



SYLI-CHATIN HUONEENTAU LU

Chatin tarkoitus on tukea toipumista ja edistää hyvinvointia:

- Omasta voinnista on lupa puhua, mutta chatissä ei keskustella laihduttamisesta tai kuvailla oireilua yksityiskohtaisesti.
- Ryhmässä ei kiinnitetä huomiota ulkoiisiin seikkoihin, eikä toisten tilanteita päivitellä tai kauhistella.
- Keskusteluun ei tuoda tarkkoja lukuja liittyen syömiseen tai muuhun oireiluun. Ruokaa/ruokavalintoja ei ole tarpeen kommentoida tai arvottaa.
 - Lääkkeiden kaupanimiä tai hoitavia henkilöitä ei mainita nimeltä.
 - Ryhmä on päihteetön.

Ryhmä toimii luottamuksella:

Ulkopuolisille saa kertoa omista oivalluksistaan, ei toisten asioita.

Eri mieltä saa olla, mutta kunnioitetaan jokaisen asiantuntemusta omasta tilanteestaan:

- Jokaisen mielipiteet ja ajatukset ovat yhtä arvokkaita.
- Toisten neuvominen, kritisoiminen tai asioiden analysointi ei ole tarpeen.
 - Apua saa aina pyytää!

Chat on tarkoituksella anonyymi, jotta kynnyks osallistua säilyy matalana.

Ethän jaa omia tai pyydä toisen yhteystietoja SYLI-chatissä.

Tämän huoneentaulun tarkoitus on pitää chatin ilmapiiri turvallisena.

Kukin osallistuja, ja lopulta chatin ohjaajat ovat vastuussa siitä, että ohjeistusta noudatetaan. Jos keskustelunaihe tai ilmapiiri tuntuu turvattomalta, se on lupa sanoa!