

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Valtatie, H. & Montonen, J. (2021) Virus vangitsi – Mitä meille terveysalan opiskelijoille ja opettajille kuuluu? TAMK-blogi, 26.5.2021.

URL: <https://blogs.tuni.fi/tamkblogi/teema2/virus-vangitsi-mita-meille-terveysalan-opiskelijoille-ja-opettajille-kuuluu/>

Virus vangitsi – Mitä meille terveystieteiden opiskelijoille ja opettajille kuuluu?

26.5.2021 — Arja Hautala



Länsimaalaisena kansalaisena sitä on tottunut monenlaiseen vapauteen. Kun puun takaa iski piikikäs virus ja ajoi meidät neljän seinän sisään, ainakin siltä se usein tuntuu. Korkeakouluyhteisössä etämoodista tuli uusi normaali. Tämä tarkoitti myös sitä, että uudet sairaanhoitajaopiskelijat joutuivat aloittamaan opintonsa etänä, paitsi yhden päivän ajan. Tässä yhteiskirjoituksessa sairaanhoitajakoulutuksen opettaja ja sairaanhoitajaopiskelija tuovat esille tuntojaan korona-ajan opiskelusta.

Aloitan vuoden työtehtäväni hoitotyön opettajana ottamalla vastaan uuden sairaanhoitajaopiskelijaryhmän, tai oikeastaan näkemällä kasvokkain vain osan heistä yhden päivän ajan. Tunnen uteliaisuutta nähdä edes tämän porukan, mutta samalla mietin, millaisia he muut ovat. Huokaisen pian helpotuksesta, saan ottaa vastaan intoa puhkuvia sairaanhoitajaopiskelijoita. Heitähän on ryhmä TAMK:n aulassa ja lisää ulkona. Meidän uusien hoitotyön opettajatuutoreiden katseet kohtaavat; nyt on hetki ottaa omamme ja toivottaa heidät tervetulleeksi opiskelemaan merkitykselliseen ammattiin, sairaanhoitajaksi. Sairaanhoitajaksi opiskeleminen tuntuu tässä ajassa entistä merkityksellisemmältä. Sen myös aistii tunnelmasta.

Uskaltaisin ajatella, että edes tämä yksi päivä toi opiskelijoille tunnetta korkeakouluyhteisöön kuulumisesta ja vahvasti kokemusta ”minä oikeasti opiskelen nyt korkeakoulussa sairaanhoitajaksi”.

Kartta kädessä kohti sairaanhoitajaopintoja

Monelle korkeakoulussa opiskelevalle tulee ensimmäisestä opiskeluvuodesta mieleen orientaatioviikko sekä jatkuva juhlien ja tenttien vuorottelu. Me tammikuussa opiskelun aloittaneet opiskelijat kuitenkin olimme koko orientaatioviikon etänä maanantaita lukuun ottamatta, emmekä senkään jälkeen ole käyneet koululla kuin muutamia kertoja. Vielä yli neljän kuukauden jälkeen käytämme karttaa apuna koululla liikkuesssa. Opiskelukavereihin olemme tutustuneet Teamsissa järjestettyjen ryhmätöiden sekä Whatsapp- ryhmien avulla. Kuitenkin olemme saaneet ystäviä ja olihan meillä myös etätursajaiset, joten emme ole jääneet aivan kaikesta paitsi.

Lupa puhua jaksamisesta

Varmasti vaikeinta kuitenkin monille meistä on jaksaminen, kun kaikki täytyy tehdä samojen seinien sisäpuolella aivan yksin. Ainoat askareet päivässä ovat opiskelu, joka suoritetaan omalta kotisohvalta, urheilu sekä ruokakaupassa käynti. Harrastuksiin ei pääse, joten urheilla voi vain itsenäisesti, esimerkiksi jumppaamalla kotona tai käymällä kävelyllä.

Ruokakaupassakaan ei saisi käydä kuin noin kerran viikossa, eikä kyläilyä sukulaisten ja ystävien luona suositella. Meidän opiskelijoiden arki on siis tiivistetty pieniin 24 neliön yksiöihin, joista poistumme kerran viikossa kauppaan ja kerran päivässä ulos haukkaamaan raitista ilmaa. Ei siis ihme, jos aivot ovat sumussa illalla. On kuitenkin ollut ihana huomata, että esimerkiksi meillekin melkein tuntemattomat opettajat ovat olleet huolissaan hyvinvoinnistamme. Monet opettajat aloittavatkin luennot kysymällä “Miten teillä menee?” tai “Mitäs kaikille kuuluu juuri nyt?”. Kaikista hienointa kuitenkin on, että monet vastaavat näihin kysymyksiin avoimesti, eivätkä tarjoa vastaukseksi pelkkää “Ihan hyvää, mitäs sulle?”. Olemme saaneet avoimesti puhua mieltä painavista asioista ja saaneet myös vinkkejä, miten voisimme jaksaa paremmin. Tärkeimpiä vinkkejä, joita olen itse hyödyntänyt arkeeni, ovat olleet armollisuus itseäni kohtaan ja ulkoilu ainakin kerran päivässä. Nämä ovat kyllä tärkeitä asioita ihan tavallisessa arjessakin, mutta niiden tärkeys on korostunut näin korona-aikana.

Miten jaksetaan loppuun saakka

Kun alkaa jo kesäloma hämmöttämään muistaa taas, mistä kaikesta jää paitsi tämän tilanteen takia. Puoli vuotta opinnoista on suoritettu kotoa käsin ja tältäkin kesältä on taas ulkomaan matkat peruttu. Vaikka tilanne onkin väliaikainen ja tietää, ettei tämä aina tule tällaista olemaan, asian miettiminen saa mielen aina matalaksi. Itse olenkin yrittänyt suunnata katseen tulevaan ja tehdä tällä hetkellä hyödyllisiä asioita. Ei tämä tilanne kuitenkaan koko meidän opiskeluaikaamme kestä ja pääsemme varmasti jossain vaiheessa koulun penkille. Ehkä myös uskallan jo suunnitella kesän 2023 ulkomaan matkoja.

Merkitykselliset pienet kohtaamiset

Me opettajat olemme kantaneet huolta opiskelijoidemme jaksamisesta. SAMOK:n (2020) kyselyn tuloksissa ilmeni, että ammattikorkeakouluopiskelijoiden jaksamisessa ja hyvinvoinnissa on ollut huomattavaa laskua korona-aikana. Tilanne on vaikuttanut erityisesti opintojen alkuvaiheessa oleviin opiskelijoihin. Stressin nähtiin lisääntyvän erityisesti opintojensa alkuvaiheessa olevilla opiskelijoilla. Opintojensa alkuvaiheessa olevista

vastaajista 60 % koki etäopiskelun lisänneen stressiä, kun taas opintojen loppuneljänneksellä olevista opiskelijoista vastaavasti koki 42 %.

Etäopiskelun jatkuessa on opiskelijoiden hiljaisia kuiskauksia ja äänekkäämpiäkin kommentteja omasta jaksamisesta kantautunut opettajien korviin. Opiskelijat ovat olleet rohkeita ja rehellisiä tuodessaan esille jaksamisensa haasteita.

Jaksamisen lisäksi opiskelijoiden ajatuksissa on pyörinyt huoli ammatillisuudesta; tuleeko meistä päteviä sairaanhoitajia näin?

Opettajien työssä ovat pienet kohtaamiset opiskelijoiden kanssa korostuneet ennen kokemattomalla tavalla. Näillä inhimillisillä, myötätuntoisilla kohtaamisilla arjessa on ollut valtava merkitys. Myös yhdessä jakamalla, toisen näkökulman kuuntelemisella on saatu hyvää aikaan.

Tässä ajassa saa pyytää apua ja olla kannateltavana. Toivottavasti me opettajat ja muu hyvinvoinnin tuen tiimi olemme pystyneet kannattelemaan teitä, tärkeät opiskelijat.

Häämöttäkö vapaus

Päivä päivältä rakennetaan yhteishenkeä tiiviimmäksi ja luottamusta siihen, että yhdessä selvitään. Se vaatii tässä tilanteessa erilaisia otteita ja omanlaista sitkeyttä. Ankkurit on nostettu, matka jatkuu myrskyistä myötätuuleen, edessä näkyy ihmeellistä valoa meille kaikille.

Muistetaan, että onnellisuus ei silti aina odota maalissa, poikkeusajan matka on opettanut meille mitä me oikeasti tarvitsemme.

Toisen ihmisen näkemiselle ja kuulemiselle tarvitaan aikaa.

Kirjoittajat: Heidi Valtatie, Lehtori, TtM, sairaanhoitajakoulutus, heidi.valtatie@tuni.fi ja Jenni Montonen, sairaanhoitajaopiskelija, jenni.montonen@tuni.fi, Tampereen ammattikorkeakoulu
Kuva: Jonne Renvall