

# Työntekijä ja työyhteisö trauman kohtaajina

Miten työyhteisö voi toimia traumatietoisesti siten, että muodostuu työntekijöille turvallinen, kannatteleva, emotionaalista tukea tarjoava työyhteisö?

## Trauma ja työ

### Työntekijä



Työntekijän henkilöhistoria, siinä kehittynyt säätelykyky, sopeutuminen ja ihmissuhteissa olemisen tapa

Työntekijän elämäntilanne nyt ja sen tapahtumat (ml. kriisit, traumat)

### Työtehtävät



Työssä tapahtuva altistuminen traumoille asiakkaiden tilanteiden ja kohtaamisten myötä (toistuvuus, pitkäkestoisuus)

Työssä koettu väkivalta sen uhka tai muu vaara

### Organisaatio



Organisaation rakenteet ja toimintaehdot osana työntekijöiden kokemuksia ja työn traumasäilyttäjä

Organisaatiokulttuurin kyky tunnistaa, suhtautua ja käsitellä työn traumasäilyttäjä ja työntekijöiden kokemuksia

Sijaistraumatisoituminen, myötätuntouupumus, työhyvinvointi, työuupumus, työssä jaksaminen, työhön sitoutuminen

Selkeät rakenteet organisaation toiminnassa ja asiakkaiden kohtaamisessa edistävät turvallisuuden tunteen muodostumista sekä työntekijälle että asiakkaalle trauman rikkoessa sekä rajoja että aikakäsitystä.

### TYÖNTEKIJÄÄ TUKEE



- Organisaatiokulttuuri, jossa johtaminen ja rakenteet vastaavat työntekijöiden turvallisuuden, suojelun ja hyvinvoinnin tarpeisiin.
- Organisaatiokulttuuri, jonka rakenteet ja johtaminen lieventävät uhan, pelon ja reaktiivisen käyttäytymisen aktivoitumista.

### TYÖNTEKIJÄÄ EI TUE



- Organisaatiokulttuuri, joka olettaa työntekijöiden itsenäisesti yksin käsittelevän ja säilövän työn traumasäilyttäjä ja mahdollisesti koetut vaikutukset.
- Organisaatiokulttuuri, joka syyllistää ja vastuuttaa työntekijää, kyseenalaistaa ammattitaidon tai soveltuvuuden työntekijän ilmaistessa kokemuksiaan ja tuen tarvettaan.

### KESKIÖSSÄ TURVAA KOKEVA TYÖNTEKIJÄ



- Työntekijän kokema sisäinen turvallisuus mahdollistaa asiakkaiden elämäntilanteiden kuormittavuuden kohtaamisen ja haavoittuvuuden tunnistamisen.
- Työntekijän kokema sisäinen turvallisuus mahdollistaa pysähtymisen, tutkivan asenteen ja oppimisen.

Tunnistatko, miten asettaudut tälle turvallisuuden/pelon kokemisen jatkumolle, mikä on "optimaalinen sietoikkunasi" ja tunnistatko, miten reagoit trauma-altistukseen ja kumuloituvaan stressiin?

Myötätuntoisuus, aitous, spontaanisuus

Kaaosmainen ajattelu, ärsyntyminen

Sääntö/asiaorientaatio, itseen kääpertyminen (miten selviän)

Emotionaalinen turvallisuus

Pelko

Ammatillinen uteliaisuus, Uuden oppiminen

Kyllästyminen, toivottomuus, työn merkityksellisyyden väheneminen

Sosiaalinen eristäytyminen sulkeutuminen, uupumus, masennus

## Kannatteleva työyhteisö

