

Psykologisen kriisityön vaikuttavuutta tutkitaan

"Pitää varmasti paikkansa, etteivät kaikki tarvitse kokemusten purkamista, mutta kriisityön ammattilaisten tehtävä on löytää joukosta ne, jotka tarvitsevat apua."

Helsingin Sanomat julkaisi tiedesivuillaan uutisen siitä, että traumaattisten kokemusten työstämisestä psykologin tai muun terapeutin kanssa ei ole hyötyä (HS 10.6.).

Uutisessa mainitusta Roxane Cohen Silverin tutkimuksesta ei voi kuitenkaan vetää tällaista johtopäätöstä. Lisäksi traumaattisten kokemusten työstämiseen käytettiin menetelmiä, jotka eivät vastaa Suomessa tehtävää kriisityötä.

Lähteenä mainitulla Kalifornian Irvinen yliopiston verkkosivulla kerrotaan, että syyskuun 2001 terrori-iskujen vaikutuspiirissä olleille ihmisille lähetettiin sähköpostitse pyyntö purkaa kokemuksiaan nimettömästi verkkokyselyn kautta. Kolmannes kutsun saaneista vastasi kyselyyn, ja osaa heistä seurattiin kahden vuoden ajan muun muassa terveystietoja keräten.

Terveystietoja koottiin myös joiltakin vastaamatta jättäneiltä, ja tämän perusteella todettiin, että he voivat paremmin kuin kyselyyn vastanneet.

Tutkimusaineiston keräämisessä verkkokysely on toimiva tapa, mutta "tarjotuksi terapiaksi" sitä ei voi missään tapauksessa kutsua Helsingin Sanomien tavoin.

Kriisiterapiassa oleellista on kokemusten käsittely yhdessä kriisityön ammattilaisen kanssa, eikä kyselyyn vastaamista voi missään tapauksessa rinnastaa siihen. On suuri virhe tehdä näistä tuloksista se johtopäätös, että kokemusten käsittely olisi huonontanut ihmisten vointia.

Todennäköisempää on, että tutkimukseen osallistui enemmän sellaisia ihmisiä, joiden vointi oli traumaattisen tapahtuman jälkeen huonompi, ja siksi tarve purkaa kokemuksia oli suurempi.

Ilman lähtötason selvittämistä ei ole mahdollista tehdä vertailuja, ja sen selvittäminen taas on kriisi- ja traumapsykologian alalla usein todella hankalaa. Katastrofit tapahtuvat yllättäen, mikä tekee tutkimuksen organisoinnin vaikeaksi.

Lisäksi trauman kokeneiden ihmisten vaivaaminen tutkimuksen vuoksi aiheuttaa eettisiä kysymyksiä.

Uutisessa todetaan, ettei kaikkien tarvitse purkaa kokemuksiaan selvittääkseen traumasta. Vaikka

verkkokysely traumaattisten kokemusten purkamismenetelmänä on hyvin kyseenalainen, tällaisen päätelmän kyseessä olevasta tutkimuksesta voi tehdä.

Tästä tutkijat totesivat, että pakolliset psykologiset interventiot eivät ole tarkoituksenmukaisia.

Pitää varmasti paikkansa, etteivät kaikki tarvitse kokemusten purkamista, mutta kriisityön ammattilaisten tehtävä on löytää joukosta ne, jotka tarvitsevat apua.

Psykologisen ensiavun yhtenä tavoitteena on kartoittaa lisätuen tarvisijat, ja siksi kaikkien osallisten kanssa keskustelu kuuluu laadukkaaseen kriisityöhön.

Suomessa katastrofien jälkeinen kriisihoito on järjestetty poikkeuksellisen hyvin. Apua tarjotaan kaikille halukkaille, mutta pakkoon se ei missään tapauksessa perustu.

Kriisityötä tutkittaessa eettisiä ongelmia aiheutuu myös, jos laatukriteeriksi asetetaan lääketieteelle tyypillinen vaatimus osallistujien arpomisesta tutkimus- ja vertailuryhmiin.

Silloin satunnaisesti muodostetun vertailuryhmän puuttumisen vuoksi hyvätkin tutkimukset jätetään huomiotta tehtäessä päätelmiä työmenetelmien toimivuudesta.

Tämä on valitettavaa, sillä päätelmiä tehdään silloin tutkimuksista, joilla on sisällöllisesti hyvin vähän merkitystä arvioitaessa Suomessa käytettäviä työmenetelmiä.

Ongelmaan puuttumiseksi Suomen Psykologiliitto ja Suomen Psykologinen Seura ovat alkaneet koota tutkimusnäyttöä psykologisten työmenetelmien vaikuttavuudesta.

Parhaillaan työn alla on tiedeperustainen kuvaus Suomessa tehtävästä kriisityöstä, ja sen tarkoituksena on myös oikaista väärinkäsityksiä, jotka ovat syntyneet, kun kriisityötä on arvioitu sisällöllisesti Suomeen sopimattomien tutkimusten avulla.

Suomalainen tapa järjestää psykologista apua kriisien jälkeen on ainutlaatuinen maailmassa. On ikävää, että se kyseenalaistetaan maan valtalehdessä tekemällä virheellisiä päätelmiä tutkimustuloksista, jotka eivät ole lainkaan yleistettävissä Suomeen.

MARI-PAULIINA VAINIKAINEN
sihteeri

Tieteellinen neuvottelukunta

VESA NEVALAINEN
vastaava psykologi
Suomen psykologiliitto