

## **Liiton vertaistukitoiminta**

Liitossa toimii vertaistukityöryhmä, jonka tarkoituksena on edistää munuais- ja maksapotilaiden vertaistukitoimintaa. Liiton vertaistukitoiminnan tarkoituksena on auttaa munuaispotilaita ja maksansiirron saaneita sekä heidän perheitään selviytymään sairauden eri vaiheissa ja erityisesti kriisitilanteissa.

**Tukimuoto täydentää** omaisten ja ystävien sekä ammattihenkilöstön antamaa ensisijaista apua ja siinä ovat apuna valtakunnallinen yhdyshenkilö- ja vertaistukijaverkosto.

**Vertaistukitoiminta on vapaaehtoista** lähimmäisen auttamista. Vertaistukijat toimivat kukin omien voimavarojensa mukaan. Toiminnassa on tärkeää tasavertainen ja luottamuksellinen kumppanuus tukijan ja tuettavan välillä, jossa kumpikin on tuen antajana ja saajana. Vertaistukija antaa ensisijaisesti henkistä tukea, jonka tarkoituksena on helpottaa tuettavan jaksamista. Vertaistukija myös täydentää hoitojärjestelmää, mutta ei ole verrattavissa ammattiauttajaan. Hän on vapaaehtoinen, sitoutunut ja koulutettu kanssakulkija.

**Vertaistukisuhteessa ja ystävyysuhteessa** on samoja piirteitä: molemmat perustuvat keskinäiseen luottamukseen ja toisesta välittämiseen. Erona on, että vertaistukisuhde on määräaikainen ja sillä on tietty tukemistehtävänsä. Se aloitetaan ja päätetään sovituksi ja se perustuu aina tuettavan esittämiin tarpeisiin. Vertaistukisuhde voi ajan myötä muuttua ystävyysuhteeksi.

## **Yhdyshenkilön rooli on ratkaiseva**

Yhdyshenkilö markkinoi vertaistuen positiivista merkitystä sopeutumisprosessissa. Hän työskentelee hoitoyksiköissä ja valitsee yhteistyössä yhdistyksen kanssa vertaistukikoulutukseen sopivia henkilöitä. Hän toimii "linkkinä" tuettavan ja vertaistukijan välillä sekä yhteistyössä yhdistyksen ja aluesihteerin kanssa.

Kun hoitohenkilökunta ilmoittaa potilaan toiveen vertaistukijasta yhdyshenkilölle, tämä valitsee tiedossaan olevista vertaistukijoista tuettavalle sopivan henkilön. Yhdyshenkilö järjestää yleensä tuettavan ja vertaistukijan ensimmäisen tapaamisen, seuraa tukisuhteen kehittymistä sekä antaa tarvittaessa vertaistukijalle tukea aluesihteerin antaman tuen lisäksi.

**Ryhmämuotoista tukea** voi vertaistukija saada myös omalta yhdistykseltä.

**Liitto järjestää vuosittaista vertaistukikoulutusta** ja alueellista työhjoauspaineista koulutusta. Myös SPR:n ja kansalaisopiston järjestämät vapaaehtoistoiminnankurssit antavat lisävalmiuksia vertaistukijoiksi aikovalle.

## **Yhdyshenkilön tehtävät**

Yhdyshenkilö tiedottaa hoitoyksikössään mahdollisille tuettaville vertaistukitoiminnasta. Hän tuntee pre-, ja dialyysihoidossa olevat sekä munuais- ja maksasiirron saaneet. Myös potilaiden perheet ovat yleensä tulleet tutuiksi. Yhdyshenkilö tunnustelee ja arvioi, milloin potilas tarvitsee vertaistukijan apua ja on valmis sitä vastaanottamaan.

**Vertaistukijaksi haluava** voi ilmaista halukkuutensa ryhtyä vertaistukijaksi muun henkilökunnan välityksellä tai myös suoraan yhdyshenkilölle. Joskus hän voi myös ilmoittautua aluesihteerin tai yhdistyksen välityksellä. Yhdyshenkilön toivotaan tuntevan vertaistukijaksi aikovan, koska hänen tulisi pystyä arvioimaan, onko kyseessä tasapainoinen ja ominaisuuksiltaan vertaistukijaksi sopiva henkilö. Jos näin on, yhdyshenkilö antaa lisätietoa vertaistukitoiminnasta, tukihenkilöoppaan sekä tietoa seuraavasta vertaistukikoulutuksesta.

Kun vertaistukijaksi haluava on osallistunut liiton järjestämään vertaistukikoulutukseen ja tutustunut oppaan sisältöön, hänellä on valmiuksia aloittaa vertaistukijana.

**Yhdyshenkilöä auttaa** vertaistukijan valinnassa kunkin taustan tunteminen. Hänen on hyvä pyrkiä ennakoimaan, ettei tukisuhteesta muodostu kohtuutonta räsistä vertaistukijalle. Lähtökohtana suhteelle on tuettavan kokema tarve ja odotukset.

Yhdyshenkilön tehtävänä on kartoittaa tuettavan toiveita mutta myös kertoa tukisuhteen luonteesta ja rajoista. Hän ei voi luvata, että vertaistukijasta tulee ystävä tai kaveri, sillä vertaistukija on kanssakulkija tuettavan elämässä rajallisen ajan.

Yhdyshenkilö pyrkii löytämään "samanhenkiset", saman asian läpikäyneet henkilöt toisilleen, jotta tukisuhde toimisi mahdollisimman hyvin. Lisäksi vertaistukijan tulisi mahdollisimman hyvin ymmärtää tuettavan elämäntilanteen asettamat rajoitukset ja usein myös pitkäksi muodostunut tautihistoria, jossa auttavat omat sairaudesta saadut kokemukset.

Olisi toivottavaa, että yhdyshenkilö järjestäisi vertaistukijan ja tuettavan välisen ensimmäisen tapaamisen ja olisi mahdollisesti itsekkin läsnä, jos tuettava niin haluaa.

Yhdyshenkilö voisi myös valmistella tuettavaa ensimmäiseen tapaamiseen, koska ventovieraan ihmisen kohtaamiseen ei kaikilla välttämättä ole voimavaroja.

Tukisuhteeseen edetään tuettavan aikataulun mukaisesti. Jos potilas ei halua tapaamista sairaalassa tai omassa kodissaan voi yhdyshenkilö järjestää tapaamispaikan myös sairaalan ulkopuolelta. Yhdyshenkilö voi pyytää esimerkiksi muita hoitajia auttamaan ensimmäisen tapaamisen sujumisessa.

Yhdyshenkilön olisi hyvä seurata tukisuhdetta tuettavan ja vertaistukijan välillä myös jatkossa - toimiiko tukisuhde ja ollaanko oikeilla "raiteilla". Yhdyshenkilö voi myös arvioida, voiko hän toimenpiteillään yrittää korjata toimimattoman tilanteen.

**Mikäli tukisuhde epäonnistuu**, syy ei ole yksin tuettavan, vertaistukijan tai yhdyshenkilön. Tukisuhde perustuu keskinäiseen luottamukseen ja vuorovaikutukseen.

Suhteen toimimattomuuden syitä on monenlaisia; joskus henkilö on sopimaton vertaistukijaksi, joskus tuettavan ja vertaistukijan henkilökemiat eivät sovi tai tuettavalla on ollut epärealistisia odotuksia tukisuhteesta jne.

Avoimessa ja luottamuksellisessa ilmapiirissä solmittu tukisuhde voidaan päättää tarpeen vaatiessa. Yhdyshenkilön tulisi potilaan niin halutessa etsiä hänelle tämän jälkeen uusi vertaistukija.

### **Yhdyshenkilön suhteet liittoon ja yhdistyksiin**

Yhdyshenkilön, yhdistyksen ja aluesihteerin yhteistyöllä toteutetaan alueellista vertaistukitoimintaa.

Liitto järjestää vertaistukijoille ja yhdyshenkilöille vuosittain koulutusta sekä alueellisesti että valtakunnallisesti. Perus- ja jatkokoulutuksia suunnitellaan ja toteutetaan alueellisten tarpeiden pohjalta. Koulutus-, työhjoaus- ja vertaistukitoimintaan liittyvissä asioissa yhdyshenkilöt, aluesihteerit ja vertaistukityöryhmä toimivat yhteistyössä.

Jäsenyhdistyksiltä yhdyshenkilö saa tarvittaessa tukea vertaistukitoiminnan toteuttamiseen. Yhdyshenkilö toimii yhteistyössä yhdistysten kanssa tiedottaen niistä mahdollisuuksista, joita vertaistukitoiminta pystyy potilaalle ja heidän läheisilleen tarjoamaan.

Yhdyshenkilön on hyvä tiedottaa yhdistykselle, millainen mm. vertaistukijoiden ja tukisuhteiden kysynnän ja tarjonnan suhde on. Hänen tulisi informoida sairaalan ilmoitustauluilla, yhdistyksen julkaisuissa sekä kokouksissa vertaistukitoiminnasta. Yhdyshenkilö voisi mahdollisuuksien mukaan tiedottaa vertaistukijoille alueensa vapaaehtoistykoulutuksista.

**Yhdistys ja yhdyshenkilö** voisivat yhdessä järjestää kerran vuodessa vertaistukitoimintaan liittyvän informaatiotilaisuuden. Yhdyshenkilö voi saada myös uusia jäseniä mukaan yhdistyksen toimintaan.

### **Salassapitovelvollisuus**

Vertaistukitoiminnassa on tärkeää luottamuksellisuus yhdyshenkilön, vertaistukijan ja tuettavan välillä. Näiden osapuolten väliset asiat pysyvät vain heidän tiedossaan. Myös vertaistukijaa sitoo

eettisesti salassapitovelvollisuus joka on määritelty laissa Potilaan asemasta ja oikeuksista (N:o 812/2000), Henkilötietolaissa (7 luku, 33 § /1999), ja Potilaslaissa (4 luku/1992).

### **Vertaistukijan tukeminen**

Vertaistukijan tulisi saada tukea ja tunnustusta jaksakseen vapaaehtoisena. Yhdyshenkilön ei ole mahdollista antaa säännöllistä työnohjausta vertaistukijoille. On kuitenkin tärkeää, että vertaistukija ottaa rohkeasti yhteyttä yhdyshenkilöön, mikäli tukisuhteessa vertaistukijan ja tuettavan välillä ilmenee ongelmia tai jotain sellaista, joka kaipaa keskustelua ja selvittämistä.

Mikäli yhdyshenkilöllä ei ole aina mahdollisuutta auttaa, myös aluesihteerin voi yhdyshenkilön pyynnöstä sekä tuettavan ja vertaistukijan suostumuksella selvittää tilannetta. Tuettavan tulee tietää, että vertaistukijalla on mahdollisuus tarvittaessa keskustella yhdyshenkilön / aluesihteerin kanssa tukisuhteeseen liittyvistä asioista.

Vertaistukijat voivat vaihtaa kokemuksiaan ja saada tukea vertaistukijana toimimiselle alueellisissa tapaamisissa ja valtakunnallisissa koulutuksissa. Alueelliset tapaamiset järjestetään yhdistyksen ja aluesihteerin yhteistyönä.

### **Yhdyshenkilön jaksaminen**

Koska yhdyshenkilö toimii vertaistukitoiminnassa oman työnsä ohessa, olisi toivottavaa, että hoitoyksikössä olisi yhdyshenkilöitä useammassa toimipisteessä, jolloin myös varahenkilöjärjestelmää voitaisiin toteuttaa.

Mikäli yhdyshenkilöllä on tarvetta puhua vertaistukitoimintaan liittyvistä asioista, hänellä tulisi olla mahdollisuus käyttää oman työpaikkansa työnohjausta. Hän voi myös ottaa yhteyttä muihin yhdyshenkilöihin tai neuvotella aluesihteerin kanssa.

Liiton järjestämä yhdyshenkilöiden valtakunnallinen tai alueellinen tapaaminen on yhteinen neuvottelu- ja työnohjaustilaisuus, jossa on pääasiassa asiantuntija-alustuksia sekä ryhmäkeskusteluja. Siellä pyritään löytämään uusia vertaistukitoiminnan näkökulmia ja toimintatapoja. Tarkoituksena on järjestää tällaisia kokoontumisia kaikissa Suomen keskussairaalapiireissä toimiville yhdyshenkilöille kerran vuodessa tarpeen mukaan. Niiden sisältöä kehitetään yhdyshenkilöiltä saatujen palautteiden pohjalta.