

# RAUHANTURVAAJAN LÄHEISTEN TUKI KRIISINHALLINTAOPERAATION JÄLKEEN

Henry Helakorpi ja Sanna-Mari Sääskilähti

Opinnäytetyö, kevät 2018

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalian koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) + diakonian virkakelpoisuus

## TIIVISTELMÄ

Helakorpi, Henry & Sääskilahti, Sanna-Mari. Rauhanturvaajan läheisten vertaistuki kriisinhallintaoperaation jälkeen. Kevät 2018, 51 sivua, 1 liite. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi(AMK) + diakonian virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia rauhanturvaajan läheisten kokemuksia saamastaan tuesta kriisinhallintaoperaation jälkeiseltä ajalta ja selvittää, millaista tukea tarvittaisiin lisää. Opinnäytetyöllä haluttiin myös tuoda esille keinoja, joilla tukijärjestelmää voitaisiin kehittää. Yhteistyötahoina toimi Puolustusvoimat ja Suomen Rauhanturvaajaliitto ry, joiden järjestämässä läheisten päivässä tutkimus toteutettiin.

Tutkimuksen aineiston keruu toteutettiin syksyllä 2016 kyselylomaketutkimuksena, joten tutkimus oli luonteeltaan laadullinen. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella osana läheisten päivää ja vastauksia saatiin 24 kappaletta. Kyselylomake koostui strukturoiduista sekä avoimista kysymyksistä, joiden avulla haluttiin kartoittaa läheisten tuen tarvetta. Analyysimenetelmänä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä ja teemoittelua.

Kyselylomakkeista ilmeni, että annettava tieto tukitoimista on pääpiirteittäin riittävää, mutta palvelusaika koettiin lapsiperheissä osaltaan hyvinkin kuormittavaksi. Esille nousi huolta ja negatiivisia tunnetiloja. Analysoinnin tuloksena koettiin, ettei läheisillä ole tietoa auttajatahoista, joten apua ei osata vaatia.

Opinnäytetyössä haluttiin tuoda esille seurakunnan tukijärjestelmä. Seurakunta ja sen eri tahot voisivat olla tukemassa myös rauhanturvaajan läheisiä.

Asiasanat: rauhanturvaaminen, läheinen, vertaistuki, psykososiaalinen tuki, seurakunta

## ABSTRACT

Helakorpi, Henry & Sääskilahti, Sanna-Mari. The peer support of a peacekeeper's next of kin after a crisis management operation. Spring 2018, 51 p., one appendix.

Diaconia University of Applied Sciences, Degree Programme in Social Services, Option in Diaconial Social Work. Degree: Bachelor of Social Services + Deacon.

The aim of this thesis was to research the experiences of a peacekeeper's next of kin on support they were given after a crisis management operation and clarify what kind of support they needed. This thesis also brought out ways to improve the support system. The material was collected at a next of kin day which was organised by the Finnish Defence Forces and Finnish Peacekeepers' Association.

The data collection method was a survey and the data was collected in autumn 2016. The research was qualitative and 24 people from the next of kin day responded. The survey consisted of structured and open questions which were meant to map out need of support of the next of kins. The method of analysis was material-based content analysis and thematising.

According to the results available information about the support was sufficient overall, but the period of service was partly experienced very straining in families with children. Worries and negative feelings appeared. As a result of the analysis it was found out that next of kin had no information about the parties offering help so they were uncertain of how to demand it.

This thesis revealed the support system of the parish. The parish and its entities could be involved also in supporting the peacekeepers' next of kin.

Key words: peacekeeping, next of kin, peer support, psycho-social support, parish

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 RAUHANTURVAAMINEN JA KRIISINHALLINTA	7
2.1 Laki sotilaallisesta kriisinhallinnasta	8
2.2 Suomen Rauhanturvaajaliitto ry	10
3 PSYKOSOSIAALINEN TUKI JA TUEN MUODOT	11
3.1 Kriisi, stressi ja sokki	12
3.2 Tuki onnettomuuden jälkeen	14
3.3 Defusing ja debriefing	17
3.4 Kriisi rauhanturvaajan ja läheisen näkökulmasta	18
4 VERTAISTUKI	20
4.1 Vertaistuki palveluksen aikana sekä kotiinpaluun haasteet	21
4.2 Rauhanturvaajat vertaisina, tukea kotona ja kaukana	23
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA AINEISTON ANALYYSI	25
5.1 Aineiston hankinta	25
5.2 Aineiston analysointi	26
6 TUTKIMUSTULOKSET	28
6.1 Strukturoidut kysymykset	28
6.2 Läheisen kokemus palveluksen aikana	28
6.3 Läheisen tuntemukset operaation aikana	30
6.4 Millaista tukea läheiset kaipaavat	31
6.5 Muut mielipiteet	32
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	34
7.1 Parisuhteen ja perheen haasteet	35
7.2 Seurakunnan tukijärjestelmä	37
7.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	40
8 POHDINTA	43
LÄHTEET	49
LIITE 1 KYSELYLOMAKE	52

## 1 JOHDANTO

Vuonna 2016 vietettiin Suomen kuusikymmenvuotista rauhanturvaamisen ja kriisinhallinnan vuosijuhlaa. Kansainväliset rauhanturva- ja kriisinhallintaoperaatiot ovat muuttuneet vuosikymmenien saatossa entistä vaativammiksi etenkin, kun toimintaympäristö muuttui radikaalisti vuonna 1991 alkaneen Jugoslavian hajoamissodan myötä. Suomen Rauhanturvaajaliitto ry huomasi kyseiseen operaatioon osallistuvien rauhanturvaajien ja läheisten tarvitsevan entistä enemmän tukea palveluksen aikana ja sen jälkeen. Rauhanturvaajaliiton jälkihoitoprojekti aloitettiin tämän myötä vuonna 1993. Projektin aikana tehtiin havainto siitä, että tukijärjestelmää tulisi parantaa koskien etupäässä palveluksen jälkeistä aikaa. Lisäksi esille nousi, ettei läheisten tuki ole riittävällä tasolla. Rauhanturvaajaliiton ja Puolustusvoimien kumppanuussopimus on mahdollistanut erilaisten tukimuotojen kehittämisen vertaistoiminnan sekä psykososiaalisen tuen näkökulmasta. Vaikka läheisille ja rauhanturvaajille on saatu luotua hyvä tukijärjestelmä, tarvitsee se kuitenkin vielä kehittämistä, jotta sen avulla voitaisiin tarjota kohdenne-tumpaa tukea.

Ajatus opinnäytetyön aiheesta lähti toisen opinnäytetyöntekijän omasta kokemuksesta kriisinhallinta- ja rauhanturvatehtävistä sekä työstä Rauhanturvaajaliiton vertaistoiminnan asiantuntijana ja kouluttajana. Kokemuksen myötä on huomattu, että palveluksessa olevien tuki on hyvällä tasolla, mutta läheisten tuki ei ole riittävää. Toisella opinnäytetyöntekijöistä taas on usean vuoden kokemus seurakuntatyöstä, josta saimme näkökulmaa työmme sisältöön sekä tutkimuskysymyksen ratkaisuun.

Lähestyimme opinnäytetyön aihetta laadullisen kyselylomaketutkimuksen kautta. Kysely toteutettiin operaatiossa olevien läheisille järjestetyssä läheisten päivässä Tampereella. Toinen opinnäytetyöntekijä toimi tilaisuudessa Rauhanturvaajaliiton asiantuntijan ominaisuudessa. Tutkimukseen tarvittava suullinen tutkimuslupa pyydettiin kansainvälisten asioiden sosiaalikirjuriilta ja kirjallisen luvan

myönsi Rauhanturvaajaliiton varapuheenjohtaja. Etsimme vastausta tutkimuskysymykseen: ”Minkälaista tukea rauhanturvaajan läheiset tarvitsisivat kriisinhallintaoperaation jälkeen?”

Opinnäytetyömme aiheesta ei löytynyt juurikaan aiempia tutkimuksia, minkä vuoksi koemme aiheen merkitykselliseksi. Tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa läheisille annettavan tuen tarpeellisuus sekä tuoda esille tuen kehittämiseen liittyvät haasteet. Aineiston analysoimme käyttäen aineistolähtöistä sisällönanalyysia sekä teemoittelu.

Opinnäytetyössä käytämme termiä läheinen, sillä se kattaa koko rauhanturvaajan lähipiirin, eikä omaisen tavoin pelkästään perheenjäseniä ja sukulaisia. Teoriaosuudessa käsittelemme rauhanturvaamista, vertaistukea ja psykososiaalisen tuen muotoja. Halusimme tuoda esille mihin kaikkeen avun ja tuen puute voi johtaa ja mistä apua voi saada. Seurakunnan roolin tuomme esille johtopäätöksissä ja pohdinnassa, jossa kerromme mitä toimintaa seurakunta tarjoaa ja kuinka se voisi olla tukemassa myös rauhanturvaajan läheisiä.

## 2 RAUHANTURVAAMINEN JA KRIISINHALLINTA

Rauhanturvaaminen liittyy sodan tai muun aseellisen konfliktin päättäneen rauhansopimuksen toimeenpanon valvontaan, jossa konfliktin osapuolet ovat myös antaneet tähän suostumuksen. (Salonius-Pasternak & Visuri 2006, 8.) Arkikielessä kriisinhallinta on tullut osaksi käsitteistöä (KUVA 1). Se liittyy rauhanturvaamiseen, mutta se liitetään myös yleiseen turvallisuuspoliittiseen ajatteluun ja toimintaan. Kriisinhallinnan syntymekanismiin liittyy valtion tai maan epävakaa tilanne, jossa kriisin seurauksena tarvitaan ulkopuolinen toimija esimerkiksi sotilaallinen kriisinhallinta, jonka päämääränä on luoda olosuhteet demokraattiselle valtiolle, rauhalle ja jälleenrakentamiselle.

Sotilaallinen kriisinhallinta nähdään yläkäsitteenä kriisinhallintatoimille. Sillä on sotilaallinen luonne ja se kattaa hallinnollisesti myös rauhanturvaamisen. (Salonius-Pasternak & Visuri 2006, 8.) Kriisinhallinnan yhdeksi elementiksi on tullut myös siviilikriisinhallinta, joka toimii yhtenä osana kriisialueelle lähetettävää joukkoa. Siviilikriisinhallinnan joukko ja henkilöstö koostuvat eri alojen ammattilaisista, joita ovat muun muassa poliisit, oikeusalan asiantuntijat ja lääkintäalan ammattilaiset. Päämääränä on edistää kohdealueiden kehitystä kohti ihmisoikeuksien kunnioitusta, demokratiaa ja toimivaa kansalaisyhteiskuntaa. Siviili-sotilas-yhteistyö (CIMIC, Civil Military Cooperation) on toimintamuoto, joka on käytössä konfliktin jälkeisessä toiminnassa ja johon liittyy yhteiskunnan vakauttaminen ja jälleenrakentaminen yhdessä kansalaisjärjestöjen, avustusjärjestöjen sekä muiden siviilitoimijoiden ja sotilasorganisaatioiden kanssa. (Salonius-Pasternak & Visuri 2006, 8; Ulkoministeriö, Siviilikriisinhallinta.)

Kansainvälisen toimintaympäristön ja konfliktien muuttuessa muuttuu myös toiminnan luonne. Perinteinen rauhanturvaaminen (peacekeeping, truce-keeping) on toimintaa, johon sisältyy sotilastarkkailijoiden ja kevyesti aseistettujen sotilaiden käyttäminen aseleposopimusten tarkkailuun. Siihen liittyy myös alueen yleinen vakauttaminen, joka mahdollistaa rauhansopimuksen osapuolten välille. Laajennetun rauhanturvaamisen (wider peacekeeping) toiminta perustuu sekä

sodan osapuolten että paikallisten ihmisten auttamiseen. Pakolaisten auttaminen, hallinnon uudelleen järjestely ja koulutus eri organisaatioille kuten poliisille ja armeijalle ovat tämän toiminnan peruslähtökohtia. Konfliktin taustalla on yleensä maan etnisten ryhmien välillä käydyt sodat, jonka vuoksi maan vakauttaminen kestää pitkään. Rauhaan pakottamisen (peace enforcement) perustana ei tarvitse olla konfliktin osapuolten hyväksyntää. Kyse on sotilaallisesta voiman käytöstä valtioiden välisten sotatoimien tai sisällissotien lopettamiseksi. (Leskinen 2011, 11.)



KUVA 1 Kokonaisvaltainen kriisinhallinta (CMC Finland. Kriisinhallintakeskus. Siviilikriisinhallinta)

## 2.1 Laki sotilaallisesta kriisinhallinnasta

Rauhanturvaaminen ja kriisinhallinta ovat osa Suomen ulko- ja turvallisuuspolitiikkaa, jota sitoo kansalliset ja kansainväliset lait ja asetukset. Vuoden 1984 laki perustui niin sanottuun perinteiseen rauhanturvaamiseen ja siihen liittyviin vaatimuksiin, joita olivat lähinnä aselevon ja rauhansopimuksen valvominen. Laki sotilaallisesta kriisinhallinnasta astui voimaan 31.3.2006 ja sen vaikuttavina teki-



jöinä oli kansainvälisten toimintaperiaatteiden muuttuminen sekä eri organisaatioiden mukaan tuleminen. 1990-luvun alun jälkeen kriisien ja sotien luonne muuttui voimakkaasti suuntaan, joka pakotti rauhanturva ja kriisinhallintaoperaatioiden osallistujamaat ja organisaatiot muuttamaan operaation valtuutuksia sekä toiminnan periaatteita. Tämä vaikutti myös siihen, että muun muassa voimankäyttöoikeuksia jouduttiin muuttamaan kansallisella tasolla. (L211/2006)

Vuoden 2006 laki sotilaallisesta kriisinhallinnasta antoi jo viitteitä siitä, miten toimintaympäristö oli muuttumassa rauhanturvaamisen osalta vaativampaan suuntaan. Suomen osallistuminen Yhdistyneiden kansakuntien (YK) operaatioihin ja North Atlantic Treaty Organization (Nato) operaatioihin sai rinnalleen Euroopan unioni (EU) operaatiot. Laki antoi mahdollisuuden osallistua täysipainoisesti EU:n kriisinhallintatoimintaan, johon vaikutti osaltaan Suomen EU-jäsenyys ja sitoutuminen EU:n yhteiseen ulko- ja turvallisuuspolitiikkaan. Tämän toiminnan myötä Suomi voi osallistua operaatioihin ilman YK:n päätöslauselmaa. Lain tulkintana ja siinä tarkoitetun sisällön yhtenä osana on se, että Suomi voi osallistua kriisinhallintatehtäviin, joissa toimeenpanevana organisaationa voi olla YK, Nato, EU, Euroopan turvallisuus ja yhteistyöjärjestö (ETYJ) tai jokin muu kansainvälinen järjestö tai maaryhmä. (Salonius-Pasternak & Visuri 2006, 37-39.)

Kriisinhallintahenkilöstöön voi kuulua koulutettuja kriisinhallintajoukkoja, erillisiä yksiköitä ja yksittäisiä henkilöitä, joiden koulutusta sekä valmiuksia Puolustusvoimat ohjaa ja suunnittelee. Koulutuksia ja harjoituksia voidaan lain mukaan suorittaa myös ulkomailla ja koulutusta voidaan antaa myös ulkomaisille joukoille. Kriisinhallintaoperaatioon osallistuvien henkilöiden tulee täyttää puolustusministeriön asettamat pätevyysvaatimukset, joita ovat muun muassa Suomen kansalaisuus ja suoritettu varusmiespalvelus. (L211/2006)

## 2.2 Suomen Rauhanturvaajaliitto ry

Suomen Rauhanturvaajaliitto ry on itsenäinen, sitoutumaton maanpuolustus- ja edunvalvontajärjestö, johon kuuluu valtakunnallisesti 32 jäsenyhdistystä. Rauhanturvaajaliiton jäseneksi voivat liittyä kaikki YK:n, Naton, EU:n ja ETYJ:n sotilaallisissa tai siviilikriisinhallinnan tehtävissä palvelleet suomalaiset. Rauhanturvaajaliitto on maailman Veteraanijärjestön (WVF), YK-liiton, Reserviläisurheiluliiton (RESUL), Vapaaehtoisten pelastuspalvelun (Vapepa) sekä Tammenlehvän perinneliiton jäsen. Suomen Rauhanturvaajaliiton tarkoituksena on rauhanturvaaja kriisinhallintatehtävissä palvelleiden sekä heidän läheistensä tukeminen palveluksen aikana ja sen jälkeen. Liiton tehtävänä ja tavoitteena on kehittää yhdessä muiden sidosryhmien kanssa vertaistoiminnan ja psykososiaalisen tuen muotoja. (Puolustusvoimat 2016, Rauhanturvaajan opas, 42; Suomen Rauhanturvaajaliitto.)

Puolustusvoimat ja Rauhanturvaajaliitto vastaavat yhdessä läheisten vertaistuksesta. Psykkisen toimintakyvyn ylläpitämisen kannalta läheisten vertaistuki on todella tärkeää. Rauhanturvaajaliiton jäsenyhdistykset vastaavat alueellisesta käytännön toiminnasta. Palvelusaika saattaa altistaa rauhanturvaajat ja heidän läheisensä stressille ja traumaattisille kokemuksille, jolloin riittävä tieto kuormittavista tekijöistä helpottaa kokemusten työstämistä. Yhteinen valmistautuminen voi tehdä palvelusajasta helpompaa, kun taas valmistautumattomuus puolestaan saattaa kuormittaa kohtuuttomasti. Vertaistukitoiminnassa pyritään tavoittamaan myös ilman luontaista sosiaalista tukiverkkoa olevat rauhanturvaajat ja heidän läheisensä. Rauhanturvaajan ja hänen läheisensä kokemusasiantuntijuus korostuu vapaaehtoisessa vertaistuessa, ja tarvittaessa heitä voidaan ohjata myös ammattiavun pariin. (Suomen Rauhanturvaajaliitto.)

### 3 PSYKOSOSIAALINEN TUKI JA TUEN MUODOT

Psykososiaalinen tuki pitää sisällään psyykkisen, sosiaalisen ja hengellisen tuen ja tähtää ihmisen kokonaisvaltaiseen auttamiseen. Tavoitteena on lieventää ja ehkäistä traumaattisen tapahtuman psyykkisiä ja sosiaalisia seurauksia. Psykososiaalisessa tuessa tulee huomioida onnettomuuden akuutissa vaiheessa ihmisen perustarpeet. (Leppävuori ym. 2009, 15, 82.)

Äkilliset ja järkyttävät tapahtumat kuten läheisen kuolema tai loukkaantuminen voivat aiheuttaa psyykkisen reaktion kuten kriisin, stressin tai sokin. Ne voivat myös muuttaa elämänarvoja. Muutos on suhteellisen pysyvä ja vaatii pitkää ajatteluprosessia. Elämänarvojen lisäksi oma maailmankuva voi muuttua. Ihminen joutuu prosessoimaan ja arvioimaan omaa käsitystään ympärillä olevasta maailmasta ja omasta elämäkulustaan suhteessa siihen. Ihminen tulee myös tietoiseksi omasta haavoittuvuudestaan huomatessaan, että ikäviä asioita voi sattuua myös omalle ja läheisten kohdalle. (Saari 2003, 25-26.)

Äkillisen muutoksen kohdatessa mieli säätelee, missä määrin se kykenee vastaanottamaan tapahtuneen. Muutos voi olla ihmiselle liian suuri, joten mieli pyrkii suojaamaan psyykettä tapahtuneelta. Mielen sopeutumistehtävästä seuraa usein voimakkaita ja rajuja reaktioita, jotka voivat tuntua pelottavilta, jos niitä ei tunnista. Oman mielen hallitsemattomat reaktiot eivät tunnu niin pelottavilta, jos ihmisellä on riittävästi tietoa psyykkisistä reaktioista ja niiden etenemisestä. (Saari, Kantanen, Parviainen, Valoaho & Yli-Pirilä 2009, 19.)

### 3.1 Kriisi, stressi ja sokki

Kriisi syntyy yleensä sellaisessa elämäntilanteessa, jolloin tapahtuu jokin suuri muutos. Mielessä käynnistyy sopeutumistehtävä, joka edellyttää psyykkisten voimavarojen runsasta käyttöä. Kriisi tarkoittaa näiden voimavarojen käyttöönottoa ja sopeutumista muutokseen. Ihmisen psyyke on tällöin kovilla ja jos voimavarat riittävät, tilanne tasoittuu vähitellen. Aina voimavarat eivät kuitenkaan riitä käsittelemään asiaa ja jatkamaan elämää normaalisti. Tällöin mielessä tapahtuu vahingollista kehitystä, joka voi vaikuttaa niin käyttäytymiseen kuin ajatteluunkin. Kriisin vaikutuksesta ihminen saattaa muuttua, jolloin elämän tarkoitus jäsentyy uudelleen. Tässä kohtaa rauhanturvaajan ja läheisen välille saattaa syntyä erimielisyyksiä ja näkemuseroja, kun toinen ei olekaan enää se sama henkilö kuka oli ennen operaatiota. Kriisit kuitenkin myös opettavat ja vievät uuden äärelle. (Saari ym. 2009, 9.)

Kun ihminen on kriisissä, hän harvoin lähtee hakemaan asiantuntija-apua oma-toimisesti. Työ kriisissä olevien kanssa on siksi luonteeltaan aktiivista ja etsivää. Ihminen ei siis välttämättä hakeudu avun piiriin, vaan apua tulee tarjota ulkopuolelta. Kriisityössä korostuu kriisityön ympärille muodostunut asiantuntijaverkoston rooli. Tässä kohtaa Puolustusvoimat on avainasemassa tiedottaessaan auttaja-tahoista. Jos se ei kerro saatavilla olevista palveluista jo hyvissä ajoin, voi olla, ettei niistä myöhemminkään tule puhetta. Ihmisen mieli on auki yleensä kolmen ensimmäisen vuorokauden aikana, jolloin hän on halukas puhumaan ja vastaanottamaan apua aktiivisesti. Tämän vuoksi on tärkeää, että apu on saatavilla mahdollisimman nopeasti. (Saari 2003, 96-97.)

Stressi on nykypäivän ilmiö, jota kokee varmasti jokainen jossain elämänsä vaiheessa. Stressi voi olla myönteistä tai kielteistä. Myönteinen stressi innostaa ja antaa puhtia. Jos ihmisellä on kyky käsitellä stressiä ja hän kokee tilanteen olevan hallinnassa, ei stressistä ole haittaa. Jos taas vaatimukset ovat ylitsepääse-

mättömiä ja pitkäkestoisia on yhdentekevää, kuinka hyvät valmiudet stressin kohtaamiseen ovat. Stressin pitkäaikaisvaikutukset ovat usein kielteisiä, mistä voi seurata uupumustila ja tällöin puhutaan kielteisestä stressistä. Stressin aiheuttajana toimii itse kokemus, joka on sisäinen tunne. Fyysiset oireet määräytyvät siitä, miten ihminen kokee uhan, ei siitä kuinka uhkaava tilanne todellisuudessa on. Tämän vuoksi on ensiarvoisen tärkeää, että ihminen saa käsitellä, miten tapahtuman kokee ja millaisia tuntemuksia se herättää. (Hammarlund 2010, 178, 180.)

Jotta ihminen ei ylikuormittuisi stressin määrästä, tulee välillä päästä irtautumaan siitä. Sielu ja ruumis vaativat palautumista jatkuvan stressitilan vastapainoksi. Kun stressitila on jatkuva immuunipuolustusjärjestelmä heikkenee, mikä näkyy muun muassa pitkittyneenä sairastelukierteenä. Lääkitys ei monesti ratkaise tällaisia ongelmia, vaan asiat tulee käsitellä ja puhua auki, jotta stressi helpottaisi. Stressin aiheuttajan tiedostaminen on tärkeää, jotta sitä voidaan käsitellä ilman, että joutuu itse sen uhriksi. (Hammarlund 2010, 180, 182.)

Kun ihminen joutuu järkyttävään tilanteeseen tai kuulee järkyttävän tiedon, heti stressitilanteen jälkeen laukeaa psyykinen sokkireaktio. Se ei ole tahdonalainen reaktio, ja sille ominaista on, että se mitä koetaan, ei tunnu todelliselta. Sokki suojaa mieltä sellaiselta tiedolta, jota se ei kestä. On tärkeä tietää, että vaikka sokissa oleva näyttäisi ulospäin rauhalliselta, hänen mielensä on kaaoksessa. Hän tuntee pelkoa, eikä siksi sokissa olevaa ole hyvä jättää yksin. Psyykkisen sokin kesto vaihtelee muutamasta minuutista muutamaaan päivään. Yli pääseminen edellyttää turvallisuuden kokemista, joten ympäristö, jossa tuntee olonsa kohtuulliseksi olisi paras keino toipumiseen. Mitä järkyttävämpi kokemus on, sitä pidempi on sokkivaihe. Sokkireaktion tehtävänä on kypsyttää mieli ottamaan vastaan järkyttävä tieto. (Saari ym. 2009, 21, 24-25.)

Sokissa olevaa omaista tuetaan parhaiten kuuntelemalla, mutta ei pakottamalla puhumaan. Läsnäolo ja kuuntelu ovat parasta psyykkistä ensiapua. Ymmärtäväinen ja luottavainen ilmapiiri sekä eläytyminen läheisen tuntemuksiin helpottavat

tuskan käsittelyä. Lohduttelu ei kuitenkaan kuulu asiaan, sillä se sulkee psyykkisen tilan. Myös omien tunteiden ilmaisu kieli siitä, että auttaja ei kestä autettavan kertomusta. Kärsivällisyyttä tarvitaan, sillä autettavan tulee saada käydä samoja asioita läpi uudestaan ja uudestaan, jos hän näin haluaa. (Saari ym. 2009, 28-29.)

### 3.2 Tuki onnettomuuden jälkeen

Ihminen haluaisi järkyttävän tapahtuman jälkeen monesti jatkaa elämää niin kuin mitään ei olisi tapahtunut. Harvoin se on kuitenkaan mahdollista, kun ulkoinen todellisuus pakottaa kohtaamaan muutoksen. Tämä sopeutumistehtävä voi aiheuttaa mielelle voimakkaan kriisin, jota kutsutaan traumaattiseksi kriisiksi. On hyvin tyypillistä, että tällöin ei pystytä vaikuttamaan omiin ajatuksiin ja apu onkin ensiarvoisen tärkeää toipumisen kannalta. Ihminen tarvitsee tietoa, jottei säikähtäisi omia reaktioitaan ja tunteitaan. Jos tietoa ei saada, on ihmisellä taipumus täyttää aukkokohdat omilla mielikuvillaan, jotka monesti ovat pahempia kuin totuus. Totuus tulee kuitenkin kertoa hienotunteisesti, jotta läheinen ei tulisi loukatuksi. (Saari ym. 2009, 19.)

Järkyttävän tapahtuman jälkeen on tärkeää välittää tietoa läheiselle, jotta hän tietää, mitä seuraavaksi tapahtuu. Samalla se valmentaa häntä tuleviin tapahtumiin. Tärkeää on kertoa, miten tulevista päivistä selvittää ja mistä pitää huolehtia. Läheisen on myös hyvä saada tieto, milloin seuraavan kerran ollaan yhteydessä ja mistä saa jatkossa apua. Myös tieto omista mahdollisista tunnereaktioista voi helpottaa, kun tietää, että ne ovat normaaleja. (Saari ym. 2009, 27, 29.)

Psyykkinen ensiapu on sellaista, jota kuka tahansa voi antaa. Lähiomaiset ja ystävät ovat avainasemassa kuuntelemassa ja antamassa sosiaalista tukea ja käytännön apua. Jos tällaista apua ei ole tarjolla, pitäisi apu saada ulkopuoliselta

taholta. Kriisityötä tekevät ovat ammattilaisia, ja heidän tehtävänsä on hoitaa ryhmämuotoisen toiminnan järjestäminen, mutta kriisiavun tarjoamisen pitäisi olla kansalaisvelvollisuus, josta myös jokaisen lähimmäisen tulisi huolehtia. (Saari ym. 2009, 34-35.)

Suomen Mielenterveysseura tarjoaa valtakunnallisen kriisipuhelimen keskustelua apua lähes ympäri vuorokauden. Puhelimen päässä on vapaaehtoisten lisäksi kriisityöntekijöitä. Palvelu on luottamuksellista ja anonyymiä. Jos avuntarve tulee myöhemmin, voi olla terveyskeskuksen lisäksi yhteydessä myös työterveyshuoltoon, opiskeluterveydenhuoltoon tai perheneuvolaan. Järjestöt kuten Suomen Punainen Risti järjestävät myös erilaisia vertaisryhmiä. (Saari ym. 2009, 111, 115.)

Myös kunnat antavat psykososiaalista tukea kriisiryhmien kautta ja palveluita täydentävät muun muassa Suomen Mielenterveysseuran kriisikeskukset. Viranomaiskriisiryhmien verkosto on Suomessa kattava, mutta ennaltaehkäisevä puoli on heikommalla pohjalla. Myös vertaistuki on pääasiassa seurakunnan sururyhmien ja erilaisten järjestöjen harteilla. (Leppävuori ym. 2009, 16-17, 24.)

Luonnollisten ryhmien yhteenkuuluvuuden tukeminen palvelee saman kriisin kokenutta joukkoa. Koko ryhmä ja sen antama vertaistuki on tärkeä voimavara ja takaa sosiaalisen tuen maksimoinnin. Läheisten tuki ja ammattiapu ovat myös tarpeellisia, mutta ihmiset, jotka kokevat samaa, osaavat tukea erityisellä tavalla toisiaan. (Saari 2003, 104-105.)

Palattuaan ulkomailta kotimaahan rauhanturvaaja voi tuntea itsensä yksinäiseksi oman kokemuksensa kanssa. Myös muut ajatukset ja tunteet, kuten ikävä palveluskavereita tai pohdinnat elämän merkityksestä ovat normaaleja. Tämä muutos heijastuu myös läheisiin, jotka voivat olla hämmentyneitä rauhanturvaajan muuttuneesta käytöksestä. Kokemusten läpikäyminen ammatti-ihmisten tukemana voi

auttaa rauhanturvaajaa ja hänen läheisiään tällaisen kokemuksen yli. (Saari ym. 2009, 105-106.)

Psykososiaalisen tuen merkitys korostuu ennaltaehkäisevässä työssä, ja sitä tehdään arkielämän traumaattisissa tilanteissa. Traumaattisilla kokemuksilla on moninaiset jälkiseuraamukset, joten olisi tärkeää pystyä edistämään traumaattisen kokemuksen käsittelyprosessia. Näin voitaisiin ehkäistä inhimillistä kärsimystä ja hillitä kustannuksia, joita esimerkiksi pitkäaikainen psykiatrinen hoito aiheuttaa. Jos siis akuutilla kriisityöllä ja vertaistuellalla voidaan ehkäistä edes muutama tapaus, jossa psyykkiset sairaudet kasvavat yhä isompiin mittakaavoihin, on työ jo kannattavaa. (Saari 2003, 32,95.)

Tukihenkilötoiminnasta on paljon hyviä kokemuksia monessa organisaatiossa. Tukihenkilöllä tulee olla kokemusta psykososiaalisista työmuodoista, ja hänen tulee olla emotionaalisesti vahva ja yhteistyökykyinen. Hän voi esimerkiksi kannustaa osallistumaan debriefing-istuntoon ja auttaa arvioimaan jatkohoidon tarvetta. Ulkopuolinen voi nähdä stressin oireet itseä paremmin. (Saari 2003, 285.)

Puolustusvoimat on tehnyt Valtiokonttorin kanssa valtion yleistä vakuutusturvaa täydentävän, kriisinhallintahenkilöstöä koskevan tapaturmavakuutussopimuksen. Sopimus mahdollistaa sen, että jos kriisinhallintaveteraani kokee palveluksesta kotiutumisen jälkeen tarvitsevansa tukea esimerkiksi psyykkisten oireiden, stressin tai sopeutumisvaikeuksien vuoksi, hän voi hakeutua hoitoon Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) psykiatriselle konsultaatiopoliklinikalle. (Puolustusvoimat 2016, Rauhanturvaajan opas, 44, 48.) Puutteena tässä on, että läheisille ei ole järjestetty vastaavaa tukijärjestelmän muotoa.



### 3.3 Defusing ja debriefing

Defusing on sokkivaiheen menetelmä, josta käytetään myös nimeä purkukokous. Siinä keskeistä on, että tapahtuma puretaan niin pian kuin mahdollista tapahtuneen jälkeen. Olennaista on käsitellä, mitä tapahtui, mitä kukin teki, näki ja kuuli. Tarkoitus ei ole tässä vaiheessa mennä liian syvälle tuntemuksiin vaan käydä faktat läpi. Defusingissa tärkeää on myös informaatiovaihe, jossa käydään läpi, miten tapahtuma eteni ja miten uhrin voimat. Voidaan myös antaa laajempaa taustaa tapahtuneelle. Lopuksi mietitään, onko tarvetta jälkipuinti-istunnolle eli debriefingille. (Saari 2003, 149-151.)

Keskeisin kriisityön menetelmä on psykologinen debriefing. Suomessa menetelmän käyttö edellyttää ihmissuhdeammattin peruskoulutusta, koulutusta kriisityöhön ja debriefing-menetelmän käyttöön. Debriefing-menetelmään kuuluu, että käydään tapahtuman kulku mahdollisimman tarkasti läpi. Menetelmään kuuluu suureksi osaksi myös psyykkisten reaktioiden työstäminen. Silloin psyykkiset voimavarat voivat vapautua arkipäiväiseen käyttöön. Tärkeässä osassa on, että ajatukset ja tunteet kohdataan sellaisenaan ja pyritään julkilausumaan ne, jotta saadaan niistä konkreettisia. (Saari 2003, 154-155, 157, 163.)

Debriefing-istunnossa ohjaajan tehtävä on auttaa osanottajia omien tunteiden ja ajatusten kohtaamisessa sekä niiden purkamisessa ja käsittelyssä. Tämä vaatii suurta ammattitaitoa, minkä vuoksi menetelmää ei tule käyttää, jos ei ole asianmukaista koulutusta sen käyttöön. Kun asiaa käsitellään yhdessä, istuntoon osallistuva huomaa, ettei olekaan kokemuksensa kanssa yksin, ja se voi parhaimmillaan tuoda suurta helpotusta. Debriefing antaa tietoa siitä, miten me ihmiset reagoimme traumaattisissa tapahtumissa, ja tiedolla on yleensä rauhoittava vaikutus. Kun tiedetään, että nämä tunteet kuuluvat asiaan, on helpompaa myös kestää niitä. (Saari 2003, 164-165, 169-170.)

Pojjula (1999, 4-5) esittelee debriefing-metodin sopivan uhrien lisäksi myös auttajille ja läheisille. Siinä ei tuomita eikä leimata, vaan tarkoitus on, että istuntoon osallistuvat saavat puhua tapahtuneesta ja tietävät, mistä saavat tarvittaessa jatkoapua. Debriefing-menetelmä soveltuu traumaattisten kokemusten käsittelyyn muutaman päivän sisällä tapahtuneesta. Se soveltuu käytettäväksi, kun tapahtuma on ollut äkillinen, traumaattinen ja stressitilanne on ohi. Jos ajatellaan, että rauhanturvaaja loukkaantuu tai kuolee ulkomailla, voidaan debriefing järjestää läheisille kotimaassa. (Saari 2003, 173.)

### 3.4 Kriisi rauhanturvaajan ja läheisen näkökulmasta

Palvelusaikaa voi edeltää tilanne, jossa rauhanturvaajan ja läheisen välillä on selvittämättömiä asioita. Tästä voi seurata stressiä, joka hankaloittaa molempien osapuolten sopeutumista uuteen tilanteeseen. Jos ei ole aikaa ratkaista näitä henkilökohtaisia asioita, ne voivat jäädä vaivaamaan ja häiritsemään palvelusaikaa. Läheistä voi järkyttää lukea mediasta millaista on alueella, jonne oma rauhanturvaaja on menossa, mikä myös omalta osaltaan aiheuttaa stressiä kotona. (Raju, M.S.V.K 2014, 8-9.)

Ranssi-Matikainen (2012) kokee puutteelliset tai toimimattomat roolimallit hankaloittaviksi tekijöiksi perhettä tukevien ratkaisumallien löytymisessä. Yksin selviytymisen pakko voi synnyttää kotona odottavassa puolisossa pahaa oloa. Kumparit voivat etäännyä toisistaan ja katkeruus toista kohtaan voi nostaa päätään, kun joutuu tekemään kotona kaiken yksin. Voimavarat voivat olla vähissä, mikä voi johtaa esimerkiksi puhumattomuuteen ja muihin kommunikaatio vaikeuksiin. Vieraantuminen toisesta voi aiheuttaa sen, ettei suhdetta koeta enää tyydyttävänä. (Ranssi-Matikainen 2012, 106, 160-161, 177.) Näemme, että näihin asioihin rauhanturvaajan läheiset voisivat tarvita apua, ainakin ennaltaehkäisevässä mielessä. Ennen kuin tilanne eskaloituu, olisi hyvä purkaa tuntojaan esimerkiksi seurakunnan perheneuvonnassa.

Hankaluudet kommunikoida palveluksen aikana ilmenevät kuormittavina tekijöinä. Rauhanturvaajat, kuten muutkin työssäkäyvät ihmiset kantavat kodin asioita mukanaan myös töissä. Kodin huolet vaikuttavat haitallisesti rauhanturvaajan sopeutumiseen palvelusalueella. Siksi olisikin tärkeää, että asiat selvitetäisiin ennen lähtöä, jotta ne eivät häiritsisi palvelusaikaa. (Raju, M.S.V.K 2014, 9.)

Ranssi-Matikainen (2012) kertoo teoksessaan avioeron keskeisimmistä syistä. Ne liittyvät muun muassa puolisoitten erilleen kasvamiseen, oman tai puolison itsenäistymiseen ja emotionaalisen läheisyyden puutteeseen. Kommunikaation ja läheisyyden puute sekä tunteiden ilmaiseminen näyttäytyvät myös isoina kuormitustekijöinä. (Ranssi-Matikainen 2012, 100, 104.) Nämä asiat tulevat esille myös rauhanturvaprosessissa, jossa kumppani on pitkään poissa ja ääriolosuhteet todennäköisesti muokkaavat ajatusmaailmaa. Suhde on koetuksella, ja se väijäämättä vaikuttaa myös koko perheen elämään.

Kotiinpaluu stressiä rauhanturvaajalle voi aiheuttaa läheisten vaatimukset ja odotukset kotiinpaluussa. Rauhanturvaajan mieli on palvelusalueella ja vie noin kolme kuukautta sopeutua arkeen niin rauhanturvaajalla kuin läheisellä. Rauhanturvaaja voi nähdä pahoja asioita palvelusalueella ja kotona ongelmat ovat suhteessa pienempiä. Ongelmat kriisialueilla voivat saada kotiongelmat tuntumaan liioitelluilta. Läheinen ei välttämättä osaa suhteuttaa asioita samalla tavalla kuin rauhanturvaaja, mikä voi aiheuttaa ristiriitoja. (Raju, M.S.V.K 2014, 10,16.)

Jälkioireita voivat kotiinpaluun myötä olla esimerkiksi nukahtamishäiriöt, ärtyneisyys ja levottomuus. Palveluksenaikaisten tapahtumien toistumistunteukset ja vieraantumisen sekä tyhjyyden tunne voivat olla voimakkaita. Rutiineihin totuttaminen vie aikaa, ja se voi aiheuttaa ristiriitatilanteita läheisen ja rauhanturvaajan kesken. Läheinen käy myös läpi monenlaisia tunteita kuten mustasukkaisuutta, pelkoa ja ikävää. Palatessaan rauhanturvaaja voi haluta käsitellä kokemuksiaan rauhassa, kun taas läheinen voi olla hyvinkin vaativa ja hakea huomiota. Kuormitus- ja stressioireet saattavat purkautua eri tavoin ja asteittain. (Puolustusvoimat, Rauhanturvaajan opas 2016, 51-55.)

#### 4 VERTAISTUKI

Vertaistuen perusta on, että jokainen on oman kokemuksensa ja tunteidensa asiantuntija. Hänen sanomisiaan ei siis kukaan voi kyseenalaistaa. Kokemusten jakaminen yhdessä, kannustus, motivointi ja toinen toistensa tukeminen ovat vertaistuen kantavat voimat. Ryhmässä iällä ei ole merkitystä, vaan saman järkyttävän asian kohtaaminen yhdistää porukan ryhmäksi. Vertaistuki on sitä tehokkaampaa, mitä enemmän ryhmäläisten tilanteet ovat samankaltaisia. (Saari ym. 2009, 46-48.)

Vertaistuki ja vertaistoiminta Suomessa ovat osa vapaaehtoistoiminnan ja ammattilaisten tehtäväkenttää. Kulttuurin yksilöllistyminen vaikutti vertaistoiminnan kehittymiseen. Yhteisöllisyyden tarve sekä identiteettikysymykset loivat pohjan vertaistoiminnan ja tuen syntymiseen eri sektoreille niin järjestöihin kuin myös työelämän eri aloille. Vertaistoiminta perustuu ennaltaehkäisevään tukeen, joka auttaa ja ohjaa vertaistuen tarpeessa olevaa henkilöä hakemaan tarvittaessa varsinaista ammattiapua. Vertaistoiminnan perusajatuksiin kuuluu yksilön oma ymmärrys ja usko omiin voimavaroihin, jotka voidaan saada käyttöön vertaistoiminnan avulla. Vertaistoiminta on sosiaalista tukea, johon liittyy vapaaehtoisuuden näkökulma, mutta myös vastuunottaminen omasta elämästä sekä luottamus toiseen ihmiseen tai yhteisöön. Vertaistuki laajentaa erityisosaamisen aluetta siten, että kokemuksellinen tieto ja asiantuntijuus tulevat ammatillisen asiantuntijuuden rinnalle ja haastavat sitä myös uudistumaan. Kokemuksellinen- ja koulutuksellinen tieto sekä asiantuntemus vertaistoiminnassa tukevat toisiaan. (Vertaistoiminta kannattaa 2010.)

Vertaistoiminta perustuu aina vapaaehtoisuuteen. Tekemisen motiivina voi olla esimerkiksi halu auttaa tai toive sosiaalisten suhteiden rakentamiseen. Kokemustietoon liittyy kokijan oma näkemys asiasta, jolloin kokemustietoa vastaanottavan ihmisen tulisi ottaa huomioon kokemuksen subjektiivinen luonne. Rauhanturvaa-

mis- ja kriisinhallintakokemukseen liittyvät muutos- ja sopeutumisprosessit herättävät elämänkokemuksesta riippuen monenlaisia tunteita, joita pitää päästä purkamaan ja sanoittamaan. Ihmisen hyvinvoinnin kannalta tunteiden tunnistaminen, tunnustaminen ja ilmaiseminen ovat suoraan vaikutuksessa henkiseen hyvinvointiin. Vertaistoiminnassa on mahdollista käydä tunteita läpi kahdenkeskeisesti tai ryhmissä. Myös mistä tahansa informaatiolähteistä saatavat tiedot ja vinokit voivat toimia vertaistuen yhtenä muotona. (Vertaistoiminta kannattaa 2010.)

#### 4.1 Vertaistuki palveluksen aikana sekä kotiinpaluun haasteet

Vertaistuen tavoitteena on, että saman asian kokeneet verkostoituvat ja tukevat muita samassa tilanteessa olevia. Rauhanturvaajien vertaistuesta vastaavat Rauhanturvaajaliitto ja kriisinhallintahenkilöstön vapaaehtoisjärjestöt muiden vertaistukea antavien sidosryhmien kanssa. Vertaistuki perustuu valtakunnallisiin ja alueellisiin tilaisuuksiin, jotka kokoavat yhteen kriisinhallintatehtävään lähdössä olevat henkilöt sekä kriisinhallintaveteraanit läheistensä kanssa. Tuen kehittämisessä pyritään ennakoivaan toimintaan, jotta saataisiin estettyä ongelmien syntyminen niin kriisinhallintapalveluksen aikana kuin kotiinpaluun jälkeisessä ajassa. (Puolustusministeriö 2015, Lausuntopyyntö.)

Toisen opinnäytetyön tekijän oma kokemus yhdeksästä rauhanturva- ja kriisinhallintatehtävästä on tuonut näkökulman siitä, mitä haasteita voi tulla eteen ennen palvelukseen lähtöä, sen aikana ja palveluksen jälkeen. Voimme todeta, että kriisinhallintatehtäviin valmistautuminen on yksi tärkeimmistä osa-alueista. Se koskee niin tehtäviin lähteviä kuin myös läheisiä, jotka jäävät kotiin odottamaan palveluksen päättymistä.

Palveluksen kesto on keskimäärin puolesta vuodesta yhteen vuoteen. Asioista puhuminen, kuuleminen ja auttaminen ovat luonnollinen osa operaatioalueen sosiaalista kanssakäymistä palveluksessa olevien kesken. Pitkä välimatka kotiin ja kriisialueen olosuhteet tekevät kaverisuhteista äärettömän tiiviitä. Niin omat kuin kaverinkin asiat käydään läpi syvällisten ja luottamuksellisten keskustelujen ja

pohdintojen avulla. Sama periaate toimii myös Suomessa, vaikka palvelusaika ei olekaan sama. Palvelustovereilla on paljon yhdistäviä asioita sekä jaettuja kokemuksia palveluksen aikana. Ero palvelustovereista palveluksen päättymisen jälkeen saattaa luoda tyhjyyden tunnetta ja jopa epävarmuutta arkielämään paluussa, kun ei ole ketään, joka ymmärtäisi mitä on koettu. (Puolustusvoimat 2016 Rauhanturvaajan opas, 49, 51.)

Kriisinhallintakoulutuksen aikana läheisillä on mahdollisuus tutustua palvelukseen lähtevien rauhanturvaajien koulutuksen sisältöön ja saada tietoa palvelupaikan ja kyseisen operaation luonteesta, alueesta, varusteista ja muusta kriisinhallintatoimintaan liittyvästä sisällöstä. Läheisten päivä järjestetään kaksi kertaa vuodessa ja tarkoituksena on antaa tietoa siitä, mitä tunteita ja haasteita erossa oleminen saattaa aiheuttaa sekä käydä läpi psykososiaalisen tuen muotoja. Koulutukseen ja tiedotustilaisuuteen osallistuvat rauhanturvaajien läheiset, ja vertaistuki on tärkeä osa päivää. Rauhanturvaajan kokemukset sekä huoli läheisistä voivat kuormittaa palveluksen aikana, minkä vuoksi läheisille suunnatun tuen tulisi olla asianmukaisella tasolla. Kun läheisistä huolehditaan kotimaassa, voi rauhanturvaaja olla huoletta, kun hän tietää, että kotona on kaikki hyvin. (Puolustusvoimat 2016, Rauhanturvaajan opas, 39, 40-41.)

Vertaistuen merkitys kotiinpaluussa rauhanturvaajan näkökulmasta on tärkeä, mutta toisaalta kokemukset ja tuntemukset voivat olla niin voimakkaita ja pitkäkestoisia, että tarvitaan myös ammattiapua. Osana kriisinhallintapalvelusta järjestetään kriisinhallintahenkilöstölle kaksipäiväinen kotiuttamiskoulutus. Kotiuttamiskoulutus järjestetään 1-3 kuukauden jälkeen palveluksesta, jonka aikana käydään läpi ryhmä- ja yksilökeskustelun kautta kokemukset ennen palvelusta, palveluksen aikana ja sen jälkeen. Tilaisuus järjestetään osana kriisinhallintapalvelusta, johon palveluksessa olevat tulevat käskettynä. Kotiutuville annetaan tietoa traumaattisten kokemusten käsittelystä ja mahdollisesti myöhemmin ilmaantuvista oireista, jolloin on syytä ottaa yhteyttä asiantuntijaan. (Puolustusvoimat 2016, Rauhanturvaajan opas, 45.)

Kotiuttamiskoulutuksessa vastataan nimettömänä Puolustusvoimien tutkimuslaitoksen kyselyyn, jolla kartoitetaan palveluksen jälkeistä sopeutumista arkielämään. Henkilöillä joilla kyselyn mukaan esiintyy oireita, on mahdollisuus päästä jatkotoimiin. (Puolustusministeriö 2015, Lausuntopyyntö.) Kotiinpaluun jälkeisessä rauhanturvaajien tukijärjestelmässä ei ole huomioitu läheisten mahdollisia tarpeita. Kotiinpaluun jälkeinen sopeutuminen helpottuisi läheisen näkökulmasta, jos läheisille kohdennettuja tilaisuuksia olisi juuri ennen rauhanturvaajan kotiutumista ja sen jälkeen. Läheisille suunnattu kotiuttamistilaisuus auttaisi ymmärtämään, mitä tarkoittaa käytännössä palveluksessa olevan rauhanturvaajan kotiinpaluu ja mitä haasteita sekä tuntemuksia se saattaa aiheuttaa.

#### 4.2 Rauhanturvaajat vertaisina, tukea kotona ja kaukana

Rauhanturvaajat vertaisina, tukea kotona ja kaukana -projekti toteutettiin vuosina 2013-2016, josta annettiin vuosiselvitys ja tutkimustulokset Raha-automaattiyhdistykselle (RAY). RAY:n tukemassa projektissa kehitettiin Rauhanturvaajaliiton vapaaehtoistoimintaa ja vertaistukea rauhanturvaajien ja läheisten jaksamisen tueksi. Rauhanturvapalveluksen erityisyys niin rauhanturvaajan kuin läheisenkin osalta korostaa kokemusasiantuntijuutta vertaistoiminnassa. Tukea tarjottiin vertaistuen keinoin: kuunteleminen, kokemusten purkaminen, selviytymiskeinojen jakaminen sekä tarvittaessa palveluihin ohjaaminen olivat avainasemassa. (Rauhanturvaajat vertaisina, tukea kotona ja kaukana-projekti 2013-2016, vuosiselvitys 2016.)

Projektin tavoitteena oli kehittää vertaistoiminnan sisältöä sekä lisätä vertaistoiminnassa mukana olevien henkilöiden koulutusten määrää. Vapaaehtoisten rekrytointi ja kouluttaminen rauhanturvaajista ja läheisistä sekä kokemusasiantuntijuuden lisääminen osaksi rauhanturvaajille ja läheisille suunnattua tukijärjestelmää olivat projektin tavoitteena. Tavoitteena oli myös edistää matalan kynnyksen toimintaa vertaistuen tarpeessa oleville. Tuen muotoina oli muun muassa yksilöllinen apu ja neuvonta, kriisinhallintapalveluksen jälkeiset tilaisuudet rauhantur-

vaajille ja läheisille, tukinet- internet-sivu, rauhanturvaajien ja läheisten vertaistukipuhelin sekä vertaistapaamiset. (Rauhanturvaajat vertaisina.) Projekti oli hyvä ja tarpeellinen, mutta ajallisesti lyhyt. Samankaltaista projektia tarvittaisiin edelleen.



## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA AINEISTON ANALYYSI

Opinnäytetyömme aiheeseen liittyvä tutkimuslomakekysely (Liite 1) toteutettiin Tampereella 13.8.2016 Hotelli Cumuluksessa rauhanturvaajien läheisten tiedotus- ja keskustelutilaisuuden ohessa. Kyseinen tilaisuus oli osa Puolustusvoimien ja Rauhanturvaajaliiton välistä kumppanuussopimusta kriisinhallintaoperaation aikana. Tilaisuuteen osallistui 160 läheistä ja tarkoituksena oli antaa heille tietoa rauhanturvaprosessista. Tilaisuuden järjestäjänä toimi Porin Prikaatin kansainvälinen kuraattori sekä toimintakykysektorin vastuhenkilö. Muu henkilöstö koostui eri operaatioiden vastuuhenkilöistä, joita ovat meri- ja maaoperaatioiden eri asiantuntijat. Tilaisuudessa oli mukana myös Rauhanturvaajaliiton asiantuntija, sekä toinen tämän opinnäytetyön tekijöistä. Tutkimusluvan myönsi Rauhanturvaajaliiton varapuheenjohtaja. Tämä tilaisuus perustui asiakirjaan ja käskyyn: ML24910/6.11.2015: Porin prikaatin toimintakäsky 2016.

### 5.1 Aineiston hankinta

Valitsimme tiedonkeruutavaksi kyselylomakkeen. Kohderyhmälle osoitettu tutkimuslomakekysely on nopea ja edullinen tapa saada paljon tietoa yhtä aikaa. Kyselylomakkeessa kerrottiin vastaajille sen vaikutuksesta ja merkityksestä, jotta vastaaminen koettaisiin merkitykselliseksi. Pidimme lomakkeen lyhyenä ja ytimekkäänä, jotta vastaajan mielenkiinto ei loppuisi kesken ja vaikuttaisi lopputulokseen. (Aaltola & Valli 2010, 108, 104-105.)

Kysely on menettelytapa, jossa tiedonantaja täyttää itse hänelle esitetyn kyselylomakkeen joko valvotussa tilassa tai kotonaan. Kyselyn teettäjä olettaa, että vastaaja on luku- ja kirjoitustaitoinen, ja että vastaaja kykenee ja haluaa ilmaista itseään kirjallisesti tarkoittamallaan tavalla. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 75.) Kyselylomakkeeseen valikoitui neljä strukturoitua ja neljä avointa kysymystä. Valmiit vastausvaihtoehdot mahdollistavat nopean vastaamisen ja nopean analysoinnin.

Halusimme kuitenkin lomakkeeseen mukaan myös avoimia kysymyksiä, jotta saisimme vastaajan mielipiteen selville perusteellisesti. Sanallisten vastausten joukosta voi myös löytyä hyviä ideoita. Ongelmaksi voi nousta, että avoimet kohdat jätetään tyhjiksi niiden työläyden vuoksi ja vastaukset voivat olla epätarkkoja. Analysointivaihe vie myös enemmän aikaa, kuin valmiiden vastausvaihtoehtojen analysointi. (Aaltola & Valli 2010, 124.) Avoimista kysymyksistä saatava informaatio on kuitenkin työllemme arvokasta, joten halusimme täydentää niillä lomakettamme.

Kyselylomake esiteltiin tilaisuuden alussa, jossa korostettiin lomakkeen täyttämisen vapaaehtoisuutta sekä luottamuksellisuutta. Kyselylomaketutkimus toteutettiin Puolustusvoimien luvalla, jonka valvojana toimi kansainvälisten kriisinhallintaoperaatioiden kuraattori. Kysely luovutettiin 160 läheisille, josta 24 vastasi. Vastausprosentti oli 15%. Osa vastasi vain strukturoituihin kysymyksiin ja osa täydensi vastauksiaan avoimilla kysymyksillä.

## 5.2 Aineiston analysointi

Analyysimenetelmiksi valikoitui aineistolähtöinen sisällönanalyysi ja teemoittelu. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä hajanaisesta aineistosta luodaan selkeä ja informatiivinen kokonaisuus. Selkeyden ansiosta voidaan saada luotettavia johtopäätöksiä tutkittavasta ilmiöstä. Teemoittelu on laadullisen aineiston ryhmitelyä erilaisten aihepiirien mukaan. Lukumäärän sijasta teemoittelussa korostuu sisältö, se mitä teemasta on sanottu ja mitä siihen sisältyy. Pyrkimyksenämme oli luoda selkeä ja sanallinen kuvaus, jossa aineisto järjestetään tiiviiseen muotoon kadottamatta kuitenkaan tärkeitä löydöksiä. Analysoidessamme hajotimme aineiston osiin ja teimme havaintoja muun muassa yhdistävistä ja erottavista tekijöistä. (Tuomi & Sarajarvi 2003, 105, 110; Opinnäytetyöpakki, Teemoittelu.)

Lähdimme etsimään vastausta asettamaamme tutkimuskysymykseen: ”Minkälaista tukea rauhanturvaajan läheiset tarvitsisivat kriisinhallintaoperaation jäl-

keen?” Kyselylomakkeella oli kahdeksan kysymystä, joiden avulla saimme laajemmin tietoa siitä, kuinka läheiset kokevat rauhanturvaajan palvelusajan ja onko annettava tieto kriisinhallintaoperaatiosta sekä tukitoimista riittävää. Tavoitteenamme oli löytää tukijärjestelmän rakenteissa olevat puutteet sekä tuoda järjestelmään ratkaisuehdotus tukijärjestelmän parantamiseksi.

Tutkimusympäristönä toimi hotelli ja tilaisuus oli kohtuullisen iso, johon osallistui 160 läheistä. Läheisten päivässä oli paljon muutakin ohjelmaa ja kysely oli osa sitä. Tutkimustilanne järjestyi siten, että lomakkeet esiteltiin tilaisuuden alussa ja vastaajilla oli useampi tunti aikaa vastata muun ohjelman lomassa. Kohderyhmänä olivat rauhanturvaajien läheiset ja suurin osa osallistujista oli joko rauhanturvaajien puolisoita tai heidän äitejään.

Hajotimme aineiston osiin ja levitimme lomakkeet niin, että niitä pystyi tarkastelemaan kokonaisuutena. Jokaisen kysymyksen vastaukset koottiin eri paperille. Avoimissa kysymyksissä käytimme teemoittelua. Analysoimme aineiston kysymys kysymykseltä, poimien erilaisia teemoja, joita kyselylomakkeissa esiintyi. Teemoja oli muun muassa erilaiset tunnetilat ja kehittämisehdotukset. Strukturoiduissa kysymyksissä laskimme määrät kyllä ja ei vastauksille.

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustulokset kokosimme siten, että strukturoidut kysymykset ovat yhteisessä kappaleessa niiden samankaltaisuuden vuoksi. Niistä saatu tieto oli suppeampaa ja pääpaino oli avoimilla kysymyksillä. Avoimet kysymykset analysoimme kaikki erillisiin kappaleisiin ja esille nostettiin vastaajien omia kommentteja.

### 6.1 Strukturoidut kysymykset

Kyselylomake alkoi neljällä strukturoidulla kysymyksellä. Kysyimme, onko läheisille annettava tieto kriisinhallintaoperaatiosta riittävää sekä sisällöltään kattavaa. Ainoastaan kahdeksan prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, että tieto ei ole riittävää eikä sisällöltään kattavaa. Muut olivat tyytyväisiä saamaansa tietoon. Yksi vastaaja oli jättänyt vastaamatta, mutta halunnut kommentoida kysymystä:

Olisi otettu huomioon myös pienemmät yksiköt.

Vastaaja koki luultavasti, että läheisten päivässä huomioitiin isoimmin edustettuna olevat yksiköt, eikä käyty läpi pienemmissä operaatioissa toimivia.

Kysyttäessä onko läheisille annettava tuki ja tukitoimet riittäviä, 8% oli sitä mieltä, että tukitoimet eivät ole riittäviä ja 13% ei halunnut vastata tähän kohtaan ollenkaan. Suurin osa siis oli tyytyväisiä saamaansa tukeen ja tukitoimiin. Kysyimme myös, onko tukitoimiin liittyvä informaatio kattavaa ja ainoastaan 4% koki, että se ei ole kattavaa. Annettava ja saatavilla oleva tieto koettiin siis melko hyväksi.

### 6.2 Läheisen kokemus palveluksen aikana

Seuraavat kysymykset lomakkeella olivat avoimia kysymyksiä. Tiedustelimme, miten vastaaja kokee läheisen palvelusajan. Puolisoiden vastauksista nousi esille

perhe-elämässä koetut haasteet kuten kiire ja arjen pyörittäminen yhden vanhemman voimin.

Raskasta kun on itse vastuussa kotona kaikesta. Ekoilla kerroilla rauhanturvaaja oli ”kiinni” hommassaan myös lomilla...

Odottamisena ja arjesta selviytymisenä kahden pienen lapsen kanssa.

Se riippuu elämän tilanteen mukaan. Noin 3. kerralla perheen tilanne helpompi.

Ensimmäisellä kerralla ajatukset olivat useimmin siinä, miten ko. kohteessa menee. Nyt jo on tottunut, mieli on rauhallinen.

Halusin nähdä mahdollisuutena. Haastavaa, kiireistä, hermoja raastavaa pienten lasten kanssa. Myös mahdollistaa paljon, ei yksiselitteinen asia.

Vastauksista voi havaita, kuinka kerta kerralta palvelusaika on helpompi kokea ja kuinka ensikertalaiset tarvitsevat enemmän tukea verrattuna operaatioajan jo aikaisemmin kokeneisiin. Havaitsimme myös selvän eron rauhanturvaajan vanhempien ja puolisoitten välillä. Rauhanturvaajan puolisoilla oli raskaampaa etenkin, jos oli pienet lapset huollettavana. Kun rauhanturvaaja tulee lomalla käymään kotona, eivät odotukset läheisten kanssa välttämättä kohtaa. Rauhanturvaajan ajatukset ovat operaatioalueella, eikä hän välttämättä pysty olemaan heti täysipainoisesti mukana perheen arjessa.

Osa vastaajista koki palvelusajassa paljon mahdollisuuksia ja kasvattavia teki-  
jöitä. Tulkitsimme näiden olevan rauhanturvaajien vanhempia esimerkiksi niissä  
käytettävien ilmaisujen ”poika” perusteella. Vanhemmalla on helpompaa, kun he  
ovat jo tottuneet olemaan erossa lapsestaan. Mahdolliset eroahdistukset on käyty  
jo kotoa pois muuttamisen yhteydessä läpi ja osataan nähdä paremmin operaa-  
tion tuomat hyvät puolet:

Hieno kokemus nuorelle miehelle.

Poikani oli Libanonissa eikä palveluksesta mitään negatiivista sanottavaa. Nyt on Afganistanissa eikä ole pahoja asioita kuulunut.

Erittäin kehittävänä ja kasvattavana.

Positiivinen kokemus: operaatioon osallistuja tyytyväinen yhteydenpito nykyteknologialla helppoa.

Nykyteknologian tuomat positiiviset vaikutukset kuten yhteydenpidon helppous koettiin positiivisena. Vastaajat luottivat siihen, että yhteys tarpeen tullen pelaa ja tieto kulkee puolin ja toisin.

### 6.3 Läheisen tuntemukset operaation aikana

Halusimme tietää tarkemmin läheisten tuntemuksia ja ajatuksia rauhanturvaoperaation aikana. Vastauksista erottuivat taas puolisojen ja vanhempien vastaukset. Puolisoiden vastaukset olivat selkeästi negatiivisävytteisempiä ja lasten kohtaama ikävä nostettiin esille:

Ikävä, katkeruus, viha, mahdollisuus, itsestä oppiminen, itsetuntemus.

Lapset ikävöivät kovin ja toisaalta kurjaa kun alkavat tottua jo tilanteeseen. 10-vuotias lapsi, isä kolmannessa operaatiossaan jo.

Puolisoni on työnpuolesta (puolustusvoimat) paljon poissa kotoa, eikä tämä eronnut juuri esim. 4kk Lappeenranta koulutusjaksosta. Rankkaa. Hän ei suhteemme alussa ollut pv-palveluksessa, joten poissaolojen määrä on sekä parisuhteelle, että perheelle uusi asia, huonompaan suuntaan. Pienten lasten ikävän tuska on kaikista vaikein kohdattava asia!

Saimme selville kuinka raskaana läheiset todellisuudessa pitävät rauhanturvaoperaatiota. Esiin nostettiin vahvoja tunnetiloja ja arkoja aiheita. Esille nousi myös muun muassa katkeruutta ja vihaa, jotka kertovat syvästä tunnekokemuksesta. Perheet, joille erossaolo on uusi asia, kokivat tilanteen haastavana. Lasten kerrottiin jo alkavan tottua toisen vanhemman poissaoloon, mikä on toisaalta hyvä, mutta toisaalta surullinen asia. Operaatiossa haluttiin nähdä myös positiivisia asioita, kuten itsetuntemuksen kasvamista. Rauhanturvaprosessi on moniulotteinen kokemus, jossa on sekä hyviä että huonoja puolia.

Puolustusvoimien jäykkärakenteisuus aiheuttaa joskus ongelmia, kun ei voida toteuttaa yksittäisten rauhaturvaajien toiveita. Operaation etu ja turvallisuus nousevat joskus edelle. Puolustusvoimien byrokraattinen toimintatapa käy ilmi seuraavasta vastauksesta:

Rauhanturvaajan pappa kuoli. Hirveä ilmoittaa lauantaiaamuna suoraan puhelimella sellainen. Pappa oli toiminut "varaisänäkin", kun oma isä kuoli muutamia vuosia sitten. Selvisi, että ei ole mahdollista saada lomaa edes pappan hautajaisiin... Herätti "valtavia" tunteita kaikissa meissä.

Vanhempien tuntemukset operaatioajasta olivat selvästi myönteisempiä, eikä heidän arkensa samalla tavalla muutu miten puolison arki rauhanturvaajan lähdettyä operaatioon. Operaation kasvattavat piirteet ja luotto oman lapsen harkintakykyyn näkyivät positiivisina asioina vastauksista. Vanhemmat ajattelivat lapsensa saamia kokemuksia ja mahdollisia tulevaisuuden urapolkuja, joita operaatio voi edistää:

Avartanut omaakin ajatusmaailmaa, aktiivisia lapsia, itse on valintansa tehnyt.

Olen iloinen, että poikani on päässyt toteuttamaan haaveensa.

Kokemus on läheisellemme hyvä kokemus ja tarpeellinen sotilasuran kehityksen kannalta.

Mahtava kokemus 20v pojalle.

Lapsen aikuisuuden ja itsenäisyyden vahvistaminen herännyt uudelle tasolle.

#### 6.4 Millaista tukea läheiset kaipaavat

Kysyttäessä millaista tukea läheiset haluaisivat heille annettavan, aineistosta löytyi kahdenlaisia vastauksia. Toiset kokivat nykyisen tuen riittävänä ja ajattelivat, että saavat tukea tarvittaessa:

Ei tarvitse lisää tukea, keskustelu vertaisihmisten kanssa.

En tarvitse tällä hetkellä tukea. Kun pojalla on kaikki hyvin Libanossa, ei minullakaan ole huolta.

Saan onneksi tukea läheisiltä ja ystäviltä/työkavereilta.

Tämä riittävä.

Vertaistuen mainitsi yllättäen vain yksi vastaaja. Vastaajista yksi olisi kaivannut lisätukea etenkin ennen operaation alkua, kun kaikki on uutta ja vierasta. Yksi vastaaja nosti esiin vanhempien ryhmätuen. Keskustelu olisi tärkeää vertaisten kanssa joilla on sama kokemus ja sama ymmärrys.

Olisi ollut hyvä saada vertaistukea jo ennen miehen lähtöä maailmalle... Mutta toisaalta hyvä, että tuli keskusteltua asiat oman puolison kanssa.

Vanhempien ryhmätuki, kokemusten jakaminen.

Pelkoa oli havaittavissa muutamassa vastauksessa ja tiedottamista pidettiin tärkeänä. Viestimistä puolin ja toisin pidettiin tärkeänä, jos jotain tapahtuu joko operaatiossa tai Suomessa.

Jos jotain tapahtuisi niin koko patteristo käyttöön.

Kriisitilanteen tiedottaminen puolin ja toisin. Käytännössä miten viestitään puolin ja toisin.

## 6.5 Muut mielipiteet

Kysyimme lopuksi muita ajatuksia ja mielipiteitä ja eräs vastaus kiinnitti erityisesti huomiomme, sillä se on ollut esillä Rauhanturvaajaliitossa ennenkin:

Miksi nämä tilaisuudet järjestetään aina Länsi-Suomeen. Pohjois- ja Itä-Suomesta matka on kohtuuttoman pitkä tulla paikan päälle. Kyllä Puolustusvoimilla on kykyä tulla esimerkiksi Jyväskylään/Mikkeliin jos on tahtoa järjestää.



Suora palaute Puolustusvoimille antaa selvän viestin, että tilaisuuksien järjestämisessä tulisi ottaa huomioon sijainti. Vaihtuva sijainti takaisi mahdollisesti myös suuremman osallistujamäärän järjestettäviin tapahtumiin.

Läheisten päivä koettiin voimaannuttavaksi ja tärkeäksi. Kiitollisuus järjestäjille huokui vastauksista ja tilaisuutta arvostettiin korkealle. Muutosta on tapahtunut, sillä läheisten päivä on kehittynyt vuosien saatossa:

Monipuolinen päivä, ihana kun oli kahvia ja lounas!

Puolustusvoimat on hoitaneet todella hyvin operaatiossa olevien ja läheisten valmistelun sekä tuen.

Tämä on 5 krt, kun meiltä lähdetty operaatioon. Edesmennyt mieheni 3 krt ja nyt poikani 2 krt. Ensimmäinen kerta nyt kun tällainen järjestetään omaisille. Kiitos.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Kyselylomakkeita analysoidessamme kävi ilmi, että annettava tieto operaatiosta ja tukitoimista on pääpiirteittäin riittävää, mutta läheisen palvelusaika koettiin lapsiperheissä ja parisuhteissa osaltaan hyvinkin kuormittavaksi. Tuen tarve korostuu näissä ryhmissä ja esimerkiksi perhetyöllä voitaisiin parantaa heidän asemaansa. Läheiset totesivat, että kokemusten jakaminen ja toisten tukeminen ovat tärkeitä asioita jaksamisen kannalta.

Kyselylomakkeista käy ilmi läheisen tuntemukset palveluksen aikana. Huoli palveluksessa olevaa kohtaan väheni, mitä enemmän tietoa saatiin palveluspaikasta ja elinolosuhteista operaatioalueelta. Sanallisten vastausten perusteella voidaan havaita, että niille, joilla oli jo ennestään kokemusta läheisen kriisinhallintapalveluksesta, tuki ja informointi koettiin riittäväksi. Ensikertalaisten läheiset taas kokivat tuen ja siitä saatavan tiedon jokseenkin riittämättömänä. Tämä voi johtua siitä, että tilanne on uusi eikä siitä ole aikaisempaa kokemusta.

Tutkimuksen tulokset hämmensivät jollain tapaa, sillä odotimme saavamme enemmän kommentteja tukijärjestelmän puutteista. Tuen muodot ovat olleet alkutekijöissään jo pitkään ja näemme paljon kehitettävää asian suhteen. Vastauksissa läheiset eivät tuoneet juurikaan esille tuen tarvetta tai sen puutetta. Yllätyimme, kuinka pieni osa vastaajista koki tuen riittämättömänä. Tukea on saatavilla hyvin vähän ja ongelmia perheessä ja parisuhteessa varmasti ilmenee. Kyselyyn vastanneiden läheisten vastauksista voi olettaa, että he eivät välttämättä osaa vaatia tukea, vaikka sen tarve voidaankin tiedostaa. Tämä voi liittyä ajatukseen siitä, että palveluksessa oleva on keskiössä ja heidän tulisi tukea vaativimmissa olosuhteissa olevaa ja tämän myötä jaksaa sekä pärjätä arjessa. Esille tuli kuitenkin huolta ja negatiivisia tunnetiloja. Tästä voi päätellä, että läheiset eivät osaa vaatia apua, kun eivät tiedä mistä tukeen liittyvää tietoa saisi tai onko varsinaista kohdennettua apua läheisille edes saatavana.

## 7.1 Parisuhteen ja perheen haasteet

Yksin selviytymisen pakko uuvuttaa ja rauhanturvaprosessiin voi liittyä myös puolisoiden erilleen kasvamista. Oman tai puolison itsenäistyminen ja emotionaalisen läheisyyden puute tekevät arjesta haastavaa. Tuen ja tiedon puute tilanteessa, jossa rauhanturvaajalle on tapahtunut palveluksen aikana jotakin, saattaa aiheuttaa läheisessä henkistä kuormitusta jopa siinä määrin, että se voi johtaa hallinnan tunteen menettämiseen ja toimintakyvyn laskuun. Jos läheinen ei tiedä missä kunnossa palveluksessa oleva on ja mikä tilanne toimialueella on, voi läheinen ajautua kriisiin. Myös stressin oireita saattaa ilmaantua, eikä huolelle voi tehdä kotimaassa mitään. Epätietoisuus johtaa usein siihen, että aukkokohdat täytetään omalla mielikuvituksella, joka on usein monta kertaa pahempi kuin itse todellisuus. Nämä tunteet eivät välttämättä niin vain katoa, ellei niitä pääse työstämään. (Ranssi-Matikainen 2012, 106, 160-161, 177; Saari ym. 2009, 27, 29; Hammarlund 2010, 178, 180.) Tällöin rauhanturvaajan palatessa kotiin on paljon asioita mielenpäällä kummallakin osapuolella.

Silloin kun kaikki on hyvin, ei ole ongelmaa, mutta ikäviinkin tilanteisiin tulisi osata varautua. Läheisille annettava tieto tulisi olla sisällöltään sellaista, joka auttaisi heitä kohtaamaan erilaiset tunnetilat ja ymmärtämään niitä paremmin. Kuten Saari ym. (2009, 19.) mainitsevat, ihminen tarvitsee tietoa, jotta ei säikähtäisi omia tunnetilojaan. Psykososiaalisen tuen merkitys korostuu nimenomaan ennaltaehkäisevässä työssä. Läheisellä tulisi olla tunne, että kun tukea ja tietoa tarvitaan, on se helposti saatavilla. Traumaattisilla kokemuksilla on laajat jälkiseuraukset, joten olisi tärkeää kyetä edistämään traumaattisten kokemusten käsittelyprosessia. (Saari 2003, 32,95.)

Kyselylomakkeista pystyi havaitsemaan läheisten turhautumisen tunteita. Sanat rankkuus, katkeruus, viha ja hermoja raastavuus kertovat tunteista, joita olisi hyvä käsitellä ennen kuin ne kasvavat suurempiin mittakaavoihin. Ranssi-Matikainen (2012, 160) nostaa esille tärkeän aiheen, jossa yksinpärjäämisen pakko voi aiheuttaa puoliossa pahaa oloa, joka eskaloituu myöhemmin. Viha ja katke-

ruus tunnekokemuksena saattavat tulla mukaan arkeen kotiinpaluun jälkeen. Parisuhde ja sitä kautta myös perhe-elämä ovat koetuksella ja sen eteen tulisi tehdä töitä. Ilman apua se ei usein onnistu ja auttajatahoista tiedottaminen voisi auttaa läheisiä ja rauhanturvaajia pääsemään eteenpäin ja hakemaan apua mahdollisesti jo ennen, kuin ongelmat ovat liian suuria.

Kyselylomakkeiden lisäksi saimme tärkeää tietoa läheisten päivän ryhmäkeskusteluosiossa. Se antoi hieman toisenlaista näkökulmaa siitä, miten läheinen suhtautuu rauhanturvaajan kriisinhallintapalvelukseen ja mitä tuntemuksia tämä herättää. Läheiset näyttivät tunteitaan ja toivat rohkeammin esille, mitä ajattelevat läheisensä palveluksesta. Keskustelutilaisuudessa oli nähtävissä paljon kyyneleitä, mikä kertoo prosessin rankkuudesta läheisen näkökulmasta. Tätä tunteisiinperustuvaa tietoa emme kyselylomakkeesta luonnollisesti saaneet. Tästä heräsi ajatus, että olisi ollut parempi tehdä tiedonkeruu haastatteleamalla läheisiä, jolloin olisimme saaneet mahdollisesti laaja-alaisempia vastauksia.

Lasten ikävöinnin nosti esille useampi vastaaja. Vanhempi saattaa ajatella, että kyllä hän pärjää ja ylimääräistä voimaa löytyy aina, kun on kyseessä oma lapsi. Vanhemmalla usein on tapana laittaa lapsen tarpeet etusijalle. Jos lapsi voi huonosti, tällöin myös vanhempi voi pahoin. Aikuisen vastuu korostuu rauhanturvaoperaatioon lähdeittäessä, ja asioiden sanoittaminen on tärkeää. Lapselle voi aiheutua kuormittavuutta, jos hän ei ymmärrä miksi toinen vanhempi on poissa. Kotiin jäävän vanhemman olisi hyvä tietää, että yksin ei tarvitse pärjätä ja apua on saatavilla monesta eri paikasta, jos sitä vain osataan aktiivisesti etsiä. Keskusteluavun lisäksi on mahdollista saada myös kotiapua tai tukiperhetoimintaa. Tukiperhe auttaa esimerkiksi tilanteessa, jossa vanhempi on väsynyt ja ottaa lapsen hoitoon esimerkiksi yhdeksi viikonlopuksi kerran kuukaudessa.

Huoli siitä, että lapsi alkaa tottua tilanteeseen, jossa vanhempi on aina poissa, on todellinen. Lapsen arkea on odottaa toista vanhempaa kotiin ja se voi synnyttää tunteita, mitkä tulisi käsitellä. Lapsi voi pelätä, vaikka ei välttämättä sitä osakaan kertoa ja onkin tärkeää, että myös lapsille on olemassa apua tarvittaessa.

Koemme esille nousseen asian tilaisuuksien järjestämisestä aina Etelä-Suomessa olevan järjestettävissä. Tähän asiaan täytyisi puuttua, sillä ongelma on ollut tiedossa jo pitkään. Kaikilla ei ole mahdollisuutta matkustaa pitkänmatkan päähän, jos on lapsia tai muita velvollisuuksia kotipaikkakunnalla. Ajattelemme seurakunnan voivan auttaa tässä asiassa, sillä seurakuntien kiinteistöjä on ympäri Suomen ja lisäksi seurakunnalla on valmiina toimiva järjestelmä ajatellen esimerkiksi psykososiaalista tukea. Seurakunta voisi siis olla paitsi tarjoamassa tiloja, myös auttamassa ja tukemassa läheisiä.

Tuen ja informoinnin nosti esille muutama vastaaja. Nykyteknologian nähtiin helpottavan erossa oloa. Tänä päivänä on mahdollista viestiä reaaliajassa ja pitää yhteyttä rauhanturvaajan ja läheisten välillä. Oman puhelimen käyttöä operaatioalueella ei suositella, mutta internetiä voi hyödyntää yhteydenpidossa. Erilaiset sosiaalisen median palvelut ovat sallittuja, kunhan ei julkaise sijaintia eikä muuta arkaluontoista tietoa operaatioon liittyen. Säädökset ovat tarkat, mutta välttämättömät ottaen huomioon operaation luonteen. Avainasemassa yhteydenpidossa on Puolustusvoimat, joka hoitaa tiedottamisen puolin ja toisin palveluksessa olevan ja läheisen välillä. Puolustusvoimat tarjoaa yhteydenpitoon myös VOIP-puhelimen, jolla on turvallista soittaa kotimaahan. (Puolustusvoimat 2016, Rauhanturvaajan opas, 24, 26.)

## 7.2 Seurakunnan tukijärjestelmä

Seurakunnan laaja tukijärjestelmä olisi erinomainen lisä auttamaan myös rauhanturvaajien läheisiä. Seurakuntien maanlaajuisuus takaa sen, että apua on mahdollista saada joka puolella Suomea. Yhteistyössä Rauhanturvaajaliiton kanssa voitaisiin toteuttaa esimerkiksi vertaistukiryhmä, jossa rauhanturvaajan läheiset voisivat puhua kokemuksistaan ja jakaa arjesta selviytymisen vinkkejä. Myös auttajatahoista tiedottaminen ja omien tunnetilojen ymmärtäminen olisivat tärkeä osa ryhmän sisältöä.

Seurakunnan perustehtäviin kuuluu auttaminen ja tukeminen vaikeuksien keskellä. Apuun kuuluu niin käytännön asioissa auttaminen kuin henkisen selviämisen tukeminenkin. Avun saamiseksi ei tarvitse olla kirkon jäsen ja palvelut ovat pääasiassa maksuttomia. Seurakunnan työntekijöistä löytyy laaja osaajajoukko diakoneista perhetyöntekijöihin ja niin edelleen. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko, Suru ja kriisi.) Rauhanturvaajien tukitoimet keskittyvät lähinnä Etelä-Suomeen ja apu on rajallista. Seurakunta toimii laajasti ympäri Suomen ja apua voi saada kukin omasta seurakunnastaan. Etenkin operaation jälkeen läheisen olisi tärkeää saada puhua, ja yksi paikka siihen voisi olla seurakunta.

Kirkon henkinen huolto (HeHu) kuuluu psykososiaalisen tuen palveluihin. Siinä on kyse seurakuntien viranhaltijoiden suuronnettomuuksiin liittyvästä valmiusryhmästä, joka antaa onnettomuuden uhreille ja läheisille henkistä tukea. Kirkko ja seurakunnat toimivat kuntien rinnalla ja niillä on oma psykososiaalisen ja henkisen huollon toimintamalli. Tämän lisäksi ne osallistuvat viranomaisorganisaation kriisiryhmien toimintaan. Kirkon tehtäviin kuuluu niin yksilö-, perhe- kuin ryhmämuotoinen kriisityö, surutyön tukeminen, kirkolliset toimitukset ja sielunhoito. Tukeen kuuluu myös tarjota kirkon tiloja hiljentymiseen sekä ihmisten hengellisiin tarpeisiin vastaaminen. (Saari ym. 2009, 110.)

Kriisitilanteissa kirkon henkinen huolto on pääasiassa palvelua, lähellä oloa ja ahdistuksen jakamista. Seurakunnalla on työntekijöitä, jotka ovat saaneet erityiskoulutuksen kriisityöhön, ja heidän virkatehtäviinsä kuuluu toimintaan osallistuminen. Rauhanturvaajan läheiset voivat saada henkisen huollon tukea, jos esimerkiksi kohdemaassa sattuu vakava tapaturma. (Saari ym. 2009, 110.)

Psykososiaalinen tuki on hoidettu rauhanturvaajille hyvin, sillä heillä on mahdollisuus hyödyntää Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) psykiatrista konsultaatiopoliklinikkaa. Mukana palveluksessa on hengellisen työn tekijä kuten pappi. Sotilaspappi huolehtii hartauselämästä ja rauhanturvaajien sielunhoidosta, johon kuuluu kuunteleminen ja keskustelu. Pappi kiertää joukkojen parissa toimialueella ja häneen voi milloin tahansa tukeutua. Pappi huolehtii alueella

myös psykologisen jälkipuinnin valmiudesta ja tarvittavien toimenpiteiden toteuttamisesta siihen liittyen. (Puolustusvoimat 2016, Rauhanturvaajan opas, 39, 48.)

Seurakunnan työntekijät kuten diakonit ja papit, ovat sitä varten, että heidän kanssaan voi keskustella mistä tahansa asiasta. Rauhanturvaajien läheisille pitäisi laajemmin informoida, että he huomaisivat tämän mahdollisuuden. Seurakunnan työntekijöitä koskee vaitiolovelvollisuus, joten keskustelu on luottamuksellista. Monen harhaluulo on, että pappi hoitaa vain hengellisiä tilaisuuksia ja diakoni auttaa vain taloudellisissa asioissa. Sielunhoitotyö on yksi elementti, jossa etsitään vastauksia henkisiin ja hengellisiin asioihin. Siihen kuuluvat kaikki elämäkatsomukselliset, olemassaoloon ja ihmissuhteisiin liittyvät kysymykset. Sielunhoidossa pyritään tilaan, jossa vuorovaikutus syntyy kiireettömyydestä ja toista ihmistä varten olemisesta. Mukana voi olla eri elementtejä kuten rukous ja ehtoollinen, mikäli asiakas niin haluaa. Sielunhoidossa tavoitteena on etsiä toivoa ja voimavaroja arkeen ja pyhään, ja sielunhoitoa voi antaa kuka tahansa seurakunnan työntekijä. Sielunhoidon ajatus toteutuu myös seurakunnan ryhmätoiminnassa ja jumalanpalveluselämässä. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko, Sielunhoito.)

Keskusteluapua seurakunnalta saa myös puhelimen ja verkon kautta. Apu on valtakunnallista, ja se antaa mahdollisuuden keskustella anonyymisti. Kirkon palveluva puhelin toimii päivystäjien avulla, jotka ovat koulutettuja vapaaehtoisia ja työntekijöitä. Heitä koskee myös vaitiolovelvollisuus, ja soittaa voi mistä tahansa asiasta. (Kirkon keskusteluapua.) Kirkon perheneuvonta tarjoaa apua perheen ja parisuhteen haasteisiin. Perheneuvonta toimii 41 paikkakunnalla ja siellä on mahdollista keskustella ammattihenkilöiden kanssa maksuttomasti. Sairaalapäivystys on auki kellon ympäri ja pappiin on näin mahdollista saada yhteys lyhyelläkin varoitusaikalla. (Sakasti, Perheneuvonta.)

Seurakunnat järjestävät laajalti ryhmiä ympäri Suomen. Vertaisryhmiä löytyy paikkakuntien mukaan esimerkiksi omaishoitajille ja syöpään sairastuneiden läheisille. Suomessa laajalle levinnyt vertaistuen muoto on seurakunnan sururyhmät. Mäkelä (2014) kertoo opinnäytetyössään seurakunnan sururyhmistä, jotka

ovat seurakunnan oma vertaistuen muoto. Toiminta perustuu kokemusten vaihtoon mahdollisimman samankaltaisen menetyksen kokeneiden kesken. Sururyhmiä on myös tarkemmin suunnattu paikkakunnasta riippuen muun muassa lapsensa menettäneille tai leskeksi jääneille. Suosittu ryhmä on ollut myös eroryhmä, jossa käydään läpi erokriisin aiheuttamia tunteita. Ryhmään tullaan yksin ja jaetaan kokemuksia saman kokeneiden kanssa. Ryhmät, jotka tarjoavat apua elämän kriiseihin, ovat yleensä suljettuja, joten ryhmän aloitettua toimintansa ei uusia jäseniä oteta mukaan. Ryhmien toiminta on ammatillisesti johdettua ja tarkoituksenmukaista. Parasta on, jos kyseessä olisi riittävän samankaltainen menetys tai trauma, sillä tällöin vertaistuki on oikein kohdennettua, ja se antaa osallistujalle enemmän. (Mäkelä 2014, 18; Suomen evankelis-luterilainen kirkko, Tukea eroprosessiin, Suru ja kriisi; Oulun evankelis-luterilaiset seurakunnat, Sururyhmät.) Mäkelä (2014) on haastattelussaan havainnut, että perinteinen keskusteleva sururyhmä palvelee suhteellisen kapeaa osaa väestöstä, ennen kaikkea seurakunta-aktiiveja. Haasteena kirjoittaja näkee nimenomaan tulevaisuuden, kuinka tuoda sururyhmät nykyaikaan ja ihmisten tietoisuuteen. Kirjoittaja pohtii myös, miksi yhteistyö seurakunnan ulkopuolella on niin vähäistä. (Mäkelä 2014, 56.)

Näitä seikkoja pohtiessamme havaitsimme, että seurakunnan kannalta olisi tärkeää tehdä yhteistyötä Puolustusvoimien kanssa, jotta saataisiin mahdollisimman laaja kontakti tuen tarpeessa oleviin. Yhteistyön kautta myös Puolustusvoimat saisi apua rauhanturvaajien läheisten tukemiseen. Pohdinta osuudessa teemme ehdotuksia mahdollisiin yhteistöihin Puolustusvoimien, Rauhanturvaajaliiton ja seurakunnan välille.

### 7.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tehdessämme tutkimusta ja analysoidessamme tuloksia, pidimme mielessämme tutkimusetiikan periaatteet. Pidimme tärkeänä tunnistettavuus näkökulmaa, jotta kenenkään henkilöllisyys, ikä tai nimi ei paljastu. Kenenkään ei ole siis mahdollista selvittää lomakkeiden perusteella, kuka on ollut vastaaja. (Kuula 2011, 34,



61.) Kuula (2011) tuo esille tutkimuseettisiä huomioita siitä, kuinka materiaali tulisi säilyttää huolellisesti, jotka otimme opinnäytetyössämme huomioon. Hän korostaa myös käytettyjen materiaalien luotettavuutta. Osallistujat saivat itse päättää, osallistuvatko tutkimukseen ja minkä verran he halusivat jakaa. Aineisto säilytettiin huolellisesti niin, ettei kukaan ulkopuolinen päässyt siihen käsiksi. Pyrimme myös opinnäytetyössämme käyttämään luotettavia tiedonhankintamenetelmiä muun muassa Theseusta ja Melindaa sekä tarpeeksi uutta kirjallisuutta aiheeseemme liittyen.

Kyselylomakkeen kysymykset valittiin kaksi vuotta sitten, kun kyselylomaketutkimus järjestettiin. Varsinainen tutkimuskysymys valittiin kyselyn pohjalta vasta tutkimuksen myöhemmässä vaiheessa. Myös seurakunnan osuus tuli mukaan tutkimukseen vasta myöhemmin ja tästä johtuen kyselylomakkeessa ei ole seurakuntaan liittyvää kysymystä. Olisimme kysymyksellä saaneet tietää vastaajien mielipiteitä seurakunnan toiminnasta ja mahdollisesta tietämyksestä seurakunnan tukijärjestelmästä. Tulokset olisivat varmasti olleet laajemmat ja informatiivisemmat. Tuomme seurakunnan esille kuitenkin johtopäätöksissä ja pohdinnassa.

Kysely järjestettiin kaikille vieraassa paikassa ja kyselyn ohjeistus sekä esittely toteutettiin tilaisuuden alussa kaikille yhtä aikaa. Esittelyssä korostettiin kyselyn vapaaehtoisuutta sekä luottamuksellisuutta. Lyhyessä kyselylomakkeen esittelyssä kiinnitettiin myös huomioita siihen, ettei vaikuteta osallistujien vastauksiin mitenkään. Otanta jäi jokseenkin pieneksi (15%) ja suurempi vastaajamäärä olisi luonnollisesti antanut enemmän tietoa.

Opinnäytetyöhön liittyvän kyselylomaketutkimuksen ajankohta määräytyi tilaisuuden järjestäjän, Porin prikaatin toimintasuunnitelman mukaan. Tilaisuuksia kyselyn järjestämiseen oli vähän, sillä läheisten päiviä on vuodessa enintään kaksi kertaa. Kyselytutkimuksen ajankohta oli hyvä, koska tilaisuuteen osallistuvien läheisten määrä oli kattava (160 henkilöä).

Tilanne, jossa kyselylomaketutkimus järjestettiin, oli meluisa eikä keskittymiselle ollut juurikaan tilaa. Kyselyn sai täyttää valitsemanaan hetkenä, mutta yhteistä

aikaa sille ei annettu. Olisimme voineet saada enemmän vastauksia, mikäli päivän aikana olisi ollut merkitty aika kyselyn täyttämiseksi. Toinen vaihtoehto olisi ollut lähettää kyselylomake kotiin, jolloin vastaaja olisi täyttänyt lomakkeen arjen keskellä ja vastaukset olisivat voineet olla toisenlaisia. Tietosuojasyytä tätä emme voineet kuitenkaan tehdä, eikä olisi ollut varmuutta, kuinka monta lomaketta olisi palautunut takaisin.

Käsialan tulkitseminen avoimissa kysymyksissä tuotti välillä hankaluuksia analysointivaiheessa. Kyselylomakkeissa oli jossain kohtaa myös käytetty erilaisia rauhanturvaamiseen liittyviä lyhenteitä. Ne eivät kuitenkaan tuottaneet ongelmia, sillä toisen opinnäytetyöntekijän oma kokemus ja tietämys auttoivat niiden ymmärtämisessä.

Kyselylomakkeista saatava tieto jäi paikoin ohueksi. Olisimme odottaneet, että esiin olisi noussut enemmän asioita ja mielipiteitä rauhanturvaajan läheisten tuen tarpeista. Jos tutkimus aloitettaisiin nyt alusta, emme käyttäisi samaa tiedonkeruumenetelmää. Valitsisimme luultavasti haastattelun, koska sitä kautta tietoperustaa voisi kasvattaa, mikäli aineisto meinaisi jäädä ohueksi. Lisäkysymyksiä esittämällä ja kysymyksiä tarkentamalla olisi varmasti saanut kattavampia tuloksia. Vastaaja olisi myös voinut kokea vastaamisen mielekkäämmäksi, kun häntä olisi haastateltu henkilökohtaisesti ja se olisi voinut vaikuttaa positiivisesti myös tiedon määrään.

Pohdimme mahdollisuutta, että vastaajat olivat niin kiitollisia ja tyytyväisiä järjestettävään tilaisuuteen, etteivät muistaneet tai halunneet sillä hetkellä ajatella puutteita ja epäkohtia. Tilaisuuksia on harvoin ja se koettiin positiivisena, eikä silloin välttämättä ole tarvetta miettiä rakenteen puutteita. Voi myöskin olla, että tukijärjestelmä on niin vieras, ettei edes tiedetä mitä kaikkea tukea olisi mahdollista saada, eikä siksi osattu tuoda asioita esille kyselylomakkeessa.

## 8 POHDINTA

Opinnäytetyömme on kohdennettu Puolustusvoimien ja Rauhanturvaajaliiton käyttöön antamalla vaihtoehtoisia parannusehdotuksia ja uutta näkökulmaa tukijärjestelmän kehittämiseen. Aiheeseen liittyvä teoriaosuus on koottu osaltaan Puolustusvoimien omasta materiaalista, sekä rauhanturvaamiseen ja kriisihallintaan liittyvistä kirjallisista tuotoksista. Näissä haasteita tuotti eri asiakirjojen sekä käskyjen käyttäminen lähteenä ja niiden sisällön yhdistäminen teoriaosuuksiin. Asiakirjat eivät ole julkisessa levityksessä, joten niitä eivät pääse niin sanotut ulkopuoliset lukemaan. Koska teoriaa aiheesta oli vain vähän saatavilla, koimme asiakirjojen käytön välttämättömäksi. Asiakirjojen käyttö on kuitenkin sallittua, eivätkä ne kuulu salassa pidettäviin materiaaleihin.

Oma kokemuksemme rauhanturvaajan läheisten tukijärjestelmän puutteista ohjasi kyselylomaketutkimuksen rakentumista. Halusimme selvittää, onko huoli aiheinen ja miten läheiset kokevat tukijärjestelmän. Opinnäytetyön tekijöillä oli siis alustavasti jo laaja-alainen kokemus siitä, minkälaista määrällistä ja laadullista tukea läheinen saa rauhanturvaajan palveluksen aikana ja sen jälkeen. Voisi ajatella, että vuosien kokemus eri kriisinhallintaoperaatioista ja vertaistoiminnassa mukana olemisesta antaisivat tyhjentävän vastauksen siihen, mikä on tai olisi paras tuen muoto rauhanturvaajan läheiselle kriisinhallintaoperaation jälkeen. Tutkimuksen avulla haluttiin kuitenkin selvittää, miten asian kokee läheinen, jolle koko rauhanturvaprosessi on paikoin vieras.

Rauhanturvaamiseen ja kriisinhallintaan liittyvät palvelusaikaiset kokemukset läheisen näkökulmasta tulisi huomioida osana tukijärjestelmään liittyvää kokemus-asiatuntijuutta. Rauhanturvaajille ja heidän läheisilleen annettavan tuen sisällön kehittäminen pohjautuu Rauhanturvaajaliiton sekä Puolustusvoimien yhteiseen sopimukseen, jossa painopisteenä on vertaistoiminnan sekä psykososiaalisen tuen kehittäminen ja käytännön toteutus eri yhteistyötoimijoiden kanssa. Tukea rauhanturvaajille ja läheisille on kehitetty edellä mainittujen toimintojen osalta,

mutta tutkimuksessa havaitsimme, että tukijärjestelmän sisältö painottuu palveluksessa oleviin henkilöihin, ei niinkään läheisten tuensisältöön ja tarpeeseen.

Rauhanturvaajille ja läheisille annettavan tuen merkitys on ymmärretty viimevuosina entistä paremmin. Kriisinhallintaoperaatiot ovat muuttuneet entistä vaativimmiksi, jonka vuoksi kuormitustekijät myös läheisen näkökulmasta ovat kasvaneet. Tuen merkitys läheisille tunnustetaan, mutta heille annettavan tuen määrä ja sisältö ovat silti edelleen suppeita. Tutkimustieto läheisen tuentarpeista on näkemysmme mukaan erittäin vähäistä, jonka johdosta tukijärjestelmä jää puutteelliseksi. Puolustusvoimat kartoittaa rauhanturvaajan näkemyksen ja tuen tarpeen palvelusajasta kotiuttamiskyselyn avulla palveluksen jälkeen. Läheisille suunnattua kyselyä ei tehdä eikä rauhanturvaajan kotiuttamistilaisuuksien tapaisia tilaisuuksia läheisille järjestetä, johon näkemysmme mukaan olisi tarvetta.

Tutkimuksen aikana pohdimme paljon sitä, miksi tukijärjestelmän kehittäminen sekä tukeen liittyvät käytännön toimet painottuvat edelleen palveluksessa olevaan henkilöön, eikä niinkään läheiseen. Näkemysmme mukaan Puolustusvoimien toimintaa ohjaa ensisijaisesti palveluksessa olevan rauhanturvaajan operatiivisen toimintakyvyn ylläpitäminen sekä kriisinhallintalain mukaisten velvoitteiden täyttäminen.

Rauhanturvaamiseen ja kriisinhallintaan liittyvät palvelusaikaiset kokemukset läheisen ja rauhanturvaajan näkökulmasta tulisi liittää osaksi tukijärjestelmän rakennetta ja kokonaisuutta siten, että toiminnassa mukana olevat kokemusasiantuntijat olisivat vahvemmin kehittämässä läheisille suunnattua tukea ja tuenmuotoja. Tukijärjestelmän yksi voimavara ja kehittämisen kohde tulisi olla nimenomaan vertaistoiminnan asiantuntijuuden kehittäminen.

Tutkimuksen aikana havaitsimme, että taloudelliset resurssit vaikuttavat muun muassa Rauhanturvaajaliiton toiminnan kehittämiseen vertaistoiminnan näkökulmasta. Rauhanturvaajaliiton vertaistoiminta käsittää yhden palkatun henkilön, joka vastaa vertaistoiminnassa mukana olevien vapaaehtoisten henkilöiden rek-

rytoinnista ja koulutuksesta. Vertaistoiminnan taloudellisten resurssien lisääminen on haaste rauhanturvaajan läheisen tukijärjestelmää kehitettäessä.

Yhteistyö ja verkostoituminen vähentävät taloudellista painetta sekä monipuolistavat annettavan tuen tehtäväkenttää. Seurakunta ja Puolustusvoimat sekä Rauhanturvaajaliitto voisivat yhdessä tuottaa laadukasta ja monipuolista tukea rauhanturvaajien läheisille sekä kehittää tukijärjestelmän sisällön kattavuutta. Puolustusvoimilla on laaja kokemus sielunhoidollisesta työstä kriisinhallintaoperaatioissa, jolloin olisi luontevaa ajatella seurakunnan olevan osa myös läheisille suunnattua tukiverkostoa. Tulevaisuuden yksi kehityssuunnista tulisivin olla verkostoituminen sellaisten toimijoiden kanssa, jotka voisivat puolin ja toisin tukea toisiaan.

Yhteistyöksi ehdotamme sururyhmä konseptilla toimivaa rauhanturvaajan läheisten vertaistukiryhmää. Seurakunnan työntekijät yhdessä Puolustusvoimien ja Rauhanturvaajaliiton kanssa voisivat pitää ryhmää ja kävijät saisivat vertaistukea ja keskusteluapua. Ryhmässä keskusteltaisiin rauhanturvaprosessin herättämistä tunteista ja jaettaisiin vinkkejä arjesta selviytymiseen. Myös etäyhteydet tulisi ottaa käyttöön, niin kenenkään osallistuminen ei olisi välimatkasta kiinni. Esimerkiksi suljetut reaaliaikaiset istunnot voisivat toimia, jolloin ei tarvitsisi matkustaa minnekään. Kohdennettu ryhmä ei kuitenkaan ole ainut keino, vaan seurakunnan toiminnasta tiedottamalla läheiset voisivat osallistua kaikenlaiseen seurakunnan toimintaan.

Jokaisessa seurakunnassa voisi olla nimetty työntekijä, joka vastaisi rauhanturvaajan läheisistä. Puolustusvoimat voisi kutsua seurakunnan työntekijöitä mukaan läheisten päivään, jossa he voisivat kertoa seurakunnan toiminnasta. Työntekijän yhteystiedot annettaisiin läheisille jo läheisten päivässä, jotta he tietävät keneen olla tarpeen tullen yhteydessä. Tällä tavoin yhteistyö näkyisi jo alkumetreiltä asti.

Yksi hyvä vaihtoehto olisi myös koota rauhanturvaajan läheiset esimerkiksi kaksi kertaa vuodessa yhteen. Paikkana voisi toimia seurakunnan leirikeskus tai muu

tila, ja näin yhdessä Rauhanturvaajaliiton kanssa läheisille tarjottaisiin vertaistukea ja hengellisiä elementtejä. Ajankohtana olisi viikonloppu, jotta mahdollisimman moni pääsisi mukaan. Kaikilla ei välttämättä ole mahdollisuutta matkustaa pitkänmatkan päähän esimerkiksi perhetilanteen vuoksi, joten pidempi yhtäjaksoinen aika myös vähentäisi edestakaisin matkustelua. Mukana voisi olla esimerkiksi henkisen huollon työntekijä, diakoni, pappi tai perheneuvonnan työntekijä. Paikka olisi vaihtuva, jotta jokainen pääsisi ainakin silloin tällöin osallistumaan. Seurakunnan lastenohjaajat voisivat myös järjestää lapsille kohdennettua toimintaa, sillä aikaa kun vanhemmille on omaa ohjelmaa.

Opinnäytetyön loppuvaiheilla huomasimme, että mahdollinen yhteistyökumppani on lähempänä kuin arvasimme. Karjasillan seurakunnassa Oulun alueella työskentelee Heikki Karppinen, joka on pappi ja entinen rauhanturvaaja. Hänen kanssaan käytyjen keskustelujen pohjalta saatiin idea, että Oulun seurakunnat yhdessä Rauhanturvaajaliiton kanssa pilotoisivat syksyllä 2018 rauhanturvaajien läheisille vertaisryhmän. Tämä idea tullaan esittelemään Rauhanturvaajaliiton kevätkokouksessa huhtikuussa 2018. Tämä ryhmä mukailisi seurakunnan sururyhmä konseptia, jossa on Karppisen (henkilökohtainen tiedonanto 11.4.2018) mukaan potentiaalia kaikenlaiseen vertaistuen antamiseen. Seurakunnan ja Rauhanturvaajaliiton vertaisryhmä antaisi rauhanturvaajien läheisille heiltä puuttuneen tuenmuodon. Siinä vetäjinä toimisi työntekijöitä Oulun seurakunnista, Rauhanturvaajaliiton jäseniä sekä kokemusasiantuntijoita, joilla olisi jo omakohtaista kokemusta läheisen operaatioajasta. Rauhanturvaajaliitto kouluttaisi nämä vapaaehtoiset, jotka toimisivat vertaisina tässä ryhmässä ja antaisivat oman arvokkaan panoksensa oman kokemuksensa kautta.

Rauhanturvaajat vertaisina, tukea kotona ja kaukana- projekti kehitti merkittävästi rauhanturvaajille ja läheisille suunnatun tuen sisältöä. Projektin päämääränä oli vertaistoiminnan kokemusasiantuntijuuden lisääminen tukijärjestelmässä. Projekti sisälsi toiminnan aloittamisen ja käytännön toiminnot sekä toiminnan loppuvaiheessa olevien tulosten käsittelyn ja analysoinnin. Pohdimme, mikä merkitys projektilla on kokonaistoiminnan näkökulmasta. Projekti antoi mahdollisuuden kehittää ja painottaa toiminnan sisältöä sellaiseksi, jota pidetään toiminnan kannalta

merkityksellisenä. Taloudellista painolastia ei projektin yhteydessä ollut, koska se sisälsi kohdennetun rahallisen tuen koko projektin ajan. Rauhanturvaajat vertaisina, tukea kotona ja kaukana- projekti kesti neljä vuotta ja se oli toiminnan kehittämisen sekä tulosten kannalta erittäin hyvä kokonaisuus.

Rauhanturvaajaliiton toteuttama projekti onnistui hyvin, mutta sen loputtua toiminnan sisällön kehittäminen keskeytyi. Se vaikutti toiminnassa mukana olevien henkilöiden ja tahojen mahdollisuuksiin pitää yllä käytännön toiminnan tasoa. Voidaankin todeta, että toimintaan liittyvät projektit ovat hyvä mahdollisuus tuottaa ja kehittää laadukasta toimintaa, mutta projektin loppuvaiheessa tulisi huomioida resurssien muutokset. Rauhanturvaajaliiton haasteena on turvata vertaistoiminnan ja psykososiaalisen tuen kehittäminen pysyväisrahoituksen kautta, jolloin toiminnan sisällön kehittäminen ja vertaistoiminnassa mukana olevien henkilöiden koulutuksen taso voitaisiin pitää toiminnan vaatimalla tasolla.

Kun pohdimme tämän tutkimuksen tavoitetta ja tuloksia kokonaisuutena läheisen näkökulmasta, niin voimme todeta, että tukijärjestelmä on kohtuullisella tasolla ja tukea antavat tahot tiedostavat tuen laajemman merkityksen, mutta käytännön toimet eivät ole kohdentuneet läheisen tukijärjestelmän kehittämiseen siinä määrin kuin vaatimukset ja tavoitteet sitä edellyttäisivät. Läheisten kokemukset ja tarpeet tuen sisällöstä tulisi ottaa huomioon entistä paremmin tukijärjestelmää kehitettäessä. Rauhanturvaajien läheisten tavoittaminen tietosuojalain vuoksi on toiminnan kehittämisen suurimpia haasteita, johon on pyritty Puolustusvoimien ja Rauhanturvaajaliiton toimesta löytämään ratkaisu. Tämän tutkimuksen jatkoksi voisikin tuoda esille näkemyksen ja jatkokysymyksen: Kuinka toteuttaa rauhanturvaajan läheisen tutkimustiedon kerääminen tukitoimintaa kehitettäessä?

Rauhanturvaajaliiton hallituksen kevätkokouksessa Tampereella 11.3.2018, opinnäytetyön aihe ja sisältö esiteltiin hallituksen jäsenille ja toimihenkilöille esityslistan kohdassa vertaistuki. Tutkimusaihe todettiin ajankohtaiseksi ja vertaistukikoordinaattori Timo Ryhänen ja hallituksen jäsen sekä Rauhanturvaajat vertaisina- projektin projektipäällikkönä toiminut Hannu Piispanen totesivat, että tut-

kimusaihe tukee vertaistoiminnan kehittämistä läheisen näkökulmasta. (henkilökohtainen tiedonanto 11.3.2018.) Liiton lehden päätoimittaja pyysi opinnäytetyön aiheesta tiivistelmän jäsenlehteen opinnäytetyön valmistumisen jälkeen.

Tukitoimintoihin liittyvää tietoutta pitäisi parantaa. Ajattelemme, että läheiset eivät tiedä, mihin tukeen he ovat oikeutettuja ja millaista tukea olisi tarjolla. Vaikka asia ei kyselylomakkeista esille noussutkaan, pidämme sitä erittäin tärkeänä kehityskohteena. Ja jos ei ole tietoa tukimuodoista, miten niitä edes osaisi vaatia? Läheisille suunnatun virallisen tiedon välittäjänä on Puolustusvoimat, jonka vastuulla on tiedottaa läheisiä olemassa olevista tilaisuuksista. Rauhanturvaajaliitto tiedottaa läheisille ja rauhanturvaajille suunnatuista tilaisuuksista jäsenlehden ja nettisivujen kautta. Läheisille kohdennettua tietoa tulisi parantaa siten, että tieto on saatavilla silloin kun tilanne on akuutti.

Totesimme, että läheisille tulisi toteuttaa oma opas, johon liitettäisiin rauhanturvaamiseen liittyvän tietopohjan lisäksi sisältöä, joka pohjautuu läheiselle suunnattuun tietoon tuen mahdollisuuksista sekä käytännön toimenpiteistä. Millaisia tunteita voi herätä rauhanturvaprosessin aikana ja mistä saada apua? Oppaaseen sisältyisi osio, johon läheinen voisi kirjoittaa tuntemuksiaan ja kokemuksiaan palveluksen aikana ja sen jälkeen. Oppaassa oleva linkki mahdollistaisi kirjoittamisen myös digitaalisessa muodossa. Tämän avulla saataisiin läheisen näkökulma siihen, mitä tietoa ja tukea hän tarvitsisi. Kirjoittaminen voisi auttaa läheistä jäsentämään erilaisia tunnekokemuksia. Tässä oppaassa olisi mielestämme aihetta seuraavaan opinnäytetyöhön.

Tämä opinnäytetyö opetti meitä erityisesti tutkimuksen tekemisestä, sillä se oli molemmille uusi asia. Toinen opinnäytetyöntekijä oppi toiselta rauhanturvaamiseen liittyvästä prosessista ja toinen seurakunnan toiminnasta. Yhdessä käydyt keskustelut antoivat puolin ja toisin paljon uutta ja auttoivat tiukan paikan tullen eteenpäin. Opimme paitsi itsestämme tutkijoina, myös toisistamme ja saimme uusia näkökulmia. Osaamme nyt tutkia ja kehittää ja olemme valmiita työskentelemään sosionomi-diakonin työkentällä.



## LÄHTEET

- Aaltola (toim.), J & Valli (toim.), R. (2010). *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I*. Juva: PS-kustannus.
- CMC Finland. Kriisinhallintakeskus siviilikriisinhallinta. Saatavilla 14.2.2018  
<https://www.cmcfinland.fi/siviilikriisinhallinta/>
- Hammarlund, C-O. (2010). *Kriisikeskustelu. Kriisituki, jälkipuinti, stressin ja konfliktien käsittely*. Helsinki: Tietosanoma.
- Kirkon keskusteluapua. Saatavilla 11.1.2018 <http://www.kirkonkeskusteluapua.fi/>
- Kuula, A. (2011). *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Jyväskylä: Vastapaino
- L 211/2006. Laki sotilaallisesta kriisinhallinnasta. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060211>
- Leppävuori, A., Paimio, S., Avikainen, T., Nordman, T., Puustinen, K., Riska, M. (2009). *Suuronnettomuustilanteiden kriisityö*. Helsinki: Tammi
- Leskinen, J (2/2011). *Rauhanturvaajien psykososiaalinen hyvinvointi*. Maanpuolustuskorkeakoulu: Käyttäytymistieteiden laitos. Tampere Juvens Print Oy
- Mäkelä, A. (2014). *Kokemuksia seurakunnan sururyhmien ohjaamisesta (Opinnäytetyö, Diakonia-ammattikorkeakoulu sosiaalialan koulutusohjelma)*. Saatavilla 10.8.2017 <http://www.nuoretlesket.fi/wp-content/uploads/2010/06/pdf-Kokemuksia-seurakuntien-sururyhmien-ohjaamisesta.pdf>
- Opinnäytetyöpakki. Teemoittelu. Saatavilla 27.3.2018  
<http://193.167.122.14/Opari/ontTukiLaadullTeemoittelu.aspx>
- Oulun seurakunnat. Sururyhmät. Saatavilla 20.3.2018  
<http://www.oulunseurakunnat.fi/tule-mukaan/vertaistukea/sururyhmat>
- Pojjula, S. (1999). *Crisis consultation and education center*. Helsinki: Hämeen kirjapaino Oy
- Porin prikaatin toimintakäsäsky 2016, ML24910/6.11.2015

- Puolustusvoimat. (2016). *Rauhanturvaajan opas. Tietoa kriisinhallintaoperaatioon lähtevälle ja hänen läheiselleen*. Pori:Juvenes Print
- Puolustusministeriö. (2015). *Lausuntopyyntö; Kansallinen kriisinhallinnan veteraaniohjelma; toteutuminen 2013-2014 sekä toimenpiteet ja tavoitteet vuosille 2016-2019*
- Ranssi-Matikainen, H. (2012). *Yhdessä sittenkin. Kokemukset erokriisistä, vertaistuesta ja muutoksesta parisuhteessa*. Porvoo:Bookwell Oy
- Rauhanturvaajat vertaisina. Saatavilla 15.12.2017 [www.rauhanturvaajatvertaisina.fi](http://www.rauhanturvaajatvertaisina.fi)
- Rauhanturvaajat vertaisina- tukea kotona ja kaukana- projekti 2013-2016. Projektin toiminnan vuosiselvitys 2016
- Raju, M.S.V.K. (2014) *Psychological aspects of peacekeeping operations*. (Article published in National Center for Biotechnology Information). Saatavilla 25.3.2018 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4361978/>
- Saari, S. (2003). *Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen*. Keuruu: Otava.
- Saari, S., Kantanen, L. Parviainen, K., Valoaho, S & Yli-Pirilä, P. (2009). *Hädän hetkellä. Psykkisen ensiavun opas*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.
- Sakasti. Perheneuvonta. Saatavilla 12.1.2018 <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content3574EC>
- Sakasti. Tukea eroprosessiin. Saatavilla 12.1.2018 <https://evl.fi/apua-ja-tukea/ihmissuhteet/ero-on-monivaiheinen-prosessi> Saatavilla 12.1.2018
- Salonius-Pasternak, C & Visuri P (2006). *Suomi rauhanturvaajana 1991-2006*. Jyväskylä: Gummerus
- Suomen Rauhanturvaajaliitto. Vertaistuki. Saatavilla 20.3.2018 <http://www.rauhanturvaajaliitto.fi/vertaistuki/>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Apua ja tukea. Saatavilla 11.1.2018 <https://evl.fi/apua-ja-tukea>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Sielunhoito. Saatavilla 12.1.2018 <https://evl.fi/apua-ja-tukea/henkinen-hyvinvointi/sielunhoito>

- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Apua ja tukea. Suru ja kriisi. Saatavilla 27.3.2018 <https://evl.fi/apua-ja-tukea/suru-kriisi>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Apua ja tukea. Tukea eroprosessiin. Saatavilla 27.3.2018 <https://evl.fi/apua-ja-tukea/ihmissuhteet/ero-on-monivaiheinen-prosessi>
- Tuomi, J & Sarajärvi A (2003). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Tammi
- Ulkoministeriö, Siviilikriisinhallinta. Saatavilla 22.3.2018 <http://formin.finland.fi/public/default.aspx?nodeid=49302&contentlan=1&culture=fi-#Siviilikriisinhallinta>
- Vertaistoiminta kannattaa (2010). Asumispalvelusäätiö ASPA. Solver palvelut Oy. Saatavilla 20.2.2018 [http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta\\_kannattaa.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf)

## LIITE 1 KYSELYLOMAKE

Hei vastaaja.

Tämän läheisille suunnatun kyselytutkimuksen tavoitteena on saada tietoa läheisille suunnattavan tuen riittävydestä ja siihen liittyvästä sisällöstä.

Kyselytutkimuksesta saatava tietoa analysoidaan Suomen Rauhanturvaajaliiton Vetu (vertaistuki) toiminnasta vastaavien henkilöiden kanssa.

Kyselytutkimuksesta saatavaa tietoa käytetään myös DIAK AMK:n opinnäyte-työhön (Henry Helakorpi) yhtenä sisällön osa-alueena.

### Kyselytutkimus

1. Onko mielestäsi läheisille/omaisille annettava tieto kriisinhallintaoperaatiosta riittävä? (alleviivaa)      Kyllä      Ei  
 sekä **sisällöltään** kattava?      Kyllä      Ei
  
2. Onko läheiselle annettava **tuki, tukitoimet riittävä**      Kyllä      Ei  
 sekä siihen liittyvä **informaatio** kattava?      Kyllä      Ei
  
3. A. Kuinka **koit/koet** läheisen Kriisinhallinta/Rauhanturvaoperaation palvelusajan?
  
- B. Mitä muita **tuntemuksia ja ajatuksia** tämä sinussa/teissä (lapset) on herättänyt?
  
4. Minkälaista tukea haluaisit sinulle annettavan?
  
5. Muita ajatuksia sekä mielipiteitä kysymyksistä 1 ja 2.