

OKA®-koulutus valmentaa omaishoidon kokemusasiantuntijaksi

Omaishoidon kokemusasiantuntijakoulutus (OKA®-koulutus) antaa valmiuksia toimia erilaisissa kokemusasiantuntijan tehtävissä. Näitä voivat olla esimerkiksi yhteistyö sote-ammattilaisten ja päättäjien kanssa, ryhmäohjaajana toimiminen, tukihenkilönä oleminen, luennointi opiskelijoille tai ammattilaisille, haastatteluiden antaminen ja niin edelleen.

OKA®-koulutus on Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry:n kehittämä ja rekisteröimä koulutus. Koulutettuja omaishoidon kokemusasiantuntijoita on tällä hetkellä 39.

Kokemusasiantuntijana toimiminen ei edellytä virallista omaishoitajuutta tai omaishoitosopimusta. Kokemusasiantuntija voi itse vaikuttaa siihen, millaisiin tehtäviin tarttuu. Samalla koulutuksesta saa tukea ja vahvistusta omaan rooliin omaishoitajana. OKA®-koulutus ei ole ammattitutkinto. **Koulutus on maksuton.** Matkakuluista opiskelijat huolehtivat itse.

OKA®-koulutus 2020–2021

Hakumenettely

- Koulutukseen voit hakea yhdeällä seuraavista tavoista:
 - 1.) Sähköinen hakulomake, siirry hakuun [tästä](#)
 - 2.) Tulosta [hakulomake](#) ja lähetä se osoitteella: Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry / OKA-koulutus, Ratamestarinkatu 7 B, 00520 Helsinki
 - 3.) Jos suomeksi kirjoittaminen tuntuu vaikealta, voit vastata hakulomakkeen kysymyksiin videolla suomeksi (ruotsiksi). Toimita videotiedoston <https://wetransfer.com/> -palvelun kautta sähköpostiosoitteeseen: tuulikki.hakala@polli.fi
- Lisätietoa tietojesi käsittelystä: [Tietosuojaseloste](#)
- Hakemuksen tulee olla perillä **viimeistään 26.8.2020**.
- Hakijoille ilmoitetaan sähköpostitse tai puhelimitse 28.8.2020 ovatko he päässeet mukaan valintahaastatteluun.
- Valintahaastattelut pidetään pienryhmähaastatteluina ma 31.8.; ti 1.9. ja ke 2.9. klo 17 Helsingissä. Hakulomakkeessa kysytään hakijalle näistä sopivaa aikaa.
- Koulutusvalinnat ilmoitetaan haastatteluun osallistuneille sähköpostitse tai puhelimitse 7.9.2020. Koulutukseen valitaan mukaan 12 henkilöä.

Kuka voi hakea



- Koulutukseen valitaan opiskelijat erilaisista omaishoitotilanteista.
- Kokemusasiantuntijoiksi toivotaan myös omaishoitajia eri kieli- ja kulttuuritaustoista. Osallistujien tulee pärjätä suullisesti suomenkielisessä koulutuksessa. Suomen kielen hyvää kirjoittamistaitoa ei tarvitse olla.
- Koulutukseen voivat hakea niin sopimuksen tehneet kuin sopimuksettomat omaistaan hoitavat henkilöt. Hakea voivat myös henkilöt, joiden omaishoitotilanne on jo ohi tai jotka perheenjäseninä ovat osallistuneet hoidettavan hoitoon.
- Hakea voi myös pääkaupunkiseudun ulkopuolelta, jos matkat Helsinkiin eivät aiheuta ongelmaa.

- Koulutukseen osallistujien pitää sitoutua lähiopetuskertoihin. Katso ennen hakemista, että koulutuksen aikataulussa ilmoitetut lähiopetusajat sopivat sinulle. Hoidettavan tällä aikaa tarvitsema hoito tulee järjestää itse.

Koulutuksen aikataulu ja toteuttamistapa

- Omaishoidon kokemusasiantuntijakoulutuksen kesto on kahdeksan kuukautta. Koulutuksen laajuus on 100 tuntia, sisältäen lähiopetuksen (60 h) ja itsenäisen työskentelyn, käytännön harjoittelun, etä- ja ryhmätehtäviin käytetyn ajan (40 h).
- Lähiopetuskertoja on yhteensä 13 + valmistujaisjuhla.

Lähiopetuskertojen päivämäärät (klo 16.30–20, paitsi 14.4.):

<ul style="list-style-type: none"> •ke 23.9. •ke 7.10. •ke 21.10. •ke 4.11. •ke 18.11. •ke 2.12. •ke 16.12. 	<ul style="list-style-type: none"> •ke 20.1. •ke 3.2. •ke 17.2. •ke 3.3. •ke 17.3. •ke 31.3. •ke 14.4. valmistujaiset
<p>Syksy 2020</p> 	<p>Kevät 2021</p> 

Lähiopetuksen pääasiallinen toteuttamispaikka:

Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry
 Ratamestarinkatu 7B (ovisummeri)
 00520 HELSINKI

- OKA®-koulutus toteutetaan monimuoto-opiskeluna.
- Koulutus **EI** ole ammatillinen tutkinto.
- Koulutus tarjoaa opiskelijoille mahdollisuuden ja välineitä työstää omaa omaishoitajan kokemustaan asiantuntijuudeksi.
- Vertaisuus kehittyy kokemusasiantuntijuudeksi, kun tietoa, taitoa ja kokemuksia jaetaan ja opitaan toisilta.
- Koulutukseen sisältyy vuorovaikutuksellisia luentoja, etätehtäviä, oman tilanteen reflektointia, omien tarinoiden työstämistä, pienryhmätyöskentelyä sekä käytännön harjoittelua oman kokemustiedon hyödyntämisestä erilaisissa ympäristöissä (oppilaitokset, seminaarit, ammattilaisten tapaamiset jne.)
- Opiskelutehtävissä annetaan erilaisia vaihtoehtoisia toteuttamistapoja eli hyvää kirjallista taitoa ei tarvitse olla.
- Koulutus on maksuton. Lähiopetuserroilla tarjotaan iltapala. Matkakustannukset jokainen maksaa itse.
- Koulutuksen hyväksytysti suorittaneet saavat siitä osallistumistodistuksen.
- Opiskelijat saavat koulutuksesta itselleen materiaalikansion.

Koulutuksen aikana käydään läpi neljän koulutusmoduulin polku.



Koulutuksen jälkeen - Kokemuksen ääntä kuullaan ja arvostetaan

Omaishoidon koulutetun kokemusasiantuntijan toimintamahdollisuudet

- OKA® -koulutus antaa valmiuksia toimia erilaisissa kokemusasiantuntijan tehtävissä, yhteistyössä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten ja päättäjien kanssa.
- OKA®-koulutus antaa tukea ja vahvistusta omaan tilanteeseen, asenteisiin vaikuttamalla sekä oman kokemusasiantuntijuuden rakentumisella.
- Omaishoidon kokemusasiantuntijatoiminnan, OKA®, tavoitteena on osallisuuden ja sosiaali- ja terveystalvelujen kehittäminen sekä tietoisuuden lisääminen omaishoitajuudesta.
- Koulutettujen kokemusasiantuntijoiden tehtävänä on välittää kokemustietoa eri alojen ammattilaisille tai opiskelijoille, muille saman kokeneille tai suurelle yleisölle.
- Kokemusasiantuntijatoiminnalla tehdään näkyväksi monipuolista kokemusasiantuntijoiden ja ammattilaisten yhteistyötä ja rohkaistaan työyhteisöjä uusien työmenetelmien käyttöön ja ideointiin.
- Koulutettu kokemusasiantuntija määrittelee itse, millaisissa tehtävissä hän haluaa toimia. Minkäänlaista velvoitetta ei ole. Kokemusasiantuntijan tehtäviä voi ottaa vastaan sen mukaan, mikä itselleen sillä hetkellä onnistuu.
- Kokemusasiantuntijatoimintaan kuuluu, että kokemusasiantuntijan tilaava taho maksaa hänelle työtehtävistä palkkion. Sen suuruuden tulee vastata tehtävien vaativuutta, käytettyä aikaa ja valmistelutyötä. Kokemusasiantuntija sopii palkkiosta tilaajan kanssa etukäteen. Palkkion maksamiseen tarvitaan verokortti. (Koulutusajan esiintymisharjoittelusta ei makseta palkkiota.)

• Ryhmänohjaus ja valmistelutyö	25€/tunti
• Asiakastapaamiset ja tukihenkilötoiminta	50 €/sovittu tapaaminen
• Oppilaitosyhteistyö, seminaarit, alustukset, paneelit, luennot	
• ja koulutustilaisuudet	100–600€
• Kokouspalkkio	50–100€
• Kehittämishankkeeseen osallistuminen	300–600€
• Muu työskentely (mm. havainnointi, haastattelu, vertaisryhmät, auditointi, työryhmätyöskentely)	25€/tunti

KoKoA ry:n mukaiset palkkiosuositukset



OKA® -koulutuksen- ja toiminnan tulokset ja vaikutukset

- OKA®-koulutukseen osallistujat kokivat kokemusasiantuntijakoulutuksen myötä oppineensa arvostamaan omaa omaishoitajuuttaan sekä toisten kokemuksia omaishoitajuudesta. Samalla he saivat merkitystä omille kokemuksilleen sekä he oppivat arvostamaan itseään enemmän.
- Koulutettu kokemusasiantuntija tietää, mikä häntä on auttanut ja mitkä tekijät ovat vaikuttaneet hänen tai läheisensä elämän muutokseen sekä siihen sopeutumiseen. Koulutetuilla kokemusasiantuntijoilla on kokemustietoa sairastamisesta, kuntoutumisesta, omaisen roolista, palveluista ym. Toimintaan osallistuminen koettiin voimaannuttavana, palkitsevana ja hyvinvointia tukevana. Omaishoitajana toimiminen sai uutta merkitystä. Kokemusasiantuntijana näkee selviytymiskyynsä lisääntyvän ja vaikutusmahdollisuudet hankaluuksienkin keskellä.
- Yhdistyksen omaishoidon kokemusasiantuntijatoiminnan kautta on merkittävästi lisätty omaishoitajien osallisuutta ja osallistamista sekä mahdollisuuksia vaikuttaa omaishoitotyön kehittämiseen. Koulutetut kokemusasiantuntijat ovat olleet mukana konkreettisesti palvelujen kehittämisessä ja ammattilaisten tiedon lisäämisessä. Kokemusasiantuntijat ovat toimineet kehittämistyöryhmien tai ohjausryhmien jäseninä, omaistoiminnan neuvottelukunnissa useissa kaupungeissa; projekteissa ja hankkeissa; palvelujen arvioineissa; palvelujen ja työn suunnittelussa ja kehittämisessä; hoito- ja palveluketjujen kehittämisessä; ryhmänohjauksessa ammattilaisen työparina; koulutus- ja luennointitehtävissä; oman tarinan esityksissä ja luennoimalla oppilaitoksissa, seminaareissa, ja koulutustilaisuuksissa. He ovat osallistuneet myös erilaisiin sote-tilaisuuksiin ja omaishoidon maakuntapäiviin – pitäneet puheenvuoroja, työpajoja ja kehittäneet palveluja. Lisäksi heiltä on pyydetty runsaasti haastatteluja lehtiartikkeleihin, televisioon ja sosiaaliseen mediaan. Erityisesti mainittakoon kokemusasiantuntijatehtävistä viimeisin Apteekkariliiton ja kahden kokemusasiantuntijamme yhteistyössä kehittämä selko-opas turvallisesta lääkehoidosta.
- Omaishoidon kokemusasiantuntijatoiminnan vaikutukset näkyvät palautteissa, joissa kuvataan poikkeuksetta toiminnan olleet merkittävää, vaikuttavaa ja koskettavaa: ”Elettyä elämää, omaisen arkea, jota ei opi oppikirjoista.” Esimerkinä yhdellä koulutetulla kokemusasiantuntijalla 64 tilausta toimintavuonna. Kokemusasiantuntijoita tilattiin yhdistyksen kautta 32 kertaa erilaisiin tehtäviin. Kuitenkin on muistettava, että kokemusasiantuntijatehtäviä kullekin koulutetulle on kertynyt omien verkostojensa kautta huomattavasti enemmän. Aktiivisesti erilaisissa kokemusasiantuntijatehtävissä toimii tällä hetkellä 32 kokemusasiantuntijaa.
- Omaishoidon kokemusasiantuntijakoulutus – ja toiminta, OKA® on saanut näkyvyyttä, tunnettavuutta ja arvostusta yhteistyökumppaneiden taholta. Saatu palaute on ollut pääosin kiitettävää. Kokemusasiantuntijatoiminta on sisällytetty koko yhdistyksen toimintaan.

Lisätietoja:

Lea Lindqvist, Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry, lea.lindqvist(at)polli.fi, p. 040 544 0311.

