

Haastavia tilanteita, haastavia tunteita

Tässä lehdessä puhutaan monista vahvoja tunteita herättävistä aiheista: lasten kiinnipitokokemuksista, tunteiden vallassa olevien vanhempien kohtaamisesta, koronapandemiasta. Kun hoitotyön yhteydessä puhutaan tunteista, puhutaan useimmiten asiakkaiden tai heidän läheistensä tunteista. Kuitenkin yhtä lailla me hoitotyön ammattilaiset koemme työssämme monenlaisia tunteita, jotka saattavat ohjata toimintaamme, jollemme osaa ja uskaltaa tunnistaa ja kohdata niitä.

Tutkijanakin olen joutunut tunteideni kanssa kohdakkain. Esimerkiksi erään tutkimukseen osallistuneen lapsen käytös herätti minussa ärsyyntymisen tunteita. Merkikillistä oli, että tunteissani tapahtui muutos, kun katsoin tilanteesta nauhoittamaani videota uudelleen ja uudelleen ja analysoin vuorovaikutusta. Lapsen toiminta alkoi tuntua pikemminkin hellyttävältä. Muutos tapahtui, kun siirsin näkökulmani aikuisen näkökulmasta lapsen näkökulmaan. Silloin kyse ei ollutkaan enää vääränlaisesta käyttäytymisestä, vaan lapsen tavasta hakea kontaktia, yrittää neuvotella, kutsua aikuista leikkimään.

Videointi on siis näkökulman vaihtamisen harjoitteluun oiva väline, jota kannattaa käytännön hoitotyössäkin hyödyntää. Koska omaa toimintaa on vaikea arjessa havainnoida, työyhteisössä olisi

hyödyllistä harjoittaa myös jakamisen kulttuuria ja pyytää ja antaa kollegoiden kesken myös havaintoja ja palautetta toiminnasta. Jakamista voi opetella esimerkiksi työnohjauksessa ja se on myös oiva paikka käsitellä työn herättämiä tunteita.

Kaikkien haastavien aiheiden keskellä haluamme Lanessa muistuttaa virkistymisen ja yhteisöllisyyden tärkeydestä. Tunteet tutkitusti tarttuvat, joten kannattaa hakeutua mahdollisimman usein sellaiseen seuraan, jossa hyvä fiilis tarttuu, jotta voimia riittää kohdata niitä vaikeampiakin tunteita ja tilanteita. Onneksi tunteita ja ajatuksia voi jakaa myös etäyhteyksien välityksellä, somessa ja Lanen kotisivuilla jäsenhuoneen keskustelupalstalla. Pidetään yhtä kaikkien haasteiden keskellä! ■



Johanna Olli
Päätoimittaja