

**ENSIAPUKOULUTUS KOULUTUSKESKUS
SALPAUKSEN NUORISO- JA
YHTEISÖOHJAAJAOPISKELIJOILLE**

LAB-AMMATTIKORKEAKOULU
Sairaanhoitaja AMK
Hoitotyönkoulutusohjelma
Kevät 2020
Sonja Karlsson
Sanna Keppo

Tiivistelmä

Tekijä(t) Karlsson, Sonja Keppo, Sanna	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK Sivumäärä 26 sivua, 11 liitesivua	Valmistumisaika kevät 2020
Työn nimi Ensiapukoulutus Koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaaja opiskelijoille		
Tutkinto Sairaanhoidtaja (AMK)		
Tiivistelmä <p>Erilaiset tapaturmat ovat keskeisiä asioita, jotka uhkaavat lasten ja nuorten turvallisuutta. Tapaturmat ovat väkivallan lisäksi yksi suurimmista asioista, jotka aiheuttavat joka vuosi lasten ja nuorten kuolemaa. Suurimpia tapaturmia aiheuttavia ryhmiä ovat liikenneonnettomuudet, hukkumiset, kaatumiset ja putoamiset ja myrkytykset.</p> <p>Ensiaputaitojen osaaminen on kansalaistaito, joka jokaisen olisi hyvä osata. Lain mukaan jokaisella kansalaisella on auttamisvelvollisuus. Suomessa ensiaputaitojen koulutusta järjestää Suomen punainen risti. Ensiapuohjeet perustuvat kansainväliseen tutkimusnäyttöön.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli lisätä koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoiden tarvitsemää ensiapuosaamista tulevassa ammatissaan. Koulutuspäivien tarkoitus oli lisäksi antaa opettajille ideoita ensiapukoulutuksen toteuttamiseen nuoriso- ja yhteisöohjaajille.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa ja ohjata toiminnalliset ensiapukoulutuspäivät koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoille. Tavoitteena oli lisäksi käyttää erilaisia oppimismenetelmiä. Yksi näistä menetelmistä on pelipedagogiikka. Opetuksen sisältö pohjautui Suomen punaisen ristin materiaaleihin. Ensiapupäivien toteutuksen arviointiin käytettiin arviointilomaketta, johon oli laadittu arviointikysymykset.</p> <p>Ensiaputaitojen osaaminen lisää valmiutta ja rohkeutta toimia vastaantulevissa tilanteissa. Työn arvioinnista saatujen tietojen mukaan kaikki 14 osallistujaa kokivat, että ensiapukoulutuksesta oli hyötyä tulevaisuudessa. Opiskelijat kokivat, että pelipedagogiikan (Seppo-peli) käyttö tuki heidän oppimistaan koulutuksen aikana.</p>		
Asiasanat Ensiapu, oppiminen, opettaminen, toiminnallinen, tapaturmat		

Abstract

Author(s) Karlsson, Sonja Keppo, Sanna	Type of publication Bachelor's thesis	Published Spring 2020
	Number of pages 26 pages, 11 appendices	
Title of publication Title First aid course for youth and community counselor students of Further Education Salpaus		
Name of Degree Bachelor of Nursing		
Abstract <p>Various accidents are a major factor that threatens the safety of children and young people. In addition to violence, accidents are one of the biggest causes of death for children and young people every year. The biggest groups of accidents are road accidents, drowning falls and poisoning.</p> <p>First aid skills are skills that everyone should possess. By law, every citizen has a duty to help. In Finland, first aid skills training is organized by the Finnish Red Cross. First aid instructions are based on international research evidence.</p> <p>The purpose of the thesis is to increase the first aid skills needed by the students of the Salpaus training center youth and community counselor in their future profession. The purpose of the training days is also to give teachers ideas for implementing first aid training for youth and community counselors.</p> <p>The aim of the thesis was to produce and guide functional first aid training days for the youth and community counselor students of the training center Salpaus. The aim was also to use different learning methods. One of these methods is game pedagogy. The content of the training was based on the materials of the Finnish Red Cross. An evaluation form with research questions was used to evaluate the implementation of the first aid days.</p> <p>Competence in first aid skills increases the readiness and courage to act in future situations. According to the data from the job evaluation, all 14 participants felt that first aid training was useful in the future. Students felt that the use of game pedagogy (Seppo game) supported their learning during the training.</p>		
Keywords First aid, Learning, Teaching, Functional, Accidents		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	TARKOITUS JA TAVOITE	3
3	TOIMEKSIANTAJA JA KOHDERYHMÄ.....	4
3.1	Koulutuskeskus Salpaus.....	4
3.2	Nuoriso- ja yhteisöohjaajat	4
4	TIEDONHAKU.....	5
5	LASTEN JA NUORTEN TAPATURMAT	6
5.1	Lasten ja nuorten tapaturmat taustatietoa.....	6
5.2	Liikenneonnettomuudet	6
5.3	Myrkytykset	6
5.4	Kaatumiset ja putoamiset	7
5.5	Hukkumiset	8
6	ENSIAPUTAITOJEN OSAAMINEN	9
6.1	Tietoa ensiavusta.....	9
6.2	Ensiaputaitojen koulutus.....	9
6.3	Nuoriso- ja yhteisöohjaajien ensiaputaidot.....	10
6.4	Ensiaputaitojen hyödyllisyys.....	11
7	MIELENTERVEYS JA PÄIHTEET	12
7.1	Puuttuminen nuorten mielenterveysongelmiin	12
7.2	Varhainen puuttuminen nuorten päihdeongelmiin	12
8	OPETTAMINEN JA OPPIMINEN	14
8.1	Erilaiset opetusmenetelmät	14
8.2	Pelien käyttö opetuksessa	15
8.3	Oppimiseen vaikuttavia tekijöitä	15
8.4	Hyvä opetus	16
9	OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ JA PROSESSIN KUVAUS.....	18
9.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	18
9.2	Lineaarisen mallin käyttäminen opinnäytetyö prosessin suunnittelussa	18
9.3	Ensiapukoulutuksen tavoitteiden määrittely	19
9.4	Ensiapukoulutuksen suunnittelu	19
9.5	Ensiapukoulutuksen toteutus.....	20
9.6	Ensiapukoulutuksen arviointi	21
10	PROSESSIN ARVIOINTI JA TOTEUTUS.....	24

10.1	Eettisyys ja luotettavuus	24
10.2	Opinnäytetyön prosessin pohdinta	24
10.3	Kehittämissuhteet	26
LÄHTEET.....		27
LIITTEET.....		32

1 JOHDANTO

Lasten ja nuorten turvallisuutta uhkaavia tekijöitä ovat erilaiset tapaturmat. Vuosittain ne aiheuttavat suurimman osan lasten ja nuorten kuolemista (Duodecim 2016). Siksi onkin tärkeää, että ensiaputaitoja opetetaan ja ensiaputaitoja pidetään koulutuksilla yllä.

Pienet tapaturmat ja äkilliset sairastumiset kuuluvat arkipäivään. Tällaisissa tilanteissa ensiavun yleensä pystyy antamaan maallikko. Isommissa onnettomuuksissa ja sairaskohdauksissa maallikon tekemällä nopealla tilannearviolla, avun hälyttämällä ja tekemällä oikeita ensiaputoimenpiteitä on tärkeä merkitys käynnistettäessä ensihoitojärjestelmää. (Sahi, Castren, Hellistö & Kämäräinen 2007, 13.)

Osaamalla ensiaputaitoja lisäävät ne henkilön arkipäivän turvallisuutta ja kykyä selviytyä erilaisista onnettomuuksista ja erityistilanteista. Ensiaputaitojen osaamista sanotaan kansalaistaidoksi. (Sahi, Castrén, Hellistö & Kämäräinen 2007, 153.)

Auttajan valmius toimia ensiaputilanteissa mahdollisimman tehokkaasti ja tarkoituksenmukaisesti koostuu kolmesta eri asiasta: nämä asiat ovat auttajan ennalta hankittu tieto, hän osaa varautua ja se, että hän ylläpitää taitojaan päivittämällä ensiaputaitojaan. (Sahi, Castrén, Hellistö & Kämäräinen 2007, 153.)

Ensiapukoulutuspäivillä haluttiin käyttää yhtenä opetusmenetelmänä pelipedagogiikkaa. Ensiapukoulutuspäivien kohderyhmänä oli joukko nuoria opiskelijoita, joten pelipedagogiikan käyttö oli luonnollinen valinta.

Erilaisia pelejä käytetään opetuksessa yhä enemmän. Opettajan rooli oppimispelien ja peliympäristöjen integroimisessa opetukseen on tärkeä. Vaikka pelit olisivat pedagogisesti hyvin toteutettuja, opettajalla on kuitenkin suuri rooli opetuksen suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa. (Krokkfors, Kangas, Kopisto 2014, 27-34.) Ensiapukoulutuspäivillä opetuksessa käytettiin Seppo-peliä. Peli on Koulutuskeskus Salpauksella käytössä, ja se osoittautui hyväksi opetusmenetelmäksi. Opiskelijoilta saadun palautteen perusteellakin peli tuki heidän oppimistaan.

Opinnäytetyön kohderyhmäksi valikoitui nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijat. Opinnäytetyön aihe oli ajankohtainen, koska ensiapu 1 kuului nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoiden sen hetkiseen opetussuunnitelmaan (Opintopolku 2020), ja he eivät olleet ehtineet sitä vielä suorittaa. Nuoriso- ja yhteisöohjaaja opiskelijat tulevat suurella todennäköisyydellä työskentelemään sellaisissa työpaikoissa, joissa ensiaputaitojen osaaminen on tarpeen. Tulevaan ammattiin kuuluu muun muassa osata, ohjata ryhmiä leireillä ja retkillä.

Vastuu ohjattavien ja asiakkaiden psyykkisestä ja fyysisestä turvallisuudesta on myös alan osaamisvaatimuksissa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoiden tarvitsemaa ensiapuosaamista tulevassa ammatissaan. Koulutuspäivien tarkoitus on lisäksi antaa opettajille ideoita ensiapukoulutuksen toteuttamisesta nuoriso- ja yhteisöohjaajille.

Tavoitteena on tuottaa ja ohjata toiminnalliset ensiapukoulutuspäivät koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoille. Tavoitteena on lisäksi käyttää erilaisia oppimismenetelmiä. Yksi näistä menetelmistä on pelipedagogiikka.

2 TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoiden tarvitsemaa ensiapu osaamista tulevassa ammatissaan. Koulutuspäivien tarkoitus on lisäksi antaa opettajille ideoita ensiapukoulutuksen toteuttamisesta nuoriso- ja yhteisöohjaajille.

Tavoitteena on tuottaa ja ohjata toiminnalliset ensiapukoulutuspäivät koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoille. Tavoitteena on lisäksi käyttää erilaisia oppimismenetelmiä. Yksi näistä menetelmistä on pelipedagogiikka.

3 TOIMEKSIANTAJA JA KOHDERYHMÄ

3.1 Koulutuskeskus Salpaus

Opinnäytetyön työelämä toimeksiantajana toimii koulutuskeskus Salpaus. Koulutuskeskus Salpaus sijaitsee Päijät-Hämeessä. Se voidaan lukea yhdeksi Suomen suurimmista moninaisista ammatillista koulutusta järjestäviin. (Koulutuskeskus Salpaus 2019.)

Salpauksessa voi suorittaa ammatillisia perustutkintoja sekä myös ammatti- ja erikoisammattitutkintoja. Salpauksessa opiskelee noin 14000 aikuista ja nuorta. Henkilökuntaa siellä on noin 640. (Koulutuskeskus Salpaus 2019.)

3.2 Nuoriso- ja yhteisöohjaajat

Opinnäytetyön kohderyhmäksi valikoitui koulutuskeskus Salpauksen nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijat. Nuoriso- ja yhteisöohjaajat työskentelevät moninaisissa työpaikoissa. Asiakkaita ovat niin lapset ja nuoret kuin myös aikuiset ja vanhukset. (Koulutuskeskus Salpaus 2020.)

Nuoriso- ja yhteisöohjaajat voivat toimia nuorisotyössä, erilaisissa järjestöissä ja projekteissa, iltapäivätoiminnassa, lastensuojeluyksiköissä ja vapaa-ajan yrityksissä. (Koulutuskeskus Salpaus 2020.)

Tutkinnon sisältö koostuu seuraavista kokonaisuuksista: ammatillinen kohtaaminen kasvatus- ja ohjausalalla, yksilön, ryhmän ja yhteisön ohjaaminen, nuoren kasvun ja hyvinvoinnin edistäminen ja osallisuuden tukeminen ja sosiaalinen vahvistaminen. Tutkintoon sisältyy myös erilaisia valinnaisia osia, joita ovat vapaaehtois- ja järjestötoiminnan ohjaaminen, ikääntyvien toiminnan ohjaaminen, ilmaisun ohjaaminen, liikkumisen ohjaaminen, luonto- ja elämystoiminnan ohjaaminen ja tukea tarvitsevien ohjaaminen. (Koulutuskeskus Salpaus 2020.)

Ensiapupäiville osallistuneet opiskelijat olivat peruskoulupohjaisia opiskelijoita. He olivat iältään noin 16-20-vuotiaita nuoria.

4 TIEDONHAKU

Koulutuspäivien aikainen materiaali oli suurimmaksi osaksi SPR:n valmista materiaalia. Käytimme SPR:n materiaalia koulutuspäivien aikana, joka mahdollisti osallistujille EA-kortin suorittamisen. Tiedonhaussa käytettiin lisäksi erilaisia tietokantoja, kuten Käypähoitosuosituksen, Terveyskirjasto, Terveysportti, EBSCO ja Terveiden- ja hyvinvoinninlaitos. Käytettyjä hakusanoja olivat learning theory, first aid, ensiapu ja tapaturmat (taulukko1). Tietoperustan kirjoittamisessa hyödynnettiin paljon painettuja lähteitä verkkolähteiden lisäksi.

Taulukko 1. Tiedonhaku eri tietokannoista

Hakupäivä	Tietokanta	Hakusanat	Hakutulos/valitut lähteet
3.5.2020	EBSCO	<u>first aid</u> <u>learning theory</u>	0/0 296/0
4.5.2020	Käypähoitosuositus	ensiapu	16/0
25.3.2020	THL	tapaturmat	41/1
7.5.2020	Terveysportti	ensiapu	168/0
6.5.2020	Terveyskirjasto	tapaturmat	31/1

Tiedonhaussa käytettäviä lähteitä rajattiin sisäänotto- ja poissulkukriteereillä (taulukko2). Valitut aineistot eivät olleet vuoden 2000 vanhempia. Suurin osa lähteistä olivat 2010 vuoden jälkeen. Aineistot olivat suomen- tai englanninkielisiä. Opinnäytetyön poissulkukriteereinä olivat maksulliset aineistot. Lisäksi jätimme pois aineistot, joista ei ollut saatavilla koko tekstiä.

Taulukko 2. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Aineisto julkaistu 2000-2020	Aineisto julkaistu ennen vuotta 2000
Aineisto suomen- tai englanninkielinen	Aineisto ei suomen- tai englanninkielinen
Maksuttomat aineistot	Maksulliset aineistot
Aineisto saatavilla kokonaan	Aineistosta saatavilla vain osa

5 LASTEN JA NUORTEN TAPATURMAT

5.1 Lasten ja nuorten tapaturmat taustatietoa

Erilaiset tapaturmat ovat keskeisin tekijä, joka uhkaa lasten ja nuorten turvallisuutta. Tapaturmat ovat väkivallan lisäksi yksi suurimmista tekijöistä, jotka aiheuttavat joka vuosi lasten ja nuorten kuolemaa. Suurimpia tapaturmia aiheuttavia ryhmiä ovat liikenneonnettomuudet, hukkumiset, kaatumiset ja putoamiset ja myrkytykset. Itsemurha on yksi väkivaltakuolemien suurimmasta ryhmästä. (Duodecim 2016.)

Vuosittain tapaturmaisesti kuolee keskimäärin 107 alle 25-vuotiasta lasta ja nuorta. Suurin osa (82%) näistä kuolemista tapahtuu 15-25-vuotiaille. (THL 2019.)

Vapaa-ajalla eniten tapaturmia sattuu kouluikäisille, kun taas alle 10-vuotiaille tapaturmia sattuu yleisemmin kotona. Väli- ja liikuntatunnit ovat isoin riski koulumaailmassa tapaturmien syntyyn. Koulussa tapahtuvat tapaturmat ovat kuitenkin yleensä pieniä, esimerkiksi ruhjeita, nyrjähdyksiä. (Pohjois-Karjalan pelastuslaitos 2020.)

5.2 Liikenneonnettomuudet

Suomessa eniten alle 25-vuotiaiden tapaturmaisista kuolemista aiheuttavat liikenneonnettomuudet. Tapahtumaympäristöt ja riskit vaihtelevat liikenneonnettomuuksissa ikävaiheittain. Pyöräilyyn ja kävelyyn liittyvät onnettomuudet sattuvat useimmiten tietä ylittäessä. Alle kouluikäisten liikenneonnettomuuksia sattuu yleensä auton kyydissä. Nämä onnettomuudet ovat yleensä peräänajoja ja nokkakolareita. (Liikenneturvallisuus 2020.)

Nuorilla onnettomuuksien riskiä lisää se, että liikutaan eri tavoin ja kulkuvälinein. Turvavälineiden, kuten muun muassa kypärän käyttö vähenee. (THL 2019). Tarkasteltaessa ikäryhmiä, on todettavissa, että nuorilla on muita enemmän henkilövahinkoja liikenteessä. (Sahi, Castrén, Helistö & Kämäräinen 2007, 33.)

Lasten ja nuorten turvavälineiden käytössä tieliikenteessä on havaittu puutteita. Autolla liikuttaessa eniten käytössä ollut turvaväline on ollut turvavyö. Nuorten keskuudessa kypärän käytössä pyöräiltäessä on havaittu myös olevan puutteita. (Terve koululainen 2020.)

5.3 Myrkytykset

Alle 15-vuotiaiden ryhmässä harvemmin enää tapahtuu kuolemaan johtavia myrkytyksiä. Ikäryhmät 15-24-vuotiaiden kohdalla taas kuolemaan johtavia myrkytyksiä tapahtuu

edelleen. Suomessa myrkytyskuolemia tapahtuu kaikissa ikäryhmissä enemmän kuin esimerkiksi liikenneonnettomuuskuolemia. (THL 2019.)

Erilaisille myrkytystapaturmille erityisen alttiita ovat ikäryhmittäin 1-4 vuotiaat ja 12-15-vuotiaat lapset. Alle 10-vuotiaiden keskuudessa myrkytykset ovat useimmiten tahattomia, kun taas 10-15-vuotiailla myrkytykset ovat useimmiten tahallisia. (Terveystalo 2020.)

Tekijät, jotka ovat vaikuttaneet pienten lasten myrkytyskuolemien vähentymiseen, ovat esimerkiksi kuluttajien saatavilta poistuneet vaaralliset kemikaalit sekä kemikaaleihin tulleet turvakorkit. Myrkytystietokeskuksesta saatu äkillinen tieto on myös vähentänyt myrkytyskuolemia pienten lasten keskuudessa. (THL 2019.)

Murrosikä tuo mukanaan usein päihdekokeiluja ja niiden käyttöä. Joka taas tuo mukanaan myrkytystapaturmia. Päihteisiin liittyviä itsemurhayrityksiä tapahtuu myös kouluikäisten keskuudessa. Murrosiässä myrkytystapaturmat ovat vakavampia kuin pikkulasten tapaturmat. (Fimea 2012.)

Myrkytyskuolemien hoidolla ei ole katsottu olevan merkittävää vaikutusta kuolemiin, koska yleensä uhri löydetään jo kuolleena. Myrkytykseen johtavissa kuolemista myrkytystilanne ei useimmiten ole ensimmäinen kerta. Tieto aiemmin tapahtuneesta myrkytyksestä on mahdollisuus puuttua tilanteeseen ja ohjata oikean avun äärelle. Aina ei kuitenkaan osata ohjata avuntarvitsijaa oikeaan paikkaan. (THL 2019.)

Nuorten myrkytyksiä ehkäisevässä työssä on tärkeää selvittää päihteiden käytön taustat, ongelmien varhainen tunnistaminen sekä tuen ja neuvon antaminen. Päihteiden vaarallisuudesta ja niiden vaikutuksista myrkytyskuolemiin on tärkeää nostaa esille nuorille, heidän vanhemmilleen ja huoltajille annettavassa valistustyössä. (THL 2019.)

5.4 Kaatumiset ja putoamiset

Alle 25-vuotiaiden keskuudessa kaatumiset ja putoamiset ovat yleisempiä tapaturmia, jotka vaativat hoitoa. Liikuntatilanteissa tapahtuu suurin osa kaatumistapaturmista. Pienillä lapsilla tapahtuu vamma aiheuttamia tapaturmia putoamistilanteissa. Kaatumisesta ja putoamisesta johtuvia tapaturmia, jotka johtaisivat kuolemaan, tapahtuu melko vähän. (THL 2019.)

Putoamisen ja kaatumisen yhteydessä saatuja vammoja ovat yleensä erilaiset kolhut ja haavat, jotka kohdistuvat päähän ja muihin raajoihin. Kun lapsi kasvaa, myös raajojen murtumat yleistyvät. Kaatumisen yhteydessä tulevia yleisempiä tapaturmia ovat ranne- murtumat ja nilkan venähdykset. (Mehiläinen 2020.)

Putoamisesta syntyviin vammojen vakavuuteen vaikuttaa se, mikä kohta kehosta osuu alustaan putoamisen yhteydessä. Putoamiskohteen materiaalilla on myös vaikutusta vammojen laatuun ja niiden vakavuuteen. (Punainen risti 2020.)

5.5 Hukkumiset

Suomessa hukkumisesta aiheutuvia tapaturmia tapahtuu alle 25-vuotiaiden keskuudessa paljon. Alle kouluikäisten keskuudessa hukkumiskuolemat ovat yksi yleisemmistä tapaturmakuolemien syistä. Hukkumisia tapahtuu enemmän poikien kuin tyttöjen keskuudessa. (THL 2019.)

Hukkumistapaturmissa syitä ovat usein alkoholi, heikko uimataito, lapsen valvomatta jättäminen. Pienikin määrä vettä lapselle voi olla kohtalokas. (Kotitapaturma 2020)

Hukkumistapaturmien ehkäisyssä tärkeää on aikaisen uimataidon oppiminen ja vanhempien valistamisen merkitys. Varhaiskasvatuksessa ja kouluissa on tärkeää ottaa esille veden vaarallisuus elementit ja se, että uimataidon hankkiminen jo varhaisessa vaiheessa ehkäisee hukkumistapaturmia. (Markkula & Öörni 2009, 51.)

6 ENSIAPUTAITOJEN OSAAMINEN

6.1 Tietoa ensiavusta

Loukkaantuneelle tai sairastuneelle tapahtumapaikalla annettavaa apua kutsutaan ensiavuksi. Sillä pyritään turvaamaan autettavan peruselintoiminnot ja estämään tilan paheneminen. Ensimmäisen ensiavun antaa yleensä paikalle saapunut maallikko. (Punainen risti 2019.)

Ensiavussa pyritään ensisijaisesti siihen, että turvataan avunsaajan hapensaanti, tähän kuuluu hengitys ja verenkierto. Tilanteessa pyritään antamaan henkeä pelastavaa ensiapua, tätä kutsutaan hätäensiavuksi, ja sitä annetaan siihen asti, kunnes ammattiapu saapuu paikalle. (Sahi, Castren, Hellistö & Kämäräinen 2007, 24.)

Ensiapua voi olla myös psyykinen ensiapu. Psyykinen ensiapu luetaan myös kansalais-taidoksi. Se on tukea, jota voi antaa auttaja itse, ammattilainen tai vapaaehtoinen. Useimmissa tapauksissa psyykkiseen ensiapuun kuuluu myös käytännön apu. (Korte, Myllyrinne 2017, 162.) Psyykkisen ensiavun antamiseen kuuluu lohduttaminen, rauhoittaminen ja tuen antaminen onnettomuus- tai vaaratilanteessa (Sahi, Castrén, Hellistö & Kämäräinen 2007, 14).

Suomen laissa määritellään, että jokaisella on auttamisvelvollisuus. Laki ei määrää, että henkilöllä tarvitsisi olla ensiapukoulutus, vaan jokaisella on velvollisuus auttaa omien taitojensa mukaisesti. (Ensiapuopas 2018.)

6.2 Ensiaputaitojen koulutus

Suomen punainen risti kouluttaa viranomaistahojen sopimuksen mukaan väestölle ensiapukoulutusta. Punainen risti kehittää ja ylläpitää tasalaatuista ensiapukoulutusta ja kouluttajakoulutusta. Kansalaisten ensiaputaidot ovat tärkeässä roolissa, kun varaudutaan suuronnettomuuksiin. (Punainen risti 2019.)

Ensiapuohjeet perustuvat kansainväliseen tutkimusnäyttöön. Ohjeet on suunnattu Suomen punaisen ristin pitämiin ensiapukoulutuksiin. Tavoitteena on, että taataan luotettavat ensiaputoiminnan ohjeet, jotka perustuvat tutkimusnäyttöön ja asiantuntijalausuntoihin. Tarkoituksena on tuottaa näihin ohjeisiin pohjautuvaa ensiapukoulutusta. (Punainen risti 2016.)

Kaikki Suomen punaisen ristin ensiapukurssit ja niistä saadut todistukset ovat voimassa kolme vuotta. Ensiaputaitojen osaamista suositellaan ylläpidettäväksi kolmen vuoden välein ensiapukurssilla. (Punainen risti 2020.)

6.3 Nuoriso- ja yhteisöohjaajien ensiaputaidot

Nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoiden koulutusohjelmaan ja tulevaan ammattiin kuuluu muun muassa osata ohjata ryhmiä leireillä ja retkillä. Vastuu ohjattavien ja asiakkaiden psyykkisestä ja fyysisestä turvallisuudesta on myös alan osaamisvaatimuksissa (Opintopolku 2017).

Suomen partiolaiset antavat muun muassa seuraavanlaisia ohjeita leiriolosuhteisiin. Leiriolosuhteissa on tärkeää ottaa huomioon ensiaputaidot, ja ohjaajista on hyvä nimetä henkilö, joka ottaa päävastuun ensiavusta. Ensiapulaukku tarkistetaan ennen retkelle tai leirille lähtöä. Ensiapulaukun sisällön voi itse suunnitella. On tiettyjä perustarpeita, joita on hyvä löytyä ensiapulaukusta. Näitä ovat laastari, sidostarvikkeet, puhdistusaine ja haavapyyhkeet, rasvalaput, kolmioliina, sakset, lämpöpeitto, otsalamppu ja mahdollisesti tarvittavat yhteystiedot terveystietopalveluihin ja myrkytystietokeskuksen numero. Lääkkeinä on hyvä olla mukana lääkehiili, kuumelääke, allergialääke ja kyypakkaus. (Suomen partiolaiset 2019.)

Tavallisimpia tapaturmia ja sairauksia leireillä ja retkillä ovat muun muassa erilaiset haavat, nyrjähdykset, hiertymät, pistokset ja niistä johtuvat allergiset reaktiot sekä päänsärky, joka voi johtua nestehukasta (Suomen partiolaiset 2019).

Luonnossa liikkuesssa on hyvä ottaa huomioon myös hukkumisen mahdollisuus ja heikot jäät talviolosuhteissa. SPR:n EA1- koulutuksessa puhutaan lyhyesti veden varaan joutuneen henkilön pelastamisesta (Suomen ensiapukoulutus 2020).

Mielenterveysasiat kuuluvat myös osana nuoriso- ja yhteisöohjaajan työhön. Nuorten mielenterveyshäiriöt ovat varsin yleisiä ja eri tutkimusten mukaan niistä kärsii noin 20-25 prosenttia nuorista. Tämän vuoksi ohjaajien ensiaputaidot ja riittävä ymmärrys mielenterveyden ongelmista ja siihen viittaavista merkeistä on tärkeää. (THL 2019.)

Nuorten päihteidenkäyttö on myös osana nuoriso- ja yhteisöohjaajan työtä. Ohjaajien on ymmärrettävä ja osattava auttaa nuorta tarvittaessa. Lisäksi varhainen puuttuminen päihteiden käyttöön on tärkeää. Päihdekokeilut ovat nuorilla varsin yleisiä ja mitä runsaampaa päihteiden käyttö on, sen todennäköisempää on, että nuori oireilee myös psyykkisesti. Noin viisi prosenttia nuorista kärsii diagnoositasoisesta päihdehäiriöstä, joka tavallisesti liittyy alkoholin käyttöön. (THL 2019.)

6.4 Ensiaputaitojen hyödyllisyys

Ensiaputaidot ja teoreettinen tieto on jokaisen hyödyllistä osata. Elämässä voi tulla tilanteita vastaan, jossa kyseisille taidoille voi olla tarvetta. Esimerkiksi työpaikan ensiapuvalmius on määritelty laissa. Työnantajan on vastattava työntekijöiden turvallisuudesta. Ensiaputaitojen osaaminen lisää valmiutta ja rohkeutta toimia vastaantulevissa tilanteissa. (koulutus 2020.)

Ensiavun antaminen voi pelastaa ihmisen hengen. Jos ensiavun antaja on lisäksi saanut koulutuksen ensiavun antamiseen, on todennäköisempää, että hän uskaltaa ja osaa käyttää oppimaansa. On hyödyllistä, että mahdollisimman moni osaa antaa ensiapua niin että apua on tarjolla, kun sitä tarvitaan. Ensiavun antajan on helpompi osata auttaa rauhassa ja oikein jos on harjoitellut kyseisiä taitoja. (Pelastustoimi 2007.)

Ensiaputaitoja voi opetella jo varhaislapsuudessa. Erään tutkimuksen mukaan, johon osallistui 4-5 vuotiaita lapsia, todettiin heidän kykenevän oppimaan ja käyttämään ensiaputaitoja. 70% osallistujista muisti hätänumeron oikein vielä kahden kuukauden kuluttua ensiaputaitojen harjoittelemisesta ja 60% osasi auttaa hengitysteiden avaamisessa. 40% lapsista osasi ja muisti kaikki opettelemansa asiat. Tutkimuksen mukaan päiväkotikäisillä lapsilla on kykyjä oppia ensiapua ja tutkijoiden mukaan olisi tärkeää opetella näitä taitoja jo varhaislapsuudessa. (Bollig, Myklebust, Österingen, 2011.)

Englannissa, punainen risti ja vapaaehtoistyötä tekemä organisaatio, St John Ambulance ovat suositelleet ensiaputaitojen opettamista ja puhuneet taitojen osaamisen hyödyllisyydestä. Lapsuudessa aloitettu ja jatkuva ensiaputaitojen harjoittelu läpi elämän tuo varmuutta yksilölle toimia ensiaputilanteissa. The Royal Society for the Prevention of Accidents (2002), laskivat että pelkästään Englannissa on vuosittain kolme miljoonaa tapaturmaa, joita on hoidettu ensiavussa, joihin olisi voinut antaa hätäensiapua ja siitä olisi ollut hyötyä. (Campbell, 2012.)

7 MIELENTERVEYS JA PÄIHTEET

7.1 Puuttuminen nuorten mielenterveysongelmiin

Mielenterveyshäiriöt ovat melko yleisiä ja useat mielenterveyshäiriöt ilmaantuvat, ensimmäisen kerran nuoruudessa. Erilaisia mielenterveyshäiriöitä voi olla useita samaan aikaan. Nuoren kehityksen arvioinnissa huomioidaan toimintakykyä erilaisissa asioissa, kuten omasta terveydestä ja turvallisuudesta huolehtiminen ja kyky suoriutua koulusta. Lisäksi ihmissuhteet aikuisiin ja ikätovereihin arvioidaan. Oireiden ja häiriöiden varhainen tunnistaminen on tärkeää ja on tärkeää ohjata nuori avun pariin, jos epäilee, että kaikki ei ole kunnossa nuoren elämässä. (THL 2019.)

Nuori voi oireilla monella tavalla. Ahdistuneisuushäiriöt ovat lisääntyneet Suomessa nuorten parissa. Ahdistuneisuushäiriöistä kärsii eri arvioiden mukaan keskimäärin 4-11 prosenttia nuorista. Nuorilla esiintyy jonkin verran ahdistuneisuutta, joka on vielä aivan normaalia ja ohimenevää. Häiriöstä on kyse silloin, jos ahdistuneisuus aiheuttaa selvää kärsimystä tai toimintakyvyttömyyttä. Nuorella voi lisäksi olla masennusoireita, syömishäiriöitä, erilaisia tarkkaavaisuuden ja aktiivisuuden häiriöitä tai psykooseja. Nuoren itsetuhoisuus on asia, joka olisi hyvä osata tunnistaa ja nuoren olisi hyvä päästä avun pariin nopeasti, mikäli itsetuhoisuutta ilmenee. Suomessa vakavia ja toistuvia itsemurha-ajatuksia on noin 10-15 prosentilla nuorista. (THL 2019.)

Suomessa nuorisotyötä järjestää kunnat, erilaiset järjestöt ja kirkon nuorisotyö. Suomessa tehtiin ensimmäistä kertaa vuonna 2019 selvitys nuorisotyön eri toimijatahojen käsityksistä siitä, miten erilaiset yhteiskunnalliset ja nuorten elämään kuuluvat ilmiöt näkyvät nuorisotyössä. Kyselyyn oli poimittu erilaisia ilmiöitä, mutta kaikkien sektoreiden nuorisotyöntekijöitä huoletti sama teema. Teema liittyi nuorten syrjäytymiseen, mielenterveysongelmiin ja yksinäisyyteen. Nuorisojärjestötoimijoiden mukaan, nuorilla esiintyy entistä enemmän stressiä ja uupumusta, johtuen suorituspainesta, jotka liittyvät nykyiseen opiskelu- ja työ-kulttuuriin. (Nuorisotyöstä suomessa 2019.)

7.2 Varhainen puuttuminen nuorten päihdeongelmiin

Nuorten päihdeongelmat ovat yleistyneet suomessa ja päihdehäiriö alkaa kehittyä noin 14-15 vuotiaana. Päihdehäiriö tarkoittaa, että päihdeet alkavat vaikuttamaan elämänhallintaan ja alkavat liian paljon hallita nuoren elämää. Oireina voidaan pitää pakonomainen tarve käyttää päihdettä, käytön kontrolli on heikentynyt ja tarvitaan aina suurempia määriä päihdeitä. Silloin kun päihdeistä on tullut elämässä tärkein asia, on kyse päihdehäiriöstä. Lisäksi toistuva kyvyttömyys hoitaa arkisia asioita, kuten koulua tai työtä voidaan puhua

häiriöstä. On tärkeää osata tunnistaa nämä ajoissa ja ohjata nuori avun piiriin mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Hoidon aikana pyritään vahvistamaan suojaavia tekijöitä ja vähennetään altistavia tekijöitä. Moniongelmaisuus on hyvin tyypillistä päihdenuorelle ja se on otettava huomioon hoidossa. (THL 2019.)

Alkoholin ja muiden päihteiden vaikutusten alaisena nuorilla on suurentunut riski joutua onnettomuuksiin. Nuoren riskinottokynnys alenee, mikä voi johtaa onnettomuuksiin. Nuoret ajautuvat lisäksi helposti tappeluihin ja muihin väkivaltaisiin tilanteisiin. (Mielenterveystalo 2020.)

Suomen Sosiaali- ja terveysministeriön tuottaman tutkimuksen mukaan nuorten alkoholin käyttö oli laskussa vuosituhanen ensimmäisellä vuosikymmenellä. Parin viime vuoden aikana ei ole ollut laskua havaittavissa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2019.)

Nuorten päihdehoidon tavoitteena on aina päihteettömyys. Päihteettömyyteen pyritään etenemään pienin askelin. Huomioon on otettava kokonaistilanne ja nuoren päihteiden käyttöön vaikuttaviin tekijöihin. Nuoren päihteiden käyttäjän kohtaamisessa on tärkeää yrittää välttää moralisointia ja voimakasta asenteellisuutta. Huumeidenkäyttö on rikos, mutta nuoren kohdatessa aikuisen terveydenhuollossa tai nuorten asemilla heitä velvoittaa vaitiolovelvollisuus. Nuorten päihteidenkäytön puheeksi otossa käytetään motivoivaa haastattelua ja ammattihenkilöitä sitoo lastensuojelulaki, mielenterveyslaki ja päihdehuoltolaki. Yleisimmin jos kyseessä on alaikäinen, häneen sovelletaan lastensuojelulakia, jos hoitoon ei sitouduta vapaa-ehtoisesti. Silloin voidaan nuorta hoitaa tahdosta riippumatta psykiatrisessa hoidossa, jos siihen liittyy mielenterveyden ongelmia tai voidaan huostaanottaa nuori ja sijoittaa esimerkiksi lastensuojelulaitokseen. Aina ensisijaisesti pyritään avoimuuden tukitoimiin. (Suomen mielenterveys ry 2020.)

8 OPETTAMINEN JA OPPIMINEN

8.1 Erilaiset opetusmenetelmät

Opetusmenetelmiä on erilaisia ja niiden tarkoitus on edistää oppimista. Erilaisia menetelmiä voidaan käyttää erilaisissa tilanteissa. Opetusmenetelmän valintaan vaikuttaa useampi tekijä. Koulutuksen tavoitteet, opiskeluympäristö, kohderyhmä ja on myös tärkeää ottaa huomioon kouluttajalle itselleen sopivat menetelmät. (Mykrä & Hätönen 2008, 9.)

Nykyiset oppimiskäsitykset pyrkivät aktivoimaan opiskelijat. On tutkittu, että silloin kun oppilas aktivoituu, hän myös muistaa ja ymmärtää paremmin uuden asian. Ulkoa opettelu ei tuota samaa tulosta. Aktivoivissa opetusmenetelmissä oppilas itse miettii mikä jokin asia tarkoittaa hänen toiminnassaan ja silloin oppilas oppii soveltamaan tietoa esimerkiksi, kun käytetään soveltavia harjoituksia. Ryhmä- ja projektityöskentely ovat esimerkkejä aktivoivista opetusmenetelmistä. Näiden menetelmien tavoitteena on, että oppilaat ovat aktiivisia ja tuovat rohkeasti esiin omia ajatuksiaan ja osaamistaan. Ongelmalähtöisessä oppimisessä on tarkoitus, että ryhmänä yhdessä kerätään tietoa ja pohditaan ongelmaan ratkaisua. Lopuksi ratkaisu ongelmaan esitellään opettajalle. Opettaja toimii ohjaajan roolissa näiden opetusmenetelmien käytössä. (MAAMOT 2020.)

Kouluttajan rooli on tärkeä minkä tahansa opetusmenetelmän käytössä. Kouluttajan on yhdessä kohderyhmän kanssa saatava menetelmä toimimaan ja se vaatii kouluttajalta kykyä ja osaamista käyttää menetelmää hyvin. Perinteisestä luennoinnistakin voi tehdä yleisöä osallistavan ja herättää yleisön mielenkiinnon. (Mykrä & Hätönen 2008, 9.)

Yhteinen aloitus koulutuspäiville, jossa luodaan yhteiset tai henkilökohtaiset oppimistavoitteet yhdistävät ryhmää. Tämä menetelmä on vuorovaikutusta korostava ja tässä voidaan käyttää erilaisia menetelmiä, kuten esimerkiksi tutustutaan vierustoveriin, mietitään yhdessä parin kanssa mitkä ovat omat henkilökohtaiset tavoitteet koulutukselle, voidaan haastatella toisiaan. (Mykrä & Hätönen 2008, 11-13.)

Muita erilaisia tapoja aloittaa koulutus on aloitus hahmottamalla kokonaisuus, aloitus ennakkotehtävällä, ongelmakeskeinen aloitus, jossa oppilaat kuvaavat ongelmia, jotka heillä on opittavasta aiheesta. Koulutus voidaan myös aloittaa synnyttämällä ristiriita osallistujan opittavan aiheen ja aiemman tietorakenteen välille. Aloitus voidaan tehdä myös kysymyksillä aihe alueesta. (Mykrä & Hätönen 2008, 11-13.)

8.2 Pelien käyttö opetuksessa

Pelejä ja kilpailuja on käytetty opetuksessa jo kauan. Nykyään kun lapset käyttävät paljon digitaalista teknologiaa sitä on otettu enenevässä määrin käyttöön koulumaailmassa. Nykyajan lapsille tietokoneiden ja tablettien käyttö on hyvin luonnollista ja osataan etsiä tietoa internetistä eri tavalla kuin vielä pari vuosikymmentä sitten. (Krokkfors, Kangas, Kopisto 2014, 16-20.)

Erilaisia pelejä käytetään opetuksessa yhä enemmän ja oppimispelien tutkimisen suosio kasvaa. Oppimispelien on tehty lähivuosina useita kirjallisuuskatsauksia. On havaittu, että opettajan rooli oppimispelien ja peliympäristöjen integroimisessa opetukseen on tärkeä. Vaikka pelit olisivat pedagogisesti hyvin toteutettuja, opettajalla on kuitenkin suuri rooli opetuksen suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa. (Krokkfors, Kangas, Kopisto 2014, 27-34.)

Suomessa tuotettiin vuosina 2009-2011 Tekesin rahoittamana kansallinen tutkimushanke kolmentoista tutkimusyksikön toimesta ja lisäksi yhteistyössä oli mukana 28 yritystä ja 12 koulua. Tutkimus hanke on avannut haasteita, joita tietotekniikan opetusikäyttö tuo tullessaan ja myös avannut miten paljon mahdollisuuksia käytännön tasolla on tietotekniikan käytöstä opetuksessa. Hanke on luonut Suomeen suuntaukset ja strategiset linjaukset yhdessä liikenne- ja viestintäministeriön kanssa. (Kankaanranta ym. 2011, 10.)

Haasteina voidaan pitää kuntien tietotekniikkastrategioita ja päättäjien halut investoida koulujen tietotekniikkaan valmiuksiin. Opettajien kouluttaminen pelipedagogiikkaan ja tietotekniikan hankintaosaaminen voivat myös olla haasteita. (Kankaanranta ym. 2011, 14-15.)

Seppo-peli oli luonnollinen valinta koulutuspäiville, koska se on ollut jo käytössä koulutuskeskus Salpauksella yhtenä oppimismenetelmänä. Seppopelin omistaa Lentävä liitutaulu Oy niminen yritys. Pelin kehittäjät ovat Kibreab Tekle ja Toni Komu. Seppo-peli tarjoaa mahdollisuuden oppia aidossa ympäristössä kokemuksellisella ja tutkivalla tavalla hyödyntäen tekniikkaa. Pelissä opitaan lisäksi ongelmanratkaisutaitoja yhdessä ryhmänä. Pelissä liikutaan fyysisesti paikasta toiseen. (Lentävä liitutaulu Oy design N&S 2018.)

8.3 Oppimiseen vaikuttavia tekijöitä

Aivotutkimuksissa saavutetut edistysaskeleet vahvistavat teoriaa kehityspsykologian teoreettisista näkemyksistä. Esimerkiksi varhaisen kokemuksen merkitys kehitykselle. Kehityspsykologian, kognitiivisen psykologian ja aivotutkimuksen tuottama suuri tutkimusmäärä on luonut perustan ja selkeyttäneet sitä, kuinka älyllinen kehitys tapahtuu. Aivotutkimus on käyttänyt apunaan positroniemissiotomografiaa ja funktionaalista

magneettikuvausta havainnoidakseen ihmisen oppimisprosesseja. (National Reaserch Council. 2004, 134-135.)

Oppimisen aikana aivoissa tapahtuvat muutokset tekevät hermosoluista tehokkaampia ja voimakkaampia. Eläinkokeilla, joita tehtiin häkkieläimillä ja vapaana olevilla eläimillä on voitu todeta, että monimutkaisissa ympäristöissä elävien eläinten aivot toimivat tehokkaammin ja tämän perusteella on voitu todeta, kuinka aivojen kapasiteetin kasvu on riippuvainen kokemuksista. Lisäksi selvitettiin, että tiettyjen tehtävien tekeminen sai aikaan tiettyjä toimintoja aivoissa ja voitiin todeta, että oppiminen luo aivoihin uusia organisatiomalleja. Erilaisia oppimisen menetelmiä käyttämällä aktivoidaan erilaisia osia aivoista ja niitä on mahdollista kehittää. Tutkimuksia on tehty esimerkiksi kuuroilla ihmisillä ja on todettu heidän oppivan erilaisin menetelmin kuin esimerkiksi sokea ihminen. Ihmisen aivoissa on olemassa erilaisia hermostollisia reittejä ja eri ihmisillä erilaisia kykyjä käyttää näitä reittejä. On olemassa esimerkiksi visuaalinen reitti, kuulemisen reitti jne. (National Reaserch Council. 2004, 139-143.)

On olemassa erilaisia oppimistyyplejä ja oppijatyyppejä. Visuaalis-verbaalisen oppimistyylin taitaja oppii parhaiten lukemalla ja hänellä on kyky oppia numerot ja sanat kirjallisessa muodossa. Visuaalisonverbaalinen oppija muistaa parhaiten tietoa, joka on esitetty kuvina ja hän muistaa hyvin kuvat, piirrokset ja graafiset esitykset. Auditiivisverbaalinen oppii ja muistaa parhaiten kuuntelemalla opittavat asiat. Kinesteettistaktiilinen oppii parhaiten kokemalla ja tekemällä asioita. Hän myös muistaa hyvin koskettelemalla ja tunnustelemalla. (Prahshnig 2000.)

8.4 Hyvä opetus

Kouluissa vallitsevaa opetusta, eli suoraa opetusta, jossa opettaja puhuu ja antaa esimerkkejä ja sitten käydään yhdessä asioita läpi ja lopuksi oppilas siirtyy yksintyöskentelyyn, on kritisoitu sitä mukaan, kun kognitiiviset teoriat on vallannut opettajankoulutuksen. Kritisoinnin kohteena on ollut suoran opetuksen mekanistisuus. Oppiminen on ulkoa annettujen tietojen vastaanottamista eikä siinä oppiminen ole tulosta omasta toiminnasta. Suora opetus on arvosteluista huolimatta pysynyt kouluopetuksen perusmallina. (Saloviita 2000, 44-46.)

Tehokkaaseen opetukseen kuuluu se, että opettaja pitää yllä korkeaa vaatimustasoa ja varaa riittävästi aikaa oppimiselle. On tärkeää, että opetustilassa on työrauha ja hyvä järjestys. Uusien asioiden oppiminen on hyvä jaksottaa pienempiin osiin. Tavoiteoppimissoveltaminen on myös tehokas tapa opettaa. Siinä keskeistä on, että opettaja asettaa tavoitteet oppilaan tason mukaan ja arvioi oppimisen edistymistä ja antaa palautetta, kunnes

oppimistavoitteet on saavutettu. Myönteinen oppimisympäristö on myös keskeinen asia tehokkaassa oppimisessa. Kognitiivinen näkökulma oppimiseen tuo esille asioita, kuten oppilaan omat tavoitteet, valinnat, ideat, muistot, suunnitelmat, tunteet ja strategiat. (Saloviita 2000, 61-63.)

Tekemällä oppiminen on myös tehokas tapa opettaa asioita. Kokeilemalla ja harjoittelemalla tutustutaan opittavaan asiaan. (Vuorinen 2001, 180-181.)

Menetelmän käyttäminen esimerkiksi kursseilla ja koulutuksissa on todettu toimivaksi. Voidaan käyttää esimerkiksi demonstraatiota ja draamatyöskentelyä, joiden avulla voidaan oppia teoriaa käytännössä. (Vuorinen 2001, 179-180.)

Opetuksessa on tärkeää olla selkeät opettajan asettamat tavoitteet. Riittävän haastavat tavoitteet motivoivat oppilasta. Opettamisessa on hyvä käyttää käsitekarttoja, voidaan käyttää erilaisia muistiteknikoita. (Saloviita 2000, 64-65.)

9 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ JA PROSESSIN KUVAUS

9.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Lahden ammattikorkeakoulussa opinnäytetyö toteutetaan pääsääntöisesti työelämä- tai hanketoimijan toimeksiantajana. Opinnäytetyö voidaan tehdä yksin tai pareittain. Opinnäytetyön tarkoituksena on antaa opiskelijalle valmiuksia laajentaa ja syventää omaa ammatiosaamista. (Lahden ammattikorkeakoulu 2018)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyy aina käytännön toteutus ja raportointi. Opinnäytetyönä tuotetaan toimeksiantajalle esimerkiksi opus tai tapahtuma ja lisäksi tehdään kirjallinen osuus opinnäytetyönä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on mahdollista käyttää tutkimusmenetelmiä hyödyksi, mutta se ei ole välttämätöntä samalla tavalla kuin tutkimuksellisissa opinnäytetyöissä. (Vilka, Airaksinen 2003, 9.)

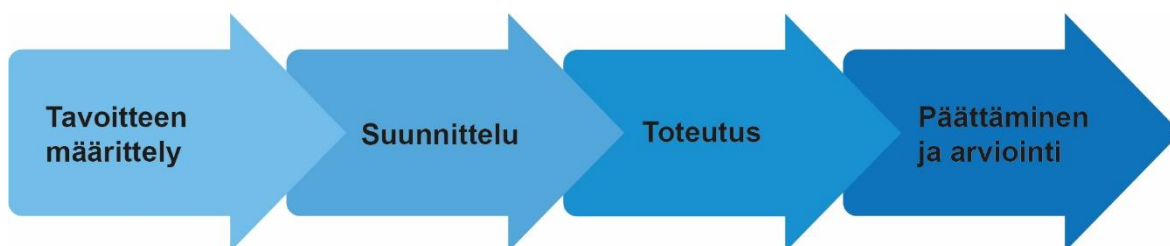
Tutkimuskäytäntöinä käytetään esimerkiksi selvityksen tekemistä ja sitä käytetään samalla tiedonhankkimisen apuvälineenä. Tutkimusmenetelminä voidaan käyttää määrällistä tai laadullista tutkimusta. (Vilka, Airaksinen 2003, 56-57.)

Toiminnalliseen opinnäytetyöhön voi kuulua myös palautteen kerääminen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä kerätyllä aineistolla voidaan tehdä analysointi, jos halutaan käyttää tutkimustietoa esimerkiksi joidenkin sisältöjen valintojen perusteluun. (Vilka, Airaksinen 2003, 63-64.)

9.2 Lineaarisen mallin käyttäminen opinnäytetyö prosessin suunnittelussa

Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu tietoperusta, toimijat, materiaalit, menetelmät ja tuotos. Toiminnallisessa opinnäytetyössä toiminnanvaiheet kohti tuotosta etenevät vuorovaikutussuhteessa toimijoiden kanssa. (Salonen 2013)

Opinnäytetyöprosessin suunnitteluun ja etenemiseen käytettiin lineaarista mallia (kuvio 1). Lineaarisen mallin mukaan työ etenee tietyn kaavan mukaisesti alkaen tavoitteen määrittelystä. Tavoitteen määrittelyn jälkeen siirrytään suunnitteluprosessiin, josta edetään toteutusvaiheeseen ja lopuksi arviointiin. (Salonen 2013)



Kuvio 1. Lineaarinen malli (Salonen 2013)

Idea opinnäytetyöstä esitettiin toimeksiantajan edustajalle ja laadittiin kirjallinen sopimus yhteistyöstä. (LIITE 1.)

9.3 Ensiapukoulutuksen tavoitteiden määrittely

Tavoitteiden määrittelyvaiheessa opinnäytetyölle asetettiin tavoite. Tavoitteet perustuivat toimeksiantajan tarpeeseen ja opinnäytetyön tekijöiden ideoihin. Tavoitteet mietittiin tarkasti, koska niiden pohjalta työtä lähdettiin suunnittelemaan ja toteuttamaan. Opinnäytetyön aihe huomioon ottaen, päädyttiin siihen, että työ toteutetaan toiminnallisena työnä.

Tavoitteiden määrittelyvaiheessa tavoitteeksi muodostui ensiapukoulutus päivien pito nuoris- ja yhteisöohjaajille, painottuen heidän tulevaan ammattiin.

Toiminnallisesta opinnäytetyöstä tehdään kirjallinen työ, jossa on tietoperustaa, minkä perusteella on ensiapupäivät pidetty. Lisäksi työstä tulee jäädä konkreettinen tuotos toimeksiantajalle, jotta sitä voidaan jatko käyttää.

9.4 Ensiapukoulutuksen suunnittelu

Suunnitteluvaiheessa lähdettiin ideoimaan päivien sisältöä yhdessä toimeksiantajan edustajan kanssa. Suunniteltiin, että koulutus pidetään kaksi päiväisenä, joista ensimmäisenä päivänä keskityttiin SPR:n ensiapukoulutukseen ja toinen päivä oli suunniteltu enemmän toiminnalliseksi. Jakamalla päivät kaksi päiväisiksi, saatiin koulutuksen edellyttämä tuntimäärä täyttymään.

Toimeksiantajan edustajan kanssa tavattiin kolme kertaa ennen varsinaisten päivien pitämistä. Laadittiin alustava runko, jonka mukaan päivät etenisivät ja tämä hyväksytettiin toimeksiantajalla.

Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli räätälöidä ensiapupäivät vastaamaan nuoris- ja yhteisöohjaaja opiskelijoiden tulevaa ammattia varten. Suunnitteluvaiheessa päädyttiin siihen, että ensiapukoulutuksessa pääpaino oli retkeilyyn liittyvät asiat, kuten hukkuminen ja jäihin putoaminen. Esille otettiin myös nuorten mielenterveys- ja päihdeongelmat.

Suunnitteluvaiheessa mietittiin tapaa, jolla keräämme arviointia ensiapukoulutuspäivistä. Suunniteltiin arviointilomake, jossa oli kysymyksiä ja arviointi asteikolla 1-5, lisäksi siihen laitettiin vapaalle sanalle tila. (LIITE 2) Arviointilomakkeeseen vastaaminen haluttiin toteuttaa matalalla kynnykselle, ja tämän vuoksi lomakkeet täytettiin nimettöminä.

9.5 Ensiapukoulutuksen toteutus

Ensiapukoulutuspäivät pidettiin 12-13.2.2020 Koulutuskeskus Salpauksen tiloissa. Meillä oli käytössä koulutuskeskus Salpauksen luokkatila ja tarvittava välineistö sieltä. Lisäksi hyödynsimme lähimaastoa ja koulutuskeskus Salpauksen laavaa harjoitteiden tekemisessä.

Päivä aloitettiin pienellä esittäytymisellä ja opiskelijoille kerrottiin tulevien päivien kulusta. Kerrottiin, että päivät olivat osa sairaanhoitajaopiskelijoiden opinnäytetyötä.

Ennen ensimmäiselle päivälle osallistumista toimeksiantajan kanssa sovittiin, että opiskelijat suorittavat SPR:n verkkokurssin, joka sisälsi ensiapu 1 vaadittavat taidot. Verkkokurssin suorittaminen oli ehtona kurssille osallistumiselle, että täytyisi SPR:n vaatimus ensiapu 1 taitojen opiskelusta. Päivän aluksi katsottiin kuitenkin tarpeelliseksi käydä vielä kertaalleen Suomen punaisen ristin ensiapumateriaalit yhdessä läpi opiskelijoiden kanssa.

Yhtenä opinnäytetyön tavoitteena oli erilaisten oppimismenetelmien käyttäminen. Kyseessä oli ensiapukoulutus, joka pohjautuu teorian tiedon soveltamiseen käytännössä, joten päivään kuului erilaisia käytännönharjoitteita muun muassa elvytys (kuvat 1 ja 2), defibrilaattorin käyttö, tajuttoman laittaminen kylkiasentoon, erilaisten sidosten tekoa ym.

Yhtenä oppimismuotona käytettiin pelipedagogiikkaa ja valituksi tuli työelämätahon edustajan ehdottama Seppo-peli. Pelialustalle oli luotu erilaisia tehtäväpisteitä, joita opiskelijat suorittivat pienryhmissä. Koulutuksen pitäjät pisteyttivät vastaukset.

Ensimmäisen päivän päätteeksi haluttiin loppuun luoda leikkimielinen Kahoot-tietovisailu, jossa käytiin läpi päivän aikana käytyjä asioita.

Toinen ensiapukoulutus päivä oli suunniteltu enemmän toiminnalliseksi. Päivässä haluttiin keskittyä enemmän niihin asioihin ensiavussa, jotka koskettavat heitä tulevassa ammatissaan. Toiminnalliset osuudet suoritettiin Koulutuskeskus Salpauksen lähimaastossa.

Päivän aloituksena käytiin jäihin putoaminen ja hukkuminen läpi videoiden ja keskustelujen muodossa.

Yksi päivän teemoista oli nuorten mielenterveys. Katsottiin aiheeseen liittyvä video, jonka jälkeen opiskelijat saivat hetken aikaa pienryhmissä käydä videon herättämiä asioita läpi. Lopuksi käytiin yhdessä läpi mitä ajatuksia aihe herätti.

Toisena päivän teemana oli retkelle lähtö. Opiskelijoiden tehtävänä oli valita ensiapulaukuun tarvittavat välineet retkeilytarkoitukseen. Toiminnallisissa osuuksissa käytiin läpi nyrjähtäneen raajan ensiapua ja lämpöpeittoon pukeutumista.

Päivän ollessa puolessa välissä opiskelijat jaettiin kahteen eri ryhmään. Toinen ryhmä kävi keskustelemalla läpi, kuinka toimia palovamma, haavojen ja mahdollisen tukehtumisen sattuessa. Toinen osa opiskelijoista kävivät luokassa läpi erilaisia case-tapauksia (LIITE 3). Ryhmät vaihtoivat noin 45 minuutin jälkeen paikkoja.



Kuva 1. Elvytysnuket. Kuva S.Karlsson



Kuva 2. Elvytysharjoitus. Kuvaan saatu lupa. Kuva S. Karlsson

9.6 Ensiapukoulutuksen arviointi

Toiminnallisen opinnäytetyön tulee olla ammatillisesti kiinnostava ja sen tulee olla hyödyllinen ja merkittävä kohderyhmälle. Yksi keskeisistä arvioinnin kohteista on myös työn toteutustapa. (Vilkkä, Airaksinen 2003, 157.)

Laadimme arviointikysymykset (LIITE4) osallistujille. Halusimme selvittää mitä mieltä osallistajat olivat koulutuksen hyödynnettävyydestä tulevaisuudessa. Halusimme myös selvittää mitä mieltä osallistajat olivat, Seppo -pelin käyttämisestä ensiaputaitojen opettamisessa. Viimeisenä halusimme selvittää, olivatko ensiaputaitojen oppiminen hyödyllistä opiskelijan näkökulmasta.

Kysymykseemme siitä mitä mieltä osallistajat olivat koulutuksen hyödynnettävyydestä, saimme vastauksia. Osallistujia oli neljätoista yhteensä. Vastaukset tähän kysymykseen olivat yksipuolisia. Kaikki osallistajat kokivat koulutuksesta olevan tulevaisuutta varten hyötyä.

Seppopelin käytöstä opetuksen tukena suurin osa oli täysin samaa mieltä siitä, että se tukee opetusta.

Osallistajat kokivat ensiaputaitojen oppimisesta olevan hyötyä heille tulevaisuudessa. Vastausten perusteella osallistajat olivat lähes yhtä mieltä siitä.

Kysymykseemme siitä mitä mieltä osallistajat olivat koulutuksen hyödynnettävyydestä, saimme vastauksia. Seuraavassa taulukossa näemme mitä mieltä osallistajat olivat keskimäärin kysymyksiimme. Osallistujia oli neljätoista yhteensä ja kysymyksiä kahdeksan.

Voimme todeta vastausten keskiarvojen perusteella, että osallistajat olivat joko täysin samaa mieltä tai osittain samaa mieltä vastauksista. Kuviossa numero 5 vaakatasolla tarkoittaa, että osallistuja on täysin samaa mieltä väittämästä ja numero 1 täysin erimieltä.



Kuvio 1. Koulutukseen osallistujien vastaukset

Pyysimme lisäksi kirjallista palautetta muutamalla kommentilla ensiapupäivistä (LIITE 5) ja saatiin hyvää palautetta koulutuspäivien toteutuksesta.

Lopuksi osallistujien oma ensiapuopettaja koulutuskeskus Salpauksesta antoi meille kirjallisen palautteen ensiapukoulutuspäivistä. Palaute oli kokonaisuudessa hyvä ja opettajan mielestä olimme toteuttaneet päivät hyvin. Liitteenä (LIITE 5) opettajan kommentit molemmista koulutuspäivistä.

10 PROSESSIN ARVIOINTI JA TOTEUTUS

10.1 Eettisyys ja luotettavuus

Toiminnallisessa opinnäytetyössä luotettavuuden arviointi tehdään tietoperustan valinnan mukaan. Opinnäytetyön tietoperustan on oltava näyttöön perustuvaa ja toimintaympäristön hyödynnettävissä. (Toikko & Rantanen 2009, 121-125.)

Hyvän tieteellisen käytännön lähtökohtia ovat työssä noudatettu rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. Kaikki tarvittavat tutkimusluvut on hankittava ja lisäksi huomioidaan kaikki tekijänoikeuksiin ja käyttöoikeuksiin liittyvät asiat. (TENK 2012, 6.)

Opinnäytetyön aiheen valinnan jälkeen laadittiin toimeksiantosopimus, jonka allekirjoittivat kohdeorganisaation, eli koulutuskeskus salpauksen ensiapu opettaja, opinnäytetyön ohjaava opettaja ja opinnäytetyön tekijät. Koulutuskeskus salpauksen opettajilta kysyttiin toiveita ja ideoita koulutuspäivien sisältöön. Lisäksi kerroimme suunnitteluvaiheessa koulutuspäivien sisältöehdotuksia ja otimme vastaan palautetta ja muokattiin päiviä heidän toiveiden mukaisesti. Saimme opettajalta tunnukset Seppo-peliin, opettaja vaihtoi salasanan päivien jälkeen.

Opinnäytetyö prosessissa tulee kiinnittää huomiota henkilötietojenkäsittelyyn ja tutkimuskohteiden tietosuojan toteutumisen. (Arene 2018.) Ensiapukoulutuspäivien päivien arviointi tehtiin nimettömänä, näin opiskelijoiden henkilökohtainen tietosuoja säilyi.

Tiedonhaussa käytettiin luotettavia lähteitä ja uusinta tietoa liittyen ensiapuun ja sen kouluttamiseen. Tiedonhaussa ja lähteissä käytettiin paljon tutkimuksiin perustuvia lähteitä. Koulutuspäivien aikana otettiin kuvia päivistä ja niiden käytöstä opinnäytetyössä sovittiin erikseen, sekä opettajan, että niissä esiintyvän nuoren kanssa. Nuoren huoltajalta saatiin myös lupa valokuvan käyttöön.

Koulutuskeskus salpauksen opettajat olivat mukana valvomassa päivien kulkua meidän ohjaajien lisäksi. Olimme perehtyneet koulun sääntöihin ja tapoihin etukäteen.

10.2 Opinnäytetyön prosessin pohdinta

Opinnäytetyö prosessin alkuvaiheessa mietittiin kohderyhmää ja eri kohderyhmä vaihtoehtoja käytiin läpi. Lopulta onnistuttiin löytämään kohderyhmä, joka hyötyi eniten työstä.

Ensiaputaidot ovat taitoja, joita nuoriso- ja yhteisöohjaajien on hyvä tulevassa ammatissaan osata. He tulevat työskentelemään monenlaisissa työkentillä, jossa he luultavasti joutuvat erilaisten tapaturmien kanssa tekemisiin. Vastuu ohjattavien ja asiakkaiden

psykkisestä ja fyysisestä turvallisuudesta on myös alan osaamisvaatimuksissa (Opintopolku 2017).

Jo heti opinnäytetyöprosessin alkuvaiheessa oli selvää, että ensiapukoulutuspäivät haluttiin räätälöidä vastaamaan nuoriso- ja yhteisöohjaajaopiskelijoiden tarpeita. Hukkuminen ja erilaiset tapaturmat esimerkiksi leiriolosuhteissa nousivat osa-alueiksi, joihin halusimme koulutuksessa painottaa.

Opinnäytetyö prosessin suunnitteluvaiheessa päädyimme siihen, että haluamme ottaa teemoiksi nuorten mielenterveys- ja päihdeongelmat. Suomen punaisen ristin ensiapu 1 ei näitä asioita oteta huomioon. Koimme nämä kuitenkin tärkeiksi ja ajankohtaisiksi asioiksi ja kyseiset asiat ovat varmasti nuoriso- ja yhteisöohjaaja opiskelijoiden tulevaa ammattia varten tärkeitä käydä läpi.

Terveys- ja hyvinvointilaitoksen mukaan mielenterveyshäiriöt ovat melko yleisiä ja useat mielenterveyshäiriöt ilmaantuvat, ensimmäisen kerran nuoruudessa. Mielenterveysongelmien oireiden ja häiriöiden varhainen tunnistaminen on tärkeää. Tunnistamalla oireita ja häiriöitä osataan ohjata nuori avun pariin, jos epäilee, että kaikki ei ole kunnossa nuoren elämässä. (THL 2019.)

Mykrä ym.(2008, 9.) toetaan, että opetusmenetelmän valintaan vaikuttaa useampi tekijä. Koulutuksen tavoitteet, opiskeluympäristö, kohderyhmä ja on myös tärkeää ottaa huomioon kouluttajalle itselleen sopivat menetelmät.

Opinnäytetyö prosessissa halusimme käyttää toiminnallisten päivien yhteydessä pelipedagogiikkaa. Tämä tuntui luontevalta, koska kohderyhmä koostui nuorista, joille erilaiset virtuaalipelit ja digilaitteiden käyttö on helppoa ja luontevaa. Palautteen perusteella olimme onnistuneet valinnassamme ja opiskelijat kokivat pelipedagogiikan olleen hyödyksi oppimisessa.

Opetuksessa käyttämämme Seppo-peli oli meille opinnäytetyön tekijöille entuudestaan vieras, mutta perehtyessämme peliin koimme, että haluamme ottaa sen osaksi ensiapupäiviä. Seppo-peli tarjosi mahdollisuuden oppia aidossa ympäristössä kokemuksellisella ja tutkivalla tavalla hyödyntäen tekniikkaa. Pelissä opiskelijat oppivat ongelmanratkaisutai-toja yhdessä ryhmänä (Lentävä liitutaulu Oy design N&S 2018) .

Vuorinen (2001, 180-181.) toteaa, että tekemällä oppiminen on myös tehokas tapa opettaa asioita. Kokeilemalla ja harjoittelemalla tutustutaan opittavaan asiaan. Me totesimme myös tämän. Alkuun opiskelijat olivat hieman arkoja toiminnallisten harjoitteiden tekemiseen, mutta rohkaisun kautta, kaikki uskaltautuivat osallistumaan ja saivat onnistumisen kokemuksia.

Kaiken kaikkiaan opinnäytetyön prosessi sujui hyvin ja suunnitelman mukaisesti. Heti alusta alkaen yhteistyö Koulutuskeskus Salpauksen edustajan kanssa oli helppoa, ja hän oli vastaanottavainen ideoillemme ja saimme häneltä vastaavasti ideoita päivien järjestämiseen.

Saamiemme palautteiden perusteella olimme onnistuneet järjestämään päivät hyvin. Koimme myös itse, että ensiapu päivät sujuivat hyvin ja onnistuimme niiden järjestämisessä. Opiskelijat olivat oppineet lisää ensiaputaitoja ja saaneet varmuutta toimia ensiaputilanteissa, joka oli työmme tarkoitus.

Tavoitteeseen päästiin hyvin. Saatiin painotettua ensiapupäivillä kohderyhmän tulevan ammatin kannalta tärkeitä asioita. Onnistuttiin tuomaan koulutukseen pelipedagogiikkaa ja sen käyttö sai hyvän vastaanoton. Uskomme, että opinnäytetyön avulla pystyimme antamaan opettajille uusia eväitä tulevaisuuden ensiapukoulutuksiin.

10.3 Kehittämisehdotukset

Ensiapu 1 kurssi on tuntimäärällisesti laaja, opinnäytetyön tekijät kokivat, että olisi hyvä, että tämä koulutus jatkossakin voisi olla järjestettynä kaksi päiväisenä. Hyväksi asiaksi koettiin myös se, että teoriaopinnot käytiin verkko-opintoina ennen koulutukseen tuloa. Teoriaopintojen käyminen jo ennen kurssille tuloa mahdollistaa sen, että harjoitteita on enemmän aikaa tehdä käytännössä.

Erilaisia oppijoita ja opetusmenetelmiä on nykypäivänä paljon. Tulevaisuudessa nämäkin edellä mainitut asiat tulisi jatkossa ottaa huomioon myös ensiapukoulutusta järjestäessä. Pelien käyttö havaittiin hyväksi ja oppimista tukevaksi.

Jatkossa voisi myös miettiä, että koulutukseen tuotaisiin enemmän kohderyhmän tulevaa ammattia varten olevia asioita esille. Myös henkisen puolen ensiapu asioita olisi hyvä käydä läpi ainakin jollakin tasolla.

Palautteissa tuli ilmi se, että oli hyvä, kun oppimisympäristö ei rajoittunut vain luokkatilaan vaan toiminnallisia osuuksia tehtiin erilaisissa ympäristöissä. Tämä voisi jatkossakin olla toimiva asia.

Opiskelijoilta saadun palautteen perusteella ensimmäisenä päivänä voisi pitää aamupäivästä pienen kahvitauon. Nyt järjestetyillä päivillä, tauko oli vasta lounasaikaan.

LÄHTEET

Painetut lähteet

- Krokfors, L. Kangas, M. & Kopisto, K. 2014. Oppiminen pelissä. Vantaa: Hansaprint Oy.
- Markkula, J. Öörni, Erkka. 2009. Turvallinen elämä lapsille ja nuorille kansallinen lasten ja nuorten tapaturmien ehkäisyn ohjelma. Helsinki: Yliopistopaino
- Mykrä, T. & Hätönen, H. 2008. Opas opetusmenetelmistä. Helsinki: Edita Prima Oy.
- National research council. 2004. Miten opimme. Aivot, mieli, kokemus ja koulu. Helsinki: WSOY.
- Prashnig, B. 2000. Erilaisuuden voima, opetustyyli ja oppiminen. PS-kustannus.
- Sahi, T. Castrén, M. Helistö, N. & Kämäräinen, L. 2007. Ensiapuopas. Jyväskylä: Gummerrus Kirjapaino Oy.
- Saloviita, T. 2000. Luokka haltuun! Parhaat keinot toimivaan opetukseen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Yliopistopaino.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Elektroniset lähteet

- ARENE.2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset [viitattu 18.5.2020]. Saatavissa: <https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ammattikorkeakoulujen%20opin%C3%A4ytet%C3%B6iden%20eettiset%20suositukset.pdf>
- Bollig, G., Myklebust, A. & Østringen, K. 2011. Effects of first aid training in the kindergarten – a pilot study. [viitattu: 13.5.2020]. Saatavissa: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3060136/>
- Campbell, S. 2012. Supporting Mandatory first aid training in primary schools. Nursing standard: official newspaper of the Royal College of Nursing 27(6):35-9 [viitattu 13.5.2020]
- Duodecimlehti. 2016. Lasten ja nuorten tapaturmat. [viitattu 3.4.2020] Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2016/11/duo13161?keyword=lasten%20ja%20nuorten%20tapaturmat>
- Kotitapaturma. 2020. Hukkumistapaturmat. [viitattu 7.5.2020] Saatavissa: <https://www.kotitapaturma.fi/tapaturmatyypit/hukkumistapaturmat/>

- Koulutus 2020. [viitattu 30.3.2020] Saatavissa: <https://www.koulutus.fi/haku/ensiapukurssi>
- Koulutuskeskus Salpaus. 2020. Nuoriso- ja yhteisöohjaaja. [viitattu 1.4.2020] Saatavissa: <https://www.salpaus.fi/koulutusesittely/nuoriso-ja-yhteisöohjaaja/>
- Lentävä Liitutaulu Oy. 2018. [viitattu 26.1.2020] Saatavissa: www.seppo.io
- Liikenneturva. 2020. Lapset (0-14) liikenteessä. [viitattu 4.5.2020] Saatavissa: <https://www.liikenneturva.fi/fi/eri-ikaisena/lapset-0-14-liikenteessa#2eaf9122>
- Maahanmuuttajien ohjauksen ja neuvonnan tuki, 2020. Opetusmenetelmät. [viitattu: 14.5.2020] Saatavissa: <https://maamot.fi/opetusmenetelmat/>
- Mehiläinen. 2020. Lasten tapaturmat. [viitattu 16.5.2020] Saatavissa: <https://www.mehilainen.fi/lasten-mehilainen/lasten-tapaturmat>
- Mielenterveystalo, 2020. Häiriöt ja ongelmat, päihdeongelmat. [viitattu 15.5.2020] Saatavissa: https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/paihdeongelmat.aspx
- Nuorisotyöstä suomessa, 2019. Nuorisoalalla näkyvät ilmiöt. [viitattu: 15.5.2020] Saatavissa: <https://nuorisotyosta.fi/ilmiot/>
- Opetusteknologia koulun arjessa 2. Kankaanranta, M., Vahtivuori-Hänninen, S. 2011. [viitattu 26.1.2020] Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/37469#>
- Opintopolku. 2017. Kasvatus- ja ohjauksen perustutkinto [viitattu: 6.5.2020]. Saatavissa: <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/esitys/4038054/reformi/tiedot>
- Opintopolku. 2020. Kasvatus- ja ohjauksen perustutkinto. [viitattu 25.3.2020] Saatavissa: <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/esitys/4038054/reformi/tutkinnonosat/4127620>
- Pohjois-Karjalan pelastuslaitos. 2020. Koti- ja vapaa-ajan tapaturmat. [viitattu 7.5.2020] Saatavissa: <https://www.pkpelastuslaitos.fi/koti-ja-vapaa-ajan-tapaturmat>
- Punainen risti 2019. [viitattu 30.3.2020] Saatavissa: <https://www.punainenristi.fi/uutiset/20190913/suomen-punaisen-ristin-ensiapukoulutuksilla-pidetaan-ylla-valmiutta-ja-edistetaan>
- Punainen risti. 2009. Ensiaputodistuksen voimassaolo ja ensiapuvalmiuden ylläpito [viitattu 15.4.2020]. Saatavissa: https://rednet.punainenristi.fi/sites/rednet.mearra.com/files/tiedostolataukset/Ensiaputodistuksen%20voimassaolo%20ja%20ensiapuvalmiuden%20yllapito_3.pdf

Punainen risti. 2015. Ensiapuohjeet 2015. [viitattu 15.4.2020] Saatavissa: https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/uudet_ensiapuohjeet_2016_0.pdf

Punainen risti. 2020. Koti- ja vapaa-ajan tapaturmat. [viitattu 11.5] Saatavissa: <https://rednet.punainenristi.fi/system/files/page/Materiaalipaketti%20ETK.pdf>

Punainen risti. 2020. Tässä ohjeita liittyen pätevyysmerkintöihin 1.1.2020 alkaen. [viitattu 5.4.2020] Saatavissa: <https://ensivunkouluttajat.fi/tuki-ja-ohjeet/tassa-ohjeita-liittyen-patevyysmerkintoihin-1-1-2020-alkaen/>

Salonen 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Suomen yliopistopaino. [viitattu 7.5.2020] Saatavissa: https://reppu.lamk.fi/pluginfile.php/1298489/mod_resource/content/1/Salonen%20N%C3%A4k%C3%B6kulmia%20tutkimukselliseen%20ja%20toiminnalliseen%20opinn%C3%A4ytety%C3%B6h%C3%B6n%20TUAMK.pdf

Sic! Lääketietoa Fimeasta. 2012. Lasten lääkemyrkytykset – vaarallisia ja vähemmän vaarallisia. [viitattu 17.5.2020] Saatavissa: https://sic.fimea.fi/arkisto/2012/4_2012/lasten-laakkeet/lasten_laakemyrkytykset

Sisäasiainministeriön ja Suomen Pelastusalan keskusjärjestö. 2007. Kodin turvaopas-suojele itseäsi ja muita [viitattu: 7.5.2020]. Saatavissa: <http://turvaopas.pelastustoimi.net/>

Suomen Ensiapukoulutus. 2020. Ensiapukurssi EA1 [viitattu: 6.5.2020]. Saatavissa: <https://www.suomenensiapukoulutus.fi/ensiapukurssit/ensivun-peruskurssi-ea-1>

Suomen ensiapuopas. 2018. Säädökset. [viitattu 4.4.2020] Saatavissa: <http://www.ensiapuopas.com/saadokset/index.html> 4.4

Suomen mielenterveys ry, 2020. Lasten ja nuorten päihdehoito. [viitattu 15.5. 2020] Saatavissa: <https://mieli.fi/fi/kehittamistoiminta/mielenterveysosaaminen/nuoren-mielen-ensiapu/lasten-ja-nuorten-paihdehoito>

Suomen mielenterveys ry, 2020. Lasten ja nuorten päihdehoito. [viitattu 15.5. 2020] Saatavissa: <https://mieli.fi/fi/kehittamistoiminta/mielenterveysosaaminen/nuoren-mielen-ensiapu/lasten-ja-nuorten-paihdehoito> Nuorisotyöstä suomessa, 2019. Nuorisosalalla näkyvät ilmiöt. [viitattu: 15.5.2020] Saatavissa: <https://nuorisotyosta.fi/ilmiot/>

Suomen Partiolaiset – Finlands Scouter ry. 2019. Turvallisuusohjeet 2019 [viitattu: 6.5.2020]. Saatavissa: <https://partio.emmi.fi/l/WGgsf7tdcRcz>

Suomen sosiaali- ja terveysministeriö, 2019. Terveystapatutkimus: nuorten tupakan ja alkoholin käyttö ei enää vähene. [viitattu: 15.5.2020] Saatavissa: https://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/terveystapatutkimus-nuorten-tupakan-ja-alkoholin-kaytto-ei-enaah-vahene

Suomen sosiaali- ja terveysministeriö, 2019. Terveystapatutkimus: nuorten tupakan ja alkoholin käyttö ei enää vähene. [viitattu: 15.5.2020] Saatavissa: https://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/terveystapatutkimus-nuorten-tupakan-ja-alkoholin-kaytto-ei-enaah-vahene

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2019a. Hukkumiset. [viitattu 3.4.2020] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/lasten-ja-nuorten-tapaturmat/hukkumiset>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2019b. Kaatumiset ja putoamiset. [viitattu 3.4.2020] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/lasten-ja-nuorten-tapaturmat/kaatumiset-ja-putoamiset>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2019c. Lasten ja nuorten tapaturmat. [viitattu 3.4.2020] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/lasten-ja-nuorten-tapaturmat/lasten-ja-nuorten-tapaturmatilastot>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2019d. Liikenneonnettomuudet. [viitattu 3.4.2020] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/lasten-ja-nuorten-tapaturmat/liikenneonnettomuudet>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2019e. Myrkytykset. [viitattu 3.4.2020] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/lasten-ja-nuorten-tapaturmat/myrkytykset>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2019f. Nuorten mielenterveyshäiriöt [viitattu: 7.5.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2019g. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt [viitattu: 7.5.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>

Terve koululainen. 2020. Lasten ja nuorten tapaturmat. [viitattu 7.5.2020] Saatavissa: <https://www.tervekoululainen.fi/ylakoulu/tapaturmat/lasten-ja-nuorten-tapaturmat/>

Terveystalo. 2020. Lapsen myrkytysten hoito. [viitattu 11.5.2020] Saatavissa: <https://www.terveystalo.com/fi/Palvelut/Lastentaudit/Akuutit-tilanteet/Lapsen-myrkytysten-hoito/>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa [viitattu: 25.2.2020]. Saatavissa: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

LIITTEET

Liite 1 Toimeksiantosopimus työelämätahon kanssa

TOIMEKSIANTOSOPIMUS OPINNÄYTETYÖLLE

Toimeksiantaja: Koulutuskeskus Salpaus

Toimeksiantajan yhteyshenkilö:

Sari Kotonen

sari.kotonen@salpaus.fi

Opinnäytetyöntekijät ja yhteystiedot:

Sonja Karlsson

sonja.karlsson@student.lab.fi

Sanna Keppo

sanna.keppo@student.lab.fi

Opinnäytetyön ohjaava opettaja:

Sari Lappalainen

sari.lappalainen@lab.fi

Opinnäytetyö:

Ensiaputaidot – koulutuspäivät nuoriso- ja yhteisöohjaaja opiskelijoille

Opinnäytetyön tavoitteet ja toteutus:

Lahden ammattikorkeakoulun sairaanhoitajaopiskelijat Sonja Karlsson ja Sanna Keppo järjestävät nuoriso- ja yhteisöohjaaja opiskelijoille kaksi päivää kestävä EA1 tasoon perustuvat ensiaputaitopäivät. Suunnitelmana on tekemisen kautta oppia tärkeitä taitoja ja erityisesti nuoriso- ja yhteisöopiskelijoille suunnattuja ensiaputaitoja. Opinnäytetyö toteutetaan toiminnallisena, josta tehdään myös kirjallinen työ.

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä nuoriso- ja yhteisöosaaja opiskelijoiden tarvitsemaa ensiapuosaamista tulevassa ammatissaan. Työn tarkoituksena on myös antaa opettajille ideoita ensiapukoulutuksen toteuttamiseen nuoriso- ja yhteisöopiskelijoille.

Päivien tavoitteena on toteuttaa erilaisia oppimistapoja mm. käyttäen pelipedagogiikkaa.

Palautteen kerääminen opinnäytetyöstä:

Tarkoituksenamme on kerätä nimettömät palautteet opiskelijoilta ensiaputaidot päivistä, joiden tuloksia käytetään opinnäytetyön kirjallisessa osuudessa.

Opinnäytetyön aikataulu:

Toiminnalliset ensiapupäivät 12-13.2.2020

Kirjallinen työ valmis kevään 2020 aikana

Allekirjoitukset

Koulutuskeskus Salpauksen edustaja

Sonja Karlsson

Sanna Keppo

Liite 3 Opinnäytetyön case tapaukset

Case 1

Nuorella itkuisuutta ja elämässä kaikki tuntuu huonolta. Nuori kokee stressiä kouluasioista ja on ahdistunut. Nuori on tuonut puheissaan esiin itsetuhoisuutta ja halua päättää elämänsä. Nuori avautuu sinulle olostaan. Miten toimit?

Case 2

Nuorella tulee iso viiltohaava käteen. Miten toimit?

Case 3

Löydät omasta sängystä nuoren tajuttomana vahvasti alkoholin hajuisena. Miten toimit?

Case 4

Kahdella nuorella on sanaharkkaa ja fyysinen tappelu lähestyy. Miten voit puuttua tilanteeseen ennaltaehkäisevästi?

Liite 4 Arviointikysymykset

Mitä mieltä osallistujat olivat Seppo-pelin käyttämisestä ensiaputaitojen opettamisessa?

Mitä mieltä osallistujat ovat koulutuksen hyödynnettävyydestä tulevaisuudessa?

Ovatko ensiaputaitojen oppiminen hyödyllistä opiskelijan näkökulmasta?

Liite 5 Kirjalliset palautteet kaikilta osallistujilta

- 1 Ensiapukoulutus oli hyvin toteutettu ja mielenkiinto pysyi koko ajan.
 - 2 Hyvä ja mukava koulutus. Aikataulut eivät ihan täsmänneet (2h ulkona).
 - 3 Koulutus oli hyvin järjestetty ja oli hauskaa. Missään vaiheessa ei ollut hetkeä, jossa olisi ollut tilaisuus nukahtaa.
 - 4 Koulutuksesta sai hyvin irti ja oppi asiat hyvin.
 - 5 Oli kivaa ja hauskaa
 - 6 Kivaa oli! Rento meininki ja osasitte hyvin opettaa kaiken.
 - 7 Koulutuksessa ymmärsin asiat hyvin. Oli mukavaa olla koulutuksessa. Hyvä opetus :) Asiat käsiteltiin ymmärrettävästi sekä käytännössä.
 - 8 Oli tosi hyvä ja opettava koulutus.
 - 9 Minusta tämä koulutus meni hyvin ja opin uusia ja todella tärkeitä asioita. Minusta tuntuu nyt paremmalta, kun osaan ensiaputaitoja :)
 - 10 Oli kiva ilmapiiri ja helppo tehdä harjoituksia rennon olon ansiosta.
 - 11 Ensiapukoulutus oli hyödyllinen ja tärkeä.
 - 12 Pidän tästä koulutuksesta. Hermot meinasi muutaman kerran mennä netti kurssissa kun minulla on lukihäiriö, se vaikeutti sitä vähän.
 - 13 Oli jees.
 - 14 Todella hyödyllinen koulutus ja opin itse ainakin tosi hyvin.
 - 15 1. päivän aamupäivällä lyhyt tauko, 5-10 min olisi ollut paikallaan keskittymisen kannalta. Oli tosi hyvä, että harjoitukset oli kytketty opiskeltavaan alaan! Hyvä, että menttiin myös ulos.
- Lopuksi osallistujien oma ensiapuopettaja koulutuskeskus Salpauksesta antoi meille kirjallisen palautteen ensiapukoulutuspäivistä.
- ” 1. Päivä: Teoriaosuus hyvää kertausta verkkokurssiin. Sen aikana huomasi osallistujista, että asiat oli opittu. Ohjaajien omat esimerkit saivat osallistajat ”heräämään”, jos olivat nuukahtaneita. Kivasti annoitte tilaa osallistujien puheenvuoroille ja kannustitte ja motivoitte puhumaan. Ketään ei teiltu, vaikka jokin mielipide ei ollutkaan ensiavun mukainen.

2. Päivä: Kannustavaa, osallistavaa otetta koko päivä. Kaikki opiskelijat huomioitiin, se hyvä! Myös hiljaiset. Ensiapulaukun täyttö ryhmän toimesta, hieno juttu! Olitte jotenkin nuorten tasolla, vaikea kuvailla, mutta tuntui luontevalle ja nuorten silmistä näkyi luottamus, kun puhuivat teille. Kiitos kovasti! Myös minä nautin!”

LIITE 6 Ensiapukoulutuspäivät

Etukäteisen järjesteltävät/huomioon otettavat asiat

- Yhteydenotto ja tapaaminen oppilaitoksen ensiapuvastaavan opettajan kanssa; aikataulujen sopiminen, koulutustiloihin tutustuminen, tarvittavan välineistön läpi käyminen (defibrilaattorit, elvytysnuket, ensiapulaukut ym.)
- SPR:n materiaalin lataaminen muistitikulle
- Seppo-peliin tutustuminen ja tunnusten saanti
- Case-tapausten keksiminen case-työskentelyä varten
- Arviointilomakkeen luominen
- Käytössä olleen kodan varaaminen koulutuspäivien käyttöön (Toimeksiantajan edustaja)
- Kahoot-tietovisaa varten palkinnot
- Opetustilan laittaminen koulutuspäiviä varten valmiiksi
- Alustavan aikataulun suunnittelu

Koulutuspäivien aikana huomioitavaa

- Ensiapukoulutuksen järjestäjät saapuvat paikalle tuntia aikaisemmin (Klo 8) ennen kuin opiskelijat, jotta saavat opetustilan laitettua valmiiksi
- Opetuksessa käytetään SPR:n dioja, joiden perusteella teoriaosuus käydään läpi
- Opiskelijoita osallistutetaan koulutuksen aikana esittämällä kysymyksiä ja rohkaisemalla toimintaan osallistumiseen
- Sopivassa suhteessa teoriaa ja käytännön harjoitteita, jotta opiskelijoiden mielenkiinto ja vireystila säilyy
- Huomioi opiskelijoiden ikä, älä käytä liikaa ammattisanastoa

Koulutuspäiviä varten hankittavat tarvikkeet

- Polttopuita kotaa varten

- Mehua, vaahtokarkkeja
- sytykkeitä
- muovipusseja
- Palkinnot Kahoot-kisaa varten

(Nämä eivät pakollisia, kodassa oli opetuksen ohessa vaahtokarkkien paistoa ym.)

Ensiapupäivänä tarvittavat ensiapuvälineet

- Elvytysnuket
- defibrilaattori
- kolmioliinat
- erilaisia sidetarvikkeita
- avaruuspeitto

Päivä nro 1 klo 9-15

- Kouluttajien esittely ja koulutuspäivien taustan kertominen
- Päivän kulun läpikäyminen
- Auttamistoiminta onnettomuudessa
- Sairaskohtaukset
- Haavat, nivelvammat, murtumat
- Myrkytykset
- vierasesineet
- peruselvytys, defibrilaattori
- Ruokailu
- Seppo-peli (erilaiset toiminta/harjoittelupisteet)
- Kahoot-tietovisa
- Päivän päätteeksi ohjeistus seuraavaa päivää varten

Tämän päivän teoriaosuus käydään läpi SPR:n diojen avulla

Päivä nro 2 klo 9-15

- Kokoontuminen luokassa
- päivän asioiden läpikäyminen/kertaus (paleltumat, haavat, vierasesineet, palovammat, nivelvammat, myrkytys mm. kyy ampieiset, alkoholi)
- Nuorten mielenterveys käytiin läpi videon ja keskustelun avulla
- Ensiapulaukkujen/tavaroiden läpikäyminen, varautuminen ensiapuun
- Ulos lähtö, jossa käydään läpi toiminta paleltumistilanteessa, hukkumistilanteessa
- ruokailu
- Ruokailun jälkeen ryhmän jako kahteen
- Ryhmä 1 siirtyy pihalle kotaan, jossa käydään läpi palovamma ja tukehtumisen ensiapu (45min)
- Ryhmä 2 siirtyvät luokkatilaan, jossa käyvät läpi erilaisia caseja (45min)

- Ryhmät vaihtavat paikkoja
- Päivän päätteeksi kokoonnutaan luokkaan, jossa opiskelijat täyttävät palautelapun pidetyistä päivistä

Tämän päivän opetuksen käytettiin SPR:n dioja ja youtube- videoita