



DUO TUGIGRUPI JUHENDAJA KOOLITUS

Õppekava nimetus	Duo tugigrupi juhendaja koolitus
Õppekava rühm	Sotsiaaltöö ja nõustamine
Koolituse läbiviimise keel	eesti keel
Koolituse eesmärk	Koolituse eesmärk on suurendada teadmisi ja praktilisi oskusi gruppidega tööks sotsiaalvaldkonnas. Koolituse läbinud inimesel on valmisolek, esmased teadmised ja oskused tugigrupi käivitamiseks, läbiviimiseks ning lõpetamiseks oma kogukonnas.
Sihtgrupp	Vaimse tervise valdkonnas tegutsevad praktikud, sh kogemusnõustajad, tegevusjuhendajad, sotsiaaltöötajad, tegevusterapeudid jm, puuetega inimeste organisatsioonide eestvedajad, kogukonna aktivistid ja taastujad.
Õpiväljundid	Koolituse läbinu: <ul style="list-style-type: none">• tunneb personaalse taastumise mõtte- ja tegutsemisviisi• omab esmaseid teadmisi gruppides toimuvatest protsessidest• omab valmisolekut alustada kogukonnas oma tugigrupi tegevustega• omab praktilist grupitöö kogemust koolitusgrupi liikmena• omab visiooni enda läbiviidavast tugigrupist ning endast kui grupijuhist• teab grupi komplekteerimise põhimõtteid• teab, kuidas valida ja kohandada tugigrupi läbiviimiseks vajalikke tegevusi vastavalt oma kogukonna inimeste vajadustele
Õpingute alustamise tingimused, juhul kui need on eeltingimuseks õpiväljundite saavutamisel	Koolitusgruppide komplekteerimisel tuginetakse registreerumisel esitatud infole, sh selgitatakse õppija : <ul style="list-style-type: none">- valmisolekut hakata läbi viima tugigruppe kogukonnas- koostöö põhiolemuse ja olulisuse mõistmist. Eesmärgiks on luua hea õpikeskkond. Arvuti ja e-õppe keskkondade kasutamise oskus vähemalt tavakasutaja tasemel.
Õppe kogumaht	Õppe kogumaht 52 akadeemilist tundi / 2 EAP , millest <ul style="list-style-type: none">- auditoorne töö 36 ak/h- iseseisev töö 16 ak/h
Õppe sisu ja õppeprotsessi kirjeldus	Koolitusel läbitavad teemad: 1. <u>Tugigrupp kui võimalus taastumise toeks</u> - Grupp kui töövahend, gruppide liigid.

	<ul style="list-style-type: none"> - Tugigrupi alustamine, läbiviimine ja jätkusuutlikkus (reeglid, liikmete valik, programmi valimine jm) <p>2. <u>Personaalse taastumise mõtteviis. Kogemusteadmise kasutamine tugigrupi läbiviimisel</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Taastumisloo näide ja taastumisteekonna mõistmine. - Kogemusteadmise kasutamine tugigruppides. - Tugevus ja haavatavus isiklikus taastumisprotsessis. <p>3. <u>Grupijuhi isiksus ja roll grupis</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Grupijuhi isikuomadused. Grupijuhi roll ja vastutus. - Grupi toetav ja arendav jõud, sünergia loomine grupis. - Grupi ala- ja ülejuhtimine, turvalisuse hoidmine grupis. - Kutselise aitaja ja kogemusnõustaja koostöö tugigrupi läbiviimisel. <p>4. <u>Grupi kujunemise protsess</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Grupikultuuri formeerumine. Grupi arengufaasid - Miks ja kuidas valitakse harjutusi grupitöös. <p>5. <u>Suhtlemiskompetentsid grupis</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Suhtlemisoscused: kuulamine, toetava tagasiside andmine. - Enesekehtestamine ja piiride seadmine grupis. - Grupijuhi motivatsioon ja jaksamine – läbipõlemise ennetamine. <p>6. <u>Duo tugigruppide (koostööpaarina kogemusnõustajaga) praktikasse rakendamine</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Kuidas kohandada programme vastavalt oma sihtgrupile / kogukonna inimeste vajadustele. - DUO projekti kogemused ja näited tugigruppide läbiviimisel. - Tugigruppide võrgustik ja edasine toetus. <p>Iseseisev töö:</p> <ul style="list-style-type: none"> - oma tugigrupi visiooni koostamine ja selle esitlemine koolituse jooksul kokkulepitud ajal - Eneseanalüüsi töölehe täitmine vastavalt koolitusel antud juhistele
Õppemeetodid	Aktiivloengud, grupitööd, praktilised harjutused, arutelud, isikliku kogemuse analüüsid ja teised aktiivõppe meetodid vastavalt koolitaja valikule.
Õppematerjalid	<p>Õppetöös kasutatud slaidid, konspektid ja töölehed on õppijatele kättesaadavad 3 kuu jooksul peale koolituse lõppu Moodle e-õppekeskkonnas, kus on vajadusel võimalik materjale õppeprotsessi ajal alla laadida.</p> <p>Täiendav soovituslik kirjandus:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zastrow,C; Hessenauer, S.(2020)Empowerment Series: Social Work with Groups: Comprehensive Practice and Self-Care - Narusson.D. (2021) Lootuse hoidjale. Tartu Ülikooli Kirjastus

	<ul style="list-style-type: none"> - Anneli Salk (2021).Mina oma elus, kuidas iseendaga elada ja oma visioone teostada. Synergia OÜ - Hollander, Wilken (2015).Kuidas klientidest saavad kodanikud. Taastumise ja kaasatuse toetamine CARE meetodika abi. DUO kirjastus. - Koskisuu,J., Yrttiaho,K.(2009).Taastumisvõtteid-juhendaja käsiraamat. Tartu: Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing - Klassen.A., Tiko A., Mäe K. jt.(2010). Tegevusjuhendaja käsiraamat. Tervise Arengu Instituut (lk 162 –166)
Iseseisev töö	<p>Iseseisva töö maht on 16 akadeemilist tundi.</p> <p>Oma tugigrupi visiooni koostamine vastavalt juhendile ja selle esitlemine koolitusgrupis kokkulepitud ajal.</p> <p>Eneseanalüüsi töölehe kokkuvõtte suuline jagamine väikeses grupis.</p>
Nõuded õpingute lõpetamiseks	<p>Õppija on:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktiivselt osalenud vähemalt 80% ulatuses auditoorses õppetöös - esitlenud oma käivitatava tugigrupi visiooni koolitusgrupile
Õpingute läbimisel väljastatav dokument	<p>Kui õppija täidab õpingute lõpetamise nõuded, väljastatakse tunnistus tugigrupi juhendaja koolituse läbimise kohta.</p> <p>Kui õppija ei saavuta koolitusel ette nähtud õpiväljundeid, ei esita iseseisva töö ülesandeid, väljastatakse õppijale tõend koolitusel osalemise ja koolitusel läbitud teemade ning auditoorse ja iseseisva töö tundide arvu kohta.</p>
Koolitajad	<p>MA või sellega võrdsustatud haridusega vaimse tervise spetsialist, kes omab väljaõpet ja kogemust gruppidega tööks ning kaaskoolitaja duona on kogemusnõustaja.</p>