

EMBARGO, julkaisuvapaa 20.12.2019 klo 10.30

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun valmistumisjuhla 20.12.2019
20.12.2019 Savonlinnan kampus

Juhlapuhe, hallintoylijohtaja Maijaterstu Tiainen, Sosteri

Arvoisat valmistuvat, teidän läheisenne, ammattikorkeakoulun henkilökunta ja muut juhlavieraat.

Tämä päivä on kaikkien valmistuvien päivä. Siitä lämpimät onnittelut teille ja teidän tukijoukoillenne. Opiskelun päättymiseen liittyy paljon tunteita. Liittyy

- onnea, iloa, riemua – yksi aikakausi elämässä on nyt päätöksessä, aikakausi, joka on vaatinut ponnisteluja, uuden oppimista, itsensä ylittämistä, aikaisia herätyksiä, viimetingan loppukirejä, opiskelijailtoja ja muita mukavia rientoja. Niiden loppuminen saa puolestaan aikaan
- haikeutta. Eron haikeutta. Kukin lähtee jatkamaan matkaa omaan suuntaansa, pohdintaa olemmeko koko ryhmänä enää koskaan koolla yhtä aikaa
- toiveikkuutta siitä, että tiet vielä risteävät ja yhteisiä tapaamisia on luvassa ja opiskelumatkan aikana syntyneet ystävyysuhteet säilyvät ja rikastuttavat elämää vielä pitkään.
- Myös odottavat ja jännittävät tunteet kuuluvat asiaan. Miten työlistyn, mitä työelämä tuo tullessaan, millaisen työyhteisön tai työkaverit saan?
- Voi olla myös huolta, epävarmuutta; pärjäänkö, osaanko, sopeudunko, jaksanko, olenko oikealla alalla?
- Päällimmäisenä lienee kuitenkin innostus, nyt maailma on avoin, voin ammattiin valmistuneena astua koulun ovista ulos ja olen vapaa kokeilemaan siipiäni työelämässä.

Tähän päivään liittyy myös minulla vahvoja tunteita ja muistoja. Valmistuin sairaanhoitajaksi 32 vuotta sitten tästä samasta oppilaitoksesta, joka silloin sijaitsi keskussairaalan lähellä Humania – rakennuksessa ja oli nimeltään Savonlinnan sairaanhoito-oppilaitos. Mielessäni olen kerrannut työuraani sairaanhoitajana, erilaisissa kehittämis- ja esimiestehtävissä, työyhteisöjä, esimiehiä, asiakaskohtaamisia sekä omaa ja ammatillista kehittymistä, mitä se kaikki on vaatinut ja mitä se on antanut. Siitä päädyin tämän puheen sisältöön, palasin omaan valmistumiseeni ja mietin, mitä antaisin itselleni ohjeeksi tai sanoisin silloiselle itselleni reilun kolmenkymmenen vuoden työ – ja elämäkokemuksella, sen sanon nyt teille.

Valmistuessanne terveysalle, valmistutte ammattiin, jolla on todellista arvoa, ammattiin, jota tehdään asiakkaan, potilaan ja koko väestön parhaaksi, terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn edistämiseksi ja sairauksien parantamiseksi. **Asiakkaan, potilaan paras mahdollinen hoito** on koko ammattikunnan yhteinen tavoite, hoito- ja kuntoutusalalla työskentelevien perustehtävä ja kollegiaalisuuden ydin. Se on syytä pitää kirkkaana mielessä, sen perustan päälle on helppo rakentaa eettistä ja ammatillista identiteettiä, osaamista ja kehittää hoitotyötä.

Kehittäminen on oleellinen osa jokaisen työtehtäviä. Se on oikeus ja velvollisuus. **Olkaa rohkeita.**

Kyseenalaistakaa. Osallistukaa, vastatkaa, kun kysytään, esittäkää mielipiteitä, vaikka aina ei kysyttäisikään. Kysykää miksi–kysymyksiä. Aina siitä ei tykätä. Joskus sen voi tuntea nahoissaan. Mutta asiat eivät koskaan kehity, jos kaikki ovat aina samaa mieltä. Ilkeä tai ylimieleinen ei pidä olla. Palautetta voi antaa rakentavasti. Ja kun epäkohdan tai kehittämistarpeen nostaa esille, on hyvä esittää siihen parannusehdotus.

Opiskelkaa, pitäkää tietojanne ajan tasalla ja mieluummin olkaa aikaanne edellä. Tieto vanhenee nopeasti, lähes silmänräpäyksessä. Tietoa on valtavasti. Kehittäkää medialukutaitoanne, olkaa lähdekriittisiä, etsikää näyttöön perustuvaa tietoa, seuratkaa alanne tutkimusta ja tehkää sitä. Se on todella mielenkiintoinen maailma. Tämän päivän työelämässä tarvitaan uudistuvaa oppimista ja siihen on saatavilla runsaasti tarjontaa, omaehtoista opiskelua, täydennyskoulutusta, tutkintokoulutusta. Opiskelu antaa teille pääomaa, jota kukaan ei voi ottaa teiltä pois, mutta jota te itse voitte jalostaa, jakaa ja antaa työyhteisönne ja verkostojenne käyttöön. Koskaan ei pidä pitää oppimaansa vain itsellään, antaessaan siitä toisille saa kokea jakamisen riemua ja yhteisöllistä oppimista ja kehittymistä, jolloin tieto ja osaaminen kumuloituvat kaikkien eduksi ja hyödyksi. Oppiminen on elinikäinen prosessi, koskaan ei tule valmiiksi ja mitä enemmän opiskelee, sitä vähemmän huomaa tietävänsä – ja se on itse asiassa upea tunne. Luvalla saa olla ja pysyä keskeneräisenä, epätäydellisenä, aina on mahdollisuus kehittyä ja oppia – vielä pikkusen lisää.

Pelkkä tieto ei riitä, on kehittävä myös **taitoja**. Yksi tärkeimmistä taidoista palveluammattissa on asiakkaan kohtaaminen ja vuorovaikutustaidot. Kun asiakas tai potilas arvioi kokemaansa palvelutapahtumaa, hän kiinnittää huomionsa erityisesti siihen, miten häntä kohdellaan. Onnistunut kokemus syntyy hyvien käytöstapojen mukaisesta, asiallisesta, kohteliaasta ja ystävällisestä palvelusta. Vuorovaikutuksessa keskeistä on asiakkaan kokemus osallisuudesta ja tunne, että häneen ja hänen asiaansa suhtaudutaan vakavasti, hänestä ollaan kiinnostuneita, tilanteessa ollaan aidosti läsnä ja hänelle puhutaan kieltä, jota hän ymmärtää. Kohtaamisessa on tärkeää muistaa, että vaikka tilanne ammattilaisen kannalta toistuu ja toistuu ja toistuu satoja tai tuhansia kertoja, asiakkaan kannalta tilanne on usein ainutkertainen.

Tämän vuoksi ammattilaisenkin on hyödyllistä **tutustua erilaisiin työympäristöihin**. Vaikka kokisikin olevansa huippuammattilainen yksikössä, jossa on työskennellyt aikansa, toiseen yksikköön siirtyessä huomaa olevansakin aivan noviisi. Se on terveellistä ja erittäin opettavaista – välillä jokaiselle meistä. Säilyttäkää ennakkoluuloton suhtautuminen, herkkyyys, rohkeus ja halu tutustua erilaisiin tehtäviin, työn ääretön monipuolisuus on terveysalalla työn rikkaus. Koulutus, osaaminen ja työtehtävät mahdollistavat uralla etenemistä sekä horisontaalisesti että vertikaalisesti, mikä sekin osoittaa työn laaja-alaisuutta terveysalalla.

Työssä ja elämässä yleensä myös **asenteilla** on merkityksensä. Asioihin voi opetella suhtautumaan myönteisesti. Aina ei voi kaikkiin asioihin vaikuttaa, mutta omiin ajatuksiin ja suhteutumiseen voi. Ja yleensä jokaisella asialla on myös myönteinen puolensa. Se ehkä ei näy heti, mutta ajan oloon, ja ikävästäkin kokemuksesta voi oppia ja sen voi halutessaan kääntää vahvuudeksi, esimerkiksi se voi lisätä ymmärrystä toista samassa tilanteessa olevaa kohtaan.

Aina työssä ei ole helppoa. On **vaikeita tilanteita**, lohduttomia, epäoikeudenmukaiselta tuntuvia elämänkohtaloita, menetyksiä ammattilaisten ponnisteluista huolimatta, kyvyttömyyttä auttaa. **Empatian taito** osoittaa kykyä myötälää tilanteessa esille nousevia tunteita, surua, hätää, pettymystä. Empaattinen ammattilainen kykenee ymmärtämään toisen henkilön näkökulman asiaan, mutta samalla osaa säilyttää ammatillisuutensa eikä jää tunteiden valtaan. Tunteiden näyttäminen tilanteessa on inhimillisyyttä, kykyä kohdata ihminen ihmisenä aidosti, olla rinnalla tukena, auttaa selviytymään, yhdessä. Tässä kohtaa myös työyhteisön ilmapiiri nousee merkittävään rooliin. Olkaa mukana rakentamassa **ilmapiiriä**, jossa asioista voidaan puhua avoimesti, vaikeistakin asioista. Ja antaa ja vastaanottaa palautetta, koska palautteen avulla voi kehittyä, korjata puutteita ja vahvistaa vahvuuksia, kehittyä ihmisenä. **Yhteisöllisyys** työssä eri ammattiryhmiä edustavien työkavereiden ja kollegoiden kesken on korvaamaton tuki ja apu, joka auttaa jaksamaan vaikeina hetkinä ja iloitsemaan yhdessä saavutuksista, omasta, toisen ja koko työyhteisön.

Yhteisön tukeen viittaa Risto Rasan lyhyt, lähtemättömästi mieleeni painunut runo, jonka valmistuva sairaanhoitajakollegani esitti opiskelijan puheenvuorossa meidän valmistujaisjuhlassamme:

Niin kuin aalto uittaa aallon
yli valtameren.
Niin selviydymme mekin
toinen toisiamme tukien.

Toinen toisemme tuki on tärkeää myös **työssä jaksamisen ja työhyvinvoinnin** kannalta. Työhyvinvoinnissa itse työllä, työyhteisöllä, esimiestyöllä ja johtamisella on merkityksensä, mutta myös jokaisen omilla arkipäivän valinnoilla, sillä miten vapaa-aikaansa käyttää ja viettää. Ihmissuhdetyö, jota tehdään suurella sydämellä ja omalla persoonalla, joka on ajoittain psyykkisesti ja fyysisesti raskasta, vaatii tekijältään tietoista omasta hyvinvoinnista huolehtimista. Lepo, liikunta, terveellinen ravinto ovat niin asiakkaiden kuin myös heidän hoitajiensa hyvinvoinnin kulmakivet. Niitä kannattaa vaalia heti työuran alusta alkaen. Ei riitä, että oman hyvinvoinnin edistämiseen herää uran loppumetreillä toiveena ja tavoitteena eläköityminen terveenä.

Tavoitteiden asettaminen onkin viimeinen ohjeeni elämän- ja työelämän tielle: asettakaa itsellenne lyhemmän ja pidemmän aikavälin **tavoitteita sekä unelmia**. Tavoitteet ovat viittoja elämäntielle ja unelmien toteuttaminen itsensä palkitsemista saavutetuista tavoitteista. Jokaisella on hyvä olla takataskussa ainakin yksi pieni ja vähän isompi unelma. Niillä on merkillinen kyky toteutua, kun on määritellyt ne itselle selkeäksi tulevaisuudenkuvaksi.

Lopuksi **Aamun toive** (W.R. Hunt)

Aurinko on juuri nousemassa uuden päivän aamuna.
Mitä sellaista voisin toivoa, mitä tämä päivä voisi Sinulle tuoda?

- tehtävän, jolla on todellista arvoa, sellaista mitä ilman maailma tuntuisi köyhemmältä
- matkaa pelkäämättömän mielen, vaikkapa väylä ei olisikaan merkitty
- ymmärtäväisen sydämen
- huumorintajun ja voiman nauraa
- toteutuvan unelman
- vähän joutilasta aikaa ilman mitään tekemistä
- muutamia vaitonaisia hetkiä, hiljaista mietiskelyä sekä
- kärsivällisyyttä odottaa näiden saapumista ja viisautta tuntea ne, kun ne ovat tulleet kohdalle.

Näillä sanoilla onnittelen lämpimästi valmistuvia, toivotan iloa työhön ja parasta mahdollista ja pitkää työuraa. Sekä hyvää joulun aikaa ja menestystä uudelle vuodelle ja vuosikymmenelle.