

SOSIAALINEN TUKIVERKOSTO

Perhe, ystävät ja työkaverit voimavarana arjessa.
Karhula, Sanna

2/2018

Tiivistelmä

Tekijä		Tutkinto/kurssi ja opinnäytetyö/nimike
Sanna Erika Karhula		AMK2015/3A Opinnäytetyö
Julkaisun nimi		Julkisuusaste
Sosiaalinen tukiverkosto: Perhe, ystävät ja työkaverit voimavarana arjessa.		Julkinen
Ohjaajat ja opintoaine/opetustiimi		Opinnäytetyön muoto
Henri Rikander Marianne Matila		Tutkimuksellinen opinnäytetyö
Tiivistelmä		
<p>Tässä Poliisiammattikorkeakoulun opinnäytetyössä selvitetään, millaisena voimavarana yksittäinen poliisimies kokee oman perheensä, ystävänsä ja työtoverinsa. Opinnäytetyössä käsitellään sosiaalista tukiverkosta kirjallisuuden tarjoaman teorian pohjalta ja näkökulmaa opinnäytetyön aiheeseen haettiin haastattelemalla neljä yksittäistä poliisimiestä Lounais-Suomen poliisilaitoksen alueelta.</p> <p>Opinnäytetyön on toteutettu laadullisena tutkimuksena, jossa tieto on hankittu kirjallisten lähteiden ja henkilöhaastattelujen avulla puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Haastatteluiden haastattelurungon avulla haastattelut toteutettiin kasvotusten Salon poliisiasemalla.</p> <p>Tutkimuksessa selvisi, että kaikki neljä haastateltua poliisimiestä kokivat oman sosiaalisen tukiverkostonsa voimavarana ja haastattelutulokset vastasivat kirjallisuudesta haettua tietoa. Tutkimuksella ei saatu kokonaiskuvaa kaikkien Suomessa toimivien poliisimiesten osalta, mutta opinnäytetyön tavoitteena oli antaa aiheeseen näkökulmaa.</p>		
Sivumäärä	Tarkastuskuukausi ja vuosi	Opinnäytetyökoodi (OPS)
34 + 1	helmikuu 2018	AMK2015_3
Avainsanat		
tukiverkosto, perhe, ystävät, työkaverit, voimavara, puhuminen, jaksaminen, työhyvinvointi		

SISÄLLYS

1. JOHDANTO	2
2. POLIISITYÖN HAASTEET JA TYÖSSÄ JAKSAMISTA TUKEVAT KEINOT	4
2.1 POLIISITYÖN LUONNE	4
2.2 POLIISITYÖN KUORMITTAVUUS	5
2.3 PUHUMISEN MERKITYS	8
3. SOSIAALINEN TUKIVERKOSTO	12
4. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	15
4.1 TUTKIMUSKYSYMYKS JA TUTKIMUSMENETELMÄ	15
4.2 EETTISYYS	17
4.3 HAASTATELTAVIEN VALINTA	18
4.4 AINEISTON KÄSITTELY	18
5. TUTKIMUSTULOKSET	20
5.1 NAINEN, 27 VUOTTA, RIKOSTORJUNTA/TUTKINTA	20
5.2 MIES, 49 VUOTTA, VALVONTA- JA HÄLYTYSTEHTÄVÄT & PALVELUPÄIVYSTYS	21
5.3 MIES, 51 VUOTTA, VALVONTA- JA HÄLYTYSTEHTÄVÄT	23
5.4 MIES, 35 VUOTTA, RIKOSTORJUNTA & ANKKURI-RYHMÄ	23
6. JOHTOPÄÄTÖKSET	25
7. POHDINTA	26
7.1 HENKILÖKOHTAINEN OPPIMINEN	28
LÄHTEET	32
LIITTEET	33

1. JOHDANTO

Poliisimies kohtaa työssään paljon muuttuvia tekijöitä ja haasteita. Työnkuvaan kuuluvat erilaiset ihmiset, monenlaiset työympäristöt, jatkuvasti vaihtelevat työtehtävät, tunteita herättävät tapahtumat. Työnkuva käsittää laajan skaalan elämän ja kuoleman välillä, joita voi olla vaikeaa ulkopuoliselle selittää, ottaen myös huomioon sen, että poliisin työ pitää sisällään paljon työn puolesta salassa pidettäviä asioita.

Jokainen virkavaatteet päälleen pukeva, poliisin työtä tekevä henkilö on kuitenkin loppujen lopuksi ”vain” ihminen, joista jokainen yksilö käsittelee töissä vastaan tulevia asioita kukin tavallaan. Joku pitää urheilusta, joku toinen taas haluaa pohtia vastaan tulleita asioita yksin omassa rauhassa, toiset taas haluavat jakaa kokemukset puhumalla ja näin käsitellä asioita muiden kanssa ääneen pohtimalla, tavat voivat poiketa toisistaan paljonkin eikä yksikään niistä ole ”ainoa ja oikea”.

Tässä opinnäytetyössä on tarkoitus selvittää, millaisena voimavarana poliisin töitä tekevät yksilöt kokevat oman sosiaalisen verkostonsa: perheen, ystävät ja työtoverit.

Opinnäytetyön aihe kiinnosti minua jo ennen harjoitteluun lähtöä, mutta 10 kuukautta kestävä harjoittelun aikana koin itse ympärillä olevat ihmiset korvaamattomaksi asiaksi. Varsinkin kollegojen kanssa keskusteleminen hieman kovemman vuoron jälkeen oli erittäin rentouttavaa ja puhuminen myös lähensi meitä työtovereina, oppi tuntemaan toisen niin, että keikoilla ei tarvinnut edes välillä puhetta. Tämä sosiaalinen tukiverkosto alkoi tuntumaan 10 kuukauden aikana toiselta perheeltä, puhumaan pystyi kaikesta mieltä askarruttavasta.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisesti eli laadullisesti haastattelumenetelmällä.

Haastattelin neljää poliisimiestä, joista osa työskentelee valvonta- ja hälytystehtävissä kentän puolella ja osa eri työtehtävissä poliisiasemalla.

Haastattelujen perusteella ei saada kattavaa kuvaa siitä, millä tavalla kaikki poliisin työtä tekevät yksilöt kokevat oman sosiaalisen tukiverkostonsa, mutta opinnäytetyön tarkoituksena on antaa edes jonkinlainen näkökulma aiheeseen. Opinnäytetyön materiaali kerätään haastattelujen, omien kokemusten ja aihetta käsittelevien kirjallisten teosten, sekä muiden lähteiden avulla.

Aihe valikoitui opinnäytetyöni aiheeksi siksi, että harjoittelun aikana muodostuneiden kokemusten ja jatkuvasti muuttuvan poliisin työkuvan kannalta koen aiheen olevan ajankohtainen ja tärkeä. Harjoittelun aikana muodostui se kuva, että sosiaalinen

tukiverkosto on yksi niistä asioista, jotka auttavat poliisimiestä jaksamaan vaativassa työssään.

2. POLIISITYÖN HAASTEET JA TYÖSSÄ JAKSAMISTA TUKEVAT KEINOT

2.1 POLIISITYÖN LUONNE

Poliisia kunnioitetaan ammattina kovasti, vaikkakaan ei kaikkien keskuudessa. Poliisin toimenpiteiden kohteeksi joutuvat eivät aina ole kiitollisia poliisin tarjoamista palveluista ja niiden laadusta, osa asiakaskunnasta suhtautuu poliisiin jopa aggressiivisesti. Myös väkivallan kohtaamiseen tulee jokaisen poliisimiehen olla henkisesti valmistautunut ja varautunut lähtiessään töihin kotoaan. Vaikka poliisimies nämä asiat tiedostaakin, ei yksikään yksilö ole aina vahva ja ajoittain työ voi tuntua sekä fyysisesti että henkisesti raskaalta. Näissä tilanteissa voi turvautua omaan sosiaaliseen tukiverkostoonsa. Pakko asioista ei ole puhua, kukin yksilönä löytää itselleen sopivimman tavan purkaa paineita ja stressiä. Mutta tieto siitä, ettei ole yksin raskaiden asioiden kanssa, on lohdullista.

Partiokaverin kanssa 12 tuntia partioautossa istuessa ehtii tovin jos toisenkin jutustelemaan asioista ja purkamaan ajatuksiaan. Kotiin lähtiessä ja sinne saapuessa voi olla vapauttavaa tietää, ettei työssä eteen tulleita raskaista asioita tarvitse yksin kantaa harteillaan vaan ne voi jakaa rakastavan ihmisen kanssa ja koittaa etsiä yhdessä ratkaisun mieltä askarruttaviin asioihin. Aina ei tarvita kahden tunnin purkukeskusteluita asioiden läpikäymiseen, mutta mikäli on tunne, on hyvä tiedostaa, että siihen on mahdollisuus. Asioista puhuminen myös antaa toiselle mahdollisuuden päästä osalliseksi toisen kokemuksista, joissa ei itse ole ollut mukana.¹

Kerolan mukaan useat poliisimiehet ovat päättäneet olla keskustelematta kotona perheensä kanssa työasioista, mutta tuo esille myös sen, että kommunikoinnin puute ja täysin hiljaa oleminen ovat itsessään hyvin vahvaa kommunikaatiota.²

Osa poliisimiehistä voi juuri kokea, ettei halua perhettään tai ystäväpiiriään kuormittaa työasioilla tai aiheuttaa heissä huolta, mikäli työvuorossa on sattunut jotain ikävää. Nopeasti kuitenkin pelkästään vaiti olemisella viestittää, ettei kaikki ole hyvin. Mikäli ei halua työasioista kuitenkaan kotioloissa keskustella ja niitä läheisten kanssa puida, työyhteisö on monesti yksilölle turvallinen paikka keskustella ja jakaa kokemuksia.

¹ Palosaari 2007, 137

² Kerola 2003, 14

2.2 POLIISITYÖN KUORMITTAVUUS

Roger L. Depue on poliisin työtä pohtiessaan luonut poliisista eri tasoja, joista yhtä Depue kutsuu nimellä ”John Wayne-syndrooma”. Tällä tasolla Depue tarkoittaa myös suomalaisten poliisimiesten keskuudessa nähtävää kylmän määräilevää käytöstä ja olemusta, sekä tunteiden ylikontrollointia. Tätä ilmenee sekä miespuolisten että naispuolisten poliisimiesten keskuudessa.³

Erkki Kerola käsittelee kirjassaan ”Ammattina poliisi-pelkääkö puoliso” sitä, kuinka poliisin arjesta suuri osa kuuluu töissä, kuinka poliisi käyttää puheessaan ”poliisislangia” ja suhtautuu epäilevästi, jopa kriittisesti poliisin ulkopuolisiin ihmisiin vietettyään niin paljon aikaa poliisien kanssa.⁴ Kerola kuvaileekin kirjassaan poliiseja kokonaan omaksi roduksi, koska työ muokkaa poliiseista sisäänpäin lämpeneviä, määräileviä ja epäluuloisia.⁵

Poliisina työskentelevä yksilö voi turhautua, kun kotona työvuoron jälkeen puolisolleen selittäessään vuoron tapahtumia, puoliso ei ymmärräkään, mitä hänelle koittaa selittää. On totta, että poliisimiehenä työskentelevän yksilön sanavarasto muuttuu työn ohella työtä ”paremmin palvelevaksi” ja tiettyjä asioista kuvaamaan muodostuu uusia sanoja, joita poliisin työtä tekemättömän ihmisen voi olla vaikea ymmärtää. Työasioista puhuminen kotona lujittaa osaltaan verkostoa, sillä ymmärryksen kasvaessa myös luottamus kasvaa ja ymmärryksen myötä on helpompi tarjota tukea ja neuvoja silloin, kun niitä kaivataan.

Vaikka työ onkin raskasta, omalta osaltaan joskus hyvinkin kuormittavaa ja kuluttavaa, hyvän tukiverkoston omatessaan yksilö voi ilman epäilyksiä purkaa tunteitaan turvallisessa ympäristössä ilman pelkoa siitä, että seuraavana päivänä yksilön suustaan päästämä asia komeilee jonkin iltapäivälehdän etusivun otsikoissa.

Poliisin työssä vastaan tulee tapauksia ja asioita, joita henkilö, jolle poliisin työ ei ole tuttua, ei voi mahdollisesti ehkä kuvitella. Nämä tapaukset ja asiat voivat sattuessaan herättää paljonkin ajatuksia ja tunteita yksilössä. Poliisin työ myös osaltaan saattaa ”kovettaa”, sillä joidenkin tehtävien hoitaminen edellyttää sen, ettei omia tunteitaan päästä valloilleen ja ettei niiden anna näkyä päällepäin. Esimerkkinä paha liikenneonnettomuus. Kaksi autoa on kolaroinut toisiinsa ja toisessa autossa ollut naiskuljettaja on kolarin seurauksena menettänyt henkensä. Toisen auton kuljettajana toiminut mies ei turvatyynyn lauettua saanut kuin ruhjeita. Poliisimies tarkistaa autoa, jossa menehtynyt naiskuljettaja on

³ Kerola 2003, 14

⁴ Kerola 2003, 14

⁵ Kerola 2003, 16

ja huomaa auton takapenkillä hätääntyneen 5-vuotiaan pojan. Autoa kuljettanut nainen oli tämän pojan äiti ja 5-vuotias takapenkillä istuva poika on juuri menettänyt äitinsä, tajuamatta kuitenkaan tilannetta nuoren ikänsä takia. Partion on tapahtumapaikalla kyettävä hoitamaan työnsä, oli vastassa mitä vain. Esimerkin kuvaamassa tapauksessa tunteiden hallitseminen voi tehdä tiukkaa.

Poliisin ammatissa kenttätyötä eli toimimista valvonta- ja hälytystehtäviä hoitavana partionjäsenenä pidetään vaarallisempänä kuin rikostutkijana toimimista. Asian selitys on looginen: ”ulkona kentällä” poliisimies kohtaa nopeasti eteen tulevia tilanteita, joissa joutuu toimimaan mahdollisesti lyhyenkin harkinnan pohjalta ja tekemään vakaviakin valintoja tilanteen niin vaatiessa vaarallisuuden tai kiireellisyyden takia. Rikostutkijana sisällä toimiessa tapahtumat eivät tule niin yllättäen ja ollaan ehditty mahdollisesti pohtimaan seuraavia työn eteen tuomia asioita tarkemmin ja tekemään toimintamalli, miten tapauksen kanssa edetään ja mikä on mahdollinen lopputulos, johon toiminnalla halutaan päästä.

Haasteensa tuovat myös kaupungit ja niiden vaihtelevat koot. Poliisin ”pelikenttänä” isot kaupungit saattavat työllistää enemmän kiireellisyydellään ja ihmismassallaan, mutta ne tuovat myös suojaa. Isossa kaupungissa yksittäinen poliisimies pysyy helpommin yksilönä ja anonyyminä ihmisten silmissä, osana massaa. Pienessä kaupungissa taas yksittäinen poliisimies ”värjäytyy” nopeasti eli kasvot tulevat kansalaisille tutuiksi. Pienellä paikkakunnalla päivittäiskaupassa perheen kanssa asioidessa myös poliisimiehen perhe ”värjäytyy” helposti.⁶

Kun asioista keskustellaan avoimesti puolin ja toisin täydellä luottamuksella, pystyvät kaikki osapuolet kertomaan asioista, jolloin pysyy myös ajankohtainen tilannekuva. Mikäli esille tulee normaalista poikkeavia asioita, pystytään niihin puutumaan jo varhaisessa vaiheessa, jolloin ne eivät ehdi muodostua ongelmiksi. Osaltaan tämänkaltainen asioista puhuminen vaikuttaa positiivisesti työhyvinvointiin ja jaksamiseen, sekä antaa voimavaroja.

Erkki Kerola kertoo kirjassaan ”Ammattina poliisi- pelkääkö puoliso” siitä, että poliisista voi helposti syntyä mielikuva turvallisuuden perikuvana, ihmisten pelkojen karkottajana ja fyysisesti sekä henkisesti vahvana turvallisuuspalveluiden ammattilaisena.⁷ Kirjassa

⁶ Kerola 2003, 4

⁷ Kerola 2003, 9

tuodaan myös esille, että poliisikin on vain ihminen, eikä aina pelkästään fyysisesti ja henkisesti vahva, pelkäämätön sankari.⁸

Kun yksilö kertoo ammatinsa olevan poliisi, monille herää mielikuva juuri tunteensa täydellisesti hallitsevasta, pokerinaamalla pelaavasta henkilöstä. Näin ei kuitenkaan ole. Hellstenin mukaan (Hellsten 1994, 15) tunteiden tunteminen tekee yksilön hauraaksi ja haavoittuvaiseksi, että tunteita tuntiessaan ihminen on hauras ja haavoittuvainen, koska tunteita ei voi hallita ja niissä on voimaa. Hellstenin mukaan tunteita ei voi hallita, koska tunteet eivät tule ainoastaan silloin, kun niiden toivotaan tulevan, vaan ne ilmestyvät ajankohtaa katsomatta omaehtoisesti.⁹

Kerolan mukaan poliisimiehen on selviytyäkseen työstään kyettävä ainakin jossakin määrin peittämään tunteensa, koska tunteita kuohuttavissakin tilanteissa on työt pystyttävä hoitamaan, vaikka nämä olisivatkin vastaan yksilön omia tunteita. Kerola käsittelee kirjassaan sitä, että tämänkaltainen ”tunnepeitto” voi hyvinkin helposti jäädä yksilöllä päälle ja näkyä tämän käyttäytymisessä perhe-elämässäkin.¹⁰

Sosiaalisen tukiverkoston ideana on, että yksilöllä on ympärillään ihmisiä, joille tämä voi luottamuksellisesti ilman epävarmuutta uskoutua ja joilta tämä yksilö saa pyyteetöntä tukea ja rakkautta. Yksilön ei tarvitse esittää mitään, mitä ei ole, eikä hänen tarvitse pelätä, että hänet tuomitaan. Poliisin työssä ei saa antaa liikaa tunteilleen sijaa, sillä työt on hoidettava laadukkaasti. Tällaista ”tunnepeittoa” ei kannata kuitenkaan harteillaan kantaa jatkuvasti, sillä asioista puhumatta jättäminen ja oman henkisen taakan kasvattaminen eivät pidemmän päälle ole terveellinen ratkaisu. Asioista kannattaa puhua silloin, kun ne askarruttavat. Silloin ne eivät jää liikaa vaivaamaan ja kaivelemaan mieleen.

”Ammattina poliisi-pelkääkö puoliso”-kirjassa Kerola tuo esille poliisin arvostavan paljon perhettään, koska perhe on turvallinen ja rauhallinen vastapaino työlle, jossa välillä näkee paljonkin elämän nurjaa puolta.¹¹ Poliisimies kohtaa työssään koko elämän kirjon: elämästä kuolemaan. Siksi on tärkeää, että elämässä on hyviäkin puolia, jotta jaksaa työssä eteen tulevia negatiivisia asioita kyynistymättä. Siksi sosiaalinen verkosto ja varsinkin perhe on yleensä poliisimiehille tärkeä ja poliisit pitävät perhettään ja läheisiään suuressa arvossa. On tietysti asioita, joista poliisimieskään ei saa salassapitovelvollisuuden takia

⁸ Kerola 2003, 9

⁹ Kerola 2003, 19

¹⁰ Kerola 2003, 19

¹¹ Kerola 2003, 21

kotona puhua, mutta myös töissä ollessaan sosiaalinen tukiverkosto pelaa: verkoston jäsenenä ovat silloin oma työyhteisö ja työkaverit.

Osa poliisin kanssa seurustelevista ja asuvista ihmisistä on huomannut sekä myönteisiä, että kielteisiä puolia, jotka ovat tulleet osaksi arkea poliisin työn ohessa. Myönteisenä vaikutuksena on huomattu toimeen tuleminen erilaisten ihmisten kanssa, itsevarmuuden lisääntyminen ja normaalista poikkeavan käytöksen hyväksyminen. Ikävien työkokemusten myötä myös perheen, lapsien ja yhteisen elämän arvostaminen oli noussut. Nämä myönteiset piirteet näkyvät myös poliisimiesten käyttäytymisessä: rauhallisuutena, pitkäjänteisyytenä, muiden auttamisena ja vastuuntuntona. Kielteisinä puolina esiintyi eräillä poliisimiehillä kyynisyyttä, kovettumista, ennakkoluuloisuutta, ärtyneisyyttä, aggressiivisuutta ja lisääntynyttä alkoholin käyttöä. Käytöksessä kielteiset puolet olivat nähtävissä muihin ihmisiin kohdistuvana epäilynä ja varautuneisuutena.¹²

Erkki Kerolan tekemässä tutkimuksessa kysyttiin perhepiirissä tapahtuvan jälkipuinnin merkitystä ja sitä pidettiin pääsääntöisesti myönteisenä.¹³ On siis pidetty hyvänä, että asioista ollaan keskusteltu perhepiirissä. Näiden keskustelujen jälkeen on varmasti ollut kotonakin helpompi suhtautua ja ymmärtää yksilöä, jonka työnkuvaan kuuluvat myös asiat, joita poliisin työtä tekemätön ihminen ei muuten osaisi edes kuvitella.

2.3 PUHUMISEN MERKITYS

Opinnäytetyön tekovaiheessa saapui Suomen Poliisijärjestöjen liiton jäsenlehti 4/2017. Lehti sisälsi tekstin nimellä ”Puhelinsoitto, joka muutti yhden perheen elämän”.

Tekstin oli kirjoittanut Vihdissä 17.6.2016 työtehtävissä loukkaantuneen poliisimiehen vaimo, joka viittasi tekstissään sosiaaliseen tukiverkostoon kirjoittaen, että he eivät olisi selvinneet kesästä ja syksystä ilman läheisten ja ystävien apua ja tukea, eivätkä he voi olla ihmettelemättä ympäri Suomea tullutta avun määrää ja tukea. Vaimo kertoo lehdessä, että apua he ovat saaneet miehensä työkavereilta ja esimiehiltä, SPJL:ltä eli Suomen Poliisijärjestöjen Liitolta, Poliisihallitukselta, Helsingin valmiusyksiköltä ja Itä-Uudenmaan poliisilaitoksen konstaapelilta. Loukkaantuneen konstaapelin vaimo kertoi lehdessä, että joutui rajoittamaan miehensä luona vierailevien määrää, mutta piti tärkeänä, että hänen miehensä pääsi keskustelemaan ”keikasta” paikalla olleiden työkavereiden kanssa.¹⁴ Vaimon mukaan hänen miehensä pystyi näin myös suremaan menetettyä

¹² Kerola 2003, 47-48

¹³ Kerola 2003, 68

¹⁴ SPJL-jäsenlehti 4/2017, 20

virkaeljeään ”omiensa” kanssa. Tärkeänä vaimo kertoi myös pitäneensä läheisten ystävien ja omaisten vierailuja, jotka olivat kollegojen vierailuiden rinnalla etusijalla.¹⁵

Tekstistä tuli hyvin esiin, miten kiitollinen tekstin kirjoittanut vaimo oli heidän saamastaan tuesta vaikealla hetkellä ja kuinka suuressa arvossa vaimo piti sitä, että asiasta keskusteltiin ja hänen miehensä sai vertaistukea tapahtuneen jälkeen.

Lasse Nurmi on kirjassaan ”Kriisi, pelko, pakokauhu” ilmaissut asian niin, että ihmisen rauhoittaminen voi parhaimmillaan olla läsnäoloa, toisen kuuntelemista ja ymmärtämistä.¹⁶ Nurmen mukaan esimerkiksi juuri traumaattisten kokemusten purkamisessa on keskeisintä juuri saatavilla oleva vertaistuki. Asioiden läpikäymiseen negatiivisesti vaikuttava asia taas on se, mikäli vertaistukea ei ole tarjolla.¹⁷ Nurmen mukaan ihmisen käsittäessä hänelle tapahtuneita asioista purkautumiskeinot voivat vaihdella yksilöiden kesken suuresti, mutta hyviä purkautumiskeinoja ovat tukeutuminen lähiomaisiin, hyviin ystäviin ja työtovereihin.¹⁸

Salli Saari käsittelee kirjassaan ”Kuin salama kirkkaalta taivaalta” sitä, kuinka ihmiset pelkäävät voimakkaita tunteita ja niiden kokemista. Saari pohtii sitä, kuinka tunteilla on yleensä tarkoituksensa ja tunteiden tuntemista ei pitäisi pyrkiä välttämään viimeiseen saakka, vaan niiden tulisi antaa tulla ja kokea ne, vaikka tunteet tekisivätkin kipeää. Saaren mukaan tunnuslauseeksi kannattaisi ottaa: ”käytä ihmisiä, älä lääkkeitä”, jolla Saari viittaa siihen, että on hyvä jakaa kokemuksia toisten ihmisten kanssa puhuen mieluummin kuin että pyrkisi turruttamaan tuntemansa tunteet lääkkeillä.¹⁹

Saari kertoo kirjassaan siitä, kuinka traumaattisten kokemusten työstämiseen vaadittavat resurssit näkyvät usein ihmissuhteissa, joka voi ilmetä esimerkiksi joustokyvyn häviämisenä. Tämä voi Saaren mukaan ilmetä yksilössä niin, että tämä menettää malttinsa helposti. Saari kertoo kirjassaan, että maltin menettäminen voi purkautua raivokohtauksina, joissa raivoa puretaan joko täysin ulkopuolisiin henkilöihin tai läheisiin ihmisiin, kuten puolisoon ja lapsiin. Saaren mukaan ärtymys voi kestää viikoista kuukausiin ja saattaa asettaa ihmissuhteet kovallekin koetukselle.²⁰ Saari kertoo, että kumppani tai puoliso voi helposti luulla, että kumppani on muuttunut kokonaan, mutta tästä ei kuitenkaan ole kyse, vaan siitä, että traumaattisten kokemusten työstämisen aiheuttama ärtymys vie aikaa ja se

¹⁵ SPJL-jäsenlehti 4/2017, 20

¹⁶ Nurmi 2006, 155

¹⁷ Nurmi 2006, 161

¹⁸ Nurmi 2006, 167

¹⁹ Saari 2003, 56

²⁰ Saari 2003, 64

häviää pikkuhiljaa ajan mittaan. Saaren mukaan normaalia käytöstä työstämis- ja käsittelyvaiheelle on halu omassa mielessään työstää kokemusta ja olla yksin.²¹

Jokaisella yksilöllä on oma tapansa käsitellä tapahtuneita asioista ja siihen pitää suoda mahdollisuus. Tapahtumien käsittely voi pitkälläkin aikavälillä näkyä yksilön käytöksessä, jota voi olla vaikeaa ymmärtää, mikäli ei tiedä, mistä käytös johtuu. Tässä suhteessa olisikin helpompaa, mikäli asioista puhuisi ääneen, jolloin myös sosiaalisella tukiverkostolla olisi paremmat mahdollisuudet ymmärtää ja suhtautua asioihin, joko tukemalla tai antamalla yksilölle aikaa puida asioita omassa rauhassa. Mikäli asioista ei tykkää puhua ääneen, voi tärkeää olla vain tieto siitä, ettei asioiden kanssa ole yksin.

Saari viittaa myös kirjassaan siihen, miten sukupuoli voi olla merkitystä asioiden käsittelyssä, sillä miehet ja naiset voivat olla tottuneita purkamaan kokemiaan asioista eri tavalla. Saari kertoo, kuinka naisille on luontaisempaa puhua ja jakaa kokemuksiaan perheen, sukulaisten ja ystävien kesken, kun taas miehet purkavat kokemustaan enemmän toiminnan kautta ja yksinäisyydessä miettimiseen.²² Kukin niin sanotusti tavallaan, eikä tämä ole väärin, jokainen löytää itselleen sopivimman tavan.

Edilex:issä julkaistu Referee-artikkeli ”Poliisin kokemus virkamiehen väkivaltaisesta vastustamisesta”, tutkimuksen tekijänä komisario Henri Rikander, osaltaan myös osoittaa sen, miten tärkeäksi poliisimiehet kokevat asioista puhumisen, kun jotain hieman normaalista poikkeavaa on tapahtunut. Rikander tuo esille artikkelissaan sen, että poliisimiehet ovat erilaisia koulutukseltaan, mutta myös virkaiältään.²³ Tämä siis varmasti vaikuttaa siihen, miten kukin työtään tekevä poliisimies kokee työssä tapahtuneita asioita.

Rikander on tekemässään tutkimuksessa haastatellut 20 poliisimiestä, jotka ovat työtehtävissään kokeneet väkivaltaista vastustamista. Haastatteluiden pohjalta tuli ilmi, että tapauksissa, joissa väkivaltatilanne tuli niin sanotusti yllättäen, koettiin puhumisen tarve suuremmaksi. Jos kyse oli ollut vakavammasta väkivallasta tai sen uhasta, koki haastateltava suurempaa tarvetta keskustella asiasta jo heti poliisiautossa. Haastateltavat toivat myös esille, että heillä on tarve puhua tapahtuneista asioista myös läheisille. Haastateltavat kertoivat, että olivat pohtineet, kuinka paljon voivat kertoa läheisilleen aiheuttamatta heissä huolta.²⁴ Haastateltavat kertoivat myös, että asioista keskusteltiin

²¹ Saari 2003, 64

²² Saari 2003, 70

²³ Rikander 2017/43, 3

²⁴ Rikander 2017/43, 3

myös oman partiokaverin lisäksi laajemmin muiden työvuorossa olleiden poliisimiesten kanssa ja näin tapahtuneesta saatiin välillä myös oppimiskokemus.²⁵

²⁵ Rikander 2017/43, 20

3. SOSIAALINEN TUKIVERKOSTO

Kukin yksilö määrittää itse oman sosiaalisen tukiverkostonsa: keitä siihen kuuluu ja kuinka suuri se on. Jotkut yksilöt omaavat suuremman ja laajemman tukiverkoston kuin toiset, mutta osa määrittelee oman sosiaalisen tukiverkostonsa eri tavalla.

”Haastavat asiakastilanteet-väkivalta työssä”-kirjassaan Jari Hyyti, Jaakko Kauppila, Mari Koskelainen ja Satu Rantaeskola tuovat esille, että sosiaalinen tukiverkosto on ihmistä kaikessa tukeva, palautumista ja kokonaisvaltaista työssä jaksamista edistävä asia. Kirjassa kerrotaan, että on tutkitusti todistettu sosiaalisen verkoston ja vertaistukiverkoston parantavan henkistä ja fyysistä terveyttä.²⁶ Hyyti, Kauppila, Koskelainen ja Rantaeskola kertovat kirjassaan, että pelkkä tietoisuus siitä, että on pyyteettömästi rakastettu ja hyväksytty luo ihmiseen turvallisuuden tunnetta ja jokaisella olisi hyvä olla tukiverkosto, jonka jäseniin voi luottaa ja keskustella kaikista eteen tulevista asioista. Kirjan mukaan verkosto voi olla työyhteisön jäsenistä koostuva tai läheisten ihmisten verkosto, koostuipa se kummista tahansa, tämänkaltainen vastavuoroisuuden periaate lujittaa molemminpuolista toisen tukemista.²⁷

Sosiaalinen tukiverkosto määritellään yksilön palautumista, kokonaisvaltaista työssä jaksamista ja myös työyhteisössä työhyvinvointia parantavana ”voimavarana”. Sosiaalisen tukiverkoston ollaan myös katsottu parantavan henkistä ja fyysistä terveyttä, sillä luotetun ja tukevan verkoston avulla voi purkaa eteen tulevia asioita luottamuksellisesti.

Kaikille puhuminen ei kuitenkaan tule luonnostaan ja ammattinakin poliisi tunnetaan hyvin miehekkäänä ja maskuliinisena, joten töissä tapahtuneista raskaista asioista puhuminen voi jonkun mielestä olla heikkouden merkki. Nämä asiathan tulisi pystyä kantamaan yksinkin. Toinen puoli asialle voi olla myös se, että asioista ei puhuta, koska ei haluta huolestuttaa, sillä poliisin ammatti oli tehdyn työväkivaltatutkimuksen (Saarela & Isotalus, 1999) tulosten perusteella vaarallisin.²⁸

Risto Harisalon ja Ensio Miettisen kirjassa ”Luottamus- pääomien pääoma” pyritään osoittamaan, että luottamus on inhimillisen vuorovaikutuksen ensimmäinen sääntö ja tämä vaikuttaa myönteisenä sekä kielteisenä keskeisesti yksilöiden valintoihin ja käyttäytymiseen.²⁹

²⁶ Hyyti- Kauppila- Koskelainen- Rantaeskola 2015, 222

²⁷ Hyyti- Kauppila- Koskelainen- Rantaeskola 2015, 222

²⁸ Kerola 2003, 10

²⁹ Harisalo- Mieltinen 2010, 13

Ihmisten välinen vuorovaikutus ja kanssakäyminen pohjautuu siis suurilta osin yksilöiden väliseen luottamukseen. Kun toiseen luottaa, on asioista helpompi puhua ja vuorovaikutus on luonnollista. Luottamus on suuri osa ihmisen elämää ja päivittäistä arkea: se on läsnä työssä, kotona ja vapaa-ajalla. Luottamus toimii myös ihmisen motivaattorina, sillä moni ihminen on valmis näkemään paljonkin vaivaa ansaitakseen toisen ihmisen luottamuksen. Mikäli yksilöiden välillä ei ole luottamussuhdetta, asioista ei puhuta ja tiedot pidetään vain omana tietona. Ilman luottamusta ihmisten välillä ei myöskään synny sosiaalista tukiverkosta.

Sosiaalinen tukiverkosto on verrattavissa pääomaan. Kun yksilöllä on ympärillään ihmisiä, joihin tämä luottaa, yksilö saa tarvittaessa apua, neuvoja ja tarvitessaan pystyy yhteistyöllä selviytymään ongelmista. Yhdessä keskustellessaan epäkohdan sattuessa kohdalle voi verkosto päätyä parempaan loppuratkaisuun, kuin yksin ongelmiensa kanssa painiva yksilö. Vuorovaikutuksen avoimuus, säännöllisyys ja myötämielisyys vahvistavat tietämiseen perustuvaa luottamusta (knowledge-based trust), joka syntyy, kun osapuolet oppivat luottamaan toisiinsa ja jakavat samat arvot.³⁰ Keskustelemalla voidaan vaihtaa ajatuksia, jolloin käsiteltävälle asialle saadaan mahdollisimman monta ja erilaista näkökulmaa, joita asiaa yksin pohtiva ihminen ei olisi mahdollisesti edes osannut ottaa huomioon. Ongelmat pystytään muuttamaan keskustelemalla mahdollisuuksiksi ja ihminen on vastaanottavaisempi, kun neuvoja on joku hänelle tuttu, turvallinen ja luotettava.

Harisalo ja Miettinen tuovat esille kirjassaan, kuinka ihmisten verkostoituminen on välttämätöntä, sillä jokainen tarvitsee toisten yksilöiden apua, voimavaroja ja tukea arjessaan. Harisalon ja Miettisen mukaan nämä asiat yksilö voi saada käyttöönsä sosiaalisen pääoman avulla.³¹ Verkostoituminen tulee vastaan jokapäiväisessä elämässä, niin kotona kuin töissä. Yhdessä pyritään ”puhaltamaan yhteen hiileen”, muita autetaan ja yhdessä selvittää ongelmista, eikä jätetä yksin. Sosiaalinen tukiverkosto yksilön ympärillä tarjoaa siihen mahdollisuuden.

Eija Palosaari käsittelee kirjassaan ”Lupa-särkyä- kriisistä elämään” sitä, että nykyään läheisten ja ystävien antaman tuen suhteen on usein jo sama periaate: tuetaan toisten vahvuuksia ja kohdataan yhdessä kipuakin jättämättä ketään asioidensa kanssa yksin.³²

³⁰ Harisalo- Miettinen 2010, 36

³¹ Harisalo- Miettinen 2010, 128 & 139

³² Palosaari 2007, 39

Palosaaren mukaan suuria ja pitkiä puheita ei tarvita, vaan tuen osoittaminen ilman pelkoa ja kuunteleminen on paljon tärkeämpää.³³

³³ Palosaari 2007, 91

4. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

4.1 TUTKIMUSKYSYMYS JA TUTKIMUSMENETELMÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää ja vastata tutkimuskysymykseen: ”Millaisena voimavarana yksittäinen poliisimies kokee oman perheensä, ystävänsä ja työtoverinsa”. Tarkoituksena on haastatella neljää poliisimiestä, joten haastatteluilla ei saada kokonaisvaltaista kuvaa siitä, miten kaikki poliisimiehet yksilöinä kokevat oman sosiaalisen tukiverkostonsa, mutta opinnäytetyön tavoitteena on antaa aiheeseen näkökulmaa. Osa haastateltavista poliisimiehistä on miehiä ja osa naisia, jotka ovat myös keskenään eri ikäisiä ja eri työtehtävissä.

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusmenetelmällä. Kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohta on todellisen elämän kuvaaminen, jossa tutkittavaa kohdetta pyritään kuvaamaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti.³⁴ Kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän avulla pyritään kokonaisvaltaiseen tiedon hankintaan ja suositaan ihmishenkilöitä tiedon keruun lähteenä. Samalla tutkimuksessa suositaan tapoja, joilla saadaan tutkittavien oma näkökulma ja ”ääni” näkyviin. Tutkimus suoritettiin joustavasti ja sitä muokattiin työvaiheiden edetessä.³⁵

Tutkimus lähti liikkeelle aiheen valinnalla. Aiheen valinnan jälkeen valittiin tutkimusmenetelmä, jolla koettiin olevan paras mahdollinen anti tutkimukselle ja sen toteuttamiselle. Näin kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusmenetelmä valikoitui kvantitatiivisen tutkimusmenetelmän sijasta. Tutkimuksen tarkoituksena on saada mahdollisimman laaja kuva aiheesta, jota tutkimus käsittelee, pienellä otannalla haastateltavia.

Haastattelut ja haastatteluajankohdat sovitaan jokaisen haastateltavan kanssa erikseen, haastattelut suoritetaan kasvotusten eikä puhelimen välityksellä.³⁶

Tutkimusaineisto kerätään kirjallisuutta käyttäen ja haastattelut toteutetaan puolistrukturoituina teemahaastatteluina.

KvaliMOT:in nettisivuilla kuvataan teemahaastattelua niin, että se sijoittuu lomakehaastattelun ja avoimen haastattelun väliin.³⁷ Tällöin haastattelu ei siis etene

³⁴ Hirsjärvi- Remes- Sajavaara, 157

³⁵ Hirsjärvi- Remes- Sajavaara, 160

³⁶ Uusitalo 2001, 91

³⁷ http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html, luettu 1.1.2018 klo. 17.35

tarkkojen, valmiiksi yksityiskohtaisesti muotoiltujen kysymysten avulla vaan kohdentuen ennalta suunniteltuihin teemoihin. Astetta strukturoidumpi haastattelu teemahaastattelu on kuin avoin haastattelu, sillä teemahaastattelussa teemat ovat kaikille haastateltaville samoja, vaikka niissä liikutaankin joustavammin ilman tiukkaa etenemisreittiä.³⁸ Kun taas puhutaan puolistrukturoidusta teemahaastattelusta, puhutaan haastattelusta, joka sisältää hahmotelman siitä, mitä haastateltavalta halutaan kysyä, mutta haastattelijalla ei kuitenkaan ole kovinkaan tarkkarajaista suunnitelmaa siitä, miten tätä kysytään. Hahmotelmalla vain turvataan tarvittavan tiedon saanti ja että haastattelu keskittyy oikeisiin asioihin.³⁹

Opinnäytetyön aiheen valikoiduttua piti päättää, kuinka aihe rajataan ja ettei se lähde liikaa ”rönsyilemään”. Aineisto opinnäytetyöhön kerätään kirjallista materiaalia käyttäen ja haastatteleamalla neljää eri poliisimiestä. Jotta aihe saataisiin rajattua, haastatteluihin tehdään valmiit kysymykset, vaikka muuten haastattelutilanne pyritäänkin pitämään rentona ja haastateltava saa vapaasti tuoda esille oman näkemyksensä asiaan. Näin saadaan kuitenkin rajattua aihetta niin, ettei siitä tule liian laaja.

Haastattelut toteutetaan puolistrukturoituna teemahaastatteluna haastattelurungon avulla. Haastattelut tallennetaan ja litteroidaan. Kysymykset suunnitellaan haastattelurungoksi ennen haastattelua, vaikka haastattelut pyritään toteuttamaan rennosti ja haastateltavat saavat kertoa vapaasti omakohtaisesti omista kokemuksistaan. Haastattelut toteutetaan anonymisti eli tässä opinnäytetyössä ei tule esille haastateltavasta muita tietoja kuin ikä työtehtävä ja sukupuoli. Haastatteluissa käytetty haastattelurunko liitetään osaksi opinnäytetyötä liitteen muodossa.

Aihetta valitessani etsin Theseuksesta sekä kirjaston sivuja apuna käyttäen aiempia tutkimuksia ja aihetta käsitteleviä teoksia. Vaikka opinnäytetyön aihe ei sinänsä käsitteenä ole uusi, ei löytänyt yhtään täysin vastaavaa opinnäytetyötä tai aihetta käsittelevää kirjallisuutta. Aihetta läheisesti kuvaavia kylläkin, mutta ei vastaavia. Ongelmaksi muodostuikin aluksi, löytäisinkö tarpeeksi materiaalia opinnäytetyön tekemiseen. Opinnäytetyöseminaarien yhteydessä ja opinnäytetyöryhmämme ohjaajien kanssa keskustellessa kuitenkin päädyimme siihen lopputulokseen, ettei tutkimusongelma ole mikään este aiheen valinnan suhteen ja opinnäytetyön toteuttamiseen, sillä aihetta

³⁸ http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html, luettu 1.1.2018 klo. 17.35

³⁹ Hirsjärvi- Hurme 2001, 103

vastaavaa kirjallisuutta on olemassa ja osa opinnäytetyön aineistosta saadaan haastattelujen avulla.

4.2 EETTISYYS

Tutkimus toteutetaan niin, ettei tutkimus aiheuta eettisiä ongelmia. Tämä tarkoittaa sitä, että jokaisen haastateltavan kohdalla opinnäytetyössä mainitaan vain haastateltavan ikä ja sukupuoli, muita haastateltavien tietoja ei tulla opinnäytetyössä käsittelemään. Lisäksi kaikki opinnäytetyössä haastattelujen pohjalta esille tulevat tiedot esiintyvät opinnäytetyössä muuttamattomina, jotta minimoidaan väärin tulkintojen mahdollisuus. Haastateltavien kertomiin tietoihin ei lisätä mitään, haastateltavien käyttämiä sanamuotoja ja sanavalintoja ei myöskään olennaisesti muuteta.⁴⁰

Tutkimuksella pyritään antamaan mahdollisimman laaja ja luotettava kuva opinnäytetyön aiheesta valittua tutkimusmenetelmää ja haastateltavien otantaa käyttämällä.

Tutkimuksen ja haastattelujen avulla esille tulleita asioita käytetään ainoastaan opinnäytetyössä ja tähän on saatu jokaiselta haastateltavalta haastattelun yhteydessä suostumus. Haastateltavat ovat myös halutessaan saaneet mahdollisuuden tutustua valmiiseen tuotokseen, ennen opinnäytetyön palauttamista. Kaikkea haastatteluissa saatua tietoa käsitellään luottamuksellisesti, eikä mitään haastateltavan haastattelun aikana esiin tuomaa asiaa käsitellä opinnäytetyössä vasten haastateltavan tahtoa.

Koska haastateltavat henkilöt ovat ennestään haastattelijalle tuttuja, on haastattelurunko haastattelujen kannalta hyödyllinen, että haastattelusta saadaan opinnäytetyön kannalta hyödylliset seikat esille, sillä muuten haastattelu voisi muuttua ”rennoksi rupatteluksi tuttujen kesken”.

Aihe on tunnetasolla melko sensitiivinen, joten koin hyödylliseksi haastateltavien tuntemisen jo ennestään, sillä näin herkistä asioista puhuminen sujui helpommin, sillä haastattelujen alkuun ei tarvinnut niin sanotusti ”rikkoa jäätä” ensin. On myös muistettava, ettei haastateltava liikaa tuo omaa näkemystään esille aiheen suhteen, sillä tämäkin voisi olla mahdollista, kun tuntee haastateltavat jo entuudestaan.⁴¹

Aluksi ongelmaksikin muodostunut seikka oli se, ettei aihetta vastaavaa materiaalia löytynyt kirjallisuudesta. Kirjallisuutta löytyi koskien sosiaalista pääomaa ja sen vaikutusta ihmisen elämään, mutta kirjallisuutta etsiessä ”sosiaalinen tukiverkosto”-käsitettä käyttäen

⁴⁰ Hirsjärvi- Hurme 2001, 20

⁴¹ Hirsjärvi- Hurme 2001, 20

materiaalin määrä oli todella vähäinen. Valmiiden opinnäytetöiden joukosta ei löytynyt täysin vastaavaa aihetta. Tiedon keräämisessä käytettiin siis kirjallisia materiaaleja, jotka käsittelivät samankaltaisia aiheita. Tietoa etsittiin myös sähköisessä muodossa netistä, mutta suurimmaksi osaksi materiaali kerättiin opinnäytetyön aihetta vastaavasta kirjallisuudesta ja haastattelujen avulla, siksi olikin tärkeää löytää haastateltavat, jotka aidosti halusivat kertoa omakohtaisen näkemyksensä kyseisestä aiheesta. Tässä suhteessa haastateltavien löytäminen ei tuottanut ollenkaan vaikeuksia.

4.3 HAASTATELTAVIEN VALINTA

Haastateltavat opinnäytetyöhön valikoituivat niistä poliisimiehistä, joihin tutustuin henkilökohtaisesti opintoihin sisältyvän 10 kuukauden harjoittelujakson aikana. Haastateltavia on yhteensä neljä, joista kolme on miehiä ja yksi nainen. Jokainen haastateltavista työskentelee eri poliisin työtehtävissä. Kaikki haastateltavat ovat myös keskenään eri ikäisiä ja omaavat eri määrän työvuosia poliisin ammatissa. Tällä otannalla pyritään saamaan mahdollisimman laaja ja kattava näkökulma asiaan, vaikka kyseisellä otannalla ei saadakaan kokonaisvaltaista kuvaa siitä, mikä on yleisin ja eniten esiintyvin tilanne kaikkien Suomessa poliisimiehenä työskentelevien yksilöiden keskuudessa. Opinnäytetyössä pyritään vain hieman saamaan suuntaa-antavaa näkökulmaa sille, miten yksittäinen poliisimies oman sosiaalisen tukiverkostonsa määrittelee ja kuinka tärkeänä sitä pidetään.

Haastateltavat valikoituivat opinnäytetyöhön sattumanvaraisesti. Haastateltavat valikoituivat muiden joukosta persoonansa ja sanavalmiutensa perusteella, sillä tarkoituksena oli saada mahdollisimman kattava näkökulma asian suhteen, mutta tarkoituksena oli myös etsiä haastateltaviksi sellaiset henkilöt, jotka kokivat asiasta puhumisen luontaiseksi ja halusivat kertoa asiasta.

4.4 AINEISTON KÄSITTELY

Haastattelut tehtiin Salon poliisiasemalla. Jokaisen haastateltavan kanssa sovittiin henkilökohtaisesti haastatteluun aika. Haastattelut toteutettiin kahden kesken kuulusteluihin käytettävissä tiloissa, koska näin haastattelu pystyttiin suorittamaan alusta loppuun rauhassa ilma keskeytyksiä normaali arjen ja työvuorojen pyöriessä asemalla normaalisti.

Äänitystä ei tarvinnut tauottaa, sillä haastattelut suoritettiin ilman taukoja kahvin äärellä. Haastattelut sujuivat rennosti, kuten oli suunnitelmassakin ja haastattelut etenivät sujuvasti

haastattelurungon kymmenen kysymyksen johdatuksen avulla. Haastattelut kestivät puolesta tunnista tuntiin, yhteensä haastatteluihin kului aikaa noin kolme ja puoli tuntia. Niiden purkamiseen, litteroimiseen ja haastattelujen auki kirjoittamiseen taas kului lähemmäs kolme tuntia yhtä haastattelua kohden, joidenkin kohdalla kului jopa neljä tuntia, mikäli juttua oli äänitettynä kestollisesti enemmän. Kaikki äänitykset poistettiin nauhurilta niiden purkamisen jälkeen.

Haastatteluiden pohjalta litteroitua materiaalia syntyi Microsoft Word-sivuina 65, kun käytettiin riviväliä 2,0 ja Times New Roman-fontin kokoa 14. Litteroitu aineisto tallennettiin ulkoiselle muistille ja hävitettiin opinnäytetyön palauttamisen jälkeen.

5. TUTKIMUSTULOKSET

5.1 NAINEN, 27 VUOTTA, RIKOSTORJUNTA/TUTKINTA

Ensimmäinen haastateltava oli 27-vuotias nainen, joka työskentelee Lounais-Suomen poliisilaitoksella, Turun poliisiasemalla rikostorjunnassa tutkijana. Hän valmistui Poliisiammattikorkeakoulusta vuoden 2017 alussa, jonka jälkeen hän toimi puolen vuoden ajan Salon poliisiasemalla valvonta- ja hälytyssektorin puolella aloitettuaan työt huhtikuussa 2017. Turussa naisen työtehtäviin kuuluvat niin sanotut päivittäisrikokset eli hän tutkii rikoksia näpistyksistä henkirikoksiin.

Sosiaalista pääomaa, jota Harisalo ja Miettinen kirjassaan ”Luottamus- pääomien pääoma” käsittelevät⁴², naiselta löytyy paljon. Hän nimeää sosiaalisiksi verkostokseen perheensä, avopuolionsa, Poliisiammattikorkeakoulun aikaiset kurssikaverit ja kaverinsa ennen koulua. Nainen on jaotellut tukiverkostonsa kertomansa mukaan neljään osioon, jossa jokaisella verkoston osalla on oma roolinsa.

Perheellä nainen tarkoittaa ydinperhettään, jossa on kasvanut. Perhettään nainen pitää voimavarana ja hän hyödyntää tätä voimavaraan viettämällä aikaa heidän kanssaan. Kerolan kirjassaan ”Ammattina poliisi-pelkääkö puoliso” ilmaisemalla tavalla nainen arvostaa suuresti perhettään ja heiltä saamaansa tukea.⁴³ Voimavaroistaan tärkeimpänä jaksamisen ja työhyvinvoinnin kannalta nainen pitää avopuolisoaan, joka työskentelee myös poliisina. Nainen koki helpoksi puhua avopuolionsa kanssa työasioista, koska salassapitovelvollisuudesta ei tarvinnut murehtia ja avopuoliso ymmärsi sekä positiiviset, että negatiiviset asiat työssä. Kerola käsittelee tätä kirjassaan tuomalla esiin, että poliisit ovat oma rotunsa ja puhuvat ”poliislangia”.⁴⁴

Nainen koki Poliisiammattikorkeakoulun aikaiset kurssikaverit tärkeänä voimavarana, sillä heidän kanssaan hän on kasvanut poliisiksi ja näiden ihmisten kanssa nainen on samassa elämäntilanteessa. Heidän kanssaan nainen viettää aikaansa vapaa-ajalla ja on yhteydessä heihin viestein ja puheluin. Ystävät ennen koulua nainen koki sekä voimavarana, että taakkana. Naisen mukaan ystävät koulun ulkopuolelta eivät välillä ymmärrä työn aiheuttamaa stressiä ja haasteita, välillä myös salassapitovelvollisuus koituu ongelmaksi. Nainen ei halua myöskään huolestuttaa työasioilla ystäviään, joten välillä hän kokee, ettei

⁴² Harisalo- Miettinen 2010, 128

⁴³ Kerola 2003, 21

⁴⁴ Kerola 2003, 14 & 16

jaksa viettää aikaa heidän kanssaan. Kollegojaan Turun poliisiasemalla nainen ei tässä vaiheessa vielä laske osaksi sosiaalista tukiverkostoaan, sillä hän on työskennellyt siellä niin lyhyen ajan. Naisen mukaan työkavereilla on kuitenkin merkittävä rooli töissä jaksamisen kannalta. Kuten Hyyti, Kauppila, Koskelainen ja Rantaeskola kirjassaan ”Haastavat asiakastilanteen- väkivalta työssä” tuovat esille, nainen koki, että työkavereilla on suuri merkitys työssä jaksamiseen.⁴⁵

Nainen toi esille, että joskus työasiat seuraavat mukana kotiin asti ja silloin hän yleensä keskustelee avopuolisonsa kanssa ja purkaa tuntemuksiaan häneen. Nainen kertoi luulevansa tämän johtuvan siitä, että on helppoa purkaa henkilöön, joka ymmärtää ja on lähellä. Hyyti, Kauppila, Koskelainen ja Rantaeskola käsittelevät tätä kirjassaan niin, että tietoisuus siitä, että on hyväksytty ja rakastettu, luo turvallisuuden tunnetta.⁴⁶

Haastateltava kertoi myös siitä, että joskus asioista ei jaksakaan yksinkertaisesti keskustella. Hän kertoi, että välillä olisi mukavaa, että työpaikan oven sulkeutuessa ei tarvitsisi enää pohtia ja käydä läpi työasioita. Salli Saari käsittelee kirjassaan ”Kuin salama kirkaalta taivaalta” sitä, kuinka on normaalia, että työstämisen- ja käsittelyvaiheessa haluaa olla yksin ja yksin omassa mielessään työstää kokemaansa.⁴⁷

Haastateltava nainen kuitenkin koki sosiaalisen tukiverkoston jopa oman jaksamisensa ja hyvinvointinsa kannalta tärkeimpänä asiana, sillä ilman tukiverkostoaan hän kokisi olevansa yksin ja tyhjän päällä. Hän kokee tukiverkostonsa auttavan häntä jaksamaan töissä ja tukiverkoston auttavan häntä kohtaamaan sekä käsittelemään vaikeita asioita.

5.2 MIES, 49 VUOTTA, VALVONTA- JA HÄLYTYSTEHTÄVÄT & PALVELUPÄIVYSTYS

Toinen haastateltavista oli 49-vuotias mies, joka työskentelee tällä hetkellä palvelupäivystyksen päivystäjänä Salon poliisiasemalla, mutta hänen työuransa pitää sisällään 20 vuotta valvonta- ja hälytyssektorilla työskentelyä, TEPO-, JOUHA- ja koulutustehtäviä sekä ulkomaalaisvalvontaa, turva-/henkilösuojaustehtäviä ja rikostorjuntaa. Mies on työskennellyt poliisina 27,5 vuotta. Mies ei varsinaisesti mieltänyt omaavansa sosiaalista tukiverkostoja, mutta nimesi perheensä, ystävänsä ja työkaverinsa jollain tasolla tämänkaltaiseksi. Hän koki sen riittävän laajaksi, mikäli sitä osaa hyödyntää

⁴⁵ Hyyti- Kauppila- Koskelainen- Rantaeskola 2015, 222

⁴⁶ Hyyti- Kauppila- Koskelainen- Rantaeskola 2015, 222

⁴⁷ Saari 2003, 64

oikein. Harisalon ja Miettisen kirjassa ”Luottamus- pääomien pääoma” käsiteltävää sosiaalista pääomaa mieheltä siis löytyy.⁴⁸ Mies pohti haastattelussa, pitääkö sosiaalista tukiverkoston enemmän taakkana vai voimavarana ja päätyi lopputulokseen, että oikein hyödynnettynä tukiverkosto on nimenomaan voimavara, kuten kuvataan Hyytin, Kauppilan, Koskelaisen ja Rantaeskolan kirjassa ”Haastavat asiakastilanteet- väkivalta työssä”.⁴⁹ Haastateltava kertoi, ettei ”jokapäiväisyyksistä” keskustele muiden kuin työkavereiden kanssa, mutta keskustelee kokiessaan siihen tarvetta. Mies koki riittävän poikkeuksellisten työtehtävien heijastuvan omaan käytökseensä ja avautuvan niistä, mikäli kokee tarvetta purkaa tuntojaan. Muuten mies ei kokenut normaalia ”keikan ajamista” kertomisen arvoiseksi asiaksi organisaation ulkopuolisille ihmisille. Kuten Erkki Kerola kertoo kirjassaan ”Ammattina poliisi-pelkääkö puoliso” moni poliisimies on tehnyt tietoisin valinnan olla puhumatta työasioista perheen kanssa.⁵⁰ Haastateltavan mukaan salassapitovelvollisuus rajoittaa myös osaltaan puhumista ja se on yksi merkitsevä tekijä, miksei hän välillä asioista puhukaan.

Miehen mukaan puhumisella on kuitenkin aina vaikutusta ja asioiden jälkipuiminen on hänen mielestään hyvä asia. Hän tuo esille myös sen, että välillä asioista keskusteleminen voi muuttua ”vitsin vääntämiseksi” ja silloin yksilö ei saa tarvitsemaansa vertaistukea. Mies kuitenkin koki työkokemusten kollegojen kanssa motivaatiota kohottavana ja positiivisena. Kuten Eija Palosaari tuo kirjassaan ”Lupa särkyä- kriisistä elämään” esille, suuria puheita ei aina tarvita vaan tärkeintä on olla läsnä.⁵¹

⁴⁸ Harisalo- Miettinen 2010, 128

⁴⁹ Hyyti- Kauppila- Koskelainen- Rantaeskola 2015, 222

⁵⁰ Kerola 2003, 14

⁵¹ Palosaari 2007, 91

5.3 MIES, 51 VUOTTA, VALVONTA- JA HÄLYTYSTEHTÄVÄT

Kolmas haastateltava oli 51-vuotias mies, joka toimii poliisimiehenä valvonta- ja hälytyssektorilla Salon poliisiasemalla. Poliisina mies on työskennellyt 18 vuotta. Mies koki sosiaalisen tukiverkostonsa riittäväksi tilanteeseensa ja työtehtäviinsä liittyen. Hän nimesi sosiaalisesti tukiverkostokseen vaimonsa, veljensä ja muutamat kollegat. Kollegoistaan hän nimesi oman ryhmänsä ja muutaman toisessa laitoksessa työskentelevän tai jo eläkkeellä olevan poliisimiehen, sekä muutaman läheisen ystävän työn ulkopuolella. Näitä henkilöitä miehen mukaan on 3-4 henkilöä.

Mies kokee koonneensa ympärilleen laajan tukiverkoston, josta löytyy erilaisia ihmisiä ja hän voi aina valita tilanteeseen nähden sopivan keskustelukumppanin. Harisalon ja Miettisen kirjassa ”Luottamus-pääomien pääoma” käsittelemää sosiaalista pääomaa haastateltava kokee omaavansa.⁵² Haastateltava kertoi keskustelevänsä tukiverkostonsa kanssa jatkuvasti sekä työasioista, että muistakin vastaan tulleista tapauksista.

Mies pohti sitä, heijastuvatko työasiat hänen käyttäytymiseensä kotona, mutta sanoi työasioiden tulevan väkisininkin kotiin hänen työskennellessään niin pienellä paikkakunnalla. Kuten Erkki Kerola tuo esiin kirjassaan ”Ammattina poliisi- pelkääkö puoliso”, poliisikin on vain ihminen.⁵³ Haastateltava toi esille salassapitovelvollisuuden rajoittavan puhumista, mutta ei kokenut sen liikaa häiritsevän omatessaan niin laajan tukiverkoston.

Haastateltava koki tukiverkostolla olevan suuri vaikutus hyvinvointiin ja arkeen kokonaisvaltaisesti ja muistutti, ettei poliisiuralle lähtiessä tule unohtaa poliisiorganisaation ulkopuolisia kavereita.

5.4 MIES, 35 VUOTTA, RIKOSTORJUNTA & ANKKURI-RYHMÄ

Neljäs haastateltava oli 35-vuotias mies, joka työskentelee Lounais-Suomen poliisilaitoksella, Salon poliisiasemalla rikostorjunnassa. Työkokemusta poliisina miehellä on noin 3,5 vuotta valmistuttuaan vuonna 2014. Valmistumisensa jälkeen mies on toiminut Lohjan poliisiasemalla rikostorjunnassa, ollut viisi kuukautta työttömänä, jonka jälkeen työskennellyt talousrikostutkinnassa, sekä lapsitutkijana. Tällä hetkellä mies on osa

⁵² Harisalo- Miettinen 2010, 128

⁵³ Kerola 2003, 9

Ankkuri-ryhmää ja Ankkuripoliisin lisätehtäviin kuuluvat MARAK, RAD-toiminto, sekä ekstrimismien torjunta. Näiden tehtävien lisäksi mies tekee normaalia esitutkintaa.

Haastateltavan sosiaalinen tukiverkosto koostuu perheestä ja ystävistä. Työn kuormittavuuden takia mies piti tärkeänä, että tukiverkostoon kuuluu viranomaisia, joiden kanssa voi keskustella työasioista vapaammin kuin ”siviilien” kanssa. Sosiaalinen tukiverkosto oli miehelle tärkeä ja vaikka hän ei kertomansa mukaan hyödynnä sitä kovinkaan usein, hänelle pelkkä tieto sen olemassa olosta oli tärkein. Haastattelussa korostui se, että mies arvostaa perhettään, kuten Kerola käsittelee kirjassaan ”Ammattina poliisi- pelkääkö puoliso”.⁵⁴ Mies toi esille sen, että Salon poliisiasemalla on erittäin hyvä yhteishenki, joka on jaksamisen kannalta osaltaan hyvin tärkeä tekijä. Miehen mukaan työkavereiden kanssa voi puhua asioista, jolloin niistä ei tarvitse huolehtia enää kotona. Tästä mainitsevat myös Hyyti, Kauppila, Koskelainen ja Rantaeskola kirjassaan ”Haastavat asiakastilanteet- väkivalta työssä”, kertoen, että vastavuoroisuuden periaate lujittaa toisen tukemista.⁵⁵

Mies koki salassapitovelvollisuuden haasteelliseksi puhumisen kannalta, koska asioista ei saa hyvää kokonaiskuvaa täysin ulkopuoliselle, kun siitä pitää jättää osa kertomatta. Tässä suhteessa haastateltava piti kollegoja erittäin tärkeänä osana tukiverkostoa. Haastateltava koki oman tukiverkostonsa ja sen kanssa asioista keskustelemisen vaikuttavan suuresti omaan jaksamiseensa ja työkykyynsä. Tärkeimpänä mies koki tiedon siitä, että tukiverkosto on olemassa.

⁵⁴ Kerola 2003, 21

⁵⁵ Hyyti- Kauppila- Koskelainen- Rantaeskola 2015, 222

6. JOHTOPÄÄTÖKSET

Haastattelujen analysoiminen alkoi jo haastattelun tekovaiheessa, sillä haastattelutilanteessa pystyi hyvin tekemään havaintoja haastattelujen edetessä niissä esiintulleiden asioiden toistuvuuden takia.⁵⁶ Haastateltavat eivät olleet aiemmin miettineet kyseistä aihetta niin syvällisesti, vaikka tiedostivat sen olemassa olon omassa elämässään, joten haastateltavat itsekkin huomasivat haastattelun lomassa uusia yhteyksiä ja merkityksiä asioiden välillä.⁵⁷

Vaikka jokaisen haastateltavan haastattelu oli erilainen, jos mietitään henkilön omaa suhtautumista asiaan ja siihen, kuinka tärkeäksi hän itse on asian omaksunut, jokaisen haastattelun ”sanoma” oli sama: sosiaalinen tukiverkosto on voimavara. Kukin haastateltavista on koonnut ympärilleen omanlaisensa ja omia tarpeitaan vastaavan tukiverkoston, mutta jokaisella haastateltavista oli aina joku henkilö, jolle koki voivansa asioista puhua, oli asia mikä tahansa. Tukiverkostosta yleensä valittiin sopiva keskustelukumppani asian laadun perusteella.

Vaikka kukaan haastateltavista ei suoranaisesti tuonutkaan kyseistä asiaa esille haastatteluissa, oli se kuitenkin helposti nähtävissä kaikkien haastateltavien osalta. Jokainen haastateltavista keskusteli ja jakoi kokemuksiaan niiden ihmisten kanssa, joihin luotti ja koki voivansa uskoitua ilman, että tulee tuomituksi, oli asian laatu mikä hyvänsä. Yksikään haastateltavista ei tuonut esille jakavansa niin ”normaaleiksi tulkittavia” tai arkaluontoisia asioitaan ”hyvän päivän tuttujen” kanssa, vaan jokaisen haastateltavan sosiaaliseen tukiverkostoon kuuluviin ihmisiin haastateltavalla oli jonkinlainen vahvempi tunneside, kuten juuri mainittu luottamus pidemmän kokemuksen pohjalta.

Vaikka haastateltavat valikoituivatkin sattumanvaraisesti, valintapäätökseen ohjasi varmasti osaltaan myös opinnäytetyöntekijän luottamus haastateltavia kohtaan, jolloin ”arkaluontoisesta” asiasta keskusteleminen haastattelun muodossa koettiin molemmin puolin miellyttäväksi.

⁵⁶ Hirsjärvi- Hurme 2001, 136

⁵⁷ Hirsjärvi- Hurme 2001, 137

7. POHDINTA

Haastatteluiden tulokset olivat melko yhtäläisiä keskenään. Poikkeamaa ei siis tapahtunut, vaikka haastateltavat olivat keskenään eri ikäisiä ja eri sukupuolta.

Jokainen haastateltava kertoi, että sosiaalinen tukiverkosto on tärkeä ja se koetaan voimavarana oman jaksamisen suhteen. Suurta eroa vaikuttavuuteen ei myöskään ollut haastateltavan työtehtävillä. Sekä rikostorjunnassa työskentelevät haastateltavat, että valvonta ja hälytystehtävissä työskentelevät haastateltavat kokivat oman sosiaalisen tukiverkoston tärkeäksi, vaikka työtehtävät eivät keskenään olisikaan aivan yhtä vaativia samassa mielessä.

Kukin haastateltavista koki oman sosiaalisen tukiverkostonsa riittäväksi, osa haastateltavista pohti sitä, tuleeko tukiverkosta hyödynnetyksi tarpeeksi, joskus kun työtehtävistä ei välttämättä jaksaa puhua. Tässä suhteessa haastateltavat kokivat työkaverit hyväksi osaksi sosiaalista tukiverkosta, jolloin asioista pystyi puhumaan jo töissä, eikä asioita tarvinnut puida enää kotona.

Salassapitovelvollisuus nostettiin myös esiin. Joskus työasioista keskusteleminen kotona saattoi olla hankalaa vain sen takia, että kaikkia asioista ei voinut selittää koko mittakaavassa salassapitovelvollisuuden takia. Tämän takia asiaa olisi joutunut ”sensuroimaan” sen verran, että asiaa ei olisi voinut kunnolla ymmärtää.

Naishaastateltavan sosiaalinen tukiverkosto koostui avopuolisosta, perheestä, Poliisiammattikorkeakoulun aikaisista kurssikavereista ja kavereista ennen koulua. Työkavereita naishaastateltava ei vielä laskenut osaksi tukiverkosta, sillä oli työskennellyt työpaikassaan vasta lyhyen aikaa. Silti hän mainitsi, että työkavereiden kanssa pystyy puhumaan.

Tärkeimpänä voimavarana naishaastateltava piti avopuolisoaan, joka työskentelee myös poliisina. Avopuolisonsa kanssa keskustellessa ei tarvinnut haastateltavan mukaan murehtia salassapitovelvollisuudesta, eikä siitä, että työtehtävät järkyttäisivät, sillä samassa työssä työskentelevä tiedostaa poliisin työssä vastaan tulevat asiat paremmin kuin henkilö, joka ei poliisina työskentele. Kaverit ennen Poliisiammattikorkeakoulua haastateltava koko sekä voimavarana että ajoittain taakkana. Heidän kanssaan pystyi irtautumaan työasioista, mutta välillä heidän kanssaan oli raskasta puhua, sillä ystävät eivät välttämättä ymmärtäneet asioita, joista haastateltava haluaisin keskustella.

Sosiaalisen tukiverkoston nainen koki tärkeimmäksi osaksi omaa työhyvinvointiaan ja jaksamistaan. Naishaastateltava koki todella tärkeäksi, että asioista puhutaan, jotta oma ymmärrys asioihin myös kasvaa.

49-vuotias mieshaastateltava taas ei mieltänyt, että hänellä olisi sosiaalista tukiverkostoa, jonka voisi nimetä, mutta hän kuitenkin nimesi juuri perheen, ystävät ja työkaverit, joille purkaa, mikäli kokee sen tarpeelliseksi. Mieshaastateltava koki tukiverkostonsa riittävyyden olevan tapauskohtaista, mutta usein kokenut verkostonsa olevan riittävän laaja.

Mieshaastateltava koki tukiverkostonsa ehdottomasti voimavarana, mikäli sitä vain osaa hyödyntää oikein. Haastateltava koki, että työasioiden purkaminen työkavereiden kanssa ja asioiden jälkipuiminen eivät ole koskaan paha asia ja asioista puhumalla asioista voidaan saada myös muille positiivinen ja kannustava kokemus.

51-vuotias mieshaastateltava koki sosiaalisen tukiverkostonsa riittäväksi. Sosiaaliseen tukiverkostoonsa hän nimesi vaimonsa, veljensä ja muutamat työkaverit, useimmat omasta ryhmästään ja muista poliisilaitoksista. Lisäksi haastateltava kertoi, että sosiaaliseen tukiverkostoon kuuluu ystäviä työn ulkopuolelta, noin 3-4 henkilöä.

Haastateltava mielsi oman tukiverkostonsa laajaksi ja pohti tukiverkostonsa muodostuvan niin erilaisista ihmisistä, että tilanteen tullen siitä löytyy aina joku, jolle voi asioista puhua. Haastateltava kertoi keskustelewansa asioista tukiverkostonsa kanssa jatkuvasti ja että tukiverkostolla on suuri vaikutus hänen arkeensa ja työhyvinvointiinsa. Haastateltava ilmaisi, ettei osaisi kuvitellakaan tilannetta, että nämä ihmiset eivät olisi hänen tukenaan ja osana hänen elämäänsä. Haastateltava mainitsi myös, että on tärkeää, että sosiaalinen tukiverkosto koostuu erilaisista ihmisistä ja että pidetään yhteyttä myös muihin kuin työkavereihin ja poliisitaustaisiin ihmisiin, muuten työ voi viedä mennessään pitkällä tähtäimellä.

35-vuotias mieshaastateltava nimesi sosiaaliseksi tukiverkostokseen perheensä ja ystävänsä. Haastateltava koki tukiverkoston erittäin tärkeäksi. Haastateltava pohti, ettei itse hyödynnä sosiaalista tukiverkostoaan kovinkaan usein puhumalla esimerkiksi työasioista heidän kanssaan, mutta koki tärkeäksi tiedon siitä, että ympärillä on ihmisiä, joille puhua tilanteen sitä vaatiessa. Työkavereiden kanssa haastateltava koki keskustelemisen helpoksi, sillä silloin tarvinnut murehtia salassapitovelvollisuudesta, vaan asioista pystyi keskustelemaan vapaasti ja näin asiat eivät myöskään seuranneet enää kotiin.

Haastatteluiden tulokset antoivat selkeän vastauksen tutkimuskysymykseen: ”*Millaisena voimavarana yksittäinen poliisimies kokee oman perheensä, ystävänsä ja työtoverinsa*”. Jokainen haastateltava koki oman sosiaalisen tukiverkostonsa tärkeänä voimavarana, eikä pystyisi kuvittelemaan omaa arkeaan ilman näitä henkilöitä ympärillään. Tulokset vastasivat siis hyvin ja yhtäläisesti kerättyä materiaalia eri lähteistä.

7.1 HENKILÖKOHTAINEN OPPIMINEN

Asioista puhumisella voi olla hyvinkin positiivinen vaikutus omaan hyvinvointiin, vaikka aina asioista puhuminen ei helppoa olisikaan. Joku voi olla enemmän omalla ”mukavuusalueellaan” kun käsittelee tapahtuneita asioita vain itsekseen, vertaillen niitä aiempiin kokemuksiinsa. Toinen taas voi kokea tuskaiseksi asioiden puimisen vain itsensä kanssa ja omassa päässään, jolloin läpikäyminen toisen ihmisen kanssa voi olla huojentavaa ja antaa asialle myös toisenlaista näkökulmaa. Näkökulman avulla asiasta voi myös oppia jotain uutta.

Henkilökohtaisesti sosiaalinen tukiverkosto on ollut aina todella tärkeä. Se koostuu omalla kohdalla tällä hetkellä perheestä, ystäväistä, Poliisiammattikorkeakoulun aikaisista kurssikavereista, työkavereista ja harjoittelun aikana tutuksi tulleista poliisimiehistä, joista muodostui harjoittelun aikana ”toinen perhe”.

Sosiaalisen tukiverkoston merkitys korostui omalla kohdalla suuresti opintoihin kuuluvan 10 kuukauden mittaisen harjoittelun alkaessa, kun taakse piti jättää ”tuttu ja turvallinen” koulu ja koulukaverit. Muutto uudelle paikkakunnalle, josta ei tuntenut ketään tuntui aluksi hieman pelottavalta, kun ei ollut tuttuja ihmisiä ympärillä, joiden kanssa oli tottunut koulupäivät viettämään ja purkamaan tapahtuneita asioita. Alkuun kaikki uusi tuntui häkellyttävältä ja huomasi, kuinka tärkeää oli tiedostaa, että on ihmisiä, joille voi puhua ja jakaa kokemuksia. Aina tietenkään kaikesta ei jaksanutkaan puhua, mutta juuri se tieto, että on aina joku, johon tukeutua, rauhoitti paljon. Kenenkään ei tulisi olla yksin.

Nopeasti harjoittelussa ihmisiin tutustuessa huomasi, kuinka opettavaista ja rentouttavaa oli keskustella esimerkiksi työasioista työkavereiden kanssa, sillä vaikka koulussa hyvät eväät poliisina työskentelyyn annettiinkin, oli kaikki silti uutta ja ihmeellistä, kun viimein pääsi ”kokeilemaan omia siipiään” nuorempana konstaapelina. Nämä työkaverit olivat silloin korvaamaton tuki ja turva, joilta sai kyllä apua pulmaan kuin pulmaan.

Aikaa ei ollut kulunut paljoakaan, kun huomasi, että keskustelun aiheet eivät enää pyörineet pelkästään työasioiden ympärillä vaan välillä kahvitaulolla jaettiin omia

henkilökohtaisia asioista ja etsittiin niihin yhdessä ratkaisua. Tämä osaltaan lujitti työyhteisön välejä huomattavasti ja lyhyen ajan jälkeen tunsivat todella kuuluvansa porukkaan. Tämä oli hyvin tärkeää, sillä ensimmäisen vaikean työasian eteen tullessa uskalsi saman tien kysellä neuvoa kokeneemmilta, kynnys vedettiin sen suhteen hyvin matalalle, joka tuki oppimista hyvin. Samalla luotto omia työkavereita kohtaan vahvistui.

Kotona perheen ja ystävien kanssa pystyi hyvin irtautumaan työasioista ja keskustelemaan aiheista työn ulkopuolella, mutta välillä huomasi vaikeaksi työasioista puhumisen juuri salassapitovelvollisuuden suhteen. Lisäksi esiin tuli myös se, mitä halusi kertoa työasioista kotona, ettei turhaan huolestuta läheisiään, sillä mikä omasta ja työkavereiden näkökulmasta oli täysin normaali osa poliisin työtä, saattoi ”siviilin silmin” olla hyvinkin järkyttävää ja näkökulmaa asian ymmärtämiseen oli vaikeaa löytää.

Kuitenkin sosiaalisen tukiverkoston merkitys konkretisoitui toden teolla harjoittelun alkaessa ja omalla kohdalla se oli myös uuden opettelua tavallaan, tunteiden purkamista ja kuvaamista sanoin, jota ei ehkä aikaisemmin ollut hallinnut niin hyvin. Siksi opinnäytetyötä miettiessä ja aihetta valitessa sosiaalinen tukiverkosto valikoitui aiheeksi nopeasti.

Harjoittelun aikana huomasi, että pitää osata pitää naama peruslukemilla ja pää kylmänä, vaikka sisällä kuinka kiehuisi. Nostattaa vähän kuin suojamuuri ja hoitaa homma kotiin sen kummempia tunteilematta, tunteilulle aika oli sitten myöhemmin työkavereiden kesken jälkipuinnin merkeissä kahvin ääressä. Aluksi asioista puhuminen tuntui vieraiden ihmisten kanssa epämiellyttävältä ja vaikealta, koska oli hieman vaikeaa päästää ihmisiä niin sanotusti oman pään sisään, koska heitä ei tuntenut ja luottamus heihin vielä alussa oli ”lapsen kengissä”. Kotona ja ystävien kanssa puhuessa kuitenkin vastaan tuli juuri salassapitovelvollisuus ja se, ettei halunnut huolestuttaa turhaan. Kurssikavereidenkin kanssa tuli puhuttua työasioista, mutta heidän ollessa harjoittelussa eri paikkakunnilla oli välillä vaikeaa sovittaa aikataulut yhteen ”purkukeskustelua” varten. Olisi siis aika opetella laskemaan suojamuuri ja pukemaan pänsä sisällä olevat ajatukset sanoiksi.

Tämä on osaltaan ollut kasvattava kokemus. Kokemuksia jaettaessa kahvihuoneessa huomasi, kuinka oma luottamus työkavereita kohtaan kasvoi, joka osaltaan vaikutti huomattavasti työhyvinvointiin ja jaksamiseen välillä raskaidenkin päivien aikana. Lisäksi oli vapauttavaa huomata, miten helppoa asioista puhuminen oli töissä, kun kotona piti välillä miettiä, mitä kaikkea voi puhua ja mitä ei.

Opinnäytetyötä tehdessä ja perehtyessä aihetta käsittelevään materiaaliin ja aineistoon huomasi haastattelujen tulosten kuvastavan hyvin opinnäytetyön teoriaa.

Puhuminen ei tule kaikilla luonnostaan, koska se voidaan joskus mieltää heikkoudeksi. Eroja esiintyy myös sukupuolten välillä, naiset voivat olla enemmän ”sinut” puhumisen kanssa kuin miehet. Joskus tämä voi olla myös toisinpäin.

Asioista puhuminen kuitenkin pohjautuu luottamukseen henkilöiden välillä ja tietoon siitä, että voi rauhassa puhua asioista ilman tuomitusta tulemista. Aina ei vaadita suuria puheita tai eleitä, riittää vain, että on läsnä ja tukena.

Poliisin ammatti mielletään hyvin maskuliiniseksi ja että töitä tehdään ”pokerinaamalla”, mutta loppupeleissä poliisikin on vain ihminen ja jokaisella varmasti herää työvuorojen aikana erilaisia tunteita, vaikka ne eivät kasvojen välityksellä ulkopuoliselle näkyisikään. Kaikesta ei ole pakko puhua, puhumisen tarve on yksilökohtaista. Joku purkaa tunteita enemmän esimerkiksi urheilun, mutta silti on hyvä olla niitä ihmisiä, joille voi puhua, kun tuntee tarvetta siihen.

Opinnäytetyötä tehdessä eräässä aineistossa kuvattiin poliisia omana rotunaan: ”olla epäluuloisia ja sisäänpäin lämpeneviä”. Joitakin piirteitä tunnisti henkilökohtaisesti myös itsestään ja opinnäytetyötä tehdessä asia jos toinen kolahti omalla kohdalla.

Turvallisessa ympäristössä on kuitenkin helpompi purkaa tunteita ja puhua asioista. Poliisin työssä voi helposti ”elämän nurjaa puolta” katsellessa niin sanotusti ”kovettua” ja muodostaa itselleen suojamuurin tai ”tunnepeiton”, jotta työt saa paremmin hoidettua, kun työtehtävillä tulee vastaan tunteita herättävä tapaus. Tunnepeitto voi kuitenkin herkästi jäädä päälle ja kokea, että tämänkaltainen ”tunteilu” on heikkouden merkki. Siksi ympäristön onkin oltava luotettava, ettei verkoston kanssa puhuminen herätä epävarmuutta.

Omalla kohdalla pystyy täysin samaistumaan haastateltuihin ja kerättyyn aineistoon ainakin joiltakin osin.

Ennen opintoihin kuuluvaan harjoittelua on mahdollisesti pitänyt niin sanottuja ”omia ihmisiä” ja omaa sosiaalista tukiverkostoaan hieman itsestänselvyytenä. Tunteista puhuminen on ollut joissakin tilanteissa hyvinkin epämiellyttävää ja niistä on tullut puhuttua vain tietyille ihmisille. Harjoittelun aikana nuorempana konstaapelina toimiessa sekä rikostorjunnassa, että valvonta- ja hälytystehtävissä on työn tekeminen ollut opettavaista. Niin sanotusti ”elämän nurjaa puolta” katsellessa on oppinut uudella tavalla

arvostamaan omaa sosiaalista tukiverkostoaan ja sitä, että on luottamuksen arvoisia ihmisiä, jolle voi turvallisessa ympäristössä puhua ilman tuomitusta tulemista. Työ on myös opettanut pukemaan tuntemuksia sanoiksi, sillä eihän kukaan osaa ajatuksia lukea, vaan on osattava kertoa kokemansa ihmiselle, joka ei ole ollut paikalla.

Työtehtävillä on tullut vastaan tunteita herättäviä keikkoja, joskus on saanut purra kieltä itkun edessä ja joskus taas sen takia, ettei sano ääneen, mitä sylki suuhun tuo.

Sosiaalinen tukiverkosto on erittäin arvokas pääoma, joka tukee työhyvinvointi ja jaksamista. Aina sitä ei välttämättä osaa samalla tavalla arvostaa, mutta sen olemassaolo on tärkeää. Välillä pelkkä tieto sen olemassaolosta riittää, vaikka sitä ei päivittäin hyödyntäisikään.

Tukiverkoston on hyvä olla riittävän laaja, kukin tietysti määrittää sen omalla kohdallaan laajuudeltaan ja riittävydeltään. On hyvin yksilöllistä, kuinka tarpeelliseksi sen tuntee, mutta pelkkä tieto siitä on jo paljon.

Voikin siis todeta sosiaalisen tukiverkoston olevan enemmän voimavara, kuin taakka.

Mitä taas tutkimuksen tekemiseen tulee, se oli henkilökohtaisesti ensimmäinen laatuaan. Alkuun tekemisen aloittaminen oli vaikeaa ja vaikka hyvät ohjeet tekemiseen saikin, tuntui kirjoittamisen olevan erittäin haasteellista.

Kiinnostus aihetta kohtaan onneksi ei missään työvaiheessa laantunut ja se osaltaan auttoi ahkeroimaan silloinkin, kun koneen ääneen istuminen ei aina maistunut.

Kun työ oli vihdoinkin haastatteluvaiheessa, intoa työntekemiseen löytyi taas aivan uudella tavalla, sillä oli mukavaa taas pitkältä tuntuneen ajanjakson jälkeen olla yhteydessä tiiviimmin harjoittelun aikana tutuksi tulleisiin ihmisiin. Haastattelut sujuivatkin vaivattomasti ja sai olla positiivisen yllättyneenä siihen, miten antoisaa haastattelujen tekeminen oli ja kuinka paljon materiaalia haastattelujen pohjalta syntyi.

Opinnäytetyön tekeminen kuvastaa mielestäni niiltäkin osin hyvin sosiaalisen tukiverkoston tärkeyttä ja merkitystä: haastateltavat olivat heti valmiita auttamaan opinnäytetyön teossa haastatteluihin osallistumalla ja ovat osaltaan myös kannustaneet niinäkin hetkinä, kun opinnäytetyön tekeminen ei ole aina niin kovin innostanut. Aktiivisesti kyselemällä ja kiinnostustaan opinnäytetyötä kohtaan esittämällä sosiaaliseen tukiverkostoon kuuluvat ihmiset ovat osaltaan osallistuneet opinnäytetyön tekemiseen enemmän kuin pelkästään haastattelujen osalta ollen erittäin tärkeä voimavara jälleen kerran.

LÄHTEET

Harisalo, Risto & Miettinen, Ensio: Luottamus- pääomien pääoma, Juvenes Print, Tampere 2010.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena: Tutkimushaastattelu- Teemahaastattelun teoria ja käytäntö, Yliopistopaino, Helsinki 2001.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Saravaara, Paula: Tutki ja kirjoita, Otavan Kirjapaino Oy, Helsinki 2008.

Hyyti, Jari , Kauppila, Jaakko , Koskelainen, Mari & Rantaeskola, Satu: Haastavat asiakastilanteet-väkivalta työssä, Talentum, Helsinki 2015.

Kerola, Erkki: Ammattina poliisi- Pelkääkö puoliso, Edita Prima Oy, Helsinki 2003.

Nurmi, Lasse: Kriisi, pelko, pakokauhu, Edita, Helsinki 2006.

Palosaari, Eija: Lupa särkyä- Kriisistä elämään, Edita Prima Oy, Helsinki 2007.

Rikander, Henri: Poliisin kokemus virkamiehen väkivaltaisesta vastustamisesta, Edilex 2017/43, julkaistu 24.10.2017.

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

Suomen Poliisijärjestöjen Liiton Jäsenlehti, 4/2017.

Uusitalo, Hannu: Tiede, tutkimus ja tutkielma- Johdatus tutkielman maailmaan, WS Bookwell Oy, Juva 2001.

http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html , luettu 1.1.2018.

LIITTEET

OPINNÄYTETYÖN HAASTATTELURUNKO:

1. Minkä ikäinen olet?
2. Missä työtehtävissä työskentelet?
3. Montako vuotta olet työskennellyt poliisina?
4. Miten koet sosiaalisen tukiverkostosi = perheen, ystävät ja työkaverit?

(Onko se riittävä/ketä siihen kuuluu, hyödynnätkö sitä, koetko sen ”voimavarana” vai taakkana?)

5. Keskusteletko työasioista tukiverkostosi kanssa?
6. Haluatko yleensä kertoa tukiverkostollesi minkälaisia tehtäviä/ vaaratilanteita kohtaat?

(Jos et, miksi et halua kertoa?)

7. Oletko kokenut, että työaikana kohdatut sekä positiiviset että negatiiviset tapahtumat seuraavat kotiin ja vaikuttavat elämään?

(Näkyvät ulospäin käyttäytymisestä/ tukiverkostosi huomioi?)

8. Onko työasioiden ”jälkipuiminen” tukiverkoston kanssa ollut mielestäsi hyödyllistä/huonoa?

(Oletko kokenut, ettet voi asioista puhua salassapitovelvollisuuden takia?)

9. Jos et puhu tukiverkostosi kanssa asioista, mistä se johtuu?
10. Koetko, että puhumisella/verkostolla on vaikutusta omaan arkeesi ja työhyvinvointiisi?