

## Liite 3

Taulukoissa 5 ja 7 mainittujen ohjausmenetelmien kuvaukset.

| Ohjausmenetelmä    | Kuvaus  |
|--------------------|---|
| Kuvarefleksio      | <p>Tavoite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Harjoitella reflektiotaitoja ja kuuntelemista</li> <li>• Sanallistaa puhuen tai kirjoittaen omaa ajattelua turvallisesti</li> </ul> <p>Toteutus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rauhoitetaan pienryhmässä itsevalittujen tai annettujen kuvien äärelle tunnistamaan ja jäsentämään kokemuksia, ajatuksia ja tunteita, joita kuvat herättävät</li> <li>• Hiljaisen pohdinnan jälkeen ryhmän jäsenet vuorotellen kertovat kuvien aktivoimasta pohdinnasta. Muut voivat tarvittaessa tukea ja syventää reflektiota</li> <li>• Pohdinta voi olla vapaata tai se voidaan kohdistaa sekä akuutteihin tarpeisiin että laajempiin viitekehyksiin</li> <li>• Sopii hyvin esim. työhyvinvointiin, tunnekuormiin, potilaskohtaamisiin, työhistoriaan ja urasuunnitteluun liittyvien teemojen käsittelyyn</li> </ul> |
| Minun lääkäriyteni | <p>Tavoite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lääkärin identiteetin pohdinta ja oman kehityskaaren reflektio</li> </ul> <p>Toteutus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toteutetaan kuvatyöskentelynä pienryhmissä</li> <li>• Ennakkotehtävänä kuvien kerääminen ennen ryhmätapaamista</li> <li>• Valmiiden tuotosten jakaminen pienryhmän kesken</li> <li>• Käyttö vaatii henkilökohtaisen kokemuksen menetelmästä</li> </ul> <p>Lisätietoja: menetelmäkoulutus nina.tusa@uef.fi</p>  |
| Moka-meeting       | <p>Tavoite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lääkäri tai ryhmä pohtii "läheltä piti"-tilanteiden tai virheiden syntyyn johtaneita tekijöitä ja keinoja virheiden välttämiseksi syylisämättömässä ilmapiirissä</li> </ul> <p>Toteutus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lääkäri kertoo tekemästään virheestä/"läheltä piti" -tilanteesta sekä sen aiheuttamista tunteista ja taustoista</li> <li>• Lääkäri pohtii tilanteeseen johtaneita syitä eri näkökulmista sekä omia ajatuksiaan vastaavan välttämiseksi. Ohjaaja/ryhmä täydentävät pohdintaa vieden keskustelua myös yleiselle tasolle</li> <li>• Lääkäri pohtii, miten tapahtunut opetti/muutti häntä ja hänen näkemyksiään (hänestä itsestään, lääkärin työstä tai työyhteisön prosesseista)</li> </ul>   |
| Onnistumis-meeting | <p>Tavoite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lääkäri tai ryhmä pohtii onnistumiseen vaikuttaneita eri tekijöitä (lääkärin, työyhteisön, potilaan, toimintatapojen ynnä muiden osuus) ja niiden yleistettävyyttä</li> </ul> <p>Toteutus</p>   |

|  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryhmä- tai yksilöohjaustunti, jossa ohjattava kertoo jostain työssä onnistumisesta (esimerkiksi potilastapaus, työnhallinta)</li> <li>• Tapauksen esittelyn jälkeen erikoistuva kertoo ensin oman käsityksensä onnistumiseen vaikuttavista tekijöistä ja sen tuomista tunteista. Hän voi pohtia tapausta myös WONCA-puun kautta: millä puun oksilla tai lehdillä hän onnistui.</li> <li>• Ohjaaja ja/tai ryhmä täydentävät pohdintaa ja antavat palautetta</li> <li>• Erityisen käyttökelpoinen silloin, kun erikoistuvien keskuudessa on paljon kuormittuneisuutta</li> </ul>   |
| Päätöksentekopeli  | <p>Tavoite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Harjoitellaan päätöksentekoa tilanteessa, jossa aikaa on rajallisesti</li> <li>• Tuodaan näkyväksi päätöksenteon taustalla olevaa ajattelua</li> <li>• Arvioidaan, annetaan palautetta ja opitaan kanssapelaajilta</li> </ul> <p>Toteutus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soveltuu ryhmäohjaukseen</li> <li>• Pelialusta on HUS:n perusterveydenhuollon yksikön tekemä ja sen käyttö vaatii perehtymistä sekä henkilökohtaista kokemusta pelaamisesta</li> <li>• Lisätietoa oman alueen erikoislääkärikoulutuksen koordinoivalta taholta</li> </ul>  |
| Reflektiokortit  | <p>Tavoite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lääkäri pohtii omia asenteitaan, elämäkokemuksiaan ja niiden vaikutusta omaan toimintaan</li> <li>• Lisätä itsetuntemusta ja opetella kuuntelua</li> </ul> <p>Toteutus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kortit soveltuvat ryhmä- ja yksilöohjaukseen</li> <li>• Vaatii perehtymistä ja kouluttajan oman kokemuksen pelaamisesta</li> <li>• Lisätietoa oman alueen erikoislääkärikoulutuksen koordinoivalta taholta</li> </ul>   |
| Vastaanottopäiväkirja<br>Linkki:<br><a href="https://www.duodecim.fi/wp-content/uploads/sites/9/2015/11/ohjauksessa_osaamista_oivallusta_onnistumisen_iloa.pdf">https://www.duodecim.fi/wp-content/uploads/sites/9/2015/11/ohjauksessa_osaamista_oivallusta_onnistumisen_iloa.pdf</a><br>Sivut 69–70 | <p>Tavoite</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lääkäri havaitsee omia kehittymistarpeitaan potilaan tarpeisiin vastaamisen näkökulmasta</li> </ul> <p>Toteutus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erikoistuva tekee muistiinpanoja päiväkirjalomakkeelle esim. Kymmenestä peräkkäisestä potilaskontaktistaan ilman potilasta yksilöiviä tietoja</li> <li>• Hän käy listan läpi lähitulevaisuudessa ja pohtii, tulivatko kaikki potilaan tarpeet tyydytetyksi vai olisiko hän voinut toimia toisin</li> <li>• Lomakkeen sisältö käydään läpi joko kaksin ohjaajan kanssa tai vertaisten kanssa ryhmässä</li> <li>• Samaa periaatetta on mahdollista hyödyntää myös jostain muusta näkökulmasta (läheteiden tarkastelu, hoitosuunnitelman tekeminen ynnä muu)</li> </ul> |