



Vertaistukiryhmän säännöt

1. Tämä Surunauha ry:n vertaistukiryhmä on tarkoitettu itsemurhan tehneiden läheisille.
2. Meillä on vaitiololupaus. Voimme luottaa siihen, että mitä ryhmässä puhumme ja kuulemme, jää näiden seinien sisälle.
3. Kannamme yhdessä vastuun ryhmän toiminnasta. Surunauhan kouluttamat ohjaajat vastaavat ryhmän kokousten käytännönjärjestelyistä ja ohjaavat keskustelua.
4. Kaikki ryhmäläiset ovat yhtä arvokkaita, eikä ryhmässä kilpailla siitä, kenen suru on suurin.
5. Jaamme ryhmässä omia ajatuksiamme, kokemuksiamme ja tunteitamme. Emme anna neuvoja toisille pyytämättä. Vältämme tuomitsemista.
6. Meillä on oikeus puhua ja oikeus vaieta.
7. Kaikilla on mahdollisuus puhua yhtä kauan ja keskitymme kuuntelemaan sitä, jolla on puheenvuoro.
8. Emme keskustele niistä ryhmän jäsenistä, jotka eivät ole paikalla.
9. Tulemme kokoontumiseen ajoissa ja lopetamme sovitusti.
10. Suljetussa ryhmässä: Ilmoitamme ohjaajalle, jos joudumme jäämään pois ryhmän kokoontumisesta.