

**”Mitään todella olennaista ei kuitenkaan jäänyt
puuttumaan.”**

Debriefing vapaaehtoistyöntekijöiden
kertomana

NIEMINEN AILA
Tampereen yliopisto
Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos
Sosiaalityön pro gradu –tutkielma
Huhtikuu 2007

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	3
2	TRAUMAATTINEN KRIISI	4
	2.1 Henkinen loukkaantuminen	4
	2.2 Jälkireaktiot	7
3	PSYKOLOGINEN JÄLKIPUINTI ELI DEBRIEFING	11
	3.1 Katastrofityön synty Suomessa	11
	3.2 Mitä debriefing on	13
	3.3 Debriefingin tavoitteet	15
	3.4 Miten debriefing istunto syntyy	17
	3.5 Debriefingin vaiheet	18
	3.6 Debriefing työntekijän valmistautuminen ja tehtävät	21
	3.7 Setlementti ja vapaaehtoistyö	24
4	TUTKIMUKSEN AINEISTO JA METODOLOGIA	27
	4.1 Tutkimuskysymys	27
	4.2 Kirjoitelmat aineistona	28
	4.3 Tutkimuksen metodologinen tausta	30
5	AINEISTON ANALYYSI	41
	5.1 Istunto sujui kaavan mukaan	41
	5.2 Kuolema, surma, itsemurha, vahinko	53
	5.3 Puhua asioista luotetun henkilön kanssa	54
	5.4 Heille tuli tunne että... ..	57
	5.5 Haki identiteettiään näiden paineessa	62
6	POHDINTA	63
7	LÄHTEET	72
	LIITTEET	77

1. JOHDANTO

Onko elämä lahja, uhkapeli vai kohtalon määräämä sallimus? Olemmeko siihen sattumalta heitettyjä ja onko se uiskentelua sattuman virrassa? Ihminen elää ikuisen elämän toivossa tietäen kaiken aikaa maallisen vaelluksensa rajallisuuden. Elämä on riski juuri siinä mielessä, että se on välitila syntymästä kuolemaan, tietoisuuden välähdys tiedostamattomuuden eksistentiaalisessa valtameressä. (Ahponen 1997, 23)

Tutkin pro gradu työssäni debriefing työtä. Debriefing työ tarkoittaa välittömästi yllättävien ja traumaattisten tapahtumien jälkeen tarjottavaa henkistä katastrofiapua. Kiinnostuin aiheesta, koska tutkimusaihe on luonteeltaan psykososiaalinen. Se tarkoittaa, että ihmisen toimintaan vaikuttavat sekä ihmisen sisäiset psyykkiset tekijät että olosuhteista johtuvat ulkopuoliset seikat. Aihe kiinnostaa minua myös siksi, että se on aina ajankohtainen. Jos traumaattinen tilanne kohtaa ihmistä, henkisenä auttamiskeinona käytetään debriefing menetelmää.

Debriefing tutkimusaiheena liittyy kiinteästi sosiaalityö oppiaineen piiriin. Se on yksi sosiaalityön toiminta-alue, jossa työtä tekevät myös sosiaalityöntekijän koulutuksen saaneet henkilöt. Debriefing on työtä, jolla pyritään vaikuttamaan ihmisen senhetkiseen elämäntilanteeseen. Debriefing menetelmän avulla traumaattisen tapahtuman kohdannut ihminen johdatetaan uudelleen kohtaamaan traumaattiset kokemuksensa. Auttamismenetelmänä debriefing on melko nuori menetelmä. Sitä käytetään katastrofityössä kuitenkin valtakunnanlaajuisesti. Uskotaan, että Debriefing menetelmän avulla ihminen toipuu paremmin ja on nopeammin valmis palaamaan takaisin normaalin elämän kulkuun.

Aiheen tutkimukseeni sain Tampereen Setlementti Naapuri ry:ltä. Tutkimuskysymykseni on: *Mitä vapaaehtoistyöntekijät Tampereen Setlementti Naapuri ry:ssä kertovat debriefing työstään.*

Tarkastelen teoriaosuudessa sitä, mitä traumaattinen tapahtuma tarkoittaa ja mitä se aiheuttaa ihmisen hyvinvoinnille. Tarkastelen myös sitä, miten traumaattisen kokemuksen kohdannutta ihmistä voidaan auttaa. Tuon analyysiosassani esille niitä näkökohtia, mitä auttajat kertovat tekemästään debriefing työstä. Lähestymistapani aineistoon tapahtuu sosiaalisen konstruktionismin ja etnometodologian kautta. Tutkimusmetodi aineistolleni on jäsenkategoria-analyysi.

Vapaaehtoistyöntekijöiden kokemuksia debriefing työstä ei aiemmin liene tutkittu. Tutkimuksen aihe on ajaton siinä mielessä, että jokaisen ihmisen elämässä tapahtuu joskus kriisejä. Ne voivat olla isompia tai pienempiä. Ne ovat hallittavia tai katastrofaalisia. Kriisit voivat kohdata eri muodoissaan kenet tahansa ja milloin tahansa. Eri ihmisten psyykkinen kapasiteetti ja henkinen vahvuus ottaa vastaan ja kestää kriisejä ovat eri suuruiset. Ihmisten sosiaaliset tukiverkostot ovat erilaiset. Äkillinen, traumaattinen tapahtuma aiheuttaa sellaisen tilanteen, jossa kenen tahansa ihmisen maailma pirstaloituu ja psyykkinen tasapaino järkkyy.

Yhteiskunnassamme usean eri toimintasektorin alueella tehdään runsaasti vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoistyö tukee ihmisten hyvinvointia ja säästää yhteiskunnan resursseja. Moni toiminta yhteiskunnassamme toimii juuri vapaaehtoistyöntekijöiden tekemän työn turvin. Moni toiminta loppuisi, jos ihmisillä ei olisi aikaa ja halua antaa voimavarojaan käytettäväksi yhteisen tarpeellisen ja tärkeän asian hyväksi. Vapaaehtoistyö tulee tulevaisuudessakin olemaan yhä enenevässä määrin tarpeellinen toimintakenttä, sillä resurssipula varojen ja varsinaisen henkilöstön osalta on valitettavasti jatkuvasti totta.

2. TRAUMAATTINEN KRIISI

2.1 Henkinen loukkaantuminen

Traumaattisen kriisin kokeneen ihmisen maailma pirstoutuu hetkessä. Hän joutuu sokkiin, josta hän selviää vain vähitellen – viikkojen, kuukausien jopa vuosien jälkeen.
(Nurmi 2006, 193)

Ihmisen kohtaamasta, traumaattisen kokemuksen seurauksena syntyvästä henkisestä loukkaantumisesta käytetään kirjallisuudessa useita eri nimityksiä, kriisi, trauma, traumaattinen kriisi, psyykkinen kriisi ja psyykkinen trauma. Nämä nimitykset ovat tavallaan synonyymeja toisilleen. Niissä puhutaan sisällöllisesti keskenään samaan asiaan liittyvästä asiakokonaisuudesta. Käytän tässä tutkimuksessa termiä traumaattinen kriisi, kun käsittelen ihmisen kohtaamaa henkistä katastrofia. Mielestäni termi psyykkinen kriisi viittaa enemmän sellaiseen tilanteeseen, jossa ihminen kokee, että hänen psyykkinen tilanteensa ei ole kunnossa. Tällaisessa tilanteessa ihmisen mieli saattaa olla sairastumassa, jolloin ihminen hakeutuu tai johdatetaan psyykkisten

terveyspalvelujen piiriin. Traumaattinen kriisi käsite kuvaa mielestäni paremmin tilannetta, jossa ihmisen mieli ei ole sairastunut, mutta ihmisen psyykkinen tasapaino on tilapäisesti häiriintynyt vakavan traumaattisen tapahtuman johdosta.

Kriisi sana tulee kreikan kielestä, ”krisis”, joka on alun perin tarkoittanut eroa. Kriisi merkitsee myös muutosta ja liikettä. Siihen mielletään sisältyvän myös ajallinen rajallisuus. Kriisillä on selkeä alku ja loppu. Kriisi sana on maailmanlaajuisesti käytetty kuvaamaan hyvinkin erilaisia tilanteita, kuten maapalloa uhkaava ekologinen kriisi, valtioiden väliset kriisit, öljykriisi, kansantalouden kriisi, työttömyyskriisi ja organisaation kriisi, esimerkiksi konkurssi sekä yksittäistä ihmistä ja perhettä kohtaava kriisi. (Heiskanen 1994, 17.)

Onnettomuuksien henkisiä seurauksia nimitetään traumaattiseksi kriisiksi. Traumaattinen kriisi voi syntyä harvinaisesta ja vaikutuksiltaan laajasta katastrofista tai arkipäivän onnettomuudesta. Eri onnettomuuksien psyykkiset vaikutukset ihmiselle ovat usein hyvin samankaltaisia. (mt., 14.) Onnettomuuksien psyykkisiä vaikutuksia on selvitetty ja tutkittu. Nämä vaikutukset tunnetaan melko hyvin. Ne noudattavat kuitenkin ikään kuin tietynlaista kaavaa. Niiden ajallista kestoa ja ilmenemisen voimakkuutta ei tietenkään voi tiukasti rajata. Ne ovat siinä mielessä yksilöllisiä kokemuksia. Mikä on toiselle paljon, voi olla toiselle vähän.

Traumaattinen kriisi on tila, jossa ihmisen mielen tasapaino järkkyy. Ihminen on haavoittunut tai vaurioitunut joko henkisesti tai ruumiillisesti tai molemmilla tavoin. Traumaattisessa kriisissä ihminen kohtaa sellaisen traumaattisen tapahtuman, jossa yksilön fyysinen olemassaolo, sosiaalinen identiteetti, turvallisuus ja tarpeiden tyydytysmahdollisuus joutuvat uhatuiksi. Mikä tahansa kokemus, joka aiheuttaa suurta pelkoa, pakokauhua, ahdistusta, suurta häpeää tai fyysistä voimakasta kipua, saattaa muodostua traumaattiseksi. (Hautamäki 1988, 44; Cullberg 1991, 116.) Poijulan (2002, 70) mukaan traumatisoiva tapahtuma saa aikaan ankaraa henkistä, traumaattista stressiä. Traumatisoiva tapahtuma on yksilön kokema vakava, uhkaava tilanne, johon ei voi ennakolta valmistautua ja jolle yksilö ei voi mitään. Tapahtuma aiheuttaa epätavallisen voimakkaita, normaalia elämää häiritseviä reaktioita. Heiskasen (1994, 14) mukaan uhrien kohtaamat traumaattisten kokemusten synnyttämät psyykkiset reaktiot ovat ymmärrettäviä ja normaaleja reaktioita epänormaalin tapahtuman jälkeen. Selviytymisessä tarvitaan apua ja järkyttävät tapahtumat on uskallettava kohdata uudelleen.

Ihmisen psyykkistä tasapainoa järjestyttävät kriisit voidaan jakaa kehityksellisiin ja traumaattisiin kriiseihin. Kehitykselliset kriisit kuuluvat ihmisen kypsymisen ja kehittymisen normaaliin kulkuun. Ne toimivat ihmisen elämänsä siirtymäkausina ja vievät elämää eteenpäin. Esimerkiksi murrosikä, itsenäistyminen, lapsuudenkodista lähteminen, kolmenkymppin kriisi, ”viidenkymppin villitys” ja eläkkeelle jääminen kuuluvat ihmisen normaaliin kehittymiseen ja elämänsä kulkuun. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 22; Heiskanen 1994, 16.)

Ihmisten välillä voi olla hyvin suuria eroja siinä, miten kehityksellinen kriisi koetaan. Kohdataanko jokin elämänsä kuuluva muutos voimallisena kehityskriisinä vai ohitetaanko se ihmisen elämään kuuluvana normaalina muutoksena. Myös kehityskriisit voivat joissakin tapauksissa syvetä voittamattomiksi koettelemuksiksi. (Vilen 2002, 176.) Kriisi johtaa usein itsetuntemuksen lisääntymiseen, mutta se voi myös toimia psyykkisen invaliditeetin lähtökohtana (Cullberg 1991, 9). Kehityksellisen kriisin seurauksena voi olla suuria muutoksia elämässä. Muutoksista selviytyminen ja muutosten hyväksyminen ovat aikaa vieviä ja työläitä prosesseja. Totutut käsitykset ja elämäntavat tulevat uudelleenarvioinnin kohteeksi. Tämä voi johtaa siihen, että käyttäytyminen ja tapa elää muuttuvat.

Traumaattiset kriisit eroavat kehityskriiseistä siinä, että niiden aiheuttajana on usein yllättävä, epätavallisen voimakas traumatisoiva tapahtuma, joka olisi kenelle tahansa kärsimystä tuottava. Tapahtuman aiheuttama kriisi puhkeaa yllättäen, ilman ennakkovaroitusta ja voimakkaana. Yllättävien tapahtumien ja niiden aiheuttamien kriisien ajankohtaa ei voi ennakoita eikä kontrolloida. Ne tulevat varoittamatta, ”kuin salama kirkaalta taivaalta”. Ne uhkaavat ihmisen elämän keskeisiä elämänarvoja. Ne katkaisevat yleensä normaalin elämänsä kulun ja aiheuttavat suuria muutoksia elämässä. (Vilen 2002, 176.)

Varsinaisesta traumasta voidaan puhua vasta silloin, kun ihminen on joutunut sellaiseen elämäntilanteeseen, missä hänen aikaisemmat kokemuksensa ja hänen oppimansa reaktiotavat eivät riitä tilanteen ymmärtämiseen ja sen psyykkiseen hallitsemiseen (Cullberg 1991, 17). Traumaattisen kriisin aiheuttamat tapahtumat ovat yllättäviä, äkillisiä, odottamattomia, pelottavia ja järkyttäviä. Niiden seurauksena tunteet kasvavat liian nopeasti liian voimakkaiksi ja ’lyövät yli’. Ihminen ei kykene enää psyykkisesti hallitsemaan kokemukseen liittyvää tilannetta ja uhkaa. (Hautamäki 1988, 44.)

Cullbergin (1991, 17-19) mukaan, kun kriisi tai trauma on puhjennut, on tärkeää tunnistaa neljä tärkeätä seikkaa, jotka auttavat ymmärtämään psyykkiseen kriisiin joutuneen ihmisen tilannetta. Ensiksi on tunnettava, millainen on se tapahtuma, joka johti traumaattiseen kriisitilanteeseen. Toiseksi on ymmärrettävä, millainen sisäinen, yksityinen merkitys tapahtuneella on henkilölle. Kolmanneksi on ymmärrettävä, millaisessa elämänvaiheessa henkilö on. Neljänneksi on selvitettävä, millaiset sosiaaliset tekijät ja perhetilanne henkilöllä on. Kaikki nämä seikat vaikuttavat henkilön tarvitsemaan tuen saantiin.

Traumaattisia kriisejä aiheuttavia tapahtumia ovat esimerkiksi läheisen ihmisen yllättävä kuolema, itsemurha, onnettomuudet, ruumiillinen vahingoittuminen ja vammautuminen, tulipalot, väkivalta- ja ryöstötilanteet, äkillinen sairastuminen. Traumatisoivassa tapahtumassa ihminen voi kokea kuolemanvaaran, hän voi joutua kokemaan läheisen ihmisen kuolemanvaaran tai kuoleman. Traumaattisen tapahtuman ei toivota tapahtuvan itselle mutta se voi tapahtua kenelle tahansa ja se on kenelle tahansa kärsimystä tuottava.

2. 2 Jälkireaktiot

Traumaattinen kriisi alkaa sokkivaiheella, joka kestää muutamasta sekunnista vuorokausiin. Sokkivaiheessa ihmisen psyyke suojautuu ylivoimaiselta tuntuvaan todellisuutta vastaan. Vähitellen ihminen alkaa kohdata tapahtunutta traumaattista tilannetta ja tilanteen aiheuttamat reaktiot alkavat tulla esiin. Kriisin reaktiovaihe voi kestää useita kuukausia. Reaktiovaiheen kanssa päällekkäin alkaa korjaamis- tai läpityöskentelyvaihe, joka jatkuu uudelleen orientoitumiseen saakka. Kriisi päättyy uudelleensuuntautumisen vaiheeseen, mikä merkitsee täydellistä toipumista. (Pojula 2002, 71; Cullbeg 1991, 141.) Jokaisella näistä vaiheista on omat sisältönsä ja omat terapeuttiset ongelmansa. Eri vaiheet eivät välttämättä ole selkeästi toisistaan erillään, vaan joskus vaiheet voivat esiintyä päällekkäin tai jokin niistä voi jäädä kokonaan pois. Tällainen jako vaiheisiin on keinotekoinen ja toimii apukeinona, kun halutaan perehtyä kriisin kulkuun. Jako on keinotekoinen siitäkin syystä, että jokainen kriisi osoittautuu lopulta sarjaksi kriisejä, kun alkaa tutkia tarkemmin psyykkistä tapahtumista. (Cullberg 1991, 142.) Ihmisen aikaisemmat traumaattiset kokemukset, traumaattiset tapahtumat, niiden muistot ja niihin liittyvät tunteet tulevat pintaan silloin, kun tapahtuu uusi kriisi. Nämä aiemmat traumat tulevat esille mitä todennäköisimmin, jos ne ovat

aikaisemmin jääneet käsittelemättä. Tällöin ihminen joutuu käsittelemään samanaikaisesti useampien eri traumojen aiheuttamia kokemuksia ja tunteita.

Munnukka-Dahlqvist (1997, 28) toteaa, että traumaattisissa tapahtumissa, joista seuraa traumaattinen kriisi, ihmiset loukkaantuvat henkisesti. Ihminen voi loukkaantua myös fyysisesti tai voi olla loukkaantumatta, riippuen traumatisoivan tapahtuman luonteesta. Ihmisillä on usein halu pitää itseään haavoittumattomana ja itsensä hallitsevana. Kukaan ei kuitenkaan ole henkisesti niin luja, että traumaattiset kokemukset eivät vaikuttaisi. Hautamäki (1988, 44) toteaa, että ihmisten psyykkinen sietokyky on yksilöllinen. On olemassa sellaisia tilanteita, jotka ylittävät kenen tahansa sietokyvyn. Kaikki eivät koe samaa tilannetta traumaattisena. Joillekin ihmisille jokin raskas tilanne aiheuttaa vain surun tunteita. Munnukka-Dahlqvistin (1997, 35) mukaan surussa ja traumassa ihmisen kokemina tunnetiloina on tietty ero. Suru ja trauma ovat keskenään täysin erityyppisiä tunnetiloja. Surussa ajatukset ja muistot koskevat menetettyä henkilöä. Traumaattisessa kokemuksessa muistot koskevat traumaattisia tapahtumia, joiden muistoja vältellään ja tapahtuneesta mieluummin vaietaan. Poijulan (2002, 74) ja Saaren (2003, 84) mukaan suru ja trauma tunteina ovat täysin eritasoisia ja ne koetaan toisiinsa nähden erilailla. Traumatyö on työstettävä ensin päältä pois, jotta alta paljastuville surun tunteille löytyy tilaa.

Järkyttävä, traumaattinen tapahtuma tai kokemus, jossa ihminen joutuu uhriksi henkilökohtaisesti tai joutuu todistajaksi taikka joutuu tekemisiin kuoleman tai vakavan loukkaantumisen uhan kanssa aiheuttaa yleensä traumaattisen kriisiin. Kriisin seurauksena syntyy tavallisesti psyykkisiä tai somaattisia jälkireaktioita. Jälkireaktiot ovat normaaleja ihmiselle tulevia kokemuksia tai psyykkisiä ja/tai fyysisiä oireita kriittisen tilanteen jälkeen. Näitä jälkireaktioita kutsutaan yhteisnimellä post-traumaattisiksi stressireaktioiksi. (Post-Traumatic Stress Disorder, PTSD). Jatkossa, kun puhun jälkireaktioista, käytän lyhennettä PTSD. Post-traumaattiseen stressireaktioon liittyvät oireet voivat olla lievempiä tai hyvin voimakkaita ja niitä on erilaisia. Traumaattisen kokemuksen voimakkuus on riskitekijä pitkäaikaisen PTSD:n oireiston kehittymiselle. PTSD oireet voivat jäädä päälle. Ne eivät heikkenekään ajan myötä. Pitkään jatkuessaan oireet vaikeuttavat normaalia elämää ja vammauttavat psyykkisesti. On myös olemassa riskitekijöitä, jotka ennustavat voimakkaita traumaperäisen stressireaktion oireita. Näitä ovat tietty persoonallisuuden rakenne, ympäristötekijät sekä aikaisemmat traumaattiset kokemukset. Yleisimpiä PTSD reaktioita ovat mm. painajaiset, ahdistuneisuus, pelottavat mielikuvat, unihäiriöt, ärtyneisyys, väkisin mieleen tulevat muistikuvat traumaattisesta tapahtumasta, keskittymisvaikeudet, masennus, syyllisyys ja välinpitämättömyys. Voi ilmetä fyysisiä stressireaktioita, kuten taipumus pelästyä yllättäviä ääniä ja yhtäkkisiä liikkeitä.

Erilaiset pelot, kivut, säryt ja väsymys kuuluvat myös oireisiin. Esiintyy selvästi havaittavia käyttäytymisen ja mielialan muutoksia. Ilmenee välttämiskäyttäytymistä, kuten halu olla puhumatta tapahtuneesta, muistikatkoksia, tunteiden puuduttamista ja tapahtuneen kieltämistä. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 33-34.)

Traumaperäinen stressireaktio tai stressihäiriö diagnoosin olemassaolo on tärkeää sen vuoksi, että sen avulla voidaan entistä paremmin ymmärtää niitä ihmisiä, jotka ovat kokeneet vaikeita asioita. Kyseessä ei kuitenkaan ole sairaus. Ihminen ei ole sairastunut psyykkisesti. Reaktiot trauman seurauksena ovat ymmärrettäviä ja luonnollisia, inhimillinen reaktio epäinhimillisiin olosuhteisiin. Jokainen reagoi enemmän tai vähemmän voimakkaasti oman psyykkisen rakenteensa mukaan traumaattisiin kokemuksiin. Jos ihminen ei reagoisi, silloin olisi psyykinen järjestelmä jotenkin häiriintynyt. (Ojanen 2000, 125-126.) Ihmisen kuuluu reagoida. Ihminen on luotu tuntevaksi, sielulliseksi ja monitahoiseksi hahmoksi. Reagoiminen kuuluu ihmisen herkkään rakenteeseen.

Uhri on kuka tahansa ihminen, joka on järkyttynyt yllättävästä tapahtumasta ja tarvitsee apua sen käsittelyyn. Henkinen loukkaantuminen koskee jokaista tapahtumassa mukana ollutta. Tapahtuman uhrina voi olla yksi henkilö esimerkiksi joutumalla väkivallan kohteeksi tai kohtaamalla työpaikkaonnettomuuden. Uhreiksi voi joutua samalla kertaa useampi henkilö kuten ryhmä, yhteisö, perhe esimerkiksi tulipalon tai liikenneonnettomuuden seurauksena. Ensisijaisia uhreja ovat itse tapahtumassa mukana olleet, joita traumaattinen kokemus on koskettanut suoraan. He kärsivät yleensä myös voimakkaimmista psyykkisistä oireista. Toissijaisia uhreja ovat läheiset, perhe, ystävät, työtoverit ja naapurit. Kriisi ei ole satuttanut heitä suoraan, mutta uhrin tuntemisen kautta tapahtuma on järkyttänyt heitä. Uhreja ovat myös ammatti- ja vapaaehtoisauttajat, sillä autettavan tragedia satuttaa myös auttajaa. (Heiskanen 1994, 17.) Välillisiä uhreja voivat myös olla sivulliset ihmiset silminnäkijät ja ohikulkijat.

Nurmi (2006, 162) käyttää termejä primaaritraumatisoituminen, ja sekundaaritraumatisoituminen. Primaaritraumatisoitumisessa henkilö itse tai hänelle tärkeät läheiset ihmiset ovat olleet mukana traumatisoivassa tapahtumassa. Sekundaaritraumatisoitumista tapahtuu silloin, kun henkilö on joutunut kohtaamaan kauhistuttavia näkymiä tai joutunut auttamaan onnettomuuden uhreja taikka keskustellut intensiivisesti uhrien kanssa.

Ennen kuin kohtaamme traumatisoivan kokemuksen, pidämme maailmaa suhteellisen mukavana, tarkoituksenmukaisena, oikeudenmukaisena ja turvallisenä paikkana, jossa tuleva on ennakoitavissa

ja suunniteltavissa. Yllättävä onnettomuus voi murskata kaikki käsityksemme ja turvallisuuden tunteemme. Meidät pakotetaan ajattelemaan sitä, että elämä on katoavaista ja että kuka tahansa voi milloin tahansa joutua uhriksi. (Dyregrov 1994, 11.)

Katastrofit ja onnettomuudet voivat kohdata ketä tahansa. Voimme itse joutua onnettomuuteen tai jakamaan läheisen järkyttävät kokemukset. Useimmat eivät kuitenkaan juuri tiedä, miten ihmiset käyttäytyvät onnettomuustilanteissa, millaisia psyykkiset jälkireaktiot ovat ja miten niistä voi selviytyä. (Heiskanen 1994, 14.) Suoran vaikutuksen lisäksi kriiseillä on myös välillinen vaikutus. Reaaliajassa toimiva tiedonvälitys välittää tietoa maailman kriiseistä yhä nopeammin ja laajemmin. Kansainväliset kriisit ja sodat ovat tulleet yhä lähemmäksi television kuvaruudun kautta. Joskus yhden ihmisen henkilökohtainen kriisi voi saada tiedotusvälineiden kautta suhteettoman suuren huomion, jolloin myös sen vaikutukset koskettavat yhä useampia. (mt., 17.)

Traumaattisessa kokemuksessa tapahtuu aina jotain peruuttamatonta. Jotain ihmisen suhteessa itseensä, toisiin ihmisiin ja maailmaan muuttuu. (Hautamäki 1988, 45.) Kriisit toimivat ihmisen elämän muutosvoimina. Muutokset voivat kohdistua ihmisen elämän sisäisiin asioihin tai ulkoisiin, käytännön asioihin. Kriisi sisältää mahdollisuuden elämän perustan vahvistamiseen ja tutustumismatkan omaan minään. Kriisit voivat opettaa uudella tavalla ymmärtämään elämän tarkoitusta. Kriisin läpikäynti antaa vahvuutta kohdata vaikeita elämäntilanteita vastaisuudessaakin. Kriisin keskellä elävä henkilö ei kuitenkaan ajattele näin eikä ymmärrä tilannettaan tällä tavalla tulevaisuuteen suuntautuvalla, opettavaisella kannalla. Ainoa toive, joka kriisin keskeltä kumpuaa, on että kunpa saisi menetetyn takaisin. Saisipa takaisin menetetyn ihmisen, omaisuuden, terveyden, tutut rutiinit tai uskon elämän oikeudenmukaisuuteen. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 107.) Kysymys, joka jää vaille vastausta on, että miksi juuri minulle kävi näin taikka miksi tämän piti tapahtua juuri minulle.

Matka kohti uutta edellyttää usein, että joudutaan jättämään mennyt elämä ja vanha elämäntyylisi osittain tai kokonaan taakse. Sen vuoksi muutoksia seuraa epävarmuuden aika. Vanhasta luopuminen nostaa esiin myös kielteisiä, torjuttuja tunteita, joiden läpi eläminen auttaa kuitenkin siirtymään kohti uutta elämäntapaa. Epävarmuus voi tuntua niin uhkaavalta, että moni pitäytyy mieluummin vanhassa, tutussa elämäntavassa, vaikka se aiheuttaisikin kärsimystä ja kielteisiä tunteita. Vanhaan elämäntapaan turvautuminen ja muutosten vastustaminen ovat usein sokeutta itseä ja lähiympäristöä kohtaan. Kriisit kuitenkin pakottavat muutokseen viimeistään silloin, kun entinen elämäntapa käy mahdottomaksi tai liian tuskalliseksi. Kriisi nostaa esiin voimakkaita

tunteita ja uusia ajatuksia, jotka kumoavat usein entiset uskomukset. Ihminen voi muuttua yhtäkkiä, akuutin kriisin jälkeen tai vähitellen, kriisien seuratessa toinen toisiaan. (Heiskanen 1994, 16.)

Katastrofitilanteiden henkinen tuki ei välttämättä edellytä suurta tietomäärää. Kriisiapua voi antaa kuka tahansa, joka on henkisesti tasapainoinen eikä tarvitse itse tukea ja vahvistusta. Auttajan ei esimerkiksi tarvitse olla perehtynyt psykologiaan. Riittää, että auttaja on lähimmäisenä läsnä, tukee ja kuuntelee. (Hammarlund 2004, 57.) Henkisen tuen merkitys on suuri. Sen avulla voidaan vaikuttaa uhrien tilanteeseen. Henkisellä tuella autetaan uhreja selviytymään ja sen avulla voidaan estää myöhempien psyykkisten ongelmien syntyminen. (Heiskanen 1994, 15.)

3. PSYKOLOGINEN JÄLKIPUUNTI ELI DEBRIEFING

3.1 Katastrofityön synty Suomessa

Psykososiaalinen tuki on Suomessa melko uutta. Kriisityö eroaa katastrofityöstä sillä tavalla, että ihmiset voivat hakeutua itse terveydenhuollossa toimivan julkisen tai yksityisen psyykkisen kriisiavun piiriin, jos he tuntevat, että he ovat psykologisen avun tarpeessa. Katastrofityössä katastrofiapua psyykkisenä tukena tarjotaan, jos yllättävä tragedia on tapahtunut. Yleisessä käytännön puheessa näitä molempia käsitteitä käytetään sekaisin eikä ajatella käsitteisiin liittyvää toiminnallista eroa. Kriisityö sai alkunsa Norjasta ja Yhdysvalloista. Kriisipsykologiaa on sovellettu Suomessa noin 30 vuotta, mutta katastrofipsykologian juuret ovat tätä paljon lyhyemmät. Norjassa on 1980-luvulta lähtien kehitelty katastrofipsykologista tuki- ja hoitojärjestelmää. Syynä ovat olleet öljynporauslautoilla tapahtuneet onnettomuudet. Norjan malli on vaikuttanut Suomen psykososiaalisen tuen kehittämiseen. Ensimmäinen suuronnettomuus, jossa meillä kiinnitettiin huomiota uhrien psyykkisiin reaktioihin ja psyykkiseen selviämiseen oli 1970-luvulla tapahtunut Lapuan patruunatehtaan räjähdys. Katastrofipsykologinen ajattelumalli tuli Norjasta Suomeen kuitenkin vasta 1990-luvun alussa. Ensimmäinen laaja koulutustilaisuus pidettiin 1991 Helsingissä. Kouluttajana toimi norjalainen katastrofipsykologi Atle Dyregrov. Tässä koulutustilaisuudessa heräsi ajatus työmuodon toteuttamisesta Suomessa. Asetettiin työryhmä, jonka tehtävänä oli tehdä ehdotus, miten katastrofipsykologista toimintamallia lähdetäisiin organisoimaan.

Työryhmä teki ehdotuksen kaksipuolaisesta organisaatiosta: valtakunnallisesta erityisryhmästä suuronnettomuuksien varalta ja terveystieteiden yhteyteen liitettävistä paikallisista kriisiryhmistä arkielämän traumaattisten tilanteiden varalta. Työryhmän työ päättyi siihen, että yhdessä Suomen Punaisen Ristin kanssa perustettiin valtakunnallinen psykologinen suuronnettomuuksien valmiusryhmä, joka aloitti toimintansa 1.4.1993.

Ensimmäinen kunnallinen kriisiryhmä aloitti toimintansa vuoden 1990 alussa Pietarsaareissa. 1998 Suomessa oli kattava kunnallisten kriisiryhmien verkosto. Suomalainen erikoisuus on, että meillä niin sanotut arkielämän traumaattiset tapahtumat ja tilanteet on myös sisällytetty erityisvalmiuden piiriin. Tämä nopeuttaa avun saantia ja tekee mahdolliseksi toteuttaa ennaltaehkäisevää psyykkistä kuntoutustyötä. (Saari 2003, 10, 17-19.) Tämä tarkoittaa sitä, että esimerkiksi jos läheinen menehtyy liikenneonnettomuudessa, paikallisille kriisiryhmille tulee tieto tapahtuneesta. Omaisiin ja uhreihin otetaan aktiivisesti yhteyttä ja tarjotaan henkistä katastrofiapua. Tarjotaan mahdollisuutta psyykkiseen tukeen, tapahtuneesta keskustelemiseen ja traumaattisen kokemuksen jakamiseen.

Meillä tehtävästä katastrofityöstä debriefing on vain yksi kriisityön tukimuodoista. Se on lyhytkestoista kriisiterapiaa, joka soveltuu toteutettavaksi vain tietyntilanteissa. Debriefing on vain osa kuntien tarjoamasta psykososiaalisen tuen ja palveluiden tarjonnasta. Kunnissa tarjottava psykososiaalinen tuki pohjautuu usein ns. perinteiseen kriisiapuun ja siinä ei silloin välttämättä toteuteta debriefing työn menetelmää. Kriisiapu on kunnallisella sektorilla järjestetty eri tavoin riippuen siitä, millaiset resurssit kunta on varannut tämän toimintamuodon toteuttamiseen. Kriisiapua voidaan tarjota terveystieteiden tai sairaalan yhteydessä tai kriisikeskuksissa. Se voi olla kunnan ostopalveluna hankkimaa ja yksityisten järjestöjen tarjoamaa. Tai se voi olla järjestetty kuntien yhteistoimintana. Henkistä kriisiapua kunnissa tarjotaan myös mielenterveystoimistoissa, perheneuvoloissa ja sosiaalitoimistoissa. Tietyt järjestöt ja seurakunta tarjoavat mahdollisuuden kriisiavun saamiseen. Pelastustoimilaissa (561/99) on säädetty, että kunnilla on velvoite huolehtia onnettomuuksien jälkeisistä seurauksista. Sosiaali- ja terveysministeriön asiantuntijaryhmän muistio (1999) sisältää suositukset siitä, millä tavoin akuutti kriisityö tulisi järjestää.

Kriittisten tilanteiden stressinhallinta on kokonaisuus, johon kuuluu useiden eri tilanteiden hallinta ja hoitaminen. Myös yksikön johdon tukeminen erilaisten tukitoimien organisoimisessa ja käynnistämässä taikka samanlaisesta tilanteesta selvinneen henkilön vertaistuen järjestäminen ovat molemmat osa tätä kokonaisuutta. (Nurmi 2006, 171.)

3. 2 Mitä debriefing on

Kuinka me voimme tietää, mikä on hyväksi ja mikä ei ole hyväksi, kun me kohtaamme kriisiin joutuneen ihmisen? Onko hyvä, jos me onnistumme estämään kyyneleet vai onko hyvä, jos me saamme ne vuotamaan. Autammeko me parhaiten puhumalla jostakin muusta vai siitä, mitä on tapahtunut? Mikä on liian vähän, mikä on liian paljon?(Cullberg 1991, 155.)

Psykologinen jälkipuinti eli debriefing on traumaattisten tapahtumien jälkeen käytävä ryhmäkeskustelu. Psykologisen jälkipuinnin (critical incident stress debriefing, CISD = psykologigcal debriefing, PD) menetelmän kehitti amerikkalainen psykologi Jeffrey T. Mitchell 1983. Salli Saari, SPR:n kriisiryhmän vetäjä ja psykologian dosentti, kehitteli menetelmän Suomen oloihin sopivaksi 1990-luvulla. Saaren (2003) mukaan Jeffrey T. Mitchell käytti lähes koko 1980-luvun psykologisen debriefing menetelmän kehittämiseen. Hän paranteli menetelmää pitkään ja tutki tarkkaan menetelmän toimintakykyä ja vaikutuksia, koska hän halusi olla varma, että sen käytöstä ei aiheudu kenellekään haittaa. Hän suunnitteli menetelmän alun perin ammattiauttajien, pelastushenkilöstön käyttöön. Menetelmä oli luotu auttamaan ammattiauttajia, palomiehiä, poliiseja ja sairaankuljettajia, joiden työnkuvaan kuului olla läsnä järkyttävissä tapahtumissa. Psykologinen jälkipuinti on toimenpide, joka oli tarkoitettu pelastushenkilöstön avuksi osana kaikkia niitä toimia, jotka käynnistetään, kun ammattiauttajille on sattunut työssään jotakin arkirutiinista vakavasti poikkeavaa. Psykologista jälkipuintia vetää koulutettu vertaistyöntekijä tai alan ammattilainen. (Saari 2003, 154; Nurmi 2006, 168-169.)

Psykologinen debriefing eli psykologinen jälkipuinti on koko kriisityön menetelmistä keskeisin. Sen hyödyllisin toteuttamisajankohta on reaktiovaiheessa. Sokkivaiheessa, välittömästi traumaattisen tapahtuman jälkeen, toimintatapa on toisenlainen. Sokkivaiheessa kaikki debriefing käsittelyssä käsiteltävät tunteet eivät vielä ole kehittyneet tai nousset esille. Sokkivaiheessa ihmisen mieli on vielä sulkeutunut. (Saari 2003, 174.) Reaktiovaiheessa, muutama päivä (1-3 vuorokautta) traumaattisen tapahtuman jälkeen, ihminen alkaa ymmärtämään, mitä hänelle on tapahtunut. Tänä aikana, reaktiovaiheessa, ihmisen mieli on avoin ja hän käsittelee tapahtumaa aktiivisesti omassa mielessään. Ihmisellä on reaktiovaiheessa suuri tarve puhua kokemastaan. Debriefing on syvemmälle tunne-elämään menevä menetelmä. Siinä ei etsitä vastausta kysymyksiin syyllisyydestä tai ammatillisista menettelytavoista. Debriefing istunnossa keskitytään käymään läpi tunteita,

aistimuksia, ajatuksia ja muistoja. Istunnossa mukana oleville tarjoutuu tilaisuus nimetä tunteensa. Heille annetaan mahdollisuus kokemusten, mielikuvien, aistimusten ja tunteiden purkuun sekä rauhoittumiseen. Jälkipuinnilla pyritään ehkäisemään tai ainakin lievittämään traumaattisen tapauksen aiheuttamia jälkivaikutuksia. Siinä annetaan tietoa normaaleista reaktioista ja selviytymiskeinoista. Tarkoitus on tuoda esiin se, että kukaan ei selviä ilman minkäänlaisia oireita, jos tilanne tai tapaus on tarpeeksi rankka, omakohtainen tai muuten puhutteleva. (Nurmi 2006, 177.)

Nurmen (2006) mukaan debriefing tarkoittaa nimenomaan psykologista jälkipuintia ei jälkihoitoa, koska kukaan ei heti traumaattisen tilanteen jälkeen ole sairastunut psyykkisesti. Mitchell itse on korostanut, että debriefing ei ole psykoterapian muoto. Jälkihoito on kokonaisnimitys sille kokonaisuudelle, jonka osana ovat erilaiset purkukeskustelut. Debriefing eli psykologinen jälkipuinti on yksi osa tätä jälkihoitoa. Debriefing on ennaltaehkäisevää toimintaa, jonka tarkoituksena on ehkäistä tai lieventää traumaattisen tapauksen jälkivaikutuksia. Sen tarkoituksena on auttaa rakentamaan tulevaisuutta uudelleen, kaikesta tapahtuneesta huolimatta. (Nurmi 2006, 168, 176.)

Psykologinen debriefing menetelmä soveltuu käytettäväksi äkillisten traumaattisten kokemusten jälkeen, reaktiovaiheessa, muutaman päivän sisällä tapahtumasta. Se toimii parhaiten 1-3 vuorokautta tapahtuman jälkeen. Nurmen (2006) mukaan paras aika psykologiselle jälkipuinnille on 24 tunnin kuluttua ja 3-5 vuorokauden sisällä tapahtumasta (Nurmi 2006, 171). Traumaattisella kokemuksella on yleensä niin vahva vaikutus, että se pakosta laittaa ihmisen käsittelemään asiaa psyykkisesti omassa mielessään heti prosessin alkuvaiheessa. Salli Saaren (2003) mukaan optimaalisin aika debriefing työn tekemiselle on silloin, kun ihmisen mieli on auki ja ihminen on halukas puhumaan kokemuksistaan. Sopivin hetki on keskellä reaktiovaihetta, jolloin kaikki reaktiot, ajatukset ja tunteet ovat jo tulleet esiin ja ovat voimakkaimmillaan. Ihmisen mieli alkaa sulkeutumaan kolmen vuorokauden kuluttua tapahtuneesta. Siitä syystä debriefing käsittelyn tulisi ajoittua välittömästi järkyttävän tapahtuman jälkeen, kolmeen ensimmäiseen vuorokauteen. Tällöin voitaisiin auttaa uhria käsittelemään asiaansa ja kokemuksiaan syvällisesti ja järjestelmällisesti ja tehostaa kriisin käsittelyä. Jos debriefing järjestetään liian aikaisin, shokkivaiheessa, ei kaikkia käsittelyjä kaipaavia ilmiöitä vielä ole tullut esiin. Jos se taas järjestetään liian myöhään, ihmiset ehtivät kehittää ehkä epätarkoituksenmukaisia käsittelymalleja, jotta kokemusten kanssa tulisi toimeen. (Saari 2003, 96, 175.)

On tärkeää, että jokaisessa tilanteessa käytetään aina oikeaa ja tehokkainta juuri siihen tilanteeseen sopivaa interventiomenetelmää. Psykologinen debriefing menetelmä on sellainen menetelmä, joka soveltuu vain tiettyihin tilanteisiin. Sitä voidaan käyttää, kun seuraavat kriteerit täyttyvät:

tapahtuma on äkillinen ja ennustamaton, tapahtuma on traumaattinen ja järkyttävä, itse stressitilanne on ohi. (Saari 2003, 173.)

Tärkeintä on kuitenkin menetelmien tarkoitus: johdattaa ihmiset kohtaamaan uudelleen traumaattinen tapahtuma. Tärkeää on auttajan uskallus kohdata itsensä ja autettava tasavertaisina ihmisinä. Puhuminen trauman aiheuttamista reaktioista, selviytymiskeinoista ja jälkireaktioista sekä ryhmäkokemusten jakaminen ovat parasta henkistä tukea kriisin alussa. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 50.) Jokainen meistä reagoi tilanteisiin yksilöllisesti, mutta siitä huolimatta traumaattisen tapahtuman käsittelyprosessissa on löydettävissä yleisiä ja yhtäläisiä vaiheita. Nämä eri vaiheet auttavat meitä käsittelemään tilannetta ja vähitellen hyväksymään totuuden tapahtuneesta. Ulkopuolisesta nuo erilaiset reagoitavat voivat tuntua järjettömiltä, pelottaviltakin. Traumaattisen tilanteen tai menetyksen kokenut tarvitsee kuitenkin kuuntelijaa ja tukijaa. On helpompi tukea tällaista ihmistä, jos tietää, minkälaisesta prosessista on kyse. Henkisen ensiavun taidot ovat osa kansalaistaitoja, mutta erityisesti näitä taitoja tarvitaan aloilla, joissa kohdataan ihmisiä erilaisissa elämäntilanteissa. (Vilen 2002, 178.)

Psykologinen debriefing ei ole yleismenetelmä. Se ei myöskään anna riittävää tukea ainoana menetelmänä silloin, jos kyseessä on pitkäkestoinen, hyvin stressaava tilanne, esimerkiksi kidutus. Se ei ole riittävä menetelmä silloin, kun stressitilanne jatkuu sisältäen uusia traumaattisia kokemuksia tai jos tilanne toistuu jatkuvasti tai jos tilanne on ollut äärimmäisen traumatisoiva. Se ei riitä myöskään silloin, jos uhrilla on aikaisempia psyykkisiä häiriöitä. Joissakin näistä tilanteista voidaan aloitus tehdä debriefing menetelmällä, mutta se vaatii jatkukseen säännöllisesti jatkuvan muun psyykkisen tuen. (Saari 2003, 173-174.)

3. 3 Debiefingin tavoitteet

Akuutti kriisi laukaisee usein aikaisemman läpikäymättömän kriisin. Aikaisemman kriisin kokemukset ja tunteet tulevat mieleen. Tällöin ihminen saattaa joutua selvittämään useitakin vaikeita elämäkokemuksiaan samanaikaisesti. Samanaikaiset eri elämäkriisien läpikäymiset

kuluttavat suuresti henkistä energiaa. Jos ihminen ei haluta kohdata ja käsitellä tapahtuneita kriisejä, jos näitä asioita vältellään ja kielletään tapahtuneiksi, elämä rajoittuu ja elämänpiiri muuttuu kapeammaksi. Tämän seurauksena runsaasti energiaa sitoutuu erilaisten puolustusmekanismien ylläpitämiseen. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 27.)

Haaramo ja Palonen (2002) toteavat, että debriefingin tavoitteena on ehkäistä ennalta, jotta pysyvää ja pahaa traumatisoitumista ei syntyisi. Tämä ennalta ehkäiseminen tapahtuu siten, että tuoreeltaan puretaan ja ymmärretään traumakokemukseen liittyviä tunteita. (Haaramo & Palonen 2002, 69.) Traumaattisen kokemuksen jälkeen on tärkeätä, että tapahtunut asia kohdataan. Traumaattiset tapahtumat saavat aikaan voimakkaita psyykkisiä reaktioita. Tällaisia reaktioita ovat traumaattiseen tapahtumaan liittyvät ajatukset, tunteet, muistikuvat ja mielikuvat. Psyykkisiä reaktioita on työstettävä, jotta niiden vaatima voima vapautuisi normaalin elämän käyttöön. Debriefing istunnossa osanottajien tulisi kohdata ja ilmaista omat kokemuksensa, tunteensa, ajatuksensa, aistimuksensa ja mielikuvansa. Ne tulisi käsitellä ja purkaa. Niistä tulisi puhua tai käsitellä muulla tavoin. Kohtaamisen kautta tapahtuu asian käsittelyä ja asiaan sopeutumista. Tapahtuman kulku ja kokemukset käydään lävitse mahdollisimman kattavasti, konkreettisesti ja yksityiskohtaisesti. Tapahtumassa mukana olleiden tietosirpaleet kootaan yhteen kokonaiskuvan rakentamiseksi. Näin estetään väärin mielikuvien syntyminen. Kun tapahtuma kohdataan, on mahdollista tapahtuneen vähittäinen hyväksyminen. Sen kanssa pitää pystyä elämään. Traumaattisen kokemuksen kokenut tarvitsee kuulijaa ja tukijaa. Debriefing istunnossa henkilö ei jää yksin, vaan hän voi mahdollisesti ryhmässä jakaa kokemuksiaan. Traumaattisen tilanteen kokenut henkilö tarvitsee myös tietoa siitä, miten ihmiset yleensä kriisitilanteissa reagoivat, mitkä reagoitavat kuuluvat asiaan ja ovat normaalia niin itse tapahtumatilanteessa kuin sen jälkeenkin.

Psykologisella debriefingillä on toipumisen kannalta neljä tärkeätä tavoitetta. Saadun kriisiavun tehokkuus on riippuvainen siitä, kuinka hyvin kukin näistä tavoitteista on onnistuttu käsittelemään. Tavoitteet ovat: todellisuuden kohtaaminen, psyykkisten reaktioiden työstäminen, sosiaalisen tuen syventäminen ja tehostaminen, sekä reaktioiden normalisointi ja tuleviin reaktioihin valmistautuminen. (Saari 2003, 56-170.) Hoitamattomalla traumalla on suuri vaikutus ihmisen elämään. Siksi tavoitteena on traumaattisen tapahtuman aiheuttamien psyykkisten vaikutusten eliminointi tai minimointi.

Kriisissä oleva ihminen on tietoisesti tai tietämättään tienhaarassa. Valittavina teinä ovat selviytyminen tai juuttuminen. Tapahtuman välttäminen vie tapahtumaan juuttumiseen. Halu unohtaa ja vaieta, kieltää tunteet ja ajatukset johtaa tapahtuman ja siihen liittyvien tai siitä

muistuttavien asioiden välttämiseen. Tapahtuman uudelleen kohtaaminen vie selviytymisen tielle. Selviytymisessä tärkeä hetki on kriisin alku ja tapahtuman uudelleen kohtaaminen. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 40.) Nurmen (2006, 167) mukaan asioiden välttämällä ja kieltämisellä on omat seurauksensa. Se voi johtaa esimerkiksi alkoholin, huumeiden tai lääkkeiden runsaaseen väärinkäyttöön.

Välittömästi traumaattisen tapahtuman jälkeen PTSD reaktiot ovat normaaleja, mutta ne voivat kuitenkin jatkua pitkään ja kehittyä jopa krooniseksi oireiksi. Traumaattinen tapahtuma voi luoda kokemuksia ja tunteita, joita ihminen ei pysty käsittelemään muistissaan. Tällöin PTSD reaktiot jatkuvat ja voivat aiheuttaa uusia, toissijaisia ongelmia. PTSD reaktiot voivat kehittyä krooniseksi oireiksi. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 34) Kriisistä täydelliseen selviytymiseen voi mennä vuosia. Selviytyminen tapahtuu hitaasti asteittain, päivä kerrallaan autettavan omien voimavarojen avulla.

Voidaan sanoa, että ihminen on selviytynyt, kun fyysiset PTSD oireet ovat pääosin hävinneet, eivätkä ole muuttuneet pitkittyneiksi oireiksi. Tapahtumaan liittyvät tunteet ovat heikentyneet ja muistot ovat hallittavia. Muistoista on muodostunut kertomus, jossa myös tunteita on mukana. Haavoittunut itsearvostus on korjaantunut, syyllisyyden tunteet on purettu ja ihmissuhteet ovat tasapainoisia. Selviytymistä on myös kriisin aiheuttamien pidempiaikaisten oireiden purkaminen. Esimerkiksi särkyneet uskomukset ovat muuttuneet myönteisiksi ja elämää tukeviksi tai tuskallisia, unohdettuja tunteita voidaan kohdata uudelleen. Selviytyminen on sitä, että ihminen tuntee, että hänen kokemansa elämäntapa on normalisoitunut. Traumaattinen kokemus ei enää vaikuta haitallisesti ihmisen psyykkiseen, sosiaaliseen ja somaattiseen terveyteen. Kriisin henkinen läpikäynti antaa vahvuutta kohdata tulevaisuudessa vaikeita elämäntilanteita. Onnistuneet selviytymiskeinot antavat uskoa selviytymiseen myös uusissa kriisitilanteissa. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 27, 42, 111.)

3. 4 Miten debriefing istunto syntyy

Psykologinen debriefing istunto edeltää runsaasti erilaisia käytännön valmistelutehtäviä. Käytännön järjestelyt voivat vaatia useita puhelinyhteydenottoja niin viranomaisiin kuin tapahtuman uhreihinkin. Kun tieto katastrofista on tullut, alkaa valmistautuminen mahdolliseen debriefing istuntoon. Ensiksi selvitetään, että täyttääkö katastrofi debriefingille annetut kriteerit. Arvioidaan

tarvittavan avun laatu. Onko tapahtuma sellainen, että se kuuluu tämäntyyppisen katastrofiavun piiriin vai kuuluuko se jonkin toisen organisaation toimialaan. Seuraavien kriteereiden olisi täytyttävä: itse trauman tapahtumatilanne on ohitse, tapahtuma on äkillinen ja ennustamaton, tapahtuma on traumaattisuudeltaan ja järkyttävyydeltään vaikuttava. Itse traumaattiselle tapahtumalle ei ole muita erityisiä määrittelyjä. Se saa olla minkälainen tahansa henkilökohtainen tragedia, kunhan se on vakava ja asianosaiselle merkityksellinen.

Ensiksi tarvitaan paljon tarkkoja tietoja tapahtumasta. Millainen katastrofi on kyseessä ja millaiset ovat katastrofin seuraukset. On selvitettävä, mitä on tapahtunut, missä, miten ja milloin. Minkälaisia uhreja on. Onko loukkaantuneita taikka kuolleita ja jos on, kuinka monta heitä on. Oliko tapahtumassa muita osallisia kuten ulkopuolisia auttajia tai silminnäkijöitä. Kriisiryhmän päivystäjä tai se kriisiryhmän työntekijä, joka ryhtyy debriefing istuntoa vetämään, ottaa yleensä yhteyttä viranomaisiin. Poliisi, pelastusviranomaiset ja terveydenhuoltohenkilöstö ovat ne tahot, joiden kanssa tietojen kulku tapahtuu. Aina viranomaisilta ei saada tietoja. Silloin tiedot täytyy kerätä tapahtuman osallisilta. Selvitetään ja kootaan uhrien, omaisten ja muiden osallisten nimet ja yhteystiedot. Arvioidaan avuntarvitsijoiden määrä, kuinka suurta henkilömäärää tapaus koskettaa ja keitä katastrofi koskettaa.

Tämän jälkeen otetaan yhteyttä traumaattisen tapahtuman uhreihin tai omaisiin. Kun omaisiin otetaan yhteyttä, on muistettava, että asiat esitetään niin selkeästi, ymmärrettävästi ja perusteellisesti, että omaiset saavat käsityksen siitä, minkälaisesta asiasta on kysymys. Esitellään kriisityö ja kerrotaan oikeudesta saada tällaista apua. Kerrotaan myös kriisityön tarkoitus ja siinä toteutettavat toimintamallit. Tarjotaan apua ja yritetään motivoida uhrin ottamaan vastaan tarjottu apu. Sovitaan ajankohta, jolloin kriisi-istunto pidetään. Jos avusta kuitenkin kieltäydytään, mutta kriisityöntekijä arvioi avuntarpeen todella tärkeäksi, voidaan apua tarjota uudelleen parin päivän päästä. (Saari 2003, 173, 177-180.)

3. 5 Debriefingin vaiheet

Psykologinen debriefing istunto on henkinen prosessi, jossa kerrotaan omista kokemuksista ja tunteista. Se ei ole kritiikki-ilaisuus eikä palautekeskustelutilaisuus. Istunnossa ei ole pakko puhua, mutta osallistujia autetaan puhumaan. Sekä vetäjillä, että osallistujilla on vaitiolovelvollisuus

kuulemistaan asioista, niitä ei saa kertoa ulkopuolisille. Muistiinpanojen tekemistä ei sallita. Istunnossa ei ole taukoja ja se kestää intensiivisesti useita tunteja. (Nurmi 2006, 178.)

Psykologinen debriefing istunto etenee vaiheittain. Vaiheet on kehittänyt debriefing menetelmän luoja Jeffrey T. Mitchell. Vaiheet on suunniteltu ja rakennettu pitkällisen kokeilun ja tutkimusten antamien tulosten avulla. Vaiheet ovat kuvainnollisia. Niiden avulla pystytään hahmottamaan ja hallitsemaan istuntoon kuuluvat osa-alueet ja istunnon kulku. (Saari 2003, 206.) Psykologisen debriefingin vaiheet ovat monilukuiset, kun niitä lähtee tarkasti analysoimaan. Vaiheita on noin seitsemän kappaletta. Vaiheet ovat myös osittain päällekkäisiä. Vaiheiden tarkka rajaus ei ole mahdollista. Kullekin vaiheelle kuuluu sille ominaiset asiat, jotka istunnon aikana olisi hyvä tarkistaa tai ottaa keskusteltaviksi. Istunnossa lähdetään liikkeelle pinnallisimmista asioista ja edetään eri vaiheiden kautta lopulta yhteenvetovaiheeseen. Johdantovaiheesta ikään kuin laskeudutaan tunteiden syövereihin ja nousee takaisin todellisuuteen, vallitseviin faktoihin. Salli Saaren (2003) ja Nurmen (2006) mukaan debriefingin vaiheita ovat aloitus, faktavaihe, ajatusvaihe, tunnevaihe, oirevaihe, normalisointivaihe ja lopetus. (Nurmi 2006, 179-180). Nurmella jotkut vaiheista ovat nimetty eri nimellä, mutta vaiheisiin kuuluva asiasisältö koostuu samoista aiheista kuin Saarella.

Aloituvaiheen tavoitteena on myönteisen ilmapiirin luominen, ahdistuksen vähentäminen ja luottamuksen rakentaminen. Aloitusvaiheessa heti aluksi kerrotaan, miksi istunto pidetään, mitä siinä tulee tapahtumaan, millä tavoin siinä toimitaan ja miksi näin tehdään. Istunnon vetäjät esittäytyvät ja kertovat taustansa ja pätevyytensä menetelmän käyttäjinä. Vetäjä kertoo ja perustelee istunnon säännöt mm. vaitiolovelvollisuudesta kokouksessa kuulluista asioista ja siitä, että jokainen osanottaja puhuu vain omasta puolestaan. Vetäjä motivoi osanottajat työskentelyyn. Vetäjät kertovat aikaisemmista hyvistä debriefing kokemuksista. He korostavat myös kunkin osanottajan merkitystä istunnon onnistumiselle. Heti aloitusvaiheesta alkaen asioista puhutaan suoraan ja niiden oikeilla nimillä.

Faktavaiheessa painopiste siirtyy vetäjistä istunnon osanottajiin. Faktavaiheen alussa käydään läpi istunnon osallistujat ja selvitetään, millä tavalla kukin henkilö on osallinen tapahtuneessa. Faktavaihe on hyvin keskeinen ja tärkeä vaihe psykologisessa debriefingissä. Siinä pyritään menemään tapahtuman sisään. Tapahtuma rakennetaan pala palalta kaikkien tarkasteltavaksi. Faktavaiheessa tavoitteena on saada aikaan yhteinen ja yleinen ymmärrys tapahtumasta sekä mahdollisimman selkeä kokonaisnäkemys. Siinä pyritään kohtaamaan tapahtunut totuus ja

poistamaan mielikuvitukselle annettu tila. On tärkeätä, että tapahtumista saadaan oikea kuva. Totuuden kohtaaminen on erittäin tärkeätä toipumisen kannalta. Jos tapahtuneet asiat käydään vain osittain läpi, jää osanottajille aukkoja tietoihin, epävarmuutta ja pelkoja. Salaisuudet jäävät vaivaamaan mieltä. Faktavaihe alkaa tapahtumaa edeltävistä hetkistä ja etenee itse tapahtumaan. Faktavaiheessa tulee käsitellä myös pelastustyöt ja niiden sujuminen. Tapahtuman kulku pyritään käymään läpi kunkin osanottajan osalta tarkasti ja yksityiskohtaisesti. Ensin osanottajien tulee saada kertoa itse, mitä kukin tietää tai muistaa tapahtuneesta. Myös aistihavainnot, näkö, kuulo, haju, tunto, yritetään palauttaa mieleen. Vasta tämän jälkeen tutustutaan mahdollisiin silminnäkijöiden kertomuksiin sekä poliisien ja pelastushenkilöstön raportteihin.

Ajatusvaiheessa painopiste siirtyy tapahtuneen kognitiiviseen hallintaan. Järkyttävään kokemukseen liittyvien ajatusten käsittely on tärkeää. Traumaattiset kokemukset on helpompi ottaa kognitiiviseen kuin emotionaaliseen käsittelyyn. Jo sokin aikana tiedämme tapahtuneen tapahtuneeksi, vaikka emme haluaisikaan uskoa sitä todeksi. Faktavaiheen ja ajatusvaiheen välinen raja on häilyvä. Kun tapahtumat käydään tarkasti läpi faktavaiheessa, käsitellyt asiat siirtyvät kognitiiviseen hallintaan. Ajatuksille, kokemuksille ja muistikuville annetaan tilaa. Tässä kohdassa osanottajien ajatuksia kartoitetaan. Osallistujilta kysytään, mitä he ensimmäiseksi ajattelivat kuultuaan tapahtumasta tai oltuaan mukana tapahtumassa. Siinä puhutaan myös aistihavaintoihin, kuten kuuloon, näköön, hajuun, makuun ja kosketukseen liittyvistä mielikuvista. Millaisia voimakkaita aistivaikutelmia osanottajat muistavat tilanteessa olleen. Ajatusvaiheessa tulee tavallisesti esiin syyllistäminen. Syyllisten etsimistä vältetään. Ajatukset syyllistämisestä on kohdattava ja käytävä heti ajatusvaiheen alussa läpi. Tässä vaiheessa tulevat esiin myös vihan tunteet. Halu saada esiin syyllinen, on voimakas. Vihantunteet on yritettävä työstää mahdollisimman hyvin. Omat syyllisyydentunteet ovat hyvin tavallisia. Ne esiintyvät usein ja ne nousevat voimakkaina pintaan. Nekin työstetään istunnon tässä vaiheessa.

Tunnevaiheen tarkoituksena on käydä läpi traumaattisen tapahtuman aiheuttamat tunteet perusteellisesti. Ajatusvaiheen ja tunnevaiheen selkeä erottaminen toisistaan on melko vaikeaa. Tunnevaiheessa pintaan nousevat vihan, surun, kaipauksen, häpeän, syyllisyyden ja pelon tunteet. Tunteita etsitään esiin ja odotetaan, että niistä kerrotaisiin. Ne pyritään kohtaamaan avoimesti. Tavoitteena on, että ahdistus vähenee, välttämiskäyttäytyminen poistuu, syyllisten etsiminen vähenee, selviytymiskeinot lisääntyvät, tunteiden jakaminen ja sosiaalinen tuki vahvistuvat.

Oirevaihe ja tunnevaihe käsitellään usein yhtenä vaiheena, reaktiovaiheena. Oirevaiheessa luodaan ymmärrys siitä, että ihminen on kokonaisvaltainen persoona, jossa psyykkinen tilanne vaikuttaa somaattiseen, ruumiilliseen terveyteen ja päinvastoin. Elimistö reagoi herkästi traumaattisiin tapahtumiin psyykkisin ja somaattisin oirein. Osallistujille kerrotaan selkeästi odotettavissa olevista mahdollisista reaktioista. Kerrotaan myös, että erilaiset vieraat reaktiot ovat normaaleja tällaisessa tilanteessa. Tässä istunnon vaiheessa vetäjä korostaa itsestä hoitamisen ja itsestä huolehtimisen tärkeydestä. Oirevaiheessa käsitellään myös sellaiset käytännön asiat kuten vainajan hyvästeleminen ja hautajaiset. Oirevaiheessa puhutaan myös siitä, miten kohdataan ulkopuolinen maailma, ihmiset ja tiedotusvälineet. Miten suhtaudutaan julkaistuihin artikkeleihin ja rituaaleihin esimerkiksi onnettomuuspaikalla käynteihin ja muistotilaisuuksiin.

Normalisointivaiheessa tavoitteena on omien reaktioiden, ajatusten, tunteiden ja pelkojen ymmärtäminen, ja erityisesti hyväksyminen. Normalisointivaiheessa vahvistetaan selviytymis- ja stressinhallintakeinoja. Tässä kohdassa vetäjä tekee yhteenvedon istunnossa esille tulleista asioista, ajatuksista, tunteista ja oireista. Tässä vaiheessa kerrotaan myös, millaisia reaktioita seuraavina päivinä ja kuukausina on odotettavissa ja miten niihin tulisi suhtautua.

Lopetusvaiheen tavoitteena on selviytymisen varmistaminen ja tarvittaessa jatkohoitoon ohjaus. Lopetusvaiheessa istunnon kulku esitellään lyhyesti. Tässä vaiheessa myös sovitaan seurantaistunnosta. (Saari 2003, 208-243.)

3. 6 Debriefing työntekijän valmistautuminen ja tehtävät

Debriefing istunnossa vetäjillä on hyvin tärkeä ja vastuullinen tehtävä. Debriefing ryhmässä vetäjiä on yksi tai kaksi, riippuen ryhmän koosta. Jos mukana on lapsia, tarvitaan yleensä kolmaskin vetäjä. Vetäjän tulisi olla ryhmän osallistujiin nähden mieluiten täysin ulkopuolinen ja vieras henkilö. Debriefingin pitopaikaksi valitaan rauhallinen, neutraali tila, jossa ei ole ulkopuolisia häiriötekijöitä. Ryhmän vetäjällä on istunnossa auktoriteettiasema. Vetäjä pitää istunnon koossa. Hän myös huolehtii siitä, että asioita käsitellään järjestyksessä vaiheesta toiseen ja tarvittaessa syvennetään tai laajennetaan käsittelyprosessia. Vetäjän vastuulla on, että kaikille istunnon osanottajille annetaan mahdollisuus osallistua keskusteluun. (Saari 2003, 249.)

Tavanomaisessa debriefing istunnossa vetäjät eivät yleisen käytännön mukaan kommentoi puheenvuoroja. Vetäjä vain kiittää ja siirtää puheenvuoron seuraavalle. Prosessia korostavassa debriefing istunnossa vetäjien tehtäväkenttä laajenee ja monipuolistuu. Salli Saaren (2003) mielestä olisi parempi, jos vetäjät osallistuisivat enemmän keskusteluihin. Vetäjä voisi kommentoida osanottajan kertomaa asiaa esimerkiksi toteamalla: *tuot mitä otit esille on hyvin tärkeää*. Taikka vetäjä voisi toistaa osanottajan kertoman asian: *sinulla on vaikeita syyllisyydentunteja*. Tällöin puhuja ei jäisi yksin ajatuksiensa tai tunteidensa kanssa. Kerrotut ajatukset ja tunteet tulisivat todetuiksi ääneen ja ikään kuin käsiteltäviksi. Ne tulisivat paremmin otetuiksi huomioon ja jotenkin prosessoiduiksi vetäjän avulla. (Saari 2003, 244-245.)

Vetäjä jäsentää keskustelua ja kuljettaa käsittelyprosessia. Istunnosta tulee tämän seurauksena jäsentyneempi ja syvällisempi. Osanottajat pääsevät käsittelemään reaktioitansa tehokkaammin. Kuljettaminen tapahtuu asian käsittelyä syventämällä, laajentamalla tai eteenpäin viemällä. Syventäminen tarkoittaa sitä, että vetäjä pyytää osanottajaa kertomaan ajatuksestaan tai tunteestaan enemmän.

Laajentamisessa ajatuksesta tai tunteesta keskustellaan ryhmän kanssa. Kun vetäjä on vastaanottanut jonkun osanottajan esittämän ajatuksen tai tunteen, hän voi ehdottaa, että mainitusta ajatuksesta tai tunteesta keskustellaan lisää. Vetäjä auttaa kokemusten jakamisessa kysymällä, onko muilla samanlaisia ajatuksia tai tunteita.

Eteenpäin kuljettamisessa vetäjä tekee yhteenvedonomaaisia tulkintoja. Hän voi esimerkiksi todeta, miten yleisiä syyllisyydentunteet tällaisissa tilanteissa ovat ja kertoa syistä, mistä tämä voi johtua. (emt., 245-246.)

Debriefing istuntoa käsittelevässä kirjallisuudessa kerrotaan, että istuntoon kannattaa ennalta valmistautua huolellisesti myös henkisesti. Oma henkinen valmistautuminen vahvistaa auttajan omia sisäisiä voimavaroja. Se tuo itsevarmuutta istunnon hoitamiseen ja tekee helpommaksi siinä olemisen. Henkistä valmistautumista on, että miettii sisäisiä toimintamalleja ja toimintavaihtoehtoja erilaisiin tilanteisiin. Voi miettiä oppimismielessä niitä istuntoja, joissa on ollut mukana. Voi pohtia, mikä niissä oli hyvää ja millainen toiminta oli huonoa. Tulevaan istuntoon valmistautuessa tapahtuneesta traumatilanteesta tietää jo jotain etukäteen. Jos aikaisemmin on vetänyt taustatiedoiltaan vastaavanlaista istuntoa, voi palauttaa mieleen, voiko samanlaista suhtautumistapaa tai toimintamallia käyttää nyt tässä uudessa istunnossa. Kaikkia näitä tietoja voi käyttää hyödyksi, kun suunnittelee ja valmisteleo mielessään uuteen istuntoon menemistä.

Munnukka-Dahlqvistin (1997) mielestä auttamistaitojen kehittäminen ja opittujen asioiden kertaaminen, ennalta harjoitellut mielikuvat ja käytännön harjoittelut ovat hyväksi. Ihminen toimii pitkälti niiden mallien, mielikuvien ja ajatusten mukaisesti, joita hänellä tilanteesta ennakolta on. Ennalta valmistautumisella on auttajan itsensä kannalta muitakin tehtäviä. Se voi suojella auttajaa järkytykseltä ja sokilta. Auttamistilanteet voivat olla henkisesti niin voimakkaita, että ne koskettavat auttajaa rajusti. Omat tunnekokemukset kannattaa kuitenkin yrittää pitää taka-alalla. Liika emotionaalisuus vie pohjaa pois objektiivisuudelta ja tilanteiden kriittiseltä tarkastelulta. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 53) Auttajan voimakas tunnepitoinen suhtautuminen vähentää istunnon myönteisten vaikutusten uskottavuutta. Auttajan auktoriteetti vähenee. Istunnon kokeminen tärkeäksi ja oikeaksi auttamistilanteeksi heikkenee.

Autettavan kohtaaminen on toisen ihmisen kunnioittamista ja eri ihmisten välistä tasa-arvoa. Munnukka-Dahlqvist (1997) toteaa, että auttajan ihmisenä olemisen kyky on riippuvainen siitä, missä kohtaa omaa kasvuaan auttaja itse on. Kehittyminen ja kasvaminen ihmisenä on sitä, että tunnistaa ja hyväksyy oman keskeneräisyytensä. Nöyryys auttamisessa on sitä, että tunnistaa ja hyväksyy omat heikkoutensa. Kun auttaja hyväksyy omat heikkouden ja avuttomuuden tunteet osana omaa itseään ja ihmisyyttään, hän kykenee ymmärtävästi ja vahvasti kohtaamaan toisen ihmisen avuttomuuden ja keskeneräisyyden. Jos auttaja ei ole pystynyt kohtaamaan omaa heikkouttaan, hän voi tarvita toisen heikkoutta pitääkseen yllä uskoa omaan vahvuuteensa. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 51)

Debriefing istunnon vetäminen on vastuullinen ja erittäin vaativa tehtävä. Istuntoon osallistuvat osanottajat ovat erityisen herkässä ja haavoittuvassa mielentilassa. Siksi auttajan tulee tietää, miten hän keskustelee kriisiin joutuneen kanssa ja miten hän tätä puhuttelee. Kysymysten tulee olla mahdollisimman avoimia, suoria ja rehellisiä, etteivät levottomuus ja epävarmuus lisäänty. (Hammarlund 2004, 59.) Läsnäolo ja kuunteleminen ovat auttamisessa tärkeämpiä kuin neuvojen ja vastausten antaminen. Sillä ihmisessä itsessään on valmiina kaikki vastaukset. Hänen on vain löydettävä ne. (Munnukka-Dahlqvist 1997, 51.) Debriefing istunnolla on suuri vaikutus istuntoon osallistuvien ihmisten tulevaan elämään. Väärin asetellut sanat ja tahdittomat lausahdukset voivat tunnepitoisina kokemuksina jäädä pitkään vaivaamaan istuntoon osallistujan mieltä.

Psykologisessa debriefing istunnossa tulee runsaasti esille erilaisia asioita. Niiden kaikkien käsittelemiseen ei ole mahdollisuuksia jo ajanpuutteen vuoksi. Erilaisia asioita ei huomata tai niitä ei osata ottaa esille. Asioita ei aina välttämättä osata käsitellä parhaalla mahdollisella tavalla. Nämä

seikat on vain hyväksyttävä sellaisenaan, vaikka aina pyritään mahdollisimman täydelliseen ja hyvään istuntoon. (Saari 2003, 248.)

3. 7 Setlementti ja vapaaehtoistyö

Setlementtiliike

Yhteiskuntarakenteen raju muutos, nopea teollistuminen ja erilaiset vastakkainasettelut toivat mukanaan yhteiskunnallisia ongelmia. Ihmiset muuttivat maaseutuvaltaisista kyläyhteisöistä teollisuuskeskuksiin. Ihmiset kokivat juurettomuutta ja irrallisuutta maalaisyhteisön tarjoamien perinteiden ja tapojen kadotessa. (Nieminen 1980, 98.) Setlementtiliike aloitti toimintansa 1884-luvulla Lontoossa, Englannissa. Setlementti sana kuvaa asettumista yhteen (to settle) ja toimimista yhdessä. Tavoitteena oli laatia suunnitelmia, joilla voitaisiin kaikin tavoin parantaa vähäosaisten elinolosuhteita ja edistää köyhän väestön hyvinvointia. Tavoitteena oli lisätä viihtyisyyttä kaupunkiköyhälistöjen kortteleissa tarjoamalla mm. sivistys- ja virkistystilaisuuksia. (<http://www.setlementtiliitto.fi/sirenius.html>) Opettaja Alli Trygg-Helenius tutustui 1887 setlementtiliikkeen toimintaan ollessaan Englannissa opintomatalla. Suomeen palattuaan hän perusti Helsinkiin ensimmäisen setlementin, joka toimi parikymmentä vuotta. (Nieminen 1980, 99.) Pastori Sigfrid Sirenius toimi merimiespappina Lontoossa vuosina 1908-1912. Hän tutustui tuolloin Englannin setlementteihin. Sireniuksen myötä setlementtiaate juurtui Suomeen. Sirenius oli alullepanija Teollisuusseutujen Evankelioimisseuran perustamisessa 1918. (Nieminen 1980, 99-100; Voudinmäki 1994, 44-45.) Teollisuusseutujen Evankelioimisseuran tarkoituksena oli herätellä kristillisen vastuuntunnon kautta uskonnollista ja sosiaalista toimintaa eri yhteiskuntaluokkien sekä kirkon ja työväenliikkeen välillä. Yhdistys perusti setlementtejä eli työkeskuksia useille paikkakunnille, mm. Tampereelle Ahjolan 1929. Työkeskukset oli suunnattu teollisuusväestölle. Niiden tavoitteena oli luoda toimintaa eri yhteiskuntatahojen välillä keskinäisen yhteistoiminnan ja avunannon kautta. Toimintaa jatkoi vuodesta 1942 Kristillisyhteiskunnallinen työkeskusliitto. Siihen mennessä perustetut paikalliset toimipisteet itsenäistyivät paikallisiksi setlementtiyhdistyksiksi. Liiton nimi muuttui vuodesta 1984 alkaen Suomen Setlementtiliitoksi. (<http://www.setlementtiliitto.fi/historia2.html>)

Suomalaisen setlementtiliikkeen toiminta-ajatuksena on olla poliittisesti sitoutumaton, ekumeenisen kristillisen perustan tunnustava kansalaisliike. Tarkoituksena on tukea ihmisenä ja lähimmäisenä kasvamista sekä elämän eheytymistä. Suomalaisen setlementtiliikkeen perustehtävät ovat: yksilön elämäntilanteen parantaminen, läpi elämän jatkuvan oppimisen mahdollistaminen, ihmisten välisen vuorovaikutuksen ja kanssakäymisen edistäminen, yhteisöllisyyden toteutumista ja yhteiskunnallista vaikuttamista edistävien toimintamuotojen kehittäminen. Setlementtiliike pyrkii erityisesti vaikeissa elämäntilanteissa olevien ihmisten tukemista edistävään toimintaan.

(<http://www.setlementtiliitto.fi/setliik.html>) Setlementin toimintaa ohjaavia perusarvoja ovat:

-henkilön oikeuksien kunnioittaminen, -erilaisuuden hyväksyminen, -ihmiseen luottaminen ja hänen kykynsä ratkaista itsenäisesti omia ja toisten ongelmia, -usko henkilökohtaisen ystävyuden mahdollisuuteen huolimatta kaikenlaisista eroavaisuuksista kuten ihmisväri, sukupuoli tai kulttuuri, -sitoutuminen erityisesti heikommassa asemassa olevan ihmisen tilanteen parantamiseen.

Setlementti Naapuri ry perustettiin Tampereelle 1994. Tampereen kaupunki on tehnyt Setlementti Naapurin ry:n kanssa ostopalvelusopimuksen debriefing palveluiden järjestämisestä kuntalaisille. Debriefing katastrofiavun tarjoaa Tampereen kaupunki ja toiminnasta vastaa Setlementti Naapuri ry. Yhdistyksessä on tehty debriefing työtä vapaaehtoisten työntekijöiden toimesta vuodesta 2001 alkaen. Tampereen Setlementti Naapuri ry on tällä hetkellä ainoa setlementtiyhdistys Suomessa, joka antaa debriefing katastrofiapua. Debriefing toiminnassa on mukana noin 40 vapaaehtoistyöntekijää sekä 10 palkattua työntekijää. Toimintaa koordinoi debriefing työn toiminnanohjaaja.

Debriefing työntekijät on jaettu neljään eri ryhmään ja kullakin ryhmällä on yhteyshenkilönä Setlementti Naapuri ry:n työntekijä. Jokaisella ryhmällä on vuorollaan kolmen viikon pituinen päivystysvuoro, jonka jälkeen tarjotaan työnohjausta. Yhden viikon aikana päivystää kerrallaan kolme vapaaehtoistyöntekijää ja yksi Setlementti Naapuri ry:n työntekijä toimii tällöin vastuuhenkilönä.

Peruskursseja debriefing vapaaehtoistyöhön järjestetään noin kerran vuodessa. Peruskurssin pituus on 30 tuntia. Jatkokoulutusta järjestetään noin 16 tuntia vuodessa.

Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoistoiminta on toimintaa, jossa tietynlaisista samoista asioista kiinnostuneet ihmiset yhdessä ryhtyvät parantamaan omaa tai toisten ihmisten olosuhteita ja elämänlaatua, voittamaan vaikeuksia ja poistamaan ongelmia. Vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta päättää jokainen henkilö itse. Siinä on kysymys tahdosta, asenteesta, motivaatiosta, uskalluksesta ja ajankäytöstä. Ihmiset osallistuvat vapaaehtoistoimintaan oman kiinnostuksensa ja oman motivaationsa suuntaisesti.

Vapaaehtoistyöstä saatavat palkkiot ovat moninaiset. Se tuo toiminta-alueilleen kvalitatiivista pääomaa, vapaaehtoistyöntekijöiden erityisosaamisten ja kykyjen muodossa. Vapaaehtoistyö toimii ihmisille itselleen voimavaran lähteenä. Vapaaehtoistyö on tekijälleen henkisesti palkitsevaa. Sen tuoma vertaistuki ja hyöty ovat molemminpuolisia.

Osallistuminen tuo osallisuutta, sosiaalisia taitoja, kokemisen, tekemisen, yhteen kuulumisen, mukanaolon ja merkityksellisyyden tunnetta. Ihminen saa kokea, että hän on tärkeä ja tarpeellinen omassa yhteisössään ja yhteiskunnassa, kun hän tekee vapaaehtoistyötä, harrastaa, osallistuu ja vaikuttaa. (Nylund & Yeung 2005, 69.) Vapaaehtoistyön antamia ei-aineellisia palkkioita ovat tyytyväisyyden tunne, itsensä toteuttamisen mahdollisuus, uusien kokemusten kertyminen, ajankäytön rytmittyminen, uusien taitojen karttuminen ja työkokemus. Vapaaehtoistyöhön ryhtyvä henkilö, esimerkiksi työtön tai eläkeläinen saa mahdollisuuden säilyttää toimintakykynsä yhteiskunnassa. Ihminen tuntee itsensä hyödylliseksi ja tarpeelliseksi. Hänelle avautuu myös mahdollisuus laajentaa omaa sosiaalista verkostoaan vapaaehtoistyön kautta.

Jotta vapaaehtoistyö voi onnistua, tarvitsee se yhteiskunnan tukea. Sille pitää antaa tilaa, toimintatilat ja luoda muut sen tarvitsemat toimintaedellytykset. Vapaaehtoistyöstäkin aiheutuu kuluja, jotka yhteiskunnan on kannettava. (Lehtinen 1997, 57.)

Vapaaehtoistyötä tehdään usein erilaisissa yhdistyksissä, järjestöissä ja organisaatioissa. Yhdistykset edustavat ja valvovat kansalaisten etuja. Ne ylläpitävät yhteishenkeä. Yhdistykset toimivat yhteiskunnassa hyvinvoinnin tuottajina. Yhdistykset täydentävät julkisen sektorin tehtäviä tuottamalla osittain samoja palveluja kuin ne tai olemalla jopa ainoa kyseisen palvelujen tuottaja. (Virtanen & Näsi 2003, 167.) Lehtisen (1997) mukaan tästä voi muodostua myös ongelmia.

Vapaaehtoistoiminnasta voi tulla virallisen työn jatke, jonka seurauksena ammattityöntekijöiden asema heikkenee. Kysymykseksi jää, voidaanko vapaaehtoistyön avulla vastata niihin haasteisiin, joita julkisen sektorin säästötoimet aiheuttavat. (Lehtinen 1997, 7, 19.)

Vapaaehtoistyö sijoittuu ammattiavun ja luonnollisen avun väliin, valtion, markkinoiden ja kotitalouksien ulkopuoliseen kenttään. Vapaaehtoistyö toimii välittävänä lenkinä julkisen sektorin virallisen vastuun sekä perheen ja suvun erityisvastuun välissä. Ammattilaisten palkkatyötä pidetään yleensä ensisijaisena työnä, jota vapaaehtoisapu täydentää. Vapaaehtoistyö on siis palkatonta talkootyötä, jota tehdään tavallisen ihmisen taidoin ja opitaan kantapään kautta, kokemuksellisesti. Vapaaehtoisauttajia voi luonnehtia ”kanssakulkijoiksi”. (Kivinen & Kivinen 1999 74; Lehtinen 1997, 11.)

Vapaaehtoistyöhön soveltuvat tavalliset ihmiset, niin miehet kuin naisetkin, joiden oma elämäntilanne on riittävän tasapainoinen ja kunnossa. Vapaaehtoistyö vaatii aikaa. Jos vapaaehtoistyöntekijällä on hankittuna jokin ihmisläheinen koulutus tai ammatti, se on avuksi tässä työssä. Useat järjestöt kouluttavat itse vapaaehtoistyöntekijänsä niin peruskoulutuksen kuin jatkokoulutuksenkin osalta. Lisäksi vapaaehtoistyöntekijöille tarjotaan mahdollisuus työnohjaukseen. Vapaaehtoistyöstä ei makseta palkkaa. Mahdolliset matka- ja kulukorvaukset voidaan maksaa kuitteja vastaan.

Vapaaehtoistyö tukee yhteiskunnan hyvinvointia ja säästää yhteiskunnan resursseja. Vapaaehtoistyötä tarjolla olevana työnä yhteiskuntamme eri sektoreilla olisi enemmänkin kuin mitä sitä tehdään. Sitä on mahdollista myös itse alkaa organisoimaan ja luomaan toimintamuotoja sellaisille elämänalueille, missä vapaaehtoistyötä ei vielä tehdä, mutta tarvetta olisi.

4. TUTKIMUKSEN AINEISTO JA METODOLOGIA

4.1 Tutkimuskysymys

Tarkastelen tässä pro gradu työssäni Tampereen Setlementti Naapuri ry:n toimesta tehtävää debriefing työtä. Tutkimuskysymykseni on: *Mitä vapaaehtoistyöntekijät Tampereen Setlementti Naapuri ry:ssä kertovat debriefing työstään.* Tutkimuksessa on tarkoitus selvittää, kuvata, kertoa ja

ymmärtää, millä tavoin debriefing työ rakentuu vapaaehtoistyöntekijöiden kertomusten pohjalta. Tutkimukseni kertoo perusdebriefing istunnosta. Jätän tarkastelun ulkopuolelle sellaisessa istuntontilanteessa toimimisen, jossa osallisina on lapsia ja jossa otetaan huomioon lasten kanssa keskusteleminen.

4. 2 Kirjoitelmat aineistona

Tutkimuksessa käytettiin aineistonkeruumenetelmänä kerronnallista menetelmää. Aineistonani on Tampereen Setlementti Naapuri ry:n vapaaehtoistyöntekijöiden kirjoitelmat. Pyysin vapaaehtoistyöntekijöitä kirjoittamaan tarinan muodossa tapauskuvauksia debriefing työstään.

Aineiston keruu tapahtui kirjallisen tehtävän avulla, jossa käytettiin kolmea avointa kysymystä. Tutkittavia pyydettiin omin sanoin, tarinan muodossa, nimettömänä kertomaan kolme tapauskuvausta debriefing työstä. Kirjallisen tehtävän ohjeet toimitettiin vastauskuorien ja postimerkkien sekä tutkimuslupalomakkeen kera 38 vapaaehtoistyöntekijälle loppuvuodesta 2005. Jakelu tapahtui Setlementti Naapuri ry:n toimesta. Jakelussa toteutettiin kahta eri tapaa. 12 vastaajaa sai kirjallisen tehtävän ohjeet Setlementti Naapuri ry:n koulutustilaisuudessa. Loput eli 26 vastaajaa, jotka eivät osallistuneet ko. koulutustilaisuuteen, saivat kirjallisen tehtävän ohjeet postitse. Ensimmäiseen pyyntöön tuli neljä vastausta. Maaliskuussa 2006 kaikille vapaaehtoistyöntekijöille lähetettiin samat kirjallisen tehtävän ohjeet ja tutkimuslupalomake uudelleen. Postitus tapahtui Setlementti Naapuri ry:n toimesta. Kaikille vastanneille luvattiin palkkioksi elokuvalippu vapaavalintaiseen elokuvaan. Toiseen pyyntöön tuli kolme vastausta. Kaikissa vastauksissa ei ollut kuitenkaan pyydettyä kolmea tapauskuvausta. Tapauskuvauksia tuli yhteensä yksitoista kappaletta.

Kirjallisten tehtävän ohjeiden lisäksi jokainen tutkittava sai allekirjoitettavakseen tutkimuslupalomakkeen. Siinä tutkittavilta pyydettiin lupa siihen, että heidän antamaansa tutkimusaineistoa voidaan käyttää tämän pro gradu työn tekemiseen. Tutkimuslupalomakkeella todettiin, että tutkimuksen tietoja tullaan käyttämään luottamuksellisesti ja nimettömänä. Tutkimuslupa pyydettiin myös debriefing työn vastuuhenkilöltä, jotta on oikeus suorittaa tällainen tutkimus. Sekä vastuuhenkilö, että kaikki vastaajat palauttivat tutkimusluvan allekirjoitettuna.

Pro gradu työtäni koskevan kirjallisen tehtävän ohjeiden ja tutkimuslupalomakkeen lisäksi tutkittavat saivat vastattavakseen myös Setlementti Naapuri ry:n kysymykset debriefing työhön liittyen. Kysymykset tulivat setlementtiyhdistykseltä. Kysymykset liitettiin tutkimustehtävän mukaan.

Kirjallisen tehtävän ohjeena käytettiin avoimia kysymyksiä. Tutkittaville annettiin mahdollisuus ilmaista itseään omin sanoin ja vapaasti kertoa, mitä heillä on mielessään. Haittapuolena tällaisessa aineistonhankinnassa on, että ei voida varmistua siitä, miten vastaajat suhtautuvat tutkimukseen. Ottavatko he tutkimuksen vakavasti ja vastaavat huolellisesti ja rehellisesti. Vastauksien kato eli vastaamattomuus voi myös usein nousta suureksi. (Hirsjärvi ym. 1998, 191, 197.)

Tutkittavia pyydettiin kertomaan kokemuksensa narratiivisessa muodossa. Narratiivisen lähestymistavan mukaan tarinat muodostuvat tapahtumista, jotka etenevät peräkkäin toisiinsa kytkeytyneinä ja tietyn juonen mukaisesti. (Morgan 2004, 13) Hännisen (2000) mukaan tarinoita voidaan pitää jälkikäteen hahmotettuja ja verbaalisesti esitettyjä kuvia tapahtumista. Ne ovat rekonstruktioita ja toimivat kokemusten jäsentäjinä. (Hänninen 2000, 94.) Tarinoita käytetään kulttuuristen arvojen, merkitysten ja henkilökohtaisten kokemusten rakentamisessa ja jakamisessa (Coffey & Atkinson 1996, 76).

Aineisto koostuu 11 tarinasta, joiden yhteinen sivumäärä on yhdeksän sivua. Kaikki tarinat ovat pituudeltaan vajaan sivun mittaisia. Lyhimmät tarinat ovat muutaman lauseen mittaisia. Tarinat käsittelevät pääasiallisesti eri tavoin tapahtunutta kuolemaa.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tavoitteena on, että kartoitetaan kenttä, jossa toimitaan ja yritetään ymmärtää tutkimuskohdetta. Klassinen ajatus on, kaikki tapaukset ovat ainutlaatuisia ja että aineistosta ei pyritä tekemään yleispitäviä päätelmiä. Mutta kun tutkitaan yksittäistä tapausta riittävän tarkasti ja kun muissa tutkittavissa vastauksissa huomataan samaa säännönmukaisuutta, samat asiat alkavat kertautua, saadaan esille se, että yksityisyydessä toistuu yleisyys. (Hirsjärvi ym. 1998, 181-182)

Käytän tutkimuksessani aineistolähtöistä eli induktiivista (yksittäisestä yleiseen) analyysimuotoa. Analyysivaiheessa kaikki aikaisempi tutkimustieto ja teoria jätetään analyysin ulkopuolelle, sillä se ei saa vaikuttaa itse analyysiin. Tutkimuksessani analyysiyksiköt on valittu tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävänasettelun määräämänä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 97) Tavoitteenani on

saada kuvaus ja jonkinlainen teoreettinen ymmärrys, kokonaisuus ja tulkinta siitä, mitä debriefing vapaaehtoistyöntekijöiden kertomana on. Saamaani aineistoa analysoin käyttämällä jäsenkategoria-analyysia. Tavoitteenani on jäsenkategoria-analyysin avulla saada aikaan sanallinen, selkeä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Jäsenkategoria-analyysin avulla aineisto järjestetään tiiviiseen ja ymmärrettävään muotoon kadottamatta aineiston sisältämää informaatiota. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 110.)

4. 3 Tutkimuksen metodologinen tausta

Metodologia tarkoittaa sitä lähestymistapaa ja niitä valintoja, joita joudumme tekemään, kun suunnittelemme, aloitamme ja ryhdymme toteuttamaan tutkimusta. Metodologialla määrittelemme sen, millä tavalla keräämme aineistoamme ja millä tavalla tutkimme aineistostamme mitä tahansa ilmiötä. Oikean metodologian valinta on tärkeää, sillä tutkimustamme ajatellen se on joko hyödyllinen tai hyödytön. (Silverman 2003, 79; 2005, 99.)

Tarkastelen tutkimusaineistoani sosiaalisen konstruktionismin ja etnometodologian näkökulmasta. Sosiaalinen konstruktionismi tutkii sitä, miten ihmisten jokapäiväinen todellisuus, niin eilinen, tämä päivä, kuin huominkin, koetaan ja miten niistä muodostuu yhtenäinen ymmärrettävä kokonaisuus. Mitkä monikerroksiset, eritasoiset ihmisten tuottamat merkitykset ovat siinä rakennusaineina. Etnometodologiassa tutkitaan sitä, mikä merkitys kielellä on ihmisen elämässä ja todellisuuden rakentamisessa.

Kuvailevat tutkimukset vastaavat mitä kysymyksiin, kuten mitä tapahtui. Kuvaus ei ole vain havaittujen tosiasioiden kirjaamista, vaan niiden jäsentämistä teoreettisen viitekehyksen avulla. Kuvaus on siis aineiston tulkintaa, jonka osuvuutta tutkijan on testattava suhteessa aineistonsa. (Kaakkuri-Knuuttila & Heinlahti 2006, 80-81.) Jos tutkitaan merkitysrakenteita, sitä miten ihmiset hahmottavat ja jäsentävät erilaisia asioita, aineistona tulee olla tekstiä jossa he puhuvat asioista omin sanoin. Metodoin tulee tässä tapauksessa olla sellainen, että se keskittyy haastattelujen ja aineiston sisältöön eikä muotoon. (Alasuutari 1999, 83.)

Metodi koostuu niistä käytännöistä, valituista tavoista, ja operaatioista, joiden avulla tutkittava aineisto hankitaan ja havaintoja tuotetaan, sekä niistä säännöistä, joiden mukaan näitä havaintoja

voi edelleen muokata ja tulkita, niin että voidaan arvioida niiden merkitystä apukeinoina. Myös metodi on enemmän tai vähemmän hyödyllinen riippuen siitä, miten se sopii teoriaan ja valittuun metodologiaan. (Alasuutari 1999, 82; 2001, 36; Silverman 1993, 2; 2003, 79; 2005, 99.) Havainto on mikä tahansa informaatio, jonka vastaanotamme ja jonka näemme, tunnemme, kuulemme tai lueimme. (Alasuutari 2001, 32). Tutkimusmetodina tässä pro gradu työssäni käytän jäsenkategoria-analyysia. Tavoitteenani on ymmärtää ja tulkita jäsenkategoria-analyysin avulla, mitä vapaaehtoistyöntekijät kertovat debriefing työstään.

Seuraavassa paneudun lähemmin näihin tutkimukseni metodologisiin taustanäkökulmiin, sosiaaliseen konstruktionismiin ja etnometodologiaan sekä tutkimusmetodiin, jäsenkategoria-analyysiin.

Sosiaalinen konstruktionismi

Peter L. Berger ja Thomas Luckman ryhtyivät rakentamaan teoriaa sosiaalisesta konstruktionismista 1960-luvulla. Sosiaalisessa konstruktionismissa tarkastellaan sitä, millä tavoin sosiaalinen todellisuus rakentuu. Bergerin ja Luckmanin (1994) mukaan ei ole olemassa itsenäisiä merkityssuhteiden systeemejä, neutraaleja tietämyksiä, vaan konkreettisimmatkin tosiseikat ovat sosiaalisesti rakentuneita. Tieto konstruoi eli tekee merkitykselliseksi olemassa olevaa todellisuutta ulottuen todellisuuden tavallisimmista peruspiirteistä aina sen pienimpiin yksityiskohtiin saakka. (Berger & Luckmann 1994, 226-227.)

Burrin (1996) mukaan on oltava kriittinen itsestäänselvyyksiä kohtaan. Tarvitaan kriittisyyttä, kun tarkastelemme maailmaa ja oletuksiamme siitä, mistä maailma koostuu. On oltava kriittinen valmiita kategorioita kohtaan. Esimerkiksi kun jaottelemme ihmiset miehiin ja naisiin, niin yhtä hyvin voisimme pitää tärkeänä jaottelua pitkät ja lyhyet ihmiset. (Burr 1996, 3.) Kategoriat eivät ole pysyviä. Ne muuttuvat ajan ja historian kuluessa. Kun sosiaaliset olosuhteet muuttuvat, ilmestyy uusia kategorioita, joilla voidaan tehdä uudenlaisia luokituksia. (Burr 2004, 135.)

Burr (1996) toteaa, että ihmisten välinen jokapäiväinen sosiaalinen elämä ja kanssakäyminen rakentavat tietoa. Ihmiset jakavat tietoa ja muodostavat totuuksia mm. kielen avulla keskinäisissä sosiaalisissa kanssakäymisissään. Kaikki ymmärrys on sidoksissa kulttuuriin ja historiaan, siksi tapa

ymmärtää asioita pitää tulkita niistä käsin. (Burr 1996, 4.) Tieto ja todellisuus ovat kerrostuneita ja ne ovat kytkeytyneinä yhteiskunnallisiin asemiin. Ne ovat erilaisissa yhteiskunnissa erilaisia. Tiettyjä tietoja pidetään itsestään selvyyksinä ja mistä tahansa tietokokonaisuudesta voi tulla sosiaalisesti hyväksytyä, sosiaalisen todellisuuden rakentamisen rakennusainetta. Tieto on sidoksissa näkökulmaan. Arkitieto on kaikkien yhteiskuntien olemassaolon edellytys. Tietoisuus on intentionaalista. Sillä on aina jokin kohde ja tarkoitus. Tietoisuus on saavutettavissa ainoastaan jostakin kohteesta. (Berger & Luckmann 1994, 13-31.)

Jokapäiväisen elämän todellisuutta pidetään itsestään selvänä asiana. Jokaisella ihmisellä on joka päivä omat kokemuksensa ja oma maailmansa. Siksi eri ihmisten kokemukset ja näkemykset yhteisestä maailmasta ovat erilaiset. Jokapäiväisen elämän todellisuus on toisten ihmisten kanssa jaettavissa oleva intersubjektiivinen maailma. Jokapäiväinen elämän todellisuus jäsentyy ajallisesti. Aika on perusominaisuus, jossa tietoisuus etenee eritasoisina tapahtumasarjoina. (Berger & Luckmann 1994, 33-37.)

Erilaiset sovitut ja opitut merkit ilmaisevat toisten ihmisten subjektiivisia tarkoituksia. Nämä erilaiset merkit voidaan ryhmittää merkkijärjestelmiksi, joita ovat eleet, tietyt ruumiinliikkeet, tuotetut esineet ja äänimerkkien järjestelmä. Tärkein merkkijärjestelmä ihmiselle on äänimerkkien järjestelmään kuuluva kieli. Se ylläpitää intersubjektiivista läheisyyttä, se viittaa tämänhetkiseen ja muihin todelluuksiin, se tyypittää kokemuksia. Kielen avulla voidaan yhdistää jokapäiväisen elämän ja eri henkilöiden todellisuuden eri alueet ja yhdistää ne sopivaksi kokonaisuudeksi. Kielen avulla voidaan ylittää ”tässä ja nyt” kokemukset ja tehdä läsnä olevaksi asiat, jotka ovat poissa fyysisesti, ajallisesti ja sosiaalisesti. (Berger & Luckmann 1994, 46-50.)

Sosiaalisessa konstruktionismissa kaikki rakentuu merkkijärjestelmien avulla, joista tärkein on kieli. Jokapäiväinen kielenkäyttö on tulkinnallista, todellisuutta aktiivisesti tuottavaa ja muuttavaa. Vuorovaikutuksen luominen on sosiaalisessa konstruktionismissa tärkeämpi seikka kuin se, millainen vuorovaikutus on. (Jokinen ja Suoninen 2000, 7.) Vaikka asiat konstruoidut pääosin sanallisen viestinnän keinoin, merkityssysteemi ei koostu pelkästään sanoista ja lauseista vaan myös ei-sanallisista teoista (Jokinen ym. 2000, 27) taikka fyysisistä esineistä tai paikoista (Burr 2004, 139). Merkityssysteemit eivät synny sattumanvaraisesti ihmisen mielessä, vaan rakentuvat erilaisissa ihmisten välisissä sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa (Jokinen ym. 2000, 21). Todellisuus esittäytyy meille aina merkityksellistettynä, jostakin näkökulmasta käsin. Todellisuutta voidaan lähestyä vain kulttuuristen symbolien ja merkitysten kautta. (Jokinen 2002, 39.)

Kohtaamamme asiat eivät siten ole meille kokonaan uusia. Meillä on opittuja tapoja, joilla hahmotamme ja lähestymme niitä. (Eskola & Suoranta 1988, 45.) Ihmisten välinen vuorovaikutus, koko elämä ja ympäröivän maailman muodostuminen tapahtuu viime kädessä kielen avulla. Sosiaalista todellisuutta tulkitaan, ylläpidetään ja muokataan kielen avulla.

Etnometodologia

Garfinkel kehitteli ja otti käyttöön etnometodologia termin 1950-luvun puolivälissä, tutkiessaan valamiehistöjen keskusteluja näiden ratkoessa oikeustapauksia. Valamiehistö keskittyi metodologisiin kysymyksiin: tosiasian ja mielipiteen erottamiseen toisistaan. Garfinkel havaitsi, että näistä erotteluista puuttui tietty valamiehistön logiikka. (Heritage 1996, 18.)

Etnometodologiassa yritetään ymmärtää ihmisten käyttämiä menetelmiä, joilla maailmaa järjestetään. Nämä menetelmät ovat niitä taitoja, joita ihmiset käyttävät ja joiden avulla ihmiset kehittävät toistensa ja sosiaalisten tilanteidensa ymmärtämistä. (Burr 2004, 125; Silverman 1993, 60.)

Varhaisimmissa etnometodologisissa kirjoituksissa Harvey Sacks kertoo havainneensa, että luonnehdinnat itse sosiaalisesta elämästä ovat keskeisessä asemassa. Sosiaalinen elämä on kertomusten, tulkintojen ja kuvausten kyllästävä, joiden pääsisältöinä oli sosiaalinen elämä itse. Luonnehdinnat ovat järjestelmällisiä ja johdonmukaisia ja ne kuvaavat tekemistä. Sacks oli sitä mieltä, että näitä luonnehdintoja pitäisi alkaa tutkia. Harold Garfinkel kehitteli samaa teemaa hieman eri suuntaan. (Potter 2000, 42.)

Parsonsilainen järjestelmäteoria, toimijan alistaminen toiminnallisten vaatimusten alle, ei tuottanut yleisestikään tyydytystä eri kansalaistahojen keskuudessa. Garfinkel ei myöskään hyväksynyt Parsonsin kannattamaa rationaalisen ja ei-rationaalisen toiminnan erottamista toisistaan. Se vei huomion pois sosiaalisen toiminnan järjestymisen keskeisimmistä piirteistä: sisäänrakennetusta ymmärrettävyydestä ja selostettavuudesta. (Heritage 1996, 38.) Oppi-isänsä Parsonsin koko teoreettinen ajattelu ihmisestä toimijana erosi täysin Garfinkelin ajatuksista. Syntyi kiinnostus sellaisia tutkimussuuntia kohtaan, jotka korostivat toimijan mielipiteitä.

Garfinkel kehitteli etnometodologian teoreettisia ideoita 1950-1960 luvuilla. Hän oli kiinnostunut sellaisista kysymyksistä, kuten miten toimijat itse tuottavat ja tunnistavat sosiaalisia toimintoja. Ja miten sosiaalinen järjestelmä rakentuu ihmisten välisten kanssakäymisten ja erilaisten arkielämän toimintojen kautta. Hän kirjoitti tutkimuksensa esseiden muotoon. Esseet käsittelevät mitä erilaisimpia aiheita. Garfinkelin esseistä koottu teos *Studies in Ethnometodology* julkaistiin 1967.

Heritagen (2000) mukaan etnometodologia tutkii arkitietoa sekä niitä menettelytapoja ja ajatuskulkuja, joilla tavalliset ihmiset ymmärtävät elinolojaan, toimivat yhteiskunnassa ja vaikuttavat siihen. Etnometodologit eivät pidä yhteiskuntaa ja kulttuuria jäykkinä ja pysyvinä rakenteina. Yhteiskunta ja kulttuuri ovat prosessi, joita ihmiset taitavasti ja rutiininomaisesti ylläpitävät ja ohjailevat. (Heritage 1996, 9-19.)

Kielelliset kuvaukset nousivat ratkaisevaksi teemaksi Garfinkelin ajattelussa, kun hän rakensi etnometodologista ajattelua. Kielen merkitys tulee tärkeäksi, kun pohditaan kysymystä kuinka sosiaaliset toimijat kohtaavat ja hallitsevat yhteistä sosiaalista maailmaansa. Kielen ymmärtämisessä ensisijaisesti tärkeintä on toimien, lausumien ymmärtäminen. Lausumaa tarkastellaan asiayhteydessänsä. Kuka lausuman on lausunut, missä, milloin ja miksi. Mitä lausuman sanomisella on saatu aikaan. Mitä seikkoja on otettu huomioon lausumaa lausuttaessa. Lausumasta muodostuu lopulta tulkinnan ja päättelyprosessin avulla lähtökohta. Lauseiden varsinaisen sisällön ja itse asioiden ymmärtäminen sekä sisällön paikkansapitävyys ovat sivuseikka. (Heritage 1996, 141.)

Garfinkel oli kiinnostunut itsestään selvästä, huomaamattomasta tiedosta. Tällaista tietoa on vaikea havaita, koska se tulee esiin vain ongelmatilanteissa. Garfinkelin ajattelussa erityisen huomion sai fyysisen toiminnan ohella erityisesti sanallinen tekeminen. (Suoninen 2001, 369.) Asioiden kuvaaminen on toinen kielen käyttöön ja ymmärtämiseen liittyvä seikka. Asioiden kuvauksilla viitataan yleensä asiantiloihin, mutta tietyissä tilanteissa, tietynlaisissa vuorovaikutuksen vaiheissa ne ovat toimintoja. Kuvaukset ovat suhteessa siihen, missä ja milloin ne annetaan. Kuvaukset on valittu ja näillä valinnoilla on seuraamuksensa. Kuvaukset voivat ylläpitää tai muuttaa niiden toimintojen ja olosuhteiden mieltä, joista ne kertovat ja joiden osana ne tapahtuvat. (Heritage 1996, 141-142.)

Etnometodologiassa ei kuitenkaan ole tärkeätä se, ovatko kuvaukset tosia, oikeita, virheellisiä, arvokkaita tai tarpeellisia. Merkityksellistä ei myöskään ole se, voidaanko niiden avulla olosuhteet

tai tilanteet muuttaa paremmaksi. Kaikki ulkoinen arviointi kuvauksista on merkityksetöntä. Etnometodologia ei muotoile parannuksia käytännön toiminnoille eikä vaadi asioiden muuttamista paremmiksi. Tärkeintä on se, miten kuvauksia käytetään yhteiselämän kohtausten jäsentämisessä ja hallinnassa. Miten niitä käytetään yhteistuumin järjestettyjen sosiaalisten toimintojen ilmi tuomiseksi, ylläpitämiseksi, muuttamiseksi tai käsittelemiseksi. Tärkeintä Garfinkelille on vain se, että kuvauksia yleensä käytetään. (Heritage 1996, 142-143.) Silloin niiden merkityksiä voidaan tutkia. Voidaan tutkia, mitä sosiaalisessa elämässä tapahtuu ihmisten puheen kautta. Mitä puheessa on selkeästi nähtävissä ja mitä puheessa on piilossa, joka täytyy löytää.

Etnometodologisessa tutkimuskentässä keskeisiä käsitteitä ovat refleksiivisyys, selostettavuus, indeksikaalisuus, kontekstuaalisuus sekä sosiaalisen todellisuuden sulkeistaminen.

Tutkiessaan sosiaalisen toiminnan järjestyneisyyttä Garfinkel oli kiinnostunut toiminnan refleksiivisyydestä ja siihen liittyvästä selostettavuudesta. Refleksiivisyys tarkoittaa sitä, että tekeminen perustuu sosiaalista ympäristöä koskevaan arviointiin ja järkeilyyn (Suoninen 2001, 374). Garfinkel ei näe toimijaa passiivisena tarkkailijana vaan aktiivisena toimintaan osallistuvana henkilönä. Ihmisen toiminta vaikuttaa refleksiivisesti juuri tapahtumassa olevaan tapahtumaan. Toimijaa ei määrää sisäistetty sääntömalli esimerkiksi tervehdystilanteissa. Garfinkelin mukaan yhteiset normit refleksiivisesti rakentavat toimintoja ja niiden muuttuvia olosuhteita joka hetki. (Heritage 1996, 109, 113, 120.) Juhila (2004, 204, 246) toteaa, että arkisessa toiminnassaan ihmiset soveltavat ja rakentavat erilaisia malleja, jotka tuottavat tilanteita, joissa ihmiset toimivat. Refleksiivisyys on toiminnan huomaamista ja sen erittelemistä, mitä seurauksia tietyllä toiminnalla on.

Garfinkelin mukaan se miten ihminen toimii, on moraalisen valinnan tulos ja näistä valinnoistaan toimija on selontekovelvollinen. Garfinkel liitti toisiinsa tiedollisen ymmärryksen ja moraalisuuden. Ihmiset ovat tekemisistään toisilleen tilintekovelvollisia. (Heritage 1996, 85; Suoninen 2001, 369.) Oleellista on se, että millaisia toimintoja valitaan ja mitä asioita näiden valintojen seurauksena voidaan ja kannattaa järjellisesti selostaa toisille ihmisille (Suoninen 2001, 376-377).

Etnometodologiassa oleellinen seikka on tilannesidonnaisuus, tietyssä tilanteessa tehdyt toimet. Sosiaalisten tilanteiden tulee olla selostettavia ja ne itse jäsentävät omat ymmärrettävyytensä (Heritage 1996, 135). Garfinkel kuvaa tilannesidonnaisuutta käsitteellä indeksikaalisuus (Suoninen 2001, 375). Se tarkoittaa sitä, että kuvailevat selonteot ovat sidoksissa tulkintaansa ja tilanteiden

vaihteluun. Ne ovat löyhässä yhteydessä olosuhteisiinsa ja tilannekohtaisesti muunneltavissa. Selonteot ja toiminnot ovat aina lausumattomien oletusten joukossa. Niiden merkitys on vahvasti riippuvainen kontekstistaan. (Heritage 1996, 143.) Garfinkelin mukaan sanojan ja kuulijan täsmällisempi ymmärrys perustuu kontekstuaalisuuteen. Keskustelussa pureudutaan tällöin kielen käytön yksityiskohtiin. Puhuja ei useinkaan kirjaimellisesti tarkoita sitä mitä hän sanoo. Kielen merkitykset rakentuvat ja muuttuvat sosiaalisissa konteksteissa. (Välimaa 2002, 5.) Siinä kuvaava sana ja konteksti muokkaavat toinen toistaan. Kontekstina voi olla tarkoite tai tietty lause. Kuulijan suorittama kontekstuaalinen toiminta mahdollistaa järkevän puheen ja ymmärtämisen päällekkäisten ja risteilevien piirteiden viidakossa. (Heritage 1996, 148-150.) Kun kuulija tarkentaa ja täsmentää kuulemaansa asiaa, syntyy ymmärrystä siitä, mitä puhuja tarkoittaa. Keskustelusta saadaan täsmällisempi ja aihepiiristä hallitumpi.

Sosiaalisen todellisuuden sulkeistaminen tarkoittaa sellaista menetelmämallia, jolla otetaan etäisyyttä analysointia haittaavaan arkiseen ymmärrykseen. Huomio kiinnitetään ja tärkeänä pidetään ainoastaan niitä prosesseja ja resursseja, joilla sosiaalista todellisuutta tuotetaan. (Suoninen 2001, 377.) Kaikki muut seikat, jotka voivat haitata sosiaalisen todellisuuden tuottamista tutkivia prosesseja, pyritään kokonaan poistamaan tai eliminoimaan minimiin.

Jäsenkategoria-analyysi

Laadullinen analyysi koostuu kahdesta vaiheesta, havaintojen pelkistämisestä ja arvoituksen ratkaisemisesta. Tällaisen erottelun voi tehdä vain analyttisesti, käytännössä ne nivoutuvat aina toisiinsa. (Alasuutari 1999, 39.) Havaintojen pelkistämisessä voi erottaa kaksi eri osaa. Ensinnäkin aineistoa tarkastellaan aina vain tietyistä teoreettis-metodologisesta näkökulmasta. Aineistoa tarkasteltaessa kiinnitetään huomiota vain siihen, mikä on teoreettisen viitekehyksen ja kulloisenkin kysymyksenasettelun kannalta olennaista, vaikka samassakin tutkimuksessa aineistoa voidaan tarkastella monesta näkökulmasta. Joka tapauksessa näin analyysin kohteena oleva tekstimassa pelkistyy hieman hallittavammaksi määräksi erillisiä raakahavaintoja. Pelkistämisen toisen vaiheen ideana on edelleen karsia havaintomäärää havaintojen yhdistämisellä. Erilliset raakahavainnot yhdistetään yhdeksi havainnoksi tai ainakin harvemmaksi havaintojen joukoksi. Tähän päästään etsimällä havaintojen yhteinen piirre tai nimittäjä tai muotoilemalla sääntö, joka tältä osin pätee poikkeuksetta koko aineistoon. (Alasuutari 1999, 40.)

Harvey Sacks kehitti jäsenyysskategoria analyysin (Membership Categorization Device eli MCD) 1960-luvulla. Jäsenyysskategoria analyysi perustuu etnometodologiaan. Etnometodologia tutkii ihmisten arkielämän puheen ja kielen kautta ihmisten rakentamaa sosiaalista elämää ja todellisuutta. Jäsenyysskategoria analyysi on diskursiivinen tutkimusmetodi, jonka tutkimuskohteena on puheen tai tekstin kautta syntynyt kieli.

Sacksin mukaan jokapäiväisessä elämässä tarvittava tietomme on järjestynyt jäsenyysskategorioiksi: ihmiset tai miksei muutkin kohteet tunnistetaan sijoittamalla ne tiettyihin kategorioihin. Esimerkiksi ihminen voidaan sijoittaa kategoriaan ”lapsi”. Jokainen kategoria on vähintään kahden kategorijoukon jäsen: esimerkiksi lapsen voi ajatella kuuluvan myös kategoriaan ”tyttö” tai ”ihminen”. (Alasuutari 1999, 119.)

Sacksin mukaan kategorioita on kaikkialla ja me kategorisoimme eli luokittelemme jatkuvasti kaikkea. Kategoriana eli luokitustyyppinä voi olla substantiivi, adjektiivi tai verbi.

Jäsenyysskategoria-analyysin periaatteina ovat seuraavanlaiset oletukset. Kuka tahansa henkilö voidaan luokitella useilla oikeilla tavoilla. Yksikin yksittäinen kategoria riittää kuvaamaan henkilöä. Jos joku henkilö tunnistetaan joukosta, on mahdollista, että seuraava henkilö kuuluu tähän samaan joukkoon. Kategoriat kerätään ja ryhmitellään yhteen kategorijoukoiksi. Jos kategoriat on liitetty yhteen, ne pidetään yhdessä. Tietyt aktiviteetit voivat olla sidoksissa tiettyyn kategoriaan. On olemassa kategoriaparit. (Silverman 1993, 85.)

Jokainen kategoria kuuluu johonkin kategoriaryhmään. Esimerkiksi äiti kuuluu kategoriaryhmään perhe ja kategoria opettaja kuuluu kategoriaryhmään ammatti. Johonkin kategoriaryhmään kuulumisen sulkee pois mahdollisuuden kuulua toiseen kategoriaryhmään. Esimerkiksi kun kategoria äiti kuuluu kategoriaryhmään nainen, se ei voi kuulua kategoriaryhmään mies.

(Silverman 1993, 81.) Standardiparit ovat loogisesti yhteenkuuluvia kategorioita, esimerkiksi mies ja nainen, äiti ja lapsi. Näille voidaan antaa laatumääreitä, esimerkiksi laiminlyödyt lapset. Standardiparien avulla määritellään helposti sosiaalista maailmaa. (Alasuutari 1999, 119-120.)

Monet toiminnat ovat kategoriasidonnaisia. Esimerkiksi itkeminen liitetään lapseen, ei-itkeminen aikuiseen mieheen. Kun henkilön toiminta tunnistetaan, esimerkiksi itkeminen, me määritämme, mikä hänen sosiaalinen identiteettinsä todennäköisesti on. Edelleen me voimme liittää negatiivisia moraalaisia arvioita ihmiseen, laatumääreitä, kun kuvailemme sellaista ihmisen käyttäytymistä, joka

on epäasianmukaista. Esimerkkinä voisi olla alkoholistiäiti. Ihmiset voivat myös välttää tiettyjä normaaleja kategoriasidonnaisia ilmiöitä toimintojen kuvaamisessa. Sacks mainitsee etelävaltioiden mustista, että kun he harjoittivat kenelle tahansa sopivia toimintoja, he eivät kuitenkaan olleet ketä tahansa, vaan valkoisia matkivia mustia. (Silverman 1993, 82-83.)

Harvey Sacks huomasi ihmisten käyttävän kategorisointia arkielämässä. Kategoriat olivat puheessa jatkuvasti läsnä, mutta näkymättöminä. Hän alkoi tutkimuksiansa avulla tehdä niistä näkyviä. Hän osoitti, miten tärkeätä ja yleistä kategorioiden käyttö on. Miten ne jäsentävät puhetta ja toimintaa ja miten suuri tietovaranto niihin sisältyy. (Juhila 2004, 21-22.) Kategorisointi tukee myös eron tekemistä ihmisten kesken ja asioiden välille. Se vahvistaa siten stereotyyppistä ajattelua. Eron tekeminen tapahtuu usein vallanpitäjien kategorioiden avulla, jossa vastapuoli leimautuu puutteelliseksi. (Juhila 2004, 25.)

Roivaisen (1999) mukaan Lena Jayyusi erottelee toisistaan käsitteet 'kategoria' ja 'kategorisointi'. Kategoriat, kuten "opettaja" ja "isä" ovat arkisessa kielenkäytössä jatkuvasti läsnä. Ne ovat tavanomaisia sanoja, joita käytetään arkipuheessa rutiininomaisesti lainkaan ajattelematta niiden muunlaista merkitystä. Kategorisoinnit sitä vastoin rakennetaan aina tilanteen vaatimusten mukaan. Rakentaminen tapahtuu yhdistämällä toisiinsa kategoria ja adjektiivi. Esimerkiksi "nätti tyttö" kategorisoinnilla rakennetaan johonkin tilanteeseen liittyvää ihmistyyppiä. (Roivainen 1999, 26.)

Käytännössä analyysi lähtee liikkeelle tutkimuksen teoreettisista näkökohdista. Analyysin tekemistä ja sisältöä syvennetään siten, että edetään pienin askelin. Aineistosta käsitellään vain pieni osa kerrallaan, jotta voidaan huolellisesti ja tarkemmin määritellä miten tietyt kuvaukset palvelevat tiettyä toimintaa. Tällöin vältetään siltä, että analyysistä tulee vain erilaisten kategorioiden listausta. (Silverman 2005, 47.) Tavoitteena on ymmärtää tutkittavien kategorioita ja havaita, miten niitä on käytetty konkreettisen toiminnan yhteydessä (Silverman 2005, 160).

Analyysin toteuttaminen

Aineiston monenkertaisen lukemisen jälkeen aloin poimimaan aineistostani kategorioita ja niihin liittyviä piirteitä. Etsin kategorioita tutkimuskysymykseni avulla. Tutkimuskysymykseni on: mitä vapaaehtoistyöntekijät Tampereen Settlementti ry:ssä kertovat debriefing työstään. Oli löydettävä ne

kategoriat, jotka olisivat synonyymeja debriefing työlle. Kattegoria saattoi olla substantiivi, verbi tai adjektiivi. Ympyröin teksteissäni löytämäni kategoriat ja alleviivasin niihin kuuluvat piirteet, jos piirre oli olemassa. Aina piirrettä ei ollut. Kirjoitin kategoriat paperille allekkain ja piirteet kategorioiden viereen.

Kaikkiaan aineistosta löytyi yhteen kertaan ilmoitettuja debriefing työhön liittyviä kategorioita yhteensä 115 kappaletta. Tutkimustyöni analyysissä en käytä kaikkia kategorioita, joita aineistosta löytyi. Käytän vain niitä kategorioita, jotka selkeästi kuvaavat asiaani. Muutoin analyysiosasta tulisi liian yksityiskohtainen ja erityisesti sivumäärältään myös liian laaja.

Kirjoitin kategoriat ja niiden piirteet myös isoille papereille ja laitoin seinälle, tulkinnan ja lajittelun helpottamiseksi. Tämän jälkeen lajittelin koko löydettyjen kategorioiden joukon viiteen eri ryhmään. Viisi oli sopiva kategorijoukkojen lukumäärä tätä pro gradu työtä ajatellen. Näille viidelle eri ryhmälle oli annettava omat nimet, otsikot, jotka parhaiten määrittäisivät kategorioiden ryhmäjaottelun. Otsikointi oli tarkka ja tärkeä toimenpide, koska se määräsi, mitä tällä tutkimuksella halutaan tutkia ja mitä asioita tällä tutkimuksella halutaan saada selville. Otsikoiden tuli olla sellaiset, että ne olisivat merkityksellisiä tämän tutkimustyön tuloksiin nähden. Otsikot syntyivät lopulta siten, että tarkastelin aineistosta löytyneitä kategorioita ja ryhmittelin niitä kategorijoukoiksi. Alustaviksi otsikoiksi muodostui: debriefing tapahtuma, traaginen tapahtuma, debriefingin toteuttajat, tunteet ja muut asiat. Kunkin otsikon alle valitsin ne kategoriat, jotka kuvasivat otsikon kertomaa asiaa. Kategoriat valittiin vain kerran, mutta jos sama kategoria esiintyi aineistossa useamman kerran, sen viereen laitettiin esiintymislukumäärä. Kaikki esiintyneet piirteet otettiin mukaan sellaisenaan. Myöhemmin tarkensin kategoriaryhmien otsikointia ja muutin niiden sanamuodon aineistolähtöiseksi. Otsikoista kaksi jakautui myös alaotsikoihin.

Kävin aineistoni pariin kertaan uudelleen läpi ja tarkistin, että varmasti olin ottanut huomioon kaikki aineistossa esiintyvät kategoriat. Sieltä löytyi vielä muutama kategoria, joita en ollut alussa ottanut mukaan. Kategorioita ryhmitellessä ja otsikoita mieltäessä tapahtui myös niin, että vaihdoin niiden kategorioiden paikkoja toisen otsikon alle, jotka kuitenkin tuntuivat kuuluvan toisen otsikon piiriin ja kertovan asian paremmin tämän toisen otsikon alla. Lopulta otsikot muutettiin siten, että niistä tuli aineistolähtöisiä. Otsikot ovat suoria lainauksia tutkittavien lausumista.

Analyysin kirjoittamisen alussa piti miettiä, miten lähden liikkeelle. Aloitin aineiston analysoinnin kategorialistoillani olevien otsikoiden mukaisessa etenemisjärjestyksessä. Aloitin siitä

kategoriaryhmästä, joka oli kategorialistallani ensimmäisenä eli tässä tapauksessa istunto kategoriaan liittyvistä asioista. Perusasia oli analysoida ja kertoa piirteiden avulla, mitä erilaisia asioita vapaaehtoistyöntekijät kertovat kategoriaan istunto kuuluvan. Kun koko istunto kategorian piiriin kuuluvat asiat oli mielestäni riittävästi käyty läpi, siirryin seuraavan otsikon alle kuuluviin kategorioihin. Etenin näin analyysin kirjoittamisessa, kunnes olin päässyt kategorialistani loppuun.

Aineistolainaukset sisennettiin ja kursivoitiin. Aineistolainauksissa on alleviivattuina ne kategoriat, jotka otettiin analyysin kohteeksi. Analyysitekstissä aineistosta poimitut kategoriat ovat kursivoituina.

Tutkimuksen luotettavuus

Reliabiliteetilla tarkoitetaan luotettavuutta. Luotettavuus tarkoittaa sitä, että kuka tahansa tutkija, joka tutkii tiettyä samaa asiaa, pääsee samaan johdonmukaiseen lopputulokseen. Tai sitä, että sama tutkija pääsee samaan johdonmukaiseen lopputulokseen tutkiessaan tätä samaa asiaa missä tahansa eri tilanteessa. (Silverman 1994, 145.)

Luotettavuusvaatimukset on alun perin laadittu kvantitatiivisia tutkimuksia varten. Kvalitatiivisissa tutkimuksissa luotettavuuden vaatimusten tarkastelu ei ole yksiselitteistä. Tehtyä tutkimusta ei voi toistaa samanlaisena uudestaan. Jos kuka tahansa tutkija kyselisi samoilta tutkittavilta henkilöiltä samaa asiaa uudelleen, on melko todennäköistä, että annetut vastaukset eivät olisi enää samanlaisia. Edelleen, jos itse toistaisin saman tutkimukseni nyt uudelleen, niin vastaukset eivät enää olisi identtisiä aiemmin saatujen vastausten kanssa. Tämä johtuu siitä, että aiempaan tutkimukseen annettuja samanlaisia vastauksia ei enää olisi mahdollista käyttää. Vastaukset eivät ole stabiileja, muuttumattomia, koska kysymykset olivat avoimia. Uudelleen tehdyssä kyselytilanteessa esimerkiksi asioiden painotus saattaisi olla toisenlainen. Lisäksi aineisto on sen luonteinen että siinä ei ole olemassa yhtä ja ainoata tai mitään oikeaa vastausta, jonka tulisi toistua. Eskola ja Suoranta (1998, 16) toteavat, että sosiaalisen todellisuuden ilmiöt ovat prosessiluonteisia. Tutkimustulokset eivät voi olla ajattomia ja paikattomia. Ne ovat paikallisia ja historiallisesti muuttuvia

Silverman (1994) toteaa laadullisesta tutkimuksesta, että kun kyseessä on tekstejä, puhdasta käsittelemätöntä aineistoa, luotettavuus ymmärretään eri tavalla. Luotettavuus liittyy valittuihin

kategorioihin, joita tekstin analyysissä käytetään. On tärkeää luotettavuutta ajatellen, että näitä kategorioita käytettäisiin normitetulla tavalla, jotta kuka tahansa tutkija päätyisi samoihin kategorioihin. (Silverman 1994, 147-148.) Uusitalo (2001) toteaa, että tutkijan tulisi noudattaa yksiselitteisiä luokittelu- ja tulkintasääntöjä, kun hän käsittelee aineistoa (Uusitalo 2001, 84). Soininen (1995) ehdottaa, että laadullisen tutkimuksen yhteydessä luotettavuus vaatimuksen sijasta käytettäisiin käsitettä uskottavuus, joka edellyttää omat kriteerinsä (Soininen 1995, 123).

Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, jos tutkimuksen aineisto, aineiston keruu, analyysin teko ja koko tutkimuksen tekeminen on pyritty kuvaamaan mahdollisimman tarkasti, totuudenmukaisesti ja ymmärrettävästi.

Tutkimuksen yleistettävyys

Laadullisessa tutkimuksessa lähdetään siitä esiolettamuksesta, että saatuja tutkimustuloksia voidaan jossain määrin ja jollain tavoin yleistää. Kysymys yleistettävyydestä sisältää aina sen oletuksen, että tutkimuksessa ei etsitä selitystä ja tulkintaa vain tietylle yksittäiselle tapahtumalle. Tutkimustulosten tulisi päteä muuallakin kuin tutkitussa yhdessä tapauksessa. Tutkimustulokset tulisi voida suhteuttaa osaksi jotakin laajempaa kokonaisuutta. Tällöin tulee pohtia sitä, millä tavoin ja missä suhteessa tutkimustulokset kertovat muustakin, kuin vain ensisijaisesta analyysin kohteesta. Yksi tapa ratkaista yleistämisen ongelma on, että tutkimuksen kaikissa vaiheissa viitataan muihin tutkimuksiin ja käytettävissä oleviin tilastoihin. (Alasuutari 1995, 207, 219-222.) Tulosten siirrettävyys toiseen yhteyteen on riippuvainen siitäkin, miten samanlaisia tutkittu ympäristö ja uusi sovellusympäristö ovat (Soininen 1995, 124). Luotettavuuden alkeellisin perustelu on kertominen siitä, millä tavoin tutkimuksen aineisto on hankittu ja millä tavoin tutkimustuloksiin on päädytty (Alasuutari 2001, 68).

5. AINEISTON ANALYYSI

5. 1 Istunto sujui kaavan mukaan

Tutkittavat käyttivät debriefing tilaisuuden pitämisestä pääosin kategoriaa *istunto*. *Istunto* kategorioita löytyi aineistosta 36 kappaletta. *Istunnosta* käytettiin kerran myös nimityksiä *briiffaus*,

meetinki, db-istunto, työ ja auttamismuoto. Istuntoja pidetään, jos siihen ilmenee tarvetta. Istunnon pitäminen edellyttää, että on tapahtunut yksittäinen tai laajempi traumaattinen tapahtuma. Istunto on se foorumi, jossa käydään läpi ja käsitellään traumaattisen tapahtuman kulku. Yhden istunnon keskimääräinen kesto on yleensä noin kolme tuntia. Istunto pyritään järjestämään alkusokin jälkeen, noin kolmen vuorokauden sisällä traumaattisesta tapahtumasta. Tällöin istunnosta saatava hyöty jälkipuinnin muodossa on suurin. Jos on tehnyt pitkään debriefing työtä, niin silloin istuntojen lukumääriä ehtii yksittäiselle työntekijälle kertyä monia. Seuraavassa aineistolainauksessa tutkittava kertoo, että hän on ollut mukana vetämässä debriefing istuntoja jo useamman vuoden ajan.

Vuosien mittaan on jo kertynyt monia päivystyksiä ja monia istuntoja, joista useiden yksityiskohdat ovat jo unohtuneet. (Aineisto 6)

Tutkittava kertoo myös, että kun istuntojen lukumäärä vuosien mittaan nousee suureksi, niin istuntojen tarkat asia- ja muotosisällöt unohtuvat. Jokainen istuntohan on uniikki, erilainen toisiinsa verrattuna. Tällöin niiden sisällötkin muodostuvat aina kunkin tilanteen vaatimusten mukaan. Istuntojen yksityiskohtia ei ole tarve eikä tarkoituskaan yleisesti muistaa. Tärkeintähän on kuitenkin jokaisen istunnon senhetkinen merkitys.

Aikaisempi hyvä kokemus oli innoittanut haluamaan alaisilleen samanmoista auttamismuotoa yllättävään, ennalta arvaamattomaan tapahtumaan. (Aineisto, 4)

Tässä aineistolainauksessa tutkittava antaa debriefing istunnolle nimityksen *auttamismuoto*. Debriefing istunnon pitäminen on auttamistyötä. Aineistossa mainitaan *apu*-kategoria ainoastaan neljä kertaa ja *tuki*-kategoria kaksi kertaa. Istuntojen mieltäminen *auttamis-* ja *tukimuodoiksi* on ilmeisesti niin itsestään selvä asia, että sitä ei koeta tarvittavan korostaa tai mainita erikseen. Vaikka istunnon pitäminen on mitä ilmeisimmin auttamista, niin auttaminen mainitaan aineistossa pikemminkin poissulkevasti. Aineistossa tutkittava kertoo, että osallinen ei enää halunnutkaan meidän *apua*me ja edelleen samasta osallisesta, että hänellä on muuta tarvittavaa *apua*. Istunnossa surevat ihmiset saavat osakseen *apua*, *tukea* ja ymmärrystä. Debriefing istunto on sokkivaiheen jälkeen annettava henkisen loukkaantumisen hoitoon tarkoitettu *ensiavun* tyyppinen *auttamismuoto*.

Ko. vastuuhenkilö on hyvin kokenut ja kuljetti jouhevasti istunnon loppuun asti.
(Aineisto, 1)

Tutkittava kertoo tässä, että *istunnon* vastuuhenkilö kuljetti *istuntoa* sujuvasti eteenpäin. On monia eri seikkoja, jotka *istunnon* kulkuun vaikuttavat. *Istunnon* sujuminen hyvin alusta loppuun asti riippuu aina *istunnossa* eteen tulevista tilanneseikoista. Aineistossa tutkittava kertoo, että *istunto* kulki tehokkaasti aikaa käyttäen tai *istunto* sujui yllättävän rauhallisesti, ei vastakkainasetteluja tai että *istunto* meni kuitenkin hyvin ja että puheenvuorot olivat rehellisiä ja avoimia. Tutkittava kertoo myös, että etenkin vieraan kanssa *istuntoa* pidettäessä ei aina tiedä miten toisella on tapa toimia. Tutkittava olisi itse ehkä painottanut *istunnossa* asioita eri tavoin, mutta että hän ei kuitenkaan tiedä mikä on paras tapa.

Saapuessani paikalle nainen miehensä sekä silminnäkijät nainen ja hänen 11-v. poikansa olivat jo paikalla ja db-viikon vastuuhenkilö (kokouksen koollekutsuja).
(Aineisto, 1)

Tässä aineistolainauksessa tutkittava kertoo, että kun hän saapui debriefing *istuntoon*, niin siellä olivat jo läsnä *istunnon* toinen vetäjä, joka oli tämän *istunnon* koollekutsuja sekä *istunnon* muut osalliset. *Istuntoon* yleensä osallistuvat debriefing työntekijät ja vastapuolena ne henkilöt, joita traumaattinen tapahtuma on koskettanut. Tutkittavat kertovat aineistossa, että *istunnossa* on usein perhe tai *istunto* järjestettiin avovaimolle taikka että *istuntoon* oltiin omaisena osallistuttu. Perheenä koostumus voi aineiston mukaan olla mikä tahansa. Perhe voi koostua pelkästään puolisoista tai siinä voi olla puoliso ja lapset tai vanhemmat taikka isovanhemmat. Myös muut sukulaiset voivat olla osallisina. *Istunto* voidaan järjestää esimerkiksi työpaikkaporukalle. Tutkittava kertoo, että työpaikkaporukka tarvitsi *briiffausta* samana päivänä. *Istunto* järjestetään aina niille, joita trauma satuttaa. Ketkä tahansa henkilöt, jotka kohtaavat traumaattisen tapahtuman, voivat tarvita jälkipuintia.

1. istunto kotona – läsnä 12 henkeä joista 1 tulkki ja 2 DB. (Aineisto, 2)

Tutkittava kertoo, että ensimmäinen *istunto* pidettiin yhden osallisen kotona. Aineistolainauksesta myös ilmenee, että *istunnon* osanottajamäärä oli suuri, yhteensä 12 henkilöä. Traumaattiset tapahtumat voivat olla sellaisia, että niihin osalliset ihmiset voivat tulla eri perheistä. Yllä oleva aineistolainaus kertoo juuri sellaisesta *istunnosta*, jossa aineiston mukaan osalliset tulivat eri

perheistä. Tällöin traumaattiset tapahtumat koskettavat syvältä useita eri henkilöitä. Tämän seurauksena *istunnon* osanottajamäärä voi muodostua suureksi. Osanottajat ovat kuitenkin toisiinsa nähden yhtä kiinnittyneitä ja osallisia traumaattiseen tapahtumaan. Tällöin ryhmän kokoon ei kannata puuttua ja siihen osallistuvien henkilöiden lukumäärää ei kannata lähteä rajoittamaan. Koska saattaa olla, että eri henkilöiden esittämät puheenvuorot ja reaktiot saattavat olla ryhmän muille jäsenille avuksi vaikean asian ymmärtämisessä ja hyväksymisessä.

Toinen istunto pidettiin puolisolle ja heidän kolmelle lapselleen. (Aineisto, 5)

Tästä aineistolainauksesta ilmenee, että yksi *istunto* ei eri syistä aina riitä. Usein käytännössä on tavallista, että tarvitaan *toinen istunto*. *Ensimmäisen istunnon* lopussa arvioidaan osallistujien lisätuen tarve. Aineistossa puhutaan *jatkokokouksesta* ja *jatkohoidosta* sekä *toisesta istunnosta*. *Toinen istunto* järjestetään, jos se katsotaan tarpeelliseksi. Tutkittava kertoo, että uutta *istuntoa* suositeltiin hautajaisten jälkeen. *Toinen istunto*, *seurantaistunto*, tarvitaan, jos surevat voivat niin huonosti, että on aiheellista tarkistaa, ovatko he mahdollisesti minkäänlaisen muun *jatkohoidon* tarpeessa.

Kolmen ja puolen tunnin istunnon jälkeen miehet päätyivät hakemaan lisäapua ja jatkoivat tiettävästi pitkään terapiassa. (Aineisto, 6)

Tutkittava kertoo tässä aineisto-otteessa, että ensimmäisen pitkän istunnon jälkeen oli edelleen aiheellista saada *jatkohoitoa*. Toisinaan jo heti ensimmäisen *istunnon* lopussa nähdään se, onko muunlaisen *lisäavun* ja *jatkohoidon* tarve olemassa. Jos tuettavat edelleen tarvitsevat keskusteluapua, tukea ja kuuntelijaa, ohjataan avun tarvisijat muun auttamistahon antaman ammattiavun ja terapian piiriin. Tällainen *jatkohoito*, *lisäapu* voi olla pitempiaikaistakin.

2. istunto lapsivainajan opettajat. (Aineisto, 2)

3. istunto lapsivainajan koulussa oppilaat. (Aineisto, 2)

Työporukka halusi ilman leskeä vielä seurantaistunnon. (Aineisto, 5)

Näissä aineistolainauksissa tutkittavat tavallaan jo kertovat, mistä syystä ensimmäisen istunnon osallistujat jaetaan eri istuntaryhmiin. *Istuntoja* suunniteltaessa saatetaan toimia siten, että eri ryhmille järjestetään eri *istunnot*, koska traaginen tapahtuma koskettaa näitä eri ryhmiä eri tavoin. Näillä ryhmillä tai henkilöillä on toistensa kanssa vain hyvin vähän tai kenties ei lainkaan mitään

tekemistä. He voivat olla vieraita toisilleen taikka heidän kosketuksensa järkyttävään tapahtumaan on eritasoista ja erilaista, kuten tässä opettajat ja oppilaat. Tällöin heille kannattaa järjestää omat istuntonsa. Jos ensimmäisessä *istunnossa* on koolla koko surevien ryhmä, niin toisessa *istunnossa* voi olla mukana vain osa surevista. Luonnollisesti siksi, että ensimmäinen ryhmä on niin suuri, etteivät puheenvuorot riitä jokaisen mielipiteen ilmaisuun, tai kohteliaisuussyistä. Kaikkien osanottajien läsnä ollessa ei kenties voi puhua kaikesta, mistä haluaisi. Asioita, joita tuodaan esiin, voivat olla niin henkilökohtaisia. Ne eivät ole tarkoitettu kenen tahansa tietoon. Kuten eräs tutkittava aineistossa kertoo, että osalliset eivät ekassa *istunnossa* saaneet puhua kaikesta. Suhde uhriin määrää surun asteen ja asiat, joista koetaan olevan tarvetta puhua. Tutkittava kertoo, että *toinen istunto* perheenjäsenille tuntui luontevalta ottaa samalle työparille.

... mutta jostakin syystä hän ei enää halunnutkaan meidän apuumme. (Aineisto, 9)

Tutkittava kertoo, että vaikka varsinaisessa *istunnossa* toivotaan vielä uutta *istuntoa*, niin sitten kun siitä aletaan sopimaan, ilmeneekin, että mieli on muuttunut ja että uutta *istuntoa* ei enää haluta. Kotona ollessaan ihmiset ilmeisesti kokevat, että he tulevat toimeen, pärjäävät ilmeisesti *toista istuntoa*. Ehkä sen tuomaa *lisäapua* ei koeta niin suureksi taikka sitten ei vain enää viitsitä osallistua. Syynä voi myös olla, ettei oikeasti jakseta, vaikka avuntarve olisikin ilmeinen. Tällöin voi olla seurauksena, että toipuminen ei edisty toivotulla tavalla ja että avuntarvitsija jää vaille tarpeellista tukea.

Ketään ei voida kuitenkaan pakottaa mihinkään. Kaikki perustuu vapaaehtoisuuteen. Tutkittava kertoo tapauksesta, jossa pelkät puhelinkeskustelut riittivät tuen saamiseen. Oli useita puhelinkeskusteluja ja tuettavaa auttoi se, kun hän sai puhua (puhelimitse) luotetun henkilön kanssa. Puhuminen onkin se tärkein taakan jakamistapa. Jos tuen antaminen tapahtuu vain puhelimitse niin parempi niinkin kuin ei ollenkaan.

Tapaus 2 istuntoa - suostuivat vain yhden henkilön läsnäoloon – olin siis yksin.
(Aineisto, 2)

Joskus tilanteet koetaan jopa niin ahdistavina ja salattavina, että *istuntoon* hyväksytään vetäjäksi vain yksi henkilö. Kuten tutkittava kertoo, he suostuivat vain yhden henkilön läsnäoloon. Trauman kokeneet voivat pelätä asiansa julkitulemistä, tulemistä yleiseen tietoon, lähiympäristön suhtautumista ja häpeää. Ihmiset ovat erilaisia ja suhtautuvat asioihin eri tavoin. Sillä toisaalta voi

olla niinkin, että osallisilla on jo ennestään kokemuksia debriefing *istunnoista*. Eräs tutkittava kertookin, että esimiehellä oli aikaisempi kokemus db-*istunnosta*. *Istuntoihin* siis osallistutaan uudelleenkin, eikä tunneta häpeää sen vuoksi. Ihmisen elämä voi sisältää useampia toisiaan seuraavia pienempiä tai isompia kriisejä. Ne voivat olla sellaisia asioita, joille ei voi mitään, ne vain tapahtuvat. Ja jotkut niistä voivat olla niin vaikeita, että tarjottu ammattiapu kannattaa ottaa vastaan.

Debriefing *istuntoon* osallistutaan sillä paikkakunnalla, mikä on tarkoituksenmukaisinta. *Istunnon* pitopaikka voi olla se paikkakunta, jossa traaginen tapaus tapahtui tai se paikkakunta, jossa muut uhrin lähiomaiset asuvat. Jos läheisiä asuu eri paikkakunnilla, voi olla järkevää ohjata heidät omien asuinalueidensa *db-piireihin*. Aineistosta ilmenee, poikaystävä vanhempineen ohjattiin Pikkumäen *db-piiriin* ja isovanhemmat Keskimäen *db-piiriin*.

...eivät halunneet istuntoon, koska mies sai tukea sairaalassa. (Aineisto, 10)

Joskus henkistä tukea saatetaan saada jo muualta eri seikoista johtuen. Muualta saatu tuki ei todennäköisesti pohjautu debriefing työn ajatukseen eikä toteuta debriefing työn kaavaa. Tuettavat eivät välttämättä ymmärrä debriefingin pohjalta annettavan tuen ja muun henkisen tuen eroa. Tästä syystä tarjotusta debriefing avusta saatetaan kieltäytyä. Oletetaan, että kaikki saatavilla oleva tuki on samanlaista, yhtä hyvää, tehokasta ja samalla tavalla ammattimaista. Tällöin seurauksena voi olla, että juuri tiettyyn tilanteeseen räätälöity, juuri sen tyyppistä traumaa auttava tukimuoto jää hyödyntämättä.

Debriefing tapahtumaan valmistautuminen

Tutkittavat kertovat aineistossa, millä tavoin he saavat tiedon debriefing avun tarpeesta. Debriefing istuntoon valmistautuminen alkaa tiedon saapumisesta.

Poliisista tuli tieto, myös yksi ... työntekijöistä soitti omaan kännykkääni, muistaakseni. (Aineisto, 5)

Iltapäivällä poliisi soitti db-puhelimeen. (Aineisto, 4)

Itseni hälytettiin istuntoon ed. päivänä... (Aineisto, 1)

Tutkittavat mainitsevat, että ilmoitus voi tulla päivystysvuorossa olevalle debriefing työntekijälle useasta eri tahosta. Ilmoittaja voi olla poliisi, terveydenhuoltoviranomainen, uhrin omainen tai muulla tavoin uhriin sidoksissa oleva henkilö, esimerkiksi työtoveri, taikka ventovieras ohikulkija, silminnäkijä tai jopa itse tekijä. *Hälytys* debriefing istuntoon tapahtuu tavallisesti yllättäen. Aineistolainauksesta ilmenee, että tutkittava *hälytettiin* istuntoon edellisenä päivänä. Valmistautumisaikaa ei ole paljon siihen nähden, että istunto pyritään pitämään kolmen vuorokauden sisällä tapahtuneesta. Istuntoa ei pidetä aivan välittömästi traumaattisen tapahtuman jälkeen. Sokkivaiheen on ensin oltava ohitse, jotta istunnosta saadaan sen tarkoittama tavoiteltava hyöty.

Faktojen selvittämistä ja viranomaiskontakteja, jotka kumppanini hoiti. (Aineisto, 6)
Otin puhelimitse yhteyttä kotiin. (Aineisto, 9)

Tutkittavat kertovat näissä aineistolainauksissa, että kun on saatu ilmoitus tapahtuneesta traagisesta tapauksesta, aletaan tilannetta selvittämään. Mietitään, täyttääkö tapaus ne kriteerit, joita debriefing työssä tapaukselta edellytetään, ennen kuin debriefing apua lähdetään tarjoamaan. Sen jälkeen aloitetaan *alkuvalmistelut*. *Alkuvalmistelut* tarkoittavat faktatietojen selvittämistä, *taustojen* tutkimista ja useita *puhelinkeskusteluja* eri viranomaisten kanssa tai onnettomuuden osallisten kanssa, ennen kuin istunto pidetään.

Kuten tavallista, kävimme tapauksen huolellisesti läpi ennen istuntoa. (Aineisto, 9)

Tutkittava kertoo, että hän tutustui tapaukseen huolella, ennen kuin lähti vetämään istuntoa. Tapaus *käydään* aina huolellisesti *läpi* ennen istunnon pitämistä. Tällöin selvitetään millaisesta tapauksesta on kysymys, mitä siinä on tapahtunut ja milloin, mitkä ovat tapauksen seuraukset ja ketkä ovat olleet tapauksessa osallisina. Osapuolten henkilöllisyystiedot ja yhteystiedot tulee selvittää. Sitten on tavallaan sovittava, että keiden henkilöiden tulisi osallistua istuntoon. *Taustatietojen* selvittäminen saattaa olla hyvin hidasta ja aikaa vievää. On tiedettävä, mistä tarpeellista tietoa lähtee etsimään. Kaikki on kuitenkin tehtävä melko lyhyessä ja rajallisessa ajassa. Vaarana on, että osa oleellisesta ja tärkeästä tiedosta jää saamatta.

Tyttären työpaikkaporukka tarvitsi briiffausta samana päivänä. Olin valmis siihen kolmen tunnin päästä. (Aineisto, 4)

Tässä aineistolainauksessa tutkittava kertoo, että hän *oli* kolmen tunnin valmistautumisen jälkeen *valmis* toimimaan vetäjänä aineistossa mainitussa *briiffauksessa*. Debriefing työntekijän on itse hyvä valmistautua henkisesti tulevaan istuntoon. Ihmisillä itsellään on omat tapansa, miten he tärkeisiin tilanteisiin valmistautuvat. Mutta sitten on olemassa yleisiä hyödyllisiä neuvoja, tapoja ja seikkoja, joihin kannattaa tutustua ja joita kannattaa miettiä, kun valmistautuu tärkeään tilanteeseen. Joskus asiat hoituvat omalla painollaan, rutiinilla.

Millä tavoin debriefing istunnossa toimitaan

DB-työ rajoittui täällä keskusteluihin vanhempien kanssa. (Aineisto, 9)

Tutkittava kertoo tässä aineistolainauksessa, että debriefing työ on *keskustelemista*. Istunnossa on tarkoitus puhua ja puhuminen on asioiden käsittelyä. Puheen kautta me ilmaisemme itseämme. Puheen avulla voimme kätevimmin olla yhteydessä toisten ihmisten kanssa. *Keskustelumme* kautta tulemme ymmärretyksi ja ymmärrämme itse toisten ihmisten tarkoituksia. Puheen avulla me saamme jaettua kokemuksiamme nopeasti ja täsmällisesti. Meillä on mahdollisuus saada vastauksia kysymyksiimme. *Keskustelujen* kautta rakennamme omaa ja toisten ihmisten senhetkistä todellisuutta.

Keskustelu hänen kanssaan oli erittäin hyvä ja mies ehdottomasti toivoi, että tulisimme uudestaan. (Aineisto 9)

Aineistolainauksen mukaan tässä istunnossa *keskustelu* sujui erittäin hyvin. Tutkittava ei aineistossa kuitenkaan kerro enempää, tarkempaa tietoa siitä, miksi keskustelu oli erittäin hyvä. Mitä keskustelussa tapahtui ja mitkä seikat tekivät sen hyväksi. *Keskusteleminen* kategoria esiintyi aineistossa viisi kertaa. Se ilmaistiin seuraavanlaisten piirteiden kautta: töitten jälkeen jäätiin *keskustelemaan* tapahtuneesta, *keskustelut* olivat tärkeitä asianosaisille, DB-työ rajoittui täällä *keskusteluihin* ja *keskustelu* käytiin normaalin kaavan mukaan. Tämä viimeinen piirre herättää ihmetystä sikäli, että mitä tarkoitetaan, kun *keskustellaan* normaalin kaavan mukaan. Tästä tulee vaikutelma, että ei saa puhua vapaasti. Ei saa puhua milloin tahansa. Missä kohtaa tahansa ei saa sanoa mitä tahansa. *Keskustelu* on ikään kuin hyvin kontrolloitua ja rajoitettua. Tästä voi ymmärtää, että *keskustelussa* annetaan puheenvuorot, jolloin *keskustellaan* tietyistä, nimetyistä asioista. Tätä asiaa valaisee seuraava aineistolainaus ja sen analyysi.

Keskustelu käytiin normaalin *kaavan* mukaan ja kaikki osallistuivat siihen. (Aineisto, 9)

Tutkittava kertoo, että debriefing istunnon *keskustelu* käytiin normaalin *kaavan* mukaisesti. Debriefing istunto kulkee yleensä tietyn *kaavan* mukaan. Debriefing työntekijät koulutetaan käyttämään tiettyä, debriefing työhön kehitettyä *kaavaa*. *Kaava* tarkoittaa yleensä sitä, että asioiden käsittely etenee tietynlaisessa etenemisjärjestyksessä. Debriefing työssä tätä *kaavan* mukaista järjestystä kuvataan käsitteellä vaiheet. Kullakin vaiheella on omat asiasisältönsä. Debriefing istunnossa vaiheita eli asioiden määrätynlaista käsittelyjärjestystä pyritään mahdollisimman tarkoituksenmukaisesti noudattamaan. Se kuuluu tämän työn luonteeseen. On ensiksi käsiteltävät asiat ja sitten seuraavaksi käsiteltävät asiat. Tätä tarkoitetaan, kun sanotaan, että *keskustelu* istunnoissa etenee *kaavan* mukaan.

Jätin vastuun kuitenkin istunnon päävetäjälle - jos hänellä oli mielessään selkeä linja asian käsittelyyn. (Aineisto, 1)

Tämän aineistolainauksen mukaan tutkittava odotti, että toisella vetäjällä olisi istunnossa mielessään *selkeä linja* siitä, millä tavoin tiettyä *asiaa* käsitellään. Kun debriefing työntekijät menevät istuntoon, he menevät vetämään sitä kuin kokouksen puheenjohtaja. He vastaavat kokouksen sujumisesta ja jakavat ja ohjaavat tarvittaessa puheenvuoroja sekä tekevät tarvittavia kysymyksiä. He pyrkivät saamaan osanottajat puhumaan kokemuksistaan ja tunteistaan. Tutkittava kertoo, että eräässä istunnossa puheenvuorot olivat rehellisiä ja avoimia. Jos debriefing työntekijällä on mielessään *selkeä linja*, se helpottaa asioiden käsittelyä, se tekee siitä luontevamman ja hallittavamman. Ei tarvitse poukkoilla edestakaisin asiasta toiseen. Niin kuin eräs tutkittavista kertoi, että hän on saanut aiemmin *palautetta* hyppiessään asiasta toiseen.

Asia jäi jotenkin roikkumaan mutta mielestämme teimme sen minkä voimme. (Aineisto, 9)

Asia jäi jotenkin roikkumaan piirre ilmaisee, että jonkin *asian* käsittely on täytynyt jättää siihen. *Asiaa* ei syystä tai toisesta voitu käsitellä loppuun. Ilmeisesti keskustelun kuluessa eteen tulee lukuisa määrä *asioita*, ettei yhden istunnon aika riitä niiden kaikkien tarkkaan selvittämiseen. Mutta että edes jotkut, tärkeimmät *asiat* on syytä käsitellä perusteellisemmin. *Asia* kategoria esiintyi

aineistossa viisi kertaa. Siis keskustellaan *asiasta*. On hyvä käydä joku *asia* läpi piirre kertoo, että tarve tiettyjen asioiden perusteelliseen tarkasteluun on olemassa. Ajanpuute, istuntojen suhteellinen lyhyys ja osanottajien lukumäärä rajoittavat asioiden käsittelymahdollisuuksia.

Etenkin vieraan kanssa istuntoa pidettäessä ei aina tiedä miten toisella on tapa toimia ja tulee arkailtua jonkin verran. (Aineisto, 1)

Itse ehkä olisi painottanut asioita eri tavoin, mutta en tiedä mikä on paras tapa. (Aineisto, 1)

Tutkittava kertoo, että toisinaan hän tuntee epävarmuutta siitä, millä tavoin toisella, erityisesti ennestään tuntemattomalla työparilla on *tapana toimia*. Olisin painottanut *asioita* eri tavoin piirre kertoo, että *asian* esille ottamisessa ja käsittelyssä ei ole yhtä ainoata ja oikeata *tapaa*. *Tapoja toimia* on useampia, kuten tutkittava toteaa, ettei aina tiedä mikä on *paras tapa*. Debriefing istunnon pitäminen ei aina ole yksiselitteisen selkeätä. Debriefing istunnon pitäminen on yhteistyötä. Istunnossa joutuu ottamaan huomioon myös työparin tavat työskennellä. Ihmisille muodostuu omia *tapoja* ja omat tyylinsä hoitaa asioita. Siksi istunnon vaiheista kannattaa keskustella työparin kanssa ja sopia etukäteen, miten istunnossa tullaan etenemään. Jotta työparin ei tarvitse tuntea oloaan epävarmaksi sen vuoksi, kun ei tunne toisen *työtapoja*.

Vaiheiden siirtymävaiheiden seuraaminen tuotti välillä vaikeuksia, ja mietinkin välillä voinko ko. kohdassa tehdä tietynlaisia kysymyksiä (esim. tunnetilaa koskevia) jo käsittelyn alussa. (Aineisto, 1)

Tutkittavan epäröinti siitä, voiko hän esittää istunnossa *tietynlaisia kysymyksiä* kertoo, että tutkittava olisi halunnut istunnon kuluessa tietyssä kohdassa kysellä jostain tietystä asiasta. Tutkittava ei kuitenkaan esittänyt kysymyksiään, mikä kuvastaa tutkittavan epävarmuutta istunnon vetämisessä. Tutkittava arasteli ko. istunnossa eikä rohjennut toimia omana täysivaltaisena itsenään. Tutkittava myös vähätteli omaa osaamistaan ja omia kykyjään. Debriefing istunnon vetäminen on myös *yhteistyötä*. Vetäjät toimivat yhteisesti sovitulla tavalla parhaan kykynsä ja ymmärryksensä mukaan. Tästä kertoo sellaiset piirteet kuin teimme sen minkä voimme ja mitään todella olennaista ei jäänyt puuttumaan sekä *yhteistyömme* sujui saumattomasti ja luontevasti.

*Jätin vastuun kuitenkin istunnon päävetäjälle – jos hänellä oli mielessään selkeä linja *asian* käsittelyyn. (Aineisto, 1)*

Tutkittava kertoo, että hän jätti *vastuun* istunnon päävetäjälle. Siksikö, että niin kuuluu tehdä ? Tutkittavan vastauksessa kommentti 'kuitenkin' antaa ymmärtää muuta. Tämäkin toteamus kuvastaa jonkinlaista arkuutta. *Vastuuta* ei siis tarvitse (ole pakko) jättää päävetäjälle, sen voi pitää itselläänkin. Mutta tässä tapauksessa tutkittava 'kuitenkin' teki niin. Yleensä odotetaan, että istunnon kaikki vetäjät ovat itse *vastuullisia* ja *vastuunsa* tuntevia ihmisiä. Eikö tutkittava tässä tapauksessa halunnut ottaa *vastuuta* istunnon sujumisesta lainkaan itselleen.

Vaiheiden siirtymävaiheiden seuraaminen tuotti välillä vaikeuksia... (Aineisto, 1)

Tutkittava kertoo, että istunnossa eri *vaiheiden* vaihtuminen, *siirtymävaiheiden* seuraaminen ja vaihtuminen oli tutkittavasta välillä jostain syystä hankalaa. Debriefing istunnoissa tehtävä työ noudattaa tiettyä kaavaa, joka tarkoittaa tiettyjen *vaiheiden* noudattamista. Debriefing istunto kulkee *vaiheiden* mukaisessa järjestyksessä. Kukin *vaihe* pitää sisällään sille kuuluvat asiakokonaisuudet. Esimerkiksi aloitus*vaiheeseen* kuuluvat tietyt asiat ja viimeiseen, lopetus*vaiheeseen* omat asiansa. Eri *vaiheiden* tarkka rajaus, erottaminen toisistaan ei aina ole helppoa, koska *vaiheiden* aihealueet voivat olla toistensa kanssa samantyyppisiä. Eri *vaiheet* voivat mennä päällekkäinkin. Eri *vaiheiden* seuraamista vaikeuttaa sekin, jos asioita käsitellään nopeassa tahdissa. jolloin siirrytään asian käsittelystä toisentasoiseen käsittelyyn.

Läsnäolo – tuki - käytännön ohjeet. (Aineisto, 2)

Joissakin aineistoissa asioista kerrottiin hyvin niukalla tekstillä. Yllä olevassa aineistolainauksessa asioita kuvattiin vain yksittäisillä sanoilla, käyttämättä täydellistä lausetta. Aineistolainauksesta saa kuitenkin sellaisen käsityksen, että varsinaisen ensimmäisen *istunnon* lopussa annetaan *käytännön ohjeita*. Sama periaate toimii myös toisen istunnon kanssa. *Käytännön ohjeet* tarkoittavat sitä, että *istuntoon* osallisille kerrotaan, minkälaisia oireita saattaa tulla eteen lähiviikkoina ja lähikuukausina. Heille kerrotaan, että ne ovat normaali, asiaan kuuluva reaktio traumaattisen tapahtuman jälkeen. Istunnon lopussa kerrotaan myös, miten näihin oireisiin tulee suhtautua. Lopuksi annetaan myös ohjeet siitä, minkä eri tahojen puoleen on mahdollista kääntyä ja hakea apua jos tuntuu siltä, ettei selviydy yksin.

Tarkoitukseni oli saada vinkkejä omaa vetäjänä toimimistani varten, ja siinä onnistuin. (Aineisto, 1)

Debriefing istunnossa mukana oleminen on myös oppimistapahtuma. Tutkittava kertoo, että olemalla mukana istunnossa toisena vetäjänä ja seuraamalla päävetäjän työskentelyä, hän saisi kokemusta siitä, miten istunnon vetäjänä ollaan. Tällöin oma rooli vetäjänä olemisessa saa vahvistusta.

Tämä tapaus oli itselleni merkittävä myös ammattitaidon karttumisen kannalta.
(Aineisto, 8)

Usein debriefing istuntoja vetävät henkilöt ovat ansiotyössään tavalla tai toisella tekemisissä toisten ihmisten kanssa. He siis jo valmiiksi toimivat ihmissuhdeammateissa, jotka edellyttävät toimijoiltaan tietynlaisia kykyjä ja ominaisuuksia. Aineistosta ei selviä, tarkoittaako tutkittava tällä huomautuksella sitä, että tämän debriefing tapauksen hoitaminen parantaa hänen ammattitaitoaan hänen palkkatyössään, vai tarkoitetaanko tällä huomautuksella sitä, että tämä tietty tapaus oli kokemuksena merkittävä jatkossa, kun debriefing työtä hoidetaan. Kaikenlaisesta hyödyllisestä uudenlaisesta kokemuksesta on hyötyä niin ihmisenä kasvamisessa kuin työssä toimimisessa. Asioita voi oppia katsomaan uudella tavalla. Asioita oppii ymmärtämään eri näkökohdista ja tekemään uudella tavalla. Uutta näkökulmaa työelämässä usein kaivataankin. Toimintatapoja ja toimintakenttiä kyseenalaistetaan ja uudistetaan.

1. istunto kotona - läsnä 12 henkeä joista 1 tulkki ja 2 DB. (Aineisto, 2)

Tulkkiongelmat – jopa tulkin tukemisiongelmat – ei ollut DB-ihminen! (Aineisto, 2)

Debriefing istunto saatetaan joutua järjestämään myös muun kuin Suomen kansalaisuuden omaaville henkilöille, joiden äidinkielenä on muu kuin suomen- tai ruotsinkieli taikka joiden suomenkielen taito on heikko. Tällöin paikalla tarvitaan tulkkia. Tulkki joutuu tilanteeseen ulkopuolisena ja tekee vain omaa kielenkääntämistyötään. Asiat, joita tulkki tällaisessa tilanteessa joutuu kohtaamaan eivät ole tavallisia ja jokapäiväisiä. Tämän vuoksi istunnossa voi tulla eteen *tulkkiongelmat* ja *tulkintukemisiongelmat*, kuten aineisto-otteesta ilmenee. Tutkittava kertoo, että tulkki ei ollut DB-ihminen.

5.2 Kuolema, surma, itsemurha, vahinko

Luin aamulla lehdestä tapauksesta. (Aineisto, 4)

Tämä tapaus oli itselleni merkittävä myös ammattitaidon karttumisen kannalta. (Aineisto, 8)

Kategoria *tapaus* esiintyy aineistossa kaksitoista kertaa. *Tapaus*-kategorian avulla nimetään se jokin kokonaisuus, tapahtumatilanne, minkä tietyt ihmiset ovat joutuneet kohtaamaan ja jonka vuoksi he tarvitsevat henkistä apua. Debriefing istunto pidetään siitä syystä, että on tapahtunut sellainen *tapaus*, jota ei toivottaisi koskaan tapahtuvan itselle tai kenellekään toiselle. Tämä sellainen *tapaus* on jotain niin ikävää ja ei-toivottavaa, traagista, että sen seurauksena tapahtumaan osallisten ihmisten 'maailma kaatuu' ainakin hetkeksi tai joksikin aikaa. Eräs tutkittava mainitsee surman ja eräs toteaa *tapauksesta*, että ehkä se oli kuitenkin itsemurha. Toinen tutkittava kertoo, että tapahtui suuri kolaritapaus, auto-onnettomuus ja toinen kertoo *tapauksesta*, että se oli kuolema (itsemurha lääkkeillä) kotona. *Tapaus* kategoria on synonyymi *tapahtuma* kategorialle.

Tapahtumasta oli pieni lehtiartikkeli, jossa mainittiin kaupunginosa ja katu.

(Aineisto, 6)

Yhteistyömme sujui saumattomasti ja luontevasti huolimatta tapahtumien traagisuudesta ja raakuudesta. (Aineisto, 6)

Tapahtuma-kategoria mainitaan aineistossa kahdeksan kertaa. Traaginen *tapahtuma* on yllättävä, ennalta-arvaamaton, suurta henkistä kärsimystä aiheuttava. Tutkittava mainitsee aineistossa, että apua haluttiin yllättävään, ennalta-arvaamattomaan *tapahtumaan*. Tapahtumien traagisuutta lisää mm. se, että ne eivät juurikaan ole ennalta odotettavissa olevia. Niiden tapahtumiseen ja ikävän asian kohtaamiseen ei voi valmistautua henkisesti etukäteen. Traagisen *tapahtuman* aiheuttajana voi olla yksi tai useampi ihminen, ihmisen toiminta, ihmisen elinympäristö taikka ympäröivä muu maailma. Traaginen *tapahtuma* voi tapahtua yhdelle ihmiselle tai useammalle ihmiselle tai se voi koskettaa suurempaa ihmisjoukkoa. Traumaattinen asia mainitaan aineistossa myös *tapahtunut* kategorian avulla. Se esiintyy aineistossa viisi kertaa. *Tapahtunut* kategoria esitetään sellaisten piirteiden avulla kuten istunto järjestettiin pari päivää *tapahtuneesta* tai *tapahtuneella* oli pari silminnäkijää taikka luontevaa oli kutsua keskustelemaan *tapahtuneesta*.

Debriefing istunnossa oli uhrin perhe. (Aineisto, 8)

Traumaattisen tapahtuman kohde on *uhri*. Aineistossa kategoria *uhri* esiintyy kaksitoista kertaa. Aineistossa *uhri* esiintyy kahdessa erilaisessa merkityksessä. Ensiksikin *uhri* on aineistossa sellainen henkilö, joka on menehtynyt. Tällöin istunnossa autetaan *uhrin* omaisia. Aineiston mukaan *uhri* on myös se henkilö, joka itse on kokenut traumaattisen tapahtuman, ja joka nyt tarvitsee apua. Aineistossa mainitaan, että *uhri* toimitettiin sairaalaan ja että debriefing istunnossa oli *uhrin* perhe tai että *uhri* oli sairaalalla. *Uhri* voi olla menehtynyt ihminen taikka vähäisin tai suurin fyysisin vammoin loukkaantunut ihminen. *Uhriksi* kutsutaan myös sellaista henkilöä, joka on fyysisesti täysin loukkaantumaton, mutta henkisesti hyvin loukkaantunut. Uutisoinnissa, kun puhutaan onnettomuuksista, mainitaan, että onnettomuus ei vaatinut *uhreja* tai *uhri* loukkaantui vakavasti tai selvisi vähäisin vammoin. Henkinen loukkaantuminen unohdetaan aina uutisoinnissa. Se ei näy päällepäin. Se mikä ei näy päällepäin ja ole aistein todennettavissa, sitä ei voi mennä kommentoimaan. Henkinen loukkaantuminen on psyykkinen, ihmisen kokema sisäinen tunne. Henkinen loukkaantuminen voi olla paljon vakavampaa kuin esimerkiksi jokin fyysinen loukkaantuminen. Jos ihminen on osallisena traagisessa *tapahtumassa*, loukkaantumatta fyysisesti, on tämä ihminen kuitenkin huomattavasti vakavammin loukkaantunut kuin sellainen henkilö, joka esimerkiksi kompastuessaan nyrjäyttää nilkkansa.

5. 3 Puhua asioista luotetun henkilön kanssa

Aineistossa esiintyy debriefing työn tekemistä toteuttava henkilö kategoriana 22:lla eri nimikkeellä. Nämä nimikkeet mainitaan yleensä vain yhden kerran, poikkeuksena *työpari*, joka mainittiin viisi kertaa, *rooli*, joka mainittiin kolme kertaa ja *vastuuhenkilö*, joka mainittiin kaksi kertaa. Mainitsen näitä nimikkeitä vielä muutaman kuten *istunnon päävetäjä*, *kumppani*, *ammattilainen*, *db-työntekijä*, *päivystäjä*, *vieras*, *itseni*, *kakkosvetäjä*, *ko. viikon vapaaehtoiset*, *me vetäjät*, *toinen päivystäjä ja sama työpari ja luotettu henkilö*.

Olin istunnossa kokeneen ammattilaisen kanssa. (Aineisto, 6)

Tutkittava kertoo, että hänen työparinsa oli kokenut *ammattilainen*. Tutkittava ilmeisesti tarkoittaa, että työpari oli kokenut *ammattilainen* nimenomaan debriefing istuntojen pitämisessä. Ihmiset, jotka ovat pitkään tehneet debriefing työtä, ovat alansa *ammattilaisia*. He toimivat yleensä muutoinkin ammateissa ja tehtävissä, jotka vaativat tekijöiltään tietynlaisia ominaisuuksia. Näitä ominaisuuksia ovat vastuuntunto, ongelmien ratkaisukyky, ristiriitojen sietokyky, olennaisen erottaminen epäolennaisesta, empatia, toisista ihmisistä välittäminen ja järkevyys. Usein debriefing työn tekijöillä on taustanaan ihmissuhdetyöhön liittyvä koulutus. Aineistosta sai sellaisen käsityksen, että debriefing työssä ammatillisuus, ammatillinen ote näkyy selvästi silloin, kun kokemuksia istunnoista on kertynyt lukuisia.

Sovittiin istunto, jossa mukana oli kaksi päivystäjää ja vanhemmat. (Aineisto, 9)
Työparini kanssa olimme tyytyväisiä. (Aineisto, 4)

Debriefing työssä toimii viikoittain kaksi henkilöä päivystysvuorossa. *Päivystäjät* pääasiallisesti vetävät istunnon, jos tarve sen pitämiselle tulee. Debriefing istunnon vetäminen on tiimityötä, jota tehdään yhdessä *työparin* kanssa. *Työparina* työskennellen *työntekijä* ei jää yksin, vaan tarvittaessa saa tukea ja apua työtoveriltaan. *Työpari*-kategoria mainitaan aineistossa viisi kertaa. *Työpari* kategoria mainitaan aineistossa sellaisten piirteiden avulla, kuten *työparinani* oli ensihoitaja tai toinen istunto tuntui luontevalta ottaa samalle *työparille* taikka tämä koski myös *työpariani*. Poikkeustapauksissa ja tilanteen niin vaatiessa voi *työntekijöitä* istunnossa olla vain yksi tai kolmekin. Kuten tutkittava aineistossa kertoo, suostuivat vain yhden henkilön läsnäoloon – olin siis yksin. Kolme vetäjää voidaan tarvita sellaisissa istunnoissa, joihin osallistuu lapsia. Tällöin kolmas vetäjä usein huolehtii lapsista ja keksii näille tekemistä, jotta he jaksaisivat olla mukana istunnon loppuun asti.

Ko. vastuuhenkilö on hyvin kokenut ja kuljetti jouhevasti istunnon loppuun asti.
 (Aineisto, 1)

Olin kakkosvetäjänä enkä siis hoitanut yhteydenottoja. (Aineisto, 9)

Tutkittavat kertovat aineistossa, että istunnossa toimii *päävetäjä* ja *kakkosvetäjä*. Tehtäväjako on tärkeä ja oleellinen seikka. Päävastuu ja käsittelyjärjestyksestä määrääminen kuuluu *päävetäjälle* eli *vastuuhenkilölle*. *Päävetäjä* on istunnon koollekutsuja. *Päävetäjä* johtaa istunnon kulkua ja vastaa istunnon sujumisesta. Tutkittava kertoo, että kun hän saapui kokouspaikalle, db-viikon

vastuuhenkilö oli jo siellä. Tutkittava kertoo istunnon vastuuhenkilöstä, että tämä oli hyvin kokenut. Tällöin voi olettaa, että tällaisella henkilöllä on runsaasti kokemuksia istuntojen vetämisistä.

Olin rooliini tyytyväinen ja sain mitä hain. (Aineisto, 1)

Tutkittava ilmaisee tyytyväisyytensä siitä, mikä hänen asemansa ja tehtävänsä istunnossa oli. Istunnossa vetäjinä toimivilla työpareilla on ikään kuin *roolit*, oma asema ja omat ennalta sovitut tehtävät. *Rooli* kategoria mainitaan aineistossa kolme kertaa. *Roolijaosta* kertominen ilmentää mitä ilmeisimmin sitä, että istunnon vastuuhenkilölle kuuluu istunnossa tietyt tehtävät ja toiselle päivystäjälle omat tehtävänsä. Nämä tehtävät on sovittavissa etukäteen, mutta ne muotoutuvat myös istunnon kuluessa istunnon vaatimusten mukaisiksi. Tutkittava kertoo aineistossa, että hänen *roolinsa* oli välillä keksiä viihdykettä 11 v. pojalle ja toinen tutkittava kertoo työntekijästä, joka toimi kahdessa eri *roolissa*.

Etenkin vieraan kanssa istuntoa pidettäessä ei aina tiedä miten toisella on tapa toimia... (Aineisto, 1)

Tutkittavan mielestä istunnon pitäminen ei aina ole helppoa, jos työparina on ennestään *vieras* henkilö. *Vieraasta* henkilöstä ei tiedä, miten hän toimii ja millä tavoin hän suhtautuu asioihin. Aina työpariksi ei voi osua ne tietyt, tutut henkilöt, joiden kanssa on oltu yhdessä aikaisemmissa istunnoissa ja joiden kanssa istunto on sujunut mukavasti. Kun tuntee työparin ja tämän tyylin ennestään, on hieman helpompaa ennakoita istunnon kulkua. On kuitenkin luonnollista, että debriefing työtä tekevät henkilöt voivat vaihtuvat. Jotkut jäävät pois tehtävästä ja uusia tulee tilalle. Tällöin voi käydä niin, että joutuu tekemään työtä *ventovieraan* kanssa. Tällaisessa tapauksessa ei voi tietää ennakkoon, miten henkilöllä on tapana reagoida ja toimia erilaisissa tilanteissa. Yleensä voisi olettaa, että debriefing työhön hakeutuvat sellaiset henkilöt, jotka ovat ns. db-ihmisiä. Samanhenkisten ihmisten kanssa asiat ja tekeminen sujuu yleensä helpommin. Kokemus karttuu työtä tehdessä ja toisen henkilön ja tämän tyylin oppii tuntemaan vähitellen.

Vaimo koki, että häntä auttaa kun saa puhua asioista luotetun henkilön kanssa.
(Aineisto, 10)

Tutkittava kertoo, että tuettava koki saaneensa apua, kun sai jakaa kokemuksiaan *luotetun henkilön* kanssa. Istunnossa eteen tulevat asiat voivat olla hyvinkin arkaluonteisia. Ne ovat henkilökohtaisia

ja intiimejä, oman elämän perusasioita koskettavia. Ne kerrotaan yleensä vain *luotetulle henkilölle* eli ystävälle jos tällekään kaikkea. Siksi on ymmärrettävää, että on helpottavaa puhua henkilöille, jotka ovat varmasti luotettavia. Lisäksi puhuttavat asiat voivat joskus olla sillä tavalla vaikeita, että empaattinen, kokenut, ammatillisesti orientoitunut vieras luotettava henkilö on paras kuuntelija ja ymmärtäjä. Debriefing työntekijöillä on salassapitovelvollisuus niistä asioista, joita he työssään saavat tietää. Tässä työssä eteen tulevat asiat koskevat muita ihmisiä ja heidän elämäänsä. Näitä asioita ei saa kertoa eteenpäin.

Itseni hälytettiin istuntoon ed.päivänä, vaikka päivystysvuoroni olisi ollut seuraavalla viikolla, koska ko. viikon vapaaehtoiset olivat estyneitä pääsemään ko. meetinkiin.

(Aineisto, 1)

Tämän aineisto-otteen lisäksi tutkittava kertoo edelleen, että ottaessaan vastaan tämän istunnon hoitamisen, hän samalla saisi tuntumaa, touchia, seuraavan viikon päivystysvuoron päivystystä ajatellen. Aina ehdotettu debriefing istunnon ajankohta ei ole päivystysvuorossa olevalle työntekijälle sopiva. Eri syistä voi tulla ylitsepääsemättömiä esteitä. Istunto on kuitenkin hoidettava. Tällöin on turvauduttava sijaiseen taikka sellaiseen työntekijään, joka voi tehdä ylimääräisen vuoron.

5. 4 Heille tuli tunne että ...

Tunteet, joita tukijat kokivat itsessään

Monta soittoa, Iltasanomien, lehtien lukua ennen istuntoa, omaakin ahdistusta mukana. (Aineisto, 4)

Tutkittava toteaa tässä aineisto-otteessa, että hän tunsi olonsa ennen istunnon alkamista *ahdistavaksi*. Debriefing työ on työtä, joka on raskasta psyykkisesti. Työtä tehdessä joutuu kohtaamaan runsaasti erilaisia tunteita, niin omia kuin istuntoon osallistuvien ihmistenkin. Nämä tunteet ovat pääasiallisesti pahan olon tunteita kuten suru, *ahdistus*, syyllisyys, häpeä, viha. Tunteilta ei voi välttyä, sillä ne kuuluvat ihmiselämän luonteeseen. Debriefing istunnossa eteen tulevat asiat tuovat myös debriefing työntekijän omat kokemukset, muistot ja tunteet jälleen

pintaan. Ne tulevat uudelleen kohdattaviksi ja uudelleen käsiteltäviksi. Eletty elämä muistuttaa olemassaolostaan. Ihminen ei välttämättä tiedosta, mistä tietty tunne, oma *ahdistus*, johtuu. Tunteiden alkuperän jäljittäminen ja työstäminen ei olekaan mikään yksinkertainen asia. Siksi onkin tyydyttävä vain niiden olemassaoloon. Joskus saattaa kokea jonkin 'ahaa' elämyksen, jolloin jonkun tunteen ymmärtäminen siinä tilanteessa voi olla helpompaa.

Omia tunteitaan voi joutua väistelemään ja niitä joutuu tavallaan pakenemaan, jotta ne eivät tulisi pintaan ja vaikuttaisi istunnon kulkuun. Debriefing työntekijän tulee pystyä toimimaan ja ajattelemaan asiallisesti ja järkevästi. Omien tunteiden esittäminen ei ole toivottavaa, sillä db-työntekijältä odotetaan vahvuutta, järkevyyttä, istunnon asiantuntevaa ja sujuvaa vetämistä.

Jännitti mennä lääkäriporukalle vetämään tällaista istuntoa. (Aineisto, 5)
Ammattilaisten kanssa oltiin tekemisissä. (Aineisto, 5)

Tutkittava kertoo, että häntä *jännitti* etukäteen se, että hän joutuisi vetämään tämän tietyn istunnon. Aineistosta saa sellaisen käsityksen, että *jännityksen* sai aikaan tuettavien ammattialue. He edustivat tiettyä ammattikuntaa. Istunnon vetäjälle tuli ilmeisesti ennakkokäsityksiä ja ennako-odotuksia istunnon kulkemisen ja onnistumisen suhteen. Ei voi kuitenkaan olettaa, että tavallinen maallikko, edusti hän mitä ammattikuntaa tahansa, voisi olla etevämpi kuin koulutettu debriefing asiantuntija. Joten voisi olettaa, että tässä tilanteessa debriefing työntekijä koki jonkinlaista osaamattomuuden ja alemmuuden tuntoa oman osaamisensa johdosta.

Etenkin vieraan kanssa istuntoa pidettäessä ei aina tiedä miten toisella on tapa toimia ja tulee arkailtua jonkin verran. (Aineisto, 1)

Tutkittava tunnustaa, että hän arkailee etenkin silloin, kun työparina on täysin vieras henkilö, jonka kanssa ei vielä ole ollut yhtään yhteistä debriefing istuntoa. Aineistosta saa sellaisen käsityksen, että mitä vähemmän debriefing työntekijällä on kokemusta debriefing istunnoista ja yleensä muutenkin elämäkokemusta, sitä heikommaksi hän itse tuntee itsensä debriefing istunnon vetäjänä. Debriefing työ vaatii henkistä vahvuutta, varmuutta oman asiansa oikeellisuudesta ja vahvaa persoonaa, jotta siinä työssä jaksaa olla.

Istunto oli rankka, koska vanhemmat olivat jumissa. (Aineisto, 9)

Tutkittavan mielestä istunto oli *rankka*. Aineisto-otteesta voi ymmärtää, että istunto ei todennäköisesti sujunut toivotulla tavalla. Toinen tutkittava toteaa toisaalla aineistossa: *rankka* tapaus *Rankka* kategoria esiintyy aineistossa kaksi kertaa. Istunnot koettiin *rankoiksi* niiden luonteidensa vuoksi. Istuntojen vetäjät joutuivat ottamaan vastaan voimakkaita tunteita. Istuntoon osallistuneiden henkilöiden menetykset olivat suuria ja suru oli käsin kosketeltava, kuten eräs tutkittava kertoo. Suru oli silminnähdyn läsnä kaikilla tavoin. Myötäelämisen kokeminen ja lohdutuksen tuomisen vaikeus tuntuu debriefing työntekijässä. Tunteiden jäädyttäminen ei ole helppoa.

Tutkittava kertoo aineistossa, että istunnon tekee *vaikeaksi* mm. sellaiset seikat, että istunto on osanottaja määrältään iso. Istunnon suuri koko tekee istunnon laajaksi ja vaikeammin käsiteltäväksi. Tunteiden kirjo on silloin runsas ja moninkertainen. Lisäksi *vaikeutena* tutkittavan mukaan koetaan myös se, että istuntoon osallistuvat osanottajat ovat kukin kriisissään ja tuen tarpeessaan täysin eri vaiheissaan. Ilmeisesti tällaisessa tilanteessa istunnon koossa pitäminen, eteenpäin vieminen ja istunnon kaavan noudattaminen on hyvin *vaikeata* ellei jopa lähes mahdotonta.

Oli työstettävä useita ulottuvuuksia. (Aineisto, 8)

Debriefing työssä joutuu työstämään ja ottamaan huomioon useita toisiinsa nähden eritasoisia asioita, kuten eräs tutkittava kertoo. Pitää ottaa huomioon useita eri tahojen henkilöitä. Pitää rakentaa istunto, joka koostuu useista kerroksista. Pitää auttaa, tukea ja ymmärtää eri sukupolvea olevia, erilaisissa elämäntilanteissa olevia erilaisia ihmisiä. Pitää olla herkäät tuntosarvet, hyvät korvat ja silmät ja nopea reagointikyky. Tutkittava kertoo, että hän joutui istunnossa käsittelemään *useita ulottuvuuksia*. Tämä tarkoittaa sitä, että hän joutui tietyssä istunnossa tukemaan sekä menetyksen kokeneita omaisia että myös omaa työpariaan. Työparin olisi pitänyt jäädä itsensä debriefing työntekijän roolista, koska hänellä oli asiassa jo toinen rooli. Tämä ilmeisesti sekoitti istunnon kulkua.

Työparini kanssa olimme tyytyväisiä. (Aineisto, 4)

Lopputulokset OK – kaiken kaikkiaan. (Aineisto, 2)

Tutkittava kertoo, että hän oli työparinsa kanssa *tyytyväinen* istuntoon. Toinen tutkittavista mainitsee, että lopputulos oli OK – kaiken kaikkiaan ja kolmas tutkittava kertoo aineistossa, että eka istunto meni kuitenkin hyvin. Aineistossa mainitaan myös, että mitään todella olennaista ei jäänyt puuttumaan. Aineistosta saa sellaisen käsityksen, että debriefing työntekijät ovat yleisesti ottaen

tyytyväisiä tekemäänsä työhön ja sen lopputulokseen. Istunnot sujuvat riittävän hyvin ja autettavat tulevat autetuiksi. Vaikka istunnot toisinaan aiheuttavat ahdistusta, jännitystä ja muita negatiivisina pidettäviä tunteita, saavat ne aikaan myös myönteisiä, mielihyvän tunteita. Ihminen tuntee mielihyvää siitä, kun hän on voinut olla avuksi toiselle. Mielihyvää syntyy myös siitä, että ihminen on onnistunut jossain tekemisessään.

Tunteet, joita tuettavissa näkyi tai jotka tukija tulkitse ja koki olevan olemassa

Suru oli käsinkosketeltavaa. (Aineisto, 5)

Tuettavista voi selkeästi nähdä päällepäin ja tilanneyhteydestäkin sen tietää, että tunteiden mylläkkä on olemassa. Tutkittava kertoo yhdestä ja samasta tapauksesta näin. Ensimmäisessä istunnossa vanhemmat olivat erittäin *epätoivoisia*. Ja parin lauseen päästä tutkittava toteaa, että vanhemmat olivat *jumissa*. Pidettiin toinen istunto, josta tutkittava edelleen kertoo, että vanhemmat voivat todella huonosti. Mistä voimakas tunteiden tulkinta johtuu. Kokenut debriefing istuntojen vetäjä näkee ihmisen mieleen ihmisen käyttäytymisen perusteella. Ihminen käyttäytyy mielentilansa mukaisesti. Jos ihminen voi hyvin, se näkyy ulospäin myös käytöksessä. Jos ihminen voi huonosti, sekin näkyy ulospäin. Ilmeet, eleet, suhtautumistavat, puhumistavat, äänensävy ja koko olemus kielii ihmisestä. Myös esiintuodut asiat, ajatukset ja *surun* ilmaukset kertovat ilmiselvästi siitä, mitä ihmiselle kuuluu.

Tässä istunnossa merkittävää sen lisäksi mitä sanottiin ja puhuttiin, oli se mitä ei sanottu tai mitä kosketeltiin hyvin varoen. (Aineisto, 8)

Syällisyys, syytely, viha, solidaarisuus, kieltäminen, oma osallisuus. (Aineisto, 8)

Tutkittava analysoi hyvin seikkaperäisesti sitä, minkälaisia tunteita hän debriefing istunnossa koki käsiteltävän varoen: *syällisyys, syytely, viha, solidaarisuus, kieltäminen, oma osallisuus*. Tutkittava kykenee kuulemaan ja tulkitsemaan jopa sen, *mitä ei sanottu* tai *mitä kosketeltiin* varovaisesti. Näistä tunteista tutkittava toteaa vielä, että

Koskettavaa oli pyrkimys tukemiseen ja syytelystä pidättymiseen. (Aineisto, 8)

Aineistosta voi saada sellaisen käsityksen, että tämä debriefing istunto on hyvin erikoislaatuisella ja harvinaisella tavalla onnistunut luomaan ideaalisen debriefing tilanteen. Debriefing avun henkeen kuuluukin sellainen ajatus, että ketään ei saa syyllistää. Toisaalta debriefing istunnossa on erittäin tärkeitä käsitellä juuri sitä, millaisia tunteita osalliset ovat tunteneet ja tuntevat tapahtuman johdosta. Pinnalle tulevat kaikenlaiset konkreettiset tunteet otetaan käsittelyyn. Jos edellä mainittuja tunteita tai yleensä kielteisiä tunteita ei ole tuotu esille tai voitu ilmaista, kysymykseksi jää, mitä ja mistä asioista tässä istunnossa on voitu sitten enää keskustella. Herää kysymys, onko istunto sittenkin jäänyt sisällöltään keskeneräiseksi ja puutteelliseksi.

Porukka puhui, itki, suri, eli yhdessä menetystä. (Aineisto, 4)

Tässä aineisto-otteessa tulee esille toisenlainen käsitys debriefing istunnosta. Tässä on ikään kuin vastakohta kahden edellisen aineistolainauskohdan antamalle käsitykselle. Debriefing istunnossa tunteensa saa näyttää avoimen vapaasti ja äänekkäästikin, jos tarvetta on. Saa *puhua, itkeä* ja *surra*. Tässä istunnossa ei pidätelty taikka kosketeltu asioita varoen. Ei tarvitse olla kainolla tavalla hienotunteinen. Tapaus oli porukalle järkyttävä ja istunto selvästi helpotti heidän oloaan, mikä ilmenee myös kiitoskirjeestä, jonka aineiston mukaan debriefing työntekijät saivat. Aineistolainauksen ensimmäisestä sanasta ”porukka” ilmenee, että tämä debriefing istunto ei koskenut uhrin lähiomaisia. Tutkittava kertoo, että myös hän itse ja hänen työparinsa olivat istuntoon tyytyväisiä.

... salailivat naapureilta, sukulaisilta itse kuoleman ja itsemurhan. (Aineisto, 2)

Isä oli kovin huolissaan siitä, että asia on tullut julki ja pelkäsi että heidät tunnistetaan. (Aineisto, 6)

Häpeän tunteesta ei aineistossa kerrota suoraan, mutta se ilmenee selkeästi kahdessa eri tapauksessa. Rivien välistä voi lukea, että tunnettiin häpeää. Traagisen tapauksen luonne määrää osittain sen, aiheuttaako se häpeän tunnetta. Häpeä liittyy ulkoiseen kuvaan, siihen, millaisena muut minut näkevät ja millaisena minä haluan, että muut minut näkisivät. Häpeän tunne liittyy normaalina olemiseen ja elämässä menestymiseen. Jos elämä on normaalia, normaalin kaavan mukaan etenevää, se on hyvä. Jos elämässä menestyy keskivertoa paremmin, voi se merkitä jopa kehumisen ja ylpeilemisen aihetta. Jos elämä ei suju toivotulla tavalla vaan poikkeaa selvästi normaalista, ihannoitavasta kaavasta, on asia häpeällinen. Häpeällinen asia pitää salata muilta. Tutkittava kertoo, että omainen suunnitteli jopa paniikkimuuttoa muualle.

- uskon että ahdistus helpotti (Aineisto, 10)

Hyvin – lopputulos todennettavissa. (Aineisto, 2)

Tutkittavat kertovat aineistossa, että *ahdistus* hellitti otettaan ainakin jonkin verran ja että lopputulos oli todennettavissa. Toinen tutkittavista siis uskoo, että tuettavien *ahdistus* pienenee ja toinen tutkittava silminnähden havaitsee, että istunnosta on hyötyä istuntoon osallistuville. Debriefing istunnossa mukana oleminen saa aikaan myönteisiä tunteita, toivottavasti. Tämä on debriefing istunnon tarkoituskin. Osanottajille osoitetaan, että elämä jatkuu tästä eteenpäinkin. Surulliset asiat on vain hyväksyttävä ja niiden kanssa on pystyttävä jatkamaan elämää. Debriefing istunnossa mukana oleminen oli osallisille hyväksi. Huojentuneisuuden tunne ja avun saaminen oli istunnon lopussa silminnähden todistettavissa.

Keskustelut olivat tärkeitä asianosaisille, koska heille tuli tunne, että heitä ei jätetty yksin. (Aineisto, 9)

Debriefing istunto on erään tutkittavan sanoin saatavilla ja läsnä olemista, rinnalla kulkemista, ihmisenä olemista, taakan jakamista ja sietämistä. Debriefing istunnossa välitetään ihmisestä ja tämän hädästä. Ihminen saa kokemuksen, että hän ei jää *yksin* vaikeiden asioidensa kanssa. On olemassa joku, joka kuuntelee ja antaa lohdutusta jolta saa apua ja tukea. Kaikilla ihmisillä ei ole sellaisia lähimmäisiä tai ystäviä, joiden kanssa vaikeita asioita voisi jakaa. Ihmisen, joka itse ei ole kokenut suuria vastoinkäymisiä elämässään, voi olla hyvin vaikea asettautua toisen asemaan ja ymmärtää tätä. Ihmisillä on sen sijaan enemmänkin taipumus henkilökohtaisesti välttää kohtaamasta toisen hätää. Pala välittämisen tunnetta voi olla iso lohtu sellaiselle, joka on päässyt siitä osalliseksi.

5.5 Haki identiteettiään näiden paineessa

Tämä koski myös työpariani, joka työnohjauksessa prosessoi omaa osuuttaan sekä tilanteeseen osallisena hoitajana että istunnon toisena vetäjänä. (Aineisto, 8)

Debriefing työntekijät kuten muutkin ihmissuhdetyöntekijät saavat *työnohjausta*. *Työnohjaus* pidetään ammattitaitoisen henkilön toimesta säännöllisin väliajoin. *Työnohjauksessa* työntekijät saavat mahdollisuuden purkaa tunteitaan, kertoa kokemastaan, työstää ja prosessoida omaa osallisuuttaan. Tavoitteena on vapautua debriefing työn synnyttämistä tunteista ja kokemuksista, jotta ne eivät jäisi elämään ja vaikuttamaan työntekijän omaan elämään.

Tällöin Salli Saari johti keskustelun db-työntekijän osallisuuteen, itsensä jääväämiseen, itsensä hoitamiseen ja suositteli tässä tapauksessa jopa puolen vuoden db-lomaa. (Aineisto, 8)

Toisinaan debriefing istuntoihin valmistauduttaessa voi eteen tulla sellainenkin seikka, kuten istunnon vetäjän sopivuus. Sopivuus voi olla kyseenalainen *jääviystilanteissa*. Tutkittava kertoo aineistossa, että työparin tehtäviä häiritsi kahden roolin olemassaolo: tilanteeseen osallinen hoitaja ja istunnon toinen vetäjä. Tutkittava kertoo edelleen, että työntekijä haki identiteettiään kahden roolin paineessa. Aineistolainauksesta ilmenee myöskin, että työnohjaaja suositteli db-lomaa. Istunnon vetämistä hankaloittaa sellainen seikka, jos vetäjää sitoo tilanteessa ollut toinen rooli. Toinen rooli ja yleensä muunlainen yhteys traumaattiseen tapahtumaan heikentää selkeästi debriefing työntekijän asiantuntijuutta ja psyykkistä vahvuutta. Aineistolainauksesta saa sellaisen käsityksen, että debriefing työntekijä ei ollut kyennyt rajaamaan toimintakenttäänsä. Hän ei ollut kyennyt arvioimaan sitä, voiko hän tietyissä istunnoissa olla neutraali ja objektiivinen debriefing istunnon vetäjä. Hän ei kyennyt näkemään sitä, millainen vaikutus istunnossa olemiseen on sillä, jos vetäjällä on kyseiseen istunnotilanteeseen myös muunlainen, minkälainen tahansa, yhteys.

6. POHDINTA

Tässä pro gradu tutkimuksessa tutkin vapaaehtoistyöntekijöiden kokemuksia debriefing työstään. Minulla itselläni ei ole debriefing taustaa. Enkä ole ollut debriefing istunnoissa mukana osallisena tai vetäjänä. Tämä osittain takaa sen, että asenteeni tutkimustehtävääni kohtaan pyrkii olemaan mahdollisimman objektiivinen. Toisaalta tämän seurauksena tutkimuksestani saattaa jäädä pois tärkeitä näkemyksellisiä tai asiantuntemukseen liittyviä seikkoja, jotka olisivat voineet olla tutkimuksessani hyödyllisiä.

Pro gradu -työni tutkimuskysymyksenä on: *Mitä vapaaehtoistyöntekijät Tampereen Setlementti Naapuri ry:ssä kertovat debriefing työstään.* Analyysin pohjana käytin kuuden debriefing työntekijän kirjoittamia tarinakuvauksia. Tutkimuksen teoreettisena taustana ovat traumaattisen kriisin käsitteistö sekä käytössä olevan debriefing menetelmän teoria. Metodologisena taustana tässä työssä on sosiaalinen konstruktionismi ja etnometodologia sekä tutkimusmetodina jäsenkategoria-analyysi. Etnometodologian ja sosiaalisen konstruktionismin mukaan jokapäiväinen elämämme rakentuu toisten ihmisten kanssa, sosiaalisessa vuorovaikutuksessa puheen ja kielen avulla. Jäsenkategoria-analyysi perustuu tähän metodologiseen taustaan. Se tutkii kieltä ja puhetta asioiden rakennusaineina ja tekemisenä.

Valitsemani metodologia ja metodi soveltuivat hyvin aineistoni tutkimiseen. Jäsenkategoria-analyysi soveltuu hyvin tekstin muodossa olevan aineiston analysointiin. Se tuottaa pienestäkin aineistosta runsaasti materiaalia. Sillä vaikka tässä tutkimuksessa aineistoni jäi suhteellisen pieneksi, jäsenkategoria-analyysin avulla aineistosta pystyi tuottamaan runsaasti tietoa. Sen avulla aineistosta sai selkeästi esille tutkittavien tulkintoja. Aineiston analyysi tuotti seuraavat viisi kategoriaryhmää: istunto, traumaattinen tapahtuma, istunnon vetäjät, tunteet sekä työnohjaus ja jääviys.

Debriefing avun antaminen tapahtuu istunnoissa. *Vuosien mittaan on jo kertynyt monia päivystyksiä ja monia istuntoja.* Istunto -kategoria esiintyi kaikista aineistosta poimituista kategorioista selkeästi eniten, 36 kertaa. Istunnot ovat koostumukseltaan erilaisia. Saari (2003,185) toteaa, että debriefing istunto on esisijassa ryhmämenetelmä. Istuntoon voi osallistua samanaikaisesti esimerkiksi muutama ihminen taikka toista kymmentä ihmistä. Jos kyseessä on laaja katastrofi, osallistujien määrä on tavallisesti tätäkin suurempi. Mutta istunnossa voi tuettavana olla myös vain yksi henkilö. Tällöin puhutaan henkilökohtaisesta traumasta.

Aineistossa mainitaan, että *istunto sujui kaavan mukaan.* Debriefing työntekijät kertovat aineistossa kaavasta ja painottavat kaavan tärkeyttä. Aineistosta saa sellaisen käsityksen, että kaava helpottaa huomattavasti työntekijän työtä. Se selkiyttää sen tietämistä, mitä debriefing istunnossa tulee tehdä. Kaava tekee debriefing työstä järjellisen, ymmärrettävän ja selkeän. Kaava tarkoittaa yleisesti ajateltuna jotakin mallia tai menetelmää. Tämä menetelmä on yleensä tarkkaan harkittu ja suunniteltu sellaiseksi, että se mahdollisimman hyvin sopii tietyn tehtävän hoitamiseen. Debriefing työssä kaavan noudattaminen tarkoittaa sitä, että istuntojen sisältö jaetaan eri vaiheisiin. Vaiheita on seitsemän. Saaren (2003, 208) mukaan vaiheet ovat aloitus, faktavaihe, ajatusvaihe, tunnevaihe,

oirevaihe, normalisointivaihe ja lopetus. Kuhunkin vaiheeseen kuuluu omat asia-alueensa ja sisältönsä. Vaiheiden avulla pyritään varmistamaan, että debriefing istunnossa varmasti käsitellään ne kaikki asiat, jotka tulisi ottaa esille ja joista tulisi keskustella.

Aineistossa mainitaan toisesta istunnosta, että se *pidettiin puolisolle ja tämän kolmelle lapselle*. Minua jäi mietityttämään sellainen seikka, kuin ajankäyttö. Yhden istunnon kesto on keskimäärin kolme tuntia. Jos istuntoon osallistuu kaksi tuettavaa henkilöä, ajankäyttö ei liene ongelma. Mutta jos istuntoon osallistuu useampi henkilö, ja kaikkien puheenvuorot halutaan kuulla, niin miten istunnon aika riittää. Tässä tilanteessa voisi olettaa, että parin tunnin aikana ehtii vain pinnallisesti raapaista asioita. Taikka sitten istunto viedään nopeammalla tahdilla eteenpäin, mikä ei tunnu hyvältä vaihtoehdolta. Sillä silloin koko istunnon tarkoitus menettää merkityksensä. Ratkaisu tähän ajanpuuteongelmaan on, että istunnot pilkotaan osiin erilaisin perustein. Istunnot voidaan pilkkoa osiin sen suhteen, millainen asema surevalla on ollut tapahtuneessa traumatilanteessa. Istunto pilkotaan osiin myös siitä syystä, että tarvitaan jatkoistunto. Tämä johtaa siihen, että yhden tapauksen osalta on järjestettävä useita istuntoja. Yleensä nämä jatkoistunnot järjestetään samalle työparille. Tämä lisää tämän yhden tapauksen osalta tietyn työparin työmääriä.

Lisäksi Salli Saari (2003) asettaa debriefing istunnolle korkeat tavoitteet. Istunnon kullekin vaiheelle on asetettu omat tavoitteensa ja koko istunnolle kokonaistavoite. Istunnon eri vaiheita on monia ja erilaisia käsiteltäviä asioita voi olla useita. Istunnolle asetetut tavoitteet asettavat istunnolle korkeat laatuvaatimukset. Laatuvaatimusten toteuttaminen lyhyessä istuntoajassa tekee debriefing työstä haasteellisen. Erilaiset vaatimukset myös kuluttavat runsaasti työntekijän jaksamista ja voimavaroja.

Työmäärät eivät muutoinkaan voi jakautua tasaisesti eri debriefing työntekijöiden tai työparien kesken. Onnettomuudet ja traumaattiset tapahtumat ovat aina yllättäviä ja ennakoimattomia. Ne eivät katso tapahtuakseen päivää eivätkä kellonaikoja. On päivystysviikkoja, jolloin jollekin työparille ei kenties tule ainuttakaan hälytystä. Sitten on päivystysvuoroja, jolloin voi joutua osallistumaan hyvin raskaaseen yhden istunnon vetämiseen tai useamman istunnon vetämiseen. Yksi ja sama työpari voi joutua suuren taakan vetäjäksi, ellei ole järjestetty käytäntöjä, joilla useita samaan päivystysvuoroon osuvia eri traumaattisista tapahtumista johtuvia istuntoja jaetaan.

Tutkimukseni tuloksena todettiin lisäksi, että debriefing työ ei ole pelkästään istuntojen pitämistä. Debriefing työhön kuuluu paljon taustalla ja piilossa olevaa taustatyötä. Ennen kuin istunto voidaan pitää, on tehtävä traumaattiseen tapahtumaan liittyviä selvittelyjä ja ennakkovalmisteluja. Nämä

ennakkovalmistelut tarkoittavat erilaisten *faktojen selvittämistä ja viranomaiskontakteja* sekä yhteydenottoja asianosaisiin. Lisäksi nämä yhteydenotot on tehtävä ripeässä tahdissa, koska istunnot pyritään pitämään pian traumaattisen tapahtuman jälkeen. On nopeasti hankittava esille sellainen oleellinen taustatieto, joka on hyödyksi debriefing istunnon vetämisessä.

Saari (2003, 177) toteaa, että debriefing työntekijä joutuu tekemään runsaasti arviointi- ja suunnittelutyötä traumaattiseen tapahtumaan liittyen. Tämä piilossa oleva taustatyö vaatii useita yhteydenottoja ja kontakteja niin viranomaisiin kuin onnettomuuden osallisiin tai uhrien omaisiin. On selvitettävä millainen ja miten laaja traumaattinen tapahtuma on kyseessä sekä keitä ihmisiä tapahtuma koskettaa.

Tutkimustulokset osoittivat, että debriefing työ, auttaminen ja traumaattisista tapahtumista toipuminen tapahtuu perusteellisten ja asiantuntevien *keskustelujen* avulla. Keskusteluihin osallistuvat istunnon vetäjät ja istuntoon osallistuvat ihmiset. Keskustelujen vetäjien tulee olla tehtävässään asiansa hallitsevia asiantuntijoita. Istunnon vetäminen edellyttää vetäjiltä monenlaista osaamista ja asioiden hallintaa. Työn tekijän pitää uskoa omaan itseensä ja osaamiseensa. Debriefing istunnolla on ratkaisevia ja kauaskantoisia vaikutuksia istuntoon osallistuvan ihmisen myöhemmän elämän sujumiseen. Saaren (2003, 215-216) mukaan auttajilla on hyvin suuri merkitys siihen, kokevatko autettavat saavansa toipumista tukevaa ja myönteistä kohtelua. Istunnoissa autettavat ihmiset ovat henkisesti haavoittuneessa tilassa. Heidän kohtaamansa kohtelu ja heidän kuulemansa puheet, lausahdukset ja lohdutus voivat jäädä pitkäksi aikaa elämään heidän elämäänsä vahvuuksina ja lohdutuksina tai sitten heikkouksina.

Vastuu puhuttaa käsitteenä ja toimintana. Mitkä seikat määrittävät vastuullisuuden. Onko se kokemus, tuttuus, asioiden hallinta, oma persoona vai oma asema. *Jätin vastuun kuitenkin istunnon päävetäjälle – jos hänellä oli mielessään selkeä linja asian käsittelyyn.* Voiko vastuuta jättää toiselle. Debriefing työ on hyvin vastuullista työtä. Debriefing työtä tekeviltä ihmisiltä odottaa kykyä kantaa itse vastuu tekemästään työstä. Aineistosta ilmeni, että debriefing työssä työpäreilla on erilaiset roolit ja eritasoiset tehtävät. Päävetäjällä on enemmän tehtäviä ja sellaisia tehtäviä, joiden myötä hänelle kertyy suurempi vastuu kuin kakkosvetäjälle. Ihanteellista olisi istunnon vetämisen varmuuden kannalta, että molemmilla istunnon vetäjillä olisi itsellään yhtä suuri vastuuntunne istunnon sujumisesta. Ymmärrettävää on, että jos työntekijällä ei ole vielä paljon kokemusta tästä työstä, on asioiden haltuun ottaminen opettelun alla. Itseltään voi kysyä, olenko tässä työssä mukana vain toisena vai olenko mukana täysvastuullisesti.

Debriefing istunnoissa tunteet esittävät tärkeää osaa. Tunteilta ei voi välttyä. Istunnoissa eteen tulevat, keskusteltavat asiat ovat kaikki pelkoa, kauhua, surua ja menetystä koskevia asioita. Ne koskettavat voimakkaasti ihmisen tunne-elämää. Aineistosta ilmeni, että debriefing työntekijät puhuivat omista tunteistaan melko vähän. Siellä mainittiin lyhyesti, että *jännitti mennä istuntoon tai istunto oli rankka*. Ei kerrottu laajemmin taikka syvällisemmin siitä, millaista on kohdata voimakkaasti tunteensa näyttävä ihminen. Aineistosta tekee sen tulkinnan, että debriefing työntekijät tukeutuvat hyvin voimakkaasti kaavaan istuntoa vetäessään. Mielestäni kaava auttaa debriefing työntekijää sillä tavoin, että sen avulla työntekijä voi pitää omat tunteensa kurissa. Tästä voi saada sellaisen vaikutelman, että aivan kuin debriefing työntekijät olisivat tässä työssään täysin tunteettomia. Näin ei tietenkään voi olla. Omia tunteita ei näytetä eikä niiden anneta tulla pintaan. Kukapa pitäisi sellaisesta istunnosta, jossa vetäjä osoittautuisi heikoksi, uppoaisi tunteiden suohon ja puhkeaisi itkemään. Istuntoihin osallistuvat autettavat ihmiset ovat itse heikoilla ja nojaavat istunnoissa vetäjän tukeen ja osaamiseen. Saaren (2003, 248) mukaan vetäjällä tulee olla istunnossa ehdoton auktoriteetti. Onnistuakseen debriefing työn tulee pohjautua asiallisuuteen ja järjelliseen toimintaan. Istunnon vetäjän pitää antaa itsestään luotettava ja itsevarma kuva. Tunteiden näyttäminen vie vetäjältä luotettavuutta pois.

Tutkimusaineistosta ilmeni, että henkilöt, jotka kirjallisen tehtävän ohjeisiin vastasivat, eivät olleet päävetäjinä näissä debriefing istunnoissaan. He totesivat aineistossa, että he olivat kakkosvetäjiä. *Olin kakkosvetäjänä enkä siis hoitanut yhteydenottoja*. Aineistosta ei ilmennyt, millä tavoin debriefing päivystysten ja istuntojen tehtäväjako määräytyy. Miten päävetäjä valitaan ja miten hänelle valikoituu apuvetäjä. Salli Saari (2003, 203) mainitsee, miten tehokasta ja tärkeitä kaikilla tavoin istunnon kannalta olisi, että vetäjät tuntuivat toisensa ja toistensa työtavat ennestään. Aineiston perusteella ilmeni, että istunnon vetäminen oli hankalampaa silloin, kun ei tunnettu ennestään toisen tapaa reagoida ja toimia istunnoissa. Siksi mielestäni päivystysvuorot olisi hyödyllistä järjestää siten, että mahdollisimman usein aina sama työpari olisi päivystys- ja etenkin työvuorossa. Tietenkin aina voi tulla poikkeuksia ja esteitä päivystysaikojen suhteen. Kaikki ajankohdat eivät aina käy kaikille. Olisiko mahdollista, että ensin muodostettaisiin vetäjäparit ja vasta sitten laadittaisiin päivystysvuorot aina vetäjäparia kohden. Tällainen järjestely olisi ihannetilanne. Kun tuntee toisen työtavat, niin on helppo toimia ja vetää istuntoa. Voimavaroja ei kulu istunnon käytännön asioiden tarkkailuun.

Aineistossa tuotiin esille debriefing istuntojen vetämisten yhteydessä koettu arkuus ja epävarmuus. Istunnoissa vetäjät eivät aina uskalla esittää kysymyksiä, jotka tulevat mieleen ja jotka saattaisivat

olla tilanteeseen sopivia. Ei uskalleta tuoda esille omia näkökohtia eikä viedä keskustelua johonkin suuntaan. Aineiston mukaan eräs syy tällaiseen epävarmuuteen on, että vetäjäpari on vieras, ennestään tuntematon. *Etenkin vieraan kanssa istuntoa pidettäessä ei aina tiedä miten toisella on tapa toimia ja tulee arkailtua jonkin verran.* Kun ei tunne toisen tapaa toimia, on vaikea ennakoida toisen reaktioita ja toimintatapoja ja yleensäkin istunnon kulkua. Toinen syy epävarmuuteen, joka aineistosta ilmeni rivien välistä, liittyy kokemattomuuteen. Ymmärtäisin, että kysymys on kaikenlaisesta kokemattomuudesta. Kun vetäjä ei ole ollut mukana kovin monissa istunnoissa, kokemuksia erilaisista istunnoista ei ole vielä ehtinyt kertyä. Lisäksi, jos vetäjältä puuttuu elämäkokemusta, kosketuspinta erilaisiin asioihin on pienempi. Edelleen ammatillinen tausta ja persoonallisuustekijät vaikuttavat kokeneisuuden ja kokemattomuuden tunteisiin. Epävarmuutta istuntotilanteissa esiintyy myös silloin, kun debriefing istunto koetaan erityisen raskaana ja monimutkaisena. Erityisen raskaiksi istunnot tekevät sellaiset seikat, kuten että istunto on osanottajamäärältään suuri tai kun istunnossa näytetään voimakkaasti erilaisia tunteita. Istunnoissa koettu arkuus vähentää väistämättä vetäjän auktoriteettia. Saari (2003, 247-248) on sitä mieltä, että traumaattisen kokemuksen jälkeen ihmiset ovat vailla turvallisuuden tunnetta. Ihmiset ovat selvästi tukevan ja ohjaavan auktoriteetin tarpeessa. Debriefing istunnon vetäjän olisi ymmärrettävä tämä ja otettava auktoriteetin rooli.

Tarjottua katastrofiapua ei aina eri syistä haluta ottaa vastaan. Aineistossakin mainitaan, että tarjotusta debriefing avusta kieltäydyttiin, koska *mies sai tukea sairaalassa.* Ihmiset voivat todeta, että he eivät tarvitse ulkopuolista apua. He juttelevat asioista ystäviensä ja sukulaistensa kesken tai toteavat, että henkistä apua saadaan jo muun virallisen tahon toimesta. Saaren (2003, 182) mukaan kieltäytyjää kannattaa yrittää motivoida osallistumaan debriefing istuntoon. Perheen ja ystävien kesken juttellessa käy tavallisesti niin, että juuri niistä tärkeimmistä asioista vaietaan. Ei uskalleta, kehdata ja osata ottaa esille ja keskusteltavaksi kaikkia niitä tärkeitä asioita, joita pitäisi. Pelätään niiden esille tuomista, pelätään, että loukataan toista eikä kehdata sanoa kaikkea, mitä haluaisi. Tämän seurauksena totuus ja moni tärkeä seikka jää tietämättä ja piiloon. Ihmiset eivät ymmärrä, että juuri asioiden esille ottaminen, tapahtuman kertaus ja juurta jaksain asioiden perusteellinen käsitteleminen poistaa luulot ja epätietoisuuden. Saaren (2003, 200) mielestä vetäjien tulisi olla traumaattiseen tapahtumaan ja sen uhreihin nähden tuntemattomia ulkopuolisia henkilöitä. Vain ulkopuolisen asiantuntijan avulla pystytään tällaiseen tietoiseen, asioiden avoimeen ja rehelliseen tarkasteluun ja selvittämiseen

Osaako ja uskaltaako debriefing työntekijä arvioida sellaisia seikkoja, että hän on jäävi osallistumaan debriefing istuntoon taikka milloin kenties jopa debriefing loma olisi paikallaan?

Jääviys vaikeuttaa istunnon onnistumista. Saari (2003, 201) sanoo, että jos vetäjä tuntee läheisesti istuntoon osallistuvan henkilön, joka on osallisena traumaattisessa tapahtumassa, tulee vetäjästä itsestäänkin uhri. Jos vetäjä tuntee istuntoon osallisen henkilön, hänen ei kannata lähteä vetämään kyseistä istuntoa. Debriefing työntekijän tulisi itse etukäteen todeta se, onko hän jäävi istunnon vetämiseen, vai ei. Voi olla niinkin, että vasta itse istunnotilanteessa ilmenee, että istuntoon osallinen ja vetäjä tuntevat toisensa. Silloin istunto vain viedään loppuun. Debriefing työ itsessään on jo sellaista työtä, joka vaatii tekijältään hyvin paljon henkisiä voimavaroja. Jos työntekijällä on tilanteeseen toinenkin osallisuus, on taakka liian suuri yhden työntekijän kannettavaksi.

Debriefing työhön liittyy myös työnohjaus, jossa työntekijä saa tuoda esille työssään kohtaamia kokemuksiaan. Työnohjausta toteutetaan yleensä ryhmäohjauksena ja yksilöohjauksena. Työnohjaajan olisi ehdottomasti oltava työyhteisön ulkopuolinen, ammattitaitoinen henkilö.

Kysymykseni kuuluu, että uskaltaako työntekijä aina kertoa ryhmätyönohjauksessa, miltä hänestä on tuntunut. Uskaltaako hän myöntää oman heikkoutensa toisten työtovereiden läsnä ollessa. Millaista on kuunnella, jos toiset puhuvat minusta. Millaiselta tuntuu kuunnella arvioita omasta itsestä silloin, kun ne lausutaan toisten läsnä ollessa.

Seuraava kysymys heräsi esille aineistoa lukiessa. Mitä sanaa käytetään heistä, joita debriefing istunnossa tuetaan ja lohdutetaan. Tutkimusaineistossani tuettavat ihmiset olivat kohdanneet läheisten ihmisten menetyksiä. Nämä menetykset olivat tapahtuneet surman, itsemurhan, onnettomuuden tai muulla tavoin sattuneen kuoleman kautta. Miten kutsutaan sitä ihmistä, joka on kokenut ikävän traumaattisen tapahtuman ja tulee nyt istunnon asiakkaaksi. Aineistossa todetaan, että *debriefing istunnossa oli uhrin perhe*. Kertaakaan ei aineistossa tullut esille mainintaa siitä, että tuettavilla olisi jokin oma, yksi yhteinen nimitys. Aineistossa käytettiin sekalaista nimistöä. Siellä mainittiin *uhri*, *omainen* ja *osallinen* ja jopa *porukka*. Sitten siellä käytettiin yleisessä kielenkäytössä olevia nimityksiä kuten avopuoliso, isovanhempi tai mies. Debriefing istunnon osallisille ei ole muodostunut yhtä yhtenäistä nimikäytäntöä kuluneiden vuosien aikana, jolloin istuntoja on pidetty. Yksi yhtenäinen nimi helpottaisi asiasta kertomista ja asian esittelemistä.

Toisaalta, ehkä tähän on syynä se, että istuntoon osallistuvaa halutaankin kutsua yleisessä käytössä olevalla omalla nimellä kuten puoliso ja tytär. Tällä tavoin ikään kuin annetaan henkilölle hänelle kuuluva arvo.

Debriefing istuntoon kuuluu oma kieli. Minulle tuli aineiston eräässä kohdassa tulkintavirhe. Ensin luulin asiaa kirjoitusvirheeksi ja tulkitsin lauseen oikaisuni mukaisesti. Aineistossa luki: *vaiheiden siirtymävaiheiden seuraaminen tuotti välillä vaikeuksia...* Minä ymmärsin ensin, että tässä tarkoitetaan vaikeiden siirtymävaiheiden seuraamista. Eli että siirtymävaiheet ovat vaikeita ja niiden seuraaminen tuotti välillä vaikeuksia. Mutta ymmärsin lopulta, että tässä puhutaan kuitenkin vaiheista. Debriefing istunto koostuu eri vaiheista. Nämä vaiheet vaihtuvat, jolloin puhutaan siirtymävaiheista. Tässä tarkoitetaan siis, että istunnon eri vaiheiden vaihtumisen seuraaminen tuotti välillä vaikeuksia. Kyseessä ei siis ollutkaan kirjoitusvirhe. Molemmissa tulkinnoissa lopputulos on kuitenkin sama. Molemmat tulkinnat tarkoittavat, että siirtymävaiheita oli ajoittain hankala seurata.

Aineistoa lukiessani tuli mieleen myös seuraavanlaisia kysymyksiä. Onko mahdollista, että debriefing istunto epäonnistuu? Suoranaisista epäonnistumisista ei aineistosta mainita kertaakaan. Mitä epäonnistuminen tässä voisi tarkoittaa ja mitä siitä seuraa? Milloin istunto on epäonnistunut, mitkä ovat sen tunnusmerkit. Missä vaiheessa on suurin vaara, että istunto voi epäonnistua? Mitkä ovat sellaiset seikat, jotka osoittaisivat, että nyt olisi aihetta ratkaisevasti puuttua istunnon kulkuun. Tai milloin on aihetta tehdä istunnon kululle joitain oleellisia toimenpiteitä?

Tutkimuksen aloitus oli takkuinen siinä mielessä, että aineiston saanti näytti ensin toivottomalta. Kirjallisen tehtävän ohjeet lähetettiin tutkittaville kahteen kertaan. Vastauksia sai odotella. Vastauksien saantia haittasi varmasti sellainenkin seikka, josta eräässä metodologian oppikirjassa varoitettiin. Siinä neuvottiin, että älä koskaan lähetä kirjallisten tehtävien ohjeita joulukuussa. Ja tässä aineiston keruussa toimin juuri tuon oppikirjan neuvojen vastaisesti. Joitakin vastauksia sain. Seuraava ihmettely oli, että onko vastauksia sellainen määrä, että ne riittävät tutkimuksen toteuttamiseen. Tämän jälkeen murheena oli vastausten sisällöllinen niukkuus. Onko niukkojen vastauksien avulla mahdollista saada tarpeeksi iso aineisto ja riittävästi asiaa esille? Päätin kuitenkin, että vastausten lukumäärä ja aineiston sisältö riittävät pro gradu työn tarpeisiin. Arveluni osui oikeaan. Kategorioiden etsintävaiheessa ilmeni, että jäsenkategoria-analyysin avulla pienestäkin aineistosta voi muodostua tutkijalle aarreaitta.

Minulle tämä tutkimus on antanut mielenkiintoisen työnsaran. Olen saanut käsiini oikeassa elämässä olleen, alkuperäisen, aikaisemmin käsittelemättömän, mielestäni hyvin arvokkaan aineiston. Olen saanut tutustua debriefing jälkipuintimenetelmään. Olen saanut tutustua lukuisien erilaisten analyysimenetelmien joukosta yhteen erittäin mielenkiintoiseen analyysimenetelmään,

jäsenkategoria-analyysiin. Sitä käytetään kielen, erityisesti minkä tahansa kirjalliseen muotoon saatetun kielen ja aineiston tutkimiseen.

Mielestäni tärkeä jatkotutkimuksen aihe olisi vaikuttavuuden tutkimus. Tutkittaisiin niitä vaikutuksia, joita debriefing jälkipuinti saa aikaan. Esimerkki vaikuttavuuden tutkimuksesta voisi olla millä tavoin debriefing työstä saatava apu on koettu. Mielenkiintoista olisi tutkia, onko debriefing työstä ollut hyötyä, kenelle siitä on ollut hyötyä, millaista tämä hyöty on. Lisäksi voitaisiin tutkia, voiko debriefing jälkipuinnista sitten olla haittaa, kenelle ja millaista haittaa. Jatkotutkimuksen kohteena olisivat osalliset, autettavat, uhrat eli ne henkilöt, jotka debriefing istuntoihin ovat osallistuneet ja joiden elämään jälkipuintimenetelmä on vaikuttanut.

7. LÄHTEET

Painetut lähteet:

Ahponen, Pirkko-Liisa (toim.) (1997) Riskikirja. Uhat, mahdollisuudet ja asiantuntijuus epävarmuuden yhteiskunnassa. yhteiskuntatieteiden, valtio-opin ja filosofian julkaisuja 9. Jyväskylän yliopisto: Jyväskylän yliopistopaino.

Alasuutari, Pertti (1999) Laadullinen tutkimus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Alasuutari, Pertti (2001) Johdatus yhteiskuntatutkimukseen. Helsinki: Yliopistopaino.

Berger, Peter & Luckmann, Thomas (1994) Todellisuuden sosiaalinen rakentuminen. Helsinki: Kirjapaino-Oy Like.

Burr, Vivien (1996) An Introduction to Social Constructionism. London and New York: Routledge.

Burr, Vivien (2004) Sosiaalipsykologisia ihmiskäsityksiä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Coffey, Amanda & Atkinson, Paul (1996) Making sense of qualitative data. Complementary research strategies. London: SAGE Publications, Inc.

Cullberg, Johan (1991) Tasapainon järkyessä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Dyregrov, Atle (1994) Katastrofipsykologian perusteet. Tampere: Tammer-Paino.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Haaramo, Soili & Palonen, Kirsti (toim.) (2002) Trauman monet kasvot. Psykkinen trauma sisäisenä kokemuksena. Pieksämäki: RT-Print Oy.

Hammarlund, Claes-Otto (2004) Kriisikeskustelu. Kriisituki, jälkipuinti, stressin- ja konfliktinhallinta. Pieksämäki: RT-Print Oy.

Hautamäki, Soili (1988) Ydintrauma. Oulu: Kirjapaino Osakeyhtiö Kaleva.

Heiskanen, Tarja (toim.) (1994) Henkinen tuki ja onnettomuudet. Takaisin elämään. Julkaisijat: Mannerheimin Lastensuojeluliitto ry, Suomen Mielenterveysseura ry, Suomen Punainen Risti. SMS Tuotanto Oy, Helsinki. Porvoo: Kirjapaino t.t.

Heritage, John (1996) Harold Garfinkel ja etnometodologia. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula (1998) Tutki ja Kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Hyypä, Markku T. (1997) Tunteet ja oireet. Uusin psykosomatiikka. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Hänninen, Vilma. (2000) Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print.

Jokinen, Arja & Suoninen, Eero (toim.) (2000) Auttamistyö keskusteluna. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (2000) Diskursiivinen maailma. Teoreettiset lähtökohdat ja analyttiset käsitteet. Teoksessa Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Soininen, Eero. Diskurssianalyysin aakkoset. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 17-47.

Jokinen, Arja (2002) Diskurssianalyysin suhde sukulaistraditioihin. Teoksessa Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero. Diskussianalyysi liikkeessä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 37-53.

Juhila, Kirsi (2004) Leimattu identiteetti ja vastapuhe. Teoksessa Jokinen, Arja & Huttunen, Laura & Kulmala, Anna. Puhua vastaan ja vaieta. Neuvottelu kulttuurisista marginaaleista. Tampere: Tammer-Paino, 20-32.

Juhila, Kirsi (2006) Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Kakkuri-Knuuttila, Marja-Liisa & Heinlahti, Kaisa (2006) Mitä on tutkimus? Argumentaatio ja tieteenfilosofia. Tampere: Tammer-Paino.

Kivinen, Kirsti & Kivinen, Lasse (1999) Auttamisen murros. Suomen Mielenterveysseura. SMS-Julkaisut. Helsinki. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino OY.

Lehtinen, Sini-Tuulia (1997) Vapaaehtoistoiminta – kasvava voimavara? Kansalaisareena ry. Omaehtoisen kehityksen julkaisuja. Sarja B, Vapaaehtoistoiminta 1/97. Tampere: Mainosmakasiini.

Morgan, Alice (2004) Johdatus narratiiviseen terapiaan. Porvoo: Oy Formato Ab.

Munnukka-Dahlqvist, Merja (1997) Selviytyminen traumaattisesta kriisistä. Suomen Punainen Risti. Porvoo: Oy Kirjapaino t.t tryckeri Ab.

Nieminen, Saul (1980) Revontulten pappi. Aaro Tolsan elämäntarina. Turun Sanomat. Weilin+Göös.

Nurmi, Lasse (2006) Kriisi, pelko, pakokauhu. Helsinki: Edita Prima Oy.

Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (2005) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ojanen, Markku (2000) Hyvään elämään. Terapia ja sielunhoito II. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Pojjula, Soili (2002) Surutyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Potter, Jonathan (2000) Representing Reality. Discourse, Rhetoric and Social Construction. London: SAGE Publications Ltd.

Roivainen, Irene. (1999) Sokeripala metsän keskellä. Lähiö sanomalehden konstruktiona. Helsinki. Helsingin kaupungin tietokeskus, tutkimuksia 1999:2.

Saari, Salli (2003) Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Silverman, David (2003) *Doing Qualitative Research. A Practical Handbook*. London: SAGE Publications Ltd.

Silverman, David (2005) *Doing Qualitative Research. A Practical Handbook*. London: SAGE Publications Ltd.

Silverman, David (1993) *Interpreting Qualitative Data*. London: SAGE Publications Ltd.

Soininen, Marjaana (1995) *Tieteellisen tutkimuksen perusteet*. Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskuksen julkaisuja A:43. Turku: Painosalama Oy.

Suoninen, Eero (2001) Harold Garfinkel. Etnometodologia ja sosiaaliset järkeilytavat. Teoksessa Hänninen, Vilma & Partanen, Jukka & Ylijoki, Oili-Helena (toim.) *Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjät*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2002) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Uusitalo, Hannu (2001) *Tiede, tutkimus ja tutkielma. Johdatus tutkielman maailmaan*. Juva: WSOY.

Vilen, Marika & Leppämäki, Päivi & Ekström, Leena. *Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla*. Juva: WSOY.

Virtanen, Aila & Näsi, Salme (2003) *Aatteesta ja rahasta – näkökulmia yhdistysten toimintaan ja talouteen*. Teoksessa Hänninen, Sakari & Kangas, Anita & Siisiäinen, Martti (toim.) *Mitä yhdistykset välittävät. Tutkimuskohteena kolmas sektori*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Voudinmäki, Keijo (toim.) (1994) *Tulla joksikin*. Juva: WSOY.

Painamattomat lähteet:

Välimaa, Outi (2002) *MCD-Analyysi konstruktionistisessa käytössä. Identiteettikategoriat jenginuoren tarinan resursseina*. Pro gradu tutkielma. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos.

Silta ihmisiltä ihmisille. [viitattu 17.2.2007]. Saatavilla www-muodossa: <URL:
<http://www.setlementiliitto.fi/sirenius.html>

Suomessa. Vuodesta 1918. [viitattu 17.2.2007]. Saatavilla www-muodossa: <URL:
<http://www.setlementiliitto.fi/historia2.html>

Setlementtiliike. [viitattu 17.2.2007]. Saatavilla www-muodossa: <URL:
<http://www.setlementiliitto.fi/setliik.html>

Suomen Säädoskokoelma:

Pelastuslaki 561/99

Liite 1**TUTKIMUSLUPA****SETLEMENTTI NAAPURI**

Opiskelen täydennysopiskelijana Tampereen yliopistossa, sosiaalityön laitoksella sosiaalityön syventäviä opintoja. Teen pro gradu -työni yhteistyössä Tampereen yliopiston sosiaalityön laitoksen ja Setlementti Naapurin kanssa. Pro graduni käsittelee debriefing -työtä Tampereen Setlementtiyhdistys Naapurissa.

Pyydän tutkimuslupaa käyttää setlementin koulutuksessa kerättävää aineistoa pro gradu -työhöni.

Tutkimuksen tietoja tullaan käsittelemään ehdottoman luottamuksellisesti ja nimettöminä.

Palautan kaiken saamani aineiston Setlementti Naapurille. Pro graduni oletettu valmistumisaika on joulukuu 2006.

Kiitos yhteistyöstä.

Aila Nieminen
Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos
Tampereen yliopisto

TUTKIMUSLUPA

Annan Setlementti Naapurin puolesta luvan Aila Niemiselle käyttää debriefing -työhön liittyviä, koulutustilaisuudessa saatuja tietoja Aila Niemisen pro gradu -työtä varten.

.....
Anneli Wallgren
psykoterapeutti

Liite 2**TUTKIMUSLUPA****HYVÄ VASTAANOTTAJA**

Opiskelen täydennysopiskelijana Tampereen yliopistossa, sosiaalityön laitoksella sosiaalityön syventäviä opintoja. Teen pro gradu -työni yhteistyössä Tampereen yliopiston sosiaalityön laitoksen ja Setlementti Naapurin kanssa. Pro graduni käsittelee debriefing -työtä Tampereen Setlementtiyhdistys Naapurissa.

Pyydän Sinulta tutkimuslupaa käyttää setlementin koulutuksessa kerättävää aineistoa pro gradu -työhöni.

Toivon, että olet kiinnostunut osallistumaan tähän yhteistyöhön. Tutkimuksen tietoja tullaan käsittelemään ehdottoman luottamuksellisesti ja nimettöminä.

Sinulla on myös mahdollisuus tutustua tutkimuksen tuloksiin. Pro graduni oletettu valmistumisaika on joulukuu 2006.

Kiitos, että olet mukana yhteistyössä.

Aila Nieminen
Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos
Tampereen yliopisto

TUTKIMUSLUPA

Annan luvan käyttää debriefing -työhön liittyviä antamiani tietoja Aila Niemisen pro gradu -työtä varten.

.....
allekirjoitus

Liite 3**KIRJOITA OMIN SANOIN KOKEMUKSESI DEBRIEFING -TYÖSTÄ**

- kerro tarinan muodossa (nimettömänä) kolme tapauskuvausta debriefing -työstäsi
- mitä debriefing -työsi oli näitten tapausten kohdalla?
- miten debriefing -työsi mielestäsi sujuu näitten tapausten hoitamisessa?

Liite 4**DEBRIEFING**

-vapaaehtoistyöntekijöiden kokemukset

1. Koulutustausta

2. Mistä syystä teet debriefing -työtä?

-

-

3. Mikä auttaa pysymään mukana tässä työssä (palkitsee)?

-

-

4. Mikä tässä työssä on vaikeata?

-

-

5. Mitä odotuksia Sinulla on (parannusehdotuksia/muutosehdotuksia)?

-

-

-

Liite 5**YSTÄVÄLLINEN TOIVOMUS**

Hei Sinä, joka teet vapaaehtoistyötä debriefing –työssä Tampereen Setlementti ry:ssä !

Marras-joulukuun vaihteessa 2005 sait minulta kyselylomakkeen (2 sivua) ja tutkimuslupapyyntöni.

Sain kyselyyni vastauksia neljä kappaletta.

Nyt esitän toiveeni, vastaisit kyselyyni mahdollisimman pian. Vastaukset tullaan käsittelemään luottamuksellisesti ja nimettöminä.

Oheistan seuraavalla sivulla uudelleen kysymykset, jotka kysymyslomakkeilla olivat.

Palauta myös tutkimuslupalomake.

Kaikille kyselyyn vastanneille on kiitokseksi luvassa elokuvalippu tamperelaiseen elokuvateatteriin omavalintaiseen elokuvaan.

Vastaukset voi lähettää:

Aila Nieminen

Terveisin

Aila Nieminen
sosiaalityön opiskelija