

Defusing-ohjaajakoulutus



Defusing-ohjaajakoulutus

Miksi?

Defusing eli välitön purkaminen tarkoittaa erityisen rankan työtilanteen psyykkisen kuormituksen purkamista saman työvuoron kuluessa koulutetun ohjaajan tuella.

Monen alan ammattilaiset ja monien organisaatioiden perustason työryhmät, tiimit ja työparit joutuvat työnsä vuoksi toistuvasti inhimillisen elämän rankkoihin ääritilanteisiin. Ne voivat liittyä onnettomuuksiin, loukkaantumisiin, väkivaltaan, vakaviin sairastumisiin tai perheen kriiseihin jne. Uhreina ovat useimmiten tavalliset kansalaiset: miehet, naiset, aikuiset, lapset. Joskus uhka, vaara tai vahinko koskee itse työntekijää tai hänen kollegaansa.

Traumaperäinen stressihäiriö on psyykinen häiriö, joka voi kehittyä traumaattisten kokemusten seurauksena. Tutkimukset osoittavat, etteivät edellä mainitut ammattilaisetkaan ole ”immuuneja” psyykkiselle kuormitukselle. Esimerkiksi kansainvälisten tutkimuksien mukaan palo- ja pelastustoimen ammattilaisista noin 14-17% kärsii traumaperäisestä stressihäiriöstä, kun vastaava luku tavallisten kansalaisten keskuudessa on noin 2-4%.

Osa ammatillista koulutusta tähtää siihen, että ammattilainen pystyy kohtaamaan rankkoja työtilanteita ja työskentelemään niissä ammatillisesti ja tehokkaasti. Työkokemus lisää ammattilaisen selviytymismahdollisuuksia pahoissa paikoissa.

Sotiemme jälkeen vallitseva selviytymisstrategia oli unohtamisen strategia: ”Unohtetaan menneet ja katsotaan eteenpäin. Ei ajatella sitä.” Tämän hetken traumatutkimus ja -teoria eivät tue unohtamisstrategiaa. Rankoista kokemuksista selviytymiseen liitetään nykyään häiritsevän tapahtuman ja siihen liittyvien ajatusten ja tunteiden kohtaaminen ja läpikäyminen turvallisissa olosuhteissa.

Miten?

Defusing on siis menettelytapa, jolla ammattilaiset tuoreeltaan käyvät läpi poikkeuksellisen rankan työkokemuksen, jotta kokemus ei jäisi yhtenä psyykkisenä kuormana altistamaan traumaperäiselle stressihäiriölle. Vahingollinen vaikutus ei välttämättä tule ammattilaisille yhdestä rankasta kokemuksesta, vaan työuran varrella toistuvista kasaantuvista vaikutuksista. Tässä mielessä on kyse työkyvyn ylläpidosta.

Kenelle?

Ammattialoja, joiden piirissä tällainen altistuminen on tavallista, ovat palo- ja pelastustoimi, poliisi ja vartiointityö sekä akuutti sosiaali- ja terveystyö. Oma erityisalansa on työterveyshuolto, jonka edustajat voivat auttaa asiakasorganisaatioidensa jäseniä rankkojen työtilanteiden jälkeen.

Defusing-koulutus valmistaa ohjaajia, jotka toimivat defusing-istuntojen ohjaajina sekä arvioivat mahdollisen jatkoavun tarpeen. Ajatuksena on, että defusing-ohjaajat tulevat oman organisaation sisästä, jolloin ohjaajat tuntevat maailmaa, jossa rankat tilanteet tapahtuvat.

Kouluttaja

Kouluttajana toimii psykologi, vet psykoterapeutti
Jukka Jylhä

Koulutuspaikka

Koulutus voidaan toteuttaa missä päin Suomea tahansa tai vaihtoehtoisesti Jyväskylässä, Vesalan kurssikeskuksessa (16 km Jyväskylästä).



Lisätiedot ja tarjouspyynnöt:

Jyväskylän Koulutuskeskus Oy
puh. (014) 215 217
faksi (014) 614 979
toimisto@jkk.fi
www.jkk.fi

Koulutuksen esimerkkiohjelma:

Ensimmäinen päivä

- 10.30-12.00 Orientaatio koulutukseen, tavoitteet ja työskentelymenetelmät
- 12.00-13.00 Lounas
- 13.00-14.30 Traumaattiset työtilanteet osanottajien kokemuksena
- 14.30-15.30 Kahvi
- 15.30-17.00 Työelämän traumaattiset tapahtumat ja henkinen kuormitus sekä näiden vaikutukset työkykyyn ja jaksamiseen
- 17.00-17.30 Päivän arviointi

Toinen päivä

- 08.30-10.00 Defusing eli välitön purku työtiimin työkykyä ylläpitävänä menetelmänä traumaattisten työtilanteiden jälkeen
- 10.00-11.30 Oma persoona työvälteenä defusing - istunnossa (pienryhmissä)
- 11.30-12.30 Lounas
- 12.30-13.15 Ensimmäisen harjoitusistunnon valmistelu (pienryhmissä)
- 13.15-15.00 Ensimmäinen harjoitusistunto palautekeskusteluineen (pienryhmissä)
- 15.00-15.30 Kahvi
- 15.30-16.30 Mitä tarvitaan, jotta defusing - menettely voisi juurtua toimivana elementtinä oman työpaikan kulttuuriin
- 16.30-17.00 Päivän arviointi

Kolmas päivä

- 08.30-09.00 Toisen harjoitusistunnon valmistelu (pienryhmissä)
- 09.00-11.00 Toinen harjoitusistunto palautekeskusteluineen (pienryhmissä)
- 11.00-11.45 Lounas
- 11.45-12.45 Käytännön kehittämistarpeet omassa organisaatiossa defusing - menettelyn käyttöön ottamista ajatellen (pienryhmissä)
- 12.45-15.00 Yhteenvetokeskustelu suuressa salissa: kokemukset istunnoista ja menettelyn soveltaminen omaan organisaatioon
- 15.00-15.30 Päivien arviointi