



# Auttamisen perusteet - Hätäilmoitus ja elvytystaidot neljäsluokkalaisille.

Tiia Pelli, Jenny Uusitalo

2025 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Auttamisen perusteet - Häätöilmoitus ja elvytystaidot neljäsluok-  
kalaisille.**

Tiia Pelli, Jenny Uusitalo  
Sairaanhoitaja AMK  
Opinnäytetyö  
2025

Tiia Pelli, Jenny Uusitalo

**Auttamisen perusteet-Hätäilmoitus ja elvytystaidot neljäsluokkalaisille**

Vuosi 2025 Sivumäärä 31

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää alakouluikäisille toiminnallinen harjoituskokonaisuus, jonka tavoitteena oli opettaa hätäilmoituksen tekeminen, elottoman tunnistaminen ja paineluelvytyksen aloittaminen. Tarkoituksena oli selvittää, miten toiminnallinen harjoituskokonaisuus voidaan toteuttaa lasten psyykinen turvallisuus huomioiden. Tavoitteena oli järjestää käytännön läheinen opetustuokio neljäsluokkalaisille. Opinnäytetyön toimeksiantaja oli Vantaan Vierumäen koulu.

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys koostuu ajantasaisista elvytys-suosituksista, traumainformoidusta työotteesta ja lasten psyykinen turvallisuuden edistämisestä koulutustilanteessa. Traumainformoitu työote huomioi lasten aiempien kokemusten vaikutukset ja tukee heidän turvallisuuttaan sekä psyykkistä hyvinvointiaan koulutuksen aikana. Elvytys-suositukset ovat perustana elvytysmenetelmien opettamiselle. Lisäksi teoreettisessa viitekehyksessä käsitellään hätäilmoituksen tekemisen, elottoman tunnistamisen ja elvytyksen aloittamisen teoriaa, sekä sitä, miten nämä taidot opetetaan lapsille turvallisesti ja tehokkaasti. Yhdessä nämä teoriat luovat pohjan toiminnalliselle harjoituskokonaisuudelle, jonka tavoitteena on vahvistaa lasten valmiuksia toimia hätätilanteissa turvallisesti ja tehokkaasti.

Hakemiimme tietolähteisiin perustuvien tulosten mukaan koululaisten tulisi saada säännöllisesti vuosittaista elvytyskoulutusta, ja koulutettuja oppilaita tulisi rohkaista jakamaan tietoa perheilleen ja ystävilleen. Lapsena opitut elvytystaidot eivät ainoastaan paranna lasten valmiuksia toimia hätätilanteissa, vaan ne myös lisäävät elvytystaitoisten aikuisten määrää tulevaisuudessa, mikä edistää yhteiskunnan turvallisuutta pitkällä aikavälillä.

Johtopäätöksissä nousi esille, että lapsille suunnattu toiminnallinen harjoituskokonaisuus on tehokas tapa opettaa hätätilanteissa toimimista, kun se toteutetaan käytännön läheisesti, ikätasolle sopivalla tavalla ja lasten psyykinen turvallisuus huomioiden.

Tiia Pelli, Jenny Uusitalo

**Basics of helping - Emergency notification and CPR skills for fourth graders**

Year

2025

Pages

31

---

The purpose of this thesis was to develop a practical training module for elementary school-aged children, with the goal of teaching how to make an emergency call, recognize an unresponsive person, and start CPR. The aim was to explore how such a practical training module could be implemented while considering the psychological safety of the children. The objective was to organize a hands-on lesson for fourth-grade students. The commissioning organization for the thesis was Vierumäki School in Vantaa.

The theoretical framework of the thesis consists of up-to-date CPR guidelines, a trauma-informed approach, and the promotion of psychological safety in a training setting. The trauma-informed approach takes into account the impact of children's previous experiences and supports their safety and psychological well-being during the training. The CPR guidelines serve as the foundation for teaching resuscitation methods. Additionally, the theoretical framework discusses the theory behind making an emergency call, recognizing an unresponsive person, and starting CPR, as well as how these skills can be taught to children in a safe and effective manner. Together, these theories form the basis for the practical training module, which aims to strengthen children's ability to act safely and effectively in emergency situations.

Based on the results from the sources we consulted, it is recommended that schoolchildren receive regular annual CPR training, and that trained students be encouraged to share this knowledge with their families and friends. CPR skills learned in childhood not only improve children's ability to act in emergencies but also increase the number of CPR-trained adults in the future, contributing to society's safety in the long term.

In conclusion, it was highlighted that a practical training module designed for children is an effective way to teach how to act in emergencies, when it is implemented in a hands-on, age-appropriate manner and with attention to the children's psychological safety.

Keywords: school-aged child, trauma-informed approach, unresponsive, emergency call, CPR training

## Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Elvytystaitojen opettaminen peruskoulussa .....	7
2.1	Lapsen kyky oppia elvytystaitoja .....	7
2.2	Neljäsluokkalainen oppijana.....	8
3	Lapsen psyykkisen turvallisuuden mahdollistaminen.....	9
3.1	Kouluikäisen psyykkisen kehityksen tukeminen.....	9
3.2	Traumainformoitu työote .....	10
4	Elottoman tunnistaminen, hätäilmoituksen tekeminen ja elvytyksen aloittaminen .....	11
4.1	Elottoman tunnistaminen .....	12
4.2	Hätäilmoituksen tekeminen .....	13
4.3	Elvytys .....	14
5	Tarkoitus ja tavoitteet .....	17
6	Toiminnallisen harjoituskokonaisuuden suunnittelu ja toteutus .....	17
6.1	Toiminnallinen opinnäytetyö .....	17
6.2	Suunnittelu.....	18
6.3	SWOT-analyysi hätäilmoituksen ja elvytystaitojen koulutuksesta lapsille .....	19
6.4	Toteutus.....	20
6.5	Toiminnallisen harjoituskokonaisuuden arviointi .....	21
7	Pohdinta .....	22
7.1	Eettisyys ja luotettavuus .....	22
7.2	Hyödyllisyys ja kehittämissuhteet .....	23
7.3	Opinnäytetyön ja ammatillisen kehityksen itsearviointi.....	24
8	Lähteet .....	24
	Liitteet .....	29

## 1 Johdanto

Sydänpysähdys on äkillinen ja elämää uhkaava tilanne, jossa elvytys on elintärkeää. Aivot pysyvät selviytymään vain 3-5 minuuttia ilman happea, joten nopea elvytyksen aloitus voi ratkaista hengissä selviytymisen. Ilman maallikoiden tarjoamaa elvytystä vain noin yksi kymmenestä sydänpysähdyksen saaneista selviää hengissä. (Böttiger & Van Aken 2015.)

Maallikkoelvytys, eli satunnaisen henkilön aloittama elvytys, voi kaksinkertaistaa sydän-pysähdyspotilaan selviämismahdollisuudet. Euroopan Elvytysneuvoston elvytys-suositukset rohkaisevat kaikkia elvyttämään. (European Resuscitation Council 2021.)

Suomen Sydänliitto, Suomen Elvytysneuvosto ja Hätäkeskuslaitos ovat ilmaisseet huolensa suomalaisten elvytysvalmiudesta. Suomessa vain 47 % sydänpysähdyksen saaneista saa maallikon antamaa elvytystä, mikä on alle Euroopan keskiarvon (58 %) ja selvästi heikompi kuin Pohjoismaissa (70 %). Sydänliiton vuonna 2023 toteuttaman elvytystutkimuksen mukaan suurin este elvytykselle on epävarmuus omasta osaamisesta. (Sydänliitto 2023; Käypä hoito -suositus 2021.)

Vuoden 2014 opetussuunnitelman perusteissa ensiaputaitojen opetus mainitaan alakoulussa osana ympäristöoppia ja yläkoulussa osana terveystietoa, mutta sisällöt ja laajuus on jätetty tarkentamatta. Suomessa ei ole yhtenäistä linjaa ensiaputaitojen opetuksessa, vaan koulut määrittelevät itse sen määrän ja sisällön. Elvytykselle ja elottoman potilaan tunnistamiselle ei ole omistettu tarpeeksi syvällistä tarkastelua, mikä osoittaa tarpeen laajentaa elvytyksen opetusta peruskouluihin. (Opetushallitus 2014). Käypä hoito -suosituksen (2021) mukaan kaikille koululaisille tulisi antaa säännöllisesti elvytyskoulutusta.

Maailman terveysjärjestö (WHO) pitää elvytyskoulutuksen opettamista erittäin tärkeänä sen moninaisten ja myönteisten vaikutusten vuoksi maailmanlaajuiseen terveyteen. WHO:n mukaan elvytyskoulutus voi merkittävästi parantaa selviytymismahdollisuuksia äkillisissä sydänpysähdystilanteissa, mikä puolestaan vaikuttaa positiivisesti yhteiskunnan yleiseen terveyteen ja hyvinvointiin. Elvytyskoulutuksen avulla ihmiset voivat oppia elintärkeitä taitoja, jotka voivat pelastaa hengen, ja tämän tiedon jakaminen yhteisöissä voi luoda laajemman hätätilanteisiin varautumisen kulttuurin. Esimerkiksi lasten osallistaminen elvytyskoulutukseen voi paitsi parantaa heidän omaa valmiuttaan hätätilanteissa, myös edistää elvytystaitojen leviämistä kodeissa ja yhteisöissä, mikä lisää elvytysvalmiuksia laajasti. (Kids Safe Lives 2021.)

## 2 Elvytystaitojen opettaminen peruskoulussa

Tässä luvussa käsitellään elvytyksen opetuksen merkitystä peruskoulussa sekä sitä, kuinka toiminnallinen lähestymistapa tukee lasten kykyä omaksua elvytystaitoja. Luvussa käsitellään myös elvytyskoulutuksen toteutustapoja ja niiden vaikutuksia oppimiseen.

### 2.1 Lapsen kyky oppia elvytystaitoja

Elvytyksen onnistuminen riippuu olennaisesti elvytyksestä vastaavien henkilöiden osaamisesta. Puutteellinen osaaminen, tiedon puute tai väärä painelutekniikka voivat olla esteitä tehokkaalle elvytykselle. Suomen Elvytysneuvosto on sitoutunut edistämään maallikkoväestön elvytysosaamista ja parantamaan elvytyksen laatua Suomessa. Yksi suurimmista esteistä elvytyksen aloittamiselle on auttamisrohkeuden ja elvytysosaamisen puute. Näihin haasteisiin voidaan kuitenkin puuttua tehokkaasti tarjoamalla kohdennettua koulutusta. Elvytyskoulutuksen lisääminen kouluissa voi parantaa oppilaiden valmiuksia toimia hätätilanteissa ja parantaa eloonjäämisen mahdollisuuksia äkillisissä sydänpysähdyksissä. Elvytys on tärkeä kansalaistaito. (Ikola 2007, 13; Suomen Elvytysneuvosto 2021; Opetushallitus 2014; Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2023.)

Euroopan elvytysneuvoston, Euroopan potilasturvallisuussäätiön ja Elvytyksen kansainvälisen yhteyskomitean lausunnon mukaan kaikille koululaisille tulee tarjota elvytyskoulutusta, sillä elvytyksen opettaminen lapsille on osoittautunut tehokkaaksi tavaksi lisätä maallikkoelvytyksen määrää. Euroopan Elvytysneuvoston aloitteesta käynnistettiin Kids Save Lives -ohjelma, jonka tavoitteena on kouluttaa lapsia elvytyksessä eri puolilla maailmaa. Ohjelma on saanut tuekseen Maailman terveysjärjestön (WHO) kannatuksen ja pyrkii kannustamaan koululaisia opettelemaan elvytyksen perusasiat. (Kids Save Lives 2021; Euroopan elvytysneuvosto 2021; Käypä hoito -suositus 2021.)

Tutkimuksissa on havaittu, että jo 7-vuotiaat lapset kykenevät oppimaan ensiavun perusasiat, kuten hätäilmoituksen tekemisen, verenvuodon tyrehtyttämisen ja automaattisen ulkoisen defibrillaattorin käytön. Tämä osoittaa, että 7-14-vuotiaat lapset voivat omaksua elvytykselle ja ensiavulle keskeisiä taitoja, vaikka fyysiset vaatimukset saattavat vaihdella iän mukaan. Tutkijat ovat päätelleet, että oikeanlaisen koulutuksen avulla lapset pystyvät oppimaan maallikkoelvytyksessä tarvittavat taidot ja voivat olla valmiita auttamaan hätätilanteissa. (Banfai, Pandou, Csonka & Betlehem 2017.) Koululaisilla on usein myös vähemmän esteitä osallistua elvytyskoulutukseen, erityisesti esimurrosikäisinä, jolloin ikä vaihtelee 9-12 vuoden välillä (Böttiger ym. 2017; Korhonen 2021). Toistuva harjoittelu on myös osoittautunut tehokkaaksi keinoksi parantaa elvytystaidon pysyvyyttä ja varmuutta. Lapset ovat erityisen kykeneviä

elvyttämään, koska heillä ei ole välttämättä ennakkoluuloja tai pelkoa elvytyksessä tarvittavien välineiden käytöstä, toisin kuin aikuisilla voi olla. (Plant & Taylor 2013.)

Vuonna 2016 toteutetussa tutkimuksessa tarkasteltiin, kuinka lasten elvytystaitojen opettaminen voi vaikuttaa tiedon säilymiseen pitkällä aikavälillä. Koululaiset osallistuivat kahden tunnin elvytyskoulutukseen ja jakoivat oppimansa tiedot vanhemmilleen opetusmateriaalien avulla. Tutkimustulokset osoittivat, että lasten elvytystaidot parantuivat merkittävästi koulutuksen jälkeen, ja vanhempien osallistuminen vahvisti tietojen säilymistä. (Iskrzycki, Williams & Pawlowski 2016.) Myös Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan vuosittainen kahden tunnin elvytysopetus yli 12-vuotiaille auttaa ylläpitämään ja syventämään opittuja taitoja ja elvytyskoulutuksen tarjoaminen kouluissa parantaa globaalisti terveyttä (Kids Safe Lives 2021). Martinsin ym. (2023) kirjallisuuskatsauksessa kuitenkin todetaan, että elvytyskoulutuksen tehokkuus lapsille ja nuorille vaihtelee käytettyjen opetusmenetelmien mukaan. Perinteinen kasvatusten tapahtuva opetus ja vertaisopetus ovat olleet tehokkaimpia lähestymistapoja. (Martins, Melo, Reis & Alves 2023.) Elvytystaitojen oppimisessa on keskeistä käyttää oppimista tukevia lähestymistapoja ja ohjausta. Opetuksen kohdistaminen yksilön tarpeiden mukaan parantaa oppimistuloksia ja voi auttaa taitojen säilymisessä pidempään. Säännöllinen elvytyskoulutus puolestaan parantaa valmiuksia toimia elvytystilanteissa, sillä se vahvistaa niin tiedollista kuin käytännön osaamista. (Ikola 2007.)

## 2.2 Neljäsluokkalainen oppijana

Neljäsluokkalaiset innostuvat usein aktiivisesta oppimisesta, ja toiminnallinen harjoituskokonaisuus tarjoaa heille mahdollisuuden osallistua, kokeilla ja oppia tekemällä. Tämä lähestymistapa tukee heidän uteliaisuuttaan ja motivaatiotaan, sillä he pääsevät harjoittelemaan elvytyksen keskeisiä osa-alueita, kuten elottoman tunnistamista, hätäilmoituksen tekemistä ja peruselvytyksen aloittamista. Toiminnalliset harjoituskokonaisuudet ovat tutkimusten mukaan tehokkaita erityisesti aktiivisen oppimisen ja osallistamisen näkökulmasta, sillä ne parantavat oppilaiden motivaatiota ja sitoutumista. Lisäksi ryhmätyöskentely kehittää sosiaalisia taitoja ja antaa oppilaille mahdollisuuden jakaa tietoa ja kokemuksia. (Zhao & Liu 2023.)

Oikeanlaisen opetuksen avulla, joka on mukautettu ikätasoon ja esitetty lapsille ymmärrettävässä ja konkreettisesti muodossa, voimme tukea lasten kehitystä. Opetushallitus (2014) korostaa, että opetuksen tulee olla osallistavaa ja elämyksellistä, jotta oppilaat voivat liittää oppimansa omaan elämäänsä ja kokemuksiinsa. Toiminnallinen lähestymistapa tukee lasten kykyä ymmärtää oppimisprosessia ja siten sisäistää hätäilmoituksen tekemisen ja elvytyksen peruseriaatteen. Mannerheimin Lastensuojeluliitto (2023) mukaan erityisesti alakouluikäisten lasten tulee saada opetusta, joka on helposti ymmärrettävää ja käytännönläheistä, jotta he

voivat omaksua hätäilmoituksen tekemisen ja elvytyksen kaltaiset elämän pelastavat taidot. (Opetushallitus 2014; Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2023).

### 3 Lapsen psyykkisen turvallisuuden mahdollistaminen

Tässä luvussa käsitellään kouluikäisten lasten psyykkisen kehityksen tukemista ja psyykkisen turvallisuuden merkitystä. Tavoitteena on luoda ympäristö, jossa lapset voivat kokea turvallisuutta ja tukea kehitykselleen tärkeiden taitojen omaksumisessa. Luvussa tarkastellaan myös, kuinka psyykkistä turvallisuutta voidaan edistää muun muassa trauma informoidun työtteen avulla, joka huomioi lasten yksilölliset tarpeet ja kokemukset.

#### 3.1 Kouluikäisen psyykkisen kehityksen tukeminen

Kouluikäiselle, joka on 7-12-vuotias lapsi, psyykkisen turvallisuuden tunteen vahvistaminen on tärkeää, sillä hänen kehityksensä vaiheessa tapahtuu merkittäviä muutoksia fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Fyysisesti lapsen keho muuttuu: pään koko pienenee suhteessa vartaloon, raajat pitenevät, ja pyöreys vähenee. Nämä muutokset voivat vaikuttaa lapsen käsitykseen itsestään, joten on tärkeää tukea hänen itsetuntoaan ja kehonkuvaansa positiivisesti. (Hammar, Storvik-Sydänmaa & Tervajärvi 2019, 26.)

Psyykkisesti kouluikäinen siirtyy ajattelussaan konkreettisten operaatioiden vaiheeseen, jolloin minäkeskeisyys vähenee ja looginen päättelykyky kehittyy. Tämä kehitys tukee lapsen kykyä tarkastella maailmaa realistisemmin ja ymmärtää paremmin omia taitojaan sekä rajojaan. Tähän liittyen psyykkisen turvallisuuden tunteen vahvistaminen tarkoittaa sitä, että lapselle annetaan mahdollisuus kokea onnistumisia ja oppia sietämään myös pettymyksiä. Vanhemmilta ja opettajilta saatu tunnustus on erityisen tärkeää lapsen minäkäsityksen ja itseluottamuksen tukemisessa. (Hammar, Storvik-Sydänmaa & Tervajärvi 2019, 26.)

Tunne-elämän osalta kouluikäinen oppii hallitsemaan ja peittelemään tunteitaan sekä käsittelemään kokemuksiaan mielessään. Tällöin lapsi hyötyy siitä, että hänelle tarjotaan turvallinen ympäristö, jossa tunteita voi ilmaista ja käsitellä avoimesti. Sosiaalisten suhteiden merkitys korostuu tässä iässä, sillä kaverit ovat lapselle tärkeitä, mutta samalla hän tarvitsee edelleen vanhempien ja muiden aikuisten tukea sekä huolenpitoa. (Hammar, Storvik-Sydänmaa & Tervajärvi 2019,26.)

Kouluikäisen psyykkinen turvallisuus liittyy myös vapaa-aikaan ja leikkiin. Vaikka lapsi osallistuu usein harrastuksiin, on tärkeää huolehtia siitä, että hänelle jää riittävästi vapaata aikaa itsensä ilmaisemiseen ja rentoutumiseen. Median runsas käyttö on tyypillistä kouluikäiselle, ja

sen vaikutukset lapsen kehitykseen ovat ajankohtainen keskustelunaihe. Vanhempien ja muiden aikuisten tehtävä on auttaa lasta käsittelemään median tarjoamaa tietoa ja varmistaa, ettei se heikennä lapsen turvallisuuden tunnetta. (Hammar, Storvik-Sydänmaa & Tervajärvi 2019, 26.)

Psyykkistä turvallisuutta edistetään tukemalla ryhmäytymistä ja varmistamalla, että jokainen lapsi tuntee kuuluvansa ryhmään eikä jää sosiaalisesti syrjään. Sosiaalisesti turvallinen ja saltilva oppimisympäristö tukee myös vuorovaikutustaitojen kehittymistä, jolloin lapset kokevat voivansa tehdä vuorovaikutusaloitteita ja toimia aktiivisesti osana ryhmää. Opettajan vastuulla on luoda turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri, jossa jokainen kokee itsensä arvostetuksi osaksi yhteisöä. (Opetushallitus 2025.)

### 3.2 Traumainformoitu työote

Traumainformoitu työote tarkoittaa toimintatapaa, jossa otetaan huomioon mahdolliset traumaattiset kokemukset ja pyritään luomaan turvallinen, ennakoitava ja myötätuntoinen ympäristö. Tällöin pyritään ehkäisemään uusien traumojen syntymistä ja tukemaan ihmisten hyvinvointia. Traumainformoitu työote ei pyri hoitamaan traumaattisia kokemuksia suoraan, vaan sen tavoitteena on vähentää traumatisoitumista ja edistää psyykkistä hyvinvointia. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020; Sarvela 2020.)

Traumainformoidun työotteen keskeiset periaatteet ovat turvallisuus, luottamus, valinnanvapaus, yhteistyö ja voimaantumisen. Organisaatioissa ja kouluissa näiden periaatteiden toteutuminen näkyy esimerkiksi siinä, että ympäristön tulee olla fyysisesti ja psyykkisesti turvallinen, että osallistujilla on mahdollisuus kontrolloida omaa osallistumistaan ja että kohtaamiset tapahtuvat myötätuntoisesti ja kunnioittavasti. Työotteessa on tärkeää varmistaa, että kaikki osapuolet kokevat itsensä turvalliseksi ja että heidän hyvinvointinsa otetaan huomioon kaikessa toiminnassa. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020; Matikka 2020.)

Traumainformoitu työote voi sisältää esimerkiksi toimintatapoja, joissa lapsille tarjotaan mahdollisuus keskeyttää koulutustilanteet, jos se tuntuu liian kuormittavalta, ja joissa harjoitukset toteutetaan kannustavassa ja paineettomassa ilmapiirissä. Tämä lisää turvallisuutta ja vähentää psyykkistä kuormitusta. Koulutuksessa on tärkeää, että aikuiset tiedostavat trauman vaikutukset ja pystyvät luomaan ympäristön, jossa lapset voivat oppia ja kehittyä ilman pelkoa uusiin traumoihin joutumisesta. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020; Peltoniemi & Sarvela 2020.)

Traumainformoidun työotteen tarkoituksena on tukea yksilön toipumista ja hyvinvointia. Lähestymistavan soveltaminen kouluissa ja työpaikoilla tukee tätä prosessia tarjoamalla

turvallisen ja tasapainoisen ympäristön, jossa kaikki voivat kokea olevansa kuultuja ja nähtyjä. Kun lapsille opetetaan hätäilmoituksen tekemistä ja elvytyksen aloittamista, on tärkeää huolehtia psykologisesta turvallisuudesta. Hätätilanteiden käsittely voi herättää pelkoa ja ahdistusta, joten koulutuksen tulee tapahtua rauhallisessa ja kannustavassa ilmapiirissä. Traumainformoitu työote tarjoaa keinoja lasten psyykkisen turvallisuuden takaamiseen. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020.)

Ensimmäinen askel on luoda ennakoitava ja turvallinen ympäristö. Lapsille kerrotaan etukäteen, mistä koulutuksessa puhutaan ja mitä harjoituksia tehdään. Selkeät ja rauhalliset ohjeet auttavat ymmärtämään tilanteet ilman tarpeetonta pelottelua. Myös mahdollisuus kysymysten esittämiseen sekä keskusteluun vähentää epävarmuutta ja tukee oppimista. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020.)

Lisäksi koulutuksessa tulee huomioida lasten erilaiset tunnereaktiot. Jokaisen lapsen kokemus on yksilöllinen, ja heidän tunteitaan tulee kunnioittaa. Lapsille voidaan korostaa, ettei ole oikeaa tai väärää tapaa tuntea, ja että harjoittelemisen avulla toimimaan paremmin oikeassa hätätilanteessa. Pakkotilanteita tulisi välttää, ja jokaiselle tulee antaa mahdollisuus osallistua omassa tahdissaan. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020.)

Emotionaalisen turvallisuuden tukemiseksi aiheen käsittelyssä vältetään liian yksityiskohtaisia tai pelottavia kuvauksia. Käytetty kieli on myönteistä ja kannustavaa, jotta lapsille syntyy hallinnan tunne. Lopuksi on tärkeää, että jokainen kokee onnistumisen tunnetta ja saa positiivista palautetta osallistumisestaan. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020.)

Yhteisöllisyys ja vertaistuki auttavat vahvistamaan lasten turvallisuuden tunnetta. Ryhmässä keskusteleminen ja kokemusten jakaminen voivat lisätä ymmärrystä ja vähentää pelkoa. Kannustava ilmapiiri ja kiitoksen antaminen jokaiselle osallistujalle tukevat lapsen itsevarmuutta ja motivaatiota oppia tärkeitä hätätilanteissa toimimisen taitoja. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020.)

Psyykkisen turvallisuuden huomioiminen koulutuksen aikana varmistaa, että lapset saavat tärkeää tietoa ilman tarpeetonta stressiä tai ahdistusta. Traumainformoidun työotteen periaatteiden soveltaminen tekee oppimiskokemuksesta positiivisen ja tukee lasten hyvinvointia. (Turun ensi- ja turvakoti ry 2024; Koivula & Nyman 2020.)

#### 4 Elottoman tunnistaminen, hätäilmoituksen tekeminen ja elvytyksen aloittaminen

Tässä luvussa käsitellään elottoman tunnistamista, hätäilmoituksen tekemistä sekä elvytyksen aloittamista. Luvussa tarkastellaan ajankohtaisia elvytys- ja Käypä hoito -suosituksia, jotka ohjaavat oikeanlaista toimintaa hätätilanteissa.

#### 4.1 Elottoman tunnistaminen

Elottomalla henkilöllä tarkoitetaan henkilöä, joka ei osoita elintoimintoja, kuten hengitystä, pulssia tai tietoisuutta. Elottomuuden tunnistamisessa keskeisiä merkkejä ovat reagoimattomuus ääneen tai kosketukseen, hengityksen puuttuminen tai epänormaali hengitys, kuten haukkova tai katkonainen hengitys. Jos henkilö ei reagoi ulkoisiin ärsykkeisiin eikä hengitä normaalisti, on syytä epäillä elottomuutta. Käypä hoito -suosituksen mukaan elvytys tulee aloittaa kaikille reagoimattomille henkilöille, jotka eivät hengitä tai joiden hengitys on epänormaalia. Elvytyksen nopea aloittaminen voi jopa kolminkertaistaa autettavan selviytymismahdollisuudet. (Suomen Punainen Risti 2025; Käypä hoito -suositus 2021.)

Suomen Punainen Risti (2021) perustaa elvytysohjeensa Euroopan elvytys-suositukseen (ERC) ja American Heart Associationin (AHA) suositukseen, jotka muodostavat tieteellisen pohjan elvytysohjeille. On tärkeää erottaa elottomuus tajuttomuudesta: tajuttomalla henkilöllä voi olla elintoimintoja, kuten hengitys, vaikka hän ei reagoi ulkoisiin ärsykkeisiin. Elottomalla henkilöllä sen sijaan kaikki elintoiminnot, kuten hengitys, puuttuvat kokonaan. (Suomen Punainen Risti 2025; Käypä hoito -suositus 2021.)

Sydänpysähdyksestä johtuva elottomuus on yleisin syy elintoimintojen lakkaamiseen. Sydänpysähdys estää verenkierron ja hapenkuljetuksen, mikä johtaa nopeasti elintoimintojen häiriöön. Tavallisimpia sydänpysähdysten syitä ovat sydämen rytmihäiriöt, kuten kammiovärinä, akuutti sepelvaltimotauti, hengitysteiden tukkeutuminen tai tukehtuminen, vakavat vammat, kuten rintakehän vamma tai suuri verenvuoto, sekä myrkytykset ja päihteiden yliannostukset. Yleisimmät sydänperäiset syyt ovat sydäninfarkti, kammiovärinä ja paineeton kammiotakykardia, jotka estävät sydäntä pumppaamasta verta tehokkaasti ja voivat johtaa sydämen pysähtymiseen. Lisäksi sydämen rakenteelliset ongelmat, kuten sydämen vajaatoiminta, voivat johtaa elottomuuteen. (Castrén, Korte & Myllyrinne 2022; European Resuscitation Council 2021).

Ei-sydänperäiset syyt, kuten hapenpuute (hypoksia), massiivinen verenvuoto, aivovauriot ja myrkytystilat, voivat myös estää kehon elintoimintoja ja johtaa elottomuuteen. Hengitysteiden tukkeutuminen ja tukehtuminen estävät hapen kulkemisen kehoon ja voivat nopeasti johtaa elottomuuteen. Äärimmäiset lämpötilat, kuten hypotermia eli alhainen ruumiinlämpötila tai hypertermia eli elimistön liiallinen lämpeneminen, voivat myös aiheuttaa elottomuuden. (American Heart Association 2020).

Elottomuuden tunnistaminen ja elvytyksen välitön aloittaminen ovat selviytymisen kannalta kriittisiä. Nopeasti aloitettu elvytys voi merkittävästi parantaa selviytymismahdollisuuksia riippumatta elottomuuden syystä. Tärkeää on, että elvytys aloitetaan heti, sillä nopea

toiminta voi pelastaa ihmishenkiä (Castrén, Korte & Myllyrinne 2022; Suomalainen Lääkäri-seura Duodecim 2021.)

#### 4.2 Häätälmoituksen tekeminen

Hätätälmoituksen tekeminen on keskeinen osa ensiavun antamista, sillä se varmistaa, että tarvittava apu saapuu nopeasti. Elvytystilanteessa hätätälmoituksen tekeminen voi olla elintärkeää, ja se tulisi suorittaa välittömästi soittamalla numeroon 112. Suositeltavaa on käyttää puhelimen kaiutintoimintoa, mikä mahdollistaa paineluelvytyksen aloittamisen heti hätäkeskuspäivystäjän opastamana. Lisäksi hätätälmoitus voidaan tehdä 112-sovelluksen kautta, jolloin hätäkeskus saa tarkat sijaintitiedot automaattisesti. Hätänumeroon tulee soittaa, kun henki, terveys, omaisuus tai ympäristö on uhattuna, ja tarvitet viranomaisen apua, kuten ensihoitoa tai pelastustoimia. Hätätälmoituksessa on tärkeää kertoa, mitä on tapahtunut, sekä antaa tarkka osoite ja kunta. Hätäkeskuspäivystäjä antaa ohjeita ja neuvoja avun varmistamiseksi, ja puhelin suljetaan vasta, kun päivystäjä antaa siihen luvan. (Hätäkeskuslaitos 2020; Käypä hoito -suositus 2021; Castrén, Korte & Myllyrinne 2022.)

Hätätälmoituksen tekemisestä ja auttamisvelvollisuudesta säädetään laissa. Pelastuslain (379/2011) mukaan jokaisella on velvollisuus ilmoittaa esimerkiksi tulipalosta tai onnettomuudesta, varoittaa vaarassa olevia ja ryhtyä pelastustoimenpiteisiin omien kykyjensä mukaan. Tieliikennelaissa (10.8.2018/729) edellytetään, että tienkäyttäjän on jäätävä liikenneonnettomuuspaikalle, avustettava loukkaantuneita ja osallistuttava tilanteen vaatimiin toimenpiteisiin. Poliisilaki (872/2011) puolestaan velvoittaa avustamaan poliisia esimerkiksi hengenvaarassa olevan kadonneen etsinnässä, mikäli päällystöön kuuluva poliisimies niin määrää. Lisäksi rikoslain (39/1889, 34 luku 6 §) mukaan on velvollisuus auttaa vakavissa hätätalanteissa, ja avun antamatta jättämisestä voi seurata rangaistus. (Finlex 2024.)

Hätätälmoituksen opettaminen lapsille on äärimmäisen tärkeää, sillä se ei pelkästään valmista heitä toimimaan oikein hätätalanteissa, vaan myös tukee heidän psyykkistä turvallisuuttansa. Lapsille annettu tieto siitä, kuinka tunnistaa hätätalanteet ja toimia järkevästi, voi vähentää pelkoa ja ahdistusta kriisitilanteissa. Kun lapsi tietää, miten ja milloin soittaa hätänumeroon 112, se vahvistaa hänen itseluottamustaan ja kokemus oman toiminnan tärkeydestä voi lievittää stressiä hätätalanteessa. Tällöin lapsi pystyy keskittymään paremmin ja toimimaan tehokkaasti, vaikka tilanne olisikin stressaava. (Hätäkeskuslaitos 2025.)

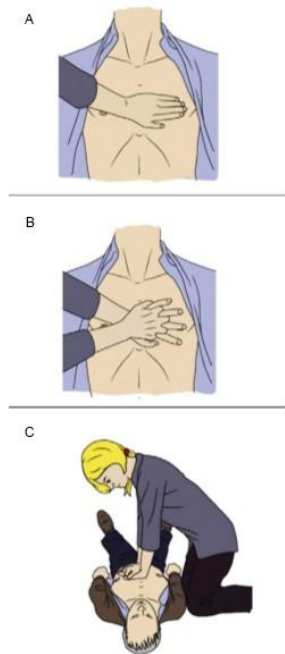
### 4.3 Elvytys

Elvytyksen tarkoituksena on auttaa potilasta selviytymään sydänpysähdyksestä. Painelupuhalluselvytyksen tavoitteena on ylläpitää verenkiertoa elimistössä. Elvytyksen päämääränä on palauttaa verenkierto ja hengitys, jotta elintärkeät elimet, erityisesti aivot ja sydän, saavat tarvitsemansa hapen ja ravinteet. (Castrén, Korte & Myllyrinne 2022.)

Sydänpysähdyksen seurauksena hengitys lakkaa, ja aivot alkavat vaurioitua hapenpuutteen vuoksi. Elvytyksen onnistumiseen vaikuttaa ratkaisevasti aika, joka kuluu sydämen pysähtymisestä elvytyksen aloittamiseen. Jo muutamassa minuutissa aivoihin alkaa syntyä soluvaurioita hapenpuutteen vuoksi. Elottomuuden nopea tunnistaminen, välitön painelupuhalluselvytyksen aloittaminen sekä varhainen defibrillointi ovat avainasemassa sydänpysähdyksestä selviytymisessä. Peruselvytys tulee aloittaa jokaiselle reagoimattomalle henkilölle, joka ei hengitä tai jonka hengitys ei ole normaalia. (Käypä hoito -suositus 2021.)

Elvytys aloitetaan aina arvioimalla, onko henkilö herätettävissä. Puhu äänekkäästi ja ravistele hartioista. Jos henkilö ei reagoi, soita hätänumeroon, tarkista hengitys ja varmista hengitysteiden avoimuus. Asetu polvillesi autettavan viereen ja avaa hengitystiet kohottamalla leukaa ylöspäin ja taivuttamalla päätä taaksepäin. Tunnustele kämmenellä ilmavirtaa, katso, liikuuko rintakehä ja kuuluuko hengityksen ääni. Mikäli hengitys ei ole normaalia, aloitetaan painelupuhalluselvytys. (Suomen elvytysneuvosto 2021; Suomen Punainen Risti 2025; Käypä hoito -suositus 2021.)

Elvytysohjeet eroavat hieman aikuisen ja lapsen välillä, vaikka painelukohta on molemmissa tapauksissa rintalastan keskiosa. Suurin ero liittyy paineluiden ja puhallusten määrään. Aikuisen elvytys alkaa 30 painelulla, joissa kämmenellä painetaan rintalastan keskeltä 5-6 cm syvyyteen. Painelunopeus on 100-120 painallusta minuutissa. Paineluiden jälkeen annetaan kaksi puhallusta, ja elvytys etenee rytmillä 30:2, eli 30 painallusta ja 2 puhallusta toistetaan vuorotellen. Lapsen elvytys aloitetaan viidellä aloitus puhalluksella, minkä jälkeen siirrytään paineluihin. Lapsella painellaan rintalastaa vähintään kolmasosan syvyyteen rinnasta. Painelunopeus on sama kuin aikuisella, eli 100-120 painallusta minuutissa. Puhalluksia ja paineluita jatketaan rytmillä 15:2. (Suomen elvytysneuvosto 2021; Suomen Punainen Risti 2025; Käypä hoito- suositus 2021.)



© European Resuscitation Council 2015, www.erc.edu.  
The translation is responsibility of Duodecim and the  
Finnish Resuscitation Council.

Kuva 1. Aikuisen paineluelvytys. Painelukohta, painelu asento, käsien asento. (European Resuscitation Council 2015; Käypä hoito -suositus 2021; Duodecim & Finnish Resuscitation Council 2021).



© European Resuscitation Council 2015, www.erc.edu.  
The translation is responsibility of Duodecim and the  
Finnish Resuscitation Council.

Kuva 2. Yli 1-vuotiaasta, mutta alle murrosikästä elvyttäessä käytetään yhden tai kahden kämmenen tyveä (Käypä hoito- suositus 2021).

Hyvin hoidettu elvytys pitää sisällään elottomuuden välittömän tunnistamisen, nopean lisäavun hälyttämisen, tehokkaan painelu- puhalluselvytyksen. Jos elvyttäjiä on kaksi, puhaltaja ja painelija vaihtavat roolejaan säännöllisesti, jotta elvytys pysyy tehokkaana. Elvytystä ei saa keskeyttää, ellei ilmene elonmerkkejä, kuten liikkumista tai yskimistä. Maallikkoelvytyksen koulutuksen tavoitteena on rohkaista elvytyksen aloittamiseen ja lisätä sen käyttöä hätätilanteissa. Nopealla ja oikea-aikaisella maallikkoelvytyksellä on suuri merkitys sydänpysähdyksestä selviytymiselle, sillä se parantaa huomattavasti selviytymismahdollisuuksia. (Ikola 2007; Käypä hoito -suositus 2021.)

## AIKUISEN PERUSELVYTYS



© European Resuscitation Council 2021. www.erc.eu. The translation is responsibility of Duodecim and the Finnish Resuscitation Council. Jakelu ja lupatiedustelut: Suomen Elvytysneuvosto. www.elvytysohjeet.fi

Kuva 3. Aikuisen peruselvytys. (European Resuscitation Council 2021; Käännös vastuu: Duodecim ja Suomen Elvytysneuvosto; Jakelu ja lupatiedustelut Suomen Elvytysneuvosto [www.elvytysohjeet.fi](http://www.elvytysohjeet.fi).)

## 5 Tarkoitus ja tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ja toteuttaa toiminnallinen harjoituskokonaisuus neljäsluokkalaisille. Koulutuksen tavoitteena on, että lapset oppivat hätäilmoituksen tekemisen ja elvytyksen perusasiat käytännönläheisesti ja heidän ikätasoonsa sopivalla tavalla. Opetuksessa hyödynnetään traumainformoitua työtettä, joka luo turvallisen ja kannustavan oppimisympäristön. Koulutus järjestetään Vierumäen koulun neljäsluokkalaisille Vantaalla, ja kohderyhmä on valittu koulun toiveiden mukaisesti.

Opinnäytetyö keskittyy elvytysopetuksen lisäksi elottomuuden tunnistamiseen ja hätäilmoituksen tekemiseen ja lasten psyykkisen turvallisuuden takaamiseen koulutuksen aikana, mikä erottaa sen muista samankaltaisista opinnäytetöistä. Koulutuksessa otetaan huomioon lasten kehitystaso, oppimiskyky ja traumainformoitu työote, jotta he voivat osallistua aktiivisesti ja ymmärtää oppimansa turvallisesti. Työ pohjautuu Käypä hoito suositukseen sekä ajankohtaisiin kansainvälisiin elvytys suosituksiin, kuten European Resuscitation Councilin ja American Heart Associationin ohjeisiin, sekä Suomen Elvytysneuvoston suosituksiin. Lisäksi se tukee Kids Save Lives -aloitetta, joka kannustaa sisällyttämään elvytyskoulutuksen osaksi kouluopetusta.

Opinnäytetyön tavoitteena on edistää lasten elvytyskoulutuksen asemaa ja varmistaa, että koululaiset saavat tarvittavat valmiudet toimia hätätilanteessa. Koulutuksen avulla lapset voivat jakaa oppimaansa perheilleen ja ystävilleen, mikä parantaa yhteiskunnan valmiuksia toimia hätätilanteissa.

## 6 Toiminnallisen harjoituskokonaisuuden suunnittelu ja toteutus

Tässä luvussa käsitellään opinnäytetyömme toiminnallista lähestymistapaa, joka toteutettiin Vierumäen koulun neljäsluokkalaisille. Luvussa tarkastellaan, kuinka elvytyksen ja hätäilmoitustaitojen harjoituskokonaisuus suunniteltiin ja toteutettiin, ottaen huomioon lasten oppimiskyky, ikätaso ja turvallinen oppimisympäristö.

### 6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on tutkimusmuoto, jossa yhdistetään käytännön kehittämistyö ja tutkimusprosessi. Sen tavoitteena on tuottaa käytännön ratkaisuja tai kehittää toimintatapoja tietyn ongelman tai tarpeen pohjalta. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tutkimus ei rajoitu pelkästään teoreettiseen tarkasteluun, vaan siihen sisältyy myös konkreettinen toimenpide tai kehittämisprojekti, joka pohjautuu tutkimuksen tuloksiin. Toiminnallinen opinnäytetyö eroaa perinteisestä tutkimustyöstä siinä, että se ei pelkästään kerää tietoa tai tuota teoreettista pohjaa, vaan siinä pyritään myös vaikuttamaan käytännön kentällä. Tämä voi ilmetä esimerkiksi uuden toimintamallin luomisena, olemassa olevien käytäntöjen kehittämisenä tai

organisaation toiminnan parantamisena. Työn prosessissa keskeistä on, että tutkija on aktiivisesti mukana kehittämistyössä ja analysoi sen vaikutuksia. Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyy teoria ja käytäntö. Teoreettinen viitekehys tukee käytännön toimia ja selittää, miksi tietyt kehittämistoimet ovat tarpeellisia ja miten ne voivat parantaa olemassa olevia käytäntöjä. Samalla kehittämistyön tuloksia arvioidaan ja reflektoidaan, jotta voidaan tehdä johtopäätöksiä ja parannuksia. Tämä yhdistelmä tekee toiminnallisesta opinnäytetyöstä erityisen soveltuvan projekteihin, joissa halutaan ratkaista käytännön ongelmia ja kehittää toimintatapoja. (Airaksinen & Vilkkä 2004.)

## 6.2 Suunnittelu

Kehittämistyömme pohjana oli elvytykseen ja hätäilmoituksen tekoon liittyvä ajantasainen tietoperusta, joka sisälsi uusimmat hoitotyön suositukset. Tämän tietopohjan perusteella suunnittelimme toiminnallisen harjoituskokonaisuuden Vierumäen koulun neljäsluokkalaisille. Opinnäytetyössämme lähestyimme aihetta tutkivalla asenteella ja analysoimme koko prosessia sekä tieteellisesti että käytännönläheisesti, nojaten tietoperustaan.

Hyvä oppimisympäristö tukee lasten aktiivista osallistumista ja auttaa heitä yhdistämään oppimansa käytännön tilanteisiin (Salminen & Suhonen 2008). Suunnitelman laatimisessa on erityisesti huomioitu lasten ikätaso ja oppimistarpeet. Elvytyksen ja hätäilmoituksen opetuksen toteutuksessa on pyritty monipuolisuuteen ja kannustavuuteen, jotta lasten oppimiskyky ja valmiudet omaksua uusia tietoja ja taitoja tukevat toisiaan. Suunnitelmassa on luotu oppimisympäristö, joka edistää lasten aktiivista osallistumista ja mahdollistaa opitun yhdistämisen käytännön tilanteisiin.

Harjoituskokonaisuuden suunnittelussa huomioitiin myös opetusympäristön turvallisuus ja lasten psyykinen hyvinvointi. Luokkahuone on tuttu ja turvallinen ympäristö oppimiselle. Suunnitteluvaiheessa olimme tiiviisti yhteydessä koulun opettajiin ja rehtoriin, joiden toiveiden pohjalta suunnittelimme harjoituskokonaisuuden, joka vastasi oppilaiden tarpeita ja mahdollisti tehokkaan oppimisen. Opettajan rooli oli tärkeä, sillä hänen läsnäolonsa osaltaan varmisti turvallisen oppimisympäristön ja antoi oppilaille henkilökohtaista tukea koulutuksen aikana.

Suunnitelman mukaan harjoituskokonaisuuteen oli tarkoitus osallistua yhteensä 87 neljäsluokkalaista, jaettuna neljään erilliseen luokkaan. Osa oppilaista tiedettiin olevan erityisen tuen tarpeessa, jonka vuoksi suunnittelussa oli huomioitava erilaiset tavat oppia. Suunnitelmaa laadittiin paitsi kirjallisuuden pohjalta, myös konsultoimalla kahden eri kouluyksikön erityisluokan opettajia, joista toinen toimii myös rehtorina. Konsultointi eri kouluista mahdollisti objektiivisen näkökulman koulutuksen toteutuksen suunnitteluun.

Varmistimme lasten psyykkisen turvallisuuden koulutuksen aikana useilla eri toimenpiteillä. Huolehdimme siitä, että koulutukselle oli saatu sekä koulun rehtorin että opettajan

suostumus. Lisäksi laadimme huoltajille lähetettävän tiedotteen, jossa kerroimme koulutuksen ajankohdan, sisällön sekä sen, kehen perheet voivat olla yhteydessä, mikäli heillä on kysyttävää tai tarvetta keskustelulle ennen koulutusta tai sen jälkeen. (Liite 2, s.31). Koulutus järjestettiin myönteisessä ja kannustavassa ilmapiirissä, ja siihen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Huomioimme mikäli jollakin oppilaalla on erityistarpeita koulutukseen liittyen, hänellä tai hänen huoltajallaan oli mahdollisuus olla kouluun yhteydessä, jotta voisimme tarvittaessa mukauttaa koulutuksen sisältöä tai toteutustapaa. Lisäksi oppilaille tarjottiin mahdollisuus keskeyttää koulutus milloin tahansa, jos se tuntuu liian vaativalta.

### 6.3 SWOT-analyysi hätäilmoituksen ja elvytystaitojen koulutuksesta lapsille

Toiminnallisen harjoituskokonaisuuden suunnittelussa hyödynsimme SWOT-analyysi menetelmää. SWOT-analyysi on menetelmä, jonka avulla voidaan arvioida jonkin toiminnan vahvuuksia, heikkouksia, mahdollisuuksia ja uhkia (Suomen riskienhallintayhdistys 2024).

SWOT-analyysin perusteella hätäilmoituksen ja elvytystaitojen kouluttaminen neljäsluokkalaisten tuottaa esiin sekä merkittäviä haasteita että arvokkaita mahdollisuuksia. (Liite 1, s.30). Keskeisimmät heikkoudet liittyvät oppilaiden motivaatioon, keskittymiskyvyn rajoitteisiin, fyysisiin esteisiin sekä koulutuksen kertaluonteisuuteen. Elvytyksen opettaminen voi olla haastavaa, sillä aiheen vakavuus tai pelottavuus saattaa vähentää oppilaiden kiinnostusta. Lisäksi ilman säännöllistä harjoittelua taidot voivat unohtua nopeasti, mikä heikentää koulutuksen pitkäaikaisia hyötyjä.

Toisaalta koulutuksella on myös monia vahvuuksia. Lapset oppivat nopeasti ja ovat avoimia uusille asioille, mikä tekee elvytystaitojen opettamisesta tehokasta. Pitkäaikaiset hyödyt, kuten taitojen säilyminen mielessä ja niiden soveltaminen myöhemmin elämässä, ovat merkittäviä etuja. Lisäksi koulutus voi vahvistaa kansalaisvastuullisuutta ja yhteisöllisyyttä, kun lapset oppivat toimimaan hätätilanteissa ja auttamaan muita. Koulun tarjoama tuki ja turvallinen oppimisympäristö voivat osaltaan edistää motivaatiota ja oppimista.

Elvytyskoulutuksella on myös laajempia mahdollisuuksia. Lapset voivat jakaa oppimansa taidot perheilleen ja ystävilleen, mikä laajentaa koulutuksen vaikutusta koko yhteisöön. Tämä voi lisätä tietoisuutta ja valmiuksia hätätilanteiden varalta myös muissa ikäryhmissä. Lisäksi kouluissa toteutettava elvytyskoulutus voi toimia perustana pitkäjänteiselle ja kestäväälle ensiapuopetuksen järjestelmälle. SWOT-analyysin perusteella elvytyskoulutus neljäsluokkalaisten on sekä haastava että erittäin hyödyllinen kokonaisuus. Kehittämällä koulutuksen jatkuvuutta ja oppilaiden sitouttamista voidaan varmistaa, että elvytystaidot jäävät osaksi nuorten arkea ja yhteiskunnallista valmiutta.

#### 6.4 Toteutus

Toteuttamamme koulutus ei vain kehittänyt lasten kykyä toimia hätätilanteessa, vaan se myös syvensi omaa ammatillista osaamistamme ja ohjaustaitojamme. Harjoituskokonaisuus tarjosi neljäsluokkalaisille mahdollisuuden oppia elvytyksen keskeiset perusasiat käytännönläheisesti ja heidän ikätasoonsa sopivalla tavalla. Keskiössä olivat elottoman tunnistaminen, hätäilmoituksen tekeminen ja elvytyksen aloittaminen. Tavoitteena oli, että oppilaat oppisivat tunnistamaan elottoman henkilön, osaamaan tehdä hätäilmoituksen ja pystyisivät aloittamaan elvytyksen oikea-aikaisesti ja turvallisesti.

Koulutuksen alussa esittelimme itsemme iloisella ja mieleenpainuvalla tavalla, jotta oppilaat virittyvät opetukseen myönteisesti. Loimme turvallisen ilmapiirin käsittelemällä aiheita neutraalisti ja kertomalla, että hätätilanteista puhuminen voi herättää erilaisia tunteita, mikä on täysin normaalia. Korostimme, että harjoittelun tarkoituksena on oppia auttamaan muita ja toimimaan rohkeasti, mutta varsinainen vastuu on aina aikuisilla. Lapsen tärkein tehtävä on osata hälyttää apua.

Koulutuksen tueksi loimme PowerPoint-esityksen, joka sisälsi selkeän rakenteen ja informatiivista tekstiä käsiteltävistä aiheista. Esityksen lisäksi selitimme asiat suullisesti lapsille ymmärrettävällä tavalla. Havainnollistimme tietoa videoiden avulla, ja niiden jälkeen toteutimme harjoitukset mallintamalla, jolloin oppilaat pääsivät kokeilemaan opittuja taitoja pareittain käytännössä. Näin lapset pääsivät aktiivisesti osallistumaan koulutukseen, ja uusi tieto saavutti heidät useiden aistikokemusten kautta, katsoen sekä kuunnellen ja kokeillen.

Harjoitukset keskittyivät hätätilanteessa toimimisen perusosa-alueisiin, kuten tajunnantason tarkistamiseen, hätäilmoituksen tekemiseen ja elvytyksen aloittamiseen. Jokainen osa-alue käsiteltiin kokonaisuutena, jotta lasten ei tarvinnut keskittyä liian pitkään yhteen asiaan, ja opetus tarjosi riittävästi virikkeitä. Toiminnallinen lähestymistapa antoi oppilaille käytännön kokemusta ja mahdollisuuden toistaa elintärkeitä taitoja, jotka voivat olla ratkaisevia hätätilanteessa.

Esimerkiksi kun opetimme kylkiasentoon kääntämisen. Selitimme ensin suullisesti sen syyt ja vaiheet PowerPoint-esityksen avulla. Tämän jälkeen näytimme lyhyen videon, jossa samanikäiset lapset kääntävät tajuttoman kylkiasentoon. Videon jälkeen demonstroimme itse, miten kylkiasento tehdään, ja tämän jälkeen oppilaat harjoittelivat pareittain. Me liikuimme ryhmissä, auttaen oppilaita tarvittaessa ja varmistimme, että vaiheet tehtiin oikein. Tämän jälkeen opetimme hätäilmoituksen tekemisen samalla kaavalla. Elvytyksen aloituksesta emme näyttäneet videota, mutta demonstroimme oikean painelukohdan ja painelutekniikan elvytysnukkejen avulla. Oppilaat jaettiin sen jälkeen kolmeen jonoon ja jokainen pääsi harjoittelemaan painalusta Stayin' alive -kappaleen tahtiin. Jokaisen jonon päässä oli yksi elvytysnukke

ja nuken vieressä aikuinen, joka ohjasi oikeanlaista painallusta. Yksi aikuisista oli tuttu luokan opettaja, kahden muun nuken luona oli opinnäytetyön tekijät.

PowerPoint-esitystä ei lisätty tekijänoikeus kysymysten vuoksi opinnäytetyön liitteisiin.

Kun pidimme neljäsluokkaisille koulutusta hätäilmoituksen tekemisestä ja elvytyksen aloittamisesta, hyödynsimme traumainformatiivista työtettä. Otimme huomioon lasten mahdolliset yksilölliset kokemukset ja ajatukset. Tavoitteenamme oli tarjota lapsille myönteinen koulutus, jossa he voivat kehittää valmiuksiaan toimia hätätilanteissa ilman tarpeetonta pelkoa tai ahdistusta.

Käytimme selkeää, positiivista ja kannustavaa kieltä, jotta lapset eivät kokeneet opetustilannetta ahdistavaksi. Esimerkiksi sen sijaan, että olisimme kuvanneet hätätilanteita liian tarkasti, pyrimme muotoilemaan asiat neutraalisti ja yksinkertaisesti. Lisäksi huomioimme lasten mahdolliset ajatukset ja reaktiot opetustilanteessa ja annoimme tilaa kysymyksille ja keskustelulle. Emme pakottaneet ketään osallistumaan, jos kaikesta huolimatta aihe tuntui vaikealta. Muistutimme lapsia siitä, että kaikki tunteet ovat sallittuja, ja vahvistimme heidän kokemustaan siitä, että heitä kuunnellaan. Korostimme sitä, että jokainen pienikin teko hätätilanteessa on tärkeä ja oikein tehty, eikä kaikkea tarvitse osata täydellisesti.

Lopuksi varmistimme, että lapsilla on mahdollisuus jatkaa aiheen käsittelyä myös koulutuksen jälkeen. Keskustelimme opettajan kanssa siitä, että koulutuksen jälkeen voi olla hyvä varata aikaa aiheen läpikäyntiin. Lisäksi kerroimme lapsille, että mikäli koulutuksen aiheet herättävät kysymyksiä tai pohdintaa, he voivat aina kääntyä aikuisen puoleen.

## 6.5 Toiminnallisen harjoituskokonaisuuden arviointi

Opetukseen sisällytettiin myös aikaa, jolloin oppilaat saivat kertoa tuntemuksiaan ja reflektoida kokemuksiaan koulutuksesta. Tämä antoi meille mahdollisuuden kerätä arvokasta palautetta, joka vahvisti koulutuksen onnistumista. Palautteen antaminen oli vapaaehtoista, ja oppilaat antoivat sitä suullisesti nimettömästi. Oppilaat kokivat opetuksen sekä hauskaksi että hyödylliseksi. Kysyessämme, olivatko he oppineet jotain uutta, useat mainitsivat oppineensa hätäilmoituksen tekemisen ja tajuttoman henkilön kääntämisen kylkiasentoon. Erityisesti elvytysnukkejen kanssa toimiminen ja painelutekniikan harjoittelu herättivät oppilaissa suurta innostusta, ja he pitivät tätä koulutuksen parhaana osana. Käytännön harjoittelu vahvisti oppilaiden itsevarmuutta ja antoi heille konkreettisia taitoja, joita he voivat käyttää hätätilanteissa.

Opettajilta saamamme palaute koulutuksen toteutuksesta oli erittäin positiivista. Palautteen mukaan päivä sujui erinomaisesti ja jouhevasti, mikä oli meille erittäin ilahduttavaa. Erityisesti korostettiin, että oppilaille oli jäänyt hyvin mieleen ensiapuun liittyvät tärkeät asiat,

kuten painelun rytmi biisin tahdissa, joka oli opetuksessa käytetty tehokas työkalu. Palaute kiitti erityisesti koulutuksen suunnittelua, joka nähtiin eheänä kokonaisuutena ja sisällöltään juuri sopivana 4. luokkalaisille. Koulutuksen osiot olivat sopivan mittaisia, ja niiden avulla oppilaiden keskittyminen pysyi hyvin yllä. Myönteistä palautetta saimme myös siitä, että tieto tuli oppilaille monikanavaisesti - katsoen, kuunnellen ja kokeillen - mikä teki oppimisesta monipuolista ja vaikuttavaa. Esiintymistämme kiiteltiin selkeydestä, ja palautteen mukaan täydensimme toisiamme hyvin. Ryhmänohjauksesta ja hallinnasta saimme myös kiitosta. Koulutuksen jälkeinen palaute osoitti, että lapset eivät vain omaksuneet hätätilanteessa toimimisen peruseriaatteita, vaan myös kokivat sen merkitykselliseksi ja motivoivaksi. Tämä vahvisti käsitystämme siitä, kuinka tärkeää on tarjota lapsille mahdollisuus oppia elintärkeitä elvytyksellisiä taitoja turvallisessa ja myönteisessä ympäristössä, jossa he voivat kehittää valmiuksiin ilman turhaa pelkoa.

## 7 Pohdinta

Viimeisessä luvussa käsitellään tutkimuksen eettisiä näkökulmia ja luotettavuutta, erityisesti lasten osallistumista tutkimukseen ja siihen liittyviä haasteita. Lisäksi arvioidaan opinnäytetyön hyödyllisyyttä, kehitysehdotuksia sekä omaa työskentelyämme.

### 7.1 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusta tehdessä, jossa kohderyhmänä ovat lapset, on monia eettisiä haasteita. Yksi näistä haasteista on epäselvyys siitä, minkälaisia lupia tutkimusta varten tulisi hankkia ja keneeltä lupa tulisi pyytää. Ristiriitatilanteita voi syntyä esimerkiksi silloin, kun lapsi haluaa osallistua tutkimukseen, mutta vanhemmat eivät anna siihen suostumusta. Tässä opinnäytetyössä ei tutkittu tai arvioitu lasten oppimista, vaan heille tarjottiin mahdollisuus oppimiseen. Työmme tietoperusta rakentui tutkimusten ja artikkeleiden pohjalta, jotka käsitelivät parhaita käytäntöjä elvytyskoulutuksen opettamisessa lapsille. Koulutus sisällytettiin osaksi muuta opetusta, ja luokanopettajat seurasivat koko koulutuksen ajan sen etenemistä. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamiseen ei tarvittu tutkimuslupaa.

Tiedonhakuja toteutettiin hyödyntäen ammatillisia tietokantoja, kuten PubMed, Clinical ja Google Scholar. Lisäksi tietoa haettiin Duodecimista, Terveysportista, Terveyskirjastosta ja Käypä hoito -suosituksista. Hakusanoina käytettiin muun muassa elvytys, psyykinen turvallisuus, neljäsluokkalainen ja oppiminen, ja näistä muodostettiin erilaisten hakukokonaisuuksien avulla tarkempia hakuja. Lähteitä etsittiin myös kirjallisuudesta, ja valikoimme luotettavat tietokannat, kirjat sekä mahdollisimman uudet tutkimukset.

Tiedonhaun avulla pyrittiin löytämään luotettavaa tutkimustietoa elvytyksestä ja sen opettamisesta. Tulosten perusteella tehokkaan opetuksen tulisi olla visuaalista, helposti

ymmärrettävää ja jokainen osa-alue tulisi opettaa erikseen, tilanteet demonstroiden. Opetuksen tulisi olla yksinkertaista, monipuolista ja kohderyhmälle suunniteltua. Neljäsluokkalaisille suunnattu opetus tulisi pitää lyhyenä, jotta oppilaan mielenkiinto säilyy ja opetus on tuotteli-aampaa. Lisäksi opetuksen aloittaminen varhaisessa iässä ja sen säännöllinen kertaaminen koko koulupolun ajan tukisivat oppimista. Opetuksessa on myös tärkeää huomioida jokaisen lapsen yksilölliset kokemukset ja tunteet, sillä ne voivat vaikuttaa heidän kykyynsä omaksua ja käsitellä opittavaa aihetta. Tämä mahdollistaisi lasten osallistamisen opetukseen turvalli-sella ja myönteisellä tavalla, joka tukee heidän psyykkistä hyvinvointiaan.

Omana osanaan pohdimme myös elvytyksen etiikkaa. Elvytystilanteet ovat usein yllättäviä ja niihin liittyy paitsi kiireellisyys ja hoitotahto, myös osaaminen, joka voi aiheuttaa paineita (Ikola 2007, 247). Hätätilanteissa elvytyksen antaminen on perusteltua, sillä potilaalle on an-nettava välitöntä hoitoa, joka on tarpeen hänen henkensä tai terveyttään uhkaavan vaaran estämiseksi (Ikola 2007, 243). Hoitotahto, joka ilmaisee potilaan toiveet hoidon suhteen tie-tyissä tilanteissa, on myös keskeinen eettinen tekijä. Kuitenkin hätätilanteissa, joissa potilas ei pysty ilmaisemaan toiveitaan, hoitohenkilökunnan on tehtävä päätöksiä elvytyksestä sen mukaan, mikä on elintärkeää potilaan pelastamiseksi. Tällöin hoitotahto ei aina ole käytettä-vissä, mikä asettaa hoitohenkilökunnan vastuulle suuren eettisen harkinnan.

## 7.2 Hyödyllisyys ja kehittämisehdotukset

Jatkossa opetuksen suunnittelua voitaisiin kehittää lisäämällä siihen defibrillaattorin käytön opetus. Vaikka tutkimukset osoittavat, että jo alle 12-vuotiaat lapset osaavat käyttää puoliau-tomaattista defibrillaattoria, tässä opinnäytetyössä päädyttiin kuitenkin jättämään defibril-laattorin käytön opetus pois. Syynä tähän oli opetuksen rajallinen kesto, joka oli vain 45-50 minuuttia ryhmän mukaan. Tuona aikana haluttiin erityisesti painottaa uskallusta auttaa apua tarvitsevaa, hälyttää apua ja tarvittaessa aloittaa paineluelvytys. Tulevaisuudessa voisi olla hyödyllistä tutkia myös optimaalista ryhmäkokoopanoa elvytyksen opettamisessa.

Saamiemme tutkimustulosten perusteella elvytysopetuksen järjestäminen neljäsluokkalaisille on selkeästi hyödyllistä ja luo hyvän pohjan myös tulevalle ensiapukoulutukselle. Tämä tieto voi olla arvokasta muun muassa sairaanhoitajaopiskelijoiden koulutuksessa, sillä he voisivat osallistua elvytyksen opetukseen neljäsluokkalaisille, mikä syventäisi heidän omaa osaamis-taan elvytyksestä ja ohjaamisesta. Lisäksi ensiapukoulutus tukee yläasteen ensiavun opetusta ja muita mahdollisia tulevaisuuden koulutuksia. Koska kohderyhmän ikä tuo mukanaan rajoit-teita, on tärkeää, ettei opetuksessa käsitellä liian montaa eri asiaa, sillä se voisi tehdä ope-tustuokiosta haastavan ja vähentää oppimisen tehokkuutta.

### 7.3 Opinnäytetyön ja ammatillisen kehityksen itsearviointi

Opinnäytetyömme tavoitteena oli syventää osaamistamme akuuttihoitossa ja kehittää käytännön kokemustamme koulutuksen suunnittelusta ja toteutuksesta. Halusimme yhdistää syventävät opintomme akuuttihoitotyössä ja lasten hoitotyössä, ja samalla kehittää ammatillista osaamistamme ohjaus- ja opetustilanteissa, erityisesti lasten kanssa työskentelyyn liittyen. Opinnäytetyö oli meille tärkeä askel kohti tulevaa sairaanhoitajan roolia, jossa monipuoliset ohjaamisen taidot ja kyky huomioida potilaiden kokonaisvaltainen hyvinvointi ovat keskeisiä.

Opinnäytetyömme erottui muista toiminnallisista opinnäytetöistä siinä, että keskityimme erityisesti lasten psyykkisen turvallisuuden huomioimiseen opetustilanteissa. Suunnittelimme kokonaisuuden, jossa lapset voivat oppia elvytyksen kaltaisia tärkeitä taitoja turvallisesti ja itsevarmasti, ottaen samalla huomioon heidän psyykkiset ja emotionaaliset tarpeensa. Tämä lähestymistapa ei vain tukenut lasten oppimista, vaan myös auttoi meitä kehittämään omaa kykyämme huomioida lasten kokonaisvaltainen hyvinvointi opetustilanteessa, mikä on tärkeä taito myös sairaanhoitajana työskennellessä.

Opinnäytetyön prosessi on ollut meille ikimuistoinen oppimiskokemus, sillä olemme saaneet käytännön kokemusta siitä, miten yhdistää pedagogiset ja eettiset näkökulmat toimivaksi kokonaisuudeksi. Tämä on ollut meille tärkeää, sillä olemme pystyneet tarkastelemaan opetuksen vaikutuksia paitsi lasten oppimisen myös heidän psyykkisen ja emotionaalisen hyvinvointinsa kannalta. Sairaanhoitajina kokonaisvaltainen ajattelutapa ja kyky tunnistaa potilaiden tarpeet laajasti on ensiarvoisen tärkeää, ja tämä prosessi on vahvistanut osaamistamme tällä alueella. Reflektoimalla ja arvioimalla jatkuvasti koulutuksen etenemistä, olemme kehittäneet kykyämme muokata ohjausta tilanteeseen sopivaksi, joka on oleellista sairaanhoitajan työssä potilasturvallisuuden ja hyvinvoinnin varmistamiseksi.

## 8 Lähteet

Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2004. Toiminnallinen tutkimus ja opinnäytetyö. Käytännön työkaluja ja esimerkkejä. Jyväskylä: PS-Kustannus.

American Heart Association. 2020. Highlights of the 2020 American Heart Association Guidelines for CPR and Emergency Cardiovascular Care. Viitattu 27.12.2025. <https://cpr.heart.org>

Banfai, B., Pek, E., Pandur, A., Csonka, H., & Betlehem, J. 2017. 'The year of first aid': effectiveness of a 3-day first aid programme for 7-14-year-old primary school children. *Emergency Medicine Journal* 34(8), 526-532. Viitattu 10.3.2025. <https://doi.org/10.1136/emmermed-2016-206284>

Böttiger, B.W., Semeraro, F., Altemeyer, K.-H., Breckwoltd, J., Kreimeier, U., Rücker, G., Andres, J., Lockey, A., Lippert, F.K., Georgiou, M. & Wingen, S. 2017. KIDS SAVE LIVES: School children education in resuscitation for Europe and the world. *European Journal of Anaesthesiology* 34(12), 792-796. Viitattu 19.11.2024.

<https://doi.org/10.1097/EJA.0000000000000713>

Castrén, M., Korte, H. & Myllyrinne, K. 2017. Toiminta ensiaputilanteissa. [www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi). Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 18.12.2024.

<https://www.terveyskirjasto.fi/spr00006/toiminta-ensiaputilanteissa>

Castrén, M., Korte, H. & Myllyrinne, K. 2022. Peruselvytys. Ensiapuopas. Terveyskirjasto. Viitattu 18.12.2024. <https://www.terveyskirjasto.fi/spr00006/peruselvytys>

European Resuscitation Council. 2024. European Resuscitation Council. Viitattu 3.2.2025

<https://www.erc.edu/>

European Resuscitation Council. 2021. Aikuisen peruselvytys. Käännös vastuu: Duodecim ja Suomen Elvytysneuvosto. Jakelu ja lupatiedustelut: Suomen Elvytysneuvosto, [www.elvytysjulistet.fi](http://www.elvytysjulistet.fi). Viitattu 5.2.2025

Hätäkeskuslaitos. 2020. Hätäilmoitus puhelimella. Viitattu 16.1.2025. <https://112.fi/hatailmoitus-puhelimella>

Hätäkeskuslaitos. 2025. Hätänumero tuo turvaa lapsille ja nuorille. Viitattu 3.3.2025.

<https://112.fi/-/hatanumero-tuo-turvaa-lapsille-ja-nuorille>

Ikola, K. 2007. Elvytys ja elvytetyn hoito. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Iskrzycki, Ł., Zyśko, D., Koch, J.J., Gawłowski, P., Szarpak, Ł. & Smereka, J. 2016. Can children teach their parents cardiopulmonary resuscitation and does teaching influence the retention of their knowledge? *American Journal of Emergency Medicine* 34(8), 1156-1160. Viitattu 12.1.2025. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27079501/>

Iskrzycki, L., Williams, M., & Pawłowski, W. 2016. Teaching CPR to schoolchildren and their ability to teach others. *European Journal of Pediatrics* 175(4), 487. Viitattu 12.1.2025

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8701107/>

Kids save lives. 2021. Viitattu 12.2.2025. <https://www.kidssavelives.org>

Kids Save Lives. 2021. Kids Save Lives - Statement. European Resuscitation Council (ERC), International Liaison Committee on Resuscitation (ILCOR), World Federation of Societies of

Anaesthesiologists (WFSA) & European Patient Safety Foundation (EuPSF). Viitattu 5.2.2025.

<https://www.kids-save-lives.eu/>

Koivula, A.-K. & Nyman, A.2020. Traumainformoidun työn perusteita. Julkaisut SEAMK. Viitattu 7.3.2025. <https://lehti.seamk.fi/hyvinvointi-ja-luovuus/traumainformoidun-tyon-perusteita/>

Korhonen, L. 2021. Kasvu ja kehitys eri-ikäkausina. Pulassa lapsen kanssa. [www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi). Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 7.3.2025.

<https://www.terveyskirjasto.fi>

Käypähoito. 2021.Elvytysohjeet -ja käytännöt. Viittaus 12.2.2025. <https://www.kaypahoito.fi>

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 785/1992. 6 §. Finlex. Viitattu 2.2.2025. <https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/saaduskokoelma/1992/785>

Mannerheimin lastensuojeluliitto.2025. 9-12-vuotiaan älyllinen kehitys. Viitattu 15.11.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/9-12-v/9-12-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>

Martins, L.F.O., Melo, A.J.B., Reis, D.B. & Alves, M.G. 2023. Evaluation of the efficiency of different methods of teaching cardiopulmonary resuscitation for children and adolescents: an integrative review. Revista Ciência & Saúde 13(1), 14-21. Viitattu 15.11.2024.

[https://www.researchgate.net/publication/369730570\\_Evaluation\\_of\\_the\\_efficiency\\_of\\_the\\_different\\_methods\\_of\\_teaching\\_cardiopulmonary\\_resuscitation\\_to\\_children\\_and\\_adolescents\\_integrative\\_review](https://www.researchgate.net/publication/369730570_Evaluation_of_the_efficiency_of_the_different_methods_of_teaching_cardiopulmonary_resuscitation_to_children_and_adolescents_integrative_review)

Matikka, J. 2020. Seuraa punaista lankaa. Tunnista toimintamallisi ihmistyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Opetushallitus. 4.painos. Viitattu 12.12.2024. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf)

Plant, N. & Taylor, K., 2013 How best to teach CPR to schoolchildren: a systemic review Resuscitation. National library of Medicine 84 (4), 415-421. Viitattu 14.3.2025. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23246989/>

Pelastuslaki 379/2011. Finlex. Viitattu 2.2.2024. <https://www.finlex.fi/>

Peltoniemi, M. & Sarvela, K. Traumacafe 21.10.2020. Keskusteluja traumasta ja traumainformoidusta liikkeestä. Viitattu 7.3.2025. <https://www.youtube.com/watch>

Punainen Risti. 2021. Kun kohtaat elottoman tai heikosti hengittävän ihmisen, soita 112 ja uskalla elvyttää! Punainen Risti. <https://www.punainenristi.fi>

Poliisilaki 872/2011. Finlex. Viitattu 2.2.2024. <https://www.finlex.fi/>

Potilaan Lääkärilehti.2021. Elvytyksessä tärkeintä on rintakehän painelu. Potilaan Lääkärilehti. <https://www.potilaanlaakarilehti.fi/>

Rikoslaki 39/1889. Finlex. Viitattu 2.2.2025. <https://www.finlex.fi/>

Rödström, M. 1992. Lapsen kehitys 7-12 vuotta. Helsinki: Otava.

Salminen, L. & Suhonen, R. 2008. Oppiminen ja oppimismenetelmät ja niiden hyödyntäminen ammatillisen kehittymisen tukena: Raportti täydennyskoulutuksesta ja sen mahdollisuuksista. Viitattu 21.1.2025. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-784-469-7>

Sarvela, K. 2020a. Hyviä tapoja omaksumassa -malleja maailmalta. Teoksessa: Sarvela, K. & Auvinen, E. (toim.) Yhteinen kieli. traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Helsinki: Basam Books. 32-63.

Sarvela, K.2020b. Traumainformoidun hoivan taustaa. Teoksessa Sarvela & Auvinen (toim.) Yhteinen kieli. traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Helsinki: Basam Books. 13-31.

Storvik-Sydänmaa, S., Tervajärvi, L. & Hammar, A.-M. 2019. Lapsen ja perheen hoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro.

Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecim, Suomen Elvytysneuvosto, Suomen Anestesiologiyhdistys & Suomen Punainen Risti 2021. Elvytys: Käypä hoito -suositus. Viitattu 26.11.2024. <https://www.kaypahoito.fi>

Suomen Elvytysneuvosto 2021. Elvytysohjeet. <https://www.elvytysneuvosto.fi>

Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. 2021. Käypä hoito - Elvytys. <https://www.kaypahoito.fi>

Suomen Elvytysneuvosto. 2016. Lapset pelastavat henkiä: Lehdistöiedote-Lempäälä-112-päivä-2017.pdf.

Suomen riskienhallintayhdistys. 2024.Nelikenttäänalyysi-SWOT. Viitattu 10.2.2025. <https://pk-rh.fi/tools/swot.html>

Sydänliitto.2023. Suomi Pohjoismaiden heikoimpia- alle puolet saa elvytystä ennen ensihoidon paikalle saapumista. Viitattu 18.11.2025. <https://sydan.fi/uutinen/suomi-pohjoismaiden-heikoimpia-alle-puolet-saa-elvytysta-ennen-ensihoidon-paikalle-saapumista/>

Tieliikennelaki 729/2018. Finlex. Viitattu 2.2.2025. <https://www.finlex.fi/>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannus-  
osakeyhtiö Tammi. Viitattu 15.2.2025.

Turun ensi- ja turvakoti ry.2024.Traumainformoitu työote on taito, joka on hyödyllinen ihan  
kaikille. Viitattu 2.3.2025 <https://tuentu.fi/traumainformoitu-tyoote-on-taito-joka-on-hy-odyllinen-ihan-kaikille>

Van Aken, H. & Böttiger, B. 2024. Training school children in cardiopulmonary resuscitation  
worldwide. Kids save lives. Viitattu 17.12.2024. <http://www.kids-save-lives.eu/8-seiten/17-statement.html>

## Liitteet

Liite 1: Swot-analyysi .....	30
Liite 2: Tiedote huoltajille .....	31

## Liite 1: Swot-analyysi

SWOT-analyysi	
<p><b>Uhat</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Motivaatio-ongelmat:</b> Oppilast voivat kokea aiheen liian vakavaksi tai pelottavaksi, mikä voi vähentää kiinnostusta.</li> <li>• <b>Seurannan puute:</b> Jos taitoja ei kerrata tai vahvisteta, oppimisen hyödyt voivat jäädä lyhytaikaisiksi.</li> </ul>	<p><b>Heikkoudet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lyhytkestoisuus:</b> Lapsilla voi olla rajallinen keskittymiskyky, mikä voi vaikeuttaa pitkäkestoista koulutusta.</li> <li>• <b>Fyysiset rajoitteet:</b> Neljäsluokkalaisten saattavat olla fyysisesti liian pieniä suorittamaan tehokasta painelu-puhalluselvytystä (PPE).</li> <li>• <b>Rajoitettu toisto:</b> Koulutuksen kertaluonteisuus voi johtaa taitojen nopeaan unohtumiseen.</li> </ul>
<p><b>Vahvuudet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Helppo omaksua nuorena:</b> Lapset oppivat nopeasti ja ovat usein avoimia uusille asioille.</li> <li>• <b>Pitkäaikaiset hyödyt:</b> Nuorena opitut elvytystaidot voivat jäädä mieleen ja hyödyttää koko elämän ajan.</li> <li>• <b>Kansalaisvastuun lisääminen:</b> Lasten tietoisuus hätätilanteista ja auttamisesta kasvaa.</li> <li>• <b>Yhteisöllisyyden vahvistaminen:</b> Koulutus voi lisätä ryhmähenkeä ja tukea positiivista yhteistyötä.</li> <li>• <b>Opettajien ja koulun tuki:</b> Koulu voi tarjota oppilaille turvallisen ja motivoivan ympäristön oppimiseen.</li> </ul>	<p><b>Mahdollisuudet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Laajempi vaikuttavuus:</b> Lapset voivat jakaa oppimaansa perheilleen ja ystävilleen, mikä lisää tietoisuutta myös muissa ikäryhmissä.</li> <li>• <b>Koulutuksen jatkumo:</b> Voidaan luoda pohja pitkäaikaiselle ensiapuopetukselle kouluissa.</li> </ul>

## Liite 2: Tiedote huoltajille

