

Etänä Enemmän – sote-työ uudistuu

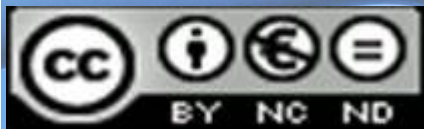
Akuutti kriisi työpaikalla

27.10.2020

Pirkko Kivinen
TAMK

Etänä
Enemmän

– sote-työ uudistuu



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

27.10.2020

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



UNIVERSITY OF
EASTERN FINLAND



LAPIN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF LAPLAND



Kunta-
työnantajat

Akuutit kriisit työpaikalla, esim.

- Vakavat työtaturmat, onnettomuudet
- Kuolemantapaukset
- Joukkosairastumiset / -altistumiset
- Uhkatilanteet, väkivaltatilanteet
- Irtisanomiset tai tieto henkilöstösupistuksista
- Työn yllättävät muutokset tai loppuminen
- Työn ulkopuoliset paikalliset, kansalliset tai globaalit kriisit
- Mainekriisi

Kriisin vaiheet ja reaktiot

1. Sokkivaihe (15 min → 2-3 pv)

- lamaannus, tunteettomuus, hysteria, turvattomuus, kieltäminen
- → Psykkinen ensiapu, psykologinen defusing, supportio
- turvallisuutta, lämpöä, lepoa ja leipää

2. Reaktiovaihe (1-2 viik → 1-2 kk)

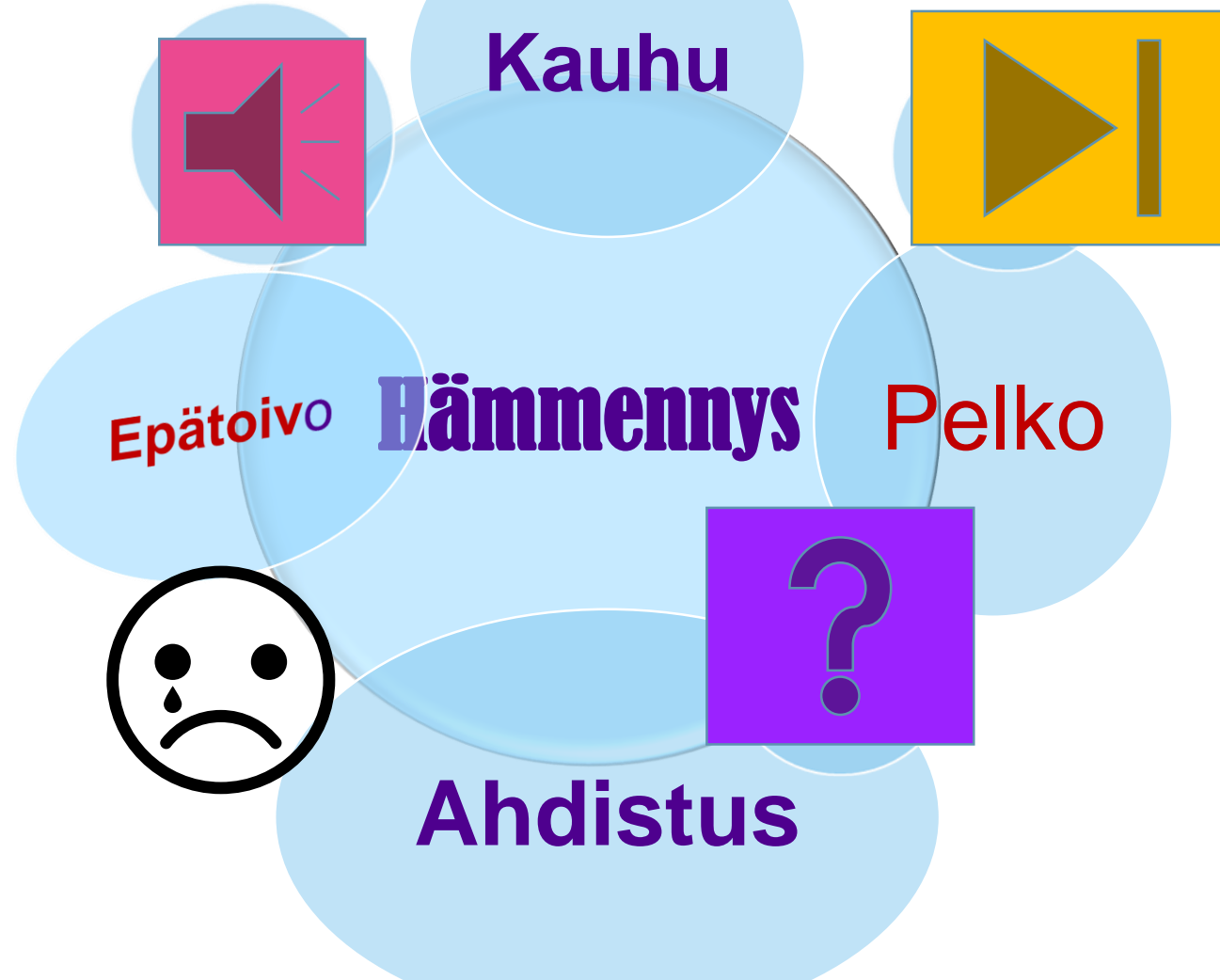
- miksi-kysymykset, voimakkaat tunteet, keholliset reaktiot ja syyttely
- → varhainen interventio, (debriefing), kriisi-istunto
- kuulluksi tuleminen, tunteiden nimeäminen, normalisointi

3. Käsittelyvaihe (1-2 kk → 1 v)

- keskittymisvaikeudet, ärtymys, sosiaalinen vetäytyminen, tapahtuman merkityksen ymmärtäminen
- → tarv. kriisi- ja traumaterapiat

4. Uudelleen suuntautumisen vaihe

Äkillinen kriisi työyhteisössä



Esimies ja kriisin kohtaaminen

- Olenko kenties osatekijä kriisissä?
- *Koskeeko kriisi myös minua henkilökohtaisesti?*
- *Pystynkö olemaan tukijan roolissa?*
- Kuka voisi tulla kanssani tapaamaan kriisissä olevia ihmisiä?
 - kollega, esimies
- Onko joku toinen vahvempi / sopivampi / ammattitaitoisempi kohtaamaan ihmiset?
 - työterveys, työsuojelu, työnohjaaja, seurakunnan edustaja, kriisiryhmän jäsen, HR

Valmistaudu ihmisten kohtaamiseen

- Rauhoitu!
- Pyri saamaan faktatietoa tapahtuneesta
- Varaa mahdollisimman rauhallinen tila
- Lähetä kutsu tapaamiseen kaikille asianosaisille
- Varmista, että kaikille on mennyt tieto tapaamisesta
- Saatavilla vettä ja käsipyyhkeitä/ nenäliinoja
- Tarvittaessa etäyhteyden luominen

Defusing eli purkukokous

- Tarkoituksena **purkaa psyykkistä kuormitusta**, rauhoittua, normalisoida omia kokemuksia ja reaktioita sekä katsoa yhdessä seuraavat askeleet eteenpäin ja arvioida mahdollisen lisätuen tarve = turvallisuus
- Pyritään järjestämään saman päivän aikana tai mahdollisimman nopeasti
- Kokous kestää noin 20 - 60 minuuttia

Kokouksen vaiheet

1. Johdanto
2. Läpikäynti
3. Informaatiovaihe

1. Johdanto

2. Läpikäynti

3. Informaatio

Purkukokouksen vaiheet

1. Johdanto

2. Läpikäynti

3. Informaatio

1. Johdantovaihe

- * Kerrotaan, miksi ollaan tässä ja mitä on tapahtunut. Saatavilla olevat faktatiedot.
- Kokouksen vetäjän rauhallisuus, ei mukaan tunnemyrskyyn. Voi sanoittaa tunneilmapiiriä, esim. 'Tämä tilanne aiheuttaa surua / pelkoa / epätietoisuutta.'

2. Läpikäynti

- Käydään läpi tapahtumat, missä ja milloin kukin sai tiedon tapahtuneesta, mitä näki, kuuli tai koki
- Ei mennä syvemmälle tunteisiin, niiden aika on myöhemmin. Vetäjä säätelee tunnetasoa.
- Vältetään syyttelyä
- Jokainen voi osallistua vointinsa/kykynsä mukaan, ei painosteta puhumaan
- Voidaan keskustella siitä, miten töitä on saatu järjesteltyä

Purkukokouksen vaiheet

1. Johdanto

2. Läpikäynti

3. Informaatio

3. Informaatiovaihe

- Vetäjä tekee yhteenvedon tapahtuneesta / puhutusta
- Kerrotaan, että epätavallisiltakin tuntuvat reaktiot kuuluvat asiaan ja ovat normaaleja (ahdistuneisuus, nukahtamisvaikeudet, yliaktiivisuus, vetäytymisen tarve yms)
- Sovitaan, miten ollaan seuraavan kerran yhteydessä, esim. aamukahvilla, pelkääkö yksinoloa illalla, kuka soittaa kenellekin jne
- Kerrotaan, miten saada tarvittaessa apua työterveydestä, päivystyksestä, auttavasta puhelimesta tms.
- Arvioidaan selkeä jatkoavun tarve
- Kartoitetaan, miten työpäivä jatkuu/loppuu ja mihin tehtäviin työssä keskitytään (perustehtävä)
- Sovitaan, milloin palataan asiaan

Psykososiaalisen tuen ja palvelujen periaate

**Kuva: Castren ym 2006,
Käypä hoito 2020**



Aineistoa

- Castrén M, Ekman S, Martikainen M, Sahi T, Söder J (toim.) 2006. Suuronnettomuusopas. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, s. 123.
- Dyregrov A. 2018. Katastrofepsykologi. Fagbokforlaget.
- Henriksson M & Lönnqvist J. 2017. Psykkiset kriisit. Teoksessa Lönnqvist J ym (toim). Psykiatria. Duodecim.
- Nieppola T. 2014. Johtaminen kriisitilanteissa. Johtajan vastualueet ja ominaisuudet poikkeustilanteissa. Pro gradu. Oulun Yliopiston Kauppakorkeakoulu.
- Seeck H. (toim.) 2009. Kriisit ja työyhteisöt. Kriisijohtaminen työyhteisöjen tukena. Työ ja ihminen. Tutkimusraportti 37. Työterveyslaitos
- Äkillisiin traumaattisiin tilanteisiin liittyvän psykososiaalisen tuen kehittäminen. Loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2019:46.
- Käypä hoito. Traumaperäinen stressihäiriö. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50080#readmore>. Luettu 21.10.2020