

1. Koulutuksen tarkoitus ja tavoitteet

Tavoite

Vapepa-johtajat ymmärtävät kriisitilanteiden psykologista dynamiikkaa ja osaavat:

- tunnistaa psyykkisen kuormituksen merkkejä vapaaehtoisissa, autettavissa ja itsessään,
- käyttää henkisen ensiavun (HEA) ja psyykkisen tuen periaatteita,
- johtaa kriisitilanteita tavalla, joka tukee psyykkistä turvallisuutta,
- ymmärtää: yhteistyö muiden toimijoiden (SPR, kirkko, sosiaali- ja terveydenhuolto) kanssa psykososiaalisen tuen osalta,
- ehkäistä jälkikuormitusta ja tukea palautumista.

2. Kohderyhmä ja koulutuksen kesto

Kohderyhmä: Vapepa-johtajat, tilannejohtajat,

Kesto: 4 -6 tuntia tai jaettuna kahteen iltakoulutukseen.

Muoto: Luento + työpaja + ryhmäkeskustelut + simuloidut tilanteet.

3. Koulutuksen teemat ja rakenne

1: Johdanto psyykkiseen ja henkiseen tukeen

- Mitä on psyykinen tuki ja **henkinen ensiapu (HEA)**?
- Ihmisen normaali stressireaktio vs. traumaattinen reaktio.
- Psykologisen turvallisuuden ja johtamisen merkitys kriisissä.
- Vapepa-johtajan rooli tunnesäätelyn ja ryhmän vakauden ylläpitäjänä.
- Hobfoll (2012): "Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention".
- SPR:n ja THL:n ohjeistukset psykologisesta tuesta.

2: Kriisipsykologian ja henkisen ensiavun (HEA) perusperiaatteet

- Rauhoittaminen, läsnäolo ja turvallisuuden luominen.
- Kuuntelun ja empaattisen kohtaamisen periaatteet.
- Tuen ja ohjauksen rajat – mitä johtajan tulee tehdä ja mitä ei.
- Käytännön harjoitus: kriisitilanteen alkuvaiheen johtamistilanne ja sen tunneilmasto.

Harjoitusesimerkki:

- Simuloitu tilanne, jossa johtaja kohtaa vapaaehtoisen, joka on nähnyt onnettomuuden seurauksia.
- Ryhmä pohtii ja reflektoi, miten johtaja voi tukea, kuunnella ja ohjata henkilöä tarvittaessa eteenpäin.

3: Psykologinen johtaminen ja tiimin hyvinvointi kriisissä

- Psykologisesti turvallinen johtaminen paineen alla.
- Johtajan oma itsesääntely ja esimerkki.
- Viestinnän merkitys: rauhallisuus, ennakoitavuus ja luottamuksen rakentaminen.
- Tiimin palautuminen: purkukeskustelut, jälkikäsitteily ja lepo.
- Psyhykinen ensiapu tiimille ja itselle.

"Johtajan mielen suoja – omasta jaksamisesta huolehtiminen"

Käytännön menetelmät: reflektio, vertaistuki, lyhyt tietoisuusharjoitus (mindfulness), kehon palauttavat keinot ja psykologisen kuorman säätely.

4: Yhteistyö ja jatkohoito

- Milloin ja miten ohjataan eteenpäin (SPR:n, kirkon, sosiaalipäivystyksen, kriisikeskusten yhteistyömallit).
 - Roolit ja vastuut Vapepa-johtamisessa.
 - Psykososiaalisen tuen kokonaisuus Suomessa (STM/THL-ohjeet).
 - Tiedonkulku ja jälkiseuranta Vapepa-organisaatiossa.
-
- **Harjoitus – kriisitilanne ja johtaminen psyykkisen tuen näkökulmasta**
Simuloitu tilanne (esim. kadonneen henkilön etsintä, onnettomuuspaikka)..
 - **Purkukeskustelu ja palautekeskustelu:**
 - Mitä tapahtui?
 - Mitä tukea annettiin ja miten se vaikutti?
 - Mitä olisi voinut tehdä toisin?

4. Koulutuksen materiaalit ja työkalut

- **Koulutusdiat ja tiivistelmävihko (pdf):** henkisen tuen peruseriaatteet ja johtajan muistilista.
- **HEA-pikaopas:** muistilista Vapepa-johtajalle ("Rauhoita – Kuuntele – Tue – Ohjaa")..
- **Jälkipurkumalli:** lyhyt purkutilanne Vapepa-ryhmälle heti tehtävän jälkeen.