

Harjoittelu Wellbeing Labsilla – puitteet monenlaiselle kasvulle

18.12.2024

SeAMK Wellbeing Labsilla voi tällä hetkellä suorittaa useita sosiaali- ja terveysalojen harjoitteluita. Kyseessä on Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalojen kehittämis- ja oppimisympäristö. Wellbeing Labs Opiskelijatyö tarjoaa opiskelijalle mahdollisuuden tehdä työelämäyhteistyötä opintojaksoilla, opinnäytetyössä ja harjoittelujaksoilla.

Erilaisia palvelukäyttäjiä ja yhteistyötahoja ympäristössä ovat esimerkiksi hyvinvointialue, yritykset, järjestöt ja kuntalaiset. Ympäristöön tuotavia työelämätarpeita kutsutaan toimeksiannoiksi, joita Wellbeing Labsin työharjoittelijat toteuttavat. Näitä voivat olla esimerkiksi ryhmänohjaukset, teemaluennot ja tietoiskut sekä tapahtumien suunnittelu ja järjestäminen. Toimeksiannoissa pyritään mahdollisuuksien mukaan moniammatilliseen työskentelyyn. Wellbeing Labsilla eri alojen opiskelijat voivatkin toimia saman asiakasryhmän kanssa omasta alastaan ja osaamisestaan käsin, mutta laajentaa näkemystään toisten alojen tai ammattiryhmien työntekijöiden kanssa toimiessaan.

Harjoittelupaikkana Wellbeing Labs tarjoaa opiskelijoille pääsyn monenlaisiin asiakas- ja työtilanteisiin. Toimeksiannoissa opiskelijat toimivat usein pienissä tiimeissä, mikä mahdollistaa vertaistuen toteutumisen sekä yhdessä oppimisen. Opiskelijoiden tukena toimivat ohjaajat sekä opettajat. Seuraavaksi tässä artikkelissa sukelletaan valmistuvan fysioterapeuttiopiskelija Miina-Maarukka Haapasen kokemuksiin ja ajatuksiin ”Wellbs”-harjoitteluista.

Wellbeing Labsilla kehitetään itsensä johtamisen taitoja ja yhteistyötaitoja

Kokemuksieni mukaan Wellbeing Labs erottuu monilta osin muista harjoittelupaikoista. Suuri eroavaisuus on oman ajankäytön ja viikoittaisen kalenterin sisällön itsenäinen suunnittelu. Näin ollen opiskelijalla on suuret mahdollisuudet vaikuttaa itse päivien kulkuun omien mielenkiinnon kohteidensa ja voimassa olevien toimeksiantojen pohjalta. Wellbeing Labsilla korostuu ryhmässä toimiminen. Ympärillä olevan verkoston muodostavat muut opiskelijat, ohjaajat, opettajat sekä toimeksiantajan henkilöstö. Tämä kannustaa opiskelijaa kehittämään yhteistyötaitojaan ja tukee myös moniammatillista työtä.

Fysioterapeuttiopintojeni aikana suoritin kaksi harjoittelujaksoani Wellbeing Labsilla. Ensimmäinen työharjoitteluni Wellbeing Labsilla ajoittui opintojeni alkupäähän. Ammatillisen kehittymisen valmiuksien vasta orastaessa harjoittelujakso painottui uuden ympäristön toimintatapojen oppimiseen. Harjoittelun aikana aloin ymmärtää, kuinka monenlaisissa ympäristöissä fysioterapeutti voi toimia ja kuinka laaja-alaisesti tulevaa ammattitaitoa työkentällä voidaan hyödyntää.

Toinen harjoitteluni Wellbeing Labsilla oli kolmannen opiskeluvuoden lopussa. Näiden kahden harjoittelun välissä ammatillinen osaaminen oli opintojen ansiosta edennyt jo suuren harppauksen. Wellbeing Labs toimintaympäristöineen ja -käytäntöineen alkoi olla minulle jo melko tuttu samoin kuin oman kalenterin suunnittelu. Näin ollen voimavaroja vapautui enemmän suunnitteluun ja ideointiin sekä toteutusten reflektioon.



Kuva1. Opiskelijatiimi suunnittelee tulevia toteutuksia Wellbeing Labsin tiloissa Kampustalolla (kuva: Kääriäinen, 2024).

Ympärillä oleva laaja verkosto on Wellbeing Labsin vahvuus. Etenkin opintojen loppuvaiheessa opiskelijoiden

ammatilliset mielenkiinnon kohteet ja niistä hankittu tieto alkavat erottua. Tiivis opiskelijoiden ryhmä vahvistaa jokaisen vahvuusalueiden käyttöönottoa ja tiedon jakamista. Jälkimmäisessä harjoittelussani korostui toiminnan reflektointi muiden opiskelijoiden, ohjaajien sekä opettajien kanssa. Mielestäni päivittäiset keskustelut verkoston kanssa loivat upean tilaisuuden ammatilliselle kehitykselle ja avasivat silmiä erilaisille näkökulmille.

Kasvu ammattilaiseksi on myös kasvua ihmisenä

Harjoitteluideni aikana sain kokea kuin läpileikkauksen koko elämän kirjoon ja työskennellä eri-ikäisten ja eri tilanteissa olevien ihmisten kanssa. Tämä erottaa Wellbeing Labsin monesta muusta harjoittelupaikasta, jossa palvelut ovat usein suunnattu tietylle asiakaskunnalle. Toimeksiantoja oli todella monipuolisesti, mikä vahvisti ammatillista osaamista, mutta haastoi myös omien käsitysten avartamista. Ryhmässä toimiminen on usein myös oman itsensä ja paikkansa etsimistä. Muiden ihmisten kanssa tiivisti toimiessa käsitykset omista vahvuuksista ja kehityksen kohteista vahvistuvat. Rehellinen ulkopuolelta saatu palaute, joka on oman toiminnan kehittämisen kannalta oleellista, vaatii myös vuorovaikutustaitoja sekä luottamuksen rakentamista ryhmän sisällä.

Wellbeing Labsilla annetaan sekä vapautta että vastuuta. Vastuusta huolimatta koin, että sain olla työelämätilanteissa mukana oppijan roolissa ja minulla oli lupa tehdä myös virheitä, jotka ovat yleensä merkityksellisimpiä oppimistilanteita. Minä ja muut opiskelijat saimme usein vapaat kädet toimeksiantojen suunnitteluun. Erityisen lämpimänä muistona minulle on jäänyt suunnittelemamme Vanhempi ja vauva -ryhmä, jonka sisällön saimme ideoida itse. Itsenäisestä työskentelystä huolimatta kokemuksemme oli, ettemme kuitenkaan jääneet yksin, vaan saimme ohjaajilta ja opettajilta aina tukea ongelmatilanteisiin. Koin, että Wellbeing Labsilla apua on tarjolla juuri niin paljon kuin sitä tarvitaan, mutta projekteihin sisältyy aina mahdollisuus kokeilla myös omia siipiä.



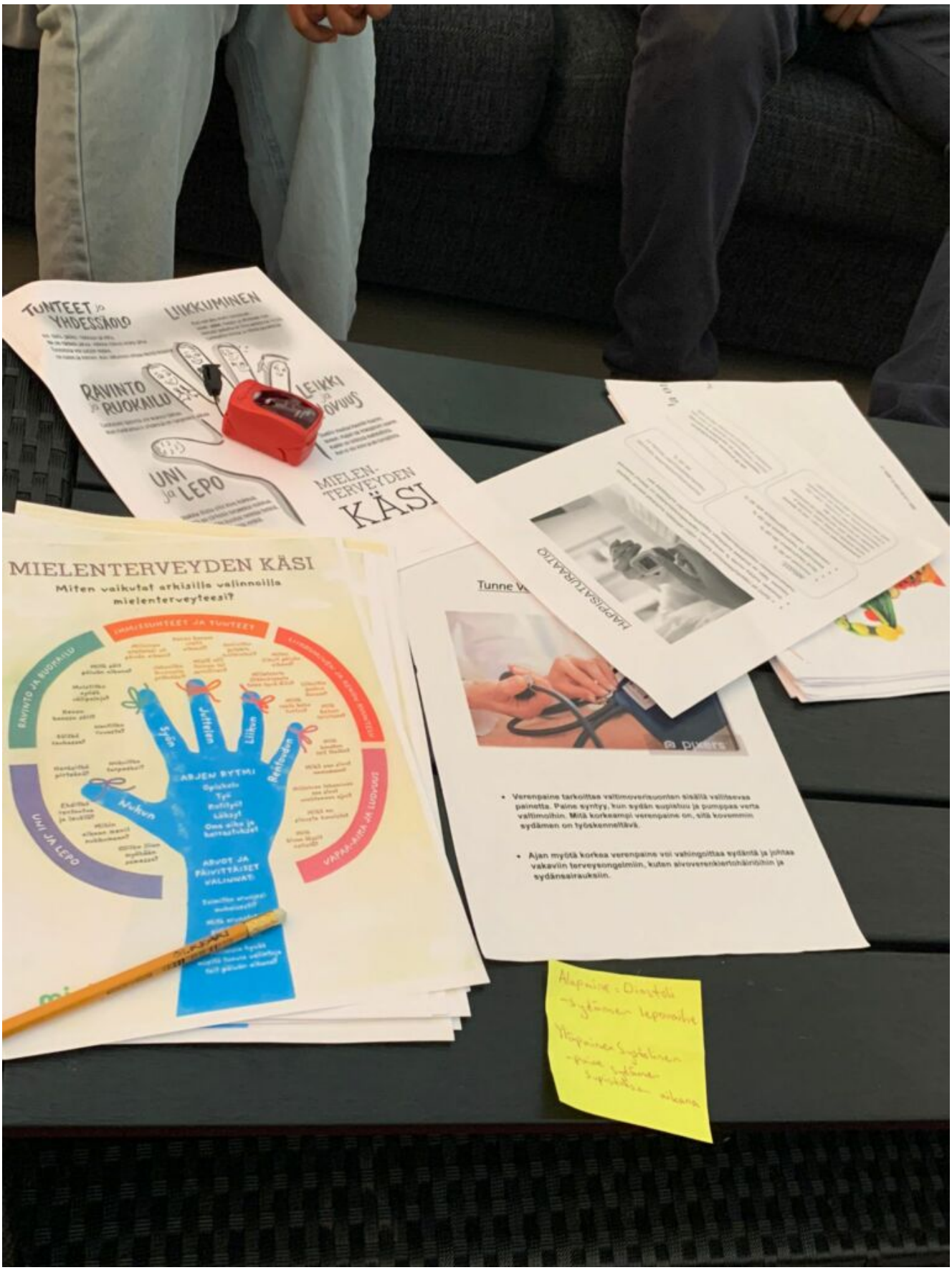
Kuva 2. Yhteistyötä Seinäjoen liikuntapalveluiden Lasten liikuntamaa -tapahtumassa Seinäjoen urheilutalolla (kuva: Kääriäinen, 2024).

Tukeen ja ohjaukseen kuuluivat viikkopalaverien lisäksi päivittäiset keskustelut etenkin harjoitteluohjaajamme kanssa. Haasteiden edessä ohjaajat eivät usein antaneet valmiita vastauksia kysymyksiin, vaan ennemminkin neuvoivat oikeille jäljille ja haastoivat pohdiskelemaan. Koen, että etenkin muiden opiskelijoiden kanssa yhdessä tehty tiedonhaku ja asioiden tarkasteleminen useista näkökulmista oli minulle yksi tämän harjoittelupaikan kulmakivistä ja parhaasta annista. Ongelmatilanteissa lopulta ratkaisuun päätyminen tuotti suuria onnistumisen tunteita ja kehitti kykyjä haasteiden ratkomiseen.

Harjoittelu vaatii avointa asennetta ja kiinnostusta

Haapanen haastatteli tätä artikkelia varten Wellbeing Labsin työharjoittelijoita, toisen vuoden sosionomiopiskelijaa Hanna Saarimaa-Kokkoa ja kolmannen lukuvuoden terveydenhoitajaopiskelija Carita Kangasta. Hannalta kysyttiin, millaista työelämää hyödyttävää osaamista hän kokee saaneensa harjoittelun aikana. Hanna nosti esiin etenkin itsensä johtamisen taitojen sekä työelämätaitojen kehittymisen. Hän uskoo suunnitteluprosessien kehittävän harppauksin ammatillista kasvua. Hannan mielestä Wellbeing Labsin vahvuus verrattuna muihin harjoittelupaikkoihin on myös se, että työtä saa tehdä oman näköisesti, mikä edistää itseohjautuvuutta. Lisäksi hän korostaa harjoittelupaikan käytäntöä antaa vastuuta opiskelijoille, mikä tarjoaa mahdollisuuden opetella ottamaan se vastaan. Hanna pitää Wellbeing Labsia todella käytännönläheisenä työpaikkana. ’’Tämä on oikeaa työelämää’’, hän tiivistää.

Carita suoritti Wellbeing Labsilla päihde- ja mielenterveystyön harjoittelujaksoaan. Hän korosti moniammatillisuuden ja eri tahojen välisen yhteistyön merkitystä omalle oppimiselle. Erilaiset toimeksiannot ovat laajentaneet hänen ymmärrystään siitä, millaisia palveluja harjoittelujakson kohderyhmälle eli mielenterveys- ja päihdekuntoutujille on tarjolla, sillä monet palveluntarjoajat eivät olleet hänelle entuudestaan tuttuja. Lisäksi hän kokee hahmottavansa nyt paremmin alueella toimivan ammatillisen verkoston. Carita kokee, että Wellbeing Labsin vahvuutena on mahdollisuus vaikuttaa omaan työhön, sillä toimeksiantojen suunnittelu on aikataulujen puitteissa todella vapaata. Hän kokee myös työn olevan todella itsenäistä laajasta ympärillä olevasta verkostosta huolimatta. Carita kuitenkin pohtii, että tarjolla on riittävästi tukea ja ohjausta ja kynnys pyytää neuvoa ohjaajilta on matala.



Kuva 3. Harjoittelussa kootaan ja myös tuotetaan materiaaleja, jota voidaan hyödyntää moniammatillisissakin projekteissa (kuva: Kääriäinen, 2024).

Yhteisissä keskusteluissa nousee esiin, että Wellbeing Labs sopii harjoittelupaikaksi opiskelijalle, jolla on

avoin asenne uuden kokemiseen ja kiinnostus käytännönläheiseen työhön, johon saa itse vaikuttaa. Vaikka Wellbeing Labsilla kliinisen osaamisen harjoittelu saattaa jäädä vähemmälle kuin esimerkiksi terveydenhuollon julkisen sektorin harjoittelupaikoissa, tarjoaa se kuitenkin sellaista, mitä moni muu alan harjoittelupaikka ei. Näitä asioita ovat esimerkiksi mahdollisuudet kehittää projektityön osaamista, laaja-alaisesti vuorovaikutustaitoja verkostossa, vastuunottoa, itsensä johtamista ja mahdollisuuden kokemusten keräämiseen erilaisten ihmisten kanssa sekä erilaissa ympäristöissä toimiessa. Wellbeing Labsin työharjoittelijoilla on myös erinomainen tilaisuus ammatilliseen verkostoitumiseen alueen toimijoiden kanssa. Wellbeing Labs on hieman erilainen harjoittelupaikka, joka antaa loistavan ympäristön ja tuen ammatilliselle kehittymiselle.

Miina-Maarukka Haapanen
FYS21, fysioterapeuttiopiskelija
SeAMK

Marika Kääriäinen
suunnittelija, hyvinvointipalvelut
SeAMK

Miina-Maarukka Haapanen on joulukuussa 2024 valmistuva fysioterapeuttiopiskelija, joka on työskennellyt Wellbeing Labsissa kahdesti ja suuntaa nyt työelämään yhtä avoimin mielin. Marika Kääriäinen koordinoi Wellbs-harjoitteluita ja tukee opiskelijoiden oppimista ja ammatillista kasvua monialaisessa ja käytännönläheisessä Wellbeing Labs ympäristöissä.