



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

# Kokemuksia kokemusasiantuntijakoulutuksesta

”Se on ihan mahtava just et se kääntyy niinku sitte kaikki hyväks kuitenkin”

Holm Paula & Lukkarila Josefina

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Laurea Lohja

## Kokemuksia kokemusasiantuntijakoulutuksesta

”Se on ihan mahtava just et se kääntyy niinku sitte kaikki hyväks kuitenkin”

Holm Paula  
Lukkarila Josefina  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Helmikuu, 2015

Paula Holm ja Josefina Lukkarila

### Kokemuksia kokemusasiantuntijakoulutuksesta

Vuosi 2015 Sivumäärä 88

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kokemusasiantuntijaopiskelijoiden kokemuksia Mielen avain -hankkeen järjestämästä Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksesta. Koulutus toteutettiin ajalla 6.11.2013 - 2.6.2014 ja siitä valmistui kahdeksan kokemusasiantuntijaa. Koulutus oli Lohjan alueella ensimmäisen kerran järjestetty kokemusasiantuntijakoulutus, joten opinnäytetyön tavoitteeksi muodostui tiedon tuottaminen kehityskohteista tulevia koulutuksia varten. Opinnäytetyön teoreettisena pohjana toimi mielenterveys- ja päihdesairauksiin, niistä kuntoutumiseen sekä vertaistukeen liittyvä teoretieto. Opinnäytetyössä on käytetty tutkimus- ja teoretietoa kokemusasiantuntijoiden kouluttamisesta ja hyödyntämisestä sosiaali- ja terveysalan palveluissa Suomessa ja kansainvälisesti.

Kokemusasiantuntijakoulutukseen voi hakea mielenterveys- tai päihdekuntoutuja tai sairastuneen lähiomainen. Koulutukseen hakiessa kuntoutumisen on oltava tarpeeksi pitkällä, jotta koulutukseen osallistuvan opiskelijan voimavarat riittävät menneisyyden ja tunteiden työstämiseen. Koulutus antaa valmiudet toimia vertaistyöntekijöinä sekä kokemuskouluttajina ja palveluiden kehittäjinä.

Tämän opinnäytetyön tutkimusaineisto kerättiin teemahaastattelulla. Haastattelut suoritettiin yksilöhaastatteluina kokemusasiantuntijakoulutuksen loppuvaiheessa. Haastatteluihin osallistui seitsemän kokemusasiantuntijaopiskelijaa. Kaikki haastattelut nauhoitettiin sekä litteroitiin ja analysoitiin teorialähtöisellä sisällönanalyysillä.

Haastatteluissa ilmeni, että kokemusasiantuntijaopiskelijat kokivat koulutuksen erittäin tärkeänä itselleen, teoretiedon laadukkaana ja kouluttajat ammattitaitoisina. Kokonaisuutena koulutuksen koettiin tukevan elämän hallintaa. Kehityskohteiksi muodostui kaikkien opetuksen osa-alueiden laajentaminen, työharjoitteluiden lisääminen sekä työllistymis- ja tukimahdollisuuksien monipuolisempi kartoittaminen.

Johtopäätöksinä haastateltavat totesivat, että kokemusasiantuntijakoulutus on tarpeellinen sekä erittäin laadukas kattavan teoretiedon ja ammattitaitoisten kouluttajien vuoksi. Tulokista voitiin päätellä, että omakohtainen kokemus on kokemusasiantuntijuuden edellytys ja perusta, jonka päälle kokemusasiantuntijuus rakentuu. Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutus koettiin onnistuneeksi kokonaisuudeksi ja kehityskelpoiseksi koulutukseksi.

Jatkotutkimusaiheiksi ehdotettiin valmistuneiden kokemusasiantuntijoiden merkityksen mittaamista sosiaali- ja terveysalan palveluiden kehittämisessä sekä käytännön työskentelyssä ja asiakkaiden tyytyväisyyden selvittämistä kokemusasiantuntijoiden palveluihin. Lohjan alueen sosiaali- ja terveyspalveluiden kehittämisen kannalta ehdotettiin koulutuksen jatkamista alueella sekä kokemusasiantuntijoiden aktiivista hyödyntämistä sairaanhoitajien ja lähihoitajien koulutuksessa.

Asiasanat: mielenterveys, päihdesairaudet, kuntoutus, vertaistuki, kokemusasiantuntija.

Laurea Lohja  
Health care  
Nursing

Paula Holm and Josefina Lukkarila

### Experiences of the expert by experience education

Year	2015	Pages	88
------	------	-------	----

---

The purpose of this thesis was to survey the experts by experience students experiences of their education in Lohjas area organized by Mielen avain project. The education was executed during 6.11.2013 - 2.6.2014 and of the students, eight experts by experience graduated. The education was the first one arranged in Lohjas area so the aim of the thesis was to produce development ideas for the future educations. The theoretical frame of reference of this thesis was the theory of mental health diseases and drug illnesses and recovering from those and the theory based on peer support. The thesis used research and theory about educating experts by experience and utilising them in social and healthcare services in Finland and internationally.

Mental health rehabilitees and drug abuse rehabilitees or their relations can apply to expert by experience education. When applying to the education rehabilitation must be advanced enough so the student has sufficient mental strength to work with his/her past and emotions. The education gives the preparedness to work as a peer supporter, expert by experience educator and developer of services.

The research material for this thesis was gathered with a theme interview. The interviews were performed at the final stage of the expert by experience education. Seven experts by experience students participated in the interviews. All the interviews were recorded and transcribed and analysed by theoretical content analysis.

The interviews revealed that the experts by experience students found the education very important and they also thought that theory was high-quality and the educators were professional. As a whole it was experienced that the education supported the control of life. The targets for development identified were to extend all the areas of education and to add practical training and also to survey the possibilities of employment and financial support in a versatile way.

As the conclusions the interviewees stated that the expert by experience education is very high-quality and necessary. From the results one can conclude that the personal experience is precondition and the basis on which the expertise is built. The education at Lohja was found to be a successful entity and fit for development.

As a topic for further study, it was recommended that the effectiveness of the graduated experts by experience to be measured at practical work and to survey the customer satisfaction of the expert by experience services. In order to develop Lohja area social and health services, it was recommended that the expert by experience education is continued and the experts by experience are utilised actively in educating practical nurses and nurses.

Keywords: mental health, substance addiction, rehabilitation, peer support, expert by experience.

## Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Teoreettinen viitekehys.....	7
2.1	Mielenterveys .....	7
2.2	Päihdesairaus .....	8
2.3	Kuntoutuminen .....	10
2.4	Vertaistuki.....	11
3	Kokemusasiantuntijuus.....	12
3.1	Kokemusasiantuntijoiden osallistaminen .....	12
3.2	Suomen kokemusasiantuntijakoulutuksia .....	14
3.3	Mielen avain -hankkeen kokemusasiantuntijakoulutus .....	15
3.4	Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutus.....	16
4	Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset.....	18
5	Tutkimuksen toteutus .....	19
5.1	Laadullinen tutkimus .....	19
5.2	Otos.....	20
5.3	Haastattelumenetelmä.....	20
5.4	Aineistoanalyysi .....	21
5.5	Opinnäytetyön toteutus.....	22
5.6	Yhteistyökumppanit .....	23
6	Tulokset.....	24
6.1	Taustatiedot haastateltavista.....	24
6.2	Haastateltavien kokemukset koulutuksesta .....	25
6.3	Oman kokemuksen hyödyntäminen koulutuksessa ja kokemusasiantuntijatehtävissä .....	30
6.4	Koulutuksen kehittämisehdotukset .....	32
7	Pohdinta .....	35
7.1	Yhteenveto .....	35
7.2	Opinnäytetyö oppimisprosessina .....	38
7.3	Jatkotutkimusehdotukset .....	39
7.4	Eettisyys ja luotettavuus.....	40
	Lähteet .....	42
	Kuviot .....	47
	Liitteet.....	48

## 1 Johdanto

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kokemusasiantuntijakoulutuksessa olevien kokemuksia Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksesta. Kokemusasiantuntijana voi toimia henkilö, joka on käynyt kokemusasiantuntijakoulutuksen kuntouduttuaan mielenterveys- tai päihdesairaudesta. Koulutuksen voi käydä myös sairastuneen lähiomainen. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014a.) Koulutuksessa opiskelijoiden omakohtaisten kokemusten sekä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten tietotaidon avulla opiskelijat saavat valmiudet toimia asiakastyössä vertaistyöntekijöinä sekä kokemuskouluttajina ja palveluiden kehittäjinä (Auvinen 2014; Care quality commission 2014). Sosiaali- ja terveysalalla on tärkeää hyödyntää kokemusasiantuntijuutta jatkuvassa kehittämistyössä (Rissanen 2013, 14; Tampereen Aikuis- koulutuskeskus 2011).

Lohjalla alkoi 6.11.2013 kokemusasiantuntijakoulutus, josta valmistui 8 kokemusasiantuntijaa. Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen kehityskohteista tulevia koulutuksia varten. Tiedonkeruumenetelmänä on käytetty teemahaastattelua, johon osallistuminen oli opiskelijoille vapaa-ehtoista. Teemahaastattelu koettiin parhaimmaksi menetelmäksi kerätä valikoidusti tarvittavaa aineistoa, sillä se antaa mahdollisuuden koulutukseen osallistuneelle opiskelijalle kertoa omin sanoin mielipiteensä ja kehitysideansa koulutuksesta sekä sen toteutuksesta. Haastattelu on joustava tapa kerätä tietoa ja se mahdollistaa kysymysten sekä vastausten molemminpuolisen tarkentamisen. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 73-75.)

Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutus toteutettiin yhteistyössä Laurea-ammattikorkeakoulun, Pumppu-hankkeen, Mielen avain -hankkeen paikallisen hankekumppanin KOHO-hankkeen ja Lohjan seudun mielenterveysseuran kanssa. Pumppu-hankkeen tarkoituksena oli kehittää kansalaislähtöisiä hyvinvointipalveluja Etelä-Suomen alueella ja saada enemmän toimijoita sosiaali- ja terveysalalle. (Tuohimaa, Rajalahti & Meristö 2012, 19-22.) Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kokonaisvaltaisen hoidon hanke KOHO on Mielen avaimen -osahanke, jolla pyritään kehittämään kunnallisia mielenterveys- ja päihdepalveluja (Laitinen & Lehtovaara 2011, 4-8). KOHO-hanke pilotoi kokemusasiantuntijakoulutuksen Lohjalla yhteistyössä Laurea-ammattikorkeakoulun ja Lohjan seudun mielenterveysseuran kanssa lukuvuodelle 2013 - 2014 (Mielen avain 2014a). Mielen avain -hankkeessa aloitettiin kokemusasiantuntijoiden koulutus vuonna 2011, joka on osoittautunut kuntoutusta tukevaksi ja edistäväksi. (Mielen avain 2014b). Mielen avain on Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma Kasteen hanke. Kaste-ohjelma määrittelee alan uudistustyön tavoitteet ja toimenpiteet ja sen kautta kunnat saavat asiantuntijatukea useilta sosiaali- ja terveysalan tahoilta. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014b.) Kaste toimii KOHO-hankkeen rahoittajana (Lohjan kaupunki 2012).

## 2 Teoreettinen viitekehys

Kokemusasiantuntijakoulutus perustuu mielenterveys- ja päihdekuntoutujien sekä heidän omaisten kouluttamiseen. Tässä luvussa tutustutaan kokemusasiantuntijuuden keskeisiin käsitteisiin: mielenterveyteen ja päihderiippuvuuteen sairautena sekä niiden kuntoutumisprosessiin ja vertaistukeen.

### 2.1 Mielenterveys

Ihminen on fyysinen, psyykinen ja henkinen kokonaisuus, joka toimii sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Mielenterveys alkaa kehittyä jo lapsuuden varhaisissa kiintymyssuhteissa ja se on myönteisen kehityksen voimavara. (Karjalainen & Kukkonen 2005, 207-208.) Mielenterveydellä tarkoitetaan ihmisen muokkautuvaa hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn perustaa. Mielenterveyteen vaikuttavat lukuisat eri tekijät ihmisen elämän aikana, kuten kasvatus, kulttuuri, ihmissuhteet ja itsemääräämisoikeus. Mielenterveyteen vaikuttavat myönteisesti hyvä sosiaalinen tukiverkko ja yksilön sopeutumiskyky. Mielenterveyttä heikentäviä tekijöitä ovat muun muassa itseluottamuksen puute, traumat sekä huonot vuorovaikutustaidot. (Karjalainen & Kukkonen 2005, 208; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014c.)

Hyvän mielenterveyden ylläpitäminen voi ajoittain tuntua raskaalta ja haasteelliselta. Tärkeintä on, että yksilö pyrkii omalla toiminnallaan kohti itselleen tärkeitä ja saavutettavissa olevia tavoitteita. Mielenterveyden perusta rakentuu itsensä huolehtimisesta, arvostamisesta sekä armollisuudesta. (Heiskanen 2013.) Mielenterveyshäiriöistä puhutaan vasta, kun yksilön perustoimintakyvyn rajoittuminen pitkittyy. Mielenterveyshäiriöitä on eri vaikeusasteisia ja oireet voivat vaihdella lievistä erittäin vakaviin. Pahimmassa tapauksessa mielenterveyden häiriöt voivat viedä yksilön toimintakyvyn kokonaan. (Wakefield & Schmitz 2011, 36-39.) Useimmiten mielenterveysongelmat alkavat vähitellen. Yksilö ei välttämättä itse huomaa muutosta tai tiedosta vaikeuksiansa vakavuutta. Läheiset ovat tärkeässä roolissa mielenterveyspotilaiden hoitoon hakeutumisessa. Ensimmäisenä useimmat ottavat yhteyttä omaan terveyskeskukseen tai työterveydenhuoltoon, joissa terveydenhoitaja tai lääkäri selvittää jatkohoidon mahdollisuuksia esimerkiksi psykiatriselle poliklinikalle. (Tampereen kaupunki 2013.)

Mielenterveyslain (1990/1116) 4 §:n mukaan kunta on velvollinen järjestämään mielenterveyspalveluita kunnan alueella esiintyvän tarpeen mukaisesti. Ensisijaisesti kuntalaisille tulee tarjota avopalveluita ja heidän oma-aloitteista hakeutumista hoitoon on tuettava. (FINLEX 1990.) Jokaisella ihmisellä on vastuu niin oman mielenterveyden vaalimisesta kuin kanssaihmisten hyvinvoinnin tukemisesta (Karjalainen & Kukkonen 2005, 208). Kun ihminen sairastuu, hänellä on oikeus saada hyvää hoitoa, joka luo edellytyksiä potilaan kuntoutumiselle. Mielen-

terveyshoidon päämäärinä on lievittää sekä vähentää potilaan oireita. Hoidossa on tärkeää tehdä potilaalle sopiva yksilöllinen hoitosuunnitelma ja löytää oireita aiheuttavat tekijät ja syventyä niihin samalla edistämällä potilaan hyvinvointia. Hoidossa on tärkeää huomioida ihminen fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena kokonaisuutena. (Valkonen 2011, 17; Saxén, Lampe-la, Elo, Nevalainen, Haapasalo-Pesu & Korkeila 2014, 404.)

## 2.2 Päihdesairaus

Päihdesairaudella tarkoitetaan kliinisesti todennettavissa olevaa sairautta, joka vaikuttaa yksilön niin fyysiseen, psyykkiseen kuin sosiaaliseen olemukseen. Päihdesairaus on pysyvä ja hoitamattomana sillä on usein vakavat seuraukset. Päihdesairauteen liittyy voimakas riippuvuus yhteen tai useampaan päihdyttävään aineeseen. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 15-20.) Päihdehuoltolain (1986/41) 2 §:n mukaan päihteeksi luokitellaan alkoholijuomat tai muut päihtymistarkoituksessa käytettävät aineet (FINLEX 1986). Sairastumisalttius on perinnöllistä ja edesauttaa riippuvuuden kehittymistä. Pakonomaisen riippuvuuden kehittymiseen vaikuttavat myös ympäristötekijät ja käytettävä päihde. Päihdesairaudesta parantuminen vaatii ongelman myöntämistä ja motivaatiota parantua. (Karjalainen & Kukkonen 2005, 266; Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 15-20.) Päihdehäiriöistä jopa 80 %:lla on jokin mielenterveyden häiriö. Päihdeiden käyttö heikentää psyykkistä hyvinvointia ja psyykinen pahoinvointi puolestaan altistaa päihdeiden käytölle. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014c.)

Päihderiippuvuus syntyy, kun päihdyttävä aine vaikuttaa keskushermostoon aiheuttaen riippuvuuden tunnetta. Tämä johtaa toistuviin käyttäytymismalleihin, joilla pyritään välittömään tyydytykseen ja lopettamaan fyysinen tai psyykinen epämiellyttävä olotila. Tautiluokitus ICD-10 määrittelee riippuvuuden oireyhtymäksi, kun yhden tai useamman aineen käyttö muodostuu yksilölle tärkeämmäksi kuin aiemmat käyttäytymismuodot. Päihderiippuvuudeksi määritellään voimakas, pakonomainen halu ja tarve käyttää päihdeitä, vaikka siitä aiheutuisi fyysistä, psyykkistä tai sosiaalista haittaa. Fyysinen haitta ilmenee vieroitusoireina, kun riippuvainen ei saa käyttöönsä päihdeitä. Fyysisiä vieroitusoireita ovat muun muassa vapina ja kouristuskohaukset. (Karjalainen & Kukkonen 2005, 272; Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 15-20.) Haittojen ja vieroitusoireiden alkaessa, pelko niiden voimistumisesta, ajaa riippuvaisen päihdekierteeseen (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 15-16).

Psyykinen riippuvuus syntyy, kun päihdeiden käyttö on jatkuvaa ja toistuvaa. Se ilmenee tunnetasolla ja päätöksenteon vaikeutena. Psyykinen haitta tulee ilmi yksilön pakonomaisina ajatuksina päihdeiden käytöstä, joista seuraa usein ahdistuneisuutta, masennusta, unihäiriötä sekä epäluuloisuutta. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 15-16.) Sosiaalinen riippuvuus ilmenee yksilön tarpeena tuntea yhteenkuuluvuutta ja hyväksytyksi tulemistä ryhmässä, jossa riippuvuutta aiheuttavaa toimintaa harjoitetaan tai päihdyttävää ainetta nautitaan. Näin ollen sosi-



aalinen riippuvuus syntyy usein ensin ja itse riippuvuussairaus ainealtistuksen seurauksena. Sosiaalisen riippuden aiheuttamat haitat tulevat esiin yksilön muuttuneissa käyttäytymismalleissa esimerkiksi syrjään vetäytymisenä, ystäväpiirin muuttumisena ja vuorovaikutussuhteiden vähentymisenä. (Holopainen 2007, 103.) Riippuvuus aiheuttaa ristiriitaisia tunteita, sillä samaa aikaa päihteiden käyttö tuottaa mielihyvää sekä horjuttaa elämänhallintaa (Karjalainen & Kukkonen 2005, 266; Lappalainen-Lehto ym. 2007, 23-24).

Päihderiippuvaisen hoitoon hakeutumisen motiivi johtuu yleensä muusta syystä kuin päihteistä, kuten somaattisesta tai psyykkisestä sairaudesta. Riippuvuusepäily tulee usein ilmi vasta potilaan ja hoitohenkilökunnan välisessä henkilökohtaisessa keskustelutilanteessa. (Käypä hoito -suositus 2012.) Päihdeongelmaan liittyy kieltomekanismi, joka vaikeuttaa riippuvaisen hoitoon saamista. Tämän takia läheisillä on suuri merkitys riippuvaisen motivoimisessa hakeutua hoitoon. Tilannetta, jossa omaiset pyrkivät saada päihdeongelmaisen hoitoon, kutsutaan interventioksi (väliintulo). Interventiossa otetaan puheeksi ongelman aiheuttaja ja pyritään saamaan riippuvuudesta kärsivä ymmärtämään hoidon tarpeensa. (Kuokkanen & Seppä 2010, 1322-1326.) Keskustelu herättää riippuvaisessa voimakkaita tunteita muun muassa häpeää, itsensä väheksymistä ja toivottomuuden- sekä syyllisyydentunteita. Tunteiden kokeminen ja läpikäyminen on oikeutettua ja tärkeää hoidon edistymisen kannalta. (Karjalainen & Kukkonen 2005, 266; Käypä hoito -suositus 2011.)

Suomessa on säädetty päihdehuoltolaki (1986/41), jonka 10 §:n mukaan päihteiden väärinkäytöstä tai päihderiippuvuudesta kärsivä henkilö voidaan määrätä sairaala- tai laitoshoitoon. Edellytyksinä ovat, että henkilö on väkivaltaisella tavalla vaaraksi itselleen tai muille henkilöille tai hän on saamassa terveydellisen vaurion tai sairauden johtuen päihteiden käytöstä. (FINLEX 1986.) Hoitoprosessin onnistumisen kannalta on tärkeää, että saataisiin päihdeongelmissa painivan henkilön läheiset mukaan. Hoitohenkilökunnan tulee olla tukea antava sekä tuomitsematon. Hoitosuhteesta tulee luoda luottamuksellinen ja potilaan tulee kokea itsensä merkitykselliseksi. Vieroitusoireiden hoito on esiasteisen tärkeää paranemisprosessissa. Hoitohenkilökunnan rauhallisuudella ja hoidon systemaattisuudella pyritään lievittämään päihdeidenkäytöstä johtuvia vieroitusoireita. (Käypä hoito -suositus 2011.) Hoitoprosessi alkaa esiharkintavaiheella, jossa potilas saa tietoa sairaudestaan ja omasta tilastaan. Potilaan tulee pohtia omaan tilaansa johtaneita syitä. Harkintavaiheessa potilas punnitsee muutoksen hyötyjä ja haittoja ja ymmärtää parantumisen mahdollisuuden. Hoitajan rooli prosessissa tukijana ja tiedonantajana on tärkeä. Päätösvaiheessa potilas orientoituu kuntoutukseen ja siihen asetettuihin tavoitteisiin. Hoitajan avulla löydetään voimavarat ja motivoituminen muutokseen. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2008, 184.)

### 2.3 Kuntoutuminen

Kuntoutus on kuntoutujan sekä ammattilaisten välistä työskentelyä, jossa pyritään kuntoutujan toimintakyvyn parantamiseen (Valkonen 2011, 17). Kuntoutus koostuu yksilön tarpeita vastaavista terapiamuodoista, psykososiaalisista hoitomuodoista sekä lääkehoidosta. (Karjalainen & Kukkonen 2005, 161.) Mielenterveyskuntoutujan lääkityksestä vastuussa on useimmiten avomielenterveyspalvelun, poliklinikan tai mielenterveystoimiston henkilökunta, jonka johdossa on psykiatrian erikoislääkäri (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 224-226). Eteneminen tapahtuu moniammatillisen ohjauksen mukaan huomioiden kuntoutujan omat voimavarat. Kuntoutus perustuu kuntoutujan haluun ja motivaatioon parantua sekä henkilökohtaisiin tavoitteisiin, joilla pyritään kohti psyykkistä hyvinvointia. (Valkonen 2011, 17.) Kuntoutujalle laaditaan henkilökohtainen suunnitelma, jonka tavoitteena on tukea häntä vaikeissa elämäntilanteissa. Suunnitelmallisuudella pyritään luomaan hallinnan tunnetta, jatkuvuutta sekä toimintatapoja kuntoutumisen onnistumiseksi. Kuntoutuksessa voidaan työskennellä yksilöllisesti tai ryhmänä. Kuntoutuksessa käytetään hyväksi kuntoutujan omia sosiaalisia verkostoja, vahvistetaan yksilön sosiaalisia taitoja ja annetaan voimavaroja sekä ymmärrystä elää oman sairautensa kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 24-25; World Health Organization 2001.)

Kuntoutumisprosessissa on erittäin tärkeää ottaa huomioon myös kuntoutujan perheenjäsenten ja läheisten tarve tuelle ja kuntoutumiselle. Kuntoutumisen tavoitteena on hyvä elämäntilanne, toipuminen sekä arjessa pärjääminen sairauden kanssa. (Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiiri 2013; Karjalainen & Kukkonen 2005, 161.) Hoidon ohella mielenterveys- ja päihdekuntoutus on koko elämän pituinen prosessi, joten kuntoutuminen vaatii sitoutuneisuutta ja pitkäjänteisyyttä, niin kuntoutujalta kuin kuntouttajilta (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 193-194; Karjalainen & Kukkonen 2005, 161; Suomen mielenterveysseura 2014). Mielenterveyskuntoutuksen tulisi alkaa mahdollisimman nopeasti akuuttivaiheen hoidon jälkeen. Yleisesti mielenterveyskuntoutuksen tavoitteena on auttaa yksilöä palauttamaan toimintakykynsä, oppimaan omasta sairaudesta, toteuttamaan päämääriään ja toimimaan sosiaalisissa tilanteissa. (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 224-226.)

Mielenterveyskuntoutujalla tarkoitetaan yksilöä, joka on sairastunut mielenterveyshäiriöön ja on aloittanut kuntoutumisprosessin. Lähes kaikista mielenterveyshäiriöistä voi toipua täysin tai ne voidaan oikean hoidon avulla tehdä melkein oireettomiksi. Kuntoutuminen tapahtuu aina potilaan omaan tahtiin, johon kuuluvat niin nopeat etenemiset kuin hetkelliset epäonnistumiset. Mielenterveyshäiriöihin liittyy usein syällisyyden tai häpeän tuntemuksia. Nämä tunteet tulee käsitellä ennen kuin varsinaisen kuntoutumisprosessi voi alkaa. Yksilön tulee arvostaa itseään ja haluta muutosta elämäänsä. Kuntoutujan toipumiseen vaikuttavat monet tekijä muun muassa hyväksymisen ja kuulluksi tulemisen kokemukset. (Suomen mielenterveysseura 2014.)

Mielenterveyskuntoutuja on aina asiantuntijana omissa tuntemuksissaan, joten kuntoutumissuunnitelma tulee aina tehdä yhdessä kuntoutujan kanssa (Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiiri 2013). Vertaistukiryhmät auttavat kuntoutujia käsittelemään ja ymmärtämään vaikeita tunteita. Kuntoutumisen myötä yksilön arvot ja identiteetti muovautuvat ja selkiintyvät. Kuntoutumisprosessin aikana voi löytyä elämään uutta mielekkyyttä, joka edesauttaa lopullista elämänmuutosta. Kuntoutuneilla on usein paljon vahvuuksia, joita he eivät ole ennen tunnistaneeet. Jotkut heistä osaavat tulla toimeen uskomattoman pienillä tuloilla, löytävät henkisiä voimavaroja synkimpinäkin aikoina ja kaikki heistä ymmärtävät erinomaisesti vaikeissa elämäntilanteissa olevia. Monet kuntoutuneista ovat olleet vaikeissa tilanteissa ja menettäneet toivonsa elämään. Kaikesta huolimatta he ovat jatkaneet eteenpäin. Tämän vuoksi he ovat taitavia auttamaan muita vastaavissa tilanteissa olevia. (Suomen mielenterveysseura 2014.)

Päihdekuntoutujan tulee kokea saavansa tasavertaista, kunnioittavaa ja ymmärtävää palvelua (Karjalainen & Kukkonen 2005, 278). Päihdekuntoutuksella tarkoitetaan akuuttivaiheen hoidon jälkeen alkavaa kuntoutumisvaihetta. Alussa kuntoutujan motiivit ovat usein ristiriitaisia. Hän saattaa joutua luopumaan monista rakkaista asioista, tavoista ja ystävistä, jotka ovat hänen kuntoutuksen tiellä. Kuntoutumisprosessi perustuu vapaa-ehtoisuuteen. Kuntoutuminen voi tapahtua potilaan tuen tarpeesta riippuen laitoksessa tai avoimuudessa. Päihdekuntoutuksessa käytetään samoja menetelmiä päihdyttävästä aineesta riippumatta. Tärkeimpiä menetelmiä ovat psykososiaaliset hoitomuodot, keskustelut, vertaistukiryhmät sekä läheisten osallistuminen. Päihdekuntoutuksella pyritään koko elämän kattavaan muutokseen. Kuntoutuksen yksi tärkeimmistä tavoitteista on irtautua omista, kuntoutumista haittaavista, viiteryhmistä. Prosessina päihdekuntoutus voi olla erittäinkin pitkä ja hermoja koetteleva kokemus. (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 193-194.)

## 2.4 Vertaistuki

Vertaistuella tarkoitetaan ihmisten välistä toisilleen antamaa tukea samankaltaisissa vaikeissa elämäntilanteissa. Vertaistuen tarkoituksena on jakaa omia kokemuksia ja tunteitaan toisia auttavalla tavalla, lievittää ahdistuneisuutta ja poistaa pelkoa. (Repper & Carter, 2011; Suomen mielenterveysseura 2014.) Asioiden yhdessä läpikäyminen helpottaa kertovaa osapuolta sekä kuuntelijoita. Vertaistuella pyritään vaikuttamaan yksilön häpeän ja syyllisyyden tunteisiin sekä antamaan toivoa ja jaksamista tulevaan. Kun yksilöt kertovat kokemuksistaan, ryhmän keskinäinen ymmärrys lisääntyy. (Suomen mielenterveysseura 2014.) Vertaistuen avulla yritetään sitoutua nykyhetkeen ja ymmärtää menneisyyttä uudella tavalla (Suomen mielenterveysseura 2014). Vertaistukiryhmiä on tarjolla moniin erilaisiin sairauksiin ja elämäntilanteisiin. Ryhmiin osallistuminen on vapaaehtoista ja niillä on todettu olevan erittäin suuri merkitys esimerkiksi riippuvuuksista irtautumiseen ja mielenterveyden eheytymiseen. (Karjalainen & Kukkonen 2005, 273.)

### 3 Kokemusasiantuntijuus

Tässä opinnäytetyössä kokemusasiantuntijalla tarkoitetaan henkilöä, jolla on omakohtaista kokemusta päihde- tai mielenterveysongelmista ja niistä kuntoutumisesta sekä hän on käynyt kokemusasiantuntijakoulutuksen. Kokemusasiantuntijana voi toimia myös koulutuksen käynyt omainen tai läheinen. Kokemusasiantuntijaksi hakevan kuntoutumisprosessin tulee olla vaiheessa, jossa hän on käsitellyt ongelmaansa riittävästi, jotta omaa kokemusta voi käyttää kouluttautumisen pohjana. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014a; Keski-Suomen sairaanhoitopiiri 2014.) Kokemusasiantuntijuuteen vaaditaan koulutus, jossa oman tarinan kerronnan sekä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten tietotaidon avulla rakennetaan pätevyyttä toimia kokemusasiantuntijana (Auvinen 2014). Kokemusasiantuntijoilla on kokemusta kuntoutumisprosessista, joten he pystyvät tekemään vertaistyötä mielenterveys- ja päihdepotilaiden parissa (Care quality commission 2014).

Sosiaali- ja terveysalalla olisi runsaasti käyttökohteita ja kysyntää kokemusasiantuntijoille. He voivat toimia oman alansa organisaatioiden kehittämistyössä sekä laatusuosituksien tarkkailussa mielenterveyspalveluissa. (Tampereen Aikuiskoulutuskeskus 2011; Paterson 2013, 41; Omeni, Barnes, MacDonald, Crawford & Rose 2014.) Maailmanterveysjärjestö (World Health Organization) kehittää uutta ICD-11 diagnoosiluokitusta, joka on suunniteltu julkaistavaksi vuonna 2017. Luokituksen kehittämisprosessiin on otettu mukaan kokemusasiantuntijoita. (World Health Organization 2014.) Kokemusasiantuntijat voivat toimia ammattiohjaajan työparina mielenterveys- tai päihdekuntoutuksen ryhmätoiminnoissa tai sosiaali- ja terveysalan koulutuksissa. Kokemusasiantuntijana yksilöllä on erittäin hyvä mahdollisuus päästä kiinni tavalliseen elämään, niin että elämä ei pyöri vain sairauden ympärillä. (Tampereen Aikuiskoulutuskeskus 2011; Paterson 2013, 41.)

#### 3.1 Kokemusasiantuntijoiden osallistaminen

Vuonna 2011 Isossa-Britanniassa Anglia Ruskin yliopistossa toteutettiin tutkimus kokemusasiantuntijoiden osallistamisesta sairaanhoitajaopiskelijoiden koulutukseen. Kokemusasiantuntijoiden kokemuksilla pyrittiin opettamaan sairaanhoitajaopiskelijoille empaattista ja positiivista suhtautumista mielenterveyspotilaisiin. Koulutuksen tarkoitus oli auttaa näkemään ja kohtaamaan potilas ihmisenä, sairaudesta riippumatta. Kokemusasiantuntijoiden kanssa harjoittelun suorittaneita sairaanhoitajaopiskelijoita arvostettiin, sillä he saivat monipuolista kokemustietoa ja kehittynyt empatiakyky harjoittelun yhteydessä koettiin tärkeäksi. Kokemusasiantuntijoiden osallistamisen vaikutuksia sairaanhoitajien kouluttamiseen tutkittiin kyselyillä. Ennen koulutuksen alkamista sairaanhoitajaopiskelijat täyttivät kyselyn koskien ennakkoluuloja ja asenteita mielenterveyspotilaita kohtaan ja kuuden kuukauden päästä he täyttivät saman kyselyn uudestaan. Tulokset olivat positiivisia. (Blackhall 2011, 23-26.)

Kokemusasiantuntijat auttoivat sairaanhoitajaopiskelijoita huomioimaan potilaita yksilöllisemmin. Opiskelijat kokivat arvokkaaksi kokemusasiantuntijoilta saamansa opin. Kokemusasiantuntijat hyötyivät kouluttamiseen osallistumisesta ja mahdollisuuksista, jotka tarjoutuivat koulutuksen myötä. He löysivät uusia taitoja itsestään ja näyttivät toiminnallaan, että mielenterveys sairauksista voi toipua. Kokemusasiantuntijat antoivat itsestään paljon kouluttajina ja olivat avuksi hoitotyön harjoittelussa. Kokemusasiantuntijoiden kouluttajille haluttiin enemmän tukea ja yhteistyökumppaneita toivottiin korkeammilta koulutustahoilta. Jatkokutkimusaiheeksi ehdotettiin tutkittavan, miten kokemusasiantuntijoiden pitämät opintokokonaisuudet vaikuttavat hoitajien asenteisiin mielenterveyspotilaita kohtaan ja kuinka paljon potilasta osallistetaan omaan hoitoonsa. (Blackhall 2011, 23-26.)

Vuosina 2013 - 2014 toteutettiin osana Mielen avain -hanketta "Vantaalaisen hyvä mieli" -hanke, jonka tavoite oli ehkäistä päihdeongelmia ja kehittää mielenterveys- sekä päihdepalveluita Vantaan alueella. Hankkeeseen kuului pilottikokeilu "Vantaalla kokemusasiantuntija terveysasemalla" työmalli, jonka myötä Korson ja Koivukylän terveysasemille avattiin päihdekuntoutujille kokemusasiantuntijan vastaanotto. Vastaanotto-työmallia kokeiltiin ensimmäisen kerran vuoden 2012 syyskuussa Kaste-ohjelman ensimmäisellä kaudella. Työmallin uutuu- den ja mahdollisen hoitoprosessiin sisällyttämisen kannalta koettiin, että sen toimivuutta tulee arvioida jatkuvasti. Tämän vuoksi pilottia päätettiin jatkaa vielä Kaste-ohjelman toisella kaudella. Pilotin tavoitteena oli kokemusasiantuntijatoiminnan vakiinnuttaminen terveysasemalla, asiakkaiden hoidon kokonaisvaltaistaminen sekä hoitohenkilökunnan asenteiden muuttaminen myönteisemmäksi päihdeasiakkaita kohtaan. (Bergman, Markkanen, Ylönen & Kuosmanen 2014; Ylönen 2014.) Kokemusasiantuntijoilla oli kaksi vastaanottopäivää viikossa. Kokemusasiantuntijan vastaanoton tarjoama palvelu oli joustavaa ja helposti lähestyttävää. Asiakas sai paljon tietoa Vantaan kaupungin päihdepalveluista ja vertaistukiryhmistä. Kahdenkeskisissä luottamuksellisissa keskusteluissa asiakas sai vertaistukea ja tarvitsemaansa toivoa toipumiseen. Asiakkailla oli myös mahdollisuus lukea kokemusasiantuntijoiden elämänkertoja halutessaan. (Bergman, Markkanen, Ylönen & Kuosmanen 2014; Ylönen 2014.)

Vantaan vastaanotoilla kävi 27.9.2013 - 30.5.2014 78 eri asiakasta ja käyntejä kertyi yhteensä 194. Asiakkaat vastasivat asiakastyytyväisyyskyselyyn, jossa selvitettiin heidän tyytyväisyytään kokemusasiantuntijoiden vastaanottopalveluun. Osa asiakkaista vastasi kyselyyn ensimmäisellä, osa viimeisellä kerralla ja osa molemmilla kerroilla. Vastanneista 65 % koki, että kokemusasiantuntijoiden omakohtaisista kokemuksista on erittäin paljon hyötyä asiakkaiden ymmärtämisessä ja 31 % koki, että siitä on paljon hyötyä. Kokemusasiantuntijoiden palvelusta piti 33 % erittäin paljon ja 67 % paljon. Kokemusasiantuntijoiden vahvoiksi puoliksi osoittautuivat hyvä kuuntelutaito sekä omat sairastumis- ja toipumistarinat, joihin asiakkaan on helppo samaistua. (Bergman ym. 2014; Ylönen 2014.)

Kokemusasiantuntijat kokivat tärkeäksi työnohjauksen, koulutuksen antaman tuen toimia tehtävässä sekä työn merkityksellisyyden tunteen. Hoitohenkilökunnalle työmalli toi uutta näkökulmaa päihdetyöhön ja antoi potilaiden positiivisen reaktion myötä uskallusta käyttää uusia toimintamalleja työskentelyssä. Kokemusasiantuntijan vastaanottoa pidettiin hyödyllisenä ja muille terveysasemille levitettävänä tärkeänä työmallina, jonka käyttöehtoja olisi hyvä kerrata hoitohenkilökunnalle, jotta kokemusasiantuntijoiden palvelusta saataisiin kaikki hyöty potilaan kokonaisvaltaisen hoidon tueksi. (Bergman ym. 2014.)

### 3.2 Suomen kokemusasiantuntijakoulutuksia

Tampereen aikuiskoulutuskeskus on kouluttanut ensimmäisenä Suomessa kokemusasiantuntijoita (Tampereen Aikuiskoulutuskeskus 2011). Koulutukset ovat alkaneet vuonna 2001 (Nousiainen 2011, 64). Koulutukset ovat standardoituneet vuoden mittaisiksi. Kokemusasiantuntijoiden koulutuksessa Tampereen aikuiskoulutuskeskuksen kanssa yhteistyötä tekevät Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, Omaiset mielenterveystyön tukena- yhdistys ja Muotialan asuin- ja toimintakeskus ry. Sosiaali- ja terveysministeriön laatima mielenterveys- ja päihdesuunnitelma vuosille 2009 - 2015 suosittelee kokemusasiantuntijakoulutuksen laajentamista. (Tampereen Aikuiskoulutuskeskus 2011.) Vuonna 2009 Tampereella pidetyssä Kokemus tiedoksi -projektin loppuseminaarissa Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin hallinnoiman Välittäjä 2009 -hankkeen edustajat totesivat, että kokemukset koulutuksesta olivat positiivisia. Välittäjä 2009 -hanke oli osa Kaste-ohjelmaa ja se toteutui vuosina 2009 - 2011. Sen tehtävänä oli kehittää mielenterveys- ja päihdetyötä Väli-Suomessa. Myös Välittäjä 2009 -hankkeen osahanke Pohjanmaan-hanke, jonka tarkoituksena on kehittää mielenterveys- ja päihdetyötä, oli seminaarissa samaa mieltä, että kokemusasiantuntijakoulutus on erittäin toimiva koulutuskäytäntö. (Nordling & Rauhala 2011, 60; Välittäjä 2009 -hanke 2011.)

Etelä-Pohjanmaalla kokemusasiantuntijakoulutukset aloitettiin huhtikuussa 2010 seminaarilla, jossa esiteltiin kokemusasiantuntijakoulutusta ja -toimintaa. Koulutukseen hakijoista kutsuttiin haastatteluihin kolmekymmentä mielenterveys- ja päihdekuntoutujaa sekä omaisia. Heistä valittiin kaksikymmentä henkilöä koulutusryhmään, ikäjakauma oli 20-70 vuoden välillä ja naisia oli hieman enemmän. Ryhmät kokoontuvat kerran viikossa Seinäjoen kansalaisopiston tiloissa, neljä tuntia kerrallaan. (Nordling & Rauhala 2011, 60-61.) Pääkouluttajana Etelä-Pohjanmaan koulutuksissa on toiminut sosiaalipsykologi Petri Karoskoski Tampereen aikuiskoulutuskeskuksesta. Muut kouluttajat ovat paikallisia asiantuntijoita. Koulutusryhmät on aina pyritty pitämään mahdollisimman heterogeenisinä iältään, sukupuoleltaan ja kokemuksiltaan. (Nordling 2011, 61-62.) Koulutuksen aikana suuri osa opiskelijoista pääsee mukaan aikuispsykiatrian toimintayksikköön ohjaamaan ryhmiä yhdessä ammattilaisten kanssa. Opiskelijat hyödyntävät omia vertaisohjaajan taitojaan ja koulutuksen lopulla ovat tietonsa pohjalta valmiita käyttämään kokemusasiantuntijuutta hyödykseen. (Nordling & Rauhala 2011, 61.)

Kokemusasiantuntijakoulutus on jalkautettu Etelä-Pohjanmaalle, jossa kokemusasiantuntijuuden on koettu vaikuttavan positiivisesti asenteisiin mielenterveys- ja päihdesairauksia kohtaan. Tähän on vaikuttanut kokemusasiantuntijuuden ainutlaatuisuus, vain saman asian läpikäynyt voi ymmärtää toista samankaltaisessa tilanteessa olevaa. Vertaistuen koettiin edesauttavan potilaan toipumista ja kokemusasiantuntijoiden voimaantuminen nähtiin suurena saavutuksena. Etelä-Pohjanmaalla haastateltiin sairaanhoitopiirin ammattilaisia ja Pohjanmaahan hankkeen koulutuksen kokemusasiantuntijoita. Tutkimus pyrki selvittämään, miten asiantuntijuutta ja sen tuomaa tietoa voitaisiin hyödyntää Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin psykiatrian yksiköissä. Kokemusasiantuntijat toivat esiin, että heillä on paljon kokemusta erilaisten ryhmien ohjauksesta, luentojen pitämisestä sekä päihde- ja mielenterveystyön kehittämisestä. Kaikki tutkimukseen osallistuneet kokivat kokemusasiantuntijuuden hyödylliseksi psykiatriassa työssä. (Ropponen 2011, 49-69.)

Haasteina nähtiin ammattilaisten kiinnostuksen puute, kokemusasiantuntijoiden palkkiot ja johtoporras. Monessa paikassa kokemusasiantuntijat olivat joutuneet toimimaan apuohjaajina tasavertaisen ammattilaisen sijasta. Tasavertaisuus ei vielä toteutunut käytännössä. Tämän arvellaan johtuneen osaksi kokemusasiantuntijoista itsestään, esimerkiksi he ovat voineet olla hieman arkoja pitämään puoliaan. Sairaanhoitopiirin työntekijät kokivat, että esimiehen kiinnostuksella kokemusasiantuntijoita kohtaan oli suuri merkitys alaisten asenteisiin. Ammattilaisten mahdollinen tietämättömyys kokemusasiantuntijoista on herättänyt ristiriitaisia tunteita monissa yksiköissä. Ammattilaisten epäillään pelkäävän kokemusasiantuntijoiden moitteita ja tarkkaa tarttumista epäkohtiin, vaikka todellisuudessa heidän tehtävänä on toimia rakentavasti yhteistyössä ammattilaisten kanssa. (Ropponen 2011, 49-69.)

### 3.3 Mielen avain -hankkeen kokemusasiantuntijakoulutus

Kokemusasiantuntijakoulutuksessa opiskelijoiden kokemukset sairastumisesta ja kuntoutumisesta muovataan voimavaraksi (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014a). Mielen avain -hankkeen kokemusasiantuntijakoulutus toteutetaan moduulimuotoisesti, johon sisältyy neljä opintokokonaisuutta eli moduulia. Ensimmäisessä opintokokonaisuudessa opiskelijalle selvitetään kokemusasiantuntijuuden merkitys ja käydään läpi oman tarinan kerrontaa. On tärkeää, että opiskelijat pääsevät vuorovaikutukseen toistensa sekä kouluttajan kanssa, jotta ryhmän ilmapiiristä muodostuu turvallinen ja positiivinen oppimisympäristö. Toisessa opintokokonaisuudessa syvennetään opiskelijan teoretietoaa päihde- ja mielenterveys-sairauksista, niiden hoidosta ja kuntoutuksesta. Kurssilla opiskelijat tutustuvat sosiaali- ja terveysalanlainsäädäntöön, omaistoimintaan sekä psykoterapiaan. (Auvinen 2014.) Koulutus sisältää myös pedagogisten perusvalmiuksien ja tietotekniikan taitojen opiskelua. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014a).

Kolmannessa opintokokonaisuudessa kehitetään opiskelijan ilmaisu- ja esiintymistaitoja ja hiotaan tarinankerrontaa (Auvinen 2014). Koulutus keskittyy nimenomaan opiskelijan kokemusten ja oman tarinan käyttämiseen oppimisen pohjana. Tämän vuoksi koulutuksessa kartoitetaan opiskelijan vahvuuksia ja kehityskohteita tarinan jäsentämisessä sekä kerronnassa. Jotta opiskelija pystyy toimimaan kokemusasiantuntijana, on hänen osattava esiintyä ja pysyttävä toimimaan ryhmänvetäjänä. (Auvinen 2014.) Harjoittelemalla esiintymistilannetta, oma ilmaisutapa ja esityksen sisältö selkiintyvät (Kallio 2006, 91). Tällä tavoin elämäntarinasta saadaan looginen ja sen kertominen sekä menneisyyden tunteiden uudelleen kokeminen helpottuu. Opiskelijalle omakohtaisen kokemuksen kertominen ja yhä uudelleen läpikäyminen on henkisesti raskasta, joten tarinan jäsentämistä harjoitellaan. (Auvinen 2014.)

Esityksen muodostamisessa voidaan hyödyntää valmiita jäsenysmalleja, joista kronologinen jäsentely sopii parhaiten tarinan kerrontaan. Kronologisella jäsenyksellä esitys kulkee aikajärjestyksessä edeten menneisyydestä tulevaisuuteen. Tositarinat selviytymisestä kiinnostavat kuulijoita ja vetoavat heidän tunteisiinsa. Tarinan voima ja uskottavuus kumpuaa todenperäisyydestä ja henkilökohtaisuudesta. (Kallio 2006, 58-59.) Koulutuksen neljäs eli viimeinen opintokokonaisuus keskittyy kokemusasiantuntijatoiminnan jalkauttamiseen, jossa valmistuvia kokemusasiantuntijoita autetaan verkostoitumaan ja jalkautumaan työelämään. Verkostoituminen tapahtuu harjoittelemalla käytännön työtehtäviä ja tutustumalla työnohjaukseen. (Auvinen 2014.)

### 3.4 Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutus

Mielen avain -hankkeen kokemusasiantuntijakoulutus alkoi Lohjalla 6.11.2013 ja päättyi 2.6.2014. Koulutus toteutettiin yhteistyössä Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kokonaisvaltaisen hoidon- hankkeen (KOHO), Pumppu-hankkeen, Lohjan Laurea-ammattikorkeakoulun ja Lohjan seudun mielenterveysseura ry:n kanssa. Opiskelijat kirjautuivat Laurea-ammattikorkeakoulun avoimeen kouluun ja saivat suorittaa mielenterveys- ja psykologian opintoja yhdessä Laurea-ammattikorkeakoulun sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa sekä psykiatrian opintoja kotitentinä. Opiskelijat saivat todistuksen koulutuksesta ja suorittamistaan Laurea-ammattikorkeakoulun kursseista koulutuksen aikana. Lohjan alueen ensimmäiseen koulutukseen oli hakijoita enemmän kuin voitiin ottaa. Koulutukseen haki yhteensä 24 opiskelijaa, joista 18 haastateltiin. Lopulta koulutukseen valikoitui yhteensä 10 mielenterveys- ja päihdekuntoutujaa sekä omaisia. (Auvinen 2014.)



Koulutus eteni suunnitellun koulutusohjelman mukaisesti (Liite1). Koulutus alkoi koulutuksen sisällön ja KOHO-hankkeen esittelyllä sekä ohjaajien, Laurea-ammattikorkeakoulun ja Lohjan seudun mielenterveysseuran esittäytymisellä. Ensimmäisenä päivänä opiskelijat kirjoittivat itselleen kirjeen sen hetkisestä tilanteesta ja odotuksista koulutusta kohtaan. Koulutuksen alussa esiteltiin miksi ja mihin kokemusasiantuntijoita tarvitaan, ryhmän säännöt, oman tarinan kerronnan aikataulutus sekä kartoitettiin ATK-opiskelun tarve. Opiskelijat osallistuivat Mielenterveysmessuille, jossa he tapasivat kokemusasiantuntijaverkoston. Opiskelijoiden tutustuttua toisiinsa ja ohjaajiin, aloitettiin oman tarinan kertomisen työstäminen sekä pohdittiin ”Minkälainen olen oppijana?”. Koulutuksessa harjoiteltiin vuorovaikutustaitoja ja pohdittiin omaa roolia ryhmässä. Tunneilla varattiin aikaa opiskelijoiden oman tarinan kerronnalle ja koulutuksen aikana perehdyttiin tietoisuustaitoihin ja tarinan työstämiseen sekä jäsentämiseen. Koulutuksessa annettiin tietoa päihdehoidosta, -kuntoutumisesta ja opittiin Minnesota-hoitoa. (Auvinen 2014.) Minnesota-hoito on alkoholismien kokonaisvaltaista hoitoa, jossa yhdistyy lääketieteellinen, psykologinen, sosiologinen ja teologinen ammattitaito sekä terveitä elämäntapoja edistävä tietämys (Oinas-Kukkonen 2013; Grønbaek & Nielsen 2007, 382).

”Mielenterveys voimavarana” -osio suoritettiin sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa Lohjan Laurea-ammattikorkeakoulussa. Osiossa perehdyttiin psykiatriisiin sairauksiin ja mielenterveyslakiin sekä psykologin luennoimana ihmisen kehitykseen. Lisäksi Lohjan seudun mielenterveysseuran luennot tarjosivat kattavaa tietoa mielenterveyden hallinnasta. Opiskelijoille kerrottiin sosiaalilainsäädännöstä sekä kuntoutujan oikeuksista. Opiskelijat saivat osallistua vapaaehtoisille luennoille ja koulutuksiin, joita järjestettiin myös muissa kaupungeissa. (Auvinen 2014.)

Opiskelijat saivat koulutuksen loppupuolella tehtäväkseen harjoitella oman tarinan kerrontaa. Esiintymisvalmiuksia käytiin läpi yhdessä ohjaajan ja Lohjan teatterin kanssa. Opiskelijat opivat nuorten päihdekasvatuksen pääpiirteitä, vertaisryhmän ohjaamista ja omaisten toiminnan merkitystä mielenterveystyön tukena. He tapasivat käytännön tehtävissä työskenteleviä kokemusasiantuntijoita, joilta saivat tietoa eri työllistymismahdollisuuksista valmistumisen jälkeen. Lopuksi käytiin yhdessä läpi koulutusta, opittuja asioita ja kokemusasiantuntijuuden tarjoamia mahdollisuuksia. Opiskelijat lukivat koulutuksen alussa kirjoittamansa kirjeen ja pohtivat koulutuksen vaikutusta itseensä. Koulutuksen päätyttyä pidettiin valmistujaiset, joissa 8 valmistuneelle kokemusasiantuntijalle jaettiin todistukset. Kaksi koulutuksen aloittanutta opiskelijaa keskeyttivät koulutuksen tarjoutuneiden opiskelu- ja työmahdollisuuksien vuoksi. (Auvinen 2014.)

#### 4 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kokemusasiantuntijakoulutuksessa olevien opiskelijoiden kokemuksia Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksesta. Tavoitteena oli tuottaa tietoa Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen kehityskohteista tulevia koulutuksia varten. Koulutus oli ensimmäinen kokemusasiantuntijakoulutus Lohjan alueella, joten opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite valikoituivat niin, että paikallisesta ilmiöstä saataisiin syvempi käsitys. Oppimistavoitteemme opinnäytetyöprosessissa oli oppia tiedonhaku monipuolisesti Nelli-tiedonhakuportaalin tietokannoista sekä sisäistää laadullisen tutkimuksen keskeiset kriteerit, haastattelun toteuttamisen ja sisällönanalyysin prosessi. Tavoitteenamme oli myös tulosten kriittisen arvioinnin oppiminen sekä toimivan työnjaon ja omien vahvuuksien tunnistaminen opinnäytetyötä tehdessä. Lisäksi oppimistavoittena oli kartoittaa Lohjan seudun terveyden edistämiseen tähtäviä hankkeita sekä niiden yhteistyötä kokemusasiantuntija-toiminnassa.

Opinnäytetyön tarkoituksen täyttämiseksi ja tavoitteen saavuttamiseksi määritettiin tarkoituksenmukaiset tutkimuskysymykset. Tutkimuskysymykset määritettiin selvittämään koulutukseen osallistuneiden kokemusasiantuntijaopiskelijoiden kokemuksia ja ajatuksia Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksesta. Lisäksi tutkimuskysymyksillä haluttiin selvittää, kuinka opiskelijoiden omakohtaiset kokemukset mielenterveys- tai päihdesairauksista tai sairastuneen omaisena olemisesta ovat hyödyksi koulutuksessa ja sen jälkeisissä kokemusasiantuntijuustehtävissä. Tutkimuskysymyksillä pyrittiin selvittämään myös koulutuksesta heränneitä kehitysideoita.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Minkälaiseksi kokemusasiantuntijakoulutuksessa oleva kokee koulutuksen?
2. Miten omakohtainen kokemus on avuksi kokemusasiantuntijuustehtävissä?
3. Miten kokemusasiantuntijakoulutusta tulisi kehittää?

## 5 Tutkimuksen toteutus

Empiirinen eli havainnoiva tutkimus perustuu aina menetelmiin, jotka on kehitetty teoreettisten tutkimuksien pohjalta. Tutkittavia ilmiöitä on loputtomasti, kuitenkin kaikki tähtäävät samaan tavoitteeseen, tutkimusongelmasta johdettujen kysymyksiin vastauksiin. Useimmiten tutkitaan käyttäytymisen syitä, toteutuuko jokin olettamus eli hypoteesi käytännössä, löytyykö ongelmaan ratkaisua tai kuinka jokin asia tulisi toteuttaa. Jotta tutkimus onnistuisi, tulee kohderyhmän olla osuva ja tutkimusmenetelmän lähestymistapaan sekä näkökulmaan sopiva. Myös tutkimustavoitteet, -tarkoitukset ja resurssit vaikuttavat tutkimusmenetelmiin ja tutkimusotteeseen. Empiirisessä tutkimuksessa tutkimusote voi olla kvantitatiivinen eli määrällinen tai kvalitatiivinen eli laadullinen. (Heikkilä 2008, 13-16.)

Empiirinen tutkimus koostuu monista vaiheista. Aluksi määritetään tutkimusongelma eli tutkimuksen aihe. Seuraavaksi pohditaan keinoja, kuinka tutkimusta lähdetään toteuttamaan. Aiheeseen perehtyminen ja ongelman täsmennys ovat tärkeitä tutkimusprosessin vaiheita. Tutustuminen aiheesta koskevaan kirjallisuuteen ja aikaisempiin tutkimuksiin on hyvän tutkimuksen perusta. Teoria osuuden jälkeen aineisto tulee kerätä tarkkaan valikoidulla tavalla ja analysoida sen sisältö. Lopuksi aineistoanalysoinnin pohjalta tehdään tutkimuksen johtopäätökset, jotka tulee raportoida huolella. Tutkimuksen kokonaisuuteen ymmärtää, kun kiinnittää huomiota näiden vaiheiden väliseen vuorovaikutukseen. Tästä muodostuu empiirisen tutkimuksen laadukas kokonaisuus. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 14-15.)

### 5.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyön lähestymistapa on valittu tutkimuskysymysten, opinnäytetyön tarkoituksen sekä tavoitteen perusteella. Tämä opinnäytetyö toteutetaan laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena, sillä opinnäytetyön tarkoituksena on kerätä laadullista tietoa ja kehitysideoita Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksesta. Laadullinen tutkimus vastaa ennen kaikkea kysymyksiin miksi, miten ja millainen. (Heikkilä 2008, 16; Tilastokeskus 2014a.) Laadullisessa tutkimuksessa pyritään saamaan jostakin paikallisesta ilmiöstä uutta teoretietoa ja syvällisempi käsitys (Hirsjärvi & Hurme 2006, 59). Tutkimukseen valikoituu usein pieni määrä tarkoin valittuja henkilöitä, joiden käyttäytymistä tai kertomuksia pyritään analysoimaan mahdollisimman tarkasti. Kehityskohteita etsittäessä laadullinen tutkimus on paras vaihtoehto, josta kumpuaa esiin usein hyviä jatkotutkimusehdotuksia. (Heikkilä 2008, 16.)

Tässä opinnäytetyössä kerättiin tietoa omakohtaisista kokemuksista ja mielipiteistä, joista pyrittiin mahdollisimman yksityiskohtaisesti ammentamaan kehityskohteita. Opinnäytetyön keskittyessä ainoastaan Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutukseen, laadullinen tutkimus mahdollisti tiiviin aineiston työstämisen. Tulosten luotettavuuden lisäämiseksi aineisto on analysoitu objektiivisesti. Laadullisen tutkimuksen objektiivisuudella pyritään siihen, etteivät tutkijat sekoita omia uskomuksiaan tai asenteitaan tutkittavaan kohteeseen. Laadullisessa tutkimuksessa tulisi ymmärtää haastateltavan näkökulmia ja käyttäytymistä sekä toimia vuorovaikutussuhteessa haastateltavan kanssa. (Heikkilä 2008, 16; Tilastokeskus 2014a.) Tutkijoiden on mahdollisuus ymmärtää haastateltavia ja toisaalta kysymys on siitä, kuinka tutkimuksen lukijat ymmärtävät tutkijoiden tekemää raporttia (Tuomi & Sarajärvi 2013, 68-69).

## 5.2 Otos

Laadullisessa tutkimuksessa otos on aina harkinnanvarainen ja tarkkaan valittu tietty kohde-ryhmä, joka tuottaa haluttua tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Näin ollen otos määräytyy tutkimuksen tarkoituksen mukaisesti ja vaikuttaa haastattelun suunnitteluun. Haastattelun kulku määräytyy haastateltavien voimavarojen sekä orientoituneisuuden mukaan. Haastateltavat käsitetään yksilöinä ja jokaiselta saatu tieto on tärkeää. Merkittävän tiedon saamiseksi riittää pienikin otos. (Heikkilä 2008, 16-17; Hirsjärvi & Hurme 2006, 58-60.) Tässä opinnäytetyössä otoksena ovat keväällä 2014 Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksessa mukana olleet opiskelijat ja yksi ryhmänohjaaja. Kahdeksasta opiskelijasta seitsemän osallistui haastatteluun, sillä yhdellä opiskelijalla oli samanaikainen koulutus eikä tämän vuoksi päässyt haastatteluun. Haastateltavat olivat hyvin orientoituneita ja tuottivat paljon opinnäytetyölle laadukasta tietoa.

## 5.3 Haastattelumenetelmä

Aineistonkeruumenetelmänä haastattelu soveltuu hyvin monenlaisiin tutkimuksiin. Tämän opinnäytetyön tavoitteeseen pääsemiseksi pohdittiin aineistonkeruumenetelminä kyselylomakkeen ja haastattelun eroja sekä mahdollisuuksia. Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui haastattelu. Kyselylomake ei vastannut tarpeeksi hyvin tämän opinnäytetyön tarpeisiin, sillä se koettiin liian pelkistetyksi ja strukturoiduksi, rajallisen vastaustilan vuoksi. Haastattelun etu verrattuna kyselylomakkeeseen on joustavuus ja haastateltavien mahdollisuus kertoa omin sanoin ajatuksensa. Myös haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymys tai selventää ilmausten sanamuotoja. Haastattelu todettiin toimivammaksi aineistonkeruumenetelmäksi suhteessa tutkimusongelmiin, tutkittaviin asioihin ja käytettävissä oleviin voimavaroihin. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 15; Tuomi & Sarajärvi 2013, 72-75.)

Kaikissa haastattelumuodoissa perustana toimii haastateltavan ja haastattelijan välinen vuorovaikutus, jossa molemmat vaikuttavat toisiinsa käyttäytymisellään ja puheellaan. Haastattelija voi kerätä tietoa paitsi haastateltavan sanallisesta tuotoksesta myös havainnoimalla tämän käytöstä ja olemusta. Näin ollen ne täydentävät toinen toisiaan aineistonkeruumenetelminä. (Heikkilä 2008, 17; Hirsjärvi & Hurme 2006, 37-59.)

Haastattelumenetelmänä tässä opinnäytetyössä käytettiin yksilöhaastattelua, joka toteutettiin teema- eli puolistrukturoituna haastatteluna. Yksilöhaastattelun valikoitui opinnäytetyöhön, sillä nauhoitukset ovat helppoiten litteroitavissa ja analysoitavissa, kun haastattelussa on vain yksi haastateltava kerrallaan. Teemahaastattelu edellyttää, että haastateltavat ovat kokeneet jonkin saman asian. Lisäksi haastateltavien tulee olla selvillä tähän asiaan liittyvistä tärkeistä osista, rakenteista ja kokonaisuudesta. Näiden perusteella määräytyy teemahaastattelun runko (Liite 2). Tätä runkoa käytetään apuna teemahaastattelussa selvittäessä haastateltavien omakohtaisia kokemuksia. Haastattelussa tärkeintä on saada mahdollisimman paljon tietoa tutkittavasta aiheesta. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 47; Tuomi & Sarajärvi 2013, 72-75.)

Haastattelun vaivattoman etenemisen takaamiseksi haastateltaville voi antaa mahdollisuuden tutustua haastattelun teemoihin etukäteen (Hirsjärvi & Hurme 2006, 47; Tuomi & Sarajärvi 2013, 72-75). Teemojen sekä haastattelijan on tarkoitus säilyttää haastattelun aiheet jo ennalta määrättyssä tutkimusongelmassa (Tilastokeskus 2014b). Opinnäytetyön haastateltavat saivat saatekirjeen (Liite 3), joten heillä oli mahdollisuus tutustua kysymyksiin, ja näin valmistautua haastatteluun. Haastattelussa oli valmiiksi valittu teemojen (Liite 2) mukaiset kysymykset, joihin haastateltavat saivat avoimesti vastata.

#### 5.4 Aineistoanalyysi

Laadullista aineistoa analysoitaessa luodaan selkeyttä kerättyyn aineistoon, josta tuotetaan uutta tietoa. Analysoinnissa tulee tiivistää aineistoa onnistuneesti, menettämättä informaatiota. Tällöin pyritään luomaan hajanaisesta aineistosta yksinkertaista ja selkeää, joka kasvattaa informaation arvoa. (Eskola & Suoranta 1999, 138.) Tässä opinnäytetyössä on käytetty teorialähtöistä sisällönanalyysiä, sillä se soveltuu hyvin vapaamuotoisen ja suullisen aineiston analysointiin. Sen avulla voidaan tarkastella asioiden ja tapahtumien merkityksiä, yhteyksiä ja seurauksia. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 21.) Sisällönanalyysillä pyritään kuvaamaan tutkittu ilmiö tiiviissä, kaikkien ymmärrettävissä olevassa muodossa. Sisällönanalyysi on tekstin analysointia, jossa etsitään merkityksellisimmät kohdat ja redusoidaan eli pelkistetään aineistosta tutkimukselle epäoleellinen aineisto pois. Alkuperäisilmausten sanatarkka puhekielinen litterointi sopii teemahaastatteluun. Alkuperäisilmaukset pelkistetään ja niistä etsitään jokaista luokkaa määrittelevät säännönmukaisuudet tai samankaltaisuudet. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 150-151; Tuomi & Sarajärvi 2013, 103-113; Kyngäs & Vanhanen 1999, 3-7.)

Tässä opinnäytetyössä alkuperäisilmauksista etsittiin pelkistetyt ilmaukset (Liite 4), jotka luokiteltiin samankaltaisuuksien mukaan. Ilmaukset yhdistettiin alaluokiksi, joista juonnettiin yläluokat ja yläluokista muodostettiin pääluokat (Liite 5). Pääluokista muodostui yksi kokoava käsite (Liite 5). Laadullisessa tutkimuksessa tulkintaa muokkaa aina tutkijan oma persoonallinen näkemys ja intuitio, kuitenkin jokaisessa analyysinvaiheessa tutkijan tulee ymmärtää, mitä asiat haastateltaville merkitsevät heidän omasta näkökulmastaan (Hirsjärvi & Hurme 2006, 150-151; Tuomi & Sarajärvi 2013, 103-113; Kyngäs & Vanhanen 1999, 3-7).

### 5.5 Opinnäytetyön toteutus

Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymykset määräytyivät opinnäytetyön tavoitteen ja tarkoituksen mukaan. Opinnäytetyöprosessin alussa kirjoitettiin teoriaosuus, johon haettiin laajalti tietoa käyttäen hakusanoja liittyen mielenterveyteen, päihdesairauteen, kuntoutukseen, vertaistukeen sekä kokemusasiantuntijuuteen. Kansainvälisistä tietokannoista etsittäessä tietoa ja tutkimuksia kokemusasiantuntijuudesta käytettiin hakusanoja expert by experience, service user involvement ja expertise by experience. Opinnäytetyöhön sopivimmaksi englanninkieliseksi hakusanaksi muodostui opinnäytetyölle eniten arvokasta tietoa tuottanut "expert by experience". Tietoa haettiin Laurea-ammattikorkeakoulun Nelli-tiedonhakuportaalista löytyvistä tietokannoista sekä hakukone Google:sta. Tutkimuslupahakemukset lähetettiin 11.3.2014 Lohjan ja Karviaisen perusturvakuntayhtymään. Tutkimusluvut opinnäytetyön toteuttamista varten saatiin Lohjan perusturvakuntayhtymältä 17.3.2014 ja Karviaisen perusturvakuntayhtymältä 28.3.2014.

Aiheeseen perehtymisen ja tutkimuskysymysten täsmennyksen jälkeen sovittiin aineistonkeruussa käytetyn teemahaastattelun teemoista ja aikatauluista. Haastateltaville lähetettiin saatekirje (Liite 3), jossa kerrottiin tutkimuskysymykset sekä pyydettiin kirjallinen suostumus haastatteluun. Osallistuminen oli vapaaehtoista ja haastateltaville kerrottiin aluksi, että he voivat keskeyttää haastattelun missä vaiheessa tahansa. Noin tunnin mittaiset yksilöhaastattelut suoritettiin keväällä 2014 viikoilla 15 - 22 Lohjan Laurea-ammattikorkeakoulun tiloissa. Aineistot litteroitiin ja analysoitiin käyttämällä teorialähtöistä sisällönanalyysia. Hirsjärven ja Hurmeen (2006,185) mukaan tallenteiden selkeys ja mahdollisimman nopeasti haastattelujen jälkeen litteroidut aineistot parantavat aineiston laatua sekä tarkasti analysoitujen aineistojen pohjalta on hyvä tehdä luotettavia pohdintoja ja johtopäätöksiä. Jatkotutkimusehdotukset pohjautuvat tarkoin analysoituun aineistoon. Tämän opinnäytetyön pohdinta, johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset löytyvät viimeisestä luvusta, jonne on myös koottu pohdintaa opinnäytetyön eettisyydestä ja luotettavuudesta. Tämän opinnäytetyön tulokset esitettiin Kokemusasiantuntijaseminaarissa 29.1.2015 Lohjan kaupungintalolla valtuustosalissa.

## 5.6 Yhteistyökumppanit

Ensimmäinen sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma Kaste aloitettiin vuonna 2008. Ohjelmassa määritettiin keskeiset toimenpiteet, syrjäytymisen vähentämiseksi, hyvinvointi- ja terveyserojen kaventamiseksi sekä palveluiden laadun ja saatavuuden kehittämiseksi. (Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2008:6, 3-5.) Ensimmäinen ohjelma päättyi vuonna 2011 ja se loi uudenlaisia kehitysmenetelmiä käytäntöön. Kaste-ohjelma kehitti kuntien ja keskushallinnon välistä vuorovaikutusta. (Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2012:12, 3.) Toinen Kaste-ohjelma alkoi vuonna 2012 ja sen on määrä kestää vuoteen 2015. Ohjelmassa pyritään ongelmien ehkäisyyn sekä fyysisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin aktiiviseen edistämiseen ja sosiaali- ja terveyspolitiikan uudistamiseen. (Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2012:1, 4; Sosiaali- ja terveysministeriö 2014.) Terveyden ja hyvinvoinnin laitos tukee Kaste-hankkeita omilla osajohjelmillaan. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014b.)

Kaste-ohjelman rahoittamia hankkeita ovat muun muassa Etelä-Suomen mielenterveys- ja päihdepalvelujen kehittämishanke Mielen avain ja mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kokonaisvaltaisen hoidon hanke KOHO (Laitinen & Lehtovaara 2011, 3; Lohjan kaupunki 2012; Mielen avain 2014c). Mielen avain on Suomen suurin mielenterveys- ja päihdehanke, jolle on myönnetty 8 900 000 euroa valtionavustusta. Hankkeen piiriin kuuluu 35 Etelä-Suomen kuntaa. (Mielen avain 2014c; Ylönen 2011.) Mielen avaimen tavoitteena on edistää päihdeettömyyttä ja mielenterveyttä sekä helpottaa mielenterveys- ja päihdeongelmaisten avunsaantia. Tavoitteena on ammattiryhmien erityisosaamisen tehokas hyödyntäminen ja kuntalaisten terveyden edistäminen. (Mielen avain 2014c.) Mielen avain -hanke on aloittanut mielenterveys- ja päihdekokemusasiantuntijoiden kouluttamisen vuonna 2011. Vuoden 2013 syksyyn mennessä kokemusasiantuntijoita on koulutettu Mielen avain -hankkeen toimesta yhteensä 67. Asiantuntijuuteen vaaditaan omien kokemusten tueksi koulutuksen antama tieto päihdeongelmista ja psyykkisistä sairauksista sekä niiden hoitomenetelmistä. (Mielen avain 2014b.)

KOHO-hanke on mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kokonaisvaltaisen hoidon hanke, joka pyrkii kehittämään kunnallista mielenterveys- ja päihdetyötä sekä estämään syrjäytymistä. Hankkeen luomat uudet toimintamallit ovat ajankohtaisia, sillä yhä useammalla asiakkaalla on sekä mielenterveys- että päihdeongelmia, jonka takia työkyvyttömyys sekä alkoholisairaudet ja -kuolemat ovat huomattavasti lisääntyneet. Hankkeeseen kuuluvat Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin Lohjan sairaanhoitoalueen psykiatrinen tulossyksikkö, Lohjan kaupunki, Siuntion kunta, Inkoon kunta sekä Karviaisen peruskuntayhtymä, Vihdin kunta ja Karkkilan kaupunki. (Laitinen & Lehtovaara 2011, 4-8.)

Uudellamaalla toimii vuonna 1993 perustettu Lohjan seudun mielenterveysseura ry, joka kuuluu Suomen Mielenterveysseuraan. Seuran tarkoituksena on kehittää vapaaehtoista kansalais-toimintaa muun muassa tukihenkilötoimintaa ja edistää mielenterveystyötä ja kuntoutusta. (Lohjan mielenterveysseura ry 2009a.) Seura organisoii myös koulutuksia ja tiedotuksia mielenterveyteen liittyvistä aiheista (Lohjan mielenterveysseura ry 2009b).

Pumppu-hanke toteutettiin Etelä-Suomen alueella vuosina 2011 - 2014. Laurea-ammattikorkeakoulu teki yhteistyötä Pumppu-hankkeen kanssa, jolla pyrittiin kehittämään kansalaislähtöisiä hyvinvointipalveluja. Kohderyhminä olivat sydän- ja diabetespotilaat, syrjäytymisuhan alla olevat nuoret ja työttömät sekä kehitysvammaisten lasten ja nuorten perheet Länsi-Uudellamaalla. Pumppu-hankkeen lähtökohtana oli saada tulevaisuudessa entistä enemmän toimijoita sosiaali- ja terveysalalle. (Tuohimaa, Rajalahti & Meristö 2012, 19-22.)

## 6 Tulokset

Tässä luvussa käydään läpi opinnäytetyön haastatteluihin osallistuneiden taustatietoja ja opinnäytetyön tuloksia. Tulokset on jaettu kolmeen alalukuun tutkimuskysymysten mukaisesti. Aluksi kerrotaan haastateltavien kokemuksia koulutuksesta. Seuraavaksi perehdymme, kuinka oman kokemuksen hyödyntäminen on apuna koulutuksessa ja kokemusasiantuntijatehtävissä. Lopuksi käydään läpi koulutuksen kehittämisehdotuksia.

### 6.1 Taustatiedot haastateltavista

Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen opiskelijat on valittu hakemuksien ja haastatteluiden perusteella. Haastattelussa mukana olivat KOHO-hankkeen hankekoordinaattori Terhi Auvinen sekä Lohjan seudun mielenterveysseuran tukihenkilökoordinaattori Cati Järnmark-Mårdh. Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksessa 6.11.2013 aloitti kymmenen opiskelijaa. (Auvinen 2014.) Tämän opinnäytetyön teemahaastatteluihin osallistui seitsemän keväällä 2014 koulutuksessa mukana ollutta opiskelijaa ja yksi ryhmänohjaaja, joka on koulutuksen käynyt kokemusasiantuntija. Identiteettien suojaamiseksi ryhmänohjaajan vastaukset on yhdistetty opiskelijoiden vastauksiin. Opiskelijoista kaksi oli mielenterveyskuntoutujia, kolme päihdekuntoutujia ja kaksi oli omaisia. Päihdekuntoutujat kokivat olleensa myös mielenterveyskuntoutujia.



## 6.2 Haastateltavien kokemukset koulutuksesta

Kaikki haastateltavat kokivat koulutuksen laadukkaana ja hyvänä. Koulutuksen koettiin olevan henkisesti virkistävää, eräänlainen irtiotto ja mielettömän hyvä kokemus. Haastattelussa nousi ilmi, että osa opiskelijoista koki koulutuksen vahvistaneen heidän kuntoutumisprosessiaan. Koulutuksessa erittäin toimivaksi koettiin vuorovaikutteiset luennot, palautteen antaminen sekä ryhmän monipuolisuus. Palautteenannon toimivuuden ajateltiin peilaavan ryhmän keskinäistä ilmapiiriä. Luottamus ja intensiivisyys ryhmän kesken kasvoivat koulutuksen edetessä, jonka ansiosta opiskelijat kokivat helpoksi puhua itselleen vaikeista asioista. Opiskelijat kunnioittivat toistensa mielipiteitä. Vuorovaikutuksen koettiin olevan toimivaa niin ryhmän kuin kouluttajien välillä ja se mahdollisti positiiviset opiskelukokemukset.

Koulutus on ihan äärettömän hyvä.

Mun mielest se ei oo itsestäänselvyys ollenkaan et sielt tulis jotain sellast feed backii, mut täs ryhmäs se on ainaki ihan älyttömän hyvin onnistunut.

Kaikki kunnioittaa toinen toisiaan.

Moninainen ryhmä ja erilaisia henkilöitä, siel on niinku jokaista, taustaltaan niin erilaisia.

Kun se ryhmätyö toimii nii sitte palaute, se on tosi tärkeetä.

Koulutus eteni moduulien mukaan. Haastateltavista yksi osasi kertoa, miten se näkyy koulutuksessa. Opiskelijoille oli jäänyt epäselväksi koulutuksen moduulimuotoisuus. Heidän mielestään koulutus kuitenkin eteni loogisesti. Ensiksi tutustuttiin ryhmän kesken, jonka jälkeen siirryttiin eteenpäin teorian tiedon pariin. Koulutuksessa teorian tiedon käsittelemiseen olisi toivottu käytettävän enemmän aikaa, sillä opiskelijoiden tiedonhalu kasvoi koulutuksen myötä. Osa koki tarvitsevänsä enemmän aikaa sisäistääkseen teorian tiedon ja osa taas syventyäkseen yksityiskohtaisemmin teoriaan. Suurin osa opiskelijoista innostui koulutuksesta niin paljon, että olisi toivonut pidempää ja tiiviimpää kokonaisuutta.

No mä en kyl, emmä oikeen osaa sanoa, mut kyl se on niinku edenny silleen ihan just niinku loogisesti. Et kyl siin niinku jonkinlainen logiikka on, mut emmä oo siihen sillai kiinnittäny huomioo.

Mä oon miettiny et mitä se täs yhteydes tarkoittaa se moduulimuotonen. Et ei ole selvinny...et ei ole käyty sillai.

Me kaikki todettiin, että siinä meidän koulutusaikataulussa ei meidän koulutus kertoja oltu laitettu näiden moduulien sisään. Me ei tavallaan siitä niin tiedetty... Musta se on ihan hyvä, koska sehän varmaan auttaa myös opettajia suunnittelemaan sen koulutuksen sisältöä ja tavallaanhan se on sitte, et se menee kronologisessa järjestyksessä, jos näin vois sanoa.”

Tää on aika tiivis kokonaisuus käsitellä niin vaikeita laajoja asioita mitä tässä, tässä koulutuksessa käsitellään...menee kyl jonkin aikaa sisäistämiseen, et tää aika on aika lyhyt.

Kaikki haastateltavat kokivat kouluttajien olleen erittäin ammattitaitoisia. Ammattimaisuus korostui opetuksen kohdentamisen taitona ja yksilöiden huomioimisena. Kouluttajat olivat inhimillisiä ja toivat oman persoonansa esiin koulutustilanteissa. Suurin osa opiskelijoista koki ryhmän puheliaana, joka toi omat haasteensa kouluttajille. Vastajat olivat erityisen tyytyväisiä oman ryhmänsä vetäjään, koska hän auttoi toiminnallaan opiskelijoita tutustumaan kokemusasiantuntijan työelämään jo koulutuksen aikana. Ulkopuolisten kokemusasiantuntijoiden luennot olivat opiskelijoiden mielestä erittäin mielenkiintoisia. Opiskelijat pitivät mahdollisuuksista käydä kertomassa omaa tarinaansa erilaisissa tilaisuuksissa, sillä he kokivat tämän antavan valmiuksia kokemusasiantuntijatehtäviä varten. Koulutuksen myötä tarjoutuneet tilaisuudet osallistua ulkopuolisiin seminaareihin koettiin erottavana tekijänä muihin koulutuksiin.

Toi vetäjä on nii, se on ollu siis aivan hyvä, et ei oo niinku mitää tyyliin tiukka piposta, ku me ollaan sellasii äänekkäitä siellä nii tota.

Ne on tosi hyviä (ulkopuoliset kouluttajat). Et oon kyllä ollu tosi tyytyväinen. Ammatilainen on aina ammatilainen.

Joo, he

on hyvin empaattisia (kouluttajat) ja mun mielestä osaavat asiansa ja tuovat myös itsestään esiin sellasen inhimillisen puolen, et eivät vaan ole kouluttajia tai opettajia vaan myös ihmisiä meidän kanssa. Se on tärkeää.

Opiskelijoiden toiveet otettiin hyvin huomioon koulutuksessa. Sisältöä muokattiin koulutuksen edetessä opiskelijoiden toiveiden ja mielenkiinnon mukaisesti. Haastattelussa kävi ilmi, että ryhmän puheliaisuus vaikutti välillä opetuksen häiriintymiseen ja osaa aiheista ei ehditty käsitellä oppitunnin aikana. Suurin osa koki puheliaisuuden kuitenkin positiivisena ja ryhmähenkä edesauttavana tekijänä.

Paljo tietysti on menty sitten asioissa sillä tavalla kun mitä meiltä tulee niinku näitä asioita.

Mut sehän on muotoutunu se meidän lukujärjestys jonkin verran tässä...meidän pyynnöstä tai sitten on tää meidän vetäjä on esittäny meille jotakin tällasta näin ja, että otettasko, että sopiiko meille, että otetaan ylimääräinen tunti.

Jos oli lukujärjestyksessä 11 - 14, joku tietty kokonaisuus, nii hyvä jos siit päätettiin 60 %...

Meidän ryhmässähän, ku se on niin keskusteleva, niin ainahan ei oo suinkaan kovin pitkälle niistä päästy. Viime kerralla varsinki sil ei ollu kokemusta vastavista ryhmistä, sillä luennoitsijalla, nii se oli aika hämmäntynyt siitä kun sil oli vaikeuksia saada kaikki diansa esitettyä kun meidän ryhmä halus vaan jutella. Mutta sitte on toisia jotka tietää tän etukäteen, jotka on käynyt tän tapasissa ryhmissä enemmän, niin niitä se ei hätkäytä ollenkaan.

Lohjan Laurea-ammattikorkeakoulu koettiin viihtyisänä oppimisympäristönä ja nykyajan opiskeluelämän näkeminen mieltä virkistävänä. Yhteiset tunnit sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa toimivat vastavuoroisesti. Kokemusasiantuntijaopiskelijat tunsivat tullessaan kuulluksi ja hyväksytyksi sairaanhoitajaopiskelijoiden taholta. Tunneilla syntynyt keskustelu koettiin äärimmäisen hyväksi ja näkemysten jakamisen koettiin antavan paljon puolin ja toisin. Kokemusasiantuntijaopiskelijat kokivat, että on tärkeää antaa sairaanhoitajaopiskelijoille mahdollisimman realistinen kuva mielenterveys- ja päihdesairauksista.

Vastavuoroisuus siinä on ollu tosi hyvä, että on niinku tuntenu sitä että on saanu ja on antanu ja se mun mielestä on opiskelussa aivan ihanaa.

Teiltä tulee niinku omii näkemyksii, teijä niiku opiskelijoitte näkemyksii ja se on varmaan vastavuoroisesti ihan hyvä homma, että se on niiku tosi hyvä yhtälö.

Tää on hieno ympäristö. Mää tykkään.

Siin on niiku tavallaa ammattilaisii ja sit me kokemusasiantuntijat ois niinku tosi hyvä, et niit ois enemmän. Must tuntuu et sairaanhoitajaopiskelijatki sais samalla ku kokemusasiantuntijat on siin paljo.

Kaikki haastateltavat kertoivat koulutuksesta saadun teoriatiedon olleen laadukasta. Osa koki teoriatiedon määrän riittäväksi, ja osa olisi ollut halukas opiskelemaan lisää tiettyjä aiheita. Teoriatiedon tuoma ymmärrys asioihin auttoi opiskelijoita ymmärtämään menneisyyden tapahtumia ja jäsentämään aikaisempaa tietoa. Opiskelijat kokivat hyödylliseksi ja tärkeäksi lainsäädännön, omaistoiminnan, psykoterapian sekä ilmaisu- ja esiintymistaitojen sisäistämisen koulutuksen edetessä. Omaistoiminnan opiskelun koettiin antavan valmiuksia toimia omaisten tukihenkilönä. Aihetta käsiteltiin koulutuksessa suurimman osan mielestä kuitenkin liian vähän. Erittäin paljon opiskelijat arvostivat koulutukseen osallistuneiden omaisten näkökulmia ja kokemuksia. Tasoerot tietotekniikan osaamisessa jakoivat ryhmän mielipiteitä tietotekniikan opiskelun riittävydestä ja tarpeellisuudesta. Myös lainsäädäntö oli ennestään tuttua osalle opiskelijoista. Lainsäädännöstä tärkeäksi koettiin tietää mielenterveys- ja päihdelain perusteet, joihin hoitotyö pohjautuu.

Joskus ollu aika puhki sillee ku on menny kotii et niin paljo niiku uutta tulee... et on niinku tullu sitä faktatietoo...et on oppinu ymmärtää miks jotkut asiat on menneet niin miten ne on menny.

Se on tota ollu niiku mulle se antosin asia se niiku historian ymmärtäminen ja kaikki sairaus käsitteet...ymmärrän paljo paremmin juttuja.

Tässä oli aika hyväkin juttu, käsiteltiin tiettyjä lainalaisuuksia ja tiettyjä sudenkuoppia. Nii ne on tosi tärkeitä asioita tietää teoriassa...mut ihan hyvä käydä mun mielest niit sudenkuoppia just.

Jos oletetaan että ihmiset tarvitsisivat tietotekniikkaa sitten tässä, niin ei näillä opetuskerroilla ei...ei se mene, koska me ollaan hirveen eri tasosia.

Teatterilla pidettävät opetukset ilmaisutaidosta olivat opiskelijoiden mieleen. Kaikki pitivät harjoituksia todella hyvinä esiintymisjännityksen laukaisijoina, ryhmähengen tiivistäjinä sekä itseluottamuksen kasvattajina. Teatteriopetuksen ilmapiiri koettiin vapauttavana ja harjoitusten kautta opittiin heittäytymään eri tilanteisiin. Haastattelussa yksi opiskelija toi esiin, että improvisaatiota voisi hyödyntää pienessä mittakaavassa myös kokemusasiantuntijatehtävissä, joissa asiakkaat voisivat tuoda esiin ongelmiaan improvisaation kautta. Teatteriopetuksen myötä tuli oivallus siitä, kuinka omaa tarinaa esittäessä jännitys ei välttämättä näy ulkopuolisille. Ryhmänvetäjänä toimimista ei opiskelijoiden mukaan käsitelty koulutuksessa kuin ohimennen. Osa opiskelijoista kertoi ottaneensa mallia ryhmänvetäjäyteen oman ryhmänsä vetäjistä.

Se oli iha huippu se teatteripäivä, siel niinku oppi ja tosi hyvä. Hyvä homma.

Toisaalta se tulee aika pitkälle apu, tulee siitä, et saa niinku sitä itsetuntoa ja itseluottamusta lisää, nii kyl se auttaa aika paljon.

Haastateltavat kertoivat, että koulutuksessa painotettiin, että oman elämän tulee olla hallinnassa koulutukseen haettaessa. Moni koki, että koulutus tuli heille juuri oikeaan aikaan ja oikeaan elämän tilanteeseen sekä toimi ikään kuin terapiana. Haastatteluissa tärkeiksi arvoiksi koulutuksen kannalta nousivat rehellisyys itseään kohtaan ja oma hyvinvointi. Koulutuksen koettiin olevan voimaannuttavaa sekä tukevan elämän hallintaa. Opiskelijoiden erilaiset taustat mahdollistivat monipuolisen vertaistuen ja ilmapiiri ryhmän kesken oli avoin ja lämmihenkinen. Opiskelijat antoivat hyvää palautetta opiskelijoiden valitsijoille, jotka heidän mielestään olivat osanneet loistavasti valita koulutukseen mahdollisimman erilaisia ihmisiä, sekä persoonaltaan että taustaltaan. Vastauksista huokui, että opiskelijoilla on etuoikeutettu olo, kun he tulivat valituksi koulutukseen.

Ensin pitää saada oma pakka kondikseen... vertaistuki on niinku tärkeä.

Nää oli osannu asiansa nää valitsijat. Oli osannu valita niinku ihmisetki vähä erilaisiks. Se on ollu mun mielestä se ensimmäinen asia mis on onnistuttu ja tota aiheet on ollu älyttömän upeita.

Oma jaksaminen on se tärkein asia...

Koulutuksen keskeinen työväline, oma tarina, koettiin opiskelijoita lähentäväksi tekijäksi. Haastattelussa tuli ilmi, että tarinan kerronnalla voi olla myös negatiivisia vaikutuksia työvälineenä, jos kuuntelija saa vääristyneen käsityksen entisen alkoholistin tarinasta. Opiskelijat kokivat olevansa etuoikeutettuja saadessaan kuunnella toisten kertomia henkilökohtaisia tarinoita ja jakaessaan omaa tarinaansa. Tarinan kertominen oli opiskelijoille raskasta, mutta heidän mielestään välttämätöntä asioiden ymmärtämisen ja läpikäymisen kannalta. Oma tarinaa kertoessa, sen koettiin käyvän kerta kerralta helpommaksi. Työstämällä tarinaa siihen

sai etäisyyttä ja oppi muovaamaan sitä esiintymistilanteisiin kohderyhmän mukaan. Tarinan kerronnan kehittyminen auttoi omien tunteiden hallinnassa ja näkemään menneisyyden objektiivisemmin, muuttaen entisiä käsityksiä omasta elämästä. Koko koulutuksen koettiin lisäävän tunteiden käsittelytaitoja ja auttavan, niin omien kuin muidenkin, tunteiden tunnistamisessa sekä antavan toimintatapoja oman mielenterveyden turvaamiseksi.

Pystyn nyt käsittelemään ne minulle tapahtuneet asiat jo niinkun öö... mä pystyn katsoon niit ulkopuolisena.

Mun mielest on tärkeä asia, et tota et siihenhän harjaantuu siihen oman tarinan kerrontaan et se ei ole enää niin tunteikas kun se on silloin ekalla kerralla.

Se että mul on sellaset työvälit millä mä pääsen ylös, että toivottavasti ei tarvii enää vajoo sinne alas, koska on kuitenkin nii paljo oppinu.

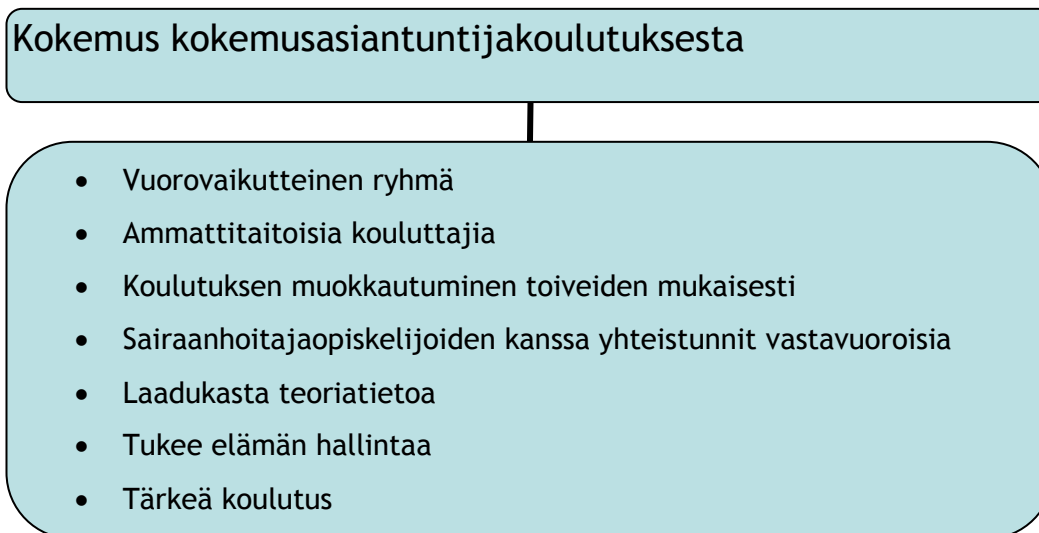
Koulutus koettiin erittäin tärkeäksi terveydenhuollon ja hoitomenetelmien kehittymisen kannalta. Kokemusasiantuntijoiden koetaan tuovan uutta näkökulmaa toimiessaan ammattilaisten rinnalla ja tukevan potilaan kokonaisvaltaista hoitoa. Opiskelijat kokivat, että kokemusasiantuntijan vertaistuki potilaalle olisi ensiarvoisen tärkeää mielenterveys- ja päihdeongelmaisten hoidossa. Koulutus innosti pientä osaa opiskelijoista jatkamaan mahdollisesti tulevaisuudessa terveys- ja sosiaalialan opintoja.

Hyvä juttu, et se on auttanu niinku yksilönä mua ja tulevaisuudessa mä luulen, et mä pystyn auttaa niinku muita kaltaisiani.

Helkutin hyvä koulutus. Meinaa tarvii kokemusasiantuntijoita.

Meidän ryhmässähän on sellasia, joka voi käyttää tätä kokemusasiantuntijakoulutusta hyväkseen, koska ne aikoo esimerkiks jatko-opintoihin, siis lähtee opiskelemaan semmosia aloja, joihin tästä on hyötyä.

Kokemusasiantuntijaopiskelijoiden keskeisimmät kokemukset ja mielipiteet koulutuksesta (Kuvio 1) on koottu yhteen. Suurin osa opiskelijoista piti ryhmän keskeistä vuorovaikutusta ja kouluttajien ammattitaitoa oppimista edistävänä tekijänä. Opiskelijat arvostivat koulutuksen sisällön muokkautumista heidän toiveidensa mukaisesti. Sairaanhoidajaopiskelijoiden kanssa pidetyt vastavuoroiset tunnit ja laadukas teoretieto koettiin innostavina tekijöinä. Kaikki opiskelijat saivat koulutuksesta tukea elämänhallintaan ja pitivät koulutusta erittäin tärkeänä.



Kuvio 1: Kokemus kokemusasiantuntijakoulutuksesta

### 6.3 Oman kokemuksen hyödyntäminen koulutuksessa ja kokemusasiantuntijatehtävissä

Yksi haastateltavista korosti omia valmiuksia koulutuksen läpiviemiseksi. Sairastumisesta ja sen kohtaamisesta sekä hoito- ja paranemisprosessista koettiin kaikista olevan suuri hyöty kokemusasiantuntijana toimimisessa. Näiden kokemusten jakaminen yhdisti ryhmää ja auttoi jäsentämään oman elämän tapahtumia. Koulutuksessa mukana olleiden omaisten tuomat näkökulmat auttoivat ymmärtämään läheisten tunnetiloja sairauden kohtaamisessa. Myös omaiset saivat ymmärrystä läheistensä käyttäytymisestä sairausaikana.

Ihmisellä pitää olla aikamoiset valmiudet jo itsellä olemassa, et sä pystyt vie-  
mään tän läpi...esiintymistaidot ja siis kirjallisesti esittäminen tarkoitiin.

Kun on niin laajalta alueelta kokemuksia. Siel on ollu ihan rankkojaki juttuja nii  
tota se antaa älyttömän paljon.

Kosketti ainaki alussa joidenki toisten tarinat. Oman tarinan kertominen päin  
vastoin autto mua jäsentämään mun omaa elämäni.

Ni mä oon päässy siihen tunteeseen, et mitä... sama homma täällä, et niinku mä  
oon saanu läheisiltä tosi paljo.

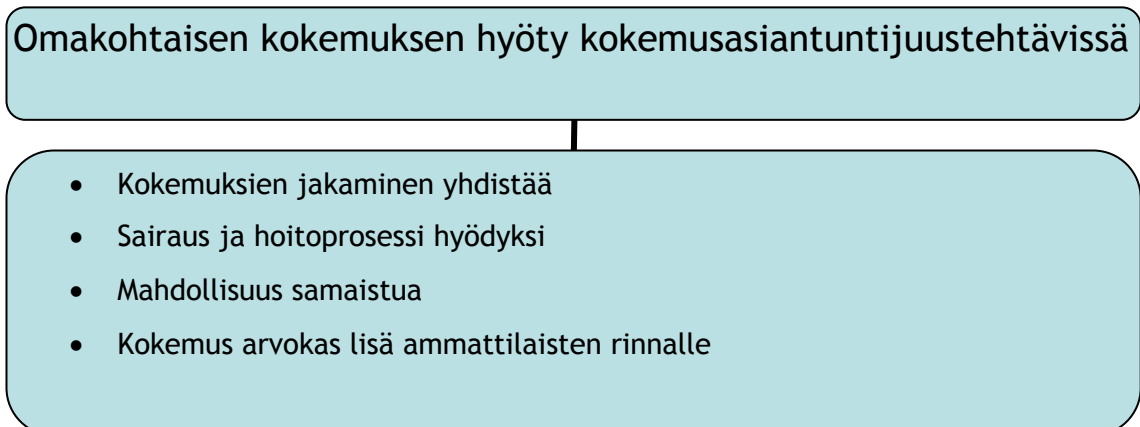
Kokemuksen olevan tärkein tekijä kokemusasiantuntijana toimimisessa, koska sen kautta samaistuminen mielenterveys- ja päihdeasiakkaan tilanteeseen mahdollistuu. Tämä luo myös luottamusta kokemusasiantuntijan ja asiakkaan välillä. Opiskelijat pitivät mahtavana sitä, että kokemusta pyritään valjastamaan koulutuksella. Kokemusasiantuntijoiden mahdollisuus samaistua asiakkaiden tunteisiin, tuo arvokkaan lisän sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tietotaidon rinnalle. Koulutuksen ja kokemuksen yhteisvoimin opiskelijat kokivat voivansa toimia kokemusasiantuntijoina, kertomassa omaa tarinaa varottavana esimerkkinä tai vertaistukena samankaltaisessa tilanteessa oleville.

No mun mielest on hienoo, et ylipäättään aletaan just tätä kokemusta...on pysytyny kääntään sen kokemuksen tavallaan voimavaraks, et paska kääntyy kulaks... sä tavallaan saat käännettyy sen just sillai, et sun ei tarvii niinku yhtään häpeillä sitä, et mitä sul on ollu. Niinku mun mielest se on ihan mahtava just et se kääntyy niinku sitte kaikki hyväks kuitenkin.

...Kun toinen on siinä samassa tilassa niin saadaan älytön luottamus kun toinen voi sanoo et mähän oon muute ollu tossa ja näin mä oon tosta selvinny. Onha se ihan älytön voimavara.

Just se tunnepuoli, et pystyy jotenki tietysti samaistumaan ja ymmärtämään toista.

Opiskelijoiden keskeiset ajatukset ovat koottuna yhteen (Kuvio 2) siitä, kuinka omakohtainen kokemus on hyödyksi kokemusasiantuntijuustehtävissä. Jo koulutuksessa kokemusten jakaminen ryhmän kesken nähtiin kokemusasiantuntijana toimimiseen valmistavana tekijänä. Opiskelijat kokivat oman tai läheisen sairastumisen ja kuntoutumisprosessin läpikäymisen olevan avuksi kokemusasiantuntijuustehtävissä. Näiden prosessien ymmärtäminen auttaa samaistumaan päihde- tai mielenterveysongelmaisten ja heidän läheistensä tilanteeseen. Ennen kaikkea kokemusasiantuntijoiden tuoma kokemustieto sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten rinnalle koettiin arvokkaana.



Kuvio 2: Omakehtaisen kokemuksen hyöty kokemusasiantuntijuustehtävissä

#### 6.4 Koulutuksen kehittämisehdotukset

Osa opiskelijoista koki kehitysideoiden antamisen hankalaksi, sillä he olivat koulutuksesta niin innoissaan, etteivät osanneet ajatella objektiivisesti ja realistisesti mitä kehittäisivät. Kaikilla ei myöskään ollut kokemusta tämän tyyppisestä koulutuksesta, joten koulutusta oli mahdollista verrata mihinkään. Kehitysideoiden pohtimiseksi opiskelijat ehdottivat yhteistä palautekeskustelua koulutuksen päätyttyä.

On niiku innoissaa tästä et ei välttämättä osaa nii ku realistisesti miettii, mutta ei oo sillee niiku verrantoo et kaikki on sillee mitä tulee, nii on sillee uutta.”

Varmasti tää loppu antaa meille paljon, et sen jälkeen vois olla joku tämmönen palautekeskustelu ihan.

Opiskelijat korostivat omaisten huomioimisen tärkeyttä sairauden hoitoprosessissa, jonka vuoksi sitä olisi toivottu käsiteltävän enemmän koulutuksessa. Oman tarinan kerrontaan toivottiin koulutuksessa käytettävän enemmän aikaa, jotta asian käsittelyyn oltaisi ehditty paneutua paremmin. Osa toivoi tarinat esitettävän hieman myöhemmin koulutuksen edetessä, jotta opiskelijat ehtisivät tutustua toisiinsa ennen henkilökohtaisten asioiden kertomista.

Ehkä se omaisen ottamine, se omaisen rooli, omaisen elämän ottaminen nii ku hieman suurempana kokonaisuutena mukaan vois olla tärkeää.

Noi tarinan kertomiset ois pitäny ehkä olla siellä niin ku täällä loppupäässä eikä välttämättä siel heti alkujutuissa.

Noin puolet opiskelijoista olisivat toivoneet lisää lainsäädännön opiskelua ja varsinkin päihdelakia enemmän. Päihdelakia ehdotettiin opiskeltavaksi yhdessä Lohjan Laurea-ammattikorkeakoulun sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa. Lähes kaikki opiskelijat ehdottivat tunteja sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa lisättäväksi, sillä he kokivat niistä saadun opin olevan molemminpuolista. Psykoterapian opiskelu todettiin haastatteluissa mielenkiintoiseksi, jonka vuoksi moni olisi mielellään opiskellut sitä lisää. Kokemusasiantuntijoiden pitämiä luentoja kaivattiin lisää, sillä niiden koettiin olevan todella opettavaisia. Kehitysideaksi nousi vapaaehtoisten tuntien lisääminen koulutukseen, jotta sitä tarvitsevat saisivat yksilöllisempää opastusta. Tietotekniikan opiskelukokonaisuus koettiin toimimattomaksi sekavan aikataulun vuoksi. Tietotekniikan tuntien sisällön ehdotettiin keskittyvän tarvittavien ohjelmien, erityisesti Power pointin, käytön opetteluun.

Sen verran, et mä oon päässy siihen niin ku tynkään kiinni, mä tarviin kyl enemmän, mut niinku et nyt semmonen perusymmärrys niinku siitä...et minkä takii niinku noi ammattilaiset ei oo tehny sitä ja tätä, ni nyt niinku paremmin ymmärtää et hei ei vaan voi, et siel on ne yksityisydensuojat ja sun muut. (lainsäädännöstä)



Enemmän tunteja sairaanhoitajaopiskelijoiden kaa. Yhteisii tuntei.

Et se on tärkeä, jos halutaan jotain opettaa, niin kyl se on Powerpoint sitte että mitä tääl pitää opettaa...vielä enemmän selkeesti lisäkurssina.”  
(tietotekniikasta)

Sehän on aiheena tosi mielenkiintonen, pohjaton ja myöskin vaikea...  
(psykoterapia)

Haastattelussa yksi vastaaja pohti mahdollisuutta lähihoitajakoulutuksesta, joka olisi suunnattu kokemusasiantuntijoille. Opiskelijat jäivät kaipaamaan tietoa työllistymisen vaikutuksesta valtion rahalliseen tukeen. Kehitysehdotukseksi tämän myötä muodostui selkeä ohjeistus saatavista tuista ja palkan vaikutuksesta niihin. Kaikki haastateltavat toivoivat kokemusasiantuntijakoulutukselle rahoituksen mahdollistamaa jatkoa. Mikäli koulutusohjelma jatkuu, pidettiin hyvänä ajatuksena seurata kokemusasiantuntijoiden vaikutusta käytännössä, jotta koulutuksen hyödyt tulevat huomioitua.

Toivon koko sydämestäni, että uus kurssi alkais ens vuonna, koska kokemusasiantuntijoita tarvitaan niin lisää, jos vain rahaa löytyy ja näin.

Mahdollisuuksia ois vaikka kuinka paljon, mut se on kiinni siitä rahotuksesta... jos niillä on tuloja, ni ne saattaa yllättäen laskee niitten kokonaistoimeentuloo, että nää tota palkkiot, et minkälainen systeemi siihen kehitettäs. Et täs on nyt tää rahoitus yks ongelma.

Toivottavasti vaa jatkos ruvetää enemmän käyttämään. (kokemusasiantuntijoita)

Vois kuvitella, että tulevaisuudessa jossain päin Suomea ja monissakin paikoissa vois olla joku tämmönen nii ku lähihoitajakoulutus, mikä ois tarkotettu vaikka kokemusasiantuntijoille.

Suurin osa opiskelijoista olisi ollut valmis pidempään ja laajempaan koulutukseen, ja he ehdottivat jatkoksi koulutukselle syventävää jatkokoulutusta. Osa opiskelijoista olisi ollut valmis myös tiiviimpään koulutukseen, jossa tunteja olisi ollut enemmän. Koulutuksen aikaista työharjoittelua jäätiin kaipaamaan ja lisää tietoa siitä millaisia mahdollisuuksia on työllistyä valmistumisen jälkeen. Työllistymisen tueksi opiskelijat toivoivat koulutuksen jälkeistä opastusta ammattihenkilöltä. Opiskelijat toivoivat koulutuksen jälkeistä jatkuvuutta tunteiden käsittelylle. Kokemusasiantuntijana toimimisen ajatellaan nostattavan vanhoja tunnetiloja sekä mahdollisesti kokonaan uusia tunteita pintaan, jolloin niiden käsittelemisen mahdollisuus koettiin tärkeäksi. Opiskelijat toivoivat tapaavansa toisiaan vielä jatkossa, jotta koulutuksen aikana syntynyt toverillisuus säilyisi. Tapaamisissa voisi vaihtaa kokemuksia kokemusasiantuntijatehtävistä, joita on tarjoutunut koulutuksen jälkeen sekä saada vertaistukea.

Paljon harjotteita pitäis olla...paljon harjotteita ja työharjoittelua ja semmosta et siit tulis sellanen hyvä yhtälö. Ja varmaan se jatkokoulutus.

Kyl mä niinku pikkasen syventäisin kaikkia osa-alueita.

Se voi olla hyvä se se jatkokoulutus, et se, et niin ku tavallaan syventävät opinnot.

Tukea ja tämmöstä opastusta, että, että miten kannattais toimia.

Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen opiskelijat näkivät koulutuksessa samankaltaisia kehittämisehdotuksia (Kuvio 3). Opiskelijat olivat innokkaita ja olisivat olleet halukkaita opiskelemaan kaikkia teoriassa käytyjä asioita lisää. Tämän mahdollistamiseksi he ehdottivat laajempaa koulutusta ja mahdollisesti jatkokoulutusta. Oppimisen ja ammattitaidon tueksi kaivattiin lisää työharjoitteluja. Oman tarinan kerronta nähtiin niin henkilökohtaiseksi, että se olisi toivottu esitettävän myöhemmin, jolloin opiskelijat olisivat ehtineet tutustua toisiinsa. Opiskelijat jäivät kaipaamaan lisää tietoa työllistymis- ja tukimahdollisuuksista. Valmistuttuaan ryhmä toivoi tunteiden käsittelyn jatkuvan yhteisten tapaamisten merkeissä.

### Kokemusasiantuntijakoulutuksen kehittäminen

- Kaikkia koulutuksen osa-alueita lisää
- Laajempi koulutus
- Syventävä jatkokoulutus
- Työharjoitteluja
- Omat tarinat myöhemmin
- Enemmän tietoa työllistymis- ja tukimahdollisuuksista
- Koulutuksen jälkeinen tunteiden käsittely

Kuvio 3: Kokemusasiantuntijakoulutuksen kehittäminen

## 7 Pohdinta

Tässä luvussa verrataan opinnäytetyön tuloksien vastaavuutta aikaisempiin tutkimustuloksiin koskien kokemusasiantuntijuutta. Luvussa käsitellään pohtivalla otteella koko opinnäytetyötä prosessina ja sen vaikuttavuutta oppimiseen. Osuuden loppupuolella esitetään opinnäytetyön tuloksien pohjalta heränneitä jatkotutkimusehdotuksia. Luvun lopussa keskitytään opinnäytetyön eettisyyden ja luotettavuuden pohdintaan.

### 7.1 Yhteenveto

Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen jatkuminen koettiin erittäin tärkeänä sosiaali- ja terveysalan kehittämisen kannalta. Kokemusasiantuntijoiden kokemustieto mahdollistaa uusia kehitysideoita palveluidenkäyttäjien näkökulmasta. Kokemusasiantuntijat tuovat sosiaali- ja terveyspalveluihin ainutlaatuisen ymmärryksen ja luovat uskoa toipumisesta. Ropponen (2011) esittelee samankaltaisia tuloksia Pohjanmaa-hankkeen kouluttamien kokemusasiantuntijoiden vaikutuksista käytännössä. Tutkielmassa huomioidaan, että kansainvälisesti kokemusasiantuntijoita arvostetaan ja hyödynnetään onnistuneesti palveluiden kehittämisessä. Suomessa kokemusasiantuntijoita tulisi kuitenkin käyttää aktiivisemmin ja monitasoisemmin sekä tunnistaa kokemusasiantuntijuuden merkityksellisyys.

Tämän opinnäytetyön tuloksista käy ilmi, että Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutus koettiin erittäin laadukkaana ja elämänhallintaa tukevana. Opiskelijoita yhdistäväksi tekijäksi muodostuivat samankaltaiset kokemukset, joiden myötä syntyi samaistumisen tunne. Uskomme, että koulutuksen onnistumiseen vaikutti suuresti kouluttajien myönteinen asenne ja ammattitaitoisuus sekä opiskelijoiden moninaiset taustat. Opiskelijoiden toiveiden huomiointi ja mahdollisuudet vaikuttaa koulutuksen sisältöön, erotti koulutuksen edukseen muista koulutuksista. Koulutuksen kehitysideat annettiin positiivisessa mielessä, sillä koulutus koettiin niin hyväksi, että opiskelijat jäivät kaipaamaan laajempaa ja kattavampaa koulutusta sekä kokemusasiantuntijoille suunnattuja jatkokoulutus mahdollisuuksia.

Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen opiskelijat kokivat tärkeänä mahdollisuuden käsitellä tunteita ja heränneitä ajatuksia koulutuksen jälkeen. Kokemusasiantuntija tehtävissä käytetään työvälineenä henkilökohtaisia kokemuksia, jolloin oma hyvinvointi ja tunteiden käsittely korostuu. Haastateltavien mukaan, kun taustalla on raskaita mielenterveys- tai päihdeongelmien kohtaamisia, vertaistuen ja hoidollisten kontaktien jatkuminen on erityisen tärkeää. Toimiessaan kokemusasiantuntijatehtävissä he hyötyisivät säännöllisestä työnohjauksesta, joka on tukena haastavissa sosiaali- ja terveysalan työtehtävissä. Työnohjauksen tarkoituksena on hyödyntää ammattilaisten keskusteluapua vaikeissa työhön liittyvissä asioissa ja tapahtumissa (Barnett & Molzon 2014).

Suurelle osalle opiskelijoista jäi epäselväksi, millaisiin työtehtäviin he voivat valmistuttuaan hakeutua. Erilaiset työharjoittelut koulutuksen aikana olisivat varmasti selkeyttäneet heidän tietoisuutta työllistymismahdollisuuksista. Myös työskentelystä maksettava palkkio ja sen vaikutus valtion rahalliseen tukeen mietitytti opiskelijoita. Rissanen (2013, 15) mukaan sosiaali- ja terveysalan organisaatiot, kuten sairaanhoitopiirit sekä oppilaitokset ja järjestöt tarjoavat valmistuneille kokemusasiantuntijoille töitä. Työtehtäviin kuuluu luentojen pitäminen sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille sekä opiskelijoille sairastamiseen ja kuntoutumiseen liittyen. Myös seurakunnat, yliopistot ja lukiot ovat kiinnostuneita hyödyntämään kokemusasiantuntijoiden osaamista ja ammattitaitoa.

Sosiaali- ja terveysalan opetussuunnitelmia uudistettaessa kokemusasiantuntijat auttavat hahmottamaan opetuksen kehityskohteita. He antavat näkökulmia laaduntarkkailuun ja opetuksen arviointiin, jotta mielenterveys- ja päihdeasiakkaan näkökulma huomioidaan opetuksessa. Kokemusasiantuntijoita käytetään myös muissa kehittämistehtävissä. (Rissanen 2013, 15.) Esimerkiksi Kellokosken ja Peijaksen sairaalan sekä Pirkanmaan sairaanhoitopiirin johtoryhmissä mielenterveys- ja päihdehoitotyön palveluiden kehittämiseen ja suunnitteluun osallistuu kokemusasiantuntijoita (Näätänen 2014; Välittäjä 2013 -hanke). Omalla toiminnallaan kokemusasiantuntijat pyrkivät muuttamaan asenteita ja ennakkoluuloja liittyen mielenterveys- ja päihdeongelmien leimaavaan statukseen, esimerkiksi media tarjoaa runsaasti mahdollisuuksia vaikuttaa radion, lehtien, television ja sosiaalisen median kautta. (Rissanen 2013, 15.)

Kokemusasiantuntijat voivat toimia hoitoalalla ammattilaisten rinnalla konkreettisesti mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kanssa. Kokemusasiantuntija voi toimia tukihenkilönä, vertaispalveluohjaajana, vertaisohjaajana, vertaisliikuttajana, ryhmänohjaajana tai ammattilaisen työparina. Tukihenkilönä toimiminen mahdollistaa vertaistuen antamisen ja motivoimisen sekä roolimallina kokemusasiantuntija luo uskoa muutokseen ja on elävä esikuva toipumisen mahdollisuudesta. Vertaispalveluohjauksessa etsitään ratkaisuja yhdessä asiakkaan kanssa arjen haasteisiin erilaisten sosiaali- ja terveyspalveluiden kautta. Mielenterveys- ja päihdekuntoutujille kokemusasiantuntijat voivat pitää ryhmiä, toimien vertaisohjaajina tai vertaisliikuttajina liikuntaryhmissä. Vertaistuki kannustaa kuntoutujia osallistumaan ryhmän toimintaan ja tuo merkitystä elämään sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ryhmissä tunteiden jakaminen ja ymmärretyksi tuleminen kokemus korostuu. Vuorovaikutuksessa muiden kuntoutujien kanssa myös sosiaaliset taidot kehittyvät. Hoidollisissa ja kuntouttavissa ryhmissä kokemusasiantuntija voi toimia ammattilaisen rinnalla ryhmänohjaajana. Tällöin kokemusasiantuntija on ikään kuin portti ammattilaisen ja kuntoutujien välillä selkeyttäen heidän välistä vuorovaikutusta. (Rissanen 2013, 16-17.)

Mielestämme kokemusasiantuntijoiden koulutus ja hyödyntäminen on tärkeä osa nykypäivän sosiaali- ja terveysalan kehittämistä. Erityisesti mielenterveys- ja päihdehoitotyön saralla kokemus hoito- ja kuntoutuspalveluista on arvokasta. Jokaisen asiakkaan sairastumis-, toipumis- ja kuntoutumisprosessi on yksilöllinen, jonka vuoksi palveluiden tulee mukautua yksilön sen hetkisiin tarpeisiin. Kokemusasiantuntijat saavat koulutuksessa kokemuksen tueksi teorian myötä ymmärryksen lainalaisuuksista ja käytännöistä, joihin sosiaali- ja terveysalan palvelut pohjautuvat. Näin ollen he omaavat laajan tietotaidon ja moniulotteisen näkökulman tarkastellessaan palveluiden toimivuutta ja kehityskohteita.

Laitila (2012) on tutkinut mielenterveys- ja päihdepalveluiden ammattilaisten sekä asiakkaiden näkökulmia asiakkaan osallisuudesta ja palveluiden asiakaslähtöisyydestä. Mielipiteistä syntyneillä kehitysideoilla tuetaan palveluiden käyttäjien osallisuutta mielenterveys- ja päihdetyön kehittämisessä. Tutkimuksessa tuli esiin, että asiakkailla on paras asiantuntijuus palveluiden sisällöstä. Palveluiden käyttäjien kokemukset auttavat havaitsemaan kehityskohteita rakenteissa ja sisällöissä. Heillä on mielipiteitä esimerkiksi hoidon järjestämisestä, joita he eivät kuitenkaan saa kuuluviin. Tutkimuksen mukaan tämä johtuu haluttomuudesta kuulla asiakkaita negatiivisen palautteen pelossa. Myös ammattilaisten ajan käytön rajallisuus ja ajatus, että ulkopuoliset neuvot kolhivat ammattimaisuutta johtavat asiakkaiden mielipiteiden ohittamiseen.

Uskomme, että kokemusasiantuntijat kykenevät auttamaan ammattilaisia ymmärtämään palveluiden käyttäjien mielipiteitä ja palautteita kehittävässä mielessä, sillä heillä on realistinen näkemys palveluiden käyttäjinä sekä ammattilaisten resursseista. Kokemusasiantuntijoita tulisi tämän vuoksi hyödyntää entistä enemmän sosiaali- ja terveysalan palveluiden kehittämisessä (Rissanen 2013). Mielestämme ammattimaisuuteen kuuluu kritiikin ja kehitysideoiden vastaanottaminen ja niiden hyödyntäminen toiminnan kehittämisessä. Usein asiakkaat tunnistavat palveluiden heikkoudet ja heidän antamat palautteet ovat avaintekijöitä kehittämisessä. Palveluita tuotetaan asiakkaille, joten asiakaslähtöinen toiminta on välttämätöntä. Jankon (2008) mukaan kokemusasiantuntijat ovat erityisen hyviä kehittämään mielenterveyspalveluita, sillä he kykenevät esittämään kritiikkiä oman kokemuksen pohjalta.

Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutukseen (Liite 1) kuului kaksi yhteistä mielenterveys- ja päihdeluentoja Laurea-ammattikorkeakoulun sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa. Näillä luennoilla kokemusasiantuntijaopiskelijat toivat esiin omakohtaisia näkemyksiä ja kokemuksia mielenterveys- ja päihdekuntoutumisesta. Saimme realistisen käsityksen palveluista ja kuvan siitä, kuinka hoitoprosessit toimivat käytännössä. Kokemusasiantuntijat saivat meidät ymmärtämään paremmin hoitotyön merkitystä palveluiden käyttäjän näkökulmasta. Toivomme, että tulevaisuudessa Lohjan Laurea-ammattikorkeakoulu hyödyntäisi kokemusasiantuntijoita sairaanhoitajaopiskelijoiden koulutuksessa. Oppimisen kannalta luentojen vuorovaikutteisuus

opiskelijoiden ja kokemusasiantuntijoiden kesken on erittäin merkityksellistä. Pääsimme myös osallistumaan kokemusasiantuntijakoulutuksen luennolle, jossa saimme kuulla henkilökohtaisia kokemuksia opiskelijoiden elämästä. Opinnäytetyöprosessin aikana saimme tutustua kokemusasiantuntijaopiskelijoihin ja heidän positiivinen sekä luottavainen suhtautuminen sai meidät tuntemaan olomme etuoikeutetuiksi. Arvostamme opinnäytetyön tarjoamaa mahdollisuutta nähdä lähemmin koulutuksen sisältöä ja kehittää itseämme.

## 7.2 Opinnäytetyö oppimisprosessina

Ammattikorkeakoululain (2003/351) 4 §:ssä määritetään, että ammattikorkeakoulun tehtävänä on antaa korkeakouluopetusta perustuen työelämän ja sen kehittämisen vaatimuksiin sekä tukea yksilön ammatillista kasvua ja elinikäistä oppimista (FINLEX 2003a). Valtioneuvostonasetus asetus ammattikorkeakouluista (2003/352) 4 § velvoittaa, että ammattikorkeakoulututkintoon johtaviin opintoihin kuuluu yhtenä osana opinnäytetyön teko (FINLEX 2003b). Opinnäytetyön tekeminen on kehittänyt laaja-alaisesti ammatillista osaamistamme. Olemme harjaantuneet toimimaan itsenäisesti ja soveltavasti eri tilanteissa järjestäen ammattimaisesti kokemusasiantuntijoiden haastattelut sekä tarvittavat kontaktit opinnäytetyön edistymisen kannalta olennaisiin henkilöihin.

Kirjoitustaitomme on kehittynyt ja opinnäytetyötä tehdessä olemme oppineet ottamaan huomioon laajemman kirjallisen kokonaisuuden sekä jäsentämään tietoa. Tiedonhaun taitomme ovat kehittyneet kriittisemmiksi ja spesifimmiksi työelämässä tarvittavia taitoja varten. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvoston suosittama National Qualification Framework listaa valmistuvan opiskelijan osaamisen edellytyksistä. Opiskelijan tulee hallita ja ymmärtää omaan alaansa liittyvä teoria, keskeiset käsitteet ja periaatteet. Valmistuvan tulee osata soveltaa oppimiaan asioita tehden luovia ratkaisuja työelämän ongelmatilanteissa. Opiskelijan tulee kyetä itsenäiseen päätöksen tekoon sekä kansainväliseen vuorovaikutukseen ja viestintään eri asiantuntijatehtävissä. (EQF-suositusehdotus 2008.) Opinnäytetyö on osoitus kokonaisvaltaisesta ammatillisesta kasvusta ja osaamisen kehittymisestä, jolla opiskelija osoittaa täyttävänsä National Qualification Framework:n kriteerit (Laurea Lohja 2012).

Päädyimme tekemään opinnäytetyötä kokemusasiantuntijakoulutuksesta, sillä se oli aiheena ajankohtainen ja kiinnostava. Mielenkiintomme mielensterveys- ja päihdehoitotyötä kohtaan oli opiskelun alusta asti vakaalla pohjalla, jonka vuoksi aiheen valitseminen oli yksimielistä ja se vaikutti oppimisen kannalta arvokkaalta. Tämä oli ensimmäinen Lohjalla järjestettävä kokemusasiantuntijakoulutus, joten prosessiin mukaan pääseminen oli suuri kunnia. Lohjan kokemusasiantuntijakoulutuksen kokonaiskuvan ymmärtääksemme perehdyimme Lohjan seudun terveyttä edistäviin hankkeisiin ja tahoihin, jotka tekevät yhteistyötä kokemusasiantuntija-toiminnassa. Opinnäytetyön myötä saimme kattavan kuvan yhteistyötahojen toiminnasta.

Parityöskentely oli meille luontainen tapa työskennellä. Tunnumme hyvin toisemme ja opimme tunnistamaan vahvuutemme sekä heikkoutemme opinnäytetyöprosessissa, joka oli yksi oppimistavoitteistamme. Täydensimme toinen toistamme eri opinnäyteyössä tarvittavilla osa-alueilla ja motivaatiomme tuki prosessin etenemistä. Parityöskentely opetti yhteistyötaitoja, kuten aikataulujen yhteensovittamista, kompromissien tekoa sekä työnjakoa. Prosessin alussa yhteisten oppimistavoitteiden asettaminen tuki kirjallisen tuotoksen työstämistä ja oman oppimisen arviointia opinnäytetyön aikana.

Opimme haastattelujen organisointia ja teemahaastattelun käyttöä haastattelumenetelmänä. Oivalsimme teemojen tärkeyden haastattelun runkona. Niiden avulla haastattelu oli sujuvaa ja saimme paljon laadukasta tietoa haastateltavilta. Emme olleet aikaisemmin tehneet sisällönanalyysiä, joten aluksi se tuntui todella monimutkaiselta ja vaikealta. Opinnäytetyöprosessissa sisällönanalyysiä tehdessä opimme analyysin tekoa sekä ymmärsimme sen eri vaiheiden tärkeyden ja niiden vaikuttavuuden tulosten luotettavuuteen. Lisäksi opimme arvioimaan tuloksia kriittisesti luotettavuuden ja eettisyyden näkökulmasta.

Haasteena opinnäytetyön teossa koimme löytää koulutehtävien ohella aikaa paneutua opinnäytetyön laajoihin osa-alueisiin. Myös kielellinen ulkoasu, kansainvälisten lähteiden löytäminen ja lähdemerkinnät tuottivat välillä päänvaivaa. Opinnäytetyön työstämiseen saimme apua säännöllisistä tapaamisista Laurea-ammattikorkeakoulun lehtoreiden kanssa. Kokemusasiantuntijuudesta ei aluksi tuntunut löytyvän yhtään kansainvälistä tutkittua tietoa, sillä emme tienneet millä englanninkielisellä sanalla etsiä tutkimuksia. Selvittäessämme englanninkielistä vastiketta kokemusasiantuntija käsitteelle saimme henkilökohtaisen vastauksen muun muassa kokemusasiantuntijana toimivalta Päivi Rissaselta. Oikean käsitteen avulla opinnäytetyömme eteni sujuvasti. Oppimisprosessina tämän opinnäytetyön teko on ollut todella opettavaista ja mielenkiintoista. Emme olleet ennen tehneet näin laajaa oppimistehtävää, joten aluksi työn määrä tuntui vaikealta hahmottaa. Opinnäytetyöprosessin hahmottaaksemme tutustuimme Laurea-ammattikorkeakoulun yleisiin sekä Lohjan yksikön opinnäytetyöohjeisiin.

### 7.3 Jatkotutkimusehdotukset

Kokemusasiantuntijakoulutusta olisi erittäin tärkeää jatkaa Lohjan alueella, sillä kokemustieto on palveluiden kehittämisessä korvaamatonta. Kokemusasiantuntijat tuovat arvokasta lisätietoa ja taitoa ammattilaisten rinnalle. Ammattilaisten tietoutta tulisi lisätä kokemusasiantuntijoiden hyödyllisyydestä ja heille tulisi painottaa, että kokemusasiantuntijat työskentelevät tasavertaisena työparina. Kansainvälisesti kokemusasiantuntijoita hyödynnetään monipuolisesti ja mielestämme olisi nykyaikaista ottaa kokemustieto laajemmin käyttöön myös Suomessa.

Jatkotutkimusehdotuksiamme ovat kokemusasiantuntijapalveluiden vaikuttavuuden selvittäminen Lohjan alueen mielenterveys- ja päihdepalveluissa sekä asiakkaiden tyytyväisyyden selvittämistä kokemusasiantuntijoiden palveluihin. Ehdotamme Laurea-ammattikorkeakoulun Lohjan yksikön sairaanhoitajien opetussuunnitelmaan lisättäväksi päihde- ja mielenterveysluentoja, joissa kokemusasiantuntijat kertoisivat omakohtaisia kokemuksia ja näkemyksiä hoitoprosessista. Lisäksi ehdotamme kokemusasiantuntijoiden kanssa tehtävän yhteistyön toimivuuden ja kannattavuuden tutkimista niin asiakkaiden kuin ammattilaisten näkökulmasta. Olisi hyvä selvittää, kuinka ammattilaiset kokevat kokemusasiantuntijoiden kanssa työskentelyn ja mitä mieltä asiakkaat ovat saamistaan kokemusasiantuntijapalveluista. Lohjan alueen sosiaali- ja terveyspalveluiden kehittymisen kannalta ehdotamme koulutuksen jatkamista sekä kokemusasiantuntijoiden aktiivista hyödyntämistä sairaanhoitajien ja lähihoitajien koulutuksessa.

#### 7.4 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuseetiikalla pyritään vastaamaan kysymykseen, millaista on hyvä tutkimus. Jotta tutkimus on hyvällä eettisellä pohjalla, tulee tutkijan toimia moraalisesti oikein kriteereiden asettamien normien mukaan. Eettistä sitoutuneisuutta edellytetään hyvältä tutkimukselta. Tutkimuksessa esiintyvät eettiset ongelmat liittyvät usein aineiston keräämiseen, analyysimenetelmien luotettavuuteen, anonymiteetin säilyvyyteen ja tulosten esittämistapaan. Eettisyyteen liittyy vahvasti tutkimuksen laadullisuus ja luotettavuus. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 125-127.) Tämän opinnäytetyön eettisyys korostui haastateltavien vapaa-ehtoisuudessa osallistua tutkimukseen ja aineiston luottamuksellisessa käsittelyssä. Haastateltavat täyttivät suostumuslomakkeen (Liite 3) haastatteluun osallistumisesta ja heillä oli mahdollisuus keskeyttää haastattelu niin halutessaan. Haastatteluiden äänitteet poistettiin heti litteroinnin jälkeen ja vastaukset käsiteltiin anonymisti.

Tutkimuksen luotettavuutta tulee aina arvioida, tulosten virheellisuuden välttämiseksi. Luotettavuutta arvioidessa huomio kiinnittyy objektiiviseen tietoon ja totuudenmukaisuuteen. Kun näitä tarkastellaan, pystytään erottamaan havaintojen luotettavuus ja puolueettomuus. Haastattelussa tutkija on luonut tutkimusasetelman ja tulkitsee tulokset, joten niiden subjektiivinen käsittely on väistämätöntä. Tämän takia tutkijan oma tausta ja asenteet vaikuttavat väistämättä tulosten puolueettomuusnäkökulmaan, vaikka tutkimuksessa pyritään aina objektiivisuuteen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134-141.)

Tutkimusmenetelmien luotettavuutta mittaavat validiteetti ja reliabiliteetti. Validiteetti ilmaisee pätevyyttä ja tutkimuksen aiheen vastaavuutta, jolloin tutkimustulokset vastaavat tutkimuskysymyksiin. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tulosten toistettavuutta, jolloin toistettaessa tutkimus tulisi saada samat tulokset. Luotettavuuden edellytys on tutkimuksen teoriaan



pohjautuminen, aineistonkeruumenetelmät, johdonmukaisuus, määritelty tarkoitus, aineistoanalyysi sekä tutkijan oma sitoutuminen ja kiinnostus aiheeseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134-141.) Luotettava tutkimus edellyttää myös, että tutkijat ovat tutustuneet aiheeseen perusteellisesti ja he kykenevät tulkitsemaan haastateltavien kertoman lisäksi asian luonnetta ja sävyä. Tutkijan tulee siis tulkitseksi paitsi sanallista myös sanatonta viestintään. Tämä edellyttää tutkijalta sopeutuvuutta ja joustavaa työtettä. (Yin 2003, 58-62.)

Tämän opinnäytetyön luotettavuus perustuu opinnäytetyön tekijöiden kiinnostukseen aiheesta sekä tarkoin valikoituun ja ajankohtaiseen teoretiseen tietoon. Tarkoituksenmukainen haastattelumenetelmä sekä haastateltavien omakohtainen tiedonanto ja halukkuus osallistua haastatteluun lisäävät luotettavuutta. Opiskelijat olivat haastattelutilanteessa todella avoimia ja kertoivat yksityiskohtaisesti mielipiteitään ja kokemuksiaan. Haastattelujen runkona käytetyt teemat laadittiin haastateltavien näkökulmasta ja ne jätettiin väljiksi, jolloin haastateltavat saivat mahdollisuuden tuoda esiin haluamansa asiat. Teemat auttoivat kuitenkin pitämään haastattelut johdonmukaisina ja tutkimuksen kannalta oleellisessa ilmiössä. Luotettavuutta lisäsi haastattelujen äänittäminen, jonka vuoksi haastattelut olivat litteroitavissa sanatarkasti. Tämä mahdollisti haastatteluihin palaamisen eikä haastattelujen sisältö ollut pelkästään haastattelijoiden muistin varassa. Ryhmän ohjaajan identiteetin suojaamiseksi hänen vastaukset sisällytettiin opiskelijoiden vastauksiin, jotta tämä ei vaikuttaisi tulosten luotettavuuteen, käytettiin ohjaajan vastauksia harkinnanvaraisesti sisällönanalyysiä tehdessä.

Opiskelijoiden innokkuus uuteen ja kiinnostavaan aiheeseen vaikeutti opiskelijoiden mielestä koulutuksen kriittistä arviointia ja vertailukohteiden puute samankaltaisista koulutuksista vaikutti myös osaltaan tulosten luotettavuuteen. Tulosten luotettavuus kärsii hieman siitä, että koulutus oli vielä kesken haastatteluja toteutettaessa, joten tämän vuoksi haastateltavien oli mahdotonta vastata kysymyksiin liittyen opintokokonaisuuden viimeisiin osioihin. Tuloksia analysoidessa vaillinaiset osuudet otettiin huomioon, jotta luotettavuus ei kärsisi. Paunosen ja Vehviläinen-Julkusen (2006, 216-217) mukaan tulosten luotettavuutta lisää haastattelun teemojen ajankohtaisuus haastateltavalle. Opinnäytetyön haastattelut toteutettiin kokemusasiantuntijakoulutuksen aikana, joten teemat olivat ajankohtaisia. Haastattelujen ajankohta mahdollisti sen, että opiskelijoilla oli hyvin muistissa teemojen aihealueet. Lisäksi haastateltavien kertomat tukivat toisiaan ja kokemukset koulutuksesta olivat samankaltaisia.

Opinnäytetyö on tehty mielenkiinnolla ja suurella motivaatiolla ja uskomme, että saatuja tuloksia voidaan hyödyntää tulevissa kokemusasiantuntijakoulutuksissa. Olemme erittäin tyytyväisiä opinnäytetyöhömmä sekä sen tarjoamiin oppimismahdollisuuksiin. Opinnäytetyö mahdollisti Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistumisen ja saimme ymmärryksen kokemusasiantuntijuuden tärkeydestä. Valmistuttuamme sairaanhoitajiksi aiomme puhua kokemusasiantuntijuuden puolesta.

## Lähteet

Auvinen, T. 2014. KOHO-hankkeen hankekoordinaattori. Henkilökohtainen tiedonanto 16.1.2014. Lohja.

Barnett, J. & Molzon, C. 2014. Clinical supervision of psychotherapy: Essential ethics issues for supervisors and supervisees. Viitattu 10.1.2015.  
<http://web.a.ebscohost.com.nelli.laurea.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=d0b4a9d3-46c1-46ee-b991-5a7a30ca14c2%40sessionmgr4005&vid=11&hid=4209>

Bergman, M., Markkanen, P., Ylönen, H. & Kuosmanen, L. 2014. Vantaalaisen hyvä mieli- hanke 2013-2014 - loppuraportti. Viitattu 3.1.2015.  
[http://www.vantaa.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/vantaa/embeds/vantaawwwstructure/103378\\_Loppuraportti\\_VHM\\_Kaste\\_II.pdf](http://www.vantaa.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/vantaa/embeds/vantaawwwstructure/103378_Loppuraportti_VHM_Kaste_II.pdf)

Blackhall, A. 2011. Service user involvement in nursing students' training. *Mental health practice* 16/2012, 23-26. Viitattu 26.6.2014.  
<http://web.b.ebscohost.com.nelli.laurea.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=a6753ea1-d9a9-4f15-8c38-ba01e2218616%40sessionmgr115&vid=4&hid=108>

Care quality comission. 2014. Viitattu 17.1.2014. <http://www.cqc.org.uk/public/sharing-your-experience/involving-people-who-use-services>

Eskola, J. & Suoranta, J. 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerrus Kirjapaino Oy.

Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. 2013. Mielenterveyskuntoutus. Viitattu 21.1.2014.  
<http://www.eksote.fi/fi/terveyspalvelut/mielenterveysjapaihdepalvelut/mielenterveyskuntoutus/sivut/default.aspx>

EQF-suositusehdotus. 2008. Euroopan parlamentin ja neuvoston suositus. Viitattu 16.11.2014.  
[http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Koulutus/artikkelit/ammattillisen\\_koulutuksen\\_koeopenhamina-prosessi/EQFsuositusehdotus.pdf](http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Koulutus/artikkelit/ammattillisen_koulutuksen_koeopenhamina-prosessi/EQFsuositusehdotus.pdf)

FINLEX. 1986. Päihdehuoltolaki 17.01.1986/41. Viitattu 22.1.2014.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=p%3%A4ihde#L1P3>

FINLEX. 1990. Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116. Viitattu 22.1.2014.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116>

FINLEX. 2003a. Ammattikorkeakoululaki. 9.5.2003/351. Viitattu 16.11.2014.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030351#L1P4>

FINLEX. 2003b. Valtioneuvoston asetus ammattikorkeakouluista. 15.5.2003/352. Viitattu 16.11.2014. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030352>

Grønbaek, M. & Nielsen, B. 2007. A randomized controlled trial of Minnesota day clinic treatment of alcoholics. Viitattu 30.6.2014.  
<http://web.b.ebscohost.com.nelli.laurea.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&sid=fcfde63b-8f30-4ac6-aad3-6b7cca14b292%40sessionmgr198&hid=119>

Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Prima.

Heikkinen-Peltonen, R., Innamaa, M. & Virta, M. 2008. Mieli ja terveys. Helsinki: Edita Prima.

Heiskanen, T. 2013. Elämän rasteilla. *Mielenterveys* 6/2013.

- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2006. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Holopainen, A. 2007. Huumeriippuvuus on aivojen sairaus. Irti 1/2007.
- Jankko, T. 2008. Pro gradu -tutkielma. Mielenterveyden kokemusasiantuntijuuden merkityksiä kuntoutujien ja omaisten ryhmäkeskusteluissa. Viitattu 30.12.2014. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/79746/gradu03239.pdf?sequence=1>
- Kallio, H. 2006. Point - tehoa ja taitoa työelämän esiintymistilanteisiin. Hämeenlinna: Karisto oy.
- Karjalainen, S. & Kukkonen, P. 2005. Psykologista käyttötietoa. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Keski-Suomen sairaanhoitopiiri. 2014. Viitattu 24.6.2014. [http://www.ksshp.fi/fi-FI/Sairaanhoitopiiri/Muu\\_toiminta/Perusterveydenhuollon\\_yksikko/Kokemusasiantuntijat](http://www.ksshp.fi/fi-FI/Sairaanhoitopiiri/Muu_toiminta/Perusterveydenhuollon_yksikko/Kokemusasiantuntijat)
- Kuokkanen, M. & Seppä, K. 2010. Soveltuvatko mini-interventio-suositukset käytäntöön?. Duodecim.
- Kyngäs, H. & Vanhanen, L. 1999. Sisällön analyysi. Hoitotiede 1/1999. Vammala: Vammalan kirjapaino.
- Käypä hoito -suositus. 2012. Huumeongelmaisen hoito. Viitattu 3.1.2015. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=hoi50041#s8>
- Käypä hoito -suositus. 2011. Alkoholi-ongelmaisen hoito. Viitattu 3.1.2015. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=hoi50028#s5>
- Laitila, M. 2010. Väitöskirja. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Viitattu 6.11.2014. [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-0224-5/urn\\_isbn\\_978-952-61-0224-5.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0224-5/urn_isbn_978-952-61-0224-5.pdf)
- Laitinen, S.-M. & Lehtovaara, K. 2011. Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kokonaisvaltaisen hoidon hanke - KOHO 2010 - 2012. Viitattu 15.1.2014. <http://www.lohja.fi/Liitetiedostot/perusturva/P%C3%A4ivitetty%20%20KOHOhanke-suunnitelma.pdf>
- Lappalainen-Lehto, R., Romu, M.-L., Taskinen, M. 2007. Haasteena päihteeet. Helsinki: WSOY
- Laurea Lohja. 2012. Laurea Lohjan opinnäytetyön käytänteet. Viitattu 27.11.2014. [https://live.laurea.fi/SiteCollectionDocuments/YKSIK%C3%96T/Lohja/opinn%C3%A4ytety%C3%B6/Laurea\\_Lohjan\\_opinnaeytetyoen\\_kaeytaenteet\\_18052012\[1\]\[1\].pdf](https://live.laurea.fi/SiteCollectionDocuments/YKSIK%C3%96T/Lohja/opinn%C3%A4ytety%C3%B6/Laurea_Lohjan_opinnaeytetyoen_kaeytaenteet_18052012[1][1].pdf)
- Latvala, E. & Vanhanen-Nuutinen, L. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.
- Lohjan kaupunki. 2012. KOHO-tiedote. Viitattu 15.1.2014. <http://www.lohja.fi/Liitetiedostot/perusturva/Tiedotus/KOHOTiedote%203.pdf>
- Lohjan mielenterveysseura ry. 2009a. Lohjan mielenterveysseura ry. Viitattu 30.1.2014. <http://www.lsmts.fi/mielenterveysseura.html>
- Lohjan mielenterveysseura ry. 2009b. Tukihenkilötoiminta. Viitattu 30.1.2014. <http://www.lsmts.fi/koulutus.html>
- Mielen avain. 2014a. Hankekumppanit. Viitattu 21.2.2014. <http://www.mielenavain.fi/4>
- Mielen avain. 2014b. Ajankohtaista. Viitattu 21.1.2014. <http://www.mielenavain.fi/5>

- Mielen avain. 2014c. Hankkeen esittely. Viitattu 15.1.2014. <http://www.mielenavain.fi/3>
- Nordling, M. 2011. Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009-2015. THL-raportti 6/2011. Viitattu 30.1.2014.  
<http://www.thl.fi/documents/10531/95613/Raportti%202011%206.pdf>
- Nordling, M & Rauhala, L. 2011. Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009-2015. THL-raportti 6/2011. Viitattu 30.1.2014.  
<http://www.thl.fi/documents/10531/95613/Raportti%202011%206.pdf>
- Nousiainen, S. 2011. Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009-2015. THL-raportti 6/2011. Viitattu 4.2.2014.  
<http://www.thl.fi/documents/10531/95613/Raportti%202011%206.pdf>
- Näätänen, P. 2014. HUS Psykiatrian tiekarttatyöryhmän loppuraportti. Viitattu 10.1.2015.  
<http://www.hus.fi/hus-tietoa/hallinto-ja-paatoksenteke/toimielimet/psykiatrian-lautakunta/Documents/HUS%20Psykiatrian%20tiekarttaty%C3%B6ryhm%C3%A4n%20loppuraportti%2030%204%202014.pdf>
- Oinas-Kukkonen, H. 2013. Väitöskirja. Alkoholistin ja hänen läheisensä samanaikainen toipuminen vapauttavana oppimisprosessina Minnesota-hoidossa. Viitattu 6.11.2014.  
<http://herkules.oulu.fi/isbn9789526202969/isbn9789526202969.pdf>
- Omeni, E., Barnes, M., MacDonald, D., Crawford, M. & Rose, D. 2014. Service user involvement: impact and participation: a survey of service user and staff perspectives. Viitattu 6.11.2014. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4212124/>
- Paterson, J. 2013. Service user involvement in nurse education. Viitattu 24.3.2014  
<http://web.b.ebscohost.com.nelli.laurea.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=ce694236-864d-4e06-a10a-b03d4b4bab56%40sessionmgr198&vid=6&hid=119>
- Repper, J. & Carter, T. 2011. A review of the literature on peer support in mental health services. Viitattu 3.1.2015.  
<http://web.a.ebscohost.com.nelli.laurea.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=09688809-07fe-4154-bc93-5c815429fb05%40sessionmgr4004&vid=7&hid=4209>
- Rissanen, P. 2013. Mitä on kokemusasiantuntijuus? Teoksessa Falk, H., Kurki, M., Rissanen, P., Kankaanpää, S. & Sinkkonen, N. Terveiden- ja hyvinvoinninlaitos - Työpäpaperi 39/2013. Kuntoutujasta toimijaksi - kokemusasiantuntijuudeksi. Tampere: Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy, 14.
- Ropponen, M. 2011. Pro gradu -tutkielma. Kokemusasiantuntijuus kehittämisen välineen Ete-lä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin psykiatrian toiminta-alueella. Viitattu 5.2.2014.  
[http://www.epshp.fi/files/5286/Pro\\_gradu\\_-tutkielma\\_kokemusasiantuntijuudesta.pdf](http://www.epshp.fi/files/5286/Pro_gradu_-tutkielma_kokemusasiantuntijuudesta.pdf)
- Saxén, U., Lampela, M., Elo, T., Nevalainen, M., Haapasalo-Pesu, K-M., Korkeila, J. 2014. Suomen lääkirilehti 6/2014. Viitattu 17.2.2014.  
<http://www.fimnet.fi.nelli.laurea.fi/cl/laakarilehti/pdf/2014/SLL62014-400.pdf>
- Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämissuunnitelma KASTE 2008-2011. 2008. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:6. Viitattu 15.1.2014.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3683.pdf&title=Sosiaali\\_\\_ja\\_terveydenhuollon\\_kansallinen\\_kehittamissuunnitelma\\_KASTE\\_2008\\_2011.fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3683.pdf&title=Sosiaali__ja_terveydenhuollon_kansallinen_kehittamissuunnitelma_KASTE_2008_2011.fi.pdf)
- Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämissuunnitelma KASTE 2012-2015. 2012. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:1. Viitattu 15.1.2014.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=5197397&name=DLFE-18303.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5197397&name=DLFE-18303.pdf)

- Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2008-2011. 2012. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:12. Viitattu 15.1.2014.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=5197397&name=DLFE-21605.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5197397&name=DLFE-21605.pdf)
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Kuntoutuksen tutkimuksen kehittämisohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2003:19. Helsinki. Viitattu 22.1.2014.  
<http://pre20090115.stm.fi/pr1076939223163/passthru.pdf>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2014. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma (Kaste). Viitattu 21.2.2014.  
[http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat\\_ja\\_hankkeet/kaste](http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/kaste)
- Suomen mielenterveysseura. 2014. Vertaistuesta voimaa. Viitattu 24.6.2014.  
<http://www.mielenterveysseura.fi/sos-kriisikeskus/vertaistukiryhmat>
- Tampereen Aikuiskoulutuskeskus. 2011. Mielenterveyskuntoutujasta kokemusasiantuntijaksi. Viitattu 30.1.2014.  
[http://www.takk.fi/koulutus/sosiaali\\_ja\\_terveysala/kokemuskouluttaja.html](http://www.takk.fi/koulutus/sosiaali_ja_terveysala/kokemuskouluttaja.html)
- Tampereen kaupunki. 2013. Hoitoon hakeutuminen. Viitattu 22.1.2014.  
<http://www.tampere.fi/terveyspalvelut/mielenterveys/hoitoon.html>
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. 2014a. Kokemusasiantuntijan avulla parempia mielenterveys- ja päihdepalveluja. Viitattu 17.1.2014. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/neuvoa-antavat-fi/kokemusasiantuntijan-avulla-parempia-mielenterveys-ja-paihdepalveluja](http://www.thl.fi/fi_FI/web/neuvoa-antavat-fi/kokemusasiantuntijan-avulla-parempia-mielenterveys-ja-paihdepalveluja)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitost. 2014b. Kaste-ohjelma. Viitattu 15.1.2014.  
[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/kaste](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/kaste)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitost. 2014c. Mielenterveys. Viitattu 16.1.2014.  
[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/tyokalut/aikalisa/materiaalit/mielenterveys](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/tyokalut/aikalisa/materiaalit/mielenterveys)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitost. 2014d. Mielen hyvinvointi. Viitattu 16.1.2014.  
[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/mielen\\_hyvinvointi](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/mielen_hyvinvointi)
- Tilastokeskus. 2014a. Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen erot. Viitattu 17.2.2014.  
<http://tilastokeskus.fi/virsta/tkeruu/01/07/>
- Tilastokeskus. 2014b. Teemahaastattelu. Viitattu 17.2.2014.  
<http://tilastokeskus.fi/virsta/tkeruu/04/03/>
- Tuohimaa, H., Rajalahti, E. & Meristö, T. 2012. Hyvinvoinnin pitkospuut - lähtökohdat kansallaisen saumattoman hyvinvointipolun kehitystyölle. Laurea julkaisut 2012. Helsinki: Edita Prima OY. Viitattu 15.1.2014.  
[http://www.innopark.fi/attachments/uudet\\_hankeaineistot/pumppu\\_hyvinvoinnin\\_pitkospuut\\_2012.pdf](http://www.innopark.fi/attachments/uudet_hankeaineistot/pumppu_hyvinvoinnin_pitkospuut_2012.pdf)
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Valkonen, S. 2011. Mahdollisuuksia muutokseen. Helsinki: Trio-Offset Oy.
- Välittäjä 2013 -hanke. 2013. Väli-Suomen mielenterveys- ja päihdetyön kehittämishanke. Viitattu 10.1.2015. fi-  
[le:///C:/Users/saari\\_000/Downloads/V%C3%A4litt%C3%A4j%C3%A4%202013%20loppuraportti%20final.pdf](file:///C:/Users/saari_000/Downloads/V%C3%A4litt%C3%A4j%C3%A4%202013%20loppuraportti%20final.pdf)

Välittäjä 2009 -hanke. 2011. Väli-Suomen mielenterveys- ja päihdetyön kehittämishankkeen loppuraportti. Viitattu 4.1.2015. [http://www.epshp.fi/files/5634/Valittaja\\_2009\\_-hankeen\\_loppuraportti.pdf](http://www.epshp.fi/files/5634/Valittaja_2009_-hankeen_loppuraportti.pdf)

Wakefield, J.C. & Schmitz, M.F. 2011. The challenge of Measurement of Mental Disorder in Community Surveys. Teoksessa: Pilgrim, D., Rogers, A. & Pescosolido, B. (edit.). The SAGE Handbook of Mental Health and Illness. SAGE Publications.

World Health Organization. 2014. International Classification of Diseases (ICD) Information Sheet. Viitattu 24.6.2014. <http://www.who.int/classifications/icd/factsheet/en/>

World Health Organization. 2001. The world health report 2001- Mental health: New understanding, new hope. Viitattu 2.1.2015. [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42390/1/WHR\\_2001.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42390/1/WHR_2001.pdf?ua=1)

Yin, R. K. 2003. Case study research: design and methods. Thousand Oaks: Sage.

Ylönen, H. 2014. Päihdetyön kokemusasiantuntija Korson terveysasemalla. Viitattu 21.2.2014. [http://files.kotisivukone.com/mielenavain.kotisivukone.com/raportti\\_kokemusasiantuntija\\_korson\\_terveysasemalla\\_2014\\_pdf.pdf](http://files.kotisivukone.com/mielenavain.kotisivukone.com/raportti_kokemusasiantuntija_korson_terveysasemalla_2014_pdf.pdf)

Ylönen, H. 2011. Mielen avain -hanke käynnisti kokemusasiantuntijoiden koulutuksen. Viitattu 15.1.2014. <http://www.vantaansanomat.fi/kumppanit/vantaan-a-kilta/83716-mielen-avain-hanke-kaynnisti-kokemusasiantuntijoiden-koulutuksen>

## Kuviot

Kuvio 1: Kokemus kokemusasiantuntijakoulutuksesta .....	30
Kuvio 2: Omaehtoisen kokemuksen hyöty kokemusasiantuntijuustehtävissä .....	31
Kuvio 3: Kokemusasiantuntijakoulutuksen kehittäminen .....	34

## Liitteet

Liite 1. Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen aikataulu .....	49
Liite 2. Teemahaastattelun runko .....	54
Liite 3. Haastattelun saatekirje ja suostumuslomake .....	55
Liite 4. Alkuperäisilmaisut ja pelkistetyt ilmaisut .....	57
Liite 5. Aineiston luokittelu .....	88



## Liite 1. Lohjan alueen kokemusasiantuntijakoulutuksen aikataulu

Aikataulusta poistettu kouluttajien ja opettajien nimet anonyymiteettisuojaan vuoksi.

	<b>KOKEMUSASIAN- TUNTIJAKOULU- TUS</b>	<i>Koho-hanke Laurea AMK Lohjan seudun mielenterv.seura</i>		<b>6.11.2013 – 2.6.2014</b>
<b>Pvm ja aika</b>	<b>Koulutuspäivän aihe</b>	<b>Koulutuspäivän sisältö</b>	<b>Paikka</b>	<b>Muuta</b>
	<b>MODUULI 1. MITÄ ON KOKE- MUSASIAN- TUNTIJUUS</b>			
6.11.2013  11.00.- 15.30.	Koulutuksen aloitus- päivä	Koulutuksen esittely, Laurea AMK:n tervehdys, Kat-hankkeen ja Koho-hankkeen esittely, Lohjan Mielenterveys- seuran tervehdys	Laurea Lohja luokka: 223	Opiskelijan kirje itselle ”Mitä odotan koulutukselta ja minkälainen kokemusasiantuntija minusta tulee?”
13.11.-13  11.00.- 15.30	Kokemusasiantuntijuus	Miksi kokemusasiantuntijuutta tarvitaan?  Ryhmän säännöt. Omien tarinoiden aikataulutus.  Kartoitus ATK-opisk.tarpeista	Laurea luokka: SISU	Iltapäivällä tutustuminen Mielenterv.seuran ja Kulttuuripajan tiloihin ja yhteiset kahvit (Cafe Lauri?)  Sovitaan miten mennään messuille ja missä tavataan.
20.11.-13 aika sovi- taan ryhmän kanssa	Mielenterveystapahtumat 2013, Helsinki	Pohdintatehtävä: kokemus messuista. Messuilta mukaan jokin erityisesti itseä koskettanut esite tms.		Lähtö klo 8.15 Lohjan tori -> Nummelan l-a asema 8.45 -> Hki Paluu klo 13.00
27.11.-13 11.00.- 15.30.	Oman tarinan kertominen	Kahden opiskelijan tarinat klo 12.45 ja klo 13.15	Laurea luokka SISU	Messujen tehtävän purku klo 14.30-15.30

4.12.-13 11.00.- 15.30	Minkäläinen olen oppijana	Kahden opiskelijan tarinat klo 12.45 ja klo 13.15	Laurea luokka SISU	
11.12.-13 11.00.- 15.30	ATK-koulutus	Sähköposti, power point ym opiskelijoiden tarpeiden mukaan	Laurea, luokka 12	AMK:n opiskelijaksi ilmoittautuminen
18.12.-13 11.00.- 15.30	Vuorovaikutus ryhmissä	Mitä vuorovaikutus on, minkälaisia rooleja meillä on erilaisissa ryhmissä  Kahden opiskelijan tarinat klo 11-12	Laurea luokka 223	Pikkujoulut 14.-15.30
<b>Pvm ja aika</b>	<b>Koulutuspäivän aihe</b>	<b>Koulutuspäivän sisältö</b>	<b>Paikka</b>	<b>Muuta</b>
	<b>MODUULI 2. TIE-TOA KOKEMUKSEN RINNALLE</b>			
8.1.2014 11.00.- 15.30	Päihdehoitoa Minnesotamallilla		Laurea, luokka: 223	
15.1.-14 11.00.- 15.30	Tietoisuustaitoja		Laurea, luokka: 223	
20.1.-14 <b>16.30.- 19.30</b>	Mielenterveysvoimavarana 1.	Mielenterveystyö	Laurea, luokka:	
21.1.-14 <b>16.30.- 19.30</b>	Mielenterveysvoimavarana 2.			

7.2.-14 11.00.- 15.30	Psykiatriset sairaudet	Pienryhmätyöskentely käypähoitosuosittelusten pohjalta	Laurea, luokka: 223	
12.2.-14 11.00.- 15.30	Oman tarinan työs- täminen	Kahden opiskelijan ta- rinat klo 11.00 ja 11.30	Laurea, luokka: 223	
19.2.-14	Itsenäistä opiskelua	Opiskelijat pohtivat aiheita seminaaria var- ten. Sh-opiskelijat kokoavat teoria osuude ja kat-opiskelijat tuovat mukaan kokemuksen.		Hiihtolomaviikko  tapaaminen semi- naariasioissa 19.2. klo 14
25.2.-14  17.30.- 19.00	Ikä ja hyvinvointi – yleisöluento	Aikuisikä – työn ja per- heen pyörteissä	Lohjan lukion auditorio	Tehtävä opiskeli- joille
14.3.-14 9.00.- 17.00	Kliininen psykologia	Ihmisen kehitys	Laurea, luokka luento- sali	<b>HUOM! PÄIVÄ MUUTTUNUT</b>
5.3.-14 11.00.- 15.30	Päihdehoito ja -kuntoutus	Päihdehoidon historiaa ja tätä päivää Suomessa  Kahden opiskelijan tarinat	Laurea, luokka: SISU	
12.3.-14 11.00.- 15.30	Sosiaalilainsäädäntö ja kuntoutujan oikeudet	Ennakkotehtävä ennen tätä koulutus- kertaa	Laurea, luokka: SISU	

<b>Pvm ja aika</b>	<b>Koulutuspäivän aihe</b>	<b>Koulutuspäivän sisältö</b>	<b>Paikka</b>	<b>Muuta</b>
	<b>MODUULI 3. MI-NÄ KOKEMUSASIAN-TUNTIJANA</b>			
19.3.-14 12.00.- 15.30	Esiintymisvalmiudet		Lohjan teatteri	
26.3.-14 11.00.- 15.30	Ammatillinen kasvu ja kehitys	Kokemusasiantuntijan kasvu autettavasta aut- tajaksi	Laurea, luokka: SISU	
2.4.-14 11.00.- 15.30	Power point-opetusta		Laurea, luokka: 12	
9.4.-14 11.00.- 15.30	Vertaisryhmän ohjaaminen		Laurea, luokka: 223	
16.4.-14 11.00.- 15.30	Esiintymisvalmiudet ja ilmaisutaito		Lohjan teatteri	
<b>Pvm ja aika</b>	<b>Koulutuspäivän aihe</b>	<b>Koulutuspäivän sisältö</b>	<b>Paikka</b>	<b>Muuta</b>
	<b>MODUULI 4. JALKAUTTA-MINEN</b>			
23.4.-14 11.00.- 15.30	Kokemusasiantuntija käytännön tehtävissä ja työnohjaus	KoKoA ry:n esittely	Laurea, luokka: 223	

7.5.-14  <b>9.00.- 15.00</b>	SEMINAARI	Yhdessä Laurean opiskelijoitten kanssa	Laurea luentosali	
14.5.-14  11.00.- 15.30	Päihdesairaalan läheisten huomioiminen		Laurea, luokka: SISU	
21.5.-14  11.00.- 15.30	Koulutuksen läpikäynti ja arviointi	Hyvästä mielenterveydestä huolehtiminen	Laurea, luokka: SISU	
28.5.-14  11.00.- 15.30	Elämyksellinen picnic	Nauti elämästä kaikilla aisteilla: kuule, näe, haista, maista ja tunne.	Mustion linnan puisto	
2.6.-14  10.00.- 11.00	Valmistujaiset	Todistukset: amk:ssa suoritettut opinnot, kokemusasiantuntajakoulutus		Tilataan kahvit ja kakku

## Liite 2. Teemahaastattelun runko

### Tutkimuskysymykset

1. Minkälaiseksi kokemusasiantuntijakoulutuksessa oleva kokee koulutuksen?

- Moduulimuotoisuus
- Oman tarinan kerronta
- Vuorovaikutus muiden opiskelijoiden ja kouluttajien kanssa
- ilmapiiri
- Oppimisympäristö
- Lainsäädännön opiskelu
- Omaistoiminta
- Psykoterapia
- Tietotekniikka
- Ilmaisu- ja esiintymistaidot
- Toimiminen ryhmänvetäjänä

2. Miten omakohtainen kokemus on avuksi kokemusasiantuntijuustehtävissä?

- Omakohtainen kokemus päihde- tai mielenterveysongelmista
- Sairastuminen
- Kokemus hoitoprosessista
- Kokemus kuntoutumisesta
- Elämänhallinta
- Tunteiden käsittely

3. Miten kokemusasiantuntijakoulutusta tulisi kehittää?

- Opintokokonaisuus
- Ulkopuolinen kouluttaja
- Teoria tiedon riittävyys ja laatu
- Ilmaisutaidon käyttö

Liite 3. Haastattelun saatekirje ja suostumuslomake



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU

Laurea -ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
13.3.2014

TIEDOTE HAASTATELUUN OSALLISTUVALLE

Teemme opinnäytetyötä, jossa selvitämme kokemuksia kokemusasiantuntijakoulutuksesta ja tavoitteenamme on tuottaa tietoa kokemusasiantuntijakoulutuksen kehityskohteista tulevia koulutuksia varten. Opinnäytetyötä varten keräämme tietoa haastattelemalla Lohjan seudun kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuvia.

Haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina huhti - toukokuun aikana. Haastattelu kestää 30- 45 minuuttia ja toteutetaan Laurea Lohjan tiloissa. Haastattelut nauhoitetaan ääninauhurilla ja muutetaan kirjalliseen muotoon. Vastauksia käsitellään siten, että yksittäistä vastaajaa ei ole mahdollista tunnistaa. Kerätty tieto käsitellään luottamuksellisesti, eivätkä haastateltavien nimet tule opinnäytetyössä esiin missään vaiheessa. Saatu aineisto säilytetään lukitussa tilassa siten, että kenelläkään muulla kuin opinnäytetyön tekijöillä ei ole mahdollisuutta päästä siihen käsiksi. Aineisto tuhotaan opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen, kirjallisessa muodossa oleva haastatteluaineisto silputaan.

Haastattelusta voi kieltäytyä tai sen voi keskeyttää koska tahansa. Mahdolliset keskeytyneet haastatteluaineistot hävitetään välittömästi.

Valmis opinnäytetyö on julkinen ja kaikkien luettavissa. Se julkaistaan internetissä Theseus - tietokannassa.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Minkälaiseksi kokemusasiantuntijakoulutuksessa oleva kokee koulutuksen?
2. Miten omakohtainen kokemus on avuksi kokemusasiantuntijuustehtävissä?
3. Miten kokemusasiantuntijakoulutusta tulisi kehittää?

Yksilöhaastattelun ajankohta sovitaan KOHO-hankkeen hankekoordinaattorin kautta. Ohessa suostumuslomake, joka otetaan mukaan haastatteluun.

Lisätietoja saa tarvittaessa sähköpostitse.

Ystävällisin terveisin Laurea Lohjan sairaanhoitajaopiskelijat.

Paula Holm  
paula.holm@laurea.fi

Josefina Lukkarila  
josefina.lukkarila@laurea.fi

### Suostumuslomake haastatteluun

Minä \_\_\_\_\_  
suostun nauhoitettavaan yksilöhaastatteluun, jossa kerron ennalta annettuihin tutkimuskysymyksiin liittyen omakohtaisia kokemuksiani. Ymmärrän opinnäytetyön tavoitteen ja olen tietoinen, että haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Kertomani asiat käsitellään nimettömästi ja niitä käytetään vain kyseessä olevaan tutkimukseen. Voin halutessani koska tahansa keskeyttää haastattelun ilman perusteluja.

Paikka ja päiväys \_\_\_\_\_ Allekirjoitus \_\_\_\_\_



## Liite 4. Alkuperäisilmaisut ja pelkistetyt ilmaisut

Alkuperäisilmaisu	Pelkistetty ilmaisu
- "Koulutus on ihan äärettömän hyvä"	-Hyvä koulutus
- "Paljo tietysti on menty sitten asioissa sillä tavalla kun mitä meiltä tulee niinku näitä asioita."	-Huomioidaan mielipiteet
- (Otetaan huomioon hyvin mitä toiveita teillä on koulutukseen liittyen?) "Kyllä,kyllä"	-Huomioidaan toiveet
- "Ihmisellä pitää olla aikamoiset valmiudet jo itsellä olemassa, et sä pystyt viemään tän läpi...esiintymistaidot ja siis kirjallisesti esittäminen tarkoitin. Ne pitäis kyl olla jonkun näkössä hanskassa alustavasti ainaki."	-Valmiuksia entuudestaan
- "...mitään asiaa ei voi opiskella liikaa."	-Opiskelu tärkeää
- "Tärkeää tässä koulutuksessa, ni on tää rehellisyys itseään kohtaan."	-Rehellisyys tärkeää
- "Mut sehän on muotoutunu se meidän lukujärjestys jonkin verran tässä...meidän pyynnöstä tai sitten on tää meidän vetäjä on esittäny meille jotakin tällasta näin ja, että otettasko, että sopiiko meille, että otetaan ylimääräinen tunti."	-Kunnellaan ehdotuksia
- "Tää on aika tiivis kokonaisuus käsitellä niin vaikeita laajoja asioita mitä tässä, tässä koulutuksessa käsitellään...menee kyl jonkin aikaa sisäistämiseen, et tää aika on aika lyhyt."	-Tiivis kokonaisuus
- "Tää ois tavallaan semmonen herättelevä jakso, jonka pohjalta pystys jo toimimaan."	-Herättelevä jakso
- "Just mulle tää on ollu just oikee, just oikeeseen aikaan."	-Oikea ajoitus
- "Ni tää on ollu silleen hyvä, että niinku päässy kokeileen uudestaan niitten esimerkiks niinku esitelmien pitäminen."	-Esiintymistaitojen kertausta
- "Positiivisii kokemuksii saanu, siis niinku sillee, että kaikki mitä tääl on ollu, ni se on niinku vahvistanu sitä, et hei et mä oon oi-	-Positiivisia kokemuksia

<p>kee suunta ja sillee.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Tää on ihan erilainen ku mikään koulutus mis mä oon ollu aikasemmin, niinku siinä mielessä, että se ku puhutaan asiaa ja puhutaan just tällasia niinku vaikeit juttui.”</li> <li>- ”Et se (ryhmänvetäjä) on kokoajan jalkauttanu ainaki mua, sillee et kokoajan tullu semmosii mis on päässy kongreettisesti puhumaan joillekki vaikeille nuorille jonneki tänne Luksiaan...et käyt sitä kouluu ja samaan aikaan pääset kokeilee, niinku se on ihan älyttömän siistii.”</li> <li>- ”Yks semmonen tärkeimpi juttuja on just se kun sä oot saanu sairauskäsityksen, ni sit sä kerrot koko elämäs sen tiedon niinku valossa.”</li> <li>- ”Mul ei oo niinku mitää huonoo sanottavaa.”</li> <li>- (Onko mahdollisuuksia koulutuksen ulkopuolella pidettäviin seminaareihin ym?) ”Se erottaa mun mielest tän kaikest muusta koulutuksesta mis mä oon ollu ikinä.” (Et on erilaisii mahdollisuuksii?) ”Nii.”</li> <li>- ”Mul on niin paljo nyt täält esimerkiks positiivisia kokemuksia.”</li> <li>- ”Tää koulutus on ollu just niinku silleen semmonen sopivan rauhallinen, päässy niinku rauhassa kokeilemaan.”</li> <li>- ”No mun mielest on hienoo, et ylipäättään aletaan just tätä kokemusta...on pystyny kääntään sen kokemuksen tavallaan voimavaraks, et paska kääntyy kullaks... sä tavallaan saat käännetty sen just sillai, et sun ei tarvii niinku yhtään häpeillä sitä, et mitä sul on ollu. Niinku mun mielest se on ihan mahtava just et se kääntyy niinku sitte kaikki hyväks kuitenkin.”</li> <li>- ”Tosi hyvä juttu, että kokemusta yritetään valjastaa, se on äärimmäisen hieno juttu.”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Puhutaan asiaa</li> <li>-Jalkautuminen</li> <li>-Sairauskäsityksen selventyminen</li> <li>-Ei negatiivista</li> <li>-Ulkopuoliset koulutukset</li> <li>-Positiiviset kokemukset</li> <li>-Sopivan rauhallinen</li> <li>-Kokemus voimavaraksi</li> <li>-Kokemuksen valjastaminen</li> </ul>
---	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Nää oli osannu asiansa nää valitsijat. Oli osannu valita niinku ihmisetki vähä erilaisiks. Se on ollu mun mielestä se ensimmäinen asia mis on onnistuttu... ja tota aiheet on ollu älyttömän upeita."</li> <li>- "Joskus ollu aika puhki sillee ku on menny kotii et niin paljo niiku uutta tulee...et on niinku tullu sitä faktatietoo...et on oppinu ymmärtää miks jotkut asiat on menneet niin miten ne on menny."</li> <li>- "se on tota ollu niiku mulle se antosin asia se nii ku historian ymmärtäminen ja kaikki sairaus käsitteet...ymmärrän paljo paremmin juttuja."</li> <li>- "Kyl mun mielestä aihealueetki on ollu jo silleen tasapuoliset."</li> <li>- "Sitte ku tän kurssin käy ja nii oppii käsittelee näit asioita iha eri tavalla ja sillee niiku terveellisesti."</li> <li>- "Tää on mun mielest pintaraapasu."</li> <li>- "Kun se ryhmätyö toimii nii sitte palaute, se on tosi tärkeä."</li> <li>- "On niiku innoissaa tästä et ei välttämättä osaa niiku realistisesti miettii, mutta ei oo sillee niiku verrantoo et kaikki on sillee mitä tulee, nii on sillee uutta."</li> <li>- "Kaikki on nii laadukasta ku voi oottaa."</li> <li>- "Kylhä tässä on aika laajasti näitä asioita tullu, että kyl mä oon, mä oon kyllä etuoikeutettu et mä oon päässy tänne, et se on...siitä mä oon tosi tyytyväinen, että et tota se on sellanen tärkeä asia."</li> <li>- "Uskon, et tää on ollu sillee terapeutistaki, et tää on niiku tosi tosi hyvä juttu."</li> <li>- "Tosi mielenkiintonen ja tosi hyvä koulutus, et kokemusasiantuntijoita tarvitaan. Toivottavasti ihmiset tajuu kuinka paljon meit tarvitaan ammattilaisii auttamassa."</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Erilaisuus positiivista</li> <li>-Paljon tietoa</li> <li>-Ymmärrys menneisyydestä</li> <li>-Tasapuoliset aihealueet</li> <li>-Asioiden käsittely</li> <li>-Koulutus pintaraapaisu</li> <li>-Palaute tärkeää</li> <li>-Paljon uutta</li> <li>-Laadukas koulutus</li> <li>-Etuoiikeutettu olo</li> <li>-Terapeutista</li> <li>-Kokemusasiantuntijoita tarvitaan</li> </ul>
--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Sillee ku on tää loppujen lopuksi aika lyhyt koulutus."</li> </ul>	-Lyhyt koulutus
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Helkutin hyvä koulutus. Meinaa tarvii kokemuasiantuntijoita."</li> </ul>	-Hyvä koulutus
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Hyvä juttu, et se on auttanut niinku yksilönä mua ja tulevaisuudessa mä luulen, et mä pysyn auttaa niinku muita kaltaisiani."</li> </ul>	-Samankaltaisten auttaminen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Tää on ollu mulle hyvä juttu kylä ihan ehdottomasti. Se oli siin mieles hyvä tämmönen niinku irtiotto sielt sairastumisest vähäsen tavallaan, et tästä ollaan nyt sit menos eteenpäin, et mietitään uudelleen koulutuksii ja noit. Hyvä tää on ollu."</li> </ul>	-Irtiotto sairastumisesta
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Olen kyllä hämmästynyt siitä, että kuinka yhden talven aikana se on muuttanut kyllä mun ajatuksiani ja selkeyttänyt tosi paljon niitä. Et musta on kehittynyt niinku muistakin ryhmän jäsenistä jonku sortin kokemuasiantuntija."</li> </ul>	-Kehittynyt kokemuasiantuntijaksi
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Meit pidetään ku kukkaa kämmenellä ja sen lisäksi me saadaan vielä niitä omia rakennuspalikoita. Se on hienoa."</li> </ul>	-Saadaan rakennuspalikoita
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Sillä viikolla meillä jäi oma tapaaminen väliin, mä ainaki koin, että mä ikävöin niitä tapaamisia, se ilmeisesti otettiin sitte huomioon, kun laitettiin ylös niitä ehdotuksia...koska se on niin intensiivinen ja me ollaan tavallaan niin paljain toistemme edessä, että muuten sitä jää kaipaamaan sitä toisten hoivaa ikään kuin, jos se viikko jää väliin."</li> </ul>	-Tapaamisten ikävöinti
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Jos oli lukujärjestyksessä 11-14, joku tietty kokonaisuus, nii hyvä jos siit päästiin 60%, koska sit lähti taas "ku minä..." ja anteeks, ku mä nyt sanon näin, mut...sanon nyt suoraan, et se joskus vähä kismitti mua." (jos asia jää kesken tai käymättä?) "Nii."</li> </ul>	-Opetuksen keskeytykset
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Se mikä on tärkeää, että meil on jälkihoitoo."</li> </ul>	-Jälkihoito tärkeää

<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Todella hyväksi, tosi hyvä...no lähinnä just se, että tää on antanut mulle paljon tietoa ja sitte se, et oon niinku ajatellu, et tän jälkeen jos vaa vointi on hyvä ja jaksaa nii tukihenkilöks."</li> </ul>	-Antanut tietoa
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Siis tää on ollu niinku mahtavaa, että ei sitä voi niinku sanoin kuvailla. Siis ei oo mitään negatiivista, kaikki on ollu positiivista."</li> </ul>	-Mahtava koulutus
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Se, että mul on sellaset työvälit neet millä mä pääsen ylös, että toivottavasti ei tarvii enää vajoo sinne alas, koska on kuitenkin nii paljo oppinu."</li> </ul>	-Oppinut paljon
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Kaikki on ollu ihan, et on saanu niinku tietoa ja et ei oo mitään sanomista, mitään negatiivista."</li> </ul>	-Saanut tietoa
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Tää on kyllä ollu tosi mielenkiintonen."</li> </ul>	-Mielenkiintoinen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "No minun mielestä tää on hirveän hyvä koulutus... mun oma koulutukseni, joka on paljo ollu mallina tälle koulutukselle mitä täällä on järjestetty, niin se runko oli hirveän hyvä, jos koko sen paketin suorittaa, kaikki ne opinnot, joilla on mahdollista täydentää tätä kurssia, niin täähän on valtaisa tietomäärä... mahdollisuus muokata sitä sen ryhmän tarpeita vastaavaksi."</li> </ul>	-Valtaisa tietomäärä
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Varsinki täällä Lohjalla on ilmeisesti aika joustavaa tää opiskelu verrattuna moniin muihin paikkoihin."</li> </ul>	-Joustava opiskelu
<ul style="list-style-type: none"> <li>- " Lohjalla on ollu mahdollisuus suorittaa paljo laajempi kokonaisuus, kun mitä minä silloin aikoinani suoritin ja kun tässä on ollu mahdollisuus mukata tätä sisältöä sen mukaan, mitkä on ryhmän tarpeet. Sehän tässä on hyvää, että tässä on joustavuutta tässä ohjelmassa."</li> </ul>	-Mukautuva koulutus
<ul style="list-style-type: none"> <li>- " Meidän ryhmässähän on sellasia, joka voi käyttää tätä kokemusasantuntijakoulutusta hyväkseen, koska ne aikoo esimerkiksi jatko-opintoihin, siis lähtee opiskelemaan semmosia aloja,</li> </ul>	-Hyöty jatko-opintoihin

<p>joihin tästä on hyötyä."</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- "Mä koen olevani etuoikeutettu, kun mä oon päässy ensin koulutukseen ja nyt tähän, että se on avartanu kyllä mun maailmankuvaani toiseen suuntaan kun mitä se mun työni ja aikasempi elämäni oli. Ja sitte myöskin se on avartanu semmosta mun ihmis-käsitystä siitä, koska mä oon kuullu niin rajuja tarinoita ja hämmästyttäviä toipumistarinoita että."</li> <li>- " Se on taas henkisesti virkistävää, kun on ollu näitä tämmösiä palavereita ja muita, että mulle henkilökohtasesti tää on antanu tosi paljon. Et tota eläkeläisenä sitä urautuu tiettyihin kuvioihin, mut tässä pääsee näkemään vielä työssäkäyviä päteviä ihmisiä."</li> <li>- -----</li> <li>- "Mun mielestä se ei näy siinä mitenkää."</li> <li>- "No mä en kyl, emmä oikeen osaa sanoa, mut kyl se on niinku edenny silleen ihan just niinku loogisesti. Et kyl siin niinku jonkinlainen logiikka on, mut emmä oo siihen sillai kiinnittäny huomio."</li> <li>- "Mä oon miettiny et mitä se täs yhteydes tarkoittaa se moduulimuotonen. Et ei ole selvinny... et ei ole käyty sillai."</li> <li>- "Ei mun mielestä."</li> <li>- (Sanooko moduulimuotoisuus mitään?) "No ei ihan hirveesti."</li> <li>- "Me kaikki todettiin, että siinä mejän koulutusaikataulussa ei meidän koulutuskertoja oltu laitettu näiden moduulien sisään. Me ei tavallaan siitä niin tiedetty... Musta se on ihan hyvä, koska sehän varmaan auttaa myös opettajia suunnittelemaan sen koulutuksen sisältöä ja tavaltaanhan se on sitte, et se menee kronologisessa järjestyksessä, jos näin vois sanoo."</li> <li>- (Onko teille kerrottu koulutuksen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hämmästyttäviä toipumistarinoita</li> <li>-Antanut paljon</li> <li>-Ei moduulimuotoisuutta</li> <li>-Etenee loogisesti</li> <li>-Moduulimuotoisuus mietittyänyt</li> <li>-Ei moduulimuotoisuutta</li> <li>-Ei moduulimuotoisuutta</li> <li>-Kronologinen järjestys</li> <li>-Moduulit epäselviä</li> </ul>
---	--

<p>moduulimuotoisuudesta?)  ”Nyt en muista. Voi olla, saattaa ehkä olla, et on.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Tässä viimesessä moduulissa varsinkin, ni on tilaa tämmöselle muokkaukselle. Musta tää on menny hirveen hyvin, et siinä on tietyt kokonaisuudet, et aluksi luodaan pohjaa, sellasta perustaa ja ryhmä tutustuu ja sitte sen päälle rakennetaan uutta.”</li> <li>- -----</li> <li>- ”Se kosketti aivan hirveesti”</li> <li>- ”Tavallaan esittelin itseni ja tarinani niin se oli niinku niin henkilökohtainen”</li> <li>- ”Mä oon saanu etäisyyttä siihen tietysti ku on työstäny sitä paljon”</li> <li>- ”Mä yritän niinku löytää siitä mun tarinasta nii... ni aina kullekin kohderyhmälle semmoset asiat mitkä mä niinkun oletan tai koen, et on heille tärkeetä tietoa.”</li> <li>- ”No sekin on älyttömän hyvä, koska sehän on nyt sitte se tavallaan työväline sit tulevaisuudessa...kertoo sitä tarinaa.”</li> <li>- ”Mä aina valkkaan kullekin yleisölle niinku sopivan sisällön. Ni se on siistii, mä oon päässy työstään sen sisällön.”</li> <li>- ”Ohjeet oli vaan, että mitä, mitä ite... aika tunnepitosii ne mun mielest on ollu, se välittyy niinkun se tunne just siitä missä se ihminen on ollu ja sitte sen jälkee ku se lähtee toipumisen tielle, ni se toivo siitä...”</li> <li>- ”Ku palaa vieläki niinku siihen tunnetilaan, ku kertoo jotain, ni se vaikuttaa yleisöön. Esimerkiks niinku vihan tunteet, ni sit niinku vähän vaikka huutaa ja silleen, ni se menee niinku ihan eri taval jakeluun yleisölle.”</li> <li>- ”Vaikka se oma tarina on siellä taustalla mihinkä tää niinku peilaa tää asia, mutta sit ku tota pääsee kuuntelee toisten ihmis-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hyvät kokonaisuudet</li> <li>-Koskettavia tarinoita</li> <li>-Henkilökohtainen tarina</li> <li>-Etäisyyttä työstämällä</li> <li>-Tarina kohderyhmälle</li> <li>-Tarina työvälineenä</li> <li>-Tarinan työstäminen</li> <li>-Tunnepitoisia tarinoita</li> <li>-Tarinan tunnetilat</li> <li>-Tarinoiden kuuntelu</li> </ul>
--	---

<p>ten tarinoita nii se on niin älytön rikkaus et se oma tarinaki saa ihan uuden ulottuvuuden siihen et se on tota ollu nii ku mulle se antosin asia se nii ku historian ymmärtäminen ja kaikki sairaus käsitteet.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Varmasti kaikille aika raskas. Nii se oli aika haastava. Mun mielestä se on välttämättömyys se oman tarinan työstäminen ja tekeminen.”</li> <li>- ”Kun on niin laajalta alueelta kokemuksia. Siel on ollu ihan rankkojaki juttuja nii tota se antaa älyttömän paljon.”</li> <li>- ”Mun mielest on tärkeä asia, et tota et siihenhän harjaantuu siihen oman tarinan kerrontaan et se ei ole enää niin tunteikas kun se on silloin ekalla kerralla.”</li> <li>- ”Aika raskas juttu. Kylhän siin pitää olla niitten tunteiden yläpuolella.”</li> <li>- ”Sitte ku tän kurssin käy nii oppii... et miten se pitäis sit esittää eteenpäin niin et se olis sellanen voimaannuttava juttu.”</li> <li>- ”En mä aio jatkos niiku ku mä täl alal mä tavallaa jossai vaihees rupeen nii omaa tarinaa kertoo missää. Se kuulostaa sellaselt, et mää kehun mun ryyppäämisel ja räälläämisel.”</li> <li>- ”Aika nopee raapasu tavallaan.” (Oottekste käyny läpi miten sitä tulis kertoa?) ”Jonkun verran joo, mutta tota ehkä mul on vielä niinku epäselvyyksiä siihen. Lähinnä se, että mä osaan kertoa oman tarinani.”</li> <li>- ”Se, että on saanu kertoo oman tarinansa, nii se on auttanu hirveen paljon eteenpäin. Se on auttanu itsetuntoo mulla ja myös muilla mitä oon jutellu.”</li> <li>- ”Mul on sellanen tunne, et moni ei niinku pystyny tai halunnu tai viittiny tai mistä se nyt onkaan kiinni, nii kertoo kovinkaan niinku, tosi niinku suppeesti, mut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tarinan työstäminen</li> <li>-Raskaita tarinoita</li> <li>-Harjaantuu kertojana</li> <li>-Tunteiden hallinta</li> <li>-Voimaannuttava tarina</li> <li>-Tarinan käyttökelvottomuus</li> <li>-Paneutuminen tarinaan</li> <li>-Tarinasta itsetuntoa</li> <li>-Suppeita tarinoita</li> </ul>
--	--



<p>sehän on tietysti jokaisen oma asia.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Kosketti ainaki alussa joidenki toisten tarinat. Oman tarinan kertominen päinvastoin autto mua jäsentämään mun omaa elämääni.”</li> <li>- ”Toki siinä joutuu niiku vanhat haavat aukasemaan, mutta tää on ollu ihan ok, et ei mitään.”</li> <li>- ”Sitähän treenataan kokoajan, koska jokainen joutuu sen oman tarinan tekemään. Minähän nyt en sinänsä pysty tota tarinan kehittymistä vertaamaan, koska täällä varsinkii ne tarinat tuli aika alussa. ”</li> <li>- ”Sehän tässä nyt on pääasia oikeastaan, et koska sen pohjalta tässä nyt työskennellään.”</li> <li>- -----</li> <li>- ”Just semmonen tasavertainen, että siellä ei kukaan sooloile mitenkään”</li> <li>- ”Kaikki kunnioittaa toinen toisinaan”</li> <li>- ”Meidän vetäjä on kyllä tosi mahtava”</li> <li>- ”On todella hyvä, todellinen luottamus toisia kohtaan”</li> <li>- ”jokaikinen kouluttaja on ollu paikallaan ihan ehdottomasti.”</li> <li>- ”Mun mielest nää luennoitsijat on ollu kaikki sellasia, että he on kertakaikkiaan pystyneet niinkun eläytymään siihen tilanteeseen missä he opettaa ja opastaa...tälle ryhmälle nimenomaan kohdennettu ja ottaneet niitä meidän kysymyksiä ja keskusteluja huomioon siinä opetuksessaan.”</li> <li>- ”Intensiivisyys vaan kasvaa loppua kohden, nii niin varmasti tää loppu vielä antaa meille paljon.”</li> <li>- ”Vielä tosta ryhmästä, et sitte se on tavallaan toiminu myös niinku vertaistukena.”</li> <li>- ”Ihan älyttömän hyvä ilmapiiri ja silleenhän se on siistii.” (Mites vuorovaikutus opiskelijoiden tai kouluttajienki kanssa?) ”No kaik-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Koskettavia tarinoita</li> <li>-Menneiden kaivelu</li> <li>-Tarinan kehittyminen</li> <li>-Pääasiana tarina</li> <li>-Tasavertainen vuorovaikutus</li> <li>-Toisten kunnioitus</li> <li>-Mahtava vetäjä</li> <li>-Keskinäinen luottamus</li> <li>-Hyviä kouluttajia</li> <li>-Erinomaiset luennoitsijat</li> <li>-Kasvava intensiivisyys</li> <li>-Vertaistukea ryhmästä</li> <li>-Hyvä ilmapiiri</li> </ul>
--	--

<p>kien kans on hyvä.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Niinku siinä mielessä, että se ku puhutaan asiaa ja puhutaan just tällasia niinku vaikeit juttui, ni se lähentää ihan älyttömästi, eli siis ne kaikki opiskelijat tuntuu läheisiltä plus sitte vetäjä.”</li> <li>- ”No nekin on ollu hyviä...nääh vierailevat, just mitkä on tullu tuolta hoitolaitoksista, ne on ollu ihan upeita...ne on ollu kaikki erinomaisii.”</li> <li>- ”Moninainen ryhmä ja erilaisia henkilöitä, siel on niinku jokaista, taustaltaan niin erilaisia.”</li> <li>- ”Ammatillista näkemystä on ollu kaikilla noilla kouluttajilla.”</li> <li>- ”Me ollaan niinku kokoajan kasvettu paljon enemmän sellaseks ”me”-henkiseks. Et tää oon niinku täydellinen ryhmä.”</li> <li>- ”Ryhmä oikeestaan pitää sen keskustelun tason sellasena et nääh kouluttajatki pystyy aistii sen et ne niiku ohjaa sen sinne ”me”-henkiseen puoleen.</li> <li>- ”Tosi hyvin, et se ei oo sellast luennointii vaa se on just niiku vuorovaikutteista. Se on ollu tosi positiivinen.”</li> <li>- ”Mun mielest se ei oo itsestäänselvyys ollenkaan et sielt tulis jotain sellast feedbackii, mut täs ryhmäs se on ainaki ihan älyttömän hyvin onnistunut.”</li> <li>- ”Ne on tosi hyviä (ulkopuoliset kouluttajat). Et oon kyllä ollu tosi tyytyväinen. Ammatilainen on aina ammatilainen.”</li> <li>- ”Kouluttajanki pitäis pystyy hais-taa et toi on nyt sit valmis jo toimintaan.”</li> <li>- ”Meijä ryhmälleki on helppo puhuu.”</li> <li>- ”Iha huippu ryhmä! Just oikee, nii et on kaikkii et on mielenterveyspuolen, läheisii ja juoppoi.” (Mites kouluttajien kanssa, tuut-teko toimeen?) ”Todella hyvin kaikkien kanssa.”</li> <li>- ”Täst saa samalla sellast vertsi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Vaikeudet lähentävät</li> <li>-Upeita kouluttajia</li> <li>-Moninainen ryhmä</li> <li>-Ammattitaitoisia kouluttajia</li> <li>-Täydellinen ryhmä</li> <li>-Me-henkisyys</li> <li>-Vuorovaikutteista keskustelua</li> <li>-Palautteiden toimivuus</li> <li>-Kouluttajat ammattitaitoisia</li> <li>-Kouluttajien pätevyys</li> <li>-Helppo puhua</li> <li>-Monipuolisuus ryhmässä</li> <li>-Ryhmästä vertaistukea</li> </ul>
--	---

<p>Meil on niin hyvä ryhmä, et se on nii helppoo ja vapaata puhuu.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”On, tosi hyvä. Varsinki noi ku on ollu kokemusasiantuntijoit ja näin, nii on todella hyviä.”</li> <li>- ”Hyvä ja sellanen lämmin ja auttavainen. Sellanen tosi hyvä luottamussuhde.”</li> <li>- ”Ne on ollu tosi hyvii, että ainaki mä oon aina saanu luennoista paljon ja varsinkin noista kokemusasiantuntijoiden luennoista saanu paljon. Kyllähän niitä voi olla enemmän.”</li> <li>- ”Jokainen on voinut tulla esiin sellasenaan kun minkälainen ihan oikeasti on.”</li> <li>- ”Joo, he on hyvin empaattisia (kouluttajat) ja mun mielestä osaavat asiansa ja tuovat myös itsestään esiin sellasen inhimillisen puolen, et eivät vaan ole kouluttajia tai opettajia vaan myös ihmisiä mejän kanssa. Se on tärkeä.”</li> <li>- ”Ne tunteet on kokoajan läsnä tuol mejän ryhmässä, ollu aika luontevalla tavalla, et sillee mejä ryhmä on kylläkin, vaikka kaikki ei niistä aina ihan suunvuoroa saa, mielipiteet on kaikilla ja me niitä kunnioitetaan.”</li> <li>- ”Me ollaan tavallaan niin paljain toistemme edessä, että muuten sitä jää kaipaamaan sitä toisten hoivaa.”</li> <li>- (Mites nää ulkopuoliset kouluttajat?) ”No he oli mun mielestä hyvin kaikki valittuja ja heillä oli paljon sellasta syködyttävää tietoa tuoda. He osasivat aika hyvin pitää näpeissään tän rönsyilevän keskustelun.”</li> <li>- ”Meitä on ohjattu sieltä kokemusasiantuntijuuden yhdistyksestä on ollu meillä oikein hyvin istuva tyyppi myöskin pitämässä yhtä ilta, päivä pajaa, kumpi se nyt sit.”</li> <li>- ”Tosi mahtava. Sit (ohjaaja) aina sanoo, et tää on sit sellanen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kokemusasiantuntija-kouluttajat hyviä</li> <li>-Hyvä luottamusuhde</li> <li>-Kokemusasiantuntija-kouluttajia enemmän</li> <li>-Olla omaitsensä</li> <li>-Kouluttajat inhimillisiä</li> <li>-Mielipiteiden kunnioitus</li> <li>-Avoimuus</li> <li>-Kouluttajilta tietoa</li> <li>-Yhdistyksen tuki</li> <li>-Puhelias ryhmä</li> </ul>
---	---

<p>luokka mis ei tartte sit niinku epäillä, et me ollaan niinku hiljaa, vaan me ollaan suu käy kokajan, että tosi hyvä.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Toi vetäjä on nii, se on ollu siis aivan hyvä, et ei oo niinku mitää tyyliin tiukkapiposta, ku me ollaan sellasii äänekkäitä siellä nii tota.”</li> <li>- ”Meil on niinku heti ekast kerrast semmonen ryhmä, että se oli niinku heti, että jes et tää on niinku tää. Et tä alko niinku heti pyörimään hirmu tämmösellä...et niinku siis aivan ihana porukka.”</li> <li>- ”Tänne ku me ollaan tultu iha niinku me oltais kaikki niinku samaa. Ikävä tulee näitä kavereita, kun lähdemme eri suuntiin.”</li> <li>- ”No aina hirveen hauska. Meidän ryhmässä esimerkiksi aamusin aina halataan ja sitten tota ku tää on pieni ryhmä, niin se on semmonen toverillinen. Kaikki tuntee toisensa ainaki riittävän hyvin.”</li> <li>- ” Yleensä on ollu aika hyviä, tääl on hyviä kouluttajia ja paneutuneita siihen aiheeseen. Meillä kuitenkin on kokoajan ollu ihan hyviä luennoitsijoita.”</li> <li>- ”Meidän ryhmässähän, ku se on niin keskusteleva, niin ainahan ei oo suinkaan kovin pitkälle niistä päästy. Viime kerralla varsinki sil ei ollu kokemusta vastaavista ryhmistä, sillä luennoitsijalla, nii se oli aika hämmentyny siitä kun sil oli vaikeuksia saada kaikki diansa esitettyä kun meidän ryhmä halus vaan jutella. Mutta sitte on toisia jotka tietää tän etukäteen, jotka on käyny tän tapasissa ryhmissä enemmän, niin niitä se ei hätkäytä ollenkaan.”</li> <li>- -----</li> <li>- ”Ei mun mielestä oo mitään valitamista, meil on ollu kaks ihanaa luokkaa käytettävissä... molemmat semmosia oman tyylisiänsä ja ihan kivoja”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Rentoja vetäjiä</li> <li>-Ihana ryhmä</li> <li>-Samankaltaisuus</li> <li>-Toverillinen ilmapiiri</li> <li>-Asianosaavia kouluttajia</li> <li>-Luentojen keskeytykset</li> <li>-Kivat luokkahuoneet</li> </ul>
---	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>- (Opiskelijoiden kanssa samanlaiset tunnit) ”Älyttömän hyvä. Se on todella hyvä...ku on sitä keskustelua syntyny.”</li> <li>- ”On tuntenu ittensä hyväksytyksi opiskelijoidenki taholta, on niinku uskaltanu kertoa kaikki ihan reilusti.”</li> <li>- ”Vastavuoroisuus siinä on ollut tosi hyvä, että on niinku tuntenu sitä että on saanu ja on antanu ja se mun mielestä on opiskelussa aivan ihanaa.”</li> <li>- ”Ne on ihan älyttömän hyvii...must niinku tuntu, että mua kuunneltiin aika tarkkaan.”</li> <li>- ”Mun tavote vois olla niinku sivistaa koko Suomi täst päihderiippuvuussairaudesta...mut niinkun, jos se jostain pitää alottaa, nii ni sairaanhoito-opiskelijat on varmaan ne, ne niinkun ensimmäiset ja hoitoalan ihmiset, niitten pitäis saada se ymmärrys, koska ne on niitten kans tekemisissä.”</li> <li>- ”Yhteistyö Laurean kanssa on ollut siistii, mun mielestä se nää Laurean opet on ollut tosi hyvii.”</li> <li>- ”Hyvä paikka, sieltähän on tullu mun mielest kaikkein parhaita niist teijän luennoilta ja luennoitsijoilta sitä ihan oikeeta tietoo, mitä meil ei ois tullu tuolla sitte niiku meijä oman ryhmän luennoilla on menty nii syvällisesti tähä sairauskäsitteeseen.”</li> <li>- ”Teiltä tulee niinku omii näkemyksii, teijä niiku opiskelijoitte näkemyksii ja se on varmaan vastavuoroisesti ihan hyvä homma, että se on niiku tosi hyvä yhtälö.”</li> <li>- ”Tää on hieno ympäristö. Mää tykkään.”</li> <li>- ”Siin on niiku tavallaa ammattilaisii ja sit me kokemusasiantuntijat ois niinku tosi hyvä, et niit ois enemmän. Must tuntuu et sairaanhoitajaopiskelijatki sais samalla ku kokemusasiantuntijat on siin paljo.”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hyvää keskustelua</li> <li>-Sairaanhoitajaopiskelijoiden hyväksyntä</li> <li>-Vastavuoroisuus opiskelussa</li> <li>-Kiinnostus aiheeseen</li> <li>-Sairaanhoitajaopiskelijoille tietoisuus</li> <li>-Hyviä opettajia</li> <li>-Laureasta teoriatietoa</li> <li>-Sairaanhoitajaopiskelijoiden vastavuoroisuus</li> <li>-Hyvä ympäristö</li> <li>-Lisää yhteistunteja</li> </ul>
--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Ihan kiva, et voisin kyllä tulla opiskelemaan."</li> <li>- "Musta tää on sellanen tosi dynaamisen tuntuinen."</li> <li>- "Tää on viihtyisä ja noh tää on hyvä. Tääl on hyvät luokat... tää on ihan mahtava."</li> <li>- "Must on ollu tosi hauskaa ollu nähdä nuoria uusia opiskelijoita ja millaista on nykyaikana opiskeluelämä. Varsinkin asenteet, opettajien asenteet ja kaikki, niin miten hirveesti ne on muuttunu, et se on virkistävää."</li> <li>- "No tää talo sinänsä on aika sokkeloinen näin ulkopuoliseltaan... juuri se on minusta ollut niin virkistävää, kun tällä näkee nuoria, tääl on paljo opiskelijoita, et sinne tämmönen iäkäskin mahtuu ihan hyvin sinne sekaan."</li> <li>- -----</li> <li>- "Se mikä tähän meidän koulutukseen sillä tavalla liittyy, ni varmasti on annettu riittävä määrä."</li> <li>- "Mun mielestä laki on mulle aina ollu semmonen asia, et se on niinku itsestäänselvää...olen joutunu elämäni varrella työniki vuoksi jonkin verran sitä lukemaan."</li> <li>- "Loppujen lopuks me ei tarvita sitä lakia paljon. Tiedetään ne rajat missä liikutaan ja tällästä näin. Et se on ihan riittävä."</li> <li>- "No se on aika tärkeää...et sit jos työllistyy ja lähtee tekee no on niinku hyvä tietää, et niinku mitä, että realiteetit, et mitkä ne voi olla ne realiteetit, mitä voi tehdä ja mitä ei voi tehdä."</li> <li>- (Onks täs koulutukses ollu tarpeeks tarvittavaa lainsäädäntöä?) "Sen verran, et mä oon päässy siihen niinku tynkään kiinni, mä tarviin kyl enemmän, mut niinku et nyt semmonen perusymmärrys niinku siitä...et minkä takii niinku noi ammattilaiset ei oo tehny sitä ja tätä, ni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kiva koulu</li> <li>-Dynaaminen ympäristö</li> <li>-Viihtyisät luokat</li> <li>-Virkistävät asenteet</li> <li>-Sokkeloinen rakennus</li> <li>-Lainsäädäntö riittävä</li> <li>-Laki itsestäänselvää</li> <li>-Riittävästi lainsäädännöstä</li> <li>-Realiteettien ymmärtäminen</li> <li>-Enemmän lainsäädäntöä</li> </ul>
---	--

<p>nyt niinku paremmin ymmärtää et hei ei vaan voi, et siel on ne yksityisyydensuojat ja sun muut.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Se on niiku raskast luettavaa, mutta on hyvä tiedostaa, mikä on laki. Pitää myöskin tiedostaa miten voidaan soveltaa sitä lakia.”</li> <li>- ”Se on aika kinkkinen. Päihdepuolen lakii me ei olla käsiteltykää.”</li> <li>- ”Eihä me hirveen laajasti olla sitä käyty läpi, mut niinku tavallaan semmost niinku ehkä ne isoimmat.” (koetsä, et ois tainnu lisää?) ”Ei mun mielestä.”</li> <li>- ”Se on mun mielestä tärkeätä. Se on mielenkiintosta, koska kyllähän me törmätään, et meidän pitää ottaa myös huomioon sitä lainsäädäntöä. Siihen vaan jäi pikkusen valitettavan vähän aikaa.”</li> <li>- ”On, on. Kyllä mä olen tykännyt kyllä.”</li> <li>- ”Emmä oo siihen kiinnittäny kauheesti huomiota. Ne on mulle ihan tuttuja, koska mä oon virkamiehenä.”</li> <li>- -----</li> <li>- ”Meillähän on siellä koulutuksessa ihmisiä, jotka on omaisen näkökulmasta siinä ja se on tullu _hyvin_ paljon esille...ehdottomasti läheisiin pitää saada suurempi kosketuspinta.”</li> <li>- ”Ni mä oon päässy siihen tuntee see, et mitä...sama homma täällä, et niinku mä oon saanu läheisiltä tosi paljo.” (kerrotaanko koulutuksessa kuinka tärkeetä omaisten huomiointi on?) ”No kyllähän se, kyllä se nyt aika syvälle iskostunut.”</li> <li>- (Miten omaistoiminta on otettu koulutuksessa mukaan?) ”Hyvin.”</li> <li>- ”Ei niitä oo oikee. Aika vähän tähän mennessä.”</li> <li>- ”On käyty”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lain soveltaminen</li> <li>-Päihdelakia lisää</li> <li>-Perusasiat lainsäädännöstä</li> <li>-Lainsäädäntö tärkeää</li> <li>-Riittävästi lainsäädäntöä</li> <li>-Lainsäädäntö tuttua</li> <li>-Omaisten tukeminen</li> <li>-Painotetaan omaistoimintaa</li> <li>-Tarpeeksi omaistoiminnasta</li> <li>-Vähän omaistoiminnasta</li> <li>-Omaistoimintaa käsitelty</li> </ul>
--	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Liian vähän. Et me kaks omaista, jotka siellä ollaan, niin... meillä ei oikeestaan ollu sitä suunvuoroa hirveesti. Mut myöskin alussa mulla oli sellanen olo, että mitä mä pystyn ensinnäkään kenellekään antamaan. Mut se on selvinny mulle, et kyllä esimekiks mun ikäisiä ihmisiä, joilla on jommallakummalla perheessä alkoholiongelmia ja se vaijetaan, nii mä voisin kyllä olla semmo- sessa tukitoiminnassa mukana kovastikin. Eli liian vähän on sitä, mut sehän vaan sitä kautta heijastuu tohon meidän koulutukseen."</li> </ul>	<p>-Lisää omaistoimintaa</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Omaisten rooli on hyvin vähäinen."</li> </ul>	<p>-Omaistoimintaa niukasti</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Ei oikeestaan, ei oikeestaan. Niin tota mun mielest ei oo sillee kyl niin paljo ollu sitä."</li> </ul>	<p>-Vähän omaistoimintaa</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Se on hirveen tärkeätä, et omaiset olis siinä, että omaisillekin ois joku tällöinen kurssi tai koulutus."</li> </ul>	<p>-Omaisille koulutus</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Siitä on ollu nyt sitte, viimekeralla oli oikeen luentokin siitä ja sitten meil on omaisia siinä ryhmässä...siis tässä on useamassa yhteydessä mainittu kyllä. Mutta mä en osaa sitte sanoa, että onko sitä nyt riittävästi... nyt just korostunu se miten vähän kentällä omaisille tarjotaan tukea. Et pitäskö sitä sit, siitä sit vielä jollain tavlla puhua enemmän. Olishan siitä se hyöty, et jos rupee toimimaan sit omaisten tukihenkilönä."</li> </ul>	<p>-Omaisista enemmän</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- -----</li> <li>- "Psykoteraapia on oikeestaan sitä on vaan niinku mainittu, ei syvästi käyty läpi...(Olisitko kaivannut lisää tietoa?) no tavallaan se oli herättävä."</li> </ul>	<p>-Lisää psykoterapiaa</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Se on ollu ihan jees."</li> <li>- "Enemmän olisin kaivannu sitä, koska tääl on kuitenkin mielenterveyskuntoutujia ja niillä on mielenterveystaustaa ja alkoholi-</li> </ul>	<p>-Psykoteraapia riittävää -Enemmän psykoterapiaa</p>



<p>taustaa nii kyllä sieltä pitäisi saada vielä enemmän.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”On sitä ollu. Kyl kaikkii sais olla enemmän.”</li> <li>- ”No en mä oikein osaa sanoa, mulle riittää.”</li> <li>- ”Sehän on aiheena tosi mielenkiintonen, pohjaton ja myöskin vaikea, koska meidänhän on tärkeä jos ketkä nyt kokemusasiantuntijoina toimivat yhdes vaikka muiden ammattilaisten kanssa ja rinnalla, nii meidän pitäis kyllä pystyä ne omat rajat näkemään et ei pidä antaa sellasia neuvoja, jotka voi niinku johtaa ojasta allikkoon.”</li> <li>- ”Mä kuvittelen että tähän, ku aattelen tätä kokemusasiantuntijakoulutusta ja sitä koko pakettia, niin mä kuvittelisin että sitä olis riittävästi.”</li> <li>- -----</li> <li>- ”Jos oletetaan että ihmiset tarvitsisivat tietotekniikkaa sitten tässä, niin ei näillä opetuskerroilla ei...ei se mene, koska me ollaan hirveen eri tasosia.”</li> <li>- ”Mulle se ei ole mikään ongelma, mut sit on ihmisiä, jotka ei oo käyttäny just ohjelmia niin ei ainakaan sillä määrällä tunteja mitä meillä on ja sillä opastuksella niin ei, ei ole riittävä.”</li> <li>- ”Atk-opetus oli semmosta, että musta tuntuu, et mä oisin voinu vetää sen paremmin. Se oli mun mielest vähän niinku semmonen sekava, et mä oisin, mä oisin rakentanu sen ite eri tavalla.”</li> <li>- ”Et se on tärkeä, jos halutaan jotain opettaa, niin kyl se on Powerpoint sitte että mitä tääl pitää opettaa...vielä enemmän selkeesti lisäkurssina (atk:ta).”</li> <li>- ”Piti olla toinen päivä, mut se meni harakoille se päivä nii. Ois sitä voinu muutama päivä olla.”</li> <li>- ”Siis tota mä en osaa tietotekniikasta oikeestaan mitään. Et vois olla enemmänki.” (Oliks yhtään</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lisää kaikkea</li> <li>-Psykoterapia riittävää</li> <li>-Psykoterapia mielenkiintoista</li> <li>-Psykoterapia riittävää</li> <li>- Eritasoisuuden huomioiminen</li> <li>-Tietotekniikka riittämätöntä</li> <li>-Tietotekniikka sekavaa</li> <li>-Lisäkurssi Powerpointista</li> <li>-Lisää tietotekniikkaa</li> <li>-Enemmän tietotekniikkaa</li> </ul>
--	---

<p>apua täst atk-opiskelusta?) ”No ei kyllä mun mielestä.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Se toinen kerta meil ei onnistunu, mut siin oli vaan joku ihan onneton väärinkäsitys ja tietokatko, mutta ehkä se mun kiinnostuksen kohde tällä kurssilla on jossain muualla...tietenkin se tieto on hyvä näyttää, et en ole vastaan yhtään, mutta ei liikaa.”</li> <li>- ”Sitä oli kyllä mun mielestä, siis aika ei riittäny. Mulle jäi ihan heiperöiseks koko se mitä se meil oli. Et mä olin yhden kerran pois ja sit se toinen kerta oli niin, et ei opettaja päässy. Niin enemmän olis kyllä saanu olla sitä.”</li> <li>- ”Lähinnä se oli sitä Powerpointia esiteltiin. Meijän ryhmä on kuitenkin sellanen, että jotkut ei osaa oikeen ollenkaan ja sitte jotkut on ihan huippuja.”</li> <li>- -----</li> <li>- (Koetko esiintymistaitojen auttavan tähän?) ”No kyyyllä...että varmasti saat niinkun...esimerkkejä ja opetusta siihen, että miten olet”</li> <li>- ”Mä en ehkä koe sitä ollenkaa vaikeeks...mut sitä se ei välttämättä kaikille ole. (Onks tästä sitte ollu hyötty sulle?) Tottakai! Aina! semmosta mieleenpalauttamista.”</li> <li>- ”Ihan sika siistii. Toi oli tosi upee toi Lohjan teatterin homma niinku, se oli semmonen päivä, se veti niin hyvin se muidu siel.”</li> <li>- Se oli vaan niin semmost vapauttavaa...et sitku päästiin niinku tolleen näyttämölle ja niinku silleen vähän käyttää mielikuvi- tusta, se oli siistii.”</li> <li>- ”No noita nyt voi ollaa vaikka kuinka paljon noita teatterijuttui. Se on niin laadukasta, et sitä vois olla tietenki vielä...lisää.”</li> <li>- (Ei ollut itse päässyt tunneille)”Uskon, että se on älyttömän hyvä. Se on vähän erilaista ja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tietokatko / väärinkäsitys</li> <li>-Lisää tietotekniikkaa</li> <li>-Tasoerot tietotekniikassa</li> <li>-Opetusta esiintymiseen</li> <li>-Esiintymistaitojen mieleenpalautus</li> <li>-Teatteripäivät upeita</li> <li>-Näyttelemine vapauttavaa</li> <li>-Lisää teatteritunteja</li> <li>-Apua esiintymiseen</li> </ul>
---	---

<p>siellä niiku avaudutaan. Meijän ryhmällekki on helppo puhuu, mut ku se on sitte viiskyt, kuuskyt ammattilaista kuuntelemassa nii vähä niiku peilaa sitä et millaset valmiudet sulla pitäis olla.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Se oli iha huippu se teatteripäivä, siel niinku oppi ja tosi hyvä. Hyvä homma.”</li> <li>- ”Kyl sitä on ollu ihan riittävästi.”</li> <li>- ”Vois niinkun tavallaan auttaa heittäytymään niiku sellaseen tilanteeseen helpommin.”</li> <li>- ”Toisaalta se tulee aika pitkälle apu, tulee siitä, et saa niinku sitä itsetuntoo ja itseluottamusta lisää, nii kyl se auttaa aika paljon.”</li> <li>- ”Se oli tosi kivaa ja niinku sillä tapaa jotenki myöskin, no tää kulunut sana, voimaannuttavaa. Kokoajan siirryttiin tehtävästä toiseen ja meistä tuli esiin sellasia hauskoja puolia, hyviä puolia ihmisinä.” (pystyyks niitä hyödyntämään kokemusasiantuntijatehtävissä?) ”Pystyy mun mielestäni, ehkä myöskin sitä tietysti täytyis opiskella vähän lisää, mutta moni joku improvisaatioki vois ihan pienessäki mittakaavassa käydä jossain vastaanottotilanteessakin, jolloin se helpottais sen ihmisen... se ihminen tois esiin ne ongelmansa sen improviisaation kautta, eikä niinku suoraan.”</li> <li>- ”No kyllä se varmasti...ei siel kukaan jääny paitsi.”</li> <li>- ”Meil ei muuta ollu, ku naurua siellä, et se oli kyllä aivan mahtava se teatterihomma...sai niinku näyttää niitä omia tunteitaan.”</li> <li>- ”Ehkä ois voinu vielä vähä enemmänki. Jäi sellanen fiilis, että naurettii vielä ku lähettiin poiski sieltä.”</li> <li>- ”No ne oli kyllä tosi hauskoja, mä luulen et meidän kaikki ryhmäläiset tykkäs niistä.” (Onks siinä apuu siihen oman tarinan kerontaan?) ”Ainakin siitä tulee</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Teatteripäivistä oppi</li> <li>-Ilmaisutaitoa riittävästi</li> <li>-Uskallus heittäytyä</li> <li>-Itseluottamus lisääntynyt</li> <li>-Improvisaatio voimaannuttavaa</li> <li>-Teatteripäivät riittäviä</li> <li>-Tunteikasta teatterilla</li> <li>-Lisää ilmaisutaitoa</li> <li>-Teatteripäiviltä varmuutta</li> </ul>
--	--

<p>semmosta varmuutta ja sitte ku siinä joutuu niitä harjotuksia tekemään kaikkien nähden, niin kyllä siitä hyötyä varmasti on.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- "Ne oli enemmän esiintymistaitoa tukevia, että ei siinä sitä omaa tarinaa kerrottu. Mut mun mielestä kaikki tommoset harjotteet niin tukee sitä oman tarinan kertomista, sitä tekniikkaa, sitä miten ollaan esillä, miten uskaltaa panna itsensä likoon ja sitte varsinki tässä toisessa osiossa just korostettiin sitä, et mikä voi itsestä tuntua piinalliselta, niin välttämättä sitä ei ulkopuolinen huomaa."</li> <li>- "Oli hyvin kannustavaa just tämmöset, että harjotellaan esiintymistä. Musta ne oli kyllä hirveen hyviä ja sitten vielä kaikenlisäks juuri, että sielä oli niin hauskaa."</li> <li>- "Meil oli kaks päivää, että mun mielestä se tämmöseen koulutukseen on ihan riittävästi."</li> <li>- -----</li> <li>- "Tässä oli aika hyväkin juttu, käsiteltiin tiettyjä lainalaisuuksia ja tiettyjä sudenkuoppia. Nii ne on tosi tärkeitä asioita tietää teoriassa...mut ihan hyvä käydä mun mielest niit sudenkuoppia just."</li> <li>- "Tietysti siitäkin enemmän, kyl kai kaikist pitäis enemmän olla."</li> <li>- "Ollaan me...on meillä jotain ollu. Mut nyt en niinku osaa sanoa mitä." (oisko semmonen hyödyllistä olla koulutuksessa mukana?) "On on on."</li> <li>- "On sitä nyt vähän, ei siihen ole sillain suoranaista koulutusta. Mä oon ottanu esimerkkiä niistä, jotka oli ryhmänohjaajana minun ryhmässäni."</li> <li>- "Mun mielestä se on enemmän semmonen taustatuki. Sillä tavalla mä ajattelen sen." (Koulutuksessa mukana olevat ryhmänohjaajat)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Esiintymistaidoista hyötyä</li> <li>-Esiintymisen harjoittelu</li> <li>-Teatteripäiviä riittävästi</li> <li>-Teoria tärkeää</li> <li>-Ryhmänvetämisharjoittelua</li> <li>-Hyötyä ryhmänvetäjänä</li> <li>-Esimerkkiä ryhmänohjaajista</li> <li>-Ryhmänohjaajat taustatukena</li> </ul>
---	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- -----</li> <li>- ”Ilman muuta! siis sehän on on perusta, ihan ehdottomasti se on perusta. En mä pystyis tämmösellä syvällä rintaäänellä puhumaan tällasista asioista, jos mä en ois kokenu niitä.”</li> <li>- ”Just tän sairauden suhteen, ni se kokemus on kaiken A ja O. Esimerkiks niinku mä nään läpi...niinku sitte just juoppoja kohtaan, ni se on ehkä semmonen aseista riisuva.”</li> <li>- ”No tätähän meistä tietysti jokainen miettii tossa kun koulutus tossa edistyy. Et se on älyttömän tärkeitä sillon kun on jutut koettu ite ja voit kertoo siitä et miten on sairastunu ja mimmmost on sairastuu ja sit pääset kuntoutukseen ja miten sielt noustaa kuitenkin vaik oot ollu ihan pohjalla. Kun toinen on siinä samassa tilassa niin saadaan älytön luottamus kun toinen voi sanoo et mähän oon muute ollu tossa ja näin mä oon tosta selvinny. Onha se ihan älytön voimavara.”</li> <li>- ”No sehän on kaiken A ja O, oma kokemus. Mää tiedän mistä mä puhun.”</li> <li>- ”On käyty jonku verran. Teoreettisesti mun mielestä, ei käytännössä oo kyllä.”</li> <li>- ”Pystyy vastaamaan tehtäviin niinku omakohtasilla kokemuksilla ja tietenki tavallaan sen tunteenki kautta. et sitä näkee niinku kokemuasantuntijana niinku näkee paljon asioita. Mä nään tai mä koen, et mä näkisin paljon asioita sillee ja jotenki se, että osaan niinku, jos jollain on tarve valehdella niin herkästi kyllä huomaa sen.”</li> <li>- ”Just se tunnepuoli, et pystyy jotenki tietysti samaistumaan ja ymmärtämään toista.”</li> <li>- ”No kyl se on mun mielestä ihan hirvittävän paljon avuks, et se on varmaan 85% kaikesta ja siihen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kokemuksesta perusta</li> <li>-Kokemuksesta hyötyä</li> <li>-Voimavarana kokemus</li> <li>-Kokemuksella uskottavuutta</li> <li>-Kokemus käytäntöön</li> <li>-Kokemuksesta pätevyys</li> <li>-Kokemuksesta ymmärrys</li> <li>-Kokemus tärkeää</li> </ul>
---	---

<p>päälle kun tulee hyvä paketti kaikkea tätä mitä nyt luettelilte näitä taitoja, niin kyllä se tota kyllä se on ihan ehdoton.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Käsittääkseni se omakohtanen kokemus on se perusta, josta lähdetään liikkeelle. Ilman sitä niin ei kokemusasiantuntijaksi tule ainakaan siis tässä mielessä ku mitä tää meidän koulutus on. Oman kokemuksen päälle se koko kokemusasiantuntijuus rakennetaan.”</li> <li>- -----</li> <li>- ”Kyllä,kyllä,kyllä ehdottomasti...jokainen vaihe on ollu ihan ehdottomasti läpikäytävä.”</li> <li>- ”On ja sit varsinki tän sairauden suhteen, ni toipumisaika on pitkä, mun mielestä mä olin nyt sopivassa vaiheessa. Et ku ensin pitää saada oma pakka kondikseen.”</li> <li>- ”Joo on merkitystä. Mullahan on tietysti vähän eri (omainen). Jälkeenpäin vois tota itekki miettii niitä keinoja, et mitkä ne olis...”</li> <li>- ”Juu kaikki on tärkeitä.”</li> <li>- (Pystytkö hyödyntämään kaikkia vaiheita?) ”Varmaan jossain vaihees joo”</li> <li>- ”Kyllä siit on hyötyä” (et sä olet pystynyt liittämään teoriaa?) ”Joo olen pystynyt. Joo ja se on tietysti auttanu mua henkilökohtasella tasolla sikäli, et mä en syytä itseäni asioista, joista minua syytti kumppani, joka liikaa alkoholia käytti.”</li> <li>- ”Kyl mä luulen, et jos ois kovin kesken se prosessi, niin ei vois lähtee tähän koulutukseen.”</li> <li>- (Onko käyty läpi keinoja historiasta mitä voi käyttää?) ”On käyty joo.”</li> <li>- ”No mulle henkilökohtasesti juuri se oli merkittävää siinä, et ku mä rupesin toipumaan ja sitten mä itse ajattelin, et mä voin mennä vaikka jonku ryhmän eteen ja sanoa, että ku mä oon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kokemuksesta kokemusasiantuntijaksi</li> <li>-Hoitovaiheiden tärkeys</li> <li>-Elämä tasapainossa</li> <li>-Hoitovaiheiden merkitys</li> <li>-Hoitovaiheet tärkeitä</li> <li>-Hoitovaiheiden hyödynnettävyys</li> <li>-Teoriasta ymmärrystä</li> <li>-Kuntoutuminen mallillaan</li> <li>-Historian hyödyntäminen</li> <li>-Muiden auttaminen</li> </ul>
--	---

<p>tässä, niin tää on osotus siitä, että erittäin syvästä masennuksesta...et mä olin ihan kuolemankielissä, ni voi toipua."</p> <p>- -----</p> <p>- "Tärkeää tässä koulutuksessa, ni on tää rehellisyys itseään kohtaan, et pitää olla avoin ja rehellinen. Kaikki tähän lähtee sinusta itsestäsi, et sä pystyt tekemään jotakin itsellesi."</p> <p>- "Pystyn nyt käsittelemään ne minulle tapahtuneet asiat jo niinkun öö... mä pystyn katsoon niit ulkopuoleisena."</p> <p>- "Ei siin saa kauheesti tunteilla enää pelata sillon ku sä meet pitämään..."</p> <p>- (sulla on tunteiden käsittely aika hyvä hallinnas?) "Kyllä, et on pystynyt käsittelemään nää tunteet, et mä oon niinku päässyt tavallaan niitten öö tunteiden herraksi."</p> <p>- "Ettei se välity se tuska ja suru enää sillä tavalla mitä se välitty silloin kun minä ensimmäisen kerran sen kerroin täällä näille opiskelijoille."</p> <p>- (Käydäänkö koulutuksessa läpi tunteiden käsittelyä ja sitä kuinka paljon niitä saa näyttää kokemusasiantuntijana toimiessa?) "Käydään, kyllä ehdottomasti. Kun näit tarinoit on kerrottu nyt...niin tota joka kerta sillon on tullu muun muassa näist tunteista ja kyllä tää meidän vetäjä ja sitten näitä kun nyt kokemusasiantuntijoita käyny meille luennoimassa, ni he on puhunu myös siitä, että tulee se semmonen, et sä pystyt niinku tavallaan kattoon jostaki semmosen, et sä et tuo niitä voimakkaimpia tunteita siihen mukaan. Et ainahan tunnetta täytyy olla esiintymisessä, muutenhan se ois hyvin monotoonista, mut sitten et sen pysty niinku hallitsemaan."</p> <p>- "Ensin pitää saada oma pakka</p>	<p>-Itselleen rehellinen</p> <p>-Menneisyys objektiivisesti</p> <p>-Tunteiden hallinta</p> <p>-Tunteiden herra</p> <p>-Tarinan edistyminen</p> <p>-Esiintyminen hallitusti</p> <p>-Vertaistuki tärkeää</p>
---	--

<p>kondikseen...vertaistuki on niinku tärkeä.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Joo, no se on kans semmonen, mikä piti, mikä piti saada ensin niinku hoidettuu...esimerkiks se että mistä saa toimeentuloo.”</li> <li>- ”Oma jaksaminen on se tärkein asia. (Miten koet tunteiden käsittelyn?) Me ollaan sitäki sivuttu ja se on mun mielestä aika tärkeä asia.”</li> <li>- ”Ei niinku kokemusasiantuntija jos itellä on vielä ongelmii nii ei siit tuu oikee mun mielest tuu mitää.”</li> <li>- (Auttaako tämä koulutus oman elämän hallitsemisessa?) ”Juu auttaa, niinku tavallaa täst saa samalla sellast vertsi täst samalla täst koulutuksesta ku juttelee tuol.”</li> <li>- ”Juu on käyty ja saatu neuvoi siihe, et mite se tarina kannattaa kertoa.”</li> <li>- ”Ei oo ehkä vielä uskaltanu ajatella niitä aikoja ihan kauheest” (onko hankala olla ottamatta liikaa tunteita mukaan toimiessa kokemusasiantuntijana?) ”Enhä mä voi varmasti sitä tietää...jotenki kuitenkin aistii ne tunteet tottakai. Täydellinen ei tarvii olla, et ei tarvii olla kaikki kasassa, koska se, että mä haluan antaa muille, mut kyllähän mä saan siitä itekki voimaa. Et se on niinku molemminpuolista”</li> <li>- (Onko koulutuksessa tullut valmiuksia, miten tunteita voi käsitellä?) ”En muista, et ois semmost, mut sit meil on ollu ky puhetta tästä työnhajuksesta.”</li> <li>- ”Kyllä sitä mun mielestä käydään läpi, ei nyt ehkä omana kokonaisuutena, mut mun mielestä se on ihan... ne tunteet on kokoajan läsnä tuol meidän ryhmässä, ollu aika luontevalla tavalla. Jotenkin on jo oppinu tuntemaanki, voisinkin kuvitella, ihmisiä ja sitä heidän sen hetkistä tunnetilaansa.”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Elämän hallitseminen</li> <li>-Etusijalla jaksaminen</li> <li>-Ongelmat selvitettyinä</li> <li>-Koulutuksesta vertaistukea</li> <li>-Neuvoja tarinaan</li> <li>-Molemminpuolista antamista</li> <li>-Työnohjaus tueksi</li> <li>-Tunteiden läpikäynti</li> </ul>
---	--



<ul style="list-style-type: none"> <li>- (Ptää olla oma elämä hallinnassa?) ”Joo kyllä se pitää olla...me saadaan vielä niitä omia rakennuspalikoita. Se on hienoa.”</li> <li>- (Koetko, että kokemusasiantuntijalle on tärkeitä pystyä käsittelemään omia tunteitaan ja käydäänkö niitä keinoja koulutuksessa läpi?) ”On on, käydään mun mielest ainaki.”</li> <li>- ”Jos enemmän käy kertomassa sitä omaa tarinaa, niin tarvii sitte tukee siinä, et pääsee purkamaan sitä kokemusta. Tässä nousee kokoajan tunteita esiin.”</li> <li>- ” Sen jatkumon pitäis olla, koska tässä on nyt niin syvistä ja henkilökohtaisista asioista kuitenkin kysymys, et ne väkisinki herättää tunteita ja ne saattaa nostaa pintaan semmosiaki asioita, joita ei oo aikapäiviin ajatellukaan tai jos koskaan ajatellu.”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Saadaan rakennuspalikoita</li> <li>-Tunteiden käsittely</li> <li>-Tunteet esillä</li> <li>-Henkilökohtaisia asioita</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- -----</li> <li>- ”Negatiivista en voi sanoo.”</li> <li>- ”Mul on vähän niinku sellanen akateeminen historia, et mulle sitä ei oo ikinä tarpeeks.” (Jos miettii koulutuksen tavoitteita?) ”Niin tän koulutuksen tavoitteita, ni on ollu ihan sopivasti.”</li> <li>- ”Vanha tieto on jäsentyny, mä oon saanu paljo niinku tavallaan sit vinkkejä, mä oon tuolt kyselly paljo kaikkii kirjallisuus juttuja ja sit mä oon lueskellu ite.”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hyvää teorian tietoa</li> <li>-Sopivasti teoriaa</li> <li>-Tieto jäsentyy</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- (Onko teoria ollut laadukasta?) ”Se on ollu ja sitä on tullut paljon.”</li> <li>- ”Juu, paitsi et toi päihdepuolen laki homma ja ne nii. Pitäis olla samanlaina ku sillo oli mielenterveyshomma sairaanhoitajaopiskelijoiden kans. Samanlaina pläjäys pitäis olla päihdepuoleltaki. Se ois loistavaa.”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Laadukasta teorian tietoa</li> <li>-Päihdepuolta lisää</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Monesti on huomannu niinku, et se teoria ja omakohtanen kokemus on aika eri asioita.”</li> <li>- ”Jos ajatellaan pelkästään kokemusasiantuntijajuttua, nii mä en</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Teoria vs. käytäntö</li> <li>-Kokemusasiantuntijuus käytännönläheistä</li> </ul>

itse siis ehkä käyttäis siinä hirveesti teoriaa.”	
- ”Kyl niist nyt jotain apuu on ollu.”	-Teorian hyödyntäminen
- ”Kyllä se on ollu tarpeeks laadukasta mun mielestä ja riittävästi kyllä.”	-Laadukasta, riittävää
- ”On...ihan siis kaikki mitä on ollu nii on.”	-Hyvää teorian tietoa
- ”Hyvä teoriapohja tälle koulutukselle.”	-Hyvä teoriapohja
- -----	
- (Tietotekniikkaa) ”Vapaaehtosena varmastikin enempi sillä, niille ketkä eivät hallitse”	-Tietotekniikkaa vapaaehtoisena
- ”Kyl mä niinku pikkasen syventäisin kaikkia osa-alueita.” (Tekisit pidemmän koulutuksen?) ”Pidemmän koulutuksen, kyllä.”	-Pidempi koulutus
- ”Se voi olla hyvä se se jatkokoulutus, et se, et niinku tavallaan syventävät opinnot.”	-Jatkokoulutuksessa syventyminen
- ”Kyl me niinku toivotaan sitä, että meillä ois tämmösiä yhteistapaamisia vielä, koska se ”me” henki.”	-Yhteistapaamisia
- ”Tukea ja tämmöstä opastusta, että, että miten kannattais toimia.”	-Opastusta toimimiseen
- ”Joku semmonen ideariihi, joku tällanen, ihan siis sellanen missä ois niin näitä kokemusasiatuntijoita, jotka on käyny tän koulutuksen, sitten sitten tota opiskelijoita tällasia näin, niissä sitten pohdittais sitä, et mitä siinä vois olla, mitä pitäis syventää. Ja varmaan nyt ku nää haastattelut, ni varmasti tota ni tuo poikii sit kans paljon asioita.”	-Yhdessä jatkosuunnitelmia
- ”Varmasti tää loppu antaa meille paljon, et sen jälkeen vois olla joku tämmönen palautekeskustelu ihan.”	-Palautekeskustelu
- ”Atk-opetus oli semmosta, että musta tuntuu, et mä oisinvoinu vetää sen paremmin...mä oisinvoin rakentanu sen ite eri tavalla”	-Tietotekniikka erilaiseksi
- ”Jos se tavoite on silleen, että sä pystyt jalkautuu ja jollain tasol työskentelees jonku terveyden-	-Pätevyys saavutettu

<p>hoidon ammattilaisen kans, niin kyl se niinku siihen on mahdollis- tanu.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Toivottavasti näit saadaan lisää.”</li> <li>- ”Mä oisin toivonu vielä enemmän teijän (sairaanhoitajaopiskelijoiden) kanssa olemista, jos halutaa kehittää mun mielest vielä enemmän ja sit teiltä tulee niiku omii näkemyksii.”</li> <li>- ”Et siin pitäs niiku kansantajuisesti, et siin pitäis jonkun kertoa et mitä se ihan oikeesti tarkoittaa.” (Lainsäädännöstä)</li> <li>- ”Enemmän olisin kaivannu sitä” (Psykoterapiasta)</li> <li>- ”Olisin kyllä valmis tekemään pidempiä päiviä ja muutama päivä lisää viikossakin.” (Tunteja lisää?) ”Joo joo” (Tiiviimpi paketti?) ”Joo kyllä vois olla.”</li> <li>- ”Vielä enemmän lisäkurssina. niiku vapaaehtosena lisäkurssina.” (Tietotekniikasta)</li> <li>- ”Se on sellanen niiku aika tärkeä asia et noin yhteiskunnallisesti et siit tulis sellanen toimiva juttu tonne niiku ammattilaisten keskuuteen, et se roolitus olis oikeestaan selvä, et miten mennään.”</li> <li>- ”Paljon harjotteita pitäis olla...paljon harjotteita ja työharjottelua ja semmosta et siit tulis sellanen hyvä yhtälö. Ja varmaan se jatkokoulutus”</li> <li>- ”Mä oon sitä mieltä jatkokoulutusasiaan, et tästä tulisi sitten ihan oikeesti arvostettu ammatti...joku meistä saattaa ajatella, et tästä voisi jopa tulla hänelle leipätyö tai ainakin osapäivätyö et et sitä järjestelmää pitäisi vähän meille avata.”</li> <li>- ”Tän alueen selkiyttämistä, et mitä se voi ehkä sitten parhaimmillaan olla.”</li> <li>- ”Tää seuranta on mun mielest yks sellanen et kehitetään asioita, mut sit niit pitäis seurata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Koulutuksen jatkuvuus</li> <li>-Sairaanhoitajaopiskelijoiden yhteistunnit</li> <li>-Lainsäädäntö käytännössä</li> <li>-Lisää psykoterapiaa</li> <li>-Lisää tunteja</li> <li>-Tietotekniikan lisäkurssi</li> <li>-Toimiva systeemi</li> <li>-Työharjoittelua, harjotteita</li> <li>-Työelämän mahdollisuudet</li> <li>-Mahdollisuudet jatkossa</li> <li>-Kehitysseuranta</li> </ul>
---	--

<p>kans. Mä en tiä onks tälläst järjestelmää jossakin kun otetaan näit kokemusasiantuntijoita nii sit pitkällä juoksulla niitä pystyt- täis seuraamaan et onks niistä sitten ihan oikeesti ollu apua...seuranta on tosi tärke- tä.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Mä jaksaisin olla sen hieman pi- dempään ja hieman useammin. Olisin valmis siihen. Et mielum- min, jos ajattelee sitä että me ol- laan nytte tää vaihe ykkönen ke- säkuussa mennään kumarta- maan ja saadaan hienot todis- tukset. Niin me ollaan kuitenkin hyvin vihreitä joskin meillä on se oma kokemus siellä taustalla ja vähän sitä teoriaa siihen tueksi mut sit jos täs on se toinen ja kolmas vaihe nii kyl mä raapasi- sin ne kaikki sinne ja vähän tiu- hempaa ja sitte se olis valmis pa- ketti.”</li> <li>- ”Päihdepuolen lakii me ei olla käsiteltykää.”</li> <li>- ”Kyl kaikkii sais olla enemmän. Sillee ku on tää loppujenlopuks aika lyhyt koulutus.”</li> <li>- ”Enemmän tunteja sairaanhoita- jaopiskelijoiden kaa. Yhteisii tun- tei.”</li> <li>- ”Käytännönharjottelua on oi- keestaa aika vähän.”</li> <li>- ”Toivottavasti jatkuu.”</li> <li>- ”Toivottavasti vaa jatkos ruvetaa enemmä käyttämää (kokemus- asiantuntijoita).</li> <li>- ”Vois olla kyllä mun mielestä, ehdottomasti.” (Tietotekniikkaa vapaaehtoisena)</li> <li>- ”Vois kuvitella, että tulevaisuu- dessa jossain päin Suomeaja monissakin paikoissa vois olla jo- ku tämmönen niiku lähihoitaja- koulutus, mikä ois tarkotettu vaikka kokemusasiantuntijoille.”</li> <li>- ”No kyllä mä oisin sitä atk:ta jää- ny kaipaamaan ja sitten tota eh- dottomasti tää vois olla monelta, tai monenkin asian suhteen niin-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tiiviimpi paketti</li> <li>-Päihdelakia lisää</li> <li>-Kaikkea lisää</li> <li>-Lisää yhteistunteja</li> <li>-Lisää käytännönharjoitte- lua</li> <li>-Toivotaan jatkoa</li> <li>-Kokemusasian- tuntijoiden virkoja</li> <li>-Tietotekniikkaa vapaaeh- toisena</li> <li>-Kokemusasian- tuntijoiden lähihoitajakou- lutus</li> <li>-Laajempi koulutus</li> </ul>
---	--

<p>ku laajempi ja pidempin aikaisempi.” (Oisikö valmis käymään pidemmän koulutuksen?) ”Kyllä mä oisin.” (Tiiviimpi?) ”Nii, vaikka puolen vuoden aikana vähä useemmin, nii ois laajempi.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ”Niitä vois olla enemmän (Kokemusasiantuntijoiden pitämiä luentoja).”</li> <li>- ”Nii se vois olla vähän kattavampi juttu, ku tämmönen puolen tunnin luento/15 minuutin kyseily (oman tarinan kerronta).”</li> <li>- (Onko ilmaisutaidon käytössä jotain kehitettävää?) ”Olis, olis todella paljon, mutta mä en tiedä miten ne tällases koulutukses voi niinku, et miten sitä saatais niinku kehitetty.” (Sellasii käytännönharjoitteita?) ”Nii.”</li> <li>- ”Siihen vaan jäi pikkusen valitettavan vähän aikaa.” (lainsäädännöstä)</li> <li>- (Mitä olisit kaivannut lisää?) ”No varmaan ihan keskustelua.”</li> <li>- ”Siin pitäs ehkä ottaa huomioon se, että me ollaan niinku temperamentiltamme erilaisia ja se aiheuttaa turhautumista, jos tavallaan mikään ei auta, jos jollakin ihmisellä on niin paljon asiaa. Sitä omaa asiaa.”</li> <li>- ”Mun mielestä kasvu tän vuoden aikana tarkottas myös sitä, et me päästäis niistä meijän omista asioistamme myös yleistämisen tasolle, sillo me, se on mun mielest yks osa sitä kokemusasiantuntijuutta.”</li> <li>- ”Ehkä se omaisen ottamine, se omaisen rooli, omaisen elämän ottaminen niiku hieman suurempana kokonaisuutena mukaan vois olla tärkeää.”</li> <li>- ”Kyllä on varmasti tarpeeksi iha kaikkea, että kokemusasiantuntijoita valmiita vois tietysti olla ehkä vielä yks, kaks lisää.”</li> <li>- ”Plus sitte tää omaisena oleminen, et vois ehkä niitä olla pari lisää sen talven aikana.”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Kokemusasiantuntijakouluttajia lisää</li> <li>-Lisää tarina-aikaa</li> <li>-Ilmaisutaidon harjoitteita</li> <li>-Lisää lainsäädäntöä</li> <li>-Persoonallisuudet huomioitava</li> <li>-Yksityisestä yleiseen</li> <li>-Lisää omaisista</li> <li>-Kokemusasiantuntijakouluttajia lisää</li> <li>-Lisää omaistoiminnasta</li> </ul>
---	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>- (Oisko siin sit saanu varaa enemmän aikaa niille tunneille?) ”Nii joo, tai sitten ehkä vähän jämerämpää otetta kuitenkin.”</li> <li>- ”Enemmän olis kyllä saanu olla sitä:” (atk:sta)</li> <li>- ”Noi tarinan kertomiset ois pitäny ehkä olla siellä niinku täällä loppupäässä eikä välttämättä siel heti alkujutuissa.” (Sen takia, et ihmiset tuntisi paremmin?) ”Joo joo.”</li> <li>- ”Teatterihommia ois ehkä voinu olla vähän enemmänki.”</li> <li>- ”Toivon koko sydämestäni, että uus kurssi alkais ens vuonna, koska kokemusasiantuntijoita tarvitaan niin lisää, jos vain rahaa löytyy ja näin.”</li> <li>- ”Mä itse henkilökohtasesti ajattelen niin, että tota vois olla enemmän sitä taustatietoo siinä ennen...että ois aikaa niinku sitä omaa tarinaa enemmä rakentaa, ku että joutuu heti kättelyssä kertomaan sen.”</li> <li>- ”Jos enemmän käy kertomassa sitä omaa tarinaa, niin tarvii sitte tukee siinä et pääsee purkamaan sitä kokemus- ta...kokemusasiantuntijakin varmaan siihen voi riittää, mut musta ois hyvä, jos sielä takana ois semmonen organisaatio, jossa on ammattilaisia myös mukana.”</li> <li>- ”Musta olis hyvä, jos olis vaikka mukana (ohjaaja) siinä valintaprosessissa, vaikkei nyt olis ees äänivaltaakaan, mutta siinä sitte näkis ja tietäis vähän taustoja et minkälaisia tyypejä on.”</li> <li>- ”No se tässä oikeestaan koko hommassa mun mielestä on vähän se ongelma, että ne työtilaisuudet pitää suunnilleen itse etsiä, koska se just kumuloituu tietyille ihmisille nää tämmöset tilaisuudet. Että kyllä siinä kehittämistä on myöskin sitten että mihin rakoon näitä laittaa...”</li> <li>- ”Mahdollisuuksia ois vaikka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tiiviimpi kokonaisuus</li> <li>-Tietotekniikkaa lisää</li> <li>-Tarinat myöhemmin</li> <li>-Lisää teatteria</li> <li>-Uusi kokemusasiantuntijakoulutus</li> <li>-Tarina myöhemmin</li> <li>-Kokemuksien purkaminen</li> <li>-Ohjaaja valintatilanteeseen</li> <li>-Työtilaisuuksien löytäminen</li> <li>-Rahoitusongelmien selvitys</li> </ul>
---	--

<p>kuinka paljon, mut se on kiinni siitä rahoituksesta...jos niillä on tuloja, ni ne saattaa yllättäen laskee niitten kokonaistoimeentuloo, että nää tota palkkiot, et minkälainen systeemi siihen kehitettäs. Et täs on nyt tää rahoitus yks ongelma.”</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ”Viestintätaitoja voi olla ehkä lisää.”</li><li>- " Se mahdollisuus pitäs olla sitte myöskin tulevaisuudessa, että sitte ku kiertää kertomassa tarinaansa, niin olis mahdollisuus jonkun kanssa sitten aina välillä käydä keskustelemassa."</li></ul>	<p>-Viestintätaitoja lisää</p> <p>-Keskustelu mahdollisuus</p>
---	--

## Liite 5. Aineiston luokittelu

Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka	Kokoava käsite
Hyvä koulutus Koulutus etenee loogisesti Kouluttajat päteviä Palautteen antaminen ja saaminen toimivaa	Laadukas koulutus	Hyvä koulutus	Kehittyvä koulutus-ohjelma
Hyvä ilmapiiri Ryhmästä vertaistukea Tarinan kerronta lähentää Kokemuksesta hyötyä Omat valmiudet koulutuksen tukena Koulutuksesta apua tunteiden hallintaan Koulutus voimaannuttavaa Oman tarinan kerronta kehittynyt	Koulutus tukee elämänhallintaa		
Psykoterapian opiskelusta pidettiin Lainsäädäntöä riittävästi Uutta tietoa Tietoa Teatteripäivät hyödyllisiä	Teoriatieto laadukasta		
Hyvä vastavuoroisuus sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa Lohjan Laurea oppimisympäristönä viihtyisä Toiveet huomioidaan Opiskelijoiden persoonallisuudet huomioitu	Toimiva vastavuoroisuus		
Koulutuksessa kehitettävää Enemmän lainsäädännöstä Tietotekniikan opetuksessa kehitettävää Omaistoiminnasta toivotaan lisää Lisää käytännön harjoittelua Viestintätaitoja lisää Moduulimuotoisuus epäselvää	Koulutuksessa kehitettävää		
Koulutukselle toivotaan jatkoa Toivotaan pidempää ja laajempaa koulutusta Tapaamisten toivotaan jatkuvan koulutuksen jälkeen Mahdollistaa työllistymisen	Koulutuksesta hyvät jatkomahdollisuudet		