KINESTETIIKAN JALKAUTTAMINEN OMAAN TYÖYKSIKKÖÖN

MYLLYPURON SENIORIKESKUS OS.3

FT MARI SAUKKONEN

TAUSTAA

- Osastollamme työskentelee useita lähihoitajia sekä sairaanhoitajia, sekä yksi fysioterapeutti (allekirjoittanut). Lisäkseni osastolla on toinen kinestetiikan tutor (lähihoitaja) aiemmin valmistunut tutoriksi.
- Osalla hoitajista on käytynä kinestetiikan peruskurssi, sekä neljällä hoitajalla osastollamme on käytynä kinestetiikan syventävä kurssi. Kuitenkin yksikkömme on suuri, ja työyhteisössämme on noin 30 hoitohenkilökuntaan kuuluvaa jäsentä, eivätkä kaikki ole käyneet kursseja. Osalla kurssien käymisestä myös jo jonkin verran aikaa.
- Tarkoituksena on saada jalkautettua kinestetiikkaa enenevässä määrin osastollemme, lisätä innostusta kinestetiikkaa kohtaan sekä osaston puheessa ja ilmeessa lisätä tätä voimavaralähtöistä toimintamallia, jossa vuorovaikutus on keskiössä.
- Asukkaiden kokema mahdollinen elämän laadun koheneminen ja osallistuminen näkyväksi.

KEVÄÄLLE 2020 LAADITTU SUUNNITELMA

- Työpajoja järjestetään os. 3 tutoreiden ja kinestetiikan syventävän kurssin käyneiden ohjaamana joka toinen viikko osastomme henkilökunnalle. Työpajat pidetään yhteisessä harjoittelutilassa, jossa 2 harjoitussänkyä.
- Osallistujia yhdessä työpajassa 3–6 hoitajaa (ohjaajien lisäksi), jotta kaikki pääsevät harjoittelemaan käytännössä sekä aktiivisesti osallistumaan. Yhden työpajan kesto n. 1–1,5 tuntia.
- Suunnitellut työpajat (ajankohdat): 23.1., 20.2., 5.3., 19.3., 2.4., 16.4., 7.5. ja 14.5.

KEVÄÄN 2020 SUUNNITELMA JATKUU…

- Tarkoituksena kevään aikana, että jokainen hoitaja tulee harjoittelemaan työpajoihin 1–2 kertaa (laadittu osallistujalista tähän), ja järjestetään myös kahdenkeskistä ohjausta osastollamme (erityisesti tutoreiden toimesta).
- Kesäsijaisten ohjauskerta suunniteltu 27.5. iltapäivälle tutoreiden toimesta.

- Kehittämiskohteita erityisesti yksikössämme:

- voimavaralähtöiset avustustilanteet
- yksilölliset asentohoidot
- voimavaralähtoinen kirjaaminen

TOTEUTUMINEN

- Työpajoja pidimme 5.3. asti normaalisti, jonka jälkeen Covid-tilanne Suomessa paheni. Työpajat jouduimme perumaan maaliskuun puolesta välistä alkaen.
- Teemoina kevään pidetyissä työpajoissa olivat:

  - vuorovaikutus
  - ihmisen liikkuminen
  - toiminnallinen anatomia

Hoitajia osallistui 4–5 työpaja ohjaajan tai ohjaajien lisäksi.

KESÄ 2020

- Kesällä panostimme kahdenkeskiseen ohjaukseen eri käytännön avustustilanteissa, työpajojen ollessa edelleen tauolla.
- Myös osaston kesäsijaisten kanssa tehtiin melko tiivistä yhteistyötä tutoreiden toimesta. Hieman tietysti vuosilomat vaikuttivat tähän, ettei kaikkien kesäsijaisten kanssa pystynyt olemaan (omalta osalta) ohjaamassa aivan saman verran kuin toisten.
- Pyrimme kuitenkin toisen kinestetiikan tutorimme kanssa jakamaan niin, että minä ohjasin enemmän osastomme toisessa tiimissa, ja hän toisessa. Osastomme jakautuu siis kahteen tiimiin, Tähti ja Koivu, jossa kummassakin 17 asukasta. Yhteensä siis osastollamme on 34 pitkäaikaisasukasta.

SYKSYN 2020 SUUNNITELMA

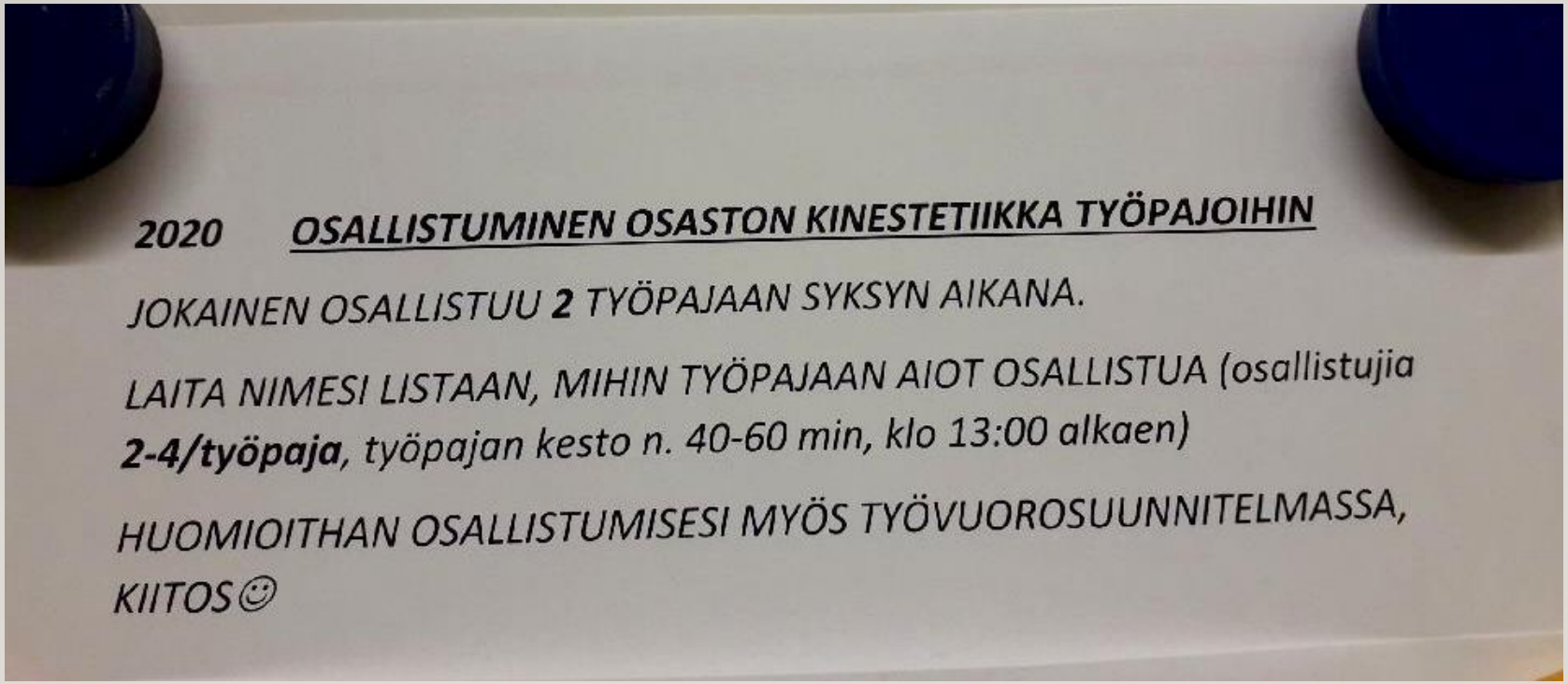
- Laadimme uuden Osasto 3 kinestetiikka -suunnitelman syksyn osalle. Järjestämme kinestetiikan työpajoja os. 3 henkilökunnalle säännöllisesti. Yhdessä työpajassa 2–4 hoitajaa sekä 1–2 tutoria. Työpajoihin on ilmottautuminen, ja jokainen hoitaja valitsee vähintään 2 työpajaa syksylle.
- Pystyimme siis jo työpajat aloittamaan uudestaan, mutta hieman pienemmällä osallistujamäärällä (verrattuna kevääseen). Huolehdimme, ettei ryhmäkoko kasvaisi liian suureksi. Tällöin myös jokainen pystyy osallistumaan aktiivisesti paremmin.
- Työpajoja järjestetään lähes viikoittain, noin tunnin kestoltaan.
- Jokaisesta toteutuneesta työpajasta laadimme pienet muistiot osallistujatietoineen.
- Myös spontaanisti opastusta arjessa (tutorit sekä syventävän kurssin käyneet erityisesti ohjaavat), kuten tähänkin asti, sekä kahdenkeskistä ohjausta.

SUUNNITELLUT SYKSYN TYÖPAJAT

- 31.8.
- 10.9., 23.9., 30.9.
- 8.10., 14.10., 23.10.
- 4.11., 12.11., 25.11.
- 1.12., 11.12.

Jokaisen hoitajan tulee siis itse huolehtia, että osallistuvat vähintään kahteen työpajaan syksyn aikana, ja huomioida tämä omissa työvuoroissaan, jotta pystyy osallistumaan. Omaa aktiivista otetta sekä huomiointia siis haetaan. Ei ole vain tutorin tai esihenkilön tehtävä huolehtia osallistujista, vaan on sovittu, että osallistutaan, ja jokaisen on otettava tästä vastuuta.

OSALLISTUMINEN



TYÖPAJOISSA KESKITYMME SEURAAVIIN ASIOIHIN, KEHITTÄMISKOHTEEMME

- vuorovaikutus asukkaan kanssa
- eri avustustilanteiden harjoitteleminen, jotta tapahtuvat mahdollisimman voimavaralähtöisesti
- yksilöllisten asentohoitojen toteutuminen, otamme mahdollisesti myös asukkaan luvalla valokuvia
- asukaslähtöinen ja voimavaralähtöinen kirjaaminen; Toteutuuko molemmissa tiimeissä ja joka vuorossa?
- Myös liikkumista rajoittavien välineiden (RAI:sta) käytön vähentäminen nykyisestä: esim. vuoteen laidat (muuten meillä ei ole käytössäkään rajoittavia välineitä, eikä kaikilla tietystikään laitojakaan).

TÄHÄN ASTI TOTEUTUNUTTA

- Työpajoja olemme onnistuneesti ohjanneet nyt suunnitellusti elokuun lopusta tähän hetkeen (marraskuun alku) asti.
- Osallistujia ja innokkaita löytynyt. Työpajoissa on ollut sopivasti henkilöitä.
- Keskustelua ja harjoittelua esiintynyt. Osa hoitajista innokkaampia kuin toiset.
- Kuitenkin meillä yhä paljon opittavaa ja kehityttävää, ja kevään 2020 työpajojen keskeytyminen ja korona-ajan tuomat haasteet vaikuttaneet osaltaan myös.
- Kehittämiskohteita on paljon.
- Lisäksi uusia hoitajia on etenkin toisessa tiimissä useampia.
- Kinestetiikka-projektimme on siis kesken.

POHDINTAA

- Jotta saamme kinestetiikkaa jalkautettua osastollemme, tarvitsemme hyvää uutta asennetta ja innostuneisuutta, myös rohkeutta kokeilla asioita uudella tavalla sekä aikaa uuden opetteluun ja harjoitteluun.
- Osa henkilökunnasta kokee, ettei työn tekemiseen ole riittävästi aikaa, ja kokee kiireen tuntua (erinäisistä syistä).
- Tutorin tuki sekä esihenkilön rooli kannustajana ja mahdollistajana on koettu tärkeäksi. Myöskin esihenkilön tuki tutoreille tärkeää.
- Myöskin poikkeusajan olot jonkin verran vaikuttaneet asukkaiden arkeen ja toimintakykyyn, sekä eettistä pohdintaa lisännyt henkilökunnan keskuudessa. Ihmisen kohtaaminen ja vuorovaikutus on kuitenkin aina keskiössä.