



TALLINNA  
VAIMSE TERVISE  
KESKUS

## Innovatsiooniprojekt: „Kogemusnõustamise teenuse arendamine 2014-2016“

**Elluviija:** Tallinna Vaimse Tervise Keskus

**Rahastaja:** Tallinna Vaimse Tervise Keskus

**Periood:** 01.01.2014 - 31.12.2016

**Eesmärk:** Tallinna Vaimse Tervise Keskus osutab kvaliteetset kogemusnõustamise teenust, mida pakuvad erineva tausta (sugu, vanus, diagnoos jms) ja kogemusega kogemusnõustajad.

Vajadust kogemusnõustamise teenuse arendamise järele näitas 2012.-2013.a koostöös Tallinna Ülikooliga läbiviidud uurimus, mis tõi välja ühe taastumist soodustava tegurina võimaluse konsulteerida ja saada tuge sarnases olukorras olnud ja taastumiskogemusega inimeselt.

**Sihtgrupp:** psüühilise haiguse kogemusega inimesed, kes on haigusest hästi taastunud ning valmis jagama oma kogemust eesmärgiga aidata kaasa teiste psüühilise haigusega inimeste taastumisele.

### Tegevuskava

#### 2014. a läbiviidavad tegevused:

- I Kogemusnõustamise ja kogemusnõustajate kaasamise kohta info kogumine
- II Uute (sh potentsiaalsete) kogemusnõustajate värbamine
- III Kogemuslugude esitamine keskuse töötajatele
- IV Potentsiaalsete kogemusnõustajate tugigrupi käivitamine
- V Kogemusnõustajate aktiivne kaasamine erinevates valdkondades

#### 2015. a läbiviidavad tegevused:

- I Kogemusnõustajate tugigrupi tegevuse jätkamine (kohtumised vähemalt kord kuus)
- II Potentsiaalsete kogemusnõustajate värbamine
- III Kogemusnõustajate taastumiskursuse ettevalmistamine: juhendajate ja programmi ettevalmistus
- IV Kogemusnõustajate koolitamine: 10-12 inimesele taastumiskursuse ja kogemusnõustamise koolituse pakkumine

V Kogemusnõustajate aktiivne kaasamine erinevates valdkondades  
VI Kogemusnõustamise teenusest teavitamine

**2016. a läbiviidavad tegevused:**

I Kogemusnõustajate tugigrupi tegevuse jätkamine (kohtumised vähemalt kord kuus)

II Kogemusnõustajate aktiivne kaasamine erinevates valdkondades, sh kogemusnõustamise teenuse pakkumine rehabilitatsiooniteenusena

III Kogemusnõustamise teenuse kirjelduse koostamine

**Oodatavad tulemused**

Tallinna Vaimse Tervise Keskuses tegutseb vähemalt 4 koolituse läbinud kogemusnõustajat, keda kaasatakse aktiivselt asutuse töö erinevates valdkondades (individuaalne nõustamine, gruppitöö ja teavitustegevus).

2014. a oodatavad tulemused:

- keskuses töötab vähemalt 2 kogemusnõustajat
- kogemusnõustamise arendusprojekt on kirjeldatud ja alustatud selle elluviimist

2015. a oodatavad tulemused:

- keskuses töötab vähemalt 2 kogemusnõustajat
- keskus on koolitanud vähemalt 10 uut kogemusnõustajat
- tegutseb regulaarne kogemusnõustajate tugigrupp

2016. a oodatavad tulemused:

- keskuses töötab vähemalt 4 kogemusnõustajat (2 eesti ja 2 vene keeles), kes pakuvad kogemusnõustamise teenust iga kuu nii grupi- kui ka individuaalnõustamisena
- tegutseb regulaarne kogemusnõustajate tugigrupp
- keskuses on korraldatud vähemalt 1 taastumiskursus nii eesti- kui ka venekeelsetele klientidele
- koostatud on kogemusnõustamise teenuse kirjeldus