

# Kokemusasiiantuntija-toiminnan koulutusmalli



## 2018 Eksote/päivitetty 2023 Etelä-Karjalan hyvinvointialue

Nimike ”kokemusasiiantuntija” ei ole millään tapaa suojattu, joten kuka tahansa voi kutsua itseään kokemusasiiantuntijaksi. Etelä-Karjalan hyvinvointialueella kokemusasiiantuntijalla tarkoitetaan henkilöä, jolla on oma tai läheisen kokemus tietyn palvelun asiakkaana olemisesta, tietyistä elämäntilanteesta, sairaudesta tai vammasta ja joka on kiinnostunut kertomaan tästä kokemuksestaan jossakin tilanteessa muille. Etelä-Karjalan hyvinvointialueella koulutetaan ja rekisteröidään kokemusasiiantuntijoita, joiden kokemus liittyy sosiaali- ja terveystalviin.

Etelä-Hyvinvointialueen ylläpitämässä kokemusasiiantuntijarekisterissä on sekä koulutettuja että kouluttamattomia kokemusasiiantuntijoita (vuonna 2023 n. 120 henkilöä). Kaikki kokemusasiiantuntijat eivät halua tai käytännön syistä pysty osallistumaan koulutukseen. He voivat kuitenkin toimia kokemusasiiantuntijana, mutta Etelä-Karjalan hyvinvointialueella palkkiota kokemusasiiantuntijatehtävistä maksetaan vain kurssin käyneille (Eksoten johtoryhmän linjaus).

Koulutettuna kokemusasiiantuntijana hyvinvointialueellamme tarkoitetaan hyvinvointialueen oman tai muun, mittakaavalta ja sisällöltään vastaavan koulutuksen käyneitä henkilöitä, jotka ovat kokemusasiiantuntijarekisterissämme. Kokemusasiiantuntijakoordinaattori rekisterin tarkistaa kultakin rekisteriin liittyvältä koulutustodistukset ja määrittelee, mikä koulutus katsotaan hyvinvointialueen omaa koulutusta vastaavaksi.

### Koulutusmallin taustaa

Eksoten kokemusasiiantuntijakoulutusmalli luotiin 2018 kahden kärkihankkeen, Palvelut asiakaslähtöisiksi (2017) ja Osatyökykyisille tie työelämään OTE (2018) pohjalta. Eksote on ollut aiemmin mukana kahden kokemusasiiantuntijakoulutuksen järjestämisessä, mutta omaa koulutusmallia ei ole ennen 2018 vuotta ollut. Helmikuussa 2018 Eksoteen on perustettiin kokemusasiiantuntijakoordinaattorin toimi. Samalla lähdettiin määrätietoisesti kehittämään ja koordinoimaan kokemusasiiantuntijatoimintaa. Eksoten johtoryhmä on

linjannut koordinaattorin tehtävän myötä, että Eksotessa koulutetaan jatkossa vuosittain kokemusasiantuntijoita ja ylläpidetään heistä rekisteriä ja nämä tehtävät siirtyivät 2023 alkaen Etelä-Karjalan hyvinvointialueelle.

Yhteistyössä OTE-hankkeen kanssa koulutuksen sisältöä ryhdyttiin kehittämään ja kokeilemaan syksyllä 2018. Koulutuskokeilun myötä luotiin koulutusmalli Eksoten käyttöön. Tavoitteena oli tarjota koulutusmalli myös valtakunnallisesti hyödynnettäväksi. Aiemmin alueella järjestetyt koulutukset olivat painottuneet mielenterveysteemaan, kun yhteistyökumppanina oli ollut mm. Mielenterveyden keskusliitto. Nyt koulutus haluttiin avata myös muille ja koulutusmalli pyrittiin luomaan sellaiseksi, että se soveltuisi kaikille Eksoten palveluihin liittyville kokemusasiantuntijoille. Koulutuksen sisällössä, laajuudessa ja rakenteessa huomioitiin Kokemustoimijaverkoston ja Mielenterveyden keskusliiton koulutusmallit ja KoKoa ry:n suositukset.

## Koulutuksen laajuus ja koulutusryhmän rakenne

Etelä-Karjalan hyvinvointialueen kokemusasiantuntijakoulutus on laajuudeltaan 50 tuntia, josta 5 tuntia on itsenäisesti suoritettavaa järjestöön tutustumista ja loput lähiopetusta. Lisäksi oletetaan, että osallistujat työstävät omaa tarinaansa kotona koulutuspäivien välillä.

Etelä-Karjalan hyvinvointialueen kokemusasiantuntijakoulutus voidaan toteuttaa joko suurelle joukolle tai pienelle ryhmälle kerrallaan. Jos osallistujia on paljon, heidät jaetaan noin 4-6 hengen opintoryhmiksi, joissa toteutetaan koulutuksen jokaisella kerralla olevia keskusteluja ja oman tarinan kertominen. Koulutuksessa on suositeltavaa olla jokaisella koulutuskerralla vähintään kaksi kouluttajaa paikalla. Pienen ryhmän kanssa toteutettaessa yksikin riittää, mutta työpari on oltava koulutettavien käytettävissä joka tapauksessa koko koulutuksen ajan laadun varmistamiseksi ja koulutusryhmän ryhmäprosessin sujumiseksi.

Keskustelujen alustukset ja jotkin teoreettiset osiot voidaan toteuttaa suuren joukon kesken luentotyyppisesti, mutta painotus koulutuksessa on ryhmäkeskusteluissa. Hyvinvointialueen kokemusasiantuntijakoulutus ei voi olla milloinkaan terapiaryhmän kaltainen eikä siihen voi yhdistää muita sisältöjä pakollisina osioina (esimerkiksi tiettyyn aiheeseen liittyvää lainsäädäntöä). Koulutus voidaan kuitenkin järjestää esimerkiksi niin, että pakolliset osiot ovat joka toinen viikko ja väliviikoilla on tarjolla muuhun aiheeseen liittyvää sisältöä. Näin voidaan huomioida myös erityisryhmiä, kuten kehitysvammaisia ja tarjota heille lisää koulutuksen tunteja pakollisen 50 tunnin sisällön ohella.

Koulutukseen pitää olla mahdollista tulla myös avustajan, tulkin tai muun tukihenkilön tai opas- tai avustajakoiran kanssa. Koulutuksen suorittaminen edellyttää kuitenkin opiskelijalta myös itsenäistä työskentelyä niin lähiopetuksessa kuin kotonakin.

Kokemusasiantuntijatehtävissä toimiessaan jokainen kokemusasiantuntija toimii itsenäisenä toimijana, ei hyvinvointialueen ohjaamana, joten koulutuksen täytyy vastata tätä

rakennetta. Koulutettavia kannustetaan verkostoitumaan keskenään ja tukemaan myös toisiaan opiskeluissa, kuten koulutettuna kokemusasiantuntijanakin.

## Koulutukseen valitseminen

Etelä-Karjalan hyvinvointialueen kokemusasiantuntijakoulutukseen hakeudutaan ottamalla yhteyttä kokemusasiantuntijakoordinaattoriin. Yhteydenottoja otetaan vastaan ympäri vuoden ja kaikki kiinnostuneet haastatellaan henkilökohtaisesti. Haastattelussa kerrotaan koulutuksesta, kokemusasiantuntijatoiminnasta ja keskustellaan hakijan tarinasta sekä siitä, millaisissa tehtävissä hän haluaisi kokemusasiantuntijana toimia. Haastattelut toteuttaa kokemusasiantuntijakoordinaattori tai sovitusti muu toimialueen kokemusasiantuntijatoiminnasta vastaava työntekijä.

Haastateltava täyttää kokemusasiantuntijarekisterin lomakkeen ja haastattelun jälkeen se toimitetaan kokemusasiantuntijarekisteriin (kouluttamattomat kokemusasiantuntijat – välilehdelle). Haastattelun jälkeen kokemusasiantuntijalle tarjotaan mahdollisuutta toimia myös kouluttamattomana kokemusasiantuntijana ja tutustua toisiin kokemusasiantuntijoihin esimerkiksi yhteisissä tapaamisissa. Kouluttautumisesta kiinnostuneille välitetään rekisterin kautta tietoa seuraavasta koulutuksesta. Haastattelu merkitään toteutetuksi rekisterilomakkeelle, joten sitä ei tarvitse koulutusta ennen enää tehdä uudelleen.

OTE-hankkeen koulutuskokeilussa kokemusasiantuntijakoulutukseen otettiin mukaan kaikki siitä kiinnostuneet, haastatteluun saapuneet. Listalla oli haastattelun jälleen noin 50 nimeä ja koulutusta alettiin suunnitella sen mukaan. Koulutuksen alkaessa osallistujia oli noin 40 ja lopulta kurssilta valmistui 29 koulutettua kokemusasiantuntijaa. Parikymmentä osallistujaa valikoitui siis pois kurssilta oma-aloitteisesti. Pois jäämisen syinä olivat muutto toiselle paikkakunnalle, oman sairauden paheneminen tai uusien sairauksien ilmeneminen, omien voimavarojen uudelleen arviointi ja elämän suuntautuminen muuhun, kuin kokemusasiantuntijatoimintaan. Haastattelujen perusteella olisi ollut mahdotonta tietää, ketkä kurssin käyvät loppuun tai ketkä päätyvät toimimaan kokemusasiantuntijana kurssin jälkeen.

Kokemusasiantuntijakoulutusten valintaprosesseja on pohtinut väitöskirjassaan Taina Meriluoto (2018). Hänen havaintonsa puoltavat erittäin suurta harkintaa siinä, voiko kokemusasiantuntijatoimintaa koordinoiva tai kouluttava taho eettisesti kestäväällä tavalla valikoida kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistujia. Etelä-Karjalan hyvinvointialueen koulutuksessa olennaista ei ole se, kuka tulee toimimaan kokemusasiantuntijana, eikä se, että koulutettavien tarinat olisivat jollakin erityisellä tapaa hyvinvointialueen toimintaa tukevia. Koulutus ei sido hyvinvointialuetta pyytämään koulutettuja kertomaan tarinaansa missään, eikä koulutettavia sitoutumaan toimintaan mukaan lähtemiseen.

Valintakriteerit ovat ajankohtaisia vasta silloin, kun jostakin kokemusasiantuntijatehtävästä sovitaan. Silloin on tärkeää pohtia, kenen kokemustarina sopii kyseiseen tilaisuuteen ja onko kokemusasiantuntija valmis sitoutumaan hyvinvointialueen arvoihin ja tilaisuuden vaatimiin toimintatapoihin. Näitä asioita käydään koulutuksessa läpi, mutta kaikkien koulutettavien kannalta ne eivät välttämättä ole olennaisia, koska he voivat päätyä toteuttamaan kokemusasiantuntijatoimintaa vaikkapa itsenäisinä blogin pitäjinä tai järjestössä toimien.

Hyvinvointialueen kannalta hyödyllistä on jo se, että kokemusasiantuntijakoulutuksessa osallistujat pohtivat omaa tarinaansa. Tarinan pohtiminen voi edistää heidän kuntoutumistaan, aktiivisuuttaan ja toimintakyvyn säilymistä. Samalla voi avautua uusia näkökulmia omaan elämään ja mahdollisuus toisten auttamiseen esimerkiksi vapaaehtoisena järjestötoimijana. Näin ollen hyvinvointialueen kokemusasiantuntijakoulutusta pyritään tarjoamaan resurssien puitteissa kaikille kiinnostuneille.

## Esteettömyys

Jotta kokemusasiantuntijakoulutus olisi tasavertaisesti tarjolla kaikille sosiaali- ja terveyspalvelujen asiakkaille ja palveluihin muutoin liittyville henkilöille, tulee koulutuksen järjestämisessä tiedottamisesta lähtien huomioida mahdollisimman hyvin eri ihmisryhmät. OTE-hankkeen koulutuskokeilussa saatiin monipuolisesti kokemusta erilaisten esteettömyysasioiden huomioimisesta. Kurssille osallistui kuulo- ja näkövammaisia, liikuntavammaisia, apuvälineiden käyttäjiä, avustajan kanssa liikkuvia, vakavia sairauksia sairastavia ja kehitysvammaisia opiskelijoita. Koulutuksessa huomioitiin myös tarkkaavuuden häiriöihin, oppimisvaikeuksiin ja elämänhallinnan haasteisiin liittyviä asioita.

Esteettömyyteen liittyvät asiat on tärkeää käydä jo haastattelussa läpi, jotta ne voidaan huomioida kunkin koulutuskokonaisuuden suunnittelussa. Kokeiltuun koulutukseen otettiin myös henkilöitä, joilla ei ollut käytettävissä sähköpostia, koska katsottiin, ettei sekään voi olla yksittäisenä asiana este koulutukseen osallistumiselle. Muille sähköisinä lähetetyt materiaalit lähetettiin heille postitse tai annettiin printtinä. Myös erilaiset ikäryhmät tulee huomioida koulutuksessa. Koulutuksen ikäraja on 18 vuotta, jotta koulutettaville ei muodostu toisiinsa nähden vastuita esimerkiksi siitä, miten raskaita asioita ryhmissä voidaan kertoa. Nuorten kokemusasiantuntijatoiminta on hyvinvointialueella suunnitteilla ja mahdollisesti tulevaisuudessa sellaista voidaan järjestää.

## Kokemustarinat osana koulutusta

Kokemusasiantuntijakoulutuksen keskeisin sisältö on se, että jokainen osallistuja pohtii omaa elämäntarinaansa tai sen osaa vaikkapa tiettyyn sairauteen liittyen. Kokemus

sairaudesta, vammasta, asiakkuudesta tai haastavasta elämäntilanteesta on kokemusasiantuntijan erityisosaamista. Kokemusta ei voi toiselle opettaa eikä kertomisen tapaa määrittellä toisen puolesta. Koulutuksen tarkoituksena on antaa työkaluja omaan pohdintaan ja oman kertomisen tavan löytymiseen. Toiset kokemusasiantuntijat ovat koulutuksessa tärkeä elementti. Keskustelut tuovat kokemusasiantuntijoille uutta näkökulmaa omaan tarinaan. Jotta koulutus olisi laadukas, on siihen sisällyttävä myös useita erikseen järjestettyjä kokemusasiantuntijapuheenvuoroja ja keskusteluja jo toiminnassa olevien kokemusasiantuntijoiden ja kurssilla olevien kesken.

Myös kouluttaja voi kertoa oman kokemustarinansa kurssilla, mikä on esimerkiksi Mielenterveyden keskusliiton järjestämässä koulutuksissa edellytyksenäkin. Kouluttajan oma kertomus, vaikkapa pienikin kurkistus siihen, että olemme kaikki kokeneet jotakin haastavaa ja selviytyneet jonkin vaikeuden kanssa eteenpäin, vähentää koulutuksessa hierarkisia rooleja kouluttajien ja koulutettavien välillä.

Tarinoita on hyvä katsoa koulutuksessa myös videoilta, lehtiartikkeleista ja kirjoista. Nämä antavat samalla käytännön ideoita siihen, miten eri tavoin omaa tarinaa voi tuoda esille. Jos koulutuksessa on vain esimerkiksi tiettyyn sairauteen liittyvä ryhmä, on erityisen tärkeää tutustua myös muihin aiheisiin liittyviin kokemustarinoihin ja etsiä yhteistä toivon ja selviytymisen näkökulmaa. On hyvä tukea koulutuksen järjestelyillä ja sisällöillä sitä, että erilaisia asioita kokeneet ihmiset löytävät kohdennetun vertaistuen lisäksi yhteyden myös muihin kokemusasiantuntijoihin ja voivat tehdä laajasti yhteistyötä eriytyneissä ryhmissä pysymisen sijaan. Vertaistukikokemukselle ja oman, tarkan aiheen parissa kokemusasiantuntijana toimimiselle löytyy useimmille mahdollisuuksia järjestöistä.

## Kouluttajat

Etelä-Karjalan hyvinvointialueen kokemusasiantuntijakoulutukset järjestetään aina yhteistyössä kokemusasiantuntijakoordinaattorin kanssa. Koordinaattori on koulutuksissa pääkouluttaja, joka huolehtii, että koulutus noudattaa koulutusmallin kriteerejä. Jokaisessa koulutuskokonaisuudessa on mukana myös jokin yhteistyökumppani järjestökentältä, koska käytännön kokemusasiantuntijatoiminta tapahtuu yhteistyössä järjestöjen kanssa. Koulutuksessa ei kouluteta ”hyvinvointialueen kokemusasiantuntijoita” eikä minkään toimintayksikön omia kokemusasiantuntijoita. Koulutus antaa osallistujille valmiuksia toimia itsenäisenä kokemusasiantuntijana, muun muassa hyvinvointialueen yhteistyökumppanina.

Kouluttajien ammattitaito voi liittyä niin sosiaali- kuin terveysalaankin. Perehtyneisyyttä erilaisten ihmisryhmien kouluttamiseen ja ryhmätoiminnan ohjaamiseen tarvitaan. Kaikkien mukana olevien kouluttajien tulee perehtyä ennen koulutusta hyvinvointialueen kokemusasiantuntijatoiminnan ja koulutusmallin käytäntöihin ja periaatteisiin huolella. Koordinaattorin tehtävänä on huolehtia, että kaikilla on riittävästi tietoa näistä asioista sekä

koulutuksen käytännön järjestelyistä. On hyvä, että koulutuksessa on mukana tai vierailee niitä työntekijöitä, joiden kanssa kyseisen koulutuskokonaisuuden osallistujat jatkossa todennäköisesti tulevat tekemään yhteistyötä. Työntekijöitä voidaan kutsua mukaan esimerkiksi koulutuksen ryhmäkeskusteluihin tutustumaan kokemusasiantuntijoihin jo koulutuksen aikana. Kokemustiedon hyödyntäminen sujuu parhaiten silloin, kun esimerkiksi ensitietopäiviä ja muita tilaisuuksia järjestävät työntekijät tuntevat aiheeseen liittyvät kokemusasiantuntijat ja voivat suoraan sopia tehtävistä heidän kanssaan.

Mikäli aikataulullisesti on mahdollista, koulutukseen sisältyy myös osallistuminen hyvinvointialueen järjestöpäivään tai muuhun tapahtumaan, jossa toteutuu vertaistukeen ja kokemusasiantuntijatoimintaan liittyvää yhteistyötä hyvinvointialueen ja muiden toimijoiden välillä. Päivä on hyvä tilaisuus koulutettaville verkostoitua, tutustua jo toiminnassa oleviin kokemusasiantuntijoihin sekä kuulla mahdollisesti lisää kokemuspuheenvuoroja osana tapahtuman ohjelmaa sekä kokeilla osallistumista uudessa kokemusasiantuntijan roolissa.

## Käytännön järjestelyt

Koulutus koostuu järjestöön tutustumisen lisäksi noin 12 koulutuskerrasta, jolloin lähiopetusta on muutama tunti kerrallaan. Keskusteluja koulutuksen teemoista voidaan käydä kiinteissä ryhmissä, vaihtuvissa ryhmissä, pareittain tai näitä vaihdellen. Mahdollisuuksien mukaan kussakin ryhmäkeskustelussa on mukana työntekijä tai koulutettu kokemusasiantuntija. Ryhmän ohjaajan roolina on varmistaa, että keskustelu pysyy annetussa aiheessa ja kaikki saavat äänensä kuuluviin. Keskusteluryhmät voidaan arpoa tai opiskelijoiden voidaan antaa valita ryhmät vapaasti.

Jos ryhmät jaetaan jollakin kriteerillä etukäteen (esim. kokemustiedon aihe), on ryhmäjako kerrottava avoimesti ja osallistujien on annettava siitä huolimatta vaihtaa ryhmää. Tämä on tärkeää siksi, että kokemusasiantuntijat voivat itse määritellä itsensä ja kokemustiedon aiheensa. Joillekin voi olla myös tärkeää tutustua erilaisiin kokemuksiin ja jotkut haluavat ryhmäytyä jotakin samankaltaista kokeneiden kanssa. Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoita koulutukseen voidaan ottaa mukaan kurssilaisiksi, auttamaan käytännön järjestelyissä ynnä muussa. Kouluttajana tai ryhmänohjaajana he eivät voi toimia, ellei heillä ole etukäteen erityisen paljon tietoa kokemusasiantuntijatoiminnasta, osallisuuden periaatteista ja koulutuksen sisällöstä.

Ekso-työssä oli korona-aikana 2020-2021 kokoontumisrajoitusten vuoksi välttämätöntä järjestää kokemusasiantuntijakurssi osittain etäyhteydellä, koska muutoin koulutusta ei olisi voitu järjestää ollenkaan ja innokkaita tulijoita oli. Jokaisen koulutuskerran käytännön asiat käytiin 1,5 tunnin etätapaamisessa läpi ja samalla viikolla oli pienellä ryhmällä livetapaaminen kouluttajan kanssa, jolloin käytiin keskustelut viikon aiheesta. Lisäksi kurssin

puolessa välissä kaikilla osallistujilla oli yksilötapaaminen kouluttajan kanssa, jossa keskusteltiin tarinasuunnitelmasta ja kurssipalautteesta.

Monille osallistujista etäyhteyksien käyttäminen oli suuri ponnistus. Joillekin osittainen etänä osallistuminen oli helpotus. Kurssiporukan kesken tutustuminen ja verkostoituminen jäi pieneksi. Aiempien kurssien osallistajat olivat kertoneet toisiin tutustumisen ja tarinoista keskustelun olevan todella antoisaa ja tärkeää. Myös kouluttajien tutustuminen kurssilaisiin on koettu tärkeäksi jatkon yhteistyön kannalta. Näin ollen rajoitusten poistuttua Eksotessa palattiin kokonaan livenä toteutettavaan kokemusasiantuntijoiden koulutusmuotoon.

## Poissaolojen korvaaminen ja palaute

Etelä-Karjalan hyvinvointialueen kokemusasiantuntijakoulutus on lyhyempi, kuin joillakin muilla paikkakunnilla. Sisältö on tiivis ja kaikkien kertojen aiheet tärkeitä. Koulutuksesta voi olla poissa muutamia kertoja esimerkiksi sairastumisen vuoksi. Kaikki poissaolot on korvattava tehtävillä, joissa käydään läpi samat asiat, kuin koulutuskerralla on ryhmän kanssa käyty. Korvaavilla tehtävillä voi kuitenkin suorittaa vain korkeintaan kolme (noin 3x3 tuntia) koulutuskertaa, koska koulutuksen ryhmäkeskusteluja ei voi korvata pelkästään omalla pohdinnalla. Koulutus antaa näyttöä siitä, onko kokemusasiantuntijalla valmiuksia tulla sovittuun aikaan ja paikkaan, ja huolehtia annetuista tehtävistä. Tämä tieto on tärkeää kokemusasiantuntijatehtävistä sopimisessa jatkossa.

Koulutuksessa seurataan läsnäoloa ja korvaavien tehtävien palauttamista. Kurssin voi käydä myös osittain, mutta todistuksen voi saada vain kurssin alussa määritellyssä ajassa kokonaisuutenaan suoritettua koulutuksesta eikä seuraavalla kurssilla voi saada suorituksia aiemmin suoritetuista osioista. Jos kokemusasiantuntijalla on aiempaa koulutusta aiheeseen (esimerkiksi Kokemustoimijaverkosto kokemustoimijakoulutus 40 tuntia), riittää, että tulee hyvinvointialueen kurssille perehtymään hyvinvointialueen käytäntöihin ja kertomaan tarinan. Vastaavasti hyvinvointialueen koulutus on suunniteltu siten, että se vastaa mahdollisimman hyvin muiden toimijoiden (potilasjärjestöt, Kokoa ry yms.) koulutuksia ja osallistajat voisivat saada pätevyyden toimia myös näissä paikossa hyvinvointialueen koulutuksen myötä.

Terapiaryhmän kaltaista tunnelmaa pyritään kokemusasiantuntijakoulutuksessa välttämään ja opiskelijoiden omaa tekemistä ja vaikuttamista vahvistamaan. Tämä toteutuu muun muassa niin, että poissaolijoiden perään ei soitella, vaan jokainen huolehtii aikatauluista itse. Osallisuutta vahvistetaan myös siten, että koulutuksen aikana kerätään palautetta (puolessa välissä ja lopussa) ja haastetaan osallistujia ideoimaan sekä tulevia että jo meneillään olevaakin koulutusta. Koulutuksessa painotetaan myös sitä, että tulevana koulutettuina kokemusasiantuntijoina osallistajat eivät siirry mihinkään valmiiseen

järjestelmään. Oman osaamisen markkinoiminen ja kokemusasiantuntijatehtävien etsiminen on jokaisen tehtävä itse, toki osittain yhteistyössä koordinaattorien kanssa.

## Koulutuskertojen sisältö

### 1. Haastattelu (1 tunti)

- Kuka tahansa voi hakea koulutukseen, kaikki kiinnostuneet haastatellaan.
- Haastattelut kestivät noin tunnin ja niissä käydään läpi kokemusasiantuntijatoimintaa ja koulutuksen sisältöä. Haastateltavat täyttävät omat tietonsa yhteistyölomakkeelle, joka tallennetaan kokemusasiantuntijarekisteriin koulutuksen ajaksi. Haastattelussa kokemusasiantuntijat kertovat myös omasta tarinastaan, kiinnostuksestaan toimia kokemusasiantuntijana ja järjestöissä toimimisestaan.
- Haastattelun jälkeen kokemusasiantuntijat voivat yhteistyössä toimialueiden vastuuhenkilöjen kanssa lähteä jo mukaan toimintaan, kuten kokemusasiantuntijoiden tapaamisiin tai kaikkien alueen kokemusasiantuntijoiden yhteisiin tapaamisiin (kaksi kertaa vuodessa).
- Oman tarinan pohtiminen ja järjestöön tutustumisen toteuttaminen käynnistetään jo haastatteluvaiheessa.
- Haastattelun jälkeen kiinnostuneille lähetetään koulutuksesta tietoa.
- Haastattelun kautta voi päätyä myös toimintaan kouluttamattomana kokemusasiantuntijana.

Materiaalit: kokemusasiantuntijaesite, yhteistyölomake, (Ohje kokemusasiantuntijalle yhteistyöhön Etelä-Karjalan hyvinvointialueen kanssa)

### 2. Mitä on kokemusasiantuntijuus? (3 tuntia)

- Kouluttajien esittäytyminen, ryhmän aiheet esimerkiksi ajatuskarttana (kerätään haastattelussa tai ensimmäisellä tapaamisella lapuille, kokemusasiantuntijarekisteri ym. käytännön asiat)
- Pienissä ryhmissä tai pareittain esittäytyminen ("Mikä puu olisit?" – puukortit tai muu vastaava materiaali apuna), opintoryhmän suunnitelma yhteydenpidosta (jos sellaisia on)
- Koulutuksen aikataulut, käytännön asiat, tehtävien korvaaminen ym.



- Järjestöön tutustumisen tehtävän käynnistäminen

Materiaalit: jokaiselle kansio, jossa puukortit monisteena, (linkkilista kokemusasiantuntijatoiminnan tärkeistä sivustoista), aikataulumoniste eli kurssiesite, hyvinvointialueen kokemusasiantuntijaesite (käsitteet kerrottu), Järjestöön tutustumisen tehtävä monisteena, kynät, muistiinpanopaperia, nimikyltit ja laput niihin, lisäksi PowerPoint-esitys käytännön asioista

### 3. Minun tarinani (3 tuntia)

- Oman tarinan työstämisen käynnistäminen (prosessikirjoittaminen, aikajana, ajatuskartta, kuvat)
- Kokemusasiantuntijan tarina (kouluttaja tai aiemmin koulutettu kokemusasiantuntija)
- Tiimalasitarinat 5 min vaihtuvan parin kanssa

Materiaalit: Minun tarinani -tehtävä monisteena jokaiselle, aikajana ja ajatuskartta -mallit, kokemusasiantuntijapuheenvuoron esitys tms. materiaalit

### 4. Kokemusasiantuntijan tehtävät (3 tuntia)

- Kokemusasiantuntijatoiminnan eri muodot hyvinvointialueellamme ja muualla
- Kokemusasiantuntijan puheenvuoro: Oma tarina ja kokemusasiantuntijana yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa toimiminen
- Opintoryhmissä keskustelua kuullusta, ryhmittäin kirjataan ylös käytännön ideoita siitä, mitä kokemusasiantuntijana voisi tehdä/missä toimia esim. yhteiselle fläpille
- Kokemustiedon monet muodot –ajatuskartan tutkimista ja siitä keskustelua ryhmissä

Materiaalit: Kokemustiedon monet muodot –ajatuskartta monistettuna ryhmille, paperit ja tussit

### 5. Luovuus kokemusasiantuntijuudessa (6 tuntia)

Päivän tarkoitus on syventää ajatuksia omasta kokemusasiantuntijuudesta, tutustua toisiin kurssilaisiin paremmin ja löytää luovia tapoja tuoda esille omaa kokemustietoa sekä oppia kuuntelemista ja kertomista ryhmässä. Käytettävät menetelmät voivat olla hyödyksi myös esimerkiksi vertaisryhmissä. Koulutuskerta antaa myös ideoita siihen, miten erilaisilla tavoilla tarinan voi kurssin lopuksi kertoa.

Materiaalit: Erillinen suunnitelma toimintarasteista ja sen mukaiset, toiminnalliset materiaalit, kuten kortit, esineet yms.

## 6. Kokemusasiantuntijuus on osallisuutta (3 tuntia)

- Asiakasosallisuus ja asiakaskokemus
- Osallisuuden peruskäsitteet esim. Salli-hankkeen materiaaleista
- Parikeskusteluna: ”Miten eri tavoin olet osallinen yhteiskunnasta, lähiyhteisöstä, suvusta, maailmasta?” ja ”Miten voin kokemusasiantuntijana edistää toisten osallisuutta?”
- THL:n video sosiaalisesta osallisuudesta

Materiaalit: Paperit ja kynät, tussit, Salli-materiaalit monisteina (käsitteet ja lainsäädäntöä) ja mahdollisesti muita monisteita päivän teemoista

## 7. Hyvinvointialue tutuksi (3 tuntia)

- Hyvinvointialueen organisaatio, mitä ovat sotepalvelut ja miten niitä järjestetään
- Hyvinvointialueemme arvot ja kokemusasiantuntijuus: Kuinka ne soveltuvat kokemusasiantuntijatoimintaan? Tutkitaan materiaaleja ja tehdään koko koulutusryhmän yhteistä fläppiä kokemusasiantuntijan arvoista. Keskustelua myös siitä, mitä ovat arvot ja millaisia arvoja kenelläkin on.
- Ohje kokemusasiantuntijalle yhteistyöhön Etelä-Karjalan hyvinvointialueen kanssa - ohjeistuksen läpi käymistä
- Järjestöön tutustumisen ja tarinoiden aikatauluttaminen/suunnittelua, valmistajaisten suunnittelua

Materiaalit: Hyvinvointialueen arvot monisteena, kynät ja paperit, aikataululistat omien tarinoiden ja järjestöesittelyjen aikatauluista

## 8. Mielen terveyden merkitys tarinassani (3 tuntia)

Kouluskerralla on joko paikallisen Mieli ry:n, kriisikeskuksen tms. yhteistyökumppanin luento ja keskustelua mielen terveyden ylläpitämisestä sekä kriiseistä selviytymisestä tai teemojen läpi käymistä pienryhmissä keskustellen:

- Mielen terveyden merkitys erilaisissa elämäntilanteissa ja kriiseistä selviytyminen (Mieli ry:n materiaalit), keskustelua

- Miten voin huolehtia omasta mielenterveydestäni? – ryhmän yhteisen ajatuskartan tekeminen
- Rentoutumisharjoitus (esim. Mieli ry:n äänite youtubesta) ja keskustelua rentoutumisesta
- Mielenterveystalo, Oivamieli ym. nettisivustot, tutustuminen niihin
- Uni, ravitsemus, liikunta, luonto ym. elämäntavat mielenterveyden perustana
- Välipalautelomakkeiden täyttäminen, ryhmien aikataululistojen täyttäminen (järjestöt/tarina)

Materiaalit: Kaikille ryhmille ohjeistus mukaan, Mieli ry:n esitteet esimerkiksi Selviytyjän purjeet ja Mielenterveyden käsi, nettimateriaalit, palautelomakkeet, listaukset tarina- ja järjestöesittelyjen aikatauluista

## 9. Kokemusasiiantuntijan viestintätaidot (3 tuntia)

- Järjestöön tutustumisen purkua (10 min/opiskelija, myös kahdella seuraavalla kerralla, tai on kokonaan oma kerta näitä varten)
- Keskustelua: missä mennään tarinoiden suunnittelun kanssa?
- Etelä-Karjalan hyvinvointialueen yleisen ja osallisuusviestinnän periaatteita
- Kokemusasiiantuntijoiden tekemiin esitteisiin tutustumista
- Millaista viestintää voin itse toteuttaa kokemusasiiantuntijana, käyntikortit, esitteet, blogit?
- Minkä viestin haluan kokemusasiiantuntijana välittää? – tehdään kortteja/julisteita siitä
- Esiintymisharjoituksia osallistujien kiinnostuksen ja tarpeen mukaan pareittain, isommassa ryhmässä yms.
- Valokuvauslupa ja yhteisen kuvan suunnittelu ja toteuttaminen ja julkaisu
- Tekijänoikeudet, yksityisyyden suoja, logot, Etelä-Karjalan hyvinvointialueen mainitseminen omassa viestinnässä, toisten kuvaaminen

Materiaalit: kuvausluvut, esitemallit, hyvinvointialueen verkkosivut yms. viestinnän materiaalia

## Osallistuminen hyvinvointialueen järjestöpäivään tai muuhun vastaavaan kokemusasiiantuntijatoimintaan liittyvään tapahtumaan (8 tuntia)

- kokemuspuheenvuoroja tai elävä kirjasto (myös kurssilaisia mukana jo) osana tapahtumaa, jos mahdollista

- aiemmin koulutettujen kokemusasiantuntijoiden tapaamista
- järjestöjen edustajina ja kokemusasiantuntijan roolissa esillä olemista
- tietoa kokemusasiantuntijatoiminnan kentästä ynnä muusta
- tietoa alueen vapaaehtoisesta vertaistukitoiminnasta esimerkiksi tutustuminen OLKA-toimintaan tai järjestötaloon

## 10. Tarinoiden kertominen ryhmissä (3 tuntia)

- Ryhmä/jokainen kertoja voi itse ideoida, millaisessa paikassa tarinoita kerrotaan (tuttu koulustila, kahvila, luonto tms.)
- Opintoryhmissä tai koko koulutusryhmällä tarinoiden kertominen (15 min)
- Järjestöissä vierailusta kertominen (10 min)

## 11. Tarinoita ja tulevaisuuden suunnittelua (3 tuntia)

- Tarinoiden kertomista ja järjestövierailuista kertomista
- Tulevaisuuden suunnittelua ryhmissä tai yksilöllisesti (missä haluan toimia)

## 12. Valmistujaiset (3 tuntia)

- Mahdollisimman paljon osallistujien itse suunnittelema ja toteuttama juhla
- Kakkukahvit tms., mukana voi olla myös valmistuvien läheisiä
- Palaute toisille: Jokainen kirjoittaa puun lehden muotoiseen paperiin palautetta toisille kurssilaisille "Mitä olet oppinut/saanut toisilta kurssilaisilta?" Lehdet kootaan puuksi fläpille ja luetaan yhteisesti läpi
- Valokuvia meistä: katsotaan kurssin puolivälissä otettuja ryhmäkuvia isolta näytöltä
- Tauko, jonka aikana palautelomakkeiden täyttämistä
- Rekisterilomakkeiden täyttämistä (aiheiden päivitys, vaikka on täytetty haastattelussa)
- Valokuvauslupien täyttäminen ja kuvaaminen hyvinvointialueen somepäivitystä varten

Materiaalit: palautelomakkeet, todistukset, ruusut, mottokooste (luovissa menetelmissä tehty), rekisterilomakkeet, valokuvausluvut, puun lehdet ja runko, fläppitausta, teippi,

sähköisenä valokuvat ja ajatuskartta kokemustiedon aiheista (ensimmäiseltä kerralta, voidaan katsoa sitä uudestaan, kun nyt on tuttua, mikä aihe on kenenkin)

## Eksoten kokemusasiantuntijakoulutuksen rakenne tiivistettynä:

- Haastattelu 1h
- Mitä on kokemusasiantuntijuus? 3 h
- Minun tarinani 3 h
- Kokemusasiantuntijan tehtävät? 3h
- Luovuus kokemusasiantuntijuudessa 6 h
- Kokemusasiantuntijuus on osallisuutta 3 h
- Hyvinvointialue tutuksi 3 h
- Mielenterveyden merkitys tarinassani 3 h
- Kokemusasiantuntijan viestintätaidot 3 h
- Tapahtumaan osallistuminen 8 h
- Tarinoiden kertominen ryhmissä 3 h
- Tarinoita ja tulevaisuuden suunnittelua 3 h
- Valmistujaiset 3 h
- Järjestöön tutustuminen (itsenäisesti) 5 h

Kurssi koostuu näin yhteensä 50 tunnista ja lisäksi oletetaan, että kurssilainen työstää kotona tarinaansa itsenäisesti.

Koulutusmallin kirjoittivat OTE-hankkeen koulutuskokeilun pohjalta kokemusasiantuntija-koordinaattori Reetta Tourunen ja projektityöntekijä Jenni Aalto joulukuussa 2018 ja päivitti Reetta Tourunen keväällä 2023. Koulutusmallista on tehty oma versio myös Eksoten kotoutumisen kokemusasiantuntijoille. Koulutusmallia voi vapaasti hyödyntää muilla hyvinvointialueilla tai muiden toimijoiden toteuttamien kurssien järjestämiseen.