

# Viiden tähden psykiatria

Myönteinen työkuulttuuri on luonut Seinäjoen keskussairaalan psykiatrian yksiköstä vetovoimaisen työpaikan.

**SEINÄJOEN** keskussairaalaassa psykiatrian yksikkö sai NLY:n koulutuspaikkakyselyssä täydet pisteet ja viisi tähteä. Avain tähän on hyvä työkuulttuuri.

Osana lääkäri työn kehittämistä haastattelimme erikoistuvia lääkäreitä, ja vastauksissa nousi esille mm. seuraavaa:

”Täällä oli kivaa jo kandina. Oli mukava palata, työyhteisö on edelleen hyvä ja siksi oli matala kynnyks tulla”, kommentoi yleislääketieteeseen erikoistuva lääkäri.

”Psykiatria on hieno erikoisala, kunnan resurssit ovat kohdallaan”, totesi psykiatriaan erikoistuva lääkäri.

## Hyvässä työkuulttuurissa sekä mieluisat että vaikeat asiat ovat yhteisiä

Seinäjoen psykiatrian yksikköä on kehitetty 2020-luvun laatuvaatimukset täyttäväksi työyhteisöksi seuraavia periaatteita ja vahvuuksia toteuttamalla:

### 1) Tasa-arvoisuus

Työyhteisön menettelytapojen, sääntöjen ja veloitteiden tulee koskea, niin harjoitteluissa olevia lääketieteen opiskelijoita kuin yksikön ylilääkäreitäkin.

### 2) Ennalta sovittu työnjako

Jokainen yksikön lääkäri tietää etukäteen tulevat työtehtävänsä niin tarkasti kuin se on mahdollista. Tämä toteutuu kirjallisella työvuorosunnittelulla, jossa on huomioitu työntekijöiden ennalta tiedetyt poissaolot ja niiden sijaisjärjestelyt. Harjoitteluun tuleville lääketieteenopiskelijoille on ennalta laadittu koko harjoittelujakson kattava päiväkohtainen ohjelma.



### 3) Joustavuus

Kun kaikki ei kuitenkaan mene niin kuin on suunniteltu, on tärkeää, että kaikki työyhteisön lääkärit osallistuvat ennalta suunnitellusta poikkeaviin työjärjestelyihin.

### 4) Perehdytys ja ohjaus

Panostamme uusien lääkäreiden työhön perehdyttämiseen ja erikoistuvien lääkäreiden säännölliseen ja riittävään ohjaukseen. On tärkeää, että uusi lääkäri kokee itsensä tervetulleeksi työyhteisöön ja saa heti alusta

lähtien riittävän perehdytyksen kautta hyvät eväät työssä selviytymiseen. Päivittäisessä työssä on mahdollisuus säännöllisten konsultaatiotukioiden lisäksi järjestää joustavasti aikaa yhteisille tapauspohdinnoille.

### 5) Työssä jaksamisen tukeminen

Psykiatrin työssä kohtaamme myös raskaita asioita ja olemme muihin erikoisaloihin verrattuna ehkä eri tavalla tekemisissä kuoleman riskin kanssa. Näiden teemojen äärellä on tärkeää saada työyhteisössä tukea omalle jak-

samiselleen. Toisten huomioiminen ja läsnä oleminen päivittäisen työn äärelä luovat myönteisen ja avoimen työilmapiirin, joka mahdollistaa asioiden puheeksi ottamisen matalalla kynnyksellä. Lisäksi työnohjaus kuuluu oleellisena osana psykiatrin työhön. Mahdollisuus vaikuttaa oman työn sisältöön tukee myös työssä jaksamista.

*”Psykiatria on hieno erikoisala, kun vain resurssit ovat kohdallaan.”*

### 6) Mahdollisuus oppia ja kehittyä

Tampereen yliopiston psykiatrian erikoisalan vastuukouluttajat ovat upeasti tukeneet, kehittäneet ja järjestäneet erinomaista psykiatria erikoistuvien lääkäreiden koulutusta Seinäjoella. Erikoistuvien lääkäreiden palautteen perusteella juuri ryhmämuotoinen paikan päällä toteutuva kouluttautuminen on sitä parasta ja antoisinta. Psykiatrian toimintayksikkö mahdollistaa ja tukee merkittävästi psykiatrian erikoistumisvaiheessa olevien ja psykiatrian erikoislääkäreiden mahdollisuutta osallistua psykotera-

peutin pätevyyyteen johtaviin psykoteraapiakoulutuksiin.

### 7) Mahdollisuus tutkimustyöhön

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri tukee ansiokkaasti tutkimustyötä tekeviä lääkäreitä tutkijakuukausilla. Tälläkin hetkellä useampi yksikkömme lääkäreistä valmistelee väitöskirjaansa – ”hae hattusi” viestintämme on tuottanut tulosta.

### 8) Ilon kautta

Hyvään työyhteisöön ja työkuultuuriin kuuluvat myönteiset huomioinnit ja perinteet sekä tietenkin hyvät juhlat.

### Hyvä työkuultuuri luo jatkuvuutta ja mahdollisuuksia

Psykiatrian erikoisalaa käsittelevässä uutisoinnissa korostuvat usein negatiiviset kuvaukset. Uutiskynnyksen ylittävät vuorollaan lääkärivaje, pitkät hoitojonot ja väestön lisääntynyt mielenterveyspalvelujen tarve. Kun myönteiset asiat ja onnistumiset jäävät vähemmälle, syntyy psykiatriasta kuva vaativana ja työläänä erikoisalana.

Parhaimmillaan psykiatria on kuitenkin mitä hienoin laaja-alainen erikoisala. Mutta samalla se on altis mm. ympäröivässä yhteiskunnassa tapahtuville vaihteluille ja muutoksille sekä työntekijöiden saatavuuden haasteille.

Etenkin ennakoimattomat ja työra- sitetta lisäävät muutokset ovat usein

haaste työntekijöille ja työyhteisöille. Miten näihin muutoksiin tulisi varautua, jotta erikoistuva lääkäri kokisi työpaikan mieluisaksi ja vetovoimaiseksi?

Myönteisen työkuulttuurin kehittyminen ja säilyminen edellyttää samankaltaisten asioiden riittävää toistumista ja toistettavuutta. Työntekijöillä tulee olla luottamus siihen, että myös tänään ja huomenna aiemmin sovitut asiat ja sitoumukset pitävät.

Myös muutokselle on sijansa ja tarpeensa. Työyhteisöjen ja työkuulttuurien on elettävä ajassa. Silti jokaisena päivänä on pidettävä huolta, että uuden lääkärin on helppo tulla, aiemmin yksikössä työskennelleen lääkärin hyvä palata ja vakituisesti töissä olevien lääkärin on mahdollista kokea tasa-arvoisuutta ja viihtyä työssään. •

#### Antero Lassila

ylilääkäri, toiminta-aluejohtaja

#### Tiina Ojanpää

ylilääkäri, osastohoidon vastuualue

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, psykiatrian toimintayksikkö

#### SIDONNAISUDET

Antero Lassila, Tiina Ojanpää: Ei sidonnaisuuksia.

**Nyt entistä vahvempi verkossa!**

Ulkoasultaan uudistunut verkkosivusto tuo luettavaksi joka arkipäivä reaaliaikaiset sisällöt lääketieteestä, työelämän ilmiöistä ja terveyspolitiikasta.

Suuntaa osoitteeseen [Lääkärilehti.fi](https://www.laakarilehti.fi)

**Lääkärilehti®**

Uutiset, tiede, elämä ja ihminen, terveys

**Luettavat**

1. Lääkärilehti on alan johtava verkkosivusto, joka tarjoaa ajankohtaisia uutisia, artikkeleita ja tutkimuksia.
2. Sivustolla on kattava valikoima sisältöä, joka on helppo käyttää ja jota on helppo jakaa.
3. Sivustolla on kattava valikoima sisältöä, joka on helppo käyttää ja jota on helppo jakaa.
4. Sivustolla on kattava valikoima sisältöä, joka on helppo käyttää ja jota on helppo jakaa.
5. Sivustolla on kattava valikoima sisältöä, joka on helppo käyttää ja jota on helppo jakaa.

**Lääkärilehtiä jäsenille**