



*YhteisöAkatemia*



*Defusing-ohjaaja-  
koulutus*

*4.-6.11.2026*

*Jyväskylässä*

Suomen Yhteisöakatemia Oy  
Saarijärventie 5 B 14  
40200 Jyväskylä

## DEFUSING-OHJAAJAKOULUTUS

4.-6.11.2026 Jyväskylässä

### Miksi?

Defusing eli välitön purkaminen tarkoittaa eri-tyisen 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 vakaviin 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 7-37% kärsii traumaperäisestä stressihäiriöstä, kun vastaava luku tavallisten kansalaisten keskuudessa on 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.

Suomessa on pitkään ollut vallitseva selviytymisstrategia unohtamisen strategia: ”Unohdetaan menneet ja katsotaan eteenpäin. Ei ajatella sitä.”



Tämän päivän traumatutkimus ja -teoria eivät tue unohtamisstrategiaa. Rankoista kokemuksista selviytymiseen liitetään nykyään häiritsevän tapahtuman ja siihen liittyvien ajatusten ja tunteiden ”neutraloiminen” kohtaamalla ja läpikäymällä koettu tapaus turvallisissa olosuhteissa samassa tapahtumassa mukana olleiden kollegoiden kanssa.

## Miten?

Defusing on 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 terveysalan työ. 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. Ajatusena on, että defusing-ohjaajat tulevat oman organisaation sisältä, jolloin ohjaajat tuntevat maailmaa, jossa rankat tilanteet tapahtuvat.



## Koulutuspaikka:

Vesalan leiri- ja toimintakeskus  
(Neulakankaantie 61, Jyväskylä).

Koulutuspaikka on uusi, joka on valmistunut käyttöön 1.10.2023.  
<https://www.jyvaskylanseurakunta.fi/vesala>.

Vesalassa on yöpymismahdollisuus ruokailuineen.

## Vesalan kustannukset:

**Majoitus ja ruokailupaketti:** (65,00 + 40,00) Yht. **105,00/yö**

**Majoitus:** Valo tai Lyhty **65,00/hlö/yö** Sis. Aamiaisen, Liinavaatteet (pinkkana pedillä), saunavuoro

**1 hh lisähinta:** 18,00/yö

**Etuyö:** 65,00/hlö/yö Sis. Aamiaisen, Liinavaatteet (pinkkana pedillä)

**Majoittujan ruokapaketti:** 40,00/hlö/päivä Sis. Aamiainen, lounas, päiväkahvi ja päivällinen

**Päiväkäyttäjän minimi ruokapaketti** sisältää lounaan ja päiväkahvin **18,50/hlö/päivä**.  
Tämän paketin jokainen kävijä joutuu lunastamaan.

Hinnat sisältävät ALV:n. Näistä kustannuksista vastaa sekä laskuttaa Vesala.

## Koulutuksen kustannukset:

420,- + alv, sisältäen opetuksen ja opetusmateriaalin.

Mikäli samasta työyksiköstä osallistuu koulutukseen useampi koulutettava, maksaa ensimmäinen täyden hinnan ja seuraavat saavat 15 % alennuksen.

## Ilmoittautuminen:

Ilmoittautuminen **9.10.2026** mennessä.

Ilmoittaudu [tästä](#)

## Kouluttaja:

Kouluttajana toimii TtM, työterveyshoitaja, defusing- kouluttaja, työnohjaaja **Anne Ylönen**

## Lisätiedot ja ilmoittautuminen:

Suomen Yhteisöakatemia Oy  
puh.040 7192 309  
akatemia@sya.fi

## DEFUSING -OHJAAJAKOULUTUKSEN OHJELMA 4.-6.11.2026

### **Keskiviikko 4.11.2026**

**10.00-12.00** Tulokahvi, järjestäytyminen, kurssin tavoitteet ja työskentelymenetelmät. Työelämän traumaattiset tapahtumat ja henkinen kuormitus sekä näiden vaikutukset työky-kyyn ja jaksamiseen.

**12.00-13.00** Lounas

**13.00-14.30** Ohjaajan oma persoona työvälineenä defusing työskentelyssä (pienryhmissä)

**14.30-15.00** Kahvi

**15.00-17.00** Defusing psykologisena ensiapuna psyykkisesti kuormittavan työtapahtuman jälkeen.

Päivän arviointi

**17.00-** Päivällinen, sauna

### **Torstai 5.11.2026**

**08.00-8.30** Aamiainen

**08.30-10.00** Oma persoona työvälineenä defusing-istunnossa (pienryhmissä)

**10.00-10.30** Ensimmäisen harjoitusistunnon valmistelu

**10.30-12.00** Ensimmäisen harjoitusistunto palautekeskusteluineen

**12.00-13.00** Lounas

**13.00-13.30** Toisen harjoitusistunnon valmistelu

**13.30-14.30** Toinen harjoitusistunto palautekeskusteluineen

**14.30-15.00** Kahvi

**15.00-16.00** Mitä meillä tarvitaan, jotta defusing- menettely voisi juurtua toimivana

elementtinä oman työpaikan kulttuuriin. Päivän arviointi.

**16.00-** Päivällinen, sauna

### **Perjantai 6.11.2026**

**08.00-8.30** Aamiainen

**08.30-9.00** Kolmannen harjoitusistunnon valmistelu

**9.00-11.00** Kolmas harjoitusistunto palautekeskusteluineen

**11.00-11.45** Lounas

**11.45-15.00** Käytännön kehittämistarpeet omassa organisaatiossa defusing-menettelyn käyttöönottamista ajatellen (pienryhmä).

Yhteinen keskustelu: kokemukset istunnoissa ja menettelyn soveltaminen omaan organisaatioon.

**15.00-15.30** Päivien arviointi ja päätöskahvi

**Kaikki koulutuksemme ovat tilattavissa myös räätälöityinä tilauskoulutuksina.** Ne suunnitellaan ja toteutetaan yhdessä tilaajan kanssa, jotta ne vastaisivat ja tukisivat mahdollisimman tarkoin työyhteisön-ne kehittämistarpeita.

Koko työyhteisöä, sen johtoa tai tiettyä henkilöstöryhmää varten suunniteltu koulutus on osoittautunut tehokkaaksi tavaksi kehittää työyhteisöä.

Kun suunnittelet koulutusta, ota yhteyttä Yhteisöakatemiaan Kalevi Tikkaan puh. **040 7192 309.**