



Accommodating a travelling life

VIIKON KOONTI NRO 2

JCS Training Program

Syventyminen vertaistukijan rooliin



Tässä luvussa olet tutustunut vertaistukijaan henkilönä, joka voimaannuttaa muita sekä inspiroi ja kannustaa muita henkilökohtaiseen muutokseen ja kasvuun. Olet myös tutkinut, miten tukea vertaista kaikissa tämän toipumisen eri vaiheissa ja miten auttaa häntä hyödyntämään omia vahvuuksiaan. Muita opittuja taitoja ovat hyvä kommunikaatio, luottamuksen rakentaminen, rajojen kunnioittaminen, resilienssi ja itsestä huolehtiminen.

Kuka on vertaistukija?

Vertaistukija on henkilö, joka henkilökohtaisen kokemuksen ja oman toipumispolkunsa luomisen kautta voi auttaa, kannustaa, tuoda toivoa ja tarjota näkökulmaa toiselle, samankaltaisessa haastavassa tilanteessa olevalle henkilölle. Vertaistukijan elämäkokemuksen myötä kertynyt tieto auttaa ohjaamaan ja neuvomaan vertaista tämän omassa prosessissa.

Kuka on roolimalli?

Roolimalli on henkilö, jonka käyttäytyminen, suhtautumistavat, arvot ym. tarjoavat muille toivoa, toimintaa ja motivaatiota herättävän esimerkin.

Mitä on luottamuksellisuus?

Luottamuksellisuus viittaa eettiseen periaatteeseen tai lailliseen oikeuteen siitä, että tiettyyn ihmiseen tai organisaatioon liittyvä tieto pidetään salassa (erityisesti jos on kyse virallisesta suhteesta), ellei henkilö, jota tieto koskee, ole antanut suostumusta tiedon jakamiseen tai paljastamiseen.





Miksi luottamuksellisuus on niin tärkeää vertaistukisuhteessa?

Luottamuksellisuus on tärkeää turvallisen tilan rakentamiseksi, jotta sekä vertainen että vertaistukija pystyvät jakamaan henkilökohtaista tietoa. Vertaistukijalla voi olla pääsy arkaluontoisiin tietoihin vertaisen elämästä ja tilanteesta. On erittäin tärkeää kunnioittaa vertaisen oikeutta yksityisyyteen. Hyvä käytäntö on tehdä selkeät toimintamallit ja rajat henkilökohtaisten tietojen suojaamiseksi, jotta molemmilla on mukava olo ja voidaan yhdessä rakentaa suhde molemminpuoliseen luottamuksellisuuteen perustuen.



Miten vertaistukijana toimitaan?

"Kun ihminen kokee tulevansa todella hyväksytyksi, sellaisena kuin hän on, hän vapautuu siirtymään elämässään eteenpäin: pohtimaan, miten haluaa muuttua ja kasvaa erilaiseksi ja miten voi alkaa enemmän ottamaan omaa potentiaaliaan ja kapasiteettiaan käyttöön." (Gordon, 2000)

Ohjaavat periaatteet (National Certification Handbook, 2016)

- Kunnioita vertaisesi yksilöllisiä tarpeita ja rajoja.
- Tunnista, että vertaisesi tavoitteet, arvot ja uskomukset voivat poiketa omistasi.
- Kunnioita sitä, missä kohtaa vertaisesi on juuri hänen yksilöllisellä toipumisen matkallaan.
- Voimaannuta vertaistasi ottamaan aktiivista roolia omassa toipumisessa ja hyvinvoinnissa.
- Tee yhteistyötä vertaistesi kanssa rakentaaksenne yhdessä tasa-arvoisia, avoimia ja luottavaisia suhteita.
- Jaa omia elettyjä kokemuksiasi sellaisella tavalla, joka osoittaa ymmärrystä ja herättää toivoa toipumisen mahdollisuudesta.
- Auta aktiivisesti vertaistasi löytämään muitakin palveluja ja resursseja.
- Tee yhteistyötä muiden palveluntuottajien ja sidosryhmien kanssa.

HYVINVOINTIMATKAN TUKEMINEN:

VERTAISTYÖNTEKIJÄT
TOIVON SYMBOLINA
[YOUTUBE](#)

VERTAISESI MATKAN
TUKEMINEN
[YOUTUBE](#)