

# Nuorempien konstaapeleiden asenteita purkukeskusteluita kohtaan

Samuli Merjavuo

10/2020

## Tiivistelmä

Tekijä(t)	Tutkinto
Samuli Merjavuo	Poliisi (AMK) 20182
Julkaisun nimi	Julkisuusaste
Nuorempien konstaapeleiden asenteita purkukeskusteluita kohtaan	Julkinen
Ohjaaja	Opinnäytetyön muoto
Jasmin Kaunisto ja Anna Nieminen	Tutkimuksellinen opinnäytetyö
<p>Tässä opinnäytetyössä kuvataan Poliisiammattikorkeakoulun työharjoittelujakson suorittaneiden nuorempien konstaapeleiden asenteita ja asenteisiin vaikuttaneita asioita purkukeskusteluita kohtaan.</p> <p>Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä käsitellään poliisin työhön liittyviä riskitekijöitä, jotka saattavat altistaa ihmistä erilaisille mielenterveyden häiriöille. Työssä käydään läpi traumatisoivien työtapaturmien yhteyttä mielenterveyden häiriöihin, jotta käsittäisimme, miksi poliisityössä on tärkeää keskittyä henkiseen hyvinvointiin. Työssä käydään läpi poliisihallinnossa käytettävät tuen keinot. Lisäksi käsitellään erilaisia tutkimuksia ja artikkeleita erilaisten tukikeinojen vaikuttavuudesta ja hyödyistä. Lisäksi työssä käydään läpi tutkimuksen kannalta keskeisiä käsitteitä.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin haastattelemalla kolmea Poliisiammattikorkeakoulun työharjoittelujakson suorittanutta henkilöä. Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluina.</p> <p>Tuloksien mukaan kaikkien haastateltavien asenteet purkukeskusteluita kohtaan olivat kokeneet suuriakin muutoksia Poliisiammattikorkeakoulun työharjoittelujakson aikana. Asenteet olivat muuttuneet positiivisemmiksi haastateltavien itse osallistuttua purkukeskusteluihin. Haastateltavat olivat kokeneet, että henkilöiden omat ominaisuudet vaikuttavat asenteisiin enemmän, kuin esimerkiksi henkilön virkaikä. Haastateltavat kokivat etenkin nuorempien konstaapeleiden asenteiden olevan positiivisia laajemminkin. Haastateltavat kokivat myös yleisesti työyhteisössä suhtauduttavan suurimmaksi osaksi positiivisesti purkukeskusteluihin. Kaksi kolmesta haastateltavista oli kuitenkin törmännyt myös edes jonkinlaisiin negatiivisiin asenteisiin purkukeskusteluita kohtaan.</p>	
Sivumäärä	Tarkastuskuukausi ja -vuosi
38+2	Lokakuu 2020
Avainsanat	
Purkukeskustelu, jälkihoito, asenne	

## Sisällys

1 JOHDANTO .....	3
2 Tutkimusasetelma .....	4
2.1 Tutkimuskysymykset .....	4
2.2 Tutkimuksen rajaus .....	4
3 TIETOPERUSTAN ESITTELY.....	5
3.1 Asenne .....	5
3.2 Mielenterveyden häiriöiden muodostuminen.....	6
3.3 Psykologiset tavoitteet akuutissa kriisityössä.....	8
3.4 Debriefing.....	9
3.5 Defusing .....	10
3.6 Kriittisiä debriefing- ja defusing-käytänteitä kohtaan.....	10
3.7 Hobfollin viisi psykologisen tuen periaatetta.....	11
4 Poliisissa käytettävät kriittisten tilanteiden jälkitoimet .....	13
4.1 Kriittinen tilanne työssä .....	14
4.2 Purkukeskustelun järjestäminen.....	14
4.3 Kokemukselliset purkukeskustelut .....	15
4.4 Muita esiin nousseita tapoja purkaa tilanteita .....	15
5 Tutkimuksen toteutus .....	16
5.1 Menetelmä.....	16
5.1.1 Kvalitatiivinen tutkimus .....	16
5.1.2 Teemahaastattelu .....	16
5.2 Aineiston keruu .....	17
5.3 Teemoittelu.....	18
6 Tulokset.....	19
6.1 Asenteita purkukeskusteluista ennen osallistumista.....	19
6.2 Asenteita purkukeskusteluun osallistumisen jälkeen .....	20
6.3 Asenteisiin vaikuttaneet asiat .....	22
6.4 Arvioita nuorempien konstaapeleiden asenteista yleisesti .....	23
6.5 Arvioita asenteista yleisesti työyhteisössä .....	24
6.6 Arvioita asenteisiin yleisesti vaikuttaneista seikoista .....	25
7 Johtopäätökset.....	26
7.1 Nuorempien konstaapeleiden asenteita purkukeskusteluista .....	27

7.2 Miten purkukeskusteluun osallistuminen on vaikuttanut asenteisiin .....	28
7.3 Mitkä asiat ovat vaikuttaneet asenteisiin .....	28
7.4 Muun työyhteisön asenteista .....	30
8 Pohdinta .....	31
8.1 Tutkimuksen luotettavuus .....	32
8.2 Jatkotutkimusaiheita .....	34
8.3 Itsearviointi .....	34
LÄHTEET .....	36
LIITTEET .....	39

## 1 JOHDANTO

Poliisihallinnossa on herätty poliisityön henkiseen rasittavuuteen ja henkilöstön henkistä hyvinvointia on alettu miettimään tätä rasittavan työn ohessa. Jo työturvallisuuslaki (738/2002) velvoittaa työnantajan huolehtimaan työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä työssä. Työnantajan täytyy pyrkiä mahdollisuuksien mukaan poistamaan tai vähentämään vaara- tai haittatekijöitä työssä. Tämäkin osaltaan jo velvoittaa, että poliisihallinnon on osaltaan pyrittävä vaikuttamaan henkilöstönsä hyvinvointiin myös henkisellä tasolla.

Poliisihallinnossa on käytössä erilaisia henkilöstölle tarjottavia palveluita mahdollisten kriittisten ja henkisesti rasittavien työtehtävien aiheuttamien reaktioiden helpottamiseksi tai ennalta estämiseksi. Yksi työkalu henkisesti rasittavista tehtävistä palautumiseen ja selviämiseen ovat purkukeskustelut. Purkukeskusteluita kohtaan on kuitenkin varsinkin keskustelujen alkutaipaleella ollut monenlaista suhtautumista. On ennemminkin ajateltu, että rasittavuus kuuluu poliisityön luonteeseen ja että siitä pitää vain selvitä itsekseen. Ulkopuolisen avun hakeminen on ollut vierasta.

Nykyisin purkukeskusteluun osallistumisesta on tehty pakollinen osa työvuoroa henkisesti rasittavaksi tunnistetun työtehtävän jälkeen. Ensimmäinen kosketus tehtävän jälkikäsitteystä tulee siis työajalla automaattisesti ja oletettuna ilman, että apua tarvitsee itse aktiivisesti hakea.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää nuorempien konstaapeleiden asenteita purkukeskusteluita kohtaan. Purkukeskusteluihin liittyviä tutkimuksia on jo pelkästään Poliisiammattikorkeakoulussa tehty useita. Lisäksi tutkimuksia on tehty myös useissa muissa oppilaitoksissa. Kuitenkaan nuorempien konstaapeleiden suhtautumista ja asenteita purkukeskusteluja kohtaan ei ole tutkittu. Suomen ulkopuolella purkukeskusteluiden vaikuttavuutta ja hyötyjä on myös tutkittu laajasti.

Tutkimuksen tarkoitus on tarkastella nimenomaan poliisihallinnossa juuri työuraansa aloittelevien henkilöiden asenteita purkukeskusteluita kohtaan. Tutkimuksen kohderyhmä koostuu AMK-koulutuksen työharjoitteluosion suorittaneista Poliisiammattikorkeakoulun opiskelijoista. Edellä mainittujen henkilöiden asenteita tarvitsisi tarkastella lisäksi määrällisillä menetelmillä. Tämän jälkeen pystyttäisiin harkitsemaan, tuleeko

Poliisiammattikorkeakoulun ja jopa varsinaisten työorganisaatioiden ottaa nämä asiat jotenkin tarkemmin huomioon koulutuksessaan ja toiminnassaan, mikäli asenteissa on korjattavaa.

## **2 TUTKIMUSASETELMA**

### **2.1 Tutkimuskysymykset**

Tutkimuksella kerätään tietoa nuorempien konstaapeleiden asenteista purkukeskustelua kohtaan. Tutkimuskysymyksiä ovat:

1. Minkälaisia asenteita nuoremmilla konstaapeleilla on purkukeskusteluita kohtaan?
2. Miten purkukeskusteluun osallistuminen on vaikuttanut asenteisiin keskustelua kohtaan?
3. Mitkä asiat ovat vaikuttaneet asenteisiin purkukeskusteluita kohtaan?

### **2.2 Tutkimuksen rajaus**

Tutkimuksessa haastateltavat rajataan henkilöihin, jotka ovat joko olleet, tai joille on vähintään tarjottu mahdollisuutta osallistua purkukeskusteluun. Jo purkukeskusteluun osallistuneiden haastateltavien asenteet ovat voineet osittain joko muuttua tai vahvistua kokemuksensa pohjalta. Haastateltavat, joille on vain tarjottu mahdollisuutta osallistua purkukeskusteluun, on täytynyt itse punnita omien asenteidensa ja arvojensa pohjalta kokeeko purkukeskustelun tilanteessa tarpeelliseksi. Tästä syystä myös heidän haastattelunsa antavat tutkimuskysymyksiä kannalta oleellista tietoa kyseisten henkilöiden asenteista purkukeskusteluihin.

Positiivista haastatteluiden kohdentamisessa jo töissä jonkun aikaa olleisiin henkilöihin olisi siinä, että henkilöillä olisi jo jonkinlainen näkemys mahdollisesti henkisesti kuormittavista työtehtävistä, kuin myös niiden jälkihoidosta. Tämä antaa kohderyhmälle lisää näkemystä ja kokemusta tutkimuksen aiheesta. Tämän vuoksi heidän asenteensa näitä asioita kohtaan ovat voineet jo muuttua suuntaan tai toiseen.

Mahdollisesti negatiivista vaikutusta kohderyhmässä voi olla liian vahvasti työyhteisöstä imetyt asenteet purkukeskusteluita kohtaan. Pitkään työyhteisössä olleen ihmisen asenteet ovat saattaneet muuttua jo hyvin paljon vastaamaan muun työyhteisön yhteistä mielipidettä

aiheesta enemmän, kuin henkilön omaa alkuperäistä mielipidettä. Tällöin kysely ei välttämättä vastaisikaan niin hyvin kysymykseen nimenomaan nuorempien konstaapeleiden asenteista, vaan jo enemmän työyhteisön asenteista.

### 3 TIETOPERUSTAN ESITTELY

Seuraavaksi avataan tutkimuksen kannalta oleellisia termejä, jotka kytkeytyvät tutkimuskysymyksiin. Tämän jälkeen käydään läpi traumatisoivien työtapatumien yhteyttä mielenterveyden häiriöiden syntyyn, jotta voimme käsittää miksi poliisityössä on tärkeää kiinnittää huomiota henkilöstön henkiseen hyvinvointiin. Samalla aukeaa myös miksi traumaattisten tapahtumien jälkitoimia ylipäätään tehdään poliisihallinnossa. Lisäksi avataan traumaattisen kokemuksen jälkeisen sopeutumisprosessin vaiheita, jotta ymmärtäisimme, mihin vaiheeseen trauman purkua kuuluvat erilaiset tuen muodot. Lisäksi avataan toinen ajatustapa tämän hetken tiedon pohjalta siitä, minkälaista apua trauman akuuttivaiheessa kuuluisi järkyttävän tapahtuman kohdanneelle tarjota. Täten osaamme myös hahmottaa varsinaisesti tutkimuksessa käsiteltävän poliisin purkukeskustelun roolin ja paikan järkyttävän tapahtuman jälkihoidossa. Lisäksi käydään läpi Poliisihallituksen määräys *Kriittisten tilanteiden jälkitoimet poliisihallinnossa* (2020), jossa kerrotaan poliisihallinnossa käytössä olevista keinoista jälkihoidossa.

#### 3.1 Asenne

Asenne on sosiaalipsykologian käsite. Sosiaalipsykologiassa asenne on perinteisesti käsitetty yksilön melko yhtenevästä ajattelu-, tuntemis- ja toimintataipumuksena suhteessa tiettyyn asiaan. Yleisesti on siis ajateltu asenteen liittyvän ajatteluun, toimintaan ja tunteisiin. (Lahikainen 2001. s. 90.) Peltonen puolestaan määrittelee asenteen olevan yksittäisen henkilön tapa käsittää ja arvioida ympäristöä. Tämä tarkoittaa, että joitakin asioita arvostetaan ja toisia väheksytään. Jotkut asiat koetaan mieluisammiksi kuin toiset. (Peltonen 1992. s. 39.) Yksi kapeampi määritelmä asenteelle on, että asenne on johonkin asiaan liittyvä tunne, joka voi olla varsin yleisluontoinen tai pysyväistyylinen. Tunne voi olla joko positiivinen tai negatiivinen. (Petty & Cacioppo 1981, viitattu teoksessa Helkama 2015. s. 190.)

Asenteet vaihtelevat positiivisista negatiivisiin ja niillä on myös eriasteisia voimakkuuksia. Asenteet voivat lisäksi vaihdella jopa tilanteen mukaan. Yleisesti ajatellaan asenteidemme

olevan nimenomaan joko myönteisiä, neutraaleja tai kielteisiä. Lähes aina arviot eri kohteista ovat kuitenkin ristiriitaisia. Useimmista asioista löydämme niin negatiivista kuin positiivistakin. Asennetta voidaankin pitää arvioidemme keskiarvona. (Lahikainen 2001. s. 90.) Lyhyenä yhteenvetona näistä voidaan siis ajatella asenteiden olevan yksilön oma tapa havainnoida, ajatella ja tuntea ympäristössä tapahtuvia asioita tai muita aiheita.

Myönteinen asenne vaikuttaa yleensä niin, että kohteeseen, johon omataan myönteinen asenne, on mukavampi ja helpompi lähteä tutustumaan ja ottamaan aiheesta enemmän selvää. Kielteinen asenne vaikuttaa yleensä sen, että kyseistä kohdetta ei haluaisi lähestyä. (Lahikainen 2001. s. 91.) Esimerkiksi poliisiorganisaatiossa ollessa tämä voisi näkyä siten, että jos henkilöllä on valmiiksi negatiivinen asenne purkukeskustelua kohtaan, hän saattaisi helpommin kieltäytyä osallistumasta keskusteluun, mikäli sitä tarjottaisiin vain mahdollisuutena ilman pakollista osallistumista.

Asenteet ovat oleellinen osa ryhmäjäsennyksiä, henkilöiden sosiaalisia suhteita ja sosiaalista identiteettiä. Yksi tapa nähdä asenteiden muutokset ja pysyvyys, on käsittää ne pyrkimyksenä samaistua sosiaalisen ympäristön kanssa. Tämä näkyy niin mukautumisena ympäristön odotuksiin, kuin hakeutumisen sellaiseen ympäristöön, jossa on samanlaiset keskeiset arvot ja asenteet. (Helkama 2015. s. 193.) Tämä voisikin poliisityössä ilmentyä esimerkiksi siten, että jos ryhmän, jossa henkilö työskentelee, asenne on erittäin positiivinen purkukeskusteluita kohtaan, myös ryhmään tullut uusi henkilö saattaa kokea painetta muovautua samaan muottiin. Tämä näkyisi mahdollisesti siten, että hänenkin käsityksensä purkukeskustelusta muuttuisi mahdollisesti positiivisemmaksi kuin ennen ryhmän vaikutusta.

### **3.2 Mielenterveyden häiriöiden muodostuminen**

Mielenterveydellä tarkoitetaan voimavaraa, joka pitää yllä ihmisen psyykkisiä toimintoja (Kuhanen 2010, s.19). Psykkisellä sairastumisella tarkoitetaan mielenterveyshäiriöitä tai -ongelmia. Mielenterveysongelmia ovat muun muassa tavalliset mielenterveyden häiriöt kuten masennus ja ahdistuneisuushäiriöt sekä päihteiden väärinkäyttö. (Kuhanen 2010, s. 22.) Muun muassa perimä ja sukupuoli ovat mielenterveyteen vaikuttavia biologisia yksilöllisiä tekijöitä. Ihmisten alttius sairastua mielenterveyden häiriöihin onkin siis yksilöllistä. Jokainen ihmisen kokema elämäntapahtuma vaikuttaa myös yksilön mielenterveyteen ja esimerkiksi vakavat kielteiset elämäntapahtumat eivät voi olla vaikuttamatta henkilön mielenterveyteen. (Kuhanen 2010, s. 19.) Eri henkilöiden kohdalla



voikin siis erilaiset traumaattiset tilanteet vaikuttaa hyvinkin monella tavalla. Täten ei siis voida yleistävästi sanoa, että juuri tietynlainen traumaattinen tapahtuma aiheuttaa aina myös mielenterveydellisiä ongelmia.

Poliisi kohtaa työssään erilaisia traumaattisia tapahtumia. Tällaiset tapahtumat, kuten kuolleiden näkeminen tai väkivallan kohtaaminen saattavat Tähkän (2017, s. 1) mukaan aiheuttaa mielenterveydellisiä ongelmia. Yllä kuvatuista tilanteista saattaa jäädä usein ainakin lyhytkestoisia oireita. Oireet ja niiden määrä voi vaihdella henkilöittäin paljon. Mahdollisia oireita on muun muassa masentuneisuus ja univaikeudet. Joillakin oireita ilmenee paljon ja ne saattavat jatkua pitkään. Tällöin kyse saattaa olla traumaattisesta stressihäiriöstä, jonka englanninkielinen lyhenne ja ehkä paremmin tunnettu nimitys on PTSD (post-traumatic stress disorder). Traumaattinen stressihäiriö voi esiintyä myös lievempänä osittaisessa muodossa. (Tähkä 2017, s. 1-2.) Vaikka Hedreniuksen (2016, s. 38) mukaan usein järkyttävien tapahtumien jälkeisistä vaikutuksista puhuttaessa keskitytään vain traumaattiseen stressihäiriöön, todellisuudessa se on vain yksi pieni osa kaikkea sitä, mitä traumaattiseen tapahtumaan voi liittyä. Esimerkiksi Tuula Leinon (2013) tutkimukseen *Work-related violence and its associations with psychological health* osallistuneista poliiseista noin viisi prosenttia olivat kertoneet, että heidän alkoholinkäyttönsä oli lisääntynyt työssä kohdatun väkivallan vuoksi. Lisäksi tutkimuksessa yksi suurimpia yhdistäviä tekijöitä alkoholin käytön lisääntymiselle oli jälkipuinnin puuttuminen. (Leino 2013, s. 66.)

Tunnusmerkkeinä hyvälle mielenterveydelle voidaan luetella toisista välittäminen ja rakkaus, kyky ihmissuhteisiin sekä kyky ja halu vuorovaikutukseen ja henkilökohtaiseen tunneilmaisuuun. Yhtä tärkeitä asioita on työnteon kyky, sosiaaliseen osallistumiseen pystyminen ja tarvittavaan oman edun valvontaan. Suuri merkitys on myös todellisuudentajulla, jotta ihminen osaa erottaa oman ajatusmaailman ja ulkoisen todellisuuden myös vaikeissa ja stressaavissa elämäntilanteissa. Hyvään mielenterveyteen liittyy aina myös henkilön oma subjektiivinen kokemus, johon vaikuttaa aina vahvasti ympäristön vaikutus. Mielenterveyden edistämisenä voidaan pitää kaikkea mikä auttaa henkilöitä vahvistamaan heidän mielenterveyttään, tai vähentää tekijöitä, jotka vahingoittavat sitä. (Lönnqvist 2014, s. 32-33.) Poliisin purkukeskustelulla onkin tarkoitus edistää mielenterveyttä tukemalla henkilöitä traumaattisen tilanteen jälkeen.

### 3.3 Psykologiset tavoitteet akuutissa kriisityössä

Yllättävä järkyttävä tilanne saa ihmisessä aikaan sopeutumisprosessin käynnistymisen. Tämä prosessi vaatii yksilöltä paljon psyykkisiä ja fyysisiä voimavaroja. Tällaiseen järkyttävään tilanteeseen liittyy erilaisia tunteita ja ajatuksia, joita ihminen ei välttämättä ole tottunut käsittelemään. Tällöin kyseisten tunteiden ja ajatusten käsittely voi olla todella raskasta ja vaikeaa. Kriisiavun tarkoitus on auttaa käynnistämään tämän kokemuksen liittäminen omaan elämänhistoriaan ja näin myös osaksi henkilön persoonallisuutta. (Saari 2010.)

*Sokkivaihe.* Saaren mukaan psyykkisellä sokilla tarkoitetaan suojautumiskeinoa, joka ilmenee usein, kun henkilö on järkyttävässä tilanteessa, tai saa jonkin järkyttävän tiedon. Se on ikään kuin mielen suojausmenetelmä, jolla se suojaa itseään kyseiseltä järkyttävältä kokemukselta tai tiedolta. Tämä psyykinen sokki kestää yleensä niin kauan, kuin kyseinen järkyttävä stressi- tai uhkatilanne on käynnissä. (Saari 2000.)

Hammarlund kuvaa puolestaan kirjassaan sokin tarkoittavan muuttunutta mielentilaa, jossa ihminen ei voi päättää omaa käytöstään. Sokissa ei yleensä vielä pysty sisäistämään tai käsittelemään tilannetta. (Hammarlund 2004. s. 98.)

Sokkivaiheen psyykkisessä ensiavussa on tärkeää, että järkytyksen kokeneella on mahdollisuus käydä tapahtumaa läpi mielessä niin monta kertaa kuin on tarpeellista. Tapahtuman läpikäymiseen tarvitaan todellinen tieto tapahtumasta. Näitä tiedonlähteitä voivat olla esimerkiksi oma kokemus, toisen kertoma, muiden mukana olleiden kertoma tai vaikka media. Tässä vaiheessa psyykkisessä avussa pysytään vielä pelkässä tuessa, eikä mennä vielä syvälle tunteista puhumiseen. (Saari 2010.) Myöhemmin esiteltävä defusing-istunto on sokkivaiheen psyykkistä ensiapua. Samaten myöhemmin esiteltävä poliisin purkukeskustelun ensimmäinen vaihe on kohdennettu juuri samaan sokkivaiheeseen.

*Reaktiovaihe.* Saaren mukaan reaktiovaiheella tarkoitetaan sitä vaihetta, kun tullaan varsinaisesti tietoiseksi siitä, mitä on todella tapahtunut. Reaktiovaiheessa aletaan tiedostamaan mitä tapahtumat merkitsevät itselle ja muuten omalle elämälle. Tässä vaiheessa ominaista on tunteiden ja ajatusten tuleminen vahvana esille. Tällöin mieli on ikään kuin avoinna, eikä normaalit defenssit toimi vielä. (Saari 2010.)

Hammarlundin mukaan reaktiovaiheessa tulee esiin ne tunteet, joita on sokkitilassa pidätelty tai piiloteltu. Reaktiovaiheessa aletaan vähitellen ymmärtämään tapahtunut paremmin. Tässä

vaiheessa masennuksen, pelon ja syyllisyyden tunteet ovat melko yleisiä. (Hammarlund 2004. s. 98-99.)

Reaktiovaiheen psykologiseen ensiapuun Saaren artikkelin mukaan kuuluu tilanteen varhainen psykologinen läpikäynti. Tämä tarkoittaa ryhmässä käytävää tapahtuman aiheuttamien tunteiden ja ajatusten psykologista läpikäyntiä, joka toteutetaan luonnollisissa ryhmissä kuten työyhteisö tai koululuokka. Näiden keskusteluiden aikana tulee tunnistaa ja ohjata tarvittaviin palveluihin henkilöt, jotka tarvitsevat lisäavun. (Saari 2010.) Myöhemmin esiteltävä debriefing-istunto on vuorostaan reaktiovaiheeseen kohdennettava psykologisen avun muoto.

*Työstämis- ja käsittelyvaihe.* Saaren mukaan työstämis- ja käsittelyvaiheessa ihminen pyrkii saamaan etäisyyttä järkyttävään kokemukseen. Työstämis- ja käsittelyvaiheessa ihmisen normaalit defenssit alkavat toimia. Tämä vaihe vaatiikin enemmän aikaa. Työstämis- ja käsittelyvaiheessa työstetään ajatuksia ja tunteita perusteellisemmin. (Saari 2000.)

Hammarlundin mukaan tässä vaiheessa alkaa trauman varsinainen paraneminen. Reaktiovaiheen jälkeen elämää rajoittavista sopeutumismalleista, jotka eivät ole tarkoituksenmukaisia, voidaan vihdoin jättää pois. Tämän seurauksena tapahtuma alkaa jäämään menneeseen. (Hammarlund 2004. s. 99.)

Saaren artikkelin mukaan Työstämis- ja käsittelyvaiheen psykologiseen apuun kuuluu muun muassa kriisi- ja traumaterapiat ja ammatillisesti johdettu vertaistuki. Yksi vertaistuen muoto on vertaistuki, jossa samanlaisia kokemuksia kokeneet ja samassa asemassa olevat henkilöt voivat keskustella ammattihenkilön johdolla. Tällöin on tärkeää, että kootut ryhmän jäsenet ovat mahdollisimman samanlaisia. Vertaistuki vaatii myös paljon tietoa henkilöistä, joita vertaistukeen on tulossa. (Saari 2010.)

### **3.4 Debriefing**

Johnson sanoo kirjassaan *Therapist's Guide to Posttraumatic Stress Disorder Intervention* psykologisen debriefingin olevan ryhmän keskustelu, joka pidetään traumaattisen tapahtuman jälkeen. Sen tarkoitus on käydä läpi traumaattista tapahtumaa seuraavat vaikutukset ja reaktiot, keskittyen reaktioihin. Psykologiseen debriefingiin on useita eri metodeja, joista yleisin on yksittäinen tapaaminen, joka kestää muutaman tunnin. Näiden tarkoitus on vähentää ja estää ahdistuneisuusoireita ja niistä seuraavia traumaattisia kokemuksia. Debriefingissä pyritään käsittelemään ja normalisoimaan tunteita ja reaktioita,

kuin myös valmistautumaan mahdollisia tulevaisuuden kokemuksia varten. Vaikka psykologinen debriefing ei välttämättä estäisikään traumaperäisen stressihäiriön kehittymistä, se tarjoaa silti keskustelun tarjoamia hyötyjä, kuten tukea ja tilanteesta oppimista. Psykologisen debriefingin tulisi olla osa arviointikokonaisuutta, jossa tarjotaan lisää apukeinoja, mikäli se katsotaan tarpeelliseksi. (Johnson 2009. s. 190.)

### 3.5 Defusing

Rantaeskola ja Hyyti kuvaavat kirjassaan *Haastavat asiakastilanteet: Väkivalta työssä* Defusing-istunnon tarkoituksen olevan muun muassa traumaattisen tilanteen jälkeisten reaktioiden vähentäminen ja muuten tilanteen normalisointi. Defusing on psyykkistä ensiapua, jota pyritään antamaan mahdollisimman pian traumaattisen tapahtuman jälkeen. Defusinginssa keskitytään tilanteen faktoihin. Tällä tavoin pyritään estämään henkilön omien mahdollisesti väärin tulkintojen muodostumista tapahtumista. Defusing-istunnossa arvioidaan myös osallistujien tarvetta lisäavun piiriin. (Rantaeskola 2014. s. 185.) Puolestaan Everlyn ja Mitchellin (2003, s. 56.) määritelmän mukaan Defusingilla tarkoitetaan kriisiä tai traumaattista tapahtumaa käsittelevää keskustelua, joka käydään pienessä ryhmässä. Tavoiteltavaa olisi käydä se 12 tunnin kuluessa tapahtumista. Defusing-keskustelu on kehitetty vähentämään psykologista painetta.

### 3.6 Kritiikkiä debriefing- ja defusing-käytänteitä kohtaan

Debriefing- ja defusing-istunnoista on tehty tutkimuksia, jotka ovat antaneet kriittistä informaatiota debriefing- ja defusing-istuntojen mahdollisista hyödyistä. Muun muassa Wesselyn ja Deahlin mukaan nämä käytänteet eivät ehkäise traumaattisten tilanteiden jälkeisten stressireaktioiden syntyä, vaan saattavat pahimmillaan jopa vahvistaa näitä. Kuitenkin tilaisuuksien vetäjien ollessa koulutettuja aiheeseen ja tilaisuuksien ollessa järjestetty osallistujien tarpeiden mukaan, samat kirjoittajat näkevät debriefing- ja defusing-käytänteet hyödyllisinä. (Wessely & Deahl 2003, s. 13-14.)

Wahlbeck (2020) on artikkelissaan *Traumaperäisen stressihäiriön ehkäisy* käynyt läpi useita tutkimuksia, joissa on käsitelty psykologisen jälkipuinnin merkitystä traumaperäisen stressihäiriön ehkäisyssä. Wahlbeck on tullut yhteenvedona johtopäätökseen, ettei psykologinen jälkipuinti ehkäise traumaperäisen stressihäiriön syntyä. Artikkelissa läpikäytyissä tutkimuksissa ei havaittu debriefingin ehkäisevän traumaperäisen stressireaktion syntyä koeryhmillä, joille kyseinen tilaisuus oli järjestetty. Joissain

koeryhmissä oli havaittu jopa debriefing-tilaisuuteen osallistuneilla suurempi riski saada traumaperäiseen stressireaktioon viittaavia oireita, tai jopa sairastua siihen. Tämän ajateltiin johtuvan siitä, että debriefing ikään kuin altistaa osallistujan uudelleen kokemalleen traumalle. (Wahlbeck 2020.)

Hedreniuksenkin (2016, s. 44-45) mukaan tämän hetken kansainvälinen yhteisymmärrys asiasta onkin, että tutkimustulosten perusteella jälkipuinti (debriefing) on huomattu tehottomaksi. Hedreniuskin tosin myöntää, että jotkin yksittäiset henkilöt voivat kuitenkin kokea jälkipuinnit myönteisiksi ja hyviksi käytänteiksi saamansa sosiaalisen tuen takia (Hedrenius 2016, s. 46).

Tällä hetkellä yleistäen käsitys purkukeskusteluista on se, että purkukeskustelulla ei pystytä estämään mielenterveyden häiriöiden syntymistä. Varsinaisesti mielenterveyden häiriöiden syntymiseen vaikuttavia seikkoja, joihin purkukeskustelulla ei pystytä vaikuttamaan, on monia. Näitä tekijöitä on muun muassa aiemmin mainitut biologiset ja muut yksilölliset seikat. Purkukeskusteluiden myötä pystytään kuitenkin auttamaan traumaattisen tilanteen kokenutta henkilöä, muun muassa auttamaan häntä kasvattamaan selviytymis- ja sopeutumiskykyään. Purkukeskusteluilla pyritään lisäämään tietoisuutta mahdollisista oireista, sekä jaksamaan kyseisten oireiden kanssa, auttamaan työkavereita tukemaan toisiaan tilanteen jälkeen ja saamaan apua hoitoon hakeutumiseen.

Muun muassa Kivilahden (2019 s. 44) opinnäytetyössä *Poliisin kenttäpartion kuormituskokemukset ja niiden purkamisen* haastatellut henkilöt olivat kokeneet debriefing- ja defusing-purkukeskustelut jälkeenpäin tarkasteltuna tarpeellisiksi ja onnistuneiksi. Erityisesti haastateltavat olivat kokeneet purkukeskustelun jälkeen, että heidän kokemuksistaan ja tuntemuksista välitettiin. Käytäntöä pitää purkukeskustelu vaikei henkilö itse välttämättä kokisi sitä tarpeelliseksi, pidettiin myös tärkeänä. Lisäksi Heikkisen ja Kivimäen (2020 s. 30) opinnäytteessä haastateltava nuorempi konstaapeli oli myös kokenut hyötynsä debriefing-purkukeskustelusta. Hän oli kokenut tuntemuksien läpi käymisen tärkeänä, jottei asioita täytynt enää miettiä työvuoron jälkeen kotonaan.

### **3.7 Hobfollin viisi psykologisen tuen periaatetta**

Nykypäivään mennessä ei ole kyetty luomaan yhtä ainutta mallia, joka tutkimustulosten valossa auttaisi jokaista järkyttävän tapahtuman kohdannutta ihmistä. Seuraavaksi esitellään tämän hetken tiedon perusteella parhaat järkyttävän tapahtuman akuuttivaiheessa annettavan

tuen periaatteet. Ajatuksena näissä periaatteissa on se, että niitä voi tulkita kulloinkin sovellettavaan tilanteeseen. (Hedrenius 2016, s. 46.)

*Luo rauhallisuutta.* Ensimmäisenä periaatteena käsitellään rauhallisuuden luomista. Alkuvaiheessa järkyttävän tapahtuman jälkeen voimakkaat reaktiot ovat normaaleja. Muutaman päivän kuluessa kuitenkin reaktiot palaavat takaisin normaalimmalle tasolle, jossa niitä onkin helpompi käsitellä. Hermojärjestelmälle on kuitenkin tarjottava mahdollisuus alkaa palautua, että reaktioiden laskeminen tälle tasolle on mahdollista. Jos reaktioita ei päästetä palautumaan, on riskinä traumaperäisten ongelmien syntyminen. Tämän takia rauhallisuuden luominen nousee tärkeäksi, samoin kuin stressiä aiheuttavien asioiden vähentäminenkin. (Hedrenius 2016, s. 49; Psykologisen ensiavun periaatteet: Käypä hoito 2020.)

*Luo turvallisuutta.* Seuraava periaate korostaa turvallisuuden luomista. Järkyttävän tapahtuman jälkeen yksi suurimmista tarpeista on olla ihmisten kanssa, joiden kanssa henkilö tuntee olonsa turvalliseksi. Akuutissa vaiheessa tapahtumat palaavat helposti jatkuvasti mieleen. Turvallisuuden tunteen lisäämiseksi onkin akuuttivaiheessa tärkeää poistaa ympäristöstä tekijät, jotka tuovat turvattomuuden tunnetta. (Hedrenius 2016, s. 49; Psykologisen ensiavun periaatteet: Käypä hoito 2020.)

*Luo yhteenkuuluvuutta.* Seuraava periaate korostaa yhteenkuuluvuuden luomista. Merkittävin yksittäinen terveyttä edistävä tekijä järkyttävien tapahtumien jälkeen on sosiaalinen tuki. Tähän kuuluu niin henkinen kuin käytännöllinenkin tuki. (Hedrenius 2016, s. 49; Psykologisen ensiavun periaatteet: Käypä hoito 2020.)

*Luo luottamusta.* Seuraava periaate nostaa esiin luottamuksen luomisen. Jonkin järkyttävän tapahtuman jälkeen ihmiseltä saattaa hävitä usko siitä, että pystyy itse suoriutumaan ja selviytymään olemassaolostaan. Tähän tukena tuleekin pyrkiä ratkaisemaan asioita niin, että henkilö pystyy itse vaikuttamaan kyseisiin asioihin. Tällä pyritään luomaan ihmiselle luottamusta hänen omaan kykyynsä vaikuttaa asioihin. (Hedrenius 2016, s. 49; Psykologisen ensiavun periaatteet: Käypä hoito 2020.)

*Luo toivoa.* Järkyttävät tapahtumat muovaavat ihmisten näkemystä maailmasta. Maailma ei mahdollisesti olekaan enää se mukava ja ennalta arvattava paikka. Tätä periaatetta ei voi kuitenkaan erottaa muista periaatteista, vaan se tulee ikään kuin muiden periaatteiden mukaisten toimenpiteiden ohella. (Hedrenius 2016, s. 49; Psykologisen ensiavun periaatteet: Käypä hoito 2020.)

Käypä hoito -artikkelissa (2020) nostetaan esille lisäksi omatoimisuuden lisääminen. Tällä tarkoitetaan sitä, että avustettavaa on mahdollisuuksien mukaan ohjattava ja kannustettava itse huolehtimaan omista tarpeistaan ja annettava neuvoja, joilla ihminen voi itse auttaa itseään. (Psykologisen ensiavun periaatteet: Käypä hoito 2020.)

#### **4 POLIISISSA KÄYTETTÄVÄT KRIITTISTEN TILANTEIDEN JÄLKITOIMET**

Poliisihallituksen (2019) määräyksessä *Kriittisten tilanteiden jälkitoimet poliisihallinnossa* sanotaan poliisityön altistavan työntekijöitä tilanteisiin, jotka voivat altistaa henkilöstöä traumatisoitumiselle. Traumatisoitumiselle altistavia tilanteita voivat olla niin äkilliset uhka- ja väkivaltatilanteet kuin muuten erittäin kuormittavat tilanteet, joita poliisityössä voi tulla vastaan. Poliisityö on luonteeltaan sellaista, ettei työn vaaroja voida täysin poistaa. Tästä syystä täytyy erityishuomiota kiinnittää kriittisistä tilanteista selviämiseen ja työyhteisön tarjoamaan tukeen asioissa. (Poliisihallitus 2019.)

Poliisityö on Copesin (2005, s. 91) mukaan yleensä rutiiniluonteista työtä, jossa on ajoittain intensiivisiä vaarallisia ja stressaavia tilanteita. Poliisi joutuu toimimaan myös tilanteissa, jotka aiheuttavat hyvin vahvoja tunteita. Näistä esimerkkeinä tehtävät, joilla näkee kaltoinkohdeltuja lapsia tai kuolleita ihmisiä (Paton & Violanti, 1996, viitattu teoksessa Copes 2005, s. 91). Henkilön ei tarvitse olla edes itse varsinaisesti läsnä ja mukana järkyttävässä tilanteessa, vaan jo pelkästään uhrien kohtaaminen tapahtumien jälkeen saattaa aiheuttaa traumatisoitumista (Paasilinna 2013, s. 7).

Poliisilain (872/2011) 1 luvun 1. § mukaan poliisin tehtäviin kuuluu muun muassa yleisen järjestyksen ja turvallisuuden ylläpitäminen, rikosten paljastaminen ja selvittäminen. Jo yleismaailmallisesti ajateltuna tällä tehtäväkentällä poliisi joutuu näkemään asioita, joita niin sanotusti tavalliset kansalaiset eivät joudu näkemään. Poliisi soitetaankin usein paikalle ratkomaan tilannetta juuri silloin, kun on tapahtunut jokin elämän mahdollisesti suurimmista kriiseistä.

Poliisi joutuukin kohtaamaan esimerkiksi väkivaltaa monessa eri muodossa (Ellonen 1997, s. 68). Erityisesti poliisityön luonteeseen kuuluvista asioista stressaavina pidetään omaa henkeä uhkaavia tilanteita, kuolemantapauksia ja väkivaltatilanteita. Poliisityössä ei pystytä aina ennakoimaan tulevia työtehtäviä, ja tällöin eritoten äkilliset ja järkyttävät tilanteet voivat aiheuttaa erilaisia kriisireaktioita. (Ellonen 1997, s. 208.)

#### 4.1 Kriittinen tilanne työssä

Poliisihallituksen mukaan kriittisellä tilanteella tarkoitetaan ”*työntekijän työssä kohtaamaa poikkeuksellista tapahtumaa, joka voi aiheuttaa terveyttä haittaavia stressireaktioita.*” Määräyksessä luetellaan joitakin esimerkkejä tilanteista, joiden jälkeen poliisiyksikön tulee järjestää henkilöstölle purkukeskusteluita. Näitä tilanteita ovat muun muassa seuraavat tilanteet:

- ”*Aseelliset ja muut uhkatilanteet*
- *Poliisi on joutunut käyttämään asetta*
- *Kuolemantapaukset virkatehtävissä*
- *Työkaverin kuolema tai vakava loukkaantuminen*
- *Vakavat läheltä piti -tilanteet*
- *Väkivallan kohteeksi tai sen uhan alle joutuminen*
- *Eriytyisen järkyttävät tilanteet esim. kun lapsi joutuu väkivallan tai onnettomuuden uhriksi*
- *Poliisiuhkaukset / maalittamisen kohteeksi joutuminen*”

(Poliisihallitus 2019.)

Poliisihallituksen määräyksen (2019) mukaan yksilöiden reaktiot kriittisten tilanteiden jälkeen on yksilöllistä ja siihen vaikuttaa yksilön eri ominaisuudet. Määräyksessä todetaan, että vaikka yksilöt kokevat asiat eri tavalla tarvitaan henkilöstön työhyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja traumatisoitumisen ehkäisemiseksi purkukeskusteluja, joilla pyritään tukemaan henkilöstöä.

#### 4.2 Purkukeskustelun järjestäminen

Purkukeskustelu järjestetään lähtökohtaisesti saman työvuoron aikana, kun kriittinen tilanne on tapahtunut. Kriittisen tilanteen jälkeiseen purkukeskusteluun osallistuminen on pakollista, koska se on osa työvelvoitetta, toisin kuin muut mahdollisesti järjestettävät jälkitoimet. Lisäksi jokaisella yksittäisellä poliisihallinnon työntekijällä on oikeus vaatia purkukeskustelua tätä tarvitessaan. (Poliisihallitus 2019.)

Purkukeskusteluja tulee määräyksen mukaan järjestää matalalla kynnyksellä, kun kyseessä on virkaiältään nuorempi henkilö, kuten opiskelija tai muutoin kokemattomampi henkilö. Esimiesten tulee kiinnittää erityistä huomiota heidän työkykynsä varmistamiseen ja tukemiseen kriittisten tilanteiden jälkeen. (Poliisihallitus 2019.)



### 4.3 Kokemukselliset purkukeskustelut

Määräyksessä esiteltyt poliisin kokemukselliset purkukeskustelut perustuvat vertaistukeen. Näiden purkukeskusteluiden vetäjät ovat asiaan koulutettuja poliisihallinnossa työskenteleviä henkilöitä. Ensimmäisessä vaiheessa heti kriittisen tilanteen jälkeen purkukeskustelu on yleensä ryhmäkeskustelu. Tilanteen tai jonkin tilanteeseen osallistuneen niin vaatiessa, keskustelu voi olla myös pari- tai jopa yksilökeskustelu. (Poliisihallitus 2019.)

Poliisin purkukeskusteluja vetää yleensä siihen erikseen koulutetut henkilöt. Valittaessa koulutukseen henkilöitä painotetaan sitä, että koulutukseen valittavalla olisi työyhteisön luottamus. Henkilönhän pitää olla luotettava ja sellainen persoona, että muun työyhteisön olisi mahdollisimman helppo puhua kyseiselle henkilölle myös vaikeista asioista. Joissakin tilanteissa toki voikin olla tarkoituksenmukaista, että keskustelun pitäjä onkin tilanteesta täysin ulkopuolinen henkilö ja tulee esimerkiksi toisen poliisilaitoksen alueelta.

### 4.4 Muita esiin nousseita tapoja purkaa tilanteita

David Alexanderin artikkelin *Debriefing and body recovery: Police in a civilian disaster* mukaan poliisit olivat pitäneet tärkeänä heidän henkisen hyvinvointinsa kannalta mahdollisuutta purkaa asioita työkavereidensa kanssa puhumalla. Tässä yhteydessä tutkimuksessa oli noussut esiin myös niin sanotun mustan huumorin osuus yhteisön sisällä. Työkavereiden kanssa puhumiseen yhdistettiin myös debriefing- ja defusing-tilaisuudet. Eräs toinen tärkeä tapa selviytyä henkisesti jopa vaarallisista tilanteista, oli artikkelin mukaan kääntää epämiellyttävät tehtävät merkityksellisiksi ja arvokkaiksi. (Alexander 2000, s. 126.) Tällä voidaan tarkoittaa esimerkiksi sitä, että kun poliisi keskeyttää vakavan väkivaltarikoksen, on teon pysäyttäminen paikalla olevan poliisin mielestä tärkeä ja merkityksellinen teko, vaikka samalla samainen poliisi joutuu mahdollisesti näkemään häntä traumatisoivia asioita.

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 5.1 Menetelmä

#### 5.1.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Nykypäivänä kvalitatiivisella tutkimuksella on erilaisia luokiteltavia lajeja useita kymmeniä. Puhuttaessa kvalitatiivisesta tutkimuksesta metodikirjallisuudessa nykyään käsitelläänkin lähes poikkeuksetta kvalitatiivisten tutkimusten tyypillisiä ja yhteisiä ominaispiirteitä. (Hirsjärvi 2010, s. 162.) Kvalitatiivisen tutkimuksen tyypillisiä piirteitä on muun muassa tutkimuksen keskittyminen laadullisiin menetelmiin, joissa tutkittavan ääni ja mielipiteet pääsevät paremmin esiin. Tavoitteena onkin kerätyn aineiston yksityiskohtainen tarkastelu monipuolisesti, eikä yksittäisen hypoteesin testaaminen. Lisäksi tutkimukseen osallistuvia henkilöitä ei valita sattumanvaraisesti, vaan henkilöt pyritään valitsemaan mahdollisimman tarkoituksenmukaisesti tutkimusta silmällä pitäen. (Hirsjärvi 2010, s. 162-164.)

#### 5.1.2 Teemahaastattelu

Teemahaastattelun kysymykset eivät ole yleensä kirjoitettu lopulliseen muotoonsa, eikä haastattelulla ole tarkasti ennalta määriteltyä etenemisjärjestystä. Kysymykset ovat enemmänkin teeman tasolla tiedossa ja niiden välillä voidaan liikkua joustavasti. (Hirsjärvi 2010, s.208-209.) Tämänlainen joustaminen antaa haastattelulle mahdollisuuden pysyä luonnollisemman vuorovaikutuksen omaisessa keskustelussa, jossa mahdollisesti haastateltavan ja haastattelijan välinen luottamussuhde voi kasvaa ja haastateltava kokea helpommaksi kertoa omia näkemyksiään. Niin kuin Hirsjärvi (2017, s. 48) sanoo, teemahaastattelu antaa haastateltavalle tilaa kertoa omat ajatuksensa asiasta vapaasti. Teemahaastatteluissa nousee esiin ihmisten omat tulkinnat ja heidän asioille antamansa merkitykset. Teemahaastattelu lähtee olettamuksesta, että kaikkia ihmisten kokemuksia, ajatuksia, uskomuksia ja tunteita voidaan tutkia tällä menetelmällä. (Hirsjärvi 2017, s. 48.)

Tutkimusmetodiksi valittiin nimenomaan laadullinen teemahaastattelu, koska tutkimuksella haluttiin selvittää ilmiötä ja yksilön omia kokemuksia tutkimuksen kohteesta antamalla tutkimuksessa mukana olleiden haastateltavien oman äänen kuulua. Tarkoituksena ei ollut kerätä yleistävää katsausta asenteista purkukeskustelua kohtaan, vaan avata tarkemmin yksittäisten henkilöiden ajattelun lähtökohtia ja asenteita.

## 5.2 Aineiston keruu

Tutkimuksessa haastateltiin kolmea nuorempana konstaapelina Poliisiammattikorkeakoulun työharjoittelujakson suorittanutta henkilöä. Haastateltavat rajattiin henkilöihin, jotka ovat itse olleet osana purkukeskustelua. Kahdelle heistä oli lisäksi tarjottu toisella kertaa mahdollisuutta osallistua keskusteluun. Näin haastateltavilla on jokin näkemys aiheesta. Koska he ovat osallistuneet purkukeskusteluun, heillä on omakohtaista kokemusta aiheesta. Jos haastateltaville on lisäksi tarjottu mahdollisuutta, josta he ovat kieltäytyneet, on heiltä saatavissa mielenkiintoista tietoa heidän kielteiseen päätökseen johtaneista asenteista.

Tutkimustuloksista ei tule ilmi haastatteluun vastanneiden henkilöiden nimiä. Heistä kerrotaan vain heidän ikänsä. Tähän päädyttiin tutkimukseen osallistujien anonymiteetin turvaamiseksi. Haastateltavasta ei kerrota edes työskentelypaikkakuntaa, koska haastattelussa yhtenä teemana on myös työyhteisön yleinen asenne purkukeskusteluihin. Tällöin haastateltava voi vapaammin kertoa aidosti omia mielipiteitään myös niissä tapauksissa, kun mielipiteet mahdollisesti eroavat muiden työyhteisön henkilöiden mielipiteistä, tai mahdollisesti ovat ristiriidassa organisaation näkemyksen kanssa. Henkilöiden työskentelypaikkakuntien kertominen voisi itsessään laskea tahtoa vastata työyhteisön asennetta koskevaan teemaan, jos asenne olisikin enemmän negatiivissävytteinen.

Haastateltavista puhutaan jatkossa kirjaimilla A, B ja C. Alla on eriteltyinä haastateltavien iät.

- Haastateltava A, 27 vuotta
- Haastateltava B, 23 vuotta
- Haastateltava C, 28 vuotta

Haastattelun saatelomake ja haastattelun teemat toimitettiin haastateltaville etukäteen, jotta haastateltavat saivat rauhassa ensin tutustua haastattelun runkoon. Tällä tavoin toteutettuna haastateltavilla on ollut aikaa myös pohtia hieman ajatuksiaan aiheesta ja tulevia vastauksiaan. Haastateltaville painotettiin jo saatelomakkeessa, ettei heistä julkaista muita tunnistetietoja kuin heidän ikänsä. Tällä pyrittiin luomaan jo ennen haastattelua henkilöille tunne, ettei heidän tarvitse varoa sanojansa haastattelussa heidän tunnistamisensa pelossa. Lisäksi saatelomakkeessa painotettiin, ettei haastattelussa käydä läpi sen tarkemmin tehtävää, minkä pohjalta henkilö oli purkukeskustelussa ollut tai sitä oli tarjottu. Tutkimuksen kannalta ei ole oleellista tietää tarkkoja tietoja varsinaisesta poliisitehtävästä.

Lisäksi mahdollisten tehtäviin liittyvien esitutkintojen ollessa kesken, esitutkintamateriaali ja täten yksittäisen poliisin tiedot tapahtumista sekä muun vaitiolovelvollisuuden piirissä olevat tiedot ovat salassa pidettäviä lain viranomaisen toiminnasta julkisuudesta (621/1999) nojalla. Tämän vuoksi haastateltavat eivät edes voisi pureutua sen tarkemmin itse tehtävän sisältöön.

Haastattelut toteutettiin kasvotusten haastattelemalla. Kasvotusten haastattelemalla saadaan ideaalitulanteessa muodostettua luottamuksellinen ilmapiiri, jossa haastateltava kokee voivansa kertoa omat mielipiteensä kaunistelematta. Haastattelut nauhoitettiin kokonaisuudessaan, jonka jälkeen ne litteroitiin haastatteluiden läpikäymistä ja analysointia varten. Haastattelut kestivät keskimäärin noin puoli tuntia. Litteroitua aineistoa haastatteluista kertyi 25 sivua.

### **5.3 Teemoittelu**

Haastatteluilla kerätty aineisto analysoitiin teemoittelemalla. Tällä tarkoitetaan sitä, että analysointivaiheessa aineistosta poimitaan piirteitä, jotka nousevat esille useammalla eri haastateltavalla. Aineistossa nousee luonnollisesti esille sekä haastattelun teemoihin sidottuja asioita, että usein myös monia muita teemoja. Aineiston teemoihin jako on tutkijan tulkintaa haastateltavien kertomista. On erittäin epätodennäköistä, että kaksi haastateltavaa kertoo jostakin aiheesta samalla tavalla, jolloin tutkijan liittäessä kertomat samaan teemaan tapahtuu tutkijan omaa tulkintaa. (Hirsjärvi 2017, s. 173.)

Aineisto jaettiin kuuteen eri teemaan. Teemoiksi valikoitui asenteita purkukeskusteluista ennen osallistumista, asenteita purkukeskusteluun osallistumisen jälkeen, asenteisiin vaikuttaneet asiat, arvioita nuorempien konstaapeleiden asenteista yleisesti, arvioita asenteista yleisesti työyhteisössä ja arvioita asenteisiin yleisesti vaikuttaneista seikoista.

Aineistoon jäi vielä paljon materiaalia, mikä ei mahtunut näihin teemoihin. Ylijäävä materiaali ei koskenut enää niin vahvasti tutkimuksen tutkimuskysymyksiä, jolloin aineisto ei suoraan koskettanut tutkimuksen aihetta. Tämän pohjalta kyseinen materiaali rajattiin pois, eikä sitä hyödynnetty.

## 6 TULOKSET

### 6.1 Asenteita purkukeskusteluista ennen osallistumista

Ensimmäinen teema käsittelee nuorempien konstaapeleiden asenteita purkukeskusteluista ennen heidän ensimmäistä osallistumistansa sellaiseen. Kaikki kolme haastateltavaa kertoivat heidän asenteensa olleen ennen ensimmäistä osallistumista purkukeskusteluun varsin neutraali. Kaksi haastateltavista ei muistanut, että purkukeskusteluita olisi edes käsitelty Poliisiammattikorkeakoulun opetuksessa ennen työharjoittelujaksoa. Yhden haastateltavista vastauksesta nousi esiin kuitenkin jopa negatiivissävytteistä tai vähintäänkin epäilevää asennetta purkukeskustelua kohtaan, hänen ollessaan osallistumassa ensimmäistä kertaa sellaiseen.

*Minä suhtauduin purkukeskusteluihin ennen työharjoittelua tosi neutraalisti. Minulla ei ollut oikein mitään käsitystä niistä ennen sitä. Ja vielä ennen sitä minun ensimmäistä purkukeskusteluanikin ajattelin, että onkohan siitä mitään hyötyä ja kannattaakohan sinne mennä. (Haastateltava B.)*

*Ei minulla oikeastaan ollut niistä (purkukeskusteluista) mitään semmoista ajatusta, kun ei niitä tuolla koulussakaan ollut käyty (Haastateltava A).*

Yksi haastateltavista muisti asiaa käsitellyn opetuksessa lyhyesti. Hänelle oli jäänyt opetuksesta mieleen, että purkukeskusteluiden kerrottiin olevan hyödyllisiä ja että niihin kannustettiin osallistumaan avoimesti. Lisäksi purkukeskusteluita oli kerrottu järjestettävän nuoremmille konstaapeleille matalammalla kynnyksellä.

*Minun mielestäni siitä taisi olla jollain psykologin tunnilla, että on tällainen purkukeskustelu. Ei siitäkään kyllä paljon puhuttu, mutta että sellaiseen on mahdollisuus ja että pienellä kynnyksellä niitä pitäisi kyllä järjestää. Jotain tällaista muistelen, että oli koulussa mutta en muista tarkkaan. (Haastateltava C.)*

Työyhteisössäkään aiheesta ei ollut puhuttu ennen kuin purkukeskustelua oltiin järjestämässä. Täten minkäänlaista kuvaa purkukeskusteluista ei haastateltaville ollut muodostunut myöskään työharjoittelun aikana ennen kuin ensimmäisen keskustelun järjestäminen oli aloitettu.

*Ei ollut puhuttu purkukeskusteluista ennen sitä. Tässäkin meille vaan ilmoitettiin, että aamulla ennen kuin lähdette kotiin, menette purkukeskusteluun. Sitä ennen ei ollut puhuttu asiasta mitään. (Haastateltava C.)*

## 6.2 Asenteita purkukeskusteluun osallistumisen jälkeen

Toinen teema käsittelee nuorempien konstaapeleiden asenteita sen jälkeen, kun he olivat osallistuneet ensimmäistä kertaa purkukeskusteluun. Jokainen haastateltava totesi, että heidän käsityksensä purkukeskusteluista oli muuttunut varsin neutraaleista lähtökohdista positiivisempaan suuntaan.

*Suhtautumiseni muuttui kertaheitolla ensimmäisen purkukeskustelun jälkeen sellaiseksi positiiviseksi. Se tilaisuus, joka minulle järjestettiin, ne ihmiset ketä siellä oli ja se tapa millä se tehtiin. Se oli minulle niin myönteinen kokemus, että kyllä minä tykkäsin siitä ja se mielestäni auttoi minua. (Haastateltava B.)*

*Kyllähän siitä tuli sellainen olo, että tästä voisi olla hyötyä kyllä tosissaan ja ihan sellainen positiivinen fiilis tuli kyllä niistä (Haastateltava C).*

Kaikki haastateltavista kokivat purkukeskusteluun osallistumisen madaltaneen heidän kynnystään osallistua uudelleen. Kynnystä osallistua uuteen purkukeskusteluun laski muun muassa tietoisuus keskustelun kulusta ja käytänteistä sekä se, että keskusteluissa ei painostettu ketään puhumaan, jollei se tuntunut luonnolliselta. Toisaalta yksi haastateltavista myös koki, että kynnys myös nousi osittain tehtävien osalta, joilla hän itse ei koe tarvetta purkutilaisuudelle.

*Osallistuminen ehkä enemmän laski kynnystä osallistua, mutta toisaalta myös nosti. Minun mielestäni ei ihan kaikista poikkeuksellisista keikoista tarvitse sitä järjestää. Tavallaan jos purkukeskustelua ollaan järjestämässä, menen sinne kyllä ihan mielelläni, mutta en koe ainakaan itse sitä jokaisen poikkeuksellisen keikan jälkeen kaipaavani. (Haastateltava A.)*

*onhan se hyvä tietää millainen toi sitten on, että jos vastaisuudessa tulee semmoinen että, ainakin madaltaa kynnystä osallistua (Haastateltava C).*

Kaikki haastateltavat kokivat hyväksi, että keskusteluja järjestetään. Kaksi haastateltavista kertoivat, etteivät olisi omasta mielestään varsinaisesti kyseisen työtehtävän osalta tarvinneet purkukeskustelua, minkä tiimoilta heidät keskusteluun määrättiin. He eivät tämän vuoksi myöskään kokeneet hyötyneensä järjestetystä purkukeskustelusta. Silti he kokivat keskustelun järjestämisen ikään kuin hienona osoituksena siitä, että heidän voinnistaan välitetään.

*Vaikken nyt tosiaan kokenut, että se (purkukeskustelu) nyt olisi tarpeen, niin oli se minun mielestäni hieno juttu, että sellaista lähdettiin heti järjestämään. Minusta oli hienoa, että joku jaksoi nähdä vaivaa. Meidänkin keskustelunvetäjämme tuli aikaisemmin töihin sen takia, että sai sen keskustelun pidettyä meille. (Haastateltava C.)*

Yhdellä haastateltavista oli tullut vastaan työtehtävä, joka oli ollut hänelle oikeasti rankka kokemus. Hänelle oli tullut fyysisiä oireita, kuten unettomuutta. Hänelle purkukeskustelu järjestettiin muutaman päivän päästä tapahtuneesta. Hän koki saaneensa purkukeskustelusta paljon hyötyä. Hän koki itse tärkeimmäksi asiaksi keskustelussa sen, että siellä hänelle annettiin eväitä siihen, että miten asiaa pystyy itse käsitellä. Ohjeita annettiin muun muassa fyysisiin oireisiin, eikä pelkästään tunnepuolen asioihin. Hänelle annettiin esimerkiksi konkreettista tietoa ja neuvoja unettomuuteen liittyvistä asioista.

*Välttämättä kuitenkin se kaikki mitä siellä huoneessa puhuttiin ei ollut se mikä yhtäkkiä helpotti, vaan se mitä rahkeita se keskustelu antoi minulle itselle kotiin vietäväksi. Niiden avulla minä pystyin itse miettiä ja pohtia asiaa lisää, ja mielestäni ne olivat niitä tärkeitä asioita. (Haastateltava B.)*

Sama haastateltava koki itselleen luontaiseksi keskustella asioista ja selvittää asioita puhumalla. Hän koki itsestäänselvyytenä sen, että osallistuu jatkossakin purkukeskusteluihin, koska koki saavansa niistä apua itselleen.

*Kun minä tiedän millä keinoilla minä voin voida paremmin, niin miksi voisin väkisin huonommin? Jos voin vaikuttaa psyykkiseen hyvinvointiin tuollaisilla pienillä asioilla niin tietenkin hyödynnän niitä. (Haastateltava B.)*

Kaksi haastateltavaa, jotka eivät kokeneet hyötyneensä järjestetystä purkukeskustelusta, uskoivat kuitenkin molemmat myös hyötyvänsä keskustelusta, jos heille osuisi kohdalle jokin oikeasti heille itselleen rankka työtehtävä.

*Kyllä minä oikeasti uskon, että tuosta (purkukeskustelusta) on hyötyä, jos tapahtuu jotain rankempaa. Siitä voi varmasti olla hyötyä, että pystyy heti käymään sen asian läpi, jos tulisi jotain mikä itseä oikeasti järkyttäisi. (Haastateltava C.)*

*Kyllä minun mielestäni, jos on yhtään sillain sellainen normaalia pahempi keikka, niin kyllä minä uskon, että purkukeskustelusta olisi apua. (Haastateltava A.)*

Kaikki haastateltavat olivat itse puhuneet purkukeskustelun aikana. Kaikki olivat kokeneet pystyvänsä puhua vapaasti keskustelussa. Heitä ei painostettu puhumaan sen enempää, mitä he halusivat sanoa. Lisäksi tunnelma oli koettu sellaiseksi, että omia sanojaan tai muita reaktioita ei tarvinnut varoa. Muutenkin jokainen uskoi siihen, että purkukeskustelussa läpi käydyt asiat pysyvät luottamuksellisina, eikä niitä levitetä eteenpäin.

*Ensimmäinen tunti siinä purkukeskustelussa oli vaan semmoista, että minä vaan itkin, enkä saanut oikein sanaa suusta. Se oli tavallaan vähän kiusallista, mutta toisaalta se kaikki mikä siellä tapahtui, nii pitäisi jäädä siihen huoneeseen. Ja kyllä minä siihen luotin. Sitten kun me oli käyty läpi niitä kysymyksiä ja puhuttu enemmän, niin siitä tuli semmoinen todella mukava ympäristö, missä ei tarvinnut olla yhtään kiusallista. Se oli siis todella hyvä keskustelu. (Haastateltava B.)*

### **6.3 Asenteisiin vaikuttaneet asiat**

Kolmas teema koskee haastateltujen henkilöiden asenteisiin mahdollisesti vaikuttaneita asioita. Tämän teeman alla käsitellään ennen purkukeskusteluun osallistumista olleisiin, sekä osallistumisen jälkeisiin asenteisiin vaikuttaneita seikkoja. Kuten aiemmin jo käsiteltiin, olivat haastateltavien asenteet ennen ensimmäistä osallistumista purkukeskusteluun neutraaleja. Haastateltavista yksi, joka muisti asiaa käsitellyn opetuksessa koki, että asian käsittely koulussa oli muuttanut hänen käsitystään hieman positiivisempaan suuntaan jo ennen ensimmäistä osallistumista purkukeskusteluun.

*No kyllä siitä koulussa puhuttiin, että ne (purkukeskustelut) on hyödyllisiä. Ehkä se vaikutti silloin positiiviseen suuntaan, kun sitä mainostettiin, että se kyllä kannattaa, jos vaan on mahdollista. (Haastateltava C.)*



Yksi haastateltavista koki, että hänen asenteeseensa oli vaikuttanut muun kenttäryhmän suhtautuminen purkukeskusteluihin. Hän uskoi, että muun ryhmän positiivinen suhtautuminen aiheeseen helpotti myös hänen itsensä osallistumista keskusteluun.

*Kyllä minä luulen, että muiden suhtautuminen vaikutti omaankin suhtautumiseen. Muiden suhtautuminen oli kuitenkin alusta asti niin positiivista. Heidän mielestään oli hyvä, että tällaisissa tilanteissa näitä järjestetään. Tietenkin nyt on vaikea arvioida mikä oma suhtautuminen olisi ollut, jos kaikki muut olisivat olleet negatiivisella asenteella tuolloin, mutta kyllä minä uskon, että sekin olisi vaikuttanut. (Haastateltava A.)*

Muiden vaikutuksesta yhtenä esimerkkinä haastatteluissa nousi tapaus, jossa purkukeskustelun tarvetta oli tiedusteltu. Tähän yksi ryhmän jäsen oli vastannut, ettei sitä tarvita. Vaikkei tilanteessa ollut nuorempi konstaapeli omasta mielestään kyseisessä tilanteessa edes olisi kaivannut purkukeskustelua, oli kyseinen vastaus ikään kuin sinetöinyt myös nuoremman konstaapelin mielipiteen siitä, ettei keskustelua nyt tarvita.

Kaksi muuta haastateltavaa uskoivat, että pääsääntöisesti heihin eivät vaikuta muiden ajatukset. Toinen heistäkin kuitenkin tunsi, että oman ohjaajan positiivinen suhtautuminen helpotti edes jonkin verran osallistumiseen ensimmäistä kertaa.

*Minä osaan laittaa oman henkisen hyvinvoinnin sen edelle, mitä muut minusta ajattelevat. Eikä minua niin paljoa kiinnosta, jos joku ajattelee, että tuo järkyttyi tuosta keikasta. Kaikki on kuitenkin erilaisia ja kaikki kokee keikat erilaisina, niin kyllä mulla on oikeus pyytää purkukeskustelua, jos minusta siltä tuntuu, vaikka muut olisivat mitä mieltä. (Haastateltava B.)*

#### **6.4 Arvioita nuorempien konstaapeleiden asenteista yleisesti**

Neljäs teema käsittelee haastateltavien arviota siitä, millaisia nuorempien konstaapeleiden asenteet ovat yleisesti purkukeskusteluita kohtaan. Kaksi haastateltavista ei ollut puhunut ollenkaan muiden nuorempien konstaapeleiden kanssa aiheesta, kun yksi haastateltava puolestaan oli. Jokaisen haastateltavan näkökulmasta yleisesti ottaen nuorempien konstaapeleiden asenteet purkukeskusteluista ovat lähtökohtaisesti varsin positiivisia.

*Luulen, että asenteet ovat positiivisia. En ainakaan itse näe miksi asenteet olisivat jollain sellaiset, että ne (purkukeskustelut) olisivat ihan turhia ja näin.*

*Siinä kohtaa lähinnä mietityttäisi, että mistä sellainen asenne tulisi.*  
(Haastateltava A.)

*Kyllä minä uskoisin, että varmaa pääosin on ihan positiivinen suhtautuminen, tai ainakin toivoisin, että on* (Haastateltava C).

Haastateltava, joka oli puhunut muiden virkaiältään nuorempien henkilöiden kanssa nosti esiin keskustelun, jossa yksi henkilö oli myöntänyt, ettei itse kehtaisi pyytää purkukeskustelua. Henkilö oli sanonut, ettei kehtaisi puhua tunteistaan tai kehtaisi myöntää, että haluaisi purkukeskustelua.

## 6.5 Arvioita asenteista yleisesti työyhteisössä

Viides teema käsittelee haastateltavien arvioita siitä, millaisia työyhteisön asenteet ovat purkukeskusteluja kohtaan yleisellä tasolla. Kaikki haastateltavat kertoivat, että heidän kenttäryhmissään purkukeskusteluihin oli suhtauduttu vakavasti ja asenteiden olleen neutraalista positiivisen suuntaan. Kukaan ei muistanut kohdanneensa suoraan täysin kielteistä suhtautumista asiaa kohtaan.

*En muista, että kukaan olisi ollut silleen sitä vastaan, tai heittänyt siitä mitään sellaista, että joo onpa typerää tai turhaa. Vaan kaikki oli sillein, että ”no niin hyvä, että tämä järjestetään ja mennään kaikki sinne”. Että kaikkien suhtautuminen oli sellaista neutraalia ja siitä niin kuin positiiviseen kallistuvaa.* (Haastateltava A.)

*Kentällä suhtauduttiin melko vakavasti purkukeskusteluihin. Varsinkin meidän kenttäryhmässämme fyysinen ja henkinen hyvinvointi oli todella tärkeitä. Siellä tsempattiin niistä huolehtimiseen todella paljon. Ihan yleisesti porukka kokee sen (purkukeskustelun) hyväksi ja on saanut apua siitä itselleen.*  
(Haastateltava B.)

Kaksi haastateltavista oli kohdannut kuitenkin edes jonkin asteisia negatiivissävyytteisiä asenteita purkukeskusteluista. Toiselle heistä oli partionjohtajana ollut henkilö tarjonnut purkukeskustelua ironiseen sävyyn. Tosin tällöinkin, kun haastateltava oli kertonut haluavansa tapauksessa purkukeskustelun, oli sävy muuttunut ja asia otettiin sen jälkeen vakavasti. Toinen haastateltavista oli kohdannut henkilöitä, jotka sanoivat vitsailevaan sävyyn purkukeskusteluun menijöille, että ”menkää nyt vähän juttelemaan.”

Kaksi haasteltavista uskoi, että etenkin jotkut vanhemmat henkilöt saattavat pitää purkukeskusteluista turhina. He eivät olleet kuitenkaan itse törmänneet tällaisiin henkilöihin.

*Kyllä varmasti on myös sellaisia vanhempia, jotka pitävät näitä (purkukeskusteluja) täysin turhana ja ajattelee, että aivan turhaa tällainen, eikä tunnu mikään missään.* (Haastateltava A.)

Haastateltavista kahden näkemys yleisistä asenteista koko organisaation tasolla oli se, että purkukeskusteluihin suhtaudutaan vähintään neutraalisti. Suhtautumiseen vaikutti heidän mielestään se, minkälaisen työtehtävän jälkeen keskustelua ollaan järjestämässä. Yksi haastateltavista puolestaan uskoi, että koko organisaation tasolla mitattuna asenne kallistuisi jopa hieman negatiivisen puolelle. Hän ei kuitenkaan osannut perustella näkemystään sen tarkemmin, mutta hänen kokemuksensa työyhteisössä oli saanut hänet ajattelemaan näin.

## 6.6 Arvioita asenteisiin yleisesti vaikuttaneista seikoista

Kuudentena teemana tarkastellaan haastateltavien arvioita työyhteisön asenteisiin yleisesti vaikuttaneita asioita. Jokaisen haastateltavan näkemys siitä, miten virkaiä vaikuttaa asenteisiin purkukeskusteluista erosi toisistaan. Ensimmäinen haasteltava koki, ettei haastateltavan iällä tai virkaiällä ole vaikutusta asenteissa purkukeskusteluihin. Hän ajatteli, että jos kokee työtehtävät raskaammin, suhtautuu myös luultavammin positiivisemmin purkukeskusteluihin.

*Minun mielestäni se riippuu vähän henkilöstä, että miten kukakin suhtautuu niihin (purkukeskusteluihin). Minun mielestäni se ei ehkä ole ikään tai virkaiään sidonnainen juttu. Olettaisin ennemmin, että se korreloi enemmänkin muuhun suhtautumiseen itse keikkoihin.* (Haastateltava A.)

Toinen haastateltava ajatteli myös, että suurin vaikutus on henkilöllä itsellään. Kuitenkin hän oli huomannut myös mahdollista vaikutusta virkaiän suhteen.

*En tiedä pystyykö sitä sillein yleistämään, että riippuu varmaan täysin henkilöstä, että kiinnostaako sitä tuollainen vai ei. No kyllä sitä kuitenkin ehkä huomasi, että mitä enemmän sitä virkaiää oli, niin ei ehkä niin paljoa napannut nuo purkukeskustelut.* (Haastateltava C.)

Kolmas haastateltava näki, että nuoremmilla henkilöillä voi olla vaikeampaa myöntää, että tarvitsee asiassa apua tai myöntää tunteitansa. Hänen mukaansa vanhemmille henkilöille

olisi kokemuksen myötä tullut helpommaksi kertoa omista tuntemisistaan ja mahdollisesta avun tarpeestaan.

*Minä luulen, että kun olet tuore jossain tietyssä työyhteisössä ja varsinkin tällaisella alalla, jossa täytyy olla tosi macho ja semmoinen robotti, joka vaan painaa eteenpäin ilman mitään tunteita, niin se tuo sellaisen, että sinä et muka voisi näyttää omalle ryhmällesi, että olet jollain tavalla heikko. Mutta sitten kun olet tehnyt tätä työtä pidempään ja nähnyt, miten työkaverit alkoholisoituvat, kun ne ei kestä jotain juttua mikä heidän mieltään on painanut toistakymmentä vuotta. Sen nähtyään osaa ehkä priorisoida, että onko sillä sitten mitään väliä mitä muut ajattelevat, vai onko se oma hyvinvointi tärkeämpi. (Haastateltava B.)*

Yksi haastateltavista uskoi, että alan maskuliinisuus saattaa vaikuttaa helposti ihmisten asenteisiin. Haastateltavan mukaan se saattaa vaikuttaa myös ihmisten uskaltamiseen puhua avoimesti purkukeskustelussa.

*Purkukeskusteluhan on suoraan sitä, että sinä myönnät jollekin, että sinulla on paha mieli ja sinä tarvitset apua. Sehän on sitten ihan ihmisestä kiinni, että pystytkö tai haluatko sinä sitä myöntää. Sitä voi vaikeuttaa se, että tämä ala on niin maskuliininen, että sinä et saa olla heikko, etkä sinä saa kokea mitään tuntemuksia mistään asioista. Minä luulen, että se vaikuttaa todella paljon tuohon suhtautumiseen. (Haastateltava B.)*

Yksi haastateltava nosti esiin koulutustason vaikuttamisen asenteeseen purkukeskusteluita kohtaan. Hän nosti esiin ajatuksen siitä, että hänen näkemyksensä mukaan esimerkiksi alipäällystössä ja päällystössä suhtauduttaisiin positiivisemmin asiaan.

*Uskon, että ainakin alipäällystöön ja päällystöön mentäessä asenteet ovat positiivisempia. Siellä ehkä uskotaan enemmän, että henkilöstö voi hyötyä purkukeskusteluista, kun kerta niitä järjestetäänkin. (Haastateltava C.)*

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kartoittaa, minkälaisia erilaisia asenteita Poliisiammattikorkeakoulun työharjoittelujakson suorittaneilla henkilöillä on hallinnossa järjestettäviä purkukeskusteluita kohtaan. Lisäksi selvitettiin, ovatko asenteet muuttuneet

ensimmäiseen purkukeskusteluun osallistumisen jälkeen. Opinnäytetyön tarkoituksena oli lisäksi selvittää, mitkä asiat ovat mahdollisesti vaikuttaneet haastateltavien asenteisiin purkukeskusteluihin.

### **7.1 Nuorempien konstaapeleiden asenteita purkukeskusteluista**

Haastatteluissa kävi ilmi, että haastateltavista vain yksi muisti purkukeskusteluista käsitellyn Poliisiammattikorkeakoulun opetuksessa ennen työharjoittelujaksoa. Häinkin muisti, että niitä käsiteltiin vain hyvin pintapuolisesti. Hän koki tämän vaikuttaneen hieman positiiviseen suuntaan hänen ajatuksiinsa purkukeskusteluista. Kaksi muuta haastateltavaa ei muistanut niitä käsitellyn ollenkaan opetuksessa. Heidän asenteensa olivatkin heidän omien sanojensa mukaan varsin neutraalilla pohjalla, ennen ensimmäistä osallistumista purkukeskusteluun. Yhden haastateltavan vastauksesta kuitenkin nousi esiin epäilevää asennetta hänen kertoessaan, että hän oli miettinyt kannattaako purkukeskusteluun osallistua tai onko siitä ylipäätään mitään hyötyä. Kielteinen asenne asiaa kohtaan vaikuttaa yleensä siten, että sitä ei ole niin mieluista lähestyä (Lahikainen 2001. s. 91). Tähän pohjautuen kyseisellä haastateltavalla onkin ollut mahdollisesti vastoin hänen omaa kertomaansa jopa negatiivinen suhtautuminen purkukeskusteluihin, ennen ensimmäistä osallistumistaan sellaiseen.

Kaikki haastatellut henkilöt kokivat heidän asenteidensa olevan positiivisia purkukeskusteluista kohtaan ensimmäisen osallistumisen jälkeen. Kuitenkin kaksi haastateltavista koki, etteivät he kaipaa purkukeskusteluista kuin vain heidän mielestään raskaiden tehtävien jälkeen. Työyhteisössä onkin noussut esiin ajatuksia nuorten suhtautumisesta keskusteluista kohtaan. Näiden ajatusten mukaan on havaittu, että nuoremmilla konstaapeleilla on usein suhteellisen torjuva ajatusmaailma purkukeskusteluihin. Sen on arveltu johtuvan mahdollisesti siitä, että nuorella, jonka ammatti-identiteetti on vasta kasvamassa voi olla vaikeaa myöntää, että työtehtävät ovat jääneet vaivaamaan. Tätä ajatusta tuki myös yhden haastateltavan kertoma henkilöstä, joka kertoi, ettei kehtaisi pyytää purkukeskustelua tai puhua ylipäätään tunteistaan. Tätä tuki myös toisen haastateltavan kertomus hänen ryhmäläisensä kieltäytymisen vaikutuksesta omaan päätökseen purkukeskusteluun osallistumisesta. Tämän takia korostuikin Poliisihallituksen määräyksessä *Kriittisten tilanteiden jälkitoimet poliisissa* (2019) kirjattu velvoite järjestää purkukeskustelu ilman, että kysytään henkilöltä, tarvitseeko hän sitä.

## 7.2 Miten purkukeskusteluun osallistuminen on vaikuttanut asenteisiin

Osallistuminen purkukeskusteluun oli jokaiselle haastatellulle ollut hyvä kokemus. Kaikki olivat kokeneet purkukeskustelun käytänteenä mukavana, eikä ketään ollut painostettu puhumaan sen enempää, kuin oli halunnut. Positiivisiin kokemuksiin kuului muun muassa se, että keskustelun järjestämisestä tuli tunne, että haastateltavan kokemuksista välitetään. Poliisiammattikorkeakoululla tehdyssä Kivilahden (2019 s. 44) opinnäytetyössä oli haastatteluissa saatu vastaavia tuloksia välittämisen tunteen synnystä. Nämä kokemukset haastateltavien mukaan loivat myönteistä asennetta purkukeskusteluista. Myönteinen asenne helpottaa yleensä asian lähestymistä (Lahikainen 2001, s. 91). Tällaisella myönteisellä kokemuksella on siis mahdollisesti voitu helpottaa purkukeskusteluun osallistumista uudemman kerran.

Purkukeskusteluun osallistuminen laski kahdella haastateltavalla suoraan kynnystä osallistua uudelleen keskusteluun. He mainitsivat syyksi muun muassa sen, että nyt käytänne purkukeskustelussa on tuttu. Yhdellä haastateltavalla ensimmäinen osallistuminen laski kynnystä osallistua uudelleen, jos kyseessä olisi tehtävä, jonka jälkeen hän itse henkilökohtaisesti kokisi tarvetta saada apua. Toisaalta taas hänen kohdallaan purkukeskusteluun osallistuminen jopa nosti kynnystä osallistua, jos sitä järjestettäisiin tilanteessa, jossa hän ei omasta mielestään keskustelua tarvitsisi.

## 7.3 Mitkä asiat ovat vaikuttaneet asenteisiin

Yksi haastateltavista koki, että muun kenttäryhmän asenteet purkukeskusteluista pääsivät vaikuttamaan myös hänen asenteeseensa niitä kohtaan. Kenttäryhmän asenteet olivat olleet positiivisia ja kaikki olivat menossa mielellään purkukeskusteluun. Asenteet voivatkin Helkaman (2015, s. 193) mukaan lähteä mukautumaan ryhmän asenteiden mukaisiksi etenkin tilanteissa, joissa henkilö haluaa olla osa ryhmää. Haastateltava koki, että hänenkin oli helpompi osallistua avoimesti purkukeskusteluun, kun muukin ryhmä meni sinne mielellään.

Yksi haastateltavista nosti esiin ajatuksen, jonka mukaan vanhempien henkilöiden on helpompi nostaa heidän mieltään painavia asioita esiin, koska he ovat nähneet pidemmän kokemuksen omaavina työkavereitaan, joille on mahdollisesti tullut mielenterveyden häiriöitä käsittelemättömistä asioista. Työyhteisössä esiin noussut toinen näkökulma siitä miksi nuoremmat eivät välttämättä puhu asioista liittyi siihen, että työssä koetut asiat eivät välttämättä ole koskettanut heitä vielä niin vahvasti. Syytä tähän voisi olla esimerkiksi se,

että uran alkuvaiheessa monet suhtautuvat uusiin työtehtäviin suurella mielenkiinnolla ja ammatilliset kysymykset nousevatkin mahdollisesti omien tunteiden ohi niitä tukahduttaen. Nuorempien suhtautuminen nimenomaan ammatillisen kiinnostumisen kautta tehtäviin nousikin yhdessä haastattelussa esiin siten, että haastateltava kertoi, että hän olisi enemmänkin kaivannut keskustelua tehtävän taktisesta puolesta, eikä niinkään tunnepuolesta. Ammatillinen kiinnostuminen nousee esiin myös Alexanderin (2000) artikkelissa, jossa se nostettiin esiin selviämiskeinona joissakin henkisesti raskaissa tehtävissä. Tällöin henkilöt kääntävät raskaan tehtävän omasta mielestään arvokkaaksi ja merkitykselliseksi. (Alexander 2000, s 126). Ihminen voikin siis kääntää omassa mielessään esimerkiksi tehtävän, jolla hän näkee traumatisoivia asioita tehtäväksi, jolla hän esimerkiksi oppii paljon. Tämä voi auttaa henkilöä käsittelemään tehtävällä nähtyjä asioita.

Työyhteisössä nousseen ajatuksen mukaan nuoret eivät välttämättä mieli tapahtumia vielä niin omakohtaisesti. Eräs esiin noussut näkökulma liittyi ajatukseen, että nuorena työyhteisöön tulleilla ei ole vielä omassa elämässään niin paljon siteitä, joihin työtehtäviään saattaisi peilata. Tämän ajatuksen mukaan esimerkiksi perheellinen henkilö kokisi lapsiin liittyvät työtehtävät huomattavasti kuormittavampina kuin perheetön henkilö. Perheellinen henkilö voi peilata lapsiin kohdistunutta pahaa ikään kuin omien lapsiensä kautta. Haastateltavista ainut, jolla on lapsia, nostikin haastattelussaan esille, että hänelle varmasti erityisen vaikea tehtävä olisikin sellainen, jossa pientä lasta olisi satutettu.

Työyhteisön virkaiältään nuoremmilta henkilöiltä on tullut ilmi myös ajatus siitä, että harjoittelun aikana työyhteisöön halutaan päästä sisälle mahdollisimman hyvin. Tämä tarkoittaa sitä, että työyhteisön ajatustapoja mahdollisesti mukaillaan jopa enemmän kuin normaalisti. Työyhteisönä nuoremmat henkilöt ovat kokeneet poliisin todella yhtenäisenä ja lojaalina ryhmänä. Osaksi tämä halu ikään kuin miellyttää juontaa varmasti juurensa siihen, että harjoittelun aikana annetaan itsestä myös kuvaa työntekijänä tulevaa työnhakua varten. Tämäkin voi ohjata henkilön ajatusmaailmaa purkukeskusteluita kohtaan suuntaan tai toiseen, mikäli jollain ryhmän jäsenellä on hyvin vahvoja mielipiteitä kyseisistä asioista.

Yksi haastateltavista oli kokenut psyykkisen hyvinvointinsa kannalta erityisen tärkeänä purkukeskusteluun osallistumisen. Hänellä oli tullut psykosomaattisia oireita kyseisen henkisesti rasittavan työtehtävän jälkeen. Hän koki yhdeksi suurimmaksi avuksi keskustelussa sen, että sai sieltä ihan konkreettisia neuvoja, joilla helpottaa tulleita psykosomaattisia oireitaan. Lisäksi hän nosti esiin tuen jota saa, kun muutkin ihmiset tietää

omasta tilanteestaan. Tässä olikin onnistuttu Hedreniuksen (2016, s. 48) esittelemässä sosiaalisen tuen antamisessa, johon kuuluu niin henkinen kuin myös käytännöllinen tuki.

#### 7.4 Muun työyhteisön asenteista

Yksi haastateltavista nosti haastattelussaan esille ajatuksen siitä, että vanhempien henkilöiden on mahdollisesti helpompi puhua omista tuntemuksistaan ja ajatuksistaan, kuin nuorempien. Tätä tuki myös työyhteisössä esiin tulleen ajatuksen näkökulma, jonka mukaan vanhemmilla asiat koskettavat enemmän oma kohtaisesti, kun yhdistäviä asioita alkaa näkemään omassa elämässään, sekä työssä kohdatuissa tilanteissa. Tämä saattaa ikään kuin lisätä tarvetta puhua asiasta. Yksi haastateltavista nosti esiin ajatuksensa, jonka mukaan vanhemmat henkilöt ovat lisäksi nähneet miten heidän työkaverinsa muun muassa alkoholisoituu tai sairastuu henkisesti, jonkin mieltä painamaan jääneen tapahtuman seurauksena. Leinon (2013) tutkimukseen *Work-related violence and its associations with psychological health* osallistuneiden suomalaisten poliisien vastauksista kävikin ilmi, että noin viisi prosenttia heistä oli kertonut työssä kohtaamansa väkivallan lisänneen heidän alkoholin käyttöönsä.

Toinen haastateltavista uskoi organisaatiossa olevan henkilöitä, jotka pitävät purkukeskusteluja täysin turhana ja ajattelevan, ettei mikään tunnu missään. Vastaava ajatus nousee esille Hirvosen (2018, s. 26) opinnäytetyössä *Purkukeskustelun ohjaajien näkemyksiä kriittisten tilanteiden jälkitoimien järjestämisestä poliisihallinnossa*, jossa haastateltava oli kertonut vanhankantaisesta ajattelutavasta, jonka mukaan rasittavuus kuuluu työnkuvaan eikä siitä tarvitse sen enempää keskustella.

Haastateltavien näkemykset yleisestä käsityksestä työyhteisön asenteista ja niiden asenteisiin vaikuttaneista asioista erosivatkin jonkin verran toisistaan. Jokainen uskoi kuitenkin jokseenkin siihen, että virkaikä ei suoraan korreloi yleisesti ottaen asenteisiin purkukeskusteluista. Jokaisen henkilökohtainen reagointi ja tarve erilaisten tehtävien jälkeen purkukeskustelulle onkin yksilöllistä. Tämä tunnistetaan myös Poliisihallituksen (2019) asiasta antamassa määräyksessä, jossa korostetaan yksilöiden reaktioiden eroavan kriittisten tilanteiden jälkeen. Määräyksessä sanotaan myös, että vaikka ihmiset kokevat asiat eri lailla, tarvitaan henkilöstön tukemiseen ja näiden traumatisoitumisen ehkäisemiseksi purkukeskusteluja.

Yksi haastateltavista oli lisäksi nostanut esiin ajatuksen siitä, että koulutustaso voi vaikuttaa asenteeseen purkukeskusteluista. Hän uskoi, että etenkin alipäällystössä ja päällystössä



suhtauduttaisiin vielä myönteisemmin asiaan. Tätä ajatusta tukee myös Huovilan (2019, s. 34) opinnäytteessä *Iso laiva kääntyy hitaasti: kriittisten tilanteiden jälkitoimet Oulun poliisilaitoksella* haastateltavien yhteinen näkemys siitä, että kehitystä asenteissa tapahtuu varsinkin sitä mukaa, kun perus- ja jatkokoulutuksen kautta lisätään työntekijöiden tietoisuutta aiheesta.

## 8 POHDINTA

Tutkimusta tehdessä aiheesta nousi esiin monenlaisia näkökulmia. Toisten mukaan henkilöiden asenteet purkukeskusteluita kohtaan ovat täysin henkilön omiin ominaisuuksiin ja kokemuksiin sidonnaisia, kun taas toisten näkökulmien mukaan esimerkiksi virkaikä saattaa vaikuttaa asenteeseen – suuntaan jos toiseen. Mielenkiintoinen näkökulma asiaan olikin työyhteisössä noussut ajatus siitä, että nuoret eivät välttämättä joko kehtaa puhua tunteistaan, tai vaihtoehtoisesti työtehtävät eivät vielä kosketa niin syvästi. Tälle ajatukselle löytyikin tukea myös haastatteluista. Miten tähän pystyttäisi vaikuttaa? Ajatuksena se, että työntekijä ei kehtaa pyytää purkukeskustelua, vaikka jokin tehtävä häntä vaivaisikin on harmittava. Jos työyhteisön jäsenellä alkaa jo heti ensimmäisistä työvuosista lähtien kasaantumaan henkistä taakkaa, voi yleismaailmallisesti ajateltuna työurasta tulla hyvinkin rankka. Tässä korostuukin nimenomaan niin esimiehen kuin myös jokaisen työyhteisön jäsenen vastuu. Tällainen tilanne tuleekin jokaisen pyrkiä tunnistamaan ja ohjaamaan henkilö avun piiriin.

Toinen tärkeä haastatteluissa esiin noussut asia on haastateltavien kokemus siitä, milloin purkukeskustelu tulee järjestää. Kaksi haastateltavista kertoi, ettei ollut kokenut purkukeskustelua tarpeelliseksi tapauksessa, jossa se heille oli järjestetty. Kysyttäessä heiltä, että minkälaisen tehtävän yhteydessä he sitten kokevat tarvitsevansa purkukeskustelua, he eivät osanneet eritellä siihen vastausta tarkemmin. Vastauksissa kyseiseen jatkokysymykseen nousi ajatuksia ”tavallisesta poikkeavasta” työtehtävästä, joka saattaisi jäädä jälkikäteen painamaan mieltä. Toisaalta toinen heistä myös sanoi, ettei tietenkään voi varmaksi sanoa miten olisi tilannetta loppujen lopuksi käsitelty, mikäli hän ei olisi purkukeskusteluun osallistunut. Minkälaiset työtehtävät sitten jäävät mahdollisesti painamaan jälkikäteen? Miten tällaisen työtehtävän voi tunnistaa itse tilanteessa, vai voiko sitä edes tunnistaa ennen kuin jälkikäteen, jolloin se on jo mahdollisesti aiheuttanut jonkinlaisia oireita? Etukäteen on tuskin mahdollista tietää varmaksi, mikä työtehtävä jää kenelläkin vaivaamaan. Tietenkin jotkin tilanteet on helpompi kategorisoida tehtäviksi, jotka

saattavat aiheuttaa terveyttä haittaavia stressireaktioita. Tällaisia tehtäviä onkin listattu muun muassa Poliisihallituksen määräyksessä kriittisten tilanteiden jälkitoimista. Tällaista listaa voidaankin pitää pohjana siitä, milloin purkukeskusteluita tulee järjestää. Lisäksi muissakin tilanteissa tulee olla herkästi aistimassa mahdollista tarvetta purkukeskustelulle. Kuitenkaan keskustelun järjestäminen lievemmissäkin tapauksessa on pitkällä aikavälillä kannattavaa, mikäli sillä pystytään estämään esimerkiksi sairauslomapoistumaa.

Haastatteluissa nousi esiin myös taustalla oleva ajatus siitä, että etenkin nuoremmat konstaapelit pitävät henkistä hyvinvointia tärkeänä voimavarana. Vaikka jokainen haastateltavista ei ollutkaan halukas osallistumaan purkukeskusteluihin kärkkäästi sanottuna jokaisesta pienemmästä poikkeavuudesta työssä, oli jokaisella kuitenkin ajatus siitä, että he tulisivat hyötymään purkukeskustelun tarjoamasta avusta ainakin jonkin heille raskaamman työtehtävän yhteydessä. Lisäksi jokainen heistä kertoi osallistuvansa mielellään purkukeskusteluun jatkossakin ainakin silloin, kun he kokevat sen itse tarpeelliseksi.

Purkukeskusteluun osallistumiseen liittyen haastatteluista nousi lisäksi esiin tapaus, jossa toisen ryhmäläisen kieltäytyminen keskustelusta oli vetänyt myös haastateltavan pois purkukeskustelusta. Purkukeskusteluista puhuttaessa täytyykin olla tarkkana, ettei itse vaikuta muiden ajatuksiin asiasta – ainakaan negatiiviseen suuntaan. Vaikka itse olisi hyvinkin varma siitä, ettei purkukeskustelusta olisi itselle tässä tapauksessa mitään hyötyä, voi toinen paikalla ollut henkilö olla kokenut tapahtuman hyvin eri tavalla. Tällöin myös sinun osallistumisesi keskusteluun saattaa olla tälle toiselle henkilölle erittäin merkittävä seikka. Lisäksi haastateltavan kertomalla tavalla voi pahimmillaan jopa joku apua tarvitseva jättäytyä purkukeskustelusta pois.

## 8.1 Tutkimuksen luotettavuus

Kun keskustellaan laadullisen tutkimuksen luotettavuudesta, esiin nousee kysymykset totuudesta ja objektiivisuudesta (Tuomi, kappale: 6.2 Laadullisen tutkimuksen suhde luotettavuuskysymyksiin). Laadullisen tutkimuksen arvioinnista ei ole Tuomen mukaan mitään yksiselitteistä ohjetta. Kuitenkin Tuomi itse listaa muutaman kohdan, joita luotettavuudessa voi arvioida. Kohtia ovat muun muassa *Tutkimuksen kohde ja tarkoitus, omat sitoutumukseti tutkijana tässä tutkimuksessa, aineiston keruu, tutkimuksen tiedonantajat, tutkija-tiedonantaja-suhde, tutkimuksen kesto, aineiston analyysi ja tutkimuksen luotettavuus*. (Tuomi 2018, kappale: 6.3 Hyvä muistaa luotettavuuden arvioinnissa.)

Tutkimuksen kohteena ja tarkoituksena oli selvittää nuorempien konstaapeleiden asenteita ja niiden muuttumista työelämän tapahtumissa, sekä heidän osallistuttuaan purkukeskusteluihin. Tarkoituksena oli kerätä tietoa asenteiden nykytilasta ja niiden mahdollisista muutoksista.

Aineiston keräämiseen käytettiin avointa teemahaastattelua. Teemahaastattelulla on mahdollista kerätä laaja ja kattava aineisto haastateltavilta. Teemahaastattelussa on mahdollista puhua laajemmin ilmiöstä, kuin tiukkaan rajattujen kysymysten kanssa. Haastattelut nauhoitettiin kokonaisuudessa, joka mahdollisti aineiston tarkan litteroinnin muuttumattomana. Täten aineistoon saatiin mahdollisimman tarkkaan kirjattua kaikki haastattelussa ilmi tulleet piirteet. Haastateltavien pienen määrän vuoksi tutkimuksessa pitää olla tarkkana, ettei vahingossa ala yleistämään tuloksilla. Kolmen henkilön kohderyhmä on aivan liian pieni, jotta minkään laista yleistämistä asiasta voisi alkaa tekemään. Haastatteluissa kertynyt aineisto tuhottiin työn julkaisun jälkeen asianmukaisin menetelmin.

Tutkimuksen kohderyhmä kerättiin tiedustelemalla 20182-kurssin opiskelijoilta sitä, että ketkä olivat osallistuneet purkukeskusteluun. Heiltä, jotka ilmoittivat olleensa purkukeskustelussa, kysyttiin mahdollista halukkuutta osallistua haastatteluun. Haastateltavia kerättiin kolme. Haastateltavat soveltuivat hyvin kohderyhmäksi tutkimuskysymyksiin vastaamiseen tähtäävän aineiston keräämiseen.

Tutkija tunsi kaikki haastateltavat entuudestaan varsin hyvin. Tässä nousee esiin sekä hyviä, että huonoja puolia tutkimuksen kannalta. Mikäli tutkijalla ja haastateltavilla on valmiiksi luottamussuhde, saatetaan itse haastattelussa päästä syvemmälle kuin täysin tuntemattoman haastattelijan kanssa. Toisaalta taas jotkin aiheet voivat olla helpompia kertoa tuntemattomalle henkilölle. Haastateltavat lukivat opinnäytteen ennen julkaisua tarkistaakseen, oliko heidän ajatuksensa ymmärretty oikein ja pystyikö heitä heidän omasta mielestään tunnistamaan työstä.

Tutkimuksen luotettavuutta osaltaan laskee se, että haastateltavat ovat kaikki samalta kurssilta Poliisiammattikorkeakoululta. Täten esimerkiksi opetuksessa olevat mahdolliset erot eri kurssien välillä ei pääse mahdollisesti tasaamaan kohderyhmän asenteita. Lisäksi tutkijan tuntiessa haastateltavat etukäteen, saattaa tutkija lähteä helpommin itse tulkitsemaan haastateltavien sanoja. Osaltaan tutkimuksen luotettavuutta laskee myös nopea aikataulu, jolla työ tehtiin. Mikäli aineiston pureskeluun olisi ollut enemmän aikaa, olisi aineistosta vielä saattanut löytyä uusia näkökulmia.

## 8.2 Jatkotutkimusaiheita

Opinnäytetyö toteutettiin vuoden 2020 syksyllä. Haastateltavat olivat kaikki AMK-kurssilta 20182 ja suorittaneet Poliisiammattikorkeakoulun työharjoittelujakson, joka kestää yhteensä noin 9,5 kuukautta. Heillä siis voidaan sanoa olevan jo jonkin asteinen kuva työyhteisöstä, mutta kuitenkin heille ei ole vielä tarttunut kaikki työyhteisön ajatukset ja käytänteet. Kohderyhmä on onnistunut nimenomaan kuvaamaan nuorempien konstaapeleiden asenteita purkukeskusteluita kohtaan. Haastatteluissa pyrittiin keräämään tietoa myös henkilöiden asenteista jo ennen ensimmäistä osallistumista purkukeskusteluun. Tässä törmättiin kuitenkin siihen, etteivät henkilöt välttämättä enää muistaneet silloisia ajatuksia niin tarkkaan. Tässä voisikin olla jatkotutkimusaihe, jos tutkimus kohdennettaisiinkin koskemaan vain esimerkiksi vasta työharjoitteluun lähdössä olevia henkilöitä.

Lisäksi asenteista voisi pyrkiä keräämään enemmän yleistävää tietoa määrällisillä menetelmillä. Tällä tutkimuksellahan kerättiin tietoa ilmiöstä ylipäättään eikä pyrittykään yleistäviin tuloksiin, johon kolmea henkilöä haastatteleamalla ei olisi pystyttykään. Isommalla kohderyhmällä voisi saada varsin merkittävää tietoa nuorempien konstaapeleiden asenteista purkukeskusteluita kohtaan, jolloin voitaisiin tarvittaessa harkita, tarvitseeko kyseiseen asiaan liittyvää opetusta mahdollisesti muuttaa jotenkin.

## 8.3 Itsearviointi

Opinnäytetyön tekeminen osoittautui varsin työlääksi projektiksi. Työ oli ensimmäinen AMK-opinnäytetyö tekijälle. Työn tekemiseen kerettiin käyttämään erinäisten syiden vuoksi vain noin kaksi ja puoli kuukautta. Työn kiireellisen aikataulun vuoksi työn lopputulos hieman kärsi. Enemmän aikaa käyttämällä olisi aineistoon päästy pureutumaan syvemmin. Toisaalta aikapaineen alla opinnäytteen materiaali pysyi koko prosessin ajan kirkkaampana mielessä, ja tästä syystä ajoittain työn edistäminen saattoi olla jopa helpompaa. Tällöin työtä jatkaessa ei tarvinnut jokaisella kerralla muistutella aluksi koko materiaalia mieleen, vaan pystyi ehkä lyhyemmällä uudelleen perehtymisellä jatkaa työn edistämistä.

Haastavaa oli päättää mitä tutkimusmenetelmää käytetään. Kuitenkin asian pohdiskelun jälkeen päädyttiin siihen, tässä vaiheessa kiinnostus kohdistuu nimenomaan ilmiön ymmärtämiseen laajemmin enemmän, kuin yleistävien tulosten hankkimiseen. Täten työn toteuttamisessa luovuttiin kyselylomakkeesta ja päädyttiin toteuttamaan laadullinen teemahaastattelu aiheesta.

Työn teoreettista viitekehystä kerättäessä haasteet muodostuivat enemmänkin siitä, ettei lähdeaineistoa lähtisi kokemattomuuttaan keräämään ohitse aiheesta. Täysin suoraan työn aiheesta olevia tutkimuksia ei ainakaan avoimista lähteistä ollut löydettävissä. Kuitenkin aiheen eri osioihin liittyvää lähdemateriaalia on tarjolla paljon. Kun suoraan aiheeseen liittyviä lähdemateriaaleja ei ollut, haasteeksi muodostui myös tulosten vertailu teoriaosuuden teksteihin.

Tässä työssä onnistui hyvin haastatteluiden toteutus. Haastatteluissa nousi esiin monipuolisesti ajatuksia aiheesta, sekä mielenkiintoisia näkökulmia myös hieman aiheen ohi. Haastatteluissa onnistuttiin haastattelijan mielestä saamaan luottamuksellisen ilmapiiri, jossa myös haastateltavan oli helppo puhua aiheesta. Seuraavassa mahdollisessa opinnäytetyössä selkeä kehityskohde on juurikin johtopäätösten vetäminen ja kirjaaminen laajemmin.

## LÄHTEET

- Alexander D, 2000: Debriefing and body recovery: police in a civilian disaster. Julkaistu kirjassa Psychological debriefing. Cabridge University Press. Luettu 12.10.2020. Saatavilla Internetissä: books.google.fi
- Copes H, 2005: Policing and stress. University of Alabama, Brimingham, Pearson Education.
- Ellonen E., Nurmi L., Raivola P., Välihalo T. & Välihalo U. 1997: Poliisityön psykologiaa - koulutusta ja kenttää varten. Sisäasiainministeriö, Poliisiosasto, Oy Edita AB, Helsinki
- Everly G. & Mitchell J. 2003: Critical Incident Stress Management - CISM - A new era and standard of care in crisis intervention. Cehvron Publishing Corporation, Ellicott City.
- Hammarlund, Claes-Otto 2004: Kriisikeskustelu. Kriisituki, jälkipuinti, stressin ja konfliktien käsittely. Pieksämäki: RT-Print Oy.
- Hederenius S. & Johansson, S. 2016: Kriisituki, ensiapua onnettomuuksien, katastrofien ja järkyttävien tapahtumien käsittelyyn. Printon, Tallinna
- Heikkinen J. & Kivimäki A. 2020: Kokemuksia poliisiopiskelijoihin kohdistuneesta väkivallasta työharjoittelussa. Poliisiammattikorkeakoulu.
- Helkama K., Myllyniemi, R. & Liebkind, K. 2001: Johdatus Sosiaalipsykologiaan. Helsinki: Edita.
- Hirsjärvi S. & Hurme H. 2017: Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Unigrafia Oy: Helsinki
- Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 2010: (15. painos) Tutki ja kirjoita. Kariston Kirjapaino Oy: Hämeenlinna
- Hirvonen E. 2018: Purkukeskustelun ohjaajien näkemyksiä kriittisten tilanteiden jälkitoimien järjestämisestä poliisihallinnossa. Poliisiammattikorkeakoulu
- Huovila M. 2019: Iso laiva kääntyy hitaasti – Kriittisten tilanteiden jälkitoimet Oulun poliisilaitoksella. Poliisiammattikorkeakoulu

- Johnson, Sharon L. 2009: *Therapist's Guide to Posttraumatic Stress Disorder Intervention*. Elsevier Inc.
- Kivilahti P. 2019: *Poliisin kenttäpartion kuormituskokemukset ja niiden purkaminen*. Poliisiammattikorkeakoulu.
- Kuhanen C., Oittinen, P., Kanerva, A., Seuri, T. & Schubert C. 2010: *Mielenterveyshoitotyö*. WSOYpro Oy, Helsinki
- Lahikainen Anja Riitta & Pirttilä-Backman 2007: *Sosiaalipsykologian perusteet*. Keuruu: Otavan kirjapaino.
- Leino T, 2013: *Work-related violence and its associations with psychological health: A study of Finnish police patrol officers and security guards*. Finnish institute of Occupational Health. Tampere: Juvenes Print
- Lönnqvist J., Henriksson M., Marttunen M. & Partonen T. 2014: *Psykiatria*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Paasilinna E. 2013: *Poliiseja traumaattisten kokemusten vaikutuksilta suojaavat tekijät*. Lapin yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta.
- Peltonen M. & Ruohotie, P. 1992: *Oppimismotivaatio. Teoriaa, tutkimuksia ja esimerkkejä oppimishalukkuudesta*. Keuruu: Otava.
- Poliisihallitus 2019: *Kriittisten tilanteiden jälkitoimet poliisissa*.
- Psykologisen ensiavun periaatteet katastrofien yhteydessä: Käypä hoito -artikkeli. Suomalaisen lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Kardiologisen Seuran asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2020 (viitattu 12.10.2020). Saatavilla Internetissä: [www.käypähoito.fi](http://www.käypähoito.fi)
- Rantaeskola S., Hyyti J., Kauppila J. & Koskelainen M. 2014: *Haastavat asiakastilanteet: väkivalta työssä*. Helsinki: Talentum.
- Saari S. & Hynninen T. 2010: *Kuvaus Suomessa tehtävästä psykologisesta auttamisesta akuuteissa kriiseissä ja traumaattisissa tilanteissa*. Liite 1. artikkelissa *Psykologinen työ akuuteissa kriiseissä – suositus hyvistä käytännöistä*. Suomen Psykologiliiton ja Suomen psykologisen seuran tieteellinen neuvottelukunta. Verkkojulkaisu, luettu 10.8.2020. Luettavissa: [http://www.psyli.fi/files/1015/Kriisityo\\_suositus\\_2010.pdf](http://www.psyli.fi/files/1015/Kriisityo_suositus_2010.pdf)

Tuomi J. & Sarajärvi A. 2018: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki. E-aineisto, Saatavilla Internetissä: <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789520400118>

Tähkä J. 2017: Traumaperäisen stressihäiriön pitkäaikaiset vaikutukset siitä parantuneiden hyvinvointiin väestötasolla. Helsingin yliopisto, Lääketieteellinen tiedekunta.

Wahlbeck K. 2020: Traumaperäisen stressihäiriön ehkäisy. Käypä hoito -artikkeli. Suomalaisen lääkäriseuren Duodecimin ja Suomen Kardiologisen Seuran asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2020 (viitattu 10.9.2020). Saatavilla Internetissä: [www.käypähoito.fi](http://www.käypähoito.fi)

Wessely S. & Deahl M. 2003: Psychological Debriefing Is a Waste of Time. The British Journal of Psychiatry.



## LIITTEET

### Haastattelurunko

#### Tutkimuskysymykset

Minkälaisia asenteita nuoremmilla konstaapeleilla on purkukeskusteluita kohtaan?

Miten purkukeskusteluun osallistuminen on vaikuttanut asenteisiin keskusteluita kohtaan?

Mitkä asiat ovat vaikuttaneet asenteisiin purkukeskusteluita kohtaan?

#### Asenteet purkukeskustelua kohtaan

##### 1. PURKUKESKUSTELUT

- a. Minkälainen asenne sinulla on purkukeskusteluita kohtaan?
- b. Miten koet voivasi hyötyä purkukeskusteluista?
- c. Milloin mielestäsi purkukeskusteluita pitäisi järjestää?

##### 2. ARVIOITA SYISTÄ

- a. Miten suhtauduit purkukeskusteluita kohtaan ennen työharjoittelua?
- b. Miten suhtautumisesi muuttui työharjoittelun aikana?
- c. Miten sinun työyhteisösi (kenttä/tutkintaryhmäsi) suhtautuu purkukeskusteluihin?
- d. Oliko työyhteisössäsi puhuttu purkukeskusteluista? Jos oli niin minkälaiseen sävyyn ja missä yhteydessä?
- e. Millaisia eroja mahdollisesti huomaisit nuorempien ja vanhempien henkilöiden asenteissa?
- f. Minkälaisiin kielteisiin asenteisiin purkukeskusteluita kohtaan olet törmännyt?
- g. Minkälaisiin myönteisiin asenteisiin purkukeskusteluita kohtaan olet törmännyt?
- h. Miten muiden työyhteisön jäsenten asenteet ovat vaikuttaneet sinun asenteisiisi purkukeskusteluita kohtaan?
- i. Miten koit työympäristön vaikuttavan sinun suhtautumiseesi?
- j. Koetko jonkin muun asian vaikuttaneen ajatusmaailmaasi purkukeskusteluita kohtaan?

##### 3. OSALLISTUMINEN PURKUKESKUSTELUUN

- a. Miten päädyit purkukeskusteluun?
- b. Miten koit purkukeskusteluun osallistumisen?
- c. Miltä tuntui osallistua purkukeskusteluun?

- d. Koitko saavasi keskustelusta hyötyä? Minkälaista?
- e. Puhuitko itse keskustelun aikana?
- f. Miltä se tuntui?
- g. Miten vapaasti koit voivasi puhua keskustelussa?
- h. Koitko keskusteluun osallistumisen nostaneen tai laskeneen kynnystä osallistua uudelleen?  
Miksi näin?
- i. Muuttuiko asenne purkukeskusteluja kohtaan jotenkin?
- j. Jäikö tapahtuma vaivaamaan sinua jälkikäteen?

#### 4. OSALLISTUMATTA JÄTTÄMINEN

- a. Mikä sai sinut päättämään, ettet tarvitse purkukeskustelua?
- b. Jälkikäteen arvioituna, olisiko purkukeskustelusta ollut hyötyä?
- c. Nostiko vai laskiko mielestäsi osallistumatta jättäminen kynnystä osallistua ensi kerralla purkukeskusteluun?
- d. Jäikö tapahtuma vaivaamaan sinua jälkikäteen?

#### 5. OMA KÄSITYS YLEISTILANTEESTA

- a. Miten luulet yleisesti harjoittelun suorittaneiden henkilöiden suhtautuvan purkukeskusteluita kohtaan?
- b. Miten mielestäsi yleisesti jo pitempään töissä olleet suhtautuvat purkukeskusteluja kohtaan?
- c. Minkälaiseksi kuvailisit tällä hetkellä yleisen asenteen olevan laajemmin ajateltuna organisaatiossa purkukeskusteluita kohtaan?