

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 sovitusta asioista. Muista vaitiolo.
- Muista, että vertaistukijan rooliin ei kuulu neuvominen, diagnosointi tai parantaminen.
- Huolehdi omasta hyvinvoinnistasi, omista rajoistasi ja vertaistukemisen taidoistasi.

