

## **Hyvinvointivalmennus osaamisen kehittymisen välineenä**

Pirkka Marita, lehtori, Saimaan ammattikorkeakoulu

Saimaan ammattikorkeakoulussa on kehitetty uusi malli terveydenhoitajaopiskelijoiden perusosaamisen opetukseen ja työharjoitteluihin, jossa opiskelijat toimivat aitojen asiakkaiden henkilökohtaisina hyvinvointivalmentajina osana harjoittelua. Tarkoituksena on lisätä heidän valmiuksia terveyden, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä järjestää harjoittelu aidossa tilanteissa. Harjoittelu toteutuu 2. lukukaudella ja sen tavoitteena on tunnistaa muutoksen vaiheita ja harjoitella motivoivaa haastattelua.

Hyvinvointivalmennus on terveydenhoitajan toimintamalli, joka vastaa tämän hetken tarpeisiin itsehoitovalmiuksien kehittämiseksi ja elintapojen muutosten tueksi. Malli on luotu yrittäjien työhyvinvointihankkeessa ja nyt tuotu opetukseen ja työharjoittelujen osaksi. Opiskelijat toimivat asiakkaiden ohjaajina, sparraajina, muutoksen tukijoina ja edistymisen seuraajina. Opiskelijalla on 1-5 valmennettavaa, osa valmennuksesta toteutuu ryhmissä. Asiakas laatii omat tavoitteensa, kertoo omat odotuksensa ja yhdessä sovitaan toimintatavoista ja asiakkaan apuna on työkirja. Opiskelijat hyödyntävät myös erilaisia testejä. Fyysisin kunnan testauksissa he tekevät moniammatillista yhteistyötä fysioterapian opiskelijoiden kanssa ja näin oppivat hyödyntämään toisen ammattiryhmän osaamista. Valmennusaika on 2-4 kuukautta ja tapaamisia on 1-3 viikon välein.

Opiskelijat toimivat hyvinvointivalmentajina opettajan ohjauksessa, mutta asiakkaan kanssa itsenäisesti. Ohjauskeskusteluja opettajan kanssa on noin 1-2 viikon välein, jossa seurataan asiakkaiden edistymistä ja pohditaan haasteita ja kipukohtia.

Alustavasti tuloksien mukaan opiskelijat ovat olleet innostuneita ja kokevat tämän työharjoittelun mielekkäänä, palkitsevana ja opettavaisena. He ovat kokeneet myös vaikeudet ja haasteet asiakassuhteissa opettavaisina. Heidän mukaan: Tämä on juuri sitä mitä haluamme ja tarvitsemme, hyvää valmennusta terveydenhoitajan työhön. Opiskelijoilla pitää olla työharjoittelua, joka toteutuu aidoissa asiakaskontakteissa ja on pidempi asiakassuhde. Opiskelija saa työskennellä itsenäisesti tunnistuen oman osaamisensa rajat, hän joutuu etsimään tietoa ja arvioimaan tiedon luotettavuutta. Valmennettavien palautteet ja arvioinnin toiminnasta saamme huhtikuussa, jolloin arvioimme tarkemmin toimintaa. Suullisten palautteiden perusteella myös asiakkaat ovat olleet tyytyväisiä toimintaan. Osan terveydenhoitajien harjoitteluista voisi toteuttaa myös muissa ammattikorkeakouluissa näin.