



Pääesikunta



Henkinen kriisinkestävyys

Puolustusvaliokunta 8.4.2025
Kenttäpiispa Pekka Asikainen



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces



Pääesikunta

Henkinen kriisinkestävyys

- Muutos on pysyvää: "Kaikki virtaa, mikään ei pysy paikallaan." (Herakleitos)
- Pysyvyyden harhasta irtaantuminen vaatii henkistä työskentelyä
- **Kriisi:**
 - Mielikuva yllättävästä ja negatiivisesta tapahtumasta
 - Kriisi on yksilön tai yhteisön kohtaama uusi tilanne
 - Aiemmin opitut ongelmanratkaisutaidot eivät päde
 - Positiivinen haaste vai liian haastava tilanne?
- Resilienssi - resalire (lat.) hypätä takaisin >> kimmoisuus
 - Yksilö: perimä, temperamentti, kokemus, älykkyys
 - Yhteiskunta: kansallinen jaettu narraatio olemassaolon oikeutuksesta

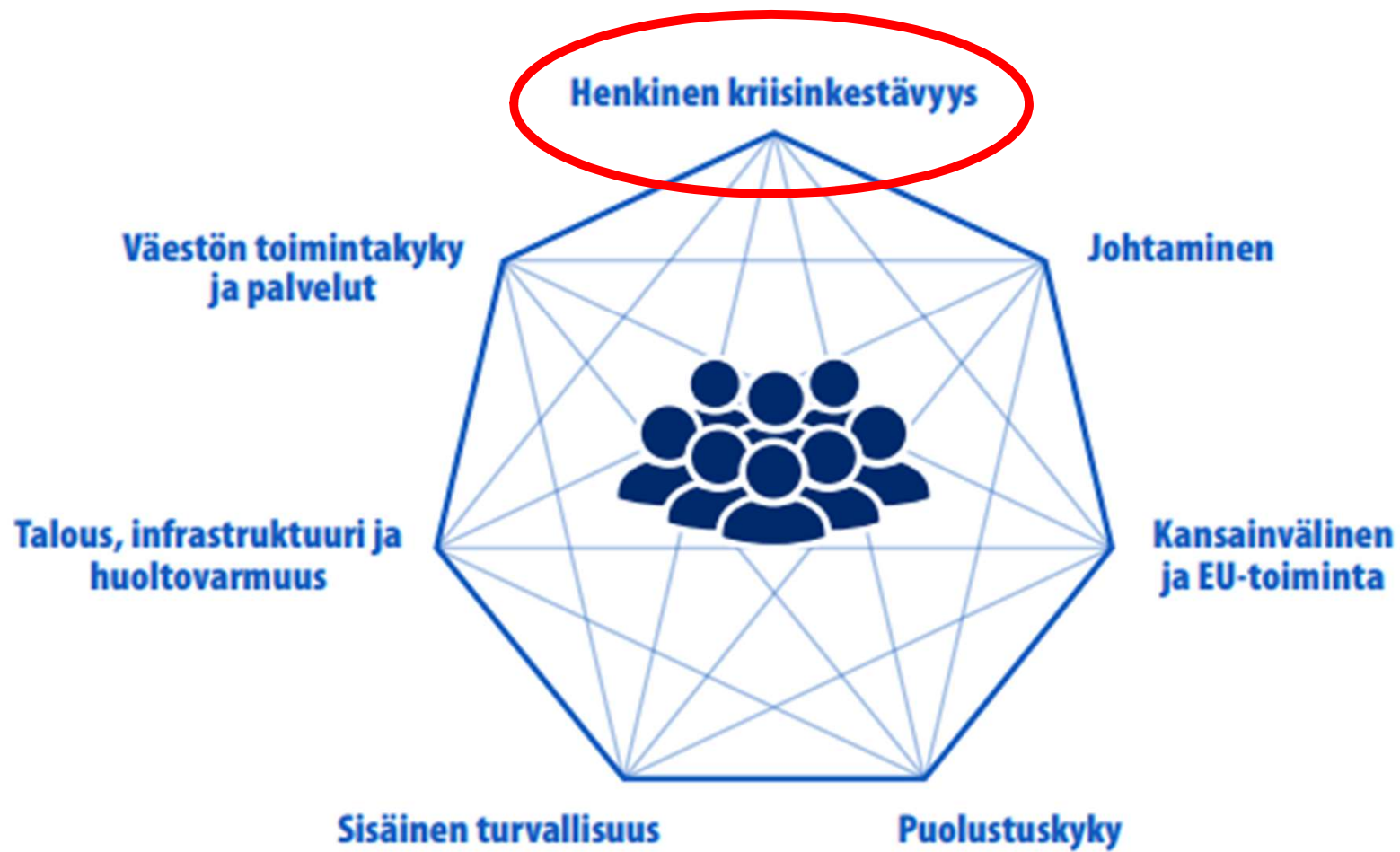


Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

•07.04.2025

•2



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

•07.04.2025

•3



Pääesikunta

Yksilötaso

Prosessi, jossa yksilö sopeutuu kriisiin säilyttäen samalla myönteisen ajattelun.

Yhteisötaso

Yhteisön kyky varautua ennakoimaan kriisejä, sopeutua muuttuviin olosuhteisiin sekä kestää häiriöt ja toipua niistä nopeasti.

Organisaatio-taso

Organisaation prosessit, ominaisuudet, kyvyt, jotka ovat kiinteä osa organisaatiokulttuuria ja jotka mahdollistavat kriisin kestämisen ja voittamisen.

Kansallinen taso

Yhteiskunnan kyky kestää erilaisia kriisejä toteuttamalla muutoksia ja sopeutumalla niihin yhteiskunnan perusarvoja ja instituutioita vahingoittamatta.

Monikansallinen taso

Kansakuntien kyky tehdä tehokasta yhteistyötä globaalien haasteiden ennakoinniseksi, lieventämiseksi, vastaamiseksi ja niistä toipumiseksi.



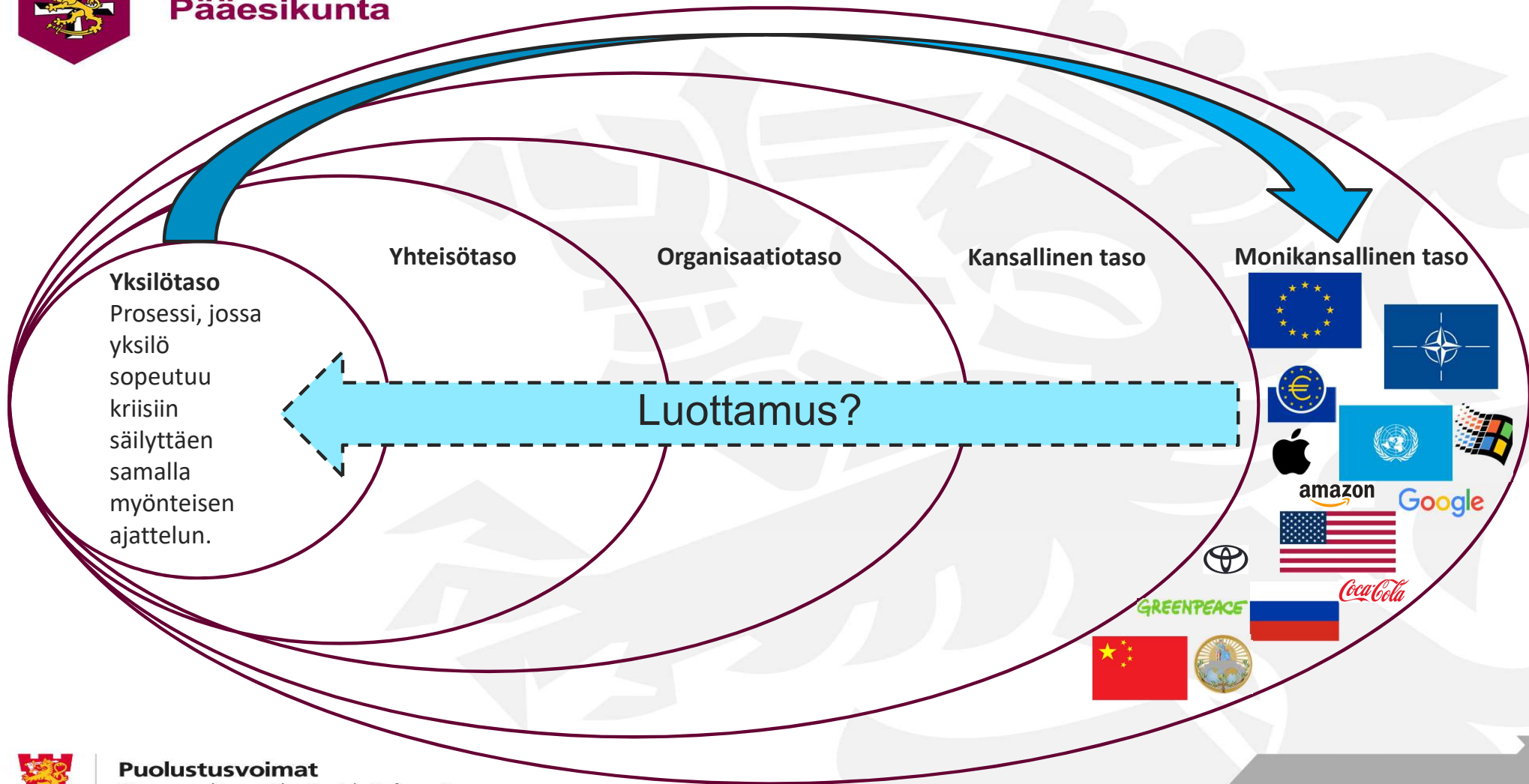
Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

Kuvio: Resilienssin viisi tasoa. Lähde: The Resilience Reference Curriculum. Nato.



Pääesikunta



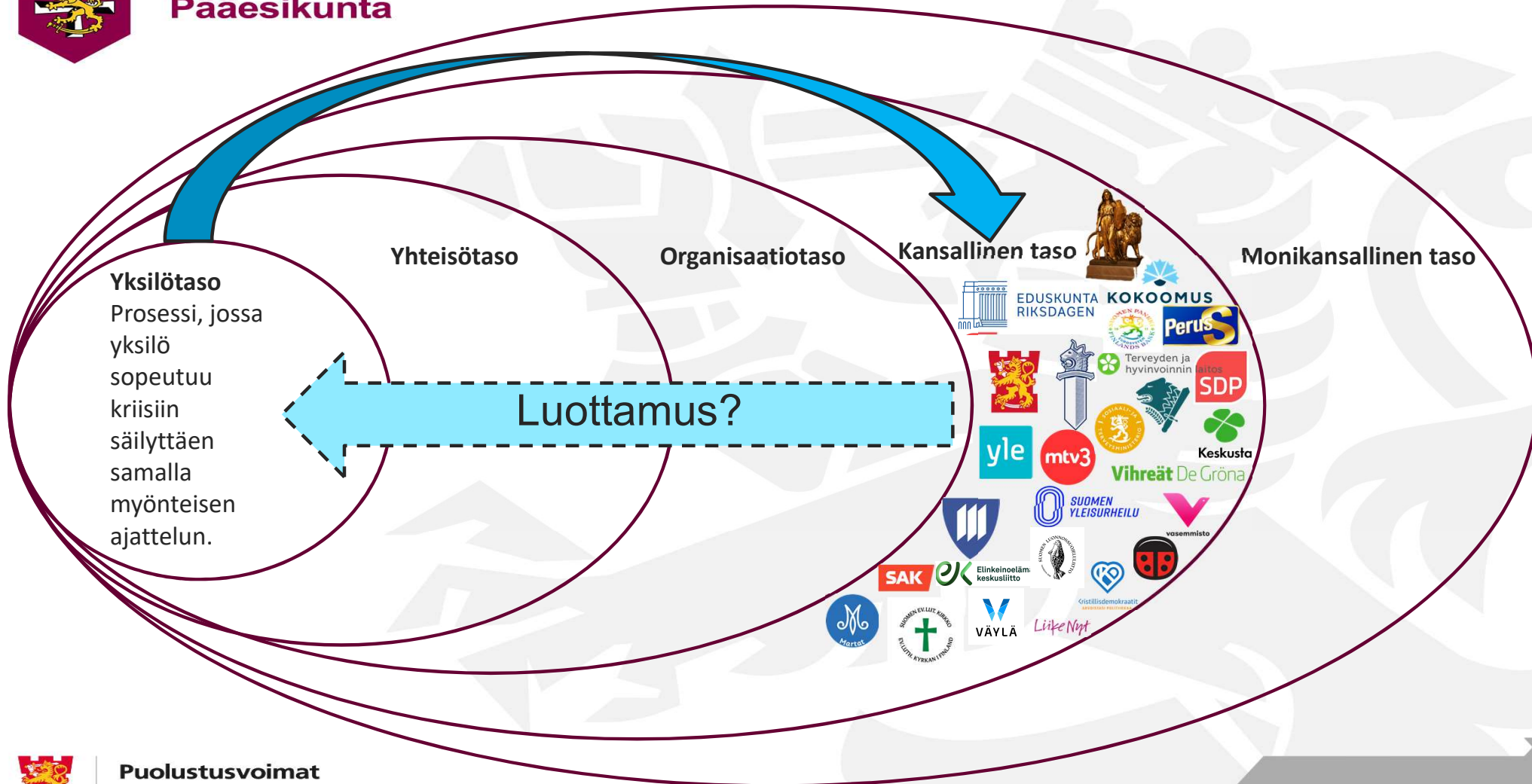
Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

Kuvio: Resilienssin viisi tasoa. Lähde: The Resilience Reference Curriculum. Nato.



Pääesikunta



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

Kuvio: Resilienssin viisi tasoa. Lähde: The Resilience Reference Curriculum. Nato.

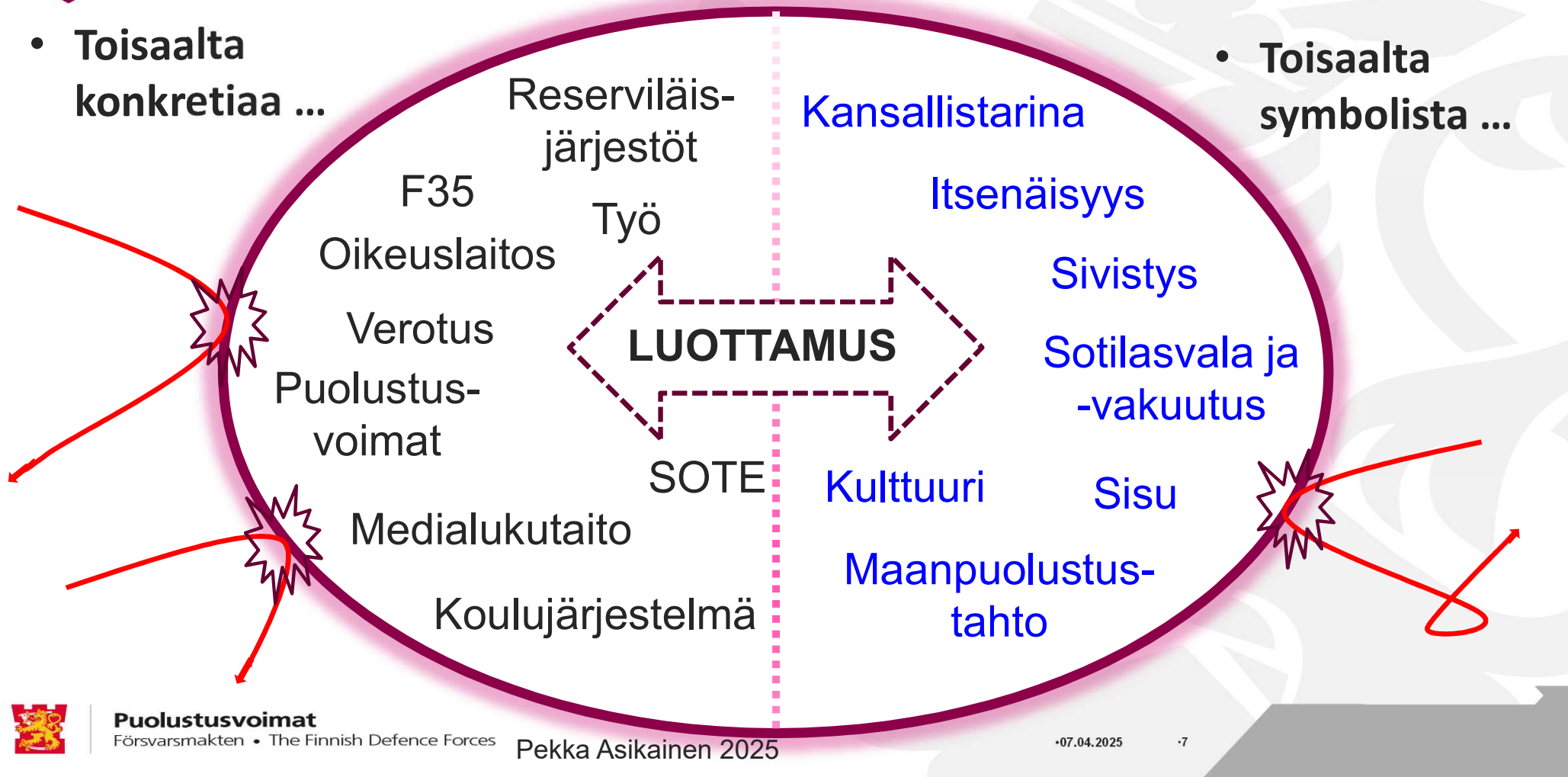


Pääesikunta

Suomen henkinen kriisinkestävyys

- Toisaalta konkretiaa ...

- Toisaalta symbolista ...



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

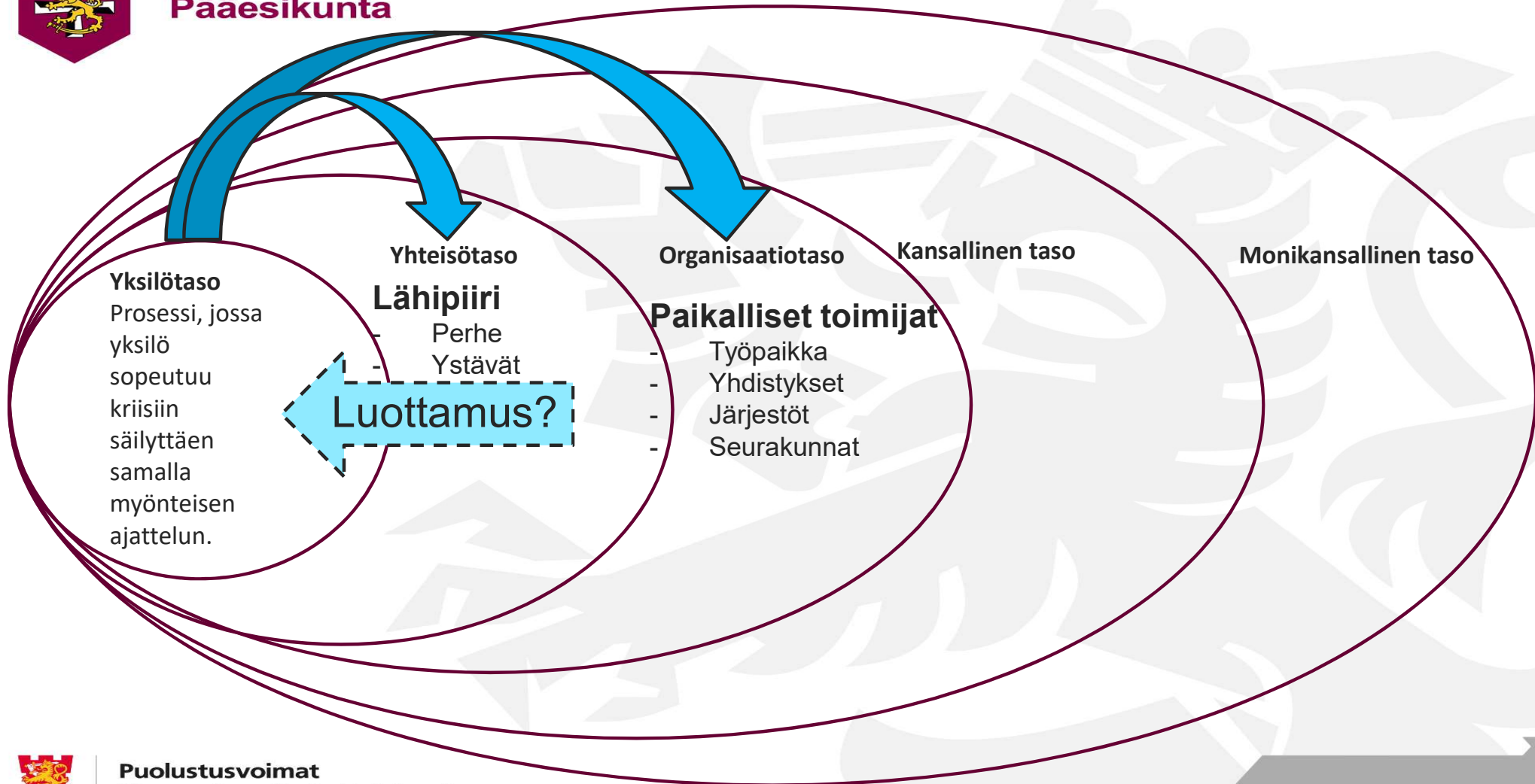
Pekka Asikainen 2025

•07.04.2025

•7



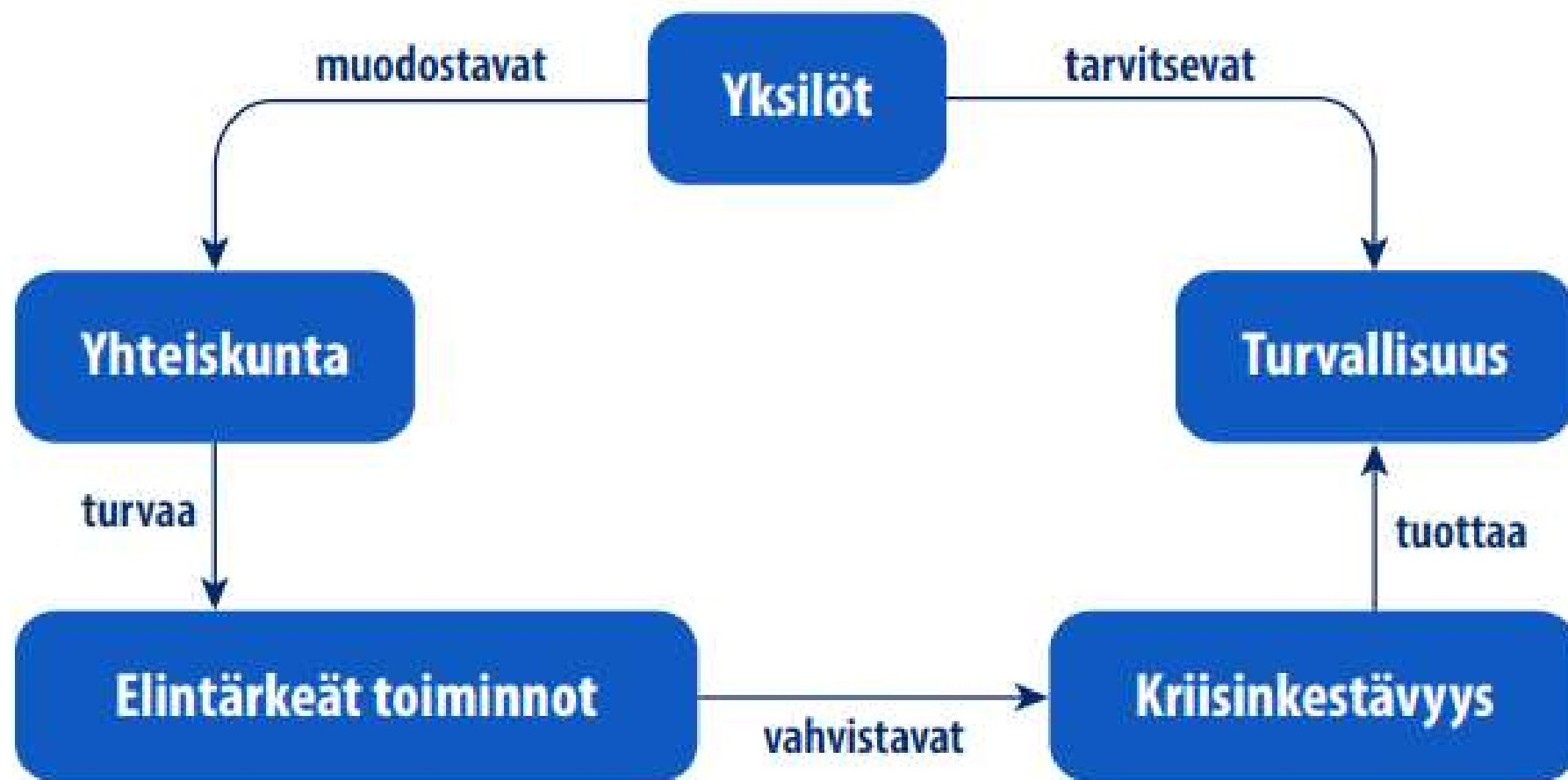
Pääesikunta



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

Kuvio: Resilienssin viisi tasoa. Lähde: The Resilience Reference Curriculum. Nato.





Pääesikunta

10 resilience factors

- Realistic optimism
- Facing fear
- **Moral compass**
- **Religion and Spirituality**
- Social support
- Resilient role model
- Physical fitness
- Brain fitness
- Cognitive and emotional flexibility
- **Meaning and purpose**

Resilience - The Science
of Mastering Life's
Greatest Challenges.

Steven M. Southwick &
Dennis S. Charney



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

•07.04.2025

•10



Pääesikunta

Yksilön toimintakyvyn ulottuvuudet

- "Total Force Fitness"
- USARMY käsitys toimintakyvystä



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

•07.04.2025

•11



Pääesikunta

Yksilön toimintakyvyn ulottuvuudet

Eettinen toimintakyky

toiminnan oikeutus, elämän merkitys ja tarkoitus. Arvot, moraali, etiikka.

Sosiaalinen toimintakyky

syntyy ja vahvistuu vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Avun pyytäminen ja antaminen resilienssitaitoja.

Psyykkinen toimintakyky

ihmissuhteiden, tunteiden läpikäymisten ja luovuuden merkitys. Realistinen optimismi ja harkintakyky.

Fyysinen toimintakyky

riittävä uni, liikunta ja ravinto kuuluvat kokonaisuuteen, josta toimintakyky ja samalla kriisinsietokyky rakentuvat.



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

•07.04.2025

•12



Pääesikunta

Yksilötaso

Prosessi, jossa yksilö sopeutuu kriisiin säilyttäen samalla myönteisen ajattelun.

Yhteisötaso

Yhteisön kyky varautua ennakoimaan kriisejä, sopeutua muuttuviin olosuhteisiin sekä kestää häiriöt ja toipua niistä nopeasti.

Organisaatio-taso

Organisaation prosessit, ominaisuudet, kyvyt, jotka ovat kiinteä osa organisaatiokulttuuria ja jotka mahdollistavat kriisin kestämisen ja voittamisen.

Kansallinen taso

Yhteiskunnan kyky kestää erilaisia kriisejä toteuttamalla muutoksia ja sopeutumalla niihin yhteiskunnan perusarvoja ja instituutioita vahingoittamatta.

Monikansallinen taso

Kansakuntien kyky tehdä tehokasta yhteistyötä globaalien haasteiden ennakoinniseksi, lieventämiseksi, vastaamiseksi ja niistä toipumiseksi.



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

Kuvio: Resilienssin viisi tasoa. Lähde: The Resilience Reference Curriculum. Nato.



Pääesikunta

"Punkka ja kaappi kuntoon"

- **Arvostus**
 - Yksilönä hyväksytty pysyvästi
 - Minulla on oma paikka yhteisössä
- **Luottamus**
 - Tekeminen edellä
 - Vastavuoroinen luottamus yksilö - yhteisö
- **Kunnioitus**
 - Rutiinit ratkaisevat
 - Yhdessä harjoittelun tärkeys
- **Uskollisuus**
 - Itseä suurempi merkitys: sotilasvala ja -vakuutus
 - Maanpuolustustahto



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces

Pekka Asikainen 2025

•07.04.2025

•14

A photograph of Finnish soldiers in a forest. The central figure is a soldier in full combat gear, including a helmet and camouflage uniform, holding an assault rifle and aiming forward. In the background, several other soldiers are visible, some crouching and others standing, all in a dense forest with tall, thin trees. The overall tone is serious and professional.

Kiitos!



Puolustusvoimat

Försvarsmakten • The Finnish Defence Forces