

Itsenäisesti ja omaan tahtiin – terveydenhoitajan kokemuksia IPC:n verkkokoulutuksesta

Alkuvuodesta 2023 Viva-projektissa käynnistettiin pilotti, jossa kokeiltiin Mielenterveystalon verkkokoulutuslupustalla suoritettavaa IPC-koulutusta sen sijaan, että kouluttaja pitää koulutuksen Teams-alustalla. Verkkokoulutuksessa opiskellaan itsenäisesti IPC:n teoriaosuus, jonka suorittamiseen on laskettu menevän n. 16 tuntia. Teoriaosuuden lisäksi koulutukseen kuuluu kaksi tunnin mittaista opintopiiriä, kaksi 3,5 tunnin työpajaa sekä 2,5 tunnin buusterikoulutus. Teoriaosuuden ja yhteisten tapaamisten lisäksi IPC-koulutukseen kuuluu kolme IPC-ohjausta sekä vuoden kestävä ryhmämuotoinen menetelmäohjaus.

Itsenäistä opiskelua suunnitelmallisesti

Etelä-Pohjanmaan Kurikassa koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa työskentelevä terveydenhoitaja Katariina Uusitalo osallistui Viva-projektin pilotointiryhmään. Ennen koulutuksen alkua Katariinalla ei ollut tietoa uudesta koulutusmuodosta, mutta infossa hän sai siitä kattavasti tietoa. Itsenäinen opiskelu koulutuslupustalla sujui Katariinalla oikein hyvin. Alustan käyttö oli helppoa, eikä teknisiä ongelmia esiintynyt. Katariina auttoi Viva-tiimiltä saadut hyvät ohjeet kirjautumiseen ja alustan käyttöön. Katariina koki hyvänä, että materiaalia sai opiskella itselleen sopivassa aikataulussa. Katariina teki itseopiskelusuunnitelman ja hyväksytti sen esihenkilöllään. Suunnitelman avulla opiskelun rytmittäminen työarkeen olikin sujuvaa.

Opintopiirit, työpajat ja menetelmäohjaus opiskelun tukena

Opintopiirit toivat opiskeluun mukavasti rytmiä ja aikarajoja, ja Katariina opiskelikin materiaalin suositellussa aikataulussa. Hän jaksotti opiskelua ja luki pääsääntöisesti asiakokonaisuuden kerrallaan. Katariina toteaa, että hänellä ei mennyt opiskeluun aivan arvioitua 16 tuntia, vaan noin 10 tuntia. Materiaalin hän koki olevan selkeä ja toimiva kokonaisuus.

Myös menetelmäohjaus, työpajat ja niihin sisältyvän pienryhmätyöskentelyn oman menetelmäohjausryhmän kanssa tukivat Katariinan mielestä oppimista. Tekniikoiden harjoittelun työpajojen pienryhmissä hän koki hyödyllisenä ja tarpeellisenä, vaikka välillä joutuikin menemään epämukavuusalueelle. Esimerkiksi rooliharjoitukseen heittäytyminen tuntui haasteelliselta, mutta hän toteaa, että harjoitukset antavat enemmän, kun niitä tekee ja heittäytyy niihin. Toisaalta harjoitusten tekeminen tuo ymmärrystä myös siihen, miksi nuoren voi olla vaikea lähteä mukaan rooliharjoitukseen.

Koulutuksesta uusia työvälineitä

Katariina piti koulutuksesta ja suosittaleekin IPC-koulutukseen lähtöä muillekin. Vaikka hänellä on pitkä työkokemus ja päihde- ja mielenterveystyön ammattitutkinto, koki hän saaneensa koulutuksessa uusia työvälineitä. IPC-menetelmä auttaa Katariinaa rajaamaan omaa työtään ja ajankäyttöään lievästi ja keskivaikeasti oireilevien kanssa työskennellessä. IPC-jakso on selkeä ja määrittäminen, jolloin tapaamisissa on myös sovittu päätös. Pitkien asiakassuhteiden väheneminen tuo väljyyttä kalenteriin.

Koulutusta harkitsevalle Katariina antaa vinkiksi noudattaa suositeltua aikataulua eli opiskella se osuus, joka opintopiireihin mennessä suositellaan opiskeltavan. Esihenkilön kanssa kannattaa myös sopia itsenäisestä työskentelystä ja sen aikatauluttamisesta.