

# Koko-tiedote

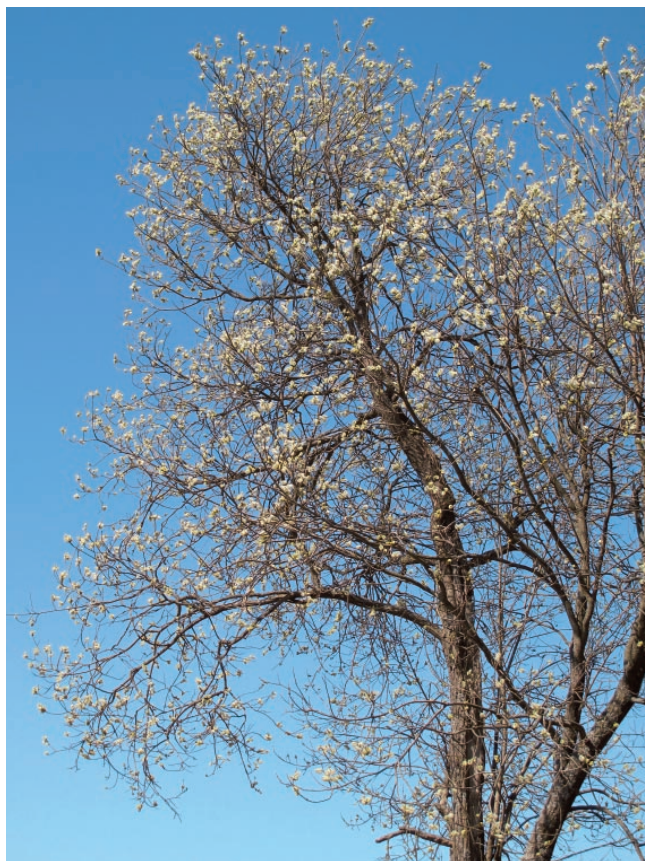
KOKEMUSKOULUTUKSESTA PÄTEVÄÄ -HANKE 3 • 2009

## Alkukesän havinaa

Viime viikolla havaitsin, etteivät puut olleet enää harmaita, vaan siellä täällä pilkisteli vähän vihreää. Päivä päivältä se näkyy enemmän. Vielä kun maltamme odottaa hetken, lehdet ovat puissa. Jossain kohtaa tulee sitten se jokavuotinen maaginen hetki - kun kuulen ensimmäisen kerran tuulen hiukan yltyessä lehtien havinaa. Se on aina jotenkin yhtä riemullista. Kasvuprosessi on huipussaan, puut ovat täydessä lehdessä, valmiina kesään. Se vihreyskin on huumavaa, taas uutta silmille, ennen kuin siihen tottuu kesän edetessä.

Keväinen kasvuspurtti on käynnissä myös Kokemuskoulutuksesta pätevää -hankkeessamme. Idullaan ollut koulutusohjelma vankistuu. Muutamasta avainsanasta ja ranskalaisesta viivasta on vähitellen versomassa kokonaisuus, joka määrittelee kokemuskouluttajien soveltuvuusstandardit, koulutuksen tavoitteet ja sisällöt sekä eri yhteistyökumppaneiden roolit ja velvoitteet. Sitten päästäänkin jo käytännössä kokeilemaan ja hiomaan koulutusohjelmien sisältöjä.

Kokemuskoulutuksen nettisivustokin on kovasti konkretisoitunut hankehakemuksen alustavista ajatuksista hakemistopuiksi. Avainsanat, aihepiirit ja polunpäättävät ovat selvillä. Sisällöntuotanto ja tekninen toteutus voivat käynnistyä.



Puu odottaa lehtiään ja niiden havinaa.

Jaana Hirvonen  
projektipäällikkö  
puh. (09) 4761 5601  
jaana.hirvonen@reumaliitto.fi  
www.kokemuskoulutus.fi  
www.kokemuskoulutus.fi

### Koko-tiedotteen toimitus

Projektipäällikkö Jaana Hirvonen  
puh. (09) 4761 5601  
jaana.hirvonen@reumaliitto.fi  
Taitto Heikki Hjelt,  
Markkinointipörssi Oy, Helsinki

### Tärkeitä päivämääriä

18.8. Järjestöyhteys henkilöiden kokous  
9.9. Vaikuttajaseminaari

Huom! Kohderyhmään kuuluville lähetetään henkilökohtaiset kutsut.



# Koulutusohjelman rakentaminen etenee



Yhtä kauan kuin on koulutettu sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia, opetuksessa on käytetty apuna eri tavalla sairastuneita tai vammautuneita ihmisiä. Heitä on ollut esimerkiksi opetuspotilaina tai he ovat tulleet kertomaan kokemuksistaan. Ihmiset on löydetty mm. osastolta tai opettaja on kutsunut tuntemansa sopivan henkilön mukaan oppitunnille. Kokemuskoulutuksesta pätevää -hankkeessa tämä satunnainen toiminta halutaan juurruttaa systemaattiseksi osaksi jokaisen sosiaali- ja terveysalan oppilaitosten opetusohjelmaa. Siksi tarvitaan myös päivitetty koulutusohjelma, jotta kokemuskouluttajien osaaminen vakuuttaa opetusalan ammattilaiset.

Kokemuskouluttajien koulutusohjelman valmistelu on edennyt vähitellen. Koulutusohjelman ydin rakentuu kokemuskouluttajien soveltuvuus-kriteereistä, opetustavoitteista ja sisältöalueista.

## Kolme soveltuvuus-kriteeriä

Kokemuskouluttajaksi ryhdyttäessä omasta tai omaisen sairastumisesta tai vammautumisesta pitää olla kulunut riittävästi aikaa. Kouluttajan tulee olla sinut oman/läheisensä terveydentilan kanssa. Vaikka sairastumisesta tai vammautumisesta ei ehkä koskaan täysin hyväksy, sen vaikutukset toimintakyvyssä ja arjen eri tilanteissa tulee tunnistaa ja osata ottaa huomioon. Tämä vie aikaa. Kokemuskouluttajalla tulee olla myös jonkinlainen käsitys sairauden/vammautumisen mahdollisesta etenemisestä ja sen vaikutuksista tulevaisuudessa. Keskimääräinen aika sairastumisen/vammautumisen ja kokemuskoulutta-

jaksi ryhtymisen välillä voisi olla kolme vuotta. Viime kädessä ratkaisu on kuitenkin aina yksilöllinen. Lyhyempi tai pidempi aika on mahdollinen henkilöstä tai sairaudesta riippuen.

Kokemuskouluttajaksi alkavan on tärkeää tuntee ja hyväksyä itsensä. Silloin on helpompi hyväksyä myös muut ihmiset sellaisina kuin he ovat. Se tuo vuorovaikutukseen mutkattomuutta. Omia kokemuksiaan voi vapaammin kertoa, eikä energiaa mene niin paljon sen pohtimiseen, miten kuulijat suhtautuvat. Jos ei tunne tai hyväksy itseään, on enemmän riippuvainen muilta saatavasta palautteesta. Se voi alkaa ohjata omaa toimintaa jopa niin, että pukee omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan muotoon, jonka uskoo kuulijaa miellyttävän.

Kokemuskouluttajaksi ryhtyvällä tulee olla halua ja kykyä toimia pitkäjänteisesti. Toimintaan olisi hyvä sitoutua ainakin muutamaksi vuodeksi. Kun on riittävästi aikaa harjaantua, kokemuskouluttaja saa varmuutta työhönsä. Toisaalta elämä ei tietenkään ole ennustettavissa, joten muutokset omassa elämäntilanteessa ovat mahdollisia. Siksi kokemuskouluttajan tulee toimia vastuullisesti ja arvioida säännöllisesti onko kykenevä toimimaan kokemuskouluttajana.

## Opetustavoitteet

Lähtökohtana kokemuskoulutuksessa ovat omat kokemukset ja oma tarina, joka elää ja kasvaa uusien kokemusten myötä, mutta myös rajautuu ja painottuu kuulijoiden mukaan. Kokemuskouluttajien kouluttamiselle onkin asetettu monia opetustavoitteita.

Koulutuksen läpikäytyään kokemuskouluttajan tulee tuntee omat motiivinsa. Hänen pitää osata jäsentää kokemuksensa jaettavaksi tiedoksi ja kokemustietoon suhteessa sairaudesta olevaan muuhun tietoon. Hänen tulee tuntee ja pitää tietonsa ajan tasalla taustajärjestöstään sekä toimia sen kanssa yhteistyössä. Koulutuksen aikana kokemuskouluttajan tulee saada valmiuksia esiintymiseensä ja hahmottaa oma osuutensa suhteessa opetustapahtumaan. Samoin hän tulee oppia tuntemaan oppimisen perusteita, ymmärtää vuorovaikutuksen merkitys opetustilanteissa sekä osata ottaa kohderyhmä huomioon esityksessään.

## Koulutuksen sisältö

Kokemuskouluttajien koulutus voidaan järjestää yhdessä tai useassa osassa. Koulutuksen järjestäminen useassa osassa on kuitenkin suositeltavaa, jotta opetuksen sisältöä pystyy työstämään riittävästi. Ennen jaksoja voi olla ennakkotehtäviä ja niiden välissä välitehtäviä.

Koulutus on tarkoitus toteuttaa käyttämällä eri opetusmenetelmiä, kuten itsenäistä työskentelyä, ryhmätöitä ja esittävää opetusta. Koulutuksen tulee olla vuorovaikutukseen perustuvaa ja antaa kokemuskouluttajille myös reflektoinnin välineitä.

Kokemuskouluttajien koulutusohjelma koostuu tällä hetkellä kymmenestä sisältöalueesta, jotka on lueteltu taulukossa 1.

### Taulukko 1. Kokemuskouluttajien koulutusohjelman sisältöalueet

- Mitä on kokemustieto?
- Mitä on olla pitkäaikaissairas, vammainen, läheinen tai omaishoitaja?
- Mitä on opettaminen ja oppiminen?
- Vuorovaikutus- ja esiintymistaidot
- Miten kohdata eri kohderyhmät?
- Oman osuuden hahmottaminen erilaisissa opetustilanteissa, kouluttajan rooli
- Esityksen rakentaminen ja pitäminen
- Hyvän kokemuskouluttajan ominaisuudet
- Järjestöosuus
- Yhteistyö oppilaitosten kanssa

Ennen päteväytymistään tulevan kokemuskouluttajan tulee pitää harjoitusluento aidossa opetustilanteessa palautekeskusteluineen. Hyvän perehtymisen turvaamiseksi aloitteleville kokemuskouluttajille tulisi järjestää myös mahdollisuus seurata muiden kokemuskouluttajien luentoja.

Kokemuskouluttajien koulutusohjelmaa hiotaan edelleen vielä loppukevään ja alkukesän aikana keskittyen etenkin tarkemman opetuspaketin luomiseen ja eri toimijoiden roolin kirkastamiseen. Syksyn pilottien jälkeen kokemuskoulutuksen koulutusohjelman asiantuntijaryhmä ja sparrausryhmä kokoontuvat vielä kertaalleen arvioimaan koulutusohjelman sisältöjä pilottikoulutusten ja niistä saatujen palautteiden pohjalta.

Siirtymävaiheessa soveltuvuuskriteerit täyttävä ja koulutuskokemusta omaava henkilö voi ryhtyä kokemuskouluttajaksi läpäistyään näyttökokeen, mutta sen jälkeen jokaisen kokemuskouluttajaksi haluavan on osallistuttava peruskoulutukseen. Vasta koulutuksen jälkeen selviää osallistujan todelliset edellytykset toimia kokemuskouluttajana.

Haluatko antaa palautetta kokemuskouluttajien koulutuksesta? Ota yhteyttä [info@kokemujskoulutus.fi](mailto:info@kokemujskoulutus.fi).

**Syksyn pilottikoulutusten tarkemmista aikatauluista, sisällöistä ja hakumenettelystä on tietoa seuraavassa KOKo-tiedotteessa. Koulutukset on tarkoitettu uusille kokemuskouluttajille.**

### Pitäisikö syksyllä järjestää KOKo-seminaari?

Viime syksynä järjestettiin KOKo-seminaari, johon osallistui 150 kokemuskoulutuksen kentällä toimivaa kokemuskouluttajaa sekä järjestöjen että oppilaitosten edustajaa.

Pitäisikö samanlainen seminaari järjestää syksyllä 2009? Kerro mielipiteesi netissä osoitteessa [www.kokemuskoulutus.fi](http://www.kokemuskoulutus.fi).

# Päivitystä oppilaitosyhteistyöhön

Kokemuskoulutuksesta pätevää -hankkeen käynnistyessä 10 sosiaali- ja terveydenhuoltoalan oppilaitosta ilmaisi kiinnostuksensa hankkeeseen. Pitkin kevättä on kartoitettu eri opetusyksiköiden halukkuutta konkreettiseen yhteistyöhön kokemuskouluttajien kouluttamiseksi ja/tai ohjausryhmän perustamiseksi.

Jo mukana olevien Kuopion, Oulun, Turun ja Lappeenrannan opetusyksiköiden lisäksi mukaan ovat lähdössä ainakin Kemi-Tornio ammattikorkeakoulu, Ammattiopisto Lappia, Harjavallan sosiaali- ja terveysalan oppilaitos, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Koulutuskeskus Salpaus Lahdessa, Koulutuskeskus Tavastia Hämeenlinnassa ja Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu. Jotkut opetusyksiköt kuten Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulu Kokkolassa, Laurean ammattikorkeakoulu Vantaalla sekä Rova-

niemen ja Seinäjoen ammattikorkeakoulut miettivät vielä mukaan lähtöä. Pidetään peukkuja myönteisen päätöksen puolesta!

Uusien kokemuskouluttajien koulutuksen pilottipaikkakunniksi on tässä vaiheessa varmentunut Hämeenlinna ja Kajaanin tilalle on vaihtunut Kemi-Tornio, jossa ollaan hyvin innostuneita kokemuskoulutustoiminnan käynnistämisestä. Todennäköisesti myös Joensuussa toteutetaan pilottikoulutus. Aiemmin pilottipaikkakunnaksi nimetyn Seinäjoen osalta asia varmistuu vasta kun oppilaitoksen kanta yhteistyöhön selviää.

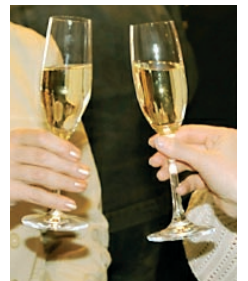
Alueellisten ohjausryhmien perustamisesta on päätetty Harjavallassa, Hämeenlinnassa, Joensuussa, Jyväskylässä ja Lahdessa. Seinäjoella ja Kokkolassa asia on vielä mietinnässä.

## Kokemuskoulutuksen 10-vuotisjuhlia syksyllä

Kuopiossa vietetään tänä vuonna kokemuskouluttajatoiminnan 10-vuotisjuhlaa. Juhlaseminaari järjestetään 2.11. klo 14.00–16.00 Savon ammatti- ja aikuisopistolla. Yhtenä puheenvuoron käyttäjänä on kokemuskoulutuksen johtoryhmän puheenjohtaja, toimitusjohtaja **Kaarina Laine-Häikiö** Suomen Reumaliitosta. Juhla jatkuu juhlaillallisella ja tanssiaisilla klo 18.00 Savoniassa. Lisätietoja saa **Helena Rokkoselta**, [helena.rokkonen@musili.fi](mailto:helena.rokkonen@musili.fi).

Turun alueen kokemuskouluttajatoiminnan 10-vuotisjuhlaa vietetään marraskuussa, 11.11.2009 klo

16.00–20.00 PharmaCityn luentosalissa Pha1, Itäinen Pitkäkatu 4 b, Turku. Puhujiksi ovat jo lupautuneet Kokemuskoulutuksesta pätevää hankkeen johtoryhmän jäsen, toiminnanjohtaja **Helena Ylikylä-Leiva** Suomen MS-liitosta ja professori **Pekka Käätä**, Turun yliopiston Tutkimus- ja kehittämissyksikkö TUTKE:sta. Lisätietoja saa **Milla Roosilta**, [milla.roos@psori.fi](mailto:milla.roos@psori.fi).



## Kysely järjestöyhteyshenkilöille

Kokemuskoulutuksesta pätevää -hankkeen järjestöyhteyshenkilöille tehtiin maaliskuussa kysely, jolla kartoitettiin mm. nyt toimivien kokemuskouluttajien määrää ja tarvetta uusille kokemuskouluttajille. Kyselyyn vastasi 18 yhteys henkilöä 24:stä. Kyselyyn vastanneista järjestöistä 11 oli tällä hetkellä kokemuskoulutustoimintaa ja seitsemällä ei ollut. Kun jär-

jestöedustajia pyydettiin arvioimaan uusien kokemuskouluttajien tarvetta, niin ainakin 230 uutta kokemuskouluttajaa pitäisi kouluttaa. Sen lisäksi yhteys henkilöt arvioivat, että näyttökokeen perusteella vähintään 56 henkilöä pystyisi alkamaan kokemuskouluttajaksi.

## Kokemuskoulutuksesta pätevää verkostossa jo 24 kolmannen sektorin toimijaa

### **Aivohalvaus- ja dysfasialiitto ry**

heli.taskinen@stroke.fi

### **Aivovammaliitto ry**

helena.brasy@aivovammaliitto.fi

### **Iholiitto ry**

aino.ovaskainen@iholiitto.fi

### **Invalidiliitto ry**

merja.monto@invalidiliitto.fi

### **Kansalaisareena ry**

anitta.raitanen@kansalaisareena.fi

### **Keliakialiitto ry**

pohjoissuomi@keliakialiitto.fi

### **Kokemus tiedoksi -projekti,**

### **Muotialan asuin- ja toimintakeskus ry**

suvi.nousiainen@muotiala.fi

### **Kuuloliitto ry**

margit.hassinen@kuuloliitto.fi

### **Kynnys ry**

susanna.haapala@kynnys.fi

### **Lihastautiliitto ry**

paula.saarni@lihastautiliitto.fi

### **Mielenterveyden keskusliitto ry**

ilse-maj.parviainen@mtkl.fi

### **Muistiliitto ry**

pirkko.teleranta@muistiliitto.fi

### **Munuais- ja maksaliitto ry**

helena.rokkonen@musili.fi

### **Näkövammaisten keskusliitto ry**

liisa.reinman@nkl.fi

### **Omaiset mielenterveyden tukena**

### **keskusliitto ry**

kristiina.aminoff@omaisten.org

### **Omaishoitajat ja Läheiset ry**

merja.kaivolainen@omaishoitajat.com

### **Psoriasisliitto ry**

milla.roos@psori.fi

### **Suomen Diabetesliitto ry**

kati.multanen@diabetes.fi

### **Suomen MS-liitto ry**

sirpa.vuoremaa-hilton@ms-liitto.fi

### **Suomen Nivelyhdistys**

jyrki.laakso@niveltieto.net

### **Suomen Parkinson-liitto ry**

hanna.mattila@parkinson.fi

### **Suomen Reumaliitto ry**

jaana.hirvonen@reumaliitto.fi

### **Suomen Syöpäyhdistys ry**

raili.patynen@cancer.fi

### **Turun Seudun Nivelyhdistys ry**

teija.tiusanen@pp.inet.fi

## YTY ry:n kansanterveyden neuvotteluryhmän kokemuskoulutuksen johtoryhmä

Toimitusjohtaja Kaarina Laine-Häikiö pj.

Suomen Reumaliitto ry

kaarina.laine-haikio@reumaliitto.fi

Toiminnanjohtaja Sirpa Aalto

Munuais- ja maksaliitto ry

sirpa.aalto@musili.fi

Toiminnanjohtaja Sirkku Lindstam

Aivovammaliitto ry

sirkku.lindstam@aivovammaliitto.fi

Toimitusjohtaja Helena Ylikylä-Leiva

Suomen MS-liitto ry

helena.ylikyla-leiva@ms-liitto.fi

## Kokemuskoulutuksesta pätevää -hankkeen projektitiimi

Projektipäällikkö Jaana Hirvonen

jaana.hirvonen@reumaliitto.fi

Suunnittelija Lauri Honkala

lauri.honkala@reumaliitto.fi

Projektiavustaja Jaana Hyvönen

jaana.hyvonen@reumaliitto.fi

Seuraava Kokemuskoulutuksesta pätevää -hankkeen tiedote ilmestyy viikolla 24. Onko sinulla mielessäsi juttuaiheita, ota yhteyttä info@kokemuskoulutus.fi.

