



## MEELIKE SAARNA

### Haridus

- 2008-2013 Psühhoterapia Kool, perekonnapsühhoterapeudi täielik väljaõpe, pereterapeut  
2003-2007 Professionaalse Psühholoogia Erakool, psühholoogiline nõustaja  
1978-1983 Tartu Ülikool, filoloogiateaduskond  
1977 Tallinna 32. keskkool

### Täiendharidus

- 2005-2006 Suhtlemistreenerite väljaõppekursus, Käitumistreeningu Kool, MTÜ Iseseisvad Konsultandid, diplomeeritud suhtlemistreener, 600 h  
2006 *Parent Effectiveness Training*, Gordon Training International, koolitaja Steve Emmons (USA), sertifitseeritud Gordoni perekooli koolitaja, 48 h

### Täiendkoolitus

- 2017 *Broken Bonds and Betrayals: Treating Infidelity with Emotionally Focused Couple Therapy*, koolitaja James Furrow, PhD (USA), 16 h  
2017 *The Genogram Journey: Reconnecting with One's Own Family*, koolitaja Monica McGoldrick (USA), 14 h  
2016 Teadvelolek ja aeg, Äripäeva Akadeemia, koolitaja prof Mare Pork, 8 h  
2016 Terapeutilised oskused töös kõrge konfliktisusega paaridega, koolitaja Taani Imago-suhteterapeut ja -treener, kliiniline psühholoog John Hjarsø Mortensen, 14 h  
2016 Aktiivsus- ja tähelepanuhäirega laps lasteaias, koolitaja kliiniline lapsepsühholoog Angela Jakobson, TÜ elukestva õppe keskus, 6 h  
2015 *Individual, Couple and Family Therapy: How to Choose which is Best?*, töötuba; koolitaja pereterapeut, Rooma Pereteraapia Akadeemia direktor professor Maurizio Andolfi M.D, 16 h  
2015 *No Kids in the Middle*, töötuba konfliktse lahutuse mõjudest, koolitaja Erik van der Elst, psühhoterapeut, (Holland), 8,5 h  
2015 Sootundlik arengukeskkond, jätkukursus, koolitajad Ene Velström ja Ene Kulasalu, SA Omanäoline Kool, 14 h  
2015 Internet ja lapsed, Lapsepsühholoogide Ühingu koolitus (kasutamine, mängurlus, turvalisus, roll lapse arengus), erinevad lektorid, 5,5 h

- 2015 Psüühiline trauma läbi lapse silmade, koolitaja Maire Riis, OÜ Traumateraapia Koolituskeskus, 16 h
- 2014 Digilaps – laste internetisõltuvus, levimus ja sekkumine, koolitaja Kätlin Konstabel, Tervise Arengu Instituut, 14 h
- 2013 Polaarsuste juhtimine, prof Voldemar Kolga töötuba psühholoogia aastakonverentsil (korraldaja Tallinna Konverentsid), 1,5 h
- 2013 Kriis ja trauma lapse elus, traumaterapeut Maire Riis, töötuba konverentsil „Iga inimene heliseb“ (korraldaja KENK Akadeemia), 1,5 h
- 2012 *Emotionally Focused Therapy for Couples*, koolitaja Hanna Pinomaa, psühholoog, psühhoterapeut, EFT superviisor ja treener, 16 h
- 2011 Pereteraapia kursus Rooma Pereteraapia Akadeemias (Accademia di Psicoterapia della Famiglia), koolitaja pereterapeut, akadeemia direktor Maurizio Andolfi M.D, 35 h
- 2011 Isa roll ja erinevad perevormid, perenõustamise töötuba, läbiviija Taani pereterapeut, *Family-lab International* koolitaja ja nõustaja Jesper Juul, 8 h
- 2011 Paariteraapia töötuba II. Varajaste mälestuste kasutamine paaritöös. Koolitaja Samuel Schürer (psühhoterapeut, Adleri koolkond, Austria), 16 h
- 2010 Paariteraapia töötuba. Koolitaja Samuel Schürer (psühhoterapeut, Adleri koolkond, Austria), 16 h
- 2010 *Adolescent in Crisis and Family Therapy*, koolitaja prof Maurizio Andolfi M.D, Rooma Pereteraapia Akadeemia direktor, La Sapienza ülikooli professor, 16 h
- 2009 *The Self of the Therapist and the Process of Psychotherapy in Couple and Marital Therapy: a Developmental Perspective*, koolitaja pereterapeut Robert N. Wendt Ph.D, Toledo Ülikooli emeriitprofessor, USA, 16 h
- 2009 *Infant Development in Social Context*, koolitajad Florence Schmitt, Ph. D, Turu Ülikool, pereterapeutide koolitaja ja prof Jorma Piha, M.D., Ph. D, Turu Ülikool, lastepsühhiaatria professor, pereterapeut, 16 h
- 2009 Perenõustamise töötuba, koolitaja Taani pereterapeut, *Family-lab International* looja Jesper Juul, 7 h
- 2009 Lapsevanemate suhtlustreeningu (Gordoni perekooli) II astme koolitusprogrammi koolitaja väljaõpe, sertifitseeritud koolitaja, 28 h
- 2007-2009 Spontaansus ja loovus, koolituskeskus Self II, jätkukursus, 120 h
- 2008 Mõjus hääl, Avatud Meele Instituut, 16 h
- 2007 Liivateraapia treeningprogramm, Eesti Carl Gustav Jungi Analüütilise Psühholoogia Selts, 16 h
- 2003 Klassikalise massaaži algkursus, M.I. Massaažikool, , 40 h
- 1993-2004 Erinevad meedia- ja loovuskoolitused (TÜ, Norra Ajakirjandusinstituut, Yhtyneet Kuvalehdet OY jm), u 250 h

### **Töökogemus**

- 2013 - ... Tallinna Rahvaülikool, lepinguline lektor
- 2008 - ... Perekeskus Sina ja Mina, lepinguline lektor, koolitaja ja nõustaja
- 2008-2009 Tallinna Heleni Kool, psühholoogiaõpetaja
- 2006 - ... OÜ Parem Elu juhatuse esimees, koolitaja, paari- ja perenõustaja
- 2006 - ... Lapsevanemate suhtlustreeningu (Gordoni perekool) koolitaja
- 2006-2009 Tallinna Ühisgümnaasium, meediaõpetaja
- 1999-2005 ajakiri Anna/Annabella, peatoimetaja
- 1997-1999 ajakiri Tervisetrend, peatoimetaja
- 1983-1997 ajakirjanik erinevates väljaannetes

### **Täiendav töökogemus**

2013- ...	loovkirjutamise koolitused erinevatele tellijatele
2013- 2016	loengusari Tallinna Inglise Kolledži lapsevanemate akadeemiale
2012- ...	vanemluseteemalised loengud koolides ja lasteaedades üle Eesti
2010- 2011	loengu- ja koolitussarjad vaimse arengu keskuses Ovaal
2006-2015	lähisuhte- ja lapsekasvatusalane nõustamine internetiportaalides (perekeskus Sina ja Mina e-nõustamiskeskond; perekool; PM Naine 24)
2008-2009	Lapsevanemate suhtlustreeningu (Gordoni perekooli) II astme koolitusprogrammi väljatöötamine perekeskuses Sina ja Mina, töögrupi liige
2007 - ...	psühholoogia-alased artiklisarjad ja artiklid/kommentaariid erinevates väljaannetes
2006 - ...	koolitused erinevates riigiasutustes ja firmades (meeskonnatöö, baasilised suhtlemisoscused, loovus, eneseregulatsioon jms)
2006	Svea Rosenthali perearstikeskus, lepinguline psühholoogiline nõustaja
2005-2007	Tallinna Heleni Kool, koolitaja, suhtlemistreener ja psühholoogiline nõustaja
2005-2006	Põhja-Eesti Regionaalhaigla Psühhiaatriakliinik, 2. osakonna psühholoogiline nõustaja /praktikant/
1996	Vabariiklik Kuulmisrehabilitatsiooni Programm, projektijuht

### **Lisainfo**

MTÜ Perekoolitusühing Sina ja Mina liige  
Eesti Pereteraapia Ühingu liige

### **Publikatsioonid**

2007-2017 – umbes 80 artiklit (pluss intervjuud ja kommentaarid) lapsekasvatuse, suhtlemisoscuste ja paarisuhte teemadel (Postimees, Eesti Naine, Õhtuleht, Pere ja kodu, ERR jt), vt ka <http://meelikekoolitus.ee/artiklid.html>

2006-2015 – umbes 1100 spetsialistivastust murekirjadele interneti nõustamiskeskonnas ([www.perekool.ee](http://www.perekool.ee); [www.sinamina.ee](http://www.sinamina.ee))

Raamatu „Nõuanded kogu perele“, Tammerraamat 2011, koostaja, toimetaja ja kaasautor

Meelike Saarnalt on ilmunud järgmised ilukirjanduslikud teosed:

- Lasteraamat „Kuldsed põrnikad“, Varrak 2006
- Romaan „Kahe südamega tüdruk“, Varrak, 2006
- Lasteraamat „Mattias ja mamma“, Tänapäev 2008
- Lasteraamat „Roosi Saaremaa suvi“, Tammerraamat 2009
- Lasteraamat „Ärakadunud uni“, Tammerraamat 2010
- Romaan „Jää mu juurde“, Tammerraamat 2012
- Romaan „Itaalia suvi“, Tammerraamat 2016