

**TOIMINTA TAPATURMAN TAI SAIRAUSKOHTAUKSEN SATTUESSA****TEE NOPEASTI TILANNEARVIO:**

- SELVITÄ MITÄ ON TAPAHTUNUT
- ONKO POTILAS HEREILLÄ?
- HENGITTÄÄKÖ, TOIMIIKO SYDÄN?

**NÄIN TEET HÄTÄILMOITUKSEN:**

1. SOITA HÄTÄPUHELU NUMEROON 112 ITSE, JOS VOIT.
2. KERRO, MITÄ ON TAPAHTUNUT.
3. KERRO TARKKA OSOITE JA KUNTA.
4. VASTAA KYSYMYKSIIN.
5. KYTKE PUHELIMEN KAIUTINTOIMINTO PÄÄLLE JA JATKA AUTTAMISTA.
6. TOIMI ANNETTUIEN OHJEIDEN MUKAISESTI.
7. LOPETA PUHELU VASTA SAATUASI LUVAN.
8. OPASTA LISÄAPU PAIKALLE.
9. SOITA UUELLEEN, JOS TILANNE MUUTTUU.

# HÄTÄENSIAPU

**Punainen Risti**  
Ensiapu



Herääkö? Ei.  
**Soita 112**

Avaa hengitystiet.  
Hengittääkö normaalisti?



**EI HENGITÄ**

Aloita elvytys.  
Paina **30** kertaa.



Puhalla **2** kertaa.

Jatka elvytystä rytmillä 30:2

## Hätäpuhelu 112

- Kerro mitä on tapahtunut.
- Kerro tarkka osoite ja kunta.
- Suomi 112-sovelluksella soittaminen antaa tarkan sijaintitietosi.
- Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti ja laita puhelimen kaiutin päälle.
- Lopeta puhelu vasta saatua luvan.
- Ohjaa apu paikalle.

**HENGITTÄÄ**

Käännä tajuton kylkiasentoon, varmista avoin hengitystie ja pidä lämpimänä.



Yhdistä painelu-  
puhalluselvytys ja  
defibrillaattorin käyttö.  
Laitte neuvoo käyttäjänsä.  
Laitteen käyttö on helppoa!



## Uhkaako tukehtuminen?

Lyö 5 kertaa  
lapaluiden väliin.



Jos löynnit  
eivät auta,  
**soita 112**

Jatka puristus-  
eli Heimlichin  
otteella itseesi  
päin.



## Tyrehdytä verenvuoto

- Paina vuotokohtaa ja tee paineside.
- Suojaa autettava kylmältä ja seuraa tilannetta.



copyright © Punainen Risti Ensiapu  
Ensiapukoulutus.fi  
punainenristikauppa.fi/turvatuotteet


# Sähkötapaturman sattuessa

**Arvioi nopeasti tilanteen vakavuus.  
Muista oma turvallisuus!**

## Suurjännitetapaturma

- ▶ Soita **112**.
- ▶ Jää varoittamaan muita vaaratilanteesta.
- ▶ Ammattihenkilöstö ottaa vastuun loukkaantuneista.

## Pienjännitetapaturma

- ▶ Katkaise virta pääkytkimestä tai irroita pistotulppa.
- ▶ Jos et saa virtaa katkaistua ja hallitse oikeat menetelmät, irroita henkilö kohteesta eristävällä apuvälineellä, esim. vaatteella tai köydellä. Ota huomioon maanpinnan tai lattian turvallisuus.
- ▶ Sammuta palavat vaatteet tukahduttamalla tuli sammutuspeitteellä.
- ▶ Soita **112**.
- ▶ Aloita painelu-puhalluselvitys, jos et saa loukkaantunutta hereille, eikä hän hengitä normaalisti.
- ▶ Käänä reagoimaton, normaalisti hengittävä henkilö kylkiasentoon. 
- ▶ Tyrehdytä verenvuoto: paina vuotavaa haavaa ja sido vuotokohta.

## Muu ensiapu

- ▶ Viilennä pientä pinnallista palovammaa viileällä vedellä, huolehdi hoitoon
- ▶ Suojaa loukkaantunut kylmältä ja seuraa hänen tilaansa avun tulon saakka.
- ▶ Sähkötapaturmassa syntyneet silmä- tai kuulovammat vaativat aina jatkohoitoa.

## Hätäpuhelu

# 112

- Kerro mitä on tapahtunut.
- Kerro tarkka osoite ja kunta.
- Vastaa kysymyksiin.
- Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti ja laita puhelimen kaiutin päälle.
- Lopeta puhelu vasta saatua luvan.
- Ohjaa apu paikalle.

## Painelu- puhalluselvitys

Herääkö? Ei.



Soita

# 112

Hengittääkö normaalisti? Ei.



Painele 30 kertaa.



Puhalla 2 kertaa.



Jatka elvytystä rytmillä 30:2.

  
Punainen Risti  
punainenristi.fi

# KRIISISUUNNITELMA

## SISÄLLYS

### TOIMINTA TAPATURMAN TAI SAIRAUSSKOHTAUKSEN SATTUESSA

#### NÄIN TEET HÄTÄILMOITUKSEN

#### HÄTÄENSIAPU

#### SÄHKÖTAPATURMAN SATTUESSA

1.	YHTEISTYÖTAHOT JA PUHELINNUMEROT	6
2.	KOULUN KRIISIRYHMÄ, TEHTÄVÄT JA TAVOITTEET	7
3.	KRIISITILANTEISSA HUOMIOITAVAA	8
4.	KRIISITILANTEIDEN EHKÄISY, VARAUTUMINEN JA TOIMINTATAVAT ÄKILLISISSÄ KRIISITILANTEISSA:	9
	4.1 Oppilaan kuolema	9
	4.2 Henkilökuntaan kuuluvan kuolema	10
	4.3 Oppilaan lähiomaisen kuolema	10
	4.4 Kuolemaan liittyviä käytännön järjestelyjä	11
	4.5 Itsemurha tai sen uhka kouluyhteisössä	12
	4.5.1. Itsemurhan uhka	12
	4.5.2. Itsemurha	13
	4.6 Vakava onnettomuus tai sen uhka	13
	4.7 Pommiuhka	14
	4.8 Väkivaltatilanteet tai sen uhka	14
	4.9 Sairauskohtaus / Onnettomuus / koulutapaturma	14
	4.10 Päihteiden vaikutuksen alainen koulussa	15
5.	KRIISITYÖSKENTELEYN VAIHEET	17
6.	OPPILAAN SURUN KOHTAAMINEN	20
7.	KRIISIN VAIKUTUS OPPILAAN KOULUTYÖHÖN JA OPPIMISEEN	22
8.	KRIISIN JÄLKIKÄSITTELY	24
9.	KOULUKIUSAAMINEN	24
10.	VAIKEUKSIEN TUNNISTAMINEN	26
	10.1 Masentuneisuuden tunnistaminen	26
	10.2 Psykoottisen käyttäytymisen tunnistaminen	27
	10.3 Päihteiden väärinkäytön	27
11.	KRIISISUUNNITELMAAN PEREHDYTTÄMINEN, TIEDOTTAMINEN	29
12.	TOIMINTAVALMIUKSIEN HARJOITTELU	29
13.	SUUNNITELMAN ARVIOINTI JA PÄIVITTÄMINEN	29
14.	ENSIAPUOHJEET	30
	14.1. Allerginen reaktio	30
	14.2 Astmakohtaus	30
	14.3 Epilepsiakohtaus	31
	14.4 Haavat	32
	14.5 Hammastapaturmat	33
	14.6 Kova vatsakipu	33
	14.7 Myrkytys	33
	14.8 Nenäverenvuoto	33
	14.9 Nyrjähdykset, venähdykset ja kolhut	34
	14.10 Palovammat	34
	14.11 Tajuttoman auttaminen	35
	14.12 Raajamurtumat	36
	14.13 Silmävammat	37
	14.14 Shokki	37
	14.15 Sähkötapaturmat	38

<b>14.16 Vieras esine hengitysteissä</b>	<b>38</b>
<b>14.17 Elvyttäminen</b>	<b>40</b>
<b>15. LÄHTEET</b>	<b>42</b>

## 1. YHTEISTYÖTAHOT JA PUHELINNUMEROT

<b>Yleinen hätänumero</b>	<b>112</b>
Myrkytystietokeskus	0800 147 111
Kauhavan hyvinvointikeskus	06 230 7654
Hammaspalvelut	06 230 7660
Kouluterveydenhoitaja Ulla Jantunen	044 769 9324
Koulukuraattori Sara Riskumäki	040 147 9905
Koulupsykologi Helena Anttila	
Sosiaalipäivystys	044 470 0444
<b>Lapsiperheiden sosiaalipalvelut</b>	
palveluohjaaja	040 352 3841
<b>Akuuttitiimi</b> (13 vuotta täyttäneet)	
Heli Kleimola	040 636 7917
<ul style="list-style-type: none"> <li>• mieliala, ihmissuhteet, elämänhallinta ja päihteet</li> </ul>	
<b>Perheneuvola</b>	
Psykologi Taru Virrankoski	
Sosiaalityöntekijä Katja Kalijärvi	040 728 8515
Perheneuvoja Tuomo Kangasluoma	040 778 8648
<b>Seurakunnan nuorisotyöntekijä</b>	
Eija Saarinen	040 191 7297
Kauhavan seurakunnan kirkkoherranvirasto	06 434 6500
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kirkkoherra Jyrki Jormakka</li> </ul>	040 505 7415
Kauhavan kriisiryhmä	050 300 8480
Taksi Etelä-Pohjanmaa	0100 84 999
<b>Kunnan numeroita:</b>	
Kiinteistöhoitaja Antti Försti	044 7699 592
Keittiö Päivi Holm	040 6608 992
Siistijä Stina Huhmarsalo	044 7699 510

## **2. KOULUN KRIISIRYHMÄ, TEHTÄVÄT JA TAVOITTEET**

### **Evijärven keskikoulun kriisiryhmä**

- Rehtori Riitta Mustajärvi 044 769 9552
- Apulaisrehtori Tuija Saarteinen 044 769 9551
- Erityisopettaja(t)
  - Oona Ketomäki 040 075 6919
  - Tanja Malinen 040 824 4610
- Kouluterveydenhoitaja Ulla Jantunen 044 769 9324
- Kuraattori Sara Riskumäki 040 147 9905
- Koulupsykologi Helena Anttila 040 593 6912

### **Sekä tarvittaessa lisäksi**

- Kiinteistönhoitaja Antti Försti 044 769 9592
- Siistijä Stina Huhmarsalo 044 769 9510
- Perheneuvolan henkilökunnan edustaja(t)
- Sekä tarvittaessa muita yhteistyötahoja

## **Koulun kriisiryhmän tehtävät**

### **Koulun kriisiryhmän tehtäviä ovat ainakin seuraavat:**

1. Huolehtia toimintansa suunnittelusta ja suunnitelman laadinnasta
2. Kirjata ryhmän sisäinen työnjako ja vastuuketju
3. Selvittää etukäteen kriisitilanteissa tärkeät paikallisesti/alueellisesti toimivat yhteistyötahot ja sopia yhteistyön periaatteista ja käytännöistä
4. Pehdyttää koulun muuta henkilöstöä suunnitelmaan järjestämällä koulutusta ja hankkimalla kirjallisuutta
5. Huolehtia siitä, että kaikki koulun aikuiset, oppilaat ja huoltajat tietävät, miten toimia erilaisissa tilanteissa ja miten tilanteesta tiedotetaan kriisin eri vaiheissa
6. Organisoida toimintaa kriisitilanteissa
7. Huolehtia välittömästä henkisen tuen tarpeesta sekä mahdollisista jatkotoimista
8. Arvioida kriisitilanteissa toteutettuja toimia ja tehdä kriisisuunnitelmaan tarvittavat muutokset

### **3. KRIISITILANTEISSA HUOMIOITAVAA**

- Varmistetaan, onko tieto oikeaa
- Se, kuka tiedon saa, tiedottaa tapahtuneesta ensimmäiseksi rehtoria tai apulaisrehtoria. Mikäli kumpikaan ei ole paikalla, asiasta tiedotetaan sivistystoimenjohtajaa.
- Rehtori kutsuu koolle kriisiryhmän ja käynnistää tarvittavat toimet yhdessä kriisiryhmän ja/tai asianomaisen luokan opettajan kanssa.
- Rehtori ottaa yhteyttä kotiin (koti määrittelee menettelytapoja ja sen mitä tapahtuneesta kerrotaan)
- Tämän jälkeen tieto annetaan opettajille ja muulle henkilökunnalle. Rehtori hoitaa henkilökunnan kutsumisen ja tiedottamisen.
- Seuraavaksi tiedotetaan oppilaita
- Rehtori hoitaa tiedottamisen koulun ulkopuolelle esim.huoltajille



## **4. KRIISITILANTEIDEN EHKÄISY, NIIHIN VARAUTUMINEN JA TOIMINTATAVAT ÄKILLISISSÄ KRIISITILANTEISSA**

### **4.1. Oppilaan kuolema**

Oppilaan kuolemasta ilmoittaa perheelle aina viranomainen, koulun edustaja voi olla mukana. Rehtori on yhteydessä kuolleen oppilaan kotiin (surunvalittelut sekä sopiminen koulun toimenpiteistä ja tiedottamisesta) myös loma-aikoina. Mikäli huoltaja kieltää tapahtumasta tiedottamisen koko kouluyhteisölle, luokanvalvoja kertoo oppilaan kuolemasta omalle luokalle neuvoteltuaan huoltajan kanssa menettelytavoista.

Kouluyhteisön tulisi oppilastoverin kuollessa tarjota oppilailleen turvallinen paikka, jossa aikuiset antavat tilaa menetyksen, tuskan ja pelon tunteille, sekä ovat herkkinä mahdollisille itsetuhoisille pyrkimyksille.

- On tärkeää, että koulun aikuiset saavat tapahtuneesta oikean tiedon mahdollisimman pian, jotta pystytään estämään huhujen leviäminen, ja että aikuisilla on valmius ottaa vastaan oppilaiden reaktiot.
- Koulun rehtori huolehtii oppilaille tiedottamisesta vanhempien kanssa sovitulla tavalla. Tiedon saanti on tärkeää erityisesti, jos kyseessä on traumaattinen tai monia oppilaita koskettava tapahtuma.
- Hiljainen hetki, suruliputus, aamunavaus, asiantuntijan konsultointi jatkotoimista
- Tapahtuneesta keskustellaan luokissa rehtorin/opettajan tai oman koulun oppilashuoltoryhmään kuuluvan terveydenhoitajan/koulupsykologin ym. johdolla tai yhteistyössä sovitun kriisiasiantuntijan johdolla
- Oppilaiden vanhemmille ilmoitetaan, miten asiaa on käsitelty koulussa ja keihin vanhemmat voivat tarvittaessa ottaa koulussa yhteyttä
- Omaisia muistetaan
  - menehtyneen oppilaan tekemiä käsitöitä/piirustuksia
  - henkilöstölle mahdollisuus ryhmäkeskusteluun tapahtuneesta
  - oppilaiden toipumista seurataan ja asia otetaan puheeksi myöhemminkin
  - luokkatila järjestellään menehtyneen muistoa kunnioittavasti
  - valokuva luokassa, pulpetti omalla paikallaan esim. lukukauden loppuun tai kunnes luokka on valmis luopumaan tyhjästä pulpetista
  - hautajaisiin osallistumista tuetaan

**Tiedon välittämisen jälkeen oppilaita ei saa välittömästi päästää pois koulusta, vaan oppilaille annetaan mahdollisuus keskustella opettajan tai toinen toistensa kanssa**

## 4.2. Henkilökuntaan kuuluvan kuolema

- Rehtori neuvottelee ensin kriisir ryhmän kanssa työnjaosta, kertoo tapahtuneesta ensin henkilöstölle, sitten asianomaiselle luokalle ja koko kouluyhteisölle
- Henkilöstölle ja luokalle järjestetään mahdollisuus asiantuntijan vetämään läpikäyntikeskusteluun
- Opettajat käyvät keskustelun tapahtuneesta muissa luokissa
- Menehtynyttä kunnioitetaan koulutyössä
- Liputukset, kuva, muisteluhenket
- Omaisia muistetaan
- Kukkat, adressi, oppilaiden tekemä kortti
- Osallistutaan hautajaisiin, mikäli omaiset sitä toivovat

## 4.3. Oppilaan lähiomaisen kuolema

Lähiomaisen menettäneelle oppilaalle keskittyminen arkiseen aherrukseen voi olla pitkän aikaa vaikeaa. Koulu edustaa nuoren arkipäivässä jatkuvuutta ja turvallisuutta. Oppilaan on yleensä hyvä palata kouluun niin pian kuin mahdollista.

### Tiedottaminen

- Rehtori neuvottelee kriisir ryhmän/oppilashuoltoryhmän kanssa
- Rehtori/opettaja kysyy oppilaalta/perheeltä, mitä asiasta voi kertoa muulle luokalle (kannustetaan kertomaan) ja luokkaa valmistellaan ao. oppilaan palaamiseen kouluun
- Tiedotetaan oppilaan opettajalle ja muulle kouluhenkilöstölle
- Oppilaalle kerrotaan etukäteen, mitä luokassa on keskusteltu
- surun konkretisoiminen ja käsitteleminen turvallisessa luokkayhteisössä ohjaa luokkatovereita myötätunnon ilmaisemiseen säälin sijasta (rituaalit)
- Mikäli oppilaan perheenjäsen on kuollut koulupäivän aikana, asiasta on kerrottava oppilaalle mahdollisimman pian. On tärkeää kertoa asiasta kahden kesken ja varmistaa aikuisen läsnäolo tiedon välittämisen jälkeen. Nuoren kannalta olisi hyvä, jos tiedon välittäjä olisi tuttu aikuinen.
  1. Kerro tosiasiat oppilaan ymmärrystason mukaisesti
  2. Kuuntele, ota vastaan reaktiot
  3. Lohduta, älä jätä yksin
- Luokanvalvoja järjestää omaisten muistamisen (esim. adressi, kukat kotiin oppilaalle osoitettuna)

## **Tapahtuman jälkipuinti**

- Yhteistyössä oppilashuollon tai koulun ulkopuolisten kriisityöntekijöiden kanssa huolehditaan siitä, että oppilas ja lähiomaiset saavat tukea
- Tärkeää on tukea luokanvalvojaa, jotta hän jaksaa kohdata oppilaiden tunteet koulutyön arjessa.

Jos oppilas jää pois koulusta ilmoittamatta, opettaja ottaa yhteyttä kotiin. Jos oppilaan käytöksessä tai ulkonäössä tapahtuu muutos tai opettaja on muuten huolissaan hänestä, on hyvä ottaa yhteyttä terveydenhoitajaan/oppilashuoltoryhmään.

## **4.4. Kuolemaan liittyviä käytännön järjestelyjä**

Oppilaan/henkilökuntaan kuuluvan kuolema huomioidaan koulussa. Muistotilaisuuteen voi sisältyä esim.

### **Koulussa**

- Suruliputus - päivänä, jolloin tieto on tullut kouluun, ja/tai hautajaispäivänä
- Muistopöytä käytävälle/luokkaan
- Hiljentyminen juhlasaliin (auditorioon) ja kynttilän sytyttäminen
- Rehtorin/luokanvalvojan muistosanat
- Oppilaiden puheenvuoro, esim. runo
- Papin puhe
- Musiikki- tai lauluesitys

### **Luokassa**

- Omassa luokassa pidetty muistotilaisuus voi koostua myös em. elementeistä. Lisäksi voidaan koristaa oppilaan pulpetti, laittaa luokkaan kuva ja kynttilä.
- Symboliset eleet auttava oppilaita jäsentämään kaoottisia tunteita ja ajatuksiaan.
- Luokanvalvojan merkitys korostuu luokkatilanteessa. Myös seurakunnan edustaja voidaan kutsua paikalle.
- Kuolematapahtumasta olisi hyvä keskustella muistotilaisuuden jälkeen

### **Omaisten muistaminen**

- Sovitaan yhdessä siitä millä tavoin omaisia muistetaan
- Oppilaat osallistuvat myös surunvalitteluihin
- Hautajaisiin osallistuminen sovitaan yhdessä omaisten kanssa

## Surulaatikko

- Kriisitilanteita varten koulussa on käytössä seurakunnan lahjoittama surulipas, josta löytyy kaikki tarvittava materiaali (valkoinen pöytäliina, pöytäristi, led-kynttilä/kynttilä ja kynttilänjalka, valokuvakehys kuolleen kuvaa varten, kukka/viherkasvi, muistovihko, kivet astiassa).
- Surulaatikko sijaitsee opettajanhuoneen monistamossa vasemmalla puolella olevan kaapin hyllyllä.

## 4.5. Itsemurha tai sen uhka kouluyhteisössä

Itsemurhan käsittely kouluyhteisössä on erityisen tärkeää, koska itsemurha saattaa toimia ongelmanratkaisumallina muille. Koulun johtaja sopii kuolleen nuoren vanhempien kanssa koulun toimenpiteistä ja hautajaisiin osallistumisesta, vanhempien toivomuksia kunnioittaen. Tieto itsemurhasta annetaan ensin koulun työntekijöille. He sopivat yhdessä koulun valmiusryhmän kanssa, mitä ja miten oppilaille kerrotaan asiasta. Asiallisella informaatiolla ja psyykkisellä tuella ehkäistään uusia itsemurhatapauksia. Luokanvalvoja ja joku valmiusryhmän asiantuntijoista (koulupsykologi, perheneuvolan edustaja, kouluterveydenhoitaja tai koulukuraattori) käsittelevät asiaa kuolleen nuoren luokan kanssa. Muiden luokkien luokanvalvojat käsittelevät asiaa omien oppilaidensa kanssa kriisiryhmän avustuksella.

### 4.5.1. Itsemurhan uhka

- Jos oppilas uhkailee tekevänsä itsemurhan tai yrittää sitä: **ÄLÄ JÄTÄ YKSIN**
- Puhu oppilaan kanssa avoimesti ja rehellisesti ja hanki apua
- Kuuntele, älä tuomitse, älä vähättele, ylläpidä keskustelua
- Pohdi ongelmaa yhdessä, se ei ole hetkessä ratkaistavissa
- Ota yhteys kotiin tai huoltajaan, kun olet keskustellut oppilaan kanssa
- Jos aikuinen kokee tilanteen uhkaavan oppilaan terveyttä, on aina soitettava hätäkeskukseen.
- Sovi kodin/huoltajan kanssa **OPPILAAN OHJAAMISESTA AVUN PIIRIIN**, kouluterveydenhoidon tai terveyskeskuksen päivystyksen kautta
- Sovi, kenelle saa kertoa ja mitä
- Lastensuojeluilmoituksen tekee kaikki henkilöt, jotka ovat kuulleet/nähneet itsemurhauhkauksen.

#### 4.5.2. Itsemurha

Jos itsemurha tapahtuu koulupäivän aikana, huolehditaan siitä, etteivät oppilaat pääse tapahtumapaikalle tai poistuvat sieltä heti. Kutsutaan paikalle ambulanssi, poliisi ja koulun kriisiryhmä. Suruviestin kotiin vie poliisi tai lääkäri. Tämän jälkeen koulun johtaja on yhteydessä kotiin.

- Koskettaa aina koko kouluyhteisöä
- Tieto rehtorille, joka kutsuu kriisiryhmän koolle
- Tieto ensin henkilökunnalle kriisiryhmän antamien ohjeiden mukaisesti
- Tieto oppilaille kriisiryhmän antamien ohjeiden mukaisesti
- Perheeltä lupa kertoa tosiasiat, jotta perättömät huhut estettäisiin
- Koulun yhteinen hiljainen hetki, liputus ja luokissa keskustelumahdollisuus
- Erityistä tukea ja huolenpitoa tapauksen mahdollisille silminnäkijöille ja uhrin lähimmille ystäville
- Tukea luokanopettajalle, luokkaohjaajalle ja kaikille luokkayhteisössä
- Tukea ja keskusteluapua kaikille muille kouluyhteisössä
- Kriisiryhmä sopii, miten asiasta tiedotetaan oppilaiden koteihin
- Jälkipuinti henkilökunnalle kunnan kriisiryhmän kanssa
- Keskustelut luokissa/jälkipuinti oppilaille kriisiryhmän päättämällä tavalla, jos siihen on kodin/huoltajan lupa
- Mikäli itsemurha on tapahtunut loman aikana, järjestetään jälkeenpäin muistotilaisuus
- Oppilaiden seuranta (koulun kriisiryhmä, oppilashuoltoryhmä)

#### Itsemurhariskiä saattaa lisätä nuoruusiässä:

- Riidat tai ero seurustelukumppanista
- Vakavat riidat kotona
- Jokin iso menetys tai epäonnistuminen
- Voimakas häpeän kokemus
- Läheisen kuolema
- Päihteiden vaikutus
- Koulukiusaaminen

#### 4.6. Vakava onnettomuus tai sen uhka

- Avun hälyttäminen (ambulanssi, poliisi, palokunta 112)
- Huolehdi ensiavusta

- Pelasta ihmiset välittömästi vaarasta
- Vie muut oppilaat pois onnettomuuspaikalta. Tulipalon sattuessa rehtori määrää kokoontumispaikan
- Ilmoita huoltajille mahdollisimman pian
- Käsittele asia mahdollisimman pian (huom.! Silminnäkijät).
- Tulipalon alkusammutusta varten koululla on jauhesammuttimia ja sammutuspeitteitä sekä pikapaloposteja.
- Poistumisreitit on merkitty (itsevalaisevat nuolet) ja hätäpoistumisohje on jokaisessa luokassa.

**Kukin opettaja vastaa luokkansa osalta hälytystiedon aiheuttamista toimenpiteistä!**

#### **4.7. Pommiuhka**

- Koulu tyhjennetään nopeasti.
- Ilmoita heti rehtorille, rehtori ilmoittaa poliisille
- Suhteudu jokaiseen pommiuhkaan vakavasti
- Älä koske pommiksi epäiltyyn esineeseen

#### **4.8. Väkivaltatilanteet tai sen uhka**

- ryhdy välittömiin ensiapu- ja hälytystoimiin kriisisuunnitelman mukaisesti
- tieto rehtorille, henkilöstölle, kriisiryhmälle
- huolehdi oppilaat turvaan, huolehdi erityisesti silminnäkijöistä
- turvallisuuden tunne, rauhallisuus
- pidä huoli, että oppilaiden kanssa on aina joku aikuinen ja ettei oppilaita päästetä kotiin ennen kuin tilanne on rauhoittunut ja nuorimpien kohdalla tiedetään, että kotona odottaa joku
- tarvittaessa saattaja
- ilmoita huoltajille sovitulla tavalla mahdollisimman pian
- keskustelut luokissa opettajien/kriisityöntekijöiden johdolla -läpikäyntikeskustelut henkilöstön kanssa
- yhteistyö huoltajien kanssa – tarvittaessa asiaa käsitteleviä vanhempainiltoja

#### **4.9. Sairauskohtaus / Onnettomuus / koulutapaturma**

- ryhdy välittömiin ensiapu- ja hälytystoimiin kriisisuunnitelman mukaisesti

- tieto rehtorille, henkilöstölle, kriisiryhmälle
- huolehdi oppilaat turvaan, huolehdi erityisesti silminnäkijöistä
- turvallisuuden tunne, rauhallisuus
- pidä huoli, että oppilaiden kanssa on aina joku aikuinen ja ettei oppilaita päästetä kotiin ennen kuin tilanne on rauhoittunut ja nuorimpien kohdalla tiedetään, että kotona odottaa joku
- tarvittaessa saattaja
- ilmoita huoltajille sovitulla tavalla mahdollisimman pian
- keskustelut luokissa opettajien/kriisityöntekijöiden johdolla -läpikäyntikeskustelut henkilöstön kanssa
- yhteistyö huoltajien kanssa – tarvittaessa asiaa käsitteleviä vanhempainiltoja

#### **4.10. Päihteiden vaikutuksen alainen koulussa**

- Älä jätä päihtynyttä yksin, anna tarvittaessa ensiapua.
- Huoltaja hakee oppilaan pois koulusta.
- Jos huoltajaa ei tavoiteta, oppilas toimitetaan terveyskeskukseen.
- Terveyskeskuksessa voidaan ottaa tarvittaessa huumetestit (testiin tarvitaan huoltajan suostumus).
- Päihteiden käytöstä tehdään aina lastensuojeluilmoitus sosiaaliviranomaisille.
- Rehtori ilmoittaa huumausaineen käytöstä tai hallussapidosta aina poliisille. Ilmoituksen voi antaa vihjeenä huumausaineen käytöstä, jolloin poliisi käsittelee aisan luottamuksellisesti, tai ilmoituksen voi tehdä nimettömänä. Ilmoittaminen on kuitenkin tärkeää ennaltaehkäisevän työn kannalta, jotta aineiden välittäjät saataisiin kiinni. (Huumeen myyminen ja hallussapito on rikos).
- Jatkotoimenpiteet oppilashuoltoryhmässä.

#### **Toimintamalli, jos epäillään oppilaan olevan päihtyneenä koulussa.**

##### **Ennaltaehkäisy**

- Koululla keskustellaan asiasta ennakoon
- Koululla on toimintamalli ja se on kaikkien tiedossa
- Koulussa osataan tunnistaa päihteiden käyttö

**Varhainen tuki ja puuttuminen kun on havaittu tai perusteltu epäily alkoholin ja huumausaineiden käytöstä:**

1. Asian havainnut koulun aikuinen aloittaa asian selvittämisen välittömästi. **Hae apua paikalle.** Esimerkiksi viereisen luokan opettaja tai muu lähinnä oleva koulun aikuinen
2. Vie oppilas pois luokasta / välitunnilta. (POL. 36 b § Häiritsevän ja turvallisuutta vaarantavan oppilaan poistaminen). Oppilasta ei saa jättää ilman valvontaa.
3. Arvioi tilanne, keskustele oppilaan kanssa ja pyri selvittämään mitä päihteitä on käytetty ja minkä verran. Arvioi onko oppilas väkivaltainen tai vaarallinen itselleen tai muille tai onko oppilas myrkytystilassa. Jos näin on, otetaan yhteyttä sosiaalitoimeen tai hätäkeskukseen (112).
  - Onko oppilas päihtynyt vai onko kyseessä sairaskohtaus tai pelleilekö hän
  - Onko oikeasti vaara muille tai itselleen
4. Tiedottaminen rehtorille tai muulle koulun toiminnasta vastuussa olevalle.
5. Yhteydenotto huoltajaan. Sovitaan, tulee huoltaja paikalle saman tien vai ollaanko yhteydessä suoraan sosiaalitoimeen. Mikäli huoltajaa ei tavoiteta, otetaan yhteyttä sosiaalitoimeen, mikäli tarvitaan seulaa, tarvitaan hoitajan tai lääkärin lähete
6. Oppilaan laukun/repun sisältö tarkistetaan (POL. 36d§ *Oikeus ottaa haltuun esineitä tai aineita*)
7. Mikäli oppilas on päihtynyt tai huoli herää, tehdään lastensuojeluilmoitus (Lastensuojelulaki 25 §)
8. Jatkotoimenpiteet oppilaan tukemiseksi. Huolen havainnut kokoaa yksilökohtaisen oppilashuoltoryhmän, joka suunnittelee tukitoimet yhdessä oppilaan ja huoltajan kanssa. Ryhmään pyydetään mukaan kaikki tarvittavat toimijat.
9. Tilanteen purkaminen ja läpi käyminen mukana olleiden koulun aikuisten kanssa mahdollisimman pian tilanteen päättymisen jälkeen. Rehtori vastaa purkamisen organisoinnista.
10. Tilanne tiedoksi koulun yhteisölliseen oppilashuoltoryhmään ilmiötasolla



## **5. KRIISITYÖSKENTELEN VAIHEET**

**Kriisillä** tarkoitetaan tilannetta, jossa ihmisen aiemmat kokemukset ja opitut toimintatavat eivät riitä uuden tilanteen ymmärtämiseen ja sen psyykkiseen hallitsemiseen.

**Kehityskriisillä** tarkoitetaan elämänkaaren muutosvaiheisiin liittyviä kriisejä. Ne ovat osa luonnollista elämää ja niistä selviytymiseen vaikuttavat perhe, ystävät ja muut tukiverkostot, johon myös koulu kuuluu.

**Ratkaisemattomalla kehityskriisillä** tarkoitetaan tilannetta, jossa lapsi tai nuori ei ole kyennyt ratkaisemaan omaan kehitykseensä kuuluvaa mielen sisäistä kasvukriisiä, vaan etsii ratkaisua psyykkisin oirein. Esimerkkejä hoitoa vaativista kehityskriiseistä voivat olla:

- Itsemurhayritykset
- Hallitsematon väkivaltainen käytös
- Voimakas emotionaalinen oireilu

**Elämänmuutoskriisillä** tarkoitetaan elämänmuutoksesta johtuvaa, ennakoitavissa olevaa elämäntilannetta, joka vaatii valmistautumista ja sopeutumista. Esimerkkejä tällaisesta tilanteesta voivat olla:

- Avioerotilanteet
- Perheen muutto

Traumaattisella kriisillä ymmärretään äkillisellä, odottamattomalla tavalla lapsen/nuoren psyykkistä ja/tai fyysistä turvallisuutta, olemassaoloa ja hyvinvointia uhkaavaa tapahtumaa tai tekoa. Trauman voi aiheuttaa:

- Yksittäinen tapaus, esim. onnettomuus, äkillinen kuolema, väkivalta
- Kasautuvat tapahtumat, esim. toistuva väkivalta, kiusaaminen
- Lapsi elää kehitysvuosinaan traumaattisissa oloissa

Traumalla tarkoitetaan paitsi traumaattista tapahtumaa, myös tapahtuman aiheuttamaa vaikutusta psyykeen.

### ***Traumaattisen kriisin vaiheet:***

- |                                   |                        |
|-----------------------------------|------------------------|
| 1. Shokkivaihe                    | “Ei voi olla totta”    |
| 2. Reaktiovaihe                   | “Mitä tapahtui?”       |
| 3. Käsittelyvaihe                 | “Miten tästä selviää?” |
| 4. Uudelleen suuntautumisen vaihe | “Elämä voittaa”        |

1. **Shokkivaihe** voi kestää muutamista hetkistä muutamaan vuorokauteen. Se ilmenee välittömästi trauman jälkeen. Tällöin ihminen ei pysty käsittelemään tapahtunutta, vaan saattaa jopa kieltää sen.
  - käyttäytyy poikkeavasti tai tilanteeseen sopimattomasti
  - ei ehkä muista tämän vaiheen tapahtumia – ei myöskään annettuja ohjeita.
2. **Reaktiovaihe** voi olla muutaman viikon tai muutaman kuukauden mittainen.
  - ihminen alkaa todella ymmärtää mitä on tapahtunut ja mikä sen merkitys on itselle ja omalle elämälle - henkiset puolustuskeinot alkavat toimia paremmin.
  - tyypillistä tässä vaiheessa ovat voimakkaat tunnereaktiot kuten itkeminen, ahdistus, pelko, itsesyytökset ja syyllisyydentunteet sekä somaattiset reaktiot kuten pahoinvointi, sydämentykytys, väsymys tai univaikeudet.
3. **Käsittelyvaihe** kestää muutamista kuukausista vuoteen. Tällöin
  - tapahtunut hyväksytään ja siihen liittyviä tunteita käydään läpi
  - suruun ja menneeseen elämäntilanteeseen keskittyminen vähenee
  - oireet ja tuntemukset voivat vähetä, mutta voi ilmetä esim. keskittymisvaikeuksia.
4. **Uudelleen suuntautumisen vaiheessa** tapahtuu lopullinen toipuminen
  - ihminen voi ajatella tapahtumaa ilman tuskaa, tapahtumaan liittyvät tunteet ja muistot saadaan hallintaan.
  - Kukaan ei ole kriisin jälkeen ennallaan, mutta parhaassa tapauksessa ihminen on vahvempi ja paremmin valmistautunut kohtaamaan vastoinkäymisiä

**Kriisireaktio voi lukkiintua ja muuttua psyykkiseksi häiriöksi. Tällöin tarvitaan ammattiauttajan apua.**

**Tavallisia reaktioita traumaattisen kriisin jälkeen ovat lapsuudessa:**

- Avuttomuus, epätodellinen olo
- Vetäytyminen kontakteista
- Takertuneisuus
- Kiinnostuksen puute
- Pelko ja hämmentyneisyys
- Kyvyttömyys ajatella selkeästi
- Oppimisvaikeudet
- Aggressiot, levottomuus

**Nuorilla lisäksi:**

- Tunnetilojen vaihtelu
- Eristäytyminen ryhmästä
- Kuoleman pelko
- Kieltäytyminen arkirutiinien noudattamisesta

Oireita on joskus vaikea erottaa murrosiän oireista. Oleellista on huomata nuoren olemuksessa ja käyttäytymisessä tapahtunut selvä muutos. On tärkeä tiedostaa, että kriisireaktiot ovat normaaleja reaktioita ylivoimaisiin tilanteisiin. Trauma on käsiteltävä, jotta surulle tulee tilaa.

## **6. OPPILAAN SURUN KOHTAAMINEN**

### **Avoin ja rehellinen kommunikaatio**

- Selitä nuorelle ymmärrettävästi huomioiden ikä ja kehitystaso.
- Selvitä väärinkäsitykset
- Älä käytä kuoleman selittämiseksi sanoja “uni” tai “matka”.
- Läheisin ihminen kertoo suruviestin.

### **Anna oppilaalle aikaa ymmärtää**

- Ole valmis juttelemaan juuri kun oppilas sitä haluaa.
- Katselkaa vanhoja valokuvia ja muistokirjoja
- Madalla koulusuoritusvaatimuksia väliaikaisesti.

### **Tee menetyksestä todellinen**

- Salli nuoren nähdä, että myös sinulla on tunteet
- Anna nuorten osallistua rituaaleihin (esim. hautajaiset)
- Pidä näkyvillä muistutus vainajasta.

### **Tue emotionaalista hallintaa**

- Vältä turhia ihmissuhteiden katkeamisia – kouluun tuleminen tärkeää
- Puhu nuorelle kuoleman pelosta. Salli nuoren puhua syyllisyydentunteista

### **Kerro nuorelle, että reagoiminen on normaalia**

- Älä torju reaktioita
- Selvitä että ominen tunteiden läpikäyminen, on tuskallista mutta välttämätöntä

### **Nuoren osallistuminen esim. hautajaisiin edellyttää**

- Valmistelua – nuoren tulee tietää mikä odottaa
- Saattaja, omainen mukana koko ajan
- Jälkipuintia nuoren ehdoilla

**Traumantyyön jälkeen ihmisen on käytävä läpi normaalin surutyön vaiheet, ennen kuin lopullinen toipuminen saavutetaan.**

**Traumatyö**

- Ahdistavia muistikuvia tapahtuneesta
- Tapahtumasta muistuttavien tilanteiden vältteleminen
- Vaikeus puhua tapahtuneesta – unet painajaiset
- Masennuksen, pelon ja ahdistuksen tunteet

**Surutyö**

- Eläviä muistikuvia menetetystä henkilöstä
- Lohduttavien muistojen hakeminen
- Halu puhua menetetystä - lohduttavien unien näkeminen
- Surun, kaipauksen ja masennuksen tunteet

## **7. KRIISIN VAIKUTUS OPPILAAN KOULUTYÖHÖN JA OPPIMISEEN**

### **Kriisivaihe vie aina oman aikansa ja saattaa näkyä koulutyössä monin eri tavoin:**

- Halu koulutyöhön voi vähentyä.
- Oppilas voi olla masentunut ja tapahtuman herättämät mielikuvat ja ajatukset voivat häiritä keskittymistä ja osa lapsen psyykkisestä energiasta sitoutuu traumaan liittyvien ajatusten ja mielikuvien torjumiseen,
- Perhetilanteen muuttuminen voi vaatia nuorelta uusia tehtäviä, jotka vievät aikaa ja energiaa pois koulutyöstä
- Yksi traumaattisen kokemuksen voimakkaimmista kielteisistä jälkiseurauksista on heikko koulusuoriutuminen
- Monien oppilaiden kyky omaksua opetusta voi olla vakavasti vahingoittunut vielä kaksi vuotta traumaattisen tapahtuma jälkeenkin.

Kriisiin liittyvien tunteiden ja ajatusten käsittely on tärkeää, mutta samalla on tuettava palautumista normaaliin koulutyöskentelyyn.

### **Ohjeita ja toimintamalleja kriisin käsittelyyn**

*Toimintamallien kuvauksissa on hyödynnetty Arja Sigfridsin aineistoja.*

#### **Opettajalle rohkeutta**

- käsitellä maailman tapahtumia, sotia, kriisejä; esim. ydinaseet, ydinvoima, talouskriisi, ilmastonmuutos, sodat maissa, joista koulussa, luokassa on oppilaita (media), oman paikkakunnan lapsi/nuori kuolee, tarttuva tauti, itsemurha, tulipalot, perhetragediat, sikainfluenssa
- oppilaat toivovat asioita käsiteltävän koulussa
- ”odotetaan ja katsotaan ” pedagogiikalle ei ole perusteita, asioiden käsittely luo turvallisuutta

### **Nuori äkillisessä kriisissä - ohjeita kohtaamiseen**

#### **Anna nuorelle oikeaa tietoa**

- käy nuoren kanssa asiaa läpi
- kysy, mitä hän tietää, mitä ajattelee asiasta ja mitä hän näki / kuuli / koki
- kerro mitä itse tiedät
- selvitä väärinkäsitykset

- välttä monimutkaista kuvakieltä, älä esim. vertaa kuolemaa uneen tai matkaan

### **Ota myös huomioon**

- henkilökohtaisen ja eläytymisen kautta syntyneen menetyksen tunteet voivat olla yhtä voimakkaita
- ole avoin nuoren kysymyksille
- juttele kun hän sitä haluaa - älä odota juttutuokioista pitkiä
- tue nuorta siihen, että asiasta tulee tahattomia muistutuksia eri yhteyksissä tiedotuksen ja keskusteluitten kautta ja että se saattaa aktivoida tunteet
- pidä kiinni perheen normaalisäännöistä, mm. kotiintuloajoista ja suhteesta alkoholinkäyttöön

### **Auta nuorta selviytymään**

- anna tilaa vaihteleville tunneilmaisuille ja sille, että ne välillä katoavat kokonaan
- salli surupohdinnat (mm. kuoleminen, onnettomuudet, hautajaiset)
- auta nuorta käsittelemään myös syyllisyyden ja vihan tunteitaan, kuoleman pelkoa ja muita yllättäviä reaktioita
- salli nuoren myötäelää, mutta älä salli vastuun ottamista aikuisen jaksamisesta
- varmista, että aikuinen on saatavilla, vaikka nuori hakeutuisi korostuneesti ikäistensä seuraa
- näytä omat tunteesi ja kerro että luotat selviytymiseesi niistä huolimatta

### **Keskusteluaiheita koululuokkaan äkillisen kriisin jälkeen**

On tärkeää, että koulun ja kodin aikuiset ovat valmiita keskustelemaan lasten ja nuorten kanssa tuoreesta järkyttävästä tapahtumasta. Keskustelutuokioiden ei tarvitse olla pitkiä. Keskustelun keskeinen ote on tässä ja nyt.

### **Mahdollisia keskusteluaiheita:**

- Mitä todella on tapahtunut? varmistetaan faktat senhetkisen tiedon mukaisiksi
- Miten sait tietää? missä olit, mitä olit tekemässä juuri silloin
- Mitä ajattelit? käydään läpi ajatukset tapahtuman/tiedon saamisen hetkellä
- Mitä tunsit? tunteet saattavat herätä vasta myöhemminkin, usein on ensin vain kummastusta ja järkytystä, tai tunteiden puutetta
- Entä miten keho reagoi? kehossa voi tapahtua muutoksia (jännittymistä, kipuja, levottomuutta...) huomaamatta – ne palautuvat
- Miten voi auttaa itseään/toista eteenpäin puhuminen, muistelu, arki, liikunta...

- Mitä koulupäivän jälkeen tapahtuu? välitetään kotiin tietoa, että asiaa on käsitelty koulussa ja kannustetaan puhumaan myös kotona

Aikuisen ei tarvitse olla viisas eikä osata vastata kaikkeen - riittää, että aikuinen on turvallinen, uskaltaa näyttää omia tunteitaan ja samalla välittää luottamusta siihen, että näiden tunteiden kanssa selvitään.

## **8. KRIISIN JÄLKIKÄSITTELY**

Kriisiryhmä neuvottelee opettajakunnan kanssa jälkikäsitteilyn tarpeesta. Jälkikäsitteilyssä huomioidaan koulun henkilökunnan, oppilaiden ja vanhempien tarpeet. Mahdollisia toimintatapoja ovat mm.

- Yksilöä ja ryhmäkeskustelut
- Luova ilmaisu eri oppiaineissa
- Tiedon lisääminen (voidaan käyttää joko koulun omaa tai ulkopulista asiantuntemusta)

Kriisin käsittelyn jälkeen kriisiryhmä arvioi sitä, miten tilanne hoidettiin ja antaa kehittämisideoita jatkossa.

## **9.KOULUKIUSAAMINEN**

Kiusaaminen on jatkuvaa, systemaattista henkistä ja fyysistä väkivaltaa, jossa vahvempi loukkaa tai alistaa heikompaa, joka on tavalla tai toisella puolustuskyvytön. Kiusaaminen kohdistuu toistuvasti yhteen ja samaan henkilöön. Tyypillistä kiusaamiselle on myös se, että se tapahtuu yleensä ryhmässä ja perustuu ryhmän jäsenten välisiin sosiaalisiin suhteisiin.

### **Koulukiusaaminen voi olla:**

1. Sanallista kiusantekoa, uhkaamista, pilkkaamista, nimittelyä
2. Fyysistä loukkaamista, potkimista ja lyömistä
3. Välinpitämättömyyttä, toveripiiristä eristämistä tai hyväksymisen puutetta
4. Pakottamista tai painostusta, joskus myös kiristystä



## 5. Vahingontekoa

Evijärven keskikoulussa on laadittu toimintaohjeet tilanteisiin, joissa kiusaaminen tulee ilmi.

### **Toimintaohjeet koulukiusaamistilanteissa:**

Kaikki 7 – luokkalaiset ovat käyneet opon tunneilla koulukiusaamista läpi, opiskelleet vastuun portaat ja sitoutuneet kirjallisesti siihen, että eivät kiusaa ketään koko kouluaikana.

Jos kiusaamista kuitenkin ilmenee, toimitaan Evijärven keskikoulussa seuraavasti:

1. Asiaan puuttuu se koulun aikuinen, joka saa tietää kiusaamisesta (kiusattu itse, toinen oppilas tai vanhemmat kertovat asiasta tai aikuinen näkee asian itse).
2. Aikuinen kutsuu koolle kiusatun ja kiusaajan, ja asiasta keskustellaan. Tästä keskustelusta tehdään pöytäkirja, jossa näkyy, milloin on keskusteltu, ketä on ollut mukana ja mitä yhteisesti sovittu. Tämä pöytäkirja talletetaan koulun kansliaan.

Kiusaajan kanssa käydään läpi uudelleen vastuun portaat (Myöntäminen, Ymmärtäminen, Anteeksipyyntö, Sovittaminen, Lupaaminen).

Jos kiusaamiseen liittyy esim. väkivaltaa tai tilanne on muuten vakava, voi asiaa hoitava aikuinen jo tässä vaiheessa olla yhteydessä asianosaisten vanhempiin oman harkintansa mukaan.

3. Jos kiusaaminen edelleen tämän jälkeen jatkuu, kutsutaan koolle kiusaaja ja kiusattu sekä heidän vanhempansa. Asiasta keskustellaan ja tästä keskustelusta tehdään jälleen pöytäkirja.
4. Jos kiusaaminen jatkuu vielä, asian selvittelyyn tulee mukaan koko oppilashuoltotyöryhmä sekä tarpeelliset muut tahot, esim. perheneuvola. Kaikista kokoontumisista tehdään pöytäkirja

## **10.VAIKEUKSIEN TUNNISTAMINEN**

Opetustyötä tehdessään opettaja saattaa huomata oppilaassaan jotain huolestuttavaa, tavallisuudesta poikkeavaa. Usein tällaisessa tilanteessa kaipaa lisätietoa, jonka pohjalta toimia.

Seuraavassa esitellään lyhyesti muutamien tavallisimpien kehityskriisien tunnistamista.

### **Tunnistamisvihjeet eivät ole kattavia vaan suuntaa antavia!**

Opettajan ei tarvitse diagnosoida oppilasta. Hän voi kuitenkin olla avuksi hoitoon ohjaamisessa.

Meidän koulussamme on luontevinta kääntyä terveydenhoitajan, erityisopettajan tai koulukuraattorin puoleen, tai osallistua oppilashuoltoryhmään. Yhdessä voidaan miettiä, mitä kautta nuori parhaiten saisi apua.

### **10.1 Masentuneisuuden tunnistaminen**

Oppilaalla saattaa esiintyä mm. Seuraavia oireita:

- univaikeudet – unettomuus tai riittävästä yöunesta huolimatta esiintyvä voimakas väsymys
- ärtyisyys, kiukkuisuus, vihaisuus
- käytösongelmat (poissaolot, tuntien häirintä)
- syömisvaikeudet, ei syö tarpeeksi tai syö koko ajan
- voimattomuus, pitkään kestävä ikävystyneisyys
- apatia, vetäytyminen - ikätovereista ja perheestä eristäytyminen
- voimakkaat mielialan vaihtelut
- keskittymisvaikeudet, eriaisteiset oppimisvaikeudet, perustasoon nähden heikentynyt suoriutuminen eri elämäntilanteilla
- itseinho
- itkuisuus, surullisuus
- kuolemasta puhuminen, itsemurhayritykset
- päihteiden väärinkäyttö
- erityisesti tytöillä irralliset seksisuhteet
- pojilla epätyypillistä epäsosiaalista käyttäytymistä, pikkurikollisuutta, tuhoamista ja hävittämistä

- somaattinen oireilu, esim. vatsakivut, päänsärky, lihasjännitys
- jatkuva levottomuus -> nuori etsii aktiviteettia tai muiden seuraa pitääkseen ahdistusta herättävät tunteet loitolla
- “millään ei ole mitään väliä”

Nuori ei välttämättä itse tiedosta olevansa masentunut tai ei käytä masentunut – sanaa olotilansa kuvaamiseen.

### **Luettelo on vain esimerkinomainen!**

## **10.2 Psykoottisen käyttäytymisen tunnistaminen**

Oppilaalla voi esiintyä esim. seuraavia oireita:

- vetäytyminen, pyrkimys olla yksin
- sekavat tai epärealistiset puheet, huomattava keskittyminen kummallisiin ajatuksiin
- rituaalit, pakkotoiminnat
- ikätasoa lapsellisempi toiminta
- suhtautuminen koulutyöhön muuttuu, ei välitä koulusta tai yrittää tehdä enemmän kuin jaksaa
- erikoinen toiminta, jota ei itse osaa/halua selittää
- vihjailee avuntarpeestaan
- ulkoinen olemus muuttuu äkkiä
- tunneilmaisun äkillinen muuttuminen, esim. äkilliset naurun tai itkunpuuskat, tai tunneilmaisun puute
- harjaluulot
- huomattavan omituista käyttäytymistä tai huomattavia puutteita itsenä huolehtimisesta
- epätavallisia aistikokemuksia

## **10.3 Päihteiden väärinkäytön tunnistaminen**

- nuoren kaveripiiri vaihtuu
- nuoren rahantarve kasvaa: näpistelyä, ilkivaltaa, kauppaamista
- koulumenestys laskee äkkiä merkittävästi
- poissaolot lisääntyvät: erityisesti aamu- tai maanantaipoissaoloja
- epärealistisia puheita, tarinoita, valehtelua

- muutoksia luonteessa
- pelkotiiloja, ahdistuneisuutta, levottomuutta
- erilaisia fyysisiä merkkejä käytetystä aineesta riippuen: esim. laajentuneet silmäterät, vapina, hikoilu, lihominen/laihtuminen, uneliaisuus, tokkuraisuus
- esineet: piippu, veitset, aineenpalaset
- ulkonäkö/olemus muuttuu
- sulkeutuneisuus, masentuneisuus
- jatkuva väsymys, vihamielisyys, yhteistyöhaluttomuus
- saa usein raivokohtauksia
- suhteet omiin perheenjäseniin muuttuvat äkillisesti
- keskittymisvaikeudet, saattaa menettää mielenkiintonsa aiempiin harrastuksiin
- ruokailu- ja nukkumistavat saattavat muuttua

Satunnaista päihteiden käyttöä on usein vaikea havaita.

## **11. KRIISISUUNNITELMAAN PEREHDYTTÄMINEN JA SIITÄ TIEDOTTAMINEN HENKILÖSTÖLLE, OPPILAILLE, HUOLTAJILLE JA YHTEISTYÖTAHOLLE**

Kriisisuunnitelmaan perehdyttäminen ja tiedottaminen tulee tehdä aina lukuvuoden alussa, sekä tarvittaessa (henkilökunnan muutokset).

Luokanvalvoja käy oman luokan oppilaiden kanssa kriisisuunnitelman läpi lukuvuoden alussa.

## **12.TOIMINTAVALMIUKSIEN HARJOITTELU**

Toimintavalmiuksia harjoitellaan lukuvuoden alussa.

## **13. KRIISISUUNNITELMAN ARVIOINTI JA PÄIVITTÄMINEN**

Kriisisuunnitelman arviointi tehdään lukuvuosittain vuosisuunnitelman arvioinnin yhteydessä ja päivitetään tarvittaessa lukuvuoden alussa.

## **14. ENSIAPUOHJEET**

**Koulun ensiapukaapit löytyvät terveydenhoitajan huoneesta ja koulun kansliasta.**

**Muista ilmoittaa aina vanhemmille/huoltajille oppilaalle sattuneesta tapaturmasta tai ensiaputilanteesta!**

### **14.1 Allerginen reaktio**

#### **Ampiaisen pisto**

Mehiläisen tai ampiaisen pisto on yleensä vaaraton. Oireita voi lievittää kylmällä. Jos ihminen saa samalla kertaa kymmeniä pistoja tai hän on herkistynyt pistoille, apua tarvitaan heti:

- Anna tarvittaessa sokin oireen mukainen ensiapu (aseta pistoksen saanut makuulle, jalat koholle, turvaa hapen saanti)
- Anna annos kyypakkauksesta ohjeen mukaan
- Toimita oppilas viivytyksettä lääkärin hoitoon.

#### **Käärmeen purema**

- Tue raaja/pistoalue lepoasentoon
- Anna annos kyypakkauksesta ohjeen mukaan
- Toimita pureman saanut viivytyksettä lääkärin hoitoon.

#### **Ruoka-aineen aiheuttama allerginen reaktio**

- Pyydä oppilasta sylkemään suusta jäljellä oleva ruoka, huuhto suu vedellä/maidolla.
- Rauhoittele oppilasta
- Tarkista onko oppilaalla allergisen reaktion varalle henkilökohtainen lääke.
- Tarvittaessa soita ambulanssi
- Avaa hengitysteitä kiristävät vaatteet, varmista hapensaanti (avaa ikkuna)

### **14.2 Astmakohtaus**

**Oireet:** Hengitysvaikeus, uloshengitys on pitkä ja vinkuva, hengitys ja pulssi voivat olla nopeita, puhuminen on vaikeaa, puhe kuiskaavaa, iho ja huulet sinertävät, vaikeassa tapauksessa raskas hengitystyö uuvuttaa ja voi jopa esiintyä tajunnan häiriö tai hengityspysähdys.

**Toimenpiteet:**

- Järjestä hyvä etukumara istuma-asento, jossa voi kumartua ja nojata tukeen
- Avaa ikkuna
- Jos kohtauksen saaneella on astmalääkitys, anna hänelle sitä
- Jos kohtaus on ensimmäinen tai lääkitys ei helpota tai kohtaus kestää pitkään, toimita kohtauksen saanut ambulanssilla ensiapuun mielellään vanhempien saattamana.

**14.3 Epilepsiakohtaus****Tajuttomuus-kouristuskohtaus**

- Pysy rauhallisena
- Älä yritä estää kouristusliikkeitä, mutta huolehdi siitä, ettei henkilö vahingoita itseään.  
Kouristelu kestää yleensä 1–2 minuuttia
- Älä laita suuhun mitään, sillä se vaikeuttaa hengitystä
- Yritä kääntää henkilö kylkiasentoon heti, kun kouristukset vähenevät
- Avaa kiristävät vaatteet ja varmista, että henkilö pystyy hengittämään
- Hälytä ambulanssi, jos kouristelu kestää yli 5 minuuttia.

**Tajunnanhämmärtymiskohtaus**

- Pysyttele kohtauksen saaneen henkilön lähetyvillä ja yritä tarvittaessa varovasti ohjailta, ettei hän vahingoita itseään.
- Älä yritä estää henkilön liikkumista, sillä hän todennäköisesti vastustaa sinua
- Anna kohtauksen mennä ohi itsestään, Ellei niin käy 5 minuutin kuluessa, hälytä ambulanssi.
- Älä poistu henkilön läheltä ennen kuin kohtaus on mennyt kokonaan ohi ja anna hänen levätä, kunnes hän on kokonaan toipunut.

## **14.4 Haavat**

**KUVA KANSIOSSA**



### 14.5 Hammastapaturmat

Lohjennut, heiluva, arka hammas:

- Yhteys välittömästi omaan hammashoitolaan ajan varaamiseksi.

Kokonaan irronnut hammas:

- Laita irronnut hammas maitoon tai säilytä se suussa kielen alla ja välittömästi omaan hammashoitolaan!

### 14.6 Kova vatsakipu

- Älä anna omin päin juotavaa tai lääkettä vatsakipuiselle (kuukautiskipuiselle voi antaa särkylääkettä)
- Helpoin asento on olla makuulla polvet koukussa
- Ohjaa vatsakipuinen terveydenhoitajalle/lääkärille tilanteen tarkempaa arviointia varten.

### 14.7 Myrkytys

- Älä okseta myrkyä niellyttä ennen kuin tiedät, onko se tarpeellista
- Anna syövyttävää myrkyä saaneelle lasillinen vettä tai maitoa
- Siirrä myrkyä hengittänyt raittiiseen ilmaan puoli-istuvaan asentoon
- Huuhtelee iholle ja silmiin joutunut myrky vedellä vähintään 15 minuuttia
- Toimita myrkytyksen saanut välittömästi terveyskeskukseen, jos hänellä on hengitysvaikeuksia, hän on tajuton tai jos hän kouristelee
- Tarvittaessa soita myrkytystietokeskukseen puh.**0800 147 111**

### 14.8 Nenäverenvuoto

- Aseta oppilas etukumaraan istuma-asentoon
- Kehota niistämään sieraimet tyhjiksi verihyytymistä
- Paina vuotavaa sierainta tasaisesti nenäluuta vasten 15 minuuttia
- Kylmä supistaa verisuonia: jääpalat tai kylmäpakkaus nenän päällä tehostavat vuodon tyrehtymistä.
- Jos vuoto ei lakkaa 20 minuutin kuluessa, toimita oppilas saattajan kanssa hoitoon.

### 14.9 Nyrjähdykset, venähdykset ja kolhut

**Oireet:** Nivelessä tuntuu kipua ja sen ympäristössä aristusta.

Nivel turpoaa ja nivelen seudussa on usein mustelma.

Lihavammassa paikallinen arkuus on lihaksessa.

#### **Toimenpiteet:**

#### **Sovella 3 K:n ohjetta**

**K = kohoasento**

**K= kompressio (puristus)**

**K= kylmä**

- Aseta raaja kohoasentoon turvotuksen ja verenvuodon estämiseksi
- Paina kipeää kohtaa kylmällä 20–30 minuuttia turvotuksen ja kivun estämiseksi
- Sido vammakohdan ympärille tukeva side
- Jos turvotus ja kipu eivät hellitä eikä nivel toimi normaalisti, toimita oppilas lääkärin hoitoon
- Sijoiltaan mennyttä niveltä ei ryhdytä vetämään paikalleen, vaan nivel tuetaan liikkumattomaksi ja oppilas toimitetaan lääkärin hoitoon.

### 14.10 Palovammat

- Jäähdytä heti palovammaa viileässä, kunnes kipu häviää
- Peitä pienet vammat puhtaalla siteellä/voidesiteellä
- Laajaa palovamma-aluetta jäähdytetään vain muutama minuutti. Vamma peitetään puhtailla liinoilla ja palanut alue tuetaan kohoasentoon. Palovamman saanut toimitetaan välittömästi lääkärin hoitoon.

#### **Lääkärin hoitoa vaativat palovammat:**

- Kämmentä suurempi 2.asteen vamma ja kaikki 3.asteen palovammat
- Kasvojen ja käsien syvät palovammat
- Sähköpalovammat
- Jos potilas on hengittänyt kuumia kaasuja

## **14.11 Tajuttoman auttaminen**

**KUVA KANSIOSSA**

## **14.12 Raajamurtumat**

**Oireet:** Kipu, turvotus, murtunutta raajaa on vaikea liikuttaa, virheasento

**Toimenpiteet:**

- Tue murtumakohtaa kohoasentoon liikkumattomaksi (ks. kuvat alla)
- Oikaise tarvittaessa paha virheasento vetämällä raajaa hitaasti pituussuunnassa
- Toimita oppilas lääkärin hoitoon.

**KUVA KANSIOSSA**

### 14.13 Silmävammat

- Huuhtelee syövyttävä aine vedellä vähintään 15 minuuttia
- Peitä molemmat silmät siteellä kevyesti
- Pidä silmävamman saanut makuuasennossa
- Toimita oppilas lääkärin hoitoon

### 14.14 Sokki

**Syyt:** Suuret verenvuodot, laajojen palovammojen aiheuttama nestehukka, rajun ripulin tai runsaan oksentelun aiheuttama nestehukka, sydämen pumppausvoiman pettäminen, hengitysvajaus, voimakas allerginen reaktio, psyykinen järkytys

#### **Oireet:**

- Iho tulee kalpeaksi ja kylmänhikiseksi
- Hengitys on tihentynyt
- Huonovointisuus ja janon tunne
- Syke nopeutuu ja sitä on yhä vaikeampi tuntea
- Levottomuus ja tuskaisuus
- Eriasteiset tajunnan häiriöt ovat tavallisia vakavassa shokissa

#### **Sokin oireenmukainen ensiapu:**

- Rauhoita, auttajan luoma turvallisuuden tunne ehkäisee shokin syntyä
- Aseta potilas pitkälleen ja nosta alaraajat kohoasentoon
- Tarkkaile hengitystä ja huolehdi että hengitystiet ovat avoinna
- Tyrehdytä näkyvä verenvuoto
- Suojaa kylmältä
- Älä tarjoa syötävää tai juotavaa
- Pidä tajuton potilas kylkiasennossa, mutta jalat koholla
- Järjestä viipymättä terveyskeskukseen

#### **Diabeettinen sokki:**

Jos diabetesta sairastavan verensokeri laskee, siitä aiheutuu oireita, joita kutsutaan insuliinituntemuksiksi

**Tavallisimpia insuliinituntemuksia:**

- Nälkä, heikotus
- Kylmä hiki, kalpeus
- Levottomuus, aggressiivisuus
- Vapina

**Hoito:**

Anna potilaalle 4–8 palaa sokeria tai lasi maitoa tai 1 dl tuoremehua

Mikäli verensokeri edelleen laskee liian alas, syntyy diabeettinen sokki, joka on hengenvaarallinen.

**Toimintaohjeet:**

- Anna sokeripitoista syötävää tai juotavaa, mikäli diabeetikko on tajuissaan
- Jos autettava ei toivu 10 minuutissa tai jos hän menettää tajuntansa, soita hätänumeroon 112
- Jos autettava ei herää, mutta hengittää normaalisti, käännä hänet kylkiasentoon hengityksen turvaamiseksi. Älä anna tajuttomalle mitään syötävää tai juotavaa suuhun. Sen sijaan hänelle voi antaa nopeasti imeytyviä sokereita esim. sivelemällä hunajaa tai siirappia posken limakalvolle
- Kutsu ambulanssi 112

**14.15 Sähkötapaturmat**

**Auttajan turvallisuus:** Uhri johtaa sähköä niin kauna, kuin hän on kiinni virtapiirissä

**Toimenpiteet pienjänniteiskuissa:**

- Uhrin irrottamiseksi virtapiiristä katkaise sähkö joko irrottamalla pistoke seinästä tai katkaise päävirta. Ellei se ole mahdollista, eristä itsesi kumikäsinein ja –jalkinein tai käytä puukeppiä irrottamiseen.
- Toimita sähköiskun saanut lääkärintarkastukseen
- Tarvittaessa aloita elvytys ja tee hätäilmoitus **112**

**14.16 Vieras esine hengitysteissä**

Suussa oleva vieras esine, esimerkiksi ruuan pala tai lapsilla lelun osa, voi joutua hengitysteihin ja tukkia ne. Oireet ilmenevät siten, että henkilö ei pysty puhumaan, yskimään eikä hengittämään.

Kasvot ovat sinertävät hapen puutteen vuoksi. Usein henkilö vie käden kaulalle.

**ENSIAPU:**

- Kehota yskimään
- Lyö napakasti viisi kertaa lapaluiden väliin ja kehota joka lyönnin aikana yskimään.
- Mikäli tämä ei auta, taivuta vyötäröstä eteenpäin niin, että pää on vyötärön alapuolella ja lyö uudelleen lapaluiden väliin ja pyydä yskimään.
- Mikäli vierasesine ei poistu nielusta ja olet paikalla yksin, soita 112
- Yritä Heimlichin otetta aikuiselle, mikäli et muuten ole saanut virasta esinettä irtoamaan
- Mikäli tuke ei poistu, vuorottele 5 lyöntiä lapaluiden väliin, 5 nykäisyä
- Aloite elvytys, jos henkilö menee tajuttomaksi eikä hengitä normaalisti. Ilmoita muuttuneesta tilanteesta hätäkeskukseen.

**KUVA KANSIOSSA**

**14.17 Elvyttäminen 30.12.2021 Punainen Risti**

**KUVAT KANSIOSSA AIKUSEN JA LAPSEN ENSIAVUSTA**



## **15. LÄHTEET**

[Kurinpitokeinot ja turvaamistoimenpiteet perusopetuksessa | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

[Ensiapu - Punainen Risti](#)

[Psykososiaalisen tuen järjestäminen | Opetushallitus \(oph.fi\)](#)

