

# Vertaistukiryhmien loppuminen Alajärvellä kosketti kymmeniä järviseutulaisia

Tapani Tyynelä

**ALAJÄRVEN** Kurejoella sijaitsevan yrityksen tiloissa kokoontui vuosien ajan neljä eri vertaistukiryhmää. Kun ryhmät kaksi vuotta sitten loppuivat omistajan vaihduttua, niin kymmenet järviseutulaiset jäivät ilman vertaistukea.

–Moni kertoi minulle tapaamispäivän olleen aina kuukauden paras päivä ja oli hyvin surullinen niiden loputtua, sanoo yrityksen omistanut **Anne Mariapori**.

Hän on koulutukseltaan toimintaterapeutti ja perhepsykoterapeutti. Nykyisessä työssään Seinäjoella hän näkee usein vertaistuen arvon.

–Tänäänkin kaksi nuorta äitiä rohkaistui ryhmässä puhumaan häpeämistään pelottavista ajatuksista, joita eivät aiemmin olleet uskaltaneet sanoa ääneen.

**AKTIIVINEN KUUNTELU** on tärkeä osa vertaistukea ja keskeinen tapa ryhmässä on vuorotellen kertoa omista kokemuksista. Ryhmässä voi Mariaporin mukaan saada ideoita ja vinkkejä oman elämänsä hallintaan. Kaikki osallistujat ovat tasavertaisia keskenään ja toimivat sekä tukijoina että tuettavina.

–Vakavan sairastumisen jälkeen tai muussa vaikeassa elämäntilanteessa voi tuntua hankalalta ”elää täysillä”. Kun kuulee, mitä vaikeuksia muilla on ja ettei ole ainoana samassa tilanteessa, niin se on voimaannuttavaa, Mariapori sanoo.

Jotkut terveysalan yritykset järjestävät vertaistukea ilmaiseksi omille asiakkailleen siksi, että tietävät heidän hyötyvän siitä. Kaikki yritykset eivät näin kuitenkaan tee. Mariapori antaa tukkapölyä näiden kovaa bisnestä tekevien yritysten päättäjille.

–Liikevoiton maksimointiin tähtäävä yritys ei järjestä ilmaista vertaistukea, koska se ei tuota tuloja ja ryhmän ohjajan palkka jää yrityksen maksettavaksi.

**TOINEN** tärkeä vertaistuen järjestäjä

Suomessa ovat suuret potilasjärjestöt, joiden aktiivinen toiminta rajoittuu usein suurempiin kaupunkeihin. Mariapori ei silittle päitä niiden viestintää kommentoidessaan.

–Isoilla järjestöillä olisi paljon parantamiseen varaa vertaistuesta tiedottamisessa.

Järviseutulaiden kuntoutujien kannalta on ongelmallista, jos ryhmätoimintaa tarjotaan vain maakuntakeskuksissa. Vajaasti toimintakykyiselle ihmiselle on Järviseudulta liian pitkä ajomatka esimerkiksi Aivoliiton ryhmätapaamisiin Vaasaan tai Seinäjoelle.

Mariaporin mielestä kolmatta sektoria silti yhä väheksytään turhaan toimijana. Se tekee tärkeää työtä ja vapaaehtoistoimintaan perustuvan tahon ryhmät eivät tule kalliiksi yhteiskunnalle. Tosin pitää muistaa, että vaikka vertaistuellalla voi olla terapeutin vaikutus osallistujiin, niin se ei kuitenkaan voi täysin korvata ammattilaisten työtä.

**LAPPAJÄRVELÄISEN** järjestön Kiharusi ry:n tekemässä muresarjakuvassa miniä vie aivoinfarktin neuropsykologisista jälkioireista kärsivän anoppinsa vertaistukiryhmään Kurejoelle. Mariapori pitää neuropsykologisia häiriöitä sairastuneelle hämmäntävinä. Ne ilmenevät sellaisissa perustoiminnoissa, jotka sairastunut on aiemmin kyennyt suorittamaan rutiininomaisesti, kuten sarjakuvan mummolla vellinkeitto.

–Aivovammasta tai aivoverenkiertohäiriöstä kuntoutuvilla on samankaltaisia neurologisia tai neuropsykologisia oireita, kuten aivojen nopeaa väsymystä, keskittymiskyvyn laskua ja toimintakyvyn putoamista.

Kaikki jälkioireet kuten aivoväsymys eli fatiikki eivät näy ulospäin. Ulkopuolisten ei tulisi siksi kehottamaan ”taistelemaan” sairautta vastaan.

–Voimavarojen loputtua jotkut sitten antavat ”Kohtalolleen” periksi ja luovuttavat, Mariapori toteaa. Myöhem-



Lappajärveläisen järjestön Kiharusi ry:n tekemässä muresarjakuvassa miniä vie aivoinfarktin neuropsykologisista jälkioireista kärsivän anoppinsa vertaistukiryhmään Kurejoelle.

min passiivisuus tulee yhteiskunnalle kalliiksi, mutta luovuttamisesta tuskin voi sairastunutta yksin syyttää.

**KIHARUSI RY:N** vertaistuesta Järviseudun murteella tekemä video löytyy YouTubeista haulla ”Kiharusi info”.