

**KUULUTKO YHTEISÖÖN**, jonka tekemisistä, tarinoista ja ihmisistä olisi kerrottavaa muillekin? Tällä sivulla voisi olla sinun tekemäsi juttu porukastasi. Ota yhteyttä: [yhteisot@kaleva.fi](mailto:yhteisot@kaleva.fi) tai **Erkki Hujanen** puh. 044 7941300 tai [erkki.hujanen@kaleva.fi](mailto:erkki.hujanen@kaleva.fi)

RISTO IKONEN



Hyvän mielen talosta omaistyöntekijä Piia Saraspää,

JAANA HEIKKINEN



Mielenviereys ry:n kokemusasiantuntija Anja Jakkula ja vapaaehtoistoiminnan ohjaaja Hanna Kosonen esittelevät yhdistyksen toimintaa järjestyshuoneissa Oysin osastolla 82.

Monta työntekijältä **Terhi Niemelä**ltä. Kahvilassa on kuultu muun muassa eri yhdistysten toiminnasta sekä kokemustoimijoiden koskettavia kokemustarinoita.

Kokemustoimijat osallistuvat aamuryhmään osastolla 82 keran kuukaudessa. Mielenviereyden ja Hyvän mielen talon kokemustoimijat osallistuvat ryhmään

## Vaikuttavaa kokemustoimintaa

**Pohjois-Pohjanmaan** sosiaali- ja terveysturvayhdistyksen hallinnoima ja Veikkauksen tuotoilla rahoitettu STEA:n hanke vuosille 2018-2020.

**Hankkeessa** luodaan maakunnallinen toimintamalli kokemustoimijoiden osaamisen hyödyntämiseksi koulutuksessa, palveluiden kehittämisessä ja järjestöjen vaikuttamistyössä, joka kuvataan Innokylään ([www.innokyla.fi](http://www.innokyla.fi)).

**Hankkeessa** on mukana sekä valtakunnallisia että alueellisia järjestöjä ja yhdistyksiä, Oulun kaupunki, Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, Pohjois-Pohjanmaan liitto, alueellisia oppilaitoksia ja valtakunnallinen kokemustoimintaverkosto.

vuorokuukausin.

Yhteistyötä on tehty myös erilaisissa työryhmissä, kuten potilasturvallisuustyöryhmässä, osastojen profiloitumistyöryhmässä ja kehittämisiltapäivissä.

**Miten voidaan** vahvistaa potilaan näkökulmaa ja hänen osallisuuttaan sairaalaympäristössä? Yhteistyötä kokemustoimijoiden kanssa on voitu hyödyntää psykiatrisen hoidon kehittämisessä ja arvioinnissa. Heidän taustayhdistyksensä auttavat tuomaan potilaiden äänen voimakkaammin esiin. Erityisesti mielenterveyskuntoutujalle toivon ylläpitäminen on tärkeää.

Potilaalle on helpompaa käydä läpi ja jakaa vaikeita asioita sekä tunteita sellaisen ihmisen kanssa, joka on itse ollut vastaavanlaisessa tilanteessa.

Avoimuus ja rohkeus puhua mielenterveysongelmista vähentävät psyykkisiin sairauksiin liittyviä ennakkoluuloja ja kokemusta tulla leimatuksi.

Kokemustoiminnan avulla on saatu arvokasta tietoa eri vaihtoehtoista ja selviytymiskeinoista. Sen avulla potilaita ja heidän läheisiään on voitu ohjata järjestöjen tarjoaman tuen piiriin.

**Omaisvertaiskeskustelut** ovat olleet apuna psyykkisesti sairastuneen läheiselle erityisesti alun shokkivaiheessa. Omaisvertaistoiminta on tarjonnut omaisille keinoja jaksaa arjessa psyykkisesti sairaan läheisen tukena sekä antanut tietoa omaisen psyykkisestä sairaudesta.

Kokemustoiminta on voimavara, jonka hyödyntämisessä ollaan vasta alussa. Kokemustoimijat ovat hoitohenkilökunnan yhteistyökumppaneita, jotka luontevasti osallistuvat potilaiden arkeen sairaalaympäristössä. **K**

**JAANA HEIKKINEN**  
Apulaisosastonhoitaja, Oulun yliopistollisen sairaalan osasto 82

## Kokemustoimijat auttavat arjessa

**H**aluatko kuulla, miten pitkäaikaissairas, vammaainen tai muuten haastavassa elämäntilanteessa oleva henkilö tai hänen läheisensä pärjää arjessaan? Miten hän on selvinnyt pahimman yli? Nämä asiat selviävät kohtaamalla, keskustelemalla ja kuuntelemalla.



**KUULEPAS**  
**RIITTA PALOVUORI**

**Kokemustietoon** perustuvalla kentällä liikkuu monenlaisella nimikkeellä toimivia henkilöitä, kuten kokemustoimija, kokemuskouluttaja, tarinankertoja, kokemusosaaja, kokemusasiantuntija ja kehittäjäasiakas. Järjestöjen lisäksi he voivat toimia palvelujärjestelmässä hyvin monenlaisissa rooleissa ja tehtävissä esimerkiksi kouluttajina, tiedottajina, palveluiden arvioijana ja auditoijana, kehittäjinä ammattilaisen rinnalla, tukihenkilönä tai neuvojana, ryhmänohjaajana tai vaikkapa vertaisliikuttajana.

Yhteistä heille kaikille on joko omakohtainen kokemus psyykkisestä tai fyysisestä pitkäaikaissairaudesta, vammasta tai jostain muusta vaikeasta elämäntilanteesta. Hän voi olla myös läheinen, jota asia koskettaa. Kokemustoimijalla on tietoa siitä, miten sairaus, vamma tai jokin muu vaikea tilanne vaikuttaa arjessa, mitä kokemuksia hänellä on erilaisten palvelujen käytöstä tai vaikkapa keinoista, jotka ovat auttaneet häntä ja hänen läheisiään selviytymään päivästä toiseen. Omakohtaisen kokemuksen omaavana on helpompi auttaa muita vastaavassa tilanteessa olevia vaikkapa vertaistuen keinoin tai se voi lisätä ammattilaisten ymmärrystä.

**Pohjois-Pohjanmaalla** on tällä hetkellä noin 100 koulutettua kokemustoimijaa 21:sta valtakunnallisesta tai alueellisesta järjestöstä ja yhdistyksestä. Näiden lisäksi on rekisteriin kuulumattomia kokemustoimijoita. Kokemustoimijat toimivat etupäässä tulevien ammattilaisten kouluttajina ja järjestöjen omissa tapahtumissa tai tilaisuuksissa.

Vuonna 2015 valtakunnallisen kokemustoimintaverkoston teettämässä kyselyssä tuli ilmi, että kokemustoimijoiden hyödyntämi-

**"Omakohtaisen kokemuksen omaavana on helpompi auttaa muita vastaavassa tilanteessa olevia vaikkapa vertaistuen keinoin."**

nen palveluiden kehittämisessä ja vaikuttamistyössä on valitettavan vähäistä. Lisäksi huomiota herätti tehtävien epätasainen jakautuminen kokemustoimijoiden kesken sekä vaihtelevat käytännöt palkkioiden ja matkakorvausten maksamisessa.

Miten kokemustoimintaa saadaan sitten tunnetuksi, näkyvyyttä lisättyä, asenteita muutettua ja tullaan vakuuttuneeksi siitä, että kokemustoimijoilla on tärkeä rooli osana yhteiskunnan kehittämistä? Näihin ja muihin haasteisiin pyritään vastaamaan Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysturvayhdistyksen Vaikuttavaa kokemustoimintaa Pohjois-Pohjanmaalla -hankkeella. **K**

*Kirjoittaja on Vaikuttavaa kokemustoimintaa Pohjois-Pohjanmaalla -hankkeen projektipäällikkö.*

## Blogi: Massisen kone

**"Sotilaallista voimaa palvovat meillä niin romanttisilla egotripeillä huitelevat ministerit kuin kansan syvät rivitkin."**

**Toni Massinen**

