

## Post-traumaattiset työpajat helpottavat poliisien kuormitusta

Poliisit kohtaavat työssään toisinaan äärimmäistä hätää. He selvittävät väkivaltatilanteita, perheväkivaltaa, seksuaalirikoksia ja onnettomuuksia ja menevät rikospaikalle, jossa saattaa olla käynnissä uhkaava tilanne. Työstä voi aiheutua stressiä ja traumakokemuksia. Tämän vuoksi poliiseille on kehitetty post-traumaattisia työpajoja, joissa kuormittavia asioita voidaan käsitellä. Psykoterapeutti **Markku Andelin** kertoo Valtakunnallisessa kriisi- ja traumakonferenssissa poliisien post-traumaattisista työpajoista.

”Helposti ajatellaan, että vain kenttätehtävissä työskentelevät poliisit altistuvat kuormittaville ja kriittisille työtilanteille. Kansalaisyhteisöön tai poliisiin kohdistuvat vaaratilanteet ovat kuormittavia, mutta myös muissa poliisin työtehtävissä voi kuormittua ja niistä voi olla laaja-alaisia seurauksia sekä työhön että yksityiselämään”, Markku Andelin sanoo.

Läheltä piti -tilanteet, tietoisuus siitä mitä olisi voinut tapahtua tai toisen kärsimysten todistaminen vaikuttavat Andelinin mukaan kenen tahansa työhön ja yksityiselämään. Konferenssissa esiteltävä post-traumatyöpaja malli soveltuu poliisien lisäksi muiden viranomaisten käyttöön, kuten pelastuslaitosten, rajavartioston, puolustusvoimien ja kriisinhallinnan työntekijöille.

Kenttätöitä tekevien poliisien lisäksi väkivaltarikoksia rikospaikalla tutkivat poliisit voivat altistua sijaistraumatisoitumiselle ja kumulatiiviselle stressille. Erityisiä ryhmiä ovat seksuaalirikostutkijat, tutkimussihteerit ja rikoslaboratoriossa työskentelevät henkilöt, jotka tutkivat lapsiin kohdistuvia seksuaalirikoksia. Suomessa poliisi on kehittänyt traumatyöpajoja niin, että niissä huomioidaan sijaistraumatisoitumisen ja työn aiheuttaman kumulatiivisen stressin erityispiirteet.

Käsitlemättömien kuormittavien, kriittisten tai traumaattisten tilanteiden oireiden kirjo on laaja. Vaikka koettu kokemus ei johtaisi postraumaattiseen stressihäiriöön (PTSD, post-traumatic stress disorder) vaikutukset työssä ja yksityiselämässä voivat Andelinin mukaan olla laaja-alaisia. Ne voivat haitata jopa työssä ja arjessa selviämistä. Vaikka arjen kaventumista ei tapahtuisikaan, niin vaativissa ja nopeita päätöksiä vaativissa työtehtävissä käsitlemättömät kokemukset saattavat muodostua työturvallisuusriskiksi.

Post-traumatyöpajat toteutetaan kahdesti vuodessa ja niihin osallistuu vuosittain 40-50 poliisihallinnon työntekijää. Poliisilaitosten käytössä ovat normaalit työterveyden- ja julkisen terveydenhuollon palvelut. Lisäksi poliisilaitokset ovat kouluttaneet vertaistukihenkilöitä, jotka toimivat oman laitoksensa alueella purkukeskusteluiden vetäjinä. Erityisesti Pohjanmaan poliisilaitos on tehnyt tässä uraauurtavaa työtä, josta se on myös palkittu valtakunnallisesti.

Poliisien post-traumatyöpaja on kolme päivää kestävä työskentely, jossa poliisin työntekijät voivat käsitellä työhön liittyviä kuormittavia, kriittisiä tai traumatisoivia kokemuksia. Osallistujat tulevat eri puolilta Suomea. He voivat ilmoittautua itse tulla esimiehen ilmoittamina.

Post-traumatyöpaja toteutetaan internaattimallisessa työskentelyssä, jossa vertaistuki, ryhmätyöskentely, psykoedukaatio, psykoterapeuttinen työskentely ja EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) nivoutuvat eheyttäväksi kokonaisuudeksi.

Lisätiedot:

Markku Andelin

[markku.andelin@introspekt.fi](mailto:markku.andelin@introspekt.fi)

Puh. 040-5146644