

# PÄIHDE- JA MIELEN- TERVEYSYHDISTYSTEN VERTAISTEN JA KOKEMUSASIAN- TUNTIJOIDEN TUËSSA KEHITETTÄVÄÄ

Päihde- ja mielenterveysyhdistyksissä toimii suuri määrä vertaisia ja kokemusasiantuntijoita. Yhdistyksissä on kehitettävä hyvinvointia tukevia käytäntöjä, joilla ehkäistään toimijoiden väsymistä.

Teksti Sari Jurvansuu & Päivi Rissanen

Vaikka vertais- ja kokemusasiantuntijatoiminnalla on kolmannella sektorilla pitkät perinteet, tutkittu tieto toiminnan laajuudesta ja toimijamäärästä on vähäistä.

Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelmassa (MIPA) kartoitettiin asiaa paikallisille päihde- ja mielenterveysyhdistyksille kohdistetulla kyselyllä. Lisäksi tarkasteltiin vertais- ja kokemusasiantuntijoiden pääsyä yhdistysten tukikäytäntöjen piiriin. Kyselyyn vastasi 199 päihde- ja mielenterveysyhdistyksen johdon edustajaa.

## VERTAISIA MUKANA VALTAOSASSA YHDISTYKSISTÄ

Vertaiset määriteltiin kyselyssä ”saman elämäntilanteen tai sairauden kokeneiksi tai niiden kanssa eläviksi ihmisiksi, jotka toimivat toisten tukena”. Kokemusasiantuntijat määriteltiin ihmisiksi, jotka ”osallistuvat oman kokemuksensa pohjalta palveluiden kehittämiseen”.

Vertaisia toimi valtaosassa aineis-

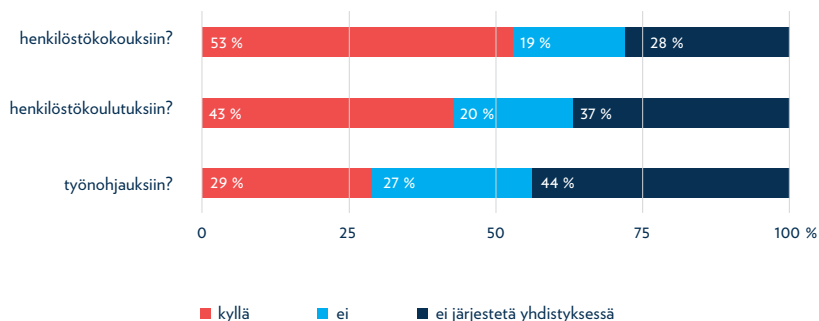
ton yhdistyksistä (taulukko), mielenterveysyhdistyksissä (mediaani=18) suuremmissa määrin kuin päihdeyhdistyksissä (mediaani=10). Tämä johtunee pitkälti mielenterveysyhdistysten yleensäkin suuremmista toimijamäärästä ja toiminnan painottamisesta vertaisryhmiin. Ryhmien kaikki osallistujat voidaan lukea kyselyssä käytetyn määritelmän mukaan vertaisiksi.

### Vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden määrä paikallisissa päihde- ja mielenterveysyhdistyksissä (n=199).

Vertaisia	Paikallisyhdistykset	Kokemusasiantuntijoita	Paikallisyhdistykset
0	18 % (n=30)	0	42 % (n=73)
1-5	21 % (n=35)	1-3	22 % (n=39)
6-10	17 % (n=28)	4-5	16 % (n=27)
11-30	27 % (n=44)	6-10	8 % (n=14)
Yli 30	17 % (n=28)	Yli 10	20 % (n=21)
<b>Yhteensä</b>	<b>100 % (n=165)</b>	<b>Yhteensä</b>	<b>100 % (n=174)</b>

### Osallistuvatko vertaiset ja kokemusasiantuntijat yhdistyksen...

**Vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden osallistuminen henkilöstökokouksiin, -koulutuksiin ja työnohjauksiin (kysymys osoitettiin yhdistyksille, joissa oli näitä toimijoita, n=166).**



Kokemusasiantuntijoita oli yli puolessa aineiston yhdistyksistä (mediaani=5). He ovat yhdistyksissä yleensä palkka- tai palkkioperusteisessa työssä ja toimivat esimerkiksi ammattilaisten työparina. Tämä näkyi kokemusasiantuntijatoiminnan painotumisena jäsenmääriltään suuriin, vähintään 120 jäsenen väestörikkaille alueilla toimiviin yhdistyksiin sekä niin sanotulla ”uudella kolmannella sektorilla” toimiviin yhdistyksiin, joissa työskentelee myös palkattua henkilöstöä.

Aineiston 199 yhdistyksessä toimi kaikkiaan noin 5 600 vertaista ja 1 000 kokemusasiantuntijaa. Vain 13 prosentissa yhdistyksistä ei ollut lainkaan vertaisia tai kokemusasiantuntijoita. Ilman vertaisia tai kokemusasiantuntijoita toimivat yhdistykset olivat aineistossa pääosin ehkäisevän työn toimijoita, jotka eroavat kohderyhmiltään, toimijoiltaan ja toiminnoiltaan monin tavoin potilasjärjestöistä ja vertaisyhteisöistä.

### TUKI VAHVISTAA TOIMIJOIDEN JAKSAMISTA

Vertais- ja kokemusasiantuntijatoimintaan liittyy kuormittavia tekijöitä. Joka kolmannen päihde- ja mielenterveysjärjestöjen vertaistoimijoista on todettu joskus väsyvän tehtävissään (Jurvansuu & Rissanen 2018). Väsymisen riskiä voidaan ehkäistä riittäväillä tukitoimilla.

Kyselyssä kartoitettiin vertaisten ja kokemusasiantuntijoiden osallistumista yhdistysten henkilöstökokouksiin, -koulutuksiin ja työnohjauksiin. Tukikäytännöissä oli yhdistyksissä kehitettävää. Esimerkiksi työnohjausten on todettu tukevan merkittävästi vertaistoimijoiden jaksamista, mutta pääsy

tällaisen tuen piiriin toteutui vain reilussa neljänneksessä aineiston yhdistyksistä (kuvio).

Usein vertaiset ja kokemusasiantuntijat eivät osallistuneet tarkasteltuihin tukitoimiin, vaikka niitä yhdistyksissä järjestettiin. Eri toimijaryhmien yhdenvertaiseen mukaan ottamiseen on syytä kiinnittää yhdistyksissä huomiota.

### SUURET YHDISTYKSET VASTASIVAT AKTIIVISIMMIN

Kyselyyn vastasivat aktiivisimmin suuret yhdistykset, mikä antanee todellisuutta laajemman kuvan yhdistysten toimijamääristä ja tukikäytännöistä.

Selvää kuitenkin on, että päihde- ja mielenterveysyhdistykset tarjoavat suurelle määrälle ihmisiä paikan, jossa he voivat reflektoida vaikeaa kokemustaan ja hyödyntää sitä muiden tukemisessa, vaikuttamistoiminnassa ja palveluiden kehittämisessä. Vertais- ja kokemusasiantuntijatoiminnan kasvaessa myös toimijoiden hyvinvoinnin tukemiseen on kiinnitettävä kasvavaa huomiota. ✘

### LUE LISÄÄ

*Sari Jurvansuu & Päivi Rissanen: Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen vertais- ja vapaaehtoistoimijoiden väsymisen ja uupumisen tunteet. Tietopuu: Tutkimusarja 1/2018. Ladattavissa netistä.*

*Sari Jurvansuu (Sininauhaliitto) toimii tutkijana Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelmassa (MIPA) ja Päivi Rissanen (Mielenterveyden keskusliitto) kehittäjä-sosiaalityöntekijänä ESR-rahoitteisessa Recovery-toimintaorientaatio mielenterveyspalveluissa -hankkeessa.*