



Avatud Eesti Fond
Open Estonia Foundation



Kogemusrühma juhtimine

Professionaalsus + Teenuste kvaliteet =
omastehoolajate heaolu ja toimetulek
Arengeuseminar



Soojendusküsimused teemasse

- ♥ Milliseid häid ja/või mitte nii meeldivaid kogemusi on Sul olnud kogemusrühmast liikmena ja/või rühma juhina?
- ♥ Milline on rühm, millesse sooviksid ja/või meeldiks ise kuuluda?
- ♥ Keegi ei toeta Sind vaid kõik toetavad üksteist, mõtesta see lahti
- ♥ Mis on need asjad või tegevused, mis võiksid rühmajuhti toetada?



Kogemusrühma tugisambad

- ♥ Usalduslikkus
- ♥ Üksteise austamine
- ♥ Õigus rääkida iseendast just niipalju kui soovitakse
- ♥ Mitte kellegi juttu ei arvustata
- ♥ Nõuandeid ja infot ei lükata edasi
- ♥ Võrdsus, mis sisaldab igaühele tema aega ja kohta rühmas



Kogemusrühma juht

- ♥ Kogemusrühma juht juhhib rühma tegevust läbi omaenese isiksuse ja läbi oma teadmiste- oskuste
- ♥ Ta on nii praktiliste tegevuste juht kui ka koostöö korraldaja ja koordinaator
- ♥ Ta suudab juhtida erinevaid “jututubasid”, kaasata ja innustada



Kogemusrühma juhi rollid

- ♥ Rühma organisaator
- ♥ Igapäevategevuse korraldaja ja ideede generaator
- ♥ Hea kuulaja
- ♥ Turvaline ja positiivne õhkkond
- ♥ Kõiki kuulatakse
- ♥ Mõjutaja
- ♥ Emotsioonide ja faktide tasakaal
- ♥ Rühma arenguprotsessi vedaja
- ♥ Tähelepanekud, mis rühmas toimub ja enda osa nägemine selles



Kriitika ja etteheited

- ♥ KUULA- ole huvitatud sellest, mida rühma liige ütleb või arvab
- ♥ KIIDA- et teema võeti jutuks, ära asu kohe kaitsesse!
- ♥ OLE RAHULIK- ka siis kui kellelgi on halb tuju, pigem püüa seda muuta positiivsemaks
- ♥ PALU VABANDUST- kui kõik pole läinud nii, kuidas plaanitud, võta juhtunu eest vastutus
- ♥ MUUDA kriitika arenguks ja keskendu tegutsemisele, ära mine isiklikuks
- ♥ KOKKULEPPED- hoolitse selle eest, et koheselt, arutelu sees lepitakse kokku, kuidas edaspidi käitutakse samasuguses olukorras



Rühmajuhi eetilised põhimõtted

- ♥ Püüa oma isiklike probleemidega tegeleda väljaspool kogemusrühma
- ♥ Mingil juhul ära hakka selliseks asjatundjaks, et peaksid ületama omaenese või kogemusrühma pädevust
- ♥ Ära pane diagnoose või soovita ravimeetodeid, ära hakka rühma liikmete probleemide analüüsijaks ega terapeutiks
- ♥ Suuna rühma liige asjatundja juurde kui tundub, et ta vajab professionaalset abi



Hea rühmajuht

- ♥ Teadvustab oma rolli ja tegevuse mõju rühmaliikmetele
- ♥ Oskab aidata ja vastu võtta tagasisidet, talub kriitikat
- ♥ Oskab käsitleda omaenese tundeid ja mõistab teiste tundeid
- ♥ Sekkub nii probleemidesse kui võimalustesse neid lahendada või leevendada
- ♥ On paindlik rühma soovide ja vajaduste suhtes
- ♥ On kannatlik
- ♥ Sallib puudusi ja väheseid teadmisi- oskusi nii iseendas kui teistes rühmaliikmetes
- ♥ Kasutab selgeid ja kõigile üheselt mõistetavaid suhtlemise ja teabe edastamise viise
- ♥ Suudab objektiivselt hinnata rühma tegevust



Kodutöö

MINU TUGEVUSED JA ARENGUVAJADUSED

- ♥ Millised on minu tugevad küljed kogemusrühma juhina?
- ♥ Millistes valdkondades pean veel arenema kui soovin olla hea rühmajuht?



Reeglid kogemusrühmas

- ♥ Kokkulepped ja reeglid annavad kindlustunnet, tagavad võrdsuse ja võimaldavad vajadusel ennast kehtestada
- ♥ Iga rühm kehtestab ise omad mängureeglid
- ♥ Reeglid koostatakse rühmas üheskoos ja pannakse kirja!



Kogemusrühma töö hindamine

Kuidas ja millal?

- ♥ Tagasiside (kui sageli ja kes)
- ♥ Sisutegevused ja käsitletud teemad
- ♥ Ajakasutus (kogunemiste sagedus)
- ♥ Kogunemiseka valitud kohad
- ♥ Rühma sisekliima ja vastastikused mõjutused
- ♥ Teemade ajakohasus ja praktilisus
- ♥ Kuidas kasutada tagasisidet edaspidiseks arenguks ja tegevuste korraldamiseks



Täna kuulamast!

MTÜ Eesti Omastehooldus

Kontaktisik: Helle Lepik

Telefon: +372 52 68 822

E-mail: info@omastehooldus.eu

Kontaktisik: Ivar Paimre

Telefon: +372 53 671 418

E-mail: ivar.paimre@gmail.com

