapiat</b> . On vend, Tallinnas ja <b>vanaema Tartus</b> .	Pereterapeut	12 akh  Aastas, ehk kord kuus aasta jooksul				
<b>Alaeesmärk 3:</b>	<b>Klient jätkab õpinguid Tartu Kutsehariduskeskuses puhastusteenindaja juhendaja koolitusel. Lõpetab nominaalse ajaga. (2 aastat)</b>							
RFK kood	RFK koodi pealkiri (sekkumise valdkond)	Sekkumise (teenus, tegevus või meede) lühikirjeldus	Spetsialistid	Maht	Esmahindamine (määraja)	Eesmärk (määraja)	Lõpphindamine (määraja)	

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



d8451	Töökoha saamine, säilitamine ja töösuhte lõpetamine	On otsinud tööd peale dgn määramist j peale 1,5 aastat otsinguid sai <b>Maarja kooli koristajaks</b> . Nüüd soovib peale õpinguid teha karjääri ja liikuda puhastusteenindaja juhendaja positsioonile.	Kogemusnõustaja	12 akh			
				Aastas, ehk kord kuus aasta jooksul			
Rehabilitatsioonimeeskonna hinnang tulemuste saavutamise osas:							
Soovitused kliendile edasiste tegevuste ja teenuste osas (punktide kaupa).							

**Commented [L19]:** Jääb arusaamtuks, kuidas kogemusnõustaja aitab tal töökohta säilitada või õpinguid lõpetada?

Koolitus: „RFK kasutamine taastusravi ja rehabilitatsiooni valdkonnas“  
Tööleht praktika dokumenteerimiseks



Euroopa Liit  
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti  
tuleviku heaks