

Ira Haavisto & Helga Perttunen

# **KOKEMUSASIAANTUNTIJOIDEN KOKEMUKSIA ASIAANTUNTIJUUTEEN LIITTYVÄSTÄ KOULUTUKSESTA**

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta  
Kandidaatintutkielma  
Lokakuu 2021

## TIIVISTELMÄ

Ira Haavisto & Helga Perttunen: Kokemusasiantuntijoiden kokemuksia asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta

Kandidaatintutkielma, 42 sivua, 2 liitettä

Tampereen yliopisto

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta, hoitotiede

Ohjaaja: Anna Liisa Aho, TtT, dosentti

Lokakuu 2021

---

Kokemusasiantuntijatoiminta on yleistynyt viime vuosien aikana Suomessa, sillä tietoisuus kokemusasiantuntijakoulutuksesta sekä -palveluista on laajentunut yhteiskunnassa. Koulutuksia on alettu järjestää yhä useammassa eri tahossa, ja kokemusasiantuntijoiden palveluista on tullut tärkeä osa palveluiden käyttäjien sairastamis- sekä kuntoutumisprosessia.

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata kokemusasiantuntijoiden kokemuksia asiantuntijuuteen johtavasta koulutuksesta. Tavoitteena on tuottaa tietoa, jota voitaisiin hyödyntää kokemusasiantuntijoiden koulutuksessa. Tutkimuskysymyksenä oli: Millaisia kokemuksia kokemusasiantuntijoilla on asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta?

Kirjallisuuskatsauksen kirjallisuushaut tehtiin CINAHL, Medic sekä PubMed -tietokannoissa keväällä 2021. Hakusanoina käytetyt sanat olivat kokemusasiantuntija, terveystalvet ja terveydenhuolto sekä näiden sanojen englanninkieliset vastineet. Tutkimusartikkeleiden tuli olla englannin- tai suomenkielisiä, vertaisarvioituja ja julkaistu vuosina 2011–2021. Kirjallisuushaun tulos ennen tietokantarajauksia oli 913, tietokantarajausten ja laadunarvioinnin jälkeen näistä valikoitui mukaan katsaukseen 13 tutkimusta. Aineisto analysoitiin käyttäen induktiivista sisällönanalyysia.

Kirjallisuuskatsauksen tulosten mukaan kokemusasiantuntijuuteen liittyvä koulutus koettiin tarpeellisenä ja hyödyllisenä. Koulutus edisti osallistujien paranemisprosessia, ja lisäsi heidän henkisiä voimavarojansavoimavarojaan sekä yhteistyötaitoja. Koulutuksen kokemiseen negatiivisena vaikutti koulutuksen henkinen raskaus.

Johtopäätöksinä voidaan todeta, että raskaiden kokemusten läpikäyminen sekä niiden käsittely lisää osallistujien resilienssiä, millä on suotuista vaikutus omaan paranemisprosessiin. Kokemusasiantuntijuuteen valmentava koulutus parantaa vuorovaikutusta osallistujien ja sidosryhmien välillä. Kokemusasiantuntijuutta tai siihen valmentavaa koulutusta ei tunneta osallistujien keskuudessa tarpeeksi hyvin, jotta siitä voitaisiin muodostaa realistisia ennakkokäsityksiä tai -odotuksia.

Avainsanat: kokemusasiantuntija, kokemusasiantuntijakoulutus, terveystalvet, systemaattinen kirjallisuuskatsaus

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

## Sisällysluettelo

1. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TAUSTA.....	1
2. KESKEISET KÄSITTEET .....	3
2.1 Kokemusasiantuntija .....	3
2.2 Kokemusasiantuntijakoulutus.....	4
2.3 Terveyspalvelut.....	5
3. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TARKOITUS, TUTKIMUSKYSYMYS JA TAVOITE .....	6
4. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	7
4.1 Kirjallisuushaku .....	7
4.2 Aineiston kuvaus.....	10
4.3 Aineiston analyysi .....	11
5. TULOKSET .....	14
5.1 Sisäisten voimavarojen lisääntyminen .....	15
5.2 Henkilökohtaisen paranemisprosessin edistyminen.....	17
5.3 Yhteistyötaitojen rakentuminen .....	19
5.4 Negatiiviset kokemukset koulutuksesta.....	22
6. POHDINTA .....	25
6.1 Kirjallisuuskatsauksen luotettavuus .....	25
6.2 Kirjallisuuskatsauksen eettisyys .....	26
6.3 Tulosten tarkastelu.....	27
6.4 Johtopäätökset.....	29
6.5 Jatkotutkimusaihe .....	30
LÄHTEET .....	31
LIITTEET .....	36
LIITE 1. Yhteenveto kirjallisuuskatsaukseen valituista tutkimuksista .....	36
LIITE 2. Esimerkki analyysin etenemisestä.....	42

## 1. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TAUSTA

Kokemusasiantuntijuus yleistyi Suomessa 2000-luvun ensimmäisen vuosikymmenyksen aikana Mieli 2009 -ohjelman myötä (Mieli 2009). Kokemusasiantuntijatoiminnan juuret pohjautuvat erilaisiin potilasjärjestöihin, vapaaehtoistyöhön sekä vertaistukitoimintaan (Hietala & Rissanen 2015; Hirschovits-Gerz, Karjalainen, Nurmela & Sihvo 2019). Kokemustoiminta on sisällyttänyt alusta alkaen ajatuksen toipumisprosessista ja kokemuksia – eli ihmisten kertomuksia toipumisesta – haluttiin alkaa hyödyntää sekä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten että opiskelijoiden ammattitaidon vahvistamiseksi ja palveluiden edistämiseksi (Hirschovits-Gerz ym. 2019).

Kokemusasiantuntijatoiminta vastaa palvelujärjestelmässä erilaisiin kehittämistarpeisiin. Kehittämistarpeita voi muun muassa olla asiakas- ja potilastyössä, sosiaali- ja terveydenhuoltojärjestelmässä, eri palveluissa sekä ammatillisessa koulutuksessa. Kokemusasiantuntijatoiminnan myötä työntekijät saavat merkityksellistä ja hyödyllistä tietoa liittyen palveluidenkäyttäjien sairastamiseen, kuntoutumiseen, kuntoutujien arkeen sekä eri asiakasryhmien palvelujen sisältöön. Kokemusasiantuntijoiden ainutlaatuinen tieto on myös avuksi asiakaslähtöisyyden huomioidussa, palveluiden kehittämisessä sekä palveluiden saatavuuteen liittyvien ongelmien ratkaisemisessa. (Hietala & Rissanen 2015.) Kokemus- ja vertaistukitoiminnan lisäksi Suomessa on kehitetty ”kokemuskoulutuksen malli”: kokemustoimintaverkoston järjestämissä koulutuksissa keskeisenä ajatuksena on ollut jakaa kokemuksen omaaville valmiuksia kouluttaa muun muassa ammattilaisia hoitamaan jotakin tiettyä sairautta sairastavia henkilöitä entistä monipuolisemmin (Hirschovits-Gerz ym. 2019, 10).

Kokemusasiantuntijatoiminnan viime vuosien kehityksestä johtuen kokemuksellisen tiedon ja ymmärryksen merkitys on entistä suurempi. Kokemustietoa on alettu laajalti hyödyntämään myös yhteiskehittämisen prosesseissa. Yhteiskehittämisen prosesseissa työntekijät sekä palveluiden käyttäjät kehittävät yhdessä palveluita. Näin ollen lähivuosien kehitystyö on mahdollistanut entistä vaativampia asiantuntijatehtäviä kokemusasiantuntijoille, esimerkiksi ammattilaisen rinnalla työskentelyn erilaisissa palveluissa. Uudet ja vaativammat tehtävät haastavat koulutuksien pitäjiä kehittämään koulutuksia uusia tarpeita vastaaviksi. (Hirschovits-Gerz ym. 2019, 10.)

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on kuvata kokemusasiantuntijoiden kokemuksia asiantuntijuuteen johtavasta koulutuksesta. Katsauksen tavoitteena on tuottaa tietoa, jota voitaisiin hyödyntää kokemusasiantuntijoiden koulutuksessa. Kirjallisuuskatsauksen aihe on ajankohtainen ja tärkeä, sillä kokemusasiantuntijapalvelut ovat yleistyneet ja tulleet osaksi terveydenhuollon palveluita. Kokemusasiantuntijoiden koulutus vaatiikin jatkuvaa kehittämistä, jotta kokemusasiantuntijoiden ammattitaito vastaa palveluidenkäyttäjien muuttuviin tarpeisiin sekä osallistujien henkilökohtaisiin odotuksiin koulutuksesta.

## 2. KESKEISET KÄSITTEET

### 2.1 Kokemusasiantuntija

Kokemusasiantuntija on henkilö, kenellä on kokemusta jostakin tietyistä sairaudesta tai vammasta, ja joka on suorittanut kokemusasiantuntijakoulutuksen. Kokemusasiantuntijalla on kokemukseen perustuvaa tietoa esimerkiksi vaikeasta elämäntilanteesta, vammautumisesta, jostakin sairaudesta ja sairastamisesta sekä sairauden hoidosta ja kuntoutumisesta. Kokemusasiantuntijalla on halu kehittää palveluita sekä auttaa muita omien kokemusten välityksellä. (Falk, Kankaanpää, Kurki, Rissanen & Sinkkonen 2013, 14.) Jaettavat kokemukset voivat olla omakohtaisia tai läheisenä koettuja kokemuksia kuten läheisen sairastumiseen liittyen (Kokemustoimintaverkosto n.d.).

Kokemusasiantuntijatermiä käytetään yleisnimityksenä kokemusasiantuntijan eri rooleista sekä työtehtävistä, lisäksi kokemusasiantuntijuuteen kuuluvat myös vertaistuen eri muodot (Falk ym. 2013, 15). Kokemusasiantuntijoiden kohderyhmänä voi olla eri alojen ammattilaiset, opiskelijat tai saman kokemuksen jakavat henkilöt (Kokemustoimintaverkosto n.d.). Kokemusasiantuntija voi toimia ryhmänohjaajana vertaisryhmissä, kokemuskouluttajana erilaisissa oppilaitoksissa ja koulutus-tilaisuuksissa, palveluiden suunnittelijana ja kehittäjänä ohjaus- ja työryhmissä, kokemusarvioijana tutkimuksissa, vertaisvastaanottajana sekä tiedottajana antamalla lausuntoja eri medioihin (THL 2020; Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri 2021). Kokemusasiantuntijatoiminnan tavoitteena on palveluiden toimivuuden edistäminen, asiakaslähtöisyyden sekä osallisuuden lisääminen, ennakkoluulojen muuttaminen ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen (Nieminen 2020, 3).

Yleisesti kokemusasiantuntijoita pidetäänkin tärkeinä esikuvina sekä toivon tunteen ylläpitäjinä. Yksi kokemusasiantuntijoiden tehtävistä on herättää uskoa ja toivoa palveluita kohtaan. Kokemusasiantuntijalla on erityinen ymmärrys asiakasta kohtaan, sillä kokemusasiantuntija on ollut itsekin vastaavanlaisessa tilanteessa. Kokemusasiantuntija pystyykin antamaan omakohtaisia neuvoja ja erityistä vertaistukea, esimerkiksi kuntoutumiseen ja motivaation ylläpitämiseen liittyen. (Nieminen 2020, 3.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa kokemusasiantuntijalla tarkoitetaan henkilöä, joka on

osallistunut kokemusasiantuntijakoulutukseen ja omaa jotakin omakohtaista kokemusta jostakin tietyistä sairaudesta (Mielen Avoin Opisto n.d.).

## 2.2 Kokemusasiantuntijakoulutus

Koulutetulla kokemusasiantuntijalla on taustalla joko omakohtainen tai läheisenä koettu elämää mullistava kokemus. Omien kokemusten sekä ajatusten reflektointiin vaaditaan koulutusta, erilaisia harjoituksia, palautteen saamista sekä uusien taitojen oppimista. (Nieminen 2020, 3.) Myös oman toipumisprosessin tulee olla riittävän pitkällä, jotta voi toimia asianmukaisesti kokemusasiantuntijana ja saada koulutuksesta mahdollisimman suuren hyödyn (Falk ym. 2013, 14).

Kokemusasiantuntijakoulutuksen taustalla on ajatus yhdenvertaisuudesta ja hierarkiatasojen hälventämisestä. Hierarkiatasoja pyritään hälventämään muun muassa järjestämällä yhteiskoulutuksia. Yhteiskoulutuksiin osallistuvat kokemusasiantuntijoiden lisäksi muun muassa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia sekä kuntapuolen työntekijöitä. (Nieminen 2020, 5.)

Kokemusasiantuntijakoulutuksia järjestävät monet eri tahot, kuten järjestöt, yhdistykset, säätiöt, liitot, sairaanhoitopiirit ja oppilaitokset (Hirschovits-Gerz ym. 2019, 15). Koulutuksen pituus ja sisältö vaihtelee koulutuksen järjestäjän mukaan (Ahonen, Kostiainen, Rissanen, Rotko & Verho 2014). Kokemusasiantuntijoiden koulutus-suosituksen mukaan koulutuksen tulisi olla kestoltaan vähintään neljä kuukautta sekä laajuudeltaan vähintään 50 lähiopetustuntia. Koulutus voidaan kohdentaa tietyille ryhmälle ryhmän tarpeiden mukaisesti tai koulutukseen voidaan ottaa erilaisia kokemustaustoja omaavia henkilöitä. Suosituksen mukaan koulutusryhmän koon olisi tärkeää olla riittävän pieni, esimerkiksi 10 henkilöä. Pienessä ryhmässä kaikilla koulutukseen osallistujilla on aikaa osallistua keskusteluun sekä kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta, toisaalta isommassa ryhmässä jaetaan enemmän ajatuksia ja erilaisia kokemuksia. (Nieminen 2020, 7.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa kokemusasiantuntijakoulutus määritellään koulutukseksi, joka johtaa kokemusasiantuntijan pätevyyteen.

## 2.3 Terveyspalvelut

Terveyspalveluiden käsitteellä tarkoitetaan palvelua, jonka tavoitteena on terveyden edistäminen ja sairauksien ehkäiseminen. Toisin sanoen terveyspalvelut voidaan ajatella terveydenhuoltona. Suomessa kunnallinen terveydenhuolto jaotellaan erikoissairaanhoidon sekä perusterveydenhuoltoon. Perusterveydenhuollolla tarkoitetaan kunnan tarjoamaa väestön terveydentilan seuranta, terveyden edistämistä sekä muita terveyteen liittyviä palveluita, kuten kokemusasiantuntijan vastaanottoa. Erikoissairaanhoidolla tarkoitetaan eri erikoisaloihin liittyvien tutkimuksien ja hoitojen toteuttamista. Kunnallisen terveydenhuollon lisäksi terveyspalveluita tarjoaa työterveyshuolto sekä yksityinen terveydenhuolto. Työterveyshuollon periaatteena on, että työnantajat vastaavat työssä käyvien henkilöiden ennaltaehkäisevästä terveydenhuollosta, sairaanhoidon järjestäminen on kuitenkin työnantajalle vapaaehtoista. Yksityinen terveydenhuolto sen sijaan täydentää kunnallisia terveyspalveluita. Kunta voi muun muassa ostaa erilaisia palveluita yksityisiltä palveluntarjoajilta. (Sosiaali- ja terveysministeriö, STM n.d.; THL 2021.)

Terveyspalveluiden tuottajien lisäksi muut viranomaiset osallistuvat eri tavoin terveyspalveluiden ylläpitämiseen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) vastaa terveyspalveluiden tutkimuksesta ja kehittämisestä. Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto (Valvira) vastaa sosiaali- ja terveyspalveluiden lupahallinnosta. Aluehallintovirastot (AVI) huolehtii terveydenhuollon alueellisesta sekä ammattihenkilöstön valvonnasta. (STM n.d.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa terveyspalvelut määritellään osaksi kokemusasiantuntijakoulutusta sekä kokemusasiantuntijatoimintaa.



### **3. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TARKOITUS, TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TAVOITE**

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata kokemusasiantuntijoiden kokemuksia kokemusasiantuntijuuteen johtavasta koulutuksesta.

Tutkimuskysymys:

Millaisia kokemuksia kokemusasiantuntijoilla on asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta?

Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on tuottaa tietoa kokemusasiantuntijoiden kokemuksista liittyen asiantuntijoiden koulutukseen. Tietoa voidaan hyödyntää muun muassa kokemusasiantuntijoiden koulutuksen kehittämisessä.

## 4. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN

Systemaattisella kirjallisuuskatsauksella tarkoitetaan tietyn aihepiirin aiempien tutkimuksien olennaisten sisältöjen synteesiä. Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa kirjallisuushaku toteutetaan systemaattisesti huomioiden kaikki asetetut tutkimuskysymykset. (Salminen 2011.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa kirjallisuushaku on toteutettu edellä mainitulla tavalla.

Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen vaiheet voidaan jaotella seuraavasti: tutkimuskysymyksen asettaminen, sisäänotto- sekä poissulkukriteerien muodostaminen, kirjallisuushaun suorittaminen, tutkimusten läpikäynti ja valitseminen, tutkimusten laadunarviointi, aineiston purkaminen, aineiston analysointi, tulosten tarkastelu ja johtopäätökset (Aromatis & Munn 2020). Tässä kirjallisuuskatsauksessa on edetty näiden vaiheiden mukaisesti.

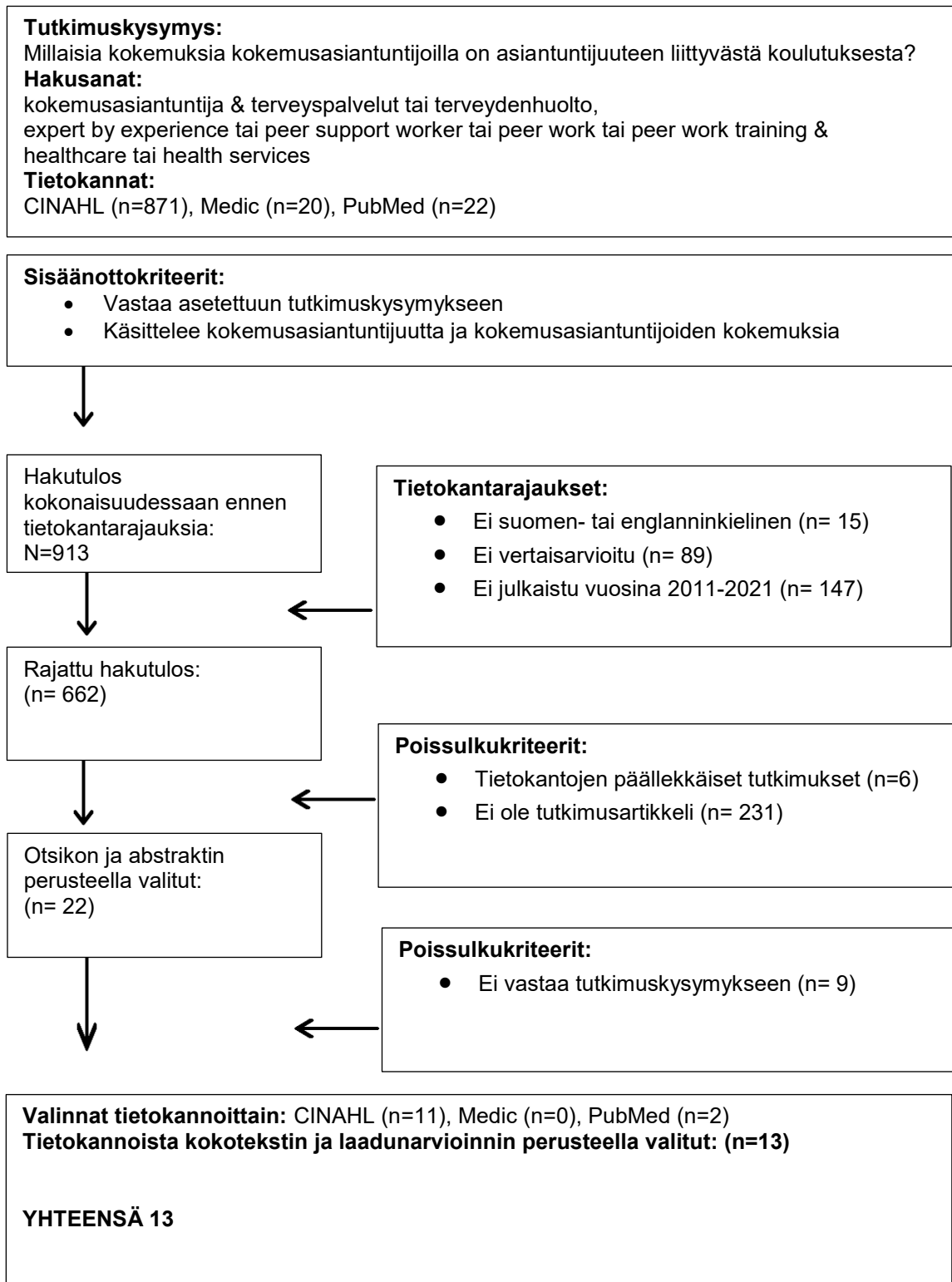
### 4.1 Kirjallisuushaku

Kirjallisuuskatsauksen systemaattinen kirjallisuushaku toteutettiin huhtikuun 2021 aikana. Kirjallisuushaku aloitettiin tutkimuskysymyksen muodostamisella. Yleisesti systemaattisen kirjallisuuskatsauksen aiheen rajauksessa sekä tutkimuskysymyksen muotoilussa hyödynnetään PICO/PICo/PCC – menetelmiä (Hotus n.d.).

Valitun tutkimuskysymyksen muodostamiseen käytettiin PICo- menetelmää, jossa P on kohderyhmä (kokemusasiantuntija), I on kiinnostuksen kohteena oleva ilmiö (kokemusasiantuntijakoulutus) sekä Co on konteksti (kokemusasiantuntijoiden kokemukset). Tutkimuskysymykseksi muodostui: ”Millaisia kokemuksia kokemusasiantuntijoilla on asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta?”.

Muodostetun tutkimuskysymyksen pohjalta määriteltiin ensiksi suomenkielisiä hakusanoja, jonka jälkeen etsittiin valituille hakusanoille englanninkieliset vastineet. Hakusanojen määrittelyyn hyödynnettiin MeSH ja MOT-online tietosanakirjoja. Hakusanoista muodostettiin erilaisia hakulausekkeita, joilla tehtiin koehakuja CINAHLissa, Medicissä sekä PubMedissä.

Systemaattinen tiedonhaku toteutettiin kaikissa tietokannoissa, joissa aiemmin oli suoritettu koehakuja. Valituista tietokannoista hakutulos ennen tietokantarajauksia oli 913. Artikkeleiden sisäänottokriteereinä oli vastaaminen asetettuun tutkimuskysymykseen, sekä tutkimus käsittelee kokemusasiantuntijuutta ja kokemusasiantuntijoiden kokemuksia. Tietokantarajauksina käytettiin seuraavia: tutkimuksen tulee olla suomen- tai englanninkielinen, vertaisarvioitu ja julkaistu vuosien 2011–2021 välillä. Asetettujen tietokantarajauksien jälkeen hakutulos oli 662. Poissulkukriteereiksi asetettiin tietokantojen päällekkäiset tutkimukset ja muut kuin tutkimusartikkelit. Poissulkukriteerien jälkeen valittiin otsikon ja abstraktin perusteella 22 tutkimusta. Valituista tutkimusta suljettiin pois sellaiset, jotka eivät vastanneet asetettuun tutkimuskysymykseen. Koko tekstin ja laadunarvioinnin perusteella valittiin 13 tutkimusta, valituista tutkimuksista 11 oli CINAHLista, 0 Medicistä ja 2 PubMedistä (Kuvio 1).



KUVIO 1. Kirjallisuushakujen prosessi

## 4.2 Aineiston kuvaus

Systemaattisen kirjallisuushaun kautta aineistoksi valikoitui 10 laadullista tutkimusta (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 13), 2 kvasikokeellista tutkimusta (5, 12) ja yksi tutkimus, jossa oli käytetty sekä laadullisia että määrällisiä tutkimusmenetelmiä (9). Tutkimusartikkelit numeroitiin 1–13 ja koottiin taulukkoon. (Liite 1.) Tutkimukset oli tehty Englannissa (1, 3, 4, 7, 9, 10), Skotlannissa (2), Suomessa (6, 11), Australiassa (8, 13), Kiinassa (12) sekä yhteistyönä Sveitsissä ja Saksassa (5). Kaikki tutkimukseen valikoituneet tutkimusartikkelit olivat englanninkielisiä ja ne sijoittuivat vuosille 2010–2021. Sekä vuodelle 2014 että vuodelle 2020 sijoittui kolme tutkimusta, vuodelle 2011 kaksi tutkimusta ja yksi tutkimus vuosille 2010, 2016, 2017, 2018 ja 2021.

Tutkimusten osallistujamäärät vaihtelivat neljästä osallistujasta 103 osallistujaan. Tutkimusten aineistot kerättiin puolistrukturoidulla puhelin- ja yksilöhaastatteluilla (1, 2, 3, 7, 8, 11, 13) ryhmähaastattelulla (10), teemahaastatteluilla (4, 6) sekä Survey- (5, 12) että strukturoidulla kyselyllä (9).

Kirjallisuuskatsaukseen valituista tutkimuksista muodostettiin taulukko (Liite 1). Taulukkoon koottiin tutkimuksen tekijät, maa, julkaisuvuosi, tutkimuksen tarkoitus, aineisto- ja tutkimusmenetelmät, keskeiset tulokset sekä laadunarviointi.

Katsaukseen valituissa tutkimusartikkeleissa käsiteltiin siirtymävaihetta mielenterveyskuntoutujasta kokemusasiantuntijaksi (3, 4), kokemusasiantuntijavalmennuksen vaikutusta toivoon, minäpystyvyyteen, itsetuntemukseen, elämänlaatuun ja stigmatisoitumiseen (5), kokemuksia verkostoitumisesta, tuen saamisesta ja työroolista (1), koulutusohjelman vaikutuksia kokemusasiantuntijakoulutettaviin (2, 10, 12, 13), omien kokemusten käsittelyä (6, 11), kokemuksia kokemusasiantuntijuustyöstä ja sen vaikutuksista (7) sekä koulutettavien motivaatiota, kokemuksia ja uskomuksia (8, 9).

Katsaukseen valittujen tutkimusartikkelien laadunarviointi toteutettiin Joanna Briggs Instituutin (JBI 2018b, 2018c) kvalitatiivisen tutkimuksen (n=11) ja kvasikokeellisen tutkimuksen (n=2) laadunarviointikriteeristöillä. Yksi tutkimuksista (9) oli yhdistelmä sekä kvalitatiivisesta että kvantitatiivisesta tutkimuksesta, eli triangulaatiotutkimus (Kylmä & Juvakka 2014, 17; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017). Tutkimus arvioitiin laadullisen tutkimuksen arviointikriteereillä sen ollessa vallitseva tutkimustapa.

Laadullisissa tutkimuksissa arvioitiin kymmenen arviointikriteeriä. Katsaukseen valittujen tutkimusten arviointipisteiden vaihteluväli oli 8–10. Molempien kvasikokeellisten tutkimuksien arvioiksi muodostui 8/9.

### 4.3 Aineiston analyysi

Katsauksen aineisto analysoitiin induktiivisella eli aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää monenlaisissa tutkimuksissa. Sisällönanalyysin avulla aineistoa voidaan tarkastella objektiivisesti ja systemaattisesti. Analyysin ollessa aineistolähtöistä, aiemmalla teorialla tai tiedolla ei ole merkitystä analyysin lopputuleman suhteen. Aineisto on mahdollista koota niin, ettei sen oleellinen informaatio katoa, ja aineistolähtöinen sisällönanalyysi voidaan myös liittää muihin erilaisiin analyysikonaisuuksiin. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä tutkimuskysymys ohjaa analyysiprosessia. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Sisällönanalyysissä aineistoa kuvaavat luokat ohjautuvat aineistosta käsin, ja analyysin tarkoituksena on tuottaa tietoa tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä (Kylmä & Juvakka 2014, 112). Aineistolähtöinen sisällönanalyysi perustuu induktiiviseen päättelyyn. Jos tutkimuskohteesta ei tiedetä tai tieto on hajanaista, on aiheellista käyttää aineistolähtöistä sisällönanalyysia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi voidaan jakaa karkeasti kolmeen eri vaiheeseen. Ensimmäinen vaihe on aineiston redusointi eli pelkistäminen, jonka tehtävänä on säästää oleellinen tieto alkuperäisilmaisusta ja poistaa kaikki epäoleellinen. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa aineiston analyysi aloitettiin lukemalla tutkimukseen valikoituneet artikkelit huolellisesti. Lukemisen rinnalla etsittiin vastausta asetettuun tutkimuskysymykseen. Alkuperäisilmaisut koottiin yhteen ja luetteloiitiin. Seuraavaksi valituista ilmaisuista muodostettiin taulukko ja ilmaisut pelkistettiin eli niistä karsittiin pois kaikki epäoleellinen tieto. Pelkistystä muodostui yhteensä 311. Sisällönanalyysin toisessa vaiheessa aineisto ryhmitellään etsimällä eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia eli aineisto klusteroidaan. Viimeisessä vaiheessa aineisto abstrahoidaan eli muodostetaan teoreettisia käsitteitä karsimalla epäoleellinen tieto olennaisesta. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa samankaltaisista pelkistyksistä muodostettiin 40 alaluokkaa ja samankaltaisista alaluokista muodostettiin 11 yläluokkaa. Yläluokista muodostui neljä pääluokkaa. Sisällönanalyysissä on siis keskeistä tunnistaa väittämiä, jotka ovat keskeisiä tutkittavan asian sisällön kannalta

(Kylmä & Juvakka 2014, 113). Sisällönanalyysin tavoitteena on ilmiön esitleminen laajasti, mutta tiiviisti, jolloin analyysistä syntyy malleja, käsitejärjestelmiä ja käsiteluokituksia (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017).

TAULUKKO 1. Esimerkki aineiston sisällönanalyysista

Alkuperäisilmaisu	Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
“The notion of being able to create a different kind of relationship with service users seemed central to the PSS workers’ sense of their own identity.”	Oma identiteetti muotoutui	Oman identiteetin vahvistuminen	Itsestä laajemman käsityksen saaminen
“Five participants reported personal growth further in relation to developing a more open sense of self and being liberated from an almost hidden identity.”	Oma identiteetti vahvistui		
	Itsetuntemus kehittyi		
“...for this group of participants, association with, and indeed belonging to the concept of “university” led to feelings of prestige and immense pride, enhancing their own sense of self-worth”	Itsetuntemus lisääntyi		
“The results of our study indicate that EX-IN (experienced involvement) training has a positive effect on participants’ recovery, stigma resistance and introspection. In addition, our results show that EX-IN training contributes to an increased employment rate after completion”	Koulutuksella oli positiivinen vaikutus osallistujien itsensä havainnointiin		
“YPW experienced continued growth in these areas, especially increased autonomy and confidence (both confidence in general and career confidence), and ongoing improvement of skills. These skills included refining their interactions with young people (e.g., reading non-verbal cues and judging who was suitable to engage in peer work) and providing more relevant and useful resources for families.”	Itsenäisyyden lisääntyminen		
“over the last three months we have learnt a lot about ourselves and being us”	Itsetuntemus vahvistui		
“Participants reported an ongoing sense of personal growth during the transition into the role.”	Oma “rooli” muotoutui		
	Henkistä kasvua tapahtui		



## 5. TULOKSET

Tämän systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tulosten mukaan kokemusasiantuntijoiden kokemukset asiantuntijakoulutuksesta liittyivät **sisäisten voimavarojen lisääntymiseen, henkilökohtaisen paranemisprosessin edistymiseen, yhteistyötaitojen rakentumiseen** sekä **negatiivisiin kokemuksiin koulutuksesta** (Taulukko 2).

*TAULUKKO 2. Kokemusasiantuntijoiden kokemukset asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta (pää- ja yläluokat)*

Sisäisten voimavarojen lisääntyminen	Itsestä laajemman käsityksen saaminen
	Itseluottamuksen vahvistuminen
	Koulutuksen syvällisemmän merkityksen kokeminen
Henkilökohtaisen paranemisprosessin edistyminen	Tuen saaminen
	Paranemisprosessin kehittyminen
Yhteistyötaitojen rakentuminen	Uusien näkökulmien löytäminen
	Vuorovaikutustaitojen kehittyminen
	Ammatillisen identiteetin rakentuminen
	Hyödyllisten asioiden oppiminen
Negatiiviset kokemukset koulutuksesta	Negatiivisten vaikutusten kokeminen
	Negatiivisten tunteiden kokeminen

## 5.1 Sisäisten voimavarojen lisääntyminen

Sisäisten voimavarojen lisääntyminen sisälsi **itsestä laajemman käsityksen saamisen, itseluottamuksen vahvistumisen** sekä **koulutuksen syvällisemmän merkityksen kokemisen** (Taulukko 3.).

TAULUKKO 3. Sisäisten voimavarojen lisääntyminen

Yläluokka	Alaluokka
Itsestä laajemman käsityksen saaminen	Oman identiteetin vahvistuminen Minäkuvan muodostuminen Erilaisten tunteiden herääminen
Itseluottamuksen vahvistuminen	Itsensä ylittäminen Minäpystyvyyden vahvistuminen Oman osuutensa tekeminen Tunne johonkin kuulumisesta
Koulutuksen syvällisemmän merkityksen kokeminen	Kokemusasiantuntijuuden merkityksellisyyden kokeminen Kokemusasiantuntijuutta pidettiin arvossa Kokemusasiantuntijuuden palkitsevana kokeminen Toiveikkuuden syntyminen

### *Itsestä laajemman käsityksen saaminen*

Kokemusasiantuntijoilla esiintyi asiantuntijuuteen liittyvän koulutuksen myötä *kokemuksia oman identiteetin muotoutumisesta* (1, 3), henkisen kasvun tapahtumisesta (3) sekä itsetuntemuksen vahvistumisesta (8). Koulutuksella koettiin olleen positiivista vaikutusta itsensä havainnointiin (5) sekä koulutuksen koettiin lisäävän itsenäisyyttä (8).

Kokemusasiantuntijat *kokivat koulutuksen vaikuttaneen positiivisesti minäkuvaan* (9). Koulutuksen koettiin muun muassa parantaneen sekä itsetuntoa (9) että itseluottamusta (9, 4). Laajalti koettiin myös yleisen luottamuksen lisääntyneen (8) sekä oman vastuuntunnon vahvistuneen koulutuksen myötä (7). Asiantuntijuuteen liittyvä koulutus

auttoi lisäksi kokemusasiantuntijoita muodostamaan paremman käsityksen omasta ahdingostaan sekä omista haasteistaan (13).

Koulutuksen aikana osallistujilla eli *kokemusasiantuntijoilla heräsi erilaisia tunteita*. Koulutus tuotti esimerkiksi ylpeyden (9), hyväksytyksi tulemisen (3), arvokkuuden (3), toivon (13) sekä rauhallisuuden tunteita (13). Kokemusasiantuntijat kokivat tulleeensa kuulluksi, tunnustetuksi sekä ymmärretyksi koulutuksen aikana (13). Koulutukseen osallistuneet kuvailivat mielialansa parantuneen (12), itsehillinnän vahvistuneen, sinnikkyyden ja tahdonvapauden lisääntyneen (7). Kokemus koettiin muutoinkin erilaisempaan kuin aiemmat työt (7).

#### *Itseluottamuksen vahvistuminen*

Kokemusasiantuntijat *kokivat ylittäneensä itsensä koulutuksen aikana*, ja haasteiden voittaminen koettiin aiempaa helpompana (6, 9). Asiantuntijakoulutus paransi osallistujien uskallusta tehdä uusia ja erilaisia asioita (10). Koulutuksen myötä osallistuneet kokivat saavansa enemmän kunnioitusta tekemästään työstä (7).

Kokemukset *oman osuutensa tekemisestä* liittyivät oman työpanoksen antamiseen sekä tunteeseen hyvin tehdystä työstä (10). Kokemusasiantuntijat kokivat koulutukseen osallistumisen olevan korvaus yhteiskunnalle (10), ja mahdollistavan resurssien tarjoamisen myös apua tarvitseville perheille (8).

*Tunne johonkin kuulumisesta* muodostui kokemusasiantuntijoiden yhteenkuuluvuuden tunteesta (10, 5) sekä tunnesiteestä koulutuksen järjestäjää kohtaan (10). Koulutuksen aikana kokemusasiantuntijat kokivat olevansa osa työyhteisöä (7).

Kokemus *minäpystyvyyden vahvistumisesta* ilmeni tunteena siitä, että kykenee ja selviytyy entistä paremmin (13). Koulutuksen koettiin myös vähentäneen erilaisia pelkotiloja (8), ja paranteen oman elämän hallinnan tunnetta (7).

### *Koulutuksen syvällisemmän merkityksen kokeminen*

Koulutuksen aikana kokemusasiantuntijoilla vahvistui ymmärrys tulevasta työstä (11) sekä omasta työroolista (2). Koulutus *koettiin keinona tehdä merkityksellistä sekä tärkeää työtä* (10).

Koulutuksen aikana kokemusasiantuntijat kokivat saaneensa tunnustusta (11) ja arvostusta tekemästään työstä (10). Arvostus koettiin muun muassa onnistumisen tunteena (10), myös ulkopuoliset kokivat kokemusasiantuntijoiden tekemän työn voimaannuttavan yhteisöä (12). Kokemusasiantuntijat *kokivat koulutuksen palkitsevana* (2). Koulutusta ei koettu varsinaisena työnä (10), ja tehty työ koettiin palkitsevana myös tulevaisuuden näkökulmasta (12).

Koulutuksen koettiin *synnyttäneen erilaisia toivon tunteita* (13). Kokemusasiantuntijat kokivat toivon tunteita liittyen muun muassa läheisen toipumiseen sekä läheisten selviämiseen vaikeista ajoista (13).

## **5.2 Henkilökohtaisen paranemisprosessin edistyminen**

Henkilökohtainen paranemisprosessin edistyminen sisälsi **tuen saamisen** ja **paranemisprosessin kehittymisen**. (Taulukko 4).

*TAULUKKO 4. Henkilökohtaisen paranemisprosessin edistyminen*

<b>Yläluokka</b>	<b>Alaluokka</b>
Tuen saaminen	Vertaistuen saaminen Kokemusten jakaminen Koulutuksen järjestäjien tarjoaman tuen kokeminen merkityksellisenä Turvallisen keskusteluympäristön kokeminen
Paranemisprosessin kehittyminen	Paranemisen positiivisten vaikutusten kokeminen Henkilökohtaisen kasvun edistyminen Terveysteen liittyvän ymmärryksen laajentuminen

### *Tuen saaminen*

Kokemusasiantuntijat kokivat saaneensa *vertaistukea* muilta koulutukseen osallistuneilta (11, 9, 6). Vertaistuki koettiin kehittävänä sekä palkitsevana (9). Muiden samassa tilanteessa olevien kertomat tarinat ja kokemukset kuvailtiin merkityksellisinä (11, 13, 6).

Kokemusasiantuntijat kokivat mielekkäänä jakaa elämäkokemuksiaan muiden osallistujien kanssa (11, 8). *Kokemusten jakaminen* antoi osallistujille mahdollisuuden vertailla keskenään kokemuksia (11). Kokemusten jakamisen myötä osallistujien arvostus yhteisiä kokemuksia kohtaan kasvoi (13).

Koulutuksen *järjestäjien tarjoama tuki koettiin merkityksellisenä* (9). Erityisesti ennakoivan (9) sekä emotionaalisen tuen (3, 13) saaminen koettiin tärkeänä.

*Keskusteluympäristö koettiin turvallisena koulutuksen aikana* (9). Koulutukseen osallistuneet kokemusasiantuntijat kokivat pystyvänsä keskustelemaan luotettavien henkilöiden kanssa (11). Osallistujat olivat kaiken kaikkiaan tyytyväisiä mahdollisuudesta keskustella muiden kanssa (13).

### *Paranemisprosessin kehittyminen*

Koulutuksen koettiin *vaikuttaneen positiivisesti kokemusasiantuntijoiden omaan paranemisprosessiin* (2, 4, 9, 5). Koulutuksen aikana osallistujat kuvasivat oman mielen-terveyden parantuneen (11). Kokemusasiantuntijat löysivät koulutuksen myötä erilaisia keinoja käsitellä omaa paranemista (4) sekä palautumista (5). Osallistujat näkivät koulutuksen terapeuttisena kokemuksena (5).

Koulutuksella koettiin olevan *positiivisia vaikutuksia henkilökohtaiseen kasvuun* (9, 7, 5). Kokemusasiantuntijat kokivat olevansa entistä tietoisempia itsestään ja kykenivät tunnistamaan myös itsessä tapahtuneet muutokset (7).

Koulutuksen myötä kokemusasiantuntijoille tuli *laajempi ymmärrys terveydestä* (13). Kokemusasiantuntijat saivat uusia näkökulmia omista sairauksistaan (13), ikääntyneiden hoidosta (10) sekä mielenterveyspalveluista (13).

### 5.3 Yhteistyötaitojen rakentuminen

Yhteistyötaitojen rakentuminen muodostui **uusien näkökulmien löytämisestä, vuorovaikutustaitojen kehittymisestä, ammatillisen identiteetin rakentumisesta** sekä **hyödyllisten asioiden oppimisesta** (Taulukko 5).

TAULUKKO 5. Yhteistyötaitojen rakentuminen

Yläluokka	Alaluokka
Uusien näkökulmien löytäminen	Asioiden refleктоiminen Omien kokemusten ymmärtäminen Omien kokemusten käsitteleminen
Vuorovaikutustaitojen kehittyminen	Vuorovaikutustaitojen edistyminen Ihmissuhteiden paraneminen Yhteistyön kokeminen tärkeänä
Ammatillisen identiteetin rakentuminen	Koulutus kannusti työelämään siirtymisessä Työllistymisen helpottuminen Jatko-opintoihin motivoituminen Ammatillisen identiteetin vahvistuminen
Hyödyllisten asioiden oppiminen	Uusien asioiden oppiminen Eri asioiden mahdollistaminen Koulutuksen hyödyllisenä kokeminen

#### *Uusien näkökulmien löytäminen*

Taito *reflektoida asioita* näkyi osallistujilla parempana kykyinä kuvailla ja sanoittaa kokemuksiaan (5, 11).

Osallistujat pohtivat kokemuksiaan ja tilannettaan uudesta näkökulmasta, ja myös *ymmärsivät paremmin kokemaansa*. Kyvyn kuvailla omia kokemuksia ja oman elämän aikajanan ymmärtämisen nähtiin olevan edellytys kokemusasiantuntijana toimimiselle. (11.)

Koulutuksen merkitys omien *kokemusten käsittelyssä* koettiin tärkeänä. Koulutus auttoi osallistujia yhdistämään kokemuksensa mielenterveysongelmista vahvuudeksi ja samalla käsitteellistämään tunne-elämän ongelmia. Osa koulutettavista tahtoi aloittaa koulutuksen edistääkseen omaa paranemisprosessiaan, mutta he eivät olleet saavuttaneet tarpeeksi etäisyyttä aiempiin kokemuksiin. Yritystä saavuttaa etäisyys vaikeista henkilökohtaisista kokemuksista pidettiin etappina kokemusasiantuntija-koulutuksessa. (11.)

#### *Vuorovaikutustaitojen kehittyminen*

Osallistujat kokivat koulutuksen *kehittäneen vuorovaikutustaitoja*, mikä näkyi vuorovaikutuksen parantumisena asiakasryhmien kanssa (8). Osallistujat kokivat voivansa ilmaista itseään paremmin (6). Sosiaalisten roolien harjoittelua kokemusasiantuntijana pidettiin tärkeänä osana kokemusasiantuntijaksi oppimista (11) ja koulutukseen kuuluneet roolileikit koettiin hyödyllisinä (9) sekä harjoituksiin osallistuminen auttoi vaikeiden tunteiden käsittelyssä (6).

Osallistujien arvostus kanssakäymistä kohtaan nousi koulutuksen aikana. Koulutuksella oli *positiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiin*. Osallistujat kokivat keskinäisen kunnioituksen toisiaan kohtaan lisääntyneen. (7.) Kokemus vastavuoroisuudesta helpotti suhteiden luomista (1).

Huolimatta siitä, että koulutuksessa oli keskusteltu asiakassuhteen päättymisestä ja sen mukanaan tuomista tunteista, osallistujat kokivat haikeaksi päättää yhteistyösuhteen koulutuksen loputtua. Osallistujat olivat *kokeneet yhteistyön merkitykselliseksi* ja tunneside tuettaviin oli vahva. (9.)

#### *Ammatillisen identiteetin rakentuminen*

Koulutus *kannusti osallistujia työelämään siirtymisessä*. Koulutuksesta saatu tuki helpotti palkkatyöhön paluuta henkisesti huonon kauden jälkeen (2). Osallistujat pitivät koulutusta keinona jatkaa työuraa ja palata töihin (10). Koulutus vahvisti osallistujien halua toimia kokemusasiantuntijana ja lisäsi halua ottaa vastuu kokemusasiantuntijana työskentelystä (12).

Koulutuksen *koettiin helpottavan työllistymistä* kokemusasiantuntijana. Osallistujien työllisyystaidot vahvistuivat (8) ja koulutuksesta saatujen taitojen koettiin helpottavan

työllistymistä (5). Koulutuksen koettiin lisäävän uskottavuutta työssä toimimiseen (6) sekä koulutus edisti osallistujien ammatillista etenemistä (7).

Koulutuksen *koettiin kannustavan jatko-opintoihin*. Koulutus inspiroi osallistujia lisäkouluttautumaan (9) ja jatkokouluttautumista pidettiin yleisesti tärkeänä osallistujien keskuudessa (6).

Osallistujat kokivat *ammattillisen identiteetin vahvistuneen* koulutuksen aikana. Osallistujat kokivat aikuistuneensa koulutuksen aikana ja käytöksensä muuttuneen ammattimaisemmaksi työympäristössä. Koulutus lisäsi osallistujien tunnetta, että kykenee toimimaan ammatillisesti. (7.) Asenteen merkitys ammatillisessa osaamisessa koettiin suureksi (11).

#### *Hyödyllisten asioiden oppiminen*

Osallistujat kokivat *oppineensa koulutuksesta uusia asioita*. Osallistujat kokivat opittujen asioiden olevan korvaamattomia. Opittuja asioita koettiin voitavan hyödyntää elämän eri osa-alueilla, niin perhe- kuin työelämässä. Osallistujat kokivat oppineensa erilaisia strategioita eri elämäntilanteisiin. (4.) Osallistujat kokivat oppineensa uusia taitoja (4, 9) ja erilaisia keinoja käsitellä palautumista (5).

Kokemusasiantuntijat kokivat *koulutuksen mahdollistaneen asioita*, joita he aiemmin pitivät mahdottomina toteuttaa (2). Sairaalaympäristössä työskentely loi uusia työmahdollisuuksia kokemusasiantuntijana toimimiseen (11). Hoitajien koulutuksessa mukana olleet kokemusasiantuntijat pitivät opetukseen osallistumista keinona kehittää opiskelijoiden käytännön harjoittelua, ja keinona edesauttaa vanhusten hyvää hoitoa (10). Koulutuksen koettiin avartavan ajattelua; osallistujat pohtivat poliittisia keinoja vaikuttaa palvelujärjestelmään (7).

Osallistujat kokivat *koulutuksen hyödyllisenä kokemuksena* (2, 9). Kokemusasiantuntijat olivat tyytyväisiä koulutukseen (10, 11) sekä koulutus koettiin parhaimpana asiana mitä on ikinä tehnyt (4, 11). Osallistujat kokivat erilaisiin harjoituksiin osallistumisen mielekkäänä (6) ja kokivat vähemmän yksinäisyyden tunteita (13) sekä kokivat käyttäneensä aikansa hyödyllisesti ja paremmin (12).



## 5.4 Negatiiviset kokemukset koulutuksesta

Negatiiviset kokemukset koulutuksesta sisälsi **negatiivisten vaikutusten kokemisen** sekä **negatiivisten tunteiden kokemisen** (Taulukko 5).

TAULUKKO 5. Negatiiviset kokemukset koulutuksesta

Yläluokka	Alaluokka
Negatiivisten vaikutusten kokeminen	Koulutus ei vastannut täysin omia odotuksia Negatiivisten tunteiden syntyminen liittyen koulutukseen  Koulutuksen kuormittavana kokeminen Koulutuksen kuormittavana kokeminen vapaa-ajalla
Negatiivisten tunteiden kokeminen	Koulutuksen tarjoaman tuen kokeminen tarpeettomana  Koulutukseen osallistuminen arvelutti Kokemusasiantuntijan työ ei vastannut odotuksia Epävarmuuden kokeminen kokemusasiantuntijan työstä

### *Negatiivisten vaikutusten kokeminen*

Koulutukseen osallistuneet kokemusasiantuntijat *eivät kokeneet koulutuksen vastanneen omia odotuksiaan*; koulutus ja siihen kuuluva tukijakso koettiin liian lyhyenä (4, 9) ja saatu tuki puutteellisena (13). Osallistujat olisivat myös toivoneet enemmän käytännön harjoituksia ja tehtävien parempaa kohdistamista. Osallistujat kokivat, etteivät tehtävät vastaa oppimistarpeita. (9.) Koulutus herätti myös ristiriitaisia tunteita, sillä vaikka koulutuksen järjestäjät tarjosivat tukea ja palveluita, osallistujat kokivat, että tuen kohde ja palveluiden ajoitus olisi pitänyt määrittää tarkemmin (13).

Koulutuksen aikana osa osallistujista *koki koulutuksesta aiheutuvan negatiivisia tunteita*. Osallistujat kokivat, ettei koulutuksen järjestänyt taho ymmärtänyt ryhmän paineita (3) ja osallistujat ilmaisivat huolensa koulutuksen järjestäjää kohtaan. He myös ilmaisivat pettymyksensä koulutuksen järjestäjää kohtaan, sillä ryhmätapaamisia ei enää järjestetty

koulutuksen päätyttyä. Tuen pelättiin loppuvan koulutuksen jälkeen. (4.) Osalla osallistujista ei ollut kiinnostusta kouluttautua enempää koulutuksen loputtua (13).

Koulutus *koettiin kuormittavana* sekä koulutuksen aikana että vapaa-ajalla. Koulutus koettiin uuvuttavana, ylivoimaisena, hektisenä, intensiivisenä ja henkisesti raskaana. (4.) Osallistujat miettivät tuettavia vapaa-ajalla ja kokivat olevansa heistä vastuussa (9).

### *Negatiivisten tunteiden kokeminen*

Koulutuksen järjestäjät tarjosivat tukea osallistujille, mutta osa *koki tuen tarpeettomana*. Osa ei kokenut jo saadulla tuella olleen riittävää vaikutusta, tai sen ei koettu olevan tarpeeksi pysyvää tai olosuhteisiin sopivaa. Osa koki tukea saadun jo tarpeeksi. Joillain osallistujilla ei ollut lainkaan kiinnostusta tarjottuihin tukipalveluihin. (13.)

Osallistujat *kokivat koulutukseen osallistumisen arveluttavana*. Osalla osallistujista oli entuudestaan negatiivisia kokemuksia mielenterveyspalveluista. Kokemusasiantuntijan roolin nähtiin olevan itsenäinen, mutta erillään muusta henkilökunnasta. Osallistujat tunsivat myös olevansa liian kiireisiä omaksumaan kokemusasiantuntijan roolia. (13.) Kokemusasiantuntijana työskentelyn pelättiin tuovan mieleen tuskallisia muistoja tai olevan liian emotionaalinen kokemus (10).

Kokemusasiantuntijan *työn ei koettu vastaavan odotuksia*. Työmahdollisuuksien rajallisuus koettiin turhauttavana (11) ja kokemusasiantuntijana työskentely haastavana (2). Puhelinpalvelussa työskentelevät kokemusasiantuntijat toivat esiin uupumusta liittyen epämiellyttäviin ja liikaa puhuviin asiakkaisiin. Puhelimessa puhuminen myös aiheutti osalle päänsärkyä. Työhön liittyvä paperityö koettiin vaativaksi. (12.)

*Kokemusasiantuntijana työskentely aiheutti epävarmuutta*. Oma rooli, sen kehittäminen ja sopivuus palvelun toimintoihin aiheutti osallistujille paineita (2, 8) ja ristiriitaisia tunteita (3). Oman paranemisprosessin ollessa kesken työskentely kokemusasiantuntijana loi jännitettä roolien välille (8). Asiakkaisiin kontaktin ottaminen ensimmäistä kertaa koettiin pelottavaksi ja sai kokemusasiantuntijat tuntemaan, etteivät he olleet tarpeeksi puheliaita tai sopivia kokemusasiantuntijoiksi (12). Osa kokemusasiantuntijoista koki, ettei koulutus ollut valmentanut heitä tarpeeksi kanssakäymiseen asiakkaiden perheiden kanssa (9).

Gerontologiseen kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuneet ikääntyneet ilmaisivat huolensa siitä, että heitä pidetään taakkana yhteiskunnalle (10).

## 6. POHDINTA

### 6.1 Kirjallisuuskatsauksen luotettavuus

Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa on tutkittu kokemusasiantuntijoiden kokemuksia asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta. Hakusanojen määrittelyyn ja kirjallisuushakuun saatiin apua Tampereen yliopiston kirjastopalveluista ja opinnäytettä ohjaavalta opettajalta. Yksi kirjallisuuskatsauksen sisäänottokriteereistä oli tutkimuksen sijoittuminen aikavälille 2011–2021. Yksi katsaukseen valittu tutkimusartikkeli ajoittui vuoteen 2010, mutta artikkeli päädyttiin lopulta ottamaan mukaan kirjallisuuskatsaukseen, koska julkaisuajankohdan ei katsottu vaikuttavan tutkimuksen tuloksiin eikä näin ollen kirjallisuuskatsauksen tuloksiin. Tässä kirjallisuuskatsauksessa on noudatettu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) laatimia tutkimuksen teon keskeisiä periaatteita, eli rehellisyyttä, avoimuutta, tarkkuutta ja vastuullisuutta tutkimustyössä ja tulosten tallentamisessa, sekä esittämisessä että tutkimusten tulosten arvioinnissa.

Luotettavuuden arvioinnissa kriteereitä ovat tiedon julkisuus, objektiivisuus, eettisyys, perusteltavuus ja kommunikoivuus. Julkisuudella tarkoitetaan tiedon saavutettavuutta ja sitä, että tieto on muiden tutkijoiden löydettävissä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020.) Tämä kirjallisuuskatsaus julkaistaan Tampereen yliopiston julkaisuarkistossa, mikä lisää tutkimuksen julkisuutta. Kumpikin kirjallisuuskatsauksen tekijä on vastuussa julkaisun sisällöstä. Objektiivisuudella tarkoitetaan tutkijan ulkopuolisuutta suhteessa tutkimuskohteeseen: tieto ei ole tutkijan tulkintaa tai mielipiteitä (Eriksson, Isola, Kyngäs, Leino-Kilpi, Lindström, Paavilainen, Pietilä, Salanterä, Vehviläinen-Julkunen & Åstedt-Kurki 2016). Tiedonhakuprosessin yksityiskohtainen ja asianmukainen raportointi lisää tämän tutkimuksen objektiivisuutta ja mahdollistaa tutkimustulosten toistettavuuden (Stolt, Axelin & Suhonen 2016). Perusteltavuutta arvioidessa tutkimustulosten tulee olla tieteellisesti päteviä ja niiden täytyy olla perusteltavissa (Eriksson ym. 2016). Tässä kirjallisuuskatsauksessa on viitattu asiaankuuluvalla tavalla muiden tutkijoiden saavutuksiin ja kirjallisuuskatsaukseen on valittu vain vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita. Kommunikoivuudella tarkoitetaan tutkimuksen

käsitteiden selkeyttä (Eriksson ym. 2016). Katsauksessa käytetyt käsitteet määriteltiin tutkimuksen aluksi.

Tämän kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta lisäsi kaksi tutkijaa yhden sijaan, sillä kummankin tutkijan näkökulmia pystyttiin hyödyntämään kirjallisuuskatsauksen eri vaiheissa (Stolt ym. 2016; Kangasniemi & Pölkki 2016). Kirjallisuuskatsauksen arvioinnissa hyödynnettiin Joanna Briggs Instituutin (JBI 2018a) järjestelmällisen katsauksen arviointikriteeristöä. Laadunarvioinnin kaikki arviointikriteerit täyttyivät lukuun ottamatta julkaisuharhan todennäköisyyttä käsittelevää kohtaa numero yhdeksää. Tutkimuksen luotettavuutta voi heikentää julkaisuharhan lisäksi kieliharha: kaikki tutkimusartikkelit olivat englanninkielisiä (Stolt ym. 2016). Alkuperäisartikkeleiden englanninkielisyys voi jossain määrin lisätä tulkinnassa tapahtuvien virheiden mahdollisuutta.

Kirjallisuuskatsauksessa hyödynnettiin myös kvalitatiivisen tutkimuksen (JBI 2018b) ja kvasikokeellisen tutkimuksen (JBI 2018c) laadunarviointikriteeristöjä. Ennen laadunarviointia päätettiin, että vähintään 50% tutkimuksen laadunarviointikriteereistä tulee täyttyä tutkimuksen hyväksymiseksi. Kirjallisuuskatsauksen laadunarviointiin osallistui kaksi tutkijaa, joista kumpikin arvioi tutkimukset ensin itsenäisesti ja tämän jälkeen keskenään vertaillen. Laadunarvioinnissa ei tullut suuria eroja tai ristiriitaisuuksia. Päätös lopullisesta konsensusarvioinnista tehtiin keskustellen. Kahden tutkijan osallistuminen laadunarviointiin lisäsi osaltaan arvioinnin luotettavuutta (Hotus n.d.). Yhtäkään tutkimusta ei jouduttu hylkäämään laadunarvioinnin perusteella.

## **6.2 Kirjallisuuskatsauksen eettisyys**

Hyvällä tutkimuskäytännöllä on neljä periaatetta, joihin se pohjautuu. Kyseiset peruseriaatteet ovat luotettavuus, vastuunkanto, rehellisyys ja arvostettavuus. (ALLEA 2020.) Tässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa on pyritty noudattamaan tieteellisen käytännön mukaisia periaatteita.

Tutkimuksen aiheen valinnassa tutkimukselle on oltava perusteita laajemmassa tietoperustassa (Kylmä & Juvakka 2014, 42, 144). Tutkielman aihe syntyi yliopiston tarjoamista aiheista sekä tekijöiden omista kiinnostuksen kohteista. Tutkielman aihe on perusteltu ja tiedonhaku on dokumentoitu vaihe vaiheelta ja esitelty niin, että se on

toistettavissa. Tulokset on muodostettu johdonmukaisesti induktiivisen sisällönanalyysin avulla, eikä tuloksia ole plagioitu tai vääristelty. Tämän kirjallisuuskatsauksen alkuperäisyyden tarkastuksessa on käytetty Turnitin OriginalityCheck –ohjelmaa.

Aineistona on käytetty vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita. Alkuperäisiä kirjoittajia on kunnioitettu merkitsemällä viittaukset tekstiin selkeästi, ja lähteitä on käytetty asianmukaisesti sekä kirjallisuudessa että raportoinnissa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 332–333). Kirjallisuuskatsaukseen valittuja artikkeleita ei ole vain esitelty, vaan niiden pohjalta on sisällönanalyysin avulla muodostettu uusia kokonaisuuksia.

Tässä kirjallisuuskatsauksessa rehellisyys, avoimuus, huolellisuus ja tarkkuus huomioitiin tutkimuksen kulussa ja raportoitiin eettisten periaatteiden mukaan (Kylmä & Juvakka 2014, 154). Kirjallisuuskatsauksessa on käytetty aineistona jo julkaistuja tutkimusartikkeleita, joten tutkimuksen sensitiivisyyteen ja tutkittavien anonymiteettiin liittyvät tekijät on käsitelty aikaisemmin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan toimesta.

### **6.3 Tulosten tarkastelu**

Tuloksissa nousee esiin keskeisesti koulutukseen osallistujien sisäiset voimavarat ja henkilökohtainen paranemisprosessi sekä koulutuksen positiivisena vaikutuksena entistä paremmat yhteistyötaidot. Kokemusasiantuntijoiden kokemukset koulutuksesta olivat pääosin positiivisia. Osallistujat kokivat koulutuksen aikana tunteita skaalan molemmilta laidoilta: uupumusta, väsymystä ja turhautumista, mutta myös iloa, tyytyväisyyttä ja tunteita aikaansaamisesta. Tuloksista käy kuitenkin ilmi koulutuksen positiivinen lopputulema huolimatta koulutuksen raskaudesta. Kokemusasiantuntijoilla on taustalla negatiivisia kokemuksia mielenterveydellisistä ongelmista, joten raskaan koulutuksen läpäisy ja koulutuksesta valmistuminen koettiin saavutuksena. Tulosten perusteella voidaan todeta koulutuksen vaikuttavan osallistujien elämänlaatuun kokonaisvaltaisesti.

Koulutukseen osallistuneiden minäkuva muodostui aiempaa paremmaksi, ja itseluottamus sekä itsetunto vahvistuivat koulutuksen aikana. Itseluottamuksen vahvistuminen näkyi muun muassa uskalluksena tehdä uusia ja erilaisia asioita sekä

haasteiden voittaminen tuntui entistä helpommalta. Tulosten perusteella asiantuntijuuteen johtava koulutus mahdollistaa osallistujille oman itsensä kehittämistä sekä omien kokemusten reflektointia. Tulosten mukaan sekä oman itsensä tunteminen että kokemusten reflektointi ovat tärkeä osa kokemusasiantuntijuutta ja pysähtyminen asioiden miettimiseen on sinänsä tarpeellista. Muiden osallistujien kanssa keskusteluiden ja kokemusten vaihdon myötä koulutuksessa opitulle teorialle saatiin uutta merkitystä. Tuloksista voidaan todeta koulutuksen avartaneen osallistujien näkökulmia.

Osallistujat kokivat saaneensa vertaistukea ja samalla oman paranemisprosessin edistyneen. Vertaistuki voi auttaa oman paranemisprosessin läpi käymisessä ja antaa uusia näkökulmia mieltä vaivaaviin asioihin. Tulos ei ollut yllättävä, sillä Partasen ja Karokosken (2018) mukaan koulutuksesta saatu vertaistuki ja asioiden jakaminen keskenään voi lievittää negatiivisia tunteita ja auttaa niiden käsittelyssä. Omien kokemusten tarkasteleminen ulkopuolelta ja sen huomaaminen, ettei olekaan yksin, voi olla hyvinkin voimaannuttavaa. Vaikeudet voivat koulutuksen myötä näyttäytyä voimavarana, ja niille on mahdollista löytää merkitys. Koulutus herätti arvokkuuden, toivon sekä rauhallisuuden tunteita. Koulutuksen merkitys koettiin erilaisena riippuen osallistujien lähtökohdista ja ennako-odotuksista. Osalle osallistujalle heräsi ylpeyden ja hyväksytyksi tuleminen tunne. Toivon tunteita heräsi esimerkiksi liittyen oman läheisen toipumiseen sekä selviämiseen vaikeista ajoista.

Yhteistyötaitojen rakentuminen näkyi ammatillisen identiteetin kehittymisenä. Osalla osallistujista oli takana epäonnistuneita työkokeiluja, tai osa oli omasta tahdostaan huolimatta joutunut työelämän ulkopuolelle. Koulutus vahvisti kokemusasiantuntijoiden ymmärrystä tulevasta työstä sekä omasta työroolista. Tuleva työ ja käyty koulutus koettiin keinona tehdä merkityksellistä sekä tärkeää työtä. Osallistuneet kokivat koulutuksen palkitsevana, eikä osa kokenut koulutusta lainkaan varsinaisena työnä. Koulutuksen palkitsevuus näkyi työstä saadun tunnuksen ja arvostuksen saamisena. Eräät koulutukseen osallistuneet kuvailivatkin tuntevansa olevansa vasta nyt – oman työpanoksensa antaneena – kunnolla mukana yhteiskunnassa. Kokemusasiantuntijuuden voidaan ajatella tukevan henkistä hyvinvointia ja -jaksamista, jolloin kokemusasiantuntijuus itsessään voi olla motiivi koulutukseen hakeutumiseen (Partanen & Karokoski 2018). Tuloksia tarkastellessa näyttäisi siltä, että asiantuntijuuteen liittyvä

koulutus auttaa työroolin omaksumisessa sekä antaa tärkeää ymmärrystä tulevasta työstä.

Tuloksista kävi ilmi koulutukseen osallistuneiden oppineen uusia ja hyödyllisiä taitoja. Osa koki koulutuksen jälkeen kykenevänsä asioihin, joita he aiemmin pitivät mahdottomina toteuttaa. Uusien taitojen oppimisen myötä koulutus vahvisti osallistujien uskoa itseensä ja omiin mahdollisuuksiin. Näyttäisi siltä, että koulutus vahvistaa ymmärrystä omasta itsestä ja arvostusta omia kokemuksia kohtaan. Tuloksia tarkastellessa herää ajatus, että osallistujat olisivat luultavasti hyötynneet omassa prosessissaan kokemusasiantuntijan vertaistuesta.

Huolimatta siitä, että koulutus koettiin pääosin positiivisena, jäi koulutuksesta osalle osallistujista negatiivinen kokemus. Oman paranemisprosessin ollessa kesken koulutus voi tuntua liian suurelta ponnistukselta sekä mielenterveyden ongelmiin voi liittyä kelpaamattomuuden tai häpeän tunteita. Kokemusasiantuntijuuden pääpiirteinä on selviytymis- ja toipumiskokemusten painottaminen ja vaikeiden kokemusten muuttaminen vahvuudeksi. Kokemusasiantuntijuus edellyttää omien tavoitteiden ja tehtävien määrittelyä. (Hyväri 2017.) Tutkimuksen tulosten mukaan kokemusasiantuntijuudessa mietityttää oman persoonan sopiminen kokemusasiantuntijan rooliin ja kokemus siitä, ettei työ vastaakaan omia odotuksia. Osallistujia arvelutti myös mahdollisesti mieleen palautuvat tuskaiset muistot aiemmista kokemuksista.

#### **6.4 Johtopäätökset**

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata kokemusasiantuntijoiden kokemuksia asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta. Johto-päätöksenä

voidaan todeta seuraavaa:

1. Henkisesti raskaan koulutuksen läpi käyminen ja kokemusten käsittely voi lisätä resilienssiä.
2. Koulutus edisti osallistujien paranemisprosessia. Vertaistuellalla oli suuri vaikutus aiempien kokemusten käsittelyssä.



3. Koulutus vahvisti osallistujien taitoa kommunikoida toistensa sekä sidosryhmien kanssa.
4. Kokemusasiantuntijuutta tai siihen liittyvää koulutusta ei tunneta osallistujien keskuudessa tarpeeksi hyvin, jotta siitä voitaisiin muodostaa realistisia ennakkokäsityksiä tai -odotuksia.

## **6.5 Jatkotutkimusaihe**

Kokemusasiantuntijuutta on tutkittu eri maissa useasta eri näkökulmasta, ja tänä päivänä aiheesta löytyykin jo paljon laadukasta tutkimustietoa. Tässä kirjallisuuskatsauksessa kuvattiin kokemusasiantuntijoiden kokemuksia asiantuntijuuteen liittyvästä koulutuksesta. Kirjallisuuskatsauksen aihe liittyi kokemusasiantuntijoiden kokemuksiin, joten jatkotutkimusaiheena voisi tutkia kokemusasiantuntijoiden asiakkaiden yksilöllisiä tarpeita sekä toiveita liittyen kokemusasiantuntijapalveluihin. Jatkotutkimusaiheeseen liittyviä tuloksia voitaisiin hyödyntää kokemusasiantuntijoiden koulutuksessa, ja näin ollen saada koulutus sekä kokemusasiantuntijapalvelut vastaamaan entistä paremmin asiakkaiden niille asetettuihin tarpeisiin.

## LÄHTEET

Ahonen, S., Kostiainen, E., Rissanen, P., Rotko, T. & Verho, T. 2014. THL. Kokemukset käyttöön- kokemusasiantuntijatoiminnan kehittäminen. Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125488/URN\\_ISBN\\_978-952-302-373-4.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125488/URN_ISBN_978-952-302-373-4.pdf?sequence=1)

ALLEA. 2020. Tutkimusetiikan eurooppalaiset käytännöt ja ohjeistus. The European Code of Conduct for Research Integrity Revised Edition - ohjeen suomennos. ALLEA - All European Academies. PDF-julkaisu. Saatavissa: [https://allea.org/wp-content/uploads/2020/08/Finnish\\_European\\_Code\\_of\\_Conduct\\_digital-final.pdf](https://allea.org/wp-content/uploads/2020/08/Finnish_European_Code_of_Conduct_digital-final.pdf) Viitattu: 12.9.2021

Eriksson, K., Isola, A., Kyngäs, H., Leino-Kilpi, H., Lindström, U., Paavilainen, E., Pietilä, A., Salanterä, S., Vehviläinen-Julkunen, K. & Åstedt-Kurki, P. 2016. Hoitotiede. Sanoma Pro Oy, Helsinki.

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri. N.d. Kokemusasiantuntijakoulutus. Saatavissa: [https://www.epshp.fi/ammattilaiselle\\_ja\\_opiskelijalle/koulutus/voimaa\\_arkeen/kokemusasiantuntijat/kokemusasiantuntijakoulutus](https://www.epshp.fi/ammattilaiselle_ja_opiskelijalle/koulutus/voimaa_arkeen/kokemusasiantuntijat/kokemusasiantuntijakoulutus) Viitattu: 8.9.2021.

Falk, H., Kankaanpää, S., Kurki, M., Rissanen, P. & Sinkkonen, N. 2013. THL. Kuntoutujasta toimijaksi- kokemus asiantuntijuudeksi. Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110670/URN\\_ISBN\\_978-952-302-028-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110670/URN_ISBN_978-952-302-028-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hietala, O. & Rissanen, P. 2015. Opas kokemusasiantuntijatoiminnasta. Kuntoutussäätiö & Mielen terveyden Keskusliitto.

Hirschovits-Gerz, T., Karjalainen, J., Nurmela, A. & Sihvo, S. 2019. THL. Kokemusasiantuntijuus Suomessa: Selvitys kokemusasiantuntijakoulutuksen ja –toiminnan käytännöistä. Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138436/URN\\_ISBN\\_978-952-343-354-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138436/URN_ISBN_978-952-343-354-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Viitattu: 8.9.2021

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Hotus, Hoitotyön tutkimussäätiö. N.d. Tutkimustiedon hakeminen. Saatavissa: <https://www.hotus.fi/tutkimustiedon-hakeminen/> Viitattu: 24.4.2021.

Hotus, Hoitotyön tutkimussäätiö. N.d. Tutkimustiedon laadun arvioiminen. Saatavissa <https://www.hotus.fi/tutkimustiedon-laadun-arvioiminen/> Viitattu: 24.4.2021.

Hyväri, S. 2017. Luottamuksen rakentuminen kokemusasiantuntijoiden ja viranomaisten välillä. Teoksessa Niskala, A., Kairala, M. & Pohjola A. (toim.) Asiakkaasta kehittäjäksi ja vaikuttajaksi: Asiakkaiden osallisuuden muutos sosiaali- ja terveyspalveluissa. Kustannusosakeyhtiö Vastapaino. Tampere.

- JB1. 2018a. Arviointikriteerit järjestelmälliselle katsaukselle. PDF-julkaisu. Saatavissa: <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-ja-selosteosa-jarjestelmallinen-katsaus-final.pdf> Viitattu: 11.9.2021
- JB1. 2018b. Arviointikriteerit laadulliselle tutkimukselle. PDF-julkaisu. Saatavissa: <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kriteerit-laadulliselle-tutkimukselle-ja-selosteosa-2.pdf> Viitattu: 24.4.2021
- JB1. 2018c. Arviointikriteerit kvasikokeelliselle tutkimukselle. PDF-julkaisu. Saatavissa: <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/jbi-kvasikokeellinen-tutkimus-ja-selosteosa-1.pdf> Viitattu: 24.4.2021
- Kangasniemi, M. & Pölkki, T. 2016. Aineiston käsittely: kirjallisuuskatsauksen ydin. Teoksessa Stolt, M., Axelin A. & Suhonen R. (toim.) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turku: Turun yliopisto, 80–93.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2017. Tutkimus hoitotieteessä. Sanoma Pro. Helsinki.
- Kokemustoimintaverkosto. N.d. Käsitteet. Saatavissa: <https://kokemustoimintaverkosto.fi/kokemustoiminta/kasitteet/> Viitattu: 8.9.2021.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2014. Laadullinen terveystutkimus. Edita publishing. Helsinki.
- Nieminen, R. 2020. KoKoA- Koulutetut Kokemusasiantuntijat ry. Koulutussuositukset kokemusasiantuntijakoulutuksiin. Saatavissa: <http://www.kokemusasiantuntijat.fi/wp-content/uploads/2021/03/Suosituksset-kokemusasiantuntijakoulutuksiin-ei-voi-tulostaa-09-2020.pdf> Viitattu: 8.9.2021.
- Partanen, L. & Karokoski, P. 2018. Kokemusasiantuntijuus työssäjaksamisen tukena. Teoksessa Tuomi, J. & Tarnanen, P. (toim.) Työtä työhyvinvoinnin edistämiseksi: Kuusi tulokulmaa. Tampere: Tampereen ammattikorkeakoulu. Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja, 60–79.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.
- Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. 2009. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma, Mieli 2009.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. STM. N.d. Terveyspalvelut. Saatavissa: <https://stm.fi/terveyspalvelut> Viitattu: 9.9.2021.
- Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R. (toim.) 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto: Turku.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus. THL. 2020. Kokemusasiantuntijuus ja vertaistuki. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/kokemusasiantuntijuus-ja-vertaistuki> Viitattu: 9.9.2021.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus. THL. 2021. Palvelujen tuottaminen. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/sote-uudistus/palvelujen-tuottaminen> Viitattu: 9.9.2021.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. PDF-julkaisu. Saatavissa:

[https://tenk.fi/sites/default/files/2021-](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf)

[01/Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin ohje 2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf) Viitattu: 11.9.2021

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020. Hyvä tieteellinen käytäntö. Saatavissa:

<https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk>. Viitattu: 11.9.2021

## KIRJALLISUUSKATSAUKSEEN VALITUT TUTKIMUKSET

- (1) Berry, C., Hayward, M. & Ruth, C. 2011. Another Rather Than Other: Experiences of Peer Support Specialist Workers and Their Managers Working in Mental Health Services. *Journal of public mental health*. 10(4): 238–249.
- (2) Bradstreet, S. & Pratt, R. 2010. Developing peer support worker roles: reflecting on experiences in Scotland. *Mental health & social inclusion*. 14(3): 36–41.
- (3) Dyble, G., Tickle, A. & Collinson, C. 2014. From end user to provider: making sense of becoming a peer support worker using interpretative phenomenological analysis. *Journal of public mental health*. 83–92.
- (4) Gerry, L., Berry, C. & Hayward, M. 2011. Evaluation of a training scheme for peer support workers. *Mental Health practice*. 14(5): 24–29.
- (5) Hegedüs, A., Burr, C., Pfluger, V., Sieg, D., Nienaber, A. & Schultz, M. 2021. Peer support worker training: results of the evaluation of the experienced involvement training programme in Switzerland and Germany. *International journal of mental health nursing*. 30(2): 451–460.
- (6) Jones, M. & Pietilä, I. 2020. Personal Perspectives on Patient and Public Involvement – Stories About Becoming and Being an Expert by Experience. *Sociology of health & illness*. 42(4): 809–824.
- (7) Mayer, C. & McKenzie, K. 2017. “it shows there’s no limits’: the psychological impact of co-production for experts-by-experience working in youth mental health. *Health and social care in the community*. 25(3): 1181–1189.
- (8) Simmons, M. B., Grace, D., Fava, N. J., Coates, D., Dimopoulos-Bick, T., Batchelor, S., Howe, D. & Montague, A. E. 2020. The Experiences of Youth Mental Health Peer Workers over Time: A Qualitative Study with Longitudinal Analysis. *Community mental health journal*. 56(5): 906–914.
- (9) Simpson, A., Quigley, J., Henry, S. J. & Hall, C. 2014. Evaluating the selection, training and support of peer support workers in the United Kingdom. *Journal of psychosocial nursing & mental health services*. 52(1): 31–40.
- (10) Thompson, J., Tiplady, S. & Cook, G. 2020. Older people’s involvement in healthcare education: views and experiences of older experts by experience. *Working with older people: community care policy & practice*. 24(2): 125–135.
- (11) Toikko, T. 2016. Becoming an Expert by Experience: An Analysis of Service Users’ Learning Process. *Social work in mental health*. 14(3): 292–312.

(12) Tse, S., Tsoi, E. W. S., Wong, S., Kan, A. & Kwok, K. F.-Y. 2014. Training of mental health peer support workers in a non-western high-income city: Preliminary evaluation and experience. *International journal of social psychiatry*. 60(3): 211–218.

(13) Visa, B. & Harvey, C. 2019. Mental health carers' experiences of an Australian Carer Peer Support program: Tailoring supports to carers' needs. *Health & social care in the community*. 27(3): 729–739.

## LIITE 1. Yhteenveto kirjallisuuskatsaukseen valituista tutkimuksista

	<b>Tekijät, vuosi, maa</b>	<b>Tutkimuksen tarkoitus</b>	<b>Aineisto ja tutkimusmenetelmät</b>	<b>Keskeiset tulokset</b>	<b>Laadun arviointi</b>
1.	Berry, C., Hayward, M. I. & Chandler, R. 2011. Englanti.	Tutkia kokemusasiantuntijoiden kokemuksia rajallisesta verkostoitumisesta, tuen saannista ja työroolistaan.	<p>Kvalitatiivinen tutkimus.</p> <p>Tutkimuskohteena kaksi kokemusasiantuntijakoulutuksen vuonna 2007 käynnyttä henkilöä sekä heidän esihenkilönsä.</p> <p>Puolistrukturoidut haastattelut yksilöittäin.</p>	<p>Kokemusasiantuntijat kokevat haasteita työroolin omaksumisessa. Lisäksi ammattilaisen ja asiakkaan välisen suhteen rajat ovat hankala tehdä selväksi. Osa tutkimukseen osallistuneista kokee epämieluisaksi kohdata asiakkaita, joita on aiemmin kohdannut omaan sairastumiseen liittyen ennen kokemusasiantuntijakoulutusta.</p> <p>Kaikki tutkimukseen osallistuneet kokevat ulkopuolelta liian suuria odotuksia heidän työtään kohtaan. Osallistujien mukaan heiltä odotetaan jatkuvaa kehitystä ja työnkuvan laajentamista muun muassa akuutti- ja kriisivastaanottoon.</p> <p>Työyhteisön sekä esihenkilöiden antama vertaistuki koetaan merkittävänä tekijänä työssä jaksamisessa. Kokemusasiantuntijakoulutuksen myötä saatu työyhteisön tuki on auttanut osallistujia myös oman parantumisprosessin etenemisessä ja ylläpitämisessä.</p>	10/10

2.	Bradstreet, S. & Pratt, R. 2010. Skotlanti.	Arvioida valtakunnalliseen kokemusasiantuntijakoulu tukseen liittyvän pilotti-ohjelman vaikutuksia kokemusasiantuntijoihin, potilaisiin sekä palvelujärjestelmään.	Kvalitatiivinen tutkimus.  Tutkimuskohteena 15 kokemusasiantuntijaa viiden eri terveyslautakunnan alueella, sekä potilaat.  Puolistrukturoidut haastattelut yksilöittäin.	Kokemusasiantuntijan rooli koetaan sekä haastavaksi että palkitsevaksi. Monelle se on merkittävä etappi omassa toipumisprosessissa. Osa osallistujista oli ollut työttömänä ennen koulutusta, joten paluu palkkatyöhön koetaan omaa hyvinvointia tukevana tekijänä. Koska kyseessä oli pilottiohjelma, koettiin suorituspainetta liittyen kokemusasiantuntijan rooliin. Yleisesti kokemusasiantuntijuus koettiin positiivisena asiana potilaiden keskuudessa ja sen koettiin sopivan palvelujärjestelmään.	8/10
3.	Dyble, G., Tickle, A. & Collinson, C. 2014. Englanti.	Tutkia National Health Servicen (NHS) työllistämien kokemusasiantuntijoiden kokemuksia siirtymävaiheessa mielenterveyskuntoutujasta kokemusasiantuntijaksi.	Kvalitatiivinen tutkimus.  Tutkimuskohteena seitsemän 22–59-vuotiasta kokemusasiantuntijaa.  Puolistrukturoitu haastattelu yksilöittäin.	Osallistujat pohtivat siirtymävaiheiden monimutkaista luonnetta ja sen vaikutusta identiteettiin, kokemusasiantuntijan rooliin sekä organisaatiokulttuuriin.  Kokemusasiantuntijat kokevat identiteettinsä vaihtelevana: kokemusasiantuntijan rooli vahvistaa ryhmään kuulumisen tunnetta ja ammattiympäristöä, mutta samalla he kokevat silti olevansa yhtä lailla edelleen myös mielenterveyskuntoutujia. Osallistujat kokevat henkilökohtaisen kasvun lisääntyneen kokemusasiantuntijan rooliin siirtyessä mm. itsetunnon kehittyessä. Mielenterveysongelmia ei tämän myötä enää koeta yhtä leimaavina kuin aiemmin.  Kokemusasiantuntijuus koetaan organisatorisesti lähentävänä tekijänä NHS:n ja potilaiden välillä.	9/10



				Emotionaalinen ja käytännön tuki helpottavat siirtymävaiheita, kun taas niiden väliset epäselvät rajat vaikeuttavat siirtymävaiheita.	
4.	Gerry, L., Berry, C. & Hayward, M. 2011. Englanti	Tutkia mielenterveysongelmien kanssa elävien kokemuksia intensiivisestä kahden viikon pituisesta kokemusasiantuntijakoulutuksesta.	Kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimuskohteena 17 kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistunutta henkilöä. Teemahaastattelu.	Koulutukseen osallistuneet kokevat oman paranemisprosessin edenneen kahden viikon aikana. Osa osallistuneista kokee löytäneensä uusia keinoja oman mielenterveytensä ylläpitoon ja tunteiden käsittelyyn.  Koulutus opetti runsaasti ihmisten välisen vuorovaikutuksen tärkeydestä osana paranemisprosessia.	8/10
5.	Hegedüs, A., Burr, C., Pfluger, V., Sieg, D., Nienaber, A. & Schultz, M. 2021. Sveitsi, Saksa.	Arvioida kokemusasiantuntijavalmennuksen vaikutusta osallistujien toivoon, omaan paranemisprosessiin, minäpystyvyyteen, mielenterveysongelmien stigmatisoitumiseen, itsetuntemukseen ja henkilökohtaiseen elämänlaatuun.	Kvasikokeellinen tutkimus Tutkimuskohteena kaikki kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuneet vuosina 2010–2016. Survey-kysely.	Kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuneet kokevat oman paranemisprosessinsa edenneen ja itsetuntemuksensa parantuneen.  Mielenterveysongelmiin liittyvien leimaavien asenteiden koetaan vähentyneen. Tutkijoiden mukaan valmennuksella on osallistujille terapeuttinen vaikutus, mikä myös helpottaa siirtymistä työelämään.	8/9
6.	Jones, M. & Pietilä, I. 2020. Suomi	Tutkia miten kokemusasiantuntijat käsittelevät omia kokemuksiaan ja muodostavat niistä merkityksellisiä.	Kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimuskohteena 13 kokemusasiantuntijaa. Teemahaastattelu yksilöittäin.	Kokemusasiantuntijat kokevat koulutuksen mahdollistaneen heidän omien kokemusten prosessointia ja kokemusten muuttamista asiantuntijuudeksi.  Lisäksi kokemusasiantuntijat kokevat ylpeyttä tekemästään työstä, ja ovat onnellisia heidän elämäntilanteestaan.	9/10

7.	Mayer, C. & McKenzie, K. 2017. Englanti.	Tutkia nuorten kokemus-asiantuntijoiden kokemuksia kokemus-asiantuntijuustyöstä, ja sen psykologisia vaikutuksia heihin.	Kvalitatiivinen tutkimus, tulkitseva fenomenologinen tutkimus.  Viisi 21–28-vuotiasta kokemus-asiantuntijaa.  Puolistrukturoidut haastattelut.	Kokemusasiantuntijuustyöllä on positiivisia vaikutuksia kokemusasiantuntijoiden itsetuntoon ja minäpystyvyyteen.  Osallistujilla oli aiemmin huonoja kokemuksia järjestelmästä ja palveluista, osa oli ollut vankilassakin; kokemus-asiantuntijuusvalmennus ja työnteko loivat osallistujille tunteen siitä, että he ovat normaaleja, työtä tekeviä kansalaisia. Kokemusasiantuntijuuden myötä he kokivat olevansa ammattilaisia, kunnioitettuja ja arvostettuja työssään.	9/10
8.	Simmons, M. B., Grace, D., Fava, N. J., Coates, D., Dimopoulos-Bick, T., Batchelor, S. & Howe, D. 2020. Australia.	Tutkia nuorten kokemus-asiantuntijoiden motivaatiota, kokemuksia ja uskomuksia, keskittyen tutkimuksen mahdollisuuksiin ja esteisiin.	Kvalitatiivinen tutkimus.  Kahdeksan kokemusasiantuntijavalmennuksen läpikäynyttä 17–21-vuotiasta nuorta työsuhteen alkaessa, sekä kolme ja kuusi kuukautta myöhemmin.  Puolistrukturoitu haastattelu, mukana avoimia kysymyksiä.	Kokemusasiantuntijoiden pelot työssä pärjäämisestä koetaan vähentyneen ja usko omaan ammattitaitoon on lisääntynyt.  Kokemusasiantuntijoiden koetaan ymmärtävän paremmin asiakkaiden ja ammattilaisten näkemystä mielen-terveysasioissa, ja kokemusasiantuntijat ymmärtävät paremmin oman paranemisprosessinsa merkitystä.  Yhteiset kokemukset mielenterveysongelmista koetaan voimavarana.	9/10
9.	Simpson, A., Quigley, J., Henry, S. J. & Hall, C. 2014. Englanti.	Kuvailta kokemusasiantuntija-koulutukseen valmistautumista, valintaprosessia, harjoittelua sekä kuinka kokemusasiantuntijat toimivat osana mielen-	Kvantitatiivinen ja kvalitatiivinen tutkimus.  Tutkimuskohteena kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuneet henkilöt	Koulutukseen osallistuneet kokevat koulutuksen auttaneen heitä käsittelemään omia kokemuksiaan sekä lisänneen heidän itsevarmuuttansa ammatin harjoittamiseen.  Kokemusasiantuntijat kokivat mielenterveyspotilaiden kanssa työskentelyn olleen sopivasti haastavaa sekä ajatuksia herättävää.	9/10

		terveyspotilaiden parantumisprosessissa.	Strukturoitu kysely, jonka lisäksi avoimia kysymyksiä ja haastattelu.		
10.	Thompson, J., Tiplady, S. & Cook, G. 2020. Englanti	Tarkastella vanhusten kokemuksia gerontologiaan liittyvästä kokemusasiantuntijakoulutuksesta.	Kvalitatiivinen tutkimus.  Tutkimuskohteena 14 kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistunutta 60–79-vuotiasta henkilöä.  Ryhmähaastattelu.	Koulutukseen osallistuneet kokevat työnsä edesauttavan vanhusten hyvää hoitoa sekä sosiaalisten kontaktien ylläpitoa. Osa osallistujista kokee koulutuksen tehneen elämästä merkityksellisempää, sillä he pääsevät takaisin työelämään kokemusasiantuntijuuden myötä.  Kaikki osallistuneet kokevat saaneensa koulutuksesta positiivista sisältöä elämään.	9/10
11.	Toikko, T. 2016. Suomi.	Tutkia kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuneiden kokemuksia heidän oppimisprosessistaan.	Kvalitatiivinen tutkimus.  Tutkimuskohteena 12 kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistunutta henkilöä.  Puolistrukturoitu haastattelu.	Kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuneet kokevat saaneensa merkittävää vertaistukea muilta koulutukseen osallistuneilta.  Koulutus on auttanut osallistuneita reflektoida heidän omaa sairastumistaan sekä paranemisprosessia. Osallistuneet kokevat tulevaisuuden työnsä olevan merkityksellinen ja tärkeä mielenterveyspalveluille.	10/10
12.	Tse, S., Tsoi, E. W. S., Wong, S., Kan, A. & Kwok, C. F.-Y. 2014. Kiina.	Kuvata kokemusasiantuntijuus koulutusohjelman kehitystä ja arvioida sen tuloksia sekä kokemusasiantuntijoiden että heidän asiakkaidensa näkökulmasta.	Kvasikokeellinen tutkimus.  Tutkimuskohteena 22 Warmline -puhelinpalvelun asiakasta sekä puhelinpalvelussa työskentelevät kokemusasiantuntijuskoulutettavat.  Survey-kysely.	Kokemusasiantuntijat saivat paremman arvion psykososiaalisessa arvioinnissa koulutuksen jälkeen, kuin ennen sitä. He kokevat toiveikkuutta omassa paranemisprosessissaan, kokevat oppineensa uusia asioita sekä saaneensa tukea ohjaajaltaan.  Warmline -palvelu vähensi eristäytymisen tunnetta ja lisäsi asiakkaiden toiveikkuutta.	8/9

13.	Visa, B. & Harvey, C. Australia. 2018.	Tarkastella kokemusasiiantuntijoiden kokemuksia Australian mielenterveyspalveluiden CPSW (Carer Peer Support Workers) -ohjelmasta.	Kvalitatiivinen tutkimus.  Tutkimuksenkohteena 20 kokemusasiiantuntijaa.  Puolistrukturoitu puhelinhaastattelu.	Valtaosa kokemusasiiantuntijoista kokee CPSW-ohjelman antaneen runsaasti emotionaalista tukea, lisätietoa mielenterveydensairauksista sekä ymmärrystä mielen-terveyspalveluista.  Osa kokemusasiiantuntijoista koki CPSW-ohjelmasta saadun tuen tarpeettomana eikä muun muassa halunnut osallistua kaikille ohjelmaan kuuluville opetusluennoille.	10/10

## LIITE 2. Esimerkki analyysin etenemisestä

Alkuperäisilmaus	Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
“The notion of being able to create a different kind of relationship with service users seemed central to the PSS workers’ sense of their own identity.”	Oma identiteetti muotoutui	Oman identiteetin vahvistuminen	Itsestä laajemman käsityksen saaminen
“Participants reported an ongoing sense of personal growth during the transition into the role.”	Oma ‘rooli’ muotoutui Henkistä kasvua tapahtui		
“Five participants reported personal growth further in relation to developing a more open sense of self and being liberated from an almost hidden identity.”	Oma identiteetti vahvistui Itsetuntemus kehittyi		
“...for this group of participants, association with, and indeed belonging to the concept of “university” led to feelings of prestige and immense pride, enhancing their own sense of self-worth”	Itsetuntemus lisääntyi		
“over the last three months we have learnt a lot about ourselves and being us”	Itsetuntemus vahvistui		
“The results of our study indicate that EX-IN (experienced involvement) training has a positive effect on participants’ recovery, stigma resistance and introspection. In addition, our results show that EX-IN training contributes to an increased employment rate after completion”	Koulutuksella oli positiivinen vaikutus osallistujien itsensä havainnointiin		
“YPW experienced continued growth in these areas, especially increased autonomy and confidence (both confidence in general and career confidence), and ongoing improvement of skills. These skills included refining their interactions with young people (e.g., reading non-verbal cues and judging who was suitable to engage in peer work) and providing more relevant and useful resources for families.”	Itsenäisyyden lisääntyminen		
“PSWs (peer support worker) reported very positive experiences,	Itsetunto parantui	Minäkuvan muodostuminen	

with the training and work experience combining to boost their self esteem and confidence”	Itseluottamus parantui		
“The shared lived experience of the CPSW and the carer allowed carers to feel comfortable and less judged. People with a similar experience were seen to have a better understanding of one’s own predicament and challenges. Carers also felt less alone.”	Parempi käsitys omasta ahdingosta Parempi käsitys omista haasteista		
“YPW experienced continued growth in these areas, especially increased autonomy and confidence (both confidence in general and career confidence), and ongoing improvement of skills. These skills included refining their interactions with young people (e.g., reading non-verbal cues and judging who was suitable to engage in peer work) and providing more relevant and useful resources for families.”	Luottamuksen lisääntyminen		
“Being involved in the organisation was described by most as part of a personal transition; away from an ‘old me’, a ‘burglar’ and ‘ruthless’ to being ‘someone who works’. For four of the participants the past was seen as a time of being young and doing ‘silly’ things. They had grown up and matured matched with a strong sense of agency and responsibility, of purposively grabbing opportunities, deliberately moving away from the life they were leading and choosing to take a different course; in some cases, to be ‘someone else’”	Vastuuntunnon vahvistuminen		
“generate feelings of pride”	Koulutus tuotti ylpeyttä	Erialaisten tunteiden	
“Most of the PSWs did not feel they had been adequately prepared for the depth of emotions they would experience generally, and particularly in relation to the ending of the peer support relationship. Even though this had been discussed in training and throughout supervision, the PSWs found it difficult having to end a relationship that had swiftly become meaningful and which was highly valued by the other person.”	Koulutuksen myötä tulleet vahvat tunnereaktiot yllättivät	herääminen	
“Six participants spoke about acceptance and being valued when considering support from others.”	Hyväksytyksi tulemisen tunne Arvokkuuden tunne		

<p>“Carers described the CPSW as supportive and a good listener. They appreciated the opportunity to talk and to receive informal emotional support.”</p>	<p>Tunne kuulluksi tulemisesta</p>		
<p>“Carers valued the mutual experience shared with the CPSW. It provided them hope, and allowed them to feel understood, listened to, acknowledged, and more comfortable in the service's professional environment.”</p>	<p>Toivon tunne Tunne ymmärretyksi tulemisesta Tunne kuunnelluksi tulemisesta Tunne tunnustetuksi tulemisesta</p>		
<p>“All of the trainees commented that after beginning the PSW training, they felt that their time was better utilized and thus their mood improved significantly.”</p>	<p>Mieliala parantui</p>		
<p>“Participants experiences at work had bolstered their sense of self-control; two described being better able to manage their feelings, one felt he had greater perseverance and valued dialogue and reflection, while another considered he could now do anything professionally.”</p>	<p>Itsehillintä vahvistui Tunteiden parempi hallinta Sinnikkyys lisääntyi</p>		
<p>“Most had done some type of work before, but this felt different. The status they were now seen to have through others’ eyes at work, being valued and respected for their experience, knowledge, ‘brains’, what they could teach others, felt empowering, and gave them ‘clout’”</p>	<p>Tunne omasta vaikutusvallasta Arvostetuksi tulemisen tunne Kokemus tuntui erilaisemmalta kuin aiempi työ</p>		
<p>“...for this group of participants, association with, and indeed belonging to the concept of “university” led to feelings of prestige and immense pride, enhancing their own sense of self-worth”</p>	<p>Arvovallan tunne</p>		
<p>“Carers described feeling calmer, reassured, and more able to cope.”</p>	<p>Rauhallisuuden tunne</p>		