

Rauhanturvaajien kokemuksia kotiinpaluusta ja keinoja muutoksenhallintaan

Ulla Anttila

Abstract

The article elaborates peacekeepers' experiences from homecoming and during the time since it in the framework of resilience and action competence. The research questions focus on, what kind of experiences peacekeepers have after homecoming and how their homecoming and adaptation to everyday life can be facilitated. The focus groups of the study (n = 41) consist of recently returned peacekeeping veterans, peer volunteers of the phone aid line for peacekeepers, and veterans, who have become disabled or suffer from a mental disorder due to their duties in military crisis management. Research methods of the study rely on qualitative interviews and complementary surveys. According to the results, after homecoming the veterans need capacity for change management, even though the change management processes vary individually. Further development of the services for returned peacekeeping veterans and their families would be needed, and the results are beneficial for developing these services. Understanding for the significance of change management is important for the support of peacekeepers and their families and for soldiers' education and training. Due to the limited sizes of the samples, further research on the topic would be needed.

Johdanto

Artikkeli keskittyy erityisesti rauhanturvaajien kokemuksiin kotiinpaluun jälkeisestä ajastaan, joka on yleensä pitkä elämänvaihe rauhanturvatehtävistä kotiutuneen veteraanin elämässä. Tässä artikkelissa pyritään kuvaamaan, mitä rauhanturvaajat itse ajattelevat kotiutumisestaan ja siihen liittyvistä henkilökohtaisista sekä sosiaaliin suhteisiin liittyvistä muutosprosesseistaan. Vastavasti kartoitetaan eri kohderyhmiin kuuluvien rauhanturvaajien näkemyksiä kotiutuneiden rauhanturvaajien psykososiaalisen tuen kehittämisestä. Näin

voidaan arvioida, millainen muutosprosessi kotiinpaluu on kotiutuneille rauhanturvaajille ja miten rauhanturvaajien psykososiaalista tukea olisi tarkoituksemukaista kehittää. Suomalaisten rauhanturvaajien kotiinpaluuprosessit ovat sikäli erityisiä, että merkittävä osa heistä on siviilitaustaisia reserviläisiä toisin kuin monissa muissa maissa.

Resilienssi ja toimintakyky kriisinhallinnassa palvelevien kannalta

Resilienssi on monitieteinen käsite, jota käytetään esimerkiksi yhteiskunnallisessa ja turvallisuustutkimuksessa (ks. Hanén 2017; Hyvönen ym. 2019). Resilienssi on tärkeä käsite esimerkiksi sotatieteille juuri laaja-alaisuutensa ja monitieteisyytensä takia. Sotatieteellisessä tutkimuksessa yksilöitä tarkastellaan sotilaspedagogiikassa, sotilaspysykologiassa, sotilassosiologiassa sekä johtamisen tutkimuksessa.

Resilienssiä on kuvattu muun muassa joustavuudeksi, selviytymiskyvyksi, sinnikkyydeksi ja kriisikestävyydeksi (Poijula 2018, 16). Tässä artikkelissa keskitytään erityisesti *psykkiseen resilienssiin*, jolla tarkoitetaan yksilön henkistä kestävyyttä tai pystyvyyttä (Hedrenius & Johansson 2016, 155). Resilienteille toimijoille on ominaista kyky hallita omaa kohtaloaan vaikeissa tilanteissa sekä luoda merkityksiä vastoinkäymisille ja kielteisille tapahtumille (Poijula 2018, 17).

Henkisen hyvinvoinnin osalta merkityksellisiä käsitteitä ovat psyykinen resilienssi ja henkilökohtaiset selviytymiskeinot (coping). Henkilökohtaisiin selviytymiskeinoihin liittyy myös jaksamisen taustalla vaikuttava yksilöllinen *resilienssi*. Psykologisessa kirjallisuudessa painotetaan myös yksilöllisiä selviytymiskeinoja haasteellisissa tilanteissa, mutta myös yleisemminkin erilaisten muutostilanteiden hallintaa ja sopeutumista niihin. Selviytymiskeinot voidaan jakaa ongelmaan keskittyviin selviytymisen keinoihin ja tunteisiin (emootioihin) keskittyviin selviytymiskeinoihin. Kaiken kaikkiaan myönteisten tunteiden vahvistamista voidaan pitää keskeisenä henkilökohtaisena selviytymiskeinona koska myönteisten tunteiden avulla yksilö voi selvittää kielteisiä tunteita herättävistä prosesseista. (Mayordomo ym. 2016.)

De Terte (ym. 2014, 416–417) ovat tutkineet moniulotteisen psyykkisen resilienssin mallia poliisiaineistolla. Tutkimuksessa testattiin viittä vaikuttavaa tekijää neljällä eri ulottuvuudella: optimismia (kognitiot), sopeutuvaa selviytymiskykyä (adaptive coping; sopeutuva selviytymiskyky/kognitiot), emotionaalista kompetenssia (emootiot), sopeutuvia terveyskäytäntöjä (adaptive health practices/behaviour) sekä sosiaalista tukea (ympäristö). Paremmat

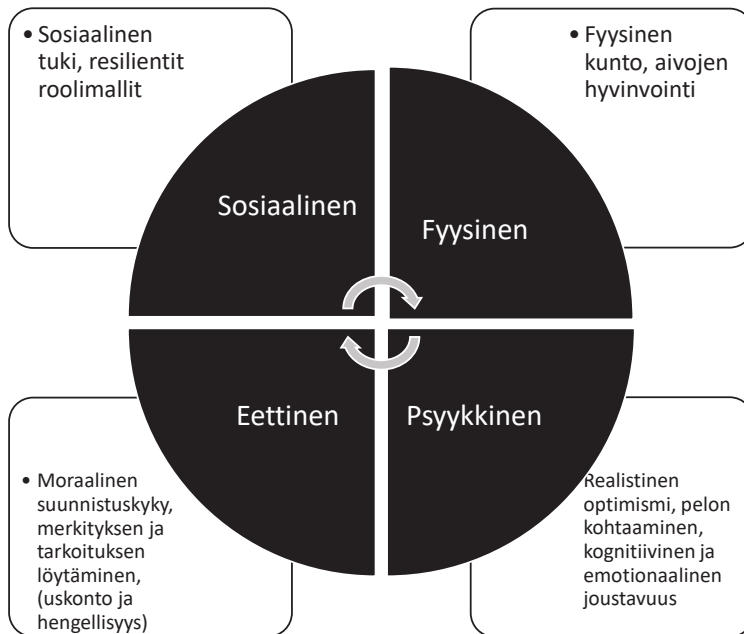
terveyskäytänteet, sosiaalinen tuki ja tunteiden tunnistaminen olivat yhteydessä pienempään traumaperäiseen stressihäiriöön (PTSD) ja optimismi oli puolestaan kielteisessä yhteydessä ahdistukseen ja traumaattisen kokemuksen jälkeiseen oireiluun. Tulokset antavat tukea fyysisen harjoittelun ja sopeutumisen merkityksestä PTSD:n välttämiseksi. Tutkituilla poliiseilla sosiaalinen tuki poliisikollegoilta on avainasemassa ja lopulta kehitelty resilienssin malli sisältää kolme ulottuvuutta ja neljä tekijää (sama, 422):

- kognitiot: optimismi ja sopeutuvat kognitiot
- käyttäytyminen: sopeutuva terveyskäyttäytyminen
- ympäristö: sosiaalinen tuki.

De Terten (ym. 2014, 423) tutkimustulokset tukevat moniulotteista psyykkisen resilienssin mallia, joka vaatii tarkentamista ja edelleen kehittämistä. Tutkijat painottavat, ettei mallia voida suoraan siirtää muihin riskialttiisiin toimintaympäristöihin ilman lisätarkennuksia. Southwick ja Charney (2018, 15–16) puolestaan laativat kriisitilanteista selviytyneiden haastatteluihin pohjautuen *kymmenen psyykkiseen resilienssiin vaikuttavan tekijän mallin*. Osa tutkituista oli toiminut sotilaina vaikeissa kriisitilanteissa. Näiden tutkijoiden mukaan psyykkiseen resilienssiin vaikuttavat tekijät ovat: realistinen optimismi, pelon kohtaaminen, moraalinen suunnistuskyky, uskonto ja hengellisyys, sosiaalinen tuki, resilienssi roolimallit, fyysinen kunto, aivojen hyvinvointi, kognitiivinen ja emotionaalinen joustavuus sekä merkityksen ja tarkoituksen löytäminen. Tässä tutkimuksessa tarkastellaan psyykkistä resilienssiä yksilöiden kykynä selviytyä poikkeuksellisen vaikeista tilanteista, ja kehitetty tarkastelukehikko on olennainen sotilaiden toimintakyvyn kannalta. Yksilön psyykkinen resilienssi voidaan kuvata myös suojaavien tekijöiden sekä riskejä että haittaa aiheuttavien tilanteiden välisinä suhteina (Van Breda 2001, 5).

Edellä kuvatut psyykkisen resilienssin mallit ovat sopusoinnussa Jarmo Toiskallion (2009; 2017) kuvaaman toimintakyvyn teorian kanssa, jossa toimintakyvyn nähdään koostuvan fyysisestä, psyykkisestä, eettisestä ja sosiaalisesta toimintakyvystä. Kangas (2010) puolestaan on arvioinut, että toimintakyvyn psyykkisen aspektin sijalle tulisi ottaa käyttöön henkinen aspekti. Eettisyys on kuvattu toimintakykyä kokoavaksi tekijäksi (Toiskallio 2017; Mäkinen 2018). Rauhanturvaamisen kontekstissa keskeisinä ohjenuorina ovat YK:n peruskirjasta ja yleismaailmallisesta ihmisoikeusjulistuksesta johdetut toimintaperiaatteet, jotka kuitenkin keskittyvät instituutioiden säätelyyn (ks. Toiskallio 2017). De Terten mallin tekijöistä kolmen voidaan katsoa sijoittuvan psyykkiseen, yhden fyysiseen ja yhden sosiaaliseen toimintakykyyn.

Southwickin ja Charneyn edellä kuvaama malli on kattavampi kuin De Terten hahmotelma, sillä se laajentaa psyykkisen resilienssin tarkastelun



Kuvio 1. Toimintakyky ja yksilön resilienssiin vaikuttavat tekijät Toiskalliota (2009) sekä Southwickia ja Charneytä (2018) soveltaen.

myös eettisyyteen. Kuvattaessaan psyykkistä kestävyyttä resilienssin käsite on suppeampi kuin toimintakyky. Toiskallion hahmottelemat toimintakyvyn ulottuvuudet voivat tukea psyykkistä kestävyyttä, siten kuin Southwick ja Charney kuvaavat, vaikka toimintakyky käsitteenä on laajempi. Psykkiseen resilienssiin vaikuttavat tekijät voidaan jakaa pääasiallisen sisältönsä mukaan toimintakyvyn ulottuvuuksiin (ks. kuvio 1) kuitenkin niin että, uskonto ja hengellisyys kuuluvat nähdäkseni jokseenkin tasasuuruisesti eettiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn, mutta ne on tässä yhteydessä luokiteltu eettisen toimintakyvyn osaksi.

Asevoimien osalta psyykkisen resilienssin tutkimusta on tehty erityisesti Yhdysvalloissa (ks. esim Cornum ym. 2011). Tutkimuksessa on painotettu positiivisen psykologian näkökulmien asevoimien kehittämiseen (ks. myös Seligman 2013). Psykkisen resilienssin vahvistamisesta sotilaskoulutuksessa tarvitaan lisää tietoa (Paananen & Huhtinen 2013, 120).

Rauhanturvaajien hyvinvointi, identiteetti ja sosiaaliset suhteet kotiinpaluun ja veteraaniuden kannalta

Kotiinpaluu on monille kriisinhallinnasta palaaville vaikeampi vaihe kuin operaatioon lähtö (Anttila 2012). Osa kotiin palanneista rauhanturvaajista voi kokea tilanteen hämmentäväksi tai kuormittavaksi. Suomessa tätä kuormitusta on pyritty helpottamaan tukijärjestelyillä ja kertomalla aiheesta rauhanturvaajille suunnatussa materiaalissa. Stressin sietoa arvioidaan myös rauhanturvaajia operaatioihin valittaessa. Rauhanturvaaminen on useille veteraaneille voimauttava kokemus, mutta siihen voi sisältyä myös merkittävää stressiä (Leskinen 2018).

Aihetta ei ole tutkittu paljoakaan niissä tapauksissa, joissa kotiutumiseen ei ole liittynyt akuutteja kriisinhallintakokemukseen liittyviä ongelmia kuten traumaattisia stressihäiriöitä. Rauhanturvaajien kotiinpaluuseen liittyvässä katsauksessaan Karen Brounéus (2014) painottaa, että rauhanturvaamis- ja kriisinhallintatehtävistä kotiinpaluun tutkimusta pitäisi laajentaa pitkän jätteen vaikutusten sekä matalan riskin operaatioiden tutkimukseen ja naissotilaisiin. Sotakokemusten aiheuttamia traumoja on viime vuosikymmeninä tutkittu, mutta esimerkiksi rauhanturvatehtävien lievempiä vaikutuksia ei ole tutkittu yhtä paljon.

Sotakokemusten mahdollisia vakavia psyykkisiä haittoja ei myöskään pidä aliarvioida. Sotilaiden sotakokemusten psykiatrinen tutkimus nykyisessä merkityksessään on melko nuorta. Esimerkiksi toisen maailmansodan aikana Suomessa sotilaiden stressireaktiot ja psyykkiset häiriöt ymmärrettiin selvästi eri tavoin kuin nykyään ja suhtautuminen niihin oli ankaraa (ks. Kivimäki 2013, Poijula ym. 2015). Sotakokemuksiin liittyvän ja voimakkaisiin psyykkisiin oireisiin yhdistettävän PTSD:n diagnosointi ja tutkimus alkoivat kehittyä vasta vuodesta 1980 eteenpäin, kun amerikkalaisten Vietnamin sodan veteraanien psyykkisiä häiriöitä alettiin tutkia (Isosomppi & Leskinen 2011; Poijula ym. 2015; Seligman 2013).

Traumaattiseen psyykkiseen kriisiin kuuluvat shokkivaihe, reaktiovaihe, käsittelyvaihe ja uudelleen suuntautumisen vaihe (Henriksson & Lönnqvist 2017, 360). Luokittelu pätee selkeään traumaattiseen kriisitilanteeseen, mutta rauhanturvaamistehtävien psyykinen kuormitus ei rajaudu pelkästään kriisitilanteiden aiheuttamaan psyykkiseen kuormitukseen. Suomessa rauhanturvaajien työn psykososiaalisia riskitekijöitä ovat kartoittaneet muun muassa Jukka Leskinen ja Maria Isosomppi (2011). Suomalaisten rauhanturvaajien keskuudessa PTSD:n ilmeneminen on ollut melko harvinaista (Kaikkonen & Laukkanen 2016; Leskinen ym. 2011; Kousa 2008). Traumaattiset kokemukset eivät kuitenkaan välttämättä johda psyykkisiin häiriöihin, vaan seurauksena

voi olla myös niin sanottu traumanjälkeinen kasvu, jonka kautta yksilö pystyy käsittelemään tapahtuneen ja toimimaan mielekkäällä usein myös altruistisella tavalla. Traumanjälkeisen kasvun mahdollistamiseksi on Yhdysvalloissa edistetty psyykkistä resilienssiä vahvistavaa sotilaskoulutusta. (Seligman 2013.)

Kotiinpaluuseen liittyvien haasteiden hallintaa voi helpottaa tunne *muutoksenhallinnasta*. Muutoksenhallinnalla kuvataan tässä tutkimuksessa sisäistä kokemusta siitä, että kotiinpaluuseen liittyvät muutokset ovat yksilön itsensä hallinnassa. Käsite on samantapainen kuin yleinen hallinnantunne, joka liitetään psykologiassa sisäisen kontrollin käsitteeseen, tai elämänhallinta, jolla tarkoitetaan sitä että, ihminen pyrkii muuttamaan rasittavilta tuntuvia ulkoisia tai sisäisiä olosuhteitaan (ks. Keltikangas-Järvinen 2010a, 227; Keltikangas-Järvinen 2010b, 41). Ihmiset voivat selviytyä vaikeuksista ”muovaamalla tapahtumille annettuja merkityksiä”, niin että ne kumpuavat yksilön omasta elämäntilanteesta (Hänninen 1999, 73). Jonkinasteista näyttöä on sen puolesta, että kriisinhallintatehtävien merkityksen hahmottaminen helpottaa elämää kriisinhallintaan liittyvien muistojen kanssa. Uhkaavienkin tapahtumien käsittely tavalla, joka tukee merkitysten luomista ja selkeyttämistä, on eräs keino helpottaa kotiinpaluuseen liittyvien muutosten hallintaa (Schok ym. 2007). Merkitysten selkiyttäminen liittyy myös kotiin palaavien rauhanturvaajien identiteettityöhön.

Rauhanturvaamisen merkitystä on arvioitu myös identiteettikysymyksenä. Rauhanturvaajan identiteetin rakentumisessa olennaista on sen integroiminen taistelijan identiteettiin (Franke 2003). Erityyppiset tehtävät rauhanturvaamisessa vaativat siirtymiä ja identiteetti muovautuu yksilön sopeutuessa muutoksiin ja tehtävien vaihdoksiin. Toisenlaista rajanvetoa eri identiteettien välillä edustavat Yhdysvalloissa sotilaina kansainvälisissä operaatioissa palvelevat kansalliskaartilaiset, jotka operaatioissa toimivat sotilaina (Vest 2012). Kotimaassaan he ovat ”siviilejä” lukuun ottamatta tehtäviään kansalliskaartissa. Rauhanturvaamisessa sotilaan työ vaatii toisaalta yhteiskunnan ymmärtämistä ja toisaalta myös kykyä tarvittaessa käyttää aseellista voimaa. Roolinvaihdosten ja identiteetin muutoksen kannalta on ajateltavissa, että rauhanturvaajan identiteetin integroiminen on erilaista reserviläis- ja ammattisotilastaustaisille rauhanturvaajille. Edellä olevan perusteella identiteettityö liittyy muutoksiin, joita yksilö käy läpi siirtyessään kriisinhallintatehtäviin ja toisaalta palatessaan takaisin joko sotilaallisiin tai muihin tehtäviin.

Toisaalta on syytä miettiä rauhanturvaamistyöstä kotiinpaluun vaikutuksia yksilöllisille ja eritaustaisille kriisinhallintaveteraaneille. Reserviläistaustaiset rauhanturvaaveteraanit palaavat pois kriisinhallintaorganisaatioista ja vastaavasti ammattisotilaat jatkavat työskentelyään muun muassa sotilasorganisaatioissa. Mahdollinen jännite on erilainen, kuin Vestin (2012) kuvaamalla veteraaneilla, jotka siirtyvät sotilasorganisaation alaisuudesta ”osittaisiksi” sotilaiksi. Kuvatut

siirtymät rauhanturvaamistehtäviin ja niistä pois sekä identiteetin muokkausprosessit ovat yksilöllisesti erilaisia. Ne auttavat kuitenkin ymmärtämään rauhanturvaamistehtävien ja kansainvälisten sotilasoperaatioiden merkitystä yksilöllisten siirtymien ja niihin liittyvien muutosprosessien ja identiteetin muokkauksen kannalta. Siirtymät tehtävistä ja rooleista toisiin muun yhteiskunnan ja sotilasyhteisön välillä voidaan nähdä myös siirtyminä, joita kuvataan eräänlaisiksi ”sielunvaelluksiksi” ja joista seuraa kotiinpaluun jälkeen siirtymä ”uuteen normaaliin” (Mäkinen 2018).

Konfliktit ja suomen toteuttama kansainvälinen sotilaallinen kriisinhallinta

Kylmän sodan jälkeiset konfliktit ovat olleet yleensä valtioiden sisäisiä ja pysyvän rauhan tilan saaminen on ollut usein vaikeaa. Nykysodissa yleensä taistelevat valtiollisten ja ei-valtiollisten toimijoiden verkostot, julkisen ja yksityisen toiminnan rajojen sekoituttua valitettavan usein myös siviilien ollessa sodankäynnin kohteina (Kaldor 2007, 3–5). YK:n rauhanoperaatioiden on havaittu vahvistavan rauhan kestävyyttä (MacGinty ym. 2019). Kriisinhallinta on ollut kansainvälisen yhteisön eräs keino vahvistaa rauhanprosesseja. Kansainvälinen kriisinhallinta toteutuu vasta, kun monia muita keinoja joko ei ole voitu käyttää tai ne eivät ole onnistuneet. Kansainvälinen kriisinhallinta toteutetaan kansainvälisinä operaatioina, joissa vastuu jaetaan useiden eri maiden kesken. Se on yleensä vaativampaa kuin perinteinen rauhanturvaaminen, koska useimmiten kyse on valtioiden sisäisistä konflikteista, joissa on mukana ei-valtiollisia aseellisia ryhmiä. Riski ajautua rauhan tilasta takaisin sotaan on monille konfliktitilanteille ominaista (ks. Kaldor 2007).

Rauhanturvaajilla on tärkeä ja vastuullinen osa kestäväen rauhan saavuttamisessa. Työtehtävät sotilaallisen kriisinhallinnan parissa vaativat yleensä vaihtamaan työskentelymaata ja toimintaympäristöä. Suomessa reserviläisten rekrytoinnilla rauhanturvaoperaatioihin on vahva perinne. On tärkeää arvioida, kuinka vaativissa ympäristöissä työskentelevät sotilaat pystyvät ylläpitämään toimintakykyään ja psyykkistä hyvinvointiaan ja saavat mahdollisesti tarvitsemaansa tukea. Rauhanturvaaja joutuu palveluksessa ollessaan aktiivisesti miettimään muun muassa voimankäytön oikeutusta eri tilanteissa sekä kuhunkin tilanteeseen sopivia toimintatapoja (Leskinen 2018). Sekä Suomessa että kansainvälisesti kysymys kriisinhallinnan henkilöstön psyykkisestä jaksamisesta ja tarvittavasta psykososiaalisesta tuesta on ajankohtainen, jotta kriisinhallintaoperaatioihin osallistuva henkilökunta saa riittävän ja toimivan psykososiaalisen tuen.

Yksittäisen sotilaan tilanne nivoutuu aina laajempiin yhteyksiinsä. YK-ope-raatioiden osalta on painotettu, että joukkoja luovuttavat maat ja suuri yleisö näissä maissa on saatava uskomaan rauhanturvaamisen tuloksellisuuteen ja merkitykseen rauhan ja konfliktien ehkäisemisen kannalta (Bellamy & Williams 2013, 443). Tällaisella työllä on merkitystä rauhanturvaajien kannalta, koska suuren yleisön arviot vaikuttavat myös heidän kokemuksiinsa rauhanturvaamisesta vielä jälkikäteenkin.

Suomi osallistuu kansainvälisesti sekä sotilaallisen että siviilikriisinhallinnan tehtäviin. Helmikuussa 2018 suomalaisia osallistui sotilaallisen kriisinhallinnan tehtäviin 498 henkeä, joista naisia oli 25 (5 %). Siviilikriisinhallinnan tehtävissä suomalaisia oli 129 henkeä, joista 53 oli naisia (41 %). (ks. Ulkoministeriö 2018.) Suomen osallistuminen rauhanturvaamistehtäviin on ollut laajempaa-kin, sillä kriisinhallintatehtävissä toimi vuosina 2000 ja 2001 yli 1600 henkilöä, mutta toisaalta vuosina 2011 ja 2012 sotilaallisen kriisinhallinnan tehtävissä työskenteli alle 400 henkeä (Tilastokeskus 2017). KFOR-joukoissa Kosovossa oli enimmillään noin 800 sotilasta vuosituhannen vaihteessa (Salonius-Pasternak & Visuri 2006).

Suomelle erityistä sotilaallisessa kriisinhallinnassa on ollut reserviläisten suuri osuus joukoista. Vuonna 2015 rauhanturvaajista vain kolmannes tuli Puolustusvoimien palkatusta henkilöstöstä (Niemelä 2016, 159). Syksyyn 2019 mennessä yhteensä 56619 suomalaista on palvellut rauhanturvaamisen ja sotilaallisen kriisinhallinnan tehtävissä (Peltoniemi 2019).

Aineistot ja menetelmät

Tutkitut henkilöt on ryhmitelty kolmeen kokemusasiantuntijaryhmään (kohderyhmään) jotka on esitelty taulukossa 1. Tutkimushaastattelut ja -kyselyt liittyivät rauhanturvaamiseen ja erityisesti kotiutumisen jälkeisiin kokemuksiin sekä rauhanturvaajien tarvitsemaan psykososiaaliseen tukeen.

Psykososiaalisen tuen kehittämiseen liittyen aineistojen toivotaan täydentävän toisiaan ja osin ”keskustelevan” toistensa kanssa. Tällä tarkoitetaan sitä, että kokemusasiantuntijaryhmiltä saatuja aineistoja hyödynnetään myös toisilta asiantuntijaryhmiltä saadun aineiston tulkinnassa ja erityisesti psykososiaalisen tuen kehittämiseen liittyen. Tätä voidaan pitää eräänlaisena metodologisena triangulaationa (ks. Cohen ym. 2007) Aineisto on kerätty käyttäen pääosin laadullisia menetelmiä, joiden käyttöä on täydennetty numeraalisilla arvioilla koskien esimerkiksi henkilökohtaisia arvioita kotiinpaluun jälkeen tapahtuvasta muutoksenhallinnasta ja stressin määrästä operaatiotehtävissä.

Taulukko 1. Tutkimuksen kohderyhmät sekä aineistonkeruun.

	Hiljattain kotiutuneet rauhanturvaajat	Puhelintuen päivystäjät	Vammautuneet rauhanturvaajat
N (naisten lukumäärä suluissa)	13 (2)	20 & 4 (1)	4
Aineistonkeruun menetelmät ja vaiheet	1. Kaksi haastattelua 2. Haastattelujen välissä kirjoitustehtävä 3. Täydentävä kysely	1. Taustakysely puhelintuen 20 päivystäjälle 2. Keskustelu neljän puhelintuen asiantuntijan kanssa	1. Ryhmäkeskustelu neljän vammautuneen rauhanturvaajaveteraanin kanssa 2. Täydentävä kysely
Aikataulu	1–10/2018	3–5/2018	6–10/2018

Haastattelujen välillä tehtäväksi tarjottuun kirjoitustehtävään liittyi toiminnallinen näkökulma, sillä haastateltavia pyydettiin tarkastelemaan mennyttä, viimeisintä rauhanturvaoperaatiotaan tulevaisuudesta käsin. Tässä tutkimuksessa sovelletaan sosiaalisen konstruktionismin ajatusta siitä, että tulkintamme maailmasta ovat sosiaalisesti rakentuneita (ks. Burr 2003, 4–8). Rauhanturvaajien näkemyksiä kotiin palaamisen merkityksistä tulkitaan heidän omista kuvauksistaan käsin sen ymmärtämiseksi, mitä he ajattelevat kotiin palaamisesta ja siihen liittyvistä sisäisistä prosesseistaan sekä keinoista edistää mielekästä tukea rauhanturvaajille.

Hiljattain kotiutuneet rauhanturvaajat tavoitettiin pääosin Suomen Rauhanturvaajaliiton (SRTL) internetilmoituksilla. Tutkimukseen osallistuvien kotiinpaluusta oli kulunut enintään kolme vuotta. Osallistumista ei suositeltu henkilöille, joilla oli meneillään akuutti kriisi. Haastatelluilla rauhanturvaajilla oli kokemusta työskentelystä yhteensä 1–7 operaatioissa. Nuorimmat haastatellut olivat syntyneet 1990-luvun alussa ja vanhin 1950-luvulla. Keskimäärin haastateltavat olivat 37-vuotiaita ja he olivat palvelleet keskimäärin 2,7 operaatioissa.

Suomen Rauhanturvaajaliiton puhelintuen päivystäjille tehtiin kysely, joka lähetettiin 20 henkilölle, joista kymmenen (50 %) vastasi. Puhelintuen asiantuntijoista neljä osallistui ryhmäkeskusteluun, jonka aiheena oli rauhanturvaajien kotiinpaluun jälkeinen aika ja ideat tukitoimien kehittämiseksi kotiin palanneille rauhanturvaajille. Neljää sotilaallisessa kriisinhallinnassa tai sen jälkeen vammautunutta tai sairastunutta veteraania haastateltiin ryhmähaastattelussa kesäkuussa 2018, ja heille lähetettiin syyskuussa 2018 täydentävä kysely. Haastattelu keskittyi erityisesti vammautuneiden ja/tai voimakkaita psyykkisiä oireita saaneiden rauhanturvaajaveteraanien psykososiaalisen tuen kehittämiseen ja lisäkyselyssä tiedusteltiin vastaajien arviota toisen kotiuttamiskoulutuksen järjestämisestä kaikille sotilaallisen kriisinhallinnan tehtävistä kotiutuneille sekä perheille suunnattavan tuen tarvetta.

Tulokset

Hiljattain kotiutuneet rauhanturvaajat

Muutoksen hallinta, toimintakyky ja stressitaso edeltäneessä operaatiossa

Muutoksenhallintaa, toimintakykyä ja stressitasoa mitattiin kutakin asteikolla 0–10, jolla suurin arvo 10 tarkoitti mitattavan asian tai ominaisuuden suurinta mahdollista ilmenemistä haastateltavan näkökulmasta. Kotiinpaluu kriisinhallinnasta on aina muutos, ja siitä voi seurata ”outu olo”, kuten eräs haastateltava asian ilmaisi. Haastateltavat arvioivat muutoksenhallintaansa kotiin palattuun ja ensimmäisen haastattelun ajankohtana skaalalla 0–10. Suurimmalla osalla arvio henkilökohtaisesta muutoksenhallinnasta pian kotiinpaluun jälkeen oli vähintään seitsemän. Kolmella vastaajista muutoksenhallinnan arvio pian kotiin palaamisen jälkeen oli välillä 1 ja 6,5. Ensimmäisen haastattelun aikana muutoksenhallinnan arvioi olevan vähintään tasoa seitsemän kaikki kolme-toista haastateltavaa. Haastateltavat arvioivat muutoksenhallinnan olleen keskimäärin 7,2 pian kotiinpaluun jälkeen ja 8,7 ensimmäisen haastattelun aikoihin. Näiden lukujen erotus oli 1,5. Kaiken kaikkiaan haastatellut kokivat muutoksenhallintansa olevan parempi ensimmäisen haastattelun aikoihin kuin pian kotiinpaluun jälkeen.

Toisessa haastattelussa kysytyyn arvioon subjektiivisesta toimintakyvystä vastaajien arviot olivat, että heidän toimintakykynsä oli vähintään 8 ja keskimäärin 9,1 (kaikki haastateltavat). Pian kotiin palattuun toimintakyvykseen arvioi vähintään kahdeksan suuruiseksi yksitoista haastateltavaa (keskiarvo 8,0). Vaikka kyse ei ole mistään standardoidusta mittarista, skaalauksen käyttö on käyttökelpoinen tapa mitata suuntaa antavasti tutkittavan subjektiivista arviota toimintakyvystään.

Haastateltavat arvioivat viimeisimmän operaationsa aikaista stressitasoaan yleisesti ja maksimitasolla skaalalla 0–10. Yleinen stressitaso vaihteli välillä 5–8 (keskiarvo 6,8) ja maksimi välillä 6–10 (keskiarvo 8,1). Vertailukohdaksi tähän operaatiota koskevaan arvioon haastattelussa pyydettiin oletamaan, että kotiloissa Suomessa yleinen stressitaso olisi 5.

Muutoksenhallinta ja sitä vaikeuttavat tekijät

Haastateltavat kuvaavat kotiinpaluun haasteitaan muun muassa seuraavasti. Kotiinpaluuseen liittyvien muutosten hallinta yleisesti voi olla vaikeaa, ja erityistilanteet, joissa operaatiossa on joutunut kokemaan potentiaalisesti traumatisoivan tai vaativan tilanteen tai joissa operaation riskitaso oli muuten korkea,

ovat monelle erityinen haaste. Muutosta vaikeuttivat esimerkiksi seuraavat asiat:

- ”Laitostuminen” *operaation aikana* tarkan päivärhythmin vuoksi, minkä vuoksi jo kaupassa käyminen voi olla vaikeaa.
- *Erilainen todellisuus kumppanin ja omassa maailmassa* sekä vaikeus keskustella kokemuksista ja *vaikeus olla läsnä* pian kotiin palattua, kun ajatukset ovat edelleen operaatioissa.
- Hämmennys siitä, että *kotimaassa työt eivät tunnu niin merkityksellisiltä kuin operaatioissa tehdyt työt.*

Työttömyys tai se, ettei ole opiskelupaikkaa, voi aiheuttaa erityisvaikeuksia kotiinpaluun jälkeen. On helpompi palata Suomeen, jos tiedossa on työ tai opiskelupaikka. Neljä haastateltavaa kertoi työttömyyden tai ilman opiskelupaikkaa jäämisen erottelevan kotiinpaluukokemuksia: on selvästi helpompi palata töihin tai opiskelemaan kuin työttömäksi tai vailla opiskelupaikkaa ja näkemystä tulevaisuudesta. Jotkut haastateltavat ilmaisivat huolensa myös niiden kollegoitien puolesta, jotka olivat jääneet operaation jälkeen ilman työtä.

Elämäntilanteella ei tämän aineiston perusteella välttämättä ole selkeää vaikutusta kotiinpaluuseen. Iän karttuessa kotiin palaaminen ei ole aina helpompaa tai vaikeampaa kuin aiemmin. Tilannetekijöillä, yksilöllisillä tekijöillä ja operaatiokokemuksilla on suuri vaikutus siihen, kuinka eri kotiinpaluuprosessit koetaan.

Kommunikointi ja kokemusten jakaminen perheen ja läheisten kanssa

Haastattelujen perusteella rauhanturvaajat haluavat jakaa palveluskokemuksiaan erityisesti palvelustoverien – ei niinkään perheen ja muiden ystävien kanssa. Perheellä on suurempi merkitys kotiinpaluun tukena niissä tilanteissa, joissa joku tai jotkut perheenjäsenistä on ollut myös rauhanturvaajina tai heillä on muuta kokemusta rauhanturvaamisympäristöstä. Yhdellä haastateltavalla oli myös kokemusta työskentelystä rauhanturvaajana niin, että perhe oli tuolloin viime vuosituhaten aikana asunut operaatioalueella rauhanturvaajan kanssa, minkä vuoksi perheen kanssa rauhanturva-asioiden jakaminen oli luontevaa.

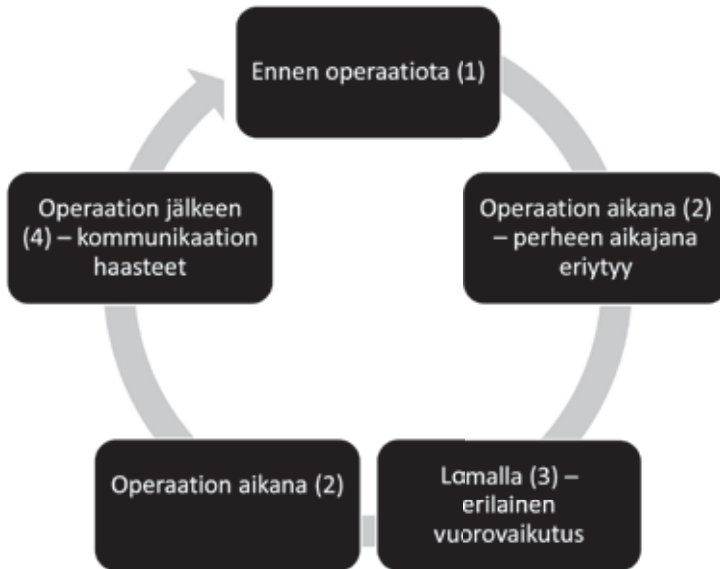
Monilla kommunikointi puolison tai muiden perheenjäsenten kanssa on vaikeaa, koska rauhanturvaaja tulee toisenlaisesta todellisuudesta ja muutostilanne on haastava. Perhe ei välttämättä ymmärrä muutoksen vaikeutta. Kotiinpalaja voi kokea itseltään vaadittavan sellaista läsnäoloa, johon hän ei ainakaan heti pysty.

Pohdinnan arvoista on *reserviläisten kotiinpaluun erityisyys*, koska he siirtyvät yleensä muihin tehtäviin rauhanturvapalveluksen päätyttyä. Tässä

tilanteessa ominaista on, että erityisesti *samassa operaatiossa palveluilta toivotaan vertaistukea*. Vaativissa operaatioista kotiutuneiden voi olla vaikea tietää, mitä kokemuksia he saavat jakaa ja missä kulkee vaitiolovelvollisuuden raja.

Perhetilannetta eräs monissa operaatioissa ollut haastateltava kuvasi vaihteiseksi. Perheellisellä rauhanturvaaminen rikkoo arjen kaavoja. Ajanjaksot ennen operaatiota, palveluksessa, lomilla ja palveluksen jälkeen eroavat ratkaisevasti toisistaan.

Perheenkin kannalta kriisinhallintatehtävä oli haaste, koska perheen elämä muuttui rauhanturvaamisoperaation eri vaiheissa. Ennen operaatiota perhe elää vakiintuneessa todellisuudessa, jonka rikkoo perheenjäsenen (tässä tapauksessa isän) lähteminen rauhanturvaamisoperaatioon. Tilanne muuttuu uudelleen tämän palatessa lomalle. Haastateltava kuvasi ikään kuin häirinneensä lopun perheen muuttunutta todellisuutta, palaten sittemmin taas operaatioonsa. Loma ja kriisinhallintapalvelus vuorottelevat, kunnes rauhanturvaaja palaa operaatiosta lopullisesti kotiinsa. Tällöin operaatiosta palaava joutuu sopeutumaan uudelleen todellisuuteen perheen kanssa ja perhe joutuu puolestaan sopeutumaan häneen. Perhetilanteen muuttuvat vaiheet ovat: aika ennen operaatiota, operaatioaika, lomat (joiden jälkeen operaatioaika taas jatkuu) ja kotiinpaluu.



Kuvio 2. Rauhanturvaajan ja perheen vuorovaikutustilanteiden muutokset.

Oheisessa kuviossa kaksi havainnollistetaan edellä kuvattuja tilanteiden muutoksia perheen sisäisen vuorovaikutuksen vaiheina. Operaatiosta ja tilanteesta riippuen vaiheet 2 (operaatioaika) ja 3 (lomat) vuorottelevat. Vaiheet eivät ole täsmälleen samanlaisia vaan nekin muuttuvat, mutta perheen vuorovaikutuksen ymmärtämisen kannalta jaottelu on riittävän tarkka kuvaamaan perheen tilannetta. Operaation jälkeiselle ajalle voi olla ominaista rauhanturvaajaveteraanin vaikeus olla läsnä kulloisessakin hetkessä. Kotiinpaluun jälkeisen ajan kuvauksissa ajatus läsnäolon vaikeudesta toistui useammassakin haastattelussa.

Operaation vaativuus sekä vaikeat kokemukset ja levottomuus

Turvallisuusriskit ja tehtävät vaativassa operaatiossa voivat vaikeuttaa kotiinpaluuta, ja osalla haastatelluista kotiinpaluun haasteet liittyivät myös operaation vaativuuteen. Jos on kokenut operaation haasteelliseksi, kotiinpaluu voi silti olla joko hankala tai helppo, vaikka operaation vaativuuden voisi olettaa olevan todennäköisemmin yhteydessä vaikeuksiin kotiinpaluun jälkeen.

Neljä haastatelluista kuvasi kokeneensa levottomuutta kotiin palattuaan. Levottomuus oli ollut yhteydessä siihen, että halusi lähteä uudelleen rauhanturvaamisoperaatioon pian kotiutumisen jälkeen. Kaksi levottomuutta kokeneista haastatelluista ei ollut työskennellyt niin sanotuissa ”vaativassa operaatiossa”, kun taas kaksi muuta puolestaan oli tällaisessa palvelut (=Afganistanissa). Kaksi haastatelluista kuvasi Afganistanin kokemuksen vaikuttaneen niin, että he edelleen saattavat ulkona ollessaan varmistaa selustaansa. Toinen mainituista Afganistanissa palvelleista arvioi operaatiosta palautumisen vaativan myös erityisesti fyysisestä stressistä palautumista, minkä vuoksi riittävän pitkä loma kotiinpaluun jälkeen on tarpeen.

Operaation haasteet eivät välttämättä liity turvallisuuteen, vaan esimerkiksi työyhteisön toiminnassa on voinut ilmetä kuormittavia ongelmia. Eräs operaatiossa työyhteisötilanteen stressaavaksi kokenut rauhanturvaaja puolestaan kertoi kotiinpaluun kyseisestä operaatiosta sujuneen hyvin, sillä se oli helpotus.

Operaation merkitys ja tulevaisuuskirje

Rauhanturvaamistehtävä on erityinen kokemus ja vaihe elämässä, jonka myöhempi tulkinta saa jokaisella veteraanilla oman muotonsa. Operaatiotehtävien merkityksiä kuvaavat mm. seuraavat arviot:

”Oikeesti hieno homma.” (H6)

”Voimakas kokemus hyvässä tai pahassa.” (H3)

Muutama haastateltava totesi rauhanturvaamistehtävistä myönteisesti: ”Aika kulta muistot.” Operaation merkitys liittyy myös kotiinpaluun jälkeiseen muutoksenhallintaan. Eräs haastateltava kuvasi, kuinka työskentely operaatiossa oli ollut mielenkiintoista ja tärkeää. Toisaalta paluu aiempaan päivätyöhön ei ollut innostanut, koska työllä ei ollut samaa merkityksellisyyttä kuin rauhanturvaamisella.

Rauhanturvaaja voi myös havainnoida omaa muuttumistaan operaation jälkeen. Eräs haastateltava katsoi oppineensa operaatiosta, mutta arvioi operaation vaikuttaneen myös kielteisesti: ”Negatiivinen puoli oli siinä tunnetasolla, positiivinen siinä niin kuin toiminnallisuudessa” (H1). Hänellä oli ollut oman arvionsa mukaan ennen operaatiota ”yleisesti paljon positiivisempi maailmankuva”.

Kirjoitustehtävä *rauhanturvaamiskokemuksen merkityksestä* tuki osaa haastatelluista menneen operaation merkityksen jäsentämisessä. Osa haastateltavista piti kirjoitustehtävää selkeästi hyvänä. Tehtävä auttoi heitä jäsentämään kokemustaan. Eräs haastateltava kommentoi, että tehtävästä olisi ollut hyötyä, jos hän ei olisi käynyt läpi rauhanturvaamiskokemustaan riittävässä määrin jo aiemmin.

Lupaavina voidaan pitää kirjoitustehtävistä käytyjä keskusteluja, joita haastateltavien kanssa tehtiin ensimmäisen ja toisen haastattelun välillä. Osa katsoi, että kirjoitustehtävä tukee oman ajattelun jäsentämistä rauhanturvaamiskokemuksesta. Toisaalta osalla oli se näkemys, että heidän tilanteessaan tehtävän tekemisestä ei ollut hyötyä.

Tehtävästä saatu palaute viittaa siihen, että kirjoittamisesta voi olla hyötyä sellaisille rauhanturvaajille, joilla on tarvetta käydä läpi operaation merkitystä ja jäsentää sitä osaksi omaa elämänkaarta. Yleisemminkin rauhanturvaamiskokemuksesta kirjoittamista on syytä miettiä tarkemmin. Kotiutuvat rauhanturvaajat voisivat saada ohjeistuksen esimerkiksi kirjoitustehtävään, jonka voisi tehdä ennen kotiutumiskoulutusta tai sen jälkeen. Ennen kotiutumiskoulutusta tehty kirjoitustehtävä voisi osaltaan vahvistaa koulutuksen aikana läpi käytävää prosessia, tai kotiutumiskoulutuksen jälkeen tehty tehtävä voisi osaltaan tukea rauhanturvaajan myöhempiä prosessointia aiheesta.

Osa haastatelluista piti tehtävää hyvänä ja on syytä olettaa, että heillä oli tarvetta tällaiseen asian käsittelyyn. Eräs haastateltava arvioi, ettei kokenut hyötyneensä tehtävästä mutta uskoi käsitelleensä muilla tavoin kotiutumiseen liittyviä asioita riittävästi. Haastateltavat luonnehtivat seikkaperäisesti kriisinhallintakokemuksensa erityisyyttä. Osallistuminen kriisinhallintaoperaatioon on hyvin ”*kokonaisvaltainen kokemus*”.

Eräs haastateltava halusi rajata tehtävän uudella tavalla. Hän halusi laatia materiaalia, jotta kotiin jäävät ymmärtäisivät paremmin, mistä operaatiossa

oli kysymys. Kyse oli tehtävän uudelleenmäärittelystä, jotta rauhanturvaajien läheiset ymmärtäisivät tehtyä työtä ja sen merkitystä. Ei liene sattumaa, että kyseinen rauhanturvaveteraani oli työskennellyt Afganistanissa, joka on vaikea ja edelleen vaikeutunut operaatioalue ja jossa ollaan jatkuvassa aseellisessa konfliktissa. Eräs toinen haastateltava puolestaan arvioi, että hänen olisi ollut hyvä kirjoittaa enemmän rauhanturvaamiseen liittyvistä kokemuksistaan päiväkirjana tai vastaavalla tavalla jo operaation aikana.

Vertaistuki sekä kotiuttamiskoulutuksen ja muun tuen kehittäminen

Kotiuttamiskoulutusten järjestäminen kaikille rauhanturvatehtävissä toimineille oli haastateltujen mielestä selkeästi edistystä aiempaan tilanteeseen, jolloin vastaavia tilaisuuksia ei järjestetty tai ne järjestettiin vain vaativammissa operaatioissa kuten Afganistanissa toimineille. Moni haastatelluista rauhanturvaajista kertoi, etteivät he operaation jälkeen mieluiten jaa ajatuksiaan operaatiossa perheen vaan samanlaisen kokemuksen omaavien ystävien tai kavereiden kanssa. Yleensä ensisijaisina keskustelukumppaneina halutaan pitää samaan operaatioon osallistuneita palvelustovereita. Toissijaisesti keskustelukavereita ovat joko muut rauhanturvaajat tai muut kaverit. Kavereilla tai työkavereilla voi olla työkokemusta rauhanturvaamisesta, minkä vuoksi aiheesta keskusteleminen heidän kanssaan on luontevaa.

Poikkeuksen muodostivat ne haastatelluista, joiden läheisillä oli työkokemusta joko Puolustusvoimista tai rauhanturvatehtävistä tai joiden perhe oli asunut operaatioalueella. Heidän oli helpompi jakaa kokemuksiaan perhepiirissä. Kuinka paljon rauhanturvaaja haluaa kertoa kokemuksistaan ulkopuolisille, vaihteli jonkin verran. Moni oli ollut varautunut asiasta kertomisesta, koska oli saanut kokea epäasiallisilta tuntuvia tiedusteluja aseellisen voiman käytöstä.

Haastatelluista viisi oli saanut joko jonkin operaation aikana tai sen jälkeen psykososiaalista ammattiapua. Neljä haastateltua puolestaan kertoo olleensa mukana joko Puolustusvoimien tai Suomen Rauhanturvaajaliiton järjestämässä toiminnassa, jossa tarjotaan tukea muille rauhanturvaajille. Kaksi haastateltua oli saanut ammattimaista psykososiaalista tukea ja kertoi toimineensa myöhemmin muiden rauhanturvaajien tukena. Tämä kertonee myös siitä, että rauhanturvatehtäviin liittyvä ammatillisen psykososiaalisen tuen tarve voi oikea-aikaisena auttaa rauhanturvaajaa kuntoutumaan ja jopa motivoida häntä osaltaan toimimaan muidenkin hyväksi.

Kotiuttamiskoulutusta pidetään tärkeänä osana onnistunutta kotiinpaluuta. Täydentävässä kyselyssä käsiteltiin tätä aihetta. Lisäkyselyyn vastanneista

11 vastaajasta enemmistö eli yhdeksän piti toista kotiuttamiskoulutusta hyvä ajatuksena, mutta vain osa heistä kannatti toisen kotiuttamiskoulutuksen pakollisuutta. Kaksi haastatelluista selkeästi vastusti ajatusta toisesta kotiuttamiskoulutuksesta; toinen heistä piti toista kotiuttamiskoulutusta parempana menetelmänä soittamista kaikille hiljattain kotiutuneille veteraaneille esimerkiksi kolme ja 12 kuukautta kotiutumisen jälkeen, ja toinen puolestaan ei pitänyt kotiuttamiskoulutuksen ensisijaisena tarkoituksena niinkään psykososiaalista tukea vaan esimerkiksi tiedonjakamista.

Kaiken kaikkiaan tutkimusta varten haastatellut rauhanturvaajaveteraanit pitivät tärkeänä kotiutumisen jälkeisten tukitoimien kehittämistä. Kotiutuneille soittaminen tai kyselyn lähettäminen heille voi kuitenkin palvella samaa tarkoitusta kuin toinen kotiuttamiskoulutuskin: voidaan kartoittaa tuen tarvetta ja jakaa tietoa psykososiaalisen tuen asiantuntijapalveluista tai vertaistuesta niitä mahdollisesti tarvitseville henkilöille. Kussakin saapumiserässä voisi olla vastuuhenkilöitä, jotka vastaisivat yhteydenpidosta kaikkiin operaatioissa palvelleisiin. Vastuuhenkilö voisi olla eräänlainen ”operaatiokummi” (H3).

Perheiden tukeminen, lepo ja palvelusajan pituus

Haastateltavat painottivat rauhanturvaajien perheiden ja läheisten tukemisen tärkeyttä. Täydentävässä kyselyssä kartoitettiin toimia perheiden tukemisen vahvistamiseksi ja kaikki ehdotetut toimet saivat ainakin jonkinlaista kannatusta vastaajilta. Erillisen oppaan laatimista rauhanturvaajien perheille kannatti selvä enemmistö vastaajista. Perheille tarkoitettu nettimateriaali ja useampien koulutusten järjestäminen perheille saivat myös kannatusta: erityisesti tilaisuuksia tarvittaisiin operaation aikana tai jälkeen. Pohjois-Suomesta rauhanturvaajien läheisten voi olla vaikea päästä näihin tilaisuuksiin. Myös vertaistuki perheille sai kannatusta.

Osa haastatelluista painotti erityisesti riittävän loman ja levon järjestämistä kotiutumisen ja siirtymien kannalta. Riittävä lepo on tärkeää sekä fyysisen että psyykkisen palautumisen kannalta. Eräs haastateltava painotti, että 12 kuukauden palvelusaika on liian pitkä ja että sopiva enimmäispituus rauhanturvaamispalvelukselle voisi olla 9 kuukautta. Tällöin vähenisi todennäköisyys operaatioissa laitostumiseen.

Puhelintuen päivystäjät

Vastaajista kaksi oli naisia ja kahdeksan miehiä. Vastaajat olivat toimineet puhelintuen vapaaehtoisina päivystäjinä keskimäärin 7,3 vuotta.

Arviot tyypillisimmistä syistä soittaa tukipuhelimen päivystykseen

Kyselyssä pyydettiin arvioimaan 3–5 tyypillisintä syytä, miksi puhelintukeen soitetaan. Yksi kyselyyn vastannut ei ollut vielä ollut puhelintuen päivystyksessä vastaanottamassa puheluita, joten omien päivystyshavaintojen osalta prosenttiosuudet arvioidaan yhdeksään vastaajaan osalta. Yksittäisistä syistä yleisimmin mainittu oli ”vaikeus kommunikoida”, jota kaksi kolmannesta vastaajista piti yhtenä keskeisimmistä syistä soitoille. ”Vaikeus kommunikoida” läheisten kanssa saattaa myös olla eräänlainen yhdistävä tekijä kotiutujien erityyppisten vaikeuksien välillä. Kohdassa ”muu” esiin nousivat terveyteen tai johon vakavaan sairauteen liittyvät syyt. Osa kyselyssä mainituista syistä voi liittyä toisiinsa, minkä vuoksi vastaajat ovat valinneet ne vaihtoehdot, joita he painottavat eniten. Hiljattain kotiin palanneiden rauhanturvaajien haastatteluihin peilaten kiinnittyy huomio siihen, että työttömyys ei nouse esiin puhelintuen kyselyssä vastaavalla tavalla. Osa hiljattain kotiutuneista rauhanturvaajaveteraaneista arveli, että heidän kotiutumisen oli vaikeampi silloin, kun he olivat kotiin palatessaan työttöminä tai vailla opiskelupaikkaa. Kenties puhelintukeen soitettaessa jokin muu kotiutumiseen liittyvä asia kärjistyy ja varsinainen työttömyys jää keskusteluissa taka-alalle. Tai haastatteluaineisto ei edusta samaa ryhmää rauhanturvaajista kuin haastateltavani.

Kolme vastaajaa (33 %) arveli itsetuhoisuuden kuuluvan tyypillisten keskusteluaiheiden joukkoon. Vaikka kaikki vastaajat eivät jakaneet tätä näkemystä, puhelintuen luonteen ja merkityksen kannalta on tärkeä ymmärtää, että jokainen soitto voi tarkoittaa sitä, että erittäin epätoivoinen ihminen haluaa keskustelutukea elämäntilanteensa vuoksi.

Vaikeimmat puhelut

Neljä vastanneista oli käynyt vähintään neljä tai useampia haasteellista puhelintuen päivystyskeskustelua, kaksi vastaaja 2–3 tällaista keskustelua ja kaksi puolestaan yhden vaikean keskustelun. Kaikki puhelut eivät ole yhtä vaikeita, mutta puhelintuen päivystäjien on osattava varautua vaikeisiinkin puheluihin.

Vaikeimmat puhelintuen päivystyksen keskustelutilanteet liittyivät monien vastaajien mielestä itsetuhoisiin pyrkimyksiin tai kuolemaan. Joko soittajalla oli itsetuhoisia pyrkimyksiä tai joku soittajan läheinen tai palvelustoveri oli menehtynyt tai omaiselle oli soitettava kuolemantapauksesta. Itsetuhoisuuspyrkimyksen vaikeuden nimesi neljä vastaajaa eli vajaa puolet vastaajista, joilla oli kokemusta puhelintukikeskusteluista.

Yöllisiä puheluita yksi vastaaja kuvasi vaikeiksi siksi, että tilanteeseen on orientoituttava nopeasti. Soittajan kanssa yhteistuumin suunniteltu takaisinsoitto mainittiin muutamassa vastauksessa keinoksi tarkistaa, että soittaja on edelleen hengissä seuraavana päivänä.

Vaikeisiin puheluihin liittyy usein soittajan humaltuneisuus ja mahdollisesti myös pitkäaikainen työttömyys sekä siihen liittyvä näköalattomuus, vaikka työttömyys ei noussutkaan esiin toisessa kohdin kyselyssä työttömyydestä erikseen kysyttäessä. Haastavaksi tilanteessa kuvattiin myös, kuinka antaa konkreettinen neuvo ”syrjäytymiseen ja toiseuden tunteeseen”. Myös se, että vaikeista asioista keskusteleminen vaatii aikaa, koettiin haasteelliseksi.

Tuki vaikeiden puheluiden käsittelyyn ja tukitoiminnan kehittämiseen

Kaikki vastaajat painottivat vertaistukea muilta päivystäjiltä vaikeiden puheluiden käsittelyssä ja runsas enemmistö korosti myös Suomen Rauhanturvaajaliiton koulutustilaisuuksien tärkeyttä. Tulevaisuutta silmällä pitäen enemmistö vastaajista painotti puhelintuen päivystäjien vertaistuen kehittämistä edelleen sekä koulutusta SRTL:n koulutustilaisuuksissa. Erikseen nostettiin esiin chat-tuki ja eri toimijoiden systemaattiset koulutukset.

Ryhmäkeskustelu puhelintuen asiantuntijoiden kanssa

Ryhmäkeskustelun aluksi osallistujat saivat koosteen yllä esitellyn kyselyn tuloksista. Ryhmäkeskusteluun osallistui kolme puhelintuen päivystäjää sekä yksi puhelintuen muu asiantuntija Suomen Rauhanturvaajaliitosta, ja eräältä muulta puhelintuen päivystäjältä oli saatu ennakkokommentteja koosteesta.

Ryhmäkeskustelussa käytiin läpi rauhanturvaajien elämään liittyviä asioita kotiutumisen jälkeen ja erityisesti psykososiaalisen tuen tarvetta eräänlaisella aikajanalla. *Puhelintukeen soittavat yleensä yli viisi vuotta sitten kotiutuneet rauhanturvaajaveteraanit tai operaatioissa olevien tai sieltä hiljattain palanneiden läheiset, lähinnä puoliso tai seurustelukumppani.* Keskustelua käytiin myös rauhanturvaajien identiteetin muodostumisesta. Yksittäisen operaation muistot jäsentyivät usein vähitellen osaksi laajempaa rauhanturvaajan identiteettiä. Tähän yhteiseen identiteettiin perustuu myös vertaistukitoiminnan vahvuus osana rauhanturvaajien psykososiaalista tukea. Vertaistukena toimiva puhelintuen päivystäjä ei voi tietää tarkkaan yksittäisen soittajan kokemuksia ja niiden asia-yhteyksiä, mutta hän pystyy ymmärtämään soittajan tilannetta kokemuksiansa ja identiteettinsä kautta. Soittaja hakee luotettavaa keskustelukumppania, koska vertaistuen toimintamalli ja yhteinen identiteetti herättävät luottamusta.

Usein soittajan haluaa keskustella puhelintuen kanssa akuutista elämänpätkästä, joka voi sijoittua minne hyvänsä kotiinpaluun jälkeisellä ajanjaksolla. Monia puheluita yhdistää se, että soittajalla on vaikeuksia ilmaista tuntemuksiaan läheisilleen sekä se, että osa puheluista on erityisen vaativia, jos niihin sisältyy soittajan ilmaisema itsetuhoinen pyrkimys tai jokin soittajan ajatuksissa oleva kuolemantapaus.

Eräs kehittämisidea olivat operaatiokohtaiset tukihenkilöt. Operaatiokohtaisina tukihenkilöinä voisivat olla lähiesimiehet, mutta tässä mallissa haasteena on se, että jos esimerkiksi lähiesimiehen ja alaisen vuorovaikutus ei ole ollut hyvää, lähiesimiehen lähestyminen psykososiaalisen tuen tiimoilta olisi epätarkoituksenmukaista. Lisäksi malli ei toimi, jos lähiesimies itse tarvitsee psykososiaalista tukea.

Lisäksi keskustelussa painottui se, että rauhanturvaajien epäviralliset verkostot ovat monille tärkeä tuki läpi elämän.

Riskiryhminä keskustelussa nousi esiin kolme ryhmää:

- Afganistanissa ja Irakissa palvelleet rauhanturvaajaveteraanit
- jonkin mahdollisesti traumatisoivan tilanteen läpi käyneet tai sellaisen tilanteen silminnäkijöinä olleet rauhanturvaajaveteraanit sekä
- rauhanturvapalveluksen keskeyttäneet rauhanturvaajaveteraanit.

Ryhmäkeskustelusta koostuivat seuraavat toimenpide-ehdotukset:

- Chattipalvelu palveluksessa oleville rauhanturvaajille, kotiutuneille rauhanturvaajaveteraaneille sekä heidän omaisilleen
- Palvelu perustuisi vertaistukeen ja tarkemmat periaatteet ja toteuttamisaikataulu pitäisi miettiä tarkkaan.
- *Psykososiaalisen tuen ammattiasiantuntijan konsultaatio erityisen vaativissa operaatioissa tai tilanteissa olleille rauhanturvaajille 1–2 vuotta kotiutumisen jälkeen*
- *Erytystuen kehittäminen palveluksensa keskeyttäneille rauhanturvaajille, jotka muodostavat vertaistuen ulkopuolelle mahdollisesti jäävän erityisryhmän*
- *Operaatiokohtaisen tukihenkilön nimeämisen mahdollisuuden selvittäminen*
- Tällainen ”lähiesimiesmalli” tai ”operaatiokummi” uusina toimintamalleina vaatisi jatkoselvittämistä, koska operaatiokohtaiset ja operaation jälkeiset uudet vastuut edellyttävät järjestämisvastuusta päättämistä, lisärahoitusta ja -koulutusta

Vammautuneet rauhanturvaajaveteraanit: ryhmähaastattelun ja täydentävän kyselyn tuloksia

Vammautuneiden rauhanturvaajien suosittamat toimintamallit: toinen kotiuttamiskoulutus kaikille ja seurannan tiivistämistä

Kesäkuussa 2018 tehdyssä haastattelussa keskityttiin rauhanturvaajien psykososiaalisen tuen kehittämiseen erityisesti operaatiotehtävissä vammautuneille tai operaation aikana tai sen jälkeen psyykkisesti sairastuneille rauhanturvaajille mutta myös muillekin rauhanturvatehtävissä palvelleille. Haastateltavat

olivat olleet aktiivisesti mukana myös yhdistystoiminnassa vammautuneiden rauhanturvaajien aseman, oikeusturvan ja psykososiaalisen tuen kehittämiseksi.

Haastatellut painottivat, että rauhanturvatehtävissä tai niiden jälkeen vammautuneiden tai sairastuneiden veteraanien viiteryhmissä keskeinen sosiaalinen tuen muoto on vertaistuki muilta samassa tilanteessa olevilta riippumatta siitä, missä operaatioissa nämä ovat palvelleet. Vertaistuki ja ammattiauttajien tarjoama tuki ovat molemmat tarpeen. Vertaistuen saaminen voi johtaa myös siihen, että rauhanturvaaja rohkaistuu ottamaan yhteyttä ammattiauttajiin. Keskustelussa nousivat esiin muun muassa seuraavat asioita. Uusi tapaturmalainsäädäntö, johon Vammautuneet Kriisinhallintaveteraanit ry. oli vaikuttanut lain valmistelun ja valiokuntakäsittelyn aikana, sisältää edistysaskeleita.

Ryhmä painotti haastattelussa toisen kotiutumiskoulutuksen järjestämistä kaikille noin vuosi kotiutumisen jälkeen. Täydentävään kyselyyn vastanneet kolme haastateltua perustelivat toisen kotiuttamiskoulutuksen tärkeyttä muun muassa kriisinhallintaoperaatioiden vaikeutumisella. Esillä oli myös kysymys siitä, että osalla rauhanturvaajista psyykkiset oireet ilmenevät vasta melko pitkän ajan kuluttua kotiutumisesta. Ennen vuotta 2006 vammautuneista rauhanturvaajista pitäisi laatia kartoitus, koska heidän asemastaan ei ole tietoa.

Kotiuttamiskoulutuksissa ja vastaavissa tilaisuuksissa on kannustettava rauhanturvaajia tarkkailemaan reaktioitaan ja tunnistamaan mahdollisia PTSD-oireitaan. On tärkeää, että rauhanturvaajilla on mahdollisuus keskustella kokemuksistaan ja, että he eivät jää kokemuksineen yksin. Toisaalta traumat voivat nousta esiin yli vuosi kotiutumisen jälkeen, ja traumatisoituneilla rauhanturvaajilla pitää olla väylä tuen saamiseen myöhemminkin. HUS:in psykiatrisen poliklinikan palvelu rauhanturvaajille oli haastateltavien mukaan toiminut hyvin. Sosiaali- ja terveydenhuollon asiantuntijoiden (lääkärit, hoitajat, sosiaalityöntekijät jne.) tietämystä rauhanturvaajien mahdollisista traumatisoivista tilanteista ja oireiden tunnistamisesta olisi tarpeen lisätä koulutuksella.

Tuki vammautuneiden kriisinhallintaveteraanien perheille

Kaikki kolme täydentävään kyselyyn vastannutta haastateltua painottivat tuen tärkeyttä vammautuneille kriisinhallintaveteraaneille sekä heidän perheilleen. Haavoittuminen kriisinhallintatehtävissä voi olla äärimmäisen vaikea tilanne perheelle ja läheisille, ja siksi he tarvitsevat tukea vaativan tilanteen hallintaan pian haavoittumisen tai sairastumisen jälkeen:

”Tukea, ohjausta ja etenkin heitä pitää informoida tilanteen kehittymisestä! Tärkeää kertoa miten asian suhteen edetään ja mihin aikaan läheiseen ollaan yhteydessä, kuka on yhteydessä, mistä hänet tavoittaa, jos asiaa, kellonajan tarkkuudella, milloin soitetaan tilanteesta!”

Vammautuneiden kriisinhallintaveteraanien perheiden saama tuki on aiemmin voinut olla pelkän ensitietopuhelun varassa; muuta psykososiaalista tukea perheet eivät ole aiemmin välttämättä saaneet. Kuten eräs kyselyyn vastanneista totesi: ”Mitään tukea ei yhden puhelun lisäksi ollut!” Eräs vastaajan ehdottama malli on tukihenkilö vammautuneen tai sairastuneen rauhanturvaajan perheen tueksi niin, että tukihenkilö olisi tarvittaessa apuna vähintään vuoden ajan.

Perheiden ja läheisten tukeminen on yleisestikin tärkeää. Perheiden ja läheisten saama tieto voi auttaa myös mahdollisten vakavampien psyykkisten ongelmien tunnistamisessa, kuten eräs vastaaja kuvasi: ”Läheisille voisi laittaa infon mahdollisista oireista... onko opiskelupaikkaa, työpaikkaa, harrastuksia, vetäytykö omiin oloihin, päihteiden käyttö, mahdollisen parisuhteen toimivuus...”

Yhteenveto tutkimuksen tuloksista

Taulukko 2. Yhteenveto keskeisistä tutkimustuloksista.

Havainnot ja kehittämiskohteet	Tiivistelmä koko aineistosta
Muutoksenhallinta ja pitkän aikajänteen sopeutuminen	Muutoksenhallinta on tärkeä prosessi haastatelluille hiljattain kotiutuneille rauhanturvaajille. Pitkän aikajänteen sopeutuminen, joka saattaa olla toisenlainen prosessi, puolestaan näyttää olevan meneillään puhelintukeen soittavilla veteraaneilla sekä haavoittuneilla ja sairastuneilla veteraaneilla. Kotiuttamiskoulutukset ovat keskeisiä rauhanturvaajien kotiutumisen kannalta. Kotiinpaluuseen liittyvän muutoksen vaikeus voi olla yllätys, jonka ennakointiin voisi saada enemmän tukea. Rauhanturvaajat soittavat puhelintukeen usein silloin, kun operaatiosta on kulunut aikaa ja he ovat kohdanneet elämäkriisin. Rauhanturvaajien psykososiaalisen tuen kehittämisessä on otettu edistysaskeleita. Ammatillista tukea on tarjottava mahdollisimman varhain sitä tarvitseville.
Institutionaaliset järjestelyt	Kotiuttamiskoulutusten jatkokehittäminen on olennaista: huomiota on tärkeää suunnata esimerkiksi työtä ja opiskelupaikkaa vailla oleviin rauhanturvaajiin. Toinen kotiuttamiskoulutus on harkinnan arvoinen. On luotava puitteet riskiäsielöiden tunnistamiselle. Ennen vuotta 2006 vammautuneiden rauhanturvaajaveteraanien tilanne on kartoitettava.
Ammattiapu	Matalan kynnyksen palveluiden kehittäminen on olennaista. HUS:in kautta saatavista palveluista on tärkeää tiedottaa. Operaation aikaisia palveluita voitaisiin täydentää ”operaatiopsykologilla”. Seula sille, että kaikki akuutisti apua tarvitsevat pääsevät ammattiavun piiriin, on tärkeä. HUS:in palvelut esimerkiksi PTSD-potilaiden tueksi ovat tärkeitä myös. Terveydenhuollon ammattilaisten on saatava kattavaa ja ajantasaista tietoa siitä, kuinka rauhanturvapalvelus voi vaikuttaa veteraanin psyykeen pitkään operaation jälkeenkin.

Vertaistuki	Pian kotiinpaluun jälkeen tuki samassa operaatiossa olleilta palveluskavereilta on yleensä hyödyllisintä. Puhelintuen ajatus on vertaistuki. Vammautuneille veteraaneille vertaistuki muilta samassa tilanteessa olevilta on ensisijaista. Vertaistuki voi auttaa ammattiaivun hakemiseen esimerkiksi. potentiaalisesti traumatisoivan tilanteen jälkeen.
Tuki perheille	Perehdytyskoulutuksia puolisoille pitäisi järjestää eri puolilla maata. Materiaali erityisesti puolisoille tai kumppaneille saisi olla laajempaa ja helpommin saavutettavaa. Myös vertaistuki osalle kotiin jääneistä puolisoista on tarpeen. Rauhanturvaajan ja perheen kannalta operaatioon liittyvät ajanjaksot (aika ennen operaatiota, operaatioaika, lomat ja operaation jälkeinen aika) ovat keskenään hyvin erilaisia ja vaativat kaikilta sopeutumista. Rauhanturvaajan ”jääminen henkisesti operaatioon” ja aiempaa heikompi kyky tai halu kommunikoida ajatuksistaan perheelle voi hämmentää.
Kehittämisideoita	Osa rauhanturvaajista hyötyy kirjoittamisesta (päiväkirja operaation aikana tai sen jälkeen ja muu kirjoittaminen). Toinen kotiuttamiskoulutus joko pakollisena tai vapaaehtoisena. Riskiäksilöiden tunnistamista ja tukea on kehitettävä kotiuttamiskoulutuksen avulla tai asiantuntijahaastatteluun tai muilla keinoin. Operaatiokohtaisen tukihenkilön järjestely ja lyhytterapiamahdollisuuden tarjoaminen kaikille palveluksesta palaaville ovat perusteltuja kehittämiskohteita. Puhelintukea voidaan kehittää muun muassa chattipalvelun avulla.

Tulosten tulkintaa ja johtopäätöksiä

Muutoksenhallinta ja pitkän aikajänteen sopeutuminen

Haastatteluissa käytetyt muutoksenhallintaan liittyvät kysymykset osoittautuivat hyväksi tavaksi selvittää hiljattain kotiin palanneiden rauhanturvaajien kotiinpaluun jälkeisen ajan haasteita. Muutoksenhallintavaihe alkaa kotiinpaluusta kestäen noin vuoden. Pitkän aikajänteen sopeutuminen puolestaan kuvaa hitaita muutoksia, pitkäkestoisia vaikutuksia sekä niiden hallintaa kotiinpaluun jälkeen. Kerätyn aineiston perusteella muutoksenhallinta pian kotiinpaluun jälkeen ja pitkän jänteen sopeutuminen eroavat toisistaan ilmiöinä. Pian kotiinpaluun jälkeen muutos on voimallisesti läsnä rauhanturvaajan elämässä, kun taas hidaski muutos, johon saattaa edelleen liittyä identiteettityötä, jatkuu myöhemminkin. Tämä kävi ilmi puhelintuen päivystäjien kertoessa tyypillisten puhelintukeen soittavien veteraanien kotiutuneen jo pitemmän aikaa sitten, ei siis aivan hiljattain. Puhelintuen päivystäjät kertoivat sellaisen veteraanien yhteydenotoista, jotka toivoivat tukea oireisiinsa pitkän ajankuluttua kotiutumisen jälkeen.

Tämän aineiston perusteella muutoksenhallinta etenee kotiutumisen jälkeen yleensä parempaan suuntaan, sillä hiljattain kotiutuneiden myöhemmät

numeeriset arviot muutoksenhallinnasta olivat yleensä korkeammat kuin aiemmat. Mutta aineiston valikoitumisen vuoksi tulosta ei voida pitää yleistettävänä. Muutoksenhallinta-termin avulla kotiinpaluun haasteista voi olla helppompi keskustella rauhanturvaajien kanssa.

Kriisinhallinnan kokemusasiantuntijat painottavat, että sosiaalinen tuki erityisesti samasta operaatiosta palanneilta on tärkeää pian kotiinpaluun jälkeen. Vammautuneet tai sairastuneet veteraanit kuitenkin kaipaavat tukea samassa tilanteessa olevilta. Psykkisen resilienssin ja toimintakyvyn sosiaalinen ulottuvuus painottuivat vastauksissa kotiin palanneiden psykososiaaliseen tukeen liittyen. Kaiken kaikkiaan rauhanturvaajien kotiin paluun jälkeistä muutoksenhallintaa olisi jatkossa syytä arvioida osana heidän toimintakykyään ja psykikistä resilienssiään.

Haastateltavat painottivat tuen muotoina erityisesti vuorovaikutuksellista tukea (vertaistuki, mahdollinen terapia yms.), joka liittyy erityisesti resilienssin ja toimintakyvyn psykososiaalisiin puoleen. Haastattelutilanteissa kysymykset painottuivat psykososiaaliseen tukeen, mikä osaltaan ohjasi vastauksia. Muutoksenhallintaan vaikuttaa osaltaan varmasti myös identiteettityö, sillä haastatelluille rauhanturvaajille tärkeä tuki kotiinpaluun jälkeen olivat erityisesti samassa operaatiossa samaan aikaan palvelleet rauhanturvaajaveteraanit. Vammautuneiden tai vaikeita oireita saaneiden rauhanturvaajaveteraanien ryhmän dynamiikka on erilainen kuin muiden veteraanien. Heille samankaltaisen tilanteen läpi käyneiden vertaistuki on tärkeää, ei niinkään samassa operaatiossa työskennelleiden tuki.

Vertaistuki, psykkinen resilienssi ja toimintakyky

Edellä todetun mukaisesti hiljattain kotiutuneilla ensisijaisia keskustelukumppaneita kriisinhallintaoperaatioon liittyen ovat palvelustoverit. Toissijaisesti keskustelukavereita ovat joko muut rauhanturvaajat tai muut kaverit. Haastateltujen kommentit kotiuttamiskoulutuksista viittaavat siihen, että Puolustusvoimat ja Suomen Rauhanturvaajaliitto ovat pystyneet hyvin kehittämään toimia kotiinpalaaajien tueksi. Kuitenkin kerätystä aineistosta saatujen tulosten valossa tukitoimintaa on syytä kehittää edelleen, jotta ajatus ”matalan kynnyksen” tuesta kotiin palanneille rauhanturvaajille todella toteutuisi. Vammautuneilla keskeinen vertaistuki tulee samassa tilanteessa olevilta veteraaneilta, joten vertaistuen merkitys on erilainen eri tilanteissa olevilla kriisinhallintaveteraaneilla.

Hiljattain kotiutuneiden haastatteluaineisto on valikoitunut, eikä siitä voida päätellä mitään haastateltujen kuvaamien ilmiöiden tai heidän näkemystensä yleisyydestä rauhanturvaajaveteraanien keskuudessa. Koska tutkimuksen eri kohderyhmien edustajat pitivät tärkeänä psykososiaalisen tuen jatkokehittämistä, on perusteltua pitää tätä tulosta luotettavana.

Olennaista on vahvistaa psyykkistä resilienssiä koko operaatiosyklin ajan: ennen operaatiota, sen aikana ja sen jälkeen vahvistamalla toimintakyvyn eri osa-alueita. Tällainen tarkastelu on esitelty kuviossa 1. Vaikka Southwick ja Charney tarkoittavat käsitteellä lähinnä psyykkistä resilienssiä, sen edellyttämä tuki nojautuu toimintakyvyn eri komponentteihin, joskin tässä aineistossa painottuen psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn.

Eräät ehdotukset, kuten psykologipalvelujen tarjoaminen operaation aikana, tukisivat myös kotiinpaluun jälkeistä aikaa erityisesti, jos muutoksenhallintaa nostetaan vahvemmin esiin jo operaation aikana. Tutkimuksen ja toimintakäytäntöjen kannalta haasteellista on se, miten saadaan tietoa niistä henkilöistä, jotka tarvitsisivat enemmän psykososiaalista tukea, mutta eivät hakeudu palveluiden piiriin.

Traumanjälkeisen kasvun käsite (ks. Seligman 2013) laajasti ymmärrettyinä sai myös eräänlaista tukea tuloksista. Kaikissa tutkituissa kohderyhmissä ilmeni pyrkimystä toimia muiden rauhanturvaajaveteraanien auttamiseksi. Puhelintuen päivystäjien osalta tämä liittyi kohderyhmän luonteeseen, sillä lähtökohtaisesti kaikilla puhelintuen päivystäjillä oli omakohtaista rauhanturvaamiskokemusta ja he olivat mukana Suomen Rauhanturvaajaliiton organisoimassa toiminnassa muiden veteraanien hyväksi. Kaikki ryhmähaastatteluun osallistuneet vammautuneet rauhanturvaajaveteraanit olivat toimineet aktiivisesti samassa asemassa olevien veteraanien auttamiseksi erityisesti lainsäädännön kehittämisen puitteissa. Myös kolmannes (4/11) haastatelluista hiljattain kotiutuneista rauhanturvaajista toimi jollakin tavoin aktiivisesti vertaistuen järjestämiseksi muille rauhanturvaajaveteraaneille. Moni haastatelluista kuvasi halunneensa tulla tutkimushaastatteluun nimenomaan edistääkseen myös sitä, että sekä nykyisten että tulevien rauhanturvaajaveteraanien asemaa voidaan parantaa. Kuvatut altruistiset pyrkimykset muistuttavat edellä mainittua Seligmanin kuvaamaa traumanjälkeistä kasvua, vaikka altruistiseen toimintaan ei kaikilla haastatelluilla liittynytäkään varsinaista traumaattista kokemusta.

Psyykkisestä resilienssistä on hyötyä arvioitaessa rauhanturvaajien hyvinvointia, ja siihen vaikuttavat tekijät voidaan luokitella toimintakyvyn eri osa-alueiden mukaisesti. Toimintakyvyn käsitettä voidaan hyödyntää arvioitaessa tiettyjen ilmiöiden yksilöllisyyttä ja nivoutumista sosiaaliseen ympäristöön; tarkasteltaessa mikä on tarpeen mietittäessä sitä, kuinka eri tavoin rauhanturvaajien muutoksenhallinta ja pitkän aikajänteen sopeutuminen kotiinpaluun jälkeen etenevätkään.

Subjektiiivisen toimintakyvyn arvioimiseen tarkoitettu, toimintakyvyn omaan arvioon asteikolla 0–10 perustuva mittari vaatii jatkokehittämistä sen luotettavuuden arvioimiseksi. Seurantatilanteissa tutkittava henkilö pystynee mittarin asteikolla vertailemaan toimintakykynsä muutosta tiettyä ajanjaksona.

Kotiuttamiskoulutukset ja riskiryhmien löytäminen

Suomalaisen sotilaallisen kriisinhallinnan erityinen haaste on se, että rauhanturvaajien hajaantuessa palveluksen jälkeen, tietoa heidän kotiutumisen onnistumisesta tai haasteista ei saada ilman seurantaa. Seurannan kehittämiseksi on tarvetta. Osa hiljattain kotiin palanneista rauhanturvaajista ja vammautuneiden rauhanturvaajien ryhmä pitivät tärkeänä, että toinen kotiuttamiskoulutus järjestettäisiin. Lisäkyselyn vastauksissa hiljattain kotiutuneiden veteraanien enemmistö kannatti toista kotiuttamiskoulutusta kaikille kotiutuneille rauhanturvaajaveteraaneille noin vuoden kuluttua kotiinpaluusta. Puhelintuen päivystäjät puolestaan painottivat mahdollisten riskiryhmien etsimistä ja toisen kotiuttamiskoulutuksen järjestämistä ainakin riskiryhmille. Muun muassa Afganistanissa palvelleet työskentelevät keskimäärin vaativammassa operaatiossa kuin vaikkapa Libanonissa palvelleet.

Koska ajatus toisesta kotiuttamiskoulutuksesta ei saanut varauksetonta vastaanottoa, olisi toki mahdollista toteuttaa koejärjestely, jossa esimerkiksi kaikki samassa kotiuttamisessa kotiutuneet kutsuttaisiin toiseen kotiuttamiskoulutukseen ja heidän kokemuksiinsa toisesta kotiuttamiskoulutuksesta arvioitaisiin huolella. Vastaavasti toisena ajankohtana voitaisiin toteuttaa järjestely, jossa kotiutuneet vastaisivat esimerkiksi kyselyyn ja heille soitettaisiin vaikka 6 ja 12 kuukauden kuluttua palveluksen päättymisestä.

Perheiden tukeminen

Puolisoiden, perheiden ja muiden läheisten tukeminen painottui monissa vastauksissa. Lisämateriaali perheille ja läheisille vaikuttaa olevan tarpeen sen vahvistamiseksi, että läheiset ymmärtävät operaatioon lähtevän, siellä palvelevan ja operaatiosta kotiin palaavan haasteita. Kyse on sekä kotiutuvan veteraanin muutoksenhallinnasta että vuorovaikutuksen haasteista – ja mahdollisesti myös vaikeiden kokemusten käsittelystä. Tarjottavaa tukea ja materiaalia on syytä kehittää niin, että perheet ja läheiset saavat myös asianmukaista tietoa, joka auttaa rauhanturvaajalla mahdollisesti ilmenevien oireiden tunnistamisessa.

Vammautuneiden tai sairastuneiden kriisinhallintaveteraanien perheille tarvitaan myös tuki- ja seurantajärjestelmä, johon kuuluu nimetty tukihenkilö ja räätälöidyt tuen mallit. Tällaista tukea pitäisi kehittää tutkivalla työotteella, jotta tuen kehittämistarpeet kartoitetaan mahdollisimman perusteellisesti. Mahdollisesti psyykkisesti sairastuneiden rauhanturvaajaveteraanien perheiden tuki olisi syytä suunnitella vielä erityisesti tätä kohderyhmää varten.

Aineistosta esiin nousseiden kehittämistoiveiden ja tutkimustarpeiden arviointia

Tutkimuksen laadullisuudesta ja aineiston valikoitumisesta johtuen tämän tutkimuksen keskeisiä tuloksia olisi syytä tutkia kvantitatiivisesti jatkotutkimuksissa, jotta muutoksenhallintaa ja siihen liittyviä ilmiöitä voidaan arvioida kattavammin. Rauhanturvaajien perheiden ja läheisten tuen tarvetta ja vuorovaikutuksen erityisyyttä on myös perusteltua tutkia edelleen. Rauhanturvaajien perheiden toiveita ja vuorovaikutusta tutkimalla voidaan saada tuloksia, joista on hyötyä palveluiden kehittämisessä. Erityisen tärkeää on saada tietoa siitä, kuinka rauhanturvatehtävissä vammautuneiden tai niiden vuoksi sairastuneiden tukea parhaiten kehitettäisiin. On myös perusteltua edelleen kehittää niin sanottuihin riskiryhmiin kuuluvien psykososiaalista tukea. Eräs tapa olisi toteuttaa seuranta siten, että riskiryhmiin kuuluville tarjotaan mahdollisuus keskusteluun psykososiaalisen tuen asiantuntijan kanssa ja että uuden tukimuodon onnistuneisuutta kartoitetaan tutkimuksen avulla. Sotilaallisesta kriisinhallinnasta kotiutumiseen liittyvät haasteet ovat myös kokonaisuus, joka on tarpeen ottaa esiin sotilaskoulutuksen eri vaiheissa. Kriisinhallintaan liittyvän koulutuksen lisäksi myös sotilaskouluttajien koulutukseen on tarpeen sisältyä tietoa kriisinhallintaan liittyvistä psykososiaalisen tuen tarpeista. Koska tulevaisuuden kriisinhallintaoperaatioissa on syytä varautua vaativiin olosuhteisiin, on tärkeää kehittää psykososiaalista tukea ja siihen liittyvää koulutusta systemaattisesti.

Lähteet

- Anttila, Ulla. (2012). *Enhancing human security through crisis management – opportunities and challenges for learning*. Väitöskirja, Johtamisen ja sotilaspedagogiikan laitos Tampere: Maanpuolustuskorkeakoulu.
- Bellamy, Alex J & Paul D. Williams (2013). *Providing peacekeepers. The politics, challenges, and future of United Nations peacekeeping contributions*. Oxford: Oxford University Press.
- Bieri, Matthias (2015). "Military conscription in Europe: New relevance". Center for Security Studies (CSS). <http://www.css.ethz.ch/en/services/digital-library/publications/publication.html/194352> , (28.8.2018).
- Brounéus, Karen. (2014). On return from peacekeeping: A review of current research on psychological well-being in military personnel returning from operational deployment. *Journal of Military and Veterans' Health*, 22(1), 24–28.
- Burr, Vivien (2003). *Social constructionism*. Lontoo: Routledge.
- Cohen, Louis, Lee Manion. & Keith Morrison (2007). *Research methods in education*. 6. painos. Lontoo: Routledge.

- Cornum, Rhonda., Michael D. Mathews, & Martin E.P. Seligman (2011). Comprehensive soldier fitness – building resilience in a challenging institutional context. *American Psychologist*, 66(1), 4–9.
- de Terte, Ian, Christine Stephens, & Lynne Huddleston (2014). The development of a three-part model of psychological resilience. *Stress and health*, 30, 416–424.
- Franke, Volker (2003). The social identity of peacekeeping. Teoksessa T.W. Britt & A. B. Adler (toim.) *The psychology of the peacekeeper. Lessons from the field*. Westport: Praeger, 31–51.
- Hanén, Tom. (2017). *Yllätysten edessä. Kompleksiuusteoreettinen tulkinta yllättävien ja dynaamisten tilanteiden tulkinnasta*. Väitöskirja. Helsinki: Maanpuolustuskorkeakoulu.
- Hedrenius, Sara & Johansson, Sara (2016). *Kriisituki. Ensiapua onnettomuuksien, katastrofien ja järkyttävien tapahtumien käsittelyyn*. Tallinna: Tietosanoma.
- Henriksson, Markus & Jouko Lönnqvist (2017). Psykkiset kriisit, sopeutumishäiriöt ja stressireaktiot. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim.), *Psykiatria*, 12. uudistettu painos. Tallinna: Duodecim, 357–384.
- Hyvönen, Ari-Elmeri., Tapio Juntunen, Harri Mikkola, Juha Käpylä, Harri Gustafsberg, Markku Nyman, Tiina Rättälä., Sirpa Virta, & Johanna Liljeroos (2019). *Kokonaisresilienssi ja turvallisuus: tasot, prosessit ja arviointi*. Valtioneuvoston julkaisuja 17/2019. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161358/17-2019-Kokonaisresilienssi%20ja%20turvallisuus.pdf> , (7.2.2019).
- Hänninen, Vilma (1999). *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Väitöskirja, Soisiologian ja soiaalipsykologian laitos. Acta Universitatis Tampereensis 696. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Isosomppi, Maria & Jukka Leskinen (2011). Rauhanturvaajien psykososiaalinen hyvinvointi. Teoksessa J. Leskinen *Rauhanturvaajien psykososiaalinen hyvinvointi*, 9–47. Maanpuolustuskorkeakoulu/käyttätymistieteiden laitos, sarja 1. http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/74161/Leskinen-Rauhanturvaajien_psykososiaalinen_hyvinvointi.pdf?sequence=1 , (12.11.2018).
- Kaikkonen, Noora M. & Tanja Laukkala (2016). International military operations and mental health – a review. *Nordic Journal of Psychiatry*, 70(1), 10–15.
- Kaldor, Mary. (2007). *Human security*. Cambridge: Polity.
- Kangas, Seppo. (2010). Sotilassielunhoidon kivijalka – näkökulmia teoriaan ja käytäntöön. Teoksessa J. Mäkinen & J. Tuominen (toim.) *Toimintakykyä kehittämässä – Jarmo Toiskallion juhla kirja – military-pedagogical reflections*. Helsinki: Maanpuolustuskorkeakoulu, 95–116.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa. (2010a). *Hyvä itsetunto*. Juva: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa. (2010b). *Tunne itsesi, suomalainen*. Juva: WSOY.
- Kivimäki, Ville. (2013). *Murtuneet mielet. Taistelu suomalaissotilaiden hermoista 1939–1945*. Helsinki: WSOY.
- Kousa, Harri (2008). Suomalaisilla rauhanturvaajaveteraaneilla vähän traumaperäisiä stressihäiriöitä. Pro gradu -tutkielma, Turun yliopisto, Psykologian laitos.
- Leskinen, Jukka (2018). Kriisinhallinnan psykologia. Teoksessa J. Leskinen, L. Eränen, V. Nissinen, K. Nyman, L. Oksama ja P. Simola (toim.) *Sotilaspsykologia maanpuolustuksen tukena*. Tuusula: Puolustusvoimien tutkimuslaitos, 194–219.
- Leskinen, Jukka & Maria Isosomppi (2011). Rauhanturvaajien psykososiaalisen tuen tarve – tutkimuksen toteutus ja tulokset. Teoksessa J. Leskinen (toim.) *Rauhanturvaajien psykososiaalinen hyvinvointi*. Maanpuolustuskorkeakoulu/käyttätymistieteiden laitos, sarja 1.. http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/74161/Leskinen-Rauhanturvaajien_psykososiaalinen_hyvinvointi.pdf?sequence=1 , 48–69, (12.11.2018).

- MacGinty, Roger, Madhav Joshi & SungYong Lee (2019). Liberal peace implementation and durability of post-war peace. *International Peacekeeping*. <https://doi.org/10.1080/13533312.2019.1618189>, (01.09.2019).
- Mayordomo, Teresa, Viguier, Paz, Sales, Alicia, Satorres, Encarnación & Juan C. Meléndez (2016). Resilience and Coping as Predictors of Well-Being in Adults. *Journal of Psychology*, 150(7), 809–821.
- Mäkinen, Juha (2018). Ollako vai eikö olla. Sotilas ja kansalainen sosiaalisissa suhteissaan. *Tiede ja Ase*, 76, 126–146.
- Niemelä, Jussi-Pekka (2016). Suhtautuminen kriisinhallintaan jakaa maavoimia. *Tiede ja Ase*, 2016, 74, 159–178.
- Paananen, Soili & Aki-Mauri Huhtinen (2013). Uuden taistelutavan edellyttämien taitojen kehittäminen johtamisen ja kouluttamisen harjoittelussa: resilienssi ja toimintakyvyn itsesäätelytaito. *Tiede ja Ase*, 71, 118–132.
- Peltoniemi, Rainer (2019). Sähköposti 9.9.2019.
- Pietikäinen, Arto (2017). *Joustava mieli tukena elämänkriiseissä*. Tallinna: Duodecim.
- Poijula, Soili, Anssi Suokas & Anne Suokas-Cuncliffe (2015). Traumapsykoterapiat. Teoksessa M. O. Huttunen & H. Kalska (toim.) *Psykoterapiat*. Riika: Duodecim, 138–160.
- Poijula, Soili (2018). *Resilienssi. Muutosten kohtaamisen taito*. Helsinki: Kirjapaja.
- Salonius-Pasternak, Charly & Visuri, Pekka (2006). *Suomi rauhanurvaajana 1991–2006*. Puolustusministeriö: Jyväskylä.
- Schok, Michaela L, Rolf J. Kleber, Martin Elands, M. & Jos M.P. Weerts (2007). Meaning as a mission: a review of empirical studies on appraisals of war and peacekeeping missions. *Clinical psychology review*, 28, 357–365.
- Seligman, Martin. E. P. (2013). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Atria paperback.
- Southwick, Steven M. & Dennis S. Charney (2018). *Resilience. The Science of mastering life's great challenges*. Toinen painos. Cambridge: Cambridge University Press.
- Tilastokeskus (2017). *Kansainvälinen sotilaallinen kriisinhallinta*. Findikaattorin päivitys 18.3.2017. Internet-lähde: <http://findikaattori.fi/fi/100>, (14.3.2018).
- Toiskallio, Jarmo. (2009). Toimintakyky sotilaspedagogiikan käsitteenä. Teoksessa J. Toiskallio & J. Mäkinen *Sotilaspedagogiikka: Sotiluuden ja toimintakyvyn teoriaa ja käytäntöä*. Helsinki: Maanpuolustuskorkeakoulu.
- Toiskallio, Jarmo (2017). From Ethics to Ethical Action Competence. Teoksessa A. Mutanen (toim.) *Ethical basis for Human Security. Towards Renewal of Peace Operations Thinking*. Helsinki: Finnish Defence Forces International Centre. http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/143880/Ethical_Basis_of_Human_Security_LR.pdf?sequence=2 35-49, (18.12.2018).
- Ulkoministeriö (2018). *Suomen osallistuminen kriisinhallintaan helmikuussa 2018*. <http://formin.finland.fi/public/default.aspx?contentId=325187&nodeId=49302&contentlan=1&culture=fi-FI>, (14.3.2018).
- Vest, Bonnie M. (2012). Citizen, soldier or citizen-soldier? Negotiating identity in the US National Guard. *Armed Forces & Society*. 39(4), 602–627.