

## **Vertaistuen rakentuminen kuntoutuksessa – kartoittava kirjallisuuskatsaus**

### **1 Tausta**

Vertaistuella viitataan tukeen, joka perustuu toisen kuntoutujan tilanteen ymmärtämiseen oman vastaavan kokemuksen ja taustan pohjalta. Vertaistuesta voi olla kuntoutuksessa monenlaisia hyötyjä, mutta vertaisten kohtaaminen ei kuitenkaan itsessään vielä takaa kokemusta tuen saamisesta. Niin ikään tutkimuksissa on kuvattu vertaistukitoiminnan mahdollisia kielteisiä vaikutuksia. Jotta vertaistukea voidaan käyttää kuntoutuksen keinona tarkoituksenmukaisesti, on ymmärrettävä perusteellisesti, miten vertaistuki kuntoutuksessa rakentuu.

### **2 Tavoitteet**

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli koota tietoa siitä, millaisin keinoin vertaistukea voidaan rakentaa kuntoutuksessa. Tarkastelimme seuraavia tutkimuskysymyksiä: Millaisia aihepiirejä aiemmat, systemaattiset katsaukset ovat kuvanneet liittyen vertaistukeen kuntoutuksessa? Kuinka vertaistuki rakentuu kasvokkaisessa ja etämuotoisessa kuntoutuksessa? Kuinka vertaistuen rakentumista on mahdollista edistää kuntoutuksessa?

### **3 Toteutus**

Tutkimus toteutettiin kaksiosaisena kartoittavana katsauksena. Ensimmäisessä osakatsauksessa teimme kartoittavan katsauksen systemaattisista katsauksista. Toisessa osakatsauksessa teimme kartoittavan katsauksen alkuperäistutkimuksista, jotka syventyivät vertaistuen rakentumisen vuorovaikutuskäytäntöihin.

### **4 Tulokset**

Ensimmäisessä osakatsauksessa tunnistimme 101 systemaattista katsausta, jotka käsitelivät vertaistukea kuntoutuksessa. Näistä 77 katsauksen tarkoituksena oli tutkia vertaistuki-interventioiden vaikuttavuutta ja 17 interventioissa koettuja hyötyjä ja haittoja. Tarkemmin syvennyimme vertaistuen rakentumisen tekijöitä käsitteleviin katsauksiin, joita aineistossamme oli 31 kappaletta. Katsausten tulosten jäsentämisen pohjalta tunnistimme, että vertaistuen rakentumisen tekijät voivat olla rakenteellisia (vertaistukitoiminnan järjestämisen tavat ja ajoitus sekä asema ja organisointi) tai yksilöllisiä ja sosiaalisia (yksilöiden ominaisuudet ja mahdollisuudet, kokemusten jaettuus, sosiaalisen toiminnan ja suhteen luonne ja keskustelujen toiminnot). Toisessa osakatsauksessa kartoitimme tarkemmin vertaistuen rakentumisen vuorovaikutuskäytäntöjä. Tunnistimme 47 alkuperäistutkimusta, joissa käytettiin laadullista ja aineistolähtöistä tutkimusotetta sekä aineistona aitojen vuorovaikutustilanteiden tallenteita. Tutkimusten tulokset kuvasivat vuorovaikutuskäytäntöjä liittyen vertaistuelle relevanttien identiteettien rakentamiseen, vertaistukea tarjoavan instituution normien rakentamiseen sekä kokemusten jakamiseen ja tuen tarjoamiseen.

## 5 Johtopäätökset

- Vertaistukitoimintaa suunniteltaessa ja järjestettäessä on syytä kiinnittää huomiota vertaistuen rakentumiselle perustaa luoviin rakenteisiin: järjestämisen tapaan ja ajoitukseen sekä toiminnan asemaan ja organisointiin. Samaan aikaan on hyvä muistaa, että nämä todellakin luovat vertaistuen rakentumiselle vasta perustan.
- Vertaistuki ei synny automaattisesti saattamalla samankaltaisia asioita kokeneita ihmisiä yhteen, vaan se vaatii aina aktiivista toimintaa. Käytännössä vertaistukitoimintaan osallistuvien kuntoutujien taustojen ja tilanteiden samankaltaisuuden täydellinen varmistaminen voi olla joskus haastavaa, ellei mahdotonta. Vertaisuuden lähestyminen viime kädessä vuorovaikutuksessa rakentuvana jaettuna identiteettinä siirtää huomiota vertaistukitoimintaan osallistuvien kuntoutujien samanlaisten taustojen varmistamisesta siihen, että toiminnassa mahdollistetaan kokemusten kertomista ja kommentointia ja sitä kautta jaetun identiteetin rakentumista sekä tuen tarjoamista ja saamista. Lisäksi on hyvä huomioida, että kuntoutuksen ja avun tarpeeseen kiinnittyvä identiteetti voi olla arkaluontoinen asia ja kaipaa rinnalleen myös toimijuutta korostavia identiteettejä.
- Koska vertaistukitoiminnan normit rakentuvat kaikkien osallistujien toiminnassa, on toiminnan järjestäjän hyvä olla selkeä ja läpinäkyvä toivotuista normeista, mikäli toimintaan tällaisia liittyy.
- Vertaistukitoiminnassa olennainen tasapainottelu (esimerkiksi symmetrisyyden ja epäsymmetrisyyden tai samanlaisuuden ja yksilöllisyyden välillä) voi toteutua hienovaraisissa vuorovaikutuskäytännöissä. Tasapainottelun onnistuminen vaatii tilaa ja läsnäoloa. Näin ollen esimerkiksi vertaistukitoiminnan ohjaajan tehtävänä on rakentaa ennakoitava mahdollisuus kertoa kokemuksista ja kommentoida niitä ilman tarpeettomia rajoitteita.
- Koska vertaistuen rakentumisen keskeiset ilmiöt ovat pohjimmiltaan hyvin samanlaisia eri toteutusmuodoissa (kasvokkaisissa tai eri tavoin teknologiavälitteisissä) ei ole lähtökohtaisesti syytä olettaa, etteikö vertaistukitoiminta voisi olla toimivaa eri tavoin toteutettuna. Eri toteutusmuodoissa saattaa kuitenkin olla erilaisia tekijöitä, jotka vaikuttavat vuorovaikutuksessa esimerkiksi kuuntelemiseen ja puheenvuoron ottamiseen ja sitä kautta keskustelujen kulkuun. Laaja-alainen ymmärrys vuorovaikutuksesta sosiaalisena toimintana auttaa ennakoimaan ja hallitsemaan kussakin toteutusmuodossa olennaisia mahdollisia haasteita.
- Vertaistuen rakentumisen mahdollistaminen on esimerkiksi ryhmätoimintaa ohjaavalle ammattilaiselle tai toiminnassa eri rooleissa olevalle vertaistukihenkilölle vaativa tehtävä. Laadukkaassa kuntoutuksessa vertaistukitoimintaa ohjaavilta ammattilaisilta ja vertaistukihenkilöiltä tulee edellyttää riittäviä vuorovaikutus- ja ohjaustaitoja. Vertaistukihenkilöiden osalta näiden taitojen kertymiseen on toiminnan järjestäjän hyvä tarjota koulutusta ja ohjausta.

**Tutkimusryhmä:** Sanni Tiitinen, Paavo Nyländen, Saara Kankaanperä, Eeva Aartolahti