

Palautekysely vertaisryhmän toiminnasta

Vertaistuki on kokemusten vaihtoa, jossa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat ihmiset tukevat toinen toistaan. Vertaisryhmässä ihmiset jakavat kokemuksiaan ja tietoa toisia kunnioittavassa, luottamuksellisessa ilmapiirissä.

1. Olen osallistunut _____ vertaisryhmään

2. Olen saanut tiedon vertaisryhmästä

Valitse sopivat vaihtoehdot

- ☐ Hengitysyhdistyksen jäsenlehestä/-kirjeestä
- ☐ Hengitysyhdistyksen verkkosivuilta
- ☐ Hengitysyhdistyksen lähettämästä tekstiviestistä
- ☐ Hengitysyhdistyksen lähettämästä sähköpostista
- ☐ Hengitysyhdistyksen Facebook-sivuilta
- ☐ Vertaiselta, samaa sairautta sairastavalta
- ☐ Paikallislehden minne mennä-/järjestöpalstalta
- ☐ Lehti-ilmoituksesta
- ☐ Sairaalasta, terveyskeskuksesta
- ☐ Muualta, mistä _____

3. Olen saanut vertaisryhmästä

	Paljon	Jonkin verran	Vähän	En lainkaan
Tukea vertaiselta	☐	☐	☐	☐
Kokemustietoa vertaiselta	☐	☐	☐	☐
Vinkkejä omahoitoon	☐	☐	☐	☐
Voimia jaksaa arjessa	☐	☐	☐	☐
Rohkeutta tehdä hyvinvointiani edistäviä valintoja	☐	☐	☐	☐
Tukea kohdata vaikeita tai kipeitä asioita	☐	☐	☐	☐
Muuta, mitä _____	☐	☐	☐	☐
Muuta, mitä _____	☐	☐	☐	☐

4. Seuraavaksi esitetään väitteitä vertaisryhmän vaikutuksista. Mielestäni

	Täysin samaa mieltä	Osin samaa mieltä	Ei samaa, eikä eri mieltä	Osin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Olen tullut ymmärretyksi	☐	☐	☐	☐	☐
Olen hyötynyt muiden kokemuksista	☐	☐	☐	☐	☐
Olen saanut jakaa kokemuksiani	☐	☐	☐	☐	☐
Näkökulmani elämäntilanteeseeni on laajentunut	☐	☐	☐	☐	☐
Olen saanut lisää voimia selviytymiseeni sairauteni kanssa	☐	☐	☐	☐	☐
Uskoni tulevaisuuteen on vahvistunut	☐	☐	☐	☐	☐
Olen kokenut voivani tukea ja auttaa muita	☐	☐	☐	☐	☐
Olen virkistynyt	☐	☐	☐	☐	☐

5. Tässä väitteitä vertaisryhmäsi ohjaajan toiminnasta. Vertaisryhmäni ohjaaja on

	Täysin samaa mieltä	Osin samaa mieltä	Ei samaa, eikä eri mieltä	Osin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Ohjannut keskustelua ryhmän tarpeista	☐	☐	☐	☐	☐
Kannustanut kaikkia vertaiskeskusteluun	☐	☐	☐	☐	☐
Huomioinut kaikkien osallistujien toiveita	☐	☐	☐	☐	☐
Osallistunut kokemusten jakamiseen	☐	☐	☐	☐	☐
Ottanut hyvin palautetta vastaan	☐	☐	☐	☐	☐

6. Kerro vielä toiveesi ja terveisesi vertaisryhmällesi ja sen ohjaajalle!