



kuv: Senja Liihonen



Vertaistukijana toimimisen arvot & vertaistukijan eettiset ohjeet

A photograph of a bouquet of various flowers, including daisies and dahlias in shades of pink, orange, yellow, and purple, with green foliage. The bouquet is placed in a white ceramic vase. The background is a textured, light-colored surface.

Vertaistukijana toimimisen
arvoja ovat:

läsnäolo

empaattisuus

tasavertaisuus

rehellisyys

luotettavuus

Vertaistukijan eettiset ohjeet

- Tunne itsesi, kokemuksesi ja motivaatiosi toimia vertaistukijana.
- Kuuntele ja kiinnostu. Pysähdy kuuntelemaan ja ole läsnä.
- Kohtaa kunnioittavasti, ennakkoluulottomasti ja tasavertaisesti.
- Kannusta tuettavan asiantuntemusta hänen omassa tilanteessaan.
Huomioi onnistumiset.
- Ole avoin, rohkene ottaa puheeksi myös arkoja asioita. Rohkaise puhumaan.
- Anna aikaa.
- Ole ystävällinen. Aina.
- Anna tilaa erilaisille kokemuksille niitä arvottamatta tai vertailematta.
- Toimi luotettavasti. Pidä kiinni sovituista asioista. Muista vaitiolo.
- Muista, että vertaistukijan rooliin ei kuulu neuvominen, diagnosointi tai parantaminen.
- Huolehdi omasta hyvinvoinnistasi, omista rajoistasi ja vertaistukemisen taidoistasi.





kuvaa: Senja Lilkonen

Tunne itsesi, kokemuksesi ja
motivaatiosi toimia vertaistukijana.



kuvaa: Senja Liikonen

Kuuntele ja kiinnostu.
Pysähdy kuuntelemaan ja ole läsnä.



kuvaa: Senja Lilkonen

Kohtaa kunnioittavasti, ennakkoluulottomasti
ja tasavertaisesti.



kuvaa: Senja Lilkonen

Kannusta tuettavan asiantuntemusta hänen omassa tilanteessaan. Huomioi onnistumiset.



kuvac: Senja Lilkonen

Ole avoin, rohkene ottaa puheeksi myös arkoja asioita.
Rohkaise puhumaan.



kuvac: Senja Liikonen

Anna aikaa.



kuva: Senja Liikonen

Ole ystävällinen. Aina.



kuvaa: Senja Lilkonen

Anna tilaa erilaisille kokemuksille niitä
arvottamatta tai vertailematta.



kuvac: Senja Lilkonen

Toimi luotettavasti. Pidä kiinni
sovitusta asioista. Muista vaitiolo.



kuvac: Senja Liikonen

Muista, että vertaistukijan rooliin ei kuulu neuvominen, diagnosointi tai parantaminen.



kuvaa: Senja Lilkonen

Huolehdi omasta hyvinvoinnistasi, omista rajoistasi ja
vertaistukemisen taidoistasi.

Arvot ja eettiset ohjeet on kirjattu Suomen Vertaistuki Suvi ry:n järjestämien keskustelujen ja jaettujen kokemusten perusteella.

Ohjeiden mukaan toimiminen vahvistaa vuorovaikutuksessa syntyvän vertaistuen tunteen mahdollistumista sekä tuettavalle että vertaistukijalle.

www.suomenvertaistuki.fi

