

---

**Kriisityön ja ensiavun toimintaohjekortit**  
**Kiipulan ammattiopisto**



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Sosiaalialan koulutusohjelma

Hämeenlinna, Lahdensivu, Kevät 2016

Sanna-Maija Hahto

---

HÄMEENLINNA, LAHDENSIVU  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosiaalipedagoginen sosiaalityö

---

<b>Tekijä</b>	Sanna-Maija Hahto	<b>Vuosi</b> 2016
<b>Työn nimi</b>	Kriisityön ja ensiavun toimintaohjekortit Kiipulan ammattiopistoon	

---

## TIIVISTELMÄ

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen. Opinnäytetyönä on valmistettu toimintaohjekortit Kiipulan ammattiopistoon. Aiheina ovat kriisityö sekä ensiapu. Korttien suunnittelu ja toteutus on tehty tiiviissä yhteistyössä työelämän edustajan ja tilaajan eli Kiipulan ammattiopiston kanssa.

Toimintaohjekorttien tavoite on ollut lisätä Kiipulan henkilökunnan ammattitaitoa ja valmiutta työskennellä erilaisissa kriisitilanteissa sekä vahvistaa ensiaputaitoja. Korttien teossa on otettu huomioon kriisityön teoria ja ensiapuohjeet ovat koottu ajankohtaisen ensiavun teorian perusteella.

Toimintaohjekortit tullaan jakamaan jokaiseen Kiipulan toimipisteeseen. Niiden käyttöönotto tapahtuu henkilökunnalle perehdytyksen yhteydessä.

**Avainsanat** kriisityö, ensiapu, toimintaohjekortit

**Sivut** 13 s. + liitteet 24 s.

HÄMEENLINNA, LAHDENSIVU  
Degree Programme in Social Services  
Social Pedagogical Social Work

---

<b>Author</b>	Sanna-Maija Hahto	<b>Year</b> 2016
<b>Subject of Bachelor's thesis</b>	Crisis management and first aid Code of Conduct for Kiipula vocational school	

---

ABSTRACT

This practice-based Bachelor's thesis consisted of compiling a code of conduct for crisis work and first aid in Kiipula vocational school. The planning and implementation of the instruction pamphlets was conducted in close cooperation with Kiipula.

The aim of the designed instruction pamphlets is to increase the professional skills and readiness of Kiipula staff to work in various crisis situations as well as to improve their first aid skills. Current theories of crisis intervention and first aid were taken into account when designing the pamphlets and compiling the first aid guidelines.

The instruction pamphlets shall be distributed to every unit of the Kiipula Foundation and they will be introduced to the staff.

**Keywords** crisis intervention, first aid, instruction pamphlet

**Pages** 13 p. + appendices 24 p.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	TEOREETTINEN VIITEKEHYS.....	2
2.1	Aikaisemmat tutkimukset ja kriisityön suunnitelmat.....	2
3	”TYÖVALTAISESTI ITSENSÄ KOKOISEEN AMMATTIIN” KIIPULAN ERITYISAMMATTIKOULU.....	3
3.1	Kiipulan turvallisuus.....	3
3.2	Ohjaajan toimenkuva.....	4
3.3	Opiskelijat.....	5
3.3.1	Ympäristö.....	5
4	KRIISITYÖN PERUSTEET.....	6
5	ENSIAVUN PERUSTEET.....	7
6	KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS.....	8
6.1	Toimintaohjekortit.....	9
7	ARVIOINTI.....	9
7.1	Eettisyys ja luotettavuus.....	10
	LÄHTEET.....	11

Liite 1	Hätäensiapuohjeet
Liite 2	Nyrjähdykset
Liite 3	Murtumat
Liite 4	Nenäverenvuoto
Liite 5	Haavat
Liite 6	Sokki
Liite 7	Kouristelu
Liite 8	Diabeetikon heikotus
Liite 9	Kylkiasennolla turvataan lapsen hengitys
Liite 10	Vakava onnettomuus tai sen uhka
Liite 11	Opiskelijan kuolema
Liite 12	Väkivaltatilanteet – ja uhkailut
Liite 13	Toiminta väkivaltatilanteessa
Liite 14	Vakava väkivalta tai sen uhka
Liite 15	Aseistettu hyökkäystilanne koulussa
Liite 16	Puhelimitse tuleva uhkaussoitto
Liite 17	Opiskelijan itsemurhavaara
Liite 18	Itsemurha
Liite 19	Mielenterveysongelmat - masennus
Liite 20	Psyykoottinen käytös
Liite 21	Koulukiusaaminen
Liite 22	Päihteiden väärinkäyttö
Liite 23	Lastensuojeluilmoitus
Liite 24	Seksuaalinen ahdistelu

## 1 JOHDANTO

Työn tavoitteena on valmistaa työpaikalleni Kiipulan ammattiopistoon kriisityön ja ensiavun toimintaohjekortit. Ne on tarkoitettu henkilökunnan käyttöön. Niissä on käsitelty kriisejä, jotka voivat olla ajankohtaisia ja tarpeellisia ammattiopistossa sekä asumisen ja vapaa-ajan puolella. Ensiapukortteihin on haluttu yleisimpiä ensiavussa tarvittavia tapahtumia ja näihin tietoutta, miten toimia.

Työ on ollut tilaustyö työnantajalta Kiipulan ammattiopiston turvallisuuspäälliköltä Joni Hinkkalalta. Työn tarpeellisuus nousi esille turvallisuusvastaavien sekä turvallisuuspäällikön kanssa käydyistä keskusteluista. Ammattiopistolla on kriisityön ohjeistus, mutta kriisityö sekä ensiapu koettiin niin tärkeäksi, että haluttiin helppolukuisemmat, tiivistetyt kortit.

Kortit haluttiin selkeiksi ja sisältämään vain tiivistetyn asian. Tavoitteena oli laatia helppolukuiset ja selkeät kortit, jotta jokaisen työntekijän olisi helppo ne lukea ja palata tarvittaessa useaan kertaan niihin. Korttien sisältämä teksti haluttiin pitää minimissään, jotta itse asia jäisi lukijalle paremmin mieleen.

Kiipulalla on käytössä pelastussuunnitelma, jonka tavoite on ohjata ja auttaa johtoa ja henkilöstöä oppimaan, millä toimintatavoilla pyritään ennalta ehkäisemään onnettomuuksia ja vahinkoja sekä miten henkilöstö toimii ja pelastautuu vaara- ja onnettomuustilanteissa. Pelastussuunnitelman laadinta perustuu lainsäädäntöön ja on sekä kiinteistön omistajan että toiminnan harjoittajan vastuulla. Pelastussuunnitelma tehdään kullekin toimipaikalle kyseisessä toimipaikassa ja toiminnassa esiintyvät riskit huomioon ottaen.

Vakavimpia tai tavanomaisimpia riskejä ja vaaroja, joihin varaudutaan, ovat muun muassa tulipalon vaara, tapaturmanvaara, sairauskohtaus, väkivallan vaara, murtovarkaus sekä koneiden ja laitteiden käytössä sekä liikumisessa esiintyvät tapaturmat. Toimipaikan pelastussuunnitelmaan tutustutaan muun muassa perehdyttämisen yhteydessä, joka järjestetään säännöllisesti uusille työntekijöille.

Toimintaohjekorteilla halutaan huomioida, että henkilöstölle tarjotaan käyttöön väline työn tekemiseen paremmin. Toimintaohjekortit tullaan sijoittamaan perehdytyskansioon jokaiseen eri toimipaikkaan ja ne käydään läpi työntekijöiden kanssa kokouksissa tai koulutuksissa.

Aihe valikoitui tutkijan oman kiinnostuksen kautta. Tutkija työskentelee Kiipulan ammattiopistossa asumisen ohjaajana ja turvallisuusvastaavana. Tehtäviin kuuluu huolehtia asumisen ja vapaa-ajan turvallisuudesta kiinteistöjen osalta. Lisäksi on huolehdittava, että pohjapiirustukset ovat ajan tasalla, sammutusvälineet ovat käyttökunnossa ja niiden paikat ovat merkittävänä. Myös säännölliset poistumisharjoitukset Kiipulan opiskelijoille sekä opiskelijoiden kouluttaminen turvallisempaan asumiseen kuuluu toimenkuvaan.

Myös toimeksiantajan näkökulmasta työ on ollut tärkeä. Korteille on ollut selkeä tilaus ja niillä pyritään parantamaan henkilöstön kykyä toimia kriisi- ja ensiaputilanteissa. Tämä parantaa osaltaan laadukasta työntekoa.

## 2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Tämä työ on toteutettu projektityön mallia soveltaen. Projekti käsitteenä tarkoittaa selkeisiin tavoitteisiin pyrkivää ja ajallisesti rajattua kertaluonteista tehtäväkokonaisuutta. Toteuttamisesta vastaavat suunnitellusti valitut henkilöt, joilla on käytettävissään selkeästi määritellyt resurssit. Kehitysprojektissa pyritään kestäviin vaikutuksiin. (Silferberg 1999, 10–26.) Tässä työssä tutkija on pyrkinyt vastaamaan työelämästä nousseeseen tarpeeseen rajatuilla resursseilla.

Prosessin vaiheita ovat projektin vaiheistaminen, aiheen valinta, päätös valmistelun aloittamisesta, hankkeen tausta- ja perustietojen kokoaminen, esisuunnitelman laatiminen, päätös varsinaisen projektisuunnittelun aloittamisesta, projektin suunnittelu, suunnitelman arviointi, toteutus päätös ja sopimukset, projektin toteutus sekä sen tulosten arviointi. (Silferberg 1999, 16–25.)

### 2.1 Aikaisemmat tutkimukset ja kriisityön suunnitelmat

Kriisityön toimintasuunnitelma löytyy monesta eri kunnasta sekä koulusta. Olen tutustunut Kirjolan koulun kriisisuunnitelmaan Parikkalasta, Joensuun normaalikoulun kriisisuunnitelmaan, Polvijärven kunnan Kriisityö oppilas-huollossa-teokseen, Tampereen yliopiston normaalikoulun kriisisuunnitelmaan sekä Euran kunnan koulujen kriisisuunnitelmaan. Näistä kaikista töistä ilmenee, että kriisityö on tärkeä asia ja siihen perehdytään ja panostetaan. Töissä kuitenkin oli myös yhteistä, ettei niistä selvinnyt niiden tekijöitä tai niiden valmistumispäivämääriä tai koska niitä on päivitetty tai tarkoitus päivittää.

Oja Pia (2012) käsittelee tutkimuksessaan Sosionomi ja kriisityön osaaminen: kohtaavtko tutkinto ja tarpeet, kuinka hyvin sosionomi tutkinto tunnetaan ja miten siihen suhtaudutaan Suomen Mielenterveysseuran kriisikeskusverkoston kriisityöntekijöiden keskuudessa. Lisäksi hän selvitti myös sosionomin kompetenssien vastaavuutta kriisityössä vaadittavaan osaamiseen vertailemalla sosionomin yleisten kompetenssien vastaavuutta kriisityöntekijöiden osaamisvaatimuksiin. Hänen tutkimuksestaan ilmenee, ettei pelkkä ammattikorkeakoulutus riitä kriisityöntekijänä toimimiseen. Lisäksi tutkimus osoittaa, että sosionomilta vaaditaan sosiaalisen osaaminen ohella erityisesti terapeuttista osaamista. Hänen tutkimuksensa osoittaa, että sosionomin kriisityön- ja terapeuttista osaamista pitäisi lisätä entisestään, jos sosiomien työpanosta halutaan hyödyntää kriisityössä tulevaisuudessa paremmin. (Oja 2012.) Tämä tutkimus todentaa, kuinka tärkeä tehtävä toimintaohjekorteilla on Kiipulan henkilöstön lisäkoulutuksen näkökulmasta sekä niiden tarpeellisuudesta.

Vihola, Minna (2013) käsittelee Hämeen ammattikorkeakouluun tehdyssä lopputyössään kriisejä nuorelle suunnatussa kehittämistyössään, jossa hän valmisti esitteen, jossa kerrotaan koulujen kriisityöstä, nuorten psyykkisestä kehityksestä ja traumaattisesta kriisistä tunnusmerkkeineen ja vaiheineen. (Vihola 2013.) Tämä tutkimus osoittaa kriisityön ja siinä käytetyn teoreettisen viitekehyksen oikeellisuuden.

### 3 ”TYÖVALTAINEN ITSENSÄ KOKOISEEN AMMATTIIN” KIIPULAN ERITYISAMMATTIKOULU

Kiipula on perustettu vuonna 1945. Sen kotipaikka on Janakkala. Vuosittainen liikevaihto on noin 30,4 miljoonaa euroa ja henkilöstöä on 407.

Kiipulan ammattioppilaitoksessa järjestetään koulutusta ja kuntoutusta erityistä tukea tarvitseville nuorille ja aikuisille. Ammattioppilaitoksessa opiskellaan ammattiin työvaltaisesti ja yksilölliset tarpeet huomioiden. Tavoite on opiskella ammattiin, jossa työskentely tuntuu mielekkäältä ja se on omiin taitoihin nähden sopivaa. (Kiipula 2016.)

Ammatillisten opintojen tavoitteina on ammatillinen osaaminen yksilöllisten tavoitteiden mukaisesti. Opiskelijoiden tavoite on työllistyä ammatin alan työtehtäviin, tarvittaessa tuettuna. Ammattiopiston tehtävä on myös tukea aikuisuuteen kasvamista. Koulussa harjoitellaan oman arjen hallinnan tehtäviä ja itsenäistymistä. (Kiipula 2016.)

Kiipulassa järjestetään ammatilliseen peruskoulutukseen sekä työhön ja itsenäiseen elämään valmentavaa koulutusta. Kiipulan arvot ovat mukana arjen työssä. Toimintaa ohjaavat yhteiset arvot on määritelty henkilöstön kanssa toteutetun arvoprosessin pohjalta. Kiipulassa arvostetaan aikaansaavutta, rohkeutta, kumppanuutta, kohtuullisuutta ja ihmisyyttä.

Toimintaohjekortteja suunnitellessa olivat arvot yksi tärkeä osa aiheeseen lähestymistä. Korteilla pyritään lisäämään henkilöstön aikaansaavuuutta ja rohkeutta tarttua kriisitilanteisiin sekä kumppanuutta toimia yhteistyössä vaikeissakin asioissa. Henkilöstön riittävä koulutus ja tiedon kartoittaminen tekevät työn tekemisen kohtuulliseksi. Kouluttaminen antaa työntekijöille lisäarvoa. Kiipulassa työntekijöitä arvostetaan inhimillisinä ihmisinä, joiden ammattitaitoa halutaan ylläpitää.

#### 3.1 Kiipulan turvallisuus

Kiipulan turvallisuuteen on perehdytty ja siihen panostetaan jatkuvasti (Kiipulan Työsuojelun toimintaohjelma 2015-2017). Tämä opinnäytetyö on selkeä esimerkki, miten turvallisuutta pyritään parantamaan ja tuomaan toimintaohjeita kaikkien työntekijöiden tietoisuuteen. Kriisityö ja ensiapu kuuluvat kaikille. Kriisityö voi kuitenkin jäädä monelle kauaiseksi asiaksi. Kriisit ovat asioita, jotka eivät satu omalle kohdalle välttämättä koko työelämän aikana. Toimintaohjekorteilla on haluttu tuoda turvallisuuteen liittyvät asiat kaikkien työntekijöiden tietoisuuteen ja helposti saataville. Korteilla on pyritty kasvattamaan henkilökunnan toimintakykyä kriisitilanteissa sekä ensiaputaidoissa.

Kiipulan turvallisuustavoitteiden saavuttamiseksi kehitetään työympäristöjä turvallisemmiksi ja terveellisemmiksi. Kiipulassa pyritään välttämään tarpeettomien riskien ottamista sekä huolehditaan omasta ja muiden turvallisuudesta. Oppilaitoksessa noudatetaan työsuojelu- ja turvallisuusohjeita. Lisäksi huolehditaan siitä, että sattuneiden tapaturmien ja vaaratilanteiden syyt selvitetään ja korjaavat toimet käynnistetään. Kaikilla työyhteisöön kuuluvilla on vastuu työsuojeluasioista. (Kiipulan Työsuojelun toimintaohjelma 2015-2017.) Työturvallisuuslaki (738/2002) määrittelee työnantajan yleiset velvollisuudet tapaturmien ja terveyshaittojen ehkäisemiseksi sekä määrää työnantajan ja työntekijät yhteistoiminnassa ylläpitämään ja tehostamaan työturvallisuutta työpaikalla.

Kriisityön sekä ensiavun toimintaohjekortit kehittävät työympäristöjä turvallisemmaksi. Niillä tahdotaan työntekijöiden kiinnittävän huomiota omaan toimintaansa ja näin lisäävän turvallisuutta. Työntekijöiden riskien ottamisen toivotaan jäävän pienemmälle ja toiminnan olevan ennalta harjoiteltua.

Kiipulassa on käytössä sähköinen kriisiviestintäväline, jolla saadaan helposti ja nopeasti kaikille työntekijöille tieto onnettomuudesta. Kriisitilanne edellyttää normaalista poikkeavaa, tehostettua johtamista ja viestintää. Kriisitilanteessa ensisijainen toimintavastuu on aina ensiksi läsnä olevalla aikuisella. Kun oppilaitokseen tulee tieto onnettomuudesta, kuolemantapauksesta tai vastaavasta tapahtumasta, on ensimmäisen tiedon vastaanottajan tarkistettava tiedon paikkansapitävyys ja välitettävä tieto rehtorille tai toimipaikkavastaavalle tai rehtorin poissa ollessa hänen sijaiselleen. Ammattioppilaitoksen kriisitilannetta johtaa rehtori, kaupunkitoimipaikoissa toimipaikkavastaava. (Kiipulan Työsuojelun toimintaohjelma 2015-2017.)

Kiipulassa on olemassa kriisiviestinnän prosessisuunnitelma, jonka mukaan onnettomuustilanteissa pyritään toimimaan. Ammattioppilaitoksen rehtori harkitsee tarvitaanko tilanteessa ulkopuolista apua kuten kriisityöryhmää. Kriisiryhmä perehtyy tilanteeseen, keräten lisätietoja asiasta. Se myös päättää työnjaosta asian hoitamiseksi. Rehtori johtaa toimintaa ja vastaa sekä sisäisestä että ulkoisesta tiedottamisesta. Lausuntoja ei anneta ulospäin esimerkiksi medialle ilman rehtorin lupaa.

Opiskelijoiden opetuksesta ja ohjauksesta vastaava tiimi huolehtii omista opiskelijoistaan ja sopii, miten asiaa käsitellään heidän kanssaan. Tarvittaessa käsittelyssä tai sen suunnittelussa hyödynnetään moniammatillista yhteistyötä. Opiskelijoita voidaan tarvittaessa myös ohjata eri terveydenhuollon ammattilaisten vastaanotoille. (Kiipula 2016.)

### 3.2 Ohjaajan toimenkuva

Ohjaajan tehtävä on tukea ja ohjata opiskelijaa opintopolulla itsenäiseen elämään. Kiipulan ammattioppilaitokseen hakeudutaan peruskoulun jälkeen, jolloin se on monelle opiskelijalle ensimmäinen paikka, mihin muutetaan vanhempien luota. Koululla on mahdollista asua opintojen ajan, jos



kotipaikkakunta on kauempana kuin lähikaupungit. Monen opiskelijan arkeen tulee paljon uutta. Julkinen kulkeminen, pois kotoa muuttaminen, uusi kaveripiiri ja uusi paikkakunta voivat olla uusia opeteltavia asioita. Ohjaaja ohjaa opiskelijaa hänen tarvitsemissaan asioissa kuten henkilökohtaisen hygienian hoito, itsenäistymistaidot ja ihmissuhdetaidot. Ohjaajan työhön kuuluu lisäksi verkostoyhteistyö opiskelijan kotipaikkakunnan sekä opetushenkilöstön kanssa. (Kiipulan sisäinen ohjeistus 2012.)

Ohjaajat ovat koulutukseltaan muun muassa lähihoitajia, sairaanhoitajia, mielenterveyshoitajia, sosionomeja sekä yhteisökasvattajia. Ohjaajien koulutuksen moniammatillisuus on ohjaajien vahvuus. Ohjaajilla on kaikilla sosiaalialan koulutus, heillä on koulutuksen puolesta osaamisen perusteet kriisityöhön sekä ensiapuun, mutta oppimista sekä kertaamista tarvitaan jatkuvasti. (Kiipulan sisäinen ohjeistus 2012.) Toimintaohjekortit ovat henkilöstölle apuväline ja tuki päivittäiseen työskentelyyn.

### 3.3 Opiskelijat

Kiipula on erityisammattikoulu. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että kaikilla opiskelijoilla ja oppilaitokseen hakevilla on joku syy tai vamma, minkä takia he tarvitsevat erityistä tukea tai apua opinnoissaan. Opiskelijamäärä, mikä on vuosittain keskimäärin yli 600, ilmenee Kiipulan vuosikertomuksesta. Opiskelijoiden suuri määrä aiheuttaa ohjauksen näkökulmasta omat haasteensa.

Ammatillisessa peruskoulutuksessa, johon kuuluvat perustutkintokoulutus ja valmentavat koulutukset, oli toimintavuonna opiskelijoita keskimäärin 604. (Kiipula vuosikertomus 2014.) Opiskelijoiden ensisijainen tuen tarve liittyi 41 %:lla vaikeaan tai lievään kehityksen viivästymiseen, 19 %:lla kielellisiin tai tarkkaavaisuuteen liittyviin oppimisvaikeuksiin, 13 %:lla psykisiin pitkäaikaissairauksiin ja 12 % kuului autismin kirjoon. Opiskelijoiden keski-ikä oli 20 vuotta ja he tulivat 99 eri kunnasta. Opiskelijoista 56 % asui Kiipulan opiskelijataloissa päätoimipaikassa tai Hämeenlinnassa. (Kiipula vuosikertomus 2014.)

#### 3.3.1 Ympäristö

Ympäristö asettaa kriisityölle ja ensiavulle omat tarpeensa. Oppilaitoksessa Kiipulan päätoimipaikassa etäisyydet joka paikkaan ovat pitkiä. Haasteellista on, että rakenteellisesti ja maantieteellisesti isolle alueelle sijoitetaan toisilleen tuntemattomia opiskelijoita, joilla kaikilla on omat erityistarpeensa. Koulutuskeskus sijaitsee maaseudulla, peltojen ja metsän keskellä Janakkalan kunnassa. Kiipulasta lähimpään kyläkeskukseen, Turenkiin, on matkaa kuusi kilometriä ja lähimpänä kaupunkina Hämeenlinna on 23 kilometrin päässä.

Nämä tärkeät seikat oli huomioitava toimintaohjekorteissa. Pitkät välimatkat on huomioitava tarkoin, kun kriisityön ja ensiavun tarpeen tilanearvioita tehdään. Lisäavun saaminen kestää maantieteellisestä sijainnista johtuen. Ensimmäisenä apuun tullut henkilö on avainasemassa tilanearvioinnissa. Kaikilta työntekijöiltä vaaditaan erityistä valppautta ja kykyä toimia

äkkiä vaihtuvissa tilanteissa. Lisäksi henkilökunnan pitää osata arvioida tilanne ja tilanteen jatkotoimet.

#### 4 KRIISITYÖN PERUSTEET

Kriisin käsitettä käytetään arkikielessä laveasti. Tässä opinnäytetyössä kriisi sanana kuvaa äkillisiä kriisejä, jotka voivat olla yllätyksellisiä, voimakkaita tapahtumia, joka tuottavat vakavaa kärsimystä asianosaisille. Tällaisia Kiipulassa ovat esimerkiksi nuoren itsemurha tai läheisen kuolema.

Kriisitilanteen ollessa äkillinen, kehomme reagoi siihen biologisesti ja kytkee suojautumisenjärjestelmämme päälle. Silloin aivot ja koko fyysinen kehon toiminta muuttuvat eikä toiminta ole silloin enää tiedostettua tai ennalta suunniteltua. Kehon toiminta pyrkii varautumaan tehokkaaseen suojautumiseen. (Palosaari 2006, 26.) Kriisit voivat koskettaa ketä tahansa, mutta työntekijöinä niihin pyritään varautumaan, jotta pystytään toimimaan suojaumisreaktioista huolimatta.

Kriisissä ihminen loukkaantuu henkisesti. Kun usko omasta haavoittumattomuudesta ja turvallisuuden tunteesta murtuu, ote omasta elämästä katoaa hetkellisesti. Hallinnan tunteen menetys voi aiheuttaa pelkoa, avuttomuutta ja häpeää. Kriisit kasvattavat meitä kuitenkin henkisesti, sillä niiden myötä opimme aina jotain uutta, vaikka sillä hetkellä ei tunnukaan siltä. Selviytymisen myötä elämä usein avautuu kokonaan uudella tavalla. (Heiskanen, Jorm, Kitchener & Salonen 2005, 17.)

Salli Saari (2010) luokittelee kriisit kolmeen: Kehityskriiseihin, elämänkriiseihin ja äkillisiin kriiseihin. Kehityskriisit kehittyvät vähitellen ajan kuluessa ja iän karttuessa. Muutos ei ole kovin suuri ja siihen sopeudutaan vähitellen. Elämän kriisit ovat useimmiten seurausta ihmissuhteiden ja työ- ja asuinpaikan muutoksista. Näihin ihmisellä on yleensä käytettävissä aikaa sopeutumiseen. Äkillisiä, järkyttäviä tapahtumia kutsutaan myös traumaattisiksi kriiseiksi. Niille tyypillistä on, että ne tapahtuvat yhtäkkiä ja odottamatta. Niihin sopeutuminen on aloitettava heti.

Kriisit uhkaavat ihmisten keskeisiä elämänarvoja. Ne tekevät ihmisestä haavoittuvaisen. Ne voivat muuttaa maailmankuvaa ja elämänarvoja. Kriisin sattuessa ihmisen reaktiot ovat niin voimakkaita, etteivät ne välttämättä ole hallittavissa. (Saari 2010.)

Eija Palosaari (2006, 42) kuvaa ihmisen kehossa tapahtuvia muutoksia äkillisen kriisin sattuessa seuraavasti. Kun ympäristö tuottaa uhkatilanteen, ihmisen keho saa hälytyksen havaitsemisjärjestelmänsä kautta ja varautuu välittömästi selviytymään tilanteesta. Aivojen ja hermoston monitasoinen yhteistoiminta, muun muassa neurohormonien ja sähköisten impulssien välityksellä, tuottaa valmiustilan. Keho ja aivot siis muodostavat tarkoituksenmukaisen mekanismin, johon on ikään kuin sisäänkirjoitettu automaattisesti laukeavia, ihmistä suojaavia reaktiomalleja yllätysten varalle.

Kriisin sattuessa ihmisen aivoissa tapahtuu muutos. Normaalisti aivorunko ja siellä oleva hypothalamus säätelevät kehon automaattisia perustoimintoja, kuten sydämen sykettä ja hengitystä. Se vastaa kehon lämmönsäätelyä, taistelusta mikro-organismeja vastaan sekä säätelee verensokerin tasapainoa. Tähän alueeseen kuuluu päivittäisistä toimista huolehtiminen, joista voidaan mainita esimerkiksi suoja, ruoka, lepo. Tämä limbinen järjestelmä säätelee myös autonomista keskushermostoa, joka vaikuttaa stressiin ja rentoutumiseen. Limbinen järjestelmä vaikuttaa myös traumaattisiin reaktioihin, kuten taisteluun, pakenemiseen ja jähmettymiseen. Tämä on tärkeää traumareaktiossa. Limbisessä järjestelmässä sijaitsee lisäksi kaksi tärkeää aluetta; hippokampus ja amygdala. Hippokampus käsittelee koettuja asioita, tallentaen tapahtumat loogisesti ja ajallisesti oikeassa muodossa. Hippokampus auttaa meitä kertomaan koetut tapahtumat tarinan muodossa, josta löytyy alku, keskiosa ja loppu. Amygdala käsittelee ja tallentaa kokemuksen tunneaineiston. Nämä molemmat osat ovat tärkeitä elämän tapahtumien käsittelyssä. (Palosaari 2006, 43.)

Äkillisessä kriisitilanteessa tapahtuu aivoissa muutos. Neurohermonien toiminnan takia hippokampuksen toiminta romahtaa ja amygdala jatkaa toimintaa vahvempana kuin normaalitilanteissa. Tämä aiheuttaa sen, että onnettomuustilanteissa aivot tallentavat voimakkaasti tunteita yksittäisistä elämyksistä ja aistimuksista. Tällöin looginen, aikajakson mukainen ajattelu jää pois. (Palosaari 2006, 43.) Tämä selittää sen, miksei kriisitilanteessa toimiminen tai jälkikäteen sen muistelemine ole helppoa eikä toimintaa voida harjoitella tulevaisuuteen niin sanotusti selkärangasta. Riittävän kertaamisen avulla henkilökunta voi kuitenkin valmistautua kriisien kohtaamiseen ja tähän toimintaohjekortit ovat oiva apuväline.

## 5 ENSIAVUN PERUSTEET

Työterveyshuoltolain (1383/2001 12 §) mukaan työterveyshuolto osallistuu yhteistyössä työsuojelun kanssa Työturvallisuuslain tarkoittaman ensiavun järjestämiseen. Työntekijöille järjestettävän ensiapukoulutuksen tavoite on edistää ja ylläpitää ensiaputaitoja ja ehkäistä työtapahtumien esimerkiksi vaikuttamalla työntekijöiden asenteisiin.

Kiipulassa kaikki ohjaajat ovat käyneet ensiapukoulutuksen ja taitoa pidetään yllä tarvittaessa kurssien uusimisella. Ensiaputilanteita harjoitellaan, jotta henkilökunnalla on oikean tilanteen sattuessa kyky toimia. Työpaikalla yleisimmin sattuvat pienet tapaturmat tai sairastumiset ovat hoidettavissa useimmin paikanpäällä. Tärkein tehtävä kuitenkin on arvioida tilanne ja hälyttää lisäapua tilanteen niin vaatiessa. (Kiipulan sisäinen ohjeistus 2012.)

Hätäilmoitus tehdään numeroon 112 ja kerrotaan mitä ja missä on tapahtunut. Häätäkeskuspäivystäjä antaa lisätoimintaohjeet sekä ensiapuohjeet. Puhelinta ei saa sulkea, ennen kuin siihen annetaan lupa. Auttamistilanteissa tärkeintä on rauhallinen sekä järjestelmällinen toiminta. On tärkeää huomioida, että etukäteen hankittu tietotaito, antaa valmiudet toimia onnettomuustilanteessa parhaimmalla mahdollisella tavalla. (Ensiapuopas 2016, 14-18.)

## 6 KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS

Projektilla voi olla monta eri aloitustapaa, mutta se perustuu kuitenkin aina tarpeen tunnistamiseen (Kettunen 2009, 49). Tämä työ sai alkunsa työnantajan tarpeesta. Aiheen valinta oli tärkeä ja oleellinen vaihe projektia. Kriisit kuuluvat meidän kaikkien elämään. Ammatillisena niistä on kuitenkin oltava tietoa ja taitoja niiden kohtaamiseen ja hallitsemiseen.

Kriisityön sekä ensiavun toimintaohjekorttien suunnittelu alkoi yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Toimeksiantajan kanssa käytiin suullinen keskustelu, mitä korteilta halutaan. Toiveena oli, että kortit on suunnattu Kiipulan opiskelijamateriaali huomioiden nimenomaan erityisammattikoululle.

Ensiapuohjeisiin haluttiin ohjeet, miten toimia esimerkiksi epilepsia-kohtauksen sattuessa, sillä epilepsiaa esiintyy opiskelijoilla. Suunnitteluvaiheessa tutustuttiin internetin avulla eri koulujen kriisityön suunnitelmiin sekä toimintaohjeisiin (Luku 2.1). Niistä etsittiin vinkkejä ja valikoitiin Kiipulaan soveltuvat aiheet.

Opinnäytetyön suunnittelupalavereita pidettiin syksyn 2015 aikana. Palaverista tehtiin hyvät muistiinpanot, joten korttien toteutus oli helppo aloittaa. Suunnitteluvaiheesta toteutuksesta edettiin tammikuussa 2016.

Ensiapuohjeisiin valikoituivat Kiipulan toimipaikkaan sopivat ohjeet. Kortteihin on huomioitu opiskelijoiden parissa esiintyviä sairauksia, esimerkiksi kouristelut ja diabetes. Kriisityön osalta työtä piti hieman rajata. Kriisityö on laaja ja moninainen aihe, joten kortteihin piti pohtia ja verrata monia eri vaihtoehtoja niin, että kortit palvelisivat henkilöstöä juuri Kiipulassa parhaiten.

Aiheet kortteihin oli päätetty. Aiheet hyväksyi turvallisuuspäällikkö ja antoi luvan jatkaa toteutukseen tammikuussa 2016. Toteutuspalaverissa sovittiin myös, että toimintaohjekortit tullaan toteuttamaan myös sähköisesti. Niistä haluttiin tablettiversio. Sähköisen version etuja on helppo päivitettävyys, jakaminen toimipaikkoihin on nopeaa. Lisäksi sähköisen kortin etuina nousi niihin saatavan lisämateriaalin laittaminen. Kortteja saataisiin elävöitettyä erilaisilla videoilla ja linkeillä erilaisiin julkaisuihin. Tässä vaiheessa kuitenkin tehtiin selväksi, että mediajulkaisu tehtäisiin eri aikataululla ja siitä vastaisivat mediakoulutetut henkilöt.

Kortit ovat hyväksytytty turvallisuuspäälliköllä maaliskuussa 2016. Korttien visuaalinen ilme tullaan yhdistämään Kiipulan koulutus- ja esittelymateriaalien mukaiseksi. Tutkijalla ei ole mahdollisuuksia visuaalisen ilmeen luomiseen vaan tutkija vastasi ainoastaan korttien sisällöstä ja asiategististä.

Valmiit kortit tullaan esittelemään henkilöstölle yhteisessä kuukausipalaverissa. Ne käydään läpi ja niistä nousevien kysymyksien ja keskustelujen pohjalta tullaan tekemään mahdollisesti vielä muutoksia. Mediaversiion työstäminen jatkuu mediatekniikan henkilöstön kanssa.

### 6.1 Toimintaohjekortit

Tässä luvussa on esitelty kaikki kriisityön sekä ensiavun toimintaohjekortit. Ne löytyvät kokonaisuudessaan liitteistä. Korttien teemat on valittu Kiipulaan soveltuviksi. Kriisitilanteisiin on valikoitunut kohteeseen sopivat aiheet, joista on suuri hyöty henkilöstölle. Ensiapukortteihin valikoidut aiheet ovat sellaisia, joita henkilökunta kohtaa työssään. Niissä on muun muassa diabetes sekä kouristelut, sillä ne ovat opiskelijoiden keskuudessa yleisiä. Toimintaohjeiden osaaminen on suositeltavaa henkilökunnalle. Sisällysluettelolla on suuri merkitys. Lukijan on helppo tutustua aiheisiin sisällysluettelon avulla sekä valita sieltä tarvittavat aiheet opiskeluun ja aiheen kertaamiseen. Tämä on tärkeää, kun kortit tulevat lisätyökaluksi työntekijöille.

Äkillisissä kriisitilanne- korteissa löytyy muun muassa kerrottuna kuolemantapaukset, niistä eriteltynä opiskelijan kuolema, opiskelijan perheenjäsenen kuolema sekä henkilökunnan jäsenen kuolema. Itsemurha on käsitelty ja ohjeistettu, niin ikään sen vaara, yritys sekä itsemurha. Uhkaavasti käyttäytyvän henkilön kohtaaminen sekä toimintaohjeet kuinka toimia vakavassa väkivallan tai sen uhkan kanssa sekä aseistetun hyökkäystilanteen kohtaaminen ja ratkaiseminen on kerrottu korteissa. Mielenterveysongelmat on käsitelty korteissa, kuinka toimitaan masentuneen tai psykoottisesti käyttäytyvän ihmisen kanssa. Lisäksi korteista löytyy ohjeet miten lastensuojeluilmoitus tehdään tai miten puututaan päihteiden väärinkäyttöön. Koulumaailmassa koulukiusaaminen, häirintä sekä kouluväkivalta ovat myös saaneet omat korttinsa ja ohjeet löytyvät myös seksuaalisesta ahdistelusta. (Liite 12-26.)

Ensiapukortteihin on koottu Kiipulan ammattiopistossa tarvittavia, reagoivia vaativia ensiaputilanteita. Niistä löytyvät ohjeet nyrjähdyksien ja murtumien ensihoitoon. Niissä kerrotaan miten toimia verenvuodon tyrehtyttämisessä sekä miten hoidetaan nenäverenvuoto. Sokki ja kouristelu ovat myös omissa toimintaohjeissaan. Palovammojen ensihoito on tärkeä tietää ja niissä vaikuttaakin hoidon ripeä aloitus. Erilaiset kouristelut kuuluvat epileptisiin kohtauksiin ja henkilökunnan on tiedettävä mikä ensiapu niihin kuuluu. Diabetes vaatii myös omat ohjeensa, jotta hoidon pikainen aloitus saadaan heti aloitettua. ( Liite 1-11.)

## 7 ARVIOINTI

Opinnäytetyöprosessi on ollut selkeä tehdä. Se on edennyt aikataulun mukaisesti. Yhteistyössä turvallisuuspäällikkö Joni Hinkkalan kanssa on ollut miellyttävä työskennellä.

Korttien aiheiden rajaus on ollut haaste. Valmiita kortteja tuli kaikkiaan kolmekymmentäyksi. Tämä on määränä jo niin iso, että niihin kaikkiin perehtyminen ja niiden sisältöjen muistaminen on haaste henkilökunnalle. Aluksi selkeää jakoa ensiavun- ja kriisityön korttien kanssa ei tehty. Selkeyden vuoksi kortit jaettiin eri otsikoiden alle. Tämä mahdollistaa lukijalle helpomman lähestymisen.

Aiheena kriisityö on laaja ja siitä olisi saanut aineistoa todella paljon. Aiheen rajaaminen oli haasteellista ja korttien tarkoitus oli pidettävä kokoajan mielessä. Niiden tarkoitus on olla henkilöstölle työkalu, jonka avulla aiheet ovat helposti nähtävissä ja niiden sisältö on oltava tiivis.

Työn tekeminen on nostanut pintaan ristiriitaisia tunteita muun muassa siksi, että opinnäytetyö on toiminnallinen eikä tutkimuksellinen. Yhtäältä työ on ollut selkeä toteuttaa, mutta toisaalta teoreettinen lähestyminen ja sen rajaaminen on ollut haastavaa. Osaltaan helpottava, mutta toisaalta hankaloittava tekijä opinnäytetyön toteutuksessa on ollut myös se seikka, että tutkija on tehnyt projektin työnantajalleen.

Työ on opettanut tutkijalle aikataulutusta. Tässä työssä on muistiinpanoilla ollut suuri merkitys. Prosessista on pidetty päiväkirjaa, johon on merkattu turvallisuuspäällikön kanssa palavereista nousseet asiat. Päiväkirjamerkinnät ovat olleet ensisijaisen tärkeitä.

Toimintaohjekorttien sähköinen versio kiinnostaa tutkijaa ja se olisi ollut hienoa saada esiteltäväksi tähän opinnäytetyöhön. Se vaatii kuitenkin selkeää osaamista, jota tutkijalla ei ole. Mediaversio toteutetaan Kiipulan Datonomiopiskelijoiden projektina.

### 7.1 Eettisyys ja luotettavuus

Valtioneuvoston asetus (352/2003) ammattikorkeakouluista määrittelee opinnäytetyön tavoitteeksi kehittää ja osoittaa opiskelijan valmiuksia soveltaa tietojaan ja taitojaan ammattiopintoihin liittyvässä käytännön asiantuntijatehtävässä. Eettisyys on tärkeä muistaa koko projektin ajan, sillä onnistuminen eettisyydessä rakentaa pohjan tehdyille työlle. Projektin eri vaiheissa tekijän täytyy miettiä ja ratkaista monia eettisiä kysymyksiä. Onko korttien aiheet valikoitu rehellisyyttä ja ihmisoikeuksia kunnioittaen? Pohjautuvatko ne tietoperustaan?

Opinnäytetyö valikoitui tilaustyönä. Siitä saatava tieto henkilöstölle on merkittävä, sillä sen avulla henkilökunta perehdytetään kriisityön ja ensiavun perusteisiin ja työn avulla toivottavasti lisätään henkilökunnan kiinnostusta opiskella aiheista lisää.

Kun kriisityössä toimitaan teoreettisen, ennalta opiskellun tiedon varassa, toteutuvat ihmisoikeuksien kunnioittaminen, yksilön luottamus ja kunnioitus. Aiheena kriisityössä monet asiat ovat arkaluontoisia ja hyvin henkilökohtaisia. Vahvistamalla tietoperustaa pyritään lisäämään henkilöstön omia voimavaroja sekä kykyä toimia ennakoimattomissa tilanteissa.


Toimintaohjekortit on tehty päteviä ja luotettavia lähteitä käyttäen. Niiden suunnittelussa on otettu huomioon toimipaikan erityispiirteet sekä turvallisuuspäällikön lausunnot. Toimintaohjekortit noudattavat saatavilla olevia toimintaohjeita ja ovat pätevää materiaalia Kiipulan eri toimipaikoille. Niissä oleva teorian tieto noudattaa nykypäivän tieteellistä viittekehystä ja tutkimustietoa.

## LÄHTEET

- Ensiapuopas 2008. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino OY.
- Heiskanen, T., Jorm, A., Kitchener, B. & Salonen, K. 2005. Käsikirja mielen terveydestä ja ensiavusta. Suomen mielenterveysseura.
- Joensuun normaalikoulu, kriisisuunnitelma. Viitattu 22.4.2016.  
[http://www2.uef.fi/documents/1982893/1994465/Kriisisuunnitelma\\_13.pdf/1815d1dd-c4b5-472c-be9f-709a657c0e22](http://www2.uef.fi/documents/1982893/1994465/Kriisisuunnitelma_13.pdf/1815d1dd-c4b5-472c-be9f-709a657c0e22)
- Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. Helsinki: WSOY pro Oy.
- Kiipulan vuosikertomus. 2014. Kiipulan Intra. Viitattu 22.4.2016.
- Kiipulan sisäinen ohjeistus 2012. Suullinen ohjeistus.
- Kiipula 2016. Viitattu 22.4.2016. Kiipulan ammattiopiston internetsivut.  
[Kiipula.fi/koulutustarjonta](http://Kiipula.fi/koulutustarjonta)
- Kiipulasäätiön toimintastrategia 2016–2019. Kiipulan Intra. Viitattu 22.4.2016.
- Kiipulan Työsuojelun toimintaohjelma 2015–2017. Kiipulan Intra. Viitattu 22.4.2016.
- Kirjolan koulun kriisisuunnitelma 2012. Parikkala. Viitattu 22.4.2016.  
<http://www.parikkala.fi/loader.aspx?id=a16828ad-59e2-414a-9564-4ae258fa1bfd>
- Oja, P. 2012. Sosionomi ja kriisityön osaaminen : kohtaavatko tutkinto ja tarpeet. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2012052810124>
- Palosaari, E. 2007 Lupa Särkyä. Kriisistä elämään. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Polvijärven oppilas- ja opiskelijahuoltosuunnitelma. Kriisityö oppilashuollossa. Viitattu 22.4.2016.  
<https://peda.net/polvijarvi/o/poj/12ko>
- Saari, S. 2010. Kriisityön koulutuspäivä, Jyväskylä 30.9.2010.
- Silfverberg, P. 1999. Projektinvetäjän opas. Helsinki: Työministeriön julkaisuja
- Tampereen yliopiston normaalikoulun kriisisuunnitelma. 2014. Viitattu 22.4.2016.  
<http://www.uta.fi/normaalikoulu/tiedostot/kriisisuunnitelma.pdf>

Vihola, M. 2013. Onko sinulle tai läheisellesi tapahtunut jotain järkyttävää?  
: - esite nuorille traumaattisesta kriisistä selviytymiseen.  
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013100215773>





## HÄTÄENSIAPUOHJEET

**Arvioi tilanne**  
Jos henkilö menettää äkillisesti tajuntansa, eikä herää ravisteluun, huuda apua ja **tee hätäilmoitus, p. 112.**

Muista ilmoittaa nimesi, mistä soitat (osoite), loukkaantuneiden lukumäärä ja vamman laatu. Sovi myös opastus onnettomuuspaikalle hätäkeskuksen kanssa.

**Hengittäkö potilas**  
Avaa hengitystiet. Aseta potilas selälleen. Taivuta päätä taaksepäin. Huolehdi, että hengitystiet pysyvät auki. Hengittävä tajuton on aina käännettävä kylkiasentoon.

**Jos hengitys ei ole normaalia**  
Aloita paineluelvytys. Aseta toisen käden kämmenen tyvi keskelle rintalastaa ja toinen käsi sen päälle. Painele 30 kertaa käsivarret suorina rintalastaa mäntämäisellä liikkeellä 100 kertaa minuutissa. Anna rintakehän painua noin 4–5 cm.  
Jatka puhalluselvytyksellä. Avaa hengitystiet uudestaan. Sulje sieraimet peukalolla ja etusormella. Paina huulesi tiiviisti henkilön suulle ja puhalla 2 kertaa ilmaa keuhkoihin, seuraa samalla rintakehän liikkumista.


**Verenvuoto**  
Tyrehdytä verenvuoto. Aseta raaja kohoasentoon. Paina sidetarpeita apuna käyttäen käsin vuotoaluetta. Sido haava tarvittaessa painesidettä käyttäen.

**Shokki**  
Anna shokin ensiapu (kalpea, kylmänhikinen, sekava). Tyrehdytä verenvuodot. Soita hätänumeroon 112. Kohota alaraajat. Suojaa kylmältä. Älä jätä yksin.

**Odota ambulanssia**  
Aseta hengittävä tajuton potilas kylkiasentoon. Seuraa potilaan tilaa. Varmista, että hengitys toimii. Tarkista mahdollinen verenvuoto ja tarkkaile shokin oireita.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066
			<a href="http://www.kiipula.fi">www.kiipula.fi</a>
			Y-tunnus 0147520-0



## NYRJÄHDYKSET

Kun nivel nyrjähtää, vamma aiheuttaa verenvuotoa ihonalaiseen kudokseen. Kivun lisäksi vamma-alueelle kerääntyy nestettä ja se turpoaa.

**Nyrjähdysten ensiapu:**

1. Kohota raaja.
2. Purista tai paina vammakohtaa.
3. Jäähdytä kylmällä noin 20 minuuttia.
4. Sido vammakohtaan ympärille tukeva side.
5. Jatka kylmähoitoa ensimmäisen vuorokauden ajan parin tunnin välein.

**Kolmen K:n ensiapu**

Kolmen K:n ensiapu auttaa nyrjähdysten lisäksi myös revähdyksiin ja mustelmien ehkäisyyn. Nopeasti ja oikein annettu ensiapu voi säästää lääkärissä käynniltä.

- **1K = kompressio eli puristus**  
Purista käsilläsi kipukohtaa. Puristus estää verenvuotoa ja vähentää turvotusta.
- **2K = kohoasento**  
Pidä raajaa koholla. Kohoasento vähentää välittömästi sisäistä verenvuotoa, kun verenpaine verisuonistossa pienenee.
- **3K = kylmä**  
Laita kipukohtaan jotakin kylmää. Kylmä supistaa verisuonia ja vähentää siten sisäistä verenvuotoa. Jääpussi, lumi tai mikä tahansa vamma-alueella vasten painettava kylmä auttaa. Kääri ideaaliseksi tai muu joustava side nivelen tueksi.


Nilkan nyrjähdysten jälkeen kylmähoitoa kannattaa toistaa ensimmäisen vuorokauden ajan 1–2 tunnin välein noin 20 minuuttia kerrallaan. Nyrjähdys alkaa parantua 1–2 vuorokauden kuluessa, jolloin kudoksen sisäinen verenvuoto lakkaa.

**Milloin lääkäriin?**

Jos nilkka on kipeä vielä ensiavun jälkeenkin, jalalle varaaminen on tuskallista, mustelma on suuri tai nivel ei toimi normaalisti, mene lääkäriin.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## **MURTUMAT**

Murtuman oireita ovat kipu, turvotus, epänormaali liikkuvuus ja arkuus tai virheasento.


Murtuman ensiapu:

- Yläraajan murtumassa autettava voi itse tukea kipeää raajaansa kehoaan vasten tai tue käsi liik-  
kumattomaksi esimerkiksi kolmioliinalla. Kytkiluiden murtumassa voit tukea rintakehää käsin tai  
tukisiteellä.
- Mikäli jalassa on murtuma, sitä ei ole syytä lastoittaa, mikäli apu saapuu kohtuajassa. Autettavan  
tulee välttää jalan liikuttamista ja painon asettamista kipeälle jalalle. Jos loukkaantunutta on vält-  
tämätöntä liikuttaa, alaraajan murtuman tukemiseen voi käyttää toista jalkaa tai muuta tilapäisvä-  
linettä, kuten esimerkiksi tukevaa lautaa tai keppiä.
- Jos epäilet selkärangan murtumaa, liikuta loukkaantunutta vain, jos se on hengen pelastamisen  
kannalta välttämätöntä.

Murtumat syntyvät tavallisesti putoamisen, kaatumisen tai iskeytymisen seurauksena. Toimita loukkaan-  
tunut hoitoon.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



**NENÄVERENVUOTO**


Nenäverenvuoto on yleensä vaaraton. Joskus vuoto voi kuitenkin olla niin runsasta, että se vaatii lääkärin hoitoa.

Nenäverenvuodon ensiapu:

- Anna autettavan istua etukumarassa asennossa.
- Käske autettavan niistää vuotava sierain tyhjäksi. Paina vuotavaa sierainta nenäluuta vasten n. 10–15 min.
- Niistätä sierain välillä tyhjäksi hyytymistä.
- Voit panna nenän päälle jotakin kylmää.
- Jos verenvuoto ei lakkaa, toimita autettava lääkäriin.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



**HAAVAT**


Verenvuodon tyrehtyttäminen ja haavan sitominen ovat ensiavun perustaitoja.

- Tyrehtytä mahdollinen verenvuoto.
- Puhdista haavasta lika juoksevan, viileän veden alla.
- Sulje pienen viiltohaavan reunat vastakkain haavateipillä.
- Peitä haava suojasidoksella.
- Hakeudu tarvittaessa hoitoon.
- Tarkista, että tetanus- eli jäykkäkouristusrokote on voimassa.

Vuotavat, syvät ja likaiset haavat ja vähänkin suuremmat viiltohaavat kuuluvat aina lääkärin hoitoon. Haavan ulkonäöstä ei aina voi päätellä, onko syvemmälle kudoksiin syntynyt vaurioita.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## SOKKI

Sokin oireet voivat olla seuraus suurista sisäisistä tai ulkoisista verenvuodoista, vaikeista murtumista, palovammojen tai rajun ripulin aiheuttamasta nestehukasta. Myös sydämen pumppausvoiman pettäminen tai voimakas allerginen reaktio voivat aiheuttaa sokkitilan.

Tunnista sokin oireet:


- Iho on kalpea ja kylmän hikininen.
- Henkilö on levoton, myöhemmin sekava.
- Hengitys on tihentynyt.
- Suu on kuiva, potilaalla on janontunne.
- Syke on nopea ja heikosti tunnettavissa.

Sokkipotilaan ensiapu:

- Tyrehdytä verenvuodot.
- Soita hätänumeroon 112.
- Aseta loukkaantunut makuulle alaraajat koholla.
- Suojaa kylmältä esimerkiksi huovalla tai takilla ja eristä kylmästä alustasta.
- Rauhoita.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0



## **KOURISTELU**

Aivojen toimintahäiriöt voivat aiheuttaa tahattomia lihasnykäyksiä ja kouristuksia. Ihminen saattaa kouristella monesta eri syystä. Syinä voivat olla esimerkiksi epilepsia, aivoverenvuoto, korkea kuume tai tapaturma.

Tunnista oireet:


- Sairastunut menettää tajuntansa, kaatuu ja hänen vartalonsa jäykistyy.
- Jäykistymistä seuraavat nykivät kouristukset. Kouristelu kestää yleensä vain 1-2 minuuttia.

Kouristuskohtauksen ensiapu:

- Tee hätäilmoitus numeroon 112.
- Älä yritä estää kouristusliikkeitä, mutta huolehdi siitä, että henkilö ei kolhi päätänsä tai muuten vahingoita itseään.
- Älä laita kouristelevan suuhun mitään, sillä se vaikeuttaa hengitystä.
- Yritä kääntää henkilö kylkiasentoon heti, kun kouristukset vähenevät.
- Mikäli tiedät henkilön sairastavan epilepsiaa, tee hätäilmoitus numeroon 112, jos kouristelu pitkeytyy tai jos kohtausta uusiutuu.
- Jos kohtausta menee itsestään ohi, varmista kuitenkin, että henkilö on täysin toipunut ennen kuin jätät hänet.
- Ota yhteys lääkäriin, jos kyseessä on lapsen kuume-kouristus.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## DIABEETIKON HEIKOTUS

Kun diabetesta sairastavan verensokeri laskee liian alas, syntyy diabeettinen sokki, joka voi olla hengenvaarallinen.

Tunnista oireet:

- Hikoilu, kalpeus, vapina
- Ärtymys, levottomuus
- Horjuva liikkuminen
- Epäselvä puhe


Diabeettisen sokin ensiapu

- Anna sairastuneelle välittömästi sokeripitoista syötävää tai juotavaa, mikäli potilas on tajuissaan ja pystyy itse syömään tai juomaan. Tarvittaessa sivele hunajaa poskien limakalvoille. Tajuttomalle ei saa antaa mitään suuhun.
- Mikäli diabeetikko ei toivu 10 minuutissa tai menee tajuttomaksi, soita hätänumeroon 112.
- Käänä tajuton kylkiasentoon.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------






## Kylkiasennolla turvataan tajuttoman lapsen hengitys

Kun lapsi menettää äkillisesti tajuntansa, selvitä mitä on tapahtunut.

- 1. Saatko lapsen hereille?**  
Herättele lasta puhuttelemalla ja ravistelemalla.  
Lapsi ei herää.
- 2. Soitto hätänumeroon 112.**  
Hätänumeroon 112 sojitetaan välittömästi. Hätäkeskuksen antamia ohjeita tulee noudattaa.  
**Käännä lapsi selälleen ja selvitä hengittääkö hän normaalisti?**
- 3. Avaa hengitystie.**  
Ojenna varovasti lapsen pää leuan kärjestä nostamalla ja toisella kädellä otsasta painamalla. Samalla **katso, kuuntele ja tunnustele hengitystä**. Liikkuuko rintakehä? Kuuluuko hengityksen ääni? Tuntuuko ilman virtaus poskellasi? Arvioi onko hengitys normaalia, epänormaalia tai se puuttuu.
- 4. Hengitys on normaalia.**  
Käännä lapsi kylkiasentoon. Huolehdi, että hengitystie on avoin ja lapsi hengittää normaalisti. Seuraa ja tarkkaile lapsen hengitystä ammattiavun tuloon asti.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------




**VAKAVA ONNETTOMUUS TAI SEN UHKA**

- Esimerkiksi tulipalo, pommiuhka, liikenneonnettomuus, erilaiset tapaturmat.
- Mikäli onnettomuus tapahtuu koulussa, hälytykset hoidetaan onnettomuuden luonteen mukaan, annetaan ensiapua ja asiasta tiedotetaan rehtoria
- Onnettomuuden silminnäkijöistä huolehtiminen: aikuiset ottavat vastuun silminnäkijöistä, heidän kuuntelemisestaan ja siitä, ettei lapsi/nuori mene tyhjään kotiin.
- Kriisiryhmä sopii tilannekohtaisesti asian käsittelystä luokissa ja antaa ohjeistuksen opettajille.
- Mikäli onnettomuus tapahtuu kouluajan ulkopuolella, selvitetään faktat, ja kriisi-ryhmä päättää asian käsittelystä ja tiedotuksesta koulussa ja mahdollisista jatkotoimenpiteistä.
- Mikäli tapaus tapahtuu kouluretken tai leirikoulun aikana vastuuopettajan on välittömästi otettava yhteyttä kotiin ja rehtoriin, jotka sopivat jatkotoimista.
- Opettajat voivat ohjata opiskelijan jatkossa tarvittaessa koulupsykologille.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## OPISKELIJAN KUOLEMA

Keskustelu luokassa:

- kerro asiat totuudenmukaisesti ja asioiden oikeilla nimillä
- korjaa väärät huhut
- anna tilaa ja aikaa surun ilmaisulle ja muistelulle: nuoren suru näyttäytyy hyvin eri tavoin
- salli nuoren jakaa tunne-elämyksensä
- anna nuoren konkretisoida surunsa ja kaipuunsa
- rakenna tulevaisuutta ja luo toivoa
- kuolemantapauksissa huolehditaan aina järjestämällä tarvittavat jälkipuinti-istunnot, jotka organisoit koulun kriisiryhmä.

### Opiskelijan perheenjäsenen kuolema


Kun ryhmänohjaaja saa tietää opiskelijan perheenjäsenen kuolemasta, hän on yhteyksissä opiskelijan kotiin ja sopii toimintatavoista: miten ao. nuoren kanssa toimitaan, miten asiasta kerrotaan luokkatovereille jne. Hän selvittää, saako perhe ulkopuolista tukea. Jos ei, hän voi ohjata huoltajaa ottamaan yhteyttä koulupsykologiin tai terveydenhoitajaan. Ryhmänohjaaja on yhteydessä rehtoriin ja tarvittaessa opiskelija-huoltoryhmään. On suositeltavaa, että perhettä koskevasta kuolemantapauksesta keskustellaan luokassa, koska läheisen kuolema aiheuttaa usein turvattomuutta, pelkoja ja kysymyksiä nuorissa.

### Henkilökuntaan kuuluvan kuolema

Rehtori ja kriisiryhmä päättävät menettelytavoista.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0



## VÄKIVALTATILANTEET JA -UHKAILUT

Uhkaavasti käyttäytyvän henkilön kohtaaminen

**Kuuntele rauhallisesti, älä keskeytä.** Älä moralisoi tai provosoi. Pidä äänesi rauhallisena ja tasaisena ja tyyntytele henkilöä.

**Älä huuda.**

**Pidä** riittävä fyysinen etäisyys uhkaajaan.

**Esitä kysymyksiä** väittelemisen sijasta. Älä mene mukaan tunnepurkaukseen, vaan pysy asiatasolla.


**Pyydä henkilöä istumaan.** Istuma-asennosta suora hyökkäys on vaikea toteuttaa. Jos henkilö nousee aggressiivisesti ylös, nouse itse myös välittömästi (ei hyökkäävästi eikä hysteerisesti vaan määrätietoisesti).

**Jos henkilö hermostuu uudestaan,** on tärkeää ilmoittaa, ettei asiaa voida jatkaa ellei hän rauhoitu. **Mikäli henkilö ei rauhoitu, pyri pakenemaan huoneesta jotakin tekosyytä käyttäen.**

**Pidä saksen ja teräseiden poissa pöydältä.**

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0




## TOIMINTA VÄKIVALTATILANTEISSA

Opettaja tai muu paikalla oleva aikuinen  
puuttuu tilanteeseen ja pyytää tarvittaessa lisäapua  
säilyttää malttinsa ja rauhoittelee osapuolia  
huolehtii omasta turvallisuudestaan  
arvioi ensiavun tarpeen  
ottaa yhteyttä kouluterveydenhoitajaan, tilaa tarvittaessa ambulanssin ja poliisin  
vie osapuolet rauhoittumaan eri tiloihin  
huolehtii kirjaamisesta  
haastattelee silminnäkijöitä  
ottaa yhteyttä huoltajaan  
kertoo tilanteesta opiskelijahuoltoryhmän jäsenelle  
vakavissa tilanteissa tehdään rikosilmoitus ja tutkintapyyntö poliisille.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0




## VAKAVA VÄKIVALTA TAI SEN UHKA

Koulussa tapahtuneesta väkivaltatilanteesta ilmoitetaan heti koulun johtajalle, joka tarvittaessa soittaa poliisiin ja mahdollisesti myös ambulanssin paikalle. Lisäksi voidaan ottaa yhteyttä työsuojeluvaltuutettuun. Tarvittaessa hankitaan lääkärintodistus ja tehdään rikosilmoitus poliisille tai lastensuojeluilmoitus sosiaalitoimistoon. Huoltajille ilmoitetaan tapahtuneesta. Jos väkivallan kohteena on alle 15-vuotias, on lieväkin pahoinpitely virallisen syyttäjän alainen rikos. Jos kyseessä on oppilaiden tai opiskelijoiden keskinäinen väkivalta, asian käsittelyä jatketaan koulussa myöhemmin asianosaisten kesken. Väkivaltatilanteen luonteesta ja vakavuudesta riippuu, käsitelläänkö sitä koulussa muidenkin oppilaiden kanssa.

Mikäli väkivallan tekijänä on opettaja tai muu koulun työntekijä, koulun johtajan on puuttava asiaan välittömästi. Tapahtumien kulku on selvitettävä haastattelemalla sekä oppilaita että työntekijää. Myös huoltajien näkemyksiä on kuultava. Työntekijän mahdollisuudet jatkaa koulussa selvitetään. Tarvittaessa käytetään ulkopuolista asiantuntija-apua.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0



**ASEISTETTU HYÖKKÄYSTILANNE KOULUSSA**


Pyri rauhoittamaan tilanne.  
Vältä kaikkea provosointia mikäli mahdollista.  
Suojaudu, lukitse ovet, pysytele poissa ikkunoista, odota toimintaohjeita.  
Ilmoita välittömästi poliisille 112.  
Varoita muita.  
Jos saat tietää ampumis- tai muusta vastaavasta uhasta, ilmoita heti poliisille 112.  
Tarvittaessa järjestä jälkihoito.

**Ampumistilanne**

Jos et tiedä missä ampuja liikkuu, älä lähde oma-aloitteisesti pyrkimään rakennuksesta ulos.  
- Lukitse ovi (työhuone tai luokka)  
- Kasaa oven eteen huonekaluja  
mikäli joudut silmätysten ampujan kanssa älä provosoi tai pyri väkisin ottamaan asetta pois  
Hälytä apua heti kun voit 112  
Pyri antamaan tarkka tilannekuvaus (määrät, sijainti, missä ampuja liikkuu )

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0



## PUHELIMITSE TULEVA UHKAUSSOITTO

Uhkaus tehdään useimmiten puhelimitse

- Ole rauhallinen! Ole ystävällinen!
- Älä katkaise puhelua, vaan pyydä toistamaan uhkaus.
- Älä keskeytä soittajaa, vaan pyri keskusteluun.
- Koeta ylläpitää puhelua!
- Käynnistä puhelun äänitys, jos se on mahdollista.

Kerro soittajalle, että rakennus on täynnä ihmisiä ja että mahdollinen räjähdys voi aiheuttaa monen ihmisen loukkaantumisen ja kuoleman.

Kysy ja kirjoita tiedot paperille

- Milloin pommi räjähtää?
- Missä se on? (Kerros, huone, numero?)
- Minkä näköinen se on? (Kääre, kassi?)
- Miten pommi toimii? Mikä on sen teho?
- Miksi se on asennettu?
- Uhkauksen tekijä? (Järjestö tai yksityinen henkilö?)

Tee havaintoja

- Soittajan ikä, sukupuoli, ääni, murre, taustäännet?
- Anna lähellä oleville paperiviestiä asiasta.
- Pyydä lähellä olevia hälyttämään poliisi ja pelastuslaitos 112.
- Älä sulje puhelinta, vaikka puhelu katkeaisikin.

Puhelimeen vastannut henkilö:


- soittaa 112
- välittää tiedon rehtorille.

Rehtori antaa käskyn rakennuksen evakuointiin tai ohjeistaa pysymään luokissa ovet lukittuina.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066
			www.kiipula.fi
			Y-tunnus 0147520-0





## OPISKELIJAN ITSEMURHAVAARA

Itsemurhauhkailuun tai itsemurhapuheisiin on aina suhtauduttava vakavasti. Jos itsemurha-aikeita epäillä, oppilaalta kysytään suoraan, onko hän ajatellut itsemurhaa. Jos vastaus on myöntävä, häneltä kysytään, onko hänellä suunnitelma sen toteuttamiseksi. Itsemurha-aikeista kysyminen antaa nuorelle mahdollisuuden puhua asiasta ja helpottaa pahaa oloaan. Vaikka nuori kieltäisi kertomasta asiasta muille, itsemurha-aikeista tulee kertoa vanhemmille sekä oppilas- tai opiskelijahuollon työntekijöille. On varmistettava, että oppilas tai opiskelija saa ammattiapua. Vaitiolovelvollisuus ei päde, kun kyseessä on kuolemanvaara! Usein nuoren ystävät huomaavat ensimmäisenä itsemurhavaaran. Siksi nuorille olisi hyvä kertoa, että itsemurhauhkailuista tulee aina kertoa jollekin aikuiselle, vaikka ystävä vannottaisi olemaan kertomatta. **"Parempi vihainen kuin kuollut ystävä"**.

**Itsemurhavaarasta kertovat:**

- aiempi itsemurhayritys
- puhunut tai uhannut itsemurhalla
- tehnyt suunnitelman itsemurhan tekemisestä ja lahjoittanut tavaransa pois kuoleman täyttämät ajatukset
- tuntee jonkun, joka on tehnyt itsemurhan
- samaistuu johonkin, joka on tehnyt itsemurhan ja muuttaa käyttäytymistään samaan suuntaan. Nuori voi olla traumatisoitunut nähtyään jonkun tekevän itsemurhan tai tuntee syyllisyyttä siitä, ettei ole pystynyt estämään ystävänsä itsemurhaa.
- sukulainen, joka on kuollut väkivaltaisesti
- äskettäin koettu tärkeä menetys. Läheisen kuolema, lähtö, riita, seurustelusuhteen päättyminen tai itsetunnon menetys, epäonnistumisen tai hylkäämisen seurauksena alkoholin tai huumeiden väärinkäyttö.

Nuoret usein pakenevat ongelmiaan alkoholiin tai huumeisiin. Kun päihteen vaikutus lakkaa, nuoret tuntevat itsensä entistä masentuneemmiksi ja jaksavat selviytyä aiempaa huonommin. Näin alkoholista tai huumeesta tulee vielä suurempi ongelma. ei mitään voimaa lähestyä ongelmaa, ei näe ulospäisyä.


Torjuu kaikki tilaisuudet ratkaista ongelma ja on vakuuttunut siitä, että kuolema on ainoa vaihtoehto.

ylikorostuneet vaatimukset, joista seuraa liiallinen kriittisyys omaa itseä kohtaan

vakava masennus

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0



## ITSEMURHA

**Opiskelijan itsemurhayritys**

Jos opettaja, oppilas tai koulun henkilökuntaan kuuluva saa tietää lapsen tai nuoren itsemurhayrityksestä, siitä tulee kertoa vanhemmille. Myös huoltajien toivotaan kertovan koululle, jos nuori on yrittänyt itsemurhaa. Jos koulu ei tiedä asiasta, se ei voi auttaa. Jos opiskelija on yrittänyt itsemurhaa, vahingoittanut itseään tai muita, niin vaitiolovelvollisuus ei päde.

Koulu voi suositella terapiaa, mutta ei pakottaa siihen. Kun nuori on hoidossa, koulun ja terapeutin tulisi tehdä yhteistyötä. Koulu informoi huoltajaa kunnan tukipalveluista.

**Opiskelijan itsemurha**

Nuoren itsemurha koskettaa aina koko kouluyhteisöä. Avun pyytäminen kunnan kriisiryhmältä on tällöin itsestäänselvyys: näiden asioiden käsittelyyn ei tule rutiinia. Yhteisvoimin koulun oppilashuoltoryhmä/kriisiryhmä ja kunnan kriisiryhmä luovat kuhunkin kouluun soveltuvan toimintamallin:


- Miten jälkipuinti hoidetaan siinä luokassa ja niiden nuorten ja aikuisten kanssa, joita kriisi koskettaa?
- Miten tapahtuneesta itsemurhasta keskustellaan muilla luokilla?
- Miten opettajayhteisössä asiaa käsitellään?
- Mitä ja miten koulun muiden opiskelijoiden huoltajille asiasta kerrotaan?

Pääperiaatteena on aina, että koulun rehtori ja koulun kriisiryhmä käynnistävät toimenpiteet ja joku heistä on yhteydessä omaisiin kertoakseen surunvalitteluiden lisäksi koulun toimintamallin. Paikkakunnan kriisiryhmästä saa apua jälkipuintiin esim. niille opiskelijoille ja opettajille, jotka olivat lähimmin tekemisissä kuolleen opiskelijan kanssa. Vielä on syytä pohtia, ketkä opiskelijoista ovat riskiryhmässä ja heille järjestetään tukea. Koulussa seurataan tilannetta tiiviisti 3–4 viikon ajan ja seurantaa jatketaan vähintään puolen vuoden ajan. Henkilökunnan on ilmoitettava vanhemmille ja tarvittaessa oltava yhteydessä lastensuojeluun, jos nuorella on itsetuhoisia ajatuksia. Koulupsykologi, kouluterveydenhoitaja tai koululääkäri auttaa jatkohoitoon ohjaamisessa.

Rehtori sopii omaisten kanssa, miten itsemurhaa tai sen yritystä käsitellään siinä luokassa, jota kriisi eniten koskettaa sekä muissa luokissa, kuolleen nuoren ystävien kesken ja työyhteisössä. Jälkipuinti (debriefing)-istuntojen järjestämiseen ei tarvita huoltajan lupaa.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 9066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## MIELENTERVEYSONGELMAT

### MASENNUS

Masennus sinänsä ei ole varsinainen kriisitilanne koulussa, mutta syvä masennus on itsemurhan yleisin riskitekijä. Nuorilla yli puolet itsemurhan tehneistä oli kärsinyt depressiosta. Siksi masennuksen tunnistaminen ja hoitoon ohjaus on tärkeää.

Masennuksen tuntomerkit

1. unihäiriöt: nukkuu liikaa tai liian vähän
2. syömishäiriöt: ruokahaluttomuutta tai ahmimista
3. väsymys
4. apaattisuus: menettää kiinnostuksensa asioihin, joista tavallisesti on innostunut, esim. urheilu, ystävät tai pukeutuminen
5. vetäytyminen: ei halua seurustella muiden kanssa
6. vihamielisyys
7. keskittymiskyvyttömyys, esim. arvosanojen nopea laskeminen
8. itsensä vähättely: ei pidä itsestään, ”olen ruma”, ”kukaan ei välitä minusta”
9. surumielisyyttä: itkee ilman näkyvää syytä, ei pysty ilmaisemaan iloa
10. kuoleman ajattelu: ajattelee, kirjoittaa ja puhuu kuolemasta
11. psykosomaattiset oireet
12. onnettomuusalttius.

Yleisesti ottaen yhden tai kahdenkaan tällaisen oireen esiintyminen ei ole merkki syvästä masennuksesta. Mutta jos huomaat useita vakavia ja jatkuvia oireita, nuori voi olla masentunut.

Nuoren masennuksen erityispiirteet


- Nuoren ja lapsen masennus voi olla joskus vaikea tunnistaa. Hänellä ei ole välttämättä masentunut mieliala, vaan masennus voi näkyä seuraavasti, ns. ”naamioituneena masennuksena”:
- ärtyisyys, kiukkuisuus
- ei näytä masentuneelta kuin vain kysyttäessä
- itse valittaa ärtyisyyttä, kiukkuisuutta, vihaisuutta, aggressiivisuutta
- jatkuva levottomuus, ylitoiminta, väsymyksen puute
- impulsiivisuus (etsii ja hakeutuu kokemuksiin)
- näkyy usein koulussa: keskittymisessä, koulusta pois jäämisestä ja suoriutumisessa
- käytöshäiriöt, epäsosiaalisuus
- somaattiset vaivat
- alkoholi ja päihteet.

Jos koulussa tunnistetaan masentunut nuori, niin oppilashuoltoryhmässä/opettaja-yhteisössä on hyvä tehdä toimintamalli siitä, kuka keskusteleo oppilaan kanssa, kuka on yhteydessä kotiin ja kuka ottaa vastuulleen oppilaan tilanteen eteenpäin viemisen. Tärkeintä on viestittää opiskelijalle, että koulussa todella välitetään hänen hyvinvoinnistaan. Masentuneen opiskelijan ystävät voivat myös tuoda esille huolensa ystävästään. Kuunnelkaa heitä.

Masentunut nuori ei välttämättä ajattele itsemurhaa. Ja yllättävää kylläkin, kaikki itsemurhaa yrittäneet eivät välttämättä ole masentuneita. Mutta näillä asioilla on merkittävä yhteys. Pitkään jatkuneen depressi- on ja mahdollisten itsemurhaan liittyvien puheiden pitäisi herättää meidät näkemään, onko merkkejä itsemurhavaarasta.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## PSYKOOTTINEN KÄYTTÄYTYMINEN


Joskus voi käydä niin, että opiskelija alkaa käyttäytyä silmännähden poikkeavalla tavalla. Kyseessä voi olla vakava mielenhäiriö, johon tarvitaan nopeasti ammattiauttajien apua. Psykoosin oireita voivat olla

- vetäytyminen, pyrkimys olla yksin
- sekavat tai epärealistiset puheet
- rituaalit, pakkotoiminnot
- ikätasoa lapsellisempi toiminta
- suhtautuminen koulutyöhön muuttuu, ei välitä koulutyöstä tai yrittää tehdä enemmän kuin jaksaa
- erikoinen toiminta, jota ei itse halua tai osaa selittää
- vihjailu avuntarpeesta
- ulkoi sen olemuksen muuttuminen näkyvästi, esim. hoitamattomuus
- tunneilmaisun kapeutuminen tai muuttuminen, esim. äkilliset naurun- tai itkun-puuskat harhaluulot.

Luettelo on vain esimerkinomainen. Mikäli opiskelijalla on näitä oireita paljon, on otettava yhteys koulu-psykologiin tai -lääkäriin tai mielenterveyshuollon asiantuntijaan.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0



## KOULUKIUSAAMINEN


**Koulukiusaamisella** tarkoitetaan toistuvaa henkistä, verbaalista tai fyysistä väkivaltaa, jonka yksi tai useampi oppilas tai aikuinen / koulun työntekijä kohdistaa yhteen uhuriin tai ryhmään, jossa kohde ei tunne pystyvänsä puolustautumaan tasavertaisesti. Koulukiusaaminen voi ilmetä nimittelynä, tönimisenä, potkimisena, juorujen ja valheiden levittämisenä, tavaroiden ottamisena, hävittämisenä, piilottamisena tai rikkomisena, netissä tai puhelimitse tapahtuvana loukkaamisena tai uhkailuna tai ryhmän ulkopuolelle sulkemisena. Kiusaamisen ehkäisy edellyttää ryhmä- ja yhteisötason toimintaa, koska kiusaajan toimintaa tukevat muiden kannustus, vaikeneminen tai syrjässä pysyminen. Kiusaamiseen tulee puuttua heti, koska kiusaamisen katkaiseminen ja kiusaamisen traumaattiset seuraukset ovat sitä vaikeampia, mitä pidempään tilanteen annetaan jatkua. *Kohdenneitetut toimenpiteet* otetaan käyttöön kiusaamistapauksen tultua ilmi ja ne kohdistetaan erityisesti kiusaamiseen osallistuneisiin ja kiusattuihin lapsiin tai nuoriin, ja tavoitteena on saada kiusaaminen loppumaan.

Koulussa voi esiintyä myös **häirintää** ja **ahdistelua**. Häirintää on henkilön arvon ja koskemattomuuden loukkaaminen siten, että luodaan uhkaava, halventava ja hyökkäävä ilmapiiri. Rasistiset vitsit tai seksuaalivähemmistöön kuuluvien nimittely ovat esimerkkejä häirinnästä. Sukupuoleen perustuvaa häirintää on henkilön sukupuoleen liittyvä ei-toivottu käytös, jolla tarkoituksellisesti loukataan henkilön arvoa ja luodaan uhkaava, vihamielinen, halventava, nöyryyttävä tai hyökkäävä ilmapiiri. Seksuaalista häirintää voivat olla esimerkiksi sukupuolisesti vihjailevat eleet tai ilmeet, härskit puheet, kaksimieliset vitsit sekä vartaloa, pukeutumista, tai yksityiselämää koskevat huomautukset, pornoaineistot, seksuaalisesti värityneet kirjeet ja puhelinsoitot, sähkö-posti- tai nettihäirintä, fyysinen koskettelu tai sukupuolista kanssakäymistä koskevat ehdotukset.

**Väkivalta** koulussa voi ilmetä sanallisena uhkailuna, hylkäämisenä, pelotteluna, fyysisenä tappeluna, seksuaalisena häirintänä tai hyväksikäyttönä sekä aseiden hallussapitona. Väkivalta voi aiheuttaa vakavaa vahinkoa lapsen ja nuoren persoonalliselle kehitykselle. Opettajien ja muihin aikuisiin kohdistuva solvaaminen ja nimittely ovat henkistä väkivaltaa.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## PÄIHTEIDEN VÄÄRINKÄYTTÖ

Runsas päihteiden käyttö voi olla oire vakavasta masennuksesta. Päihteiden väärin-käyttö häiritsee koulutyötä ja pahimmillaan johtaa koulun keskeyttämiseen. Päihteiden väärinkäytön tunnusmerkkejä voivat olla


- kaveripiirin vaihtuvuus
- rahantarpeen lisääntyminen, näpistely, ilkkivalta, kauppaaminen
- koulumenestyksen laskeminen
- poissaolojen lisääntyminen; aamu- tai maanantai poissaoloja
- epärealistiset puheet, tarinat, valehtelu
- muutokset luonteessa
- pelkotilat, ahdistuneisuus, levottomuus
- erilaiset fyysiset merkit käytetystä aineesta riippuen, esim. laajentuneet silmä-terät, verestävät silmänvalkuaiset, vapina, hikoilu, laihtuminen tai lihominen, uneliaisuus, tokkuraisuus
- tietyille aineille ominainen haju
- piippu, veitset, aineenpalaset
- ulkonäön tai olemuksen muuttuminen.

Mitkään merkit eivät yksin tai yhdessä välttämättä merkitse sitä, että nuorella on päihdeongelma. Mikäli päihteiden väärinkäyttöä epäillään, koulun on syytä ottaa asia oppilaan tai opiskelijan ja hänen huoltajiensa kanssa puheeksi. Tarvittaessa otetaan yhteyttä sosiaali- ja terveydenhuoltoviranomaisiin, alle 18-vuotiaan kohdalla lastensuojeluun.

Jos oppilas tulee kouluun päihteiden vaikutuksen alaisena tai hänellä on hallussaan pähteitä, rehtorin on asiasta ilmoitettava huoltajille sekä tarvittaessa lastensuojeluun ja poliisille. Huumeiden käytöstä tai hallussapidosta tulee aina tehdä rikosilmoitus.

---

Kiipulasäätiö Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	Kiipulantie 507 14200 Turenki	PL 13 14201 Turenki	Puhelin (03) 685 21 Faksi (03) 684 5066	www.kiipula.fi Y-tunnus 0147520-0
--	----------------------------------	------------------------	--	--------------------------------------



## LASTENSUOJELUILMOITUS

Ilmoitusvelvollisuus koskettaa laajasti eri tahoja, jotka ovat tehtävässään saaneet tietää lapsesta, jonka hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat tekijät tai oma käyttäytyminen edellyttää lastensuojelun tarpeen selvittämistä. Ilmoitus on tehtävä salassapitosäännösten estämättä. Ilmoitusvelvollisuus siis syrjäyttää säännöksessä mainittujen henkilöiden salassapitovelvollisuuden. Ilmoitusvelvollisuutta ei myöskään poista se, että ilmoitusvelvollinen taho tietää varmuudella, että kyseinen lapsi tai perhe on jo lastensuojelun asiakkaana. Ilmoitusvelvollisuus koskee sitä tietoa, jonka työntekijä on saanut omassa työssään. Ilmoitus tehdään kunnan sosiaalitoimistoon. Lapsen kohdistuneesta seksuaalirikoksen epäilystä on ilmoitettava suoraan myös **poliisille**. Ilmoituksen voi tehdä puhelimitse, kirjallisesti tai käymällä virastossa henkilökohtaisesti.

Lastensuojeluilmoitus pitää tehdä silloin kun havaitsee tai saa tietää sellaisia seikkoja, joiden vuoksi lapsen lastensuojelun tarve on syytä selvittää. Kyseessä on siis henkilön oma arvio tarpeesta selvittää lapsen lastensuojelun tarve.

Ilmoituksen syynä voi olla esimerkiksi lapsen tarpeiden laiminlyönti, lapsen heitteillejättö, lapsen pahoinpitely tai seksuaalinen hyväksikäyttö tai niiden epäily tai uhka. Ilmoituksen aiheena saattaa olla myös se, että lapsen hoidossa tai huolenpidossa havaitaan muutoin puutteita tai osaamattomuutta, joka vaarantaa lapsen hyvinvointia.

Ilmoituksen syynä voi olla lapsesta huolehtivan aikuisen päihde- tai mielenterveysongelmat, jaksamattomuus tai oman hoidon laiminlyöminen tai myös arjen tukiverkon puuttuminen silloin, kun se saattaa vaarantaa lapsen hyvinvointia.


Lisäksi ilmoituksen aiheena voivat olla lapsen oma päihteiden käyttö, mielenterveyden ongelma, rikoksilla oireilu tai lapsen itsetuhoisuus. Muu lapsen kehitystä vaarantava olosuhde voi olla esimerkiksi lapsen kehitykseen todennäköisesti vaikuttavat vanhemman ja lapsen väliset vakavat vuorovaikutusongelmat, jatkuva koulunkäynnin laiminlyöminen sekä tilanne, jossa lapsi joutuu kantamaan ikätasoonsa nähden suhteetonta vastuuta perheen arjesta esimerkiksi vanhemman sairauden vuoksi.

Joissakin tilanteissa myös perheen erittäin heikko taloudellinen tilanne saattaa vaarantaa lapsen huolenpitoa tai kehitystä, jolloin lapsen tilannetta parannetaan antamalla taloudellista tukea esimerkiksi lastensuojelullisin perustein.

Ilmoitus tulisi tehdä myös havaittaessa edellä lueteltujen lisäksi muita vastaavia syitä, joiden vuoksi lapsen lastensuojelun tarve on syytä selvittää. **Jos on epävarma siitä, tulisiko tietyissä tilanteissa tehdä lastensuojeluilmoitus**, voi kysyä neuvoa kunnan lastensuojeluviranomaiselta ilmaisematta lapsen henkilöllisyyttä.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0



## SEKSUAALINEN AHDISTELU

Sukupuolista häirintää on ei-toivottu huomio, joka liittyy sukupuoleen, esimerkiksi halventava tai alentava puhe toisen sukupuolesta, sukupuoleen liittyvä kiusaaminen, teot, jotka saavat tuntemaan itsensä noloksi, pelokkaaksi, loukkaantuneeksi tai vihaiseksi.

Seksuaalista häirintää on muun muassa vihjailu ja seksuaalisesti värityneet vitsit, vartaloa, pukeutumista tai yksityiselämää koskevat puheet ja kysymykset. Ehdottelu, vaatiminen ja fyysinen koskeminen sekä raiskaus tai sen yritys ovat seksuaalista häirintää. Häirintää tapahtuu myös puhelimen ja netin välityksellä. Sukupuolinen huomio muuttuu häirinnäksi silloin kun sitä jatketaan, vaikka huomion kohde ilmaisisi sen olevan epämiellyttävää.

Nimittely, kuten homottelu ja huorittelu, on opittu keino välittää viestiä siitä mikä on sopivaa, normatiivista käyttäytymistä. Ilmaukset ovat vakiintuneet nuorten arkiseen toverilliseen puhutteluun. Sitä ei pidä hyväksyä, sillä ilmaisujen käyttäminen voi olla loukkaavaa myös muiden läsnäolijoiden mielestä. Kaikki halventaminen tai väheksyminen heikentää nuoren itsetunnon kehitystä. Nuorille muiden nuorten näkemys ja mielipiteet ovat tärkeitä ja siksi vertaisten ja oman ikäisten taholta tuleva pilkka satuttaa. On hyvä pohtia etukäteen vastauksia nimittelyyn ja miten siihen voi puuttua, myös nuorten kanssa yhdessä.

Tytön tai naisen huoraksi leimaamisessa on kyse eräänlaisesta demonisoinnista: huoraksi leimatusta voidaan kertoa ja uskoa mitä vain ja hänelle voidaan luvallisesti tehdä lähes mitä tahansa. Huoraksi leimatun kaikki tekemiset ovat yhteisön alituudessa tarkkailussa. Huorittelulla ja homottelulla voidaan rangaista vääränlaista naiseudesta tai miehisyydestä kyseenalaistamalla kohteen seksuaalisuus ja korostaen vallitsevia käsityksiä normaaliudesta. Tytöille ja pojille asetetut vaatimukset poikkeavat toisistaan, mikä näkyy myös huora- ja homo-sanojen sisällöstä.

Huoraksi tai homoksi leimaaminen on mielivaltaista, eikä sillä yleensä ole mitään tekemistä henkilön todellisen seksikäyttäytymisen kanssa. Nimittely voidaan kohdistaa melkein keneen tahansa, mistä syystä tahansa.

---

Kiipulasäätiö	Kiipulantie 507	PL 13	Puhelin (03) 685 21	www.kiipula.fi
Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus	14200 Turenki	14201 Turenki	Faksi (03) 684 5066	Y-tunnus 0147520-0