



EESTI PSÜHHOSOTSIAALSE REHABILITATSIOONI ÜHING

ESF meetme 1.3.1

„Kvalifitseeritud tööjõu pakkumise suurendamine“

**Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste sotsiaalse kaasatuse
suurendamine tugi- ja eneseabigruppide abil –**

DUO projekt

nr 1.3.0102.09-0041

SISEHINDAMISE LÕPPARUANNE

Koostajad: Kerstin Kask,
Grete Vatsel, Külli Mäe

Tartu 2011

Sisukord

Sisukord	2
1 Sissejuhatus.....	4
2 Sisehindamise lähteülesanne.....	7
3 Koolitaja koolitus.....	8
3.1. Taust.....	8
3.2. Analüüs	8
3.3. Kokkuvõte.....	12
4 Tugigrupi juhendajate koolitus	14
4.1. Taust.....	14
4.2 Analüüs	15
4.3. Kokkuvõte.....	21
5 Tugigruppide läbiviimine.....	23
5.1. Taust.....	23
5.2. Tugigrupi sisukokkuvõtete analüüs	25
5.3 Tugigrupis osalejate fookusgruppide intervjuude analüüs	29
5.4. Kokkuvõte.....	35
6 Kutseliste ja koduorganisatsioonide hinnang projektile	37
6.1. Taust.....	37
6.2. Analüüs	38
6.3. Kokkuvõte.....	46
7 Meeskonna hinnang projektile.....	47
7.1. Taust.....	47
7.2. Analüüs	47
7.3. Kokkuvõte.....	51
Kokkuvõte.....	52

LISAD.....	55
Lisa 1 Koolitaja koolituse programm	55
Lisa 2 Koolitaja koolituse küsimustik.....	58
Lisa 3 Tugigrupi juhendajate küsitlus.....	62
Lisa 4 Tugigrupi juhendajate küsitlus vene keeles	68
Lisa 5 Tugigrupi programm	75
Lisa nr 6 Tugigrupi kohtumise kokkuvõte.....	78
Lisa 7 Tugigrupis osalejate intervjuu küsimused.....	79
Lisa nr 8 Küsimused koduorganisatsioonidele ja kutselistele	80
Lisa 9 Küsimustik meeskonnale	87

1 Sissejuhatus

Euroopa Sotisaalfondi vahenditest kaasfinantseeritud projekti „**Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste sotsiaalse kaasatuse suurendamine tugi- ja eneseabigruppide abil – DUO projekt**” sisu hindamiseks viidi läbi uurimus projekti koolitaja koolitusel osalejate, DUO-tugigrupi juhendaja koolitusel osalenud kogemusnõustajate, koduorganisatsioonide esindajate ja duona töötanud kutseliste, tugigrupis osalenud inimeste ning projektimeeskonna liikmete hulgas.

Andmeid koguti fookusgrupi intervjuude (tugigruppides osalejad), struktureeritud individuaalsete intervjuude (projektimeeskonna liikmed), ankeetküsitluste (koolitaja koolitusel osalejad; tugigrupi juhendaja koolitusel osalejad, koduorganisatsioonide esindajad ja kutselised) ning kirjalike tugigrupi kokkuvõtete (tugigrupi juhendajad) kaudu. Analüüsi meetodid olid: kvalitatiivne sisuanalüüs ja statistiliste analüüs.

Kõik projektile seatud spetsiifilised eesmärgid on saavutatud, ning projekti mõju on esialgu kavandatust ulatuslikum.

Projekti olulisemad tulemused: paranenud on võimalused osaleda kodukohale lähedal psüühilise erivajadusega inimestele suunatud tugi- ja eneseabigruppide tegevuses; psüühilise erivajadusega inimeste sotsiaalne kaasatus on suurenenud, vaimse tervise teenuste valik on mitmekesisistunud; vaimse tervise süsteem on muutunud taastuja kesksmaks, arvestab rohkem sihtgrupi vajadusi ning kaasab sihtgruppi teenuste pakkumisse; edenenud on koostöö teenuseid pakkuvate organisatsioonide ja asutuste, kutseliste aitajate organisatsioonide ja taastujate organisatsiooni vahel; vaimse tervise teemad on ühiskonnas rohkem nähtaval, teavitustöö kaudu on vähendatud eelarvamuslikkust ja häbimärgistamist vaimse tervise probleemidega inimeste suhtes.

DUO-tugigruppide metoodika, mille keskmes on taastumisemõtteviis ja taastujakesksus teenuste pakkumisel, on Eesti kontekstis uuenduslik lähenemine kogu vaimse tervise valdkonnas.

Vaimse tervise teemad on projekti tulemusel ühiskonnas rohkem nähtaval, teavitustöö kaudu on vähendatud eelarvamuslikkust ja häbimärgistamist vaimse tervise probleemidega inimeste suhtes.

„Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste sotsiaalse kaasatuse suurendamine tugi- ja eneseabigruppide abil – DUO projekt” viidi läbi Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühingu (EPRÜ), Tallinna Vaimse Tervise Keskuse ning välispartnerite Mielenterveyden Keskusliitto (MTKL) ja Hollandi STORM Rehabilitatsioonikeskuse/ Rino Grupp koostöös ajavahemikul 01.01.2009 – 30.06.2011

Projekti üldeesmärk:

Psüühilise erivajadusega inimeste hõives hoidmise ja hõivesse naasmise tagamine, läbi tugi- ja eneseabigruppide käivitamise ja pideva jõustamise.

Projekti spetsiifilised eesmärgid:

- 1. Psüühilise erivajadusega inimeste tööpuuduse vähendamine ja sotsiaalse kaasatuse suurendamine**
2. Psüühilise erivajadusega inimeste **kaasamine tööturule tugi- ja eneseabigruppide** jõustamise ja individuaalnõustamise abil
3. Sihtgrupi **töövõime ja töövalmiduse** taastamise toetamine
4. Eesti ühiskonna **teadlikkuse tõstmine** psüühilise erivajadusega inimestest ning nende võimalustest tööturul
5. Psüühilise erivajadusega inimeste **võimaluste suurendamine alalistele töökohtadele** suundumisele läbi projekti toetuse (nõustamine, koolitus, tugi- ja eneseabigrupid)

Sihtgruppi kuuluvad: töötud, kelle hulgas on psüühilise erivajadusega inimesi, puuetega inimesi laiemalt, noori, pikaajalise hoolduskohustusega koormatud inimesi,

vanemaealised, mitte-eestlased, sõltuvusprobleemidega inimesed, psüühilise erivajadusega inimeste lähedased (lapsevanemad, õed, vennad, lapsed, sõbrad, töökaaslased, õpingukaaslased).

Projekti tegevuse etapid:

1. Projekti **ettevalmistustööde läbiviimine** ja **projekti käivitamine** – vajaminevate hangete korraldamine ja lepingute sõlmimine, meeskonnakoolituse ja avakoosoleku korraldamine ning projekti esmane avalikustamine
2. Aktiivse teavitustöö korraldamine ja seeläbi avalikkuse ja **sihtgrupi informeerimine ja kaasamine**
3. Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste **eneseabigrupi liidrite leidmine ja koolitamine**
4. Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste **tugigruppide juhendajate leidmine ja koolitamine**
5. Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste **tugigruppide käivitamine ning nende jõustamine, sh töölerakendamisele kaasaitamine**
6. Publikatsioonide koostamine ja **avalikkuse laiem teavitamine**
7. **Rahvusvahelise koostöö** arendamine
8. Projekti **sisehindamine** ja **monitooring**, sealhulgas projekti kogemuste levitamine võrgusikuliikmetele

2 Sisehindamise lähteülesanne

Sisehindamise üldeesmärk on uurida ja analüüsida, kuivõrd tugigrupis osalemine mõjutab osalejate tööhõivesse naasmist ja püsimist.

Selle eesmärgi saavutamiseks tuleb:

1. kirjeldada kuidas projekt leevendas osalejate **sotsiaalse kaasatuse suurenemist**;
2. kirjeldada kuidas projekti tegevused aitasid kaasa sihtgrupi töövõime, **töövalmiduse taastamise toetamisele ning tööle rakendumisele**;
3. kirjeldada missugune oli projektimeeskonna **koostöö erinevate projektipartneritega**;
4. kirjeldada missugused on projekti tulemustest lähtuvad jätkutegevused.
5. **Kaardistada projektis osalenud inimeste tööturustaatus seisuga 30.06.11.**

Sisehindamine koosnes järgmistest osadest:

- tugigrupi juhendajate koolitusel osalenute tagasiside;
- tugigrupis osalejate fookusgruppide intervjuud;
- tugigrupi sisukokkuvõtete analüüs;
- tugigrupi juhendajate ankeetküsitlus;
- koduorganisatsioonide tagasiside;
- meeskonna tagasiside intervjuud;
- tööturustaatuse kaardistus seisuga 30.06.11.

3 Koolitaja koolitus

3.1. Taust

Koolitaja koolitus viidi läbi Soome Vaimse Tervise Keskliidu ja Eesti koolitajate koostöös. Koolituse maht oli 176 tundi. Koolitusele olid seatud järgmised eesmärgid: osalejale on ülevaade kogemusnõustajate kaasamiseks tugigruppide ellu kutsumiseks ja seal taastumisele suunatud programmi ellu viimiseks, sh taastujate ja nende lähedaste tööhõive parandamiseks. Käsitleti ka meeskonnatöö ja võrgustikutöö ning täiskasvanud õppija ja elukestva õppe põhimõtteid (vt lisa 1). Koolitusel osales 14 inimest, kellest pooled olid kutselised ja pooled kogemusnõustajad. Kutseliste hulgas olid esindatud eelkõige vaimse tervise valdkonnas töötavad meditsiini- ja sotsiaaltöö haridusega inimesed, aga ka kaks teoloogia alase ettevalmistusega osalejat.

Koolitaja koolituse hindamiseks viidi osalejate hulgas läbi segatüüpi ankeetküsitlus (vt lisa 2). Saadud andmetest koostati kirjeldav statistika, avatud küsimuste vastuseid analüüsiti kvalitatiivse sisuanalüüsi meetodiga.

Osalejate tööturustaatus kaardistamiseks 30.06.11 seisuga kasutati telefoni intervjuud.

Uuringu eesmärk oli hinnata koolitaja koolituse sisu osalejate professionaalse arengu seisukohalt, uurida kuidas koolitusel õpitut on rakendatud ning millist täienduskoolitust osalejad edaspidi soovivad. Vastajaid oli 7 (Aruandes: *koolitaja 1-7*, numbriga on märgitud vastaja järjekorranumber). Projektiga liitunud töötute puhul uuriti ka töölerakendumist laiemalt.

3.2. Analüüs

Nii kogemusnõustajaid kui ka kutselisi ajendas koolitusel osalema **soov arendada vaimse tervise valdkonda, avardada oma tööpilti ning täiendada oma teadmisi ja**

oskusi valdkonnas töötamiseks. Koolitaja koolitusel osalejad paistavad silma tugeva sooviga osaleda millegi uue õppimises, käivitamises ja elluviimises. Mitmed kutselised ja kogemusnõustajad nimetasid koolitusel osalemise ajendina veendumust, et grupitöö ja kogemusnõustamine aitavad oluliselt psüühikahäiretega inimestel taastuda ning peaksid olema kättesaadavad võimalikult paljudele abivajajatele.

„ Soov teha midagi uut ja klientidele vajalikku, sest iga uus tegemine tekitab hea tunde ja palju rõõmu.“ (Koolitaja 7)

Konkreetsete ootustena nimetati **tugigruppide loomise, hoidmise ja arenguga** seotud teemasid, samuti **psüühikahäire olemust ja avaldumisvorme**.

Kahel juhul nimetati soovi saada **uusi kontakte ja teadmisi tööks psüühikahäiretega inimeste lähedastega**, kuulda lähedaste kogemuslugusid ja eneseabigruppide läbiviimise kogemusi.

Enamuse vastajate arvates vastas koolitus nende ootustele või ületas ootuseid. Koolitaja koolitusel osalejate hinnang koolitusel käsitletud teemade olulisusele on esitatud tabelis nr 1. Positiivsena tuuakse välja **kogemuspõhine õppimine**: tegelusharjutuste läbitegemine, see et koolitus toetas loovuse arengut ning oli suunatud praktilisele tegevusele ja ei keskendunud faktiteadmiste omandamisele.

„Koolitus oli suurepärase, hoopis erinev eesti süsteemist, meeldis kogemuspõhine õppimine, et sai ka ise nt tegelusharjutusi läbi teha, huvitavad olid kogemuslood ja -ettekanded, üldse oli koolitus üles ehitatud inimestes loovuse arendamiseks, mitte faktide esitamisenä.“ (Koolitaja 1)

Üks vastaja tõi välja **vajaduse eristada taastumiskursus** koos oma ideoloogiaga (Soome kogemus) **tugigrupi metoodikast**.

„Minu peas oli kaks täiesti erinevat asja, üks on taastumiskursus koos oma ideoloogiaga (mille õpe, teave ja läbiviimine oli suurepärane), teine aga tugigrupp (mis kindlasti pole seesama, mis taastumiskursus).“ (Koolitaja 2)

Tehakse ettepanek koguda kokku need teemad, mis olid tähtsad tugigruppides, millest sooviti rääkida ning sellest lähtuvalt täiendada tugigrupi programmi.

„Oleks mõistlik selle projekti tulemusena kokku korjata need teemad, mis olid tähtsad tugigruppides, millest sooviti rääkida ja koolituse programmi võiks uuesti kokku panna lähtuvalt eesti osalejate vajadustest, millele lisanduvad grupi loomise jm grupioskused.“ (Koolitaja 2)

Tugigrupijuhendaja koolitus on terviklik koolitusprogramm, mida saab edaspidi pakkuda EPRÜ, Tervise Arengu Instituudi ja kogemusnõustajate koostöös.

Täitumata ootustena nimetati ainult psüühikahäiretega inimeste lähedastele suunatud teemade väga vähest käsitlemist. Lähedastele suunatud tegevustega seotud koolitus on kindlasti üks oluline väljakutse tulevikuks.

Ootasin lähedaste kogemuslugusid ja eneseabigrupi liikumise kogemusi. Otseselt ootused ei täitunud, aga sain väga head informatsiooni ja meterjale taastumisprotsessidest ja rehabilitatsiooni võimalustest. (Koolitajad 3)

Tabel 1. Koolitaja Koolitusel osalejate hinnang käsitletud teemadele:

N= 7 vastajat

	väga oluline	oluline	pigem ei ole oluline	ei ole üldse oluline	ei oska öelda
Kogemusloo kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel	7	0	0	0	0
Tegelusharjutuste kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel	7	0	0	0	0
DUO käsiraamatute kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel	7	0	0	0	0
Liikumine ja vaimne tervis. Liikumisharjutuste kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel	7	0	0	0	0
Kutselise ja kogemusnõustaja rollid ning tööjaotus tugigrupi läbiviimisel	6	1	0	0	0
Tugigrupi alustamine ja läbiviimine	6	1	0	0	0
Juhendaja motivatsioon ja jaksamine	6	1	0	0	0
Tugigrupi jõustamine, kohaliku ressursi leidmine ja kaasamine	3	3	0	0	0
Taastujate ja nende	2	5	0	0	0

lähedaste tööhõive parandamine					
DUO-projekti eesmärk, väljundid ja koostöövõimalused	5	2	0	0	0

Kõik vastajad pidasid koolitusel käsitletud teemasid *väga oluliseks* või *oluliseks*. Märkimist väärib, et tugigrupi metoodikat puudutavat osa hinnati eranditult väga oluliseks.

Kõik vastanud on koolitusel õpitut rakendanud ning kavatsevad seda teha ka edaspidi, enamuse DUO-projekti raames tugigruppe läbi viies ja tugigrupijuhendajaid koolitades, aga ka oma igapäevatöös kutselise aitaja ja koolitajana.

Täiendusõppe vajaduse osas nimetavad kogemusnõustajad eelkõige vajadust **psühholoogia ja psühhiaatria** alaste teadmiste ning **nõustamisoskuste** järele. Kutseliste poolt tuuakse ühel juhul välja ka inimese **religioossusega seotud teemade** ring ning teisel juhul kitsamalt küsimus, kuidas tugigrupi läbiviimine kohandada kogudusetöö konteksti.

Koolitaja koolitusel osalenud kutseliste nimekiri on multidistsiplinaarne. Esindatud on psühhiaatrilise õenduse, sotsiaaltöö, psühholoogia, rehabilitatsioonitöö ja diakooniatöö taustaga inimesed. Märkimisväärne on, et kahel **kogemusjuhendajal** on erialane väljaõpe ja eelnev töökogemus aitamistöös (õendus, diakoonia). Kolm osalejat omavad pikaegset kogemust tööst peregruppidega. Ühel osalejal on pedagoogilise töö kogemus. Kõigil 14 osalejal on kõrge valmisolek jätkata koolitajana vaimse tervise valdkonnas.

3.3. Kokkuvõte

Koolitaja koolitusel osalejad hindavad koolitusel omandatu vajalikkust ja praktilist kasu oma igapäevatöös, samuti kasu taastujatele, väga kõrgelt. Positiivse ja uudsenähtu tuuakse välja taastumise mõtteviisi ja duona töötamise metoodika.

Samas tuuakse välja vajadus analüüsida tugigruppides toimunut ning vajadusel teha programmis kohandusi, et seda Eesti kontekstile veelgi kohandada.

Suur väljakutse on vastajate arvates töö taastujate lähedastega, selle arendamiseks on vaja eraldi koolitust ja tugigrupi programmi.

Kutselised kasutavad õpitut nii konkreetsete tugigruppide läbiviimisel kui ka oma igapäevases kutsetöös. Peetakse oluliseks taastumise mõtteviisi ja duona töötamise metoodika levitamist Eesti vaimse tervise spetsialistide hulgas.

Täiendusõppe vajadused sõltuvad konkreetse vastaja varasemast haridusest ja töö kontekstist, kogemusnõustajate vastustest ilmneb eelkõige vajadus psühholoogia ja psühhiaatria alaste teadmiste ning nõustamisoskuste arendamise järele.

Koolitaja koolitusel osalenud kutseliste nimekiri on multidistsiplinaarne. Esindatud on psühhiaatrilise õenduse, sotsiaaltöö, psühholoogia, rehabilitatsioonitöö ja diakooniatöö taustaga inimesed. Kahel kogemusnõustajal on ka erialane väljaõpe ja eelnev töökogemus aitamistöös (õendus, diakoonia). Kolm osalejat omavad pikaajast kogemust tööst peregruppidega. Ühel osalejal on pedagoogilise töö kogemus.

Projekti jooksul leidsid projektis rakendust 11 osalejat. Tööülesanded mida täideti olid: koolitaja, superviisor, mentor, tugigrupi juhendaja.

Projektiga liitudes olid kolm osalejat töötu staatuses. Projekti perioodil on nad osalenud projektitöös ja teinud lühiajalisi lepingulisi töid. Kõik on veendunud, et DUO koolitaja koolitus suurendas nende koolitajaoskuseid ja nad rakendavad neid oma igapäevatöös.

4 Tugigrupi juhendajate koolitus

4.1. Taust

Tugigruppide juhendajate leidmiseks ja gruppide komplekteerimiseks viidi läbi 16 maakondlikku infoüritust, kus osales kokku 229 huvilist. Huvi juhendaja koolituse vastu oli suur ja kokku osales koolitustel 115 inimest.

Tugigrupi juhendaja koolitus toimus veebruarist 2010 – mai 2011. Projekti käigus viidi läbi koolitus kaheksale koolitusgrupile (3 Tallinnas, 2 Tartus, 2 Jõhvis, 1 Pärnus), sh 2 venekeelset koolitust. Lisaks viidi läbi sõltuvushäireid ja neist taastumist käsitlev koolitus Jõhvis.

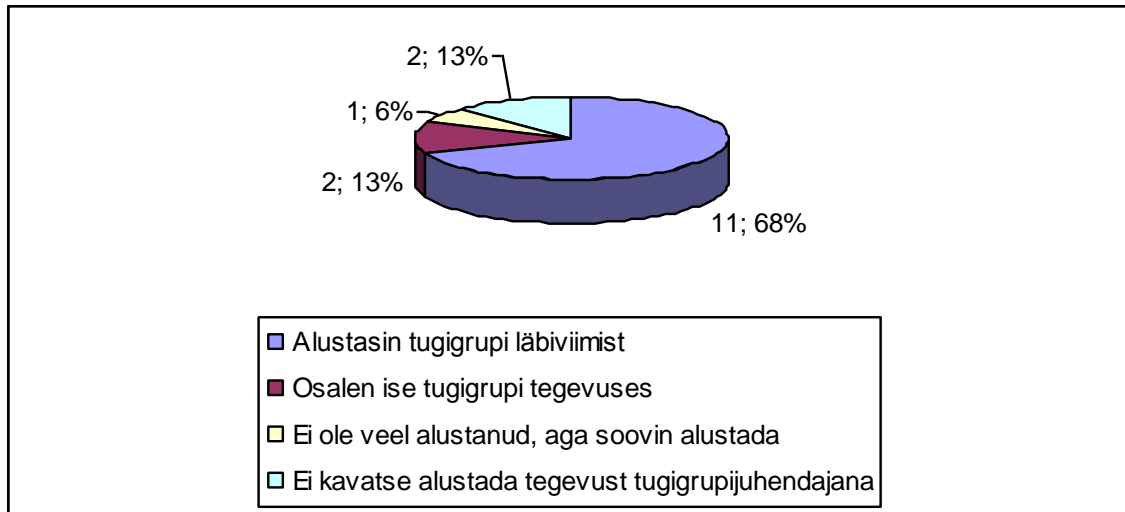
Sissejuhatav koolitus oli mõeldud inimestele, kes on huvitatud vaimse tervise teenuste rikastamisest tugigruppide ja isikliku toetamise abil. Koolitusel omandasid kutselised aitajad, psüühikahäirest taastujad ja nende lähedased teadmisi ning kogemusi, mis aitavad neil alustada tugigrupi tegevust oma kodukohas. Koolitus toimus kaheosalisena, 2+2 koolituspäeva. Kokku 32 tundi, millest 8 tundi moodustasid praktilised tegelusharjutused.

Lisaks korraldati juhendajatele koolitus teemal „Vaimne tervis ja sõltuvusained“ nõ „kaksikdiagnoosi koolitus“. Koolituse eesmärgiks oli suurendada juhendajate oskusi toimetulekuks rühmaliikmetega, kellel esineb lisaks psüühikahäiretele ka sõltuvusprobleeme alkoholist või muudest narkootilistest ainetest.

Tugigrupi juhendaja koolituse sisu ja hindamiseks viidi osalejate hulgas läbi segatüüpi ankeetküsitlus (vt lisa 3). Saadud andmetest koostati kirjeldav statistika, avatud küsimuste vastuseid analüüsiti kvalitatiivse sisuanalüüsi meetodiga. Küsimustik saadeti e-postiga 52 koolitusel osalenud kogemusnõustajale, sh 16 venekeelsetes gruppides osalenutele (vt lisa 4). Vastajaid oli 20 (Aruandes märgitud *kogemusnõustaja 1-20*, numbriga märgitakse vastaja järjekorranumbrit) Lisaks tehti samade küsimuste alusel 5 telefoniintervjuud.

4.2 Analüüs

Kõigilt vastajatelt küsiti, kas nad on alustanud tugigrupi läbiviimist või kavatsevad seda tuleviks teha. Vastajate arvamused on esitatud joonisel 1.



Joonis 1. Koolitusel osalejate tegevus kogemusnõustajana. N=16 vastajat

Pisut üle poole vastajatest on kogemusnõustajana tugigruppide juhendamist alustanud, ligi neljandik vastajatest sooviks edaspidi kogemusnõustajana tugigruppi juhendada. Viimase vastusevariandi valinutest nimetasid mitmed, et ei ole leidnud sobivat organisatsiooni, kus oma tegevust alustada. Nimetati ka majanduslikke põhjuseid: puudub raha transpordiks, puudub raha tugigrupijuhendaja töötasuks. Paaril juhul kardeti tugigrupitööga alustada, sest ei peetud ennast veel piisavat taastunuks ja stabiilseks. Üks vastaja tõi välja selle, et ka teiste projektide raames tehakse psüühikahäiretega inimestele ja nende lähedastele tugigruppe, seega on huvilistel valida, kus nad soovivad osaleda.

Enamus koolitusel osalejatest soovisid **vahetada kogemusi ja luua kontakte koostöök.**

„Soovisin suhelda teistega, kes hakkavad tegelema sama asjaga.“ (Kogemusnõustaja 14)

Vastajate põhilised ootused koolitusele olid väga suurel määral seotud teadmiste omandamisega **psüühikahäirete ja psüühikahäiretega inimeste ja/või nende lähedaste abistamisvõimaluste** kohta.

Konkreetsemate ootustena saab väljendada ootusi, mis olid seotud tugigrupi läbiviimisega: omandada teadmisi ja oskusi **tugigrupi juhtimisest**, see ootus puudutas eelkõige grupiprotsesside juhtimise ja eestvedamise teemasid. Oodati ka õpetust **tugigrupi läbiviimise metoodikast**.

„Oli suur huvi teada saada, missuguseid meetodeid kasutatakse käesoleval ajal maailmas, eriti Soomes. mis on meile elu põhiväärtustelt sarnane.“

(Kogemusnõustaja 11)

Mitmed osalejad soovisid koolituse ja rühmatööde kaudu **õppida paremini iseennast tundma**. Eelpool kirjeldatud ootused suurel määral täitusid.

Vastajate hinnangud tugigrupi juhendaja koolituse konkreetsetele teemade käsitlemisele kajastuvad tabelis 2.

Tabel 2. Vastajate hinnang tugigrupi juhendaja koolituse teemade käsitlemisele:

N=20 vastajat

	väga hea	hea	rahuldav	kehv	väga halb	ei oska öelda
Taastumise mõtteviisi tutvustamine	9	9	1	1	0	0
Kogemustoe väärtustamine. Kogemusloo kasutamine tugigrupiprogrammis	12	0	0	0	0	0
Tugigrupiprogrammi eesmärk, põhimõtted ja mängureeglid	7	4	1	0	0	0
Tugigrupiprogrammi elluviimise nurgakivid: lühiloeng, rühmavestlus, tegelusharjutused ja liikumine	13	3	4	0	0	0
Tugigrupiga alustamine ja selle tegevuse juhtimine, näidisprogrammi kohandamine	1	13	4	1	0	1
Taastumine ja tööelu	0	14	3	1	0	2
Eneseabigruppide jõustamine	1	13	3	0	0	2
Koostöövõimalused DUO-projekti raames	3	10	3	0	0	1
Töövihik, õppematerjal	9	4	5	1	0	0

Psüühikahäiretega inimeste lähedaste ja pereliikmete toetamisest oleks edaspidi otstarbekas teha omaette täiendusõppe kursus. Vastajad pidasid vajalikuks taastujatele suunatud tegevuste ja lähedastele suunatud tegevuste eristamist ning eraldi õpetamist.

Suuremat tähelepanu vajavad ja praktilises töös raskusi põhjustasid: sihtgrupi kaasamine ja tugigrupi reklaamimine ning grupiliikmete motiveerimine ja aktiveerimine.

„Gruppi oli raske kokku saada. Esimesel grupikorral tuli kokku 8 inimest, kes kõik ütlesid, et hakkavad käima, kuid tegelikult hakkas käima 4 inimest. Inimesed ei tulnud kuulutuste peale (plakatid). Alles 3 kuud hiljem, kui tegime pressiteate, mille peale kontakteerus üks ajakirjanik ja tegi meie tugigrupist artikli, tuli veel 5 inimest. Enne esimest grupikorda oli Pereraadios intervjuu minu kaasjuhendajaga, mille peale inimesed tulid.“ (Kogemusnõustaja 11)

Vastajate arvates võiks koolitusel käsitleda ka seda, kuidas tugigrupi tegevusele rahastust leida ning kuidas tugigrupi tegevust mitmekesistada, milliseid teisi kutselistest võiks tugigrupi tegevusse kaasata.

Üks vastaja tõi välja, et koolitus ja kogu programm on liiga pealiskaudne ja ei anna piisavalt infot psüühikahäirete tekkepõhjuste ja olemuse kohta, luues nii illusiooni, et taastumine on kerge protsess.

*„DUO koolitus andis mõnevõrra tugevama tunde tugigrupiga alustamiseks, samas jäi minu jaoks sisult liiga pealiskaudseks. Justkui oleks taastumine alati kerge...“
(Kogemusnõustaja 17)*

Uuriti ka, millist toetust vajatakse tugigrupitöö käivitamiseks. Vastajate arvamused kajastuvad tabelis 3.

Tabel 3. Milliste toetust vajad tugigrupitöö käivitamiseks.

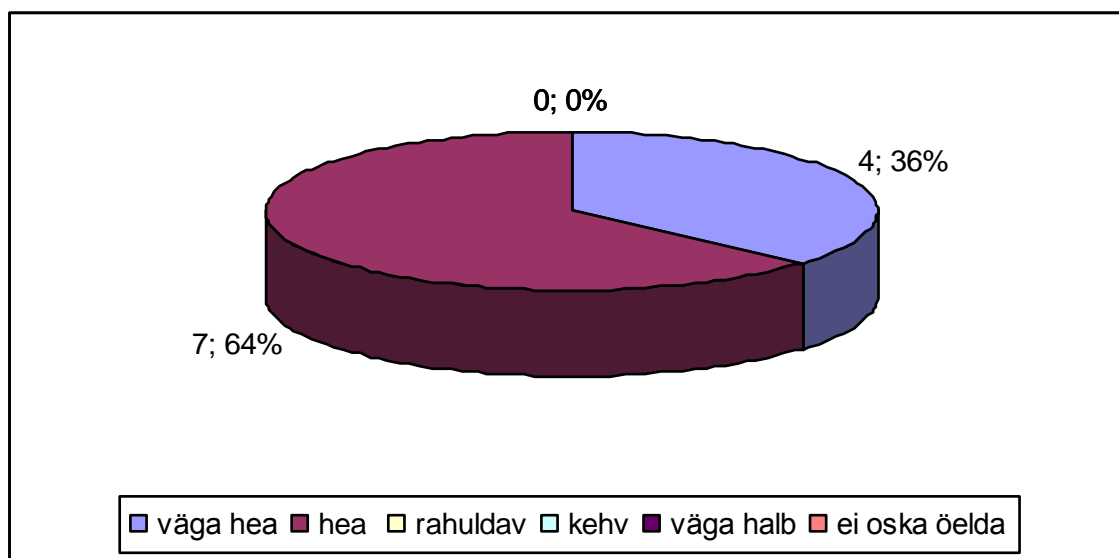
N=20 vastajat

	väga oluline	oluline	pigem ei ole oluline	ei ole üldse oluline	ei oska öelda
Lisakoolitus	4	8	3	1	2
Supervisioon	12	7	1	0	0
Abimaterjalid	7	11	1	1	0
Abi ressursside leidmisel:	7	5	2	0	1
Ruumide kasutusvõimalus	10	3	2	0	0
Töötasu	5	7	2	0	0

Kõikide pakutud valdkondade toetamist hinnati enamasti *oluliseks* või *väga oluliseks*. Kui kutselised pidasid kõige olulisemaks täienduskoolituse korraldamist kogemusnõustajatele, siis kogemusnõustajad on oma lähenemises pisut praktilisemad ning väärtustavad kõige enam supervisiooni.

Supervisioon

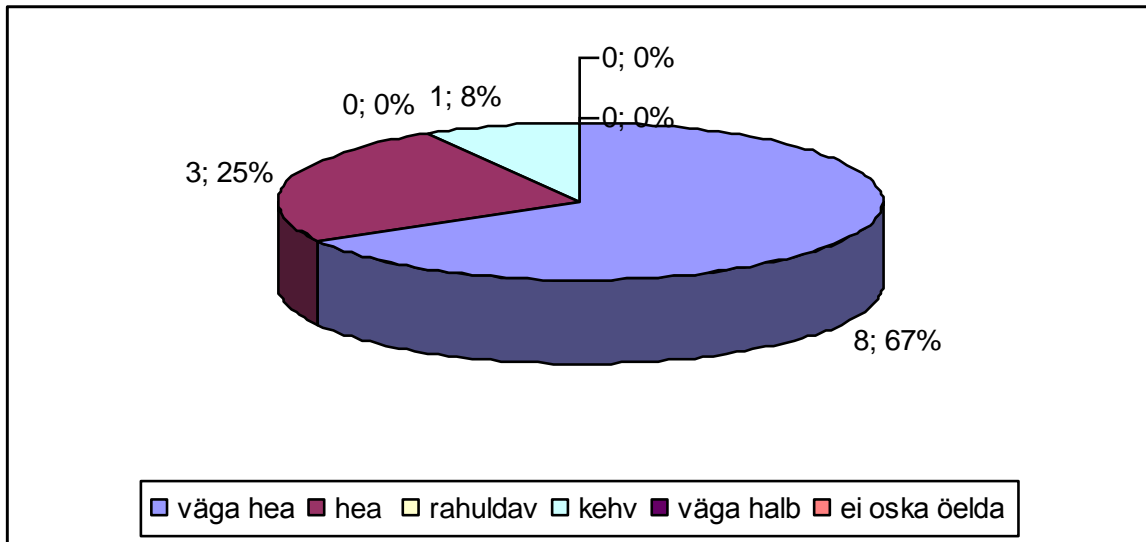
Vastanutest 13 osales supervisioonis ja 7 ei osalenud. Rahulolu supervisiooniga kajastab joonis 2.



Joonis 2. Rahulolu supervisiooniga. N=11

Kõik need, kes tugigruppi läbi viisid, osalesid ka supervisioonis ning hindasid selle *väga heaks* või *heaks*. Supervisiooni korraldus vastajate arvates muutmist ei vaja, küll aga võiks supervisioonis käsitleda enam tugigrupi läbiviimisega seotud sisulisi küsimusi ning vähem korralduslike ja projektidokumentatsiooni puudutavaid.

Duona töötamise eripära ja uudsus seisneb kutselise aitaja ja kogemusnõustaja tihedas koostöös tugigrupi juhendamisel. Kogemusnõustajate hinnangut koostööle kutselisele kirjeldab joonis 3.



Joonis 3. Kogemusnõustaja hinnang koostööle kutselise aitajaga. N=12

Koostööd kutselisega hinnati valdavalt *väga heaks*.

4.3. Kokkuvõte

Tugigrupi juhendaja koolitusel osalenutest tegi projekti jooksul reaalset juhendajatööd tugigruppides 28 kogemusjuhendajat.

Kokku käivitus projektiperioodil 29 tugigruppi. Lisaks toetati 10 kohalikku algatust (st tugigrupp kohandas programmi, kuid erinevatel põhjustel ei läbitud täies mahus (nt osalejaid liitus vaid 2-3)).

Kokku toimus **487 grupikorda**. Ühes grupis oli keskmiselt **6-7 osalejat**.

Koolitust hindasid vastavad valdavalt väga heaks ning koolituse põhimõtteid ja meetodeid uudseteks ning vaimse tervise valdkonna tegevusi rikastavateks. Tugigrupi alustamist takistasid vastajate arvates tervisega seotud probleemid, tugigrupi tegevuse läbiviimiseks vajalike majanduslike ressursside nappus ning mõnikord ka sobiva kutselise ja toetava koduorganisatsiooni puudumine. Enamus nendest, kes ei ole tugigrupitööga alustanud, leiavad, et soovivad seda olude muutudes teha. Need inimesed on väga oluline ressurss edasisteks tegevusteks vaimse tervise teenuste arendamisel.

Need, kes on tugigrupi läbiviimisega alustanud väärtustavad taastumise mõttemiis ja duona töötamist ning peavad tugigrupi läbiviimist õnnestunuks.

5 Tugigruppide läbiviimine

5.1. Taust

Tugigrupi juhendajad kohandasid enne grupiga alustamist näidisprogrammi (vt lisa 5) oma sihtgrupi spetsiifilistele vajadustele. Programmi elluviimisel kasutati tugigrupi juhendaja koolituse töövihikut ning käsitleti grupiprotsessis tekkinud küsimusi supervisioonikohtumisel. Kõik juhendajad olid läbinud tugigrupi juhendaja koolituse.

DUO-projekti tugigrupis tegutseb kutselise aitaja kõrval vähemalt üks kogemusjuhendaja. Kogemusjuhendajal on isiklik kogemus psüühilisest haigestumisest ja taastumisest ning tema kohalolek ja osalemine programmi läbiviimisel annab lootust, et on võimalik taastuda ning kergendab taastujatel asjadest kõnelemist nende õigete nimedega.

MTKL ja EPRÜ tugigruppides lähtutakse veendumusest, et vaimse tervise probleemidest on võimalik kõigil taastuda ning iga inimese taastumine on ainulaadne, individuaalne ja sügavalt isiklik muutumisprotsess, mistõttu ei saa eeldada nagu taastuksid kõik teatud kindlal viisil. Tugigruppides kannustatakse grupiliikmeid analüüsima enese taastumist ja sellega seotud küsimusi ning vahendatakse usku taastumise võimalikkusse.

DUO-projekti tugigrupiprogrammi üldised eesmärgid:

- edendada taastumisvalmidust ehk toetada taastujaid, et nad leiaksid oma elu muutmist ja taastumist puudutavaid eesmärke ning
- toetada taastujate usku nende asjatundlikkusse oma elu küsimustes.

Programm sobib vaimsest kriisist taastujale, sõltumata diagnoosist ja elusituatsioonist ning ei sobi isikuile, kes on akuutses kriisis ja kelle haiguse sümptomid on akuutses faasis.

Peale taastuja enese asjatundlikkuse kasutatakse tugigrupis ära ka teiste taastujate ja spetsialistide kogemusi ja teadmisi taastumisest. Programmis pannakse rõhku õppimisele ja kogemuslikkusele. Juhendajad tegutsevad teejuhi ja õpetaja rollis, mitte terapeutidena. Programm koosneb 15 kohtumiskorra teemadest. Iga teema alguses on soovitusel juhendajatele. Edasi järgnevad sõltuvalt teemast lühiloengute tekstid ja harjutuste juhised.

Ajavahemikus september 2009 – aprill 2011 käivitus 39 tugigruppi üle Eesti. Liikmeid ühes grupis oli keskmiselt 6-9. Tugigruppi juhendasid paaris kutseline aitaja ja taastumiskogemusega juhendaja. Kohtumisi oli keskmiselt 15 ühe tugigrupi kohta. Ühe kohtumise kestuseks koos ettevalmistus ja lõpetamise ajaga oli 3 tundi. Tugigrupid olid suunatud eelkõige psüühilisest haigusest taastujatele, ent oli ka spetsiifilisi grupe töötutele ja sõltuvusprobleemidega inimestele. Tugigruppe viidi läbi eesti ja vene keeles, tugigrupi läbiviimiseks vajalikud materjalid on samuti kättesaadavad mõlemas keeles.

Tugigruppide tööst ülevaate saamiseks analüüsiti kvalitatiivse sisuanalüüsi meetodiga tugigrupijuhendajate koostatud kokkuvõtteid tugigrupi kohtumistest. Kokkuvõtted koostati iga kohtumise kohta eraldi. Valimisse võeti 21 tugigrupi materjalid (Aruandes esitatud: *tugigrupp 1-21*, number näitab järjekorranumbrit valimis).

Kohtumise dokumenteerimiseks oli kasutusel vorm (vt lisa 6) kus kajastusid: kohtumise aeg, koht, koostaja, osalejate arv. Teemadest :Kohtumise sisukokkuvõte, sh peamised teemad, saavutused, tekkinud probleemid ja nende lahendamise võimalused, hinnang tugigrupi tööle jmt. Kutselise juhendaja vastutuseks oli saata kokkuvõtted iga kuu lõpuks meeskonnale. Eesmärgiks oli aktuaalseid probleeme käsitleda koheselt supervisioonidel ja mentori juhendamises ning koguda materjali lõppanalüüsiks.

Sisukokkuvõtete analüüsi eesmärk oli saada teada, kui võrd programm oli järgitav, milliseid lisandusi tehti programmis ning millised probleemid tekkisid tugigrupi läbiviimisel. Välja on toodud ka erinevad õppekäigud. Võimalusel on viidatud ka

materjalidele, mida tugigrupijuhendajad on lisaks kasutanud, üheskoos vaadatud filmidele ning raamatutele, mida on soovitatud lugeda.

Tugigrupis osalenud taastujate arvamus tugigrupi tegevus kohta uuriti fookusgrupi intervjuude abil (vt lisa 7). Intervjuusid analüüsiti kvalitatiivse sisuanalüüsi meetodiga. Analüüsi eesmärk oli uurida milliste ootustega tugigruppi tuldi, kuivõrd need ootused täitusid ning millisteks hindavad taastujad tugigrupis osalemise tulemusel nende elus toimunud muutusi.

Fookusgrupi intervjuud viidi läbi SA Viljandi Psühhiaatria Haigla, AS Hoolekandeteenused Võisiku hooldekodu, EELK Tapa Jakobi ja Tartu Maarja koguduse, Ida-Virumaa Nõustamiskeskuse ja MTÜ Domus Petri Kogu poolt läbi viidud tugigruppides osalenutega. Aruandes on need märgistatud: *fookusgrupp 1-6*, number on intervjuueerimise järjekorranumber. Kaks gruppi olid suunatud eelkõige töötutele ning üks sõltuvushäiretega noortele, ülejäänud psüühikahäirest taastujatele. Peaaegu kõikide intervjuueeritute tugigrupid olid intervjuueerimise hetkeks oma ametliku DUO-programmi järgse tegevuse lõpetanud, ainult sõltuvusprobleemidega inimestele suunatud grupp oli oma tegevuses algusjärgus.

5.2. Tugigrupi sisukokkuvõtete analüüs

Tugigruppides valdav enamus on järginud DUO-tugigrupi programmi ja seda vajadusel oma sihtrühmale kohandanud. Juhendajad on reageerinud paindlikult grupiliikmete vajadustele ning kontekstile. Vastavalt osalejate soovile on lisatud teemasid ning lähtuvalt kontekstist tähistatud erinevaid pühi ning tugigrupiliikmete sünnipäevi.

Enamus juhendajaid kajastab oma kokkuvõtetes **taastumiseesmärkide seadmist**, mis enamikul juhtudest olid seotud tööturule naasmise ning tervisliku seisundi stabiliseerimise ja taastumisega:

Grupikohtumise kokkuvõttes kirjutatakse:

„Enamus eesmärke jagunes kaheks; pooltel oli see seotud tööturule naasmisega, pooltel tervise hoidmisega ja paranemise/taastumisega. Oli ka nn taas eneseleidmise ja sisemise rahulolu eesmärke.“ (Tugigrupp 10)

Enamasti tegeletakse eesmärkide sõnastamisega läbi mitme kohtumise, lisaks tööle grupis, palutakse osalejatel mõelda oma eesmärkidele ka grupikohtumiste vahel. Vaatamata intensiivsele tööle ei ole eesmärkide sõnastamine kerge:

„Mitu kohtumist tagasi, me arutasime taastumise eesmärke ning liikmed pidid ka nende üle kodus järele mõtlema. Nüüd me panime aga eesmärgid ka paberile. Kes oli mõelnud endale ühe eesmärgi, kes kaks eesmärki, kirja läks täpselt nii nagu keegi tahtis ja mõtles. Ega neil kerge ei olnud eesmärki sõnastada, kuid hakkama me saime.“ (Tugigrupp 1)

Taastumise mõtteviis, programmi vundament **on uus nii taastujatele endale kui ka kutselistele** juhendajatele. Küllap see uudsus, aga ka grupiliikmete väga erinev tervislik seisund on osa põhjusest, miks taastumise mõistet tuli mitmeid kordi selgitada ning teemaga ikka ja jälle tegeleda:

*„Tundus, et taastumine kui termin ja sellega kaasnev vajab rohkem lahtirääkimist“
(Tugigrupp 11)*

Samas tuuakse välja ka seda, et selline mõtteviis võetakse küllaltki ruttu omaks:

„Osalejad räägivad kenasti taastumise teemal, sellest, et taastumine on olemas. Arutlevad sümptomite teemal, millised need on, kas neid on kerge ära tunda, millised on negatiivsed, millised positiivsed. Kuidas oma elu haigusperioodil toime tulla, mis aitab jälle jalad maha saada? Kaks grupiliiget leidsid, et taastumise üks lõppetappe võikski olla TÖÖ, TÖÖLESAAMINE ja töökoha hoidmine. Algul ka lihtsam lihttöö aitab taastumisel, kuna viib negatiivsed mõtted kõrvale oma haigusest. Üks grupiliige tõi välja ikkagi ka n õ ilma tööta olemise tähtsuse taastumise algetapis, kuna puudub tööst tulenev ping- ja tänapäeva avatud tööturul olevad töökohad on väga pingelised. (8 tundi tööd

järjest) Arvati ka, et sidistamine, mis psüühikahäirega kaasas käib on nii tugev, et grupiliikmed pigem varjavad oma haigust tööandja eest.“ (Tugigrupp 10)

Kogemuslugude käsitlemise **olulisust**, aga ka **keerukust** toonitatakse mitmes kokkuvõttes:

„Päev tundus tõsisem kui eelmistel kordadel, kuna teema pani mõtlema. Üks osaleja arvas, et „kogemusloom pole mõtet ning kõige tähtsam on terveks saada...aga terveks ju ei saa“! Sai uuesti seletatud vastutuse võtmise teemat läbi ravi, rehabilitatsiooni ja taastumise.

Üks osaleja oli kirjutanud 14 lehekülge ning jagas kogemusi kirjutamise protsessist, mis algul tundus hirmus raske, sest tuli palju ebameeldivat meelde ja tuli seda üle elada. Lõpupoole oli juba kergem.“ (Tugigrupp 6)

Paljude DUO-tugigruppide tegevus jätkub, kas kutselise juhendamisel või eneseabigrupina, nende gruppide liikmed, kus ühel või teisel põhjusel ei jätkata on selle üle enamasti kurvad.

„Kõik grupi liikmed on seda meelt, et jätkata kokkusaamisi, et jagada saavutatut ja tagasilöökide korral saada üksteiselt tuge.“ (Tugigrupp 11)

Grupiprotsessi iseloomustatakse enamasti siis kui leitakse, et see on hästi sujunud:

„Grupp oli väga soe, avatud ja meeldiv, mulle kui grupijuhendajale jäi väga hea mälestus. Grupp avanes ja sulas kokku aja jooksul, seega grupidünaamika oli väga tuntav. Grupis juhtus kõike teenusele saamist, tööle saamist ja haiglasse kukkumist ning sõbranna leidmist - aga see ongi elu.“ (Tugigrupp 10)

Grupiprotsessi latusale kulgemisele aitab tihti kaasa kogemusnõustaja tegevus:

„Osalejate julgus rääkida ja küsida rasketest teemadest sõltub paljuski kogemusnõustaja avanemisvalmidusest.“ (Tugigrupp 11)

Samas leidub ka kirjeldusi, mis toovad välja raskusi grupitöö käivitamisel:

„Rühm on väga kinnine, ei avaldata oma arvamust, mõtteid ega tundeid. Läbi mänguliste tegevuste, muutuvad aktiivsemateks suhtlemisel. Lõpuringis antakse positiivset tagasisidet, et tugigrupi tegevus on huvitav ja saab palju kasulikku informatsiooni.“ (Tugigrupp 19)

Mõned grupikohtumised hiljem kirjutab sama juhendaja: *„Tänane kohtumine oli juba avatum, kuigi endiselt räägitakse teineteisega vähe. Märgid näitavad, et usaldus on olemas, kuna kui räägitakse, siis sügavalt ennast puudutavatest teemadest ja juhtumitest.“ (Tugigrupp 19)*

Ja viimase kohtumise järel võib näha väikest imet, mis on sündinud:

„Lõpuring – tagasiside. Emotsionaalne vestlus, sellest kui väga osalejatele selles grupis meeldis. Andsid üksteisele lootust, et nad hakkavad ise koos käima.“ (Tugigrupp 19)

Teemad, mida gruppide liikmed tõstatasid ja mille käsitlemist soovisid:

- **Enesekindluse ja suhtlemisega seotud teemad:** eneseusalduse vähesus ja enesehaletsus; iseenda tujudega ja emotsioonidega toimetulek; suhtlemisoskuste vähesus; kuidas laiendada inimeste ringi, kes teavad sinu haigusest; sotsiaalse võrgustiku puudumine.
- **Haiguse ja rehabilitatsioonivõimalustega seotud küsimused:** taastusravi saamise võimalused; ravimite ja psüühilise seisundi mõju seksuaalelule; alkoholiprobleemid, püüd läbi selle lahendada kujunenud olukordi.
- **Töö leidmise ja hoidmisega seotud teemad:** kuidas vabaneda hirmust tööotsingul; kuidas koostada CV-d; kust otsida informatsiooni vabade töökohtade

kohta; milliseid teenuseid pakub Töötukassa; kuidas töökohta hoida; kuidas otsida koolitusevõimalusi ja sobilikke kursusi.

- **Lähisuhete ja seksuaalsusega** seotud teemad: armumine ja psühhoos; elukaaslase otsimine, suhte ja pere loomine.
- **Perekonna ja laste kasvatamisega** seotud teemad: pereliikmete poolne mittemõistmine; kust saada abi laste kasvatamise; kust saada abi vanemate hooldamisel
- **Raha ja majandamisega** seotud teemad: eelarve koostamine ja rahaga toimetulek; sotsiaalabi toetused, nende taotlemine.

Erilisi ettepanekuid tugigrupi programmi või korralduse muutmiseks kokkuvõtetes ei tehta. Ühel juhul teevad juhendajad oma praktikast lähtuvalt järgmised ettepanekud: topeltdiagnoosiga rühmi korraldada eraldi (alkoholsõltuvusega klientidel soov ikka ja jälle rääkida muu haiguse kõrval sellest probleemist); rühmade moodustamisel lähtuda diagnoosidest (väga erinevad diagnoosid eeldavad erinevat töö tempot, käsitletavaid teemasid ja nende raskusastet; erinev kaasatöötamise võimekust jne).

5.3 Tugigrupis osalejate fookusgruppide intervjuude analüüs

Tugigruppides osalejad olid enamasti haigla või teenust pakkuva organisatsiooni klientide hulgast ning tulid tugigruppi kutselise töötaja soovitusel, ainult üks grupp komplekteeriti avaliku reklaami peale tulnud inimestest. Kahte gruppi tulid mõned inimesed Töötukassa soovitusel. Paljud osalejad nimetasid, et nende jaoks oli tugigruppi tulemisel kutsuja isik küllaltki määrav, peeti oluliseks, et kutsuja oli tuttav, usaldusväärne ja seega turvaline isik.

Peamised ootused, mida tugigruppi tülles omati olid seotud lootusega suhtlemisvõimaluste avardumisele ja enda sotsiaalsete võimete ning suhete avardumisele. Oodati just emotsionaalset inimlikku toetust, mis aitaks elada ja tekitaks lootust. Intervjueeritavad nimetasid ka seda, et nad ei osanudki tugigrupist eelnevalt midagi

oodata, aga autoriteetne ja turvaline isik soovitas osaleda ning see oli piisav põhjus osalemiseks.

„Mina tahaks ka öelda, et mulle oli see lihtsalt võimalus tulla ja leida kontakte ja suhelda inimestega ja kuulata ja ... ja mõelda. ja siis edasi minna, sellepärast, et ega see ei pea nüüd kohalejõudmine olema. nüüd on ikka tee veel pooleli.“ (Fookusgrupp 1)

„Ma lihtsalt tulin vaatama, kuidas teised inimesed elavad, mis haigust põevad ja kuidas neil elu läheb ja ... kulgeb ja ... ma olen niivõrd kinnise iseloomuga inimene, mul on sõpru vähe ja elan üksi ja grupis olla praegu on tore ja hea.“ (Fookusgrupp 1)

„Mina tulin sellepärast, et oma suurest üksindustundest üle saada, sest ma olin nii sügavas augus ja raske rohukoorma all, nüüdseks on mul rohtu väga palju vähendatud ja ma tunnen ennast täitsa hästi, väga hästi. ja muidugi tahaks, et see grupp veel edasi käiks. kui võimalik.“ (Fookusgrupp 1)

Olenevalt sihtgrupist toodi välja ka spetsiifilisi ootusi. Psüühikahäirest taastujad nimetasid ootusena sageli võimalust oma haigusest rohkem teada saada ning õppida sellega toime tulema.

Töötute gruppides oli grupispetsiifiliseks ootuseks soov, saada infot töötutele mõeldud soodustustest- ja teenustest. Rõhutati seda, et info erinevate majanduslike- ja psühholoogiliste toetusvõimaluste kohta on küll olemas, ent puudub oskus ja jõuvarud leida enda jaoks sobiv. Erinevate teenuste ja abivõimaluste otsimisel (näiteks Tööturuametist) tuntakse puudust inimlikust kontaktist ja personaalsest, konkreetse isiku vajadusi arvestavast, lähenemisest. Tugigrupist oodati ka võimalust ennast paremini tundma õppida, et tunda oma tugevusi ja nõrkusi ning nende arendamisega tegeleda ning tööturule naasta.

„Võib olla see kuulumise tunne, et Sa kuulud kuhugi, mingisse seltskonda, kus sind aktsepteeritakse, siis on hea olla. See kui sul on hea olla annab sisemise julguse,

*enesekindlus tõuseb ja võib olla selle pärast saingi nüüd tööd, ega ei tea ju.“
(Fookusgrupp 1)*

Sõltuvusprobleemidega inimeste tugigrupi spetsiifiline ootus oli soov, saada toetust sõltuvusest vabanemiseks, kaine elamiseks ning oma vaba aja mõttekaks sisustamiseks, samuti depressiooni ja meeleoluhäirete ennetamisest ja/või nendega toime tulemisest.

Vastavalt eelpool nimetatud ootustele nimetati ka kõige olulisemana tugigrupis osalemine juures just võimalust olla koos, jagada oma elu rõõme ja muresid, anda ja saada üksteiselt tuge, õppida üksteise kogemustest, leida motivatsiooni igapäevaste toimingute tegemiseks.

„Mina tulin sellepärast siia, et mul oli kaks aastat tagasi haigusega selline tagasilangus, olin saanud 2 aastat tööl käia ja siis jälle akuudis, ei julgenud enam ninagi kodust välja pista, igasugused valehäbid ja asjad olid. ei julgenud suhelda ega midagi ja oli vaja sellist kinnisemat ringi, kus ennast avada, ei julgenud sugulastele ennast avada, ei julgenud perekonnas ka sellest asjast rääkida. Siis ainult paberile ja pliidi alla, paberile ja pliidi alla.“ (Fookusgrupp 1)

Tugigrupis osalejad väärtustasid ka seda, et juhendajad on siirad ja pühendunud ning soovivad neid kuulata ja toetada. Psüühikahäiretega ja sõltuvusprobleemidega inimesed peavad oluliseks, et saavad suhelda ka tervete inimestega, kes kohtlevad neid võrdväärsetena. Seeläbi toetatakse osalejate **eneseväärikuse** arengut. Olulisena nimetati ka seda, et kogeti, et sarnaste muredega inimesi on rohkem, seda nii Eestis kui ka välismaal.

Muutustena, mida tugigrupis osalemine on kaasa toonud nimetati **enesekindluse - ja julgusega** seonduvat. Tugigrupis osalemine on aidanud saada julgemaks ja enesekindlamaks, eneseväljendus on paranenud, lisandunud on soov ja oskus oma elust ja oma vajadustest avatult rääkida. Mitmed osalejad nimetasid konkreetseid näiteid sellest, kuidas tugigrupis osalemise järel on nad julgenud mõnel keerulise suhte või teema puhul

oma arvamust avaldada ja enese eest seista. Võib julgelt öelda, et kõigi tugigrupis osalejate **eneseväljendus ja suhtlemisoskused** on paranenud.

„Julgust on tulnud juurde, kui oleks täiesti võõrad olnud, siis ei oleks vist julgenud tulla. siis näed, et ei ole nii hull võõrastega suhelda. varem polnud üldse julgust, ei julgenud isegi arstiaega kinni panna.“ (Fookusgrupp 3)

„Ma arvan, et kindlasti enesehinnang on muutunud, kuidas öelda, adekvaatsemaks või ... ilmselt sobib sedasi öelda. Saame endast paremini aru.“ (Fookusgrupp 2)

„Lapsena ma olin üsna vilets suhtleja, isa polnud, olin teisejärguline inimene, kui nüüd suhtled teistega, siis õpid ja julged suhelda. siin oli tore ja sai uusi inimesi tunda.“ (Fookusgrupp 1)

Tugigrupis osalemine on aidanud arendada **eneseanalüüsi võimet**. Osalejad tõdevad, et tugigrupis on neil võimaldatud endast rääkida ja ennast väljendada väga erinevatel viisidel ning teemadel, tavapäraselt sellega igapäevases elus nii **süsteemiliselt** ei tegeleta.

„Igapäeva elus ju ei räägi niisugustest asjadest nagu seal räägitakse. See andis võimalusi kasvõi selle üle mõtlemine, kuidas see taastumine minu jaoks on. Et ta on päris keeruline asi, keegi aitab siis on palju parem. Me saime omavahel tuttavaks ja saime abi.“ (Fookusgrupp 2)

Psüühikahäirest taastujad nimetavad olulise muutusena **haiguskriitika arengut**. Osalejad on saanud oma haigusest rohkem teada, õppinud haigusega kaasnevaid tõsusid ja mõõnasid märkama, analüüsima ja neile adekvaatselt reageerima. Toimunud on haigusega leppimine, suudetakse vaadata oma elu tervikuna, mitte ei keskenduta haigusele.

Olulise muutusena nimetatakse ka **sõprussuhete tekkimine** rühma liikmete vahel ja **kuuluvustunne**. Tugigrupp on koht kuhu tingimata tahetakse tulla, sest teatakse, et teised ootavad ja tunnevad puuduja pärast muret. Tugigrupis osalemise juures väärtustatakse võimalust oma elu jagada, anda ja saada abi. Tugigruppi kogetakse kui turvalist keskkonda, kus inimesed tänu sarnastele kogemustele üksteist mõistavad ja kus võib avameelselt oma probleemidest rääkida ning olla täpselt selline nagu oled, kartmata häbimärgistamist. Turvaliste suhete tekkimine tugigrupis loob eeldused selleks, et inimesed muutvad avatumaks ja julgevad suhelda ka väljaspool tugigruppi.

„Töötul on see, et ta on kodus olnud, ta tunneb, et teda pole kellelegi vaja. Keegi ei märka, keegi ei tahagi mind näha, ma olen tühi koht. siin inimesed nagu tunnevad, et keegi väärtustab neid, keegi tunneb huvi minu olukorra vastu, keegi tahab aidata mind. ma olen kellegi jaoks oluline, see on tähtis.“ (Fookusgrupp 3)

Tugigrupis osalemist kogetakse kui ühist **mõtestatud ajaveetmist**, mis muudab elu sisukamaks ja mõttekamaks ning arendab silmaringi. Mõned tugigrupis osalejad arvasid, et jätkutegevusi grupis võiks planeerida lähtuvalt osalejate hobidest, nõnda saaksid inimesed tegeleda endale huvipakkuvate asjadega ning midagi, mida nad armastavad ka teistele õpetada.

Kõik eelpool nimetatud muutused viitavad inimeste **elukvaliteedi paranemisele**.

Tugigrupis osalejad iseloomustasid rühmas toimunut **kui rõõmsat, usalduslikku, mõistevust tekitavat, harmoonialist, hoolivat, ühtset ning huvitavat ja kasulikku** protsessi.

Valdav oli osalejate soov, et tugigrupi töö, peale DUO-projekti lõppu, jätkuks. Intervjueerimise hetkel oli teada, et üks psüühikahäiretega inimestele suunatud tugigrupp, majanduslike ressursside puudumise tõttu, oma tegevust ei jätkka. Teised kõik jätkavad, kas ametliku tugigrupina, eneseabigrupina või vabas graafiku alusel koos käiva grupina.

5.4 Tööturustaatuse kaardistamine

Mais-juunis 2011 viidi läbi osalejate tööturustaatuse kaardistamine. Kombineeriti vastavalt vajadusele osalejate küsitlemist telefoni ja e-posti teel, sh kaasasime tugigruppides osalejate tööturustaatuse kaardistamiseks tugigruppide juhendajaid.

Ülevaade kaardistuse tulemustest:

- **Kokku osales programmis / tugigruppides kokku 262 inimest**
- **Projekti perioodil leidis püsivat tööd 62 inimest. Kõik küsitletud väärtustavad töökoha saamisel ja hoidmisel tugigrupi positiivset toetust.**
- Programmi katkestas erinevatel põhjustel 11 osalejat. Enam nimetati põhjusena perekondlikke põhjusi ja transpordi probleemi.
- Projekti jooksul pakuti abi suhtlemisel Töötukassa spetsialistidega. Ametlikult otsustas end **töötuks registreerida 82 inimest**. Töötukassast loodetakse saada koolitust ja /või abi töökoha leidmisel. Mitmel juhul kurdeti, et Töötukassast tegelikult abi ei saa, sest neil pole „sellise“ puudega inimestele midagi sobilikku pakkuda. Rohkem soovitakse saada karjäärinõustamist, kuna seoses kroonilise haigusega oleks vaja tööelus nõ „uus lehekülg pöörata“.
- **Õppima on asunud 15 inimest**. Õpitakse näiteks IT erialasid, kosmeetikuks, hooldajaks, aednikuks. Vene keelt emakeelena kõnelevate osalejate hulgas on populaarne soov õppida eesti keelt, et tööturul paremini läbi lüüa.
- **Juhutöid, lühikesi tööperioode ja teadlikku töist vastutust perekonnas ning kogukonnas nimetavad väga paljud osalejad (ca 65% programmis osalenutest)**. Tööelu kvaliteeti rikastavaks peetakse sageli võimalust teha tööd pereringis näiteks tehes majapidamistöid, hoides lapsi, tehes remonti samuti aidates naabreid jms.

- Esile tuleb mõtlemapaneva probleemina teema **vaimne tervis ja ettevõtlus**. Üheltpoolt nähakse selles võimalust end teostada ja teiselt poolt nimetatakse lõpukaardistuses sageli , et tervis on halvenenud seoses ettevõtluse valdkonnas esineva suure ülepingega.
- Vähesel määral väärtustatakse **vabatahtliku tegevuse võimalusi**. Siin on enam nimetatud vabatahtlikku tegevust koguduste juures.
- **Valdkonnad, kuhu on tööle asutud**. Toome mõned näited: klienditeenindus, iluteenindus, haljastus, puhastusteenindus, puidutööstus, komplekteerimine, põllumajandus. Üksikud ilmestavad näited on: pottsepp. mesiniku abiline, välismaale tööle asumine.
- 35 inimest väitsid telefoniintervjuus, et on **saanud grupist julgustust ja on ka ise nõus oma kogemust jagama teistega**. Nad on nõus osalema tööklubides või eneseabigruppides ning jutustama nõ oma lugu, et julgustada teisi taastujaid.

Eraldi teemana uuriti tugigruppide jätkusuutlikkus. 29-st programmi läbinud grupist 7 jätkavad eneseabigrupina (jätkavad kogemusnõustaja eestvedamisel), 10 tugigruppina (jätkavad kutselise toel), 4 ei jätka ja 8 koduorganisatsiooni integreerivad metoodika elemendid oma igapäevase.

5.4. Kokkuvõte

Tugigruppides valdav enamus on järginud DUO-tugigrupi programmi. Juhendajad on reageerinud paindlikult grupiliikmete vajadustele ning kontekstile. Vastavalt osalejate soovile on lisatud teemasid ning lähtuvalt kontekstist tähistatud erinevaid pühi ning tugigrupiliikmete sünnipäevi.

Väga positiivse tagasiside on saanud erinevad õppekäigud: ekskursioonid, näituste külastused ning väljasõidud ja matkad. Taastujad on ise aktiivselt nende planeerimises ja ettevalmistuses osalenud.

Tugigrupi kohtumiste kokkuvõtteid analüüsidest jääb mulje, et paljud juhendajad käsitlevad kokkuvõtet pigem kui aruandlust, mitte kui võimalust oma tööd ja tugigrupi programmi analüüsida: tuuakse välja osalejate arv, lakooniliselt loetletakse käsitletud teemasid, mõnel juhul tuuakse välja tugigrupis osalejate poolt tõstatatud teemad, vähem on välja toodud probleeme grupiprotsessi juhtimisel ning peaaegu üldse mitte tugigrupi programmiliste teemade sisulise käsitlemisega seonduvaid küsimusi. Seetõttu ei saa kokkuvõtete analüüsi tulemusel üheselt vastata küsimusele: kuivõrd oli tugigrupi programm järgitav, millised probleemid tekkisid või milline oli grupidünaamika kulgu.

Tugigrupis osalejate arvamus grupis toimuva kohta on väga positiivne. Osalemist nähakse nii emotsionaalselt kui intellektuaalselt kasuliku ja toetavana.

Olulisemad muutused, mis osalejate arvates nende elus tugigrupis osalemise tulemusel on toimunud: enesekindluse ja julguse lisandumine, eneseanalüüsi võime ning haiguskriitika areng, eneseväljendus ja suhtlemisoskused on paranenud. Eelpool toodud muutused viitavad rühmas osalenute elukvaliteedi paranemisele, loovad eeldused taastumisprotsessi jätkumisele ning pikemas perspektiivis, vähemalt osade tugigrupi liikmete, tööturule naasmisele ja seal edukalt püsimisele.

Võib julgelt öelda, et tugigrupi eesmärgid on täitunud: osalejate taastumisvalmidus on edenenud, osalejad on leidnud ja sõnastanud oma elu muutmist ja taastumist puudutavaid eesmärgid, nende enesekindlus ja vastutusvõime on suurenenud ning nad otsivad aktiivselt tegevusi, mis nende taastumist toetaks.

6 Kutseliste ja koduorganisatsioonide hinnang projekte

6.1. Taust

DUO-tugigrupid tegutsesid 22 erineva organisatsiooni juures. Koduorganisatsioonideks olid: Tallinna Vaimse Tervise Keskus; Põhja-Eesti Regionaalhaigla psühhiaatriakliinik; Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskus; Saku vald; TÜK Psühhiaatriakliinik; Tartu Vaimse Tervise Hooldekeskus; EELK Tartu Maarja Kogudus;

MTÜ Isaseisev Elu; AS Hoolekandeteenused Võisiku hooldekodu; Lihula nelipühakoguduse perekeskus; SA Viljandi Haigla psühhiaatriakliinik; Ida-Virumaa Nõustamiskeskus; Öru Vald; Halinga Vald; Saare Töötukassa; EELK Diakooniahaigla ; Pärnu Diakooniakeskuse; EELK Tapa Jakobi kogudus; Rapla Hooldekeskuse Tugikeskus Vahtra; MTÜ Domus Petri Kogu; Pirita LOV SHO; Türi Päevakeskus.

Kokku tegutses 29 gruppi. Kõigil gruppidel oli kutselise juhendaja toetus ehk gruppe juhendati duodena.

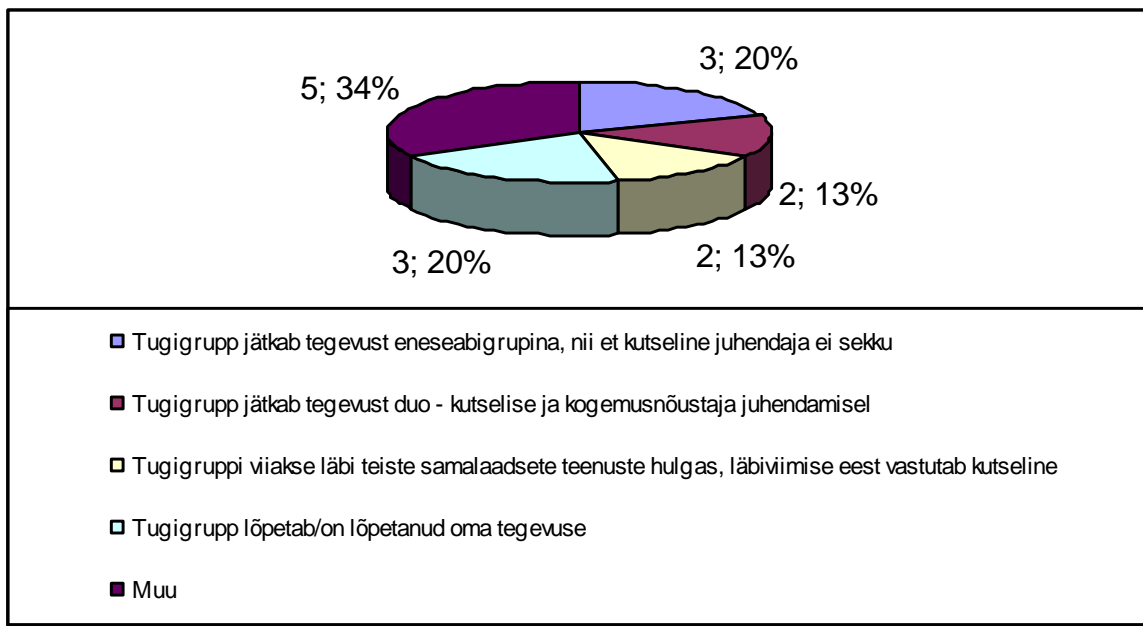
Uuringu läbiviimiseks koostati segatüüpi ankeetküsitlus (vt lisa 8), mis saadeti e-postiga tugigrupi kutselistele juhendajatele. Küsimustele 1-5 paluti vastata koos koduorganisatsiooni juhi või tema esindajaga. Küsitlus saadeti kõikidele tugigruppide kutselistele juhendajatele, vastused laekusid 13 inimeselt, kellest kolm viisid läbi 2 tugigruppi. Saadud andmetest koostati kirjeldav statistika, avatud küsimuste vastuseid analüüsiti kvalitatiivse sisuanalüüsi meetodiga.

Uuringu eesmärk oli selgitada välja mida on DUO-tugigrupi läbiviimine muutnud organisatsiooni tegevuses, kas tugigruppe kavatakse läbi viia ka edaspidi ning, millist toetust selleks oleks vaja. Uuritakse ka kutseliste arvamust tugigrupijuhendajate koolituse, supervisiooni ning koostöö kohta kogemusnõustajaga ning projektimeeskonnaga.

6.2. Analüüs

Enamus vastajatest leiab, et DUO-tugigrupi läbiviimine on nende organisatsiooni poolt pakutavaid tegevusi ja teenuseid laiendanud. Positiivsena tuuakse ka välja see, et psüühikahäiretega inimestele suunatud tegevused on muutunud kättesaadavamaks ning on suurenenud koostöö EPRÜ-ga.

Koduorganisatsioonide esindajate arvamus DUO- projekti raames alustanud tugigrupitöö jätkamise kohta tulevikus kajastub joonisel 4.



Joonis 4. Kas tugigrupp jätkab oma tegevust? N=15 vastajat

Kõige enam on valitud vastusevarianti *muu*. Vastustest on aru saada, et mõnel juhul on selle variandi valinud ka vastajad, kelle vastus sisuliselt sobiks mõne teise vastusevariandi alla. Oma valikut on inimesed põhjendanud järgnevalt:

„Ametlik tugigrupi töö on lõppenud, aga grupiliikmete soovil kohtume aeg-ajalt vabas vormis.“

(Koduorganisatsioon 2 ja 10)

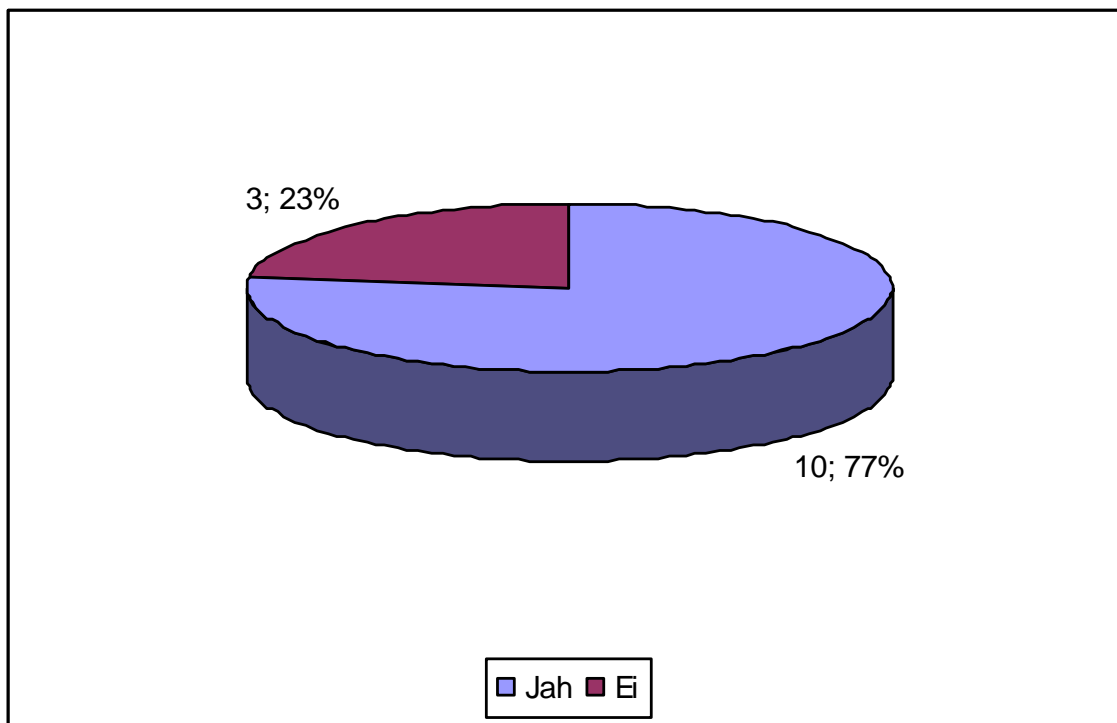
„Selle grupiga lõpetan. Kui on vajadus ja uus grupp koos, siis olen valmis alustama uue grupiga.“ (Koduorganisatsioon 1)

„Plaan on sügisel jätkata grupitööd töötutega. Kui võimalik, siis nii eneseabigrupi kui ka tugigrupiga. Eneseabigrupi vedajatena näeme neid töötuid, kes osalesid DUO-tugigrupis, pakkudes neile nii eelnevat lühikoolitust kui ka regulaarset juhendamist eneseabigrupi läbiviimise käigus. Tugigrupp jätkaks tegevust senise kogemusnõustaja ja kutselise juhendaja koostöös.“

(Koduorganisatsioon 9)

Vastajates ainult kolm nimetab, et tugigrupi tegevus on lõppenud. Sama palju vastajaid nimetab, et tugigrupp jätkab oma tegevust eneseabigrupina, ilma kutseliseta. Kahel juhul jätkab tugigrupp duona tegutsevate juhendajatega ning kahel juhul väidetakse, et tugigrupi tegevuse jätkumise eest vastutab kutseline aitaja üksi.

Positiivsena tuleb märkida, et projektis osalenud organisatsioonid olid valmis vaimse tervise valdkonnas uuenduslikus projektis osalema nii öelda „tundmatus kohas vette hüppama“. Kuna tagaside taastujakesksetele vaimse tervise teenustele oli äärmiselt positiivne, jääb loota, et valdkonna kutselised aitajad arendavad neid edasi, teevad koostööd taastujatega ning seeläbi muudavad kogu valdkonda taastujakesksemaks. Koduorganisatsioonide valmidust jätkata edaspidi tugigrupitööd kajastab joonis 5.



Joonis 5. Kas kavatsete jätkata psüühiliste erivajadustega inimeste ja/või nende lähedaste tugigruppide läbiviimist oma organisatsiooni kaudu? N=13 vastajat.

Enamus organisatsioone kavatseb jätkata tugigruppide läbiviimist, nõnda luuakse eeldus taastujakesksema vaimse tervise süsteemi tekkimisele, projekti käigus loodud uudse metoodika juurdumisele ning vaimselt tervema ja elujõulisema ühiskonna kujunemisele.

Tabel 4. Koduorganisatsiooni ja kutselise juhendaja hinnang valdkondadele, milles nad vajavad edaspidises tugigruppide läbiviimises toetust. Vastasid kõik need, kes kavatsivad tugigruppide läbiviimist jätkata. N=10 vastajat

	väga oluline	oluline	pigem ei ole oluline	üldse ei ole oluline	ei oska öelda
Abi majanduslike ressursside leidmisel (projektide koostamine vms)	5	3	2	0	0
Supervisioon tugigrupi juhendajatele	1	8	1	0	0
Rahaline toetus kutselise töötasuks	3	4	1	2	0
Rahaline toetus kogemusnõustaja töötasuks	4	6	0	0	0
Täienduskoolitust kutselisele	4	3	3	0	0
Täienduskoolitust kogemusnõustajale	9	1	0	0	0

Kõikide pakutud valdkondade toetamist hinnati enamasti *oluliseks* või *väga oluliseks*. Kõige olulisemaks peeti kogemusnõustajate täienduskoolituse korraldamist ning rahalist toetust kogemusnõustaja palgaks. Kahel juhul ei peetud üldse oluliseks rahalist toetust kutselise töötasuks, ühel juhul neist on kutseline juba leidnud vajalikud lisaressursid uue tugigrupi käivitamiseks.

Tabel 5. Kutseliste juhendajate hinnangud tugigrupijuhendaja koolitusel käsitletud teemadele oma professionaalse arengu seisukohast lähtuvalt (N= 13 vastajat):

	väga oluline	oluline	pigem ei ole oluline	ei ole üldse oluline	ei oska öelda
Taastumise mõtteviisi tutvustamine	10	3	0	0	0
Kogemustoe väärtustamine. Kogemusloo kasutamine tugigrupiprogrammis	7	6	0	0	0
Tugigrupiprogrammi eesmärk, põhimõtted ja mängureeglid	8	5	0	0	0
Tugigrupiprogrammi elluviimise nurgakivid: lühiloeng, rühmavestlus, tegelusharjutused ja liikumine	5	8	0	0	0
Tugigrupiga alustamine ja selle tegevuse juhtimine, näidisprogrammi kohandamine	2	10	1	0	0
Taastumine ja tööelu	5	7	1	0	0
Eneseabigruppide jõustamine	11	1	0	0	1
Koostöövõimalused DUO-projekti raames	3	7	1	0	2
Töövihik, õppematerjal	7	5	1	0	0

Hinnangud jagunevad valdavalt *väga oluliseks* ja *oluliseks*, millest võib järeldada, et tugigrupi juhendaja koolitus pakkus uut, tähendusrikast ja hästi praktikasse rakendatavat materjali ning kõigi teemade käsitlemine on kõigiti põhjendatud ka järgnevate analoogsete koolituste puhul.

Supervisioon

Supervisiooni puhul peeti kõige olulisemaks võimalust jagada oma kogemusi ja õppida teiste omadest. Väga oluliseks peeti võimalust analüüsida grupi käitumist, grupiprotsessi kulgu, sõnastada tekkinud probleeme ning otsida üheskoos neile erinevaid lahendusmeetodeid. Teadmine, et probleeme on võimalik supervisioonis kohe käsitleda, tekitas juhendajates turvatunde ning julgustas tugigrupitööd läbi viima.

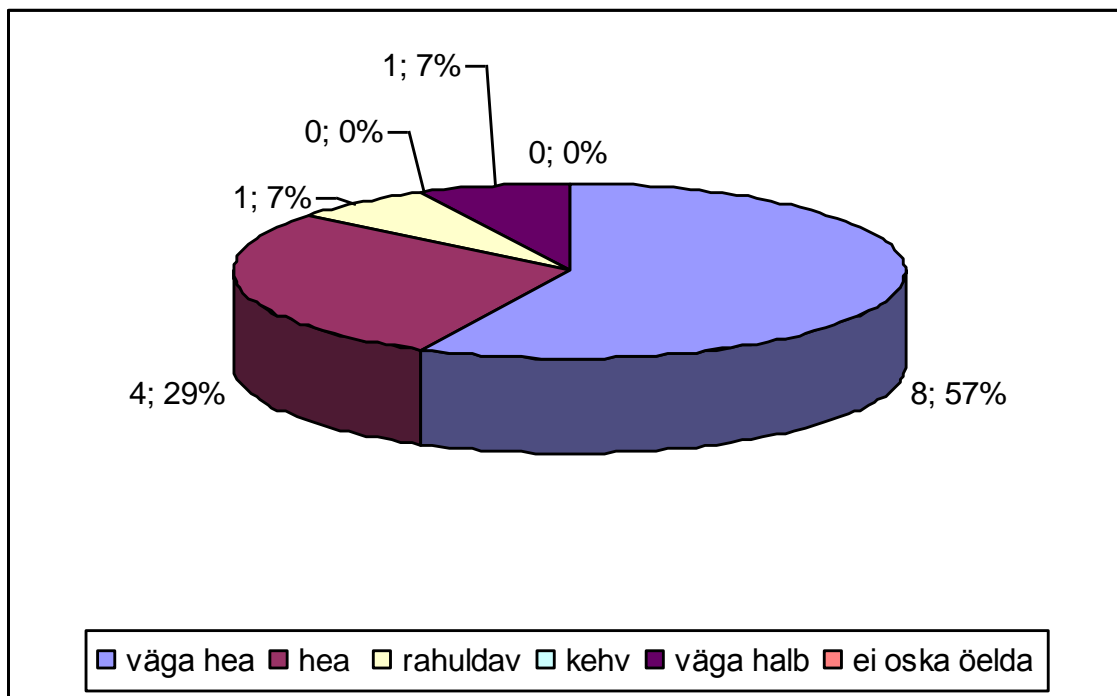
Mõned osalejad soovitasid teha eraldi supervisioonirühmad kutselistele ja kogemusnõustajatele, kuna neil on enamasti erinev ettevalmistus ja seega ka erinevad küsimused. DUO-projekti supervisioonidel kogeti mõnel korral liigset keskendumist projekti dokumentatsiooni täitmisele, mistõttu said sisulised tugirühma läbiviimist puudutavad küsimused liiga vähe tähelepanu.

Ühel korral tõi vastaja välja, et teda takistasid supervisioonil osalemast transpordiprobleemid.

Kahel juhul kogeti probleemsetena superviisori vahetumist projekti käigus ning sellest tulenevat pausi supervisioonide toimumises. Toodi välja ka vajadus supervisioonide toimumise ajalise graafiku pikem ette planeerimine.

Kutselise hinnang koostööle kogemusnõustajaga

Nii nagu kogemusnõustajatel paluti hinnata koostööd kutselise aitajaga, nõnda paluti ka kutselisel aitajal väljendada oma arvamust koostöö kohta kogemusnõustajaga.



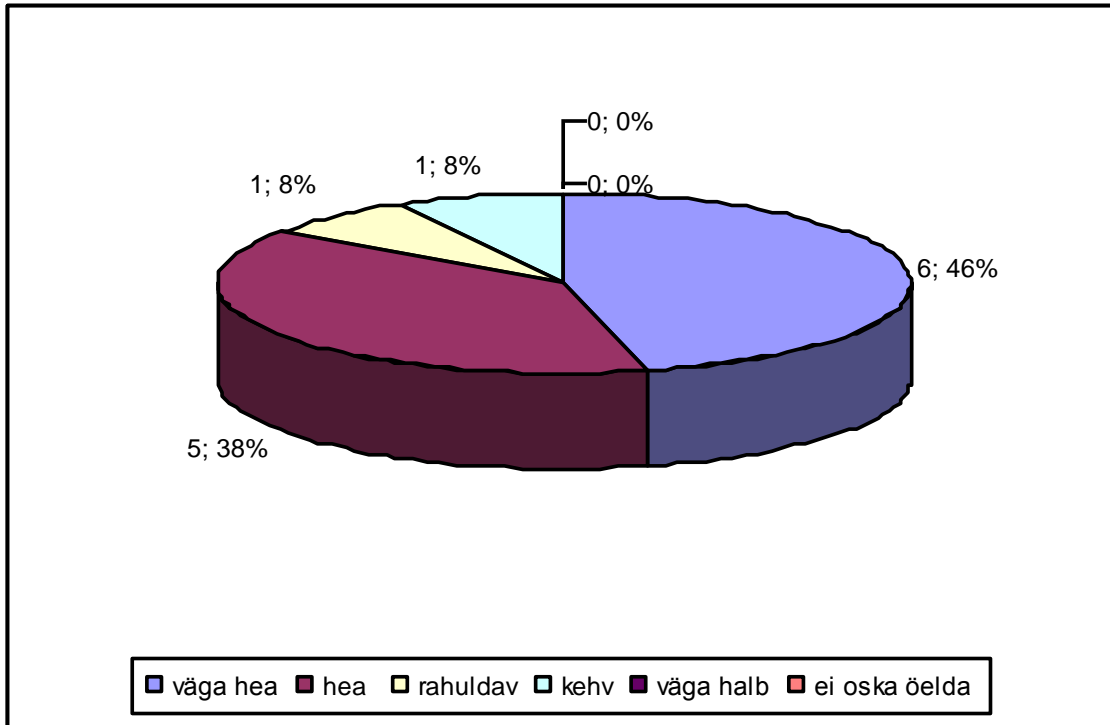
Joonis 6. Kuidas hindad koostööd kogemusnõustajaga? N=14 vastajat

Valdavalt hinnati koostööd kogemusnõustajaga *väga heaks* või *heaks*. Olulisena toodi välja kogemusnõustaja osa haigestumise ja sellega kaasnevate tunnete teadvustamisel osalejatele ning taastumiskogemuse edasiandmisel. Positiivsena nimetati ka kogemusnõustaja loovust erinevate harjutuste läbiviimisel ja rühmaliikmete motiveerimisel.

Kahel juhul mainiti, et kogemusnõustaja peale ei saanud olla kindel.

Kutselise hinnang koostööle projektimeeskonnaga

Viimase, aga mitte vähem olulisena paluti hinnata koostööd projektimeeskonnaga, sellest annab ülevaate joonis 7.



Joonis 7. Kuidas hindad koostööd projektimeeskonnaga? N= 14 vastajat

Kutseliste hinnang koostööle projekti meeskonnaga hinnati samuti valdavalt *väga heaks* või *heaks*. Positiivsena toodi välja professionaalne ja kiire tegutsemine, võimalus alati abi küsida, toetav suhtumine ja ühise keele ning meelelaadi kogemine.

Ühel juhul oli hinnang koostööle negatiivne. Probleemsena toodi välja projekti eksperdi eemalviibimine projekti tegevuste keskel ning ebapiisav asjaajamiskiirus.

6.3. Kokkuvõte

Kutseliste ja koduorganisatsioonide tagasiside projektile on positiivne. Projekt on arendanud ja olnud tähendusrikas nii organisatsioonide arengule kui ka kutseliste professionaalsele arengule. Psüühikahäiretega inimestele osutatavate teenuste spekter on laienenud ning üle Eesti tegutsevad tugigrupid võimaldavad klientidel kodule lähemal abi saada.

Koostööd kogemusnõustajate ja projektimeeskonnaga hinnatakse positiivseks ja vastastikku rikastavaks.

DUO-projekti poolt pakutavat supervisiooni hinnatakse vajalikuks, ent tehakse edaspidiseks ettepanek korraldada kutseliste ja kogemusnõustajate supervisioon eraldi.

Pooled kutselistest kuuluvad mõnda erialaorganisatsiooni ning neist pooled on tutvustanud taastumise mõtteviisi oma organisatsioonis. Taastumise mõtteviisi levikut vaimse tervise valdkonna spetsialistide hulgas ning ühiskonnas laiemalt peetakse väga oluliseks. Kutselised on tutvustanud seda ka oma tööd tutvustades, loengutes aga ka mitteformaalsetes olukordades.

7 Meeskonna hinnang projektile

7.1. Taust

Projekti meeskond kuulus seitse liiget: projektijuht, projekti ekspert, mentor (sotsiaaltöö) ning kaks kogemusnõustajatest mentorit, lisaks finantsjuht ja raamatupidaja. Meeskonna hinnangu saamiseks tehti individuaalsed intervjuud projektijuhi, projekti eksperdi ja mentoritega (aruandes märgitud: *meeskonnaliige 1-5*, kusjuures number tähistab intervjuu tegemise järjekorranumbrit). Intervjuude (küsimused vt lisa 9) pikkus oli 20 - 50 minutit. Intervjuude analüüsimisel kasutati kvalitatiivset sisuanalüüsi. Analüüsi eesmärk oli selgitada välja, mis on projekti meeskonna arvates projekti elluviimise protsessis kõige olulisem, millised muutused leidsid vaimse tervise valdkonnas projekti tegevuste tulemusel aset, kuidas hinnatakse projekti eesmärkide saavutamist, mida oleks võinud projekti elluviimisel teisiti teha ning millised võiksid olla projekti tulemustest lähtuvalt jätkutegevused.

7.2. Analüüs

Projekti meeskond väärtustab kõrgelt projektis osalemisega kaasnevat eneseteostuse ja -arendamise võimalust, seda nii isiklikus kui ka professionaalses plaanis. Projektis osalemist kogetakse kui väljakutset ja võimalust vastata oma kutsumusele - aidata teisi inimesi.

Meeskonnaliikmete arvamused kõige olulisematest asjadest projektis

Meeskonda kuulunud kogemusnõustajad nimetavad olulisena enesekindluse, julguse ja esinemisoskuste lisandumist, mis loob neile suuremaid võimalusi avatud tööturul toime tulemiseks. Oluliseks peetakse ka võimalust suhelda ja tunda end võrdväärse

meeskonnaliikmena, seda nii projektimeeskonnas kui ka konkreetses töös duona tugigrupi läbiviimisel.

„DUO-projektis oli kõige olulisem teistsugune vaatenurk taastujatele, neid võeti võrdsete koostööpartneritena, võrdsus tähendas ka seda, et taastujad võtsid endale teatud ülesanded ja vastutasid selle täitmise eest. See eeldas mugavustsoonist väljumist ning siis oligi hea töötada koos professionaaliga ja vajadusel temale toetuda.“ (Meeskonnaliige 3)

„Projekti jooksul tuli välja, et psüühikahäiretega inimestes on peidus suur ressurss, oli vaja ajendit, et see välja tuleks, tublid olid nii kogemusjuhendajad kui tugigruppide liikmed, paljud leidsid tööd olukorras, kus ka ilma puudeta inimestel on raske tööd leida, see näitab, et kui puudega inimesi veidi julgustada ja anda neile algimpulss, on nad paljuks suutelised.“ (Meeskonnaliige 3)

Kutselised väärtustavad kõige enam võimalust töötada üheskoos taastujatega, kuulata neid, mõista nende kogemusi ning kogeda, et koostöö on võimalik ja vajalik. Kutselised näevad oma ülesandena duona töötamisel aidata märgata kui kogemusnõustaja ei hinda oma emotsionaalseid ja füüsilisi jõuvarusid adekvaatselt ning õpetada oma tegevusele piire seadma, pakkuda taastujatele sotsiaalnõustamise võimalusi, aidata seadustes orienteeruda; vajadusel anda kogemusnõustaja tegevusele tagasisidet.

Kõik meeskonnaliikmed nimetavad olulisena projektist saadud õppimiskogemust. Tuuakse välja Euroopa Liidu projektide läbiviimisega seotud toimingute tundmaõppimist, võimalust õppida ja kogeda laiapõhjalise võrgustikutöö ning kaasamise praktikat, võimalust kogeda ja praktiseerida töötamist meeskonnas ning võimalus õppida taastumise mõtteviisist lähtuvate DUO-tugigruppide läbiviimist ning õpitut rakendada.

Koostöö ja juhtimine

Meeskonna koostööd peeti hästi toimivaks, seejuures hinnati eriliselt liikmete omavahelist lugupidavat käitumist ja võrdväärset suhtumist kõigisse osapooltesse.

Meeskonna liikmete rollijaotus oli selge. Tööd hõlbustas oluliselt professionaalse projektijuhhi olemasolu.

Suuremad väljakutsed meeskonnatöö juhtimisel olid otsese sihtgrupi - taastujate, kaasatus projekti meeskonda ning nende vajaduste ja võimalustega arvestamine. Teiseks väljakutseks oli meeskonnatöö toimumine enamasti kaugtöö vormis. Neid väljakutseid kogesid meeskonnaliikmed kui isikliku ja professionaalse arengu võimalusi.

Projekti eesmärkide saavutamine ja tulemused

Projekti eesmärgid on meeskonna liikmete arvates saavutatud, tehtud on isegi rohkem. Olulise lisaväärtusena nimetatakse taastujate ühingu *Pro Mente* loomist ning taastumise mõtteviisi ja taastujate kaasamise idee tunnustamist nii taastujate, valdkonna professionaalide kui ka valdkonda haldava ministeeriumi ametnike hulgas. Kõige raskemaks peeti eesmärki, mis nägi ette 60 inimese tööturule naasmise. Projekti planeerimise ajal ei näinud ka parimad majandusanalüütikud ette nii suurt majanduslangust, mis reaalsuses vähendas tööturule naasmise võimalusi ilmselgelt. Muutunud tööturutingimustes suurenes oluliselt ka Tööturuameti töökoormus ning sellest lähtuvalt jäi koostöö sellega oodatust nõrgemaks. Eriti olulisena tuuakse välja, et suure panuse projekti edukasse käivitamise ja õnnestumisse andis ulatuslik lobitöö ja õigete võtmeisikute leidmine vaimse tervise valdkonnas töötavate spetsialistide ja vaimse tervise teenuseid pakkuvate asutuste ja organisatsioonide juhtide hulgas.

Projekti üldise tulemusena nimetatakse taastumise mõtteviisi ja duona töötamise meetoodika levimist nii sotsiaaltöö kui ka meditsiini valdkonna professionaalide hulgas. Vähenenud on psüühikahäiretega inimeste häbimärgistamine ning suurenenud taastujate aktiivsus ja kaasamine valdkonna teenuste arendamisse. DUO-tugirühmade näol on loodud eeldused uue vaimse tervise teenuse väljaarendamiseks. Koolitustel osalejatest ja tugigrupijuhendajatest on moodustunud toimiv info- ja koostöövõrgustik. Konkreetsete tulemustena saab nimetada jätkusuutliku tugigrupi koolitusmudeli ja tugigrupitöö

käivitamist. Üle poole projekti käigus alustanud DUO-tugirühmadest jätkab pärast projekti lõppu eneseabi rühmadena.

Projekti üheks eesmärgiks oli nõustamiskeskuse töö käivitamine, kvantitatiivselt saavutati see eesmärk suurepäraselt, käivitati ühe nõustamiskeskuse asemel kolm: kaks Tallinnas ja üks Tartus. Töö täiemahuline käivitamine võtab aga rohkem aega ja ressursse, kui projekti kulg seda võimaldas. Selleks, et jõuda psüühikahäiretega inimesteni, tuleb saavutada senisest suurem koostöö meditsiini valdkonna spetsialistidega, taastujad ise ei oska ega ole harjunud nõustamiskeskusest abi otsima. Üldise ja avaliku reklaami peale tuleb väga erinevaid kliente, keda aidati nende vajadustele vastavate teenuste leidmisel. Kogemusnõustajate arvates on töö nõustamiskeskuses äärmiselt vajalik ja ka neile endale palju pakkuv, see on tegevus, mida soovitakse igal juhul jätkata.

Projekti käigus muutus EPRÜ liikmeskond aktiivsemaks, ilmnes soov ja valmidus rohkem ühiskonnas vaimse tervise teemadel kaasa rääkida. Arenes koostöö välispartneritega ning EPRÜ liikmetel oli võimalus jagada Eestis oma nii oma varasemat koostöökogemust kogemusnõustajatega kui ka rahvusvahelisi kogemusi.

Mida võiks teha teisiti?

Projekti tegevused on üldiselt hästi planeeritud, vajalikke pisiparandusi sai projekti käigus teha. Projekti läbiviimise nõuetest tuleneva nõrkusena nimetatakse seda, et projekti meeskond ei saanud projekti taotluse koostamise algusest planeerimistegevuses osaleda. Seetõttu vajanuks meeskonnaliikmed hiljem põhjalikumalt teavitamist oma ülesannetest ja nendega kaasnevast koormusest. Mitmed meeskonnaliikmed nimetasid, et tegid projekti käigus rohkem tööd, kui oli ette nähtud, ent tegid seda rõõmuga.

Projekti tegevuste käigus said psüühikahäiretega inimeste lähedastele suunatud tegevused väiksema tähelepanu osaliseks kui taastujatele suunatud tegevused. Seetõttu on edaspidi vajalik leida eraldi võimalused ka lähedastele suunatud tegevuste arendamiseks.

Projekti jätkutegevused

Projekti konkreetne jätkutegevus on Inimressursi arendamise rakenduskava prioriteetse suuna „Pikk ja kvaliteetne tööelu” meetme 1.3.1 “Kvalifitseeritud tööjõu pakkumise suurendamine” projekti „Pikaajaliste ja psüühilise erivajadustega töötute tööpraktikad ja tööle rakendamine juhtumikorralduse ja mentorluse toel – „Isiklikud valikud tööturul“ elluviimine, nõustamiskeskuste töö jätkamine ning professionaalidele suunatud tegevused EPRÜ ja taastujatele suunatud tegevused *Pro Mente* kaudu.

7.3. Kokkuvõte

Projekti meeskonna hinnangul on projektile seatud eesmärgid, saavutatud kvaliteetselt ja planeeritust suuremas mahus, lisaväärtusena on loodud taastujate organisatsioon *Pro Mente*. Koostöö meeskonnas ja teiste projektis osalenutega on sujunud tõrgeteta. Projekti tegevused on jätkusuutlikud ning leiavad edasiarendamist jätkuprojektide abil. Organisatsioonid saavad kasutada programmi juba olemasolevate teenuste rikastamiseks, näiteks programm on kohandatav kõigi erihoolekandeteenuste sekkumismeetmeks.

Kokkuvõte

Projekti sisu hindamiseks läbiviidud uurimuse tulemusel võib öelda, et kõik projektile seatud üld- ja spetsiifilised eesmärgid on saavutatud, ning projekti mõju on esialgu kavandatust ulatuslikum (vt Lisa 10. Väljavõtte lõpparuandest).

Oluliselt on paranenud võimalused osaleda kodukohale lähedal püühilise erivajadusega inimestele suunatud tugi- ja eneseabigruppide tegevuses. See omakorda loob eeldused psüühilise erivajadusega inimeste sotsiaalse kaasatuse edasiseks suurenemiseks, toetab töövõime ja töövalmiduse taastamist ning parandab sihtgrupi ja seega kogu ühiskonna vaimse tervise kvaliteeti. Seega on paranenud ka vaimse tervise valdkonna teenuste kättesaadavus ning mitmekesistunud teenuste valik. DUO-tugigruppide metoodika, mille keskmes on taastumisemõtteviis ja taastujakesksus teenuste pakkumisel, on Eesti kontekstis täiesti uus lähenemine kogu vaimse tervise valdkonnas.

Vaimse tervise süsteem on muutunud taastujakesksemaks, arvestab rohkem sihtgrupi vajadusi ning kaasab sihtgruppi teenuste pakkumisse. Edenenud on koostöö teenuseid pakkuvate organisatsioonide ja asutuste, kutseliste aitajate organisatsioonide ja taastujate organisatsiooni vahel.

Vaimse tervise teemad on projekti tulemusel ühiskonnas rohkem nähtaval, teavitustöö kaudu on vähendatud eelarvamuslikkust ja häbimärgistamist vaimse tervise probleemidega inimeste suhtes.

Tugigruppides osalenute tööturustaatus ilmestavad järgmised esile tulnud faktid:

- **Kokku osales programmis/ tugigruppides kokku 262 inimest.**
- **Projekti perioodil leidis tööd 62 inimest. Kõik küsitletud väärtustavad töökoha saamisel ja hoidmisel tugigrupi positiivset toetust.**

- **Näiteid tööleasumise valdkondadest:** klienditeenindus, iluteenindus, haljastus, puhastusteenindus, puidutööstus, komplekteerimine, põllumajandus. Üksikud ilmestavad näited on: pottsepp, mesiniku abiline. Lisaks asuti tööle välismaale.
- Programmi katkestas erinevatel põhjustel 11 osalejat. Enam nimetati põhjusena perekondlikke põhjusi ja transpordi probleemi.
- Projekti jooksul pakuti abi suhtlemisel Töötukassa spetsialistidega. Sihtgrupist **82 inimest** on end ametlikult **töötuks registreerinud**.
- **Õppima on asunud 15 inimest.** Õpitakse näiteks IT erialasid, kosmeetikuks, hooldajaks, aednikuks. Vene keelt emakeelena kõnelevate osalejate hulgas on populaarne soov õppida eesti keelt, et tööturul paremini läbi lüüa.
- **Juhutöid, lühikesi tööperioode ja teadlikku töist vastutust perekonnas ning kogukonnas nimetavad väga paljud osalejad (ca 65% programmis osalenutest).** Tööelu kvaliteeti rikastavaks peetakse sageli võimalust teha tööd pereringis näiteks tehes majapidamistöid, hoides lapsi, tehes remonti samuti aidates naabreid jms.
- Esile tuleb mõtlemapaneva probleemina teema **vaimne tervis ja ettevõtlus.** Üheltpoolt nähakse selles võimalust end teostada ja teiselt poolt nimetatakse lõpukaardistuses sageli, et tervis on halvenenud seoses ettevõtluse valdkonnas esineva suure ülepingega.
- Vähesel määral väärtustatakse **vabatahtliku tegevuse võimalusi.** Siin on enam nimetatud vabatahtlikku tegevust koguduste juures.
- 35 inimest väitsid telefoniintervjuus, et on huvitatud enese arendamisest kogemusnõustajana. Nad on **saanud grupist julgustust ja on ka ise nõus oma kogemust jagama teistega.** Nad on nõus osalema tööklubides või eneseabigruppides ning jutustama nõ oma lugu, et julgustada teisi taastujaid.

Tugigruppide jätkusuutlikkust ilmestavad faktid:

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • 29-st programmi läbinud grupist 7 jätkavad eneseabigrupina (jätkavad kogemusnõustaja eestvedamisel); • 10 jätkavad tugigruppides (jätkavad kutselise toel); • 4 ei jätkata ja • 8 koduorganisatsiooni integreerivad metoodika elemendid oma igapäevasesse töösse. |
|--|

Lähtuvalt sisehindamise tulemustest saab teha järgmisi ettepanekuid:

Kogemusnõustajate kaasamine meeskonnatöösse:

- ülepinge vältimiseks kaasata analoogse mahuga projektidesse rohkem kogemusnõustajaid, see võimaldab koormust enam jagada ja võimaldab kaasata veelgi enam sihtgrupi esindajaid kõigis projekti läbiviimise etappides;
- võimalusel varieerida kogemusnõustajate ülesandeid nii, et nad saaksid rakendada eelkõige oma tugevusi ja tegeleda endale sobivate ülesannetega;
- võimalusel kaasata projekti teostajaid (sh taastujad) ja võimalikke partnereid ning huvigruppe projekti koostamise faasis, see võimaldab veelgi laiapõhjalisemat kaasamist ja suurendab projekti efektiivsust ning mõju.

Tugigrupi juhendajate koolituse ja tugigruppide läbiviimisega seotud ettepanekud:

- koostada eraldi tugigrupi kava ja viia läbi juhendajakoolitus psüühikahäiretega inimeste lähedastele suunatud tugigruppide läbiviimiseks;
- moodustada töörühm DUO-projekti raames tugigruppi juhendanud kutselistest aitajatest ja kogemusnõustajatest, kes lähtuvalt sisehindamise tulemustest teeb ettepanekuid tugigrupiprogrammi teemadevaliku täiendamiseks;
- võimalusel koostada taastumisemõtteviisi arvestavaid abimaterjale tugigruppide läbiviimiseks ka teiste sihtgruppide jaoks: töötud, sõltuvushäiretega inimesed.

Vaimse tervise valdkonna arendamisega seotud ettepanekud:

- jätkata kõiki projekti käigus alustatud tegevusi, alates teavitustööst sidusrühmade hulgas, lõpetades konkreetsete tugigruppide läbiviimisega;
- jätkata süsteemset infovahetust ja kaasata edasisesse tegevustesse kõiki projekti käigus koolitatud kutselisi aitajaid ja kogemusnõustajaid;
- jätkata süsteemselt uuringuid, mis on seotud taastumise mõtteviisist lähtuvate teenuste arendamise ja elluviimisega ning tutvustada uuringute tulemusi vaimse tervise valdkonna ja sellega seotud valdkondade spetsialistidele.

LISAD

Lisa 1 Koolitaja koolituse programm

Maht 176 tundi

Aeg: 01.08.2009-09.09.2010

Programm:

Koolitusprogrammi töötas välja projekti meeskond koostöös Soome koostööpartneriga, Mielenterveyden keskusliitto ry koolitajatega.

Koolituse I moodul

Mielenterveyden keskusliitto (MTKL) koolitajad, 136 tundi. Kokku viis koolitust, kolm kolmepäevast koolitust Eestis ja kaks neljapäevast koolitust Soomes.

I mooduli eesmärk:

saada ülevaade ja oskused kogemusnõustajate kaasamiseks tugigruppide ellu kutsumiseks ja seal taastumisele suunatud programmi ellu viimiseks, sh taastujate ja nende lähedaste tööhõive parandamiseks.

Koolitajad:

MTKL koolitajate meeskond. Koolitajad: Sinikka Maschke, Meeri Hautala ja Kaj Collin, Eva Leppänen, Merja Smahl, Olli Mäkinen, Marianne Luukkanen

Teoreetiline taust ja metoodika

Õppematerjalid:

- „Taastumisvõtted. Juhendaja käsiraamat“

- „Taastumisvõtted. Kogemusjuhendaja käsiraamat“
- Kogemusjuhendaja käsiraamat
- „Abiks tugigruppide läbiviimisel psüühilise erivajadusega inimestele ja nende lähedastele“
- „Kaasava juhtimise koolitus“

Käsitletud teemad septembris 2009:

- Koolitajate isiklike eesmärkide seostamine osalemisega koolitaja koolitusel ja DUO-projekti laiemalt.
- Kogemusloo kasutamine koolitustes ja tugirühmades.
- Tegelusarjutuste kasutamine koolitustes ja tugirühmades.
- Peijas Vantaan haigla kogemusnõustajate tegevuse tutvustus.
- Käsiraamatute tutvustus.

Teemad oktoobris 2009:

- Kutselise ja kogemusnõustaja rollid.
- Kogemusnõustajana alustamine.
- Nõustamiskeskus Propeller tutvustus.
- Liikumine ja vaimne tervis. Võimlemist rühmas.
- Käsiraamatute kasutamine.
- Trio projekti tutvustus.
- Peretöö tutvustus.
- Vastutava koolitaja rollist.

Teemad novembris 2009:

- Kutseliste ja kogemusnõustajate koostööst.
- Psüühiline haigus ja peresuhted.
- Peretöö ja Perttu projekt.
- Perekursus ja selle kavandamine.

Teemad detsembris 2009:

- Juhendajana jaksamine.
- Tegelusharjutused.
- Liikumismängud, võistlusmängud.
- Rühmatöö põhialused.
- Juhendajate tööjaotus.
- Juhendaja sisemine motivatsioon.
- Tutvumine kohaliku ühinguga: Emy ry Espoo.

Teemad septembris 2010:

- Võrgustiku jõustamine ja kaasamine.
- Nõustamiskeskuste töö arendamine.
- Kogemusnõustajate kompetentsi arendamine.
- Kohalike tugirühmade jõustamine, kohaliku ressursi leidmine ja kaasamine.
- Jätkusuutlikkuse tagamine.

I mooduli teemade jaotus koolituse etappide vahel on tinglik, teemasid käsitleti jooksvalt kogu I mooduli jooksul.

Koolituse II mooduli. Kokku kolm kolmepäevast koolitust + üks ettevalmistav meeskonnakoolituse päev.

II mooduli eesmärk: meeskonnatöö jõustamine ja võrgustikutöö jõustamine

Teemad:

- Tugigrupi juhendaja koolituse kujundamine
- Kaasamise teooriad ja tehnikad.

Lisa 2 Koolitaja koolituse küsimustik



Hea vastaja,

oled osalenud DUO-projekti raames toimunud psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste tugigrupi juhendajate koolitaja koolitusel. Selleks, et saaksime edaspidi toetada Sinu tegevust ning arendada koolitusprogrammi, nii et sellest reaalses töös võimalikult palju kasu oleks, palume Sul vastata alljärgnevatele küsimustele.

Küsitluse vastuseid ei kasutata seostatuna isikuandmetega. Vastajate nimed on teada ainult uurijale, eelkõige selleks et saada infot, kes on küsitlusele vastanud ja vajadusel vastuseid täpsustada.

Küsitluse tulemustest tehakse ülevaade 18. mail Tartus ja 19. mail Tallinnas toimival projekti lõpukonverentsil.

Palume küsitlusele vastata esimesel võimalusel, aga hiljemalt 30. aprilliks.

Kui küsitluse täitmisega seoses tekkib küsimusi, siis palun võta ühendust tel 581 47510 või e-post: kerstin.kask@epry.ee.

Kui link küsitlusele ei avane otse e-kirjast, siis palun kopeeri see oma veebilehitseja aadressiribale ja ava küsitlus sealt.

Projekti „Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste sotsiaalse kaasatuse suurendamine tugi- ja eneseabigruppide abil – DUO projekt“ nr 1.3.0102.09-0041 toetab Euroopa Sotsiaalfond (meede 1.3.1).

Täname tagasiside eest!

Külli Mäe Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing DUO projekt Juhatuse liige/
DUO projekti ekspert kylli.mae@epry.ee tel 565 624 03

Kerstin Kask DUO projekti mõju uurija kerstin.kask@epry.ee tel 581 475 10



DUO-projekti psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste tugigrupi juhendajate koolitaja koolituses osalejate küsitlus

Nimi:

Telefon, e-post:

1. Mis ajendas Sind osalema koolitaja koolitusel?
2. Millised olid Sinu ootused koolitaja koolitusele?
3. Millised ootused täitusid?
4. Millised ootused ei täitunud?
5. Palun hinda järgmiste teemade olulisust koolitaja koolituse programmis:
 - Kogemusloo kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
 - Tegelusharjutuste kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
 - DUO käsiraamatute kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
 - Liikumine ja vaimne tervis. Liikumisharjutuste kasutamine koolituses ja tugirühma läbiviimisel: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.

- Kutselise ja kogemusnõustaja rollid ning tööjaotus tugigrupi läbiviimisel: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
- Tugigrupi alustamine ja läbiviimine: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
- Psüühiline haigus, peresuhted ja peretöö: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
- Juhendaja motivatsioon ja jaksamine: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
- Tugigrupi jõustamine, kohaliku ressursi leidmine ja kaasamine: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
- Taastujate ja nende lähedaste tööhõive parandamine : väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.
- DUO-projekti eesmärk, väljundid ja koostöövõimalused: väga oluline, oluline, pigem ei ole oluline, ei ole üldse oluline, ei oska öelda.

6. Milliseid teemasid tuleks koolitaja koolituse programmi lisada?

7. Mida muudaksid koolitaja koolituse sisus?

8. Mis soodustas Sinu koolitusel osalemist ja õpiprotsessi?

9. Mis takistas Sinu koolitusel osalemist ja õpiprotsessi?

10. Kuidas oled õpitud rakendanud?

11. Millistel teemade vajad täienduskoolitust?

12. Kuidas kavatsed õpitud edaspidi rakendada?

Lisa 3 Tugigrupi juhendajate küsitlus



Hea vastaja,

oled osalenud 2010 aastal DUO- projekti raames toimunud psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste tugigrupi juhendaja koolitusel.

Selleks, et saaksime edaspidi toetada Sinu tegevust tugigrupi juhendajana ning arendada tugigrupijuhendajate koolitusprogrammi, nii, et sellest reaalses töös võimalikult palju kasu oleks, palume Sul vastata alljärgnevale küsimustele.

Küsitlus vastuseid ei kasutata seostatuna isikuandmetega. Vastajate nimed on teada ainult uurijale, eelkõige selleks, et saada infot, kes on küsitlusele vastanud.

Projekti „Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste sotsiaalse kaasatuse suurendamine tugi- ja eneseabigruppide abil – DUO projekt“ nr 1.3.0102.09-0041 toetab Euroopa Sotsiaalfond (meede 1.3.1).

Täname tagasiside ees!

Kylli Mäe

Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing

DUO projekt Juhatuse liige/ DUO projekti ekspert

kylli.mae@epry.ee tel 565 624 03

Kerstin Kask

DUO projekti mõju uurija

kerstin.kask@epri.ee

tel 581 475 10

1. Nimi ja kontakttelefon:

2. Kas oled alustanud tegevust tugigrupijuhendajana? Palun vali alljärgnevatest vastusevariantidest sobiv ja märgista see!

Alustasin tugigrupi läbiviimist	
Osalen ise tugigrupi tegevuses	
Ei ole veel alustanud, aga soovin alustada	
Ei kavatse alustada tegevust tugigrupijuhendajana	

3. Millised ootused olid Sul tugigrupijuhendaja koolitusele?

4. Millised ootused täitusid, millised ootused ei täitunud?

5. Milliseid takistusi oled kogunud tugigrupitöö käivitamisel?

6. Mida muudaksid juhendaja koolituse sisus, et sellest oleks rohkem kasu tugigrupi käivitamisel ja läbiviimisel?

7. Palun nimeta põhjuseid, miks Sa ei ole alustanud tugigrupitööga Palun vasta, kui Sa ei ole tugigrupitööga alustanud!

8. Järgnevalt palume Sul hinnata tugigrupijuhendaja koolituse teemasid:

	väga hea	hea	rahuldav	kehv	väga halb	ei oska öelda
8.1. Taastumise mõtteviisi tutvustamine						
8.2. Kogemustoe väärtustamine. Kogemusloo kasutamine tugigrupiprogrammis						
8.3. Tugigrupiprogrammi eesmärk, põhimõtted ja mängureeglid						
8.4. Tugigrupiprogrammi elluviimise nurgakivid: lühiloeng, rühmavestlus, tegelusharjutused ja liikumine						
8.5. Tugigrupiga alustamine ja selle tegevuse juhtimine, näidisprogrammi kohandamine						
8.6. Taastumine ja tööelu						
8.7. Eneseabigruppide						

jõustamine						
8.8. Koostöövõimalused DUO-projekti raames						
8.9. Töövihik, õppematerjal						

9. Milliste toetust vajad tugigrupitöö käivitamiseks:

	väga oluline	oluline	pigem ei ole oluline	ei ole üldse oluline	ei oska öelda
9.1. Lisakoolitus					
9.2. Supervisioon					
9.3. Abimaterjalid					
9.4. Abi ressursside leidmisel:					
9.5. Ruumide kasutusvõimalus					
9.6. Töötasu					

9.7. Millistel teemadel vajad lisakoolitust?

9.8. Palun nimeta täpsemalt, milliseid abimaterjale vajad

10. Kas oled osalenud supervisioonis? Palun vasta, kui oled alustanud tugugrupi läbiviimisega!

Jah	
Ei	

11. Rahulolu supervisiooniga. Palun vasta, kui osalesid supervisioonis!

väga hea	hea	rahuldav	kehv	väga halb	ei oska öelda

12. Mida muudaksid supervisiooni sisus ja korralduses? Palun vasta, kui osalesid supervisioonis!

13. Koostöö kutselisega oli:

väga hea	hea	rahuldav	kehv	väga halb	ei oska öelda

14. Kas soovid midagi veel lisada ...

AITÄH!

Lisa 4 Tugigrupi juhendajate küsitlus vene keeles



Уважаемый отвечающий,

Вы приняли участие в обучении инструктора опорной группы для людей с особыми психическими потребностями и их близких, проводившегося в 2010 году, в рамках проекта DUO.

Для того, чтобы мы могли и в дальнейшем поддерживать твою деятельность в качестве инструктора опорной группы и развивать программу обучения для инструкторов опорных групп, так, чтобы эта реальная работа приносила максимальную пользу, просим Тебя ответить на следующие вопросы.

Ответы вопросника не используются в связи с личными данными. Имена отвечающих известны только исследователю, прежде всего для того, чтобы получить информацию, кто ответил на вопросник. О результатах вопросника будет сделан обзор на заключительном событии проекта, который будет происходить 18 мая в Тарту и 19 мая в Таллинне.

Просим ответить на вопросник при первой же возможности, но не позднее, чем к 27 апреля 2011 года.

Если с заполнением вопросника возникнут вопросы, то просим позвонить по телефону 581 475 10 или написать по адресу электронной почты: Kerstin.Kask@epgu.ee. Если не откроется прямая ссылка на вопросник, то просим открыть нашу веб-страничку и скопировать его там.

Проект “ Увеличение социального привлечения людей с особыми психическими потребностями и их близких при помощи опорных групп и бригад самопомощи – проект DUO” софинансирован средствами Европейского Социального фонда (проект нр. 1.3.0102.09-0041)

Благодарим за обратную связь!

Юлли Мяэ, член правления EPRÜ, эксперт проекта DUO и супервизор.

тел tel 565 624 03

Kylli.Mae@epry.ee

Керстин Каск, исследователь влияния проекта DUO.

тел 581 475 10

Kerstin.Kask@epry.ee

1. Имя/фамилия:	
Телефон (данные являются конфиденциальными. Контактные данные нужны для уточнения ответов, при необходимости.):	

2. Начал ли ты свою деятельность в качестве инструктора опорной группы?

Начал с опорной группой	
Участвую в группе	
Нет еще не начал, но хочу начать	
Не собираюсь начинать деятельность в качестве инструктора опорной группы	

3. Какие ожидания были у тебя при обучении на инструктора опорной группы?

4. Какие ожидания исполнились, а какие ожидания не исполнились?

5. Какие препятствия испытал при запуске работы опорной группы?

6. Прошу указать причины, почему ты не начал работу с опорной группой?

7. Что бы ты изменил в содержании обучения инструктора, чтобы в результате было больше пользы для запуска и проведения работы опорной группы?

8. Далее просим Тебя оценить темы обучения инструктора опорной группы:

	отлично	хорошо	удовлетворительно	плохо	очень плохо	не могу сказать
8.1. Ознакомление с восстанавливающим способом мышления						
8.2. Ценность опыта в поддержке. Использование историй опыта в программе опорной группы						
8.3. Цель, принципы и правила игры в программе опорной группы						
8.4. Краеугольные камни внедрения в жизнь программы опорной группы: краткая лекция, групповая беседа, упражнения по занятиям и движение						
8.5. Начало с						

опорной группой и управление ее деятельностью, приспособление образцовой программы						
8.6. Восстановление и трудовая жизнь						
8.7. Введение в действие групп самопомощи						
8.8. Возможности для сотрудничества в рамках проекта DUO						
8.9. Рабочая тетрадь, учебный материал						

9. В какой поддержке ты нуждаешься, чтобы запустить работу опорной группы:

	очень важно	важно	скорее не важно	вообще не важно	не могу сказать
9.1. Дополнительное обучение					
9.2. Супервизорство					
9.3. Вспомогательные материалы					
9.4. Помощь при поиске ресурсов					
9.5. Помещения					
9.6. Заработная плата					

9.7. По каким темам необходимо дополнительное обучение?

9.8. Просим уточнить, в каких вспомогательных материалах ты нуждаешься?

10. Участвовал ли ты в супервизорстве? Прошу ответить в том случае, если ты начал с проведением опорной группы!

Да	
Нет	

11. Удовлетворенность супервизорстве. Прошу ответить, если Ты участвуешь в супервизорстве!

отлично	хорошо	удовлетворительно	плохо	очень плохо	не могу сказать

12. Чтобы ты изменил в содержании и организации супервизорства? Прошу ответить, если Ты участвуешь в супервизорстве!

13. Оценка сотрудничеству с профессионалом:

отлично	хорошо	удовлетворительно	плохо	очень плохо	не могу сказать

14. Хочешь ли что-нибудь добавить ...

Большое спасибо!

Lisa 5 Tugigrupi programm



TUGIGRUPI PROGRAMM

Käesolev programm on mõeldud Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühingu DUO-projekti tugigruppide juhendajatele. Programmi elluviimisel kasutatakse tugigrupi juhendaja koolituse töövihikut ja superviisori tuge.

DUO-projekti tugigrupiprogrammi üldisteks eesmärkideks on

- edendada taastumisvalmidust ehk toetada taastujaid, et nad leiaksid oma elu muutmist ja taastumist puudutavaid eesmärke ning
- toetada taastujate usku nende asjatundlikkusse oma elu küsimustes.'

See programm sobib vaimsest kriisist taastujale, sõltumata diagnoosist ja elusituatsioonist ning ei sobi isikuile, kes on akuutses kriisis ja kelle haiguse sümptomid on akuutses faasis.

Peale taastuja enese asjatundlikkuse kasutatakse tugigrupis ära ka teiste taastujate ja spetsialistide kogemusi ja teadmisi taastumisest. Programmis pannakse rõhku õppimisele ja kogemuslikkusele. Juhendajad tegutsevad teejuhi ja õpetaja rollis, mitte terapeutidena. DUO-projekti tugigrupis tegutseb kutselise aitaja kõrval vähemalt üks kogemusjuhendaja. Kogemusjuhendajal on isiklik kogemus psüühilisest haigestumisest ja taastumisest ning tema kohalolek ja osalemine programmi läbiviimisel annab lootust, et on võimalik taastuda ning kergendab taastujatel asjadest kõnelemist nende õigete nimedega.

Programmis kasutatakse Markku Lehto (2005) ideid taastumisest ning igal tugigrupis osaleval inimesel on võimalik ise visandada oma lugu taastumisest.

Soome Vaimse Tervise Keskliidus ja Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühingu tugigruppides mõeldakse, et vaimse tervise probleemidest on võimalik kõigil taastuda ning iga inimese taastumine on ainulaadne, individuaalne ja sügavalt isiklik muutumisprotsess, mistõttu ei saa eeldada nagu taastuksid kõik teatud kindlal viisil. Tugigruppides kannustatakse grupiliikmeid analüüsima enese taastumist ja sellega seotud küsimusi ning vahendatakse usku taastumise võimalikkusse.

Nii tugigrupi juhendaja koolitusel, kui programmis püüame kasutada samu väljendeid. Programm koosneb 15 kohtumiskorra teemadest. Iga teema alguses on soovitusel juhendajatele. Edasi järgnevad sõltuvalt teemast lühiloengute tekstid ja harjutuste juhised.

PROGRAMM

Kogunemiskorra kestvus 3 tundi (sisaldab grupitööd ettevalmistavaid ja lõpetavaid tegevusi)

Kogunemiskordi saab kokku kavandada projekti raames 15-30.

1. Tugigrupi programmi/ kursuse avamine, tutvumine, programmi otstarve ja tööpõhimõtted, reeglid.
2. Eesmärgid programmi ajaks.
3. Kogemuspõhimõtte taastumisel
4. Patsiendist taastujaks
5. Tegevuslikke harjutusi/ võimlemist

6. Milline võib taastumine olla? Hetkeolukorra hindamine.
7. Millest kõigest olen taastumas? Suund tulevikku.
8. Tegutsemine oma elu nimel.
9. Matk.
10. Tegutsemine oma elu nimel.
11. Võrdsus taastumisel (rõhuasetus käesoleval päeval ja tulevikuplaanidel).
12. Kust ma tean, et olen taastunud?
13. Taastumise kindlustamine ja naasmine oma eesmärkide juurde.
14. Tuge ja teadmisi ning suund tulevikku. Eneseabigruppide loomise alused.
15. Programmi lõpetamine, tunnistuste jagamine ja tagasiside.

Lisa nr 6 Tugigrupi kohtumise kokkuvõte



ESF meede 1.3.1 „Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste sotsiaalse kaasatuse suurendamine tugi- ja eneseabigruppide abil – DUO projekt“ nr 1.3.0102.09-0041

Tugigrupi kohtumise kokkuvõte

Kuupäev:

Toimumiskoht (linn/ kohanimi):

Kokkuvõtte koostaja nimi:

Osalejate arv:

Kohtumise sisukokkuvõte, sh peamised teemad, saavutused, tekkinud probleemid ja nende lahendamise võimalused, hinnang tugigrupi tööle jmt:

Lisa 7 Tugigrupis osalejate intervjuu küsimused



1. Kust said infot tugigrupi toimumise kohta?
2. Mis ajendas Sind osalema tugigrupitöös?
3. Palun kirjelda, mis oli Sinu jaoks tugigrupitöös kõige olulisem?
4. Missugused teemad olid kõige olulisemad?
5. Sa saad praegu osaleda grupi teemade loetelu koostamisel tulevikuks, nimeta palun, millised teemad on psüühikahäirega inimestele eriti tähtsad?
6. Kuidas on tugigrupis osalemine muutnud Sinu igapäevast elu?
7. Mida muudaksid tugigrupi töös?
8. Palun nimeta põhjuseid, miks soovitaksid psüühiliste erivajadustega inimestel või nende lähedastel tugigrupis osaleda?
9. Ütle üks sõna, mis Sinu jaoks iseloomustab kogu tugigrupis

Lisa nr 8 Küsimused koduorganisatsioonidele ja kutsetele



Hea vastaja,

Oled osalenud kutselisena DUO-projekti raames toimunud psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste tugigrupi läbiviimisel.

Selleks, et saaksime edaspidi toetada Sinu tegevust tugigrupi juhendajana ning arendada tugigrupijuhendajate koolitusprogrammi ja toetada tugigruppide läbiviimist nii, et sellest reaalses töös võimalikult palju kasu oleks, palume Sul vastata alljärgnevale küsimustele.

Küsimuste 1-5 vastamiseks palun kaasake ka oma koduorganisatsiooni juht või tema esindaja.

Küsitlus vastuseid ei kasutata seostatuna isikuandmetega. Vastajate nimed on teada ainult uurijale, eelkõige selleks, et saada infot, kes on küsitlusele vastanud.

Täidetud küsimustik palun tagasta hiljemalt 3. juuniks e-posti aadressile

kerstin.kask@epry.ee .

Projekti „Psüühilise erivajadusega inimeste ja nende lähedaste sotsiaalse kaasatuse suurendamine tugi- ja eneseabigruppide abil – DUO projekt“ nr 1.3.0102.09-0041 toetab Euroopa Sotsiaalfond (meede 1.3.1).

Täname tagasiside ees!

Küllli Mäe

Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing
DUO projekt Juhatuse liige/ DUO projekti ekspert

kylli.mae@epry.ee

tel 565 624 03

Kerstin Kask

DUO projekti mõju uurija

kerstin.kask@epry.ee

tel 581 475 10

Koduorganisatsiooni esindaja nimi ja telefon	
Kutselise nimi ja telefon	

Järgnevale küsimustele palume vastata tugigruppi juhendanud kutselisel ning tema koduorganisatsiooni juhil/esindajal koos!

1. Kuidas on psüühiliste erivajadustega inimeste ja/või nende lähedaste tugigrupi läbiviimine Teie organisatsiooni tegevust mõjutanud (maine, teenuste mitmekesisus, organisatsioonikultuur, koostöö teiste valdkonna organisatsioonidega, teave psüühikahäiretega inimeste ja nende lähedaste toetusvõimaluste kohta)?

2. Missuguseid teisi teenuseid pakute psüühilise erivajadusega inimestele ja/või nende lähedastele?

3. Kas DUO-projekti raames tegutsenud tugigrupp jätkab oma tegevust pärast projekti lõppu? Palun märgistage sobiv vastus ristiga vastuse ees olevasse kasti!

Tugigrupp jätkab tegevust eneseabigrupina, nii et kutseline juhendaja ei sekku.

Tugigrupp jätkab tegevust duo - kutselise ja kogemusnõustaja juhendamisel

Tugigruppi viiakse läbi teiste samalaadsete teenuste hulgas, läbiviimise eest vastutab kutseline

Tugigrupp lõpetab/on lõpetanud oma tegevuse

Muu (palun täpsustage)

4. Kas kavatsete jätkata psüühiliste erivajadustega inimeste ja/või nende lähedaste tugigruppide läbiviimist oma organisatsiooni kaudu? Palun märgistage sobiv vastus ristiga vastuse ees olevasse kasti!

Jah

Ei

5. Missugust toetust vajate tugigruppide läbiviimiseks? Palun vastake, kui kavatsete tugigruppe edaspidi läbi viia. Palun märgistage sobiv vastus tabelis ristiga!

	väga oluline	oluline	pigem ei ole oluline	üldse ei ole oluline	ei oska öelda
5.1. Abi majanduslike ressursside leidmisel (projektide koostamine vms)					
5.2. Supervisioon tugigrupi juhendajatele					
5.3. Rahaline toetus kutselise töötasuks					
5.4. Rahaline toetus kogemusnõustaja töötasuks					
5.5. Täienduskoolitust kutselisele					
5.6. Täienduskoolitust kogemusnõustajale					

Järgnevatele küsimustele palume vastata ainult tugigruppi juhendanud kutselisel!

6. Järgnevalt palume Sul hinnata tugigrupijuhendaja koolitusel käsitletud teemasid oma professionaalse arengu seisukohast. Palun märgista sobiv vastus tabelis ristiga!

	väga oluline	oluline	pigem ei ole oluline	ei ole üldse oluline	ei oska öelda
6.1. Taastumise mõtteviisi tutvustamine					
6.2. Kogemustoe väärtustamine. Kogemusloo kasutamine tugigrupiprogrammis					
6.3. Tugigrupiprogrammi eesmärk, põhimõtted ja mängureeglid					
6.4. Tugigrupiprogrammi elluviimise nurgakivid: lühiloeng, rühmavestlus, tegelusharjutused ja liikumine					
6.5. Tugigrupiga alustamine ja selle tegevuse juhtimine, näidisprogrammi kohandamine					
6.6. Taastumine ja tööelu					
6.7. Eneseabigruppide jõustamine					
6.8. Koostöövõimalused					

DUO-projekti raames					
6.9. Töövihik, õppematerjal					

7. Kuidas hindad supervisiooni? Palun vasta, kui osalesid supervisioonis! Palun märgista sobiv vastus tabelis ristiga !

väga hea	hea	rahuldav	kehv	väga halb	ei oska öelda

8. Mis oli supervisioonis kõige väärtuslikum? Palun vasta, kui osalesid supervisioonis!

9. Mida muudaksid supervisiooni sisus ja korralduses? Palun vasta, kui osalesid supervisioonis!

10. Kuidas hindad koostööd kogemusnõustajaga? Palun märgista sobiv vastus tabelis ristiga !

väga hea	hea	rahuldav	kehv	väga halb	ei oska öelda

Võimalusel palun illustreeri oma vastust mõne näitega:

11. Kuidas hindad koostööd projekti meeskonnaga? Palun märgista sobiv vastus tabelis ristiga !

väga hea	hea	rahuldav	kehv	väga halb	ei oska öelda

Võimalusel palun illustreeri oma vastust mõne näitega:

12. Kas kuulud mõnda eriala organisatsiooni? Palun märgistage sobiv vastus ristiga vastuse ees olevasse kasti!

Jah

Ei

13. Kas olete taastumise mõtteviisi tutvustanud oma ühingus? Palun märgistage sobiv vastus ristiga vastuse ees olevasse kasti!

Jah

Ei

Võimalusel palun illustreeri oma vastust mõne näitega:

14. Kas soovid midagi veel lisada ...

AITÄH!

Täidetud küsimustik palun tagastage hiljemalt 3. juuniks e-postiga aadressile kerstin.kask@epry.ee

Lisa 9 Küsimustik meeskonnale



1. Mis on Sinu jaoks olnud selles projektis kõige olulisem?
2. Milliseid raskusi oled kogenud projekti tegevuste elluviimisel?
3. Palun iseloomusta meeskonna koostööd projekti tegevuste elluviimisel!
4. Kui oled töötanud projekti ajal nõustamiskeskuses, siis millised on selle töö õnnestumised, raskused ja ettepanekud edaspidiseks töökorralduseks?
5. Kuidas hindad projekti eesmärkide täitumist?
6. Mida oleks võinud teha teisiti?
7. Milliseid muutused on DUO-projekti tulemusel toimunud vaimse tervise valdkonnas?
8. Millised võiksid olla projekti tulemustest lähtuvalt edasised tegevused, projektid jne.

LISA 10. Väljavõtte projekti lõpparuandest

Väljavõtte projekti lõpparuandest:

- projekti kavandatud tulemused;
- projekti muud kavandatud tulemused;
- projekti mõju horisontaalsetele teemadele ja
- projektis osalejate andmed.

Projekti kavandatud tulemused		
Indikaator	Kavandatud saavutustase¹	Tegelik saavutustase kumulatiivselt projekti algusest
Projektis osalenud inimesi kokku	235	319
sh naisi	135	187
sh mehi	100	132
Projekti tulemusena tööle rakendunud inimesi kokku	60	62
sh naisi	40	34
sh mehi	20	28
Projekti muud mõõdetavad kavandatud tulemused		
Eneseabigrupi liidrite koolitusel osaleb 10 inimest	10	14
Tugigruppide juhendajate koolitusel osaleb 75 psüühilise erivajadusega või nende lähedast	75	115
Projekti tulemusena käivitatud üle-Eesti vähemalt 15 tugigruppi psüühilise erivajadusega inimestele ja/ või nende lähedastele	15	29

¹ Projekti rahuldamisotsusega fikseeritud saavutustase

Igas tugigrupis osaleb kuni 10 psüühilise erivajadusega inimest või nende lähedast (kokku vähemalt 150 osalejat)	150	262 osalejat (keskmiselt 6-7 in grupis)
90% tugigruppides osalejatest väidavad, et nende julgus, enesekindlus on kasvanud ning lähevad edasi õppima, pöörduvad TTA-sse tööturuteenuste saamiseks või rakenduvad tööle	90% vastajatest	97% tugigruppides osalejatest (hinnatud tööturustaatus sisehindamise käigus)
Tallinna Vaimse Tervise Keskuses käivitub EPRÜ nõustamiskeskus	1 nõustamiskeskus	3 nõustamiskeskust
Paraneb erialaühingute ja -liitude liikmete (meditsiin, tööhõive, haridus, hoolekanne) rahulolu ja teadlikkus valdkondade teenustest parima teenustepaketi loomiseks psüühilise erivajadusega inimestele ja nende lähedastele (rahulolu mõõdetakse partneritelt tagasiside küsimisel)		<p>Paranenud on erialaühingute ja -liitude liikmete rahulolu ja teadlikkus (sh taastumise mõtteviisi teadvustamine).</p> <p>Projekti mõju uuringu tulemus: pooled vastajateks koduorganisatsioonide ja kutseliste küsimustikule kuuluvad mõnda erialaorganisatsiooni ning neist pooled on tutvustanud taastumise mõtteviisi oma organisatsioonis.</p> <p>Kutselised on tutvustanud seda ka oma tööd tutvustades, loengutes aga ka mitte-formaalsetes olukordades.</p> <p>Väga oluliselt paranes koostöö psühhiaatrite (kes aitasid koostada trükiseid) ja psühhiaatria õdedega (kes toetasid gruppe).</p>

Projekti mõju horisontaalsetele teemadele (peab mõjutama vähemalt ühte teemat)			
Horisontaalne teema	Projekt mõjutab (märkida ristiga)	Projekt ei mõjuta (märkida ristiga)	Selgitus (juhul kui programm mõjutab horisontaalset teemat)
Võrdsete võimaluste edendamine	x		Edendab ebasoodsamas olukorras olevate inimeste ja gruppide konkurentsivõime suurendamist tööturul - projekt aitas kaasa psüühilise erivajadusega inimeste, pikaajaliste töötute, muukeelsete inimeste alalisele tööle naasmisele.
Infoühiskonna edendamine	x		Edendab infoühiskonda – projekti raames said tugigruppide juhendajad vajadusel arvuti ning Interneti kasutamise alast juhendamist (nt Skype kasutamisel abistamine).
Keskkonnahoid	x		Positiivse mõjuga – tugigruppide juhendajate koolituse ühe teemana käsitleti keskkonnateadlikkust ning tugigrupid ja koolitused viidi läbi võttes arvesse säästlikkuse ja mõistlikkuse printsiipe.
Regionaalne areng	x		Edendab regionaalset arengut – aitas kaasa erinevates Eesti piirkondades elavate psüühilise erivajadusega inimeste sotsiaalse aktiivsuse kasvule ja tööle saamisele ning seeläbi toetab piirkondade üldist regionaalset arengut.
Kodanikuühiskonna areng	x		Edendab kodanikuühiskonda – projekti tugigruppide ja kogemusnõustajate koostööl loodu taastujate ühing Pro Mente (MTÜ), sh koostöö Sotsiaalministeeriumiga. Projekti tegevuste tulemusena tekkis iseseisev EPRÜ nõustamiskeskus ja tugigruppide võrgustik, mille juhatuses on rohkem taastujaid ning nende lähedasi.

Projekti toimingutes osalejate andmed			
	Kumulatiivselt projekti algusest		
	mehed	naised	kokku(veerg 4+5)
	4	5	6
Liitunud:	132	187	319
Lahkunud:	3	8	11
Püsiosalejad:	129	179	308
Osalejad kokku:	132	187	319
sh			
noored (15-24):	12	11	23
vanemaealised (55-64):	0	3	3
pensionärid:	0	0	0
Osalejad nende staatuse järgi tööturul			
Töötajad (töötajate koguarv, sisaldab samuti FIE-sid):	0	0	0
sh FIE-d:	0	0	0
Töötud:	132	187	319
sh pikaajalised töötud:	104	119	223
Mitteaktiivsed:	0	0	0
sh koolitust saavad mitteaktiivsed:	0	0	0
Osalejate liigitus sotsiaalselt kaitsetute rühmade kaupa			
Vähemused:	32	39	71
Immigrandid:	0	0	0
Puuetega inimesed:	80	115	195
Muud tõrjutud isikud:	16	28	44
Osalejate haridustase			
Esimese taseme või teise taseme alumise astme haridusega (ISCEDi järgi 1. ja 2. aste):	36	25	61
Teise taseme ülemise astme haridusega (ISCEDi järgi 3. tase):	69	92	161
Teise taseme järgse, kolmanda taseme eelse haridusega (ISCEDi järgi 4. tase):	16	31	47
Kolmanda taseme haridusega (ISCEDi järgi 5 ja 6 tase):	11	39	50