

PELASTUSTYÖNTEKIJÖIDEN KOKEMUKSIA SAAMASTAAN
KRIISIAVUSTA



Ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyö
Sosiaali- ja terveysalan kehittäminen ja johtaminen, kriisityö YAMK
Visamäen kampus, 2021
Elina Paganus & Reetta Lanttola

Työn nimi Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta

Ohjaaja Merja Salminen

Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saadusta kriisiavusta on Suomessa tutkittu vähän. Tässä tutkimuksessa pelastustyöntekijä on henkilö, joka työskentelee pelastuslaitoksessa palo- ja pelastustehtävissä. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa kuvailevaa ja tulkitsevaa tietoa pelastustyöntekijän kriisiavun kokemuksesta. Tässä tutkimuksessa kokemus ymmärretään eksistentiaalisen fenomenologian näkökulmasta. Tutkimustehtävänä oli ensimmäiseksi kuvailla, millaisia kokemuksia pelastustyöntekijällä on saamastaan kriisiavusta, sekä toiseksi kuvailla, millaisia kokemuksia pelastustyöntekijällä on saadun kriisiavun merkityksestä. Tutkimuksen aineisto koostuu pelastustyöntekijöille suunnatun avoimen kyselyn kirjallisista vastauksista. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää pelastustyöntekijöiden kriisiavun kehittämisessä. Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Suomessa sijaitsevan pelastuslaitoksen kanssa.

Kriisillä tarkoitetaan äkillistä, kokemuksen tai tapahtuman jälkeistä järkyttävää tilaa. Kriisi käynnistää ihmisen selviytymismekanismit, koska kriisin kokeminen aiheuttaa ihmiselle ylitsepääsemättömän tilanteen. Traumaattisella kriisillä tarkoitetaan reaktiota tapahtumaketjuun, jossa elintärkeät asiat ovat uhattuna. Kriisi voi aiheuttaa sen kokeneelle suuria tunteisiin, ajatteluun tai käyttäytymiseen liittyviä ongelmia, jos ihminen ei saa kriisiin apua. Kriisiavulla tarkoitetaan ammattilaisen tarjoamaa apua ja psykososiaalista tukea, joka perustuu lainsäädäntöön. Jokainen on kuitenkin velvollinen huolehtimaan kriisin kohdanneesta henkilöstä tarjoten läsnä olevaa tukea sekä huolehtien perustarpeista ja turvallisuuden tunteesta.

Tutkimuksen mukaan pelastustyöntekijät kokivat kriisiavun ja sen merkityksen enimmäkseen tarpeelliseksi ja positiiviseksi. Kriisiavun merkitys korostui kuormituksen yhteydessä ja mikäli työntekijällä oli kokemus oman toiminnan epäonnistumisesta. Vastauksissa ilmeni, että kriisiapua on tarjolla tarpeen vaatiessa ja defusing sekä jälkipurkukeskustelut olivat käytössä pelastuslaitoksen kriisiavun menetelminä. Tulokset kertoivat, että myös kollegoiden toisilleen antamaa tukea keskustelujen muodossa pidettiin kriisiapuna. Vastausten perusteella kehityskohteita olisivat kuormituksen kasaantumisen tiedostaminen ja tunnistaminen sekä työyhteisön että esihenkilön taholta sekä henkisen kuormituksen parempi tunnistaminen työterveyshuollossa. E erityisen huomioitavaa on kuormituksen kasaantuminen yksilötasolla. Esihenkilöiden olisi hyvä olla tietoisia kuormituksesta.

Avainsanat fenomenologia, eksistentiaalinen fenomenologia, pelastustyöntekijä, kokemus, kriisiapu

Rescue workers' experience in receiving crisis support has been studied very little in Finland. In this thesis a rescue worker is a person who works in the field of fire and rescue operations at a rescue department. The aim of this thesis is to produce descriptive and interpretive information on rescue workers' experience of crisis support. Experience is being understood in this thesis from an existential phenomenological angle and studying experience is done using a phenomenological method. There are two research tasks: 1) to describe what kind of experiences rescue workers have on the crisis support they have received and 2) to describe what kind of experiences rescue workers have on the significance of the received crisis support. The data consists of written answers of the open questionnaire. The findings of this thesis can be utilized to develop crisis support of rescue workers. The thesis is implemented in cooperation with a rescue department located in Finland.

A crisis is a sudden, shocking state following an experience or an event. A crisis activates the survival mechanisms of the human brain as the experience of the crisis causes an insurmountable situation. Traumatic crisis is meant by reaction to a cascade of events, where vital things are being threatened. A crisis may cause great emotional, cognitive and behavioral problems if the person experiencing the crisis does not get help or crisis support. Crisis support refers to professional assistance and psychosocial support based on legislation. However, everyone has a responsibility to take care of the person in crisis by providing present support and taking care of basic needs and a sense of security.

According to the thesis, rescue workers mostly perceived crisis support and its importance as necessary and positive. The importance of crisis support was emphasized in connection with the stress and if the employee had experience of failure of their own performance. The responses indicated that crisis support is available when needed and that defusing and debriefing were used as methods of crisis support by the rescue department. The results

showed that the support provided by colleagues to each other in the form of discussions was also considered crisis support. Based on the responses, areas for development would be awareness and recognition of the accumulation of stress by both the work community and the supervisor, as well as better recognition of mental stress in occupational health care. Particularly noteworthy is the accumulation of stress at the individual level. Supervisors should be aware of the stress.

Keywords phenomenology, existential phenomenology, rescue worker, experience, crisis support.

Pages 51 pages and appendices 7 pages

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset.....	2
3	Pelastustyöntekijä ja turvallisuuskriittinen pelastusala	2
3.1	Pelastustyöntekijä ja työympäristön erityistekijät	3
3.2	Pelastustyöntekijän terveydelliset vaatimukset	4
3.3	Turvallisuuskriittinen ala	6
3.4	Hätätilannekäyttäytyminen turvallisuuskriittisellä alalla	7
4	Kriisit ja kriisin vaiheet.....	9
4.1	Äkillinen kriisi ja sen auttamiskeinot	10
4.2	Kriisin vaiheet.....	11
4.3	Kriisin vaiheiden häiriötekijöitä	13
5	Kriisiapu	16
5.1	Kriisiavun lainsäädännölliset lähtökohdat	16
5.2	Psykososiaalinen tuki	17
5.3	Resilienssi	18
6	Aikaisemmat tutkimukset aiheesta	19
7	Fenomenologinen tutkimusmenetelmä ja kokemuksen tutkiminen.....	21
7.1	Eksistentiaalinen fenomenologia.....	25
7.2	Tutkimuksen ihmiskäsitys	26
7.3	Esiymmärrykset ja asenteet tutkimuksen aiheesta ennen tutkimusprosessia	28
7.3.1	Omat esiymmärrykset ennen tutkimusprosessia	28
8	Tutkimusprosessin kuvaus.....	31
8.1	Vaiheet ennen aineiston hankintaa	31
8.2	Tutkimukseen osallistuvien valinta	32
8.3	Aineiston hankinta	32
9	Tutkimuksen toteutus	34
9.1	Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	34
10	Tutkimustulokset.....	37
10.1	Pelastustyöntekijöiden kuvaus: mitä on kriisiapu	37

10.2	Pelastustyöntekijöiden kuvauksia: millaista kriisiapua on saatu.....	39
10.3	Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta	39
10.4	Pelastustyöntekijöiden kuvaus saamansa kriisiavun merkityksestä	40
10.5	Pelastustyöntekijöiden odotukset ja kehittämisideat kriisiavusta	42
10.6	Pelastustyöntekijöiden kuvaus kriisiavusta ja sen määritelmästä.....	43
10.7	Kriisiavun kokemus ja sen merkitys	44
10.8	Pelastustyöntekijöiden kriisiavun kehittämisehdotukset.....	45
11	Johtopäätökset	45
12	Pohdinta	46
12.1	Kestävä kehitys, sosiaalinen vastuu ja jatkotutkimukset aiheesta	48
13	Tutkimuksen eettisyys	49
13.1	Tutkimuksen luotettavuus	51
	Lähteet.....	55

Liitteet

Liite 1	Tiedote tutkimuksesta, saatekirje
Liite 2	Suostumuslomake
Liite 3	Aineiston hallintasuunnitelma
Liite 4	Lausuntopyyntö tutkimuksen eettisestä ennakoarvioinnista
Liite 5	Tietosuojailmoitus
Liite 6	Webropol-kyselylomake
Liite 7	Webropol-kyselylomakehaastatteluun ilmoittautuminen
Kuvio 1	Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen
Kuvio 2	Aineistolähtöinen sisällönanalyysi

1 Johdanto

Yhteiskunnassamme on ammatteja, joissa työskennellään poikkeustilanteissa ja ääriolosuhteissa. Tällainen on esimerkiksi turvallisuuskriittinen pelastusala. Työturvallisuus on parantunut monessa ammatissa, mutta edelleen on työtehtäviä, joihin liittyy erityinen tapaturmavaara. Yksi näistä ammateista on palo- ja pelastusalalla työskentelevät pelastustyöntekijät. Työtehtävää suorittaessa vaarana voi olla menettää oma henkensä, toisten ihmisten pelastamiseksi. Pelastustyöntekijän työympäristössä voidaan tapaturmavaaran lisäksi altistua esimerkiksi kemikaaleille, savulle, väkivallalle tai luonnonkatastrofeille. Työtehtävässä voidaan kohdata erilaisia tragedioita, traumatisoituneita ihmisiä ja traumatisoivia tilanteita.

Tämä tutkimus keskittyy pelastustyöntekijöihin, jotka ovat saaneet kriisiapua heidän kokemuksiinsa. Tutkimuksen rajauksena ovat pelastustyöntekijät, joita ovat palomiehet ja pelastajat. Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saadusta kriisiavusta Suomessa ei ole juurikaan aikaisemmin tutkittu.

Tutkimuksen tavoitteena on saavuttaa kokemusperäistä tietoa pelastustyöntekijöiden saamasta kriisiavusta ja tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää kehitettäessä pelastustyöntekijän saamaa kriisiapua työn erityispiirteet huomioiden. Tutkimuksessa halutaan tutkia saadun kriisiavun kokemuksia määrittelemättä kriisiä tai kriisiapua.

Tutkijoiden kiinnostus tutkimuksen aiheeseen pohjautuu defusing- ja debriefing-ohjaajataustaan. Tutkijoilla on vankka terveydenalan työkokemus ja työuraa takana yli kymmen vuotta sekä työterveyden, että erikoissairaanhoidon akuutilta alalta.

Tutkimus toteutettiin Suomessa sijaitsevassa pelastuslaitoksessa. Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena ja metodologinen lähestymistapa on fenomenologis-hermeneuttinen. Aineisto kerättiin avoimella sähköisellä webropol-kyselyllä.

Aineisto analysoitiin sisällön analyysillä. Tutkimuksen tulokset esitetään pelastuslaitoksen

johdolle ja työyhteisölle. Tavoitteena on kehittää kriisiapua työyhteisön tarpeet huomioivammaksi vastauksista esiin tulleiden kehittämisideoiden pohjalta.

2 Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata tutkimuskohteena olevien pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta. Tutkimuksen tarkoitus on tavoittaa toisen ihmisen kokemus sellaisena, miten se ilmenee tutkimukseen osallistuvien pelastustyöntekijöiden tajunnassa. Rauhalan (2009) käsitys tajunnasta on, että tajunta on yksi ihmisen perusmuodoista. Tajunta voidaan jaotella psyykkiseksi ja henkiseksi toimintatasoksi. Tajunnallisuudella tarkoitetaan kokemuksen kokonaisuutta. Tietoiset valinnat tehdään situationaalisen säätöpiirin perustekijän tajunnallisuuden avulla. (Rauhala, 2009, s. 112; Rauhala, 2005, s. 59, 62)

Tutkimuksen tavoitteena on saavuttaa kokemusperäistä tietoa saadusta kriisiavusta. Tätä tietoa voidaan hyödyntää kriisiavun kehittämisessä pelastustyöntekijöille, työn erityispiirteet huomioiden. Tutkimus toteutetaan suomalaisessa pelastuslaitoksessa.

Tutkimuksen lähtökohtaisena tutkimustehtävänä on kuvailla:

1. Minkälaisia kokemuksia pelastustyöntekijällä on saamastaan kriisiavusta?
2. Millaisia merkityksiä pelastustyöntekijät antavat saamalleen kriisiavulle?

3 Pelastustyöntekijä ja turvallisuuskriittinen pelastusala

Tässä luvussa määritellään pelastustyöntekijä sekä huomioidaan työympäristön erityispiirteet, kuten altisteet ja kuormitustekijät. Lisäksi kerrotaan työn terveydelliset vaatimukset sekä tarkastellaan lyhyesti turvallisuuskriittistä alaa ja hätätilakäyttäytymistä. Pelastaja-nimike on virallinen ammattinimike, mutta pelastajaa voidaan kutsua myös pelastustyöntekijäksi, pelastushenkilöksi tai palomieheksi. Tässä tutkimuksessa käytetään pelastustyöntekijä-nimikettä.

3.1 Pelastustyöntekijä ja työympäristön erityistekijät

Pelastustyöntekijällä tarkoitetaan pelastuslaitoksen työntekijää, joka toimii palo- ja pelastustehtävissä. Pelastustyöntekijän työtehtäviä ovat sammutus- ja pelastustyö, sairaankuljetus, ensihoito, väestönsuojelu, etsinnät, valistustyö ja neuvonta. Ydintehtäviä ovat ihmisten pelastaminen ja suojeleminen, eläinten pelastaminen sekä omaisuuden ja ympäristön suojeleminen. Pelastustyöntekijän on oltava fyysisesti ja psyykkisesti hyvässä kunnossa selviytyäkseen työtehtävistään. Pelastustyöntekijät tekevät yhteistyötä muiden viranomaisten kanssa. (Pelastusopisto, 2021)

Pelastusalan työtehtävissä on terveyden ja toimintakyvyn kannalta erityisvaatimuksia. Erityisvaatimukset edellyttävät jatkuvaa huolehtimista työ- ja toimintakyvystä, millä on ammattitaitoa ylläpitävä vaikutus koko työyhteisöön sekä yksilöön. (Punakallio ym., 2020, ss. 11–12)

Työtehtävät pelastustoimessa jakautuvat karkeasti operatiiviseen työhön ja onnettomuuksien ennaltaehkäisyyn, joka sisältää moninaisia työnkuvia. Operatiiviset hälytystehtävät ovat vain osa työtä, joka vaatii jatkuvaa hälytysvalmiuden ylläpitoa sekä jatkuvaa työn kehittämistä läpi työuran. Pelastusalan työnkuva sisältää jatkuvaa ennakoimattomuutta, moninaiset vaaratilanteet, työskentelyä aikaa vastaan sekä nopeita päätökset muuttuvissa työtilanteissa, jolloin tulee pysyä toimintakykyisenä. (Viitala ym., 2020, ss. 16, 20; Vuokko, 2020, s. 80)

Pelastustyöntekijä kohtaa työurallaan huomattavasti enemmän psyykkisesti kuormittavia ja jopa traumaattisia tapahtumia kuin työntekijät keskimäärin muussa työelämässä. Kokemus poikkeuksellisen järkyttävästä tapahtumasta saattaa aiheuttaa tunneperäisen tapahtumaketjun, joka voi käynnistää traumaattisia stressireaktioita ja psyykkisiä häiriöitä (Koivisto & Paajanen, 2020, s. 159)

Pelastustyöntekijän työssä on runsaasti myös psykososiaalisia ja kognitiivisia kuormitustekijöitä, jotka vaikuttavat moninaisesti palautumiseen, psyykkiseen hyvinvointiin sekä nopeaan päätöksentekoon. Pelastustyöntekijä altistuu työssään tunnekuormalle,

haastaville työolosuhteille sekä vuorotyölle, joka jo itsessään haastaa työstä palautumista. Kuormittavassa työssä palautumisen merkitys korostuu. Palautumisella on oleellinen merkitys työkykyyn, jolla tarkoitetaan työntekijän kykyä selviytyä työstään. (Koivisto & Paajanen, 2020, s. 158)

Pelastusala sisältää moninaisia kuormitustekijöitä ja altisteita. Altisteita ovat fyysiset, biologiset ja kemikaaliset altisteet sekä tapaturmavaara. Huomioitavaa on, että osa altisteista kuuluu riskien suhteen erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttaviin. Erityisen sairastumisen vaaraa aiheuttajia ovat savusukellus- ja pelastussukellustehtävät. (Santonen, 2020, ss. 46–48)

Pelastustyö on luokiteltu kokonaisuudessaan mahdollisesti syöpävaaraa lisääväksi ja luokituksen on tehnyt IARC eli kansainvälinen syöpätutkimuskeskus. Työssä altistutaan syöpävaarallisille aineille, kuten PAH-yhdisteille (polysyklisiä aromaattisia hiilivetyjä), joita on palokaasuissa ja savuissa. Pelastustyöntekijät altistuvat PAH-yhdisteille sammutustöissä, matkustamisen yhteydessä palopaikalta pelastuslaitokselle sekä sammutustehtävän jälkeisen välinehuollon yhteydessä. PAH-yhdisteille altistutaan ihon, hengitysteiden sekä kädestä suuhun kautta. Asbestille altistuminen pelastustehtävissä on myös mahdollista (Santonen, 2020, ss. 46–48)

3.2 Pelastustyöntekijän terveydelliset vaatimukset

Työterveyslaitos julkaisi vuonna 2020 Pelastushenkilöstön työterveysseuranta – yhteistyö ja käytännöt -käsikirjan. Pelastussukellustehtävä rasittaa hengitys- ja verenkiertoelimistöä sekä aiheuttaa kuormitusta fyysiselle ja psyykkiselle toimintakyvylle. Työterveyslaitoksen teoksen mukaan pelastustyöntekijän terveydentilan riittävyttä työtehtäviin tulisi arvioida seuraavasti:

”Voiko henkilö työskennellä?”

- Kaikissa pelastussukellustehtävissä (savu-, kemikaali-, vesi- ja pintasukellus)

- Vaativissa toimintaympäristöissä ja pitkäkestoisesti ilman työn tauottamista
- Käyttäen paineilmalaitteita ja henkilösuojaimia
- Tehtävissä, joissa on nostettava ja kannettava painavia taakkoja.
- Korkeissa paikoissa, joissa on putoamisen vaara
- Ahtaissa ja suljetuissa paikoissa
- Kaltevilla ja liikkuvilla alustoilla
- Hankalissa työasennoissa: kiertyneissä tai kumarissa asennoissa, kontaten tai yläraajat pitkäaikaisesti ylhäällä
- Käyttäen painavia työkaluja, esim. moottorisahaa tai paineilmaporaa
- Käryisessä, nokisessa tai pölyisessä ympäristössä
- Kylmässä ja kuumassa ympäristössä sekä lämpökuormitusta aiheuttavissa tehtävissä.
- Epäsäännöllisin työajoin (vuorotyö, yötyö, 24 tunnin vuoro)
- erityis- ja hälytysajoneuvojen kuljetustehtävissä
- Laivatyöskentelytehtävissä, esim. veneen kuljettajana ”

(Vuokko, 2020, s. 80).

Työkyvyn ylläpitämisessä on keskeistä vaalia voimavaroja ja voimavaratekijöitä. Työn voimavarat ja voimavaratekijät ovat niitä piirteitä ja tekijöitä, joilla voidaan edistää yksilön kasvua ja kehitystä sekä edistää työlle asetettuja päämääriä. Pelastusalalla voimavaratekijöitä voivat olla muun muassa työn merkityksellisyys sekä työyhteisön tuki. Yksilön voimavarojen ja työolojen tulisi olla tasapainossa, koska epäsuhta aiheuttaa negatiivisen kierteen. Esimerkiksi liiallinen työmäärä vaikuttaa palautumiseen, mikä voi johtaa pahimmillaan työuupumukseen. (Koivisto & Paajanen, 2020, s. 158)

3.3 Turvallisuuskriittinen ala

Turvallisuuskriittisellä alalla ihmisen päätöksentekokyky ja toimintakapasiteetti joutuu työtehtävän suorittamisen yhteydessä ääriarajoille. Turvallisuuskriittisessä työssä toisen ihmisen pelastaminen sekä oma henkiinjääminen edellyttävät oikea-aikaista tekemistä ja päätöksentekokykyä. Turvallisuuskriittisellä alalla on perinteisesti tarkoitettu pelastustyöntekijöitä, poliiseja, sotilaita sekä ensihoitohenkilökuntaa, mutta turvallisuuskriittiseen ammattiin luetaan muitakin ammattiryhmiä, kuten lennonjohto ja ydinvoimalan valvomatyö. (Nurmi, 2006, ss. 74–75)

Kognitiiviset kyvyt eli kyky käsitellä tietoa on ihmiselle rajallinen ja on verrattavissa fyysisiin ominaisuuksiin. Pelastustyöntekijän työssä kognitiivisten tekijöiden merkitys ja kuormitustekijät tulisi huomioida erityisesti, koska kyseessä on turvallisuuskriittinen ala. Päätöksiä tulee tehdä nopeasti ja toimintaympäristössä on jatkuvia muutoksia. Työn turvallisuuteen ja sujuvuuteen voidaan vaikuttaa vaikuttamalla kognitiivisiin tekijöihin, kuten työtapoihin, työn organisointiin ja työvälineisiin, jolloin puhutaan kognitiivisesta ergonomiasta. (Koivisto & Paajanen, 2020, s. 160)

Turvallisuuskriittisellä alalla työyhteisö voi kohdata keskihakuisia sekä keskipakoisia onnettomuuksia. Keskihakuisen onnettomuuden uhrin ovat keskittyneet tietylle alueelle, jolloin pelastustehtävät ja onnettomuuden jälkihoito on rajautunut alueellisesti. Keskipakoiset onnettomuudet eivät ole maantieteellisesti rajautuneita vaan uhreja voi olla paljon eri paikkakunnilta, jolloin vaikutus voi olla hyvinkin laaja. (Palosaari, 2008, s. 36)

Järvelin (2011, ss. 80–81) kuvaa väitöskirjassaan keskihakuisuutta ja keskipakoisuutta kriittisinä työtilanteina. Keskihakuinen kriittinen työtilanne on keskittynyt tiettyyn työyhteisöön. Keskipakoinen kriittinen työtilanne vaikuttaa useampaan työyhteisöön tilanteissa, joissa työskentelee työntekijöitä useasta eri yksiköstä. Järvelinin mukaan keskipakoinen kriittinen työtilanne on tilanne, jossa sen traumat voivat vaikuttaa työyhteisön lisäksi perheenjäseniin.

3.4 Hätätilannekäyttäytyminen turvallisuuskriittisellä alalla

Hätätilanteeseen jouduttaessa ihmisten reagointi ja käyttäytyminen ovat erilaisia (Jansson, 2017). Osa ihmisistä lamaantuu täysin hätätilanteessa, heidän toimintakykynsä heikkenee. Hätätilannestressin seurauksena ihmisen päättelykyky heikkenee hätätilanteessa, eikä hän pysty tuottamaan tilanteen vaativia nopeita ratkaisuja. Hätätilanteissa ihminen reagoi vaistonvaraisesti; on luonnollista välttää vaaraa väistämällä tai pakenemalla. Mikäli pakeneminen ei ole mahdollista, voi seurauksena olla tiedostamaton tai tiedostettu lamaantuminen. Lamaantumisreaktio ja liikkumattomuus voivat pelastaa hengen. Se on yksi lajityypillinen mekanismi hengissä säilymiseksi. Sokki voi mahdollistaa myös ennennäkemättömät voimavarat, ja ihminen saattaa kyetä yllättäviin fyysisiin suorituksiin. (Nurmi, 2006, s. 36; Sarparanta, 2014)

Turvallisuuskriittiseen työhön henkilöt valikoidaan erityiskriteerein. Heiltä vaaditaan rutiinityön lisäksi myös kykyä työskennellä paineen alla ja tehdä päätöksiä puutteellisillakin tiedoilla. Valintaprosessissa keskeisiä hakijan edellytyksiä ovat moitteeton henkilöhistoria, tasapainoinen persoonallisuus, kognitiivinen kyky, yhteistyökyky ja turhautumisensietokyky. (Nurmi, 2006, ss. 75–80)

Hätätilakäyttäytyminen on ensisijaisen tärkeää näissä ammateissa, joissa paniikkiin joutuminen tarkoittaa yksilölle tilanteen hallinnan menettämistä. Pelastustyö saattaa muuttua ennakoimattomasti hyvin vaaralliseksi, vaikka pelastustyöntekijän työkenttä onkin ennustettavampi kuin esimerkiksi poliisin työ, puhumattakaan kriisinhallinnallisesta tai sodanaikaisesta sotilaan työstä. (Nurmi, 2006, ss. 75–80)

Ihminen toimii uhkatilanteessa lajityypillisesti. Pelastustyöntekijä joutuu hätätilanteessa toimimaan luonnon vastaisesti eli toimimaan lajityypilleen poikkeuksellisesti. Ympäristön aiheuttama uhkatilanne saa kehossa havaitsemisjärjestelmän kautta hälytyksen ja varautuu selviytymään tilanteesta.

Automaattisesti päälle kytkeytyvä valmiustila on tulosta aivojen ja hermoston monitasoisesta yhteistoiminnasta. Tämä valmiustila on kehon ja aivojen muodostama

ihmistä suojaava reaktiomalli. Autonomista hermostoa säätelee myös limbinen järjestelmä. Limbinen järjestelmä vastaa stressikäyttäytymisestä, kuten taistelu-, pako- ja jähmettymisreaktioista. Jotta voitaisiin ymmärtää ihmisen hätätilannekäyttäytymistä paremmin, limbisen järjestelmän alueet hippokampus ja amygdala ovat tärkeässä roolissa traumareaktiossa. Amygdala käsittelee kokemuksen tunneasteja ja hippokampuksen tehtävänä on kokemuksen kronolointi. (Palosaari, 2008, ss. 42–43)

Jansson (2017 s. 30) ja Nunez (2020) käsittelevät ihmisen reagoitua uhkaavassa tilanteessa Frozen fright -käsitteellä. Frozen fright -käsite kuvataan jäätymisenä, jähmettymisenä. Jäätymisreaktio aiheuttaa fysiologisia oireita, sen laukaisee psykologinen pelko. Pelkoa aiheuttavat taas itselleen tai toiselle koetut uhat, joita ihminen pitää itselleen vaarallisena. Pelon tunteet liittyvät negatiivisiin asioihin tai kokemuksiin. Uhat ovat erilaisia jokaiselle henkilölle. Uhan kohdatessa aivot luulevat ihmisen olevan vaarassa ja pitävät tilannetta hengenvaarallisena. Tämän seurauksena keho reagoi automaattisesti jähmetystilalla pitääkseen ihmisen turvassa (Eränen, 1991, s. 9).

Palosaaren (2008, s. 43) mukaan hippokampuksen toiminta romahtaa onnettomuushetkellä, mutta amygdala jatkaa toimintaa. Näiden neurohormonien toiminnan seurauksena äkillisessä onnettomuudessa ihmisen looginen päättelykyky häiriintyy ja voimakkaat tunteet tallentuvat.

Jäätyminen on ihmiselle normaali eloonjäämisrefleksi. Uhan tai vaaran lähestyessä elimistö reagoi automaattisesti, jolloin ihminen jähmettyy eikä pysty tekemään vastarintaa tai toimimaan tilanteessa. Ihmisen keho on selviytymistilassa ja silloin oma elimistö keskittää selviytymisen elintoimintoihin. Kehon reagointi tapahtuu niin nopeasti, ettei siihen voida tietoisesti vaikuttaa. Kehon fysiologiset reaktiot riippuvat siitä, miten ihminen yleensä vastaa stressiin. (Jansson, 2017, s. 30; Nunez, 2020)

Kaikilla ei ole kokemuksia uhkaavista tai hätätilanteista, vaan useat ihmiset ovat luoneet itselleen mielikuvan siitä, miten toimia tällaisessa tilanteissa. Ihmisen luoma mielikuva hätätilannekäytökselle perustuu lähinnä median tai elokuvien luomaan maailmaan, joka ei vastaa todellisuutta. Uskomuksien ja mediasta saadun mielikuvan mukaan ihmiset

panikoivat vaaratilanteessa. Tilanne on sekasortoinen ja he ovat hysteerisiä tai lamaantuvat toimintakyvyttömäksi. Vaaran uhatessa ihmiset hätääntyvät ja saattavat paeta päättömästi välittämättä toisistaan.

On vaikea ennakoida ihmisen reagoitua hätätilanteessa ilman aikaisempaa kokemusta uhkaavasta tilanteesta. Uhkaavien tai hätätilanteiden simulaatioharjoittelulla tiedetään olevan myönteistä vaikutusta siihen, miten ihminen tällaisissa tilanteissa toimii ja millaista on oma reagoitua hätätilanteessa. Pelastustyön organisaatioissa kuitenkin uskotaan, että organisaatio on osittain kykenemätön hallitsemaan kaoottista tilannetta, johtuen tilanteen sekasortoisuudesta. (Eränen, 1991, ss. 9-10; Jansson, 2017 s. 30; Nunez, 2020; Sarparanta, 2014)

Pelastusalalla ammattiauttajat voivat joutua sokkiin hätätilanteessa. Savusukellussimulaattori on yksi hätätilannekäyttäytymisen testausmuoto, jossa henkilö joutuu toimimaan paineilmalaitteiden kanssa oikean savun keskellä ja mahdollisesti sokkeloisessa toimintaympäristössä. Simulaatioharjoituksella ei voida koskaan sataprosenttisesti mitata hakijan kykyä toimia aidossa hätä- tai kriisitilanteessa. Vasta todellinen hätätilanne paljastaa henkilön aidot kyvyt toimia näissä tilanteissa. (Nurmi, 2006, s. 76)

4 Kriisit ja kriisin vaiheet

Tässä luvussa käsitellään kriisejä, kriisin käsittelyvaiheita sekä käsittelyvaiheen häiriötekijöitä. Luvussa käsitellään lyhyesti riittämättömän kriisiavun tai kriisin käsittelemättä jättämisen aiheuttama traumatisoituminen. Tässä luvussa kerrotaan kriisi- ja traumakäsittelyvaiheiden häiriötekijöistä. Häiriötekijöitä ovat ihmisen jumiutuminen eri käsittelyvaiheisiin, joita tarkastellaan tässä tekstissä. Nykytiedon valossa tiedetään, että jokin traumaattinen kokemus voi laukaista aikaisemmin koetun trauman uudelleen.

Luvussa avataan myös käsitettä PTSD (Posttraumatic stress disorder) eli traumaperäistä stressihäiriötä. Tässä tutkimuksessa käytetään traumaperäistä stressihäiriötä lyhennettä PTSD.

4.1 Äkillinen kriisi ja sen auttamiskeinot

Äkillisen kriisin erot muista kriiseistä ovat melko vähäiset. Äkillinen kriisi tulee yllättäen, kun elämässä tapahtuu suuri ja odottamaton negatiivinen muutos. Läheltä piti- tilanteet tai järkyttävän tilanteen sivusta seuraaminen voivat laukaista äkillisen kriisin. (Mielenterveystalo n.d. ; Poijula, 2021; STM,2019, s. 9)

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisun (2009, s. 13) mukaan lähes kaksi kolmasosaa ihmisistä selviää akuutista kriisistä omin voimin sekä oman tukiverkon avulla ilman asiantuntijoiden apua tai mahdollista häiriökehitystä kriisin jälkeen. Näillä ihmisillä on resilienssiä, psyykkistä kestävyyttä tai tarvittavaa sitkeyttä. Äkillinen kriisi käynnistää sopeutumisprosessin, jossa ihminen ottaa käyttöön omat psyykkiset ja fyysiset voimavaransa.

Äkillisen kriisin kokemus luo epävarmuutta siitä, riittävätkö omat selviytymiskeinot, ja se koettelee itseluottamusta ja -arvostusta. Tunteiden ja ajatusten käsittely on hankalaa, jopa mahdotonta. Tämä johtaa siihen, että järkyttävän kokemuksen integroiminen osaksi omaa elämää ja persoonallisuutta saattaa olla vaativakin suoritus. (STM, 2009, s. 13)

Yksilötasolla akuutin kriisityön tavoitteita ovat resilienssi, tukeminen ja vahvistaminen, itseluottamuksen ja -arvostuksen tukeminen sekä integraation mahdollistaminen. Akuutilla kriisityöllä lievennetään inhimillistä kärsimystä sekä tuetaan ihmisen normaalia toimintakykyä ja arjesta selviytymistä. Työ tukee ihmisen turvallisuuden tunnetta ja rauhoittumista, samalla se tukee hänen tunnettaan työyhteisöön kuulumisesta ja antaa realistista toivoa. Akuutti kriisityö myös vähentää sosiaali- ja terveyspalveluiden turhaa käyttöä. (STM, 2009, s. 13)

Äkillisessä, akuutissa kriisitilanteessa tulee organisoida kriisipalvelut siten, että auttajat menevät uhrin luo. Akuuttia kriisipalvelua tarjotaan ihmisille aktiivisesti ja sen kautta tuetaan ihmisen voimavaroja sekä toipumista. Akuutissa kriisityössä vahvistetaan ja suunnataan ihmismielen muuten automaattista toimintatapaa.

Akuutissa kriisin toteuttavassa kriisityössä keskeisimpiä psykologisia lainalaisuuksia on se, että mieli alkaa sulkeutua kolmen vuorokauden kuluttua järkyttävästä tapahtumasta. Henkilön mieli on vastaanottavainen ja on halu puhua kokemuksesta. Akuutin kriisin kokemus on erittäin voimakas ja näin ollen se pakottaa ihmisen käsittelemään kokemustaan käsittelyn alkuvaiheessa. Kriisityö on aloitettava välittömästi, kun ihminen on kokenut jotain järkyttävää. Kun ihminen käsittelee kokemustaan luonnollisesti, kriisityö tulee avuksi auttamaan ihmistä käsittelemään tunteitaan järjestelmällisesti ja syvemmin. (Saari, 2021, Saari, 2003 , ss. 96–106; Palosaari, 2008, s.89)

Yhtenä osana elämään kuuluvat erilaiset kriisit. Kriisi määritellään elämäntilanteeksi, jossa omat selviytymis- tai ratkaisukeinot eivät ole riittävät. Liikamaa, Saari ja Palosaari jakavat kriisit kehityskriiseihin, äkillisiin kriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin. (Liikamaa, 2020; ; Palosaari, 2008, ss. 23–24 Saari, 2003 , ss. 22–27)

Arkielämän traumaattista tapahtumaa kutsutaan elämänkriisiksi. Se luokitellaan kehityskriisiksi, ja sen aiheuttajana tapahtuma, joka on osa normaalia elämää. Kriisi käynnistää ihmisen selviytymismekanismit, koska kriisin kokeminen aiheuttaa ihmiselle ylitsepääsemättömän tilanteen. Traumaattisella kriisillä tarkoitetaan reaktiota tapahtumaketjuun, jossa elintärkeät asiat ovat uhattuna. Kriisi voi aiheuttaa sen kokeneelle suuria tunteisiin, ajatteluun tai käyttäytymiseen liittyviä ongelmia, jos ihminen ei saa kriisiin apua.(Mielenterveystalo n.d. ; STM, 2019, s. 9)

Kriisin vaikutus elämän tasapainoon on usein järkyttävä, koska se voi nostaa esiin menneisyyden vaikeita tai kipeitä asioita. Kriisissä ihminen voi joutua käsittelemään itselleen itsestään selvyysnä tuntuvia asioita uudelleen. (Liikamaa, 2020; Saari, 2003 , ss. 22–27; Palosaari, 2008, ss. 23–24)

4.2 Kriisin vaiheet

Useat ihmiset reagoivatietyllä tavalla kriisiin tai traumaattiseen kokemukseen, mutta kuitenkin reagoinnissa on yksilöllisiä eroja. Ihmisissä on sisäänrakennettuja toimintamalleja, jotka auttavat meitä käsittelemään epämiellyttäviä kokemuksia. Kriisin sattuessa nämä

toimintamallit aktivoituvat automaattisesti, mutta ongelmaksi saattaa koitua, että ihminen pyrkii tietoisesti estämään kokemuksen käsittelyn. (Saari, 2003 , s. 41)

Kriisin käsittelyvaiheet jakautuvat sokki-, reaktio-, käsittely- ja uudelleen suuntautumisvaiheisiin. Sokilla tarkoitetaan ihmisen kokemusta, kun hän saa tiedon järkyttävästä asiasta tai hänelle on sattunut jokin järkyttävä tapahtuma. Sokkivaihe alkaa heti kriisille altistuessa ja sokkivaiheen kesto on tunneista muutamiin vuorokausiin. Sokissa kokemus tai tieto tuntuu epäaidolta, vaikka itse olisi tapahtumassa mukana. Sokissa ihmisen aistit aktivoituvat ja herkistyvät, muistikuvat tapahtumasta voivat olla voimakkaita ja myöhemmin aivot tuottavat flashbackeja eli havainnoiteja (Liikamaa, 2020; Saari, 2003 , ss. 42–52; Mielenterveystalo, n.d.)

Sokkivaihetta seuraa reaktiovaihe, jonka aikana ihminen alkaa pala kerrallaan käsittelemään kriisiin johtanutta tilannetta ja yrittää muodostaa käsitystä tapahtuneesta. Tapahtuneen merkitys tulee tietoiseksi. Reaktiovaiheeseen eteneminen edellyttääkin sitä, että uhkaava tilanne tai vaara on ohi. Vaiheen kesto on muutamasta päivästä neljään päivään, ja silloin tunteet koetaan kivuliaina. Kun sokki suojaa itseämme, niin reaktiovaiheessa tunteet tulevat käsiteltäväksi.(Liikamaa, 2021)

Käsittelyvaiheessa kriisin aiheuttanutta tapahtumaa aletaan ymmärtämään. Työstämis- ja käsittelyvaiheessa traumaattinen kokemus muuttaa luonnettaan. Tähän vaiheeseen liittyvät myös muisti- ja keskittymisvaikeudet. Työstämisvaiheessa käsitellään tapahtunutta erilaisilla keinoilla ja tapahtumaa prosessoidaan omassa mielessä. Kokemukseen liittyy luopumista ja surua. Työstämis- ja käsittelyvaiheessa voi tulla tunteenpurkauksia, maltin menettämistä sekä somaattisia oireita. (Liikamaa, 2021; Saari, 2003 , ss. 60–66; ks. myös Mielenterveystalo, n.d.)

Kriisin käsittelyvaiheet olivat lyhytkestoisia, mutta käsittelyvaiheessa edistyminen hidastuu. Käsittelyvaihe saattaa kestää viikoista kuukausiin ja ärtyneisyyden tunne voi asettaa ihmissuhteet koetukselle. Vähitellen ärtyneisyyden tunne hiipuu, elämä alkaa mennä eteenpäin ja alkaa löytyä myönteisiä asioita, jotka ovat jääneet kriisin alle. (Liikamaa, 2021; Saari, 2003 , ss. 60–66; ks. myös Mielenterveystalo, n.d.)

Uudelleen suuntautumisen eli orientoitumisen vaiheessa aletaan rakentaa tulevaa. Tapahtumat eivät saa enää niin suurta merkitystä kuin aikaisemmin, mutta ne voivat jäädä arveksi itseemme. Ne muistuttavat ihmistä tapahtumasta, mutta eivät hallitse sitä. Ajan kanssa uudet kiinnostuksen kohteet tulevat menetettyjen tilalle, usko itseen palautuu ja usko huomiseen vahvistuu. Uudelleen suuntautumisen vaiheessa ryhdytään rakentamaan uudelleen tulevaisuutta. Tapahtumasta jäänyt arpi kulkee mukana, mutta se ei ole esteenä uuden elämänvaiheen alkaessa. Vähitellen uudet kiinnostuksen kohteet tulevat menetettyjen tilalle. Usko itseän ja omiin voimavaroihin palautuu ja uskallus elämiseen vahvistuu. (Liikamaa, 2021; Saari, 2003 , ss. 67–68)

4.3 Kriisin vaiheiden häiriötekijöitä

Traumaattisen kriisin kokemus saattaa aiheuttaa pitkävaikutteisia kokemuksia, joista kaikki eivät selviydy. Traumaattisen kriisitilanteen jälkeen psyykinen oireilu voi jatkua pitkään. Kriisitilanteen jälkeinen vaiheittainen prosessi on herkkä vaurioitumaan. Jumiutumista kriisin vaiheisiin voi tapahtua missä tahansa kriisin eri vaiheessa. Kuitenkin jumiutuminen on riippuvainen siitä, missä vaiheessa kriisin prosessointi on. (Saari, 2003 , s. 74)

Sokkivaiheeseen jumiutuminen tarkoittaa sitä, ettei tapahdu mitään psyykkistä käsittelyä. Mieli ei ole vastaanottavainen eikä se pysty käsittelemään tilannetta. Tapahtuman kieltäminen ja torjunta on tyypillistä ja kokonaisvaltaista tapahtuman unohtamista. Tilanne on traumaattinen, ahdistava ja pelottava. Tällainen tilanne on ihmiselle niin voimakas, ettei voida estää sen vaikutusta psyykkeeseen. Kokemus on kuin kapselina mielessä ja samalla se synnyttää psyykkisen trauman. Ihminen voi unohtaa kokemuksen, mutta se ei poista sen vaikutusta elämään. (Saari, 2003 , s. 74)

Tiedetään, että yksittäinen tapaus voi aiheuttaa traumatisoitumisen. Tapahtuma on vaikutukseltaan niin voimakas, että sen käsittäminen ja työstäminen käyvät ylivoimaiseksi. Traumatisoitumista voi tapahtua hitaasti ja pitkän ajan kuluessa, jos ympäristön olosuhteet ovat otolliset trauman syntymiseen. Traumatisoitumiseen johtaneessa tilanteessa on yleistä

se, ettei ihmisellä itsellään ole osaamista vaikuttaa tilanteeseen, vaan hän on uhri. (Traumaterapiakeskus, 2018; Mielipalvelut, 2017)

Traumaperäiset stressihäiriöt ovat melko yleisiä mielenterveyden häiriöitä ja niitä esiintyy eri ikäluokissa. PTSD aiheutuu, kun ihminen on kokenut poikkeuksellisen uhkaavan tai katastrofaalisen tapahtuman, joka aiheuttaa hyvin voimakasta ahdistuneisuutta. PTSD:ään liittyy tapahtuman uudelleenkokeminen ja tapahtuman uudelleenkuvittelu. Tapahtumat voivat tulla tunkeilevasti uniin, ne voivat olla toistuvia ajatuksia ja vahvoja takautumia. PTSD aiheuttaa jatkuvia ylivireysoloja, keskittymisvaikeuksia, levottomuutta, motorisia häiriöitä, erilaisia tunnetiloja, voimakkaita säpsähtämisreaktioita ja toimintakyvyn alenemista. Näiden lisäksi koetaan erilaisia ulkopuolisuuden tunteita ja motivaation kadotusta arjen toimintoihin. Tulevaisuus voi olla hyvinkin näköalaton. PTSD:sta kärsivä ihminen välttelee tapahtumasta muistuttavia muita ihmisiä, keskusteluja ja paikkoja. (Traumaterapiakeskus 2018; Käypähoito 2020; STM, 2019, ss. 22–23)

PTSD saattaa aiheuttaa niin hankalan tilanteen, ettei sen kokenut ihminen ole kykenevä jatkamaan työtehtävissään, joihin kokemus liittyy. PTSD:n hoitamatta jättäminen voi aiheuttaa sen, että työntekijä joutuu vaihtamaan alaa. (Saari, 2003 , ss. 77–81)

Järkyttävän asian esimerkiksi läheisen äkillisen poismenon kohdatessaan ihminen kokee pitkäkestoista surua. Jos traumankäsittely jätetään tekemättä tai prosessi keskeytyy, surulle ei tehdä surutyötä. Surutyön ydinasia on kohdata todellisuus, koska todellisuus usein kielletään läheisen menetyksen myötä. Surutyön eteneminen edellyttää, että hyväksytään tapahtunut. Sitä vastaan taistelu hidastaa prosessia. Ajan kanssa surutyötä tekevä oppii hahmottamaan aikakäsitykset uudelleen, ja jossain kohtaa sekä menetetyistä että surusta päästetään irti; näin on opittu elämään surun kanssa mutta ei surun keskellä. (Saari, 2003, ss. 84–88)

Ihmisen koettua jotain traumaattista, hän voi olla usean päivän ajan voimakkaiden tunteiden vallassa. Kliinisten kokemusten mukaan on todettu, että ihminen hakee kriisiapua noin kuukauden kuluttua traumasta. Viivästyneen avun hakemisen seurauksena on, että

kriisikokemuksen käsittelyprosessi häiriintyy eikä ennaltaehkäisevillä toimenpiteillä ole vaikutusta. Trauman voi aiheuttaa traumatisoiva kokemus, kuten uhkaava tilanne, joka aiheuttaa epätavallisen voimakkaita, arkielämää häiritseviä reaktioita ja traumaattista stressiä. (Liikamaa, 2020; Saari, 2003 , ss. 22–27).

Traumatapahtuma käsittää katastrofit, suuronnettomuudet ja yhdyskuntaonnettomuudet. Traumaattinen tapahtuma on usein ennalta arvaamaton ja äkillisen tapahtuman laukaisema. Traumaattiseen tapahtumaan ei voi etukäteen varautua, sen voi laukaista onnettomuus, väkivallan kohteeksi joutuminen, äkillinen kuolema tai itsemurha. Tapahtumat ovat kontrolloimattomia eikä niihin voi omalla toiminnallaan vaikuttaa. (Liikamaa, 2020; Saari, 2003 , ss. 22–27).

Traumaattiset tapahtumat aiheuttavat ihmisessä hyvin voimakkaita negatiivisia tunteita, kuten vihaa, pelkoa, järkytystä, turvattomuutta tai syyllisyyttä. Traumaattinen kokemus on luonteeltaan sellainen, että se koettelee ja muuttaa elämänarvoja.

Traumaattinen kokemus voi aiheuttaa fyysistä kuormitusta kuten unettomuutta, kehon reagoitessa kriisiin. Nämä tuntemukset ovat kuitenkin normaaleja tapoja reagoida kokemuksen aiheuttamiin tunteisiin. (Liikamaa, 2020; Saari, 2003 , ss. 22–27).

Hyvin yleinen ajattelutapa tuntuu olevan, että psykososiaalista tukea tarvittaisiin vain suuronnettomuuksien yhteydessä. On kuitenkin selvää, että ihmisten reaktiot ovat hyvinkin samankaltaisia arkielämän traumaattisissa tilanteissa ja tuen tarve on samanlainen kuin suuronnettomuustapahtumassakin. (Liikamaa, 2020; Saari, 2003 , ss. 22–27).

Nykytiedon valossa tiedetään, että kriisi- ja traumatyöstä johtuvat tapahtumat saattavat vaikuttaa työntekijään. Pitkään tehdyssä kriisi- ja traumatyössä traumat voivat tarttua myös työntekijään. Uupuminen ja väsyminen saattavat aiheutua hiljalleen ja näin ollen työntekijä ei itse huomaa vaikutusta heti. Sijaistraumatisoitumisen käsitteen yhteydessä puhutaankin usein myötätuntuuupumisesta, joka on lähikäsite sijaistraumatisoitumiselle. (Lindqvist n.d., ss. 100–101; Traumaterapiakeskus, 2018)

Lindqvistin (n.d.) mukaan sijaistraumatisoitumisesta puhuttaessa se kattaa käsitteenä myötätuntostressin. Myötätuntostressiin sisältyy ihmisen ymmärtäminen psykologisena

kokonaisuutena ihmisen oman kehityshistorian ja tarpeet huomioon ottaen. Ihmisen oireet koetaan sopeutumisyriytyksenä suojella itseään niitä apuna käyttäen. (Lindqvist n.d., ss. 100–101; Traumaterapiakeskus, 2018)

5 Kriisiapu

Kriisin kokenut tarvitsee akuutisti myötätuntoista läsnäoloa ja turvallisuuden tunnetta. Luvussa avataan kriisiapu ja kriisiavun lainsäädännölliset lähtökohdat. Kriisiavusta puhuttaessa tulee erottaa käsitteet lakisääteinen ammattilaisen tarjoama apu ja psykososiaalinen tuki sekä läsnäoleva tukeminen. Läsnäolevalla tukemisella tarkoitetaan käytännön tarpeista ja turvallisuudesta huolehtimista. Tässä luvussa avataan käsitteet psykososiaalinen tuki, psykologinen purkukokous (defusing) sekä psyykkisten reaktioiden käsittely (psykologinen debriefing). Psykososiaalisella tuella ja palveluilla tarkoitetaan sitä kokonaisuutta, joka muodostuu ihmisen auttamiseksi tarkoitetuista psyykkisen, sosiaalisen ja hengellisen tuen palveluista. (Surevan kohtaaminen n.d.; Rapeli, 2017, s. 13, 26)

Lakisääteinen ja psykososiaalinen tuki käsittää alkuarvioinnin, akuutin kriisityön, psyykkisen käsittelyn ja tarpeen vaatiessa sosiaalityötä ja aktiivista seurantaa. Asiakkaan oman sairaanhoitopiirin sosiaali- ja kriisipäivystys huolehtii lakisääteisestä kriisiavusta. Tarvittaessa voidaan käyttää kriisiavun saamiseen kolmannen sektorin ylläpitämää kriisikeskusta. Kriisiapu, joka sisältää läheisen kuoleman psyykkistä käsittelyä, on kriisityöhön koulutetun ammattilaisen tehtävä. (Surevan kohtaaminen n.d.; Rapeli, 2017, s. 13, 26)

Jokainen voi auttaa kriisissä olevaa huolehtimalla hänen perustarpeistansa. Kriisin kohdannut tarvitsee myötätuntoa, läsnäoloa sekä tunnetta olla turvallisessa ympäristössä hänestä huolehtien. (Surevan kohtaaminen n.d.; Rapeli, 2017, s. 13, 26)

5.1 Kriisiavun lainsäädännölliset lähtökohdat

Suomessa on kriisiavun järjestäminen kirjoitettu lakiin. Pelastuslaki (379/2011) ja asetus pelastustoimesta (2011/407) velvoittavat kriisiavun pelastustyöntekijöille. Työterveyslaissa

(2001/1383) huolehditaan, että työntekijä saa ennakoivasti tarvitsemansa avun, eikä psyykinen kuormitus käy liian raskaaksi (Finlex, n.d.). Sosiaalihuoltolaki (2014/1301) takaa tarvittavat sosiaalihuollon palvelut.

Työturvallisuuslain kahdeksannen pykälän (738/2002) mukaan työnantajalla on yleinen huolehtimisvelvoite. Työnantaja on velvollinen huolehtimaan työntekijöiden turvallisuudesta ja terveydestä työssä. Työnantajan on huomioitava työolosuhteisiin ja muuhun työympäristöön liittyvät asiat.

Tuen antamisesta pelastustyöntekijöille määräävät terveydenhuoltolaki (1326/2010), mielenterveyslaki (1116/1990), perustuslaki (731/1999), sosiaalihuoltolaki (2014/1301), valmiuslaki (1552/2011), kansanterveyslaki (66/1972) potilaan asemasta sekä oikeuksista annettu laki (1992/785) (Finlex, n.d.). Työturvallisuuslain 46 pykälässä (738/2002) määrätään, että työnantajan tulee huolehtia työntekijöiden ja muiden työpaikalla olevien henkilöiden ensiavun järjestämisestä. On huomioitava työn luonne, työympäristö ja olosuhteet. Ensiavulla tarkoitetaan työntekijään kohdistuvaa auttamista, jotta vaativista työtehtävistä koituvia reaktioita pystytään hallitusti käsittelemään.

5.2 Psykososiaalinen tuki

Suomen laissa on määritelty psykososiaalisen tuen ja palveluiden olevan yhtenä osana kuntien vastuulla olevaa sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa. (STM, 2009, s. 20) Psykososiaalinen tuki sisältää akuutin kriisityön ja kiireellisen sosiaalityön, akuuttipsykiatrian ja kolmannen sektorin palvelut. Äkillisen kriisin tai trauman koittaessa psykososiaalisen tuen lähtökohta on, että sitä tarjotaan kaikille, jotka ovat järkyttävän tapahtuman kokeneet. Psykososiaalisen tuen prosessi etenee hälytyksen vastaanottamisesta sokkivaiheeseen sekä kriisitapaamiseen. Lopuksi tulee seuranta ja jälkihoito. (STM, 2019, ss. 12–14; Henriksson & Laukkala, 2010)

Psykososiaalinen tuki voidaan erotella psyykkiseen tukeen, sosiaalitoimen, kirkon ja muiden uskonnollisten yhteisöjen antamaan hengelliseen tukeen. On huomioitava, ettei tämä jako anna kattavaa kuvaa toiminnasta. Tuen toimintaan tarvitaan moniammatillista yhteistyötä.

Mikään tietty taho ei voi yksin varata psykososiaalista kriisityötä itselleen. Toimintaan tarvitaan sitoutumista, eri ammattikuntien edustajia, vapaaehtoisia ja vertaistukea. Kriisiviestintä on aina yhtenä osana psykososiaalista kriisityötä. (Henriksson & Laukkala, 2010)

Defusing purkukokous on sokkivaiheen psykologinen jälkipurku. Psykologinen debriefing on kehitetty traumaattisten tilanteiden psykologiseen käsittelyyn. Molemmat menetelmät on kehittänyt amerikkalainen psykologi Jeffrey Mitchell 1980-luvun lopussa. (Saari, 2003 , ss. 142–149).

Defusing- ja debriefing-menetelmiä käytetään ryhmämenetelminä. Defusing on kehitetty paljon traumaattisia kokemuksia työssään kohtaavien ammatti-ihmisten välittömään purkuun, esimerkkinä poliisi, pelastushenkilöstö sekä sairaala- ja poliklinikkahenkilökunta. Defusingin yksinkertaisena tavoitteena on palauttaa työkyky mahdollisimman nopeasti, ja kokouksessa keskitytään vain tilanteen tuomiin päällimmäisiin tunteisiin sekä ajatuksiin. (Saari, 2003 , ss. 142–149).

Debriefing-menetelmä soveltuu ensisijaisesti äkillisten traumojen käsittelyyn muutaman päivän kuluttua tapahtuneesta. Debriefing on neljä tavoitetta: todellisuuden kohtaaminen, psyykkisten reaktioiden työstäminen, sosiaalisen tuen syventäminen ja tehostaminen sekä reaktioiden normalisointi ja tuleviin reaktioihin valmistautuminen. (Saari, 2003 , ss. 154–155).

5.3 Resilienssi

Resilienssiä voidaan tarkastella eri näkökulmista: millaista resilienssiä ilmenee työyhteisössä ja millaista se on yksilölle. Resilienssi tarkoittaa psyykkistä palautumiskykyä, mutta sillä tarkoitetaan myös työntekijän joustavuutta sekä kykyä soveltaa ja ennakoida työtilanteissa ja työyhteisössä. (Mieli, n.d.). Työyhteisön haasteiden ja pulmatilanteiden pikaratkaisujen sijaan olisi hyvä pysähtyä miettimään ja analysoimaan ongelmia ja ratkaisuja, näin syntyy resilienssiä. Ongelmat ja ratkaisut tulisi nähdä työyhteisössä laajempänä kokonaisuutena. (Työterveyslaitos, n.d.)

Resilienssiä ei ole kaikilla ihmisillä yhtä paljoa ; osa selviytyy suurista vastoinkäymisistä vähäisin haitoin, toisille taas pienimmätkin vaikeudet voivat koitua liian suuriksi. (Työterveyslaitos n.d.; Mieli n.d; Poijula, 2016, ss. 157-158)

Resilienssitaitoja voidaan harjoittaa. Keskeisin osa taitojen kehittämisessä on oppia selviämään haasteista, ongelmista ja vaikeuksista. Tavoitteena on, että ihminen pystyy käsittelemään näistä aiheutuneet tunteet. Resilienssin kehittämisen edellytyksenä on, että elämässä tapahtuneet, satunnaiset vastoinkäymiset on pystytty käsittelemään ja niistä selviydytty. Tämä lujittaa ihmisen omia selviytymistaitoja vastoinkäymisten kohdatessa; se vahvistaa luottamusta haasteellisista tilanteista ylipääsemiseen. Järkyttävä kokemus mahdollistaa psyykkisen kehityksen, jos tilanteeseen on saatu tarpeeksi ohjausta ja tukea. (Mieli,n.d.)

6 Aikaisemmat tutkimukset aiheesta

Tässä luvussa tarkastellaan aiempia tutkimuksia aiheesta. Suomessa kriisiapua ja sen vaikuttavuutta on tutkittu autettavan näkökulmasta. Turvallisuuskriittiseltä alalta on yksittäisiä tutkimuksia auttajan ja organisaation sekä resilienssin näkökulmasta, mutta pelastajien kohdalla Suomessa ei ole vastaavaa tutkimusta aiemmin tehty eikä heidän kokemuksiansa kriisiavusta ole tutkittu.

Sumasen (2020) tutkimus oli ensimmäinen suomalainen kolmen päivän pituinen kriittisten tapahtumien jälkeinen post-traumatyöpaja pelastus- ja päivystyshenkilöstölle, joka järjestettiin syksyllä 2019. Sumasen tutkimuksen tarkoitus oli selvittää, miten osallistujat (n=12) kokivat kolmen päivän seminaarin ja millaisia vaikutuksia post-traumatyöpajalla oli tutkittaviin. 3–6 viikkoa työpajan jälkeen tutkittavat haastateltiin erikseen.

Työpajan tuloksista muodostui kaksi pääluokkaa: ensimmäinen oli henkilökohtainen prosessi, joka koettiin tunnerikkaana. Toisena oli työpajan ilmapiiri sekä järjestelyt, jotka tukivat henkilökohtaista prosessia. Työpajan vaikutus muodosti kolme pääluokkaa: menneiden traumaattisen kokemuksen rakenteen, innoituksen työhön, sekä mielenterveyden hyvinvoinnin ja vakauden parantamisen. Tutkimuksen tuloksista

selvisi, että kriittisten tapahtumien jälkeisellä työpajalla oli osallistujiin postiviinen vaikutus ja sillä oli muitakin myönteisiä vaikutuksia. (Sumanen, 2020, s. 6)

Gustafsberg (2018) tutki väitöskirjassaan vaikutusmahdollisuutta psykologiseen kuormaan sekä työn tehokkuuden ja laadun parantamista. Lisäksi tarkastelukohteena olivat yksilön resilienssi sekä organisaatioiden resilienssi ja sen kasvaminen toimijoiden suorituskyvyn kautta. Tutkimusaineisto koostui vaativan poliisitoiminnan alalta ja oli empiirinen. Johtopäätöksiä oli, että vaativissa tilanteissa psykologinen ja fysiologinen stressivaste voi vaikuttaa suorituksen laatuun positiivisesti tai negatiivisesti. Tutkimukseen osallistujat pystyivät harjoittelun avulla vaikuttamaan kehon fysiologisiin muutoksiin sekä hengitykseen harjoitusten aikana verrokkiryhmää paremmin. Harjoitukset vaikuttivat autonomiseen hermostoon ja paransivat toimintakykyä sekä stressin hallintaa. Tämä oli havaittavissa parempana tilannetietoisuutena sekä päätöksentekokykyinä, mikä vaikuttaa yksilön resilienssiin ja heijastuu organisaation resilienssiin.

Tutkijaryhmän Lee, Subin Park, & Minyoung Sim (2018) Etelä- Koreassa tekemä tutkimus tarkasteli palomiesten (n=121) ja väestön (n=500) välisiä selviytymiskeinoja PTSD:ssä. Tutkimuksesta selvisi, että palomiehet käyttivät ongelmakeskeistä selviytymistä ja hakivat ammattilaisten apua/tukea todennäköisemmin kuin tutkimuksen muu väestö. Palomiesten ammattituen hakeminen vähensi PTSD:tä. Väestössä taas havaittiin päinvastaista vaikutusta. Tuloksista selvisi, että aktiivinen selviytyminen, mukaan lukien ongelmakeskeisyys sekä sosiaalinen tuki, oli keskeisessä asemassa palomiesten PTSD- reaktioiden lievittämisessä ja palomiesten stressin torjunnassa.

Järvelin (2011) tutki väitöskirjassaan poliisin työturvallisuusjohtamista kriisin yhteydessä. Tutkimuksen empiirinen aineisto koostui kahdesta Suomessa (Jokela 2007 ja Kauhava 2008) sekä Yhdysvalloissa (Virginia 2007) tapahtuneesta kouluampumisesta. Järvelin tutki poliisiorganisaatiossa tehtyjä toimenpiteitä kouluampumisten yhteydessä. Tutkimuksen johtava tapaus oli Kauhava, Jokela ja Virginian tapauksia käytettiin vertailuaineistona. Tutkimus toteutettiin tapaustutkimuksena. Tutkimuksen tulosten mukaan kriisien jälkeiset jälkitoimet ovat hyvän työnantajan

tunnus, vaikka normatiivista perustaa jälkitoimille ei olisi. Puhumisen merkitys korostui ja yksittäiset henkilökeskustelut koettiin merkittäviksi erityisesti palautumisen kannalta. Tutkimuksen mukaan työntekijät, jotka ovat joutuneet kriittisiin työtilanteisiin, arvostavat saatua psykologista jälkipuintia, ja heille välittyi kokemus työnantajan välittämisestä. (Mt. ss 6, 207, 211)

Mankkinen (2011) tutki väitöskirjassaan, miten palomiehet rakentavat yhteistä ymmärrystä menneestä ja nykyisestä työstään, identiteetistään ja yhteisöstään. Tutkimusaineisto koostui kolmen pelastuslaitoksen kokoussarjoista hyödyntäen muutoslaboratoriomenetelmää, kokoussarjojen tavoitteena oli palomiesten työn kehittäminen. Tutkimusaineisto analysoitiin diskurssi- ja narratiivista analyysia hyödyntäen. Johtopäätöksenä oli, että palomiesten kokemukset työstään olivat ristiriitaisia. Tutkimuksessa erottui kaksi erilaista tapaa jäsentää identiteettiä, yhteisöä sekä omaa palomiestyötään. Jäsentämistavat olivat elämäntapa ja työ. (Mankkinen, 2011, ss. 53–57, 82, 92, 264–268)

7 Fenomenologinen tutkimusmenetelmä ja kokemuksen tutkiminen

Tässä tutkimuksessa kokemus ymmärretään eksistentiaalisen fenomenologian näkökulmasta. Kokemuksella tarkoitetaan, elämäntilanteen tajuavaa ymmärtämistä. Eksistentiaalisen fenomenologian kannalta kokemus on suhdekäsite. Elämäntilanne tarkoittaa ihmiselle jotain. Ihmisille elämäntilanne merkityksellistyy kokemuksina ja kokemus muodostuu merkityksistä, joita ilmiöt ja tapahtumat saavat aikaan ihmisen tajunnassa. (Lehtomaa, 2008, s. 166) Kokemuksen metatiede kohdistuu reunaehtojen tarkasteluun sekä pohdintaan, mitä asioita tulee olla, jotta kokemuksesta tulee mahdollinen ja sisällöltään merkityksellinen. Kokemukset eivät ole koskaan samanlaisia, vaikka kokemus olisi samasta asiasta. (Kukkola, 2018, s. 43, 53) Kokemuksen tutkimisen lähtökohtainen tavoite on ymmärtää kokemuksellinen ilmiö sellaisena kuin se on sekä kuvata siten, että se säilyttää oman merkitysyhteytensä muuttumatta tutkijan merkitysyhteydeksi (Lehtomaa, 2008, s. 163).

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata tutkimuskohteena olevien pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta. Fenomenologinen lähestymistapa valikoitui metodologiaksi tutkimuksen luonteen vuoksi. Tutkimus on kiinnostunut pelastustyöntekijöiden yksilöllisistä ja ainutlaatuisista kokemuksista sekä niiden avulla muodostetusta saadun kriisiavun antamasta situationaalisesta kokemuksesta. Tutkimuksen lähestymistapa perustuu Edmund Husserlin (1995) kehittämään fenomenologiaan yhdistettynä Lauri Rauhalan (1993) ja Juha Perttulan (2000) eksistentiaalisen fenomenologian näkökulmaan.

Tutkimustavaksi valikoitui laadullinen tutkimus, koska tutkimus tutkii pelastajien kokemuksia saamastaan kriisiavusta. Tieteenfilosofisissa perusteluissa laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa korostuu kokonaisvaltaisuus eli sen hyväksyminen, että ihmistä katsotaan kokonaisuutena ja merkityksiä tulkitaan osana kokonaisuutta tai asiayhteyttä. Perusajatuksena kvalitatiivisessa tutkimuksessa on ymmärtää ja tulkita tutkimusaineistoa sekä jalostaa ilmiön ymmärrys alkuperäistä käsitteellisemmälle tasolle. Tutkijan rooli on laadullisessa tutkimuksessa usein keskeinen toiminnassa ja valintojen tekemisessä. (Ronkainen ym., 2011, ss. 82–83)

Fenomenologinen lähestymistapa sopii parhaiten kokemuksen tutkimiseen. Tutkimuskohde on ihminen ja hänen ainutlaatuiset kokemuksensa. Perttula (2000, s. 441) kuvaa fenomenologista metodologiaa läsnäolon, kuuntelemisen ja vaikutetuksi tulemisen ankarana toteutumisenä. Yhdistävänä tekijä fenomenologialle ja hermeneutiikalle sekä dialogisuudella on se, että niissä kaikissa pyritään tulkintatapahtumien ja vaikutusyhteyksien paljastamiseen. Tätä voidaan kuvata näkymättömän tekemisellä näkyväksi, mikä on haastavaa, koska ei voida erotella teoreettista ja käytännön osuutta tulkintatapahtumasta.

Hermeneutiikassa ennakkokäsitykset ja ennakkoluulot sekä arvostelmat ovat osa ymmärtämisen ehtoja. Hermeneutiikassa tiedonhankinnan luonteelle on tyypillistä, että tieteellinen ymmärrys etenee kehässä, missä tulkittava ja tulkitsija muuntavat tutkimuksen kuluessa toisiaan. Hermeneuttisessa tutkimuksessa kohteen annetaan vaikuttaa tutkijaan, jolloin tutkijan tehtävänä on erotella tutkimustapahtumasta ennako-oletusten ja

esiteoreettisten kaltaista otaksuntaa ja sitä mikä lisää tutkijan ymmärrystä kohteesta. (Hankamäki, 2008, s. 177, 179)

Ajatus merkityksen keskeisyydestä on usein lähtökohtana laadulliselle eli kvalitatiiviselle tutkimukselle. Lisäksi yleinen piirre kvalitatiivisessa tutkimuksessa on kokemuksen huomioiminen ja subjektiivisuus. Tutkittaessa merkityksiä ihmisen toimintaa pidetään merkitysvälitteisenä, millä tarkoitetaan sitä, ettei todellisuutta kohdata paljaaltaan vaan osana erilaisia merkityksellistäviä käytäntöjä. Ihminen nähdään laadullisessa tutkimuksessa erityisesti elämänsä kokijana, toimijana sekä havainnoijana suhteessa tilanteeseen, aikaan ja paikkaan. Aineistot ovat usein pieniä, mikä tarkoittaa sitä, että tutkittavia on melko vähän. Aineiston pieni otanta on helpommin hallittavissa analysoinnin ja tulkinnan kannalta tutkimuksen eri vaiheissa. (Ronkainen ym., 2011, ss. 80–81)

Luonnontieteistä fenomenologia eroaa sillä, että se ei pyri selittämään ilmiöitä ulkoisten tekijöiden tai syiden avulla. Fenomenologia on kuvailevaa tiedettä, jolla menetelmällisenä tavoitteena on pysyä kiinni tutkittavassa ilmiössä. Fenomenologinen tutkimus pyrkii kuvaamaan, miten koemme todellisuuden. Fenomenologisen tutkimuksen ydintehtäviä ovat kokemuksen yleiset rakenteet, yksittäisten elämyksien tai mielenliikkeiden sijaan kysymys fenomenologian suhteesta kokemukseen on moniulotteinen. Fenomenologia mahdollistaa monipuolisen lähestymisen kysymyksiin niin sosiaalisen todellisuuden rakentumisesta kuin myös monimutkaisista merkitysrakenteista, kuten moraalista, tieteestä tai uskonnosta. (Miettinen ym., 2010, ss. 10–14)

Fenomenologia Husserlin mukaan tarjoaa kaiken kattavan lähtökohdan todellisuuden tutkimiselle, mitä on perusteltu sillä, että kaikilla kohdatuilla asioilla on välttämätöntä olla subjektiivinen kokemus kohdatuista asioista sekä ilmenemisen tapa kokemuksessa. Husserlin mukaan kokemus on välittömästi läpi elettyä ja tämän vuoksi tavoitettavissa ennakkoluulottomassa reflektiossa sellaisenaan, mikä mahdollistaa absoluuttisen perustan filosofiselle tutkimukselle. Husserlin julistuksen mukaan fenomenologia tarjoaa kaikenkattavan alkupisteen ja perustan filosofiselle tutkimukselle, mitä on kritisoitu epärealistisena ja ristiriitoja sisältävänä. (Pulkinen, 2010, ss. 26–27)

Husserlin kaiken kattamaa lähtökohtaa on kritisoitu epärealistisena sekä ristiriitoja sisältävänä. Päämääränä fenomenologiassa on syventyä subjektiivisen kokemisen prosessiin, missä maailma todellistuu. Arjessa kokemus etenee suoraviivaisesti, jolloin huomioimme jäsentyvän sekä todellistuvan maailman eikä huomio kiinnity omaan tapahtumiseensa (Pulkkinen, 2010, s. 30).

Husserlin mukaan fenomenologiassa on vahvasti kyse menetelmästä ja ajattelutavasta, joiden päämääränä ei ole tarjota valmiita vastauksia filosofisiin kysymyksiin.

Fenomenologiaa Husserl kuvasi erityislaatuiseksi filosofiaksi. (Pulkkinen, 2010, s. 28)

Husserl kuvaa fenomenologiaa filosofisena asenteena, missä menetelmänä on erityislaatuinen asennemuutos, jonka hän nimesi fenomenologiseksi reduktioksi.

Fenomenologisessa reduktiossa kyse on tavasta ajatella sekä asenteesta ympärillä olevaan maailmaan. Päämääränä Husserlilla oli tarkastella filosofisesti inhimillistä elämismaailmaa, joka oli hänestä jäänyt spekulatiivisten metafyyssisten systeemien sekä kokeelliseen todennettavuuteen pyrkivien tieteiden alle. (Pulkkinen, 2010, ss. 28–29)

Husserlin mukaan fenomenologian tulee olla puhtaan kuvailevaa ja hänen tunnetuin vaatimuksensa on tutkimuksen ennakkoluulottomuus. Reduktion Husserl kuvaa usein näennäisenä loputtomuutena sekä tietoisuuselämän alustavasta määrittymättömyydestä, mutta hän on antanut selkeät kulmakivet, miten tällainen tutkimus toteutetaan tieteellisesti. (Pulkkinen, 2010, s. 35)

Husserl kehitti fenomenologisen reduktion tutkimusmenetelmäksi, jota voidaan kuvata myös prosessiksi, jonka avulla epäolennaisuudet voidaan siirtää syrjään. Fenomenologisen reduktion ansiosta voidaan keskittyä fenomenologisen analyysin kannalta keskeisiin asioihin. Asioihin itseensä paluu ei ole mahdollista, mikäli ihminen ei tietoisesti siirrä syrjään tapaa, jolla hän havaitsee arkipäivässään maailmaa ja on suhteessa siihen. Fenomenologisessa reduktiossa ihminen pyrkii irtautumaan luonnollisesta asenteestaan. Ilman reduktiota ei voida huomioida asennetta ympärillä olevaan maailmaan, tämän vuoksi fenomenologista reduktiota voidaan pitää tietoisena metodisena toimenpiteenä. (Perttula, 1995, ss. 9–11)

Fenomenologinen reduktio on kaksivaiheinen, jossa ensimmäisessä vaiheessa sulkeistetaan ennakoasenteita. Sulkeistamisen myötä fenomenologiassa saavutetaan Husserlin mukaan ilmiön noema. Noemalla tarkoitetaan sitä, millaiseksi jokin havaitaan ilman luonnollisen aseneen sisältämiä ennakkokäsityksiä. (Perttula, 1995, ss. 9–11)

Fenomenologinen tutkimus pyrkii kuvaamaan, miten todellisuus koetaan eikä siinä luetella mitä saatetaan kokea (Miettinen ym., 2010, s. 11). Fenomenologinen metodi on tutkijan toimintaa tutkimuksen aikana, mihin kuuluu tutkijan kohdalla luonnollisen asenteen keskeytys. Tämä auttaa tutkijaa ymmärtämään, mikä on olennaista toisen kokemuksessa. (Perttula, 2008, s. 144) Ymmärtäminen on kokemuksen tajunnallinen puoli ja merkityksellistyminen elämäntilanteen puoli (Perttula, 2008., s. 119).

Husserlin fenomenologiassa on vahvasti kyse menetelmästä ja ajattelutavasta, joiden päämääränä ei ollut tarjota valmiita vastauksia filosofisiin kysymyksiin. Husserl kuvaava fenomenologiaa filosofisena asenteena, jossa menetelmänä on erityislaatuinen asennemuutos, jonka hän nimesi fenomenologiseksi reduktioksi. Fenomenologisessa reduktiossa kyse on tavasta ajatella sekä asenteesta ympärillä olevaan maailmaan. Fenomenologian tulee olla puhtaan kuvailevaa, ja vaatimuksena on tutkimuksen ennakkoluulottomuus. (Pulkkinen, 2010, ss. 28–29, 35)

7.1 Eksistentialinen fenomenologia

Martin Heideggerin filosofiaa yhdistettynä Husserlin fenomenologiaan nimitetään eksistentialiseksi fenomenologiaksi, jota pidetään hermeneuttisen tieteenfilosofian päämetodinä. Heideggerin olemisen analyysin johdosta fenomenologiasta kehittyi eksistentialinen fenomenologia. Eksistentialista fenomenologiaa pidetään ennen kaikkea ihmisen filosofiana, minkä vuoksi se on merkityksellinen ihmistutkimukselle. (Rauhala, 1993, ss. 69, 112) Heideggerilaista eksistenssin filosofiaa kutsutaan myös tulkinnalliseksi ja hermeneuttiseksi filosofiaksi (Perttula, 1995, s. 54).

Puhtaalla fenomenologialla ja eksistentialisella fenomenologialla on eroavaisuuksia. Fenomenologia olettaa, että tietoisuudella välittömästi olevat kokemukset olisivat keino

nähdä niistä riippumattomat ideaaliset olemukset, mitä eksistentiaalinen fenomenologia ei oleta. Kokemuksia koskeva yksilökohtainen tieto mielletään erilaiseksi kuin kokemuksia koskeva yleinen tieto, täten eksistentiaalinen fenomenologialle yleinen tieto ei kuvaa olemusten tai ideoiden todellisuutta. (Perttula, 2000, ss. 429–430)

Eksistentiaalisessa fenomenologiassa ei tule sekoittaa tiedon yleistämistä ja yleisyyttä toisiinsa. Puhtaan ja eksistentiaalisen fenomenologian metodin kehittäminen perustuu erilaiseen käsitykseen mahdollisesta ja reaalista. Mahdollinen ja reaalinen ovat samanarvoisia puhtaan fenomenologian lisäksi empiirisen fenomenologian tiedon muodostuksessa. (Perttula, 2000, s. 430)

Yleisestä tiedosta siirryttäessä yksityiskohtaiseen tietoon on ilmiön konstruoiminen vahvasti läsnä, mutta fenomenologista metodia on työstettävä siten, että se antaa ilmiön näkemiselle tilaa. Eksistentiaalisen fenomenologian mukaan yleisen tiedon tulee olla kattavaa ja se ei voi olla mahdollista tai todennäköistä tietoa ilmiöstä. Kattavuus eksistentiaalisessa fenomenologiassa on sitä, että vältetään menemistä kokemusten ideamaailmaan ja pidättäytyään siinä, että yleinen tieto säilyttää yhteyden ihmisten kokemuksiin. (Perttula, 2000, ss. 431, 440–441)

7.2 Tutkimuksen ihmiskäsitys

Tutkimuksessa tulee tuoda esille tutkijan ihmiskäsitys (Perttula, 1995, s. 71). Tämän tutkimuksen tutkijoiden ihmiskäsitys perustuu Rauhalan (2005) holistiseen sekä Perttulan (2000) ihmiskäsitykseen. Tutkijan ihmiskäsitys ymmärretään yleisenä vastauksena siihen, millainen olento ihminen on. Kaikki tutkimuksen vaiheet noudattavat tutkijan käsitystä ihmisestä. (Lehtomaa, 2008, s. 164)

Rauhalan (2005, 2009) mukaan perusmuodot ihmisen olemassaololle ovat kehollisuus, situationaalisuus sekä tajunnallisuus, joka voidaan erotella vielä psyykkiseksi ja henkiseksi toimintatasoksi. Holistisessa ihmiskäsityksessä ihmistä pyritään ymmärtämään ja tarkastelemaan kehollisuuden, tajunnallisuuden ja situationaalisuuden kokonaisuudessa, mitkä kietoutuvat jo olemassaolossaan yhteen. Tätä kolmen alueen muodostamaa

kokonaisuutta Rauhala nimittää situationaaliseksi säätöpiiriksi. (Rauhala, 2009, s. 112; Rauhala, 2005, s. 57, 126). Perttulan (2000, s. 440) mukaan ilman oletusta ihmisen tajunnallisuudesta ihmiskäsitys jää vajaaksi.

Empiirisesti ihmistä voidaan kuvata monin eri tavoin, jopa rajattomasti, ja kysymykseen, mitä ihminen on, kätkeytyy vaikeita ontologisia problematiikkoja. Ihmisen ongelmaa analyysoivia filosofointeja on useita ja sitä myötä monia empiiristen tutkijoiden suosiossa olevia ihmiskäsityksiä on myös useita. Ihmiskäsitys ja ihmiskuva eroavat toisistaan, ne eivät kilpaile toistensa kanssa eivätkä voi korvata toista. (Rauhala, 2005, s. 17–23)

Ihmiskäsityksellä tarkoitetaan empiirisen tutkimuksen kannalta kaikkia ihmiseen kohdistuvia edellyttämiä ja olettamisia, millä tarkoitetaan puolestaan sitä, että ihmisen olemassaoloa ei tutkimushetkellä kyseenalaisteta ja elävä olento erotetaan esineestä. Ihmiskäsitys paljastaa, millaisissa olemisen perusmuodoissa ihminen on todellistunut. Yleiskielessä ihmiskäsityksellä on laajempi merkitys, jolloin sillä voidaan tarkoittaa perusasennoitumistamme ihmiseen. Ihmiskuvalla tarkoitetaan empiiristä tutkimustulosta, mihin empiiriset ihmistieteet antavat osittaiskuvauksia omilta aloiltaan, kuten anatomia, biologia, fysiologia, psykologia sekä sosiologia. (Rauhala, 2005, s. 17–23)

Voimakkaan emotion, kuten aggression, vallitessa situationaalisisessa säätöpiirissä, esiintyy tajunnassa vihamielisiä merkityssuhteita. Tällöin myös kehossa aggressio on mukana muun muassa pako- ja puolustusvalmiudessa sekä adrenaliinin erityksessä. Tietoiset valinnat tehdään situationaalisen säätöpiirin perustekijän tajunnallisuuden avulla. (Rauhala, 2005, s. 59, 62)

Tutkimusmenetelmän eksistentiaalisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen on ainutlaatuinen olemassaolon muoto tuntemassamme todellisuudessa, minkä vuoksi ihmistä ei voida riittävästi tutkia fysikaalisten luonnonilmiöiden edellyttämän tutkimusihanteen mukaisesti. Ihmiskäsitystä kutsutaan eksistenssiksi eksistentiaalisen fenomenologian suorittamassa ihmisen ongelman analyysissa. (Rauhala, 1994, ss. 69–71)

Ihmisen olemassaolon perusmuodot, joihin elämänaikainen olemassaolo sitoutuu, ovat orgaaninen elämä eli kehollisuus sekä tajunnallisuus ja situationaalisuus. Heideggerin mukaan situaatiolla tarkoitetaan sitä todellisuutta tai maailman osaa, jonka kanssa yksi ihminen joutuu suhteeseen. Ihmisestä riippumatta maailma on olemassa ja on primaarisempi kuin ihminen itse. Situaatio on kaikkien ilmiöiden ja objektien kokonaisuus, joiden alaisena ja joihin suhteutuen ihmisen tajunnallinen ja orgaaninen olemassaolo realistisoituu. Ontologisessa mielessä situaatio on osa ihmistä, mikä on uudenlainen ihmiskäsitys. (Rauhala, 1994, ss. 69–71)

7.3 Esiymmärrykset ja asenteet tutkimuksen aiheesta ennen tutkimusprosessia

Tutkimuksessa käytetään fenomenologista metodologiaa, mikä edellyttää tutkijalta oman esiymmärryksen ja asenteen pohtimista. Tällä tarkoitetaan sitä, että tutkijan tulee olla tietoinen omista ennakoasenteistaan ja ennakkokäsityksistään sekä mahdollisesta tavasta ajatella todellisuutta. (Perttula, 2000, s. 440)

Toisen ihmisen kokemuksen tutkiminen vaatii tutkijalta vapautumista ennakoasenteista ja oletuksista. Tutkija on väistämättä osa tarkkailemaansa kohdetta eikä voi tämän vuoksi olla objektiivisen tarkkailijan asemassa, sillä tutkijan kokemukset muodostuvat suhteessa kohteeseen. (Tökkäri, 2018, s. 65)

Ennakoasenteiden ja ennako-oletusten pois sulkeminen vaatii tutkijalta ankaruutta. Saman aikaisesti tutkijan tulisi olla salliva ja luottaa siihen, minkä fenomenologista metodologiaa seuraava intuitio hänelle antaa. (Perttula, 2000, s. 440) Eksistentiaalisen fenomenologian lähtökohdista tutkijan tavoite on ymmärtää kokemuksellinen ilmiö sellaisena kuin se on ja kuvata se siten, että taataan sen oman merkityksensä muuttumatta tutkijan merkitysyhteydeksi. (Lehtomaa, 2008, s. 163)

7.3.1 Omat esiymmärrykset ennen tutkimusprosessia

Seuraavaksi tarkastelemme tämän tutkimuksen tekijöiden omaa esiymmärrystä ja ennakkokäsityksiä.

Toisen tutkijan esiymmärrys pelastustyöntekijöistä ja kriisiavusta on muodostunut henkilökohtaisten kokemusten, koulutuksen ja työkokemuksen kautta. Henkilökohtainen kokemus ja ennakkokäsitys pelastustyöntekijöistä muodostuu osittain lapsuuden mielikuvista ja palomiehistä kerrotuista sankaritarinoista. Satukirjat pelastavista ammanteista olivat kiehtovia ja mahdollistivat erilaisista ammanteista haaveilun. Perhepiirissä ei ole ollut koskaan pelastustyöntekijän ammattia edustettuna, mutta myöhemmin muut turvallisuuskriittiset ammatit ovat tulleet läheisesti perhepiiriin. Tutkija on aina tuntenut syvää kunnioitusta kaikkia turvallisuuskriittisillä aloilla työskenteleviä kohtaan ja erityisesti niitä kohtaan, joiden työtehtävät edellyttävät lajityypillisen vastaista toimintaa. Pelastushenkilöstön toimintaa tutkija on seurannut lähinnä mediasta täysin ulkopuolisin silmin.

Esiymmärrys muodostuu myös sairaanhoitaja- ja terveydenhoitaja- opinnon kautta, jolloin saatiin hyvin ohutta kokemusta ensihoidon maailmasta sekä ymmärrystä pelastustyöntekijöiden terveysvaatimuksista. Pelastustyöntekijän työ jäi täysin etäiseksi, koska opinnot keskittyivät vahvasti terveyden edistämiseen.

Työterveyslaitoksella suoritetuissa työterveyshuollon erikoistumisopinnoissa ja varsinaisessa työelämässä työterveyshoitajana työn vaikutus terveyteen tuli suurimmaksi mielenkiinnon kohteeksi. Tutkija kouluttautui ensiavun- ja terveystiedon kouluttajaksi sekä debriefing-ohjaajaksi, jotta pystyi palvelemaan asiakasyrityksiään paremmin. Koulutustaustalla ja yli kymmenen vuoden työterveyshoitajan työkokemuksella tutkija ymmärtää pelastustyöntekijöiden työn kuormittavuuden moninaisuuden sekä niiden vaikutuksen terveyteen ja toimintakykyyn.

Pelastustyöntekijän työhön sisältyy erityisiä terveys- ja turvallisuusvaatimuksia sekä altistumista sairastumisen vaaraa aiheuttaville tekijöille kuten palokaasuille, paineenvaihtelulle sekä poikkeaville lämpöolosuhteille. Näiden lisäksi on vielä vuorotyö sekä työn psykososiaalinen kuormitus. Työterveyshoitajana ei tutkijalla ole ollut hoitovastuussa pelastuslaitoksesta tai pelastustyöntekijöistä. Tutkimuksen ajaksi on oman työnantajani kanssa sopinut käytännöstä, tutkijalle ei ohjaudu pelastustyöntekijöitä, jotta tutkimuksen aikana ennakkokäsitykseni eivät vaarantaisi tutkimusta. Lisäksi on pyritty tietoisesti

välttämään tutkimusprosessin analyysivaiheessa teoreettisen käsityksen valtaan nousua. Aineiston analyysivaiheessa ei lueta alan kirjallisuutta.

Toisen tutkijan esiyymmärrys pelastustoimesta ja kriisiavusta on muodostunut oman elämän- ja työkokemuksen kautta. Lapsuudessa naapuri oli pelastustyöntekijä ja hänen tarinoitansa kuunneltiin harvinaisen tarkkaan. Tutkija pääsi paloauton kyytiin, ja pelastustyöntekijät, poliisit ja helikopterilentäjät olivat sankareita pienen lapsen silmissä. Tutkija on työskennellyt kriisinhallinta tehtävissä pelastustyöntekijöiden kanssa toimien sivusta tarkkailijana heidän tehdessään töitä, vaikka itse ei pelastustyöntekijöille kuuluville työtehtäville osallistunut. Tutkija toteaa, että pelastustyöntekijät ovat olleet työelämän kautta hänen elämässään mukana pitkään.

Tutkija on koulutukseltaan sairaanhoitaja ja työkokemusta on pelkästään akuutilta erikoissairaanhoidon alalta. Tutkijan oma työhistoria on päivystyspoliklinikalta sekä teho- ja palovammakeskuksesta ovat mahdollistaneet sen, että yhteistyötä tehdään pelastustyöntekijöiden kanssa. Työkokemus auttaa ymmärtämään ainakin esiasteella pelastustyöntekijöiden töitä ja sen varjopuolia.

Mediassa esille tuleva pelastustyöntekijöiden työn glamour on hyvin kaukana todellisuudesta. Arvostus näitä ammatteja kohtaan on syntynyt lapsuudessa; he konkreettisesti laittavat oman henkensä vaaraan muiden pelastamiseksi. Tutkijan työtehtävänä on hoitaa pelastustyöntekijöiden vammoja tai sairauksia sekä heidän pelastamia ihmishenkiä. Uransa aikana tutkija on seurannut sivusta ja lähietäisyydeltäkin, miten pelastustyöntekijöiden psyykinen ja fyysinen jaksaminen on ajoittain koetuksella.

Toiminta epäinhimilliseen aikaan, epäinhimillisessä ympäristössä luo omat haasteet työnteolle. Onnettomuuksia ei voi etukäteen ennustaa, toimintakyky on säilytettävä 24/7. Tutkija voi samaistua pelastajien vuorotyöhön, kokemuksiin ja tunteisiin; kaikkia ei voi pelastaa ja sairaalassa kuolee ihmisiä. Tutkija kouluttautui defusing-ohjaajaksi, koska halus olla auttamassa kollegoita äkillisestä tapahtumasta johtuvien tunteiden ja ajatuksien purkamisessa. Tutkimusta tehdessä hän ei ollut aktiivisesti pelastustyöntekijöiden kanssa

tekemisissä ja työn näkökulma on neutraali. Näin ollen omat elämänkriisit ja muut kokemukset pelastustyöntekijöiden kanssa eivät vaikuta tutkimuksen laatuun.

8 Tutkimusprosessin kuvaus

Tässä luvussa kuvataan tutkimusprosessia suunnittelusta toteutukseen sekä lyhyesti tutkimukseen osallistuvien valinnasta. Luvussa tarkastellaan myös aineiston hankinnan vaiheita sekä analysoinnin metodisia valintoja.

8.1 Vaiheet ennen aineiston hankintaa

Tutkimusprosessi alkoi hahmottamalla aihetta. Opiskelu ylemmän ammattikorkeakoulutuksen sosiaali- ja terveysalan johtamisen ja kehittämisen kriisityölinjalla syvensi kiinnostusta kriisiapua kohtaan. Kriisiapu yhdistettynä turvallisuuskriittiselle alalle oli erityisen mielenkiinnon kohteena. Tutkimusprosessi aloitettiin kirjallisuuteen perehtymisellä, mistä ilmeni, ettei pelastustyöntekijöiden kokemuksia kriisiavusta ole tutkittu aiemmin. Yhteydenotto pelastuslaitokseen ja alustavan idean esittely johti yhteistyöhön, josta tehtiin erillinen sopimus.

Alusta asti oli selvää, että kokemus kriisiavusta oli työn painopiste. Tutkimuksessa rajattiin aiheen pelastustyöntekijöihin, joilla tässä työssä tarkoitetaan palomiehiä heidän moninaisen työnsä altisteiden ja kuormituksen vuoksi. Tutkijoiden tarkoituksena oli tuoda esille pelastustyöntekijöiden äänet. Teoreettista viitekehystä rakennettiin työn ympärille vuoden ajan. Covid- 19- pandemian aiheuttamat poikkeusolot vaikuttivat hidastavasti työn etenemiseen.

Kokemuksen tutkiminen ohjasi fenomenologian pariin. Metodologisia oppaita ja kirjallisuutta käytiin läpi ja pyrittiin löytämään alkuperäisiä lähteitä. Fenomenologiaan syventymisen kautta löytyi eksistentiaalinen fenomenologia. Kokemuksen tutkiminen ja metodologiset valinnat ohjasivat määrittelemään ihmiskäsityksen ja tutkijoiden esiymmärryksen.

Tutkijat hakivat eettistä ennakoarviointia tutkimukselle tutkimuksen aiheen sensitiivisyyden vuoksi. Tutkimuseettinen toimikunta antoi tutkimuksesta lausunnon, jossa pyydettiin tarkennusta tutkimuksen sensitiivisen aineiston käsittelyyn. Nämä korjaukset huomioiden eettinen ennakkolautakunta puolsi tutkimusta.

Tutkimussuunnitelman hyväksymisen ja eettisen ennakoarvioinnin (Liite 4) jälkeen haettiin tutkimuslupaa pelastuslaitokselta. Tutkimusluvan saatuaan, tutkijat sopivat ajankohdan ja lähettivät pelastuslaitoksen esihenkilölle työyhteisöön jaettavat saatekirjeet (Liite 1) sekä kaksi erillistä linkkiä Webropol-kyselyyn (Liite 6 & 7).

8.2 Tutkimukseen osallistuvien valinta

Tutkimukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Tutkimuksen sai keskeyttää missä vaiheessa tahansa. Tutkimukseen osallistuvia ei eritelty iän, sukupuolen tai työkokemuksen mukaan. Tässä tutkimuksessa on fenomenologinen lähestymistapa ja keskiössä on kokemus, joten tutkimusaineiston hankinta on toteuttava niin, että ihmisellä on mahdollisuus kuvata kokemuksia täydesti ja moniulotteisesti (Lehtomaa, 2008, s. 167). Fenomenologisen tutkimuksen kannalta on yhtä merkittävässä ja keskeisessä osassa tapa hankkia aineistoa, kuin analysoida sitä. Tutkijan on luotava sellainen konteksti, että tutkimukseen osallistuva voi ilmaista aidon ja rehellisen kokemuksensa. (Perttula, 2000, s. 440–441)

8.3 Aineiston hankinta

Aineiston hankinnan oli tarkoitus olla kaksivaiheinen Webropol-kysely yhdistettynä avoimeen yksilöhaastatteluun. Ensimmäisen vaiheen aineiston hankinnan kysymyksiä pohdittiin kirjallisuuteen heijastaen sekä yhdessä ohjaavan opettajan kanssa. Webropol-kyselyyn päädyttiin, koska kysely oli mahdollista jakaa esihenkilön toimesta helposti koko työyhteisöön avointa linkkiä käyttäen. Tämä toimintatapa mahdollisti vastaajille työyhteisössään paremman anonymiteetin. Ennen varsinaista Webropol-kyselyn lähettämistä koe-kysely testattiin kahdesti opiskelu- ja työyhteisössä. Saadut palautteet auttoivat kehittämään Webropol-kyselyä selkeämmäksi. Haastatteluun eriytettiin erilliseksi

kyselylinkiksi (Liite 7), jotta vastaajia ei olisi mahdollista yhdistää. Kyselyistä tehtiin tietosuojailmoitus (Liite 5).

Webropol-kyselyssä oli seuraavat viisi avointa kysymystä: (Liite 6)

1. Kuvaa, millaista on mielestäsi kriisiapu?
2. Kuvaa, millaista kriisiapua olet saanut?
3. Kuvaa, millaisia kokemuksia sinulla on saamastasi kriisiavusta?
4. Kuvaa, millainen merkitys saamallasi kriisiavulla on sinulle ollut?
5. Millaisia odotuksia/kehittämideoita sinulla on kriisiavusta?

Toisen vaiheen aineiston hankintamenetelmäksi valikoitui avoin yksilöhaastattelu, koska tutkimusaihetta on tutkittu niukasti. Ennen haastattelua haastateltavalle olisi kerrottu sekä suullisesti että kirjallisesti haastateltavan oikeudet. Haastattelua varten oli tehty erillinen suostumuslomake (LIITE 2). Haastattelut olisi tallennettu erillisellä nauhurilla. Avoimella haastattelulla taataan, ettei mikään oleellinen rajaudu etukäteen tutkimuksen ulkopuolelle (Kylmä & Juvakka, 2012, s. 80). Haastattelun tavoitteena on saada vastauksia tutkimuskysymyksiin ja vastausten analysoinnin pohjalta saadaan kehittämideoita pelastustyöntekijöiden kriisiapuun. Kaksiosainen aineiston keruu on työläämpi, mutta lisää tutkimuksen luotettavuutta. (Lehtomaa, 2008, ss. 170–171)

Kaksivaiheisesti kerätty aineisto oli tarkoitus analysoida käyttäen Perttulan kehittämää fenomenologisen metodin uudelleen muotoilua, missä tavoitteena on saada yksilökohtainen kokemus yleiseksi tieteelliseksi tiedoksi seitsemän metodisen vaiheen kautta (Perttula 2000, s. 428). Perttulan fenomenologinen muotoilu pohjautuu eksistentiaaliseen fenomenologiaan, mikä yhdistää deskriptiivisen ja hermeneuttisen fenomenologian.

Deskriptiivisyydellä tarkoitetaan pyrkimykseen välttää selittäviä ja analyttisiä käsitteitä. Deskriptiolla tarkoitetaan fenomenologisessa psykologiassa sitä, että tutkittavan antama

kuvaus kokemuksesta vastaa mahdollisimman suuresti tutkittavan alkuperäistä kokemusta. Deskriptiolla viitataan merkitykseen tavasta, jolla fenomenologisessa psykologiassa tutkittava tuottaa tutkimusaineistoa. (Perttula, 2000, s. 229; Perttula, 1995, s. 43)

9 Tutkimuksen toteutus

Tutkijat vetäytyivät tutkimuksen teosta kesäkauden ajaksi, koska tietoisesti haluttiin ottaa etäisyyttä tutkimukseen. Heinäkuun lopulla 2021 webropol- kyselyn vastaukset kerättiin yhteen.

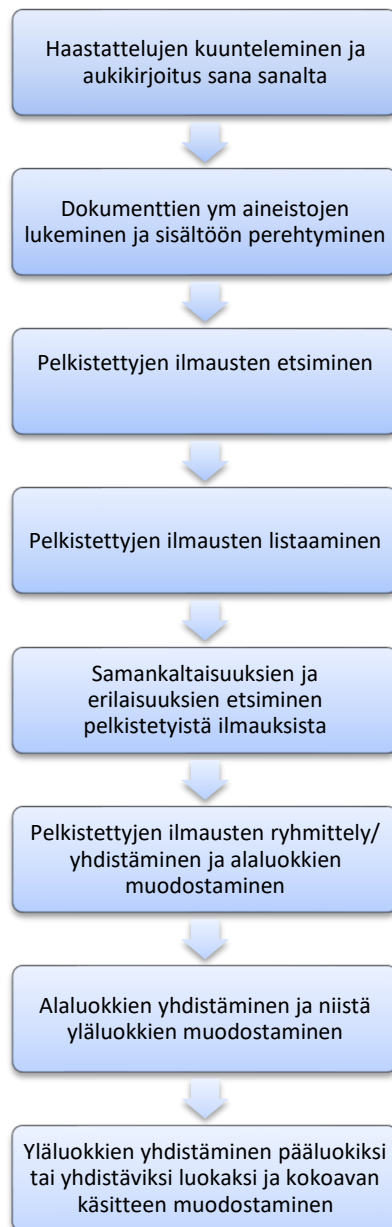
Kaksivaiheinen aineiston hankinta käyttäen avoimia webropol-kysymyksiä sekä avointa yksilöhaastattelua asettuivat hyvin aikaisempaan valittuun metodiin sekä aineiston tulevaan analyysiin. Webropol-kyselyn vastausajan loputtua vastauksia oli tullut vähän vain viisi kappaletta, mutta niitä oli riittävästi. Halukkaita haastatteluun ei kuitenkaan ollut. Kaksivaiheinen aineiston hankinta ei siten toteutunut.

Tutkijat totesivat, ettei etukäteen suunniteltu aineiston analyysimenetelmä palvele saatua aineistoa. Tutkijat valitsivat analysointimenetelmäksi aineistolähtöisen sisällönanalyysin. Tutkijat syventyivät rauhassa aineistoon. Aineistoa luettiin ja kirjoitettiin useasti ja eri väreillä korostettiin aineistosta yhteiset tekijät teemoittelua varten. Aineistoa päädyttiin kirjoittamaan paperille, jotta päästiin syvemmälle kokemuksen tutkimiseen. Aineiston analyysiä tehdessä palattiin toistuvasti alkuperäisiin ilmauksiin.

9.1 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi

Sisällönanalyysillä analysoidaan erilaisia dokumentteja suunnitelmallisesti ja täsmällisesti. Dokumentilla tarkoitetaan laaja-alaista käsitettä, kuten kirjat, artikkelit, haastattelut, keskustelu ja muut vastaavat käsitteet. Sisällönanalyysiä käyttämällä tavoitteena on saada tutkittavasta kohteesta kuvaus, joka on tiivis ja tehty yleiseen muotoon. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss. 105–108)

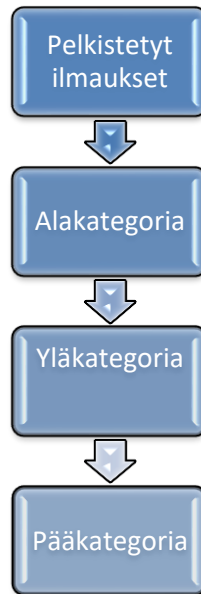
Sisällönanalyysi etenee hiukan eri tavoin riippuen siitä, onko kyseessä aineistolähtöinen, teorialähtöinen vai teoriaohjaava lähestymistapa. Aineistolähtöinen analyysi etenee vaiheittain. Redusoinnilla tarkoitetaan aineiston pelkistämistä. Tutkimusaineistosta etsitään tutkimukselle olennaiset kohdat ja ne merkitään esimerkiksi alleviivauksella. Merkityt kohdat pelkistetään kirjoittamalla ne uudelleen tiivistettyyn muotoon. Klusteroinnilla tarkoitetaan ryhmittelyä. Samaa tarkoittavat, pelkistetyt ilmaukset ryhmitellään siten, että ne muodostavat alaluokan. Alaluokat otsikoidaan sisällön mukaan. Abstrahoinilla tarkoitetaan yleiskäsitteiden muodostamista. Luokittelu etenee siten, että ryhmittelyvaiheen alaluokat yhdistellään yläluokiksi. Yläluokista muodostetaan pääluokat ja pääluokista muodostetaan yksi yhdistävä luokka. Kaikki luokat otsikoidaan sisältöön sopivilla termeillä. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss. 108–113)



Kuvio 1. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen Tuomen & Sarajärven mukaan (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 109)

Pelastustyöntekijöille suunnattu kyselylomake lähetettiin pelastuslaitoksen esihenkilölle, joka jakoi sen sähköpostina henkilökunnalle. Aineiston keruun jälkeen kyselylomakkeet käytiin perusteellisesti läpi ja perehdyttiin vastauksiin. Tämän jälkeen vastauksista etsittiin pelkistetyt ilmaukset, jotka listattiin. Pelkistetyistä ilmauksista poimittiin saman kaltaisuudet sekä erilaisuudet, joita löytyi muutama kappale. Seuraavaksi muodostettiin alaluokat

pelkistetyistä ilmauksista. Yläluokat muodostettiin yhdistetyistä alaluokista, jonka jälkeen yläluokat yhdistettiin kokoaviksi käsitteiksi. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss. 108–113)



Kuva 2. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss. 108–113)

10 Tutkimustulokset

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimuksen tuloksia. Kyselyssä tavoiteltiin pelastustyöntekijöiden autenttisia kokemuksia saadusta kriisiavusta ja sen merkityksestä. Tavoitteena oli saada pelastustyöntekijöiden näkemyksiä kriisiavun kehittämistä varten.

10.1 Pelastustyöntekijöiden kuvaus: mitä on kriisiapu

Tutkimusaineistossa pelastustyöntekijät kuvailivat kriisiapua keskusteluiksi ja tilanteiden läpikäymiseksi työkaverien kanssa. Vastauksissa korostui tarve pohtia omaa toimintaa ja kriisiapu liitettiin tähän tarpeeseen. Kriisiapu nähtiin myös kolmivaiheisena tukena, johon kuului oma työyhteisö, ammattilaisen tarjoama apu ja viimeisenä vaiheena työterveyden tarjoama tuki. Kriisiapu kuvailtiin luotettavaksi toiminnaksi ja sen katsottiin tukevan selviämistä psykososiaalisesti kuormittavista tilanteista.

Henkistä tukea psyykkisesti kuormittavasta tilanteesta selviämiseksi

Kriisiapu on vaikeiden tilanteiden läpikäymistä ensin työparin tasolla (tehtiinkö itse asiat oikein, mitä tekisin toisin), jonka jälkeen asiaa voi puhua koulutettujen työtovereiden kanssa ja viimeisenä porttana on ammattiapu työterveyden kautta.

Taulukko 1. Pelastustyöntekijöiden kuvaus: mitä on kriisiapu.

Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Keskustelu Vertaistuki Puhuminen Luottamus Tilanteen läpikäynti: mitä, miksi, oma toiminta	Kriisiapu luottamuksellisena toimintana.	Pelastustyöntekijöiden kuvaus: mitä on kriisiapu.
3-tasoinen apu. Selviäminen ja selviytyminen Henkinen tuki. Psykososiaalinen tuki.	Psykososiaalinen tukeminen	
Järkyttävä tilanne Onnettomuus Psyykkinen kuormitus. Oman toiminnan pohdinta / tilanteen pohdinta.	Tarve avulle ja asian käsittelylle	

10.2 Pelastustyöntekijöiden kuvauksia: millaista kriisiapua on saatu

Tuloksista ilmeni, että defusing, jälkipurkukeskustelu tai jälkipuinti olivat eniten käytettyjä kriisiavun menetelmiä. Keskustelut työyhteisössä kuvattiin kriisiavuksi. Kuvauksista ilmeni myös, että omien ajatusten puhuminen koettiin kriisiapuna.

Kaksi kertaa olen osallistunut Defusing-tilaisuuteen.

Olen saanut puhua omista ajatuksista työparin /yksikön jäsenten kanssa. Muita kriisiavun vaiheita en ole vielä työuralla tarvinnut.

Taulukko 2. Pelastustyöntekijöiden kuvauksia millaista kriisiapua on saatu

Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Defusing Jälkipuinti	Ammattimainen tuki	Pelastustyöntekijän kuvaus, mitä on kriisiapu.
Omien ajatusten läpi käynti. Vertaistuki.	Omien ajatusten prosessointi. Vertaistuki	

10.3 Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta

Pelastustyöntekijät pitivät kriisiapua pääsääntöisesti tarpeellisena ja positiivisena kokemuksena. Vastauksista ilmeni, että keskustelut työyhteisön kanssa olivat kriisiapua pelastustyöntekijöille. Vastaajat kokivat, että kriisiapu auttoi jaksamaan työvuoron loppuun ja mahdollisti omista tunteista puhumisen. Traumatisoitumista ei vastauksissa ilmennyt. Vastauksista nousi esiin, että jälkipurkukeskusteluissa on rajattu aiheita, joista saa puhua. Rajaus koettiin ristiriitaisena kokemuksena, koska tarve oman toiminnan pohdinnalle oli merkittävä. Puhumisen tarve korostui erityisesti, jos itsellä oli epäonnistumisen kokemus.

Ristiriitaisia. Toisaalta on hyvä puhua tilanteesta, mutta samassa yhteydessä on kielletty käymästä lävitse tapahtunutta ammatillisesti. On ohjeistettu puhumaan vain tunteista.

Kriisiapu työtovereiden kesken on auttanut vuorot loppuun ja ei ole jäänyt minkäänlaisia traumoja keikoista.

Vastauksista selvisi, ettei esihenkilöllä ole tietoa yksittäisen pelastustyöntekijän kuormituksesta tai kasaantuneesta kuormituksesta. Yhdelle työntekijälle voi urallaan sattua useita kuormittavia työtehtäviä tai epäonnistumisia työtehtävissä, joista ei olla esihenkilö tasolla tietoisia. Nämä asiat voivat vaikuttaa pelastustyöntekijän jaksamiseen ja kuormittumiseen.

Ihan ok. On käyty läpi tehtävä, jossa lapsipotilas tai useampi uhri. Keskustelussa kaikki ketkä ovat halunneet kertoa tuntemuksistaan ovat kertoneet keikan jälkeen. Kaikille kumminkin erilaisia taustoja ja kokemuksia työuran varrelta, jotka lisäävät kuormitusta, varsinkin jos oma suoritus on jollain asteella epäonnistunut, tämä varsinkin esihenkilö työssä hyvä tiedostaa.

Taulukko 3. Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta

Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Keskustelun aiheen rajaaminen Omista tunteista puhuminen Hyvä kokemus	Positiivinen suhtautuminen Rajattu aihe	Pelastustyöntekijöiden kokemus saamastaan kriisiavusta.
Positiivisuus keskusteluja kohtaan Kriisiapu kollegoiden kanssa	Omista tunteista puhuminen Kriisiapu	
Omat taustat ja kokemukset sekä niiden vaikutus jaksamiseen Esihenkilöille tiedotusta kuormituksesta	Kokemus Jaksaminen Kuormitus	

10.4 Pelastustyöntekijöiden kuvaus saamansa kriisiavun merkityksestä

Pelastustyöntekijät kuvasivat kriisiavun merkitystä puhumisen tarpeen helpottumisena ja mielen rauhoittamisena. Useassa vastauksessa ilmeni, että purkukeskusteluihin toivottiin ulkopuolista vetäjää. Perusteluina oli, että saataisiin toisenlaista näkökulmaa keskusteluihin.

Hyvä, että ulkopuolinen purkaa tehtävää saadaan pikkasen eri näkökulma, kuin että oma työvuoro kävisi keikan läpi.

Rauhoittaa mielialaa. Purkautuu tarve puhua.

Kaiken kaikkiaan kriisiavun merkitys kuvattiin positiivisena tai neutraalina ja sen kuvailtiin tukevan omaa jaksamista. Eriävänä asiana tuli ilmi, että toistuva samasta asiasta puhuminen lisäsi stressiä vapaapäiviin. Pelastustyöntekijät kokivat, että purkukeskustelu voitaisiin järjestää työajan ulkopuolella, kuten vapaapäivänä. Kriisiavun saamisen mahdollisuus koettiin myös positiivisena, vaikka kriisiapua ei omalle kohdalle ollut tarvetta käyttää.

Ei kummoinen. Asioiden toistaminen ja niistä jankkaaminen on tuonut enemmän stressiä vapaapäiviin, kuin auttanut purkamaan asiaa. Ehkä, jos jälkipurku tehtäisiin vapaapäivänä niin siitä voisi olla apua enemmän. Heti tilanteen jälkeen mielessä on enemmän teknisiä ja taktisia asioita sekä oman toiminnan arviointia.

Taulukko 4. Pelastustyöntekijöiden kuvaus saamansa kriisiavun merkityksestä

Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Puhumisen tarve Oma jaksaminen Mielen rauhoittuminen Ulkopuolinen näkökulma Positiivinen kokemus merkityksestä	Kriisiavun merkitys positiivinen, selviytymisen tukeminen	Pelastustyöntekijöiden kuvaus kriisiavun merkityksestä.
Neutraali suhtautuminen Koetaan kriisiavun mahdollisuus hyvänä	Kriisiavun merkitys neutraali	
Toistaminen Stressi Jälkipurkukeskustelun ajankohta vapaapäiville	Merkitys vähäinen.	
Tarve Oman toiminnan tarkastelu, tekniset/ taktiset asiat	Sivutettu tarve, millä tutkittavalle merkitys	

10.5 Pelastustyöntekijöiden odotukset ja kehittämisideat kriisiavusta

Pelastustyöntekijät toivoivat matalalla kynnyksellä ja enemmän kriisiapua. Defusing-keskustelut nousivat useassa vastauksessa esiin, ja niitä haluttiin enemmän.

Pelastustyöntekijät toivoivat työterveydenhuollon aktiivisempaa otetta henkisen hyvinvoinnin ja kokonaisuormituksen seuraamiseen. Työterveyshuollon koettiin keskittyvän vain fyysisten parametrien seurantaan. Vastauksissa esiintyi myös jälkipurkukeskustelujen vapaaehtoisuus ja keskustelun ajankohdan järjestäminen vapaapäivälle.

Matalalla kynnyksellä vaan kriisiapua, se kehittää defusing henkilöiden osaamista ja mahdollisesti helpottaa palomiesten puhumista vaikeista asioista.

Kehittämisideana nousi esiin, että purkukeskustelut olisivat vapaaehtoisia ja niissä ei rajoiteta liikaa asioita, mistä saa puhua. Kehittämisideana oli kriisiavun sisällyttämistä koulutukseen jo opiskeluvaiheessa.

Kriisiapua pitää osata hakea matalalla kynnyksellä. Tähän suuntamerkit tulisi luoda jo koulutusvaiheessa. Tässä on kehitettävää. Kriisiavun varjolla voisi kehittää myös työhyvinvointia; kun työntekijät suhtautuvat kriisiapuun myönteisesti ja matalalla kynnyksellä, tällainen käytös tasoittaa ”ääripäitä”, joita pelastusalalla on. Eli ns. ”kovat jätkät” jäisivät pois.

Taulukko 5. Pelastustyöntekijöiden odotukset ja kehittämisideat kriisiavusta

Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Vaikeat asiat Matala kynnyks kriisiavulle Puhumisen helpottuminen	Matalan kynnyksen apu	Pelastustyöntekijöiden odotukset ja kehittämisideat kriisiavusta
Henkinen hyvinvointi Työterveys yhteistyön vahvistaminen Henkisen hyvinvoinnin vahvempi huomioiminen työterveydessä. Kuormitus ja sen seuraaminen Kollegan jaksaminen	Työterveysyhteistyön kehittäminen	
Vapaaehtoisuus Mahdollisuus levätä ennen keskustelua. Ei rajoiteta keskustelua. Vetäjien ulkopuolisuus. Tarve keikkakeskustelulle ammattitaidon näkökulmasta Useat kuormittavat tekijät yhdelle työntekijälle, kuormituksen seuraaminen	Toiminnan kehittäminen pelastuslaitoksessa	
Työhyvinvoinnin kehittäminen Asenne kriisiapuun Vaikutus työyhteisöön	Koulutuksen ja tietoisuuden lisääminen	

10.6 Pelastustustyöntekijöiden kuvaus kriisiavusta ja sen määritelmästä

Tässä tutkimuksessa kriisiapua ei määritelty pelastustyöntekijöille ennakoon.

Pelastustyöntekijöillä oli mahdollisuus kuvata kriisiapuna se, minkä he itse määrittelevät kriisiavun olevan. Kriisiapu koostui tutkimuksessa luottamuksellisesta toiminnasta ja psykososiaalisesta tuesta. Kriisiavun kuvaus vastasi työntekijän tarpeeseen saada apua ja käsitellä kokemaansa. Kriisiapua kuvailtiin myös ammattimaiseksi toiminnaksi, missä erottuu työyhteisön, ammattimaisen auttamisen sekä työterveyden antama tuki. Defusing sekä

jälkipuinti mainittiin yleisimmiksi kriisiavun muodoiksi. Kriisiavulla on lainsäädännölliset lähtökohdat, ja työnantajalla on työturvallisuuslain (738/2002) mukaan huolehtimisvelvoite. Kriisiavun kuvailtiin olevan selviytymisen tukemista vaikeasta tilanteesta. Tutkimuksessa ilmeni, että työkaverin kanssa vaativasta työtehtävästä keskusteleminen miellettiin olevan kriisiapua.

Nykytiedon valossa kriisiapu määritellään ammattilaisen tarjoamaksi avuksi ja psykososiaaliseksi tueksi, mikä perustuu lainsäädäntöön (STM, 2009, s. 13). Kuitenkin kaikilla on velvollisuus huolehtia kriisin kohdanneesta henkilöstä, olla tukena, huolehtia perustarpeista ja turvallisuuden tunteesta (Rapeli, 2017, s. 13,26). Pelastustyöntekijöiden kuvaamat kokemukset kriisiavusta ovat teorian mukaan olleet lähinnä äkillisestä kriisistä selviämistä. Todettakoon, että pelastustyöntekijät ovat antaneet toisilleen äkillistä kriisiapua, kun ovat olleet toistensa tukena rankan työkokemuksen jälkeen. Teorian mukaan äkillinen kriisi on yllättävä, jos elämässä tapahtuu odottamaton ja suuri, negatiivinen muutos. Läheltä piti tilanteet tai järkyttävien tilanteiden seuraaminen sivusta voivat aiheuttaa äkillisen kriisin. (Mielenterveystalo n.d.; STM, s. 9, 2019; Poijula, 2021).

10.7 Kriisiavun kokemus ja sen merkitys

Tutkimuksessa havaittiin, että tarve käsitellä ja arvioida omaa toimintaa korostui. Kokemus puhumisen tarpeesta oli erityinen, mikäli omassa toiminnassa oli jotain kritisoitavaa, vaikkakin tunnetasolla. Lisäksi työntekijöillä oli tarve keskusteluissa käydä taktisia tilanteita läpi.

Tutkimuksessa ilmeni, että kokemus kriisiavusta on ollut positiivinen tilanteissa, joissa on ollut osallisena alaikäinen uhri tai monta uhria. Tutkimuksessa korostui toive saada esihenkilölle tieto raskaasta työtehtävästä ja siitä johtuvasta kuormittumisesta. Tutkimuksesta ei selvinnyt, oliko toiveena esihenkilölle saattaa tietoa kerääntyneistä epäonnistumisien kokemuksista työtehtävissä. Työntekijöiden erilaiset taustat ja kokonaisuormitus olivat verrannollisia kriisiavun merkityksen kanssa.

Kriisiavun kokemuksella ja merkityksellä on kirjallisuuden mukaan hyviä vaikutuksia kriisistä selviämiseen ja omaan jaksamiseen. Kriisiavun saamisella voidaan vaikuttaa työkyvyn palautumiseen. Äkillisestä kriisistä selviämiseksi riittää usein se, että keskustellaan tapahtuneesta jonkun kanssa. (STM, 2009, s. 13)

Pelastustyöntekijät kokivat kriisiavun ja sen merkityksen olevan pääsääntöisesti hyvää ja tarpeellista sekä mieltä rauhoittavaa. Keskustelut kollegoiden kanssa koettiin oman jaksamisen kannalta tärkeäksi. Tieto kriisiavun saamisen mahdollisuudesta koettiin merkitykselliseksi, vaikka apua ei oltu tarvittu. Tutkimuksessa havaittiin, että kokemus kriisiavun merkityksestä oli ristiriitainen. Ristiriitaisuuden kokemusta aiheuttivat toistuvat keskustelut tilanteista, minkä kuvattiin aiheuttavan stressin lisääntymistä.

10.8 Pelastustyöntekijöiden kriisiavun kehittämisehdotukset

Pelastustyöntekijöiden näkemys kriisiavun kehittämiskohteista olivat työterveyden tuki pelastustyöntekijöiden kuormituksen ja henkisen hyvinvoinnin seurannassa. Lisäksi toivottiin työpaikan ulkopuolista ohjaajaa jälkipurkukeskusteluille. Jälkipurkukeskusteluihin ehdotettiin vapaata keskustelua aiheesta, eikä keskustelujen aiheita rajattaisi. Pelastustyöntekijät ehdottivat myös, että jälkipurkukeskustelut voitaisiin järjestää vapaapäivinä. Koulutuksen kannalta kehittämisehdotuksena ilmeni kriisiavun huomioiminen jo koulutusvaiheessa. Koulutusvaiheessa saadun tietoisuuden kriisiavusta arvioitiin vaikuttavan myös työhyvinvointiin ja tasoittavan työyhteisön asenteita

11 Johtopäätökset

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimuksen tuloksista tehtyjä johtopäätöksiä.

Tutkimustavoitteesta johdetut tutkimustehtävät olivat kuvailla: minkälaisia kokemuksia pelastustyöntekijällä on saamastaan kriisiavusta ja millaisia merkityksiä pelastustyöntekijät antavat saamalleen kriisiavulle.

Tutkimuksen yhtenä tavoitteellisena näkökulmana oli kokemusperäisen tiedon hyödyntäminen kriisiavun kehittämisessä pelastustyöntekijöille. Kokemuksia kriisiavusta ja sen merkityksestä tuli yhtä monta kuin oli vastaajaa.

Pelastustyöntekijöillä oli enimmäkseen positiivisia kokemuksia saamastaan kriisiavusta. Osa vastaajista koki, että kriisiapu mahdollisti omien tunteiden käsittelyn. Kriisiapu koettiin myös ristiriitaisena kokemuksena. Ristiriitaisuutta aiheuttivat keskustelu aiheiden tiukka rajaaminen jälkipurkukeskusteluissa. Merkittävänä kokemuksena koettiin tarve keskustella omasta toiminnasta erityisesti, jos itsellä oli epäonnistumisen tunne.

Pelastustyöntekijöiden saadun kriisiavun merkitys tutkimuksen mukaan oli hajanainen. Osa vastaajista koki kriisiavun merkityksen positiivisena ja tukevan omaa jaksamista. Osa koki kriisiavun merkityksen neutraalina ja osa vähäisenä. Kokemus vähäisestä kriisiavun merkityksestä liitettiin asioiden liialliseen toistamiseen sekä jälkipurkukeskustelujen ajankohtaan. Vastauksista ilmeni kokemus tutkittavan sivuutetusta tarpeesta koskien oman toiminnan pohdintaa. Kriisiavun merkitys korostui, mikäli pelastustyöntekijällä oli kokemus kuormituksen kasaantumisesta.

Tutkimus tulosten mukaan kuormittavien työtehtävien kasaantuminen pelastustyöntekijöille esihenkilön tai työyhteisön tietämättä aiheutti pelastustyöntekijöissä huolta. Toive kokonaiskuormituksen huomioimisesta myös työterveyshuollossa korostui.

12 Pohdinta

Tutkimuksen mukaan yhtenä johtopäätöksenä voidaan todeta, että pelastuslaitoksen ja työterveyshuollon yhteistyötä tulisi kehittää. Työn kuormitusta tulisi seurata tarkemmin työnantajan ja työterveyshuollon toimesta. Tutkimuksessa ilmeni, että työterveyshuollon toivottiin kiinnittävän enemmän huomiota henkiseen hyvinvointiin. Pienen otannan vuoksi yleistettäviä päätelmiä ei voida tutkimuksen perusteella tehdä.

Tutkimuksen kohteena ei ollut pelastuslaitoksen kriisiavunprosessin kuvaaminen tai pelastuslaitosten eroavaisuuksien selvittäminen. Tutkimuksessa ei selvinnyt, miten kriisiapu järjestetään pelastuslaitoksessa.

Käytettäessä fenomenologista tai hermeneuttista metodologiaa haasteena on, että saavutettava tieto koskee yksilöitä eikä tietoa voida yleistää luonnontieteen tavoin, vaikka johtopäätöksiä voidaan tehdä (Tökkäri, 2018, s. 66). Yksilöllisiä kokemuksia oli yhtä paljon kuin tutkimukseen osallistuvia.

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuskriteereitä on arvosteltu niiden epämääräisyydestä. Kysymys kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuudesta koskee koko tutkimusprosessia. Laadullisessa tutkimuksessa tehtyjä valintoja joudutaan arvioimaan sekä perustelemaan yhtäaikaisesti ja jatkuvana toimintana. (Eskola & Suoranta, 1998, ss. 209-212)

Tutkimus eteni prosessimaisesti, mikä on laadulliselle tutkimukselle tavanomaista. Teoriaosuus täydentyi tutkimuksen edetessä. Tavoite kokemuksen ja sen merkityssuhteiden saavuttamisesta ohjasi metodologisia valintoja. Tieteenfilosofiset lähtökohdat olivat fenomenologiassa ja eksistentiaalisessa fenomenologiassa ja tutkimusaineistoa lähestyttiin tästä näkökulmasta. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta oman esiymmärryksen ja tutkijan ajatusten erottaminen tutkimusaineistosta oli ensisijaisen tärkeää. Tutkimusaineistoon palattiin toistuvasti, jotta tutkijan tulkinnallisuudet minimoitiin.

Tutkijat pysähtyivät pohtimaan tuloksissa ilmennyt ristiriitaisuuden kokemusta, joka ilmeni kriisiavun ajankohtaa koskien ja tilanteesta puhumisen toistojen suhteen. Tutkimuksessa nousi esille toive keskustelujen siirtämisestä seuraavalle päivälle, mikä herätti pohdintaa purkukeskustelun ajankohdasta. Onko hedelmällistä järjestää purkukeskustelu välittömästi pitkittyneen, henkisesti ja fyysisesti raskaan työtehtävän jälkeen? Tulisiko purkukeskustelu käydä vasta levon jälkeen, jolloin mieli ja keho olisivat palautuneet ylivireydestä ja purkukeskustelu edesauttaisi kokonaispalautumista? Toisaalta onko eettisesti kestävä siirtää purkukeskustelua tulevaisuuteen ja miten se vaikuttaa kokonaispalautumiseen tai kuormitukseen? Kykeneekö työntekijä palautumaan rankasta kokemuksesta ilman keskustelun mahdollisuutta, jos tapahtuman purkaminen on seuraavana päivänä? Kuinka

vastaanottavainen on ihminen ylivireystilan aikana, erityisesti jos ylivireystilan purkautuminen on pitkittynyt? Pohdintaa herätti myös kuormittavien kokemusten vaikutus pelastustyöntekijän siviilielämään tai perheenjäseniin, mikä vaatisi jatkotutkimusta.

Tutkijoilla oli tavoitteena tuoda esille pelastustyöntekijöiden äänet. Toivomuksena oli, että tämä tutkimus on kunnianosoitus arvokkaasta ja yhteiskunnallisesti merkittävästä työstä.

12.1 Kestävä kehitys, sosiaalinen vastuu ja jatkotutkimukset aiheesta.

Tutkijat tarkastelivat tutkimuksen kestävästä kehitystä osittain YK:n kestävä kehityksen tavoiteohjelma agenda 2030 tavoitteiden ja alatavoitteiden kautta. Tutkijat ovat sitoutuneet toimimaan vastuullisesti tutkimusympäristöä kohtaan ja sitoutuneet tekemään vastuullisia valintoja omissa toiminnoissaan. Kestävä kehitys agenda 2030 mukaan ihminen otetaan tasavertaisesti huomioon ja tässä tutkimuksessa tutkijat eivät halunneet kerätä aineiston tutkimuskysymyksistä taustatietoa tutkittavista. Tutkijat eivät halunneet jaotella ihmisiä esimerkiksi iän, sukupuolen tai työkokemusten mukaan. (Suomen YK-liitto n.d.)

Kestävä kehityksen näkökulmasta tavoitteena oli tehdä tutkimus, joka olisi eettisesti kestävä sekä säilyttäisi arvonsa pidempään. Tutkimuksen tiedonhankinta- ja aineiston keruuvaiheessa on haluttu toimia eettisesti kestävästi ja tehdä läpinäkyvää tutkimusta. Tutkimuksessa on aukikirjoitettu tutkimusprosessin eri vaiheet. Tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta pohdittiin tutkimusprosessin jokaisessa vaiheessa. Tutkimuksen eettinen ennakoarviointi koettiin tarpeelliseksi aiheen sensitiivisyyden vuoksi. Tutkijoiden tavoitteena on julkaista artikkeli tutkimuksen tuloksista.

Tutkijat huomioivat myös sosiaalisen vastuullisuuden tutkimuksessaan. Tässä tutkimuksessa sosiaalisella vastuullisuudella tarkoitetaan kaikkia niitä vaikutuksia, joita pelastuslaitoksen toiminnalla on koko työyhteisölle. Tämä tutkimus edistää sosiaalista vastuullisuutta. Tutkimuskohteeksi otettiin pelastustyöntekijät ja heidän vastauksista ilmenevä kehittämisehdotus työhyvinvointiin liittyen, kriisiavun näkökulmasta. Sosiaalisessa vastuullisuudessa ydin ajatus on kommunikointi työyhteisön sisällä ja eri tahojen kanssa. Tavoitteena on, että löydetään uusia ratkaisuja, näkökulmia ja intressejä, joita voidaan

sovittaa paremmin pelastustyöntekijöiden, esihenkilöiden ja työterveyshuollon välille.
(Vastuullinen Suomi, 2020)

Sosiaalisen vastuullisuuden näkökulmasta tällä tutkimuksella pyritään parantamaan pelastustyöntekijöiden työhyvinvointia kriisiavun osalta. Lisäksi pelastustyöntekijöiden kehittämisideat koskien työterveyshuollon toimintaa, saatetaan eteen päin työyhteisöön. Tutkimuksesta saatujen tulosten pohjalta tutkijat toivovat, että esihenkilöiden ja henkilökunnan välinen kommunikointi lisääntyisi, koskien työn kuormittavuuden kasaaantumista työntekijälle.

Johtopäätöksinä voidaan todeta, että pelastustyöntekijöiden kriisiavun kokemuksia olisi aiheutta tutkia enemmän valtakunnallisesti. Tutkijat oivalsivat, että jatkotutkimusaiheita voisivat olla pelastustyöntekijöiden kokemuksia saadun kriisiavun merkityksestä omaan työhyvinvointiin ja jaksamiseen. Pelastustyöntekijöiden kuormitus ja kriisiavun merkitys peilaten siviilielämään olisi tutkijoiden mukaan pohdittava asia.

13 Tutkimuksen eettisyys

Tässä luvussa käydään läpi tutkimuksen eri osa-alueita tutkimuksen eettisyyden ja luotettavuuden pohjalta. Tietoon perustuva suostumus osallistua tutkimukseen on eettisen periaatteen ydinasia. Tavoite on arvioida erityisesti niitä tekijöitä, joilla on tässä työssä merkitystä tutkimustulosten saavuttamiseksi.

Eettinen ennakoarviointi koettiin tarpeelliseksi hakea, koska haastattelussa kriisiavun kokemusten käsittely voi aiheuttaa tutkimukseen osallistuvalla stressiä tai ahdistusta, mikäli kokemukset kriisistä ovat jääneet käsittelemättä. Pelastuslaitoksen esihenkilöä tiedotettiin sensitiivisen kyselyn että haastattelun mahdollisista riskeistä ja ohjeistettiin ohjaamaan tutkittavat olemaan yhteydessä esihenkilöön tai työterveyteen tarvittaessa. Sekä haastattelun alussa että lopussa oli tarkoitus kertoa tutkittavan oikeudet ja mistä saa tarvittavaa tukea tai jatkoapua.

Tutkittavalle kerrottiin, että hän voi kieltäytyä tai perua osallistumisensa tutkimukseen missä tahansa vaiheessa ilman seuraamuksia. Tutkittavalla oli mahdollisuus keskeyttää haastattelun ilman syytä. Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus sekä menetelmät kerrottiin tutkittavalle ja hän sai tiedon tutkimuksesta ja mahdollisista osallistumisen haitoista. Ennen haastatteluja varmistettiin, olisi varmistettu, että tutkittava on ymmärtänyt oikeutensa ja saanut riittävän tiedon tutkimuksesta. Tutkittavan oli tarkoitus toimittaa kirjallisen suostumus tutkijoille, mikä perustuu tutkittavan vapaaseen tahtoon osallistua tutkimukseen. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen, 2017, s. 214)

Tutkimuksen keskeytyessä tutkija saa käyttää siihen saakka kerättyä materiaalia. Tutkittavan peruuttaessa tutkimuksen, ei hänen antamiaan tietoja saa käyttää tutkimuksessa. Tutkijalla on oikeus tietyssä tilanteessa keskeyttää tutkimus tutkittavan puolesta. Tutkijan on tärkeää toimia mahdollisimman hienotunteisesti ja noudattaa hyvän tieteellisen käytännön mallia. (Janhonen & Nikkonen, 2001, ss. 36–37; TENK, 2020; TENK, 2012, ss. 6–7).

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) julkaisi 2009 valtakunnallisen ohjeen eettisistä periaatteista ja eettisen ennakoarvioinnin järjestämisestä, kun tutkimuksen kohteena on ihminen. Tieteen etiikkaa tieteenalalla kuvataan luotettavaksi, totuudelliseksi ja rehelliseksi. Tutkijan omat arviot toimintatavoistaan ja perusteluista ovat tieteen kritiikkiä ja ne tukevat eettisyyttä. Eettisyyttä kuvataan ikään kuin se kietoutuisi tutkimuksen arviointi- sekä luotettavuuskriteereihin. Tutkijan eettiset ratkaisut ja työn uskottavuus kulkevat käsikädessä. Uskottavuuden perusta on se, että tutkija sitoutuu hyviin tieteellisiin käytänteisiin. Tutkimuksissa eettisyys on lähtökohtana tieteelliselle toiminnalle. (Kuula 2006, s.25; Kankkunen, Vehviläinen & Julkunen 2010a, s. 172). Tutkimuksen on noudatettava hyvän tieteellisen käytännön edellyttämiä tapoja (Janhonen & Nikkonen, 2001, ss. 36–37).

Tarkasteltaessa tutkimusetiikkaa eettisestä näkökulmasta hyvä tieteellinen käytäntö näkyy yleisenä huolellisuutena ja tarkkaavaisuutena tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja niiden esittämisessä. Saaranen-Kauppinen ja Puusniekan (2006) mukaan tutkittaessa arkaluontoisia, sensitiivisiä aiheita on erityistä huomiota kiinnitettävä tutkittavien anonymiteettiin ja noudatettava tutkimuseettisiä periaatteita.

Arkaluontoisia tutkimusaiheita ovat aiheet, jotka herättävät pelon tunteita. Tutkimus voidaan luokitella arkaluonteiseksi, jos tutkimuksesta voi syntyä todellista tai huomattavaa uhkaa tutkimukseen osallistujille. Henkilökohtaiset ja stressaavat tutkimusaiheet voivat aiheuttaa tutkittavalle tai tutkijalle uhan tunteita, levottomuutta tai henkistä kärsimystä. Tutkittava voi kokea tulevansa leimatuksi tai joutua sanktion kohteeksi, jos tutkimus käsittelee poikkeavuuteen tai sosiaaliseen kontrolliin liittyviä asioita. Varovaisuutta on noudatettava myös poliittisesti arkojen aiheiden, instituutioiden tutkimisessa tai henkilöihin kohdistuvissa tutkimuksissa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006).

Tutkijalle voi tutkimus koitua ongelmalliseksi, jos tutkittava aihe aiheuttaa henkilökohtaisen tai ammatillisen riskin. Tutkijan on oltava hienovarainen, kun tutkitaan arkaluontoisempia tutkimuskohteita. Tällaisia ovat aiheet, jotka järkyttävät tutkijaa ja tutkittavaa, kun tutkitaan erityisryhmiä kuten lapsia tai vammaisia sekä kun tutkittava asia on erittäin arkaluontoinen tai jopa laitton ja tutkimukseen osallistuvia on vaikeampi saada osallistumaan tutkimukseen. Hienovaraisuutta tarvitaan, myös kun tutkittava aihe on herkkä kun otetaan huomioon tutkimuksesta saatu aineisto, tai kun tutkittavalle voi tuloksista koitua haittaa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2006) Arviointiperusteena käytetään aineiston hankintaa, aineiston analyysimenetelmää, tutkimustuloksia sekä niiden perusteella tehtyjä johtopäätöksiä (Kuula 2006, s. 25; Kankkunen, Vehviläinen & Julkunen 2010, s. 172; Janhonen & Nikkonen, 2001, ss. 36–37; Tutkimuseettinen tiedekunta, 2012, s. 6).

Tässä tutkimuksessa kunnioitetaan ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta kaikissa tutkimuksen vaiheissa. Tutkimusaineistoa käsittelevät vain tutkijat. Aineiston keruussa huolehditaan tutkittavan anonymiteetistä, samoin silloin, kun tutkimusaineistoa analysoidaan ja litteroidaan siten, ettei vastauksia pysty yhdistämään tutkittavaan. Tutkittavan puhekieli tai murre ei välity lopulliseen työhön. Nämä korvataan yleiskielen sanoilla, mutta vastauksen sisältö pysyy alkuperäisenä.

13.1 Tutkimuksen luotettavuus

Ihmiseen kohdistuvaa tutkimusta tehdessä on keskeisestä, että tutkittavien henkilöiden luottamus tutkijoihin ja tieteeseen säilyy. Luottamus säilyy tutkimuksen ajan ainoastaan

silloin, kun tutkittavien oikeuksia ja ihmisarvoa kunnioitetaan. Tutkimusaihe ja -tilanteet voivat herättää tutkittavissa reaktioita ja tunteita, joita he kokevat arjessakin. Nämä tunteet ja reaktiot ovat kuitenkin hyväksyttäviä. Tutkijan on syytä perehtyä ennakkoon tutkittavaan kohteeseen, jotta välttyttäisiin aiheuttamasta tarpeetonta haittaa tutkimuksen kohteelle ja heidän edustamalleen yhteisölle. (TENK, 2020)

Lisäksi hyvää tieteellistä käytäntöä on, että tutkimus on rehellinen ja tulokset on arvioitu hyvin. Tiedonhankinta-, arviointi- ja tutkimusmenetelmien on noudattava tieteellisen tutkimuksen kriteereitä ja niiden on kestettävä eettinen tarkastelu. Tutkimuksen tuloksia julkaistaessa on huomioitava, että tieteellisen julkaisun luonteeseen kuuluu avoin ja vastuullinen viestintä. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen luotettavuuskysymykset liittyvät tutkijaan, aineiston laatuun, aineiston analyysiin ja tulosten esittämiseen. Aineiston keruussa saatu tieto on riippuvaista siitä, miten tutkija on tavoittanut tutkittavan ilmiön ja aineiston analysoinnissa korostuvat tutkijan taidot ja oivallukset. (Janhonen & Nikkonen, 2001, ss. 36–37; TENK, 2012, s. 6) Tutkittaessa kokemusta tutkimuksen luotettavuus edellyttää ihmiskäsityksen käsittelyä niin tutkijan kuin tutkimusmenetelmän oletuksen osalta (Lehtomaa, 2008, s. 163).

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteereitä ovat uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus sekä vahvistettavuus. Uskottavuudella tarkoitetaan selkeyttä siitä, miten analyysi on tehty sekä tutkimuksen vahvuuksia ja rajoituksia. Tärkeä luotettavuuskysymys on kuvata tarkoin analyysiprosessia sekä aineiston ja tulosten suhdetta. Siirrettävyydellä tarkoitetaan tulosten siirrettävyyttä toiseen kontekstiin. Siirrettävyys edellyttää huolellisuutta tutkimusympäristön kuvauksessa, tutkimuksen taustoissa sekä aineiston ja analyysin seikkaperäistä kuvausta, jotta toinen tutkija voi halutessaan seurata prosessia. Metodologinen sopivuus ja tarkka raportointi tutkijan toimenpiteistä ja ajatuksista tutkimuksen toteutuksen aikana ovat osa luotettavuutta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen, 2017, ss. 197–199)

Tutkijat joutuivat pohtimaan työn luotettavuutta, koska aineiston analyysi metodi vaihtui. Miten saada tutkimus pysymään luotettavana, ettei aineiston analyysin vaihtuminen kesken kaiken heikennä tutkimuksen luotettavuutta? Tätä asiaa pohdittiin useaan otteeseen yhdessä ohjaavan opettajan kanssa ja todettiin, ettei tutkimuksen kulkua tai muuttuvia

tilanteita voi etukäteen ennustaa, joten tutkijat sopeutuivat uuteen tilanteeseen analyysin kohdalla.

Kaksivaiheinen aineistonhankinta tukisi tutkimuksen luotettavuutta ja tekisi tutkimuksesta ainutlaatuisen. Keväällä ja kesällä 2021 pitkään jatkunut Covid-19-tilanne toi haasteensa tutkimukselle ja haastattelujen suunnittelemisille. Rajoitusten vuoksi tutkijoilla ei ollut mahdollisuutta mennä pelastuslaitokselle esittäytymään ja kertomaan tutkimuksesta. Lisäksi Covid-19 aiheutti tutkijoiden työpaikoissa erityisjärjestelyjä, joten tutkimuksen teko ja aikatauluttaminen oli ajoittain haasteellista.

Webropol-kysely loi mahdollisuuden kirjallisille vastauksille, mutta otanta jäi odotettua suppeammaksi, mikä on kvalitatiivisessa tutkimuksessa hyväksyttävää. Huomioitavaa oli, että webropol-kysely oli avattu yli 34 kertaa, mutta vastauksia oli vain viisi. Aineiston jäätyä odotettua pienemmäksi herätti se moninaista pohdintaa tutkimuksen toteutuksen ajankohdasta sekä sensitiivisyydestä. Tutkijat pohtivat mahdollisia syitä, miksi haastatteluun ei haluttu osallistua. Pohdittiin sitä, että oliko tutkimusaihe liian sensitiivinen tutkittaville, mikä selittäisi vastausten suppean otannan ja sen ettei haastatteluun haluttu osallistua. Mahdollista on, että aiheen sensitiivisyyden vuoksi tutkittavat eivät halunneet avata kokemuksiaan haastattelussa. On myös mahdollista, että kesäaika vaikutti vastaushalukkuuteen.

Kaksivaiheisen aineiston hankinnan kaatuminen ja muuttuminen yksivaiheiseksi aiheutti monenlaisia tunteita. Autenttisen kokemuksen tavoittaminen ilman haastattelua herätti tutkijoissa pohdintaa tutkimuksen luotettavuudesta. Haastattelujen poisjääminen vei mahdollisuuden myös tarkentavien kysymysten esittämiseen kokemuksesta.

Aineiston hankintavaiheessa tutkijat saivat palautetta tutkimuksen aiheen rajauksesta pelastustyöntekijöihin. Palautteen mukaan ensihoitajat olisivat halunneet myös vastata tutkimukseen. Tämä kertoo tutkimuksen tärkeydestä pelastuslaitokselle ja tarpeesta tehdä lisätutkimuksia pelastus- ja ensihoitoalalle. Pelastustyöntekijä termin käytöstä tutkijat saivat palautteen, jonka mukaan termi ei ole vielä vakiintunut ja palomies-termin käyttö olisi ollut

toimivampi. Tutkijat ottivat palautteet kiitollisina vastaan. Tutkijat pohtivat pitkään, mikä on oikea termi tutkimuskohteellemme.

Ainestoa analysoitaessa tutkijat oivalsivat, että aineistossa esiintyi huoli kollegoiden kuormittumiseen johtuneista työtilanteista työuran varrelta. Tutkijat pohtivat, ettei haastatteluihin haluttu osallistua kuormittavuudenkin näkökulmasta. Varsinkin, jos kuormittavia tilanteita oli yhdelle tutkittavalle kerääntynyt enemmän. Tämän tiedon valossa eettinen ennakoarviointi oli välttämätön. Yllättävää oli, ettei liikunta, läheisten tuki tai muut itsehoidolliset toimenpiteet nousseet esille pelastustyöntekijöiden määritellesä kriisiapua. Vastauksissa ei mainittu myöskään posttraumatyöpajaa, mikä herätti pohdintaa siitä, onko posttraumatyöpajan mahdollisuudesta riittävästi tietoa, onko kyseinen toiminta vakiintunut.

Lähteet

Lähteet

Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Vastappaino, 209–212.

Eränen, L. (1991). *Katastrofipsykologia*. Helsinki. Valtion painatuskeskus, 9–10.

EU:n yleinen tietosuoja-asetus 2016/679. (28. Lokakuu 2020). Noudettu osoitteesta <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/?uri=CELEX%3A32016R0679>

Finlex. (n.d) *Finlex*. Noudettu osoitteesta <https://finlex.fi/fi/>

Gustafsberg, H. (2018). *“DO PEOPLE GET SHOT BECAUSE SOME COPS PANIC?” : Enhancement of individual resilience through a police resilience and efficiency training program*. [väitöskirja, Tampereen Yliopisto]. Trepo. (osa tekstistä saatavilla) <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/102819>

Hankamäki, J. (2008). *Dialoginen filosofia, teoria, metodi ja politiikka*. 2 p. Helsinki: Yliopistopaino, 177, 179.

Henriksson, M & Laukkala, T. (2010) *Traumaattisten tilanteiden jälkeinen psykososiaalinen tuki on moniammatillista yhteistyötä*. Noudettu osoitteesta <https://www.duodecimlehti.fi/duo99182>

Janhonen, S & Nikkonen, M. (2001). *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*. WS Bookwell Oy, 36–37.

Jansson, N. (1/2017). Mitä uhkaava tapahtuma aiheuttaa ihmisessä? *Rikosuhripäivävytyt*, 30. https://www.riku.fi/content/uploads/su_file/1838_RIKU_1_2017.pdf

Järvelin, J. (2011). *Poliisin työturvallisuudenjohtamisen toimivuus kriisitilanteiden yhteydessä. Kolme kouluampumistapausesimerkkiä*. Väitöskirja, Tampereen Yliopisto Trepo,

80–81,207,211. Noudettu

osoitteesta: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66770/978-951-44-8501-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Kankkunen, P. & Vehviläinen - Julkunen, K. (2010). *Tutkimus hoitotieteessä*. Helsinki: WSOYpro Oy, 172.

Kankkunen, P. & Vehviläinen - Julkunen, K. (2017). *Tutkimus hoitotieteessä*. Helsinki: WSOYpro Oy. 3-5 painos, 197–199, 214.

Koivisto, T. & Paajanen, T. (2020). *Psyykkisen ja kognitiivisen toimintakyvyn tukeminen*. Teoksessa Vuokko, A., Punakallio, A. Paajanen, T. Lusa, S. (toim.) *Pelastushenkilöstön työterveysseuranta- yhteistyö ja käytännöt*. Helsinki: Työterveyslaitos, 158–160.

Kukkola, J. (2018). *Kokemuksen tutkimuksen metatiede:kokemuksen käsitteen käytön ja kokemuksen ehtojen tutkimus*. Teoksessa Toikkanen, J & Virtanen, I. A. (toim.). *Kokemuksen tutkimus IV kokemuksen käsite ja käyttö*. Rovaniemi: Lapland University Press, 41–43, 53.

Kuula, A. (2006). *Tutkimusetiikka*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 25.

Kylmä, J. & Juvakka, T. (2012). *Laadullinen terveystutkimus*. Helsinki: Edita.1.-2.painos, 80.

Käypähoito. (2020). *Traumaperäinen stressihäiriö*. Noudettu osoitteesta <https://www.kaypahoito.fi/hoi50080>

Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta 306/2019.

<https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2019/20190306>

Lee, J.H,Subin Park, S., Minyoung& Sim, M. (2018)*Relationship between Ways of Coping and Posttraumatic Stress Symptoms in Firefighters Compared to the General Population in South Korea*. Noudettu osoitteesta <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30384285/>

Liikamaa, P. (2021). *Kriisi*. Noudettu osoitteesta <https://www.kriisikeskussjk.fi/mika-on-kriisi/kriisi-itsemurha-ja-suru/kriisi/>

Lindqvist, A. (n.d). *Sijaistraumatisoitumisen ehkäisystä pähkinäkuoressa*, 100–101 .Noudettu osoitteesta https://asiakas.kotisivukone.com/files/ttkeskus.palvelee.fi/Artikkelit/Traumaperaisen_dissoziaatiohairion_vakauttaminen_Suomessa_-_projektiraportti/Sijaistraumatisoitumisen_ehkaisysta_-_Arja_Lindqvist.pdf

Lehtomaa, M. (2008). Fenomenologinen kokemuksen tutkimus: haastattelu, analyysi ja ymmärtäminen. Teoksessa Perttula, J & Latomaa, T. (toim.). *Kokemuksen tutkimus merkitys, tulkinta, ymmärtäminen*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 163–167, 170–171.

Mankkinen, T. (2011). *Palomiehen ammatti työnä ja elämäntapana*. [väitöskirja, Tampereen Yliopisto]. Trepo, 53–57, 82, 92, 264–268. Noudettu osoitteesta: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66706/978-951-44-8337-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mieli. (n.d) *Mitä on resilienssi?* Noudettu osoitteesta <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/sairastuminen-voi-olla-kriisi/mit%C3%A4-resilienssi>

Mielenterveystalo. (n.d) *TOIVO - KRIISISTÄ SELVIYTYMISEN OMA-APUOHJELMA NUORILLEOSIO 1: PERUSTIETOA KRIISEISTÄ*. Noudettu osoitteesta https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/itsearviointi_omaapu/oma-apu/toivo/Pages/osio_1.aspx

Mielenterveystalo. (n.d) *Äkilliset elämänkriisit*. Noudettu osoitteesta https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/tietoa_oireista/Pages/akilliset_elamankriisit.aspx

Mielipalvelut oy. (2017) *Traumat ja traumatisoituminen*. Noudettu osoitteesta <https://www.mielipalvelut.fi/traumat-ja-traumatisoituminen/>

Miettinen, T., Pulkkinen, S. & Taipale, J. (2010). *Fenomenologian ydinkysymyksiä*. Teoksessa Miettinen, T. Pulkkinen, S. & Taipale, J. (toim.). *Fenomenologian ydinkysymyksiä*. Helsinki: Gaudeamus, 10–14.

Nunez, K. (2020) *Fight, Flight or freeze: What this response means?* Noudettu osoitteesta <https://www.healthline.com/health/mental-health/fight-flight-freeze>

Nurmi, L. (2006) .*Kriisi pelko pakokauhu*. Helsinki: Edita, 36, 75–80.

Palosaari, E. (2008). *Lupa särkyä: kriisistä elämään*. Helsinki: Edita, 23–24, 36, 42–43, 89.

Perttula, J. (1995). *Kokemus psykologisena tutkimuskohteena: Johdatus fenomenologiseen psykologiaan*. Tampere: Suomen Fenomenologinen instituutti, 9–11, 43,54,71.

Perttula, J. (2000). Kokemuksesta tiedoksi: Fenomenologisen metodin uudelleen muotoilu. *Kasvatus*. 2000(5), 428–442. Noudettu osoitteesta: <http://elektra.helsinki.fi.ezproxy.hamk.fi/se/k/0022-927-x/31/5/kokemuks.pdf>

Perttula, J. (2008). Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Perttula, J & Lomaa, T. (toim.). *Kokemuksen tutkimus merkitys–tulkinta–ymmärtäminen*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 115–158.

Pelastuslaki 2011/379.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110379?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=pelastuslaki>

Pelastusopisto. (2021). *Pelastaja*. Noudettu osoitteesta

<https://www.pelastusopisto.fi/koulutus/tutkinnot/pelastajatutkinto/ammattikuvaus/#52671d60>

Poijula, S. (2021) *Kriisi*. Noudettu osoitteesta <https://www.soilipoijula.fi/tietosivut/kriisi/>

Poijula, S. (2016) *Lapsi ja kriisi, Selviytyminen ja tukeminen*. Soili Poijula ja Kirjapaja , 157–158.

Pulkkinen, S. (2010). Husserlin fenomenologinen menetelmä. Teoksessa Miettinen, T, Pulkkinen, S. & Taipale, J. (toim.). *Fenomenologian ydinkysymyksiä*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press, 28–30, 35.

Punakallio, A., Vuokko, A., Paajanen, T., Lusa, S., Kontio, M., Kujala, I., Linko, J., Miilunpalo, E., Nikula, K., Viitala, M. (2020). *Työ ja toimintaympäristö*. Teoksessa Vuokko, A., Punakallio, A. Paajanen, T. Lusa, S. (toim.) *Pelastushenkilöstön työterveysseuranta- yhteistyö ja käytännöt*. Helsinki: Työterveyslaitos, 16–20.

Rauhala, L. (1993). *Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä: Maailmankuvan kokonaisrakenteen erittelyä ihmistä koskevien tieteiden kysymyksissä*. Tampereen yliopisto: Suomenfenomenologinen insituutti, 69–71, 112.

Rauhala, L. (2005). *Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyysieja ja soveluksia*. Helsinki: Yliopistopaino, 17–23, 57–59, 62, 126 .

Rauhala, L. (2009). *Henkinen ihminen. Henkinen ihmisessä & ihmisen ainutlaatuisuus*. Helsinki: Gaudeamus, 112.

Rapeli, M. (2017) *Psykososiaalinen tuki ja varautuminen. Sosiaalipäivystys osana uudistuvaa sosiaali- ja terveydenhuoltoa*, 13, 26. Noudettu osoitteesta:

https://stm.fi/documents/1271139/2013564/170615_Sosiaalipäivystykset_Kuopio_06062017-Rapeli.pdf/ed5d9b69-136e-431e-a647-8153a5a0c7f9

Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. (2014). *Tutkimuksen voimasanat*. 1-3 p. Helsinki: WSOYpro OY, 81, 82, 83.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). *Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Noudettu osoitteesta

https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_1_1_1.html

Salli, S. (2003). *Kuin salama kirkkaalta taivaalta*. Kustannusyhtiö Otava, 41–52, 60–68, 74–81, 84–88, 96–106, 142–149, 154–155.

Santonen, T. (2020). *Kemikaaliset tekijät*. Teoksessa Vuokko, A., Punakallio, A. Paajanen, T. Lusa, S. (toim.) *Pelastushenkilöstön työterveysseuranta- yhteistyö ja käytännöt*. Helsinki: Työterveyslaitos, 46–48.

Sarparanta, V. (2014). *Hätätilanne voi olla liikaa ihmisen päättelykyvyille*. Noudettu osoitteesta: <https://yle.fi/uutiset/3-7089334>

Sosiaalihuoltolaki 2014/1301 . Noudettu osoitteesta:

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=sosiaalihuoltolaki>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (n.d) *Sosiaalipäivystys*. Noudettu osoitteesta: <https://stm.fi/sosiaalipaivystys>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2009) *Traumaattisten tilanteiden psykososiaalinen tuki ja palvelut*. Opas kunnille ja kuntayhtymille, 13. Noudettu osoitteesta:

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72736/Julk200916.pdf?sequence=1>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2019a). *Työryhmältä 12 suositusta psykososiaalisen tuen kehittämiseksi kriisitilanteissa*, 9,22–23. Noudettu osoitteesta: <https://stm.fi/-/tyoryhmalta-12-suositusta-psykososiaalisen-tuen-kehittamiseksi-kriisitilanteissa>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2019b). *Äkillisiin traumaattisiin tilanteisiin liittyvän psykososiaalisen tuen kehittäminen*. Työryhmän loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita. 2019:46. Noudettu osoitteesta http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161634/R_46_19_Psykososiaalisen_tuen_loppuraportti.pdf

Sumanen, H. (2020) *EXPERIENCES AND IMPACTS OF THE POST CRITICAL INCIDENT SEMINAR AMONG RESCUE AND EMERGENCY MEDICAL SERVICE PERSONNEL*, 6. Noudettu osoitteesta: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/344757/ISBN9789523442580.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Surevan kohtaaminen- hanke (2018-2020) *Kriisissä olevan auttaminen*. Noudettu osoitteesta <https://www.surevankohtaaminen.fi/kriisiapu/>

Suomen YK-Liitto (n.d.) *Kestävän kehityksen tavoitteet* Kestävä kehitys agenda 2030. Noudettu osoitteesta <https://www.ykliitto.fi/yk-teemat/kestavan-kehityksen-tavoitteet>

Tietosuojalaki 5.12.2018/1050. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20181050>

Tuomi, J & Sarajärvi, A. (2018) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi, uudistettu laitos. Kustanososakeyhtiö Tammi: Helsinki, 105–113.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2012). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa*, 6–7, 56. Noudettu osoitteesta: <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/HTK-ohje-2012>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2020). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa*. Noudettu osoitteesta <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/ihmistieteiden-eettisen-ennakoarvioinnin-ohje>

Traumaterapiakeskus.(2018) *Psyykinen trauma*. Noudettu osoitteesta <https://www.traumat erapiakeskus.com/18>

Työterveyshuoltolaki 2001/1383
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20011383?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=ty%C3%B6terveyshuoltolaki>

Työterveyslaitos. (2021). *Mitä on resilienssi?* Noudettu osoitteesta <https://www.ttl.fi/tyoyhteiso/tyon-kehittaminen/mita-on-resilienssi/>

Tökkäri, V. (2018). Fenomenologisen, hermeneuttis-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa Toikkanen, J & Virtanen, I. A. (toim.).

Kokemuksen tutkimus IV kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi: Lapland University Press, 64–84.

Vastuullinen Suomi. (2020)*Ihmiset* Noudettu osoitteesta

<https://www.vastuullinensuomi.fi/ihmiset/>

Viitala, M., Kontio, M., Nikula, K., Kujala, I., Miilunpalo, E., Punakallio, A. (2020).*Työ ja toimintaympäristö.* Teoksessa Vuokko, A., Punakallio, A. Paajanen, T. Lusa, S. (toim.)*Pelastushenkilöstön työterveysseuranta- yhteistyö ja käytännöt.* Helsinki: Työterveyslaitos, 16–20.

Vuokko, A. (2020). Pelastusalalla toimivien työterveysseuranta ja terveysvaatimukset. Teoksessa Vuokko, A., Punakallio, A. Paajanen, T. Lusa, S. (toim.)*Pelastushenkilöstön työterveysseuranta- yhteistyö ja käytännöt.* Helsinki: Työterveyslaitos, 78–80.

Liite 1: Tiedote opinnäytetyöstä, Saatekirje**PELASTUSTYÖNTEKIJÖIDEN KOKEMUKSIA SAAMASTAAN KRIISIAVUSTA**

Hyvä vastaanottaja,

Suomessa on hyvin vähän tutkittu pelastajien kokemuksia saamastaan kriisiavusta. Pelastusala on turvallisuuskriittinen ala ja kriisityön tärkeyttä pelastajille ei voi olla huomioimatta.

Teillä on mahdollisuus osallistua tutkimukseen, joka käsittelee kokemuksianne saamastanne kriisiavusta. Kysely on avoinna XXXX. Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa tietoa pelastajien kokemuksista saadusta kriisiavusta. Tietoa voidaan hyödyntää pelastajien kriisiavun kehittämisessä.

Tutkimus on kohdennettu pelastajille, jotka ovat saaneet kriisiapua. Saatu kriisiapu voi olla, mitä tahansa kriisiapua, mitä olette saaneet esimerkiksi keskustelua työtoverin, esihenkilön tai ammattiauttajan kanssa.

Tutkimusaineisto koostuu Webropol- kyselyistä, jonka saatte esihenkilöltänne sähköpostiinne ja halutessanne teillä on mahdollisuus osallistua yksilöhaastatteluun. Yksilöhaastattelu kestää noin 30-60 minuuttia ja se voidaan toteuttaa haastateltavan toiveen mukaan lähihaastatteluna tai teamsilla. Teams- ja lähihaastattelut nauhoitetaan HAMKin nauhureilla. Haastattelukertoja voi olla 1-2.

Kaikki tutkimusaineisto käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti ja on vain tutkijoiden käytössä. Tutkijoilla ja ohjaavalla opettajalla on salassapitovelvollisuus.

Tutkimusaineisto tallennetaan tietoturvallisesti. Valmis opinnäytetyö julkaistaan julkisessa opinnäytetyöarkistossa Theseuksessa. Ennen opinnäytetyön julkaisemista yksilöhaastatteluun osallistuvat saavat tutkimusraportin luonnoksen luettavakseen ja hyväksyttäväkseen. Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja sen voi keskeyttää ilman perusteluja missä vaiheessa tahansa. Tutkittavan peruuttaessaan tutkimuksen, voidaan hänen antamiaan vastauksia käyttää tulosten analysoinnissa. Tutkimuksesta ei koidu kustannuksia tutkittavalle. Kaikki kerätty tutkimusmateriaali hävitetään aineiston analyysin jälkeen. Valmiissa opinnäytetyöraportissa voidaan käyttää suoria lainauksia saadusta aineistosta, mutta lainaukset kirjoitetaan raportissa yleiskielellä,

joten tutkimukseen osallistuvia henkilöitä, eikä pelastuslaitosta voida tunnistaa tai kohdentaa. Tutkimusaineiston keräyksen ja analysoinnin ajan haastatteluiden ääninauhat säilytetään digitaalisesti HAMKin Wihin luottamuksellisella alustalla / tutkijoiden henkilökohtaisella suljetulla verkkolevykansiolla. Alkuperäiset ääninauhat tuhoetaan, kun aineiston analysointi on valmis. Haastattelujen litteraatit säilytetään HAMKin ohjeistuksen mukaisesti yhden vuoden ajan opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen opiskelijoiden toimesta. Tämän jälkeen myös litteraatit tuhoetaan. Litteroinnissa osallistujien identifioivat tiedot jätetään pois. Muu tutkimusaineisto hävitetään työn valmistuttua.

Olemme työterveyshoitaja Elina Paganus ja sairaanhoitaja Reetta Lanttola. Opiskelemme Hämeen ammattikorkeakoulussa ylempää ammattikorkeakoulu tutkintoa sosiaali- ja terveystieteiden kehittämisestä ja johtamista sekä kriisityötä. Opinnäytetyötämme ohjaa Hämeen ammattikorkeakoulun koulutuspäällikkö Merja Salminen, (merja.salminen@hamk.fi) Arvostamme osallistumistanne paljon. Kiitos siitä jo etukäteen. Toivomme, että osallistutte kyselyn lisäksi myös yksilöhaastatteluun, joka esisijaisesti toteutetaan Teamsissa. Tähän voitte ilmoittautua yhteydenottolomakkeella. Tutkimuksesta (kyselyt ja haastattelu) tehdään erilliset tietosuojailmoitukset, jotka täyttävät tietosuojalainsäädännön vaatimukset.

Vastaamme mielellämme opinnäytetyötä koskeviin lisäkysymyksiin, yhteystiedot ovat alla.

Yhteystyöterveisin,

Elina Paganus

Työterveyshoitaja, YAMK opiskelija

Reetta Lanttola

Sairaanhoitaja, YAMK opiskelija

Liite 2: Suostumuslomake

SUOSTUMINEN TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISEEN

Vahvistan allekirjoituksellani, että olen saanut riittävästi tietoa tutkimuksen toteuttamisesta. Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet on selvitetty minulle ja minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimukseen liittyen. Olen saanut riittävät vastaukset tutkimusta koskeviin kysymyksiini. Olen tietoinen omista oikeuksista koskien tutkittavana oloa ja siitä, kuinka tutkimusaineisto kerätään, säilytetään ja hävitetään sekä siitä, että tutkimusaineisto säilytetään nimettömänä ja ne käsitellään luottamuksellisesti. Valmiissa opinnäytetyön raportissa voidaan käyttää suoria lainauksia, mutta opinnäytetyöhön osallistuvan henkilöllisyys pidetään salassa.

Allekirjoittamalla tämän sopimuksen, suostun vapaaehtoisesti tutkimukseen ja annan tutkijalle luvan kerätä, säilyttää ja käyttää aineistoa minulle lähetetyssä kutsussa esitetyn mukaisesti. Olen tietoinen siitä, että voin keskeyttää tutkimukseen osallistumiseni tai perua suostumuksen tutkimukseen osallistumisestani, milloin tahansa syytä ilmoittamatta ennen tutkimuksen päättymistä.

Suostun siihen, että haastattelut nauhoitetaan.

Tämä sopimus säilytetään erillisenä tutkimusaineistosta.

_/_2021

tutkimukseen osallistuvan allekirjoitus

Liite 3: Aineiston hallinta suunnitelma

13.2 Aineiston hallintasuunnitelma

Tutkimusaineiston ja henkilötietojen käsittelyssä noudatetaan lakeja ja asetuksia. Tutkimustietoja säilytystä sääntelee lainsäädäntö sekä hyvä eettinen tutkimustapa. Tutkimusaineiston käyttöoikeus on ainoastaan tutkijoilla, joilla on salassapitovelvollisuus. Salassapitovelvollisuus koskee myös tutkimuksen ohjaajaa. Tutkimusaineiston keräyksen ja analysoinnin ajan haastatteluiden ääninauhat säilytetään digitaalisesti HAMKin Wihin luottamuksellisella alustalla / tutkijoiden henkilökohtaisella suljetulla verkkolevykansiolla. Alkuperäiset ääninauhat tuhoetaan, kun aineiston analysointi on valmis. Haastattelujen litteraatit säilytetään HAMKin ohjeistuksen mukaisesti yhden vuoden ajan opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen opiskelijoiden toimesta. Tämän jälkeen myös litteraatit tuhoetaan. Litteroinnissa osallistujien identifioivat tiedot jätetään pois. Muu tutkimusaineisto hävitetään työn valmistuttua.

Aineiston sensitiivisyyden vuoksi ainestoa ei tulla säilyttämään tai avaamaan muiden käyttöön tutkimuksen valmistuttua. Mikäli tutkimuksesta tulee paperista materiaalia, ne säilytetään tutkijoiden henkilökohtaisessa lukollisessa kaapissa.

Vastaaminen webropol-kyselyyn on mahdollista nimettömästi. Mikäli tutkittava haluaa osallistua haastatteluun, jättää hän yhteystiedot erillisellä webropol-kyselyllä, mikä koostuu ainoastaan yhteydenottolomakkeesta. Lomakkeeseen täytetään etunimi/ nimimerkki/ sekä puhelinnumero tai sähköpostiosoite haastattelun sopimista varten. Webropol-kyselyistä sekä haastattelusta tehdään erilliset tietosuojailmoitukset, jotka täyttävät tietosuojalainsäädännön vaatimukset. Haastateltavista tehdään henkilötietorekisteri tutkimustyötä varten ja henkilörekisteristä tehdään tietosuojailmoitus. Webropol- kyselyistä tullut aineisto siirretään Exceliin ja yhteystietoja sisältävä aineisto poistetaan Webropolista.

Henkilötietojen käsittelyä koskee EU:n tietosuoja-asetus. EU:n yleinen tietosuoja-asetus 2016/679, 2020) ja Suomen tietosuojalaki 5.12.2018/1050, 2020.(Finlex nd.) Näiden mukaan tutkimuksessa käytetään erittäin tarkkaa huolellisuutta henkilötietoja käsiteltäessä.

Webropol- kyselystä saadusta henkilötietoreksiterin keräämisessä noudatetaan tarkoin HAMK:n ohjeita sekä lakeja ja asetuksia. Rekisterin henkilötietojen käsittely perusteena on laki. Tärkeimpänä säädöksinä ovat

tietosuojalaki (1050/2018), laki julkisen hallinnon tiedonhallinnasta (906/2019) ja EU:n yleinen tietosuoja-asetus (2016/679).(HAMK,2020).

Tietosuojailmoitusta koskee rekisteröidyn informointiasiakirja. Tietosuoja-asetuksen (2016/679) artikla 13 ja 14. Käsiteltäessä henkilötietoja käytetään rekisteriä tutkijoiden tekemien haastattelujen toteuttamiseen ja rekisterinpitäjien osoitusvelvollisuuden todentamiseen. Tietosuoja koskee myös rekisteriä, henkilötietojen käsittelyä ja näihin kohdistuva toimenpiteitä. Lokitietojen merkinnöistä voidaan osoittamaan tutkijoiden toimintatapa henkilötietoja käsiteltäessä.(HAMK,2020) Tietosuojailmoitus tehdään webropol kyselystä ja avoimesta haastattelusta erillisinä ilmoituksina HAMK ohjeiden mukaisesti (Liite 6).

Liite 4: Lausuntopyyntö tutkimuksen eettisestä ennakkoarvioinnista**LAUSUNTOPYYNTÖ TUTKIMUKSEN EETTISESTÄ ENNAKKOARVIOINNISTA**

Lomaketta käytetään haettaessa Pääkaupunkiseudun ammattikorkeakoulujen ihmistieteiden eettisen toimikunnan lausuntoa tutkimushankkeiden eettisyydestä, ellei lainsäädännössä arviointia ole muille tahoille määrätty. Lääketieteellisen tutkimuslain alaisen tutkimusten eettisyyden arvioi aina alueellinen lääketieteellinen eettinen toimikunta. Kliinisiin lääketutkimuksiin haetaan ensin valtakunnalliselta lääketieteelliseltä eettiseltä toimikunnalta (TUKIJA), jonka perusteella eettisen ennakkoarvioinnin tekee TUKIJA tai alueellinen lääketieteellinen eettinen toimikunta.

Voit käyttää tätä lomaketta dokumentoimaan omaan tutkimukseesi / opinnäytetyöhösi liittyvien tutkimuseettisten seikkojen pohdintaa myös silloin, kun tutkimukseesi / opinnäytetyösi ei tarvitse eettistä ennakkoarviointia.

1. Tiedot tutkimuksesta / opinnäytetyöstä

Tutkija / opinnäytetyöntekijä	Elina Paganus ja Reetta Lantola
Organisaatio	HAMK Hämeen ammattikorkeakoulu
Sähköposti	
Puhelin	
Tutkimuksesta vastaava henkilö / opinnäytetyön ohjaaja	
Nimi	Merja Salminen
Oppiarvo, toimi	FT, Koulutuspäällikkö
Organisaatio	Hämeen ammattikorkeakoulu
Sähköposti	merja.salminen@hamk.fi
Puhelin	
Tutkimuksen nimi (myös englanniksi, jos toimikunnalta tarvitaan englanninkielinen lausunto)	Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta
Lyhyt kuvaus tutkimuksesta (Mihin ongelmaan haetaan ratkaisua? Tarkennettu tutkimuskysymys, käytettävät menetelmät, toivottu tulos, tulosten hyödyntäminen ja hyödyntäjät. Mitä uutta tietoa tutkimus tuo? Uuden tiedon merkitys? Jos kyseessä iso hanke, kuvaile kohdat, joihin haluat toimikunnan ottavan kantaa.) Enintään 300 sanaa.	Tutkimus tehdään Etelä- Suomessa sijaitsevaan pelastuslaitokseen. Tutkimustehtävänä on 1.) kuvailla minkälaisia kokemuksia pelastustyöntekijöillä on saamastaan kriisiavusta sekä 2.) Millaisia merkityksiä pelastustyöntekijät antavat saamalleen kriisiavulle? Tutkimuksen aineisto koostuu pelastustyöntekijöiden avoimen kyselyn kirjallisista vastauksista sekä avoimesta haastattelusta. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää pelastustyöntekijöiden kriisiavun kehittämisessä. Tutkimus toteutetaan yhteistyössä Etelä-Suomessa sijaitsevan pelastuslaitoksen kanssa.
Tutkimuksen arvioitu alkaminen	Syksy 2019
Arvioitu kesto	Syksy 2021
Aineistonkeruu aloitetaan [pvm]	1.6.2021

Minkälaiseen kokonaisuuteen tutkimus kuuluu? Hankkeen toimijat (tutkimuslaitokset, korkeakoulut, niiden yksiköt/laitokset ja tutkijat; muut osallistuvat yksiköt ja niiden tutkijat)	Hämeen ammattikorkeakoulu ja tutkimuksen kohteena on eteläsuomalainen pelastuslaitos
Hankkeen rahoittajat ja rahoitussummat	Ei ole

Onko kyseessä: Uusi tutkimus Tutkimukseen on tehty muutoksia ja pyydetään uusi lausunto

Aiemman lausunnon päivämäärä: _____

Mitä muutoksia tutkimukseen on tehty aiemman ennakoarviointilausunnon saamisen jälkeen? Lyhyt kuvaus muutoksista luettelona, enintään 200 sanaa.

2. Lausunnon hakijan arvio eettisen ennakoarvioinnin tarpeellisuudesta

	Onko kyseessä lääketieteellistä tutkimusta koskevan lain alainen tutkimus, eli:	Kyllä	Ei
1.	Onko kyseessä tieteellinen tutkimus? Lääketieteen tutkimuslain tarkoittama tutkimus on tieteellinen, jos: <ul style="list-style-type: none"> • siitä vastaavalla henkilöllä on ko. tutkimuksen edellyttämä ammatillinen ja tieteellinen pätevyys • tutkimukselle on tehty tieteellisen tutkimuksen tutkimussuunnitelma • tarkoitus on lisätä tietoa tieteellisen menetelmän avulla • tutkimuksen tulokset on tarkoitus julkaista kaikkien saataville johonkin tiedeyhteisön hyväksymään julkaisukanavaan Huom! AMK-opinnäytetyö täyttää harvoin tieteellisen tutkimuksen kriteerit. Jos ONT on osa isompaa tutkimushanketta, haetaan eettinen ennakoarviointi koko tutkimussuunnitelmalle.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2.	Onko tutkimuksen tarkoituksena lisätä tietoa terveydestä, sairauksien syistä, oireista, diagnostiikasta, hoidosta, ehkäisystä tai tautien olemuksesta yleensä?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
3.	Puututaanko tutkimuksessa ihmisen fyysiseen koskemattomuuteen? Fyysiseen koskemattomuuteen puuttumista ovat esimerkiksi verinäytteiden, biopsioiden ja vastaavien ottaminen, fyysistä rasitusta sisältävät tutkimukset sekä tutkimukset, joissa pyritään vaikuttamaan terveyteen tai sairauksien riskiin tai oireisiin.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
4.	Puututaanko tutkimuksessa ihmisen psyykkiseen koskemattomuuteen? Psyykkiseen koskemattomuuteen puuttumista on, jos tutkimuksesta voi aiheutua vaaraa tutkimushenkilön henkiselle hyvinvoinnille.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p>Jos vastasit "kyllä" kysymyksiin nro 1 ja 2 sekä kysymykseen 3 tai 4, tutkimukselle on saatava ennen sen aloittamista puoltava lausunto alueelliselta lääketieteelliseltä eettiseltä toimikunnalta.</p> <p>Lisätietoja: HUS eettisten toimikuntien nettisivuilta</p> <p>Huom!</p> <p>a. Jos kyseessä ei ole tieteellinen tutkimus, vaan anonymisti toteutettava mielipidekysely, et tarvitse eettistä ennakoarviointia</p> <p>b. Jos haastattelututkimuksessa kerätään erityisen henkilökohtaisia tai arkaluonteisia terveydentilatietoja ja tarkoitus on tutkia sairauksia tai niiden hoitoa, kyse saattaa</p>			

olla lääketieteellisestä tutkimuksesta, missä puututaan psyykkiseen koskemattomuuteen. Silloin eettisen ennakoarvioinnin tekee alueellinen lääketieteellinen eettinen toimikunta

c. Pelkästään rekisteritietoihin perustuvat tutkimukset tai potilasasiakirjoihin perustuvat tutkimukset (tutkittaviin ei oteta yhteyttä) eivät tarvitse eettistä ennakoarviointia

d. Terveystieteissä tehtävät palvelukehitys- ja havainnointitutkimukset sekä laatu- ja prosessihankkeet, kun niissä ei puututa ihmisen koskemattomuuteen, eivät kuulu lääketieteellistä tutkimusta koskevan lain piiriin

		Kyllä	Ei
5.	Onko kyseessä muu kuin lääketieteen tutkimuslain alainen ihmiseen kohdistuva tutkimus? Eli humanististen alojen ja yhteiskuntatieteiden ohella esim. ihmisiin kohdistuva luonnontieteellinen ja tekniikan alan tutkimus, taiteellinen tutkimus ja ei-kajoava terveys- tai lääketieteellinen tutkimus ml. liikuntatieteellinen ja ravitsemustieteellinen tutkimus.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
6.	Poiketaanko tutkimukseen osallistumisessa tietoon perustuvan suostumuksen periaatteesta? Tietoon perustuva suostumus tarkoittaa sitä, että: a. tutkittava tietää olevansa tutkittavana b. tutkittava saa ymmärrettävästi ja totuudenmukaisesti tietoa tutkimuksesta c. tutkittavalla on riittävästi aikaa päätöksentekoon ja mahdollisuus kysyä lisätietoa d. tutkittavalle ei saa tulla tunnetta osallistumisen pakollisuudesta eikä pelkoa kielteisistä seurauksista, jos hän kieltäytyy osallistumasta e. tutkittava osoittaa aktiivisesti halukkuutensa osallistua tutkimukseen f. tutkittavalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa tai peruuttaa suostumuksensa syytä ilmoittamatta ennen tutkimuksen päättymistä	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
7.	Onko tutkittavien joukossa henkilöryhmiä, joiden vapaaehtoisuus tutkimukseen osallistumisesta voidaan kyseenalaistaa? Haavoittuvassa asemassa olevat tai tutkijaan tai tutkimusta tekevään organisaatioon riippuvuussuhteessa olevat, esim. asevelvolliset, vangit, tutkijan omat alaiset, opiskelijat, oppilaat.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
8.	Puututaanko tutkimuksessa tutkittavien fyysiseen koskemattomuuteen? Esim. fyysisen kunnon mittaaminen, fysiologisen näytteen otto, elintarvikkeen tai muun nieltävän valmisteen nauttiminen tai fyysisen vapauden rajoittaminen niin, että tutkittavalla ei ole mahdollisuutta kohtuullisessa ajassa keskeyttää osallistumistaan tutkimukseen.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
9.	Kohdistuuko tutkimus alle 15-vuotiaisiin ilman huoltajan erillistä suostumusta tai informointia, jonka perusteella huoltajalla olisi mahdollisuus kieltää lasta osallistumasta tutkimukseen? Alle 15-vuotiaiden tutkittavien osallistumiseen tarvitaan pääsääntöisesti huoltajan suostumus. Pelkkä huoltajien informointi tutkimuksesta riittää jos: • kyseessä on vähintään 400 henkilölle kohdistuva kyselytutkimus • tutkittavia havainnoidaan ilman tallennevälineitä ja henkilötietojen käsittelyä	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
10.	Esitetäänkö tutkittaville poikkeuksellisen voimakkaita ärsykeitä? Esim. väkivaltaa tai pornografiaa sisältävät materiaalit, tutkittavan arvomaailmaan täysin sopimattomat ajatukset tai materiaalit.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
11.	Onko tutkimuksessa riski aiheuttaa tutkittaville tai heidän läheisilleen normaalin arkielämän rajat ylittävää henkistä haittaa? Esim. tutkimus liittyy tutkittavien tai heidän läheistensä traumaattisiin kokemuksiin.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Voiko tutkimuksen toteuttaminen merkitä turvallisuusuhkaa tutkittavalle tai tutkijalle tai heidän läheisilleen? Esim. perheväkivaltaa koskevat tutkimukset, kriisitilanteissa tai -alueilla toteutettavat tutkimukset. Myös tietoturvariskit voivat olla turvallisuusuhka, jos tutkittavien henkilötietoja esimerkiksi kerätään ja yhdistetään useista eri lähteistä.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Jos vastasit "kyllä" kysymykseen nro 5 ja johonkin kysymyksistä 6 - 12, tutkimukselle on saatava ennen aineistonkeruuta ennakoarviointilausunto ihmistieteiden eettiseltä toimikunnalta.

Jos ennakoarviointilausuntoa ei pyydetä tai tutkija ei noudata saamansa lausunnon ohjeistusta, kyseessä voi olla hyvän tieteellisen käytännön (HTK) loukkaus, joka voidaan tarvittaessa selvittää HTK-loukkauksia koskevien epäilyjen käsittelyprosessissa.

Lisätietoa: [Tutkimuseettisen neuvottukunnan \(TENK\) sivuilta](#)

13.	Onko sinulla jokin muu syy pyytää eettistä ennakoarviointia kuin edellä olevissa kysymyksissä 6 - 12 mainittu? Esim. rahoittajan, yhteistyökumppanin, tutkimuskohteen tai julkaisijan vaatimus.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Tällöin eettinen toimikunta voi antaa lausunnon sijaan kuvauksen Suomen eettisen ennakoarvioinnin käytännöistä ja siitä, milloin Suomessa tarvitaan eettinen ennakoarviointi.			
14.	Perustuuko tutkimus vain julkisiin tietoihin, rekisteri- ja asiakirja-aineistoihin tai arkistoaineistoon?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Jos vastasit "kyllä", et tarvitse eettistä ennakoarviointilausuntoa ihmistieteiden eettiseltä toimikunnalta. Tarkista, tarvitsetko mahdollisesti muita lupia tai lausuntoja!			

3. Lausunnon hakijan näkemys tutkimukseen liittyvistä eettisistä kysymyksistä ja niiden ratkaisemisesta

Tutkittavien informointi ja suostumus	
Jos lausuntopyynnön liitteenä olevista tutkittavan informointimateriaalista ja suostumuslomakkeesta käy ilmi selvästi alla olevat asiat, voit jättää vastaamatta kysymyksiin 15 - 19.	
15.	Kuinka rekrytoit tutkittavat mukaan tutkimukseen?
16.	Kuinka kerrot tutkittaville tutkimuksesta ja siihen osallistumisesta ymmärrettävästi ja totuudenmukaisesti? Huomioi erityisesti tilanteet, missä tutkittavat ovat alaikäisiä, vajaakykyisiä, haavoittuvassa asemassa olevia tai kommunikointi on haasteellista esim. kielitaidon, aistivamman tms. vuoksi.
17.	Jos tutkittavat ovat alle 15-vuotiaita, kuinka kerrot heidän huoltajilleen tutkimuksesta ja siihen osallistumisesta?
18.	Kuinka varmistat, että osallistuminen on aidosti vapaaehtoista? Onko tutkittavissa henkilöryhmiä, joiden vapaaehtoisuus voidaan kyseenalaistaa? Kuinka näiden henkilöiden suostumuksen vapaaehtoisuus on turvattu? Tutkittavalle ei saa tulla tunnetta kielteisistä seurauksista, jos hän ei halua osallistua tutkimukseen tai hän halua perua suostumuksensa myöhemmin. Esim. jos tutkittava on haavoittuvassa asemassa tai olet tutkittavaan nähden myös muussa roolissa kuin tutkijana (esihenkilö, kollega, palveluntuottaja...), tutkittavalle ei saa tulla tunnetta, että kieltäytymien vaikuttaisi hänen kohteluunsa, oikeuksiinsa tai saamaansa palveluun/hoitoon tms. Tutkittavan tunteisiin ei myöskään saa vedota, tutkittavaa ei saa houkutella tai lahjoa osallistumaan. Jos tutkimus toteutetaan osana opintoja, pitää opiskelijalla olla mahdollisuus suorittaa ko. opintopisteet myös muuten kuin osallistumalla tutkimukseen.

19.	<p>Kuinka osoitat tutkittavan tietoon perustuvan suostumuksen? Huomaa, että vaikka huoltaja tai laillinen edustaja voi antaa luvan tutkimukseen osallistumiseen, päätöksen osallistumisesta tekee kukin tutkittava omalta osaltaan. Esim. allekirjoitettu lomake, sähköisen kyselyn ”hyväksyn”-nappi, ennalta saadun materiaalin perusteella saapuminen tutkimustilanteeseen... Huomaa, että suostumusta ei voi antaa passiivisesti kuten vaikenemalla, valmiiksi rastitetulla ruudulla tai jättämällä jotain tekemättä.</p>
20.	<p>Aiotko poiketa tutkittavien tietoisesta suostumuksesta osallistua tutkimukseen? Aiotko olla antamatta tutkittaville riittävästi tai oikeaa tietoa tutkimuksesta? Perustele ratkaisusi. Jos tutkimus on perusteltu, mutta sitä ei voi toteuttaa niin, että tutkittavilta pyydetään suostumus osallistua tutkimukseen. Esim. jos tieto tutkittavana olosta vaikuttaisi tutkimustulokseen. Tai jos käytetään vanhaa aineistoa, eikä tutkittavilta voi enää pyytää suostumusta.</p>
	<p>Tutkimuksesta ei poiketa tutkittavien tietoisesta suostumuksesta. Tutkimus perustuu täysin vapaaehtoisuuteen ja tutkittavalle annetaan kaikki tarpeellinen tieto tutkimuksesta. Tietoa jaetaan saatekirjeessä, webropolkysely- linkin yhteydessä sekä suullisesti ennen avointa haastattelua.</p>
21.	<p>Aiotko tutkia alle 15-vuotiaita ilman huoltajan erillistä suostumusta tai informointia? Perustele ratkaisusi. Miten varmistat, että tutkittavaksi pyydetävät ymmärtävät tutkimuksen aiheen ja sen, mitä tutkimukseen osallistuminen heiltä edellyttää? Esim. jos tutkitaan asioita, joista huoltajien tieto tutkimuksesta vaikuttaa tutkimuksen tulokseen (mm. perheväkivalta) tai tutkittavat itse eivät halua huoltajansa tietävän (mm. päihteiden käyttö, seksuaalisuus ja vastaavat).</p>
	<p>Ei</p>
<p>Henkilötietojen käsittely tutkimuksessa</p>	
<p>Jos lausuntopyyntöön liitteenä on aineistonhallintasuunnitelma ja tutkimuksen tietosuojailmoitus, joista alla olevat tiedot käyvät selvästi ilmi, voit jättää vastaamatta kysymyksiin 22 - 30.</p>	
22.	<p>Käsitteletkö tutkimuksessasi henkilötietoja? Mitä ja miksi? Henkilötiedolla tarkoitetaan kaikkia tunnistettuun tai tunnistettavissa olevaan luonnolliseen henkilöön liittyviä tietoja. Tutkimusaineisto sisältää henkilötietoja, jos siitä voidaan suoraan tai epäsuorasti tunnistaa henkilö tai henkilöitä käyttäen kohtuullisia keinoja.</p>
23.	<p>Käsitteletkö tutkimuksessasi erityisiin henkilötietoryhmiin kuuluvia (arkaluonteisia) henkilötietoja? Mitä ja miksi? Erityisillä henkilötietoryhmillä tarkoitetaan tietoja, joista ilmenee rotu tai etninen alkuperä, poliittisia mielipiteitä, uskonnollinen tai filosofinen vakaumus tai ammattiliiton jäsenyys, geneettiset tiedot, henkilön tunnistamista varten käytetyt biometriset tiedot, terveyttä koskevat tiedot ja seksuaalista käyttäytymistä tai suuntautumista koskevat tiedot.</p>
24.	<p>Mikä on henkilötietojen laillinen käsittelyperusteesi? Henkilötietoja saa käsitellä vain, kun siihen on lainmukainen käsittelyperuste</p> <p><input type="checkbox"/> Yleisen edun mukainen tieteellinen tutkimus <input checked="" type="checkbox"/> Tutkittavan (rekisteröidyn) suostumus <input type="checkbox"/> Jokin muu, mikä?</p>
25.	<p>Jos henkilötietojen käsittelyperusteeksi on tutkittavan (rekisteröidyn) suostumus, kuinka osoitat suostumuksen?</p>
	<p>Kirjallinen suostumuslomake</p>
26.	<p>Kuka tai ketkä on rekisterinpitäjä?</p>

	Rekisterinpitäjä määrittelee henkilötietojen käyttötarkoituksen ja käsittelytavan sekä vastaa rekisterin tietosuojasta
	Tutkijat Elina Paganus ja Reetta Lantto
27.	Kuvaa, miten henkilötietoja käsitellään aineistoa analysoitaessa ja tutkimuksen tuloksia raportoitessa. Ketkä käsittelevät? Milloin ja miten aineisto pseudonymisoidaan ja/tai anonymisoidaan? Säilytetäänkö henkilötietoja tietojen yhdistämistä varten? Henkilötiedot on pääsääntöisesti poistettava aineistosta, kun ne eivät ole enää tarpeellisia tutkimuksen toteuttamiseksi tai tutkimuksen tuloksen varmistamiseksi
28.	Onko mahdollista, että yksittäiset tutkittavat on tunnistettavissa tutkimusjulkaisuissa esim. otoksen pienen koon tai tutkittavien julkisen aseman vuoksi? Tutkittaville tai tietoja tutkimukseen antaneille ei tule luvata täyttä tunnistamattomuutta, ellei se ole toteutettavissa.
Mitä tapahtuu tutkimusaineistolle tutkimuksen päättymisen jälkeen?	
29.	Onko tutkimusaineisto hyödyllinen myös jatkotutkimuksia ajatellen ja voisiko sen tallentaa avoimen tieteen periaatteiden mukaisesti myös muiden tutkijoiden saataville? Kuka huolehtii aineiston anonymisoinnista ja tallentamisesta muiden tutkijoiden saataville? Huom! Tutkittavia henkilöitä pitää informoida aineiston tallentamisesta jatkokäyttöä varten jo tietojen keruuvaiheessa
30.	Jos aineistoa ei voi tallentaa ja avata muiden tutkijoiden käyttöön, kuka tuhoaa sen, miten ja milloin?
Muut mahdolliset tutkittaviin, tutkijoihin tai heidän läheisiin kohdistuvat riskit ja haitat	
31.	Jos tutkittaville esitetään poikkeuksellisen voimakkaita ärsykeitä tai on riski aiheuttaa tutkittavalle tai heidän läheisilleen normaalin arkielämän rajat ylittävää henkistä haittaa, miten olet varautunut mahdollisiin negatiivisiin seurauksiin? Esim. jos tutkimus käsittelee traumaattisia kokemuksia, onko tutkittaville tarjolla apua? Miten apu on järjestetty?
	Ei
32.	Voiko tutkimuksesta seurata turvallisuusuhkaa tutkittavalle, tutkijalle tai heidän läheisilleen? Mitä teet riskin pienentämiseksi? Ei
33.	Voiko tutkittaville mielestäsi aiheutua tutkimuksesta jotain muuta riskiä tai haittaa? Miten estät tai vähennät tuota riskiä tai haittaa? Haastattelussa kriisiavun kokemusten käsittely voi aiheuttaa tutkimukseen osallistuvalla stressiä tai ahdistusta. Stressiä ja ahdistusta voi esiintyä tutkittavalle, mikäli kokemukset kriisistä ovat jääneet käsittelemättä. Pelastuslaitoksen esihenkilöä tiedotetaan sensitiivisen haastattelun mahdollisista riskeistä ja ohjeistetaan ohjaamaan tutkittavaa olemaan yhteydessä esihenkilöön tai työterveyshuoltoon. Haastattelun alussa sekä lopussa kerrotaan tutkittavan oikeudet ja mistä saa tarvittavaa tukea tai jatkoapua.
34.	Jos tutkimukseen liittyvissä mittauksissa, kuvantamisessa tms. löytyy jotain odottamatonta (esim. viitteitä sairaudesta, josta tutkittava ei ole tietoinen), miten toimit?

--	--

4. Tutkimuksesta vastaavan henkilön / opinnäytetyön ohjaajan arvio tutkimuksen tutkittaville, tutkijalle tai heidän läheisilleen mahdollisesti aiheuttamista riskeistä tai haitoista ja tutkijan suunnitelmasta niiden ehkäisemiseksi (enintään 300 sanaa)

Ohjaajan lausunto

Opinnäytetyön aihe on sensitiivinen. Aineiston hankinnassa, erityisesti haastattelujen toteuttamisen osalta, näen työn eettisen ennakoarvioinnin tärkeänä.

Merja Salminen
Koulutuspäällikkö

Allekirjoitukset	
<input checked="" type="checkbox"/>	Vakuutan, että olen pohtinut tämän tutkimuksen / opinnäytetyön tutkittaville, tutkijalle tai heidän läheisilleen mahdollisesti aiheuttamia riskejä tai haittoja ja antanut niistä edellä totuudenmukaisen kuvan. Vakuutan, että tutkimus / opinnäytetyö toteutetaan suunnitelman mukaisesti.
JA	
<input type="checkbox"/>	Mielestäni tämä tutkimus / opinnäytetyö ei aiheuta tutkittaville, tutkijalle tai heidän läheisilleen riskejä tai haittoja, jotka edellyttäisivät eettisen toimikunnan ennakoarviointia.
TAI	
<input checked="" type="checkbox"/>	Mielestäni tämä tutkimus / opinnäytetyö voi aiheuttaa tutkittaville, tutkijalle tai heidän läheisilleen riskejä tai haittoja, jotka edellyttävät eettisen toimikunnan ennakoarviointia.
Tutkijan / opinnäytetyöntekijän allekirjoitus:	Päiväys:
Tutkimuksesta vastaavan henkilön / opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus:	Päiväys:

Liite 5 :Tietosuojailmoitus

Tietosuojailmoitus: Webropol-kysely, henkilötietorekisteri sekä yksilöhaastattelu

1. Henkilötietojen käsittelyn tarkoitus

Kyseessä on kertatutkimus, ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyö.

Aihe: Pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta

Tutkimuksen kesto: 5/2021-12/2021

Aineiston kerääminen koostuu kahdesta vaiheesta: webropol kyselystä ja yksilöhaastattelusta, jos tutkittava haluaa haastatteluun osallistua. Kysely toteutetaan webropol-kyselynä, jossa on viisi avointa kysymystä.

1. Kuvaa millaista on mielestäsi kriisiapu?
2. Kuvaa millaista kriisiapua olet saanut?
3. Kuvaa millaisia kokemuksia sinulla on saamastasi kriisiavusta?
4. Kuvaa millainen merkitys saamallasi kriisiavulla on sinulle ollut?
5. Millaisia odotuksia/kehittämideoita sinulla on kriisiavusta?

Vastaaminen webropol-kyselyyn on mahdollista nimettömästi. Mikäli tutkittava haluaa osallistua haastatteluun, jättää hän yhteystiedot erillisellä webropol-kyselyllä, mikä koostuu ainoastaan yhteydenottolomakkeesta. Webropol vastauksia ei pystytä yhdistämään yhteistietolomakkeeseen. Tutkimus käsittää kaksi toisistaan erillistä webropol- linkkiä. Toinen on kysely ja toisesta linkistä pääsee ilmoittautumaan haastatteluun. Tutkittava voi osallistua myös yksilöhaastatteluun, ilman että hän vastaa webropol-kyselyyn. Lomakkeeseen täytetään etunimi/ nimimerkki/ sekä puhelinnumero tai sähköpostiosoite haastattelun sopimista varten. Webropol- kyselyistä tullut aineisto siirretään Exceliin ja yhteystietoja sisältävä aineisto poistetaan Webropolista. Yhteydenottolomakkeen tietoja käytetään ainoastaan haastattelun ajankohdan sopimiseksi.

Yksilöhaastattelut nauhoitetaan.

2. Yhteyshenkilö rekisteriä koskevissa asioissa

Elina Paganus
Reetta Lanttola

3. Käsittelyn oikeusperuste

Henkilötietojen käsittely perustuu:

- kirjalliseen suostumukseen

Tutkittavilta ei kerätä terveydellisiä tietoja. Asiasta mainitaan ennen webropol-kyselyyn osallistumista ” ethän kerro terveydentilaa kuvaavia tietoja”.

Mikäli oikeusperuste on ”suostumus”, rekisteröidyllä on oikeus peruuttaa suostumus milloin tahansa tämän vaikuttamatta suostumuksen perusteella ennen sen peruuttamista suoritetun käsittelyn lainmukaisuuteen. Henkilön peruuttaessa suostumuksensa jo kerätty haastatteluaineisto tuhotaan.

4. Henkilötietosisältö ja säilytysajat

Aineiston sensitiivisyyden vuoksi aineistoa ei tulla säilyttämään tai avaamaan muiden käyttöön tutkimuksen valmistuttua. Mikäli tutkimuksesta tulee paperista materiaalia, ne säilytetään tutkijoiden henkilökohtaisessa lukollisessa kaapissa.

Tutkimusaineiston keräyksen ja analysoinnin ajan haastatteluiden äänitallenteet säilytetään digitaalisesti HAMKin Wihin luottamuksellisella alustalla / tutkijoiden henkilökohtaisella suljetulla verkkolevykansiolla. Alkuperäiset äänitallenteet tuhoetaan, kun aineiston analysointi on valmis. Haastattelujen litteraatit säilytetään HAMKin ohjeistuksen mukaisesti yhden vuoden ajan opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen opiskelijoiden toimesta. Tämän jälkeen myös litteraatit tuhoetaan. Litteroinnissa osallistujien identifioivat tiedot jätetään pois. Muu tutkimusaineisto hävitetään työn valmistuttua. Terveys- tai erityisiä henkilötietoja ei kerätä.

5. Rekisteröidyt

Rekisteröityinä ovat:

- Pelastustyöntekijät eräästä suomalaisesta pelastuslaitoksesta.

6. Rekisterin tietolähteet

Henkilötiedot saadaan tutkimuksen yksilöhaastatteluun osallistuvilta henkilöiltä.

7. Henkilötietojen vastaanottajat

Henkilötietojen vastaanottajia ovat:

- tutkimuksen tekijät
- Webropol Oy

8. Rekisterin suojauksen periaatteet

9. A Manuaalinen aineisto

Säilytetään lukkojen takana ja hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Tietojen lainmukainen käsittely varmistetaan tietojen luokittelulla ja tietoaineistojen käsittelysääntöjen mukaisella toimintatavalla.

10. Rekisterinpitäjä

- tutkimuksen tutkijat : Elina Paganus ja Reetta Lanttola, HAMK-opiskelijat YAMK

11. Automaattinen päätöksenteko

Rekisterissä ei tehdä automaattista päätöksentekoa

12. Tietojen siirto EU:n tai ETA:n ulkopuolelle

Tietoja ei siirretä EU:n tai ETA:n ulkopuolelle.

13. Rekisteröidyn oikeudet ja niiden rajoittaminen

EU:n yleinen tietosuoja-asetus (2016/679) antaa rekisteröidylle seuraavat oikeudet:

14. Oikeus peruuttaa suostumuksen

Rekisteröidyllä on milloin tahansa oikeus peruuttaa suostumuksensa. (artikla 7)

15. Oikeus saada pääsy tietoihinsa

Rekisteröidyllä on oikeus saada rekisterinpitäjältä vahvistus siitä, käsitelläänkö häntä koskevia henkilötietoja. Rekisteröidyllä on oikeus saada pääsy tietoihinsa. Tarkastusoikeudesta voidaan periä maksu tai siitä voidaan kieltäytyä, jos pyynnöt ovat ilmeisen perusteettomia tai kohtuuttomia, erityisesti jos niitä esitetään toistuvasti. (artikla 12 ja artikla 15)

16. Oikeus tietojen oikaisemiseen

Rekisteröidyllä on oikeus vaatia rekisterissä olevan virheellisen tiedon oikaisemista (artikla 16). Korjaamispyyntö tehdään kirjallisesti. Joissain tietojärjestelmissä henkilö pystyy myös itse korjaamaan omat tietonsa.

17. Oikeus tietojen poistamiseen

Rekisteröidyllä on oikeus vaatia henkilötietojensa poistamista, jos yksi seuraavista toteutuu (artikla 17):

- Henkilötietoja ei enää tarvita niihin tarkoituksiin, joita varten ne kerättiin tai joita varten niitä muutoin käsiteltiin.
- Rekisteröity peruuttaa suostumuksen, eikä käsittelyyn ole muuta laillista perustetta.
- Rekisteröity vastustaa käsittelyä eikä käsittelyyn ole olemassa perusteltua syytä (artikla 21).
- Henkilötietoja on käsitelty lainvastaisesti.
- Henkilötiedot on poistettava unionin oikeuteen tai jäsenvaltion lainsäädäntöön perustuvan rekisterinpitäjään sovellettavan lakisääteisen veloitteen noudattamiseksi.

18. Oikeus käsittelyn rajoittamiseen

Rekisteröidyllä on oikeus käsittelyn rajoittamiseen, jos yksi seuraavista toteutuu (artikla 18):

- Rekisteröity kiistää henkilötietojen paikkansapitävyyden, jolloin käsittelyä rajoitetaan ajaksi, jonka kuluessa rekisterinpitäjä voi varmistaa niiden paikkansapitävyyden.
- Käsittely on lainvastaista ja rekisteröity vastustaa henkilötietojen poistamista ja vaatii sen sijaan niiden käytön rajoittamista.
- Rekisterinpitäjä ei enää tarvitse kyseisiä henkilötietoja käsittelyn tarkoituksiin, mutta rekisteröity tarvitsee niitä oikeudellisen vaateen laatimiseksi, esittämiseksi tai puolustamiseksi.
- Rekisteröity on vastustanut henkilötietojen käsittelyä artikla 21 kohdan nojalla odotettaessa sen todentamista, syrjäyttävätkö rekisterinpitäjän oikeudet perusteet rekisteröidyn perusteet.

19. Oikeus siirtää tiedot järjestelmästä toiseen

Rekisteröidyllä on oikeus saada koneluettavassa muodossa häntä koskevat henkilötiedot, jotka hän on rekisterinpitäjälle toimittanut, mikäli käsittely perustuu suostumukseen ja käsittely tapahtuu automaattisesti. (artikla 20)

20. Pyyntö näiden oikeuksien käyttämiseen osoitetaan:

Yhteystiedot

Elina Paganus

Reetta Lanttola

21. Oikeus tehdä valitus

Rekisteröidyllä on oikeus tehdä valitus tietosuojavaltuutetun toimistolle. Lisätietoja <https://tietosuoja.fi/>.

Liite 6: Webropol- kyselylomake

Kysely pelastustyöntekijöille

Hei sinä pelastusalan ammattilainen!

Tämä tutkimuskysely on osa ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyötämme.

Opinnäytetyössämme tutkimme pelastustyöntekijöiden kokemuksia saamastaan kriisiavusta. Arvioitu aika kyselynvastaamiseen on noin 10-15 minuttia. Kaikki saadut vastaukset tullaan käsittelemään anonymisti. Vastauksia tullaan hyödyntämään opinnäytetyössämme. Kyselystä saatuja tietoja ei tulla luovuttauulko puolisille, ethän kirjoita vastauksiin omia terveystietoja.

Jokainen vastaus on tärkeä tutkimustyön kannalta. Kiitos jo etukäteen arvokkaista vastauksista. Terveisin yamk-opiskelijat, Elina Paganus & Reetta Lanttola

1. Kuvaa millaista on saamasi kriisiapu?
2. Kuvaa millaista kriisiapua olet saanut?
3. Kuvaa millaisia kokemuksia sinulla on saamastasi kriisiavusta?
4. Kuvaa millainen merkitys saamallasi kriisiavulla on sinulle ollut?
5. Kuvaa millaisia odotuksia/ kehittämideoita sinulla on kriisiavusta?

Hyväksyn tietojeni keräämisen yllämainittuun käyttöön?

Kyllä

Ei

Liite 7: Webropol- kyselylomake haastatteluun ilmoittautuminen

Haastattelu

Kiitos, että haluat osallistua yksilöhaastatteluun. Haastatteluajankohdan sopimiseksi pyydämme täyttämään yhteystietolomakkeen. Henkilötietoja ei tulla käyttämään mihinkään muuhun kuin haastattelun sopimiseksi.

Tietosuojailmoitus on saatavilla pyynnöstä rekisterinyläpitäjältä; reetta.lanttola@student.hamk.fi
<http://www.hamk.fi/tietosuojailmoitukset>

1.

Etunimi

Matkapuhelin

Sähköposti