



OPPIMISPÄIVÄKIRJA

TYÖSSÄOPPIMINEN RUOTSISSA - HEDVIGSGÅRDEN

Annika Lindberg | Lähihoitajaopiskelija | 4.2-10.3.2018

Harjoittelupaikka ja tavoitteeni

Ruotsin Upplands Väsbystä löytyi sopiva harjoittelupaikka - Hedvigsgården. Kyseessä on vanhusten palvelutalo, joka tarjoaa tehostettua palveluasumista ikäihmisille ja muistisairaille vanhuksille. Talossa on 5 paviijonkia, jokaisessa on 8 asukashuonetta eli yhteensä 40 asukaspaikkaa.

Minä työskentelin suomenkielisessä sinivalkoisessa paviijongissa, se teki kyseisestä harjoittelupaikasta vielä kiinnostavamman. Suomalainen kulttuuri näkyi selvästi asukkaiden arjessa. Vaatimuksena oli vahva sekä suomen- että ruotsinkielentaito ja kokemusta vanhustenhoidosta.

Vaihto toi minulle mahdollisuuden tutustua vanhusten hoivatyöhön uudesta perspektiivistä. Päämääräni oli tutustua ruotsalaiseen työkuulttuuriin ja ammattitaitoisiin ihmisiin hoito- ja hoiva-alalla. Tavoitteeni tämän kokemuksen myötä oli myös kasvaa sekä ihmisenä että lähihoitajana.

Ensimmäinen viikko - jännittää, jännittää!

Saavuin Ruotsiin sunnuntaina 4.2 ja heti maanantaina 5.2 oli ensimmäinen harjoittelupäiväni. Jännitti todella paljon, en edes tiennyt missä työpaikkani sijaitsee. Päästyäni paikalle jännitys kuitenkin helpottui nopeasti, tunsin heti itseäni tervetulleeksi. Sain tavata esimiehen, ohjaajani ja muut työntekijät. Minut tietenkin esiteltiin myös asukkaille. Alusta asti minulle tuli hyvä tunne työpaikasta ja työyhteisöstä ja tämä tunne säilyi koko harjoitteluni ajan.

Ensimmäiset päivät menikin nopeasti, sain aloittaa työntekoa heti ja käytiin samalla läpi "talon tavat" ja asukkaiden tarpeet ja päivärutiinit. Pääasiassa tein työvuoroja (aamu/ilta) ohjaajani kanssa. Valitettavasti tulini alkumetreillä kipeäksi ja jouduin heti olemaan muutaman päivän sairauslomalla. Minua harmitti suunnattomasti!

Toinen viikko – intoa täynnä!

Taas terveenä ja intoa täynnä palasin työpaikalle. Olikin saapunut pari uutta asukasta ja tutustuin näihin lukemalla hoivasuunnitelmia ja juttelemalla niille. Päivät kului pitkälti oppimalla rutiinit – raportit ja kirjaamiset, asukkaiden hoito/hoivatarpeet (pesut/muu hygienia, katetripussien tyhjentämistä/vaihtamista, lääkitys, ihonhoito, haavanhoito, pukeutuminen, huoneiden siistiminen, vaatehuolto ym.), ruoanvalmistaminen ja ruokailutilanteet ja muut päivittäiset toiminnot.

Ruokailutilanteissa pöytä katettiin aina kauniisti ja ruoat, juomat ja lisukkeet tarjottiin asukkaiden toiveiden mukaisesti. Jokainen ateria syötiin rauhassa ja huomasi, että asukkaat viihtyivät ja nauttivat näistä hetkistä.

Sain mahdollisuuden osallistua työpaikan kuukausikokoukseen. Käytiin läpi sekä käytännön asioita ja mitä lähitulevaisuudessa yksikössä tapahtuu. Ihailtavaa oli, miten ekologisuus tuotiin esille - jätehuolto, sähkön käyttö, siivousaineiden ekologisuus,

mistä tuotteita tilataan ym. Tästä voisi moni samankaltainen yksikkö Suomessa ottaa mallia!

Kolmas viikko - tämän sujuu hyvin!

Aika meni todella nopeasti, kolmas viikko jo menossa. Tunsin että rutiinikaltaiset työt jo menivät hyvin ja pystyin hyödyntämään kaikki tarjolla olevat apuvälineet. Omatoiminen työskentely sujui ongelmitta ja pystyin näkemään kokonaisuuden yksikössä. Viikon kohokohta oli mielestäni trubaduurin käynti yksikössä, oli ihanaa nähdä, kun vanhukset nautti – kaikki omalla tyylillään.

Apuvälineiden saaminen on Ruotsissa paljon helpompaa, mikäli asukkaan vointi muuttuu hän saa nopeasti esimerkiksi kattoon asennettu nostimen tai uuden pyörätuolin. Tämä on todella hienoa ja tuo turvallisuutta sekä asukkaille että työntekijöille. Isoin ero työkuultuurissa on mielestäni kuitenkin se, että pitkälti tehdään hoitotyö pareittain, esim. nostoja ja siirtoja ei saa tehdä yksin.

Lähihoitajan työkuva on Ruotsissa myös useasti suppeampi kuin Suomessa, esimerkiksi tässä yksikössä sairaanhoitaja teki suurimman osan fysiologisista mittauksista (verenpaine, verensokeri ym.) ja muut hoitotoimenpiteet. Sairanhoitaja olikin aina paikalla, joten hänen kanssaan pystyi helposti konsultoimaan, mikäli oli tarvetta.

Tutustuin koko ajan paremmin työtovereihin, oli kiinnostavaa niitten kanssa keskustella sekä työmaailmasta, että muutenkin kulttuurista ja maan tavoista. Oli mukavaa huomata että nekin oli hyvin kiinnostuneita siitä, miten Suomessa toimitaan. Sain myös paljon hyviä neuvoja mitä vapaa-ajalla kannattaa Tukholmassa tehdä ja nähdä - itse olen kiinnostunut kulttuurista, luonnosta ja historiasta joten muun muassa kävin museoissa, taidenäyttelyissä ja Tukholman keskustassa vapaa-aikana.

Neljäs viikko – nautin ja tunnen olevani osa työyhteisöä!

Työpäivät menivät nopeasti, viihdyin todella hyvin. Aukkaat tunsivat minut jo ja päätin toteuttaa muutaman toimintatuokion – tietokilpailun, tuolijumppaa ja lukemista. Viime viikon omaisten illassa on tuotu esille toive, että vanhuksille olisi tarjolla enemmän aktiviteetteja.

Yksikössä tuli vastaan erikoistilanne ja sain sitä myöten kokemusta, miten pitää tehdä vastaavissa tilanteissa (raporttien täyttämistä, sairaanhoitajan/esimiehen kanssa keskustelua ja kirjaamista). Kirjaamisrutiinit ovat muutenkin vähän erilaisia Ruotsissa. Mikäli päivä on mennyt normaalisti asukkaan hoitosuunnitelman mukaisesti ilman poikkeavuuksia joka päivä ei huoli kaikkea kirjata niin kuin Suomessa tehdään. Kirjataan esimerkiksi, mikäli jotain poikkeavaa on tapahtunut asukkaalle, vointi on muuttunut, hän on kaatunut tai on ollut muita poikkeavia tapahtumia. Tämä käytäntö sai minut pohtimaan - tämä säästää paljon päivittäistä aikaa työntekijöille, mutta onko se aina parasta asukkaille mieltien hoitokokonaisuutta ja turvallisuutta? Tästä syntyikin monta hyvää keskustelua ohjaajan ja muiden työkollegoiden kanssa.

Tällä viikolla etiikkaryhmä kokoontui ja sain olla mukana tässä. Ryhmän tarkoitus on keskustella vaikeista aiheista ja tuoda esille parannusehdotuksia - tällä viikolla aiheena oli miten otetaan tuuraajia ja kesätyöntekijöitä vastaan yksikössä. Keskustelu oli rehellinen ja antoisa, jos ei asioista puhuta rehellisesti muutoksia ja parannuksia ei voida tulla.

Viides viikko – nyt jo viimeinen viikko?!

Viimeinen työviikko, viimeiset työvuorot. Olo on vähän haikea, mutta samalla on jo koti-ikäväkin kova. Yksikössä työpäivät rullaavat kivasti eteenpäin omalla painollaan. Hoidetaan ja avustetaan asukkaita tarpeiden mukaisesti, pidän muutaman toimintatuokion. Naistenpäivän kunniaksi leivottiin kakku ja pidettiin kunnon vähän juhlavammat kahvitarjoilut asukkaille. Muutenkin tuotiin vähän kevättä paviljongeille - kevätkukkia ja pääsiäiskoristeita.

Viimeisenä päivänä juttelin yksikön esimiehen kanssa – miten vaihto on mennyt. Mitä on mennyt hyvin, mitä yksikkö olisi voinut tehdä paremmin? Miten olen itse onnistunut tehtävissä ja olenko ylipäänsä tyytyväinen vaihtoon? Keskustelu oli todella antoisa, sain tuoda esille omia näkökulmia ja parannusehdotuksia. Ohjaajani kanssa myös keskusteltiin ja refleктоitiin vaihtoa. Tultiin molemmat siihen lopputulokseen, että olen oppinut paljon ja olen myös onnistunut tuomaan yksikköön jotain uusia toimintatapoja ja ajatuksia.

Yhteenveto

Sainko vaihdosta kaiken irti mitä toivoin? Vastaus: KYLLÄ!

Välillä on tarpeellista poistua mukavuusalueestaan ja tavoitella mahdollisuuksia, jotta voi kasvaa ja oppia. Tämä työharjoittelu oli erittäin opettavainen ja olen kasvanut paljon ammatissani tätä myöten. Suosittelen vaihtoon lähtemistä lämpimästi kaikille!

Raporttia saa julkaista.