

ATL-LAUTAPELIN OHJEKIRJA
PELIN OHJEET JA KORTTIEN
ESIMERKKIVASTAUKSET



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Accommodating a Travelling Life (ATL). A Journey Back Home Supporting Peers -projekti on saanut rahoituksen Euroopan komission Erasmus+ -ohjelmasta. Vaikka Euroopan komissio on tukenut tämän julkaisun tuotantoa, se ei kuitenkaan vastaa sisällöistä, jotka kuvastavat vain tekijöiden näkemyksiä, eikä komissiota voida pitää vastuussa tämän julkaisun sisältämien tietojen mahdollisesta käytöstä tai oikeellisuudesta.

ATL-lautapeli ja tämä ohjekirja on kehitetty seuraavien organisaatioiden yhteistyössä ATL-projektin aikana (2020-1-ES01-KA202-082707): Fundación INTRAS, Eteria Kinonikis Psychiatrikis Ke Psychikis Hygias Panaghiotis Sakellaropoulos (EKPSE), CARITAS Archidiecezji Warszawskiej, Salute Mentale ed Esclusione Sociale (SMES), Helsingin Diakonissalaitoksen Saatio Sr sekä Restorative Justice for All International Institute.

Julkaisu vuosi: 2022

Sisällysluettelo

PELIN TAVOITTEET	4
PELIN OSAT	4
PELIN VALMISTELUT	8
PELIN KULKU	8
VASTAUKSIA TIETO-KORTTEIHIN	9
VASTAUKSIA HAASTE-KORTTEIHIN	16
ROOLIPELIKORTIT – HYVIÄ HUOMIOITA	24
VÄITTÄMÄKORTIT – VASTAUSEHDOTUKSET	28

Pelin tavoitteet

ATL-lautapeli on vertaistuen opetuspelejä, jossa on tarkoitus rakentaa yhteistyötä kilpailun sijaan. Pelaajien on tehtävä yhteistyötä kerätäkseen talonmuotoisen palapelin palaset vastaamalla kysymyksiin ja suorittamalla erilaisia tehtäviä. Peli sopii 4-6 pelaajalle koulutetun ohjaajan fasilitoimana. Ohjaaja tukee eri tavoin pelaajia ja onnistuakseen siinä, hänen on tärkeä tuntee pelin rakenteen ja sääntöjen lisäksi vertaistuen metodologiaa. Ohjaaja voi olla esimerkiksi kodittomien kanssa työskentelevä ja vertaistukimetologiaan perehtynyt ammattilainen tai asunnottomuuden kokemusasiantuntija.

Ihanteellisesti pelaajat ovat henkilöitä, joilla on omakohtaista kokemusta asunnottomuudesta ja jotka ovat osallistumassa (tai osallistuneet) ATL-koulutusohjelman vertaistukijan koulutukseen.

Pelin tavoitteena on auttaa tulevaa vertaistukijaan ymmärtämään rooliaan paremmin, kehittää tämän viestintä- ja kielitaitoja, ymmärtää tosielämän tilanteita syvemmin erilaisten roolinottojen tai näyttelemisen kautta, löytää turvallisessa ympäristössä uusia ongelmanratkaisutaitoja, kehittää sosiaalisia taitoja ja empatiaa roolipelien kautta sekä kasvattaa rohkeutta mielipiteiden ja ideoiden ilmaisuun rennossa ilmapiirissä.

Arvioitu kesto: 1 tunti - 1 tunti 30 minuuttia

Pelin osat

Peli koostuu seuraavista osista, jotka voi ladata projektin verkkosivuilta. Materiaali on saatavilla kuudella eri kielellä (englanti, espanja, italia, kreikka, puola ja suomi) sivustolta www.atl-prject.eu.

OHJEKIRJA: Tämä ohjekirja sisältää peliohjeet ja vastauksia kysymyksiin. On tärkeää ottaa huomioon, että nämä vastaukset ovat useimmiten vain ehdotuksia. Monilla ehdotetuista kysymyksistä ja toiminnoista ei ole yhtä oikeaa vastausta tai ratkaisua. Tästä syystä päätettiin tuoda peliin päättäjähahmo, joka selitetään myöhemmin.

PELILAUTA: Tyhjän talon muotoinen tulostettava pelilauta palapelin pohjaksi.

PALAPELI: Tulostettava kalustetun talon muotoinen pelipohja, joka tulee leikata paloiksi merkittyjä viivoja noudattaen. Palapelistä on olemassa kaksi versiota: yksi kolmion muotoisilla paloilla, joka voidaan tulostaa leikata helposti käsin saksilla tai leikkurilla; ja toinen, jossa palat on muotoiltu klassisen palapelin muotoon. Tässä jälkimmäisessä tapauksessa voi olla monimutkaisempaa leikata palat käsin ja

4

ammattimainen leikkaus hieman kallista. Riippuen käytettävissä olevasta budjetista, palapelin palat voidaan tuottaa enemmän tai vähemmän ammattimaisesti. Talo koostuu 16 palasta.

PELIKORTIT: Neljä korttiluokkaa yksilö- tai ryhmätehtäviä varten. Kortit on numeroitu, jotta vastausten etsiminen ohjekirjasta on helppoa. Neljä kategoriaa ovat:

1. Tietokortit
2. Haastekortit
3. Roolipelikortit
4. Väittämäkortit

- **Tietokortit** (48 kpl)

Näiden korttien tarkoituksena on sisäistää, integroida ja soveltaa vertaistukijan koulutuksen aikana opittua tietoa. Yleensä Journey Certified Supported Training -koulutusohjelma käydään loppuun ennen tämän pelin pelaamista. Tässä kategoriassa on neljää eri tyyppistä korttia: 1. puuttuvan sanan täydentäminen, 2. monivalinta, 3. tosi/epätosi -väittämät, 4. avoimet kysymykset. Pelaaja saa pisteen, jos vastaus on oikein. Vastauksen voi tarkistaa tästä kirjasta. HUOM: Poikkeuksena muihin kortteihin, joissa ei ole välttämättä yhtä oikeaa vastausta, näihin kortteihin liittyy faktatietoa, joten ohjekirja esittää oikeat vastaukset. Näiden kysymysten vastauksista näkyy myös koulutusjakson numero, josta kysymys on poimittu. Muilla korteilla tämä ei ole mahdollista, koska haasteen ratkaiseminen tai roolileikki vaatii syvempää ja yleisempää koko koulutusohjelman sisällön omaksumista, eikä viittaa mihinkään tiettyyn koulutusjaksoon.

Esimerkki:

Kortin kysymys

Millaiset olosuhteet tai asiat mahdollistavat toimivan yhteistyösuhteen ammattilaisten ja vertaistukijoide välille? Mainitse muutama.

Vastaus

- *Luottamus*
- *Aito halu tehdä yhteistyötä yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi*
- *Toinen toisiltaan oppiminen sekä puolin ja toisin tarjottu tuki*
- *Yhteisymmärrys työn tavoitteista, sisällöistä ja menetelmistä*
(Jakso 10)

Vastausta voidaan pitää oikeana, vaikka pelaaja mainitsi kaikkia vastausvaihtoehtoja, sillä kortti pyytää "mainitsemaan muutaman".

- **Haaste- ja ongelmanratkaisukortit** (48 kpl)

Nämä kortit esittävät lyhyitä tilanteita tai ongelmia, jotka on ratkaistava. Tämän kortin valitseva pelaaja vastaa sanomalla, mitä vertaistukija voisi tehdä kyseisessä tilanteessa tukeakseen vertaistaan. Pisteensä saa, jos päätöksentekijä pitää annettua ratkaisua toteuttamiskelpoisena.

Esimerkki:

Kortin kysymys

Petros on 23-vuotias koditon mies. Olet hänen vertaistukijansa, mutta hän välttelee sinua. Aina kun tulet paikalle, hän lähtee pois. Hän laihtuu ja kieltäytyy kaikesta tuesta jota voitaisiin tarjota. Joka kerta kun näet hänet, hän näyttää huonommalta, ja olet nyt huolestunut hänestä. Kaduilla ollessaan hän ei käy suihkussa tai vaihda vaatteitaan. Hän on täysin eristäytynyt. Mitä teet?

Vastausehdotus

Jos henkilö on vaaraksi itselleen tai muille, pakkohoito voi tulla kyseeseen. Pyydä tiimiltäsi apua sen selvittämiseksi, onko sellainen tilanne nyt kyseessä. Jos Petros joutuu sairaalahoitoon, pyri luomaan suhde häneen vieraillemalla säännöllisesti. Pyri tunnistamaan, keiden muiden kodittomien ihmisten hän on mahdollisesti verkostoitunut ja pyydä heitä apuun, jos hän edelleen välttelee sinua vertaistukijana.

- **Roolipelikortit** (24 kpl)

Kortti esittelee tilanteen, jossa on mukana vertaistukijan hahmo sekä lisäksi yksi tai kaksi muuta hahmoa (tunnistaa lihavoidusta tekstistä). Kortti kertoo lyhyesti ongelman ja sen kontekstin. Kortin nostavalla pelaajalla on 3-5 minuuttia aikaa muodostaa roolipeli yhdessä yhden tai kahden muun kortilla olevien hahmojen määrystä. Kortin nostava pelaaja ottaa vertaistukijan roolin. Kaikki pelissä mukana olevat pelaajat yrittävät tarjota ratkaisun tilanteeseen. Roolipelin suorittamisesta saa pisteen. Tässä kirjassa pelaajat löytävät joitakin huomioita luettavaksi roolileikin jälkeen.

Esimerkki:

Kortin teksti

***Raivostunut naapuri** saapuu organisaatiosi toimistolle valittamaan Chrissan asunnosta ja kyyhkysistä. **Sinä** olet Chrissan vertaistukija. Lisäksi paikalla on tiimisi jäsen **Dimitris**. Olet sopinut suunnitelman Chrissan ja tiimisi kanssa, mutta ette ole vielä ehtineet viedä sitä käytäntöön.*

Vastausehdotus ja huomioitavaa

Vertaistukija on tilanteessa avainhenkilö: hän tuntee tilanteen sekä Chrissan, naapurit ja suunnitelman. Muutokset vaativat välillä aikaa ja kärsivällisyyttä.

Naapuria voi rauhoittaa tieto toimintasuunnitelman olemassaolosta, vaiheista sekä suunnitellusta aikataulusta. Jos suunnitelmat viivästyvät, täytyy selvittää taustasyitä, esimerkiksi mielenterveysongelmien kontribuutiota ongelmaan ja pohtia, tarvitseeko suunnitelma tarkistusta tai muutosta. Vertaistukija voi pyrkiä tuomaan naapurisuhteen myönteisiä puolia esiin: kiinnittämään huomiota siihen, millaisia hyviä asioita Chrissa voisi naapurustolle tarjota.

- **Väittämäkortit (36 kpl)**

Näissä korteissa esitetään lyhyitä väittämiä, joista pelaajien on ilmaistava mielipiteensä ja pohdittava, onko väittäjä oikein vai väärin. Näiden korttien päätarkoituksena on edistää pohdintaa ja herättää keskustelua tuleville vertaistukijoille tärkeistä aiheista, kuten vertaistuesta ja vertaistukijan roolista, vertaistukijoiden itsehoidosta tai kodittomuuteen liittyvistä stigmatisoivista uskomuksista. Kyseisen vuoron päätöksentekijä antaa pisteet pelaajan esittämien argumenttien perusteella.

Esimerkki:

Kortin väittäjä

Asunnottomuus johtuu henkilökohtaisten väärin valintojen kasautumisesta.

Ehdotettu vastaus

Asunnottomuus on köyhyyden äärimmäinen muoto. Köyhyys puolestaan on myös monimutkainen ilmiö, joka johtuu mm. tulojaon epätasa-arvoisuudesta. Taustalla on myös poliittisia päätöksiä, jotka ovat johtaneet:

- *Kohtuuhintaisten asuntojen puutteeseen*
- *Mataliin palkkoihin*
- *Epäsäännöllisiin pätkätoihin*
- *Leikkauksiin hyvinvointipalveluissa, koulutuksessa yms.*
- *Riittävän turvaverkon puute köyhyydestä, asunnottomuudesta ja syrjäytymisestä kärsiville ihmisille*

Ihmiset voivat myös käsitellä samaa ongelmaa eri tavoin, joten sama ongelma voi johtaa eri ihmisillä hyvin erilaisiin lopputuloksiin.

PÄÄTTÄJÄN ROOLIN PELINAPPULA: Jokainen pelaaja saa vuorollaan tämän pelinappulan. Pelinappula kiertää myötäpäivään ja vaihtaa pelaajaa jokaisen kierroksen päätteeksi. Se, jolla on tämä pelinappula, tarkistaa oikean/ehdotetun vastauksen ohjekirjasta ja päättää, onko tehtävä suoritettu tyydyttävästi lukemalla ehdotetut vastaukset ja huomiot.

PYÖRITIN: Pelin osa, joka määrittelee, mistä kategoriasta pelaaja valitsee pelikortin. Jokainen ympyrän väri vastaa yhtä korttiluokkaa. Koska roolipelitilanteet ovat eniten aikaavieviä, tähän korttikategoriaan liittyen on pyörityksessä vain yksi segmentti, mikä vähentää roolipelitilanteiden määrää ja tekee pelistä kevyemmän pelata.

Kyseessä on tulostettava ympyrä värillisillä segmenteillä, josta pyörityksen voi askarrella. Ympyrä liimataan kartongille ja keskelle asetetaan pyörivä nuoli. Nuolen voi ostaa esimerkiksi Internetistä tai lelukaupasta. On myös mahdollista tehdä kotitekoinen pelipyöritys (esim. [YouTubesta](#) löytyy tutoriaaleja, jotka opastavat sen tekemiseen).

Vaihtoehtoisesti pelin pelaamiseen voidaan käyttää tavallista noppaa, mutta tässä tapauksessa jokaiselle numerolle on määritettävä korttiluokka. Esimerkiksi: 1 - roolipelikortit; 2 ja 3 - väittämäkortit; 4 ja 5 tietokortit; 6 – haastekortti.

Pelin valmistelut

Tulosta ja leikkaa pelilauta, palapeli, ympyrä pyöritystä varten, kysymys- ja tehtäväkortit ja päätöksentekijän pelinappula (kaikki pelin osat kannattaa laminoida). Pyörityksen sijaan voi käyttää pelinoppaa, ks. edellä. Noppaa tarvitaan mahdollisesti myös ensimmäisen pelaajan määrittelyyn (ks. alla).

Jaa kortit luokkiin, sekoita ne ja aseta neljä pinoa pelilaudan viereen.

Laita palapelin 16 palaa laatikkoon. Joka kerta kun ”pätöksentekijä” tarkistaa vastauksen ohjekirjasta ja toteaa tehtävän tyydyttävästi suoritetuksi, ryhmä saa pisteen ja yhden palapelin palan, joka sijoitetaan pelilaudalle oikeaan kohtaan. Peli päättyy, kun palapeli on valmis.

Ennen pelin aloitusta ohjaaja selittää pelaajille, millaisia kortteja kussakin kategoriassa on. Ohjaaja voi halutessaan pitää käytännön esittelyn.

On suositeltavaa, että ohjaaja selittää osallistujille, että pelin tavoitteena on pohtia ryhmässä vertaistuen metodologiaa ja sen soveltamista kodittomien kanssa työskentelyyn. On tärkeää, että osallistujat ymmärtävät, ettei ole olemassa oikeaa tai väärää tapaa suorittaa tiettyjä tehtäviä tai antaa ainoata oikeaa vastausta.

Pätöksentekijän rooli tulee myös selittää, jotta pelaajat tietävät tämän pelinappulaa pitävän henkilön vastuut.

Pelin kulku

1. Jokainen pelaaja heittää vuorollaan noppaa. Se, joka saa korkeimman silmäluvun, aloittaa ja peli jatkuu myötöpäivään. Vaihtoehtoisesti, jos noppaa ei ole, voi sopia jollain muulla tavalla, kuka aloittaa.
2. Samalla tavalla valitaan ensimmäisen vuoron “päätöksentekijä” ja tämä saa pelinappulan. Kierrokset etenevät myös tässä tapauksessa myötöpäivään.
3. Pelaaja pyörittää nuolta ja valitsee kortin saadun värin mukaan.
4. Pelaaja lukee kortissa olevan kysymyksen tai tehtävän ja suorittaa sen, joissain tapauksissa muiden pelaajien tuella.
5. Jokaisen kierroksen päätöksentekijä tarkistaa ohjekirjasta, onko pelaajan antama vastaus oikea, tai päättää, onko tehtävä suoritettu tyydyttävästi. Koska kyseessä on yhteistyöpeli, päättäjillä saattaa olla taipumus hyväksyä kaikki vastaukset oikeiksi päästäkseen eteenpäin pelissä, joten on hyvä pyytää heitä perustelemaan päätöksensä ja muistuttamaan, että pelin loppuun saattamiseen ei ole paineita ja että päätavoitteena on pohtia yhdessä vertaistukihahmoa.
6. Jokaisesta oikeasta vastauksesta tai tehtävän riittävän hyvästä toteutuksesta pelaaja saa yhden pisteen, eli yhden palapelin palasen, joka laitetaan oikealle paikalle tyhjää taloa esittävälle pelilaudalle.
7. Peli päättyy, kun palapeli on valmis.

Vastauksia TIETO-KORTTEIHIN

1. Neuvominen on valmiiden ratkaisujen tarjoamista. Vertaistuen tarkoitus on, että tuettu vertaishenkilö löytää omia ratkaisujaan. Keskustelun ja muiden omakohtaisten kokemusten tulisi toimia vain hyödyllisenä esimerkkinä ja motivoivana tekijänä. (Jakso 9)
2. Ruumiinkieli ja äänen prosodia ovat merkittävä osa sanatonta kommunikaatiota. Voimme kutsua toisen istumaan kanssamme samalle tasolle (ettei toinen istu tai seiso ylempänä kuin toinen). Katsekontaktin, ilmeiden, äänensävyyn sekä kehon asenteiden laatu on myös ratkaisevaa. (Jakso 9)

3. Seuraavat vaihtoehdot ovat oikein: 2. Opastaminen tai ohjeistaminen; 3. Keskustelukumppanille sanominen: ”Älä huoli” tai ”älä murehdi”; 5. Keskustelukumppanin luokittelu johonkin kategoriaan omissa ajatuksissaan (Jakso 9)
4. Osittain oikein. Motto kokonaisuudessaan on: ”Minä olen OK – minulla on oikeus olla oma itseni. Sinä olet OK - sinulla on oikeus olla oma itsesi.” Assertiivisuudella tarkoitetaan oman oikeuksiansa ja ihmisarvon puolustamista samalla kun kunnioitetaan toisen oikeuksia ja ihmisarvoa. (Jakso 9)

5. Mahdollisia vastauksia:

- Mieti tarpeitasi ja mahdollisuuksiasi niiden tyydyttämiseen.
- Yritä pitää etäisyyttä itseesi, tunteisiisi ja elämäntilanteeseesi.
- Yritä nähdä asioiden hauska puoli.
- Yritä vitsailla ja olla ystävällinen ihmisten kanssa.

(Jakso 11)

6. Väärin. Kyse ei ole siitä, että jaamme huomion tasaisesti kaikkeen, vaan että tasapainotamme huomion jakamisen itsellemme oikealla tavalla. Toisaalta meillä on oikeus mieltymyksiimme, toisaalta omalla organismillamme ja psyykellämme, maailmalla ja ympärillä olevilla ihmisillä on myös oikeudet vaatimuksensa meitä kohtaan. Kaikki on tunnustettava ja tasapainotettava tavalla, joka on ihmiselle itselleen tyydyttävien kokonaisuus.

7. Väärin. Läsnaolo tarkoittaa avoimuutta paitsi omille asioillemme, vaan myös muiden ihmisten asioille ja ympäröivälle maailmalle yleensä. Liiallinen keskittyminen omaan asioihimme voi johtaa eroon muusta todellisuudesta, jolloin siitä tulee mindfulnessin vastakohta.

(Jakso 11)

8. Tämä on vain osa hyvinvointia. Toinen osa on se, että toimii vastuullisesti maailmassa mielekkäiden aktiviteettien, ihmissuhteiden jne. kautta, jotka väistämättä edellyttävät ponnistelua ja erilaisten vaatimusten täyttämistä. Molemmat osat yhdessä saavat meidät tuntemaan, että olemme elossa.

(Jakso 11)

9. Suomessa asunnottomiksi luetaan:

- ulkona tai ensisuojuksissa nukkuvat
- asuntoloissa ja majoitusliikkeissä asuvat
- erilaisissa laitoksissa asuvat
- vapautuvat vangit, joilla ei ole asuntoa tiedossa
- tilapäisesti sukulaisten ja tuttavien luona majoittuvat

Lähde: VVA ry

10.

- Verkosto, joka tukee vertaistuetun sosiaalisia yhteyksiä: suhteiden korjaamista perheeseen tai ystäviin sekä uusien ihmissuhteiden löytämistä ympäröivästä yhteisöstä
- Terveystuhoon, asumiseen, koulutukseen, etuihin ja työllisyyteen liittyvät verkostot: tällainen verkosto edellyttää ymmärrystä näistä eri järjestelmistä, jotta voidaan neuvoa ja auttaa vertaistuettuja eteenpäin
- Poliittisen vaikuttamisen verkosto: vertaistukijoilla on ainutlaatuista kokemusta siitä, mikä toimii ja mikä ei, ja mistä on hyötyä toipumisessa. Tätä kokemuksellista tietoa voi hyödyntää niin ruohonjuuritaso toiminnassa kuin poliittiseen päätöksentekoon vaikuttaessa.

(Jakso 12)

11.

- Kerää yhteen ihmiset, joilla on saman suuntaisia ajatuksia ja visioita: mitä haluatte muuttaa ja miten, mitä haluatte luoda yhdessä
- Löydä tahot, jotka voivat tukea ideaa ja auttaa sinua käytännön järjestelyissä (esim. kansalaisjärjestöt, kaupunginvaltuutetut, poliittiset puolueet, vapaaehtoiset, lakimiehet)
- Selvitä, mitä muita resursseja saatat tarvita idean toteuttamiseksi
- Tunnista riskitekijät ja ongelmat, jotka voivat toimia esteinä ja heikentää tehokasta verkostoitumista
- Mukauta verkostosi muoto ja toimintarakenne käytettävissä olevien resurssien mukaan
- Tee yhteistyötä ammattilaisten kanssa saavuttaaksesi tarvitsemasi kapasiteetin

(Jakso 12)

12. EU-tason keskustelu on alkanut. Jäsenvaltiot ovat äskettäin käynnistäneet Eurooppalaisen asunnottomuusfoorumin, jonka tähtäimessä on EU:n ensimmäisen asunnottomuuspolitiikan suunnittelu, kehittäminen ja implementointi.

(Jakso 3)

13.

1. luottamusta
2. kunnioittaa
3. ainutlaatuisia
4. loukkaa tai stigmatsoi

14. Asunnottomuus vaikuttaa Euroopassa miljoonien ihmisten elämään. Koko Euroopassa on arviolta noin 4 miljoonaa koditonta, joista noin 700 000 elää kadulla tai hätämajoituksissa. Suomessa asunnottomia on hieman alle 4000. Heistä yli puolet asuu pääkaupunkiseudulla. Paperittomat siirtolaiset jäävät tilastojen ulkopuolelle. (Lähde: VVA ry) (Jakso 3)

15.

- Vaikuttaa poliittisen muutoksen puolesta, koska vertaistukijat voivat muita paremmin kuvailla, mikä edistää toipumista ja kuntoutumista
- Edistää vertaistuen saatavuutta ja kasvattaa vertaistukijoiden määrää kussakin maassa.
- Verkostoitua muiden vertaistukijoiden kanssa ja tarjota tukea
- Tarjota koulutusta, tietoa ja uusien taitojen harjoittelun mahdollisuutta
- Edistää vertaistuen ja vertaistukityöntekijöiden arvostusta
- Toimia asiantuntijoiden kohtaamispaikkana ja tukea työvoiman kehitystä.

(Jakso 12)

16.

- YK:n Ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus (enimmäkseen §25 artikla)
 - Euroopan sosiaalinen peruskirja (lähinnä §31 artikla)
 - YK:n asunnottomuus ja ihmisoikeudet
 - Lissabonin julistus asunnottomuuden torjuntaa koskevasta eurooppalaisesta foorumista
- (Jakso 3)

17. Traumaattinen kriisi on äkillinen, yllättävä ja epätavallisen voimakas tapahtuma, joka aiheuttaisi kärsimystä kenelle tahansa.

(Jakso 5)

18. Tyypin 2 trauma on kompleksinen trauma, joka on saattanut syntyä lapsuudessa ja varhaisessa kehitysvaiheessa. Tyypin 2 trauma kehittyy myös toistuvista ja pitkäaikaisista traumakokemuksista.

(Jakso 5)

19. Oireita voivat olla esimerkiksi tarkkaavaisuuden ongelmat, hajamielisyys, muistikatkokset, riippuvuudet, paniikkikohtaukset, syömishäiriöt, fyysinen kipu tai toisaalta tunnottomuus, luottamusvaikeudet, hallusinaatiot, masennus ja uupumus.

(Jakso 5)

20.

- Traumatisoivat kokemukset voivat olla keskeinen tekijä, joka sysää kodittomuuteen.
- Koditon voi joutua hyökkäyksen, seksuaalisen väkivallan tai muun väkivaltaisen tapahtuman uhriksi.

- Jos kodittomille suunnatuissa palveluissa on kohtaamattomuutta tai välinpitämättömyyttä tms. joka herättää kodittomassa voimattomuuden, avuttomuuden tai kontrolloiduksi tulemisen tunteita, tämä voi olla uudelleentraumatisoiva kokemus.
- Asunnottomuus itsessään voi olla traumaattinen tapahtuma.

(Jakso 5)

21. Tarua. Ammatilaiset eivät odota "täydellistä toipumista", vaan toivovat vertaistukijan elämäntilanteen olevan riittävän vakaa, jotta hänen oma toimintakykynsä säilyy hyvänä muita auttaessaan. (Jakso 10)

22. Tarua. Työtehtävät jaetaan aina yhdessä, vertaistukijan omat toiveet ja vahvuudet huomioiden. Tehtävienjako tulee myös perustua johdonmukaiseen, selkeään ajatteluun ja pitkäjänteiseen suunnitteluun. (Jakso 10)

23.

- Luottamus
- Aito halu tehdä yhteistyötä yhteisten tavoitteiden eteen
- Molemminpuolinen tuki ja toinen toisiltaan oppiminen
- Yhteinen käsitys työn tavoitteista, sisällöstä ja menetelmistä

(Jakso 10)

24.

- Työelämään tottuminen
- Oman yksityisyyden rajaaminen ja sääteleminen
- Ammatilaisten epäilykset tai epävarmuudet asiakkaiden kanssa työskenteleviä vertaistukijoita kohtaan
- Vaikeus ymmärtää ammatilaisten käyttämää kieltä (jargoni ja ammattislangi)
- Vertaistukijan työ saattaa herättää muistoja omista vaikeista asioista; omien tunteiden ja ajatusten läpikäynti
- Vertaistukija voi tavata ihmisiä, joita hän ei enää halua osaksi omaa elämäänsä
- Riittävän tuen puute ammatilaiselta tai omalta organisaatiolta

(Jakso 10)

25. "kulkee toisen rinnalla".

(Jakso 1)

26. Tarua. Haasteiden ja vastoinkäymisten kautta on mahdollista kasvaa ja oppia.

(Jakso 1)

27. Tarua. Tasavertaisuuden säännön mukaan: "Vertaistukijat eivät ilmaise tai käytä valtaa tukemiinsa."

(Jakso 1)

28. Oikein on vaihtoehto 2) tärkeitä. (Jakso 1)

29. Oikein on vaihtoehto 3) jakaa oma henkilökohtainen kokemuksemme ja kuunnella. (Jakso 6)

30. Totta. Sen, mistä vertaistukijat päättivät puhua, ei tarvitse liittyä heidän kokemukseensa kodittomuudesta. Heillä on vapaus ja mahdollisuus valita, mitä puolia omasta tarinastaan haluavat missäkin vaiheessa jakaa.

(Jakso 6)

31. Tarua. Se, mikä on auttanut yhtä kuntoutujaa, voi auttaa muitakin, mutta ei välttämättä toimi kaikille.

(Jakso 6)

32. Tarua. Vertaistukijoiden on pidettävä tarinansa tasapainoisena ja autenttisena ja vältettävä sekä liioittelevaa positiivisuutta että liioittelevaa negatiivisuutta. Aito tarina, sellaisena kuin se on, on kaikkein koskettavinta ja samaistuttavinta, ja aitoudella on myös suuri parantava voima kaikille osapuolille. (Jakso 6)

33. Joku, jonka käyttäytyminen, asenteet ja arvot toimivat esimerkkinä ja kannustimena toiselle ihmiselle. (Jakso 2)

34. Vertaistukijat saavat tietää arkaluonteisia asioita vertaisten elämästä, ja vertaisen ja vertaistukijan väliseen suhteeseen liittyy avoimuutta ja läheisyyttä. On erittäin tärkeää säilyttää vertaisen yksityisyys ja ylläpitää luottamussuhdetta. (Jakso 2)

35. Yksi vertaistukijan päärooleista on ohjata ja kannustaa vertaista toipumismatkalle vaikeista elämäolosuhteista, jakamalla omaa elämäkokemusta ja opittuja taitoja. (Jakso 2)

36. Oikea vastaus:

- 1) Kunnioita vertaisesi yksilöllisiä tarpeita.
- 3) Kunnioita vertaisesi omaa ainutlaatuista matkaa kohti toipumista.
- 5) Voimaannuta vertaistasi edistämään aktiivisesti omaa kuntoutumista
- 6) Tee yhteistyötä eri sidosryhmien kanssa ja yhdistä vertaisesi palveluntarjoajiin.

(Jakso 2)

37. Restoratiivinen oikeus perustuu dialogisuuteen, myötätuntoon, ymmärrykseen ja sovintoon. Restoratiivisen oikeuden teorian mukaan kaikilla osapuolilla on yhtäläinen oikeus oikeudenmukaisuuteen, ihmisarvoon, kunnioitukseen ja kuulluksi tulemiseen. (Jakso 8)

38. Sovittelu on restoratiiviseen oikeuteen perustuva konfliktinratkaisumuoto, jonka tavoitteena on luoda ja ylläpitää vuoropuhelua ja yhteistyötä ristiriitatilanteessa olevien ryhmien tai yksilöiden välille, sekä lopullisena tavoitteena sovinnon saavuttaminen. (Jakso 8)

39. Oikea vastaus on:

1. Mitä tapahtui?
 2. Keihin tapahtuma on vaikuttanut?
 3. Ketkä ovat konfliktin osapuolia, myös laajemmassa yhteisössä?
 4. Mitkä olivat tapahtuman motiivit?
 5. Miten tilanteen voisi korjata?
- (Jakso 8)

40.

1. Kuunteleminen
 2. Määrittele konfliktin keskeiset tekijät
 3. Keskity ratkaisuun, älä syyttämiseen.
 4. Luo vaihtoehtoja sovinnon saavuttamiseksi.
 5. Laadi kirjallinen sopimus.
- (Jakso 8)

41. Oikea vastaus on vaihtoehto 2: Tutkimustieto osoittaa, että yleisten mielenterveysongelmien esiintyvyys on yli kaksi kertaa korkeampi asunnottomien joukossa verrattuna muuhun väestöön. (Jakso 4)

42. Posttraumaattinen stressihäiriö (PTSD) voi kehittyä ihmisille, jotka ovat kokeneet tai nähneet vaikean traumaattisen tapahtuman, kuten luonnonkatastrofin, vakavan onnettomuuden, terroriteon, seksuaalisen väkivaltaa, sodan/taistelun tai jotain muuta vastaavaa. (Jakso 4)

43. Totta. Kuntoutuminen voi kattaa viisi vaihetta ja tietoisuus on yksi niistä.

1. Moratorio – vetäytymisen aika, jota leimaa syvä menetyksen ja toivottomuuden tunne.
2. Tietoisuus – Ymmärtäminen, että kaikki ei ole menetetty ja että hyvä, täysi elämä on saavutettavissa.
3. Suunnittelu – Toipumisen vahvuuksien ja puutteiden arviointi ja palautumiskyvyn parantamisen aloittaminen.

4. Uudelleenrakentaminen – Aktiivinen työskentely kohti positiivista identiteettiä: merkityksellisten tavoitteiden asettaminen ja vastuunotto oman elämän hallinnasta.

5. Kasvu – Hyvä elämänlaatu sisältää hyvinvoinnin, elämänhallinnan ja autonomian tunteen, positiivisen itsekäsityksen, yhteenkuuluvuuden tunteen, osallistumisen mielekkääseen ja merkitykselliseen toimintaan sekä optimistisen vision tulevaisuudesta.

(Jakso 4)

44. Masennushäiriöille, joita usein kutsutaan kliiniseksi masennukseksi, on ominaista jatkuva toivottomuuden ja epätoivon tunne. Tämän seurauksena voi olla vaikea pysyä mukana normaaleissa päivittäisissä toiminnoissa (syöminen, nukkuminen, työskentely ja ystävistä ja harrastuksista nauttiminen). (Jakso 4)

45. Voimaantumisen on sosiaalinen prosessi, joka auttaa ihmisiä ottamaan myönteisellä tavalla vastuuta omasta elämästään. Se on prosessi, joka edistää toimijuutta ja toimivaltaa niin yksilön omassa elämässä kuin kyvyssä toimia myös muiden ja yhteiskunnan hyväksi. (Jakso 7)

46. Auttajatyypisessä suhteessa auttaja ottaa vastuun ja autettava on alisteisessa asemassa. Tämä vie vastuun asiakkaalta, heikentää tämän toimijuutta ja vähentää omaa elämänhallintaa. Voimauttavassa vertaissuhteessa sen sijaan valta ja vastuu ovat tuettavalla itsellään. Vertaistukijan rooli on auttaa tuettavaa itse löytämään kuntoutumiseen tarvittavat työkalut ja askeleet. Tällöin vertainen voi voittaa pelkonsa, löytää luottamusta omaan kykyynsä muutosten kohtaamisen ja omaksua erilaisen tavan käsitellä ongelmiaan. (Jakso 7)

47. **Uhrit:** he tuntevat usein itsensä petetyiksi, vangituiksi, voimattomiksi ja epätoivoisiksi. He uskovat olevansa maailmankaikkeuden armoilla. He kieltäytyvät ottamasta vastuuta epäsuotuisista olosuhteistaan ja uskovat, ettei heillä ole kykyä muuttaa tilaansa. Uhrit uskovat olevansa avuttomia tai kyvyttömiä, ja he siirtävät vastuun tilanteesta syyttäjälle (joka voi olla toinen ihminen tai tietty tilanne). He etsivät jatkuvasti pelastajia ratkaisemaan heidän ongelmansa. Jos uhrit pysyvät lannistuneessa olotilassaan, he eivät pysty tekemään päätöksiä, ratkaisemaan ongelmia, muuttamaan nykyistä tilannettaan tai tuntemaan minkäänlaista tyytyväisyyden tai saavutuksen tunnetta.

Pelastajat: he aina puuttuvat tilanteisiin uhrien puolesta ja yrittävät estää uhria kokemasta harmia tai vahinkoa (usein omalla kustannuksellaan). He tuntevat olevansa syyllisiä seisossaan sivussa ihmisten hukkuessa murheisiinsa. Pelastajien suuri tarkoitus on pelastaa muita ja pitävät sitä välttämättömänä omanarvontunteelleen. He eivät pysty ymmärtämään, että tarjoamalla uhreille lyhytkestoisia ratkaisuja, he pitävät

16

heidät alisteisessa autettavan asemassa ja jättävät huomiotta heidän todelliset tarpeensa (sekä omat tarpeet). Tämä saattaa olla syy siihen, miksi pelastajat tuntevat usein olevansa väsyneitä, ylikuormittuneita ja jatkuvassa hälytystilassa muiden ongelmiin reagoimisen vuoksi.

Syyttäjät ovat ankaria, voimakkaita ja asettavat sääntöjä ja rajoja. Heillä on taipumus uskoa, että heidän täytyy voittaa hinnalla millä hyvänsä. Tarjoamatta asianmukaista ohjausta, tukea tai ratkaisua tilanteeseen, syyttäjät syyttävät uhreja ja tuomitsevat pelastajien toiminnan. He ovat ylikriittisiä ja taitavia havaitsemaan puutteita, ja toimintaa leimaa jäykkyys ja järjestys. He sortavat uhreja ja voivat toisinaan olla kiusaaja.

(Jakso 7)

48.

- Käytä omaa kuntoutumiskokemusta työkaluna
- Osallistu kriisissä olevan vertaisen tunnistamiseen ja tukemiseen
- Mahdollista vertaisen itseohjautuvuus ja tämän omien tavoitteiden asettaminen
- Kommunikoit tehokkaasti muiden hoitopalvelujen tarjoajien kanssa
- Luo kunnioittava ilmapiiri vertaisten kanssa
- Kannusta vertaisia rakentamaan ja noudattamaan omia kuntoutumis- ja hyvinvointisuunnitelmiaan

(Jakso 7)

Vastauksia HAASTE-KORTTEIHIN

1. Vastustuksessa on kaksi puolta. Toisaalta tilanteessa esiintyy suvaitsemattomuutta ja ennakkoluuloja. Toisaalta on myös legitiimi huoli omasta yksityisyydestä, sillä makuusalin tulisi olla kaikille turvallinen paikka vaihtaa vaatteita yms. Asian eri puolia tulisi huomioida ja käsitellä dialogissa asianomaisten ihmisten kanssa, sillä eri osapuolten huolien tulisi tulla tasapuolisesti kuulluiksi. Ensin ota puheeksi suvaitsemattomuus ja toiseksi tunnusta legitiimit huolet. Sitten voit pyrkiä käynnistämään ja fasilitoimaan suoraa, rehellistä keskustelua asianosaisten kanssa (uusi tulija ja aiemmat asukkaat), jotta löydetään sopu ja kaikkia tyydyttävä ratkaisu. Millaiset käytännön järjestelyt voisivat lievittää ongelmaa - voisiko esimerkiksi luoda yhteistä turvaa erottelemalla sänkyjä kauemmaksi toisistaan, laittamalla jonkinlaisen fyysisen näköesteen (kuten sermin tms), varmistaa että on erillistä aikaa WC- ja suihkutiloissa, jne.

17

2. Onko asiasta jo yritetty jutella **Pekan** kanssa ja kehoitettu häntä ylläpitämään henkilökohtaista hygieniaa ja puhtautta? Jos se ei ole riittänyt, voisit yrittää sovittelua keskustelua Pekan ja tämän huonekavereiden välillä. Sovittelun päätteeksi tulisi antaa vielä vahva kehoitus Pekalle peseytyä säännöllisesti ja pestä myös vaatteensa säännöllisesti. Voit nyt toimia puskurina Pekan ja ryhmän välillä: toisaalta voit muistuttaa Pekkaa hänen hygieenisistä velvollisuuksistaan ja tukea häntä ottamaan vastuuta itsestään. Toisaalta voit tarvittaessa tukea muita olemaan suvaitsevaisia ja kärsivällisiä muutoksessa, nyt kun Pekan taustoja ymmärretään.
3. Voi olla, että ensin pitää muodostaa syvempi suhde **Ursulan** kanssa. Hän pystyy avautumaan, vasta kun hän kokee riittävästi turvallisuutta sekä kuulluksi tulemista. Voit auttaa häntä muodostamaan yhteyttä lapsiinsa uudelleen. Ensin pohtikaa yhdessä, mitä askeleita tarvitaan, mitä kanavaa käyttää kommunikaation aloittamiseen, kumpi lähestyy lapsia ensin (vertaistukija vai asiakas). Voitte harkita postikortin, sähköpostin tai tekstiviestin lähettämistä, jossa vain ilmaistaan kiinnostus yhteyteen mutta ei vaadita siihen vastaamista.
4. **Jukka**an tarvitaan syvempi kontakti, jotta voidaan tarkastella millaiset tekijät ovat vastustuksen taustalla ja millaiset siteet hänellä on asunnottomien palvelukeskukseen. Voisiko näitä siteitä joko ylläpitää tai sitten korvata jollain tapaa? Tässä tapauksessa sovittelun tulee tapahtua ulkopuolisen vaatimuksen (terveydentila) sekä sisäisten esteiden välillä. Vaikeaa siirtymää voidaan helpottaa erilaisin keinoin: lupaus vierailulla Jukan luona kun hän on siirtynyt vanhainkotiin; vanhainkotiin tutustuminen useita kertoja; siirtymisen siirtäminen eteenpäin, jotta hänelle jää aikaa totutella tilanteeseen. Kieltäytymistä vanhainkotiin siirtymisestä ei pitäisi sivuuttaa, jos Jukan toimintakyky sallii hänen jäädä toistaiseksi vielä palvelukeskukseen.
5. Tätä on vaikeaa ratkaista. Ellei **Simo** ole vaarallinen itselleen tai muille, hän on ainoa joka voi tehdä päätöksen lääkityksen ottamisesta tai lääkäriin menemisestä. Tilannetta on rakentavinta lähestyä toipumisen näkökulmasta: keskity hänen vahvuuksiinsa ja toimintakykyynsä sekä tue häntä näiden kehittämisessä. Tämä voi tarkoittaa sen selvittämistä, missä hän on hyvä tai mistä hän nauttii, sekä sellaisen omaehtoisen toiminnan mahdollistamista, jossa hän voi tuntea olevansa hyödyksi. Hänen vastustuksensa voi johtua myös aiemmista negatiivisista kokemuksista psykiatrisesta hoidosta. Tällaisessa tapauksessa korjaavan kokemuksen tarjoaminen voi auttaa: voit etsiä hänelle ystävällisen, myötämielisen kontaktin. Kaiken tämän tekeminen edellyttää tietysti sitä, että pystyt rakentamaan merkityksellisen suhteen hänen kanssaan.
6. **Jaanan** pitää löytää kyky tehdä yhteistyötä sosiaalitoimiston kanssa saadakseen tarvitsemaansa kiireellistä apua: toimeentulotukea sekä pitkäaikaista asuntoa. Vertaistukijana voit auttaa selvittämään, mitä tilanteessa tapahtui ja mikä Jaanan

oma osuus tilanteesta on. Voit välittää tiedot asunnottomien palvelukeskuksen sosiaaliohjaajalle, joka tekee yhteistyötä sosiaalitoimiston kanssa. Siten voidaan yrittää viedä Joanan asiaa eteenpäin ja vähentää lisäturhautumisen riskiä. Voit lähteä Joanan mukaan sosiaalitoimistoon olemaan tukena tapaamisissa.

7. Voi olla että naispuolinen vertaistukija saattaa tässä tapauksessa olla **Maisalle** parempi. Häneen pitää pystyä luomaan syvä suhde, pienin askelin, pienten keskustelujen ja ystävällisyyksien kautta. Hiljalleen voi aloittaa dialogin Maisan kanssa hänen suhteestaan miehiin. Voisi olla hyödyllistä tukea häntä pohtimaan mm. seuraavia kysymyksiä: onko minulle hyväksi tulla uudelleen raskaaksi? Voisiko sitä välttää ja miten? Kenties vertaistukija voisi myös olla yhteyksissä hänen kumppaniinsa.
8. Ohjaa ja kannusta **Peteriä** velkaneuvontaan. Painota, että taloudellisista haasteista on mahdollista selvittää ja päästä eteenpäin ja ettei hän joudu yksin painiskelemaan näiden ongelmien kanssa. Pääasiallinen tehtäväsi olisi vaikuttaa Peterin asenteeseen ja ajattelutapaan, jotta hän voisi valita välttelystrategioiden sijaan ratkaisukeskeisiä strategioita.
9. Vertaistukijana voit pyrkiä sanoittamaan sitä, että huomaat muutoksen ja kysyä, huomaako **Katriina** itse saman. Voit kysyä, haluaako hän kertoa siitä lisää, ja tarvitsisiko hän mahdollisesti keskustelua tilanteen selvittämiseksi ja avun löytämiseksi. Riippuen unio Ongelmien vakavuudesta, voi olla että hän tarvitsee tukea kuntoutussuunnitelmassa pysymisessä, esim. lääkäriajan taustatekijöiden ja ratkaisujen löytämiseksi, sekä elimellisten että psykiatristen ongelmien poissulkemiseksi.
10. Tuo keskusteluun muita vaihtoehtoja: olisiko jotain päihderiippuvuuteen keskittyvää paikkaa, jonne hänet voisi ohjata. Tai onko mahdollista tarjota hänelle seurantaa, jotta voidaan jatkaa hänen kannustamistaan päihteettömyyteen jos hän palaa kaduille. Paikalliseen vastaanottokeskukseen tai Suomen sovittelufoorumiin voi olla yhteydessä sen selvittämiseksi, onko mahdollista saada sovittelija samasta kulttuuritaustasta fasilitoimaan restoratiivista sovittelua palvelukeskuksen henkilökunnan, muiden asukkaiden ja **Christoksen** välille.
11. Voit käydä tapaamassa **Sokratista** ja pyrkiä keskustelemaan asiasta ymmärtääksesi syitä käyttäytymisen takana. Ymmärtääkö hän itse lääkityksen merkityksen? Onko joitain esteitä, miksi hän ei ole päässyt lääkärikäynneille (varattomuus tai hoidon keskeytyminen masennuksen tai muiden syiden vuoksi)? Löytyykö joitain vaihtoehtoisia suunnitelmia? Keskustelun jälkeen sovituksista suunnitelmista tulisi kertoa hänen tukitiimilleen ja varmistaa, että suunnitelmista pidetään jatkossa kiinni.

12. Esittele ensin itsesi ja organisaatio, jonka kautta toimit tai jonka kanssa teet yhteistyötä. Pyri sitten saamaan lisätietoa **Marian** tilanteesta ja olosuhteista. Keskustelkaa siitä, mitkä hänen prioriteettinsa ovat ja millaisin askelin niitä voisi saavuttaa. Tue häntä eteenpäin näissä tavoitteissa ja löytämään oikeaa suuntaa ja toimintaa. Voi myös olla tarpeen varata aikaa lääkäriin sekä johdattaa hänet sosiaalipalvelujen piiriin. Häntä voi myös auttaa järjestämällä alkuun tilapäismajoitusta. Varmista säännölliset jatkotapaamiset ja pyydä tiimiltäsi tarvittaessa lisäneuvoja.
13. Jos **Petros** on vaaraksi itselleen tai muille, pakkohoito voi tulla kyseeseen. Pyydä tiimiltäsi apua sen selvittämiseksi, onko sellainen tilanne nyt kyseessä. Jos Petros joutuu sairaalahoitoon, pyri luomaan suhde häneen vierailemalla säännöllisesti. Pyri tunnistamaan, keiden muiden kodittomien ihmisten hän on mahdollisesti verkostoitunut ja pyydä heitä apuun, jos hän edelleen välttelee sinua vertaistukijana.
14. **Sarin** tilanne on vakava, sillä hoitamaton haava voi johtaa hengenvaaralliseen tilanteeseen, kuten verenmyrkytykseen. Ensin sinun tulisi pyrkiä ymmärtämään syytä kieltäytymisen takia ja toiseksi varmistamaan, että hän ymmärtää haavan hoitamattomuuden riskit. Huomioi myös eläimen hoidontarve. Keskustele Sarin tiimin kanssa vaihtoehdot läpi. Jos hän ei halua lähteä lääkäriin, onko mahdollista että hänet hoidettaisiin jossain muualla?
15. **Annan** pitäisi päästä lääkäriin ja voit lähteä hänen mukaansa. Raiskauksesta pitää myös tehdä rikosilmoitus. Selvitä myös turvakotiin pääsemisen sekä kriisiavun mahdollisuutta. Jos Annalla ei vielä ole kontakteja muihin transsukupuolisiin vertaisiin alueellaan, voit auttaa häntä löytämään omaa yhteisöään.
16. On tärkeää ymmärtää, miksi kyyhkysset ovat **Chrissalle** niin tärkeitä. Keskustelkaa vaihtoehdoista ja suunnitelmista. Keskustele myös suunnitelmasta tiimisi kanssa ja pyydä apua. Yksi mahdollisuus on järjestää sovittelu Chrissan ja hänen naapureidensa kanssa ongelmien ratkaisemiseksi. Kyyhkyslakan perustaminen ei ole eläintauti- tai terveydensuojelulain mukaan luvanvaraista eikä ilmoitusta vaadita. Lintujen pitopaikkojen pitää kuitenkin rekisteröityä maaseutuviranomaiselle, mitä Chrissa ei ole vielä tehnyt. Voit neuvoa häntä tässä asiassa.
17. Vertaistukijana voit keskustella **Janikan** kanssa hänen oikeuksistaan ja kertoa hänelle, ettei hänen poikaystävällään ole oikeutta hallinnoida hänen yksityisasiotaan ja pitää hänen rahojaan. Vertaistuen avustuksella Janikan tulisi pyrkiä saamaan omaisuutensa itselleen. Suhteen ja luottamuksen syventyessä voit myös ottaa puheeksi ihmissuhteen laadun, jotta hän voi alkaa tunnistaa, mikä on haitallista ja mikä on hänelle hyödyksi.

18. Vertaistukijana ensimmäinen tehtäväsi on ohjata **Ari** sosiaalipalveluiden piiriin, hakemaan työttömyysetuutta sekä asumistukea, viimesijaisena keinona toimeentulotukea. Kannusta Aria olemaan yhteyksissä vuokranantajaan ja sopimaan maksusuunnitelmaa vuokraveloista. Myös velkajärjestelyapua voi saada tilanteessa. Kaikkein tärkeintä on valaa toivoa Ariin: tästäkin selvitään.
19. Vertaistukijana voisit auttaa **Mohammedia** tekemään valituksen päätöksestä. Voit auttaa selvittämään, millaisia palveluja on saatavilla hänelle ja olla hänen mukanaan eri käynneillä. Hän tarvitsee myös apua ymmärtääkseen, miten tämän maan palvelujärjestelmä toimii sekä mahdollisesti sosiaalityöntekijää sekä tulkkia, joka puhuu hänen kieltään.
20. **Elinan** luvalla sosiaalityöntekijään voisi olla uudelleen yhteyksissä. Elinaa voisi myös auttaa toimeentulo- ja muiden tukien hakemisessa. Lisäksi häntä voisi ohjata muiden tukipalveluiden piiriin. Keskustele Elinan kanssa ja kuuntele hänen huoliaan. Auta häntä löytämään toivoa.
21. Voisit **Peterin** kanssa yhdessä lähteä käymään sosiaalitoimistossa tapaamassa sosiaalityöntekijää. Yhdessä voitte selvittää hänen taloudellista tilannettaan ja millaista tukea hän voisi saada asioiden hoitamiseksi ja edunvalvojan saamiseksi, jos hän ei itse kykene hoitamaan omia asioitaan. Lisäksi hänet voisi ohjata vanhuspalveluiden piiriin ja vanhainkotiin, jos itsenäinen asuminen ei onnistu. Muistiongelmia voisi kartoittaa lääkärissä ja siihenkin saada apua. Voisit vinkata Peterille matalan kynnyksen avoimia kohtaamispaikkoja, joiden kautta voi saada ilmaisia aterioita.
22. Auta pariskuntaa selvittämään, mistä he voivat saada apua. Vertaistukija voisi kertoa, missä on kodittomien yömajat ja keskuksat, joista voi pyytää yösiijaa ja muuta apua. Tarvittaessa vertaistukija voi lähteä pariskunnan mukaan paikan päälle.
23. Tue **Terhiä** siinä, että hän olisi yhteydessä lastensuojeluun tilanteen selkiyttämiseksi ja lasten tapaamisen mahdollistamiseksi. Tarvittaessa voit mennä lasten tapaamisiin mukaan. Jos hänellä tosiasiallisesti on päihderiippuvuusongelma, voit kannustaa Terhiä hoitoon.
24. Vertaistukijana tärkein tehtäväsi on kuunnella **Markuksen** huolia ja vakuuttaa häntä siitä, ettei hän ole ongelman kanssa yksin ja että autat häntä selvittämään tilannetta. Etsikää yhdessä keinoja rauhoittua. Voit olla Markuksen luvalla yhteydessä sosiaalitoimistoon ja pyytää heitä selvittämään päätöksen syitä. Tai jos Markus on riittävän rauhallinen, voitte yhdessä käydä juttelemassa sosiaalityöntekijän kanssa.

25. **Juania** voisi auttaa käymään läpi menneitä perhetapahtumia, jotka ovat johtaneet välien katkaisemiseen. Keskustelun kautta voisi löytyä mahdollisuus olla heihin yhteyksissä uudestaan. Voisitte yhdessä myös selvittää, mitä muita mahdollisuuksia voisi olla tarvittavien dokumenttien saamiseksi esimerkiksi Espanjan konsulaatin kautta.
26. Saattaa olla tärkeää kysyä **Alita**, onko laatikoiden ja muiden painavien esineiden kantamiseksi joitain apulaitteita saatavilla. Sekä lisäksi voisit varmistaa että hän on tietoinen hyvästä työskentelyergonomiasta. Työpaikan työterveyshuolto voisi myös auttaa tilanteessa. Jos fyysiset vaivat jatkuvat muutoksista huolimatta, voit auttaa Alia selvittämään, voisiko hän vaihtaa työtehtäviä työpaikallaan.
27. Vertaistukijana voit ehdottaa, että **Alfonso** saisi apua lääkäriltä sekä huumevieroitukseen keskittyviltä palveluilta. Hän voisi myös yrittää ottaa yhteyttä perheeseensä päästäkseen pois kadulta ja löytääkseen turvallisen asumisratkaisun. Häntä voisi kannustaa olemaan rehellinen perheelleen tilanteestaan, jotta he voisivat tukea häntä. Myös työpaikan saaminen auttaisi, jotta hänen ei tarvitsisi turvautua rikolliseen toimintaan rahan saamiseksi.
28. Yritä selvittää, mistä **Jennan** huolet johtuvat ja mistä hänelle on tällainen käsitys syntynyt. Voisit ehdottaa, että Jenna rohkaistuisi ottamaan henkilökohtaisen asian puheeksi työpaikallaan. Vähintään esihenkilön kanssa tulisi keskustella. Avoin keskustelu voisi auttaa hälventämään pelkoja puolin ja toisin. Jos keskustelu ei ole mahdollista, muiden puheita voi yrittää jättää huomiotta. Juoruilijoita valitettavasti riittää kaikilla työpaikoilla. Jos ongelma jatkuu ja Jenna voi huonosti, työpaikan vaihto on myös mahdollinen ratkaisu.
29. Koska työhaastattelu voi myös tapahtua muualla kuin hotellissa, **Danielin** ei ole pakko käyttää pukua juuri tuolloin. Kuitenkin, mikäli hän saisi työpaikan, tulisi hänen käyttää työnantajan määräämiä työvaatteita. Voisit keskustella hänen kanssaan pukuihin ja pukuja käyttäviin ihmisiin liittyvistä ajatuksista ja ennakkoluuloista, ja selvittää mitä sen taustalla on. On hyvä, että hän ymmärtää, että tietyillä työpaikoilla on tietynlaisia pukeutumiskoodeja, mutta ne eivät määrittele sitä, millainen ihminen on.
30. Jos **Alejandron** alkoholiongelmat aiheuttavat toistuvia vaikeuksia töissä, vertaistukijana voisit ehdottaa, että hän voisi hakea apua lääkäristä. Hän tarvitsisi ammattiapua riippuvuuden hoitoon. Työnantajan kanssa voisi neuvotella muista työtehtävistä sillä aikaa kun hän toipuu sairaudestaan.
31. Vaikka suuttuminen on erittäin ymmärrettävää, riidan haastaminen työnantajan tai työtovereiden kanssa ei ole ratkaisu tilanteeseen. Auta **Arturoa** säätelemään tunteitaan ja rauhoittumaan. Työnantajalla ei ole ollut riittäviä perusteita

- työsuhteen irtisanomiseen. Voit järjestää sovittelun Arturon ja hänen työnantajansa välille riitatilanteen ratkaisemiseksi. Voisiko Arturoa auttaa myös tilapäismajoituksen saamisessa?
32. Voisit suositella, ettei **Carlos** mainitse näistä ongelmista työnantajalle, vaan että hän pyrkisi antamaan itsestään positiivisen kuvan, keskittyen omiin vahvuuksiinsa sekä motivaatioon työpaikan suhteen. Carlosin tulisi osoittaa kiinnostusta ravintolaa kohtaan sekä korostaa tarjoilijan työhön liittyvää aiempaa kokemusta ja työhistoriaa.
33. Vertaistukijana voisit ehdottaa yhteistä keskustelua asuntolan asukkaiden ja **Jamesin** kanssa, mikä voisi tukea Jamesia ja auttaa häntä integroitumaan yhteisöön. Voisit myös auttaa Jamesia selvittämään, millaisia kieli- tai kotoutumiskursseja voisi olla saatavilla, jotta hän pääsisi kiinni paikalliseen kieleen ja kulttuuriin paremmin.
34. Voisit tukea **Emmaa** antamalla hänelle tietoa paikallisista palveluista ja yhteisöistä. Voisitte myös yhdessä selvittää, millaisia harrastus- tai toimintamahdollisuuksia uudella asuinpaikalla on, jotta hän voi tutustua uusiin ihmisiin ja naapureihinsa.
35. Tässä on kyse lähisuhdeväkivallasta. Voi olla, että tämä on ensimmäinen kerta, kun fyysistä väkivaltaa on esiintynyt suhteessa, tai voi olla, että väkivaltaa on jossain muodossa esiintynyt jo aiemmin. Saattaa myös olla, että tämä on ollut ensimmäinen väkivaltainen tilanne. Vertaistukijana sinun olisi hyvä pohtia näitä tarpeita:
- Välitön reagointi: **Zeynep** tarvitsee jonkin toisen yösijan, mahdollisesti väkivallan uhreille tarkoitettussa turvakodissa
 - Pitkäaikainen suunnitelma: suhteen väkivaltaisuutta tulisi selvittää ja tilanteeseen tarvittaessa puuttua. Tarjoa tietoa, millaista apua lähisuhdeväkivallan uhrille on tarjolla.
36. Tässä tapauksessa perhe on pirstaloitunut seksuaaliseen suuntautumiseen liittyvän syrjimisen vuoksi. Voisit harkita **Tuomaksen** ohjaamista sukupuolivähemmistöille ohjattuihin palveluihin ja järjestöihin, jotta hän voi saada vertaistukea ja kokemusta hyväksytyksi tulemisesta. Koska Tuomas kuitenkin haluaa pitää yhteyttä perheeseensä, voisit ehdottaa perhesovittelua suhteiden korjaamiseksi.
37. Uuteen yhteisöön integroituminen ja tottuminen uuteen ympäristöön voi olla haastavaa. Kuitenkaan ei ole hyväksyttävää käyttäytyä epäkunnioittavasti muita ihmisiä kohtaan. Voit yrittää tukea **Piaa** ja tehdä selväksi, mitä hän voi tehdä estääkseen häädön. Tähän voisi sisältyä korjaavan ryhmätapaamisen

ehdottaminen Pian, naapureiden, mahdollisesti sosiaalipalvelujen edustajan ja muiden yhteisön jäsenten kanssa. Tapaamisessa pyrittäisiin löytämään sopua sekä häiriökäyttäytymisen loppumista.

38. Sosiaalisten kontaktien kaippu ja yhteyden palauttamisen tarve voi olla hyvä toipumisen merkki. Se voi kuitenkin olla myös suuri askel, varsinkin jos välit tärkeisiin ihmisiin ovat olleet poikki pitempään. Voit keskustella Noan peloista hänen kanssaan ja tukea häntä prosessin läpi. Noan itsevarmuutta yhteyden luomisessa voisi tukea se, että käynte yhdessä keskustellen läpi, millaiset vaiheet tässä prosessissa on ja mitä ne pitävät sisällään. Selkeä suunnitelma siitä, kehen olla yhteyksissä ensin ja mitä sanoa, voi myös olla avuksi.
39. Vertaistukija voisi auttaa **Charlottea** asettamaan tunnistamaan sekä asettamaan omia rajojaan sekä priorisoimaan myös omia tarpeitaan. Keskustelun kautta hän voisi myös alkaa hahmottamaan epäterveen parisuhteen piirteitä. On tärkeää, että myös hänen tarpeensa tulevat huomioiduiksi suhteessa.
40. Seksuaalisuus on herkkä ja henkilökohtainen aihealue ja siitä keskustelu edellyttää luottamuksen luomista **Maijaan ja Lauriin**. Voisitte keskustella seksuaalisesta terveydestä, turvallisuudesta ja mahdollisuuksista vaalia ja suojella omaa ja muiden terveyttä. Jos he ovat avoimia ajatukselle, voit auttaa heitä saamaan nuorille tarkoitettua maksutonta ehkäisyä.
41. Ryöstetyksi tuleminen luo turvattomuuden tunnetta ja **Bea** tarvitsee nyt rauhallista, vakaata ja empaattista tukea. Keskustele hänen kanssaan tapahtumista, jotta hänelle tulee tunne, ettei hän ole yksin ongelman kanssa. Voit auttaa häntä rikosilmoituksen tekemisessä. Henkilöpapereiden varastaminen voi pahimmillaan johtaa identiteettivarkauteen. Poliisi voi neuvoa, mitä muuta tehdä ja miten saada uudet henkilöllisyystodistukset tilalle. Voit auttaa häntä myös menemällä yhdessä sosiaalitoimistoon hakemaan apua taloudelliseen tilanteeseen ja etsiä yhdessä ratkaisuja tilapäismajoituksen tarpeeseen.
42. **Risto** tarvitsisi ammattiapua alkoholiriippuvuuden hoitoon, raitistumiseen sekä psykoterapiaa riippuvuuteen johtaneiden taustasyiden selvittämiseen ja hoitamiseen. Jos hän itse tunnistaa ongelmansa ja on motivoitunut saamaan siihen apua, voit ohjata häntä ammattiavun piiriin sekä olla mukana tapaamisissa tarpeen mukaan. Voit myös auttaa löytämään uuden asunnon ym. ja saamaan hänen elämänsä uusille raiteille.
43. Yllätysperintö on tietysti hänelle mahtava uutinen. **Jani** tarvitsee paljon apua kaikkien käytännön asioiden hoitamiseen, neuvoa perintöverojen maksamiseen sekä apua ja tukea kodinhoitotaitojen opetteluun.

44. Keskustele **Saaran** kanssa siitä, mikä häntä kiinnostaa ja mistä hän pitää. Auta häntä löytämään mieluista puuhaa lähialueelta, jossa hän voisi tutustua uusiin ihmisiin.
45. Uskonto ja perinteet ovat selkeästi molemmille tärkeitä. Molempien osapuolten kuulluksi ja arvostetuksi tuleminen sovittelussa voisi auttaa rakentamaan siltaa heidän välilleen sekä hyväksymään erilaisuutta. Sujuva yhteiselo on mahdollista, jos kumpikin on valmis keskustelemaan avoimesti. Sinä voit vertaistukijana mahdollistaa tällaisen avoimen, kunnioittavan ilmapiirin sovittelussa. Jos sopia ei löydy, pitää asuntolan kanssa keskustella, olisiko asumisjärjestelyjä mahdollista muuttaa.
46. **Marikan** tilanteen tekee vaikeaksi se, että hän on raskaana: alkoholiriippuvuus vaikuttaa lapseen voimakkaasti. Jos Marikan alkoholiongelmaa ei ole vielä huomattu neuvolassa, tästä asiasta pitää tehdä lastensuojeluilmoitus, jotta Marika ja hänen lapsensa voivat saada asianmukaista apua ja hoitoa. Kyseessä voi olla FASD-lapsi. Sosiaalitoimiston, neuvolan ja perheneuvolan kautta voi saada apua niin raskauteen, vanhemmuuteen kuin asumiseen liittyvissä kysymyksissä.
47. Voit rohkaista Joonasta hakeutumaan asunnottomien asuntolaan tilapäisen majoitusratkaisun löytämiseksi. Siellä tiimin kanssa voidaan laatia toipumissuunnitelma, jotta hän saa asianmukaista tukea mielenterveysongelmaan.
48. Voit kannustaa Ninää kääntymään alueellaan olevien palvelujen kuten asunnottomien palvelukeskuksen, ruokalan, päiväkeskuksen tai suihkupalvelujen puoleen, saadakseen asianmukaista apua sosiaalijärjestelmästä. Saattaa olla tärkeää saada Nina ymmärtämään, että tästä tilanteesta on ulospääsy. Kun perusasiat ovat kunnossa, voitte keskustella siitä, millaista työtä Nina haluaisi tehdä ja auttaa häntä yhdessä työvoimatoimiston kanssa löytämään uutta suuntaa.

ROOLIPELIKORTIT – Hyviä huomioita

1. Vertaistukija voi yrittää ymmärtää sekä Wojtekin suuttumista että Emilian asennetta. Emilian tilanne ei ole helppo, mutta ei myöskään ole oikein purkaa turhautumista ympärillä oleviin ihmisiin. Wojtekin pitäisi toisaalta osoittaa enemmän ymmärrystä. Esiteltyään hätämajoituspaikkaa Emilialle vertaistukija voi yrittää selvittää, mikä saisi hänen olonsa paremmaksi ja kutsua sekä hänet

että hätämajoituksen vastaanottovirkailijan keskustelemaan yhdessä tilanteen korjaamiseksi.

2. Vertaistukija saattaa tietää aikaisemmista omista kokemuksistaan, miten "ystävien" luokse muuttaminen päättyy. Siten hän voi jakaa omakohtaisen kokemuksen retkahtamisesta vanhoihin huonoihin tapoihin, ja kuinka vaikeaa on palata takaisin "pimeästä laaksosta". Nyt on tärkeää olla antamatta periksi houkutukselle. Myös diabetekseen liittyvä lisäriski voidaan tuoda esiin. Voidaan myös pohtia, millaisia motiiveja "ystävillä" voisi olla (esim. taloudellinen hyöty, jos Jan ostaa heille juotavaa) ja sitä, ovatko he todella aitoja ystäviä. Voit rohkaista häntä pohtimaan, mitä ongelmia hän on yrittänyt juomisella ratkaista (tai paeta), ja millaisia vaihtoehtoisia strategioita näihin voisi löytyä.
3. Silvia kieltäytyy kohtaamasta omia ongelmiaan; Dora on saanut tarpeekseen. Vertaistukija voi yrittää keskustella Silvian kanssa tilanteesta ja pyrkiä avaamaan hänen silmänsä sille, miten hänen käyttäytymisensä vaikuttaa muihin. Vertaistukija voi myös keskustella häiritsevästä tilanteesta Doran kanssa ja pyrkiä auttamaan tätä ymmärtämään Silvian vaikeuksia. Myös muut huoneen asukkaat voidaan ottaa mukaan yhteiseen sovitteluun: joku voi keksiä keinon lieventää ongelmaa. Ellei asia etene, pitää kääntyä hätämajoituksen henkilökunnan puoleen ammattiavun ja/tai erillisen asuinpaikan etsimiseksi Silvialle.
4. Tomasin äidin on ymmärrettävä, että sääntöjä on noudatettava, erityisesti niitä, joiden tarkoitus on suojella kaikkia asukkaita väkivallalta. Marinan on myös ymmärrettävä, ettei hän ole enää vastuussa aikuisesta pojastaan, vaan tämän pitää ottaa vastuuta itsestään ja teoistaan. Toisaalta vertaistukija voi yrittää selvittää, mikä provosoi Tomasin väkivaltaisen käytöksen. Kenties muitakin tulee muistuttaa siitä, ettei väkivaltaista käytöstä suvaita hätämajoituksessa.
5. Selvittääkää, millaista taloudellista tukea Katerina voisi saada uniongelmiin selvittelyistä aiheutuviin kuluihin. Voitte keskustella, auttaisiko Katerinaa sekä luottamuspuolan että aikataulujen noudattamisen suhteen se, että sinä vertaistukijana lähtisit hänen mukaansa lääkäriin ja laboratorionkokeisiin.
6. Vertaistukija voi selittää Christokselle, ettei mitään tapahdu vastoin hänen tahtoaan, mutta turvallinen, lämmin majoitus muutamaksi yöksi voisi olla paras ratkaisu hänelle tässä tilanteessa. Katutiimin kanssa voidaan myös yhdessä keskustella hänen erityistarpeistaan. Tapauksen tuntevana henkilönä vertaistukija voi toimia tiedon välittäjänä ja sovittelijana. Vertaistukija voi myös auttaa varmistamaan, että Christoksella on riittävän lämmintä ja turvallista, vaikka hän päättäisi jäädä yöksi kadulle.
7. Vertaistukija voi auttaa Saraa rauhoittumaan ja toimimaan yhteistyössä hoitohenkilökunnan kanssa. Vertaistukija voi myös keskustella sairaanhoitajan

kanssa Saran tilanteesta ja tehdä selväksi, ettei haavoittunutta ole helppoa siirtää ja olette hakeutuneet sairaalaan hoidon saamiseksi. Saran jalkaa tulee hoitaa viipymättä.

8. Vertaistukija on tilanteessa avainhenkilö: hän tuntee tilanteen sekä Chrissan, naapurit ja suunnitelman. Muutokset vaativat välillä aikaa ja kärsivällisyyttä. Naapurit voi rauhoittaa tieto toimintasuunnitelman olemassaolosta, vaiheista sekä suunnitellusta aikataulusta. Jos suunnitelmat viivästyvät, täytyy selvittää taustasyitä, esimerkiksi mielenterveysongelmien kontribuutiota ongelmaan ja pohtia, tarvitseeko suunnitelma tarkistusta tai muutosta. Vertaistukija voi pyrkiä tuomaan naapurisuhteen myönteisiä puolia esiin: kiinnittämään huomiota siihen, millaisia hyviä asioita Chrissa voisi naapurustolle tarjota.
9. Vertaistukijan tärkeä rooli on rakentaa luottamusta Annaan ja vahvistaa hänelle, että hän voi saada apua tilanteeseensa. Annan luvalla vertaistukija voi sopia ajan sosiaalityöntekijän kanssa ja lähteä tapaamiseen taustatueksi. Tapaamisessa Anna voi vertaistukijansa tuella kysyä sosiaalityöntekijältä, mitä apua hän voi saada ja millaisiin etuuksiin hän on oikeutettu. Vertaistukijan kannattaa ohjata Anna mielenterveys- ja päihdepalveluihin.
10. Vertaistukija voi kertoa oman tarinansa tuodakseen toivoa Matille. Yhdessä velkaneuvojan kanssa he selvittelevät maksamattomia laskuja ja tekevät velkasuunnitelman. Vertaistukijan avulla Matti voi soittaa vuokranantajalleen esitelläkseen hänelle suunnitelman vuokrarästien maksamiseksi ja kertoakseen, että hän työskentelee kovasti sen toteuttamiseksi.
11. Vertaistukija voi keskustella Timin kanssa enemmän ennen tapaamista, jotta hän näkee tilanteensa laajemmin ja voi tukea häntä ilmaisemaan itseään. Tapaamisen aikana vertaistukija voi toimia välittäjänä Timin ja sosiaalityöntekijän keskustelussa varmistaakseen, että Tim tulee kuulluksi ja ymmärretyksi ja että Tim puolestaan ymmärtää työntekijää. Vertaistukija voi auttaa suunnitelman laatimisessa sekä siinä, että Tim ymmärtää mitä kuntoutukseen ja tuettuun asumiseen pääseminen vankilatuomion jälkeen edellyttää.
12. Vertaistukija voi auttaa Amandaa täyttämään tukihakemukset päiväkeskuksessa. Yhdessä voi pohtia, miten Amanda voi hakea etuuksia tulevaisuudessa ja mitä työkaluja hän voi käyttää tai mistä hän voi löytää neuvoa jatkossa.
13. Vertaistukija voi kertoa Pedrolle ruumiinkielen, hyvän ryhdin ja katsekontaktin merkityksestä sekä hyvän vaikutelman luomisesta että oman itsevarmuuden kohottamisesta. Myös peseytyminen sekä siistit, haastatteluun sopivat vaatteet ovat tärkeitä. Vertaistukija auttaa Pedroa käymään tämän vaatekaappia läpi ja etsiä sopivia vaatteita. Jos sellaisia ei löydy, he voivat selvittää yhdessä

vaihtoehtoja, esim. kiertämällä lahjoitusvaatteita tarjoavissa järjestöissä tai käymällä kirpputorilla.

14. Vertaistukija voi auttaa Linaa laajentamaan työnhakuaan myös muilla tavoin: muut nettisivut ja sosiaalisen median ryhmät, joista hän voi löytää työmahdollisuuksia; ystävien, perheen ja muiden kontaktien hyödyntäminen työnpaikan etsimisessä; ja aktiivisesti työmahdollisuuksien kyseleminen paikallisista kaupoista ja muista yrityksistä. Vertainen voi ehdottaa Linalle, että he varaavat yhdessä ajan työvoimaneuvojalle, joka voi auttaa CV:n tekemisessä tai esimerkiksi koulutukseen tai työkokeiluun pääsemisessä.
15. Vertaistukija voi kertoa Davidille, että työnantaja tietää tämän olevan entinen koditon mies. Yhteistapaaminen voisi selkeyttää tilannetta kaikille osapuolille ja tuoda Davidille myös varmuutta siitä, että tukiverkosto on olemassa. Davidia voidaan rohkaista puhumaan näistä ongelmista pomonsa kanssa rohkeasti ja kunnioittavasti, pelkäämättä työpaikkansa puolesta. Vertaistukija voi ehdottaa keskustelun harjoittelemista etukäteen. Jos tilanteeseen ei tule muutosta esihenkilön kanssa keskustelemisen jälkeen, Davidia voi neuvoa olemaan yhteyksissä työsuojeluun.
16. Vertaistukija voi osoittaa ymmärrystään ja myötätuntoaan siitä, että on luonnollista että haastavassa tilanteessa ajatukset pyörivät ongelmien ympärillä. Rentoutusharjoitukset voisivat auttaa häntä rauhoittamaan omaa mieltään. Jos rentoutusharjoitukset eivät ole Estebanille tuttuja, niitä voi harjoitella yhdessä, jotta löytyy sellainen joka Estebanille tuntuu hyödylliseltä ja mukavalta. Lisäksi työhaastatteluun voi valmistautua harjoittelemalla etukäteen, jotta itsevarmuus lisääntyy ja hän harjaantuu kertomaan itsestään ja motivaatiostaan työpaikan suhteen.
17. Vertainen voi mennä tueksi tapaamiseen, jossa sovitaan lapsen tapaamisjärjestelyistä. Paigella on oikeus tavata lastaan ainakin valvotusti.
18. Tämä roolipeli voisi mahdollisesti johtaa epämuodolliseen restoratiiviseen sovitteluun. Siinä molemmat osapuolet (Juan sekä naapuri) voivat kertoa oman näkökulmansa tilanteeseen sekä keskustella siitä, mitä he tarvitsevat toisiltaan helpottaakseen yhteiseloä kaikille osapuolille.
19. Tässä tapauksessa vertaistukija voi tuoda esiin tarpeen puuttua Ethanin mielenterveysongelmiin ja huumeriippuvuuteen. Onko mahdollista, että Ethan voisi jäädä hätämajoitukseen, jos hän tunnistaa omat ongelmansa ja on halukas ottamaan apua vastaan? Hätämajoituksen säännöt on tehtävä Ethanille selväksi,

sekä se, ettei hän voi jäädä sinne jos ei noudata sääntöjä. Jos Ethanin on mahdollista jäädä, turvallisuutta ja yhteiseloä voisi parantaa sovittelun kautta.

20. Tässä tilanteessa on tärkeää ymmärtää Marian kokemusta ja antaa hänelle mahdollisuus selittää, miksi hän tuntee olonsa turvattomaksi. Yhdessä vertaistukijan kanssa käsitellä turvattomuutta ja pohtia, mitä voidaan tehdä tämän ongelman ratkaisemiseksi. Vertaistukija ja Lucas voivat myös konsultoida psykiatria tai psykologia näiden pelkojen taustasyiden selvittämiseksi ja oikeanlaisen avun saamiseksi.
21. Vertaistukija on Johnia lähimpänä oleva henkilö, joka osaa selittää Markille syyn, miksi hän ei halua asuntolaan. Jos nämä syyt eivät ole vielä vertaistukijan tiedossa, hän voi keskustella Johnin kanssa ja pyrkiä selvittämään tilannetta. Yksi mahdollinen vaihtoehto Johnin tukemiseksi, joka silti kunnioittaisi hänen haluttomuuttaan mennä asuntolaan, voisi olla muuttaminen Asunto ensin - yksikköön. Vertainen voisi myös toimia suosittelijana vuokranantajien suuntaan, mikä voisi antaa paremman vaikutelman Johnin luotettavuudesta.
22. Tämän tapaamisen aikana vertaistukijana voit rohkaista sekä Robertia että Mathiasta ilmaisemaan mielipiteensä ja näkemyksensä. Tilanteen korjaaminen voi kestää jonkin aikaa, joten vertaistukija voi ehdottaa säännöllisiä tapaamisia henkilökunnan ja Robertin kanssa. Tapaamisten avulla Robertia voi auttaa ymmärtämään, mitä häneltä odotetaan, ja toisaalta työntekijät ymmärtämään Robertin vaikeuksia ja auttamaan niissä.
23. Pariskunnalla voi olla monia syitä huoliensa taustalla. He saattavat olla huolissaan Andrew'n tulevasta käytöksestä; he saattavat pelätä huumeiden väärinkäyttäjää ja ajatella, että Andrew tai hänen ystävänsä voisivat esimerkiksi murtautua heidän kotiinsa varastamaan rahoja. Vertaistukija voi rohkaista Andrew'ta keskustelemaan heidän kanssaan tilanteestaan ja ponnisteluistaan, joita hän tekee elämänmuutoksen eteen. Heidän pelkonsa ovat toisaalta ymmärrettäviä, mutta toisaalta ei pidä sortua stereotypointiin ajatella, että kaikki ihmiset, joilla on vaikea menneisyys, aikovat tehdä rikoksia ja vahingoittaa ympärillään olevia ihmisiä. Andrew'ta tulisi kannustaa tapaamaan pariskuntaa ja kertomaan heille toipumisprosessistaan ja että häntä tukee organisaatio, joka välittää ja auttaa häntä menestymään, ja että naapureiden ja yhteisön tuki on varmasti keskeinen osa hänen kuntoutumistaan.
24. Voit vertaistukijana kysellä Fionalta hänen tilanteestaan. Kyse on arkaluontoisesta asiasta, joten häneen täytyy ensin muodostaa luottamussuhde. Sopivassa kohdassa voit jakaa omista kokemuksistasi ja kertoa, miten olet itse selviytynyt ja saanut itsellesi ja lapsellesi apua. Kannusta Fionaa ottamaan kaikki mahdollinen apu vastaan mm. neuvolasta. Mikäli Fiona ei ole valmis huolehtimaan itsestään ja lapsestaan ja vaikuttaa laiminlyövänsä omaa ja lapsen

turvallisuutta, voit harkita lastensuojeluilmoituksen tekemistä. Tästä kannattaa kertoa Fionalle suoraan.

VÄITTÄMÄKORTIT – Vastausehdotukset

1. Asunnottomuus on monimutkainen ilmiö, joka vaikuttaa vähintään 700 000 ihmisen elämään Euroopan unionissa. Tähän köyhyyden äärimmäiseen muotoon liittyy suuri stigma, joka liittyy usein muitakin haasteita, kuten mielenterveysongelmia tai riippuvuuksia. Onko asunnottomuus vain yksilön omaa syytä? Onko se päättäjien syytä? Monet uskovat, että asunnottomuus on itseaiheutettua, jolloin vastuu tilanteesta jaa yksilön harteille. Kuitenkin keskeiset EU:n tai YK:n tekstit sekä suurin osa jäsenvaltioiden perustuslakisopimuksista suojelevat oikeutta asumiseen. Asunnottomuuden taustalla on hyvin monenlaisia syitä, eikä sitä pitäisi pitää vain yksilön epäonnistumisena.
2. Monenlaiset ihmiset voivat olla hyviä vertaistukijoita. Tärkeintä on oma elämäkokemus, toipuminen omasta tilanteesta sekä halu jakaa omaa kokemusta toivon lähteeksi muille. Vertaistukijat ovat tärkeässä roolissa, kun he luovat siltoja kodittomien ja muun väestön välille. Vertaistukija luo tärkeän suhteen vertaiseen, toimii roolimallina ja herättää toivoa ja motivaatiota muutokseen.
3. Vertaissuhde on välittömämpi ja vähemmän virallinen kuin avustustyöntekijän ja asiakkaan välinen suhde. Suhteen osapuolten tulee yhdessä päättää, mikä on molemmille sopiva tuttavallisuuden aste. Suhteesta voi muodostua hyvinkin läheinen ystävyys, jos se molemmille sopii, tai se voi pysyä etäisempänä ja selkeästi määritellyissä rooleissa, sen mukaan mikä on tarpeen. Vertaissuhde voi myös ajan kanssa muuttua ja kehittyä.
4. Kyllä. Vertaistukijan rooli ja yhteistyösuhde kuitenkin vaihtelevat riippuen vertaistukijan asemasta organisaatiossa. Tiimin yhteistyön laatu on ratkaisevinta. Tärkeää on myös tasapainoilu eri roolien välillä: vertaistukija on itse kokemusasiantuntija, moniammatillisen tiimin jäsen ja toisaalta myös suora linkki asiakkaan näkemyksiin. Tiimin työskentelyä helpottaa selkeästi sovitut raamit, käytännöt ja tavoitteet. Siitä pitää myös selkeästi sopia, millaista tietoa tuetuista henkilöistä jaetaan tietoa ja miten, jotta yhteistyö on mahdollisimman sujuvaa ja tuettavan kannalta tehokasta.
5. Kyllä. Kodittoman itsetunto voi romahtaa ja hän saattaa kokea elämän olevan täynnä häpeää, yksinäisyyttä, tyhjyyttä, avuttomuutta ja toivottomuutta.

Kodittomuus aiheuttaa myös suurta stressiä ja uupumusta – ja on myös vaarallista. Kokemus ulkopuolisuudesta, tyhjän päälle jäämisestä ja hylätyksi tulemisestä jättävät jäljen.

6. Mielenterveysongelmista kärsivien osuus kodittomista on huomattava. Heitä on myös autettava; ja vertaistuki on myös tehokas tällaisissa tapauksissa. Vertaistuki tarkoittaa henkilökohtaista suhdetta; se tarkoittaa myös vuorovaikutusta ja toimintaa sekä apua, jota ihmiset voivat antaa toisilleen. Se sopii kaikille, myös mielenterveysongelmista kärsiville.
7. Asunnottomuus on köyhyyden äärimmäinen muoto. Köyhyys puolestaan on myös monimutkainen ilmiö, joka johtuu mm. tulojaon epätasa-arvoisuudesta. Taustalla on myös poliittisia päätöksiä, jotka ovat johtaneet:
 - Kohtuuhintaisten asuntojen puutteeseen
 - Mataliin palkkoihin
 - Epäsäännöllisiin pätkätoihin
 - Leikkauksiin hyvinvointipalveluissa, koulutuksessa yms.
 - Riittävän turvaverkon puutteeseen köyhyydestä, asunnottomuudesta ja syrjäytymisestä kärsiville ihmisille

Ihmiset voivat myös käsitellä samaa ongelmaa eri tavoin, joten sama ongelma voi johtaa eri ihmisillä hyvin erilaisiin lopputuloksiin.

8. Lukutaidottomuus on merkittävä haitta ja rajoittaa toki työmahdollisuuksia, mutta tästä haasteesta ja muista ongelmista on kuitenkin mahdollista selvitä. Kuten Chloen tapauskkenaario osoitti, avainasemassa on kannustava ja johdonmukainen ympäristö. Eteenpäin pääseminen vaatii paljon töitä, mutta jos henkilö on motivoitunut tekemään kaikkensa parantaakseen omaa elämäänsä, muutos on mahdollista.
9. Syrjinnän kokemuksia ei oikein voi verrata keskenään: syrjiminen on väärin ja tuntuu uhrista aina pahalta, oli syrjimisen syy mikä tahansa. Kodittomilla on myös juridisia oikeuksia, joita ei voi ohittaa. Syrjintä ja kodittomuuden stigma sekä näiden aiheuttama häpeä ovat isoja henkisiä haasteita asunnottoman henkilökohtaisella toipumisen taipaleella.
10. Osittain totta. Verkostoituminen lähtee tarpeesta löytää vastauksia erilaisissa tilanteissa nouseviin kysymyksiin. Asunnottomat kärsivät usein sosiaalisten verkostojen puutteesta ja yksinäisyydestä. Verkoston kautta vertaistukijat voivat hyödyntää omaa toipumiskokemustaan ja valaisemaan muille polkua eteenpäin, sekä tarjoamaan apua kun vastaan tulee ongelmia.
11. Ihmiset pakenevat äärimmäistä köyhyyttä, sotaa tai eriarvoisuutta, etsien parempaa elämää ulkomailta. Virallisten muuttoreittien puute pakottaa heidät valitsemaan epävirallisia reittejä, jotka ovat tuskallisia, kalliita ja erittäin

vaarallisia. Kuten Anwarin tapauskenaario osoitti, valehtelevien voi olla toisinaan olla välttämätöntä hengissä selviytymiseksi.

12. Verkosto on ryhmä yksilöitä, organisaatioita tai toimijoita, joilla on yhteinen tahto ja tarkoitus ja jotka toimivat sekä muodollisesti että epävirallisesti. Myös perhe tai ystävät voivat toimia verkostona. Epämuodollinen, kannustava ympäristö voi myös olla voimauttava ja tehokas. Viralliset verkostot tunnustetaan yleensä laillisesti, kun taas epäviralliset eivät, mutta molempien on noudatettava omia sääntöjään toiminnan turvaamiseksi.
13. Sosiaalietuuksien nostamisessa ei ole mitään hävettävää. Monet ihmiset tarvitsevat taloudellista tukea jossain vaiheessa elämäänsä, selviytyäkseen jostain tilanteesta. Sitä varten edut ovat olemassa.
14. Vuokranmaksun priorisoiminen on paras tapa ehkäistä asunnottomuutta ja velkaantumista. Uuden kodin löytäminen on myös helpompaa, jos velat eivät liity vuokranmaksuun.
15. Jokaisella on tasa-arvoinen oikeus omaan kotiin. Asuminen on ihmisoikeus, koska se on perustavanlaatuinen tarve ja muodostaa pohjan monille muille elämän osa-alueille, mm. terveydelle, hyvinvoinnille, koulutukselle ja taloudelliselle pärjäämiselle. Tästä syystä kohtuuhintaisten asuntojen tarjoaminen kaikille on välttämättömyys monien muiden ihmisoikeuksien saavuttamiseksi.
16. Oikeus tulla tunnustetuksi lailliseksi henkilöksi kirjattu moniin ihmisoikeussopimuksiin. Asunnon tarvitsee henkilöllisyystodistuksen monien päivittäisten asioiden hoitamiseen samalla tavalla kuin kaikki muutkin.
17. Velat voivat johtua elämänhallinnan puutteesta. Suurin syy velkaantumiseen on se, että menot ovat jatkuvasti suurempia kuin tulot. Ratkaisu näyttää yksinkertaiselta: älä osta, jos ei ole rahaa. Elämä on kuitenkin paljon monimutkaisempaa. Yleisimpiä syitä ihmisten velkaantumiseen ovat työttömyys, sairaus tai muut äkilliset elämäntapahtumat, peliriippuvuus sekä pika-vipit yms. jotka mahdollistavat nopean velkaantumisen ja huimat korot.
18. On tärkeää osata ottaa vastuu omien asioiden hoitamisesta, eikä toisaalta aina ole mahdollista hoitaa asioita toisen puolesta. Asunnottomuuteen liittyy kuitenkin ongelmia, jotka voivat vaikeuttaa tilanteen ratkaisemista omin neuvoin. Lisäksi sosiaaliturvajärjestelmä on usein monimutkainen ja jokaisella on oikeus saada apua ja ohjausta.
19. Työpaikan säilyttäminen ei ole aina helppoa. Se riippuu tiimistä, jonka kanssa työskentelee, työoloista, henkilökohtaisesta elämäntilanteesta, yrityksen tai

organisaation tilanteesta, jne. Yleisiä työntekijöiden kohtaamia työpaikkaongelmia ovat: ihmissuhteet, kommunikaatio-ongelmat, kiusaaminen, syrjintä, alhainen motivaatio ja työtyytyväisyys, suorituskykyongelmat. Vaikka haluaisi jatkaa töitä, kaikki ei ole aina itsestä ja omasta tahdosta kiinni.

20. Koulutustaustaerot voivat todella aiheuttaa suuriakin eroja ihmisten sosio-ekonomisessa asemassa ja työllisyydessä. Kuitenkin koulutustausta ei ole lopullinen ”tuomio”, vaan omia tavoitteita on mahdollista saavuttaa. Työvoimatoimiston kautta voi saada apua työnhakuun sekä oman osaamisen kehittämiseen. Työvoima- ja koulutuspolitiikalla on myös suurta yhteiskunnallista merkitystä lasten perhetaustojen tasaamiseksi ja koulutuksen mahdollistamiseksi kaikille.
21. Jotkut elämäntilanteet voivat olla hyvin vaikeita. Kuitenkin kärsivällisyyden ja sinnikkyuden avulla on mahdollista voittaa useimmat esteet. Tässä tilanteessa on olennaista keskittyä työnhakuun, koska se voi auttaa tasapainottamaan muita elämän osa-alueita.
22. Työttömyys voi johtaa asunnottomuuteen. Siihen vaikuttaa myös monet muut tekijät, kuten kohtuuhintaisen asunnon puute, köyhyys, mielenterveys- ja riippuvuushoitopalvelujen puute, eriarvoisuus, perheväkivalta, perheriidat ja monet muut tekijät. Asunnottomuus on monimutkainen ilmiö.
23. Totta, nämä tekijät vaikuttavat toisiinsa vahvasti. Kuitenkaan toisen puute ei tee toisesta mahdotonta, tai yhden saaminen ei tee toisesta itsestäänselvää.
24. Ihmiset yhdistävät usein kodittomuuden kurjuuteen tai epätoivoon. Tästä syystä työnantajat päättävät valita muita hakijoita. Monet työnantajat ovat kuitenkin valmiita palkkaamaan ihmisiä, jotka osoittavat positiivista asennetta ja motivaatiota henkilökohtaisista ongelmista huolimatta.
25. Vertaistukijan tehtävänä ei ole ohjata tai määrätä toipumista eikä pakottaa vertaista ottamaan tiettyjä askelia. Tuettava itse päättää itse siitä, mitä hän haluaa ja mikä hänelle sopii. Vertaistukijan tehtävä on olla rinnallakulkija tällä polulla. Usein tuettavat kuitenkin jossain vaiheessa haluavat korjata katkenneita ihmissuhteitaan, ja tässä vertaistuella voi olla merkittävä rooli.
26. On tärkeää, että vertaistukijan oma toipumisprosessi on edennyt riittävän pitkälle, kestänyt riittävän kauan tai että hän on jopa jo kokonaan toipunut omasta tilanteestaan. Vertaistukijat joutuvat usein haastaviin tilanteisiin, ja heidän on oltava vakaassa tilanteessa selviytyäkseen näistä haasteista ja tukeakseen samalla muita. Täydellinen toipuminen ei kuitenkaan ole ehdottoman välttämätöntä, varsinkin kun toipuminen voi olla hyvin pitkä prosessi. Vertaistukijat voivat samalla auttaa muita ja edistyä omassa toipumisessaan.

27. Vaikka sovinto on tärkeä osa restoratiivista oikeutta ja on usein intervention tavoitteena, sitä ei aina saavuteta. Joissain tapauksissa sekin on jo merkittävä ja riittävä lopputulema, osapuolet ovat kysyneet ilmaisemaan tunteitaan tai saaneet osan huolistaan käsiteltyä.
28. Vaikka joillakin kodittomilla ihmisillä on myrskyisät suhteet perheisiinsä, näin ei aina ole. Lisäksi katkenneiden perhesuhteiden korjaaminen on yleensä hyvin monimutkaista ja sisältää syvään juurtuneiden ongelmien kohtaamista. Aina ei ole mahdollista valita, ottaako vastaan tukea perheeltään vai ei. Joissakin tapauksissa perheenjäsenet eivät halua tarjota apua.
29. Väkivaltaiset ihmissuhteet kodittomien keskuudessa ovat valitettavan yleisiä. Naiset usein tuntevat olonsa turvallisemmaksi kadulla miehen seurassa ja suojeluksessa. Jos nämä suhteet kuitenkin heikkenevät väkivaltaisiksi, naisille tulee tarjota apua ja tietoa palveluista.
30. Rikkoutuneet tai negatiiviset ihmissuhteet voivat johtaa traumaan tai syrjäytymiseen, mikä voi joissain tapauksissa johtaa kodittomuuteen. Asunnottomuus on kuitenkin hyvin monimutkainen ilmiö, johon vaikuttavat monet tekijät.
31. Monet kodittomien ratkaisuihin ja tuista keskittyvät hätäpalveluihin, kuten turvakotiin, asuntoloihin, päiväkeskuksiin ja ruoka-apuun. Hätäpalvelut eivät kuitenkaan yksin riitä siihen, että köyhyyden ja kodittomuuden kierteen pystyy katkaisemaan. Tarvitaan laajempia yhteiskunnallisia muutoksia, jotka pureutuvat kodittomuuden eri juurisyihin.
32. Vaikka vertaistukijoiden työvälteenä ovat omat elämäkokemukset, heidän ei tarvitse paljastaa kaikkea elämästään ammattilaisille, joiden kanssa he työskentelevät – vain sen verran kuin on tarpeen ja mitä he itse haluavat kertoa.
33. Kokemusasiantuntijuus ja vertaistukijan rooli edellyttää koulutusta, josta saa riittävät perustyökalut ja jossa pääsee kehittämään yhteistyösuhteessa tarvittavia tärkeitä taitoja. Kukaan ei ole kylmiltään valmis vertaistukija!
34. Vertaissuhteessa on tärkeää säilyttää voimaannuttava asenne. Vertaistukijan ei tule ratkaista toisen ongelmia hänen puolestaan, vaan vertaistukijan rooli on auttaa tuettavaa löytämään omat ratkaisunsa ja sen, mikä hänelle itselleen on tärkeää; vahvistaa ja voimaannuttaa häntä; sekä auttaa häntä kehittämään taitojaan ja vahvuuksiaan tavoitteiden saavuttamiseksi.
35. Valta liittyy siihen, kuinka paljon pystyy vaikuttamaan omaan ja muiden tekemiseen. Vertaistukijan valta-asema voi olla erittäin hyödyllinen, se

valjastetaan toisen tukemiseksi ja auttamiseksi. Vertaistukijoiden tulee käyttää valtaansa siihen, että toinen voi tehdä omat valintansa ja ottaa vastuuta niistä itse. Tarkastele eroa draamakolmion ja voimaantumiskolmion välillä.

36. Tavoitteena on luoda vastavuoroinen ja myönteinen suhde vertaisen kanssa. Tämän saavuttamiseksi on hyödyllisempää lähestyä mielummin empatian kuin sympatian tai säälin kautta. Rajat mahdollistavat terveen vertaissuhteen, jossa vertaistukijan tehtävä ei ole tarjota kaikkia ratkaisuja heti. Rajojen avulla suhteessa säilyy terve erillisuus ja molemmat osapuolet voivat hakea itselleen oikeaa etäisyyttä toiseen. Rajojen avulla voi synnyttää keskinäistä ymmärrystä ja kunnioitusta. Ilman rajoja on vaara siitä, että muodostuu epäterve auttaja-avuton -tyyppinen suhde.