

Uusiin maailmoihin

UUSIIN MAAILMOIHIN

Uusiin maailmoihin

OPINTO-OPAS 2009

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan laitos

Sosiaali- ja terveysalan
erikoistumisopinnot

Työterveyshuollon erikoistumisopinnot
fysioterapeuteille ja terveydenhoitajille

30 op



Sinun maailmasi?

Lahden ammattikorkeakoulu

Työterveyshuollon erikoistumisopinnot fysioterapeuteille ja terveydenhoitajille

Työelämä muuttuu nopeasti, työn vaatimukset kasvavat, kansainvälinen kilpailu kiristyy ja talous muuttuu yhä kansainvälisemmäksi. Työorganisaatiot muuttuvat ja uusiutuvat. Myös ammattitaito- ja oppimisvaatimukset kasvavat ja monipuolistuvat. Samanaikaisesti työntekijöiden keski-ikä nousee. Työikäisen väestön työ- ja toimintakyvyn ylläpito on keskeistä, jotta työssä jaksetaan ja jatketaan nykyistä kauemmin. Nämä ovat tämän hetken ja tulevaisuuden työelämän haasteita, siten ne ovat haasteita myös työterveyshuollolle. (STM Tulevaisuuskauppa 2006.)

Työterveyshuoltopalvelujen sisältöä ja laatua kehitetään työelämän uusia tarpeita vastaaviksi osana työelämän yleistä kehittämistä sekä osana perusterveydenhuoltoa ja työsuojelua. Työterveyshuoltoa toteutetaan yhteistyössä työelämän kanssa moniammatillisena toimintaprosessina. Työterveyshuollossa laadukas toimiminen edellyttää hyvää ammattitaitoa ja sen jatkuvaa päivittämistä. Työterveyshuoltolaissa (1383/2001) ja valtioneuvoston asetuksessa (1484/2001) on määritelty koulutusvaatimukset, jotka antavat pätevyiden toimia työterveyshuollon ammattihenkilöinä (terveydenhoitajat) ja asiantuntijoina (fysioterapeutit). Lahden ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveysalan laitoksen Työterveyshuollon erikoistumisopinnot antavat vaaditun pätevyiden ja pyrkivät vastaamaan työelämän haasteisiin.

Erikoistumisopintojen tavoitteena on luoda fysioterapeuteille ja terveydenhoitajille valmiuksia toimia työterveyshuollossa ja erilaisissa työelämän projekteissa. Opinnot etenevät prosessimaisesti vahvassa työelämäyhteydessä noudattaen työterveyshuollon ydinprosessien kulkua. Opinnot ohjaavat ongelmanratkaisuun, jatkuvaan oppimiseen, oman toiminnan arviointiin, kriittiseen ajatteluun, oman työn reflektointiin, yrittäjämäiseen toimintaan ja työnsä jatkuvaan innovatiiviseen kehittämiseen. Työtä kehitetään näyttöön perustuvaksi uusinta tutkimustietoa hyödyntäen. Tavoitteena on kouluttaa työterveyshuollon osaajia, jotka pystyvät edistämään työssä jaksamista ihmisen työelämän kaikissa vaiheissa sekä toimimaan yksin ja alansa asiantuntijana moniammatillisissa tiimeissä.

HYVÄ TIETÄÄ

Olet opiskelijana:

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan laitos
Hoitajankatu 3
15850 LAHTI
puh. (03) 828 19 (vaihe)

sähköposti etunimi.sukunimi@lamk.fi

Ryhmäsi tunnus on:

08TT09

Ryhmäsi tutor:

Riitta Airola, TtM, hoitotyön lehtori
puh. (03) 828 2781

Opintotoimisto:

Outi Kylliäinen, opintos sihteeri
puh. (03) 828 2744

Osallistuminen lähiopetusjaksoihin ja arviointi

Teoriaopinnoista noin neljännes on lähiopetusta ja ne järjestetään pääsääntöisesti perjantaina ja lauantaina noin kaksi kertaa kuukaudessa. Opinnot etenevät prosessimaisesti. Osa opinnoista on eriytyviä (ft ja th) ja osa opinnoista toteutuu Moodle-verkkoalustaa hyödyntäen.

Oppimisprosessin eteneminen edellyttää aktiivista osallistumista lähiopetusjaksoihin ja opintoihin sisältyviin demonstraatioihin (fysioterapeutit) sekä oppimistehtävien suorittamista. Jokaisella voi kuitenkin tulla joskus sairastumisia tai muita pakollisia esteitä. Sovi silloin oman tuutorisi kanssa, miten voit kyseisen jakson korvata eli suorittaa toisella tavalla. Voit itse tehdä suorittamistavasta esityksen.

Opinnot arvioidaan asteikolla hyväksytyt/tyydennettävä/hylätty. Todistuksen saaminen edellyttää kaikkien opintojaksojen hyväksytyä suorittamista.

Yleistä aikuiskoulutuksesta

Sosiaali- ja terveysalan laitoksella aikuiskoulutus pohjautuu vahvasti aikuispedagogiikkaan, jossa pääpainona on auttaa aikuisia oppimaan opetusjärjestelyiltään ja pedagogisilta ratkaisuiltaan mielekkäällä tavalla. Koulutus on suunniteltu niin, että opinnot on pääosin mahdollista suorittaa työn ohessa. Opetus toteutetaan pääsääntöisesti monimuoto-opiskeluna, jossa lähiopiskelu, itsenäinen opiskelu, työelämän harjoittelujaksot, verkko-oppiminen sekä yksilö- ja ryhmäohjaus yhdistyvät oppimisessa.

Opiskelun tavoitteena on aiemmin opitun ja koulutuksen tuottaman opetuksen integroituminen uudeksi osaamisen kokonaisuudeksi. Aikuisopiskelussa korostuvat oppijan jatkuva kehittyminen ja elinikäinen oppiminen. Oppijan kehittyminen korostuu opinnäytetyössä, jossa aikuisopiskelija vastaa työelämästä nousseeseen kehityshaasteeseen.

Oppijälähtöisyyden toteutuminen opintosuunnitelmassa

Aikuisopiskelussa hyödynnetään aikuisten elämäkokemusta ja työelämän tuntemusta ja tuetaan positiivisten oppimiskokemusten syntymistä. Opetuksessa korostuu kokemuksen ja uuden tiedon reflektointi.

Opiskelija laatii opintojen alkuvaiheessa henkilökohtaisen oppimissuunnitelman (HOPS), jonka avulla hän sovitaa osaamistaan opetussuunnitelman osaamistavoitteisiin.

Aikuisopiskelijan opiskelussa huomioidaan hänen aiemmin hankitun osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen. Tunnistaminen ja tunnustaminen toteutuu Lahden ammattikorkeakoulun käytänteiden mukaisesti. Hyväksilukemisen lähtökohdaksi on opintojakson tavoitteita vastaava osaaminen. Opiskelija keskustelee opettajatutorinsa kanssa mahdollisista hyväksilukemisista sekä opintojen erityyppisistä suoritustavoista. Suunnitelmasta opiskelija rakentaa kirjallisen HOPSin, jonka hän hyväksyy opettajatutorilla. HOPSia tarkennetaan opintojen eri vaiheissa. Aiemman opitun tunnistamisesta ja tunnustamisesta hakemisesta vastaa opiskelija.

Kokonaisvaltainen opiskelun prosessi näkyy yksilöllisen ja yhteisöllisen oppimisen vuoropuheluna. Opiskelun yksilöllinen ja itseohjautuva luonne näkyy opinnoissa mm. itsenäisenä tiedonhakuna ja oppimateriaaliin tutustumisena. Yhteisöllinen luonne näkyy vuorostaan pienryhmissä tehtävien seminaaritöiden yhteisrakentamisena, esittämisenä sekä opiskelijoiden kesken vallitsevana vuorovaikutteisena keskusteluna. Vuorovaikutteisella keskustelulla rakennetaan yhteistä näkemystä mm. opittavista asioista sekä työelämä harjoittelusta esille nousseista asioista.

Verkko-opetuksella tarkoitetaan verkkoalustaista oppimisympäristöä. Opiskelijat työskentelevät niin yksilöllisesti kuin yhteisöllisesti opintoja myös verkko-opetuksen muodossa. Verkko-opetus toteutuu itseohjautuvasti tai ohjatusti. Opiskelija pyrkii paitsi yksilölliseen oppimiseen myös sosiaalisessa kontekstissa jaetun asiantuntijuuden hankkimiseen. Sosiaali- ja terveysalan laitoksella verkko-opetus on tärkeä osa aikuisten opiskelua. Verkko-opetus edellyttää opiskelijalta tietokonetta ja verkkoyhteyttä.

Opiskeluun kuuluu vahvasti oppijan itsearviointi. Itsearviointi perustuu humanistiseen ihmiskäsitykseen ja itseohjautuvuuden periaatteeseen: sen perimmäisenä lähtökohdaksi on usko ihmisen omaan kykyyn ratkaista itseään koskevia asioita. Itsearvioinnin tehtävänä on tukea yksilötasolla tapahtuvaa oppimista, toiminnan kehittämistä ja arviointia. Itsearviointi kuuluu osaksi opintoja ja sen tarkoitus on kohdistua itselle tärkeisiin osa-alueisiin. Opintojen alusta lähtien aikuisopiskelijoita tuetaan itseohjautuvuuden vahvistumiseen.

Opettajatutor

Aikuisopiskelijoiden opettajat toimivat ohjaajina ja tukijoina. Opintoja tuetaan lisäksi aktiivisella tutoroinnilla, jolla tarkoitetaan sitä, että jokaiselle ryhmälle on nimetty 1 – 2 opettajatutoria. Opettajatutorit ovat asiantuntijoita kyseisillä koulutusaloilla ja heidän keskeinen päämääränsä on auttaa, tukea, opastaa, ohjata ja neuvoa opiskelijoita saavuttamaan opiskelulle asetetut tavoitteensa sekä ohjata oppimisen ja opiskelun prosessissa. Tutorointi on opiskelijan ja opettajan välistä yhteydenpitoa (dialogia), jossa pyrkimyksenä on vähentää oppimisesteitä, edistää oppimista ja itsenäistä oppimisprosessin hallintaa ja näin saavuttaa oppijan itseohjautuvuusvalmius.

Tutorointi organisoituu Sosiaali- ja terveysalan laitoksella sekä yksilö-, ryhmä- että vertaistutoroinnilla. Opintojen alkuvaiheessa kukin opiskelija tapaa opettajatutorinsa henkilökohtaisesti, lisäksi opettajatutorit tapaavat koko ryhmän säännöllisin väliajoin. Lähtötapaamisten määrä on opintojen alkuvaiheessa suurempi ja vähenee sekä vaihtuu opintojen edetessä etäohjaukseksi.

Vertaistutorointi

Vertaistutoroinnilla tarkoitetaan kansaoppijoiden tukea, eli opiskelijaa joka on edennyt omissa opinnoissaan jo pidemmälle, jolloin hän ohjaa ja opastaa opintonsa aloittaneita opiskeluaan liittyvissä asioissa.

Kansainvälisyys

Sosiaali- ja terveysalan laitoksella kansainvälisyys on näkyvä osa laitoksen toimintaa. Aikuisopiskelijan kansainvälisiä ja monikulttuurisia valmiuksia pyritään vahvistamaan opintojen aikana. Sosiaali- ja terveysalan laitoksen yhteistyö kansainvälisten korkeakoulujen kanssa näkyy mm. hanke- ja verkostoyhteistyönä, opettaja- ja opiskelijaliikkuvuutena sekä kansainvälisen ulottuvuuden tuomisena opetukseen useilla eri tavoilla. Aikuisopiskelijan kotikansainvälistymistä (IaH) lisäävät myös laitoksessa opiskelevat maahanmuuttajaopiskelijat, joiden koulutus on osa Sosiaali- ja terveysalan laitoksen kansainvälistä toimintaa.

Opintojen rakenne

Työterveyshuollon erikoistumisopinnot fysioterapeuteille ja terveydenhoitajille 30 op	30
YLEISOPINNOT 3 OP	3
08OPVAL06 Oppimisvalmiuksien kehittäminen Soveltava englanti Tietotekniikka Näyttöön perustuva työ ja oman työn kehittäminen	3
AMMATILLISET OPINNOT 19 OP	19
08TTPER06 Työterveyshuollon perusteet Toimintaa ohjaavat lait ja säädökset Hyvä työterveyshuolto- / työfysioterapiakäytäntö	2
08TYÖSEL Työpaikkaselvitys ja toimintasuunnitelma	4
08TERVAAR Työn terveysvaarojen ja haittojen tunnistaminen ja arviointi Työturvallisuus ja työsuojelutoiminta	2
08TYKU06 Työssä kuormittuminen ja sen arviointi Työn fyysinen kuormitus ja sen arviointi Työn psyykinen kuormitus ja sen arviointi Työn sosiaalinen kuormitus ja sen arviointi Työn fysikaalisista tekijöistä johtuva kuormitus ja sen arviointi Työajoista johtuva kuormitus ja sen arviointi	5
08TYKY06 Työkykyä ylläpitävä ja tukeva toiminta Terapeuttinen harjoittelu työkykyä ylläpitävänä toimintana Terveystarkastukset Tietojen anto, neuvonta ja ohjaus Terveystarkastukset Aikuisen oppiminen ja ohjaaminen Kuntoutusmahdollisuudet Työyhteistyö Työterveyshuolto osana yrityksen työhyvinvointitoimintaa	4
08TT-HALL06 Työterveyshuollon hallinto ja markkinointi Työterveyshuollon hallinto ja johtaminen Moniammatillisuus työterveyshuollossa Laadunhallinta Tuotteistaminen ja markkinointi Yrittäjyys	2
PROJEKTITYÖ JA HARJOITTELU 9 OP	8
08PROKEH06 Projektityön perusteet ja kehittämisprojekti	
08HARTT07 Harjoittelu	
08TYFTTUT07 Työfysioterapeutin työhön tutustuminen	
ERIKOISTUMISOPINNOT YHTEENSÄ 30 OP	30

Työterveyshuollon erikoistumisopinnot fysioterapeuteille ja terveydenhoitajille

Yleisopinnot 3 op

08OPVAL06 OPPIMISVALMIUKSIEN KEHITTÄMINEN

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija orientoituu erikoistumisopintoihin sekä oman oppimisen tiedostamiseen, suunnitteluun ja arviointiin. Opiskelija oppii käyttämään portfolioa ja oppimispäiväkirjaa apuna arvioidessaan oppimistaan ja ammatillista kasvuaan sekä oppii hyödyntämään portfolioa työpaikkaa hakiessaan. Lisäksi opiskelija kehittyy tietotekniikan hyödyntämisessä tiedonhaun ja – käsittelyn apuvälineenä Hän oppii käyttämään tieteellistä tietoa työnsä perustana. Opiskelija oppii työterveyshuollon keskeiset englanninkieliset käsitteet.

- Tuutorointi, itseohjautuvuus, oppimispäiväkirja, portfolio
- Soveltava englanti
- Tietotekniikka: Tekstin käsittely, sähköposti, internet, erilaiset tietokannat, Moodle-alusta
- Oman työn kehittäminen näyttöön perustuen

Suoritustapa

Oppimistehtävä

Oppimispäiväkirja

Portfolio

Arviointi

Hyväksytty / Hylätty

Opiskelumateriaali

Elomaa, L. & Mikkola, H: 2004. Näytön jäljillä – tiedonhaku näyttöön perustuvassa hoitotyössä. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja. Turku.

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita.

Härkönen, P.1999. Portfoliokäsikirja. Ammattikorkeakoulujoiden ammatillinen kasvu. SAMOK.

Koro, J. 1993. Aikuinen oman oppimisensa ohjaajana. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.

Lahden ammattikorkeakoulun opinnäytetyöohje 2001. <http://reppu.lamk.fi> (opinnäytetyö).

Lauri, S. (toim.) 2003. Näyttöön perustuva hoitotyö. WSOY, Juva.

Lindberg, J. 1994. Oppimaan oppiminen: opas oppimistaitojen kehittämiseen. Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskus.

Niikko, A. Portfolio oppimisen avartajana. Tammi, Helsinki.

Terveyttä ja hyvinvointia näytöön perustuvalla työllä. Kansallinen tavoite- ja toimintaohjelma 2004-2007. Sosiaali- ja terveysministeriö. STM:n julkaisuja 2003:18. (www.stm.fi)

Voutilainen, P., Leino-Kilpi, H., Mikkola, T. & Peiponen, A.(toim.) Hoitotyön vuosikirja 2001. Näyttöön perustuva hoitotyö. Tammi. Helsinki.

Muu ajankohtainen kirjallisuus ja materiaali sovitaan opintojen aikana.

AMMATTILLISET OPINNOT 19 OP

08TTPER06 TYÖTERVEYSHUOLLON PERUSTEET 2 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija perehtyy työterveyshuollon ja työsuojelun toimintakenttään ja niitä sääteleviin lakeihin ja säädöksiin. Opiskelija perehtyy työterveyshuollon korvauskäytänteisiin. Opiskelija tietää, mitä on hyvä työterveyshuolto-/työfysioterapiakäytäntö sekä millainen on työfysioterapeutin / työterveyshoitajan rooli työterveyshuollon toimintakentässä Suomessa ja kansainvälisesti.

- Toimintaa ohjaavat lait ja säädökset
- Hyvä työterveyshuoltokäytäntö/hyvä työfysioterapiakäytäntö
- Työterveyshuollon korvauskäytänteet

Suoritustapa

Verkkotehtävä ja aktiivinen osallistuminen lähiopetukseen

Arviointi

Hyväksytty / Hylätty

Opiskelumateriaali

Antti-Poika, M. , Martimo, K-P, Husman, K. (toim.) 2003. Työterveyshuolto. Duodecim, Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Kukkonen,R., Hanhinen, H.,Ketola, R. ym. 2001. Työfysioterapia. Yhteistyötä työ- ja toimintakyvyn hyväksi. Työterveyslaitos. Helsinki.

Lehtinen, S. & Rantanen, J. 1999. Työterveyden maailma. Työterveyslaitos. Helsinki.

Räsänen , K. (toim.) 2002. Työterveyshuolto Suomessa vuonna 2000 –1990-luvun kehitystrendit. Sosiaali- ja terveysministeriön tulevaisuus katsaus 2006. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2006:35. STM.

Työterveyslaitos. Sosiaali- ja terveysministeriö.

Taattola, K. (toim) 2000. Hyvä työterveyshuoltokäytäntö maatalousyrittäjien työterveydenhuollossa. Työterveyslaitos, Sosiaali- ja terveysministeriö

Työ ja Terveys Suomessa v. 2003. Työterveyslaitos, 2004. Helsinki.
Työterveyshuoltolaki 2001/1383 (lait löytyy esim. www.finlex.fi)
Työturvallisuuslaki 2001/738
Valtioneuvoston asetus hyvän työterveyshuoltokäytännön periaatteista, työterveyshuollon sisällöstä sekä ammattihenkilöiden ja asiantuntijoiden koulutuksesta 2001/1484
Valtioneuvoston periaatepäätös. Työterveys 2015. Työterveyshuollon kehittämislinjaukset. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2003:4. Helsinki. 2004.
www.kela.fi Kansaneläkelaitos
www.tsr.fi Työsuojelurahasto
www.vn.fi/stm Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki
www.stakes.fi Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus
Muu ajankohtainen kirjallisuus ja kansainväliset tutkimusartikkelit sovitaan opintojen aikana.

08TYÖSEL TYÖPAIKKASELVITYS JA TOIMINTASUUNNITELMA 4 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija perehtyy työterveyshuollon toimintasuunnitelmaan ja sen laadintaan sekä työpaikkaselvityksen tekemiseen.

- Työpaikkaselvitys
- Työterveyshuollon toimintasuunnitelma

Suoritustapa

Työpaikkaselvitys
Toimintasuunnitelma

Arviointi

Hyväksytty / Täydennettävä / Hylätty

Opiskelumateriaali

Mainitaan työterveyshuollon perusteet sekä työssä kuormittuminen ja sen arviointi opintojaksojen kohdalla.

08TERVAAR TYÖN TERVEYSVAAROJEN JA HAITTOJEN TUNNISTAMINEN JA ARVIOINTI 2 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija perehtyy työturvallisuuteen ja työsuojelutoimintaan sekä riskien tunnistamiseen ja arviointiin.

- Työturvallisuus ja työsuojelutoiminta

Suoritustapa

Oppimistehtävä yhdistyy työpaikkaselvitystehtävään

Arviointi

Hyväksytty / Täydennettävä / Hylätty

Opiskelumateriaali

KAURIS menetelmä työväkivaltariskien kartoitukseen ja hallintaan. 2002. Työterveyslaitos. Helsinki.
Pääkkönen, R., Rantanen, S. & Uitti 2006. Työn terveysturvallisuuden tunnistaminen. Työterveyslaitos. Helsinki.
Pääkkönen, R. & Rantanen, S. 2000. Työympäristön kemiallisten ja fyysikaalisten riskien arviointi ja hallinta. Työterveyslaitos. Helsinki
Taskinen, H., Lindblom, M-L & Frilander, H. 2006. Ohjeet vaaran arvioimiseksi erityisäitiysvapaan tarvetta harkittaessa. Työterveyslaitos. Helsinki.
www.tyoturvallisuuskeskus.fi Työturvallisuuskeskus.
www.tyosuojelu.fi Työsuojelupiirit.

08TYKU06 TYÖSSÄ KUORMITTUMINEN JA SEN ARVIOINTI 5 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija osaa tunnistaa ja analysoida työn kuormitustekijöitä erilaisin menetelmin muuttuvassa työelämässä. Opiskelija osaa soveltaa erilaisia keinoja kohtuullisen kuormituksen löytymiseksi. Opiskelija tunnistaa ihmisen voimavaroja ja oppii keinoja niiden tukemiseen ja vahvistamiseen.

- Työn fyysinen kuormitus ja sen arviointi
- Työn psyykinen kuormitus ja sen arviointi
- Työn sosiaalinen kuormitus ja sen arviointi
- Työn fyysikaalisista tekijöistä johtuva kuormitus ja sen arviointi
- Työajoista johtuva kuormitus ja sen arviointi

Suoritustapa

Aktiivinen osallistuminen lähiopetukseen ja demonstraatioihin

Oppimistehtävä liittyy työpaikkaselvitystehtävään

Arviointi

Hyväksytty / Täydennettävä / Hylätty

Opiskelumateriaali

Ahola, K., Kivistö, S. & Vartia, M. 2006. Työterveyspsykologia. Työterveyslaitos. Helsinki.
Ahonen, M., Launis, M., Kuorinka, T. (toim.) 2001. Työpaikan ergonominen selvitys. Työterveyslaitos. Helsinki
Hakanen, J., Ahonen, K., Härmä, M. ym. 1999. Voiman lähteet. Työn voimavarojen ABC. Työterveyslaitos. Helsinki.

Härmä, M. (toim.) 2000. Toimivat ja terveet työajat. Työterveyslaitos ja Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki

Ilmarinen, J. Pitkää työuraa!2006. Ikääntyminen ja työelämän laatu Euroopan unionissa. Työterveyslaitos. Helsinki.

Kalimo, R. & Hakanen, J. 1998. Työuupumus tutkimusten valossa. Työterveyslaitos. Helsinki

Kalimo, R. & Toppinen, S. 1997. Työuupumus Suomen työikäisellä väestöllä. Työterveyslaitos.Helsinki.

Kataja, J. 2003. Rentoutuminen ja voimavarat Edita. Helsinki.

Ketola, R. ym. 1996. Rasitusvammapas. Yläraajan rasitussairaudet ja yläraajoihin kohdistuvan kuormituksen arviointi. Työterveyslaitos. Helsinki

Laine, M., Wickström, G., Pentti, J., Elovainio, M., Kaarlela-Tuomaala, A., Lindström, K., Raitoharju, R. & Suomala, T. 2006. Työolot ja hyvinvointi sosiaali- ja terveysalalla 2005. Työterveyslaitos. Helsinki.

Laitinen, H., Rasa, P-L., Lankinen, T. ym. 2000. Elmeri – teollisuuden työympäristön havainnointi. Työterveyslaitos. Helsinki

Lindström, K ym. 2002. Työkuormitus ja sen arviointimenetelmät. Työterveyslaitos, Helsinki. Lindström, K., Elo, A-L., Hopsu, L., Kandolin, I., Ketola, R., Lehtelä J., Leppänen, A., Mukala, K., Rasa, P-L., Sallinen, M. 2005. Työnkuormituksen arviointimenetelmä TIKKA. Työterveyslaitos.

Gummerus Kirjapaino OY, Jyväskylä

Louhevaara, V. & Suurnäkki, T. 1991. Työasentojen kuormituksen arviointi: OWAS-menetelmä. Koulutusjulkaisu 11. Työterveyslaitos ja Työturvallisuuskeskus. Helsinki

McArdle, W., Katch, F. & Katch, V. 2000. Essentials of exercise physiology. Lippincott Williams & Wilkons.

Müller, K.2004. Aivokutinaa, Työterveyslaitos. Helsinki.

Sala, E., Sihvo, M. & Laine A. 2005. Ääniergonomia. Toimiva ääni työvälineenä. Työterveyslaitos. Helsinki.

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Väitöskirja. Oulun yliopisto E37, Oulu.

Tuomi, K., Ilmarinen, J., Jahkola, A. ym. 1997. Työkykyindeksi. Työterveyslaitos. Helsinki.

TTL, TTK, STM. 2001. Henkilönsuojaimet työssä. Työterveyslaitos. Helsinki.

Työ ja ihminen 3/2004. Ihminen tietotyössä. Aikakauskirja 18. vuosikerta.

Viitasalo, J., Raninen, J. & Liitsola, S. 1987. Voimaharjoittelun perusteet ja käytännön toteutus. Gummerus. Jyväskylä.

Waris, K. 1999. Mental well-being at work. A sign of a healthy organisation and a necessary precondition for organisational development. People and Work, Research Reports 28.

Waris, K. 2001. Kuormittuminen voimavaraksi. Näköaloja työelämään. Työterveyslaitos. Helsinki.

www.ttl.fi Työterveyslaitos.

Muut opintokokonaisuuteen liittyvät materiaalit sovitaan opintojen aikana.

08TYKY06 TYÖKYKYÄ YLLÄPITÄVÄ JA TUKEVA TOIMINTA 4 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija ymmärtää työkykyä ylläpitävän toiminnan kokonaisuuden, sisällön ja toiminnasta saatavan hyödyn osana organisaation laaja-alaista työhyvinvointia. Opiskelija perehtyy työkykyä ylläpitävän toiminnan menetelmiin ja osaa soveltaa hankkimaansa tietoutta omassa työssään työkykyä ylläpitävän toiminnan eri toimintatasoilla. Opiskelija tiedostaa terveyden edistämiseen liittyvät oppimisen ja ohjaamisen lainalaisuudet. Teoriaa hyödyntäen opiskelija analysoi omaa ja kollegan terveyden edistämisen- ja/tai ohjaamiskäytäntöään videolta ja laatii omat kehittämiskohteensa.

- Terapeuttinen harjoittelu työkykyä ylläpitävänä toimintana
- Terveystarkastukset
- Tietojen anto, neuvonta ja ohjaus
- Terveyden edistäminen
- Aikuisen oppiminen ja ohjaaminen
- Kuntoutusmahdollisuudet
- Työyhteistyö
- Työterveyshuolto osana yrityksen työhyvinvointitoimintaa

Suoritustapa

Oppimistehtävät liittyen aiempaan oppimistehtäväkokonaisuuteen

- Työhyvinvointi suunnitelman laatiminen
- Videoanalysointiin perustuva oppimistehtävä liittyen omaan tietojen antoon, neuvontaan ja ohjaukseen

Arviointi

- Hyväksytty / Täydennettävä / Hylätty

Opiskelumateriaali

Ahonen, G., Bjurström, L-M. & Hussi, T. 2001. Työkykyä ylläpitävän toiminnan taloudelliset vaikutukset. Sosiaali- ja terveysministeriö, Kansaneläkelaitos, Työterveyslaitos. Helsinki

Aro, T. & Matikainen, E. (toim.) 1998. Työkyky hallintaan - suunnitelmat käytännön toiminnaksi. Työterveyslaitos. Helsinki

Elo, A-L., ym. 2001. Tieto työ-toiminnan erilaisten muotojen ja menetelmien terveys- ja työkykyvaikutuksista. Työkyvyn ylläpidon tutkimus ja arviointi raportti 2. Sosiaali- ja terveysministeriö. Kansaneläkelaitos. Työterveyslaitos. Helsinki.

Hakanen, J. 2005. Työuupumuksesta työn imuun: työhyvinvointitutkimuksen ytimessä ja reuna-alueilla. Työterveyslaitos. Helsinki.

Hiisijärvi, S. & Aaltonen, T. (toim.) 1999. Konstit on monet 3. Osaamisen ja työkyvyn kehittämisen tositapauksia pk-yritysten työterveyshuollossa. Työterveyslaitos. Helsinki

Huuskonen, M., Laitinen, H. & Bergström, M. 2000. Työkyky yksilön, pienyrityksen ja yhteiskunnan menestystekijänä 2. Työ ja ihminen, tutkimusraportteja 16. Helsinki

Järvinen, A., Koivisto, T. & Poikela, E. 2000. Oppiminen työssä ja työyhteisössä. WSOY. Porvoo

Järvinen, P. 1998. Esimiestyö ongelmatilanteissa. WSOY, Porvoo.

- Kivistö, S. & Lehtinen S. 2005. Paluu työhön. Työterveyslaitos.
- Leskinen, J. 2006. Kyllin hyvä. Työterveyslaitos. Helsinki.
- Liira, J., Hallberg, A., Ylikoski, M. ym. 1999. Työkyvyn edistäminen, seuranta ja arviointi työterveyshuollossa. Työterveyslaitos. Helsinki.
- Linström, K. & Leppänen, A. 2002. Työyhteisön terveys ja hyvinvointi. Työterveyslaitos. Helsinki.
- Moilanen, J. 1999. Työolojen vaikutukset ikääntyvän henkilöstön työkykyyn ja niiden taloudellinen merkitys. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki
- Multanen L, Bredenberg K, Koskensalmi S, Lauttio L-M, Pahkin K. 2005. Parempi työyhteisö - Avaimia kehittämiseen. Työterveyslaitos.
- Nikulin, E. 2001. Miten onnistun ryhmän kanssa? Ryhmänohjaajan opas – työkykyä ylläpitävään toimintaan. Kuntoutussäätiö.
- Notkola V. (toim.). 2002. Työhyvinvointi ei ole sattumaa - tutkimus hyvien käytäntöjen vaikuttavuudesta. Työministeriö, Työssä jaksamisen ohjelma.
- Peltomäki, P. ym. 2002. Tyky-barometri. Työkykyä ylläpitävä ja edistävä toiminta suomalaisilla työpaikoilla vuonna 2001. Työterveyslaitos. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki.
- Perkiö-Mäkelä, M., Nevala, N. & Laine, V. 2006. Hyvä koulu. Työterveyslaitos. Helsinki.
- Pietilä, A-M. toim. 2002. Terveiden edistämisen uudistuvat työmenetelmät. WSOY, Helsinki.
- Riikonen E, Tuomi K, Vanhala S, Seitsamo J. 2003. Hyvinvoiva henkilöstö - menestyvä yritys. Työterveyslaitos. Helsinki.
- Terveystarkastukset työterveyshuollossa. 2005. Ohjeet terveystarkastuksiksi erityistä vaaraa aiheuttavissa töissä. Sosiaali- ja terveysministeriö ja Työterveyslaitos, Helsinki.
- Virtanen, S., Helakorpi, S., Kauppinen, T., Prättälä, R. Tuomi, K., Uutela, A. & Palo, L. 2006. Elintavat ja työssä altistuminen Suomessa. Työterveyslaitos. Helsinki.
- Muu ajankohtainen materiaali sovitaan opintojen aikana.

08TT-HALL06 TYÖTERVEYSHUOLLON HALLINTO JA MARKKINOINTI 2 OP

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija oppii tuotteistamaan työterveyshuollon osaamistaan ja ymmärtää markkinoinnin ja yrittäjyyden osana laadukasta toimintaa. Opiskelija kehittyy yhteistyötaitoissaan ja hänen toimintansa on eettisesti korkeatasoista. Opiskelija tutustuu organisaatioiden johtamisen teorioihin, strategiseen johtamiseen sekä osaamisen johtamiseen. Opiskelija tunnistaa organisaatioiden erilaisia toimintamalleja ja ymmärtää niiden vaikutuksen omaan työhönsä. Opiskelija kykenee yhteistyöhön eri tahojen kanssa ja pystyy toimimaan asiantuntijana moniammatillisissa tiimeissä

- Työterveyshuollon hallinto ja johtaminen
- Moniammatillisuus työterveyshuollossa
- Laadunhallinta

- Tuotteistaminen ja markkinointi

- Yrittäjyys

Suoritustapa

Aktiivinen osallistuminen lähiopetukseen

Arviointi

Osallistunut / ei osallistunut

Opiskelumateriaali

- Aaltonen, T. & Martimo, K-P. (toim.) 1999. Konstit on monet 1. Laadunkehittämisen tositapauksia työterveyshuollossa. Työterveyslaitos. Helsinki
- Antti-Poika, M. 2002. Laatujohtaminen työterveyshuollossa. Työterveyslaitos. Helsinki
- Antti-Poika, M. & Outinen 1997. Työterveyshuollon toimintajärjestelmä ISO 9001 -standardin mukaan.
- Anttiroiko, A-V. 1997. Sisäinen yrittäjyys julkisissa organisaatioissa: sisäinen yrittäjyys julkisen hallinnon tehokkuuden ja vaikuttavuuden parantamisen keinona. Raportti. Tampereen yliopisto, kunnallistieteiden laitos.
- Helakorpi, S. 2001. Innovatiivinen tiimi- ja verkostokoulu.
- Heinonen, J., Vento-Vierikko, I. 2002. Sisäinen yrittäjyys. Uskalla, muutu, menesty. Tallentum media Oy. Gummeruksen kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Holma, T., Outinen, M., Idänpää-Heikkilä, U. & Sainio, S. 2001. Kirkasta ja uudista laadunhallintaa – kehittä laatutalo. Opas sosiaali- ja terveydenhuollon organisaatioille. Suomen kuntaliitto, Helsinki.
- Holtari, T. 1977. Huipputiimi osaa asiakkaat ja on rehellinen itselleen. Fakta 5.
- Jämsä, K., Manninen, E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Tammi. Helsinki.
- Jalava, U. & Virtanen, P. 2000. Innovatiiviseen projektijohtamiseen. Tammi, Helsinki.
- Jouttimäki, L. & Leino, T. 2006. Työterveyshuollon laatuavain – itsearviointin työkalu. Työterveyslaitos. Helsinki.
- Jouttimäki, L. 2001. Työprosessin kuvaaminen ja parantaminen. Laadun ABC työterveyshuollossa. Työterveyslaitos. Helsinki
- Kyrölahti, E. 2005. Työterveyshuollossa työskentelevän terveydenhoitajan ammatillinen osaaminen. Tampereen yliopisto.
- Rautio, M. 2005. Muuttuva työelämä haastaa työterveyshuollon kehittämään menetelmiään ja osaamistaan. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A Tutkimuksia 9. Oulun yliopisto.
- Sarala, U. & Sarala, A. 1996. Oppiva organisaatio. Oppimisen, laadun ja tuottavuuden yhdistäminen. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus.
- Tenhunen, L. 2004. Yrittäminen sosiaali- ja terveysalalla. Järvenpää. Yrityssanommat Oy.
- Muu ajankohtainen materiaali sovitaan opintojen aikana.

PROJEKTITYÖ JA HARJOITTELU 8 OP

08PROKEH06 PROJEKTITYÖN PERUSTEET JAKEHITTÄMISPROJEKTI

08HARTT07 HARJOITTELU

08TYFTTUT07 TYÖFYSIOTERAPEUTIN TYÖHÖN TUTUSTUMINEN

Tavoitteet ja sisältö

Opiskelija osaa projektimaisen työskentelyn ja pystyy soveltamaan projektitietouttaan työelämän kehittämishankkeisiin. Projektityöskentelyn avulla opiskelija oppii kehittämään omaa työtään, sen laatua ja vaikuttavuutta. Opiskelija kehittää tiedonhankinta- ja käsittelytaitojaan sekä tutkivaa ja teoreettisesti hallittua työtötään.

Harjoittelussa terveydenhoitajaopiskelija harjaantuu työskentelemään hoitotyön asiantuntijana työterveyshuollossa tai muussa vastaavassa työyhteisössä. Hän pystyy hyödyntämään teoretietojaan ja yhdistämään ne käytännön toimintaan yksin ja moniammatillisessa työyhteisössä. Opiskelija kehittää ongelmaratkaisutaitoaan ja tutkivaa työtötään. Harjoittelun voi suorittaa Suomessa tai ulkomailla.

Tutustumiskäynnillä fysioterapeutti tutustuu työfysioterapeutin työhön erilaisissa työterveyshuollon toimintaympäristöissä.

- Projektityön perusteet
- Kehittämiprojekti: projektisuunnitelma, projektin toteutus ja projektiraportti. Osallistuminen seminaareihin.
- Harjoittelu: harjoittelupaikan hankkiminen ja harjoittelun toteutus (terveydenhoitajat).
- Tutustumiskäynti ja siihen liittyvä raportointi (fysioterapeutit)

Suoritustapa

Työelämälähtöinen projektityö

Aktiivinen osallistuminen lähiopetukseen

Harjoittelu (th)

Tutustumiskäynti (ft)

Arviointi

Hyväksytty / Täydennettävä

Opiskelumateriaali

Mäkisalo, M. Me teemme sen, Hoitotyöntekijä oman työnsä tutkijana ja kehittäjänä. Kirjayhtymä, Helsinki.

Ruuska, K. 1999. Projekti hallintaan. Suomen ATK-kustannus. Espoo.

Salonen, L. 1996. Teemme projektin. Posiplan Oy.

Viirkorpi, P. 2000. Onnistunut projekti: opas kunta-alan projektityöskentelyyn. Suomen kuntaliitto 2000. Helsinki.

Virtanen, P. 2000. Projektityö. WSOY. Helsinki.