

**OPISKELUHUOLTOA SEKÄ KODIN
JA OPPILAITOKSEN YHTEISTYÖTÄ
KOSKEVA OPETUSSUUNNITELMAN
OSAN TARKEMPI TOIMINTAMALLI**

SISÄLLYSLUETTELO

	sivu
OPISKELUHUOLTOSUUNNITELMA	2
1. Kodin ja lukion väliseen yhteistyöhön liittyvät periaatteet sekä yhteistyö huoltajien kanssa.	3
2. Opiskelijalle tarjottava tuki ja ohjaus opiskeluun sekä kehitykseen tai elämäntilanteeseen liittyvissä fyysisissä, psyykkisissä ja sosiaalisissa vaikeuksissa.	4
3. Eri hallintokuntien yhteistyöhön ja paikallisiin tukiverkostoihin liittyvät toimintaperiaatteet, jotta opiskelija saa tarvitsemansa palvelut ja opiskelija ohjataan tarvittaviin palveluihin.	4
4. Kriisisuunnitelma	7-23

Opiskeluhoitosuunnitelma

Suunnitelma on laadittu yhteistyössä lukion rehtorin, vararehtorin, opinto-ohjaajan, ikäluokkaohjaajien, kuraattorin ja kouluterveydenhoitajan kanssa.

Liite sisältää:

1. Kodin ja lukion väliseen yhteistyöhön liittyvät periaatteet sekä yhteistyö huoltajien kanssa.
2. Opiskelijalle tarjottavan tuen ja ohjauksen opiskeluun sekä kehitykseen tai elämäntilanteeseen liittyvissä fyysisissä, psyykkisissä ja sosiaalisissa vaikeuksissa.
3. Eri hallintokuntien yhteistyöhön ja paikallisiin tukiverkostoihin liittyvät toimintaperiaatteet, jotta opiskelija saa tarvitsemansa palvelut ja opiskelija ohjataan tarvittaviin palveluihin.

4. Kriisisuunnitelman

Kriisisuunnitelma sisältää lukion toiminnan opiskeluyhteisön terveyden ja turvallisuuden edistämiseksi sekä menettelytavat ongelma-, onnettomuus- ja kriisitilanteissa kuten kiusaaminen, väkivalta, mielenterveyskysymykset, tupakointi ja päihteiden käyttö, erilaiset onnettomuudet ja kuolemantapaukset.

Lukion opiskeluhoillon tavoitteena on yksilön tukeminen ja yhteisön toimintakyvyn säilyttäminen fyysisistä ja psyykkistä turvallisuutta ja hyvinvointia uhkaavissa tilanteissa.

1. Kodin ja lukion väliseen yhteistyöhön liittyvät periaatteet sekä yhteistyö huoltajien kanssa.

Lukiossa on huomioitava, että opiskelijoista osa on alaikäisiä ja osa täysi-ikäisiä. Tämän takia **yhteydenotto kotiin/ huoltajiin perustuu opiskelijan kanssa käytyihin keskusteluihin.**

Keskustelun opiskelijan kanssa voi käydä rehtorit, opinto-ohjaaja, ikäluokkaohjaaja, kuraattori tai terveydenhoitaja aina tilanteen mukaisesti.

Lukiossa jaetaan vastuuta henkilökunnan kanssa siten, että aineenopettaja keskustelee aineen opiskeluun liittyvistä asioista ja ikäluokkaohjaaja ja opinto-ohjaaja muista opiskeluun ja elämään liittyvistä asioista. Tiedonkulkuun osapuolten välillä pyritään saamaan nopeutta ja jämäkkyyttä.

Tarvittaessa pyydetään opiskelijalta lupa yhteydenottoon kotiin. Vasta tämän jälkeen otetaan yhteyttä huoltajiin ja neuvotellaan heidän kanssaan opiskelijaan liittyvistä asioista.

Yhteydenottajana toimii joko ikäluokkaohjaaja tai opinto-ohjaaja, kun syynä ovat liiat poissaolot tai opiskelijan opintomenestys on vaarassa. **Menestyksellisen toiminnan edellytys on, että ao. opettajat tiedottavat ikäluokkaohjaajalle, jos ongelmia esiintyy.**

Rehtori toimii yhteydenottajana, kun kyse on vakavammasta asiasta tai asia liittyy koulun ulkopuolisiin asioihin.

Päihdeongelmissa pyritään yhteistyöhön vanhempien ja terveydenhoitajan kanssa. Päihdevalistusta voidaan antaa myös henkilökohtaisena ohjauksena. Lukion terveydenhoitaja, kuraattori ja rehtorit sopivat tapauskohtaisesti keskuudestaan, kuka tekee lastensuojeluilmoituksen sosiaaliviranomaisille, jos päihteiden vaikutuksen alaisena on alaikäisiä opiskelijoita. Täysi-ikäisten opiskelijoiden päihteiden käytöstä ohjataan terveydenhoitajalle ja/tai kuraattorille.

Tärkeänä perusyhteistyömuotona huoltajien kanssa ovat yhteydenotot wilman kautta, puhelinkeskustelut, tarvittaessa henkilökohtaiset tapaamiset, jaksotodistus ja vanhempainillat. Todistukset annetaan jakson päätyttyä ja niihin hankitaan huoltajan nimi. Nimen hankkiminen tarkastetaan säännöllisesti lukuvuoden aikana.

Vanhempainiltojen, joita on pidetty yhdistäen eri ikäluokille, merkitys perustiedonvälittäjänä on tärkeä. Tiedottamiskanavana pidetään tiedotteita, jotka lähetetään suoraan opiskelijoiden vanhemmille wilman kautta.

Myös vanhempien toivotaan ottavan yhteyttä lukioon, jos opiskelijan olosuhteissa on tapahtumassa tai tapahtunut oleellisia muutoksia.

Vanhemmat voivat ottaa yhteyttä rehtoreihin, ikäluokkaohjaajaan tai opinto-ohjaajaan, jotka voivat tarvittaessa välittää tietoa opettajille ja muulle henkilökunnalle.

On muistettava, että yhteydenottokynnys on korkea siten että yhteydenotto huoltajiin tapahtuu vasta nuoren kanssa neuvottelujen jälkeen ja on myös korostettava opiskelijoiden oman vastuun ottamista opiskelustaan ja elämästään. Kuitenkin kun vakavat kurssien suoritusongelmat, poissaolot tms. tekijät vaativat yhteydenottoa huoltajiin, niin yhteys otetaan viivyttelemättä.

2. Opiskelijalle tarjottava tuki ja ohjaus opiskeluun sekä kehitykseen tai elämäntilanteeseen liittyvissä fyysisissä, psyykkisissä ja sosiaalisissa vaikeuksissa.

Ohjaustoiminta muodostaa lukion toiminnassa kokonaisuuden, jonka tarkoituksena on tukea opiskelijaa lukio-opintojen eri vaiheissa sekä kehittää hänen valmiuksiaan tehdä koulutusta ja elämänuraa koskevia valintoja ja ratkaisuja. Lukiossa opinto-ohjausta järjestetään kurssimuotoisena, henkilökohtaisena ja pienryhmäohjauksena. Ohjauksen tehtävänä on edistää koulutuksellista, etnistä ja sukupuolten välistä tasa-arvoa ja opiskelijoiden hyvinvointia sekä ehkäistä syrjäytymistä. Ikäluokkaohjaajat, opinto-ohjaaja ja rehtorit muodostavat tiimin, jonka toimesta tarvittava ohjaustoiminta järjestetään. He jakavat myös ohjausvastuun ikäluokkien ohjaamisesta.

Lisäksi lukion ohjaustoimintaan osallistuu kaikki lukion opettajat ja ohjaushenkilöstöön kuuluvat. Rehtoreilla, opinto-ohjaajalla ja ikäluokkaohjaajilla on päävastuu opinto-ohjauksen käytännön järjestämisestä sekä ohjauksen kokonaisuuden suunnittelusta ja toteutuksesta. Opettajan tehtävänä on ohjata opiskelijaa opettamansa oppiaineen opiskelussa sekä auttaa häntä kehittämään oppimaan oppimisen taitojaan ja oppimisen valmiuksiaan. Opiskelijaa tulee ohjata suunnittelemaan oma henkilökohtainen opiskelusuunnitelmansa ja seuraamaan sen toteutumista. Opiskelijan tulee saada opinto-ohjausta opiskelun tueksi ja valintojen tekemiseksi siten, että hän pystyy suunnittelemaan lukio-opintojensa sisällön ja rakenteen omien voimavarojensa mukaisesti.

Lukio-opiskelusta ja lukio-opintoihin hakeutumisesta tiedotetaan perusopetuksen päättövaiheessa oleville oppilaille, heidän huoltajilleen, oppilaanohjaajille ja opettajille. Lukio-opintonsa aloittavat opiskelijat perehdytetään oppilaitoksen toimintaan sekä lukio-opiskelun ohjeisiin ja menettelytapoihin.

Opiskelijoiden yhteisöllisyyttä kehitetään ja ylläpidetään lukio-opintojen ajan. Opiskelijoiden opiskelun ja hyvinvoinnin seuraamisesta ja tukemisesta huolehditaan yhteistyössä kotien kanssa. Opiskelijoiden opinto-ohjelmat tarkistetaan säännöllisesti sekä seurataan heidän opintojensa etenemistä. Opiskeluympäristön ergonomiaa tarkastellaan säännöllisesti 4 vuoden väliajoin. Apuna työssä ovat kouluterveydenhoitaja ja terveystarkastaja.

Opiskeluhoolto on opiskelijoiden fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista huolehtimista. Tavoitteena on luoda turvallinen ja terve opiskelu- ja työympäristö sekä ehkäistä syrjäytymistä. Opiskeluhoolto on opiskeluympäristön hyvinvoinnin edistämistä sekä oppimisvaikeuksien ja muiden ongelmien varhaista tunnistamista ja niihin puuttumista. Opiskelijoiden osallisuutta oman työyhteisönsä hyvinvoinnin edistämisessä tulee tukea. Oppilaskunnan rooli tässä työssä on keskeinen.

3. Eri hallintokuntien yhteistyöhön ja paikallisiin tukiverkostoihin liittyvät toimintaperiaatteet, että opiskelija saa tarvitsemansa palvelut ja opiskelija ohjataan tarvittaviin palveluihin.

Seuraavassa on käsitelty toimintaperiaatteet ohjaukseen osallistuvien tehtävistä ja työnjaosta. Toimintaperiaatteiden on tarkoitus toimia koko oppilaitoksen opetustyön kehittämisen välineenä.

Opiskelijaa tukevat ohjaustoimintaan osallistuvat henkilöt: rehtorit, opinto-ohjaaja, ikäluokkaohjaajat, aineenopettajat, terveydenhoitaja ja kuraattori. Seuraavassa käy ilmi, miten ohjausta koskeva yhteistyö muiden yhteistyötahojen kanssa on järjestetty.

Vastuu opiskeluhollosta kuuluu osaltaan kaikille opiskeluyhteisössä työskenteleville. Opiskeluholtoa koordinoi ja kehittää moniammatillinen opiskeluholtoaryhmä. Sen muodostavat: lukion rehtori, opinto-ohjaaja, ikäluokkaohjaajat, kuraattori ja terveydenhoitaja. Ryhmän rakenne voi vaihdella ongelmien ja tarpeen mukaan.

Pielaveden lukion opiskeluholto pyrkii vastaamaan ajan ja opiskelijoiden asettamiin haasteisiin yhteistyössä kunnan muiden nuorisopuolen toimijoiden kanssa. Myös kunnan nuoriso- ja vapaa-ajanohjaaja, seurakunnat sekä muut yhteistyötahot ovat tärkeitä tukemisprosessissa. Opiskelijan menestyksellisen opiskelun ja elämäntilanteen turvaaminen ovat keskeisiä tekijöitä opiskeluholton onnistumiselle.

Lukiossa opiskelijan poissaolojen seuranta ja keskustelu niiden syistä on osa opiskeluholtoa. Keskeisiä toimijoita ovat aineenopettajat, ikäluokkaohjaajat, opinto-ohjaaja sekä rehtori. Aiheettomien poissaolojen karsinnalla ehkäistään syrjäytymistä ja oppimisvaikeuksien syntymistä.

Opiskeluholto toteutetaan yhteistyössä sosiaali- ja terveystoimen kanssa. Koulun **opiskeluholtoaryhmässä** ovat rehtori, opinto-ohjaaja, ikäluokkaohjaajat, kuraattori ja terveydenhoitaja. Moniammatillisella yhteistyöllä opiskelija ohjataan käyttämään auttavia palveluja ajoissa ja hänen on helpompi löytää oikea avuntarjoaja.

Opiskeluholton palveluista tiedotetaan ja niiden saatavuus turvataan siten, että palvelut on käytettävissä aina tarvittaessa.

Menettelytavat ongelmatilanteissa:

Tavoitteena toiminnassa on yksilön tukeminen ja yhteisön toimintakyvyn säilyttäminen fyysistä ja psyykkistä turvallisuutta ja hyvinvointia uhkaavissa tilanteissa.

Erityisen tuen tarkoituksena on auttaa ja tukea opiskelijaa siten, että hänellä on tasavertaiset mahdollisuudet suorittaa lukio-opintonsa. Erityistä tukea tarvitsevat sellaiset opiskelijat, jotka ovat tilapäisesti jääneet jälkeen opinnoissaan tai joiden opiskelun edellytykset ovat heikentyneet vamman, sairauden tai toimintavajavuuden vuoksi. Lisäksi erityisen tuen piiriin kuuluvat opiskelijat, jotka tarvitsevat psyykkistä tai sosiaalista tukea. Opiskelijalla voi olla erityisen tuen tarve myös mielenterveyteen, sosiaaliseen sopeutumattomuuteen tai elämäntilanteeseen liittyvien ongelmien vuoksi.

Erityistä tukea tarvitsevien opiskelijoiden opiskelu voidaan lukiolain (629/1998) 13 §:n (muutettu lailla 478/2003) mukaan järjestää osittain toisin kuin lukiolaissa ja -asetuksessa ja lukion opetussuunnitelmassa määrätään. Jos opiskelija vapautetaan jonkin oppiaineen opiskelusta, hänen tulee valita sen tilalle muita opintoja niin, että säädetty kurssien vähimmäismäärä täyttyy¹.

¹ Erityiset opetusjärjestelyt

Opiskelijan opiskelu voidaan järjestää osittain toisin kuin tässä laissa ja sen nojalla säädetään ja määrätään, jos:

- 1) opiskelijalla katsotaan joltakin osin ennestään olevan lukion oppimäärää vastaavat tiedot ja taidot;
- 2) lukion oppimäärän suorittaminen olisi opiskelijalle olosuhteet ja aikaisemmat opinnot huomioon ottaen joltakin osin kohtuutonta; tai

Lukiolain 13 §:ssä tarkoitetut oppimistilanteet ja kokeet tulee järjestää siten, että opiskelijan yksilölliset tarpeet otetaan huomioon. Opiskelijalle voidaan laatia suunnitelma, johon kirjataan, miten yksilölliset toimenpiteet voidaan toteuttaa.

Jos opiskelijan kielenkehityksen häiriö tulee ilmi vasta lukiossa, tukitoimien suunnittelu ja toteuttaminen tulee aloittaa välittömästi. Tällöin erityisopetus tai muu auttava taho sidotaan tukevaan toimintaan. Erityistä tukea tarvitsevien opiskelijoiden opetus ja tukitoimet järjestetään opiskeluhuoltoryhmän päättämällä tavalla.

Tapaturman hoito ja terveydenhuolto

Koulussa, koulumatkalla ja majoituksessa sattuneen tapaturman hoito on opiskelijalle maksutonta. Kouluterveydenhuollosta sekä opiskelijoiden sosiaalisten ja psyykkisten vaikeuksien ennaltaehkäisystä ja hoitoon ohjaamisesta huolehtivat kouluterveydenhoitaja, sekä kuraattori koulun henkilökunnan avustamana.

Opiskelijoiden velvollisuudet

Opiskelijan tulee osallistua opetukseen, jollei hänelle ole erityisestä syystä tilapäisesti myönnetty vapautusta.

Opiskelijan on suoritettava tehtävänsä tunnollisesti ja käyttäytyttävä asiallisesti.

Kurinpito

Opiskelijaa, joka rikkoo järjestystä, menettelee vilpillisesti tai käyttäytyy muuten epäasiallisesti, voidaan rangaista kurinpidollisesti. Kurinpitorangaistuksia ovat kirjallinen varoitus ja opiskelijan erottaminen enintään kolmeksi kuukaudeksi. Opetuksen järjestäjän tulee huolehtia, ettei opiskelija erottamisen aikana jää jälkeen opetuksesta.

Opetusta häiritsevä opiskelija voidaan määrätä poistumaan luokasta oppitunnin jäljellä olevaksi ajaksi. Epäasiallisesti käyttäytyvän opiskelijan kanssa keskustellaan ja pyritään ohjaamaan asialliseen toimintaan. Keskustelu voidaan käydä aineenopettajan, ikäluokkaohjaajan, opinto-ohjaajan tai rehtorin toimesta.

Sen lisäksi mitä hallintomenettelylaissa säädetään, menettelystä tässä pykälässä tarkoitetuissa asioissa säädetään asetuksella.

3) se on perusteltua opiskelijan terveydentilaan liittyvistä syistä.

Jos opiskelija ei ole tehnyt esitystä opiskelun järjestämisestä 1 momentissa tarkoitettulla tai sen nojalla säädetyllä tavalla, hänelle on varattava tilaisuus tulla kuulluksi ennen päätöksen tekemistä. ([13.6.2003/478](#))

4. KRIISISUUNNITELMA

LUKIOMME KRIISIVALMIUS

Lukiomme opiskelijat ja henkilökuntaan kuuluvat aikuiset voivat joutua äkilliseen onnettomuuteen tai uhkaavaan tilanteeseen joko koulussa tai sen ulkopuolella. Kuolema, sairaus tai onnettomuus voi kohdata opiskelijoittemme perheenjäseniä tai muita läheisiä ihmisiä.

Lukiollamme on kriisisuunnitelma, joka sisältää erilaisia toimintamalleja kriisitilanteita varten. Henkilökuntaa perehdytetään lukion kriisityöhön, jonka tarkoituksena on tukea kriisissä olevan henkilön omaa selviytymistä ja nopeuttaa sitä. Toiminta tapahtuu huoltajien kanssa yhteistyössä.

1. KRIISIEN ENNALTAEHKÄISY

1.1. MYÖNTEINEN JA TURVALLINEN ILMAPIIRI

1.2. OPISKELIJOIDEN, KOULUN HENKILÖKUNNAN JA VANHEMPIEN ITSELUOTTAMUKSEN LISÄÄMINEN JA VUOROVAIKUTUSTAITOJEN KEHITTÄMINEN

2. LUKION KRIISIRYHMÄ

2.1. TEHTÄVÄT

2.2. KOOLLEKUTSUMINEN

3. TIEDOTTAMINEN

3.1. TIEDOTTAMINEN KRIISITOIMINNASTA

3.2. TIEDOTTAMINEN KRIISITILANTEESSA

4. TOIMINTAMALLEJA ERI KRIISITILANTEISSA

4.1. ONNETTOMUUS KOULUSSA

4.2. OPISKELIJAN KUOLEMA

4.3. OPETTAJAN TAI KOULUN MUUHUN HENKILÖKUNTAAN KUULUVAN KUOLEMA

4.4. OPISKELIJAN LÄHIOMAISEN KUOLEMA

4.5. ITSEMURHAN UHKA

4.6. ITSEMURHA

4.7. VAKAVA SAIRAUS, VAMMA TAI POIKKEAVUUS

4.8. ONNETTOMUUS TAI SEN UHKA KOULUN ULKOPUOLELLA

4.9. OPISKELIJAN SEKSUAALINEN HYVÄKSIKÄYTTÖ

4.10 KUN HUOLTAJAT KIELTÄVÄT PUHUMASTA

5. ARVIOINTI KRIISITILANTEEN JÄLKEEN

6. TIETOA NUOREN KRIISISTÄ
 - 6.1. MIKÄ ON KRIISI ?
 - 6.2. TRAUMATISOIVIA TILANTEITA
 - 6.3. TRAUMAATTISEN KRIISIN VAIHEET
 - 6.4. POSTTRAUMAATTINEN STRESSIHÄIRIÖ

7. TIETOA NUOREN TUKEMISESTA SURUSSA
 - 7.1. KUOLEMASTA KERTOMINEN NUORELLE
 - 7.2. MUISTAMINEN KOULUSSA
 - 7.3. MUISTAMINEN LUOKASSA
 - 7.4. KESKUSTELU LUOKASSA
 - 7.5. OPETTAJAN NEUVOJA
 - 7.6. SUREVAN NUOREN KOHTAAMINEN
 - 7.7. NUOREN JA VANHEMPIEN KÄYTTÄYTYMINEN SURUSSA

8. TIETOA ONGELMIEN TUNNISTAMISEKSI
 - 8.1. MASENTUNEEN TUNNISTAMINEN
 - 8.2. ITSEMURHAUKAN TUNNISTAMINEN
 - 8.3. PÄIHTEIDEN VÄÄRINKÄYTÖN TUNNUSMERKKEJÄ

9. KOULUKIUSAAMINEN

10. OLE HYVÄ KUUNTELIIJA

11. TÄRKEITÄ PUHELINNUMEROITA

1. KRIISIEN ENNALTAEHKÄISY

1.1. Myönteinen ja turvallinen ilmapiiri

Myönteisen ja turvallisen ilmapiirin syntymiseen myötävaikuttavia tekijöitä ovat mm:

- yhteistyö opiskelijoiden ja opettajien välillä
- välitön ja perusteellinen puuttuminen kiusaamiseen ja syrjimiseen
- hyvin tiedotetut selkeät säännöt, joista pidetään kiinni
- kodin ja koulun toimiva yhteistyö

1.2. Opiskelijoiden, koulun henkilökunnan ja vanhempien itseluottamuksen lisääminen ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen

- henkilökunnan kouluttaminen ja työnohjaus
- vanhempainillat
- opiskeluhuoltoryhmä

2. LUKION KRIISIRYHMÄ

Kriisiryhmään kuuluvat rehtorin lisäksi koululääkäri Eveliina Leinonen (tilanne 17.5.2016), psykologi (ostopalvelu), kuraattori Hanna Lappalainen, sosiaalityöntekijä lastensuojelussa Iiro Väisälä, terveydenhoitaja Ulla Hintsanen.

2.1. Tehtävät

- kriisiryhmä kutsutaan kokoon rehtorin avuksi kriisitilanteessa
- kriisiryhmä kutsuu tarvittaessa opiskeluhuoltoryhmän koolle
- miettii jatkotoimenpiteet yhdessä kodin kanssa
- harkitsee ulkopuolisen avun tarvetta henkilökunnalle ja opiskelijoille
- ylläpitää kouluttautumista kriisityöhön
- perehdyttää uudet työyhteisön jäsenet

2.2. Koollekutsuminen

- Kriisiryhmän kutsuu koolle rehtori tai vararehtori.

3. TIEDOTTAMINEN

3.1. Tiedottaminen kriisitoiminnasta

- informaatiota huoltajille lukion vanhempainilloissa
- tietoa opiskelijoille; kirjallisuus, teemapäivät, tempaukset jne.
- tiedotteissa tiedottaminen **laajemmalle joukolle**

3.2. Tiedottaminen kriisitilanteessa

Henkilö, joka on saanut tiedon tapahtuneesta, tiedottaa siitä rehtorille tai jos rehtori ei ole paikalla vararehtorille tai tehtävää hoitavalle opettajalle.

Tiedon vastaanottajan tulisi selvittää (jo puhelun aikana):

- soittajan henkilöllisyys + mistä numerosta tavoittaa
- mitä on tapahtunut
- missä ja milloin
- kuka, ketkä ovat tapahtuman uhrit
- mikä on tilanne juuri nyt
- onko joku muu taho ryhtynyt joihinkin toimenpiteisiin
- onko lukiolle jotain erityisodotuksia yhteistyön suhteen?

Rehtorin tehtävät:

- kutsuu kriisiryhmän avukseen
- informoi opettajakuntaa ja muuta koulun henkilökuntaa tapahtuneesta
- antaa opettajalle ohjeita ja oikeata tietoa tapahtuneesta huhujen ehkäisemiseksi
- puhuu tarvittaessa vanhempien kanssa
- on kuolemantapauksen satuttua yhteydessä kuolleen opiskelijan vanhempiin
- on aktiivisesti mukana tukemassa lukioyhteisön toipumista
- pysyy henkilöstön ja oppilaiden tavoitettavissa
- hoitaa tarvittaessa yhteydet poliisiin
- hoitaa tarvittaessa yhteydet lehdistöön
- kaikki tiedottaminen koulun ulkopuolelle tapahtuu ensisijaisesti rehtorin kautta.

4. TOIMINTAMALLEJA ERI KRIISITILANTEISSA

4.1. Onnettomuus lukiossa

1. hälytä ambulanssi puh. 112!
2. muut opettajat kutsutaan avuksi
3. aloita tarvittaessa ensiapu!
4. ilmoita terveydenhoitajalle tai terveysasemalle
5. ilmoita rehtorille ± tieto kriisiryhmälle ± tieto henkilökunnalle
6. vie opiskelijat pois onnettomuuspaikalta
7. kokoa silminnäkijät erilleen ja pidä heistä erityistä huolta
8. ilmoita huoltajille mahdollisimman pian
9. käsittele asia luokassa opiskelijoiden kanssa
10. lähetä kirjallinen viesti koteihin tapahtuneesta
11. päästä järkyttyneimmät opiskelijat kotiin vasta aikuisen mukana
12. jatka asian jälkipuintia henkilökunnan kanssa
13. jatka asian jälkipuintia luokassa (keskustelu luokassa) seuraa opiskelijoiden vointia

4.2. Opiskelijan kuolema

opiskelijan kuolemasta ilmoittaa perheelle pappi, poliisi tai sairaala

- tiedon saanut opettaja informoi rehtoria
- rehtori informoi opettajakuntaa
- perheen toivomuksia koteihin tiedottamisesta kunnioitetaan
- kuolemasta keskustellaan
- omaisia muistetaan ±kriisiryhmä ja opiskeluhoitoryhmä
- opiskelijoiden mielenterveyttä seurataan
- järjestetään henkilökunnalle mahdollisuus jälkipuintiin

4.3. Opettajan tai koulun muuhun henkilökuntaan kuuluvan kuolema

Rehtori informoi ensin henkilökuntaa, sitten opiskelijoita ja sen jälkeen koulu yhteisöä.

- kriisiryhmä järjestää henkilökunnalle ja opiskelijoille jälkipuintia
- opettajat järjestävät keskustelut luokissa
- vainajaa kunnioitetaan

* liputtamalla

* järjestämällä hiljainen hetki

* osallistamalla omaisten toivoessa hautajaisiin

- seurataan opiskelijoiden hyvinvointia
- keskustelut luokissa

4.4. Opiskelijan lähiomaisen kuolema

tiedon saatuaan rehtori neuvottelee kriisiryhmän kanssa

- rehtori tiedottaa opiskelijaa opettavalle opettajalle / kaikille opettajille
- rehtori selvittää saako asiasta kertoa muulle luokalle ± perustelee kertomisen edut
- opettaja ohjaa opiskelijoita kohtaamaan surutyötä tekevän opiskelijan
- rehtori järjestää omaisten muistamisen
- opettaja järjestää opiskelijalle keskustelumahdollisuuden, jos siihen on lupa

opettaja seuraa opiskelijan psyykkistä hyvinvointia

4.5. Itsemurhan uhka

Puhu opiskelijan kanssa:

- älä jätä yksin
- tarjoudu pohtimaan yhdessä ongelmaa, älä yritä ratkaista sitä
- ongelma, jonka vuoksi opiskelija on valmis tekemään itsemurhan, ei voi olla hetkessä ratkaistavissa

Kuuntele, älä tuomitse, älä vähättele.

Ota yhteys kotiin.

Kokoa kriisi- ja opiskeluhoitoryhmä toimimaan.

4.6. Itsemurha

Itsemurha koskettaa aina koko yhteisöä. Rehtori sopii omaisten kanssa miten toimitaan. Jälkipuinti on erittäin tärkeää, koska itsemurha nostattaa esiin esim. voimakasta syyllisyyttä.

- rehtori tiedottaa kriisiryhmälle
- rehtori tiedottaa henkilökunnalle
- opettaja tiedottaa opiskelijoille, jos perheeltä on saatu lupa kertoa tosiasiat, jotta perättömät huhut estettäisiin
- tarvittaessa voidaan järjestää vanhempainilta edellyttäen, että on saatu kertoa tapahtuneesta
- järjestetään jälkipuinti henkilökunnalle
- järjestetään erityinen tuki ja seuranta silminnäkijöille ja lähimmille ystäville
- luokissa keskustellaan opettajan johdolla tapahtuneesta (jos on lupa)
- opiskelijoiden vointia seurataan
- kriisiryhmä sopii muistamisesta

4.7 Vakava sairaus, vamma tai poikkeavuus

- pyritään saamaan lupa kertoa lukion opiskelijoille ja muulle henkilökunnalle (+ opiskelijoiden vanhemmille); perustele kertomisen edut (huhut, epätietoisuus)
- sovi huoltajien kanssa, mitä kerrotaan opiskelijoille
- opiskelijan omaa mielipidettä on kunnioitettava
- opettaja järjestää tilaisuuden sairauden, vamman tai poikkeavuuden käsittelyyn luokassa ja / tai vanhempainillassa
- vanhemmat ja / tai terveydenhoitaja antavat toimintaohjeet sairauskohtauksen varalta (kts. ensiapuohjeet)
- opettaja herättää luokkatovereiden empatian
- sairaudesta ei vaieta vaan siitä pyritään keskustelemaan avoimesti ja luontevasti

4.8. Onnettomuus tai sen uhka koulun ulkopuolella

- rehtori ottaa selville tosiasiat
- informoi muun henkilökunnan
- keskustelu luokissa
- * tietoa kotiin tapahtuneesta ja mahdollisista reaktioista

4.9 Opiskelijan seksuaalinen hyväksikäyttö

- opiskeluhuoltoryhmä tai kriisiryhmä kokoontuu tiedon saatuaan
- epäillylle hyväksikäyttäjälle asian käsittelystä ei anneta tietoa

4.10 Kun huoltajat kieltävät puhumasta

Itsemurhan tehneen nuoren vanhemmat saattavat kieltää koulua puhumasta itsemurhasta, kuolemasta, sairaudesta, vammasta tms. Koulun tulisi pyrkiä yhteistyöhön vanhempien kanssa ja kertoa miksi asian käsittely on tärkeää. Vanhemmille kannattaa korostaa sitä, ettei tarkoitus ole käsitellä perheen yksityisasiota vaan tukea nuoria selviytymään. Asian käsittelyn päätavoitteena on kertoa opiskelijoille myönteisistä ratkaisumalleista elämän vaikeissa tilanteissa. Vanhemmille voi todeta, että nuoret joka tapauksessa tietävät usein tapahtuneesta ja pohtivat sitä keskenään. On parempi, että he saavat asiallista tietoa kuin että huhut vääristävät tapahtuneen.

5. ARVIOINTI KRIISITILANTEEN JÄLKEEN

- henkilökunta arvioi kriisir ryhmän kanssa, miten tilanne hoidettiin
- konsultoidaan mahdollisesti mukana olleita esim. ensilinjan ihmisiä ja vanhempia
- tehdään tarvittavat muutokset kriisivalmiussuunnitelmaan

6. TIETOA NUOREN KRIISISTÄ

6.1. Mikä on kriisi

Kriisistä puhutaan yleensä silloin, kun ihminen on joutunut elämäntilanteeseen, jossa hänen aikaisemmat kokemuksensa ja keinonsa eivät riitä uuden tilanteen ymmärtämiseen ja sen psyykkiseen hallitsemiseen.

- Kriisit voidaan jakaa kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin. Normaaleja kehitykseen ja kasvuun kuuluvia kriisejä voivat aiheuttaa esimerkiksi murrosikä, kotoa pois muuttaminen, naimisiin meno ja ensimmäisen lapsen saaminen. Suurin osa ihmisistä selviää näistä tapahtumista omin avuin, vaikka selviytyminen saattaa joskus vaatia suuria ponnisteluja.
- Traumaattiset kriisit aiheutuvat äkillisestä, odottamattomasta ja epätavallisen voimakkaasta tapahtumasta, joka tuottaisi kenelle tahansa huomattavaa kärsimystä. Traumaattinen kriisi jakaa elämän kahtia - on elämä ennen sitä ja elämä sen jälkeen. Traumalla tarkoitetaan paitsi varsinaista traumaattista tapahtumaa, myös tapahtuman vammauttavaa vaikutusta ihmisen psyykeen. Trauma voi syntyä myös pitkän ajan kuluessa koettujen vaurioittavien kokemusten seurauksena (esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö tai perheväkivalta).

6.2 Traumatisoivia tilanteita

Trauman voi aiheuttaa

a) yksittäinen tapaus:

- onnettomuus
- katastrofi
- äkillinen kuolema
- väkivalta, väkivallanteko
- muu traumaattinen tapahtuma
- " vähältä piti" tilanteet

b) kasautuvat tapahtumat

- seksuaalinen hyväksikäyttö
- toistuva pahoinpitely
- sota
- avioero
- kiusaaminen
- poikkeavuus
- perheen mielenterveysongelmat + alkoholismi
- sairaus

c) nuori elää traumaattisissa oloissa kehitysvuosinaan

6.3. Traumaattisen kriisin vaiheet

Jokainen kriisitilanne on ainutlaatuinen henkilökohtainen kokemus. Kriisin psyykkisissä reaktioissa voidaan kuitenkin erottaa erilaisia vaiheita, joilla on yhteisiä piirteitä kriisin aiheuttajasta ja kokijasta riippumatta. On tärkeä tiedostaa, että kriisireaktiot ovat normaaleja reaktioita ylivoimaisiin tilanteisiin.

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 saattaa kestää muutamista hetkistä muutamaan vuorokauteen. Tällöin ihminen

- ei kykene käsittämään tapahtunutta, jopa kieltää sen
- käyttäytyy poikkeavasti tai tilanteeseen sopimattomasti (tyynen rauhallisesti sisäisestä kaaoksesta huolimatta tai raivoisesti, jopa sekavasti)
- ei ehkä jälkeenpäin muista tämän vaiheen tapahtumia (ei myöskään annettuja ohjeita)

2. Reaktiovaihe voi olla muutaman viikon tai muutaman kuukauden mittainen. Reaktiovaiheessa

- ihminen yrittää saada käsitystä tapahtuneesta: miksi ja miten kaikki tapahtui
- henkiset puolustuskeinot alkavat toimia paremmin, tapahtuman kieltäminen vähenee
- ihmisellä voi olla mm.
 - * erilaisia ruumiillisia oireita
 - * ahdistuneisuutta, joskus kohtauksia
 - * masennusoireita; itkuisuus, vetäytyminen
- syllisyudentunteet, ruokahaluttomuus, univaikeudet
- * vihamielisyyttä, mm. toisten syyllistämistä
- * tunteiden peittämistä, näennäistä tilanteen hallinta

3. Käsittelyvaihe kestää muutamista kuukausista vuoteen. Tällöin

- tapahtumat hyväksytään
- siihen ja menneeseen elämäntilanteeseen keskittyminen vähenee
- oireet ja tuntemukset vähenevät

Toipumisen edetessä psyykkiset ja fyysiset oireet poistuvat ja mieliala korjaantuu. Kriisireaktio voi kuitenkin tässä vaiheessa myös lukkiintua ja muuttua psyykkiseksi häiriöksi (posttraumaattinen stressihäiriö) ja tällöin tarvitaan ammattiauttajan apua.

4. Uudelleen suuntautumisen vaiheessa tapahtuu lopullinen toipuminen. Ihminen on kyennyt käsittelemään tapahtuneen siten, että se ei enää rajoita elämää. Kukaan ei ole kriisin jälkeen ennallaan, mutta parhaassa tapauksessa ihminen on vahvempi ja paremmin valmistautunut kohtaamaan vastoinkäymisiä.

Oheinen kuvio havainnollistaa surutyön ja traumatyön eroja. Traumatyön jälkeen ihmisen on vielä käytävä läpi normaalin surutyön vaiheet ennen kuin lopullinen toipuminen ja eheytyminen saavutetaan.

<p>Traumatyö</p> <ul style="list-style-type: none"> - ahdistavia muistikuvia tapahtuneesta - tapahtumasta muistuttavien tilanteidenvälitteleminen - vaikeus puhua tapahtuneesta - unet painajaismaisia - masennuksen, pelon, ahdistuksen tunteet 	<p>Surutyö</p> <ul style="list-style-type: none"> + eläviä muistikuvia menetetyistä henkilöistä + lohduttavien muistojen hakeminen + halu puhua menetetyistä henkilöistä + lohduttavien unien näkeminen + surun, kaipauksen, masennuksen tunteet
---	---

6.4. Posttraumaattinen stressihäiriö

Traumaattisen tapahtuman jälkeen kehittyvien vaivojen ja oireiden muodostumasta käytetään psykiatrisessa diagnostiikkaluokituksessa DSM - IV termiä posttraumaattinen stressihäiriö (Post-traumatic stress disorder, PTSD). Posttraumaattisesta stressihäiriöstä käytetään myös termiä traumaperäinen stressireaktio.

Posttraumaattisen stressihäiriön diagnostiset kriteerit

A. Henkilö, joka on kohdannut traumaattisen tapahtuman, jossa:

hän joko, todisti tai joutui tekemisiin tapahtuman tai useiden tapahtumien kanssa, joihin liittyi todellinen tai uhkaava kuoleman tai vakavan loukkaantumisen vaara tai uhka oman itsen tai muiden fyysistä koskemattomuutta kohtaan reaktioon liittyi pelkoa, avuttomuuden tunnetta tai kauhua. Huom. Nuorilla se voi ilmetä sekavana tai levottomana käyttäytymisenä.

B. Traumaattinen tapahtuma koetaan jatkuvasti uudelleen vähintään yhdellä seuraavista tavoista:

toistuvia ja tungettelevia kärsimystä tuottavan tapahtuman mieleen palautumista(kuvia, ajatuksia tai havaintoja). Toimiminen tai tunteminen ikään kuin traumaattinen tapahtuma toistuisi (kokemuksen uudelleen eläminen, mielikuvat, hallusinaatiot, takautumat). Henkilö kokee voimakasta psyykkistä ahdistuneisuutta tai kärsimystä joutuessaan kohtaamaan traumaattista tilannetta tai sen aihepiiriä symboloivia tai muistuttavia tilanteita Fysiologinen reagointi jouduttaessa kohtaamaan traumaattista tapahtumaa symboloivia tai muistuttavia sisäisiä tai ulkoisia tekijöitä.

C. Itsepintainen traumaan liittyvien ärsykkeiden välttäminen tai reagoitiherkkyuden turtuminen (jota ei ole esiintynyt ennen traumaata), josta on osoituksena vähintään kolme seuraavista:

- pyrkimys välttää traumaan liittyviä ajatuksia, jotka palauttavat mieleen traumaan liittyviä muistoja
- kyvyttömyys palauttaa mieleen traumaan liittyviä tärkeitä tekijöitä
- merkittävästi vähentynyt kiinnostus tai osallistuminen tärkeisiin toimintoihin
- ulkopuolisuuden tai toisista vieraantumisen tunne

- tunneilmaisujen rajoittuneisuus (esim. kyvyttömyys tuntea rakkautta)
- tunne tulevaisuuden lyhentymisestä (esim. ei odota menestyvänsä ammatillisesti, menevänsä naimisiin, saavansa lapsia tai elävänsä vanhaksi)

D. Itsepintaisia vireystason oireita (eivät olleet todettavissa ennen traumaa), joista on osoituksena vähintään kaksi seuraavista:

- nukahtamis- tai nukkumisvaiheet
- ärtyneisyys tai vihanpurkaukset
- keskittymisvaikeudet
- liiallinen varuillaanolo
- liiallinen pelokkuus

E. Häiriön kesto (kriteerien B, C, ja D mukaisia oireita) yli kuukauden

F. Häiriö aiheuttaa kliinisesti merkittävää epämukavuutta tai heikentymistä sosiaalisessa, ammatillisessa tai muussa tärkeässä toiminnassa.

Stressihäiriö on

- akuutti, jos oireet ovat kestäneet alle kolme kuukautta
- krooninen, jos oireet ovat kestäneet kolme kuukautta tai kauemmin
- viivästynyt, jos oireet alkavat yli kuukauden kuluttua tapahtuneesta

On tärkeää huomata, että edellä kuvatut reaktiot ovat normaaleja tapahtuman jälkeisinä viikkoina. Posttraumaattinen stressihäiriö on kyseessä vasta, kun stressireaktiot ovat jatkuneet yli kuukauden.

7. TIETOA NUOREN TUKEMISESTA SURUSSA

7.1 Kuolemasta kertominen nuorelle

- sanoman pitäisi tulla luotetulta henkilöltä
- varmista, että tieto on oikea
- varmista sopiva, häiriötön paikka uutisen kertomiseen
- kerro asia avoimesti ja selvästi, mutta riittävästi henkisesti siihen valmistuneena
- älä siirrä asian kertomista
- varaa aikaa nuoren kanssa olemiseen
- vältä sellaisia kliseitä kuin "kaikki tulee hyväksi"
- saata nuori kotiin tai sinne, missä perhe on
- kerro luokan muille nuorille ja läheisille ystäville vanhempien luvalla

7.2 Muistaminen koulussa

Opiskelijan tai opettajan kuolema huomioidaan esim. muistohetkellä, johon voi sisältyä esim.

- hiljainen hetki
- rehtorin muistosanat
- ikäluokkaohjaajan tai opettajan puhe
- sopiva runo
- papin puhe
- laulua, musiikkiesityksiä

Jos kuolemasta ilmoitetaan koulupäivän aikana, opiskelijat laskevat lipun puolitankoon.

7.3 Muistaminen luokassa

Nuoret otetaan mukaan päättämään, miten muistetaan. Näin kanavoidaan nuorten energia ja luovuus ilmaisemaan surua konkreettisesti. Symboliset eleet saattavat auttaa opiskelijaa jäsentämään ajatuksia ja tunteita, kun hän saa muuttaa ne toiminnaksi käsittämättömästä tulee konkreettinen.

- kynttilä ja / tai kuva, kukka, liina vainajan pulpetilla
- istutetaan puu kuolleen muistoksi
- nuoret muistelevat opiskelijatoveriaan; muistokirjoitus, runo tms. joka toimitetaan vainajan omaisille

7.4 Keskustelu luokassa

Opettajan oman jälkipuinnin pitäisi olla kunnossa ennen kuin hän järjestää keskustelua luokassa. On hyvä noudattaa periaatetta, että asiantuntija auttaa opettajaa, opettaja luokkaa. Jos opettaja ei kuitenkaan pysty asiaa käsittelemään luokassa, neuvotellaan, kuka sen tekee.

Keskustelun kulku:

A. Aloitusvaihe

Ohjaaja kertoo mitä tulee tapahtumaan, perustelee miksi, ja selvittää menettelytavan. Keskustellaan, koska tapahtumisen aiheuttamista reaktioista puhuminen on tärkeää.

B. Säännöt

Ei puhuta ulkopuolisille, ei juoruilla toisten puhumisia, mutta omista asioistaan saa puhua. Jokainen kertoo, miten ja keneltä sai tiedon; ei muuta puhepakkoa. Taukoja ei pidetä. Kaikki ovat paikalla loppuun saakka.

C. Faktat

Opiskelijat kertovat, miten, keneltä ja missä saivat tietonsa. Opettaja kertoo tosiasiat: tapahtumien kulku ja mahdolliset syyt. Mukana voi olla asiantuntija: poliisi, paikalla ollut ensihoitaja tai joku muu.

D. Ajatusvaihe

- Mikä oli ensimmäinen ajatus?
- Mikä tuntui pahimmalta?
- Ajatteliko joku muu samoin?
- Mitkä ajatukset ovat jääneet mieleen?

E. Reaktiovaihe

- Mitä tunsit (pelkoa, raivoa, sääliä)
- Mitä teit, looginen aikajärjestys tapahtumien kulusta
- Reagoiko joku muu samoin?
- Autetaan löytämään samanlaisia tuntemuksia kuin muilla

F. Informaatio

- Kerätään yhteen reaktioita
- Opettaja kertoo odotettavissa olevia reagoititapoja
- Opettaja antaa neuvoja (kts. 7.5)

G. Yhteenveto ja päätös

Käydään läpi arjen järjestelyt, töihin palaaminen

Suunnitellaan myöhempiä tapahtumia (esim. hautajaiset tai keskustelutilaisuus)

Osallistuminen hautajaisiin edellyttää:

- valmistelua ± nuoren tulee tietää, mikä odottaa
- aikuinen saattaja, omainen koko ajan mukana
- jälkipuintiin mahdollisuus; keskustelu hautajaisista

7.5 Opettajan neuvoja

Opettaja voi neuvoa opiskelijaa:

- puhumaan vanhempien kanssa tapahtuneesta
- puhumaan ystävien kanssa
- hankkimaan lisää tietoa tapahtuneesta
- kirjoittamaan runoja, päiväkirjaa...
- kuuntelemaan musiikkia
- käymään tapahtumapaikalla / haudalla
- tekemään jotain yhdessä, esim. surevan perheen hyväksi

7.6 Surevan nuoren kohtaaminen

- keskustele avoimesti ja kunnioittavasti
- ota huomioon keskustelukumppanin ikä
- vältä abstrakteja selityksiä
- jos nuori on käsittänyt tai ymmärtänyt asioita väärin, oikaise ne
- älä kuvaa kuolemaa sanoilla "matka" tai "uni", koska nuori silloin voi odottaa kuolleen palaavaksi tai heräävän tai pelätä nukahtamista
- varaa aikaa ongelman käsittelyyn
- suhtaudu myönteisesti kysymyksiin ja keskusteluun
- valmistaudu siihen, että keskustelu saattaa olla lyhyt
- katsellaan valokuvia, albumeja ym.
- käykää hautausmaalla
- tee menetyksestä todellinen
- näytä omat tunteesi
- anna nuorten osallistua hautajaisiin
- vaali vainajan muistoa
- rohkaise tunteiden käsittelyä
- jatka normaalia yhteydenpitoa kotiin
- toimi niin, mikäli mahdollista, ettei nuorelle tulisi lisää erokokemuksia
- puhu nuorten kanssa heidän mahdollisista syillisyydentunteistaan

7.7 Nuorten ja vanhempien käyttäytyminen surussa

Nuoret usein:

- tukevat ja lohduttavat vanhempia aktiivisesti
- varttuvat liian nopeasti, s.o. ottavat vanhemman roolin, huolehtivat nuoremmista sisaruksista
- arvailevat mitä tapahtui

•

Vanhemmat usein:

- aliarvioivat sen, mitä nuoret ymmärtävät
- aliarvioivat nuorten reaktioiden syvyyden ja keston
- laiminlyövät tosiasioiden kertomisen
- ovat omien reaktioidensa vallassa, joten heidän emotionaalinen sensitiivisyytensä nuorten tarpeille on vähentynyt
- tulevat ylisuojeleviksi tai laiminlyövät nuoria
- kokevat vaikeuksia sääntöjen ja kurin ylläpitämisessä
- osoittavat lisääntyntä ärtyvyyttä ja jännittyneisyyttä

!

8. TIETOA ONGELMIEN TUNNISTAMISEKSI**8.1 Masentuneen tunnistaminen**

- univaikeudet, ei nuku tarpeeksi tai on koko ajan unelias
- syömisvaikeudet, ei syö tarpeeksi tai syö suruunsa
- voimattomuus, olen ihan poikki, en jaksa enää
- apatia, vetäytyminen: harrastukset, ystävät yms. eivät enää kiinnosta
- vihamielisyys: voimakasta kiukuttelua, äksyilyä
- keskittymisvaikeudet, ylivilkkaus
- itseinho, olen ruma, ei minusta pidetä
- itkuisuus, surullisuus hallitsevaa
- tuomiopäivän tunteet: puhuvat, ajattelevat, kirjoittavat kuolemasta

8.2 Itsemurhauhkan tunnistaminen

Masennuksella on merkittävä yhteys itsemurhiin. Pitkään jatkuneen masennuksen ja mahdollisesti itsemurhaan liittyvien puheiden pitäisi herättää näkemään, onko merkkejä itsemurhavaarasta. Muita merkkejä:

- aiempi itsemurhayritys
- itsemurhasta puhuminen tai sillä uhkaaminen
- itsemurhan suunnittelu ja tavaroiden pois lahjoittaminen
- kuoleman jatkuva ajatteleva
- itsemurhan tehneen tunteminen
- samaistuminen johonkin, joka on tehnyt itsemurhan ja käytöksen muuttaminen samaan suuntaan,
- mahdollinen trauma itsemurhan näkemisestä ja syyllisyyden tunteminen
- väkivaltaisesti kuollut sukulainen
- äskettäin koettu tärkeä menetys: läheisen lähtö, riita, seurustelusuhteen päättyminen tai itsetunnon menetys epäonnistumisen tai hylkäämisen seurauksena
- alkoholin tai muun huumeen väärinkäyttö
- impulsiivinen tai väkivaltainen käytös
- ei voimia lähestyä ongelmia, ei ulospääsytietä, ongelmien ratkaisutilaisuuksien torjunta, vakuuttuneisuus siitä, että kuolema on ainoa vaihtoehto
- ylikorostuneet vaatimukset, joista seuraa liikakriittisyys omaa itseään kohtaan

8.3 Päihteiden väärinkäytön tunnusmerkkejä

Huumeiden käyttäjien tuntomerkkejä ovat mm..

- nuoren kaveripiiri vaihtuu
- nuoren rahantarve kasvaa; näpistely, ilkivalta, kauppaaminen lisääntyy
- koulumenestys laskee
- poissaolot lisääntyvät, aamu- tai maanantai -poissaoloja
- epärealistisia puheita, tarinoita, valehtelua
- luonteessa muutoksia
- esiintyy pelkotiiloja, ahdistuneisuutta, levottomuutta
- erilaisia fyysisiä merkkejä, riippuu käytetystä aineesta esim. laajentuneet silmäterät, verestävät silmänvalkuaiset, vapina, hikoilu, laihtuminen / lihominen, uneliaisuus,
- tokkuraisuus
- haju, tietyille aineille ominainen esim. tinneri, kannabis
- esineet: piippu, veitset, aineenpalaset
- ulkonäkö / olemus muuttuu
- välinpitämättömyys yhteiskunnan normeja kohtaan
- arvomaailman muuttuminen, kunnianhimon väheneminen
- ihmissuhteiden heikkeneminen
- keskittymisvaikeudet, unihäiriöt
- huonontunut pettymysten sietokyky
- epäsiisteys, ulkonäön muutos, välinpitämättömyys omasta ulkonäöstä

Esineistöä ja sanastoa, jotka voivat viitata huumeiden käyttöön:

Hasis:

- tinapaperitupakat "hätäset"
- paukkutupakat
- piiput, "kabunit", ja "silumit"
- vaa'at, veitset
- elmukelmu

Amfetamiini, heroini:

- partakoneen/mattoveitsen terät
- filtlerinpuolikkaat
- taitetut ja/tai pohjastaan tummuneet lusikat
- ruiskut, neulat
- laktoosi, tomusokeri, askorbiini- ja sitruunahappo, vichy
- minigrip-pussit
- teipit

Kokaiini:

- rullatut setelit, "sniffit"
- peilit ja terät
- pikkurasiat ja -lusikat

9. KOULUKIUSAAMINEN

Kiusaaminen on systemaattista vallan ja voiman väärinkäyttöä. Sillä tarkoitetaan yhteen ja samaan opiskelijaan toistuvasti kohdistuvaa vihamielistä käyttäytymistä. Kiusaamiselle on ominaista myös epätasaväkisyys: kiusaaja on jollain lailla kiusattua vahvempi. Voimasuhteiden ero voi perustua ikään, fyysisiin ominaisuuksiin, asemaan ryhmässä, tukijoukkoihin tai johonkin muihin ominaisuuksiin tai resursseihin. Koulukiusaamisen erottaa muusta aggressiivisesta käyttäytymisestä se, että osapuolten roolijako ja keskinäiset voimasuhteet ovat selkeät; toinen on alistettu ja toinen nöyryyttäjä. Lukiossa ei hyväksytä kiusaamista ja siihen puututaan välittömästi.

KIUSAAMISEEN PUUTTUMINEN

1. Vaihe

1. Se aikuinen, joka näkee tai kuulee puuttuu heti tilanteeseen
2. Asia saatetaan heti opettajan tietoon; hän hoitaa selvittelyn heti, jos opiskelijoita on useammalta ikäluokalta, ikäluokkien ohjaajat yhdessä selvittävät tilanteen.

Esimerkki käsittelyn kulusta jäljempänä.

3. Opettaja ottaa kiusaamisesta aina yhteyttä kotiin.
4. Kirjoitetaan kaikesta muistio, johon kirjataan myös kaikki toimet, jotka toteutetaan kiusaamistapauksessa.

2. Vaihe (mikäli kiusaaminen jatkuu)

1. Asiaa käsitellään uudelleen ja nyt mukana ovat kiusaaja/t, kiusattu, opettaja/t ja rehtori
- mukaan voidaan ottaa tarpeen mukaan muita opiskelijoita tai opiskelijaryhmiä
2. Rehtori ottaa yhteyttä koteihin

3. Vaihe (mikäli kiusaaminen jatkuu)

1. Asiaa käsitellään uudelleen ja nyt mukana ovat edellisen vaiheen osallistujien lisäksi huoltajat.

4. Vaihe (mikäli kiusaaminen jatkuu)

1. Asiaa käsittelemään kootaan opiskeluhuoltoryhmä.

Esimerkki kiusaamisen käsittelystä:

1. Kuunnellaan kiusattua
- päästään selville mitä on tapahtunut ja ketä jutussa on mukana
2. Kuunnellaan kiusaajaa/kiusaajia
- saadaan selville kiusaajan näkemys asiasta
3. Keskustellaan yhdessä kiusatun ja kiusaajan/kiusaajien kanssa
- molempien kertomukset käydään läpi yhdessä, opettaja huolehtii keskustelun kulusta
- käydään keskustelu, jonka yhteydessä mm. vedotaan kiusaajaa eläytymään uhrin osaan

- molempia osapuolia autetaan ”säilyttämään kasvonsa”

4. Etsitään yhdessä ratkaisu

- ”miten edetään, että kiusaaminen loppuu”

-kiusaaja itsekin voi ehdottaa ratkaisua, mutta opettaja huolehtii viimekädessä, että ratkaisu on oikeudenmukainen ja kohtuullinen

5. Käsitellään se, mitä opiskelijat aikovat kertoa tilanteesta kavereilleen

- tällä pyritään sekä madaltamaan luokkaan tai kavereiden luo menoa ja toisaalta estetään tilanteen vähättely muille

6. Kerrataan päätökset ja sopimukset

-opettaja kertoo ja varmistaa, että kaikki ovat asioista yhtä mieltä ja ovat ymmärtäneet asian
-opettaja kertoo, että asiasta ilmoitetaan kotiin

7. Sovitaan seurannasta

- kaikkien osapuolten kesken sovitaan, että kokoonnutaan yhteen esim. 3 päivän päästä ja tarkastetaan tilanne

10. OLE HYVÄ KUUNTELJA

Usein hiljaisuus voi olla paras lahja - kuuntele vain. Ole aktiivinen kuuntelija - silloin toiselle tulee olo, että välität ja voit hyvin kuunnella hänen tarinansa.

Kysymysten tekeminen on osa aktiivista kuuntelua. Kysymyksillä saa lisätietoa. Varo syyttämistä. Älä esim. kysy "Miksi et tehnyt kotitehtäviäsi tällä viikolla?". Voit osoittaa huolesi kysymällä esim. "Olen huomannut, että olet viime aikoina vaikuttanut väsyneeltä. Vaivaako jokin asia sinua?"

.Kolmas osa aktiivista kuuntelua on osoittaa välittämistä. Nuoren tarvitsee kuulla "Minä välitän sinusta, sinä olet minulle tärkeä." Minä en kestäisi, jos sinulle tapahtuisi jotain" .Kun olet aloittanut keskustelun kuuntelemalla, voit myös puhua. Kerro huomioistasi. Kysy mistä on kyse, mitä nuori tuntee ja ajattelee. Kysy mitä ratkaisuja hän on miettinyt.

Jos epäilet itsemurhavaaraa, kysy suoraan onko nuori ajatellut itsemurhaa. Kysyminen ei aiheuta itsemurhaa ! Ei AIDS: sta puhuminenkaan johda siihen, että nuori lähtee hakemaan tartuntaa.

Päinvastoin antamalla nuoren puhua siitä mikä on jo hänen mielessään voi olla ensimmäinen ja isoin askel kohti ongelmanratkaisua. Se voi vapauttaa hänet kertomaan kauhean salaisuutensa. Salaisuuden, joka vahvistaa hänen käsitystään siitä, että hän on hullu tai ei-hyväksyty.

11. TÄRKEITÄ PUHELINNUMEROITA

YLEINEN HÄTÄNUMERO, MYÖS POLIISI 112

PIELAVEDEN TERVEYSASEMA:

Ilmoittautuminen / neuvonta	017 171 032, ma–pe klo 8–14
Päivystys/Akuuttivastaanotto	017 171 030, arkisin klo 8–20 ja viikonloppuisin klo 8–18
Kouluterveydenhoitaja Ulla Hintsanen	044-7171046 (soittoaika klo 8-9), ulla.hintsanen@kuh.fi

Lukio:

Rehtori Miika Kräkin	040-4894197
Kanslisti Seija Poikonen	040-4894187

Kuraattori Hanna Lappalainen	040-4894164
------------------------------	-------------

MYRKYTYSTIETOKESKUS	09 471 977 (avoinna 24 t / vrk)
---------------------	---------------------------------

TAKSI	017-861207
-------	------------

PIELAVEDEN SEURAKUNTA kirkkoherra	040 0914 006, pielaveden.seurakunta@evl.fi
-----------------------------------	--

PERHE- JA MIELENTERVEYSKESKUS ALLIANSSI (Iisalmi)	(017) 272 3660/ 272 3651
---	--------------------------

Lasten ja nuorten puhelin	116 111
---------------------------	---------

Ensi- ja turvakoti	050 371 4208 / Avopalveluohjaaja Erja Heiskanen
--------------------	---

AA-auttava puhelin	040- 84 84 000 (Koko maa, ma-su klo 16:00-22:00)
--------------------	--

Irti Huumeista r.y.	010 80 4550
---------------------	-------------