

TRAUMAINFORMOIDUN TYÖOTTEEN HYÖDYNTÄMI-
NEN SOSIONOMIN TYÖSSÄ

Lähdemäki Laura
Karjalainen Saara

Opinnäytetyö

Sosionomi
Lapin ammattikorkeakoulu

2024

Sosiaalialan koulutus
Sosionomi

Tekijä	Saara Karjalainen, Laura Lähdemäki	Vuosi	2024
Ohjaaja(t)	Leena Seppälä, Leila Nisula		
Toimeksiantaja	Lapin ammattikorkeakoulu		
Työn nimi	Traumainformoidun työotteen hyödyntäminen sosiomin työssä – Kuvaileva kirjallisuuskatsaus		
Sivumäärä	58		

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda näkyväksi traumainformoidun työotteen merkitystä sosiaalialan asiakastyössä. Tavoitteenamme oli selvittää, mitä trauma ja traumainformoitu työote tarkoittavat sekä miten ja millä tavoin traumainformoitua työotetta on käytetty apuna sosiaalialan asiakastyössä. Tutkimuskysymykseksi valikoitui: Miten traumainformoitua työotetta voidaan hyödyntää sosionomin työssä?

Opinnäytetyömme on laadullinen kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Tietoperustassa käsiteltiin traumaa, traumainformoitua työotetta sekä traumainformoitua työotetta sosiaalialalla. Tutkimusaineisto koostui kuudesta englanninkielisestä vertaisarvioidusta tutkimusartikkelista. Aineiston analyysimenetelmänä käytettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä.

Tuloksista käy ilmi, että sosionomi voi hyödyntää työssään traumainformoitua työotetta sen viiden ydinperiaatteen mukaisesti. Turvallisuuden vahvistamisessa keskitytään emotionaalisen turvallisuuden vahvistamiseen, turvallisen suhteen luomiseen sekä fyysisen turvallisuuden vahvistamiseen. Luottamuksellisen suhteen rakentuminen edellyttää korjaavaan vuorovaikutukseen panostamista sekä johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen pyrkimistä. Yhteistyöhön kannustaminen tarkoittaa asiakkaan kuulemistä ja osallistamista sekä vaikeille kokemuksille tilan antamista. Voimaantuminen tapahtuu asiakkaan vahvuuksiin keskittymisellä, lapsuudenaikaiset kokemukset huomioimalla sekä valtaeroja välttämällä. Valinnanvapautta edistää itsemääräämisoikeuden tukeminen ja pyrkimys korjaavan suhteen rakentamiseen.

Opinnäytetyön tulokset ovat hyödynnettävissä sosiaalialan laajalla työkentällä ja asiakaskohtaamisissa.

Tulevaisuudessa traumainformoitua työotetta on hyvä tuoda entistä enemmän esille sosiaalialan ammattilaisille. Kokemuksia työotteen käytöstä ammattilaisten keskuudessa olisi myös syytä tutkia lisää.

Avainsanat

trauma, traumainformoitu työote, sosionomi

Social Services
Bachelor of Social Services

Author	Saara Karjalainen, Laura Lähdemäki Year 2024
Supervisor(s)	Leena Seppälä, Leila Nisula
Commissioned by	Lapland University of Applied Sciences
Title	Utilization of trauma-informed work approach in the work of Bachelor of Social Services – Descriptive literature review
Number of pages	58

The purpose of the thesis was to make visible the importance of a trauma-informed approach in client work in the social sector. The goal was to find out what trauma and a trauma-informed approach mean, and how and in which way a trauma-informed approach has been used as an aid in client work in the social sector. The research question was: How can a trauma-informed approach be used in the work of a social worker?

The research method of the thesis was a descriptive literature review. The database dealt with trauma, trauma-informed work experience and trauma-informed work experience in social care. The research material consisted of six peer-reviewed research articles in English. Content analysis was used as the data analysis method.

The results show that a social worker can use the trauma-informed approach in his/her work in accordance with its five core principles. Strengthening safety focuses on strengthening emotional safety, creating a safe relationship, and strengthening physical safety. Building a trusting relationship requires placing emphasis on corrective interaction and striving for consistency and openness. Encouraging cooperation means listening to and involving the customer and giving space for difficult experiences. Empowerment takes place by focusing on the client's strengths, taking into account childhood experiences and avoiding power differences. Freedom of choice is promoted by supporting the right to self-determination and striving to build a restorative relationship.

The results of the thesis can be used in the wide field of work in the social sector and in customer encounters.

In the future, it is good to introduce trauma-informed work methods to social professionals even more. It would also be worth investigating more about the experiences of the use of trauma-informed approach among professionals.

Keywords trauma, trauma-informed work approach, social worker

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	TRAUMAINFORMOIDUSTA TYÖOTTEESTA	8
2.1	Trauma.....	8
2.2	Traumainformoitu työote	11
2.3	Traumainformoitu työote sosiaaalialalla	14
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	17
3.1	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja kysymyksenasettelu	17
3.2	Tutkimusmenetelmän valinta.....	17
3.3	Aineisto ja aineistonkeruu	19
3.4	Aineiston analyysi	22
4	TUTKIMUKSEN TULOKSET	25
4.1	Turvallisuuden vahvistaminen	25
4.1.1	Emotionaalisen turvallisuuden vahvistaminen	25
4.1.2	Turvallisen suhteen luominen	26
4.1.3	Fyysisen turvallisuuden vahvistaminen.....	28
4.2	Luottamuksellisen suhteen rakentaminen	30
4.2.1	Korjaavaan vuorovaikutukseen panostaminen	31
4.2.2	Johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen pyrkiminen	33
4.3	Yhteistyöhön kannustaminen	35
4.3.1	Asiakkaan kuuleminen ja osallistaminen	36
4.3.2	Vaikeille kokemuksille tilan antaminen.....	38
4.4	Voimaantuminen	40
4.4.1	Vahvuuksiin keskittyminen	40
4.4.2	Lapsuudenaikaisten kokemusten (ACE) huomioiminen.....	42

4.4.3	Valtaerojen välttäminen	43
4.5	Valinnanvapauden mahdollistaminen.....	45
4.5.1	Itsemääräämisoikeuden tukeminen	45
4.5.2	Korjaavan suhteen rakentaminen	47
5	POHDINTA	50
5.1	Tulosten tarkastelu ja johtopäätelmät.....	50
5.2	Opinnäytetyön eettiset lähtökohdat ja luotettavuus	52
5.3	Opinnäytetyön prosessin pohdinta ja jatkotutkimusaiheet.....	53
	LÄHTEET	56

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme käsittelee traumainformoitua työtettä sosiaaalialalla. Perehdymme ensin traumaan ja sen jälkeen traumainformoidun työtteen määritelmään, tavoitteisiin ja tarkoitukseen sekä lopuksi siihen, millä tavalla traumainformoitua työtettä voidaan hyödyntää sosionomin työssä. Toteutamme opinnäytetyömme laadullisena kirjallisuuskatsauksena ja tutkimustehtävänä on tutkia, millä tavalla sosionomi voi hyödyntää traumainformoitua työtettä asiakastyössään. Tutkimusaineistomme koostuu kuudesta englanninkielisestä vertaisarvioidusta artikkelista. Aineiston analyysimenetelmänä toimii teoriaohjaava sisällönanalyysi.

Kaikki ihmiset kohtaavat elämänsä aikana järkyttäviä ja traumaattisia tilanteita. Traumaattiseen tilanteeseen joutuminen ei kuitenkaan tarkoita suoraan traumatisoitumista. (Hipp 2023, 15.) Bessel van der Kolkin (2017, 31) mukaan traumalla tarkoitetaan vaikean tai sietämättömän tilanteen aikaansaamaa vauriota, joka on tallentunut aivoihin, mieleen ja kehoon ja josta selviämiseen ei kyseisellä hetkellä ole ollut riittävästi selviytymiskeinoja.

Traumainformoidulla työtteellä pyritään hahmottamaan laajasti pahoinvoinnin syitä ja seurauksia huomioiden koko ihmisyyden olemus. Ihmisen kohdatessa traumatisoivan tapahtuman tai useita haavoittavia kokemuksia, tapahtuu kaikilla olemisen tasoilla muutoksia. Seuraukset näkyvät somaattisella ja psyykkisellä tasolla sekä vuorovaikutuksellisen ja yhteenliittymisen tasoilla. Traumainformoitu työte edellyttää kaikkien edellä mainittujen ihmisyyden tasojen huomioimista niin työssä kuin myös työhyvinvoinnissa. Työkaluina traumainformoidussa työt-teessa ovat muun muassa tunne- ja vuorovaikutustaidot, kehotietoisuus, ja säätelytaidot. (Hipp & Linner Matikka 2023, 8.)

On toivottavaa, että sosiaali- ja terveydenhuollon työkentällä toimivilla ammattilaisilla on riittävästi osaamista traumatisoituneen asiakkaan kohtaamiseen. Trau-makokemukset ovat sosiaaalialan asiakkailla tavallisia (Ijäs 2017, 67; Kerminen, Jussila & Ailoranta 2023) ja työntekijöiden on hyvä osata tunnistaa niitä ja ymmärtää niiden vaikutusta käytökseen. Ymmärrys lisää turvallisen kohtaamisen todennäköisyyttä ja auttaa myös työntekijää jaksamaan

paremmin. Organisaatioihin on hyvä tuoda enemmän myötätuntoista kohtaamista, turvaa ja luottamusta. Opinnäytetyön tulokset ovat hyödynnettävissä sosionomien laajalla työkentällä ja asiakaskohtaamisissa. Traumainformoidun työtteen tuntemisesta hyötyvät sosiaali-alan asiantuntijoiden lisäksi muun muassa terveydenhuollon, kasvatustieteen, kolmannen sektorin ja rikosseuraamuslaitoksen työntekijät sekä hyvinvointialueiden päättäjät ja johtajat.

2 TRAUMAINFORMOIDUSTA TYÖOTTEESTA

2.1 Trauma

Trauman määrittelemisen ei ole aivan yksinkertaista, sillä ihmiset reagoivat eri tavoin kokemuksiin, joiden oletetaan olevan traumaattisia. Vaikka kokemustapa onkin yksilöllinen, tietyt asiat herättävät jokaisessa kivuliaita tunteita. (Nissinen 2007, 108.) Psykiatri Bessel van der Kolk (2017, 31) määritelmän mukaan trauma on sietämättömän tai vaikean tilanteen aiheuttama vaurio, joka on tallentunut aivoihin, mieleen ja kehoon ja josta selviytymiseen ei ole juuri siinä hetkessä ollut tarpeeksi selviytymiskeinoja.

Peter Levine (2008) puolestaan kuvailee traumaa loppuunsaattamattomaksi reaktioksi sietämättömään tai uhkaavaan tilanteeseen, joka ei ole sulautunut omaan elämäntarinaansa. Levinen mukaan traumoja voivat aiheuttaa tilanteet, joissa keho ja sielu menettävät yhteyden toisiinsa ja kokemus jää yhdistymättä ihmisen tarinaan. Traumaattisiin tapahtumiin liittyy tunteita kauhusta, hallitsemattomuudesta ja avuttomuudesta. Lisäksi ne ovat usein ennustamattomia, kontrolloimattomia ja epäoikeudenmukaisia. Traumaattiset tilanteet voivat olla eri ihmisillä hyvin erilaisia, mutta yleisinä esimerkkeinä Levine mainitsee muun muassa syntymän yhteydessä tapahtuneen trauman, vakavan sairauden, läheisen menettämisen, onnettomuuden, joka johtaa fyysiseen vammaan, seksuaalisen, fyysisen tai emotionaalisen kaltoinkohtelun, väkivallan todistamisen, kivuliaat lääketieteelliset toimenpiteet, luonnon onnettomuudet tai pitkittyneet liikkumattomuuden tilat. (Hipp 2023, 16.)

Traumaperäisestä stressihäiriöstä (PTSD) voidaan puhua silloin, kun ihminen on joutunut kokemaan katastrofaalisen tai poikkeuksellisen uhkaavan tapahtuman, joka todennäköisesti aiheuttaisi kenelle tahansa voimakasta ahdistuneisuutta. Tapahtumaan liittyy joko jatkuvia muistikuvia, hetkellisiä voimakkaita takauksia, painajaisunia tai ahdistuneisuutta oloissa, jotka muistuttavat koetusta tapahtumasta. Usein ihminen pyrkii välttämään oloja, jotka voivat muistuttaa tapahtumasta. Ihmisellä esiintyy lisäksi joko molempia tai toista seuraavista; kykenemättömyyttä muistaa joitakin keskeisiä asioita tapahtumasta tai toistuvaa

psykkistä herkistymistä ja ylivireyden oireita. Oireet tulevat esille kuuden kuukauden sisällä traumaattisen tapahtuman jälkeen. (Käypähoito.fi 2022.)

Tutkimukset lapsuuden haavoittavista kokemuksista (ACE = adverse childhood experiences) ovat osoittaneet, että sekä fyysinen, että psyykinen kärsimys lapsuudessa, ilman korjaavia myötätunnon ja rakkauden kokemuksia (PCE= positive childhood experiences), juurtuu osaksi hermoston toimintaa. Se antaa pohjan ihmissuhteille, muuttuu osaksi fysiologiaa ja autonomisen hermoston ja puolustusjärjestelmän toimintaa. (Pelkonen & Sarvela 2020, 107.) Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa on havaittu, että mitä enemmän PCE-kokemuksia lapsella on, sitä vähemmän mielenterveysongelmia hänellä on aikuisena ACE-kokemuksista huolimatta. Nykyään puhutaan myös PACE-tietoisuudesta, joka tarkoittaa ymmärrystä sekä positiivisten että negatiivisten lapsuuden kokemusten vaikutuksista ihmisen elämään. Eli ACE+PCE= PACE. Vaikka lapsuuden haitalliset kokemukset vaurioittavat lapsen hyvinvointia ja aivojen kehitystä, niin vastapainoksi positiiviset kokemukset eheyttävät niitä. Traumainformoidun työskentelyn tavoitteena onkin luoda ympäristö, jossa asiakkaat voivat saada mahdollisimman paljon korjaavia kokemuksia. (Suomen trauma- ja dissosiaatioyhdistys Disso ry 2024.)

Neurofysiologi Stephen W. Porgesin luoman Polyvagaalisen teorian mukaan ihmisen autonominen hermosto voidaan jakaa kolmeen erilliseen osaan, jotka ovat hierarkkisessa suhteessa toisiinsa. Alkukantaisin autonominen ohjaus johtaa elintoimintojen lamaantumiseen, kehittyneempi pakoon tai taisteluun ja kehittynein sosiaaliseen liittymiseen. Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa autonomisen hermoston merkitys on keskeinen. Polyvagaalinen teoria auttaa ymmärtämään elimistön toimintaa ja käyttäytymistä erityisesti suhteessa ympäristön ärsykkeisiin ja se on liitettävissä traumapsykoterapian metateoriaan persoonallisuuden rakenteellisesta dissosiaatiosta, eli mielen jakaantumisesta kahteen tai useampaan osaan. (Leikola, Mäkelä & Punkanen 2016, 55, 60.) Siinä yksi puoli kantaa tunnepuolen traumamuistoja, kun taas toinen pyrkii elämään normaalia arkea ja pitämään vaikeat traumaattiset kokemukset poissa todellisuudesta. (Mielenterveyden keskusliitto 2024).

Traumatisoituminen voi näkyä nykyhetkessä ja arkipäivässä monin tavoin. Haasteet voivat näyttäytyä ongelmina syömisessä ja nukkumisessa, vaikeutena säädellä tunteita ja mielialoja, päihteiden väärinkäyttönä, paniikin ja ahdistuksen tunteina, itsetuhoisena käytöksenä ja ajatuksina, ongelmina itseä koskevassa havainnoinnissa ja identiteetissä, ihmissuhdehaasteina ja seksuaalisuuden ongelmina. Myös haitallisten ihmissuhteiden rajaaminen omasta elämästä voi olla vaikeaa ja sen myötä traumatisoitumista tapahtuu yhä uudelleen. (Hipp 2023, 16; Hübl 2020, 40.) Trauma voi aiheuttaa uskomuksen itsestä huonona ja arvottomana. Se voi myös synnyttää kielteisen ydinkokemuksen itsestä. Lisäksi kateus muita kohtaan, joilla asiat vaikuttavat olevan elämässä hyvin, voi vahvistaa kokemusta omasta huonommuudesta. Ihminen voi suojata itseään pettymyksiltä laskemalla odotuksiaan tai vetäytymällä läheisistä ihmissuhteista. (Heiskanen 2018.)

On tutkitusti todettu, että psyykinen trauma aiheuttaa konkreettisia fysiologisia muutoksia. Se lisää stressihormonien tuotantoa, muuttaa aivojen hälytysjärjestelmää sekä järjestelmää, joka suodattaa oleellisen tiedon epäolennaisesta. Trauman on myös todettu vaurioittavan sitä aivoaluetta, joka synnyttää kehollisen tunteen elossa olemisesta. Näiden muutosten pohjalta on ymmärrettävää, miksi traumatisoituneet ihmiset ovat niin virittyneitä aistimaan vaaroja joka puolella, etteivät he kykene viettämään tavallista, leppoisaa arkielämää. Ne auttavat myös ymmärtämään, miksi he päätyvät yhä uudelleen ja uudelleen samoihin ongelmiin ja miksi he eivät opi kokemuksistaan. Heidän käyttäytymisensä ei siis johdu löyhästä moraalista, heikosta luonteesta tai tahdonvoiman puutteesta, vaan aivojen muutoksista. (Van der Kolk 2017, 11.) Trauman johdosta ihmisen voi olla vaikeaa kokea turvallisuuden tunnetta. Vaikka ihmisen tämänhetkinen ympäristö olisikin turvallinen, traumatisoitunut voi kokea olonsa uhatuksi ja se tunne saattaa jäädä päälle. Tietyt tilanteet voivat laukaista alkukantaisia taistele-pakene-jähmety-jäädy-reaktioita, vaikka todellisuudessa mitään puolustautumista tai pakenemista vaativia tilanteita ei olisikaan. (Hipp 2023, 16.)

Trauman parantamiseksi on tarpeetonta kaivella vanhoja muistoja ja elää niiden aiheuttamaa tunneperäistä tuskaa uudelleen. Sellainen voi itseasiassa traumatisoida ihmisen uudelleen. Sen sijaan on oleellista herättää syvät

fysiologiset reaktiot ja hyödyntää niitä tietoisesti vapautuakseen oireista ja peloista. On mahdollista, että ihminen jää tuskansa vangiksi, jos hän ei ota huomioon, että hänellä on kyky tietoisesti vaikuttaa tapaan, jolla vaistomaiset reaktiot purkautuvat. Meillä kaikilla on myötäsyntyinen kyky traumasta paranemiseen, mutta jos emme siirry trauman läpi ja vie vaistomaisia reaktioitamme päätökseen, nämä keskeytyneet toiminnot usein murentavat elämämme perustuksia. Käsittelemätön trauma voi tehdä meistä liioitellun varovaisia ja estyneitä. Se saattaa myös johtaa voimistuvaan noidankehään, jossa pyritään vaaralliseen trauman uudelleen aktivoimiseen, eli toistuvaan uhriksi hakeutumiseen tai uhkarohkeaan altistumiseen vaaralle. (Levine 2008, 41–42.)

Sarvelan (2020, 14–15) mukaan traumat elävät - usein tiedostamattominakin - niin yksilöissä mutta myös organisaatiokulttuureissa. Se onkin koko yhteiskuntaa koskettava ilmiö. Traumatisoituminen voidaan nähdä kokonaisvaltaisen hyvinvointimme rapauttajana ja uhkana koko kansanterveydellemme. Siihen ei ole suunnattu toistaiseksi riittävän aktiivisesti resursseja. Erilaiset trauman kokemukset heijastuvat kaikille elämämme osa-alueille. Ne esimerkiksi ohjaavat motivaatiomme suuntaa ja saavat meidät välttelemään tiettyjä kokemuksia. Näin traumat saattavat jäsentää elämäämme hyvinkin laaja-alaisesti.

2.2 Traumainformoitu työote

Traumainformoitu työote on kohtalaisen uusi käsite, sillä siitä on puhuttu kansainvälisesti vasta noin kolmekymmentä vuotta. Ekososiaalisesta näkökulmasta, jolla viitataan erilaisiin sosiaalityön traditioihin ja keskusteluihin, joissa yhdistetään ekologisia ja sosiaalisia näkökulmia (Matthies & Närhi 2014, 87) katsottuna traumainformoitua työtettä voidaan pitää universaalisenä järjestelmänä, joka palvelee traumatisoituneita ja jossa koko ihmisosaajien järjestelmää käytetään traumainterventioihin (DeCandia & Guarino 2020, 8). Tämä tarkoittaa sitä, että kaikki ihmiset pyritään integroimaan osaksi elämäntapaa, jossa ennaltaehkäistään traumaattisten kokemusten syntymistä ja edistetään väkivallasta ja muista vahingoittavista kokemuksista toipumista. Tätä vahvistetaan traumatietoisuudella sekä ymmärryksellä resilienssitekijöistä, eli luonnollisista korjaavista kokemuksista. (Sarvela 2023, 28.)

Traumainformoidussa organisaatioissa on käytössä tietyt yleisesti hyväksytyt ydinarvot ja periaatteet, jotka ovat rakentuneet yhteistyössä traumaselviytyjien ja ruohonjuuritason toimijoiden kanssa (Maanmieli & Sarvela 2022, 30). Traumainformoidun työotteen viideksi ydinperiaatteeksi on nimetty turvallisuus, luotettavuus, valinnanvapaus, yhteistyö sekä voimaantuminen (Fallot & Harris 2009, 3; Levenson 2017, 105; Kusmaul, Wolf, Sahoo, Green & Nochajski 2018, 1). Yhdysvalloista alkunsa saaneessa SAMSHA:n (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) mallissa listassa on myös kuudes periaate, joka on tietoisuus kulttuurisista, historiallisista ja sukupuoliin perustuvista traumaista (SAMSHA 2014, 10). Nämä käsitteet kietoutuvat johdonmukaisesti yhteen ja niitä sovelletaan koko sosiaalityön prosessissa, niin vastaanotto-, arviointi-, sitouttamis-, työskentely- kuin lopetusvaiheessa. Periaatteet minimoivat mahdollisuuden toimimattomien dynamiikkojen toistamiseen auttavassa suhteessa ja hyödyntävät mahdollisuutta luoda korjaava kokemus asiakkaalle. (Levenson 2017, 107.) SAMSHA:n traumainformoidut mallit ja periaatteet ovat globaalisti useiden organisaatioiden käytössä. (Maanmieli & Sarvela 2022, 30.)

Traumainformoidusta kohtaamisesta pyritään luomaan fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen (Sarvela 2020, 13; Karkkunen 2020, 225). Työntekijä tiedostaa asiakkaan traumaattisten elämäkokemusten pitkäaikaiset vaikutukset ja auttaa asiakasta ymmärtämään, miten hänen elämäkokemustensa tuottamat traumat ovat vaikuttaneet hänen elämäänsä (Levenson 2017, 105). Traumainformoitu työote pohjautuu neljään perusolettamukseen, joita ovat tieto trauman yleisyydestä, trauman oireiden tunnistaminen, osaaminen toimia traumatietoisesti arjen vuorovaikutustilanteissa sekä uudelleen traumatisoitumisen ehkäisy palveluiden piirissä (Ginsberg & Willits 2016).

Traumainformoitu työote rakentuu kokonaisvaltaisille tavoille hahmottaa ihmisen mielen hyvinvointia. Siinä korostetaan yhteisöllisyyden merkitystä, osallisuutta ja asiakkaiden voimaannuttamista ja valtaannuttamista ottamaan itse vastuuta omasta mielen hyvinvoinnista ja terveydestä. (Maanmieli & Sarvela 2022, 24.) Traumainformoitu käytäntö auttaa traumasta toipuvia kehittämään valmiuksiaan hallita ahdistustaan ja toimimaan tehokkaammin päivittäisessä elämässään (Gold 2001, Knightin 2014, 26 mukaan). Traumainformoidussa työotteessa tiedostetaan myös, että mielenterveys ja fyysinen terveys kietoutuvat vahvasti

toisiinsa. Mielenterveysongelmiin puolestaan kytkeytyy hyvin usein päihde- ja väkivaltaongelmat, eikä niitä voi sivuuttaa puhuttaessa mielenterveyden hoitamisesta. Traumainformoidussa järjestelmässä kyetään kohtaamaan ihminen traumasensitiivisesti ja hänet osataan ohjata tarvitsemansa moniammatillisen avun piiriin, tarpeen vaatiessa myös traumaspesifiin palveluihin kuten traumaterapiaan tai terapeuttisiin ryhmiin käsittelemään traumaansa. Lisäksi pyrkimyksenä on ennaltaehkäistä ja välttää järjestelmässä tapahtuvaa asiakkaiden ja henkilökunnan traumatisoitumista. (Maanmieli & Sarvela 2022, 24.)

Traumainformoiduissa palveluissa hyödynnetään esimerkiksi luovuus- ja ilmaisuterapioista, kehollisista menetelmistä ja mindfulness-menetelmistä pohjautuvaa tietoa, teorioita ja kokemuksia. Keskeisiä teemoja ovat muun muassa ACE- kokemusten tutkiminen, systeemiajattelu, kiintymyssuhdeteoria ja kehotietoisuuden vahvistaminen psykoedukaation ja kokemuksellisten harjoitteiden kautta. (Maanmieli & Sarvela 2022, 29.) Lisäksi esimerkiksi sosiaalityössä käytettävillä kasvatuksellisilla ja yhteisöllisillä menetelmillä voidaan vaikuttaa siihen, kuinka hyvin ihminen sopeutuu traumatisoivan tilanteen johdosta muuttuneeseen elämäntilanteeseensa. (Sarvela 2023, 31.)

Traumainformoidussa toimintakulttuurissa pyritään valtaannuttamaan tuettavia, eli palauttamaan heidän autonomiaansa. Heidät halutaan siis osallistaa oman hoitopolkunsa suunnitteluun ja tämä vaatii tuettavilta omien voimavarojen tunnistamista ja vahvistamista, jotta hyvinvointitavoitteet voidaan saavuttaa. Muutosprosessi edellyttää epätasapainoisten valtasuhteiden tiedostamista, hierarkian madaltamista ja kumppanuutta sekä tuettavien ja tukijan välillä niin palveluja tarjoavien yhteisöjen sisällä kuin eri hoitopolkujen työntekijöidenkin välillä. Traumainformoidussa kulttuurissa tavoitellaan tilannetta, jossa ihmiset toimivat yhteistoiminnallisina kumppaneina sen sijaan, että yksi ryhmä hoitaa tai kuntouttaa toista yksilöä tai ihmisryhmää. Keskeisin ja tärkein piirre traumainformoidussa toimintakulttuurissa on se, että lopetetaan mielenterveysongelmista kärsivien ihmisten leimaaminen sairaiksi tai jotenkin viallisiksi. Sen sijaan suhtaudutaan kärsivän ihmisen mieleen haavoitettuna tai vahingoitettuna. Traumamat ovat usein myös osana kehoa ja sielua ja vaikuttavat kykyymme olla suhteessa toisiin ihmisiin ja moraaliin. Kun ryhdymme

kohtaamaan ihmiset traumainformoidusti, puhutaan asennemuutoksesta. (Maanmieli & Sarvela 2022, 29–30.)

Traumainformoidun työtteen voikin tiivistää asennemuutokseen. Jos työntekijän mieleen nousee kysymys: ”Mikä ihme tuossa asiakkaassa/minussa on oikein vikana?” tulee se muuttaa muotoon: ”Mitähän hänessä tapahtuu/minussa tapahtuu nyt? Voinko jotenkin lisätä turvallisuutta tässä tilanteessa?” Tällainen muutos edellyttää tietoa ACE:sta ja PCE:sta, autonomisen hermoston toiminnasta sekä turvallisuuden eri ulottuvuuksista. Lisäksi työntekijältä tarvitaan taitoa havainnoida ja säädellä omaa vireystilaansa sekä kykyä olla myötätuntoinen itseä ja muita kohtaan. (Kuvajainen 2023.)

2.3 Traumainformoitu työote sosiaalialalla

Sosiaalialan ammattilaiset työskentelevät kaikkien väestöryhmien kanssa – erityisesti ihmisten, jotka ovat rakenteellisesti haavoittavissa tilanteissa. Monet asiakkaista ovat vaikeisiin haasteisiin, kuten toimeentuloon, työllistymiseen, terveyteen, päihteisiin ja väkivaltaan liittyvien elämäntilanteiden äärellä. (Jäppinen 2023, 51.) Sosiaalipalveluiden asiakkailla on lisäksi usein lapsuuden traumoja ja sen vuoksi on tärkeää, että työntekijät harjoittavat traumatietoisia käytäntöjä (Bent-Goodley 2019, Levensonin 2020, 288 mukaan). Menneillä vastoinkäymisillä voi olla vaikutusta nykyisiin olosuhteisiin. Näin ollen on kriittistä, että työntekijät ovat tietoisia niin traumojen vaikutuksista jokapäiväisen elämän ongelmiin kuin siitä, miten traumaan liittyvä dynamiikka saattaa ilmetä auttavassa suhteessa. (Levenson 2017, 105; Haaramo & Palonen 2002, 9.) Ilman tätä ymmärrystä parhain tahto voi avun sijaan tuottaa pettymyksen tai uuden trauman (Haaramo & Palonen, 2002, 9).

Asiakastyössä traumainformoitua työtettä voi käyttää työkaluna, jonka avulla työntekijä pyrkii ymmärtämään asiakkaan mahdollisen traumataustan ja traumaattiset kokemukset ja niiden vaikutuksen asiakkaan elämäntilanteeseen ja koko asiakkuuteen. Ydinasia traumainformoidun työtteen ja sosiaalityön yhdistämisessä on ajatus yhteistoimijuudesta, voimaantumisesta ja todellisesta osallisuudesta. Asiakas tulee kohdata toiminnan kohteen sijaan kanssatoimijana. (Haapala & Jokela 2023, 209.) Traumat vaikuttavat erityisesti ihmisten

itsesääätelykykyyn. Työkaluina voidaan käyttää esimerkiksi kehotietoisuuden, tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen kehittämistä. Työntekijöiden olisi tärkeää muistaa, että jos asiakkaalla on paljon kasautuneita haavoittavia kokemuksia, täytyy tuen, hoidon ja rinnalla kulkemisen olla riittävän pitkää. (Järvinen 2022.)

Työntekijän ja asiakkaan kohtaaminen on aina vuorovaikutustilanne ja traumainformoidussa työssä tulee huomioida myös työntekijän oma hyvinvointi ja turvan tunne. On erittäin tärkeää, että työntekijä tiedostaa myös oman vireystilansa ja pysyy omassa sietoikkunassaan. Hänen on pyrittävä toimimaan vakaana ja turvallisena henkilönä asiakkaalle, jonka oma vireystila voi vaihdella laidasta toiseen tapaamisen aikana. Oman vireystilan tunteminen luo työntekijälle turvaa, kun ollaan tekemisissä vaikeita asioita kohdanneiden asiakkaiden kanssa. Jos työntekijä ei kykene tunnistamaan itsessään tapahtuvia psykofyysisiä muutoksia, ei hän voi myöskään olla turvallinen henkilö asiakkaalleen. Itsensä vakauttamisessa voidaan käyttää erilaisia kehollisia menetelmiä, kuten hengittämistä ja huomion suuntaamista esimerkiksi johonkin ympäristössä olevaan esineeseen. (Karkkunen 2020, 201, 202, 232.)

On työntekijälle eduksi, jos hän on tietoinen myös omasta kiintymyssuhteestaan, kokemus- ja kasvuhistoriastaan ja niihin vaikuttaneista tekijöistä. Omat kipupisteet ja työstämättömät menetykset on merkityksellistä työstää läpi, jotta ne eivät aktivoidu tiedostamattomasti asiakaskohtaamisten aikana. Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen ja itsessä heräävien tunteiden ymmärtäminen on edellytys jaksavalle ja hyvinvoivalle työntekijälle. (Karkkunen 2020, 235.) Myös työnohjaus ja tuki omalta esihenkilöltä, tiimiltä ja muilta viranomaisilta ovat tärkeitä. Työote ei toteudu, jos työntekijällä ei ole aikaa pysähtyä asiakkaan äärelle eikä työtä voi silloin tehdä laadukkaasti ja hyvin. (Järvinen 2022.)

Työntekijän on hyvä muistaa, että traumatausta voi vaikuttaa esimerkiksi siihen, miten ihminen lähestyy auttavia suhteita eri palveluissa. Esimerkiksi ihmiset, joilla on hyväksikäyttötaustaa, ovat usein haluttomia sitoutumaan palveluihin. He saattavat nähdä itsensä perustavanlaatuisesti viallisina ja kokea ympäröivän maailman erityisen vaarallisena paikkana. Moni traumaa kantavista ihmisistä on erityisen tarkkaavaisia ja epäluuloisia, jotka ovat keinoja yrittää selvitä trauman kanssa. Samaan aikaan nämä itsesuojelukeinot voivat haastaa entisestään

näiden ihmisten turvallisuuden ja luottamuksen tunnetta, jotka ovat kuitenkin välttämättömiä auttavien suhteiden syntymisessä. (Fallot & Harris 2009, 2.)

Kyky ja mahdollisuus luottaa johonkin, ovat elämän perusedellytyksiä. Jos ihminen on tullut esimerkiksi petetyksi, hylätyksi tai hyväksikäytetyksi, on hän voinut sisäistää, ettei luottamuksella ole pohjaa. Vaarana on, että ihminen pettyy kaikkeen ja vetäytyy katkeroituen yksinäisyyteen tai jää hautomaan kosta pääsemättä yli vaikeista ajatuksistaan. Jotta hän voi jatkaa elämässään eteenpäin, on löydettävä luottamusta siihen, etteivät kaikki elämässä petä ja että on joitakin tai joku, jonka varaan voi turvautua. (Lindqvist 2006, 187.) Luottamus hyvään ja parempaan auttaa jaksamaan vaikeiden asioiden kohtaamista ja ratkaisemista. Tietoisuus toivosta raskaidenkin kokemusten yhteydessä tuo asiakassuhteisiin ja kohtaamisiin uskon muutoksen mahdollisuudesta. (Hurtig & Laitinen 2006, 198.)

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

3.1 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja kysymyksenasettelu

Opinnäytetyömme keskeisin tarkoitus on tuoda näkyväksi traumainformoidun työotteen merkitystä sosiaalialan asiakastyössä. Tutkimuskysymyksemme on: millä tavoin traumainformoitua työtettä voidaan hyödyntää sosionomin työssä? Rinnastamme tutkimuksessamme sosionomin työn sosiaalityöhön, sillä aineistona käyttämämme tutkimusartikkelit ovat kaikki ulkomaalaisia ja niissä käsitellään aihetta ainoastaan sosiaalityön näkökulmasta. Käytännössä työkenttä on kuitenkin sama ja aihe on täysin sovellettavissa myös sosionomin työhön.

Koska erilaiset traumakokemukset ovat sosiaalialan asiakkailla tavallisia (Bent-Goodley 2019, Levensonin 2020, 288 mukaan), ajattelemme, että työntekijän on tärkeää tunnistaa niitä ja ymmärtää niiden mahdollisia vaikutuksia esimerkiksi ihmisen mielenterveyteen, toimintakykyyn ja käyttäytymiseen. Uskomme traumatietoisien työotteiden mahdollistavan asiakastyössä turvallisemman kohtaamisen sekä vahvistavan työntekijän ja asiakkaan välisen luottamuksellisen suhteen syntymistä. Traumatietoisuuden kautta työntekijän on helpompi tunnistaa ja ymmärtää, milloin asiakkaan nykyiset ongelmat voivat olla oireita menneisyyden traumaattisesta tilanteesta – ja tätä kautta osata paremmin tukea asiakasta hänelle oikeaan suuntaan.

Tutkielmamme tuloksia voidaan hyödyntää sosionomin laajalla työkentällä. Toivomme opinnäytetyömme tarjoavan sosiaalialan työntekijöille uudenlaista näkökulmaa asiakastyöhön. Traumainformoidun työotteiden tuntemisesta voivat hyötyä sosiaalialan ammattilaisten lisäksi muun muassa kasvatustieteen ja terveydenhuollon asiantuntijat.

3.2 Tutkimusmenetelmän valinta

Valitsimme opinnäytetyömme tutkimusmenetelmäksi laadullisen kirjallisuuskatsauksen. Sen avulla analysoimme aihetta käsittelevää kirjallisuutta pyrkien saamaan vastauksia siihen, miten traumainformoitua työtettä voidaan hyödyntää sosionomin työssä.

Laadullinen tutkimus ei ole yksi yhtenäinen tutkimusote, vaan se koostuu useista eri tutkimusperinteistä ja lähestymistavoista (Vuori 2021). Yhteistä erilaisille laadullisille tutkimuksille on elämämaailman tutkiminen. Laadullisessa tutkimuksessa suositaan kvalitatiivisia eli laadullisia aineistoja, jotka voivat olla niin tekstejä, keskusteluja, kuvia, haastatteluja tai havainnointipäiväkirjoja. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteisiin on usein liitetty myös hypoteesittomuus eli tutkijalla ei ole tarkkoja ennako-oletuksia tuloksista. Analyysin tehtävänä ei oikeastaan olekaan hypoteesien todentaminen vaan ennemminkin niiden keksiminen. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Laadullisen tutkimusmenetelmän tavoitteena ei ole niinkään totuuden löytäminen tutkittavasta asiasta, vaan tarkoituksena on tutkimisen aikana muodostuneiden tulkintojen avulla näyttää esimerkiksi ihmisen toiminnasta jotakin, joka on välittömän havainnon tavoittamattomissa (Vilka 2021, "Menetelmän erityispiirteet").

Kirjallisuuskatsaus on tutkimusmetodi- tai tapa, jolla tutkitaan olemassa olevaa tutkimusta (Salminen 2011, 1). Menetelmän avulla voidaan tiivistää alkuperäistutkimusten olemassa oleva ja olennainen tieto sekä laatia keskeiset johtopäätökset asetettuun tutkimuskysymykseen. Kirjallisuuskatsaus on monimenetelmällinen ja analyttinen tutkimustapa. Metodissa yhdistyvät ennalta suunniteltu jär-jestelmällinen tutkimusten hakuprosessi, tutkimusten valikointi, tutkimusten kriittinen arviointi, muistiinpanojen tekeminen valituista tutkimuksista sekä tutkimusten analyysi. Analyysillä tarkoitetaan tietojen vertailua ja yhdistämistä uuden tiedon tuottamiseksi. Katsauksen tavoitteena voi olla esimerkiksi kuvata, mitä johtopäätösten tutkimusten avulla tiedetään aiheesta tai löytää erilaisia työkaluja ja menetelmiä aihetta koskien. Kirjallisuuskatsauksella voidaan tavoitella myös uusia näkökulmia, tutkimuskysymyksiä ja menetelmällisiä lähestymistapoja jonkin tietyn ilmiön ymmärtämiseksi. (Vilka 2023, luku "Kirjallisuuskatsaus metodina".)

Kirjallisuuskatsaus jaetaan usein kolmeen eri tyyppiin, joita ovat systemaattinen kirjallisuuskatsaus, kuvaileva kirjallisuuskatsaus ja meta-analyysi (Salminen 2011, 6). Valitsimme opinnäytetyömme menetelmäksi kuvailevan kirjallisuuskatsauksen, sillä sitä käyttäen pystytään antamaan laaja yleiskuva käsiteltävästä aiheesta. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus mahdollistaa myös

epäyhtenäisen tiedon järjestämisen johdonmukaiseksi kokonaisuudeksi. (Vilkkä 2023, luku "Kirjallisuuskatsauksen tavat".)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yksi kirjallisuuskatsauksen perustyypeistä. Sitä voi kutsua yleiskatsaukseksi, jossa käytetyt aineistot ovat laajoja ja aineiston valintaa eivät rajaa metodiset säännöt. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkittava ilmiö pystytään kuvaamaan laaja-alaisesti ja tarvittaessa myös luokittelemaan tutkittavan ilmiön ominaisuuksia. Kuvailevaan kirjallisuuskatsaukseen kuuluu kaksi hieman erilaista orientaatiota, joita ovat narratiivinen ja integroiva katsaus. (Salminen 2011, 6.)

Näistä kahdesta opinnäytetyötämme voisi luonnehtia narratiiviseksi katsaukseksi. Narratiivisen katsauksella tavoitellaan käsiteltävän ilmiön ymmärtämistä ja ymmärretyn kuvailemista argumentoiden johdonmukaisesti. Sillä voidaan kuvata käytettyjä tutkimusasetelmia ja teorioita, mutta myös käsiteltävän aiheen historiaa ja kehitystä. Narratiivisen katsauksen avulla voidaan tehdä tiivistys tai uusi kokonaisnäkemys aiemmista tutkimuksista tai järjestää tietoa johdonmukaiseksi kokonaisuudeksi. Narratiivista katsausta hyödyntäen pystytään järjestämään ja analysoimaan kirjallista aineistoa siten, että tutkijan tietämys aiheesta laajenee hiljalleen sen myötä, kun hän oppii ymmärtämään aihetta ja sen eri osa-alueita. Narratiivinen katsaus mahdollistaa myös sen, että tutkimuskysymykset voivat täsmentyä katsausprosessin aikana. (Vilkkä 2023, luku "Kirjallisuuskatsauksen tavat.")

3.3 Aineisto ja aineistonkeruu

Kirjallisuuskatsausprosessin ensimmäisessä vaiheessa tehdään yleiskatsaus ja alustavaa hakua tutkimusaiheeseen liittyen. Sitten luodaan alustava tutkimuskysymys tai tutkimuskysymykset ja valitaan hakusanat ja -fraasit sekä käytettävät tietokannat. (Vilkkä 2023, 39.) Valitsimme aiheen oman mielenkiintomme pohjalta. Olimme kiinnostuneita traumainformoidusta työotteesta aiheena ja siitä, miten sitä voi sosiaalialan työssä hyödyntää. Päätimme alussa pitää vielä aiheen rajauksen melko väljänä ja katsoa, miten siitä löytyy aiempia julkaisuja. Kun löysimme riittävästi julkaisuja, jotka käsittelivät aihealuettamme, teimme tarkemmat rajaukset tutkimuskysymyksemme suhteen.

Tavanomaisesti systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tutkimusaineistona käytetään ainoastaan vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita. Kun näkökulmaa laajennetaan narratiivisen ja integratiivisen kirjallisuuskatsauksen tavoitteisiin, aineistona voidaan käyttää myös muita, kuin vertaisarvioituja tutkimuksia. (Vilka 2023, 33.) Ensisijainen tavoitteemme oli löytää vertaisarvioituja julkaisuja. Nopeasti huomasimme, että niitä ei ole löydettävissä suomen kielellä, joten päädyimme hakemaan julkaisuja englannin kielellä ja niitä löytyikin kohtalaisen helposti.

Seuraavaksi määrittelimme aineistonhaun sisäänotto- ja poissulkukriteerit (Taulukko 1). Aineiston sisäänottokriteereiksi valikoitui vuoden 2010 jälkeen julkaistut artikkelit ja tutkimukset. Yksi keskeinen sisäänottokriteerimme oli myös se, että artikkelin sisältö vastaa tutkimuskysymykseemme. Moni hyvän kuuloinen artikkeli jäi heti alkumetreillä pois tällä sisäänottokriteerillä. Osa aineistosta oli myös maksumuurin takana, ja kaikki sellaiset päätimme hylätä. Aineiston hakua teimme käyttämällä Google Scholaria, EBSCOa, ResearchGatea, OUTI-kirjastoa ja FINNA.FI:tä (Taulukko 2). Haimme ensin suomenkielisillä hakusanoilla traumainformoitu AND sosiaalityö. Totesimme, ettei niillä löydy vertaisarvioituja julkaisuja. Päätimme jatkaa hakua englanninkielellä käyttäen erilaisia hakusanapareja: trauma-informed practice AND social work, trauma-informed care AND social work, trauma-informed care AND social services.

Sisäänotto kriteerit	Poissulku kriteerit
Tieteelliset vertaisarvioidut julkaisut	Muut kuin tieteelliset, vertaisarvioidut julkaisut
Suomen- tai englanninkielinen aineisto	Muut kuin suomen- tai englanninkielinen aineisto
Maksuton aineisto	Maksullinen aineisto
Vuoden 2010 jälkeen tehdyt julkaisut	Ennen vuotta 2010 tehdyt julkaisut
Sisältää hakusanat: traumainformoitu, sosiaaliala	Ei sisällä hakusanoja: traumainformoitu ja sosiaaliala

Taulukko 1. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Käytettävät tietokannat	Käytettävät hakusanat	Valintakriteerit aineistolle
Google Scholar, EBSCO, ResearchGate, OUTI-kirjasto ja FINNA.FI	traumainformoitu AND sosiaalityö, trauma-informed practice AND social work, trauma-informed care AND social work, trauma-informed care AND social services	Julkaistu vuoden 2010 jälkeen, suomen- tai englanninkielinen aineisto, maksuton aineisto, vertaisarvioitu tieteellinen julkaisu

Taulukko 2. Aineiston haun tietokannat, hakusanat ja valintakriteerit

Taulukon 1. mukaisten sisäänottokriteerien kautta opinnäytetyöhöme valikoitui lopulta kuusi vertaisarvioitua englanninkielistä artikkelia (Taulukko 3). Valitsemistamme artikkeleista löytyi kuvaamiemme hakusanojen avulla viisi ja yhden löysimme toisen traumainformoitua työtettä käsittelevän kandidaatin tutkielman aineistosta. Kyseinen artikkeli (Petrillo 2021) on muista valitsemistamme aineistoista poiketen kriminologian julkaisu. Sen aihe kuitenkin käsitteli traumainformoidun työtteen hyödyntämistä vankiloissa, jotka ovat myös sosionomien työympäristöä. Valituista julkaisuista kokosimme tietoa siitä, miten ja millä tavalla traumainformoitua työtettä on hyödynnetty sosiaalialan eri työympäristöissä.

Kirjoittaja(t) ja julkaisuvuosi	Julkaisun nimi	Julkaisun alusta
Knight, C. 2014	Trauma-Informed Social Work Practice: Practice Considerations and Challenges	Clinical Social Work Journal, Nro 43, 2015.
Kusmaul, N., Wolf, M., Sahoo, S., Green, S. & Nochajski, T. 2018	Client Experiences of Trauma-Informed Care in Social Service Agencies	Journal of Social Service research, Nro 45, 2019.
Levenson, J. & Grady, M. 2016	Childhood Adversity, Substance Abuse, and	Journal of Social Work Practice in the

	Violence: Implications for Trauma-Informed Social Work Practice	Addictions, Nro 16, 2016.
Levenson, J. 2017	Trauma-Informed Social Work Practice	Social Work, Nro 62, 2017.
Levenson, J. 2020	Translating Trauma-Informed Principles into Social Work Practice	Social Work, Nro 65, 2020.
Petrillo, M. 2021	'We've all got a big story': Experience of a Trauma-Informed Intervention in Prison	The Howard Journal of Crime and Justice, Nro 60, 2021.

Taulukko 3. Kirjoittaja (t) ja julkaisuvuosi, julkaisijan nimi ja julkaisu alusta

3.4 Aineiston analyysi

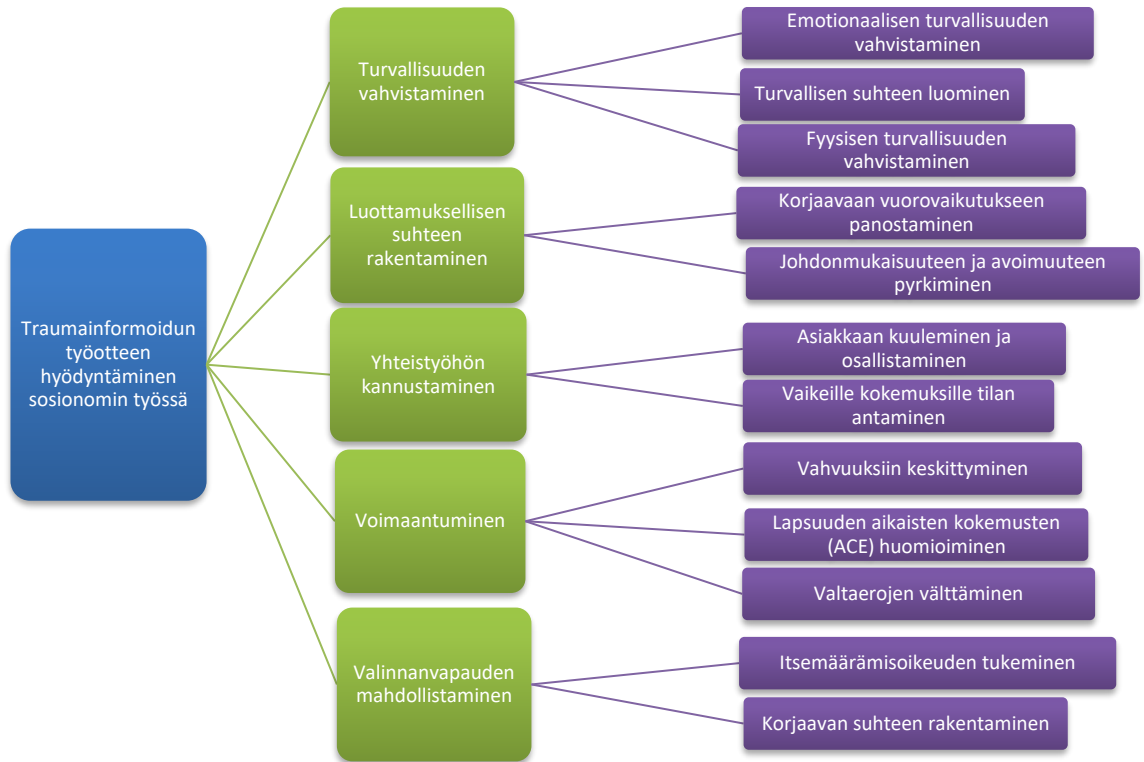
Käytimme aineiston analyysimenetelmänä teoriaohjaavaa sisältöanalyysiä. Sisältöanalyysiä käytetään kirjallisuuskatsauksissa riippumatta siitä, analysoidaanko määrällistä vai laadullista tietoa. Kirjallisuuskatsauksessa tutkittavaksi valitaan ainoastaan tutkielman kannalta erityisen merkitykselliset aineistot. Hakuprosessin jälkeen analyysin kohteena tulisi olla vain ne aineistot, joiden avulla voidaan vastata laadittuihin tutkimuskysymyksiin. (Vilkkä 2023, luku "Uuden tiedon muodostaminen ja arviointi".)

Sisältöanalyysin keskeinen idea on alkuperäistutkimusten tutkivassa lukemisessa, ja tavoitteena on luoda soveltuvalla tavalla käyttämästään aineistosta asiakokonaisuus. Sisältöanalyysi rakentuu kolmesta vaiheesta, joita ovat analyysin valmistelu, organisointi ja raportointi. Valmisteluvaiheessa tiedot järjestetään sellaiseen muotoon, jossa niitä on mahdollista tutkia. Organisointivaiheessa tehdään puolestaan induktiivinen analyysi eli edetään aineistosta löytyneistä, tutkimuskysymyksen kannalta olennaisista havainnoista tuloksiin ja päätelmiin. Kolmanteen ja viimeiseen vaiheeseen kuuluu analyysin ja tuloksien kuvaaminen raportoinnin tasolla. (Vilkkä 2023, luku "Uuden tiedon muodostaminen ja arviointi".)

Aloitimme aineiston analyysiprosessin kääntämällä englanninkieliset artikkelit suomeksi käyttämällä apuna sekä MOT-sanakirjaa että Google Kääntäjää. Tämän jälkeen tulostimme artikkelit ja aloimme perehtymään niiden sisältöön syvällisemmin. Aloimme etsimään teksteistä tutkimuskysymykseemme vastaavia kohtia ja yliviivasimme ne tehden samalla muistiinpanoja. Huomasimme pian, että opinnäytetyömme analyysimenetelmäksi sopisi teoriaohjaava sisällönanalyysi.

Teoriaohjaava sisällönanalyysi etenee aineiston ehdoilla kuten aineistolähtöinen analyysikin. Eroa on siinä, miten käsitteellistämässä empirinen aineisto liitetään teoreettisiin käsitteisiin. Teoriaohjaavassa analyysissä teoreettiset käsitteet tuodaan siis valmiina, ilmiöstä ”jo tiedettynä”. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 133.)

Opinnäytetyömme sisällönanalyysin perustana toimii Fallotin ja Harrisin (2009, 6) määrittelemät viisi traumainformoidun työotteen ydinperiaatetta: turvallisuus, luottamus, yhteistyö, voimaantumisen ja valinnanvapaus. Nämä teemat toistuvat valitsemassamme kirjallisuudessa joko suoraan tai epäsuorasti. Sen vuoksi tuntui luontevimmalta muodostaa sisällönanalyysin yläluokat niiden pohjalta. Yläluokiksi nimesimme turvallisuuden vahvistamisen, luottamuksellisen suhteen rakentamisen, yhteistyöhön kannustamisen, voimaantumisen ja valinnanvapauden mahdollistamisen. Jatkoimme sisällön analyysiprosessia muodostamalla alaluokat. Alaluokat rakentuivat lopulliseen muotoonsa Kuvion 1 mukaisesti.



Kuvio 1. Pääluokka, yläluokat ja alaluokat

Tarkastelimme, toistuuko aineistossa tietyt traumainformoidut työskentelytavat ja keinot. Tietoa vertailemalla ja yhdistelemällä muodostimme sisällön analyysin alaluokat. Jokaisesta yläluokasta oli ryhmiteltävissä kahdesta kolmeen alaluokkaa. Analyysiprosessimme lopuksi alaluokkien muodostamaa tietoa pilkkomalla muodostimme yhä tarkempia kuvauksia traumainformoiduista keinoista, joita sosiaalialan työntekijä voi hyödyntää työssään.

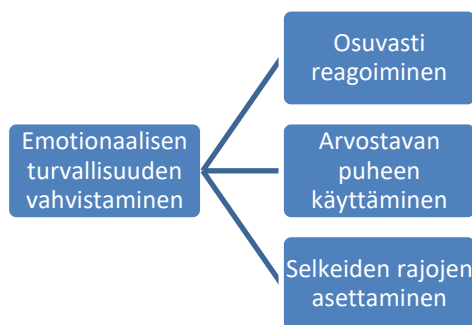
4 TUTKIMUKSEN TULOKSET

4.1 Turvallisuuden vahvistaminen

Aineistossamme turvallisuus nähdään monipuolisesti, ja se pitää sisällään sekä emotionaalisen että fyysisen ulottuvuuden (Petrillo 2021, 12; Levenson 2020, 293; Kusmaul, Wolf, Sahoo, Green & Nochajski 2018, 4). Lisäksi työntekijän ja asiakkaan välisen turvallisen suhteen rakentamisella on sekä Levensonin (2017; 2020) että Petrillon (2021) mukaan merkittävä roolinsa asiakkaan turvallisuuden tunteen vahvistamisessa.

4.1.1 Emotionaalisen turvallisuuden vahvistaminen

Emotionaalista turvallisuutta parannetaan asentein ja lähestymistavoin (Kusmaul ym. 2018, 4). Emotionaalisen turvallisuuden vahvistaminen koostuu sisällön analyysimme mukaan työntekijän osuvasta reagoinnista asiakkaan tarpeisiin, työntekijän arvostavasta puhetavasta ja selkeiden rajojen asettamisesta. Kuviossa 2 havainnollistetaan sisällön analyysin tulokset emotionaalisen turvallisuuden vahvistamisen osalta.



Kuvio 2. Emotionaalisen turvallisuuden vahvistaminen

Työntekijä voi pyrkiä vahvistamaan asiakkaan emotionaalista turvallisuutta reagoimalla osuvasti asiakkaan sen hetkisiin tarpeisiin. Asiakkaan turvallisuuden tunne kasvaa, kun työntekijä osoittaa välittävää asennetta sekä aitoa kiinnostusta asiakasta ja hänen tilannettaan kohtaan. Kusmaul kumppaneineen ilmaisee asian seuraavasti:

“Henkilöstön reagointi vaaratilanteisiin auttoi lisäämään turvallisuuden tunnetta. (...) Yksi (asiakas) sanoi: ‘Emotionaalisesti tunnen oloni turvalliseksi, koska ohjaaja ja muu henkilökunta ovat hyvin tarkkaavaisia emotionaalisiin tarpeisiin’” (Kusmaul ym. 2018, 4–5).

Sen lisäksi, että mahdollisiin vaaratilanteisiin nopea puuttuminen tuo asiakkaalle turvan tuntua, hyvin pienilläkin työntekijän eleillä voi olla asiakkaan turvallisuuden tunteeseen iso vaikutus. Levenson (2017, 108) mainitsee, että jo pelkästään työntekijän hymy voi rauhoittaa ja tuoda asiakkaalle lohtua.

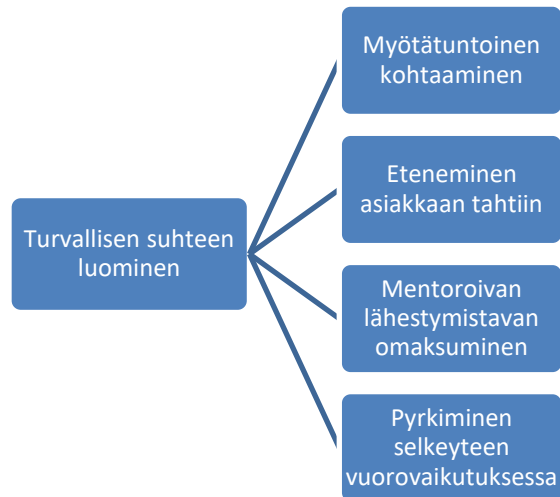
Kaksi muuta keinoa, joilla työntekijä voi vaikuttaa asiakkaan turvallisuuden tunteeseen, on käyttää arvostavaa kieltä sekä asettaa terveitä rajoja. Ammatillisten rajojen säilyttäminen estää riippuvuuden syntymistä työntekijän ja asiakkaan väliseen suhteeseen (Levenson 2020, 293).

”Kunnioittava kielenkäyttö, rajat ja vallankäyttö voivat luoda ja mallintaa terveitä ja asianmukaisia rajoja monen asiakkaan elämään luomatta uudelleen auktoriteettihahmojen sortavaa dynamiikkaa” (Levenson 2017, 108).

Toisaalta Knight lisää, että rajojen on hyvä pysyä joustavina muuttuvien asiakastilanteiden ja olosuhteiden mukaan. Traumataustan omaavien asiakkaiden kanssa työntekijä voi joutua löysäämään rajoja ollakseen paremmin käytettävissä kriisiaikoina – unohtamatta kuitenkaan ammatillista rooliaan ja vastuuta siinä. (Knight 2014, 27.) Tulkitsemme aineiston perusteella, että rajojen löysäminen voi tarkoittaa esimerkiksi tiheämpiä tapaamisia tai yhteydenpitoa asiakkaan kanssa tarvittaessa.

4.1.2 Turvallisen suhteen luominen

Turvallisen suhteen luomiseen kuuluu selkeyteen pyrkiminen vuorovaikutuksessa, asiakkaan myötätuntoinen kohtaaminen ja eteneminen asiakkaan tahtisesti. Joskus työntekijän voi olla tarpeen käyttää työskentelyssään myös mentoroivaa lähestymistapaa. Kuviossa 3 havainnollistetaan sisällön analyysin tulokset turvallisen suhteen luomisen osalta.



Kuvio 3. Turvallisen suhteen luominen

Petrillo sanoo turvallisista työntekijä-asiakassuhteista seuraavaa: “Traumainformoidussa käytännössä turvallisille ihmissuhteille on ominaista johdonmukaisuus, ennustettavuus ja myötätunto” (Petrillo 2021, 13). Levenson (2017, 108) lisää listaan häpäisemättömyyden. Tulkitsemme tämän siten, että turvallisen suhteen perustana on työntekijän kyky kohdata asiakas tuomitsematta ja myötätuntoa välittäen. Näin toimiakseen työntekijän vuorovaikutuksen tulee olla aitoa, ja hänen on hyvä esittää asiakkaalle avoimia kysymyksiä sekä pyrkiä validoimaan tämän tunnekokemukset (Levenson 2020, 290).

Ymmärrämme edeltävästä, että työntekijän tulee lisäksi kaikessa työskentelyssään pyrkiä johdonmukaisuuteen ja selkeyteen sekä toimia aina perustellusti. Levensonin mukaan osoittamalla yhteistä toimintaa koskevat odotukset selkeästi ja säännöt läpinäkyvästi työntekijä voi välittää turvallisuuden tunnetta asiakassuhteeseen (Levenson 2020, 290).

Aineistomme perusteella kolmas tärkeä keino turvallisen suhteen luomisessa on antaa asiakkaan jakaa asioita omassa tahdissaan. Levenson sanoo aiheesta seuraavanlaisesti:

”(...) terävien kysymysten esittäminen varhaisesta väärinkäytöstä, laiminlyönnistä tai perheongelmista ensimmäisellä tapaamisella voi tuntua tunkeilevalta tai uudelleen traumatisovalta asiakkaille. (...) Työntekijöiden

on annettava asiakkaille aikaa rakentaa luottamusta ja jakaa tietoa tavalla, joka tuntuu mukavalta” (Levenson 2020, 290).

Asiakkaan traumataustan puheeksi ottamisessa työntekijän on hyvä tunnustella, milloin ja missä tilanteessa se on tarpeellista ja asianmukaista. Estääkseen uudelleen traumatisoitumisen työntekijän tulee antaa aikaa ja tilaa luottamuksen ja turvallisuuden tunteiden syntymiselle työntekijä-asiakassuhteeseen.

Kolmas tapa, jolla työntekijä voi edesauttaa turvallisen asiakassuhteen syntymistä, on tietynlaisen mentoroivan, ohjaavan otteen käyttäminen työskentelyssään. Mentoroiva ote voi olla toimiva etenkin sellaisten asiakkaiden kanssa, joilla on ollut lapsuudessa haastavat tai kaottiset kotiolot. Levenson toteaa asiasta seuraavasti:

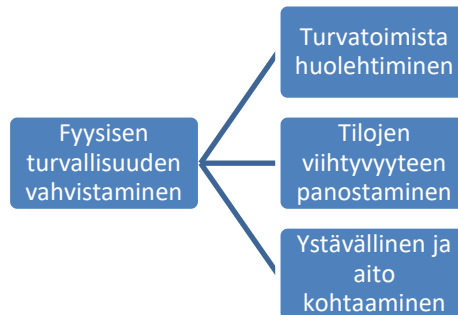
”Jotkut asiakkaat tarvitsevat sosiaalityöntekijöitä tarjoamaan mentorointiroolia, joka heidän vanhemmiltaan puuttui, ja muuttamaan odotuksiaan vastaaviksi. (...) Sosiaalityöntekijä voi muistaa, että tämä asiakas on varttunut kodissa, jossa vanhemmat (...) eivät tarjonneet mallia rutiineista, rakenteesta, järjestyksestä tai aikataulusta (...)” (Levenson 2017, 111).

Tulkitsemme, että ohjaavan, mentoroivan otteen omaksuminen voi luoda asiakassuhteeseen turvan tuntua. Sellaisen asiakkaan kanssa, jolla ei ole lapsuudessaan ollut turvallisia arjen rutiineja ja kotiolot ovat olleet kaottiset, työntekijä voi harjoitella ajanhallinnan taitoja. Tämä voi Levensonin mukaan tarkoittaa esimerkiksi asiakkaan kanssa yhdessä bussiaikataulujen tarkistamista tai päivittäisen ajankäytön suunnittelemista toimivammaksi (2017, 111).

4.1.3 Fyysisen turvallisuuden vahvistaminen

Sen lisäksi, että työntekijän ja asiakkaiden väliset suhteet ovat turvallisia, tulisi myös ympäristön, jossa palvelua järjestetään olla turvallinen (Petrillo 2021, 13). Fyysisen turvallisuuden rakentamiseksi ja vahvistamiseksi sosiaalipalveluihin on luotava turvalliset tilat (Levenson 2020, 293). Aineistomme perusteella fyysisen turvallisuuden vahvistaminen koostuu kolmesta tekijästä: turvatoimien huolehtimisesta, tilojen viihtyvyyteen panostamisesta ja työntekijän ystävällisestä

ja aidosta kohtaamisesta. Kuviossa 4 havainnollistetaan sisällön analyysin tulokset fyysisen turvallisuuden vahvistamisen osalta.



Kuvio 4. Fyysisen turvallisuuden vahvistaminen

Työntekijät voivat pyrkiä parantamaan asiakkaiden fyysistä turvallisuutta erityisiin turvatoimiin panostamalla. Kusmaul kumppaneineen tuo sosiaalipalveluiden yksiköiden turvatoimista esiin käytännön esimerkkejä:

”Päihdekeskuksen asiakas toisti ajatuksiaan turvallisuudesta liittyen lukittuihin oviin: ’Fyysisesti tunnen oloni turvalliseksi, koska (...) rakennus on lukittu 24 tuntia vuorokaudessa ... ’ (...) Toinen asiakas oli sitä mieltä, että yötarkastukset antoivat hänelle mahdollisuuden nukkua ’kuin vauva’ tietäen, että henkilökunta tiesi hänen olevan turvassa. (...) Muita esimerkkejä virastokäytännöistä, jotka lisäävät turvallisuuden tunnetta, ovat sisään-uloskirjautumiskirja, tapaamisten kuljetusten järjestäminen ja henkilökohtaisten esineiden lukitseminen” (Kusmaul ym. 2018, 4).

Nähdäksemme työntekijöiden aito kiinnostus ja halu panostaa sosiaalipalveluiden yksiköiden turvatoimiin tukee asiakkaiden fyysisen turvallisuuden tunnetta. Fyysisen turvallisuuden tunteen vahvistamiseen liittyy myös vahvasti työntekijöiden läsnäolo sekä asiakkaiden arkisista asioista – ja joissain tilanteissa jopa omaisuuden turvallisuudesta huolehtiminen. Lisäksi huolehtimalla sosiaalipalvelujen tilojen hyvästä valaistuksesta, kiinteistön kunnossapidosta ja tekemällä tilat vammaisille sopiviksi voidaan lisätä fyysistä turvallisuutta (Levenson 2017, 108).

Toinen fyysistä turvallisuutta vahvistava keino on sosiaalipalvelujen tilojen viihtyvyyteen panostaminen. Tästä Levenson mainitsee seuraavaa:

”Fyysistä (...) turvallisuutta voidaan helpottaa innovatiivisilla tavoilla. Ihannetapauksessa asiakkaat kävelevät odotushuoneeseen, joka on puhdas ja viihtyisä (...) Helposti puhdistettavasta materiaalista valmistetut pehmustetut istuimet ovat mukavampia kuin kovat tuolit (...) Vaimennetut värit voivat olla rauhoittavampia kuin jyrkän valkoiset seinät. Keinokasvit ja inspiroivat julisteet voivat olla keino pehmentää odotushuonetta (...)” (Levenson 2020, 293).

Tulkitsimme, että sosiaalipalveluiden henkilöstö voi mahdollisuuksiensa mukaan luoda asiakastiloihin mukavuutta, joka myös heijastuu asiakkaiden turvallisuuden tunteeseen. Jo palveluiden sisääntulotilojen viihtyvyyteen kannattaa panostaa, sillä ne luovat asiakkaalle kuvan siitä, onko paikka turvallinen.

Kolmas keino fyysisen turvallisuuden edistämiseksi liittyy työntekijän tapaan kohdata asiakas ystävällisesti ja aidosti. Levensonin mukaan turvallisuuden tunteen syntymisen kannalta on tärkeää, että työntekijä kiinnittää erityistä huomiota ensimmäiseen kohtaamiseen tai yhteydenottoon asiakkaan kanssa:

”Puhelinkeskuksissa (...) tulisi olla miellyttäviä ja lohduttavia ääniä, jotka rauhoittavat avun hakemisen aiheuttamaa ahdistusta. Robottiset puhelinvalikot ja automaattiset vastaukset (...) voivat tuntua turhauttavilta ja kylmiltä ilman henkilökohtaista yhteyttä. (...) Kun vastaanottovirkailija tai ammatinharjoittaja hymyilee ja tervehtii asiakasta sanomalla: ’Olemme iloisia, että olet täällä’, syntyy kutsuva ja mukaansatempaava ilmapiiri” (Levenson 2020, 293).

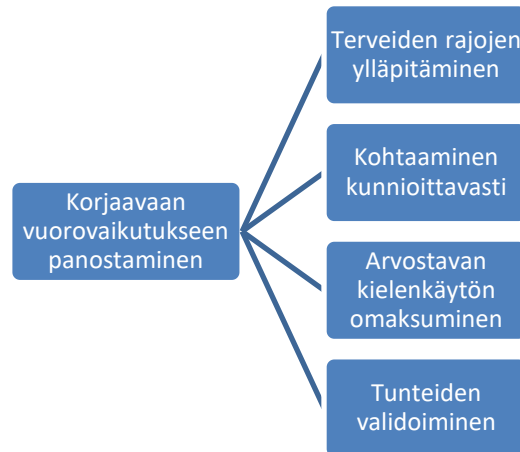
Tulkitsimme, että työntekijä voi omalla rauhoittavalla olemuksellaan luoda turvan tunnetta sosiaalipalveluihin saapuvalla asiakkaalle. Pelkästään työntekijän miellyttävällä äänensävyllä ja eleillä voi olla tärkeä rooli turvallisen ympäristön luomisessa.

4.2 Luottamuksellisen suhteen rakentaminen

Luottamuksen tunne on välttämätön työntekijän ja asiakkaan välisen auttavan suhteen syntymisessä (Fallot & Harris 2009, 2). Aineistomme mukaan työntekijä voi rakentaa asiakkaan kanssa luottamuksellista suhdetta yhtäältä korjaavaan vuorovaikutukseen panostamalla (Levenson 2020, 293) sekä toisaalta pyrkimällä johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen asiakastyössä (Levenson 2017, 108).

4.2.1 Korjaavaan vuorovaikutukseen panostaminen

Korjaava vuorovaikutus koostuu sisällön analyysimme perusteella terveiden rajojen ylläpitämisestä, kunnioittavasta kohtaamisesta, arvostavan kielenkäytön omaksumisesta sekä asiakkaan tunteiden validoimisesta. Kuviossa 5 havainnollistetaan sisällön analyysin tulokset korjaavaan vuorovaikutukseen panostamisen osalta.



Kuvio 5. Korjaavaan vuorovaikutukseen panostaminen

Ensimmäinen keino, jolla työntekijä voi pyrkiä luomaan korjaavaa vuorovaikutusta asiakkaan kanssa, on pitämällä yllä asianmukaisia rajoja työntekijä-asiakassuhteessa. Levenson ilmaisee asian seuraavasti:

”Luottamusta voidaan lisätä läpinäkyvyydellä ja terveillä rajoilla, asiakasta autetaan saavuttamaan halutumpi lopputulos mallinnuksen ja korjaavan vuorovaikutuksen avulla” (Levenson 2020, 293).

Tulkitsemme tämän myös niin, että sosiaalipalveluissa voidaan mallintaa luottamuksellista ihmissuhdetta ja korjaavaa vuorovaikutusta työntekijä-asiakassuhteessa. Näin työntekijä voi korjaavaan vuorovaikutukseen panostamalla eli esimerkiksi terveistä rajoista kiinni pitämällä tukea asiakkaan elämään liittyvien muidenkin luottamuksellisten suhteiden rakentumista.

Toinen keino, jolla työntekijä voi tukea korjaavaan vuorovaikutuksen syntymistä asiakassuhteessa, on kohtaamalla jokainen asiakas kunnioittavasti. Levenson sanoo asiasta seuraavasti:

”Sosiaalityöntekijät ymmärtävät, että meillä on vastuu luottamuksen lisäämiseen, ja tämä edellyttää myötätuntoista ja kunnioittavaa tapaa olla yhteydessä asiakkaisiin. (...) (...) TIC-interventioihin kuuluu yksinkertaisesti vuorovaikutus asiakkaiden kanssa tavoilla, jotka ilmaisevat heidän olevan erityisiä, tärkeitä ja arvokkaita. (...) Kunnioitus on keskeinen tekijä muutoksen mahdollistamisessa interventioista riippumatta (...)” (Levenson 2017, 107, 110, 111).

Levenson viittaa edellä ”TIC-interventioilla” traumainformoitua työtettä hyödyntäviin interventioihin (Traumainformed care). Tulkitsemme niin, että työntekijä voi kunnioittavan kohtaamisen kautta viestiä asiakkaalle tämän olevan arvokas omana itsenään. Kunnioittavaan kohtaamiseen kuuluu myös se, että sosiaalialan työntekijä pyrkii välttämään aina työssään asiakasta moralisoivaa tai holhoavaa otetta (Levenson 2020, 293–294).

”(...) eettiset ohjeet pitävät vahvasti arvossaan henkilökohtaista arvokkuutta ja arvoa, ja vaativat meitä käyttämään kunnioittavaa ja ei-halventavaa kieltä kuvaamaan heitä, joiden kanssa työskentelemme” (Levenson 2020, 296).

Kolmas tapa, jonka avulla työntekijä voi luoda korjaavaa vuorovaikutusta, on arvostavan kielenkäytön omaksuminen. Levensonin (2020, 296) mukaan työntekijöiden on hyvä käyttää asiakkaiden kanssa niin sanottua *person first* -kieltä. Tällä tarkoitetaan kieltä, joka on kunnioittavaa ja neutraalia, ja puheessa sekä tekstissä on vältettävä luokittelemista tai stereotyyppien muodostamista. Sen sijaan, että puhuttaisiin esimerkiksi rikollisesta tai sanottaisiin, että asiakas on päihteidenkäyttäjä, puhutaan mieluummin henkilöstä, joka on tehnyt rikoksen tai asiakkaasta, joka on kamppailut päihderiippuvuuden kanssa.

Tulkintamme mukaan neljäs keino korjaavan vuorovaikutuksen synnyttämiseen on työntekijän kyky validoida eli vahvistaa asiakkaan tunnekokemuksia. Knightin mukaan asiakkaan tunteiden validointi tapahtuu empatian kautta:

”(...) kyky välittää empatiaa ja ymmärrystä vahvistaa selviytyjän tunteita ja kokemuksia vähentäen eristäytymistä ja yksinäisyyttä ja erilaisuuden tunteita” (Knight 2014, 27).

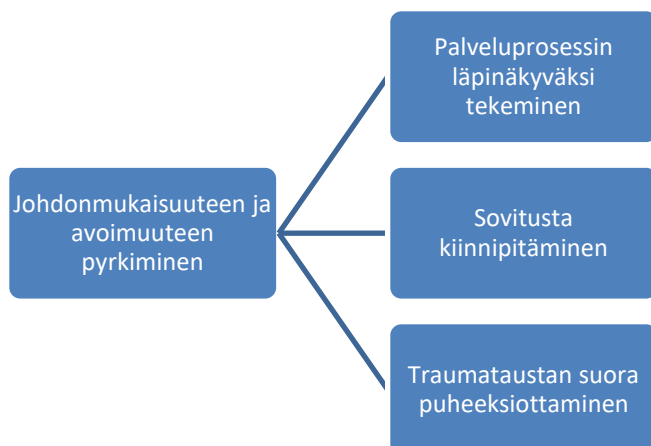
Knight havainnollistaa tunteiden ja kokemusten validointia myös tapausesimerkin kautta, jossa asiakas kertoo kokeneensa seksuaalista väkivaltaa toistuvasti lapsuudessaan:

“Rose: ‘(...) isäni pelleili kanssani, tiedäthän, kosketteli minua ja muuta.’
Clare: ‘Olen niin pahoillani, Rose. Se on ollut varmasti todella vaikeaa sinulle, todella satuttavaa.’ (...) ‘Niin monilla asiakkaistamme, etenkin naisasiakkailta on ollut samanlaisia kokemuksia. Päihteiden käytöstä ja alkoholista tulee keinoja paeta kipua, surua, vihaa, kaikkia noita tunteita, jotka johtuvat siitä, mitä isäsi teki sinulle’” (Knight 2014, 29).

Tulkitsemme tästä, että traumainformoidusti toimiva työntekijä vastaa asiakkaan kokemukseen empaattisesti välittäen arvostuksensa jaetun asian tärkeydestä. Työntekijä myös validoi asiakkaan kokemuksen ja tunteet ilmaisemalla tälle ymmärryksensä asian raskaudesta ja vaikeudesta. Lisäksi hän antaa asiakkaan kertoa sen verran kuin haluaa jättäen kysymättä tarkentavia lisätietoja traumaattisista kokemuksista. Näin työntekijä voi välttää asiakkaan uudelleen traumatisoitumisen (Knight 2014, 28).

4.2.2 Johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen pyrkiminen

Luottamuksellisen suhteen rakentamiseksi traumainformoitu työntekijä toimii johdonmukaisesti ja selkeästi (Levenson 2017, 108). Johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen pyrkiminen muodostuu palveluprosessin läpinäkyväksi tekemisestä asiakkaalle, sovitusta kiinnipitämisestä ja traumataustan suorasta puheeksiottamisesta. Kuviossa 6 havainnollistetaan sisällön analyysin tulokset johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen pyrkimisen osalta.



Kuvio 6. Johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen pyrkiminen

Yksi keskeinen keino, jolla työntekijä voi osoittaa johdonmukaisuutta ja avoimuutta, on palveluprosessin läpinäkyväksi tekeminen asiakkaalle. Levenson kuvaa tätä seuraavanlaisesti:

”Luottamus osoitetaan ja näytetään ajan myötä. (...) Työntekijät voivat esimerkiksi selittää selkeästi kelpoisuuskriteerit, palveluprosessin ja odotukset ohjelman onnistuneelle suorittamiselle sekä tiedot luottamuksellisuudesta, tiedon jakamisesta, läsnäolosta ja palkkioista.” (Levenson 2017, 108).

Ymmärrämme tämän siten, että työntekijän on hyvä olla läpi palveluprosessin asiakkaalle mahdollisimman avoin kertomalla yhteisen työskentelyn eri vaiheista, vaatimuksista ja tavoitteista. Levensonin mukaan vähentämällä epäselvyyttä palveluprosessista työntekijä voi auttaa asiakasta ennakoimaan, mitä tältä odotetaan ja toisaalta, mitä asiakas voi odottaa työntekijältään (Levenson 2017, 108). Samankaltaista työntekijän avointa työtapaa kuvaa myös Kusmaul kumppaneineen (2018, 5) päihdeyksikköön sijoittuvassa esimerkissään:

”Esimerkkejä tilanteista, jolloin ohjelmat tai henkilökunta olivat luotettavia: (...) ’Ohjaajani yrittää auttaa minua. Joka kerta, kun hän lähettää jotain huumetuomioistuimeen, (...) hän näyttää minulle, mitä hän lähettää” (Kusmaul ym. 2018, 5).

Tulkitsemme tämän niin, että työntekijän tapa näyttää asiakkaalleen aina lähettämänsä asiakkaan asiaa koskevat sähköpostit, vahvistaa asiakkaan luottamuksen kokemusta heidän välillään. Kusmaul lisää, että myös erilaisista palveluun liittyvissä muutostilanteista avoimesti asiakkaalle viestiminen on tärkeää avoimessa työtavassa (Kusmaul ym. 2018, 9).

Toinen keino osoittaa johdonmukaisuutta asiakastyöskentelyssä on pitää kiinni sovituista palveluista ja aikataulusta. Mikäli muutoksia sovittuun tulee, johdonmukaisesti ja avoimesti toimiva työntekijä ilmoittaa niistä asiakkaalle. Kusmaul ja kumppanit ilmaisevat asian tapausesimerkkien kautta:

"Luotettavuuden elementtejä olivat luvattujen palveluiden toteuttaminen (...) ja läpivieminen (...) 'Kun meillä oli kevätsiivous viime viikolla ja tiesimme siitä noin kuukauden etuajassa' (Asiakas päihdeyksikössä). Kun palveluita ei toteutettu luvatussa tavalla, tätä pidettiin vähemmän luotettavana. Eräs asiakas päihdeyksikössä tunnisti osoituksena epäluotettavuudesta ongelman ryhmien peruuntumiset ja sen, ettei peruuntumisien syitä ilmoitettu asiakkaille" (Kusmaul ym. 2014, 5).

Levenson (2020, 206) korostaa samaa sovitusta kiinni pitämisen tärkeyttä sanomalla: "Sano mitä tarkoitat ja tarkoita, mitä sanot". Jotta työntekijä voi siis rakentaa luottamuksellisen suhteen asiakkaan kanssa, on asiakkaan luottamus ansaittava teoilla.

Avoimuus asiakastyössä näyttäytyy lisäksi traumataustasta puheeksi ottamisena. Knightin mukaan työntekijän kannattaa kysyä asiakkaan traumataustasta suoraan, mutta tahdikkaasti:

"Kysymällä suoraan asiakkaan mahdollisesta lapsuuden traumasta hienovaraisesti, mutta voimakkaasti viestii asiakkaalle, että hän voi keskustella siitä, kun on valmis ja myös normalisoi ja vahvistaa hänen kokemuksiaan ja tunteitaan" (Knight 2014, 31).

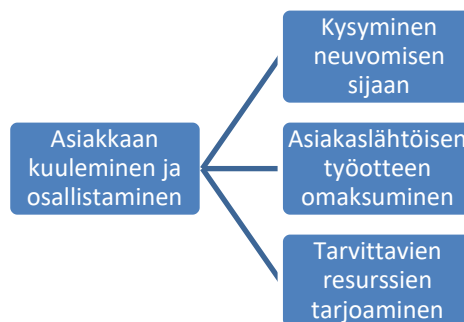
Levenson lisää, että työntekijän on traumataustasta keskusteltaessa kuitenkin syytä muistaa kysyä myös asiakkaan resilienssitekijöistä sekä suojaavien ja tukevien ihmisten läsnäolosta niin asiakkaan aiemmissa kuin nykyisissäkin sosiaalisissa verkostoissa (Levenson 2017, 108).

4.3 Yhteistyöhön kannustaminen

Yhteistyöhön kannustaminen on yksi traumainformoidun työotteen peruspilareista, ja se korostuu aineistossamme sekä Levensonin (2017; 2020), Kusmaulin ja kumppaneiden (2018) että Knightin (2014) artikkeleissa. Yhteistyöhön kannustaminen tapahtuu sisällön analyysimme mukaan asiakkaan kuulemisen ja osallistamisen sekä vaikeille kokemuksille tilan antamisen kautta.

4.3.1 Asiakkaan kuuleminen ja osallistaminen

Yhteistyön rakentamisen kannalta on tärkeää, että työntekijä kuulee asiakasta ja antaa tämän osallistua palveluprosessin määrittämiseen (Levenson 2020, 295). Asiakkaan kuuleminen ja osallistaminen koostuu sisällön analyysimme perusteella kysymisestä neuvomisen sijaan, asiakaslähtöisen työtteen omaksumisesta sekä tarvittavien resurssien tarjoamisesta. Kuviossa 6 havainnollistetaan sisällön analyysin tulokset asiakkaan kuulemisen ja osallistamisen osalta.



Kuvio 6. Asiakkaan kuuleminen ja osallistaminen

Aineistomme mukaan yhteistyön lisäämiseksi työntekijän on hyvä omaksua kuunteleva ote, jossa korostuu avointen kysymisten esittäminen neuvojen jakamisen sijaan. Sitouttaakseen asiakasta yhteiseen työskentelyyn työntekijän on tärkeää kuunnella uteliaisuudella ja myötätunnolla (Levenson 2020, 295).

“Ehkä tärkein asia, jonka voimme tehdä asiakkaiden voimaannuttamiseksi, on olla antamatta neuvoja. (...) Kysymällä sen sijaan, että neuvoisimme kunnioitamme autonomiaa ja itsemääräämisoikeutta, mikä antaa asiakkaalle mahdollisuuden priorisoida tavoitteita ja arvioida vaihtoehtoja mielekkäällä tavalla” (Levenson 2020, 295).

Tulkintamme on, että kysymällä neuvomisen sijaan työntekijä voi osallistaa asiakkaan pohtimaan itse omia tavoitteitaan ja tekemään valintoja käsillä olevista vaihtoehtoistaan. Levensonin mukaan etenkin niitä asiakkaita, joilla on taustallaan hyväksikäyttökokemuksia, voi joutua muistuttamaan siitä, että myös heillä on oikeus esittää palveluissa kysymyksiä, pyytää asioita tai kieltäytyä palveluista niin halutessaan (Levenson 2017, 109).

Toinen keino asiakkaan kuulemiseksi ja osallistamiseksi on aidosti asiakaslähtöisen työtteen omaksuminen. Siinä tärkeässä osassa on asiakkaan näkeminen oman elämänsä asiantuntijana.

”Aidosti yhteistyökykyinen työntekijä-asiakassuhde on sellainen, jossa työntekijän ammatillinen tietämys yhdistyy asiakkaan asiantuntemukseen omasta elämäntarinastaan ja mahdollisista selviytymiskeinoistaan” (Levenson 2017, 109).

Asiakaslähtöiseen työtteeseen kuuluu, että työntekijä tarjoaa asiakkaalle mahdollisuuden käyttää ääntään esimerkiksi palveluiden ehdottamiseen. Kusmaul kumppaneineen kuvaa asiaa seuraavasti:

”Asiakkaiden yhteistyön määrittelyt sisälsivät sekä mahdollisuuden työskennellä henkilöstön kanssa tiettyjen tavoitteiden eteen että ehdottaa tulevia palveluita. Eräs asiakas määritteli yhteistyön ääneksi ja valinnaksi: ’Minulla on ääni ja minulla on vaihtoehtoja tavoitteiden asettamisessa hoitosuunnitelmassani. (...)’” (Kusmaul ym. 2018, 6–7).

Tulkitsemme aineistosta, että asiakaslähtöinen työote voidaan nähdä myös siten, että työntekijästä tulee ikään kuin valmentaja, joka tekee yhteistyötä asiakkaan kanssa, kuten Levenson (2020, 295) asian ilmaisee. Asiakkaalla on tällöin mahdollisuus ohjata yhteisen työskentelyn kulkua sekä harjoitella suunnittelu- ja päätöksentekotaitojaan. Tällainen työntekijän ja asiakkaan välinen yhteistyö edistää voimaantumista ja estää asiakkaan uudelleen traumatisoitumista, joka voisi tapahtua, jos työntekijä on kovin autoritaarinen. (Levenson 2020, 295.)

Kolmantena keinona asiakkaan osallistamiseksi työntekijä voi tarjota tarvittavia resursseja tavoitteiden saavuttamiseen. Kusmaul kumppaneineen kuvaa tätä päihdepalveluissa olevan asiakkaan kokemuksen kautta:

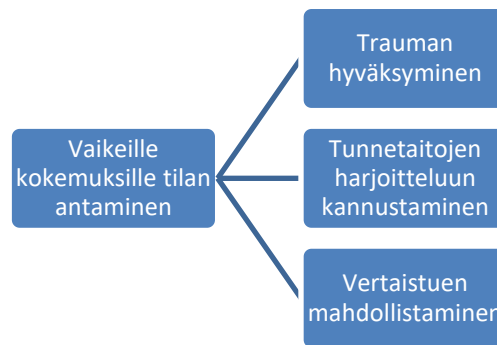
”(...) Ja ’me autamme sinua pääsemään sinne’, kuten koulujutussa, jonka mainitsin. Jos en haluaisi mennä takaisin kouluun, he eivät sano: ’Hei, sinun täytyy mennä takaisin kouluun.’ Mutta koska halusin tehdä sen, he ovat siellä ja auttavat minua sen kanssa” (Kusmaul ym. 2018, 7).

Tulkitsemme niin, että on tärkeää, että sen sijaan, että työntekijät painostavat asiakasta muutokseen, he voivat olla tukena ja auttaa siihen liittyvien asioiden

hoitamisessa. Työntekijä toimii siis asiakkaan rinnalla antaen tarvittavia välineitä jonkin tietyn muutoksen mahdollistamiseksi.

4.3.2 Vaikeille kokemuksille tilan antaminen

Sisällön analyysimme mukaan yhteistyön rakentamiseksi työntekijän tulee uskaltaa antaa asiakkaan hankalille kokemuksille tilaa. Vaikeille kokemuksille tilan antaminen koostuu kolmesta keinosta: trauman hyväksymisestä, tunnetaitojen harjoitteluun kannustamisesta ja vertaistuen mahdollistamisesta. Kuvio 7 havainnollistaa sisällön analyysin tuloksia vaikeille kokemuksille tilan antamisen osalta.



Kuvio 7. Vaikeille kokemuksille tilan antaminen

Trauman hyväksyminen on ensimmäinen askel, jonka työntekijä voi tehdä antaakseen asiakkaan vaikeille kokemuksille tilaa. Traumainformoitunut työntekijä ei välttele puhumasta menneisyyden vaikeista kokemuksista, jos asiakas osoittaa itse olevansa tähän halukas. Tulkitsemme aineistosta, että trauman hyväksymällä ja siitä keskustelemalla työntekijä voi auttaa asiakasta näkemään yhteyden menneiden kokemusten ja nykyisten ongelmien välillä.

”(Traumasta) selviytyjät raportoivat auttamattomiksi työntekijöiksi erityisesti heidät, jotka välttivät trauman käsittelemistä lainkaan, (...) Esimerkissä työntekijä Joan sivuutti täysin asiakkaan ohuesti verhotut vihjeet hänen historiastaan. Näin hän vahvisti eristäytyneisyyden ja syvän häpeän tunteita, (...) (...) Joan oppi ymmärtämään, että Victorin menneisyyden tutkiminen tarkoituksellisesti antaisi hänelle arvokasta tietoa siitä, mitä hän tarvitsi nykyisyydessä” (Knight 2014, 27, 30).

Työntekijä voi myös kannustaa asiakasta tunnetaitojen opetteluun tai antaa asiakkaalle jopa konkreettisia välineitä, joiden avulla asiakas voi harjoitella tunteiden säätelyään ja purkamistaan. Knight sanoittaa asiaa sekä yleisesti että tapausesimerkin kautta:

”(Traumasta) Selviytyjille on voimaannuttavaa pystyä pukemaan sanoiksi heidän kokemuksensa ja tunteensa. Mutta heidän on myös hallittava tunteitaan, koska tämä lisää itsetuntoa” (Knight 2014, 30).

”Hän (työntekijä) tunnusti ja tunsu myötätuntoa hänen tunteitaan kohtaan, rohkaisten häntä ilmaisemaan, millaista hänellä oli ollut. Koska Victorin oli usein vaikea pukea tunteitaan sanoiksi, erityisesti vihaansa, Joan ehdotti vaihtoehtoisia tapoja, mukaan lukien tyynyjen lyöminen ja saven kanssa työskentely, esimerkkinä ei-sanallisista tekniikoista, joiden on todettu olevan tehokkaita auttamaan (traumasta) selviytyjiä – ja muita asiakkaita – paremmin hallitsemaan tunteitaan” (Knight 2014, 30).

Tulkintamme on, että työntekijän on tärkeää rohkaista asiakasta vaikealta tuntuvien tunteiden käsittelyyn. Knight muistuttaa, että työntekijän on kuitenkin otettava aina huomioon tilannetekijät – onko kyse vain yhdestä tapaamisesta vai pidemmästä asiakassuhteesta – ja toimittava sen mukaan. Jos kyseessä on lyhyt yhden tapaamisen kestävä asiakassuhde, traumaattisten kokemusten puheeksi ottaminen ei ole yleensä johdonmukaista. (Knight 2014, 30.)

Työntekijä voi lisäksi antaa asiakkaan vaikeille kokemuksille ja tunteille tilaa mahdollistamalla tälle vertaistuellisen kokemuksen. Petrillo antaa esimerkin naisvankien ”Healing trauma” -vertaistukiryhmästä:

”Antamalla naisille tilan kertoa tarinoitaan mahdollistaa heille kokoontumisen yhteen aloittaakseen sosiaalisen tuen luomisen, eristäytymisen vähentämisen ja (uudelleen) yhteyden luomisen tunteisiin (...). (...) kertomalla tarinansa naiset tajusivat, että heillä oli yhteisiä kokemuksia: ’Hetki kun meni ryhmään, tajusi, että kaikki ovat kokeneet jotain samanlaista ja oppi avautumaan.’ (Zoe FG 3)” (Petrillo 2021, 233, 6).

Tulkitsemme tämän niin, että kun asiakkaille annetaan yhteinen, turvallinen tila jakaa elämäntarinoitaan, heillä oli mahdollisuus samastua toistensa tarinoihin ja

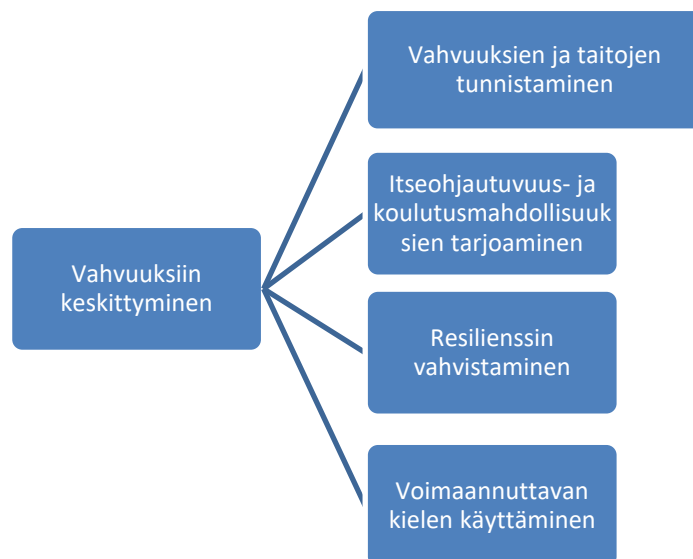
saada näin toisiltaan sosiaalista tukea, mikä lisää yhteistyön kokemusta. Petrillon mukaan tarinoiden jakamisen merkityksellisyys on tunnustettu yleisesti traumatietoisissa käytännöissä, sillä se poistaa häpeää, kieltämistä ja salailua. Samalla asiakkaiden eristäytyneisyyden kokemus vähenee ja tunneyhteys paranee. (Petrillo 2021, 6–7.)

4.4 Voimaantuminen

Aineistomme mukaan asiakkaan voimaantumista voidaan tukea vahvuuksiin keskittyvällä lähestymistavalla. Tärkeää on myös, että työntekijä huomioi asiakkaan lapsuudenaikaisten kokemusten vaikutuksen tähän päivään (Levenson 2017, 109, 111). Lisäksi auttamissuhteessa on pyrittävä välttämään valtaeroa, sillä se voi uudelleen traumatisoida asiakkaita (Levenson 2020, 289).

4.4.1 Vahvuuksiin keskittyminen

Vahvuuksiin keskittyminen voi olla asiakkaan vahvuuksien ja taitojen tunnistamista, koulutus- ja itseohjautuvuusmahdollisuuksien tarjoamista, resilienssin vahvistamista sekä voimaannuttavan kielen käyttämistä. Kuvio 8 havainnollistaa sisällönanalyysimme tuloksia vahvuuksiin keskittymisen osalta.



Kuvio 8. Vahvuuksiin keskittyminen

Vahvuuksien ja taitojen tunnistaminen sekä koulutus- ja itseohjautuvuusmahdollisuuksien tarjoaminen ovat tärkeitä keinoja asiakkaan voimaannuttamiseksi (Kusmaul ym. 2018, 7). Kusmaul kumppaneineen kuvaa tätä pakolaiskeskuksen asiakkaan kokemuksen kautta. Tulkitsemme työntekijän voivan vahvistaa asiakkaan voimaantumista esimerkiksi kielen opiskelun tukemisen kautta:

”Ajattelen, että isoin apu, jonka olen koskaan nähnyt (...) he järjestävät tunteja, se on isointa. (...) kun puhut samaa kieltä kuin toinen ihminen ja alat ymmärtää, tunnet voimaa (...). (...) he tarjoavat tämän, tämän voiman, he opettavat tämän meille, puhumaan englantia” (Kusmaul ym. 2018, 7).

Petrillo (2021, 241–242) antaa koulutus- ja itseohjautuvuusmahdollisuuksien tukemisesta tutkimuksessaan toisen esimerkin. Siinä naisvangeille tarjottiin tilaisuus osallistua ”Healing trauma” -vertaistukiryhmään, joka auttoi heitä tuntemaan yksilöllisesti ja psykologisesti enemmän voimaa opettamalla heitä ajattelemaan uudella tavalla stressaavissa tilanteissa. Sen myötä he saivat enemmän hallinnan tunnetta menneisyytensä tapahtumiin:

”Tunnen olevani vahvempi ja itsevarmempi kurssin suorittamisen jälkeen. Minusta tuntuu, että se auttoi minua saamaan lisää itseluottamusta ja puhumaan paljon enemmän, piilouduin ja pullotin asioita, mutta en enää (...)” (Petrillo 2021, 241).

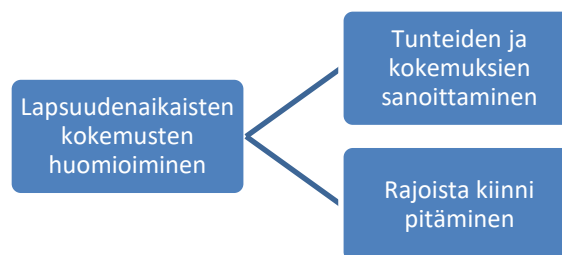
Vahvuuksiin keskittyvään lähestymistapaan voidaan katsoa kuuluvan myös asiakkaan resilienssin vahvistaminen. Resilienssi on uskoa omiin kykyihin saavuttaa tavoitteita ja selvitä elämässä eteen tulevista haasteista (Levenson (2017, 109). Työntekijät voivat vahvistaa asiakkaidensa resilienssiä rakentamalla korjaavia suhteita, jotka auttavat asiakkaita muuttamaan heidän sisäisiä uskomuksiaan itsestä ja muista (Levenson 2020, 290; Knight 2014, 27). Sen myötä asiakkaat saavat kokemuksen terveestä ihmissuhteesta, mikä puolestaan auttaa heitä saavuttamaan paremman hallinnan tunteen jokapäiväisessä elämässään. Näin toimimalla työntekijät voivat asiakkaiden resilienssin vahvistamisen lisäksi luoda heille toivoa muutoksen mahdollisuuteen. (Levenson 2017, 109.)

Lisäksi vahvuuksiin keskittymisen tulisi näkyä työntekijän kielessä. Jotta työntekijä voi tukea asiakkaan voimaantumista, tulisi hänen käyttää asiakastyössä voimaannuttavaa kieltä. Levenson kuvaa voimaannuttavan kielenkäytön merkitystä seuraavasti:

”Tukeakseen trauman kokeneiden asiakkaiden voimaantumista heistä on hyvä puhua käyttäen nimitystä ’selviytyjä’ sanan ’uhri’ sijaan. Ja sen sijaan, että asiakkaalta kysyttäisiin, että ’Mikä sinua vaivaa?’, asiakkaan voimaantumisen tukemisen kannalta parempi kysymyksen muotoilu olisi: ’Mitä sinulle tapahtui?’” (Levenson 2017,109).

4.4.2 Lapsuudenaikaisten kokemusten (ACE) huomioiminen

Aineistomme mukaan asiakkaan voimaannuttamiseksi on oleellista, että työntekijä huomioi tämän lapsuudenaikaisten kokemusten vaikutuksen tähän päivään. Työntekijät, jotka ymmärtävät varhaisten vastoinkäymisten vaikutuksen myöhemmän elämän ongelmien esiintymiselle, voivat tarjota palveluita traumatietoisemmin (Levenson 2017, 111). Kuvio 9 havainnollistaa, mitä lapsuudenaikaisten kokemusten huomioiminen tarkoittaa aineistomme pohjalta tehdyn tulkintamme mukaisesti. Se on tunteiden ja kokemusten yhdessä sanoittamista sekä asianmukaisista rajoista kiinni pitämistä.



Kuvio 9. Lapsuuden aikaisten kokemusten huomioiminen

”Työntekijän on hyvä ymmärtää, että osa asiakkaista on oppinut selviytymään traumojensa kanssa tukahduttamalla ne. Voimaantumisen kannalta olisikin tärkeää, että traumasta selviytyjille annetaan mahdollisuus pukea sanoiksi kokemuksiaan ja tunteitaan” (Knight 2014, 25, 30, 31).

Tulkitsemme, että antamalla asiakkaan sanoittaa tunnekokemuksiaan työntekijä voi tukea asiakkaan voimaantumista. Rikoksen tehneiden asiakkaiden kohdalla

tunteiden ja lapsuuden kokemusten sanoittamisen voidaan katsoa olevan erityisen tärkeää. Levensonin ja Gradyn mukaan traumatietoiset työntekijät näkevät asiakkaan ongelmallisen käyttäytymisen lapsuuden aikaisten vastoinkäymisten kautta ja ymmärtävät, että lapsuudessa uhriksi joutuminen voi heikentää psykososiaalista sopeutumista ja toimivien selviytymiskeinojen kehittymistä. (Levenson & Grady 2016, 38.)

Lapsuudenaikaisten kokemusten läpikäymisessä on syytä muistaa pitää kuitenkin kiinni terveistä työntekijä-asiakassuhteen rajoista. Knight kuvaa asiaa seuraavasti:

”Työntekijä voi tuntea empatiaa selviytyjää kohtaan, mutta silti asettaa ja ylläpitää rajoja, jotka edistävät voimaantumista. (...) Työntekijä ei saa tarjota palveluita, jotka eivät sovi hänen ammattirooliinsa, eikä hän saa ”kaivella” asiakkaan menneisyyttä syvällisemmin kyselemällä tarpeettomia lisätietoja menneisyyden tapahtumista” (Knight 2014, 27, 28).

Knight tuo rajojen asettamisesta esiin myös osuvan tapausesimerkin sijaishuollon puolelta. Siinä työntekijä vastaa asiakkaan jakamaan lapsuuden kokemukseen:

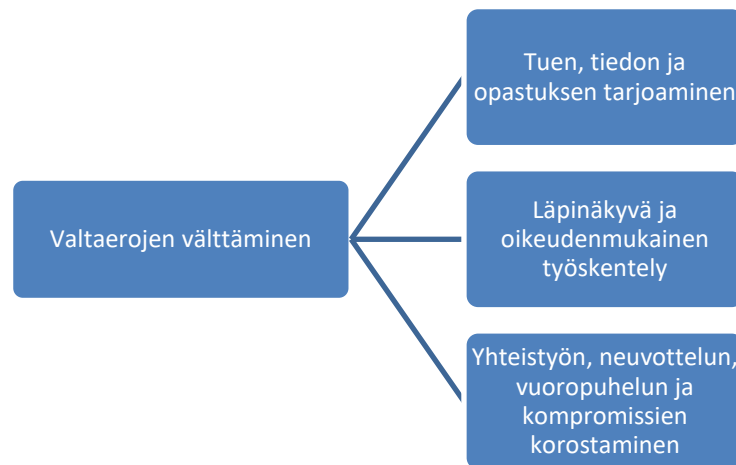
”Olen varma, että tämän täytyy olla niin vaikeaa. (...) Minun tehtäväni on auttaa sinua tekemään se, mitä tarvitset saadaksesi lapsesi takaisin, eikö? Olen niin iloinen, että kerroit, mitä teit, sillä nyt voin olla vielä enemmän avuksi sinulle. Ajattelen, että se, että olet jakanut tämän kanssani, tarkoittaa, että ehkä olet valmis puhumaan siitä jonkun kanssa. Se, mitä haluaisin tehdä, on ohjata sinut jonkun luokse, joka voi auttaa sinua tekemään sen” (Knight 2014, 28).

Tulkintamme on, että työntekijä voi huomioida asiakkaan menneisyyden hankalat kokemukset myötätuntoisesti, mutta silti pitää kiinni ammatillisesta roolistaan ja rajoistaan. Toisinaan se voi tarkoittaa myös asiakkaan ohjaamista eri tuen piiriin.

4.4.3 Valtaerojen välttäminen

Aineistomme mukaan asiakkaan voimaantumisen kannalta on tärkeää, että traumaan perehtyneet työntekijät välttävät auttamissuhteessaan voimattomuutta

aiheuttavaa dynamiikkaa, sillä se voi uudelleen traumatisoida asiakkaita. Valtadynamiikka voi helposti välittyä auttavaan suhteeseen, ellei työntekijä kiinnitä siihen erityistä huomiota. (Levenson 2020, 289, 296.) Valtaeroja välttääkseen, työntekijän on tulkintamme mukaan pyrittävä tarjoamaan asiakkaille tukea, tietoa ja opastusta, mutta samalla välttää sanomasta suoraan, mitä heidän tulisi tehdä. Työskentelyn on suotavaa olla läpinäkyvää ja oikeudenmukaista. Lisäksi työskentelyn tulee perustua yhteistyöhön, jossa asiakkaan kanssa käydään neuvotteluita ja vuoropuhelua ja pyritään tekemään tarvittaessa kompromisseja. Valtaerojen välttämistä havainnollistaa sisällönanalyysimme pohjalta tehty kuvio 10.



Kuvio 10. Valtaerojen välttäminen

Knightin (2014, 33) mukaan työntekijän tehtävä ei ole päättää asioita asiakkaiden puolesta, vaan toimia tiedon, tuen ja opastuksen antajana. Kun otetaan huomioon asiakkaiden voimattomuuden ydintunteet, tämä on erityisen tärkeä näkökulma.

”Työntekijän tulisikin tarjota asiakkaalle tukea, tietoa ja opastusta tarjolla olevista vaihtoehdoista, mutta ei kertoa asiakkaalle suoraan, mitä heidän tulisi tehdä” (Knight 2014, 33).

Sosiaalipalvelut voivat olla asiakkaille ahdistavia, ja erityisesti syrjäytyneet asiakkaat lähestyvät palveluita usein epäluottamuksella auktoriteettihahmoja kohtaan (Levenson 2017, 107). Aineistomme pohjalta tulkitsemme, että

asiakassuhteessa on ensiarvoisen tärkeää pyrkiä tasa-arvoisuuteen sekä rehellisyyteen.

”Koska työntekijöitä pidetään usein auktoriteettiasemassa olevina, heidän on tärkeää pyrkiä asiakastyössä myös läpinäkyvyyteen ja oikeudenmukaisuuteen. Jos työntekijä tekee virheen, tulee siitä ottaa vastuu ja pyytää tarvittaessa anteeksi ja korjata tekonsa” (Levenson 2020, 296).

Työntekijä voi välttää valtaerojen syntymistä korostamalla asiakastyöskentelyssään yhteistyön, neuvottelun, vuoropuhelun ja kompromissien merkitystä. Olemalla tietoinen omista reaktioistaan ja välttämällä tarkoituksellisesti jäykkää reagointia työntekijä osoittaa kunnioitusta asiakkaan näkökulmia kohtaan. Tällä tavoin myös konfliktien ratkaisu onnistuu paremmin yhdessä. (Levenson 2020, 296.)

Levenson (2020, 296) mallintaa asiakkaan näkökulman kunnioittamista ja konfliktitilanteen välttämistä seuraavalla esimerkillään: ”Haluan kuunnella sinua ja ymmärtää kokemuksesi, mutta minun ei tarvitse voittaa väittelyä tai joutua valtataisteluun kanssasi”. Näin jaettu valta muuttuu transformatiiviseksi, uudistavaksi kokemukseksi.

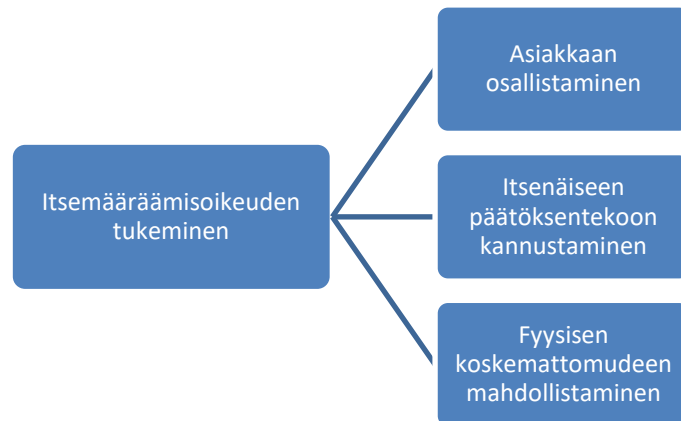
4.5 Valinnanvapauden mahdollistaminen

Aineistomme pohjalta tekemämme tulkin mukaan, työntekijä voi edistää asiakkaan valinnanvapautta tukemalla hänen itsemääräämisoikeuttaan sekä pyrkimällä rakentamaan asiakassuhteesta sellaisen, että se mahdollistaisi asiakkaalle kokemuksen korjaavasta suhteesta. Nämä teemat tulevat esille niin Levensonin (2017; 2020), Knightin (2014), kuin Kusmaulin (2018) ja kumppaneidenkin artikkeleissa.

4.5.1 Itsemääräämisoikeuden tukeminen

Asiakkaan itsemääräämisoikeuden tukeminen on tärkeä keino, jolla työntekijä voi vahvistaa asiakkaan hallinnan tunnetta omasta elämästään ja näin ollen rohkaista tätä itsenäiseen päätöksentekoon. Itsemääräämisoikeuden tukeminen

voi näkyä asiakastyössä siten, että työntekijä ottaa huomioon asiakkaan mielipiteen palveluprosessissa ja osallistaa häntä palveluiden suunnitteluun. Myös itsenäiseen päätöksentekoon kannustaminen ja fyysisen koskemattomuuden mahdollistaminen palveluissa tukevat asiakkaan itsemääräämisoikeutta. Itsemääräämisoikeuden tukemisen keinoja havainnollistaa kuvio 11.



Kuvio 11. Itsemääräämisoikeuden tukeminen

Levenson sanoo asiakkaan osallistamisesta seuraavaa: "(...) antamalla asiakkaiden osallistua toimenpiteen kulun määrittämiseen, sosiaalityöntekijät voivat sitouttaa asiakkaita ja poistaa muutoksen esteitä" (Levenson 2017, 109). Työntekijän on tärkeä muistaa, että asiakkaan itsemääräämisoikeus ulottuu myös palveluiden hyödyntämiseen, eli asiakas saa itse valita, ottaako hän ylipäänsä tarjottuja palveluja vastaan (Levenson 2020, 294). Asiakasta voi myös kannustaa arvioimaan valmiuksiaan muutokseen. Tällä tavoin asiakkaalle annetaan mahdollisuus pohtia elämäntapavalintojaan ja miettiä esteitä tavoitteidensa tiellä. (Levenson 2017, 108–109.)

Kusmaulin ja kumppaneiden (2018, 6) mukaan asiakkaiden itsemääräämisoikeuden tukemiseen on tärkeää, että heitä kannustetaan itsenäiseen päätöksentekoon siten, että työntekijät ovat tarvittaessa rinnalla tukena.

"Valinnanvapauden mahdollistamiseksi työntekijän tulee kertoa asiakkaalle erilaisista vaihtoehdoista, joita tällä on valittavanaan. Asiakkaalle on myös kerrottava palveluiden hyödyistä ja riskeistä sekä niiden

luottamuksellisuuteen liittyvistä seikoista, jotta asiakas voi tehdä oikeaan tietoon perustuvia päätöksiä” (Levenson 2017, 108–109).

Toinen käytännön esimerkki, miten työntekijä voi lisätä asiakkaiden itsemääräämisoikeutta, on antamalla heille mahdollisuuden muokata kuntoutussuunnitelmaansa yksilöllisten erityistarpeidensa mukaisesti.

”Se, että asiakkaille annetaan mahdollisuus vapaasti valita, mihin toimintoihin he osallistuvat, ja että työntekijät auttavat heitä pääsemään kyseisiin toimintoihin, tukee valinnanvapauden toteutumista. Samalla on oleellista lisätä asiakkaiden ymmärrystä siitä, että heidän tekemänsä valinnat ovat heistä itsestään kiinni” (Kusmaul ym 2018, 6).

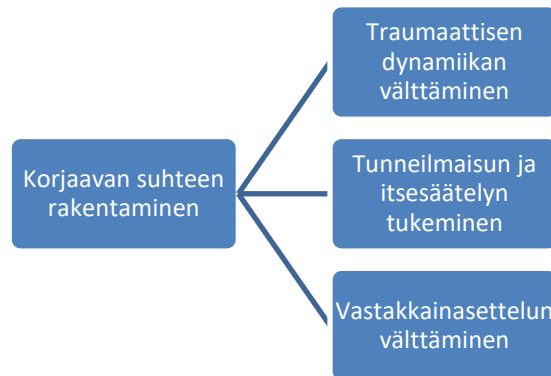
Knight lisää itsemääräämisoikeuteen kuuluvaksi myös asiakkaan valinnan fyysisestä kontaktista ja etäisyydestä työntekijään. Työntekijän tulee tavallisesti välttää asiakkaan koskettamista. Etenkin asiakkaille, joilla on lapsuudessaan jokin traumaattinen kokemus, on annettava mahdollisuus hallita, kuka koskettaa heitä ja miten. Niissä harvoissa tilanteissa, joissa kosketusta käytetään rauhoittaakseen tai välittääkseen empatiaa, työntekijän on noudatettava kolmea periaatetta. Työntekijän tulee kysyä asiakkaalta, voiko tätä koskettaa, vakuutettava että hän saa kieltäytyä kosketuksesta ja kerrottava, mikä tuon kosketuksen luonne tulisi olemaan. (Knight 2014, 28.)

”Saattaa tulla tilanteita, joissa työntekijä haluaa käyttää fyysistä kontaktia – Annan tapauksessa taputusta olkapäähän – rauhoittaakseen ja välittääkseen empatiaa. Selviytyjät voivat ymmärtää, että kosketus voi olla rauhoittavaa ja lohduttavaa, ei vain haitallista ja hyväksikäyttävää. Silti lapsuuden traumasta selvinneelle on annettava valtuudet hallita, kuka koskettaa heitä ja miten, sekä säädellä fyysistä etäisyyttä työntekijän ja itsensä välillä” (Knight 2014, 28).

4.5.2 Korjaavan suhteen rakentaminen

Kun työntekijä toimii traumainformoidusti, hänen ja asiakkaan välisestä suhteesta tulee asiakkaalle korjaava kokemus, jossa hän pääsee oppimaan vuorovaikutus- ja itsesäätelytaitoja. Levensonin mukaan tällainen toimiva suhde työntekijään rinnastuu myös asiakkaan muihin suhteisiin. Toisin sanoen, kun työntekijä osaa

reagoida asiakassuhteessa korjaavasti, asiakas oppii uusia ihmissuhdetaitoja, jotka parantavat hänen muitakin ihmissuhteitaan sekä yleistä hyvinvointiaan. (Levenson 2020, 294.) Analyysimme mukaan korjaavan suhteen rakentaminen koostuu traumaattisen dynamiikan välttämisestä, tunneilmaisun ja itsesäätelyn tukemisesta sekä vastakkainasettelun välttämisestä. Korjaavan suhteen rakentamista havainnollistaaksemme olemme koostaneet kuvion 12.



Kuvio 12. Korjaavan suhteen rakentaminen

Korjaavan suhteen rakentamisessa on tärkeää, että työntekijä välttää samanlaista dynamiikkaa kuin asiakkaan aiemmissa, traumaattisissa suhteissa. Sen sijaan työntekijän tulisi yrittää auttaa asiakasta tuntemaan olevansa aktiivisesti mukana itseään koskevissa asioissa sekä lisätä heidän toivoa asetettujen tavoitteiden saavuttamisesta. (Levenson 2020, 294.)

”Työntekijän reagoidessa korjaavasti, asiakkaat oppivat uusia ihmissuhdetaitoja, jotka parantavat heidän ihmissuhteitaan ja yleistä hyvinvointiaan. Ohjelmien ja harjoitteiden pitäisi auttaa asiakkaita tuntemaan olevansa aktiivisesti ja toiveikkaasti mukana hoitotavoitteissaan” (Levenson 2020, 294).

Isona osana valinnanvapauden mahdollistamista on asiakkaan pystyvyyden kokemuksen kasvattaminen. Tätä työntekijä voi tehdä tukemalla asiakasta tunneilmaisun ja itsesäätelyn kanssa. Jos asiakas ei hallitse tunneilmaisuaan tai reagoi epäjohdonmukaisesti jossain tilanteessa, työntekijän on hyvä välttää reagoimasta turhautumalla ja ymmärtää, että lapsuudenaikaiset haitalliset kokemukset voivat heikentää ihmisen kykyä itsesäätelyyn. Sen lisäksi työntekijä

voi auttaa asiakasta rakentamaan toimivampia selviytymiskeinoja erilaisiin tilanteisiin. (Levenson 2020, 295.)

Levenson antaa tästä muutaman esimerkin:

”Jos asiakas reagoi voimakkaan vihaisesti, työntekijä voi rauhoittavalla äänensävyllä pyytää asiakasta auttamaan häntä ymmärtämään, mikä saa asiakkaan niin vihaiseksi kyseisessä tilanteessa. Työntekijän on tärkeää myös validoida asiakkaan tunteita sanomalla esimerkiksi seuraavanlaisesti: ’Kuulen, että tunnet itsesi petetyksi’” (Levenson 2020, 295).

Levensonin (2020, 295) mukaan valinnanvapauden mahdollistamiseksi on hyvä, että työntekijä antaa asiakkaalle lisäksi mahdollisuuden valita erilaisten käyttäytymisvaihtoehtojen joukosta: “Olisitko valmis istumaan viisi minuuttia, hengittämään syvään ja yrittämään auttaa minua ymmärtämään, mikä sinua häiritsee?”

Korjaavaan suhteeseen kuuluu lisäksi olennaisena, että työntekijä pyrkii välttämään työskentelyssään vastakkainasettelua. Jos asiakkaan kohtaa vihamielisesti tai uhkaavasti, asiakkaalle syntyy helposti puolustusasenne, joka ainoastaan vahvistaa hänen jo ennestään kielteisiä ajatusmallejaan. Sen sijaan aktiivinen kuuntelu ja turvalliset menetelmät, kuten motivoiva haastattelu, voivat vähentää asiakkaan tarvetta puolustautua. Korjaavassa suhteessa asiakas voi turvallisesti tutkia ongelmia ja ratkaisuja sekä kehittää vuorovaikutustaitojaan. (Levenson 2020, 294.)

”Jos asiakas esimerkiksi saapuu toistuvasti myöhässä tapaamiselle, sen sijaan, että työntekijä muistuttaisi häntä säännöistä ja toimeenpanisi jonkin seuraamuksen, hän voi kysyä asiakkaalta, miksi tämän on niin vaikeaa päästä ajoissa paikalle? Sen jälkeen sekavia tunteita voidaan käydä läpi yhdessä” (Levenson 2020, 294).

5 POHDINTA

5.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätelmät

Opinnäytetyössämme halusimme paneutua trauman ja traumainformoidun työotteen käsitteisiin ja siihen, miten ne näyttäytyvät sosiaalityössä. Tutkimuskysymyksenä oli, miten sosionomi voi hyödyntää traumainformoitua työtettä asiakastyössään. Aineistoa hakiessamme huomasimme pian, että sitä ei ollut juurikaan löydettävissä suoraan sosionomin työhön liittyen, joten päädyimme käyttämään sosiaalityöhön liittyviä julkaisuja. Koska sosionomien työkentät ovat pitkälti samoja kuin sosiaalityöntekijöillä, koimme, että kirjallisuuskatsauksemme tulokset ovat johdettavissa myös sosionomin työhön.

Opinnäytetyömme tulosten perusteella traumainformoitua työtettä voidaan hyödyntää sosionomin työssä sekä lyhyissä asiakaskohtaamisissa, että syvemmän, luottamuksellisen ja turvallisen asiakassuhteen rakentamisessa. Mielestämme työote sopii niin traumataustan omaavien kanssa työskentelyyn kuin yleisesti sosionomin moninaisiin työympäristöihin. Ennen kaikkea se toimii työntekijän työn taustalla yleisenä ymmärryksenä siitä, että kenen tahansa menneisyydessä voi olla vaikeita kokemuksia, jotka heijastuvat tähän päivään esimerkiksi erilaisina sosiaalisina ongelmina sekä haasteina tunnesäätely- ja vuorovaikutustaidoissa.

Aineistomme artikkelien perusteella sosionomi voi hyödyntää traumainformoitua työtettä panostamalla asiakaskohtaamisten turvallisuuteen. Työntekijän osuva reagointi asiakkaan tarpeisiin ja arvostava puhetapa luovat perustan asiakkaan emotionaalisen turvallisuuden vahvistamiselle. Toisaalta turvalliset ja joustavat rajat estävät riippuvuuden syntymisen työntekijän ja asiakkaan väliseen suhteeseen. Turvallisen suhteen perusta rakentuu selkeästä vuorovaikutuksesta, asiakkaan myötätuntoisesta kohtaamisesta ja etenemisestä asiakkaan tahtisesti. Joidenkin asiakkaiden kanssa työntekijän voi olla tarpeen käyttää työskentelyssään myös mentoroivaa lähestymistapaa. Emotionaalisen ja psyykkisen turvallisuuden lisäksi työntekijöiden tulee varmistaa, että sosiaalipalveluiden tilat ovat fyysisesti turvalliset pitämällä huolta tarvittavista

turvatoimista ja tilojen viihtyvyydestä. Lisäksi työntekijän ystävällisellä ja aidolla kohtaamisella voidaan vaikuttaa asiakkaan fyysisen turvallisuuden tunteeseen.

Toimiakseen traumainformoidusti sosionomin tulee pyrkiä luottamuksellisuuteen asiakastyössään. Aineistomme mukaan työntekijän ja asiakkaan välinen luottamuksellinen suhde syntyy korjaavan vuorovaikutuksen keinoin sekä johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen pyrkimällä. Korjaavaan vuorovaikutukseen kuuluu työntekijä-asiakassuhteessa terveiden rajojen ylläpitäminen, kunnioittava kohtaaminen, arvostava kielenkäyttö sekä asiakkaan tunteiden validoiminen. Työntekijä voi pyrkiä johdonmukaisuuteen ja avoimuuteen tekemällä palveluprosessin läpinäkyväksi asiakkaalle – eli esimerkiksi kertomalla avoimesti yhteisen työskentelyn eri vaiheista, vaatimuksista ja tavoitteista. Myös pitämällä kiinni sovitusta ja ottamalla traumataustan suoraan, mutta hienovaraisesti puheeksi, työntekijä rakentaa luottamuksellista, avointa ja johdonmukaista työntekijä-asiakassuhdetta.

Yhteistyöhön kannustaminen tapahtuu asiakkaan kuulemisen ja osallistamisen sekä vaikeille kokemuksille tilan antamisen kautta. Aineistostamme käy ilmi, että asiakkaan kuuleminen ja osallistaminen tapahtuu kysymällä ja kuuntelemalla asiakasta. Neuvomisen sijaan sosionomin tulisi siis esittää avoimia kysymyksiä, jotta asiakkaalla olisi mahdollisuus kertoa mielipiteitään ja vaikuttaa näin palveluprosessin kulkuun. Toinen keino asiakkaan kuulemiseksi ja osallistamiseksi on aidosti asiakaslähtöisen työtteen omaksuminen, jossa keskeistä on asiakkaan näkeminen oman elämänsä asiantuntijana. Vaikeille kokemuksille tilan antaminen puolestaan sisältää mahdollisen trauman hyväksymisen, tunnetaitojen harjoitteluun kannustamisen ja vertaistuen mahdollistamisen asiakkaalle. Antamalla tilaa asiakkaan vaikeille kokemuksille sosionomi voi auttaa asiakasta näkemään yhteyden menneiden kokemusten ja nykypäivän ongelmien välillä.

Voimaantumisessa keskeistä on huomioida niin asiakkaan vahvuuksia kuin lapsuudenaikaisten kokemusten vaikutuksia tähän päivään. Lisäksi työntekijä-asiakassuhteessa on pyrittävä välttämään valtaeroa, sillä se voi uudelleen traumatisoida asiakkaita. Vahvuuksiin keskittyminen on käytännössä asiakkaan

vahvuuksien ja taitojen tunnistamista, koulutus- ja itseohjautuvuusmahdollisuuksien tarjoamista, resilienssin vahvistamista sekä voimaannuttavan kielen käyttämistä. Haastavalle käytökselle ei kannata antaa liikaa huomiota, vaan huomio tulee ennemminkin suunnata asiakkaan onnistumisiin ja positiivisiin tekemisiin. Asiakkaan lapsuudenaikaisten kokemusten huomioimiseen kuuluu puolestaan se, että työntekijä antaa asiakkaan sanoittaa tunteitaan ja kokemuksiaan unohtamatta ammatillista rooliaan ja asianmukaisista rajoista kiinni pitämistä työntekijä-asiakassuhteessa. Asiakkaan voimaantumiseksi työntekijän on myös hyvä välttää valtaerojen syntymistä, ja tämä tapahtuu korostamalla asiakastyössä yhteistyön, neuvottelun ja kompromissin merkitystä sekä tarjoamalla tukea, tietoa ja opastusta. Lisäksi läpinäkyvällä ja oikeudenmukaisella työskentelyllä voidaan välttää valtaerojen syntymistä työntekijä-asiakassuhteeseen.

Traumainformoituneesti toimiva sosionomi pyrkii mahdollistamaan asiakkaan valinnanvapauden. Aineistomme perusteella itsemääräämisoikeuden tukeminen on yksi keskeisimmistä keinoista, jolla sosionomi voi vahvistaa asiakkaan hallinnan tunnetta omassa elämässään. Itsemääräämisoikeuden tukemiseksi työntekijä ottaa huomioon asiakkaan mielipiteen palveluprosessissa ja osallistaa häntä palveluiden suunnitteluun. Lisäksi itsenäiseen päätöksentekoon kannustaminen ja fyysisen koskemattomuuden mahdollistaminen palveluissa tukevat asiakkaan itsemääräämisoikeutta. Valinnanvapauden mahdollistamisen perustana toimii korjaava suhde, jonka työntekijä voi rakentaa yhdessä asiakkaan kanssa. Tämä edellyttää työntekijältä traumaattisen dynamiikan välttämistä, asiakkaan tunneilmaston ja itsesäätelyn tukemista sekä vastakkainasettelun välttämistä.

5.2 Opinnäytetyön eettiset lähtökohdat ja luotettavuus

Opinnäytetyössämme on huomioitu tutkimusetiikka noudattamalla hyvän tieteellisen käytännön toimintatapojen mukaista rehellisyyttä, luotettavuutta, arvostusta ja vastuunkantoa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 11). Aineistoon ja tietoperustaan on pyritty valitsemaan ainoastaan luotettavia ja

laadukkaita lähteitä. Aineistoa valitessa olemme tiedostaneet tekemiemme valintojen vaikutuksen tutkielman lopputulokseen. Aineiston luotettavuutta on arvioitu kriittisesti kiinnittämällä huomiota esimerkiksi sen julkaisijatahoon ja siihen, onko kyseessä vertaisarvioitu tutkimus.

Tutkielman eri vaiheet ja tulokset on raportoitu avoimesti, läpinäkyvästi ja rehellisesti, jotta lukija voi nähdä, kuinka tutkielma on edennyt ja millaisia valintoja matkan varrella on tehty. Aineistoon on perehdytty erityisellä tarkkuudella samalla pyrkien välttämään väärintulkintoja. Koska käytetty aineisto on englanninkielistä, käännökset on pyritty tekemään suomen kielelle mahdollisimman huolellisesti ja luotettavaa sanakirjaa apuna käyttäen. Myös viittaukset käytettyihin lähteisiin on tehty asianmukaisesti, Lapin ammattikorkeakoulun ohjeita noudattaen.

5.3 Opinnäytetyön prosessin pohdinta ja jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyön tekeminen oli kokonaisuudessaan sekä haastava että antoisa. Kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä ei varmasti ollut helpoin vaihtoehto, mutta koska se tuntui aiheeseemme sopivimmalta, päädyimme siihen. Olimme kiinnostuneita traumainformoidusta työotteesta ja ajattelimme, että saamme siitä parhaan kuvan lukemalla mahdollisimman paljon aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja tutkimuksia. Aiheeseen perehtyminen vei aikaa, mutta oli samalla erittäin mielenkiintoista. Luimme myös useita aiemmin kirjoitettuja opinnäytetöitä, kandidoita sekä maisteritutkielmia, jotka oli tehty traumainformoituun työotteeseen liittyen ja joissa oli käytetty tutkimusmenetelmänä kirjallisuuskatsausta.

Aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja tutkimusartikkeleita oli rajallisesti, ja hyvin varhaisessa vaiheessa totesimme, että jos haluamme käyttää vertaisarvioituja artikkeleita, ne ovat englanninkielisiä. Emme kokeneet sitä ongelmaksi, ja englannin kielellä olevia artikkeleita löysimmekin kohtalaisen helposti. Niiden kääntäminen vei oman aikansa, ja sen jälkeen pääsimme perehtymään valitsemaamme materiaaliin perusteellisemmin. Artikkeleiden läpikäymiseen meni paljon aikaa, sillä ne olivat melko pitkiä ja luimme ne useaan otteeseen, samalla etsien niistä vastauksia tutkimuskysymykseemme. Tässä vaiheessa

teimme selkeämpää työnjakoa sen suhteen, mihin aihealueisiin tulosten tarkastelussa kumpikin meistä keskittyy enemmän. Tulosten tarkastelun viimeistelyn ja analyysin kirjoittamisen teimme yhteistyössä. Haastavimmaksi osuudeksi koimme aineiston analyysin kirjoittamisen, mutta onneksi saimme siihen hyviä vinkkejä ohjaavalta opettajaltamme.

Pysyimme aika hyvin tavoiteaikataulussamme, ja olemme kokeneet yhteistyömme opinnäytetyön teon aikana erittäin helpoksi ja mutkattomaksi. Jaoimme vastuut tasaisesti, ja toisen tekemiseen pystyi luottamaan alusta loppuun asti. Oli mukavaa tehdä tätä työtä yhdessä.

Vaikka sosionomit saavat opinnoissa jo paljon valmiuksia traumatietoiseen työskentelyyn, aiheeseen liittyvää koulutusta olisi mielestämme syytä lisätä. Ajattelemme, että aiheen tuntemuksesta on hyötyä missä tahansa sosionomin työympäristössä. Omien työelämän havaintojemme pohjalta voimme todeta, että sosiaalialalle kaivataan vielä laajempaa ymmärrystä ja osaamista traumataustan omaavien asiakkaiden kohtaamiseen ja tukemiseen. Ajattelemme, että kaikilla sosiaalialan asiakastyötä tekevillä olisi hyvä olla hallussaan ainakin perustiedot liittyen traumaan ja traumainformoituun työotteeseen. On lisäksi tärkeää muistaa, että myös ammattilaisilla on oma historiansa ja mahdollisesti vaikeita elämäkokemuksia taustallaan. Jotta ajoittain raskastakin työtä ja kipeitä asiakastarinoita jaksaa, on ensiarvoisen tärkeää huolehtia omasta hyvinvoinnistaan. Lisäksi omat vaikeat elämäkokemukset on hyvä tarvittaessa käsitellä, jotta ne eivät nouse pintaan asiakaskohtaamisissa.

Koemme, että oma ymmärryksemme traumasta on opinnäytetyön tekemisen myötä kasvanut merkittävästi ja uskomme sen tukevan mahdollisia jatko-opintojamme mielenterveystyön saralla. Kiinnostus aihetta kohtaan kasvoi entisestään opinnäytetyötä tehdessämme ja uskommekin, että tulemme syventymään aiheeseen vielä enemmän tulevien työvuosiemme aikana.

Traumainformoitu työote on vielä kohtalaisen vähän tunnettu sosiaalialalla ja toivoisimme, että tietoisuus siitä lisääntyisi entisestään ja sen myötä sen hyödyntäminen työvälineenä kasvaisi. Jatkotutkimusaiheena voisi olla

esimerkiksi traumatyötä tekevien sosiaalialan ammattilaisten haastattelemisen traumainformoidun työotteen käyttämisestä heidän asiakastyössään. Olisi myös mielenkiintoista kuulla traumatyötä tekevien ammattilaisten ajatuksia siitä, mitä heidän mielestään pitäisi tehdä, jotta organisaatioistamme ja palvelujärjestelmistämme saataisiin kehitettyä traumainformoidumpia.

LÄHTEET

DeCandia, C., & Guarino, K. (2020). Trauma-Informed Care: An Ecological Response. *Journal of Child and Youth Care Work*, 25, 7–32. Viitattu 4.7.2024. <https://doi.org/10.5195/jcycw.2015.69>

Fallot, R. & Harris, M. 2009. Creating Cultures of Trauma-Informed Care (CCTIC): A Self-Assessment and Planning Protocol. *Community Connections: Washington, D.C.* Viitattu 25.5.2024. <https://www.theannainstitute.org/CCTICSELFASSPP.pdf>.

Ginsberg, J. & Willits, A. 2016. Trauma-informed social work supervision. *School of social work. University of Wisconsin Madison.* Viitattu 30.7.2024. <https://www.youtube.com/watch?v=wDMTIQRQ1nw>

Haapala, M. & Jokela, C. Rakenteellisen sosiaalityön ja traumainformoidun työotteen yhteyksiä. Teoksessa J. Linner Matikka & T. Hipp (toim.) Traumainformoitu työote. 2. päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

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

Heiskanen, L. 2018. Lapsuuden traumat vaikuttavat ihmissuhteisiin. Viitattu 30.7.2024. <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/lapsuuden-traumat-vaikuttavat-ihmissuhteisiin/>

Hipp, T. 2023. Trauma ja traumatisoituminen. Teoksessa J. Linner Matikka & T. Hipp (toim.) Traumainformoitu työote. 2. päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hipp, T. & Linner Matikka J. 2023. Traumainformoitu työote. 2. päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hübl, T. 2020. Kollektiivinen trauma. Ylisukupolvisten ja kulttuuristen haavojemme parantaminen. Helsinki: Viisas Elämä Oy.

Ijäs, M. 2017. Järjestöjen osaamista rikostaustaisten kuntoutuksessa ei ole varaa heittää soten myötä menemään. Teoksessa Lindström, J. & Kuparinen, K. (toim.) Sosiaalityötä muurien sisä- ja ulkopuolella. Ammattilaisten näkemyksiä vankien parissa tehtävästä sosiaalityöstä. *Laurea julkaisut 2017:85*, 67. Viitattu 19.8.2024. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/136745/Laurea%20julkaisut%2085.pdf?sequence=4>

Järvinen, H-M. 2022. Traumat huomioon. *Talentia-lehti.* Viitattu 30.7.2024. <https://www.talentia.fi/talentia-lehti/traumat-huomioon/>

Karkkunen, A. 2020. Kehon ja mielen vakauttamisen merkitys suhteessa. Teoksessa K. Sarvela & E. Auvinen (toim.) Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Helsinki: Basam Books Oy.

Kerminen, M., Jussila, H. & Ailoranta, A. 2023. Miksi traumatietoisuus on tärkeää lastensuojelussa? Parempaa lastensuojelua. Viitattu 19.8.2024. <https://www.parempaalastensuojelua.fi/fi/uutinen/miksi-traumatietoisuus-on-tarkeaa-lastensuojelussa>

Knight, C. 2014. Trauma-Informed Social Work Practice: Practice Considerations and Challenges. Viitattu 4.6.2024. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10615-014-0481-6>.

Kuvaja, M. 2023. LAB-ammattikorkeakoulu. Lehtori. Johdantoluento. Traumainformoitu työote. Viitattu 1.8.2024. <https://www.youtube.com/watch?v=qeFpMeWHwTk>

Laitinen, M. & Hurtig, J. 2006. Varjojen jäljillä. Teoksessa M. Laitinen & J. Hurtig. (toim.) Pahan kosketus. Ihmisyden ja auttamistyön varjojen jäljillä. 2. täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Leikola, A., Mäkelä, J. & Punkanen, M. Polyvagaalinen teoria ja emotionaalinen trauma. Duodecim 2016; 132:55–61. Viitattu 1.8.2024. <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo12910.pdf>

Levenson, J. 2017. Trauma-Informed Social Work Practice. Viitattu 24.5.2024. <https://doi.org/10.1093/sw/swx001>.

Levenson, J. 2020. Translating Trauma-Informed Principles into Social Work Practice. Viitattu 20.5.2024. <https://doi.org/10.1093/sw/swaa020>.

Levine, P. & Frederick, A. 2008. Kun tiikeri herää. Trauma ja toipuminen. 3. painos. Helsinki, Oulu: Traumaterapiakeskus ry.

Lindqvist, M. 2006. Paha, ymmärtämisen rajat ja auttajan varjot. Teoksessa M. Laitinen & J. Hurtig. (toim.) Pahan kosketus. Ihmisyden ja auttamistyön varjojen jäljillä. 2. täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Maanmieli, K. & Sarvela, K. 2022. Yhteinen mieli. Traumatietoutta mielenterveystyöhön. Helsinki: Basam Books Oy.

Matthies, A.-L., & Närhi, K. 2014. Ekososiaalinen lähestymistapa rakenteellisen sosiaalityön viitekehyksenä. Teoksessa A. Pohjola, M. Laitinen, & M. Seppänen (toim), Rakenteellinen sosiaalityö 2014; 87. UNIpress. Sosiaalityön tutkimuksen vuosikirja. Viitattu 19.8.2024. https://www.researchgate.net/profile/Aila-Leena-Matthies/publication/266684413_Ekososiaalinen_lahestymistapa_rakenteellisen_sosiaalityon_viitekehysena/links/56a0079808ae4af52546df40/Ekososiaalinen-laehestymistapa-rakenteellisen-sosiaalityoen-viitekehysena.pdf

Mielenterveyden keskusliitto 2024. Dissosiaatio ja dissosiaatiohäiriöt. Mikä on dissosiaatio? Viitattu 1.8.2024. <https://www.mtkl.fi/mika-askarruttaa/yleisia-mielenterveyden-hairioita/psykkiset-traumat/dissosiaatio-ja-dissosiaatiohairiot/>

Nissinen, L. 2007. Auttamisen rajoilla. Myötätuntouupumisen synty ja ehkäisy. 1. painos. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Pelkonen, A. & Sarvela, K. 2020. ACE ja polyvagaaliteoria. Teoksessa K. Sarvela & E. Auvinen (toim.) Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Helsinki: Basam Books Oy.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 28.8.2024 <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/index.html>.

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Opetusjulkaisuja 62. Julkisjohtaminen 4. Vaasa: Vaasan yliopisto. Viitattu 20.3.2024. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-349-3>.

Sarvela, K. 2020. Traumainformoidun hoivan taustaa. Teoksessa K. Sarvela & E. Auvinen. (toim.) Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Helsinki: Basam Books Oy. TENK 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 25.3.2024. <https://tenk.fi/fi/tiede-vilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>.

Suomen trauma- ja dissosiaatioyhdistys Disso ry 2024. Lapsuuden haitalliset ja positiiviset kokemukset. Viitattu 1.8.2024. <https://www.disso.fi/tietoa-traumasta-ja-dissosiaatiosta/kirjoituksia-toipumisen-tueksi/lapsuuden-haitalliset-ja-positiiviset-kokemukset/>

Traumaperäinen stressihäiriö. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Psykiatriyhdistys ry:n ja Suomen Lastenpsykiatriyhdistys ry:n asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2022. Viitattu 4.3.2024. Saatavilla internetissä: <https://www.kaypa-hoito.fi/hoi50080>.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtymä Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 5.8.2024. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

van der Kolk, B. 2017. Jäljet kehossa. Trauman parantaminen aivojen, mielen ja kehon avulla. Helsinki: Viisas elämä Oy.

Vilka, H. 2021. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilka, H. 2023. Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Helsinki: Art House.

Vuori, J. 2021. Mitä on laadullinen tutkimus? Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 28.8.2024.
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/metelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/johdatus-laadulliseen-tutkimukseen-ja-verkkokasikirjaan/>.