

## VERTAISTUKIRYHMÄPROSESSIN SUUNNITELMA

Ajankohta, tapaamiskerrat ja -aika

Ohjaaja

Ryhmän nimi ja päätavoite

suljettu  
avoin

Ensimmäinen ryhmäkerta

Tavoite: Tutustuminen, sääntöjen ja käytäntöjen läpikäynti, ryhmäytyminen

Ryhmäkerta

Tavoite: Paneudutaan sovittuun teemaan, joka on ....

Ryhmäkerta

Tavoite:

Ryhmäkerta

Tavoite:

Ryhmäkerta

Tavoite:

Ryhmäkerta

Tavoite:

Ryhmäkerta

Tavoite:

Ryhmäkerta

Tavoite: Sovitun teeman lisäksi muistutetaan ryhmäläisiä ryhmän loppumisen lähestymisestä.

Ryhmäkerta

Tavoite: Sovitun teeman lisäksi muistutetaan ryhmäläisiä ryhmän loppumisen lähestymisestä

Viimeinen ryhmäkerta

Tavoite: Ryhmän selkeä päättäminen, ryhmäläisten ajatusten suuntaaminen eteenpäin, annetaan jokaiselle puheenvuoro

## Vertaistukiryhmäprosessin suunnitelman ohje /esimerkki

### Ajankohta tapaamiskerrat ja -aika

Kevät 2020, 10 tapaamiskertaa

Tapaamiset joka kuukauden ensimmäinen maanantai klo 17.00 -18.30.

### Ohjaaja

Essi Esimerkki

### Ryhmän nimi ja päätavoite

suljettu

avoin

Kroonista syöpää sairastavien keskusteluryhmä

### Ensimmäinen ryhmäkerta

Tavoite: Tutustuminen, sääntöjen ja käytäntöjen läpikäynti  
(Nämä tavoitteet aina ensimmäisellä kerralla)

1.5.2020

- Käydään läpi käytännön toteutukseen liittyviä asioita
- Luodaan ryhmän säännöt ja keskustellaan ryhmän tavoitteista sekä toiveista
- Tutustutaan ja jaetaan omia tarinoita

*Tässä tarkoituksena kuvata lyhyesti, miten ryhmäprosessi aloitetaan ja mitä asioita käsitellään aloituskerralla.*

### Ryhmäkerta

Tavoite: Esim. Ryhmäläisten omiin elämäntarinoihin syventyminen. Jokaiselle tapaamiskerralle tulee olla oma tavoitteensa, joka on yhteydessä koko ryhmäprosessin tavoitteeseen.

3.6.2020

- Oma nykytilanne ja vointi – mitkä asiat siihen vaikuttavat? Mikä tukee omaa jaksamista?
- Mitkä asiat tällä hetkellä kuormittavat tai tuntuvat hankalilta?

*Kuvataan lyhyesti ryhmäkerran aihe tai käsiteltävä asia, tarkempi kuvaus tulee yksittäisen ryhmäkerran suunnitelmaan.*

### Ryhmäkerta

Tavoite: Jokaiselle tapaamiskerralle tulee olla oma tavoitteensa, joka on yhteydessä koko ryhmäprosessin tavoitteeseen.

*Ryhmäkertoja voi olla vaihteleva määrä tarpeesta riippuen. Jokainen ryhmäkerta suunnitellaan erikseen. Muistuta ryhmäläisiä ryhmän päättymisestä viimeistään tässä vaiheessa.*

### Viimeinen ryhmäkerta

Tavoite: Ryhmän selkeä päättäminen, ryhmäläisten ajatusten suuntaaminen eteenpäin (Nämä tavoitteet aina viimeisellä kerralla)

- Ryhmän lopetus
- Keskustellaan tulevan kesän suunnitelmista ja tavoitteista
- Kuinka ryhmän omat tavoitteet ovat toteutuneet?

*Tässä kuvataan lyhyesti ryhmän viimeisen kerran suunnitelma, tavoitteena kuulla mitä osallistujat ovat ryhmästä saaneet.*