



Kotoutumisen kokemusasiantuntijat koulutusmalli

Marraskuu 2019

Kokemusasiantuntijakoordinaattori Reetta Tourunen

Kotoutumisohjaaja Hanna-Leena Iisvirta

Kotoutumisen kokemusasiantuntijakoulutuksen tarkoitus ja tavoitteet

Koulutuksen tavoitteena on valmentaa Suomeen muuttaneita henkilöitä toimimaan kokemusasiantuntijoina. Koulutuksessa teemoina ovat kotoutumiseen ja maahanmuuttoon liittyvät teemat osallistujien elämäntarinoissa. Tarkoituksena on tarjota osallistujille mahdollisuus voimavarojen löytämiseen oman tarinan ryhmässä työstämisen myötä. Lisäksi osallistujia motivoidaan toimimaan jatkossa Eksoten maahanmuuttopalvelujen yhteistyökumppaneina kertoen omaan tarinaansa erilaisissa maahanmuuttopalvelujen sekä yhteistyökumppanien tilaisuuksissa. Maahanmuuttopalvelujen näkökulmasta koulutuksella pyritään lisäämään asiakkaiden osallisuutta ja kehittämään palveluja yhdessä kokemusasiantuntijoiden kanssa.

Koulutusohjelman taustaa

Koulutusohjelma pohjautuu Eksoten yleiseen kokemusasiantuntijakoulutusmalliin, joka on kehitetty osana OTE-hanketta syksyllä 2018. Keväällä 2019 nousi esille tarve kehittää Suomeen muuttaneille oma koulutuksensa, jossa maahanmuuttoon liittyvät teemat ovat osana kokonaisuutta ja koulutus toteutetaan osin selkokielellä.

Kokemusasiantuntijakoordinaattorin ja maahanmuuttopalvelujen yhteistyönä keväällä 2019 lähdettiin suunnittelemaan koulutusmallia Eksoten yleisen kokemusasiantuntijakoulutuksen ohjelman sekä Väestöliiton kokemusasiantuntijakoulutusmallin pohjalta (Väestöliitto, Paula Mattila 2018). Aluksi kokeiltiin Eksoten mallista poiketen vain 25 tunnin mittaista koulutusta, koska kurssista kiinnostuneet osallistujat kertoivat 50 tunnin mittaisen koulutuksen olevan liian pitkä. Lopulta suuri osa kurssilaisista halusi kuitenkin jatkaa opiskelua, joten kesällä 2019 toteutettiin kurssin toinen osa ja näin myös kotoutumisen kokemusasiantuntijakoulutuksesta muodostui 50 tunnin mittainen kokonaisuus. Kokeiluvaiheen kurssilaisilta kerättiin palautetta haastatellen heitä kahden kurssiosion välissä henkilökohtaisesti. Myös kurssipäivien aikana keskusteltiin paljon siitä, millaiset menetelmät ja sisällöt kurssilla toimivat.

Eksoten maahanmuuttopalveluissa on toiminut 2017 lähtien työsuhteessa yksi vertaisohjaaja, jolla on kokemus Suomeen muuttamisesta. Myös hän osallistui kurssille ja rohkaisi osaltaan kurssilaisia sitoutumaan ryhmään. Hän työsti myös tarinaansa ryhmässä ja sai uutta näkökulmaa vertaisohjaajana toimimiseen. Kurssin kouluttajina toimivat Eksoten maahanmuuttopalvelujen kotoutumisohjaaja (Hanna-Leena Iisvirta) ja Eksoten tuen ja kehittämisen yksikössä työskentelevä kokemusasiantuntijakoordinaattori (Reetta Tourunen). Lisäksi koulutukseen sisältyi osallistuminen seminaariin, jossa oli aiheena maahanmuuttajataustaisten perheiden kanssa työskentely (Tiuku Pennola).

Koulutuksessa oli jo kokeiluvaiheessa mukana Suomeen muuttaneita henkilöitä monesta eri maasta. Tulkkien käyttöä ja materiaalien kääntämistä pohdittiin, mutta koska mitään yhteistä kieltä ei ryhmällä ollut suomen kielen lisäksi, päädyttiin koulutus pitämään kokonaan suomenkielisenä. Kurssille tulijat haastateltiin etukäteen ja haastattelutilanteessa keskusteltiin

myös siitä, riittääkö osallistujan suomenkielen taito ryhmässä keskustelemiseen. Oman tarinan kirjoittamista ohjeistettiin tekemään myös omalla äidinkielellä, mutta 15 minuutin mittainen puheenvuoro koulutuksen lopussa oli kaikkien tehtävä suomeksi.

Huomioita kurssin järjestelyistä

Kokeilun perusteella havaittiin, että vaikka kotoutumisen kokemusasiantuntijakurssi ei ole terapia- tai kuntoutusryhmä, on ryhmän keskinäinen luottamus omien elämäntarinoiden käsittelyn edellytys. On tärkeää, että ryhmää on ohjaamassa työpari, jotta havaintoja kurssilaisten tunteista ja ryhmässä mukana pysymisestä ehditään tehdä riittävästi. Ryhmälle on tärkeää tehdä myös säännöt. Esimerkiksi vaihtolovelvollisuutta ei kurssilaisilla koulutusmuotoisessa toiminnassa ole toistensa kertomia asioita kohtaan, mutta hienovaraisuudesta voidaan silti sopia ryhmän kesken. On tärkeää keskustella myös siitä, että osallistujat saavat itse päättää mitä oman elämänsä asioita he haluavat jakaa ryhmässä.

Ensimmäisessä kokeiluryhmässä syntyi tilanteita, että osallistujilla oli joissakin koulutuspäivissä mukana lapsia. Osittain se oli toimivaakin, mutta lopulta päädyttiin siihen, että koulutusmallissa tapaamiset ovat vain aikuisille, jotta osallistujat voivat keskittyä aiheeseen ja kenenkään ei lasten läsnäolon vuoksi tarvitse rajoittaa kokemusten kertomista. Koulutuksesta voisi kuitenkin olla mahdollista järjestää esimerkiksi perheleirin muotoinen sovellus.

Kurssin alussa on hyvä olla ryhmäytymiselle ja tutustumiselle rauhassa aikaa. Syksyn 2019 koulutusryhmällä kaksi ensimmäistä tapaamista olivat muita pidempiä ja niiden aikana käytiin läpi tarinaan liittyviä asioita kuvien ja melko intensiivisten keskustelujen kautta. Näin saavutettiin luottamuksen ilmapiiri. Samalla koulutuksessa on kuitenkin huomioitava, ettei työskentely mene liian syvälliseksi ja raskaaksi. Tätä voidaan myös välttää sillä, että ohjelma vaihtelee tarinan kertomisesta tietopuoliseen ohjaukseen. Jo haastatteluissa on hyvä painottaa, että kurssin ensimmäiset tapaamiset ovat erityisen tärkeitä. Myös sitä kannattaa käydä läpi kurssin alkupuolella, että kurssin keskeyttäminenkin on hyväksyttävää. Usein kokemusasiantuntijakoulutuksissa joku osallistujista huomaa, että oma tarina nostaa pintaan käsiteltäviä asioita ja ajankohta koulutuksessa mukana olemiselle ei olekaan sopiva. Tällaisia asioita on vaikeaa saada etukäteen selville haastatteluille. Kurssille on hyvä ottaa mukaan riittävästi osallistujia, jotta ryhmästä on varaa muutaman jäädä pois.

Eksoten kokemusasiantuntijakoulutuksissa käytäntönä on, että jos kurssilainen on poissa koulutuskerralta, on se suoritettava korvaavilla tehtävillä. Kotoutumisen koulutuksen kokeiluissa havaittiin hyväksi käytännöksi se, että henkilö, joka ei päässyt mukaan ensimmäiselle kerralle, kävi etukäteen koulutuskerran sisällön ohjaajan kanssa läpi erillisessä tapaamisessa. Lisäksi hän teki ohjaajan kanssa haastattelun videolle esittelyn itsestään. Video näytettiin koulutusryhmälle ja sen myötä osallistuja pääsi esittäytymään ryhmälle, vaikka ei ollut paikalla. Kotoutumisen kokemusasiantuntijoiden kanssa on huomioitava kielitaito ja kulttuurin tuntemus korvaavia tehtäviä annettaessa. Helpoin käytäntö on, että poissa olleet kutsutaan erilliseen tapaamiseen käymään koulutuskerran asiat läpi. Kirjallisten korvaavien tehtävien tekeminen voi tuki joltakulta

sujua, jos suomenkielen taito siihen riittää. Samaan tapaan, kun Eksoten yleisessä kokemusasiantuntijakoulutuksessa, kotoutumisen ryhmästä todennäköisesti osa saa kurssin kaikkine osioineen tai tehtävineen suoritettua ja osa ei. Eksotessa kurssitodistus merkitsee mahdollisuutta saada palkkioita tulevista kokemusasiantuntijatehtävistä, joten kurssin kokonaissuorittamisen merkityksestä on keskusteltava selkeästi kurssin aikana. Toisaalta on hyvä puhua myös siitä, että osittainen mukana oleminen voi olla kuitenkin mielekäs tapa pohtia omaa tarinaa.

Koulutusohjelman rakenne

1. Haastattelu (1 tunti)

- Koulutukseen kutsutaan osallistujia maahanmuuttopalvelujen työntekijöiden ja verkoston kautta, kaikki kiinnostuneet haastatellaan.
- Haastattelut kestävät noin tunnin ja niissä käydään läpi kokemusasiantuntijatoimintaa ja koulutuksen sisältöä. Haastattelussa kokemusasiantuntijat kertovat myös omasta tarinastaan ja kiinnostuksestaan toimia kokemusasiantuntijana.
- Oman tarinan pohtiminen käynnistetään jo haastatteluvaiheessa.
- Haastattelussa arvioidaan myös kurssille tulijan suomenkielen taidon riittävyyttä kyseiselle kurssille (luennot, ryhmäkeskustelut, suomenkielinen versio omasta tarinasta).
- Haastattelussa käydään läpi kurssille tulijan elämäntilannetta ja selvitetään, onko hänellä mahdollisuus järjestää esimerkiksi lasten hoito kurssipäivien ajaksi.
- Haastattelut toteutetaan maahanmuuttopalvelujen toimistolla (tai muu tuttu paikka), kotoutumisohjaaja ottaa yhteyttä ja yhdessä kokemusasiantuntijakoordinaattorin kanssa haastattelee.

Materiaalit: kokemusasiantuntijaesite, kokemusasiantuntijatoiminnan monet muodot – ajatuskartta sekä kurssin mainos (jossa ohjelma), selkokielinen kokemusasiantuntijarekisterin yhteistyölomake

2. Tutustutaan ja minun tarinani (4,5 tuntia)

- Kouluttajien esittäytyminen (mahdollisesti kouluttajan tarina)
- Osallistujien 2 min esittäytyminen puheenvuoroesineen avulla (esim. kukka, joka annetaan seuraavalle), esim. kuka olen ja mistä pidän, ei tarinaa vielä
- Katsotaan Vamos-nuorten video ja mahdollisesti muita videoita Suomeen muuttaneiden tarinoista
- Koulutuksen ohjelma ja muut käytännön asiat
- Ryhmän säännöt kirjoitetaan fläpille keskustellen

- Pienissä ryhmissä tai pareittain tutustuminen ("Mikä puu olisit?" – puukortit apuna)
- Käydään läpi Minun tarinani –tehtävä
- Ajatuskartta ja aikajana omasta tarinasta

Materiaalit: jokaiselle kansio, jossa puukortit, linkkilista (maahanmuuttoon liittyvistä videoista yms.), aikataulumoniste, kynät, muistiinpanopaperia, nimikyltit ja laput niihin, Minun tarinani-tehtävämoniste, kortteja keskustelun tueksi (esim. Tunnevoima-kortit ja Osallistavan taiteen laatukortit, Mahti-tunnekortit), puheenvuorokukka

3. Tarinaa kuvilla, vieraileva kokemusasiantuntija ja kokemusasiantuntijan tehtävät ja tietoa maahanmuutosta (4,5 tuntia)

- Kouluttajan/kouluttajien oma tarina
- Lehti- ja nettiartikkelien tutkiminen kotoutumisen tarinoista (lisäksi selkokielineen kirja aiheesta)
- Ryhmätyöskentelyinä tarinan pohtimista eri materiaaleilla (tunnekortit, esineet)
- Kuvakortit "Mikä kuvaa minun tarinani tunnelmaa" (maisemakuvat, greencare-kortit tms.)
- Esite: kokemusasiantuntijatoiminta Eksotessa sekä ajatuskartta kokemusasiantuntijatoiminnan monista muodoista
- Keskustelua siitä, mitä on kokemusasiantuntijuus ja missä osallistajat haluaisivat tarinaansa kertoa tulevaisuudessa kokemusasiantuntijana
- Maahanmuuton prosessin ja maahanmuuttoon liittyvien käsitteiden läpi käymistä (mm. pakolaisuus, turvapaikanhakija yms.), maahanmuuton tilastoja paikkakunnallamme, maahanmuuttoon liittyvien palveluiden esittelyä

Materiaalit: kuvakortit, kokemusasiantuntijuuden monet muodot –ajatuskartta, Eksoten kokemusasiantuntijaesite (käsitteet kerrottu), maahanmuuton prosessi monisteena (Mieli ry), printit kotoutumisen tarinoista ja selkokielineen kirja aiheesta

4. Yhteisöt ja osallisuus (3 tuntia)

- Kotoutumisen kokemusasiantuntijan tarina (aiemmalta kurssilta tms.)
- Mitä on osallisuus? Osallisuuden portaat, ajatuskartta yhteisöihin kuulumisesta, keskustelua kulttuurieroista yhteisöllisyydessä
- Verkostokartan piirtäminen omista ihmissuhteista (erilaiset mallit) ja keskustelua siitä, miten muiden ihmisten tarinat liittyvät omaan tarinaan
- Tarinan kirjoittamista ja lehti/nettitarinoiden lukemista yksin tai ryhmissä

Materiaalit: Osallisuuden portaat monisteena, verkostokartan mallit, printit ja lehtileikkeet tarinoista, kyniä ja papereita

5. Sosiaali- ja terveyspalvelut (3 tuntia)

- Tarinoiden kirjoittamisen läpi käymistä, missä mennään?

- Eksoten organisaatio ja mitä palveluja meillä on? Tutkitaan Eksoten verkkosivuja
- Keskustelua ja fläpille hahmotellen ”Mitä ovat sosiaali- ja terveyspalvelut”
- Mahdollisesti vierailu sairaalalla tai muussa toimipisteessä

Materiaalit: Eksoten esitelehtinen (takasivulla tärkeät puhelinnumerot esim. sairaalan päivystykseen)

6. Elämän kriisit ja jaksaminen (3 tuntia)

- Mitä on mielenterveys- ajatuskartta, jossa kirjataan sanoja ja käsitteitä (esim. rentoutuminen, hyvä mieli, tunteet, mielenterveyden häiriöt ja sairaudet, tukipalvelut, ystävien tukeminen)
- Miten voin huolehtia omasta mielenterveydestäni? – ryhmän yhteisen ajatuskartan tekeminen (voi olla osa edellistä tai erillinen kartta, tai ryhmätyönä kerätään ajatuksia)
- Tutkitaan verkkosivuja maahanmuuttoon liittyvästä mielenterveydestä: Mielenterveysseura (kielivaihtoehdot pääsivulla ja ”maahanmuutto”-osio) sekä Terveyskylä/Mielenterveystalo ”Tietoa maahanmuuttajille”, josta löytyy myös videoita eri kielillä
- Mielenterveyden käsi -monisteen läpi käymistä (eri kielillä löytyy, Mielenterveysseuran sivuilta materiaaleista)
- Kriisin vaiheet ja mistä saa keskusteluapua (Eksote ja muut)
- Tunnekorteilla mielenterveyden pohdintaa (kaikki tunteet kuuluvat hyvään mielenterveyteen), kulttuurien vaikutusta aiheen käsittelyyn, tunneilmaisuun yms. keskustelua

Materiaalit: Mielenterveysseuran esitteet (kriisin vaiheet, mielenterveyden voimasanat yms.) , nettimateriaalit, Mielenterveyden käsi –moniste, maahanmuuton prosessi –moniste (edelliseltä kerralta), tunnekortit

7. Tarinan kirjoittamista, viestintää, sopimukset ja maksut (5,5 tuntia)

- Keskustelua: missä mennään tarinoiden suunnittelun kanssa, käydään yksilöllisesti läpi
- Oma esite kokemusasiantuntijana: tehdään paperille, jolloin jokainen miettii, mitkä ovat omat kokemustiedon aiheet ja millaisissa tehtävissä haluaisi toimia
- Eksoten kokemusasiantuntijakäytännöt käydään läpi, verokortin lähettäminen (malli verokortista), palkkiolomakkeen täyttäminen kokeillaan käytännössä, keskustellaan mitkä ovat palkkiollisia keikkoja
- Pohditaan, mistä muualta kuin Eksotesta voisi löytyä tehtäviä kokemusasiantuntijana (ajatuskartta apuna)
- Esiintymisharjoituksia osallistujien kiinnostuksen ja tarpeen mukaan pareittain, isommassa ryhmässä yms. (ryhmäytymisen vaiheesta riippuen)
- Valmistujaisjuhlien, tapahtumaan osallistumisen ja tarinankertomisen aikataulun suunnittelua

Materiaalit: Paperia ja kyniä, malleja kokemusasiantuntijoiden esitteistä, Eksoten ohjeistukset, maksulomakkeet, sopimuslomakkeet, malli verokortista, ajatuskartta kokemustiedon muodoista, esiintymisharjoituksiin esim. Alias-kortit ja greencare-kortit

8. Tarinoiden kertominen ryhmissä 1/2 (2,5 tuntia)

- Ryhmät saavat itse miettiä, millaisessa paikassa haluavat työskennellä tarinoita kertoen, esimerkiksi kahvilassa tms. julkisella paikalla, mutta rauhallinen ympäristö
- Tarinoiden kertominen (15 min) ryhmäohjaajien kanssa (4-6 henkilöä), tai isolla ryhmällä, mikäli luottamus ja aikataulu sallivat. Ohjaaja huolehtii ajan käytöstä, kiinnitetään huomiota myös kuunteluun, miltä tuntui kertoa tarinaa?

9. Aiemman kurssin osallistujien tapaaminen (4 tuntia, voi olla muussakin kohdassa)

- Yhteinen, rento tapaaminen aiemmin koulutuksen käyneiden kotoutumisen kokemusasiantuntijoiden (tai muiden kokemusasiantuntijoiden) kanssa. Tavoitteena on saada uudet mukaan porukkaan ja peilata omia tarinoita toisten kanssa. Tapaamisen sisällön voivat esimerkiksi aiemmin valmistuneet ideoida.
- Työskentelyä ja kohtaamista ekspressiivisen taideterapian menetelmillä:
 - o Kuulumiset/jokin oman tarinan kohta kuvakorteilla (Tunnevoima ja Osallistavan taiteen kortit),
 - o Yhteinen maalaaminen/piirtäminen parin kanssa (kuuntelun ja kertomisen vuorottelua ja sanatonta kohtaamista)
 - o Oma tarina ilman sanoja eli piirtäen, maalaten, esinekollaasina, äänellä tai liikkeellä kerrottuna (rauhallinen työskentely ja jakaminen yhdessä tai kahdessa ryhmässä ohjatusti)

10. Tarinoiden kertominen ryhmissä 2/2 (2,5 tuntia)

- Ryhmät saavat itse miettiä, millaisessa paikassa haluavat työskennellä tarinoita kertoen, esimerkiksi kahvilassa tms. julkisella paikalla, mutta rauhallinen ympäristö
- Tarinoiden kertominen (15 min) ryhmäohjaajien kanssa (4-6 henkilöä), tai isolla ryhmällä, mikäli luottamus ja aikataulu sallivat. Ohjaaja huolehtii ajan käytöstä, kiinnitetään huomiota myös kuunteluun, miltä tuntui kertoa tarinaa?
- Palaute kurssista, esimerkiksi helpolla lomakkeella tai erikseen sovittavina haastatteluina. Haastattelu toimii, jolloin osallistujat ymmärtävät paremmin, mitä kysytään ja voivat ilmaista mielipiteensä laajemmin.

11. Osallistuminen tapahtumaan (n. 6 tuntia, voi olla muussakin kohdassa)

- Kurssilla olevat kokemusasiantuntijat ovat mukana tapahtumassa, joka voi olla esimerkiksi maahanmuuttopalvelujen koulutustilaisuus tai kokemusasiantuntijatoimintaan liittyvä tapahtuma. Tapahtumassa kurssilla olijat ovat jollakin tapaa esillä kokemusasiantuntijoina. He voivat osallistua esimerkiksi elävään kirjastoon ja saada näin harjoitusta tarinan kertomiseen. Koulutustilaisuudessa heillä voi olla vaikkapa nimikyltit ja yleisölle voidaan kertoa, että heitä saa tauoilla jututtaa. Tavoitteena on, että he ryhmänä saavat rohkeutta olla esillä uudessa roolissaan. Tapahtuma valitaan siten, että sen sisältö täydentää myös kurssin ohjelmaa tuomalla kurssilaisille esimerkiksi lisää teoretietoa maahanmuutosta, järjestöistä, sosiaali- ja terveyspalveluista tai kokemusasiantuntijatoiminnasta.

12. Valmistujaiset (2 tuntia), voi olla kaikille avoin tapahtuma tai ryhmän oma

- Kakkukahvit tms., mukana voi olla myös valmistuvien läheisiä
- Todistukset ja ruusut ja puheet
- Palaute toisille: Jokainen kirjoittaa sydämen muotoiseen paperiin palautetta toisille kurssilaisille "Mitä olet oppinut/saanut toisilta kurssilaisilta?"
Ryhmäläisten suunnittelemaa ohjelmaa
- Yhden kurssilaisen tarina
- Valokuvauslupien täyttäminen ja kuvaaminen, facebookpäivitys tai muu viestinnän toteutus kurssista

Materiaalit: todistukset, ruusut, valokuvausluvut, sydänkortit, fläpillä ohjelma, nimikyltit