



OMAN HYVINVOINNIN EVÄÄT: HYVINVOINNIN, TERVEYDEN JA TURVALLISUUDEN EDISTÄMINEN ASIAKKAAN NÄKÖKULMASTA

POSKEN KEHITTÄJÄASIAKKAAT KRISTA ANANIN JA PIA YLISUVANTO
LAPIN SOSIAALI- JA TERVEYSTURVAN SYYSPÄIVÄT, PYHÄ, 15.9.2023

PUHEENVUOROMME SISÄLTÖ

Esittäytyminen

Hyvinvointi vs. pahoinvointi

Terveys vs. sairaus

Turvallisuus vs. turvattomuus

POSKEN KEHITTÄJÄASIAKKAAT

= HANKITUN KOKEMUSTIEDON HYÖDYNTÄMISTÄ
PALVELUJEN KEHITTÄMISTYÖSSÄ



Krista Ananin

- 38-vuotias liikuntavammainen
- Kehittäjäasiakas
- Kokemustoimija
- Taustajärjestöt: Invalidiliitto ja Hengitysliitto
- Järjestöaktiivi



Pia Ylisuvanto

- 25-vuotiaan monitarpeisen erityisnuoren äiti
- Kehittäjäasiakas
- Kokemustoimija
- Taustajärjestö: Erityislusten Omaiset ELO ry.
- Vahva järjestökokemus - vertaistuki



HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN

HYVINVOINTI

= yksilön ja yhteiskunnan kokema myönteinen tila → **elämän merkityksellisyys, oma pystyvyys**

Hyvinvointivinkit: 1) Nuku riittävästi, 2) Syö riittävästi ja monipuolisesti, 3) Liiku riittävästi, 4) Älä tupakoi, 5) Vältä alkoholia, 6) Älä käytä huumeita, 7) Harrasta mieleisiä asioita, 8) Pidä huolta kaverisuhteista

Hyvinvointia edistävät: mielekäs työ ja tekeminen, **osallisuus**, turvallisuus

POHDINTAAMME:

ASIAKASKOKEMUKSEN SUPERPÄIVÄ 9.2.2023

- ”Onko asiakasosallisuutta ilman asiakasta?”
- Lapin hyvinvointialueen hyvinvointistrategia velvoittaa!

Ongelmakeskeisyydestä **vahvuudet edellä** - ajatteluun!

HENKINEN PAHOINVOINTI

= moni-ilmeistä kärsimystä, joka syntyy yksilön ja ympäristön välisestä epäsuotuisasta ja **mielenterveyttä** heikentävästä vuorovaikutuksesta

TERVEYDEN EDISTÄMINEN

TERVEYS

= on muuttuva tila, johon vaikuttavat sairaudet, fyysinen ja sosiaalinen elinympäristö & ihmisen omat **kokemukset**, arvot ja asenteet

SAIRAUS

= poikkeavuus normaalista, tunnistettava häiriö elimistön toiminnassa

POHDINTAAMME:

TK-OMALÄÄKÄRI & YHTEISTYÖ KOTIHOIDON KANSSA

NOPEAT VAIHTUVAT TILANTEET KUORMITTAVAT & HUOLI MYÖS LÄHEISILLÄ

- allerginen reaktio & hengen salpaantuminen
- erityisnuoren pääsy pois sängystä pyörätuoliin/wc-tuoliin

Aiemmat kokemukset, eletty historia, vaikuttaa nykyhetkeen!

Vaikka elinympäristö on kunnossa, huoli/stressi ei poistu, mikä aiheuttaa sosiaalista pelkoa ja pelkoja itsessä ja tukijoukoissa.

TURVALLISUUDEN EDISTÄMINEN

TURVALLISUUS

= vaarojen ja uhkien (riskien) poissaoloa & psykologista kokemusta niiden poissaolosta

= hyvän olon tunne

Turvallisuuden tunne syntyy oman **elämän hallinnasta, merkityksellisestä tekemisestä, vaikutusmahdollisuuksista** ja siitä, että on osa jotain suurempaa yhteisöä.

TURVATTOMUUS

= kipeä ja yksinäinen, tyhjyyttä humiseva tunne. Tunne siitä, **ettei kukaan kannattele**, vaan on **jaksettava ja pärjättävä yksin**.

Turvattomuuden tunnetta aiheuttaa mm. työpaikkakiusaaminen, **työmäärän hallitsemattomuus**.6

POHDINTAAMME:

- **OMAT AVUSTAJAT vs. OSTOPALVELUAVUSTAJAT** | turvallisuus vs. turvattomuus
- **HENKILÖSTÖVAIHTUVUUS** on turvallisuusriski
- Heikko **TYÖNTEKIJÄPEREHDYTYS** on turvallisuusriski
- Varautuminen, esim. takapäivystäjä, hyvä tiedonkulku, toimiva läheisyhteistyö, työntekijöiden tietotaito ja osaaminen lisäävät turvallisuutta.
- Ihmisen tarve: Kuulluksi ja nähdyksi tuleminen, läheisyys, arvostus
- **LUOTTAMUS** = tunne ja varmuus, että ihmisiin, palveluihin, järjestelmään voi luottaa!
- **ESTEETÖN JA SAAVUTETTAVA LAPPI** → **LKS-LAAJENNUSHANKE!**

KIITOS!

KRISTA ANANIN

krista.ananin@gmail.com

045-110 2185



PIA YLISUVANTO

pia.ylisuvanto@gmail.com

www.piaylisuvanto.fi

040-592 6117

