

Kokemusasiantuntijan tarina

Kasvamista

kokemusasiantuntijaksi

Tie päihdekuntoutujasta kokemusasiantuntijaksi on ollut kivinen ja pitkä. En olisi joskus toipumiseni alussa voinut ikinä kuvitellakaan toimivani tällaisissa tehtävissä.

Ensimmäiset vuodet ja kaikki energia menivät sinnittelyyn ja kuivilla pysymiseen. Muutos tapahtuu vasta sitten, kun oppii elämään oman sairautensa kanssa.

Riippuvuus sairautena on varmasti yksi pahimmista. Täytyykin siis olla ylpeä siitä, kuinka hauraasta, heikoilla olevasta ihmisestä voi kuoriutua jotain jonka vastakohta oli vuosikaudet. Tulokset tulevatkin työlästä toipumisesta, addiktina tiedän tämän.

Kokemusasiantuntijuus ja kokemusasiantuntijana toimiminen vaatiikin mielestäni tietynlaista luonteenlaatua, avarakatseisuutta, epäitsekkyyttä ja varsinkin sitä aitoa halua auttaa. Omat ennakkoluulot ja asenteet tulee jättää taka-alalle kokemusasiantuntijatehtävissä

Monesti omat ennakkokäsitykset ovatkin muuttuneet, saadessa uusia näkökulmia ja tavatessa uusia ihmisiä, sekä heidän tarinoitaan ja kokemuksiaan kuunnellessa. Ehkä sitä jotenkin ymmärtää elämää paremmin, vaikei oman itsensä muuttaminen ja pelkojen kohtaaminen ole aina helppoa.

Kokemusasiiantuntijoilla on kova kysyntä, välillä ihan liiaksikin asti. Olen siis myös opetellut sanomaan ei, kun siltä tuntuu. Myös läheiseni ja ystäväni tarvitsevat minua, joten olenkin ajatellut, ettei minun tarvitse revetä joka paikkaan. Itsekkyyden ja epäitsekkyyden hienoista tasapainotteluahan tämä on.

Toisaalta on ollut hienoa huomata ihmisten asenteiden muutos minunlaistani, toipuvaa huumeiden käyttäjää kohtaan. Kokemusasiantuntijan tärkeimpiä tehtäviä ovatkin ennakkoluulojen murtaminen ja stigman vähentäminen. Media ei tee tästä helppoa, ennakkokäsitykset ja luulot istuvat tiukasti. Vielä jokseenkin harvassa on valitettavasti ne oikeat selviytymistarinat.

Kokemusasiantuntijakoulutuksen myötä saa hyvät eväät toimia kyseisissä tehtävissä, mielestäni se antaa lisää valmiuksia, sekä kokonaisvaltaisen kuvan ja rutkasti informaatiota päihde- ja mielenterveysongelmista.



Jokainen meistä kuitenkin on yksilö ja yksilöllinen, eikä pitäisi koskaan verrata itseään muihin ihmisiin, vaan toimia omien kykyjen ja halunsa mukaan. Itse ainakin ajattelen, että jos minä pystyn siihen, pystyvät muutkin ja jos kerran muutkin, niin miksen minäkin.

Jokainen päivä ylä- ja alamäkeen on voitto ja minä, opiaattiriippuvainen, joka ikinen päivä. Valtava motivaatio, itsensä kehittämisen ja pärjäämisen halu, sekä tiedonjano auttavat minua puskemaan eteenpäin hetkellisistä aallonpohjista huolimatta, silloin kun tuntuu siltä, ettei mistään tule mitään.

Kokemusasiantuntijalla on omakohtaista kokemusta mielenterveys- ja/tai päihdeongelmasta niitä sairastavana, niistä kuntoutuneena, palveluiden käyttäjänä tai omaisena. Kokemustietoa omaavana ja oman elämänsä asiantuntijana hän tietää, mikä on auttanut ja mitkä tekijät ovat auttaneet hänen tai hänen läheisensä kuntoutumiseen.

Tavoitteena on lisätä asiakaslähtöisyyttä, kehittää asiakastyötä ja palveluita, sekä päihde- ja mielenterveysongelmiin liittyvän leimautumisen vähentäminen. Kokemusasiantuntijatehtävät voivat periaatteessa olla ihan mitä vaan maan ja taivaan väliltä, vertaisohjaajasta yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen.

Minut on otettu kokemusasiantuntijana yleensä todella hyvin vastaan, kaikenlaisia reaktioita on kuitenkin tullut vastaan. Joihin on kyllä osannut varautuakin. On nähty niin liikutuksen kyyneleitä, kuin järkytystäkin. Vähän sellaistaikin vaikutelmaa on myös toisinaan tullut, että meidät koetaan uhkana, siis kokemusasiantuntijat. Emme me kuitenkaan keneltäkään työpaikkaa olla viemässä, vaan tarkoituksena on tehdä yhteistyötä eri tahojen kanssa. Olla apuna ja asiantuntijana silloin, kun sitä tarvitaan tai omat keinot loppuu.

Miksi sitten teen tätä? Mitä minä tästä hyödyn?  
Minä teen tätä puhtaasti omasta halusta ja nimenomaan auttamisenhalusta. Aloitin vapaaehtoistyön parissa, siitä lähtien ovat tehtävät monipuolistuneet ja on niitä tehtäviäkin tullut joista maksetaan korvausta, joka tuntuu mielestäni ihan hullulta, että minun puheillani ja tekemisilläni olisi jokin rahallinen arvo. Kovasti se tietenkin tuntuu mukavalta, että arvostetaan omaa osaamista ja asiantuntijuutta.

On kuitenkin sellaisia asioita ja tehtäviä joista en ikinä rahaa ottaisi, perustankin tekemiseni vapaaehtoistyöhön. On eräs paikka jolla on suuri tila sydämessäni, tämä huumevieroitusyksikkö on ollut ratkaisevassa asemassa toipumisessani ja näin ollen siellä vierailen säännöllisesti. Paljosta olen tälle paikalle ja niille hoitajille siellä velkaa, elämästäni, tunnen syvää kiitollisuutta.

Paras asia, jonka kokemusasiantuntijana saan on hyvä mieli, se että teen jotain elämässäni, jolla on merkitystä ja joka on oikein. Paljon tästä saa itse, mutta voin kuvitella että myös jokaisella tapahtumalla, tapaamisella ja ihmisellä on merkitystä tässä kaavassa. Kaikki me olemme erilaisia, mutta kuitenkin sisimmältämme samankaltaisia. Haluan antaa rohkeutta ja uskallusta niille jotka haluavat yrittää. Toivoa niille, jotka eivät ole vielä valmiita yrittämään.



Kokemusasiatuntijuudesta onkin sanottu, että se on asiantuntijuutta jonka rikkautena on kokemus!