

**Etelä-Savon psykologiyhdistyksen
jäsenlehti 1/2014**

Empauttaja



Etelä-Savon psykologiyhdistyksen jäsenlehti

1/2014

Sisällys

- Puheenjohtajan palsta
 - Kevätkokouskutsu
 - Etelä-Savon Psykologiyhdistyksen koulutusiltapäivä 28.3.
 - Ehdotus toimintakertomukseksi vuodelta 2013
 - Tilinpäätös vuodelta 2013
 - Eteläsavolaiset psykologit esittäytyvät
 - Lokakuisesta ammattieettisestä koulutuksesta
 - Kenestä Vuoden eteläsavolainen psykologi?
 - After Work 14.5.
 - Opintoavustusten myöntäminen
 - Johtokunta
-

Empauttaja on Etelä-Savon psykologiyhdistyksen jäsenlehti

Empauttaja ilmestyy 1 – 2 kertaa vuodessa

Empauttajan on johtokunnan ja muun jäsenistön avustuksella toimittanut tiedotusvastaava Katriina Niilo-Rämä.

Empauttajassa sana on vapaa - kirjoita asioista, joita haluat kollegojesi tietoon. Toimita tekstit tiedotusvastaavalle.

Painos: 120 kpl

Painopaikka: Kopijyvä Oy, Mikkeli

Empauttaja: www.esavo.psyli.fi

Puheenjohtajan palsta

Keväinen tervehdys kaikille teille Etelä-Savon psykologiyhdistyksen jäsenille!

Ehkä olettekin jo huomanneet, että yhdistyksen johtokunnassa on tapahtunut muutoksia. Itse olen siirtynyt johtokunnan muista tehtävistä tähän puheenjohtajan pestiin, ja ajattelin tällä palstalla nyt lyhyesti esittäytyä teillekin, jotka ette minua vielä tunne.

Olen psykologina vielä melko ”tuore” tapaus, valmistuin Jyväskylästä kesäkuussa 2012. Sain onnekseni heti valmistumisen jälkeen työpaikan, ja aloitin Mikkelin kaupungin terveystalvelujen psykologin virassa elokuussa 2012. Mikkeliin minulla tai miehelläni ei ollut minkäänlaisia aikaisempia siteitä, joten muuttomme tänne oli hyppy tuntemattomaan. Tällä hetkellä työpisteeni on Mikkelin kaupungin mielenterveys- ja päihdepalvelujen mielenterveysvastaanotolla. Olen työryhmämme ainoa psykologi, mikä asettaa työskentelylle omat haasteensa, mutta antaa toisaalta myös mahdollisuuden työnkuvan itsenäiseen kehittämiseen.

Yhdistystoiminnassa olen ollut mukana jo opiskeluaikoina, ja Etelä-Savon psykologiyhdistykseen pääsin tutustumaan heti Mikkeliin muuton jälkeen, kuntoutuskeskus Herttuassa järjestetyssä saunaillassa 19.10.12. Ilmeisesti tunnelma oli kohdillaan, sillä lupauduin heti lähtemään johtokuntaan mukaan. Vuoden 2013 toimin virkistysvastaavana ja nyt vuodenvaihteessa alkoi siis kauteni puheenjohtajana. Heidi Kurki jätti suuret saappaat astuttavaksi, mutta olen onnekseni saanut paljon tukea johtokuntamme jäseniltä. Toivon, että yhdistyksemme toiminta kiinnostaa jatkossa yhä useampaa jäsentä – vinkkejä ja kehittämisehdotuksia tähän liittyen otetaan jatkuvasti vastaan!

Aurinkoista kevään jatkoa kaikille, tavataanhan koulutuspäivän ja kevätkokouksen merkeissä 28.3.2014!

Inka Koistinen, puheenjohtaja



Kevätkokouskutsu

KUTSU ETELÄ-SAVON PSYKOLOGIYHDISTYKSEN SÄÄNTÖMÄÄRÄISEEN KEVÄTKOKOUKSEEN

Aika: Perjantai 28.3.2014 klo 12.45

Paikka: Pöyhölän Pappila (Pöyhöläntie 170), Pieksämäki

I KOKOUKSEN JÄRJESTÄYTYMINEN

1. Kokouksen avaus
2. Kokouksen puheenjohtajan valinta
3. Kokouksen sihteerin, pöytäkirjantarkastajien ja ääntenlaskijoiden valinta
4. Kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus
5. Kokouksen työjärjestyksen hyväksyminen

II VARSINAISET KOKOUSASIAT

6. Toimintakertomuksen hyväksyminen vuodelta 2013
7. Tuloslaskelma ja tase vuodelta 2013
8. Tilintarkastuskertomus vuodelta 2013
9. Vastuuvapauden myöntäminen johtokunnalle
10. Ehdotuksia vuoden 2014 eteläsavolaiseksi psykologiksi
11. Muut asiat
12. Kokouksen päätös

Etelä-Savon psykologiyhdistyksen koulutusiltpäivä 28.3. "Kehon ja mielen mahdollisuudet"

**Tervetuloa Etelä-Savon psykologiyhdistyksen koulutusiltpäivään ja
kevätkokoukseen 28.3.2014!**

Tilaisuus järjestetään Pieksämäellä, Pöyhölän Pappilassa (Pöyhöläntie 170). Katso lisätietoja www.poyholanpappila.fi. Yhteiskyytejä pyritään järjestämään Mikkelistä tilaisuuteen lähtijöille, ilmoitathan kyydin tarpeesta ilmoittautumisen yhteydessä. **Koulutus on Etelä-Savon psykologiyhdistyksen jäsenille maksuton ja yhdistys tarjoaa osallistujille koulutuksen yhteydessä myös lounaan ja kahvit.**

Psykologi Anna Lohman Savonlinnasta kouluttaa aiheesta **"Kehon ja mielen mahdollisuudet"**. Psykologit monesti puhuvat mielen mahdollisuuksista, siitä kuinka mielen ja ajattelun avulla asiat voivat muuttua. Mutta millainen tie onkaan tietoisuuden ja pysähtymisen tie? Kuinka tietoisuutta ja läsnäolon tietä käyttämällä voi luovuttaa mielen hankaluuksista, joita ajoittain kohdataan? Entä mitä meditaatiolla ja idän filosofialla voisi olla annettavaa nykypsykologeille? Ja miten psykologi voisi käyttää tätä tietämystä, sekä kehon avulla mieleen vaikuttamista omassa työssään?

Luennolla tutustutaan tietoisien läsnäolon menetelmään nykypsykologian valossa sekä idän filosofiaan ihmisyydestä ja ihmismielestä. Lisäksi kokeillaan erilaisia meditaatio-/ tietoisien läsnäolon harjoitteita. *"Eheyden tilan saavuttaminen vaatii ihmistä asettamaan alttiiksi koko olemuksensa. Mikään vähempi ei riitä: ei ole helpompia vaihtoehtoja, korvikkeita eikä kompromisseja."* (C. G. Jung)

PÄIVÄN OHJELMA:

12.00 – 12.45 Lounas

12.45 – 13.15 Yhdistyksen kevätkokous

13.15 – 14.45 ANNA LOHMAN: "Kehon ja mielen mahdollisuudet". Katso lisää www.shakti.fi

14.45 – 15.00 Kahvi

Kaikki mukaan hakemaan vinkkejä oman hyvinvoinnin lisäämiseen!
**Ilmoittautuminen ja erityisruokavaliot sähköpostitse torstaihin
20.3.2014 mennessä: hanna.lukkarinen@mikael-koulu.fi**



Etelä-Savon psykologiyhdistys ry.

Ehdotus toimintakertomukseksi vuodelta 2013

HALLINTO

1. Johtokunta

Henkilökohtaiset varajäsenet:

Heidi Kurki, puheenjohtaja
Risto Toivanen, varapuheenjohtaja
Mari Pantzar, sihteeri
Mirja Kataja, taloudenhoitaja
Kirsi Pankarinkangas, jäsensihteeri
Katriina Niilo-Rämä, tiedotusvastaava
Malla Laamanen, koulutusvastaava
Inka Koistinen, virkistysvastaava

Eija Kontunen
Laura Salmela
Hanna Lukkarinen
Merja Varpamäki
Marjo Kauranen
Sirpa Malkki
Heidi Pylvänäinen

Johtokunta kokoontui vuoden aikana 8 kertaa. Yhdistyksen kevätkokous pidettiin Lähemäkitalolla Mikkelissä 15.3.2013 ja syyskokous 16.10.2013 Mikkelissä varuskuntakerholla. Yhdistyksen jäsenmäärä oli vuoden lopussa 100.

2. Edustukset

Psykologiliiton liittovaltuustossa oli edustajana Mirja Kataja, varaedustajina Heidi Kurki ja Mari Pantzar.

3. Toiminnan tarkastajat

Toiminnan tarkastajina toimivat Niina Ihalainen ja Heikki Soininen. Heidän varajäseninä toimivat Ismo Lahtinen ja Ari-Pekka Leminen.

TALOUS

Tulot saatiin jäsenmaksupalautuksina Psykologiliitosta. Yhdistyksen taloudellinen tilanne on vakaa. Syyskokouksen ja kevätkokouksen kustannuksiin anottiin avustusta Psykologiliitolta ja TJS:lta.

PSYKOLOGIEN EDUNVALVONTA

Varsinainen taloudellinen, järjestöllinen ja ammatillinen edunvalvonta oli liiton vastuulla. Yhdistys huolehti jäsenrekisteristä, tiedottamisesta ja edustuksesta Psykologiliiton toimielimissä. Yhdistyksen kuntasektorin eri työnantajien palkkavastaavat osallistuivat järjestövalmiuskoulutuksiin Helsingissä. Yhdistyksen toimesta alettiin suunnitella paikallisten psykologipalveluiden riittävyden kartoitusta. Tätä varten hankittiin tietoja alueen psykologipalveluista ja suunniteltiin kyselyn tekemistä aiheeseen liittyen.

KOULUTUS JA VIRKISTYS

Kevätkokouksen yhteydessä psykologi Hannu Pajunen KYS:sta koulutti jäseniä vanhuspsykiatriaan liittyvistä aiheista. Osallistujia oli 10.

Syyskokouksen yhteydessä järjestettiin myös koulutusta ja Tuula Hynninen ammattieettisestä lautakunnasta luennoi ammattietiikkaan liittyvistä asioista. Syyskokoukseen ja koulutukseen osallistui 31 henkilöä. Lisäksi aloitettiin uusi vapaamuotoinen verkostoitumista tukeva After Work – tapahtuma Mikkelissä yhteisen jutustelun merkeissä, joka toteutettiin marraskuussa ja osallistujia oli 4.

Johtokunta suunnitteli ammatillista tutustumismatkaa Ahvenanmaalle, jonka yhteydessä olisi ollut myös koulutuksellisia luento-osuuksia. Vähäisen osallistujamäärän vuoksi matkaa ei pystytty toteuttamaan.

TIEDOTUS

Empauttaja ilmestyi kaksi kertaa. Lehden lisäksi yhdistys hyödynsi mahdollisuutta lähettää sähköpostitiedotteita liiton kautta. Palkka-asioista pyrittiin tiedottamaan palkkavastaavan toimesta. Yhdistys on kuulunut valtakunnalliseen psykologien palkkavastaavien sähköpostirinkiin.

Tilinpäätös vuodelta 2013

Tuloslaskelma 31.12.2013

Toimintakulut

Koulutus ja virkistys	609.17
Johtokunta	1234.93
Vuosikokoukset	305.92
Tiedotus ja toimisto	610.90
Pankkikulut	135.80

Kulut yhteensä (kulujaämä) 2896.72

Tulot

Jäsenmaksutulot liitosta	2894.00
Korkotulot + palautus väärästä maksusta	11.22

Tulot yhteensä 2905.22

Tilikauden ylijäämä 8.50

TASE 31.12.2012

Pankkisaamiset 31.12.2013 1005.88

Vastaavaa 1005.88

Vastattavaa

Oma pääoma 1.1.2013 997.38

Tilikauden ylijäämä 8.50

Yhteensä 1005.88

Eteläsavolaiset psykologit esittäytyvät

Tarja Tiainen, missä työskentelet, mitä työtehtäviisi sisältyy ja kuinka olet nykyiseen työhösi päätenyt?

Työskentelen työterveyspsykologina Dextra Lääkäriasemalla Pieksämäellä. Työhöni kuuluu sekä yksilöasiakas- että organisaatiotyötä. Nykyiseen työhöni olen päätenyt teollisuuden henkilöstöhallinto-, koulutussuunnittelu- ja soveltuvuusarviointityön kautta. Useimpiin tehtäviin olen ajautunut tilanteiden ja olosuhteiden myötä, sattumalta.

Mikä sai sinut lähtemään opiskelemaan psykologiaa?

Lukiossa meillä oli aivan mahtava psykologian opettaja. Pidin psykologiasta ja pärjäsin siinä sekä lukiossa että kirjoituksissa. Ensin hain kuitenkin kaikkea muuta: poliisiksi, oikeustiedettä, luokanopettajaksi ja sosiaalityöhön. Vasta toisena keväänä kirjoitusten jälkeen hain lukemaan psykologiaa Jyväskylään ja aloitin opiskelun syksyllä 1975. **Niin: 1900!!!**

Millaisia ammatillisia haaveita sinulla on?

Nyt kyllä enää aika vähäisiä! Useimmiten innostun jostain vastaan tulevasta ongelmakentästä (omasta tai asiakkaan) ja lähdän opiskelemaan tai lueskelemaan niitä juttuja.

Mikä auttaa sinua jaksamaan työssäsi?

Se, että olen tehnyt vähän kaikenlaista. Olen aina ollut uudessa hommassa, jota olen voinut opiskella. Mistään en tiedä kovin paljon enkä syvällisesti, se sopii minulle! Urasuunnittelusta olen omaksunut sellaisen ajattelutavan, että pitää mennä aloille, jossa oman ammattikunnan edustajia ei vielä ole tai heitä ei osata vielä käyttää ja että työssä pitää yhdistellä asioita ja menetelmiä entistä ennakkoluulottomammin ja opiskella ennakkoluulottomia aineyhdistelmiä.

Muistatko jonkin psykologivitsin?

Miten onkin aina vitsit vähissä kun semmoisen tarvitsisi, mutta lentävistä lauseista olen innostunut. Niinpä tähän loppuun kaikille tervehdykseksi se minkä varmasti aina muistan: " Omnia mea mecum porto! " Kaiken omani kannan mukani!

Lokakuisesta ammattieettisestä koulutuksesta

Ammattieettisen lautakunnan puheenjohtaja Tuula Hynninen kävi syksyllä Mikkelissä kouluttamassa yhdistyksemme jäseniä ammattieettisistä kysymyksistä. Hän kertoi kattavasti lautakunnan toiminnasta, ammattieettisistä periaatteista (yksilön oikeudet ja arvo, ammatillinen pätevyys, vastuu, ammatillinen riippumattomuus) ja myös siitä, miten näihin asioihin psykologin on mahdollisuus saada neuvontaa ja ohjausta.



Tuula kertoi myös, kuinka psykologeista tehtyjä valituksia käsitellään. Tuula havainnollisti ammattieettisiä ongelmia mm. näyttämällä tilastoja siitä, minkälaisen asioiden vuoksi liiton ammattieettiseen neuvontaan otetaan yhteyttä ja millaisiin tilanteisiin selvityspyynnöt liittyvät. Eniten selvityspyynnöitä vuosien 2006 -2012 aikana on tehty psykoterapeuttina toimimisesta.

Koulutus herätti monenlaista pohdintaa ja jäsenistöllä olikin mahdollisuus lähettää etukäteiskysymyksiä, joihin saimme koulutuksen loppuosasta Tuulalta kommentteja.



Joudumme monesti käyttämään omaa ammattieettistä harkintaamme vaikeissa tilanteissa, mutta yksin ei kysymyksineen tarvitse jäädä. Ensimmäisenä voi turvautua kollegojen apuun sekä liiton nettisivuiltakin löytyvään ammatilliseen tietopakettiin ja Pohjoismaisten psykologien ammattieettisiin sääntöihin (<http://www.psyli.fi/jasenalue/ammattiasiat>).

Ammattieettisen lautakunnan puhelinpäivystys toimii keskiviikkoisin klo 15-17 numerossa **09 6122 9176**. Muutoinkin ammatillisiin asioihin on saatavissa liiton kautta puhelin- ja sähköpostineuvontaa. http://www.psyli.fi/jasenalue/liitto_neuvoo Koulutus keräsi runsaslukuisen osanoton, aihe oli erittäin kiinnostava ja kosketti luonnollisesti kaikkia meitä psykologeja sovellusalaan katsomatta.

Kenestä Vuoden eteläsavolainen psykologi?

Nykyisin yhdistyksen johtokunnan on tapana nimetä Vuoden eteläsavolainen psykologi joka toinen vuosi. Viimeksi tittelin sai Mikkeliäinen Ari-Pekka Leminen työvoimahallinnosta. Nyt otamme mielellämme vastaan ehdotuksia tämän vuoden psykologiksi. Pistäkääpä harkintamyssyyn, kevätkokouksessa on hyvä tilaisuus ehdotuksia tuoda esille. Jos et pääse paikalle, laita ehdotuksesi johtokuntalaisille esim. sähköpostilla tai nettisivujen palautelomakkeen kautta. Ideana on nostaa esille ja antaa arvostusta ammattikuntamme osaajille, osaaminen ja ansioituminen voi olla hyvin monenlaista.

After Work 14.5. klo 16.30

Psykologien oma After Work saa jatkoa Mikkeliissä! Viime kerralla osanottajajoukko oli jo yli 100% avautua suurempi, ja kyllä nauru raikasi. Ei suinkaan kuohuviinilasillisen johdosta, vaan kun on niin mainioita juttuja ihmisillä. Ja tässä ei ole sarkasmia, vannon, jos joku ehti epäillä. Eli siis jatkoa on luvassa kesän kynnyksellä, ennuste lupaa tuolle päivälle auringonpaistetta ja noin kahtakymmentä astetta. Pistä päivämäärä muistiin, paikka on Cumuluksen terassi! Jos sääennustus menee totaalisen pieleen (kyseessä kuitenkin pitkän aikavälin ennuste), onhan siinä sisätilatkin sitten.

Tällä After Work -vapaamuotoisella tapaamisella pyrimme toteuttamaan erästä yhdistyksemme tärkeää tehtävää, verkostoitumista. Muistakaamme, että yhdistys tukee myös muualla kuin Mikkeliissä järjestettäviä, tämäntyppisiä tapahtumia, hyvien ideoiden syntyessä.

Opintoavustuksien myöntäminen

Etelä-Savon psykologiyhdistys ry myöntää jäsenilleen johtokunnan päätöksellä ja talousarvion puitteissa koulutusavustuksia ammatilliseen jatko- ja täydennyskoulutukseen.

Johtokunta tekee päätöksen tapauskohtaisesti harkinnan ja käytettävissä olevien määrärahojen puitteissa.

1. Avustuksia myönnetään ammatillisten valmiuksien kehittämiseen.
2. Avustuksia voidaan myöntää vain silloin, kun työnantaja ei tue koulutusta täysimääräisesti.
3. Samaan koulutukseen voi saada avustuksen vain kerran, vaikka koulutus kestäisi useamman vuoden.
4. Sama henkilö ei voi saada avustusta peräkkäisinä vuosina.
5. Johtokunta harkitsee avustuksen suuruuden tapauskohtaisesti. Avustus on enintään 200 euroa koulutuksen laajuuden ja hinnan mukaan.
6. Avustuksen saanutta pyydetään välittämään tietoa koulutuksen annista Empauttaja-lehdessä.

Vapaamuotoinen hakemus, josta selviää koulutuksen tavoite, järjestäjä, kesto, kulut sekä työnantajan osuus rahoituksesta, toimitetaan yhdistyksen jäsensihteerille Heidi Kurjelle
heidi.kurki@mikkeli.fi

MUISTA PÄIVITTÄÄ JÄSENTIETOSI LIITTOON!

Jos yhteystiedoissasi tai työpaikkatiedoissasi tapahtuu muutoksia, voit tehdä ne suoraan netissä. Halutessasi voit myös ilmoittaa tietojen muutoksista sähköpostilla Psykologiliiton jäsensihteerille Tarja Koivuniemelle (tarja.koivuniemi@psyli.fi) tai täyttämällä liiton nettisivuilla olevan jäsentietojen muutoslomakkeen.

Tietojen ajantasaisuus on tärkeää mm. siksi, että olemme yhdistyksen puitteissa teettämässä kyselyä tiettyjen sovellusalojen edustajille. Tällöin tavoitamme oikeat henkilöt.

ETELÄ-SAVON PSYKOLOGIYHDISTYS / JOHTOKUNTA V.2014

Puheenjohtaja Inka Koistinen Pankalammen terveyskeskus/ mielenterveysvastaanotto 044 794 4337 inka.koistinen@mikkeli.fi	
Varapuheenjohtaja Mirja Kataja Lastenpsykiatrian pkl, ESSHP 044 351 6603 mirja.kataja@esshp.fi	Katri Saar Psykiatrian pkl, ESSHP 040 359 6789 katri.saar@esshp.fi
Sihteeri Heidi Kurki Lasten kehityksen tukiyksikkö, Mikkelin kaupunki 050 311 7087 heidi.kurki@mikkeli.fi	Laura Salmela Lastenpsykiatrian pkl, ESSHP 015 351 2374 laura.salmela@esshp.fi
Jäsensihteeri Malla Laamanen Etelä-Savon TE-toimisto, Pieksämäen toimipiste 02 950 44073 malla.laamanen@te-toimisto.fi	Merja Varpamäki Neurologian pkl, ESSHP 044 351 2349 merja.varpamaki@esshp.fi
Tiedotusvastaava Katriina Niilo-Rämä Lasten kehityksen tukiyksikkö, Mikkelin kaupunki 044 794 2340 katriina.niilo-rama@mikkeli.fi	Marjo Kauranen Lasten kehityksen tukiyksikkö Mikkelin kaupunki 044 794 2347 marjo.kauranen@mikkeli.fi
Taloudenhoitaja Johanna Nikander Nuorisopsykiatrian osasto, ESSHP 040 359 6624 johanna.nikander@esshp.fi	Annemari Mäkynen Psykiatrian pkl, ESSHP 044 351 6533 annemari.makynen@esshp.fi
Koulutusvastaava Hanna Lukkarinen Mikael-koulu 040 830 3564 hanna.lukkarinen@mikael-koulu.fi	Sirpa Malkki Herttuan kuntoutuskeskus 015 769900 (vaihde) sirpa.malkki@herttua.fi
Virkistysvastaava Risto Toivanen mstoivanen@gmail.com	Eija Kontunen Lastenpsykiatrian pkl, ESSHP 015 351 2374 eija.kontunen@esshp.fi