

Kokemusasiantuntijan polku

Petri Karoskoski

TAKK

Kokemustieto voi olla...

- Terapeutista kuntoutujalle,
- Lohduttavaa samanlaisia vaikeuksia kohdanneelle,
- Itsetutkiskeluun pakottavaa alan ammattilaiselle,
- Avartavaa ja valistavaa opiskelijoille ja kanssaihmisille,
- Elämyksellistä kaikille osapuolille.
- (lähde: Hyväri, Salo toim. Elämäntarinoista kokemustutkimukseen)

Kokemustieto ja mielenterveyslaki

1§

- **Mielenterveystyö**
- Mielenterveystyöllä tarkoitetaan **yksilön psyykkisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja persoonallisuuden kasvun edistämistä** sekä mielisairauksien ja muiden mielenterveydenhäiriöiden ehkäisemistä, parantamista ja lievittämistä.
- Mielenterveystyöhön kuuluvat mielisairauksia ja muita mielenterveydenhäiriöitä poteville henkilöille heidän lääketieteellisin perustein arvioitavan sairautensa tai häiriönsä vuoksi annettavat sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut (mielenterveyspalvelut).
- Mielenterveystyöhön kuuluu myös **väestön elinolosuhteiden kehittäminen siten, että elinolosuhteet ehkäisevät ennalta mielenterveydenhäiriöiden syntyä**, edistävät mielenterveystyötä ja tukevat mielenterveyspalvelujen järjestämistä.

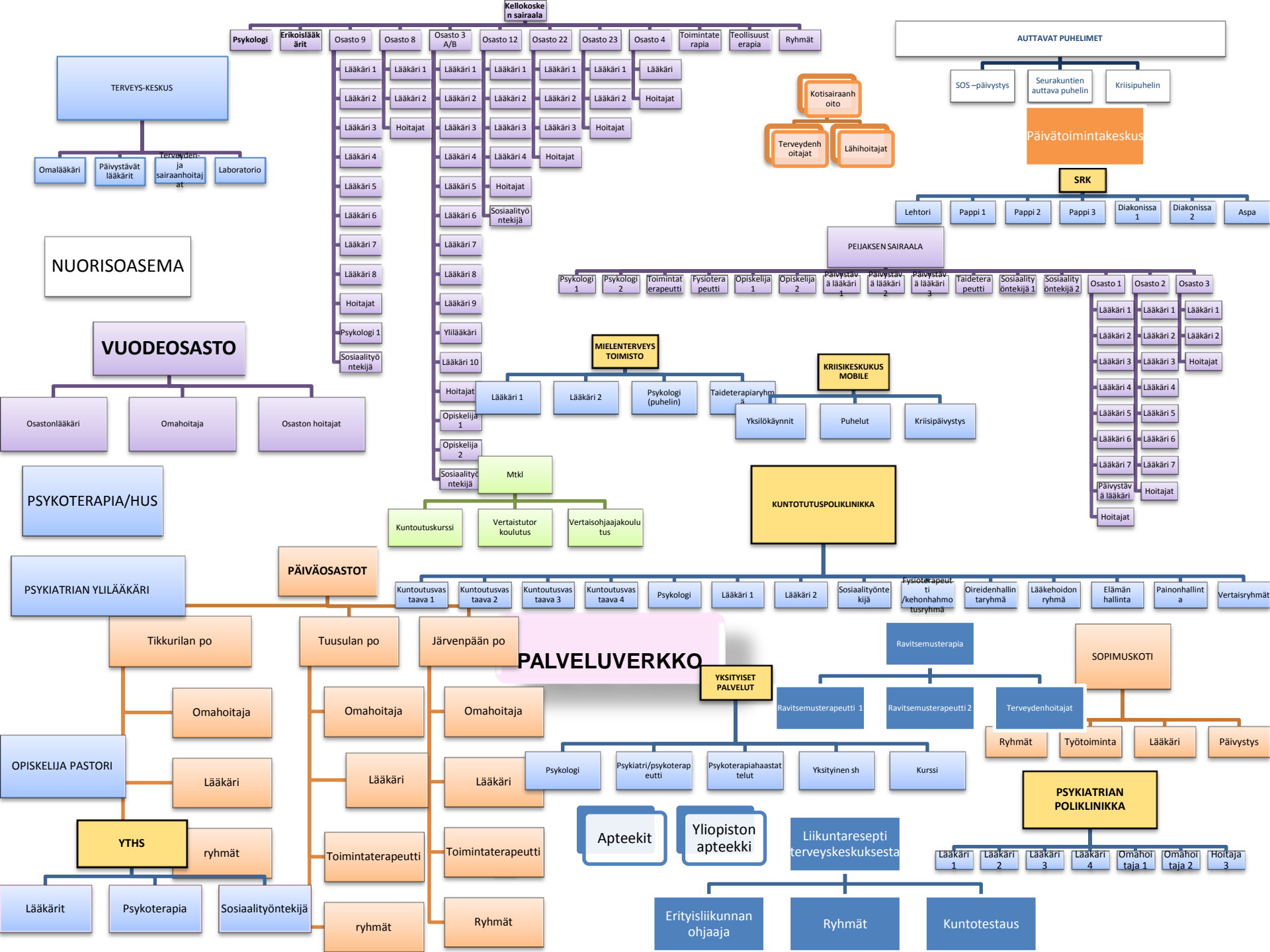
Mieli 2009 –työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi

Ehdotus 1. **Asiakkaan aseman vahvistaminen**

- Asiakkaan aseman vahvistamiseksi keskitytään yhdenvertaisuuteen, matalan kynnyksen yhden oven periaatteeseen, kokemusasiantuntijoiden asemaan ja vertaistukeen, ulkopuolisen asiantuntija-arvion käyttöön ottoon, itsemääräämisoikeuden rajoituksia koskeviin säännöksiin ja toimeentuloturva

Ehdotus 3. **Kokemusasiantuntijat ja vertaistoimijat**

- *Kokemusasiantuntijat ja vertaistoimijat otetaan mukaan mielenterveys- ja päihdetyön suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin.*



Lyhyt historia

- AA-toiminta 1940-luku, Reumaliitto 1980-luku
- Tanskan malli Tampereelle v. 2001
- TAKK:N ja Muotialan asuin ja toimintakeskuksen välinen yhteistyö
 - Kaveri-projekti v. 2001-2004
 - Kokemus tiedoksi –projekti 2005-2009
- Mieli 2009
 - Epshp, Mielen avain, Jyväskylä...

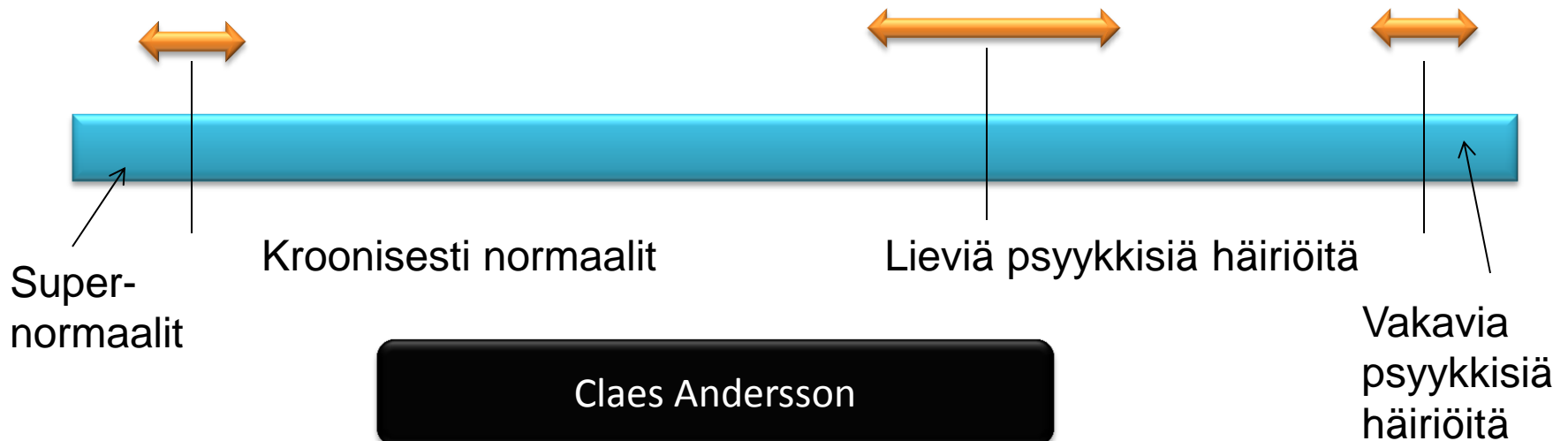
Kokemustiedon esiinnousu

Hoitojärjestelmän muutokset ja sen yhteiskunnalliset seuraukset

- 1990-luvun alun laman vaikutukset
- Psykiatrinen hoito suurin resurssien menettäjä
- Laitoshoito => avohoito ja 3. sektori
- Sekava järjestelmä, paljon toimijoita
- Koulutusjärjestelmä
- Kuntoutujat näkyviin
- Yleiset asenteet

Kokemustiedon esiinnousu

- Kaikkiko ovat kokemusasiantuntijoita?
- Sairaustarinoita tutkineen sosiologin Arthur Frankin mukaan ihmisistä yhä suurempi osa ei ole varsinaisesti sairaita mutta ei aivan terveitäkään



Kokemustiedon esiinnousu

- Sairaalahoidon väheneminen pakottaa etsimään selviytymisen keinoja ”tavallisten” ihmisten yhteiskunnassa elämiseen
- Tarvitaan tarinoita ja esimerkkejä sairauden kanssa elämisestä kuntoutumisen tueksi
- Tarinatyyppejä (Frank):
 - ennalleen palautumisen tarina*
 - kaaostarina*
 - etsinnän tarina*

Kokemustiedon esiinnousu

Yhteenveto:

- Hoitojärjestelmä on hajanainen
- Diagnoosit epätarkkoja (Kela ja byrokratia)
- Lääketieteen merkityksen ylikorostuminen
- Arkielämä ratkaisee, ei oireet itsessään
- Psykoterapiaan pääsy vaikeaa
- Oma-apu nousee esiin

Kokemusasiiantuntijan polku

- Kokemuksen hankkiminen, oman elämän eläminen
- Diagnoosin ja hoitokokemusten hankkiminen
- Raakakokemuksen työstö asiantuntijuudeksi
- Kokemusasiiantuntijana toimiminen
 - esim. kouluttaja, kehittäjä, arvioija
- Vertaistuen ja työnohjauksellisen tuen käyttö
- Hoidollisten ja terapeuttien kontaktien säilyminen

Elämäntkokemus asiantuntijuuden perustana

- Varhaislapsuuden merkitys
- Kouluvuodet
- Nuoruus: itsenäistyminen, seurustelusuhteet ym.
- Varhaisaikuisuus, sairauden toteaminen, ensimmäiset hoitokokemukset, ihmissuhteet, työelämä
- Kuntoutuminen, sairauden kanssa eläminen, tuki

Kokemusasiantuntijaksi kouluttautuminen

- ”Paha hyväksi”, traumaattisten elämänkokemusten työstäminen asiantuntijuuden perustaksi
- Identiteettimuutos
- Aikuisopiskelun voimaannuttava vaikutus, osa normaalia elämää
- Elämäkertatyö etäännyttää ja abstrahoi, antaa välimatkaa ja näkökulmaa kipeisiin asioihin, ”tuska siirtyy paperille”
- Psykoedukaatio: diagnoosit eivät ole ”jumalan sanaa”, vaan arvioitavaa inhimillistä toimintaa, stigma kevenee

Kokemusasiantuntijana toimiminen

- Lisää sosiaalista toimintaa, ihmiskontakteja
- Mahdollisuus käyttää omia vahvuuksia, löytää niitä itsestä, itsetunnon vahvistuminen
- Kalenteriin täytettä, struktuuria elämään
- Tärkeyden, tarpeellisuuden ja merkityksellisyyden tunnetta elämään
- Vastaanottajasta antajaksi
- Toiminnan kautta osallisuuteen

Kokemustiedon merkitys kuntoutujalle

- Voimavarakeskeinen ote omaan elämään
- Kokijasta toimijaksi
- Vahva yhteisöllisyys
- Kärsijästä oman elämänsä sankariksi
- Palaute yleensä kannustavaa
- Itseymmärryksen lisääntyminen
- Näkökulmaa ja etäisyyttä omiin oireisiin
- Psykokonstruktivisuus: oman tarinan uudelleen kirjoittaminen ja kokeminen

Yhteiskunnallinen merkitys

- Askel kohti todellista kansalaisyhteiskuntaa
- Osatyökykyisten työmahdollisuuksien lisääntyminen
- Käyttäjänäkökulma mukaan palvelujen tuottamiseen, arviointiin ja kehittämiseen
- Kokemusasiantuntijat mukaan kouluttamaan asiakaslähtöisempiä ja inhimillisempiä ammattilaisia
- Lisää hyvinvointia eri ihmisryhmille

Kokemusasiatuntijuuden tulevaisuus

- Toiminta laajenee kohderyhmien tasolla
- Toiminta laajenee maantieteellisesti
- Toiminta laajenee eri ammatti- ja väestöryhmien suuntaan
- Yhteistyökuviot vakiintuvat
- Koulutus kehittyy tutkinnon suuntaan
- Ammatillisuus lisääntyy, toiminta perinteisten ammattilaisten rinnalla, omat vastualueet
- Yhteiskunnallinen merkitys kasvaa
- Tutkittu tieto lisääntyy