



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Jemina Saarela ja Laura Turkkila

KOKEMUSOSAAJIEN HYÖDYNTÄMINEN
TERVEYDENHUOLLON PALVELUISSA POH-
JANMAAN HYVINVOINTIALUEELLA

Opinnäytetyö
Sosiaali- ja terveysala
2023

TIIVISTELMÄ

Tekijät	Jemina Saarela & Laura Turkkila
Opinnäytetyön nimi	Kokemosaaajien hyödyntäminen terveydenhuollon palveluissa Pohjanmaan hyvinvointialueella
Vuosi	2023
Kieli	suomi
Sivumäärä	40 sivua ja 1 liite
Ohjaaja	Johanna Latvala

Opinnäytetyössä tutkittiin kokemosaaajien hyödyntämistä terveydenhuollossa, Pohjanmaan hyvinvointialueella. Pohjanmaan hyvinvointialue on uusi organisaatio, eikä tutkittua tietoa ole siitä, kuinka paljon kokemosaaajia on hyödynnetty.

Lähteiden avulla avataan opinnäytetyössä käytettyjä käsitteitä, joita ovat kokemosaaaja, terveysala, psykofyysis-sosiaalinen kokonaisuus, hyvinvointialueen palvelut ja potilaan kohtaaminen. Tutkimus tehtiin käyttämällä kvalitatiivisia menetelmiä. Tutkimusaineisto kerättiin lähettämällä sähköpostilla kyselylomake Pohjanmaan hyvinvointialueen terveys- ja sairaanhoito palveluiden puolelle, johon heillä oli mahdollisuus vastata nimettömänä. Lomakkeella oli kaksi suljettua ja kolme avointa kysymystä.

Vastausmäärä kyselyistä jäi paljon pienemmäksi kuin aluksi oletettiin. Vastauksista käy kuitenkin ilmi, että kokemosaaajia ei ole hyödynnetty juurikaan tällä alueella. Kaksi vastaajaa kertoi hyödyntäneensä kokemosaaajaa. Kokemosaaajia on hyödynnetty LOVE-asioissa, hoitosuunnittelussa apuna sekä sydänosastolla potilaan tukena. Pienen vastausmäärän takia tutkimuksen luotettavuus kärsi. Keskityttiin pohtimaan paljon sitä, miten jatkossa kokemosaaajien hyödyntämistä voitaisiin lisätä.

Avainsanat	Pohjanmaan hyvinvointialue, kokemosaaaja, osallisuus, vuorovaikutus
------------	---

VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Hoitotyö

ABSTRACT

Authors	Jemina Saarela & Laura Turkkila
Title	Using the Experts by Experience in Healthcare Services in The Wellbeing Services County of Ostrobothnia
Year	2023
Language	Finnish
Pages	40 Pages + 1 Appendix
Name of Supervisor	Johanna Latvala

The purpose of this bachelor's thesis was to study the use of experts by experience in The Wellbeing Services County of Ostrobothnia. The Wellbeing Services County of Ostrobothnia is a new organization and there is no information on how much experts by experience are utilized there. The purpose of the research is to find out how the experts by experience are used in The Wellbeing Services County of Ostrobothnia.

Different sources are used to define the key concepts of the bachelor's thesis, which are expert by experience, health sector, the psychophysical-social entity, the services of The Wellbeing Services County of Ostrobothnia and encounter with the patients. The research has been done with using qualitative methods. The material was collected with a questionnaire with closed and open-ended questions.

The number of responses to the inquiry was much lower than expected. However, it appears that experts by experienced have not been utilized much in this area. Two respondents said that they have used an expert by experience. They have been utilized in LOVE matters, as help in treatment planning and as patient support in the heart department. Due to the small number of responses, the reliability of survey suffered. The focus was on thinking about how much these experts by experience could be used in the future.

Keywords Ostrobothnia wellbeing services county, participation, expert by experience, interaction

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	8
2	TERVEYSALA SUOMESSA	10
3	IHMINEN PSYKOFYYSIS-SOSIAALISENA KOKONAISUUTENA	12
	3.1 Mielenterveys	12
	3.2 Mielenterveyttä edistävät tekijät	13
	3.3 Mielenterveyspalvelut.....	13
	3.4 Somaattiset sairaudet	15
4	POTILAAN KOHTAAMINEN HOITOTYÖSSÄ.....	17
	4.1 Vuorovaikutus hoitotyössä	17
	4.2 Osallisuus vuorovaikutuksen synnyssä	18
5	KOKEMUSOSAAJAT	20
	5.1 Kokemusasiantuntija	20
	5.2 Kokemustoimija	22
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	23
	6.1 Tutkimuskysymykset	23
	6.2 Tutkimuksen eettisyys	23
	6.3 Tutkimuksen luotettavuus	24
	6.4 Tutkimuksen toteutus	26
7	TUTKIMUKSEN TULOKSET	27
8	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	29
	8.1 Tulosten tarkastelu.....	29
	8.2 Kehittäminen.....	30
	8.3 Kokemusosaajien hyödyntäminen toisilla hyvinvointialueilla.....	31

9	AMMATILLINEN KASVU	33
	LÄHTEET	35
	LIITTEET	40

KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO

Kuva 1. Terveydenhuollon palvelut

Kuva 2. Pohjanmaan hyvinvointialueen palvelut

Kuva 3. Ihminen on psykofyysis-sosiaalinen kokonaisuus

Kuva 4. Mielen terveyden edistäminen, hoito ja kuntoutus

Kuva 5. Psykkiset ja somaattiset sairaudet kulkevat ”käsikädessä”

Kuvio 1. Kysymys 1. Oletko hyödyntänyt kokemusasajaa työssäsi?

Kuvio 2. Kysymys 2. Mihin kokemusasajaa on hyödynnetty?

LIITELUETTELO

LIITE 1. Kyselylomake

1 JOHDANTO

Sosiaali- ja terveystalveluiden lainsäädännössä paneudutaan pääasiallisesti potilaan ja asiakkaan osallistamiseen hänen omassa hoidossaan ja hoidon suunnitteluun. Kokemusosaajia on hyödynnetty asiakasosallisuuden ylläpitämiseen. Tällä tavoitellaan sitä, että palvelut ja hoito toimisivat paremmin. Asiakasosallisuudella pyritään myös yhdenvertaisuuteen, palvelujen saajana ja niiden saavutettavuutena. (Pirkola 2020)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on julkaissut artikkelin, jossa kerrotaan ammattilaisille, kuinka osallisuudella voitaisiin tukea palveluiden vaikuttavuutta. Verkoituminen on nostettu yhdeksi vaihtoehdoksi. Ammattilaisten kannattaisi pyrkiä hyödyntämään kokemusosaajien kokemustietoa. Kokemusosaajat ja siten kokemustieto voi helpottaa ammattilaisia muun muassa asiakkaiden tavoittamisessa ja avun löytämisessä helpommin ja nopeammin. Kokemusosaaja pystyy kertomaan kokemustietonsa avulla, minkälaisia esteitä asiakkaalla voi tulla eteen palveluiden käyttämisessä ja niihin saapumisessa. (THL)

Kaikki terveydenhuollon henkilöt, eivät kuitenkaan suhtaudu asiakkaiden osallistamiseen positiivisesti. Terveydenhuollon ammattilaiset ovat saattaneet kavahtaa puhetta tilanteissa, joissa ammattilaisen asiantuntemus on niin sanotusti välttämätön sairauden parantamisen kannalta. On ollut puhetta myös, kuinka asiakkailla on saattanut olla epärealistisia odotuksia, joita ei voida täyttää esimerkiksi resursseista. (Linnanmäki 2017)

Opinnäytetyössä tutkitaan laadullisen tutkimuksen avulla, kuinka paljon kokemusosaajia on hyödynnetty Pohjanmaan hyvinvointialueella aikaisemmin ja millaisissa tehtävissä. Tutkimus rajataan terveydenhuollon esihenkilöihin, jotta otanta ei olisi liian suuri. Tutkimuksen tavoitteena on helpottaa uutta organisaatiota hyödyntämään kokemusosaajia tulevaisuudessa.

Tutkimus on tärkeä, koska kokemososaajien yhteisö on hyvin hajanainen ja rakoi-leva. Tämän tutkimuksen myötä saadaan enemmän tietoa, kuinka paljon asiasta tiedetään, jotta osataan tulevaisuudessa tuoda enemmän kokemosasaajia tietoi-suuteen ja siten myös enemmän sosiaali- ja terveysalan kentälle.

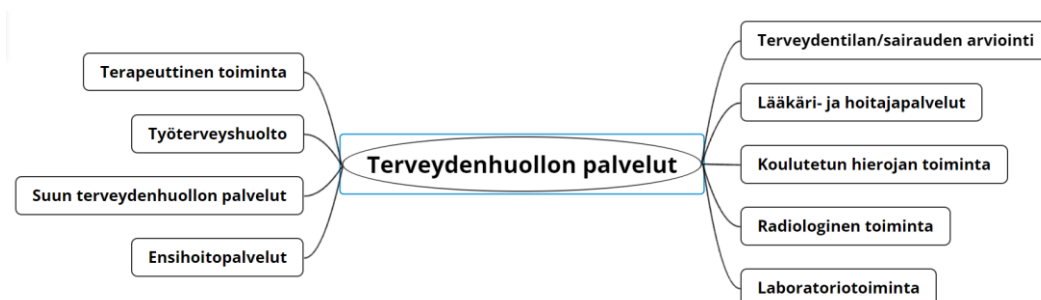
Tutkimuksessa avataan käsitteitä liittyen kokemosasaajiin. Tämä tekee pohjan opinnäytetyöhön, jolloin opinnäytetyötä on helpompi käsitellä, sillä kokemosasaajiin liittyy monia eri käsitteitä, joita voi olla vaikea ymmärtää. Muun muassa koke-musosaajalla tarkoitetaan kokemosasiantuntijoita sekä -toimijoita.

Kokemosasaajia on hyödynnetty ympäri Suomea. Kokemosasaajia hyödynnetään niin Lapin kuin Helsingin suunnilla. (Innokylä 2021) Helsingissä kokemosasaajia on hyödynnetty sosiaali- ja terveysasemien vastaanotolla ja hyvinvointipisteillä. (In-nokylä 2022) Pohjois-Karjalan kokemosasaaja työskentelee ammattilaisen työpa-rina asiakastilanteissa. (Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry)

Pohjanmaalla, Vaasassa on hyödynnetty kokemosasaajia jo useita vuosia. Tiede-tään, että Pohjanmaan syöpäyhdistyksellä on hyödynnetty vertaistukea. (Pohjan-maan syöpäyhdistys) On myös kerrottu, että Vaasan Päihdekeskuksessa on hyö-dynnetty kokemosasiantuntijoita päivittäisessä työssä klinikalla.

2 TERVEYSALA SUOMESSA

Suomen perustuslaissa sanotaan, että jokaisella on oikeus riittäviin sosiaali- ja terveyspalveluihin. (11.6.1999/731, 19§ a) Julkisia palveluita toteuttaa hyvinvointialueet, Helsingin kaupunki sekä HUS-yhtymä. Lisäksi on yksityisiä terveysalan yrityksiä täydentämässä julkisen puolen palveluita. (STM 2023)

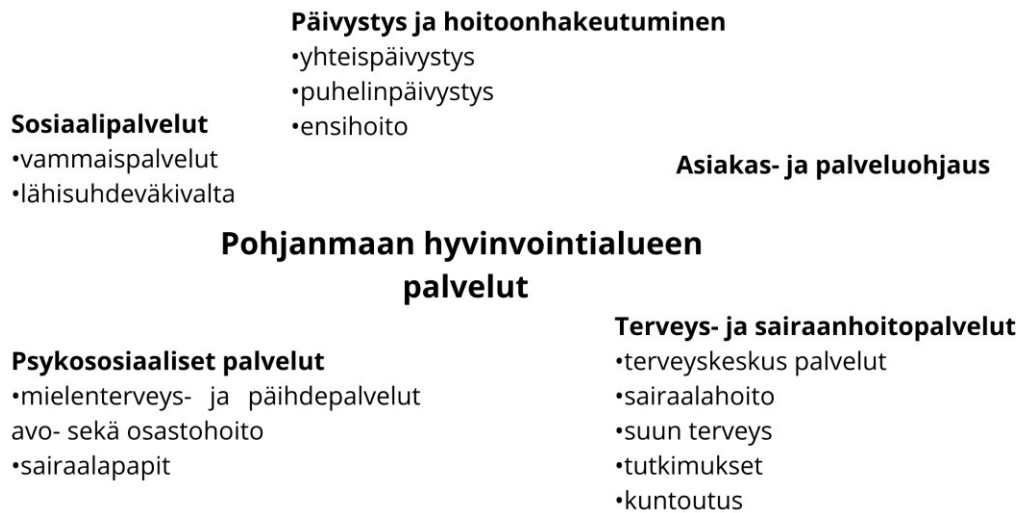


Kuva 1. Terveydenhuollon palvelut (Valvira 2022)

Terveyspalvelut jaetaan perusterveydenhuoltoon sekä erikoissairaanhoidon. Perusterveydenhuoltoon kuuluu väestön terveydentilan seuranta ja edistämistä sekä erilaisia terveyspalveluita. Näitä palveluita saa neuvolasta, kouluterveydenhuollosta, hammashuollosta sekä erilaisista avohoitopuolen vastaanotoista. Erikoissairaanhoidon toteutetaan puolestaan sairaaloissa. Sairaaloista löytyy eri erikoisaloille räätälöityjä osastoja ja poliklinikoita. Niissä toteutetaan eri sairauksiin liittyvää hoitoa ja tutkimusten tekoa. (STM 2023)

Opinnäytetyössä tutkitaan kokemusosaajien hyödyntämistä Pohjanmaan hyvinvointialueella. Pohjanmaan hyvinvointialueeseen kuuluvat Pohjanmaan kaikki kolmetoista kuntaa, joita ovat Kaskinen, Korsnäs, Kristiinankaupunki, Kruunupyö, Laihia, Luoto, Maalahti, Mustasaari, Närpiö, Pietarsaari, Uusikaarlepyy, Pedersören, Vöyri sekä Vaasa. Nämä yhdessä muodostavat kuntayhtymän. Tämä kuntayhtymä

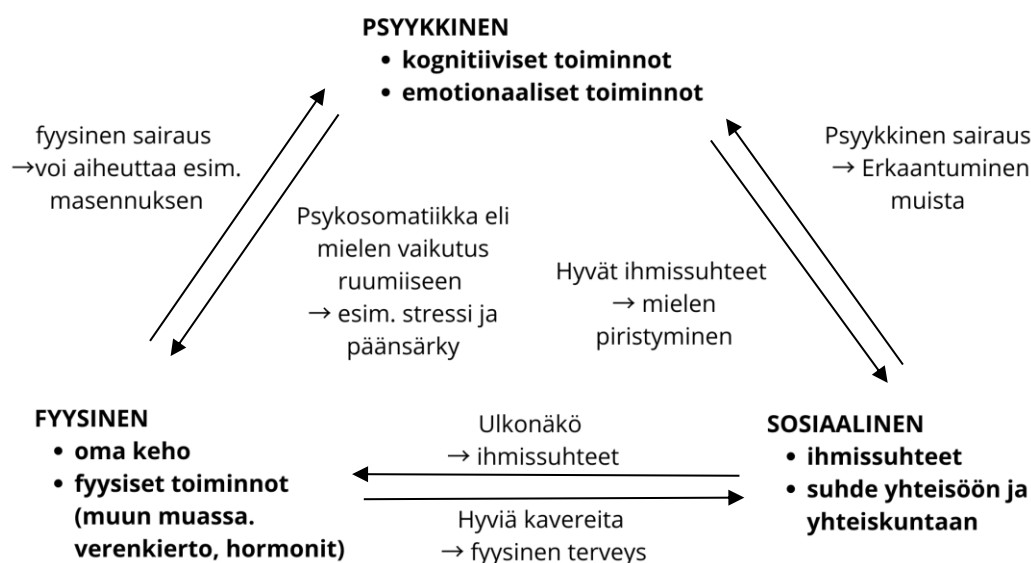
on vastuussa sosiaali- ja terveystalvuluista sekä pelastustoimen palveluista. Pohjanmaan hyvinvointialue on aloittanut toimintansa 1.1.2022. (Sote-uudistus; Pohjanmaan hyvinvointialue b)



Kuva 2. Pohjanmaan hyvinvointialueen palvelut (Pohjanmaan hyvinvointialue a)

3 IHMINEN PSYKOFYYSIS-SOSIAALISENA KOKONAISUUTENA

Ihminen on psykofyysis-sosiaalinenkokonaisuus. Tämä tarkoittaa, että ihmisen psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen puoli vaikuttavat kaikki toisiinsa. Esimerkiksi kun ihmisen fyysinen terveys on koetuksella, tällöin se usein myös vaikuttaa psyykiseen ja sosiaaliseen terveyteen. (Hyväri 2018, 10)



Kuva 3. Ihminen on psykofyysis-sosiaalinen kokonaisuus (lukio.palkane)

3.1 Mielen terveys

Mielen terveydellä tarkoitetaan riittävän hyvää psyykkistä hyvinvoinnin tasoa ja mahdollisten mielen terveyden häiriöiden puuttumista. WHO määrittelee mielen terveyden hyvinvoinnin tilana, jossa ihminen selviytyy elämästä mahdollisten haasteiden kanssa ja näkee omat kykynsä. Mielen terveys pitää sisällään myös kyvyn sopeutua sosiaaliseen ja erilaisiin ympäristöihin, tiedostaa omat rajansa liittyen psyykkisiin ongelma- ja muutostilanteisiin sekä omaa ehjän minäkäsityksen. Hyvä mielen terveys pitää sisällään voimavaran, joka auttaa selviytymään arjessa sekä elämän kriiseissä. (YTHS)

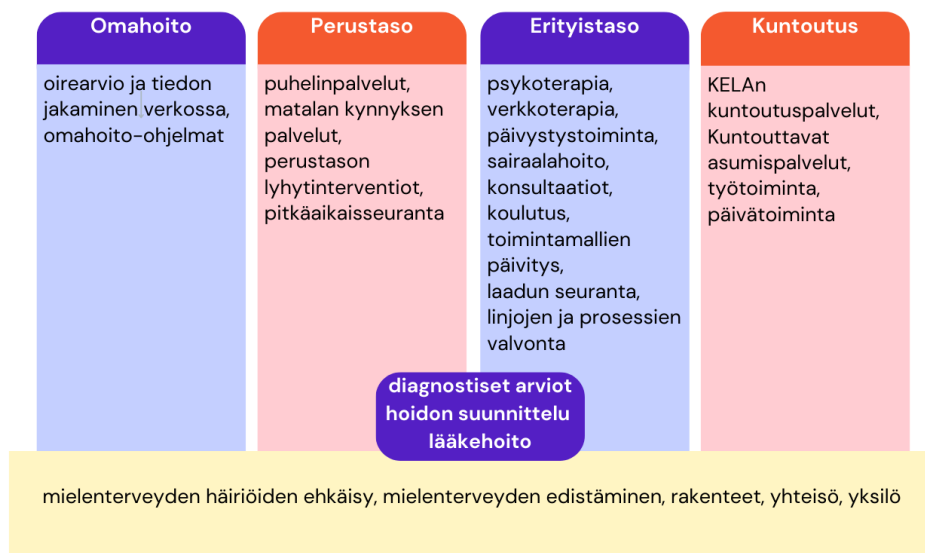
3.2 Mielensterveyttä edistävät tekijät

Mielensterveyttä pyritään edistämään vahvistavien ja suojaavien tekijöiden lisäämisellä. Mielensterveyttä pyritään edistämään kolmella eri tasolla. Ensimmäisellä tasolla pyritään tukemaan yksilön mielensterveyttä muun muassa itsetunnon ja elämönhallinnan vahvistamisella. Toinen taso on yhteisön vahvistamista. Tämä tarkoittaa, että pyritään sosiaalisten tukien ja osallisuuden avulla vahvistamaan mielensterveyttä. Myös lähiympäristöjä pyritään tekemään viihtyisäksi ja turvallisiksi, joka vahvistaa myös mielensterveyttä. Kolmannella tasolla pyritään turvaamaan jokaisen ihmisen mielensterveyttä taloudellisilla toimeentuloilla ja tekemällä yhteiskunnallisia päätöksiä, jotka vähentäisivät epätasa-arvoa ja syrjintää. (THL 2021)

3.3 Mielensterveyspalvelut

THL määrittelee artikkelissaan: ”Mielensterveyspalveluilla tarkoitetaan toimintaa, joka pyrkii ehkäisemään, lievittämään ja hoitamaan mielensterveyden häiriöitä ja niiden seurauksia.” Mielensterveyttä pyritään edistämään ja tukemaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. Mielensterveyspalveluja tuotetaan niin perus- että erityistasolla. Palveluiden toimintaan kuuluu ohjaus, neuvonta ja tarpeenmukainen psykososiaalinen tuki, kriisitilanteiden psykososiaalinen tuki, mielensterveyden häiriöiden tutkimus, hoito ja kuntoutus. (THL 2022 a)

Mielenterveyden edistäminen, hoito ja kuntoutus



Kuva 4. Mielenterveyden edistäminen, hoito ja kuntoutus (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022 b)

Mielenterveyttä edistetään, tuetaan, hoidetaan ja kuntoutetaan eri tasoilla terveyspalvelujärjestelmässä. Yksilö voi tehdä oirearvioin verkossa ja osallistua omahoito-ohjelmiin. Näitä löytyy esimerkiksi Terveyskylän nettisivuilta. (Terveyskylä) Perustasolla hoitoa annetaan myös matalan kynnyksen palveluissa, puhelinpalveluissa, perustason lyhytinterventiossa ja pitkittäisseurannassa. (THL 2022 a)

Erityistasoon sisällytetään päivystystoiminnan, sairaalahoidon, psykoterapian, verkkoterapian sekä laadun seuranta. Kuntouttavaa toimintaa toteuttavat kuntouttava asumispalvelut, työtoiminta ja päivätoiminta sekä Kelan kuntoutuspalvelut. Kela eli Kansaneläkelaitos korvaa 16–67-vuotiaille mielenterveyshäiriöistä kärsiville työ- tai opiskelukyvyn parantamiseen tähtävästä kuntoutuspsykoterapiaa. Tällä Kela pyrkii siihen, että ihminen pystyisi selviytymään arkielämän toiminnoista tai töistä sairaudesta tai vammasta huolimatta. (THL 2022 a)

Kansallisessa mielenterveys- ja päihdesuunnitelman (2009–2015) loppuarvioinnissa on todettu, että kokemusasiantuntijoiden kokemuksia ja näkemyksiä on hyödynnetty laaja-alaisesti mielenterveystyön kentällä. Kokemusosaajia on kehitetty ja niiden hyödyntäminen on lisääntynyt. Kunnat ovat palkanneet kokemusasiantuntijoita mielenterveys- ja päihdepalveluihin. Tämän kautta kokemusasiantuntijoita on alettu hyödyntämään ja kehittämään myös julkisella sektorilla. (THL 2022 b)

Kokemustoimijoita pyritään hyödyntämään potilaan tai asiakkaan psyykkisen toimintakyvyn ylläpitämisessä ja selviytymisessä. Heidän paikkansa palvelujärjestelmässä on vielä hyvin hajanainen, mutta nykyään yhä enemmän pyritään heitä ottamaan mukaan ihmisten terveyttä edistävään toimintaan mukaan ja mielenterveyshäiriöstä kärsivien potilaiden hoitoon. Kolmas sektori esimerkiksi seurakunnat ja järjestöt tuottavat monipuolisia matalankynnyksen palveluja. (THL 2022 b)

3.4 Somaattiset sairaudet

Somatiikka tarkoittaa elimellisiä toimintoja. (Terveyskirjasto 2021) Somaattisista sairauksista kärsivä ihminen kokee kokemuksen aina kokonaisvaltaisesti. Tämä tarkoittaa sitä, että somaattisen oireilun lisäksi kokemukseen yhdistyvät fysiologiset ilmiöt, emotionaaliset reaktiot, käsitys kognitiivisista oireista sekä näiden kaikkien vaikutuksesta käyttäytymiseen. (Räsänen & Sauvola 2022)

Muun muassa neurologiset sairaudet aiheuttavat monenlaisia oireita, jotka vaikeuttavat toimintakykyä ja päivittäisistä toimista selviytymistä. Neurologisia sairauksia ovat esimerkiksi Alzheimerin tauti, Ms-tauti ja Parkinson. (Roche.) Näillä sairauksilla, on paljon näkymättömiä oireita, jotka aiheuttavat paljon taakkaa. Väsymys on yleinen oire sairauksissa ja siihen voivat altistaa kivut, lääkkeet ja jopa aivoissa tapahtunut muutos. Mielialan laskun takia fyysiset oireet voivat pahentua, kuin myös muisti sekä ihmissuhteiden ylläpitäminen vaikeutua. Ahdistus on myös yleistä ja siitä voi aiheutua lisää oireita, kuten sydämentykytyksiä ja sykkeen nousua. (Teräsahjo 2020)

On tutkittu, kuinka suuri vaikutus somaattista sairautta sairastavien ja itsetuhoisuuden välillä on. 2014 tutkimuksen mukaan monet somaattiset sairaudet kuten COPD, syövät, neurologiset sairaudet, krooninen kipu, maksasairaudet ja nivelrikot ovat yhteydessä lisääntyneeseen itsetuhokäyttämisen riskiin. Tutkimuksessa huomattiin kuinka suuri riski somaattisen sairauden ja itsetuhoisuuden välillä on, kun sairaus vaikutti potilaan itsenäistä toimintakykyä, elämän nautittavuutta ja omanarvontuntoa. (Koponen 2020)



Kuva 5. Psyykkiset ja somaattiset sairaudet kulkevat ”käsikädessä” (Polo, Pesonen, Kaipia, Kunnamo & Ämmälä 2012)

Vatsakipuileva potilas voi olla hyvä esimerkki hoitokierteen syntyyn. Osalle potilaista ei kuitenkaan löydy somaattista syytä oireille, vaan potilas ajautuu tutkimus- ja hoitokokeilukierteeseen. Syöpään sairastuva henkilö kokee niin myös fyysisten oireiden lisäksi usein psyykkisiä oireita. Kun syöpä saadaan leikattua pois ja potilaan syövän uusiutumista aletaan seurata, voi tämä pelko alkaa hallitsemaan potilaan elämää, jolloin somaattisesta sairaudesta tulee psyykkisiä oireita. (Polo, Pesonen, Kaipia, Kunnamo & Ämmälä 2012)

4 POTILAAN KOHTAAMINEN HOITOTYÖSSÄ

Potilaalla on oikeus hyvään terveyden- ja sairaanhoitoon. Potilaan vakaumusta ja yksityisyyttä on kunnioitettava eikä hänen ihmisarvoaan tule loukata. Potilas tulee kohdata ihmisenä eikä heitä tule asettaa eriarvoiseen asemaan muun muassa iän, terveydentilan tai vammaisuuden perusteella. (Valvira 2018)

4.1 Vuorovaikutus hoitotyössä

Vuorovaikutus on kaiken inhimillisen elämän perusta. Ihminen kokee elämänsä aikana lukuisia vuorovaikutussuhteita. Kaikilla vuorovaikutussuhteilla on joko myönteisiä tai kielteisiä vaikutuksia ihmisen elämään. (Virtanen 2021, 8) Vuorovaikutus voi olla yhteistyötä, vallankäyttöä tai sosiaalisesti jaettuja sopimuksia ja sääntöjä. Asiakas sekä ammattilainen ovat vastuussa hyvän vuorovaikutuksen onnistumisesta. (Mönkkönen 2018)

Vuorovaikutus on hyvän hoidon lähtökohta. Hoidon ohjaus tulee olla aktiivista vuorovaikutusta, joka huomioi läheisten yksilölliset tarpeet ja ohjausmenetelmät. Hoidon ohjaus tulee olla avointa ja rehellistä. Vuorovaikutuksessa tulee kohdata ihminen ihmisenä ja kunnioittaa häntä yksilönä. (Mönkkönen 2018)

Vastavuoroisuus on tärkeää vuorovaikutuksessa. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikki osapuolet pystyvät ja saavat antaa oman panoksensa yhteiseen keskusteluun. Rakentava vuorovaikutus perustuu muun muassa läsnäoloon, kuunteluun, kannustamiseen, myötätuntoon ja tukeen. (Mieli 2022) Vastavuoroisuuteen kokemusosaaja tuo kokemuksen tuomaa tietoa ja ymmärrystä, joka tukee siten toista osapuolta. (THL 2023 c)

On tärkeä ymmärtää myös hiljaisuuden myönteinen puoli vuorovaikutuksessa. Hiljaisuus voidaan ajatella auttavan roolissa myös kohteliaisuutena. On muistettava, ettei kannata sanoa mitään, jos ei ole mitään rakentavaa sanottavaa. Hiljaisuus voi olla myös luottamuspulaa, rohkeuden puutetta tai pelkoa siitä, ettei asiakasta oteta tosissaan. (Holmberg 2019)

Empatiakyky on tärkeä osa vuorovaikutusta. Tämä tarkoittaa sitä, että ihminen kykenee eläytymään toisen ihmisen tunteisiin ja mielentiloihin. Ihminen pystyy siis asettumaan toisen ihmisen asemaan ja näkemään asian toisen ihmisen näkökulmasta. Empatiakyvyn omaava ihminen ymmärtää sanattomia ja kehollisia viestejä, eleitä ja ilmeitä. (Mieli 2022) Kokemososaaja on kokenut saman sairauden itse tai läheisenä, joka siten parantaa empatiakykyä vuorovaikutuksessa, jossa toinen osapuoli kokee sillä hetkellä samoin. (THL 2023 c)

4.2 Osallisuus vuorovaikutuksen synnyssä

Vuorovaikutuksen tärkeä osa on myös osallisuus eli yhteenkuulumisen tunne. Tähän sisältyy oman paikan ja muiden roolin tietoisuus, luottamus ja ymmärrettyksi tuleminen. (Mieli 2022) Osallisuuden edellytys on, että asiakas ja työntekijä tulevat kumpikin kohdatuksi, kuulluksi ja ymmärretyksi. Asiakkaan osallisuutta voidaan lisätä muun muassa luottamalla häneen, kysymällä ja asettumalla hänen asemaansa. Osallisuutta vähentää muun muassa olettaminen sekä toisen tarpeiden ja kokemusten vähättely. (THL)

Asiakkaan tapaamiseen tulee varata riittävästi aikaa, jolloin se lieventää asiakkaan mahdollisia aiemmista kokemuksista syntyneitä epäluuloja. Tämä edistää hoidon arviointia sekä helpottaa luottamuksen syntyä asiakkaaseen. Osallisuuden parantaminen edellyttää verkostoitumista. Verkostoitumisella tarkoitetaan muiden työyhteisön ja yhteiskunnan osallisuutta suhdetta asiakkaaseen. Osallistumista voidaan parantaa myös kokemososaajien avulla. Kokemustieto voi helpottaa asiakaiden oikean avun löytämistä nopeammin ja potilaan tavoitteiden saavuttamista. (THL)

Asiakkaat saavat kokemosasiantuntijan vertaisohjauksessa henkilökohtaista ohjausta. Ohjauksessa huomioidaan laajasti heidän tukensa tarve ja elämäntilanteensa. Kokemosasiantuntija asiakkaan ohjaajana, nähdään positiivisena muun

muassa kokemusasiantuntijan henkilökohtaisia taitoja, kykyjä ja valmiuksia. Kokemusasiantuntijoilla on taito empatiakykyyn, viestintä ja kuuntelutaitoihin. (Hämeenaho, Rask & Kettunen 2019, 22–23)

5 KOKEMUSOSAAJAT

Opinnäytetyössä paneuduttiin kokemusosaajiin, joka on kokemusasiantuntijoiden ja -toimijoiden yläkäsite. Kokemusosaamisella tarkoitetaan kokemuksen tuomaa tietoa ja ymmärrystä. Tätä kokemustietoa pyritään hyödyntämään muun muassa toisten ihmisten tukemiseksi, auttamiseksi sekä auttamis- ja osaamisvalmiuksien lisäämiseksi. Kokemusosaaja on palvelun asiakas, mutta hänellä on tietoa ja taitoa tuomaan ammatillisen ja tieteellisen tiedon rinnalle kokemuspohjaisen näkökulman. (THL 2022 c)

Kokemustoimijat tai -asiantuntijat ovat saaneet koulutusta kokemusosaajana toimimiseen ja oman kokemustarinansa työstämiseen. Kokemustoimijoilla että -asiantuntijoilla on omakohtaista kokemusta joko itse sairastavana, toipuneena, kokeneena, kuntoutuvana, palvelun käyttäneenä tai omaisen rinnalla kokijana. Kokemusosaajat tietävät, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet ja auttaneet hänen tai läheisensä toipumiseen, elämän muutokseen ja siihen sopeutumiseen. (THL 2022 c)

Kokemusosaajat työskentelevät osallisuuden vahvistajana. Heidän tehtävänsä työryhmissä on pyrkiä parantamaan asiakkaan tai potilaan itsevarmuutta, pystyvyyttä sekä tarjoamaan mielekästä tekemistä ja sisältöä elämään. Lopullinen kokemusosaajan työntavoite on lisätä osallisuutta siten, että palvelut paranevat, luottamus ammattilaisten ja asiakkaiden välillä lisääntyy, asiakkaat löytävät tarvitsemansa palvelun piiriin, asiakkaiden ja palvelunkäyttäjien ääni kuuluu julkisessa keskustelussa ja päätöksenteossa sekä ennakkoluulot hälvenevät heikossa asemassa olevien ihmisryhmiä kohtaan. (THL 2022 c)

5.1 Kokemusasiantuntija

Kokemusasiantuntijaksi määritellään yleensä henkilö, joka on käynyt kokemusasiantuntijakoulutuksen. Koulutuksen laajuus Koulutetut kokemusasiantuntijat ry:n mukaan on vähintään 50 lähiopetustuntia, jotka ovat jakautuneet neljän kuukauden ajanjaksolle. (Kokoa ry) Kokemusasiantuntijalla tulee olla omaa kokemusta

esimerkiksi sairastamisesta, tietyistä elämäntilanteesta tai kriisistä. Kokemusasiantuntija on voinut kokea sairastumisen tai kriisin myös omaisen roolista. Kokemusasiantuntija on pohtinut asioita, mitkä tekijät ovat auttaneet ja vaikuttaneet positiivisesti hänen tai läheisen toipumiseen. (Ahonen, Kotiainen, Rissanen, Rotko & Verho 32/2014)

Kokemusasiantuntijan tehtävät ulottuvat niin vertaisohjaajan, kokemuskouluttajan, kehittämisryhmän ohjausryhmien jäsenenä olemiseen sekä tiedottajan rooleihin. (Ahonen ym. 32/2014) Koulutettuja kokemusasiantuntijoita on hyödynnetty muun muassa Vantaalla ehkäisevässä asunnottomuustyössä (Innokylä 2021) sekä Espoonlahden lastensuojelussa. (Innokylä 2022)

Espoonlahden lastensuojelussa kokemusasiantuntija työskentelee lastensuojelun toimistolla 1–3 kertaa viikossa. Hänen työtehtäviinsä kuuluu muun muassa asiakkaan vanhempien ja nuorten tapaamiset, kiireellisesti sijoitettujen lasten vanhempien tapaamiset, systeemisen tiimeihin yhtenä tiimin jäsenenä osallistuminen viikoittain, asiakastilanteiden reflektointi työntekijöiden kanssa sekä muu työn kehittäminen. (Innokylä 2022)

Espoonlahden lastensuojelun asiakaspalautteiden ja työntekijöille tehdyn kyselyn perusteella kokemusasiantuntijavanhemman työskentely on koettu tarpeelliseksi ja hyväksi. (Innokylä 2022)

”Kokemusasiantuntija on ollut aivan huippu! Hänen kokemuksensa samanlaisesta tilanteesta on ollut erittäin arvokasta. Hän on käynyt läpi samoja tunteita, tilanteita, viranomaisia, kuin mitä itsekkin. Hän on osannut samaistua siihen, mitä perheen lapset käyvät läpi ja kertoa miten itse on toiminut siinä tilanteessa sekä muissa tilanteissa. Asiantuntija selviytymiskeinot ovat auttaneet koko omassa prosessissa eniten, ellei jopa ainoana selviytymisapuna. Suosittelen kokemusasiantuntijoiden laajaa käyttöä haastavissa perheiden tilanteissa!” (Innokylä 2022)

Kokemusasiantuntijan tehtävän tavoitteena on, että potilas tai asiakas kokee tulensa kuulluksi ja saaneensa tilanteeseensa tukea ja voimaantumista. Työskentelyn tavoitteena on myös lisätä ymmärrystä ja helpottaa sekä asiakkaan että työntekijän yhteistyötä. (Innokylä 2022)

5.2 Kokemustoimija

Kokemustoimijalla on myös kokemusta joko omasta tai läheisen sairaudesta, haastavasta elämäntilanteesta tai vammasta. Kokemustoimijat koulutetaan oman yhteisön mallin mukaan. Koulutuksen laajuus on noin 45 tuntia ja se jakautuu noin 2 kuukauden ajanjaksolle. Koulutukseen hakeutuessa tulee henkilön olla käynyt itse elämäntilannetta läpi ja olisi hyvä, että sairaudesta tai vammautumisesta on kulu-
nut jo jonkin aikaa. (Kokemustoimintaverkosto c)

Kokemustoimijan toiminnan tarkoituksena on muun muassa jakaa tieto ja lisätä ymmärrystä. Peruskoulutuksen saanut kokemustoimija voi toimia sairaaloissa, palvelualueiden yrityksissä ja oppilaitoksissa. Kehittäjä-vaikuttaja-jatkokoulutuksen käynyt saa valmiudet toimia vaativimmissa kehittämistehtävissä. Vaativimpia kehittämistehtäviä ovat esimerkiksi sosiaali- ja terveyspalveluiden suunnittelu, toteuttaminen ja kehittäminen. (Kokemustoimintaverkosto b, d)

Kokemustoiminta on niin sanottua vapaaehtoistyötä. Tämän takia kokemustoiminta verkostolla ei ole varsinaisia palkkiosuosituksia. On kuitenkin määritelty, että tilaajan tulee maksaa kokemustoimijalle aiheutuneet vähimmäiskulut, esimerkiksi matka- ja ruokailukulut. Erilaisilla organisaatioilla muun muassa sairaaloilla ja oppilaitoksilla on omia palkkiolinjauksia. Kokemustoimijat voivat myös itse tapauskohtaisesti sopia tilaajan kanssa palkkiosta. (Kokemustoimintaverkosto a)

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Tässä osiossa käydään läpi tutkimuksen toteutusta muun muassa tutkimuskysymysten avulla sekä pohditaan tutkimuksen eettisyyttä. Lisäksi käydään läpi tutkimuksen toteutus.

6.1 Tutkimuskysymykset

Tutkimuskysymyksissä pyritään saamaan mahdollisimman laaja käsitys siitä, kuinka paljon kokemososaajia on hyödynnetty hyvinvointialueella sekä minkälaisia kokemuksia ammattilaisilla on ollut kokemosasiantuntijoiden hyödyntämisessä.

1. Kuinka paljon kokemososaajia on hyödynnetty Pohjanmaan Hyvinvointialueella vuonna 2022?
2. Miten ja missä kokemososaajia on hyödynnetty?
3. Minkälaisia kokemuksia kokemososaajien hyödyntäminen on saanut aikaan?

6.2 Tutkimuksen eettisyys

Kaikilla tieteenaloilla Suomessa tutkijaa ohjaa yleiset eettiset periaatteet: Tutkittavien henkilöiden ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa Perustuslain mukaisesti. Tutkimus tulee toteuttaa niin, että siitä ei aiheudu ihmisille, yhteisölle tai muille tutkimuskohteille riskejä, vahinkoja tai haittoja. (11.6.1999/731, 6–23§ b; TENK 2019)

Luottamus tutkijoihin ja tieteeseen on peruslähtökohtana ihmiseen kohdistuvassa tutkimuksessa. Tutkimukseen osallistuvalla on oikeus suostua tai kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta. Osallistujalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa missä vaiheessa tahansa tutkimusta ilman kielteisiä seuraamuksia. Keskeytykseen ei tarvitse mitään erityistä syytä ja se voi tapahtua väliaikaisesti. Osallistujan pitää saada tietoa tutkimuksen sisällöstä, henkilötietojen käsittelystä ja tutkimuksen

käytännön toteutuksesta sekä saada ymmärrettävä ja totuudenmukainen kuva tutkimuksen tavoitteista. Osallistuvalla on oikeus tietää mihin hänen vastauksiaan käytetään. (TENK 2019)

Tutkimuksessa jokaista osapuolta kohdellaan eettisesti. Tämä pohjautuu siihen, että kysely on vapaaehtoinen eikä kenenkään henkilötietoja kerätä. Tutkimuksessa otettiin huomioon yksityisyyden suojasta säätävät lait muun muassa tietosuojalain (L 5.12.2018/1050) ja yksityisyyden suojasta työelämässä (L 13.8.2004/759) lain. Tämä tarkoittaa sitä, että kyselylomakkeesta ei tule ilmi mitään tietoa, joilla voisi tunnistaa henkilöt.

Osallistujille lähetettiin saatekirje. Saatekirjeessä kerrottiin, minkälaisesta tutkimuksesta on kyse ja mihin vastauksia käytettiin sekä mikä on tutkimuksen lopullinen tavoite. Lisäksi saatekirjeessä mainittiin tutkimuksen henkilötietojen käsitteystä.

Tutkimuksessa kartoitettiin, kuinka paljon kokemosaaajia on hyödynnetty kyselyyn vastaajien työssä. Tutkimuksessa ei siis tutkittu itse työntekijöitä vaan pyrittiin saamaan enemmän tietoa, jotta tulevaisuudessa kokemosaaajia voitaisiin työllistää enemmän ja saada esimerkkejä, missä ja miten heitä voitaisiin hyödyntää.

Kyselylomakkeessa ei ollut kysymyksiä, joihin olisi pakko vastata, jotta kyselyä pääsee eteenpäin. Tällöin vastaaja pystyi omien rajojensa mukaan edetä ja vastata kysymyksiin.

6.3 Tutkimuksen luotettavuus

Luotettavuuden arviointi liittyy koko tutkimuksen prosessiin sekä sen johdonmukaisuuteen ja systemaattisuuteen. Tärkeimpänä laadullisessa tutkimuksessa on kuitenkin keskittyä tutkimusaineiston keräämiseen. Opinnäytetyöhön liittyen

olennaisena on tuoda esiin aineiston keruu prosessi ja sen dokumentointi sekä analyysitavat. Laadullisen tutkimuksen kriteerejä luotettavuuden arvioinnissa ovat totuusarvo, sovellettavuus, pysyvyys ja neutraalisuus. Luotettavuutta kasvattaa se, että aineisto on hankittu sieltä missä ongelma on. (Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2020)

Opinnäyteyön luotettavuuden kannalta on tärkeä jo suunnitteluvaiheessa selvittää mikä on kehittämistyön tehtävä, mikä on sille olennaista tietoa, miten sitä kerätään, ketä siihen osallistuu ja kuinka erilaisia aineistoja käsitellään. Hyvä muistaa, että luotettavuuden arviointi kohdistuu koko tutkimukseen. (Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2020)

Tutkimuksen lähtökohtana oli saada Pohjanmaan hyvinvointialueen terveydenhuollon palveluiden esihenkilöiltä vastaus kyselyyn. Tutkimuskysymykset rakennettiin niin, että ne tukivat tutkimusta kauttaaltaan. Luotettavuutta tukee vastaajien ammattimaisuus. Tutkimus on eettinen, joka lisää myös luotettavuutta.

Tutkimuksen luotettavuus kärsi, koska kyselyyn ei tullut arvioitua otantaa eikä siten paljoa vastauksia. Potentiaalia luotettavaan tutkimukseen kuitenkin oli, koska kysely lähetettiin työyhteisöille, joiden työtä tutkimuksen tulos tulisi myös hyödyttämään tulevaisuudessa.

Tutkimustulosten sekoittavia tekijöitä oli kuitenkin paljon. Koska tutkittiin kokemusosaajia, jo sana ”kokemusosaaja” on joillekin henkilöille vieras ja se on voinut johtaa vastaajan harhaan. Saatekirjeeseen oli kuitenkin avattu vaikeat termit, jotka siten tukivat tulosten validiteettia ja siten luotettavuutta.

Tulosten raportoinnissa on avattu konkreettisen prosenttimäärän, kuinka moni terveysalan esihenkilö oli käyttänyt kokemusosaajaa työssään. Avointen kysymysten vastauksista on laadittu käsitekartta, josta saa luotettavan tiedon siitä mihin, missä ja miten kokemusosaajia on hyödynnetty.

6.4 Tutkimuksen toteutus

Tutkimuksen kohderyhmänä toimi Pohjanmaan hyvinvointialueen terveydenhuollon palveluiden esihenkilöt. Tutkimus on laadullinen, eli kvalitatiivinen tutkimus, jossa aineisto kerätään kyselylomakkeen avulla. Lomakkeella on kaksi suljettua ja kolme avointa kysymystä. Kyselylomake lähetettiin sähköisesti kaikille terveydenhuollon palveluiden esihenkilöille. Kyselylomake on tehty Vaasan ammattikorkeakoulun e-lomakkeella. Opinnäytetyön tilaaja jakoi kyselylomakkeen esihenkilöille. Valmiit vastaukset tallentuivat anonymisti e-lomake järjestelmään.

Kvalitatiivinen tutkimus on menetelmäsuuntaus, jossa pyritään kokonaisvaltaisesti ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkitystä. Kvalitatiivista tutkimusta voidaan toteuttaa monilla eri menetelmillä, joissa korostuu esimerkiksi kohteen tausta, tarkoitus ja merkitys. (Jyväskylän yliopisto 2021)

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tarkoitus oli kartoittaa, kuinka paljon kokemosaaajia on hyödynnetty ja missä tarkoituksessa terveydenhuollon palveluissa. Tavoitteena oli saada noin 250 vastausta Kokemosaaajien hyödyntäminen Pohjanmaan hyvinvointialueella -kyselyyn. Vastauksia tuli kuitenkin vain 25. Vastausaikaa oli aluksi noin kaksi viikkoa. Vastausaika alkoi 17.4.2023 ja loppui 28.4.2023. Tämän aikana heille lähetettiin yksi muistutusviesti, joka tuotti hieman tulosta. Lopulta vastauksia tuli noin kahden viikon aikana 19. Aikaa pidennettiin vielä 5.5.2023. asti, jolloin saatiin loput kuusi vastausta.

Kyselyn perusteella 25:stä vastaajasta kaksi on hyödyntänyt kokemosaaajaa työssään. 23 vastaajista 20:tä on kiinnostunut hyödyntämään kokemosaaajaa, jos siihen olisi mahdollisuus ja vastaajista neljä ei hyödyntäisi, vaikka siihen olisi mahdollisuus.

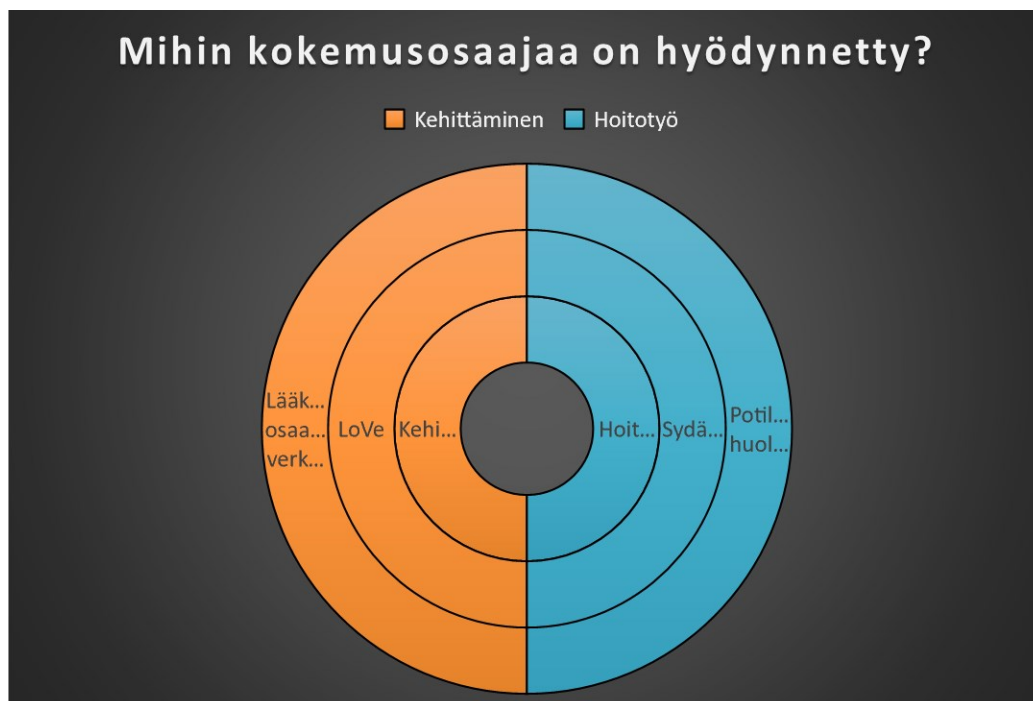


Kuvio 1. Kysymys 1. Oletko hyödyntänyt kokemosaaajaa työssäsi?

Kokemososaajia on hyödynnetty vastausten perusteella hallinnollisessa kehittämisessä ja potilastyössä muun muassa sydänosastolla. Vastauksista tuli ilmi, että kokemososaajasta on ollut suuri hyöty potilastyössä, sillä heillä on vastauksien perusteella paljon tietoa ja taitoa. Heillä on tietoa oman kokemuksen kautta sairauden somaattisesta puolesta, mutta myös henkisen puolen kokemus, jota kokemososaaja on pystynyt hyödyntämään potilaita kohdatessa.

Vastaukset antavat olettaa, että kokemososaajia on hyödynnetty myös kehittämissitehtävissä. Muun muassa hoitosuunnitteluasioissa ja LOVE eli lääkehoidon osaaminen verkossa – kehittämiseen.

Vastauksista tuli myös ilmi, että kokemososaajia kaivataan enemmän terveydenhuollon puolelle. Vastaukset jäivät melko niukaksi siitä, mihin heitä voitaisiin suoranaisesti hyödyntämään.



Kuvio 2. Kysymys 2. Mihin kokemososaajaa on hyödynnetty?

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimuksen tuloksia, eettisyyttä, tulosten luotettavuutta sekä pohditaan, kuinka kokemusosaajia voitaisiin hyödyntää Pohjanmaan hyvinvointialueella.

8.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyön tulosten perusteella kokemusosaajia ei ole hyödynnetty paljoo terveydenhuollossa. Tällaisiin tuloksiin saattoa johtaa pieni vastaajamäärä tai sitten kokemusosaajia ei ole oikeasti hyödynnetty juuri laisinkaan.

Ajattelimme, että vastaajien otanta on suurempi kuin se lopulta oli. Tähän voi olla syynä muun muassa informaatiokatkokset. Lähetimme kyselyn Pohjanmaan hyvinvointi alueen opinnäytetöiden koordinaattorille, joka lähetti kyselyn eteenpäin osastojen esihenkilöille, joiden tehtävä oli lähettää tämä kysely heidän alaisille. Yksi syy vastauksien vähyyteen voi olla se, ettei kysely ole tavoittanut kaikkia toivottavia vastaajia. Tähän voi olla syynä erilaiset lommat ja kyselyn sekoittuminen muiden sähköpostien joukkoon.

Monen muistutusviestin jälkeenkään vastausprosentti ei suuresti kasvanut. Olemme pohtineet, että voisiko syynä olla muun muassa kokemusosaajien vähäinen hyödyntäminen osastoilla tai tietämättömyys. Kyselyn vastaamisesta, vastaaja ei itse suoranaisesti hyödy mitenkään, mikä saattaa olla vastaamatta jättämisen syy.

Tutkimusta tehdessä ajattelimme, että saamme myös psykiatrisilta poliklinikoilta ja osastoilta vastauksia, näin ei kuitenkaan tapahtunut. Huomasimme myöhemmin, että kaikki psykiatriset palvelut kuuluvat nykyään psykososiaalisiin palveluihin eikä terveyden- ja sairaanhoitopalveluihin. Olemme kuitenkin kuulleet, että psykiatrian- ja päihdepuolella hyödynnetään kokemusosaajia, joten olisiko vastaukset olleet siten turhia. Nyt saimme vain uutta tietoa, jota tutkimuksella myös haimme.

Edellä mainitut asiat laskivat tulosten luotettavuutta. Suurin syy tähän on se, ettei tuloksia tullut riittävä määrä. Näiden tulosten perusteella voidaan todeta, ettei kokemosaaajia ole hyödynnetty Pohjanmaan hyvinvointialueella terveydenhuollon palveluiden yhteydessä.

Suurin osa, jotka eivät olleet hyödyntäneet kokemosaaajaa kuitenkin haluaisi hyödyntää, jos tähän olisi mahdollisuus. Myös muutaman vastaajan kommentti siitä, kuinka suuri hyöty kokemosaaajasta olisi työparina, nostaa kokemosaaajien tarvetta terveydenhuollossa. Kokemosaaajia hyödyntäneiden vastauksista voi huomata, että kokemosaaajia voi käyttää melkein millaisessa työtehtävässä vaan, kuten osaston puolella sekä kehittämässä työntekijöiden työvälineitä.

8.2 Kehittäminen

Kokemosaaajien toimintaa olisi hyvä edistää. Kuten kyselyn tuloksistakin tuli ilmi, kuinka kokemosaaajia on liian vähän tai ehkä heidät on vaikea löytää. Mielle ry on kouluttanut ainakin viisi eri ryhmää kokemosiantuntijoita. Kokemustoimintaryhmä Pohjanmaan yhdistykseltä taas kouluttaa kokemustoimijoita. Olka-toiminta toimii Vaasan keskussairaalassa, jossa hyödynnetään niin myös kokemustoimintaa sekä vapaaehtoistyötä. (Pohjanmaan yhdistykset) On kuitenkin tullut ilmi, ettei useat hoitajat tiedä, mikä Olka-toiminta on.

Tiedetään, että kokemosaaajia on hyödynnetty Pohjanmaan hyvinvointialueella muun muassa mielenterveys- ja päihdepotilaiden tukena ja hoidossa, luennoitsijoina, ammattilaisen ja potilaan välisenä ”tulkkina”, kokemosiantuntijan vastaanotoilla sairaalassa, osastoilla ja poliklinikoilla ja erilaisissa Pohjanmaan hyvinvointialueen kehittämisryhmissä.

Kokemosaaajia voitaisiin hyödyntää niin ensiavussa, osastoilla ja poliklinikoilla enemmän. Olka-toimintaa voitaisiin nostaa enemmän tietoisuuteen. Kokemosaaajat voisivat tuoda potilaalle aikaa, turvaa ja ymmärrystä. Kokemosaaajista tulisi puhua enemmän terveydenhuollon puolella, joka lisäisi hoitajien tietämystä.

8.3 Kokemusosaajien hyödyntäminen toisilla hyvinvointialueilla

Voisiko Pohjanmaan hyvinvointialue ottaa esimerkiksi neuvoja Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialueelta sillä he ovat tehneet konkreettisia toimia kokemusosaajien käytön lisäämiseksi. Hyväep:n -verkkosivuilla kerrotaan, että hyvinvointialueelle on perustettu ohjausryhmä, jotka kouluttavat kokemusasiantuntijoita ja hoitavat kokemusasiantuntijoiden työtehtävät ja palkat. Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialueella on kirjoitettu noin 100 nollasopimusta ja vuonna 2022 kokemusasiantuntija keikkoja oli ollut yli 5000. Kokemusasiantuntijan voi myös tilata suoraan hyväep:n sivuilta Webropol-kaavakkeen kautta. Tällä tavoin on saatu lisättyä heidän hyödyntämistensä. (Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue a)

Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue hyödyntää kokemusasiantuntijoita muun muassa potilaiden ja omaisten tukihenkilönä osastoilla ja poliklinikoilla, vertaistukena ja vahvistamaan potilaan roolia hoitotilanteissa sekä päätöksissä omaan hoitoonsa. Kokemusasiantuntijoita on hyödynnetty myös terveydenhuollon ammattihenkilöiden ja potilaan välisenä tulkkina. Hyvinvointialue tukee läheisiä ja potilaita tutustumaan kokemusasiantuntijaan. He myös kannustavat opiskelijoiden ja mielenterveys- ja riippuvuushoidon ammattihenkilöitä ottamaan selvää kokemusasiantuntijoista ja tapaamaan heitä. Näiden lisäksi kokemusasiantuntijoita nähdään kehittämistyössä ja oppituntien sekä luentojen pitäjänä. (Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue a)

Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue järjestää syksyllä 2023 Voimaa arkeen -kurssi-toiminnan, joka on osa hyväep:n koulutustoimintaa. Kurssin tavoitteena on tukea päihde- ja mielenterveyskuntoutujien, fyysisistä sairauksista oireilevan ja heidän läheisten voimavarojansa sekä selviytymistä arjessa. Kurssista hyötyy myös alan opiskelijat, psykiatrian ja somaattisen puolen ammattihenkilöt sekä kaikki teemoista kiinnostuneet. (Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue b)

Voimaa arkeen -kurssilla kouluttajana toimii kokemusasiantuntija ja ammattilainen. Kurssin alkaa sisällöllä, missä kerrotaan, mitä on kokemusasiantuntijuus. Tämän lisäksi kurssilla käydään läpi muun muassa itsesäätelytaitoja, häpeän ja syyllisyyden tunteita. (Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue b)

Seinäjoella sijaitsee Olkkari eli kohtaamispaikka, jossa pidetään kaiken lähtökohdana vertaisuuden kokemista. Olkkarissa voi saada vertaistukea omaehtoisesti ja yhteisöllisesti niiden ihmisten kesken, jotka ovat kokeneet samankaltaisen elämäntilanteen. (Olkkari a)

Olkkarissa järjestetään avoimia luentoja erilaisista mielenterveysongelmista ja sairauksista. Keväisin ja syksyisin Olkkarilla on kokemusasiantuntijan vastaanotto. Vastaanotto kestää klo 14–17. Tällöin on mahdollista kuulla toipumistarinoita, joihin sisältyy tunnin mittainen alustus. Tarinan jälkeen on mahdollisuus keskustella kokemusasiantuntijan kanssa kahden kesken. Näiden lisäksi Olkkarissa on erilaisia ryhmiä esimerkiksi askarteluryhmiä, rentoutumishetkiä sekä karaokea. (Olkkari a, b, c)

9 AMMATILLINEN KASVU

Koemme, että opinnäytetyön tekeminen oli yksi vaihe sairaanhoitaja opinnoissa. Tutkimuksen aiheen miettimiseen käytimme paljon aikaa. Kyselimme monelta eri taholta, että millaisesta näkökulmasta kokemusosaamista voisi tutkia. Aluksi ajattelimme haastatella kokemusosaajia siitä, että millaisia kohtaamisia he ovat kokeneet terveydenhuollossa ja kokevatko he, että olisivat saaneet apua kokemusosaajasta sillä hetkellä. Tästä kuitenkin päädyimme semmoiseen päätelmään, että Pohjanmaan hyvinvointialue on niin uusi, että emme löydä tarpeeksi kokemusosaajia haastatteluihin. Näin me olisimme kuulleet vain kokemusosaajien kokemuksia. Päätökseen vaikutti myös se, että tutkimus on eettisempi, kun emme tutki toisen opinnäytetyötä tekevän kokemusosaajan kollegoja, vaan tutkimme ulkopuolisia henkilöitä. Ajattelimme tällöin saavamme myös enemmän tietoa siitä, kuinka kokemusosaajia on hyödynnetty ja kuinka heidät koetaan terveysalan kentällä.

Tutkimuksen aiheen päättämisen jälkeen meidän oli löydettävä jokin taho, joka haluaa tilata opinnäytetyömme. Tähän käytimme paljon aikaa ja koemme, että tämä oli koko opinnäytetyön vaativin ja aikaa vievin hetki.

Opinnäytetyötä tehdessä meillä on ollut ongelmana toisen opinnäytetyön tekijän oma tieto kokemusosaajana toimimisesta. Tämä oli ongelma muun muassa siltä kantilta, että toisella tekijällä oli jo tietoa missä kokemusosaajia oli hyödynnetty, mutta näistä ei löytynyt tietoa lähteistä.

Koska vastausprosentti oli pieni, oli myös tutkimuksen tuloksia vaikea lähestyä. Meillä oli tietoa, kuinka esimerkiksi Helsingissä ja Seinäjoella on hyödynnetty kokemusosaajia, joten oletimme myös kyselyn vastauksien olevan saman suuntaisia, mutta näin ei kuitenkaan ollut. Päätimme lähteä pohtimaan, kuinka tulevaisuudessa kokemusosaajia voitaisiin hyödyntää.

Koemme opinnäytetyön tuovan meille ammatillista kasvua. Opimme palvelujärjestelmästä enemmän. Huomasimme, kuinka alussa ja myllerryksessä uudet hyvinvointialueet ovat.

LÄHTEET

Ahonen, S., Kostiainen, E., Rissanen, P., Rotko, T. & Verho, T. 2014. Kokemukset käyttöön - kokemusasiantuntijatoiminnan kehittäminen. THL. Viitattu 15.2.2023. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125488/URN_ISBN_978-952-302-373-%204.pdf?sequence=1

Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue. a. Kokemusasiantuntijatoiminta. hyväep. Viitattu 17.8.2023. <https://www.hyvaep.fi/hyvinvointialue/tapahtumat/kokemusasiantuntija/>

Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue. b. Voimaa arkeen-kurssitoiminta. hyväep. Viitattu 17.8.2023. <https://www.hyvaep.fi/hyvinvointialue/tapahtumat/voimaa-arkeen-kurssitoiminta/>

Etenee-julkaisuja 32. 2011. Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. Viitattu 16.2.2023. <https://etene.fi/documents/1429646/1559058/ETENE-julkaisuja+32+Sosiaali+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf/13c517e8-6644-4fa5-8c5f-193cfdce9841>

Holmberg, J. 2019. Hoitotyössä hiljaisuudella on tärkeä merkitys. TEHY. Viitattu 16.2.2023. <https://www.tehylehti.fi/fi/blogit/mainio/hoitotyossa-hiljaisuudella-tarkea-merkitys>

Hyväri, H. 2018. s.10. Terveiden ja hyvinvoinnin tukeminen luontokasvatuksen avulla. Viitattu 10.7.2023. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201810062895.pdf>

Hyväri, S. & Vuokila-Oikonen, P. Tutkimus- ja kehittämistyön luotettavuus. 2020. LipGuides. Viitattu 7.12.2022. <https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=4760642#kvali>

Hämeenaho, P., Rask, L-M., Kasila, K & Kettunen, T. 2019. s 22–23. Terveystuolion ammattilaisten ja asiakkaiden näkemyksiä kokemusasiantuntijan vastaanotto-toiminnasta terveysasemalla. <https://tuhto-emagz-fi.ezproxy.puv.fi/reader/issue/10228/233479/1>

Innokylä. 2021. Kokemusasiantuntijatyön tehtävänkuvat ehkäisevässä asunnottomuustyössä. Viitattu 15.2.2023. <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/kokemusasiantuntijatyon-tehtavankuvat-ehkaisevassa-asunnottomuustyossa>

Innokylä. 2022. Kokemusasiantuntijavanhempi lastensuojelun avohuollossa, osana Espoolahden lastensuojelun tiimiä. Viitattu 15.2.2023. <https://innokyla.fi/fi/kokonaisuus/kokemusasiantuntijavanhempi-lastensuojelun-avohuollossa-osana-espoolahden>

Kokemustoiminta verkosto. a. Palkkio- ja korvausohjeistus. Viitattu 19.2.2023. <https://kokemustoimintaverkosto.fi/kokemustoiminta/palkkio-ja-korvaukset/>

Kokemustoiminta verkosto. b. Kokemustoimijan tehtäviä. Viitattu 19.2.2023. https://kokemustoimintaverkosto.fi/kokemustieto_kayttoon/kokemustoimijan-tehtavia/

Kokemustoimintaverkosto. c. Kokemustoimijan koulutus. Viitattu 19.2.2023. https://kokemustoimintaverkosto.fi/kokemustieto_kayttoon/kokemustoimijan-koulutus/

Kokemustoimintaverkosto. d. Kokemustoiminta. Viitattu 19.2.2023. <https://kokemustoimintaverkosto.fi/kokemustoiminta/>

Kokoa ry – Koulutetut Kokemusasiantuntijat ry. Viitattu 11.12.2023. <https://www.kokemusasiantuntijat.fi/koulutukset/>

Koponen, H. 2020. Somaattisten sairauksien, psykiatristen häiriöiden ja psykososiaalisten tekijöiden yhteys itsemurhavaaraan ja toteutuneisiin itsemurhiin vanhuksilla. Käypä hoito. Viitattu 1.7.2023. <https://www.kaypahoito.fi/nix02746>

Kostiainen, E., Ahonen, S & Verho, T. 2014. Kokemukset käyttöön - kokemusasiantuntijatoiminnan kehittäminen. THL. Viitattu 16.6.2023. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125488/URN_ISBN_978-952-302-373-4.pdf?sequence=1

L 13.8.2004/759. Laki yksityisyyden suojasta työelämässä. Finlex. Viitattu 11.12.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2004/20040759>

L 11.6.1999/731, 19§. a. Suomen perustuslaki. Finlex. Viitattu 11.12.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

L 11.6.1999/731, 6–23§. b. Suomen perustuslaki. Finlex. Viitattu 11.12.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

L 5.12.2018/1050. Tietosuojalaki. Finlex. Viitattu 11.12.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20181050>

Linnanmäki, E. 2017. Asiakkaan ääni kuuluviin sote-palveluissa. Duodecimlehti. Viitattu 4.3.2023 <https://www.duodecimlehti.fi/duo13914>

Lukio.palkane. PS 1 – kurssin tiivistetyt asiat. Viitattu 17.9.2023. http://lukio.palkane.fi/ps/ps1_kaikki_asiat_01.html

Lääkieteen sanasto. 2021. Terveyskirjasto. Viitattu 10.7.2023. <https://www.terveyskirjasto.fi/ltt04487/somatiikka?q=somatiikka>

Mieli ry. 2022. Vuorovaikutustaitoja voi oppia. Viitattu 16.2.2023. <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/ihmissuhteet-ja-vuorovaikutus/vuorovaikutustaitoja-voi-oppia/>

Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä. Viitattu 16.2.2023. <https://www.ellibslibrary.com/collection>

Olkkari. a. Kokemusasiantuntijuus. Viitattu 17.8.2023. <https://olkkari.net/toiminta/kokemusasiantuntijatoiminta/>

Olkkari. b. Kevään kokemusasiantuntijoiden vastaanotot. Viitattu 17.8.2023. <https://olkkari.net/kevaan-kokemusasiantuntijoiden-vastaanotot-2/>

Olkkari. c. Viikko-ohjelma 34. Viitattu 17.8.2023. <https://olkkari.net/viikko-ohjelma/>

Pirkola, S. 2020. Tulevaisuuden mielenterveyspalvelut. Duodecim. Viitattu 28.11.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2020/16/duo15737>

Pohjanmaan hyvinvointialue. a. Palvelumme. Viitattu 23.7.2023. <https://pohjanmaanhyvinvointi.fi/palvelumme/>

Pohjanmaan hyvinvointialue. b. Tietoa meistä. Viitattu 20.2.2023. <https://pohjanmaanhyvinvointi.fi/tietoa-meista/>

Pohjanmaan Syöpäyhdistys. Vertaistuki. Viitattu 9.12.2022. <https://www.pohjanmaansyopayhdistys.fi/neuvonta-ja-tuki/vertaistuki/>

Pohjanmaan yhdistykset. Olka-toiminta. Viitattu 10.7.2023. <https://www.pohy.fi/olka/>

Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. Työllisyyden kokemosasaajat. Viitattu 14.4.2023 <https://www.pksotu.fi/kokemosasaajat/>

Polo, P., Pesonen, T., Kaipia, A., Kunnamo, M. & Ämmälä, A.-J. 2012. Yhteistyöpsykiatria - silta erikoisalojen välillä. Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 22.6.2023. <https://www.duodecimlehti.fi/duo10164>

Roche. Neurologiset sairaudet. Viitattu 18.6.2023. <https://www.roche.fi/ratkaisut/terapia-alueet/neurologiset-sairaudet>

Rovasalo, A. 2022. Pakko-oireinen häiriö. Terveyskirjasto. Viitattu 3.7.2023. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00403>

Räsänen, S. & Sauvola, A. 2022. Millainen somaattinen oireilu viittaa psykiatriseen häiriöön?. Lääkärilehti. Viitattu 30.6.2023. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/millainen-somaattinen-oireilu-viittaa-psykiatriseen-hairioon/?public=25a42ebf1646ac678af5a8a806de05d4>

Sote-uudistus. Hyvinvointialueiden nimet ja niihin kuuluvat kunnat. Viitattu 11.12.2023. <https://soteuudistus.fi/hyvinvointialueiden-nimet-ja-niihin-kuuluvat-kunnat#:~:text=Pohjanmaan%20hyvinvointialue%20muodostuu%20Kaskisten%2C%20Korsn%C3%A4sin%2C%20Kristiinankaupungin%2C%20Kruunupyyn%2C%20Laihian%2C,N%C3%A4rpi%C3%B6n%2C%20Peders%C3%B6ren%2C%20Pietarsaaren%2C%20Uusikaarlepyyn%2C%20Vaasan%20ja%20V%C3%B6yrin%20kunnista>.

STM. 2023. Terveyspalvelut. Viitattu 23.6.2023. <https://stm.fi/terveyspalvelut>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. TENK. Viitattu 7.12.2022 https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021. Mielen terveyden edistäminen. Viitattu 19.2.2023. <https://thl.fi/fi/web/mielen-terveys/mielen-terveyden-edistaminen>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2022. a. Mielen terveyspalvelut. Viitattu 19.2.2023. <https://thl.fi/fi/web/mielen-terveys/mielen-terveyspalvelut>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2022. b. Kokemusasiantuntijuus ja vertaistuki. Viitattu 19.2.2023. <https://thl.fi/fi/web/mielen-terveys/mielen-terveyspalvelut/kokemusasiantuntijuus-ja-vertaistuki>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2022. c. Kokemusosaaminen. Viitattu 15.2.2023. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/osallisuutta-edistava-hallintomalli-tukee-osallisuustyon-johtamista/kokemusosaaminen>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Ammattilaisten osallisuus edistää palvelujen vaikuttavuutta. Viitattu 16.2.2023. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/osallisuutta-edistava-hallintomalli-tukee-osallisuustyon-johtamista/ammattilaisten-osallisuus-edistaa-palvelujen-vaikuttavuutta>

Terveyskirjasto. 2021. Somatiikka. Viitattu 20.5.2023. <https://www.terveyskirjasto.fi/ltt04487>

Terveyskylä. Itsehoito-ohjelmat. Viitattu 19.2.2023. <https://www.terveyskyla.fi/omapolku/itsehoito-ohjelmat>

Teräsahjo, T. 2020. Liikehäiriösairauksien liitto. Viitattu 18.6.2023. <https://www.liikehairio.fi/ajankohtaista/joskus-vaikeinta-on-se-mika-ei-paalle-pain-nay-nakymattomat-oireet-neurologisissa-sairauksissa>

Tutkiva hoitotyö-lehti. Viitattu 16.2.2023. [Tutkiva Hoitotyö 04/2019 \(emagz.fi\)
https://tuhto.emagz.fi/login-organization?r=L3JIYWRfaX-
NzdWUucGhwP2lzc3VlX2lkPTIz-
MzQ3OSZ0aXRzZV9pZD0xMDIyOCZwYWdlPTI4&t=8b5f055cde34281b854bd1a26
934f685](https://tuhto.emagz.fi/login-organization?r=L3JIYWRfaX-NzdWUucGhwP2lzc3VlX2lkPTIz-MzQ3OSZ0aXRzZV9pZD0xMDIyOCZwYWdlPTI4&t=8b5f055cde34281b854bd1a26934f685)

Valvira. 2018. Potilaan asema ja oikeudet. Viitattu 16.2.2023. <https://valvira.fi/terveydenhuolto/potilaan-asema-ja-oikeudet-oikeudet>

Valvira. 2022. Yksityisen terveydenhuollon luvat. Viitattu 10.7.2023. <https://valvira.fi/terveydenhuolto/yksityisen-terveydenhuollon-luvat#:~:text=Terveydenhuollon%20palvelut%201%20terveydentilan%20tai%20sairauden%20toteamiseksi%20tai,terveydenhuollon%20palvelut%208%20koulutetun%20hierojan%20toiminta%20Lisää%20kohteita>

Virtanen, L. 2021. s. 8. Kohtaaminen ja vuorovaikutus sosiaalityössä. Asiakkaan oikeus hyvään kohteluun. Viitattu 16.2.2023. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/74432/URN%3ANBN%3Afi%3Aaju-202103011800.pdf?sequence=1>

YTHS - Ylioppilaiden terveydenhoitosätiö. Mielenterveys. Viitattu 19.2.2023. <https://www.yths.fi/terveystieto/mielenterveys/>

LIITTEET

LIITE 1. Kyselylomake

Opinnäytetyön kyselylomake

1. **Oletko hyödyntänyt kokemosaaajaa työssäsi?**
() Kyllä () En () En osaa sanoa

2. **Jos et ole hyödyntänyt kokemosaaajaa työssäsi, olisitko halukas hyödyntämään tulevaisuudessa?**
() Kyllä () En

Loppuihin kysymyksiin vastaa vain, mikäli sinulla on kokemusta yhteistyöstä kokemosaaajien kanssa.

3. **Millä osa-alueella olet hyödyntänyt kokemosaaajaa työssäsi?**

4. **Millä tavoin olet hyödyntänyt kokemosaaajaa työssäsi?**

5. **Minkälaisia kokemuksia sinulla on kokemosaaajien hyödyntämisestä?**