

Sisällysluettelo

1	KRIISIT KOULUSSA.....	3
2	KRIISIRYHMIEN JÄSENET	5
3	KRIISIRYHMÄN TEHTÄVÄT	6
4	TÄRKEITÄ PUHELINNUMEROITA.....	7
5	HÄTÄENSIAPUOHJEET	8
6	TIEDOTTAMINEN	9
7	ÄKILLISET KRIISITILANTEET	10
7.1	Toiminnan organisointi.....	10
7.2	Kuolemantapaukset	11
7.2.1	Oppilaan kuolema	11
7.2.2	Oppilaan perheenjäsenen kuolema.....	14
7.2.3	Henkilökuntaan kuuluvan kuolema.....	15
7.3	Itsemurha.....	15
7.3.1	Oppilaan itsemurhavaara	15
7.3.2	Oppilaan itsemurhayritys.....	16
7.3.3	Oppilaan itsemurha	16
7.4	Vakava sairaus	17
7.5	Vakava onnettomuus tai sen uhka	17
7.6	Puhelimitse tuleva uhkaussoitto.....	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
7.7	Alueella tapahtuvat onnettomuudet.....	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
7.8	Kansallinen / kansainvälinen onnettomuus tai sen uhka	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
7.9	Väkivaltatilanteet ja -uhkailut.....	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
7.9.1	Uhkaavasti käyttäytyvän henkilön kohtaaminen	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
7.9.2	Toiminta väkivaltatilanteissa.....	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
7.9.3	Vakava väkivalta tai sen uhka ..	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
7.9.4	Aseistettu hyökkäystilanne koulussa	Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.
8	KRIISIEN EHKÄISY JA SELVIITYMISEN TUKEMINEN	17
8.1	Mielenterveysongelmat	17
8.1.1	Masennus.....	18
8.1.2	Psykoottinen käyttäytyminen.....	19
8.2	Koulukiusaaminen, häirintä ja kouluväkivalta.....	20
8.3	Häirintä ja muu epäasiallinen toiminta työpaikalla.....	21
8.4	Päihteiden väärinkäyttö.....	22
8.5	Lastensuojeluilmoitus.....	24
9	TOIMENPITEET KRIISIVALMIUDEN YLLÄPITÄMISEKSI.....	25
9.1	Kriisisuunnitelman päivittäminen.....	25
9.2	Uusien työntekijöiden perehdyttäminen	25
9.3	Vuosittainen tiedotus työyhteisölle ja kodeille	25
9.4	Koulutustilaisuudet.....	26
9.5	Kirjallisuusluettelo	27
	Liite 1: Traumaattisen kriisin vaiheet.....	28

Liite 2: Kirjemalleja kuolemantapauksen kohdatessa.....	30
Liite 3: Miten tukea lasta järkyttävien tapahtumien jälkeen.....	31
Liite 4: Tiedote vanhemmille	33
Liite 5: Kuulutusohje yllättävien poistumistilanteiden varalta	34
Liite 6: Tiedote pommiuhkasta.....	35
Liite 7: Joensuun normaalikoulun lukion pelastussuunnitelma ylioppilaskokeiden aikana sattuvaan vaaratilanteeseen.....	36
Liite 8: Lapsi äkillisessä kriisissä – ohjeita kohtaamiseen	38
Liite 9: Nuori äkillisessä kriisissä – ohjeita kohtaamiseen	39
Liite 10: Keskusteluaiheita koululuokkaan äkillisen kriisin jälkeen.....	40
Liite 11: Traumaattisten tapahtumien käsittely luokassa	41
Liite 12: Miten kertoa itsemurhasta ja masennuksesta lapselle.....	47
Liite 13: Mikä auttaa koulusurmien jälkihoidossa	49
Liite 14: Yliopiston toimintaohje epäasiallisessa kohtelussa.....	51

1 KRIISIT KOULUSSA

Erilaiset kriisit kuuluvat ihmisen elämään, eikä ole olemassa yhtä ainoaa oikeaa tapaa ratkaista niitä. Oppilasta, työntekijää tai heidän läheistensä voi kohdata vakava sairastuminen, tapaturma tai kuolema. He voivat joutua kokemaan väkivaltaa tai muuta uhkaa yksilönä tai yhteisönä. Koulussa voi sattua tulipalo, pommiuhkaus, väkivaltatilanne, alueella voi tapahtua suuronnettomuus tai muu sivullisia traumatisoiva tapahtuma. Työntekijän tai oppilaan perheessä voi olla omat kriisinsä, esimerkiksi avioero, perheväkivaltaa tai huostaanotto.

Kriisit voidaan jakaa kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin. Kehityskriisejä ovat muun muassa murrosikä tai kotoa pois muuttaminen. Ne kuuluvat elämään ja ovat eräänlaisia taitekohtia yksilön elämässä. Traumaattinen kriisi on luonteeltaan äkillinen, odottamaton ja epätavallisen voimakas tapahtuma, joka vaarantaa olemassaolon perustaa. Traumaattinen tapahtuma saattaa vammauttaa ihmisen psyykeä. Traumaattiset tapahtumat käsitetään yleensä ennalta arvaamattomiksi (kuolema, tulipalo, liikenneonnettomuus), mutta trauma voi syntyä myös pitkän ajan kuluessa, jos ihminen joutuu esimerkiksi seksuaalisesti hyväksikäytetyksi tai on pitkään jatkuneen väkivallan kohteena.

Koulun pitää varautua traumaattisiin kriiseihin, jotka aiheutuvat äkillisestä, odottamattomasta ja epätavallisen voimakkaasta tapahtumasta. Ennalta varautuminen on tärkeää, koska **kriisitilanteissa ihmiset ahdistuvat ja hätääntyvät**. Tyypillisiä tunteita ovat hämmennys, lamaannus, avuttomuus, epätietoisuus ja pelko. Pahimmillaan syntyy paniikki. Kouluyhteisön toiminta järkkyy, arkipäivän rutiini rikkoutuu ja koulutyöhön keskittyminen häiriintyy. Jos kyseessä on hyvin dramaattinen tapahtuma, huhut leviävät ja tiedotusvälineet tulevat paikalle. Kriisitilanteiden hallintaa helpottavat ja ihmisten ahdistusta lievittävät etukäteen sovitut toimintamallit.

Traumaattisessa kriisissä voidaan erottaa eri vaiheita. On kuitenkin muistettava, että trauman työstäminen on eri asia kuin surutyö. Pääsääntöisesti voidaan sanoa, että trauma tulee olla työstettynä, jotta surutyölle jää tilaa. Käsittelemätön trauma saattaa hoitamattomana johtaa posttraumaattiseen stressireaktioon, joka heikentää monin tavoin sairastuneen toimintakykyä. (Liite 1: Traumaattisen kriisin vaiheet)

Surutyön ja traumatyön eroja

Suru

Eläviä muistikuvia menetystä henkilöstä
Lohduttavien muistojen hakeminen
Surun, kaipauksen, masennuksen tunteet
Halu puhua menetetystä henkilöstä

Trauma

Ahdistavia muistikuvia tapahtumasta
Unet painajaismaisia
Masennuksen, pelon, ahdistuksen tunteet
Vaikeus puhua tapahtuneesta

Kriisin kohdatessa asiasta puhuminen ja tarvittavien tukitoimien käynnistäminen on ensisijaisen tärkeää. Kriisit eivät poistu ajatuksista vaikenemalla ja unohtamalla ikävät asiat. Koulussa on tärkeää käsitellä kriisiä. On tilanteita, joista on erityisen vaikeaa puhua ja joissa opettaja saattaa tuntea itsensä neuvottomaksi ja avuttomaksi. Tärkeintä on kriisitilanteessa toimia rauhallisesti ja jos tuntee hoidettuaan välittömän avun tarpeen itsensä neuvottomaksi, on hyvä tietää keneen voi tilanteen jatkotoimien osalta ottaa yhteyttä. On tärkeää, että esimerkiksi itsemurhasta keskustellaan avoimesti, jotta vältytään itsemurhissa tyypilliseltä mallivaikutukselta.

Kriisin vaikutukset yhteisöön

Kriisin luonne vaikuttaa siihen, millaisena kouluyhteisö kriisin kokee. Vakavissa kriisitilanteissa voi koko koulun toiminta järkkäyä, jolloin arjen normaalitoiminnot eivät suju ja opetustyö luokissa voi vaikeutua. Tunnetasolla kriisi vaikuttaa lamaannuttavasti, herättää pelkoja ja kenties syyllisyyttäkin. Traumaattisten tapahtumien seuraukset eivät välttämättä rajoitu kouluun, vaan vaikutukset saattavat olla hyvinkin laajat, esimerkiksi asuinyhteisössä.

Kokonaisvastuu kriisitilanteiden hoitamisesta kuuluu koulun kriisiryhmälle ja vastuu sisäisestä kriisitiedottamisesta kuuluu Länsikadun koulussa perusasteen rehtori Heikki Haposelle ja Tulliportin koulussa lukion rehtori Marita Hokkaselle. Ulkoisesta tiedottamisesta vastaa johtava rehtori yhteistoiminnassa yliopiston viestintäyksikön ja tarvittaessa poliisin tai pelastuslaitoksen kanssa. Kaikki tiedotusvälineiden yhteydenotot ohjataan johtavalle rehtorille.

2 KRIISIRYHMIEN JÄSENET

Länsikadun koulun kriisiryhmä

perusasteen rehtori	Jyrki Korkki	050 359 4156
vararehtori	Minna Haring	050 321 9284
erityisopettaja	Hilkka Rätty	050 442 3452
erityisopettaja	Arja Rintala	050 442 3420
erityisopettaja	Tuire Silvennoinen	050 522 0895
koulupsykologi	??	050 346 8404 ???
kouluterveydenhoitaja	Kirsi Repo	050 346 8407

Tulliportin koulun kriisiryhmä

lukion rehtori	Marita Hokkanen	050 564 8714
apulaisrehtori	Kirsi Karhunen	050 564 8713
lukion vararehtori	Leena Semi	046 923 6382
erityisopettaja	Hannu Koskela	050 414 6040
erityisopettaja	Hanna Pihlainen	050 443 6119
koulupsykologi	??	050 346 8404 ???
terveydenhoitaja	Saija Tykkyläinen	???
opinto-ohjaaja	Visa Tuominen	050 359 4152
opinto-ohjaaja	Kati Huttu-Pantsari	050 432 0763
oppilaanohjaaja	Heli Vatanen	??
lehtori	Minna Ursin	050 442 4335

sähköposti: etunimi.sukunimi@uef.fi

3 KRIISIRYHMÄN TEHTÄVÄT

Kriisiryhmä

- laatii koululle kirjallisen kriisisuunnitelman ja päivittää kriisisuunnitelmaa lukuvuoden alkaessa
- kirjaa ryhmän sisäisen työnjaon ja vastuuketjun
- selvittää kriisitilanteissa tärkeät yhteistyötahot
- perehdyttää koulun henkilöstöä kriisiasioihin järjestämällä koulutusta ja hankkimalla kirjallisuutta
- tiedottaa suunnitelmasta oppilaille tai opiskelijoille, vanhemmille sekä yhteistyökumppaneille
- organisoii toiminnan kriisitilanteissa
- huolehtii välittömistä henkisen tuen tarpeista sekä mahdollisista jatkotoimista
- arvioi kriisitilanteissa toteutettuja toimia ja tekee kriisisuunnitelmaan tarvittavat muutokset

Erityis- ja suuronnettomuustilanteissa Pohjois-Karjalan sairaanhoitopiirin kriisiryhmä koordinoi psykososiaalista toimintaa pelastus / ensihoito- ja lääkintätoiminnan johdon ohjeistuksen mukaisesti ja muiden eri yhteistyötahojen (viranomaistahot ja kolmas sektori) kanssa ja välillä.

4 TÄRKEITÄ PUHELINNUMEROITA

Yleinen hätänumero ja poliisin hälytysnumero	112
Poliisi, vaihde	071 875 0281
Poliisi, päivystys	071 875 6500
Perusterveydenhuollon päivystys	(013) 267 4060 (013) 267 4056
Sosiaalipäivystys	112
Kanta-Joensuun kriisiryhmä:	
Marjatta Vessonen	050 302 0684
Kari Loimusalo	050 524 6262
Kriisikeskus	(013) 316 244
Myrkytystietokeskus	(09) 471 977
Kasvatus- ja perheneuvola	050 328 1805
Lastensuojelun sosiaalityö	(013) 267 5866
Lastensuojelun perhetyö:	
Marja Loimusalo	050 343 7644
Noppa, nuorten tuki	050 511 8310
Nuorisoasema	050 505 3043
Lastenpsykiatrian poliklinikka toimisto	(013) 171 3260
päivystys	(013) 171 3261
Nuorisopsykiatrian poliklinikka toimisto	(013) 171 4362
tehostetun avohoidon työryhmä	050 579 0681
Akuuttipsykiatrinen päivystys (aikuiset)	050 511 8352
Rikosuhripäivystys	020 316 116
Poliisi, Nuorten Tiimi: vaihde	071 875 0281
Pohjois-Karjalan sovittelutoimisto www.pohjois-karjala@sovittelu.fi	

5 HÄTÄENSIAPUOHJEET

Arvioi tilanne

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

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

Hengittäkö potilas

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

Jos hengitys ei ole normaalia

Aloita paineluelvytys. Aseta toisen käden kämmenen tyvi keskelle rintalastaa ja toinen käsi sen päälle. Painele 30 kertaa käsivarret suorina rintalastaa mäntämäisellä liikkeellä 100 kertaa minuutissa. Anna rintakehän painua noin 4–5 cm.

Lapsipotilaan elvytys: painele yhdellä kädellä.

Jatka puhalluselvytyksellä. Avaa hengitystiet uudestaan. Sulje sieraimet peukalolla ja etusormella. Paina huulesi tiiviisti henkilön suulle ja puhalla 2 kertaa ilmaa keuhkoihin, seuraa samalla rintakehän liikkumista.

Kouluilla on defibrillaattorit: Länsikadun koulun laite on opettajienhuoneessa ja Tuliportin koulun laite virastomestarin työtilassa.

Verenvuoto

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

Shokki

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

Odota ambulanssia

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

6 TIEDOTTAMINEN

Kriisi ennakoimattomana, yhtäkkisenä tapahtumana synnyttää ihmisissä epävarmuutta sekä voimakkaan tiedontarpeen. Oikea ja asiallinen tiedottaminen tuo turvallisuutta sekä ehkäisee turhat huhut. Jos kriisi koskee oppilasta, niin oppilaan omaa opettajaa sekä läheisimpiä ystäviä tiedotetaan tapahtuneesta ennen muita opettajia ja oppilaita.

Sisäisestä tiedottamisesta vastaavat asterehtorit Jyrki Korkki ja Marita Hokkanen:

- kuulutukset ja toiminnan ohjeistus koulun sisällä tapahtuma-aikana kaikille (Liite 5)
- tiedotteet koteihin: Wilma, paperitiedotteet (Liite 6)
- tiedotteet henkilökunnalle tapahtuman aikana ja jälkeen tekstiviesteillä ja sähköpostissa
- kriisiryhmän koollekutsuminen
- virallinen tiedonlähde tapahtuman aikana.

Ulkoisesta tiedottamisesta vastaa johtava rehtori Heikki Happonen yhteistoiminnassa yliopiston viestintäyksikön ja tarvittaessa poliisin kanssa. Kaikki tiedotusvälineiden yhteydenotot ohjataan johtavalle rehtorille. Jos mediasta otetaan yhteyttä henkilökuntaan, tulee pidättäytyä vastaamasta ja ohjata yhteydenotto johtavalle rehtorille tai poliisille.

Joensuun normaalikoulun tiedottaminen:

johtava rehtori Heikki Happonen 050 564 8711
rehtori Marita Hokkanen 050 564 8714, apulaisrehtori Kirsi Karhunen 050 564 8713 (TP)
rehtori Jyrki Korkki 050 359 4156, vararehtori Minna Haring 050 321 9284 (LK)
tai **koulupsykologi ??? 050 346 8404 ???**

7 ÄKILLISET KRIISITILANTEET

7.1 TOIMINNAN ORGANISOINTI

Välitön toiminta

- Toimintavastuu on ensimmäisenä paikalle tulleella aikuisella.
- Annetaan ensiapua ja hälytykset hoidetaan onnettomuuden luonteen mukaisesti.
- Kuolemantapauksissa ja vakavissa työtaturmissa kutsutaan poliisi paikalle, poliisin tehtävänä on ilmoittaa kuolemantapauksesta kotiin.
- Aikuinen jää lapsen luo.
- Tapahtuneesta tiedotetaan ensimmäiseksi rehtoria.
- Avainhenkilö/rehtori on yhteydessä kotiin: koti määrittelee, mitä tapahtuneesta kerrotaan.
- Kriisiryhmä kokoontuu ja arvioi, millä tasolla (koko koulu, henkilökunta, luokka, yksittäinen oppilas, huoltajat) psyykkistä tukea tarvitaan ja sopii työnjaosta.
- Kriisiryhmä tiedottaa henkilökuntaa ja antaa tarkemmat toimintaohjeet.
- Luokanopettajat/luokanohjaajat keskustelevat luokassa tapahtuneesta;
 - kriisiryhmän jäsenet ovat opettajien työpareina erityisesti niissä luokissa, joita tapahtunut läheisemmin koskettaa
 - oppilaita ei saa lähettää kotiin järkyttävän tapahtuman, esim. vakavan onnettomuuden jälkeen, ennen kuin asiasta on puhuttu koulussa
 - on tärkeää, että järkyttynyt lapsi ei joudu olemaan yksin koulupäivän jälkeen
 - lähetetään tiedote koteihin (Liitteet 2, 3, 4, 8 ja 9).
- Kuolemantapauksissa virastomestari huolehtii suruliputuksesta tiedottamisen jälkeen.
- Kriisiryhmän olisi hyvä järjestää jo ensimmäisen päivän päätteeksi purkukokous (defusing) henkilökunnalle ja samalla suunnitella seuraavien päivien toiminta.
- Pidetään yhteinen päivänavaus koko koululle, informoidaan tapahtuneesta ja kuinka se tulee vaikuttamaan päivän kulkuun.
- Kriisiryhmä huolehtii psykologisten jälkipuinti-istuntojen (debriefing) järjestämisestä.
- Kriisiryhmä arvioi, tarvitaanko ulkopuolista tukea.
- Asian käsittelyä luokissa jatketaan tarvittaessa.

Toiminta jatkossa

- Jos kyseessä on kuolemantapaus, opettaja tai pappi voi pitää muistotilaisuuden.
- Kriisiryhmä, luokanopettajat / luokanohjaajat järjestävät tarvittaessa vanhempainil-
lan.

- Puolen vuoden seuranta:
 - kriisin vaikutukset voivat jatkua pitkään ja toipuminen on hyvin yksilöllistä
 - opettajat ja kriisiryhmä seuraavat oppilaiden hyvinvointia ja psyykkisen tuen tarvetta (yksilö- ja ryhmäkeskustelut, luova ilmaisu eri oppilaineissa, koulun oppilashuollon palvelut, ulkopuolisten asiantuntijoiden apu)
 - jatkohoitoon ohjaamisen arvioinnin tekee koulupsykologi ja kouluterveydenhoitaja
 - seulat/kyselylomakkeet: masennus (BDI, CDI) ja traumaperäinen stressihäiriö (Cries 13). Kriisiryhmä organisoii seulonnan.
- Kriisiryhmä arvioi toimintaa.
- Kriisitoiminnan dokumentointi, raportointi ja arkistointi.
- Pohditaan kriisitoiminnan kehittämistarvetta.

7.2 KUOLEMANTAPAUKSET

Kuolemaan liittyvän tilanteen käsittelyn tapaan vaikuttaa, kuka on kuollut ja miten hän kuoli. Kuolemantapauksissa kriisiryhmä organisoii ryhmämuotoisia psykologisia jälkipuinti-istuntoja kouluyhteisössä, sekä seuraa oireilevia oppilaita ja järjestää heille riittävän tuen ja hoidon.

7.2.1 Oppilaan kuolema

Keskustelu luokassa:

- kerro asiat totuudenmukaisesti ja asioiden oikeilla nimillä
- korjaa väärät huhut
- anna tilaa ja aikaa surun ilmaisulle ja muistelulle: lasten suru näyttäytyy hyvin eri tavoin
- lue liitteet 8, 9, 10, 11 ja 12 ennen asian käsittelyä
- salli lapsen jakaa tunne-elämyksensä
- anna lapsen konkretisoida surunsa ja kaipuunsa
- rakenna tulevaisuutta ja luo toivoa
- kuolemantapauksissa huolehditaan aina järjestämällä tarvittavat jälkipuinti-istunnot, jotka organisoii koulun kriisiryhmä.

Aloitus

Opettaja kertoo, mitä lähituntien aikana tapahtuu ja miksi. Oppilaille kerrotaan, että kuoleman aiheuttamista reaktioista ja vaikutuksista puhuminen on tärkeää ja siihen on varattava aika, koska se auttaa ymmärtämään tapahtunutta. Kun joku kuolee, **mieli täyttyy ajatuksista ja tunteista, jotka tekevät meidät pelokkaiksi ja vihaisiksi**. Saalessaan puhua tapahtuneesta ihminen ymmärtää paremmin, miten toiset kokevat tilanteen ja miten väärinkäsitykset voidaan selvittää. Keskustelussa voidaan noudattaa seuraavia sääntöjä:

- sovitaan, ettei luokkatoverien ajatuksista, tunteista tai kokemuksista kerrota ulkopuolisille

- sovitaan, ettei ketään jälkeenpäin moitita tai kiusata hänen sanojensa tai reaktioidensa tähden
- jokainen puhuu vain omasta puolestaan
- jokainen saa kertoa, miten sai kuulla tapahtuneesta, muuten voi halutessaan olla hiljaa.

Tosiasioiden, ajatusten ja tunteiden käsittely

Oppilaiden tulee saada kertoa, miten, keneltä ja missä he saivat tietää tapahtuneesta. Tämä auttaa luomaan tapahtumasta kokonaiskäsityksen alusta loppuun. Ne, jotka tietävät paljon, antavat olennaista tietoa vähemmän tietäville. Tällöin on tilaisuus myös väärinkäsitysten oikomiseen; yhteisestä lähtökohdasta käsin tapahtuma ymmärretään paremmin. Luokan opettaja voi kertoa omat tietonsa. Jos kyseessä on onnettomuus, opettajan on hyvä hankkia tarpeelliset tiedot tapahtuman kulusta ja mahdollisista syistä, jotka hän sitten voi esittää oppilaille. Joskus tilaisuuteen voi pyytää poliisin tai muita ihmisiä, jotka voivat kertoa asioista suoraan opettajille.

On tärkeää ymmärtää, että lasten konkreettisten tietojen tarve on suuri, mutta usein aikuiset aliarvioivat sitä. Monenlaiset huhut ja suuri tuska edeltävät useinkin tapahtumia. Tämä ”tuskatartunta” leviää lapsiryhmässä kulovalkean tavoin. Traumaattisen tapahtuman jälkeen on puututtava huhuihin ja virheellisiin käsityksiin, ettei lapsille synnyisi tarpeettomia ongelmia. Jos tapauksista kerrotaan tiedotusvälineissä, on hyvä käydä läpi lehtileikkeitä. Tämä on tärkeää siksi, koska lehtien kertomukset pitävät harvoin yhtä sen kanssa, mitä lapset ovat nähneet ja kuulleet.

Tunnereaktioita on monenlaisia kuten pelkoa, avuttomuuden tunnetta, itsesyytöksiä, turhautumista, raivoa, sääliä tai tunteita ei ole. Erilaiset tunnereaktiot on hyvä sallia. Myös opettaja saa näyttää tunteensa. Jos joku itkee, oppilaan vieressä olija voi laittaa kätensä olalle tai koskettaa. Oppilaiden aikaisemmat traumaattiset kokemukset saattavat tulla uudelleen esiin. Tällöin voi ohjata oppilaan esimerkiksi koulupsykologille tai muulle ammattiauttajalle.

Opettaja kerää yhteen oppilaiden esiin tuomat aiheet, tuo esiin sen, että heidän ajatuksensa ja reaktionsa ovat tavallisia ja normaaleja kuoleman kohdatessa. Hän voi kertoa, kuinka ihmiset tavallisesti reagoivat tällaisten tapausten jälkeen: tällä tavalla oppilaita valmistetaan jonkin ajan kuluttua mahdollisesti ilmenevien reaktioiden varalle. Esimerkiksi kuolemantapaus voi vaikuttaa muistiin ja keskittymiskykyyn vielä viikkojen ja kuukausienkin jälkeen.

Oppilaille voi antaa neuvoja, joiden avulla he voisivat oppia ymmärtämään tapahtunutta paremmin:

- puhukaa tapahtuneesta huoltajien, ystävien, kavereiden kanssa
- käykää hautausmaalla
- hankkikaa enemmän tietoa tapahtuneesta
- kirjoittakaa runoja ja kirjeitä, pitäkää päiväkirjaa tms.
- tehkää jotakin yhdessä omaisten hyväksi.

Käsitellyistä aiheista tehdään yhteenveto ja suunnitellaan myöhempiä tapahtumia. Luokka voi keskustella siitä, mitä hautajaisten aikana tehdään. Jos oppilas tai opettaja on kuollut äkillisesti, tarvitaan todennäköisesti useampia keskusteluja. Oppilaiden voidaan antaa lisäksi ilmaista suruaan eri oppituntien yhteydessä esimerkiksi maalaten, piirtäen, laulaen. Tärkeää on **orientoitua tulevaisuuteen ja luoda toivoa ja turvallisuuden tunnetta**.

Lopuksi oppilaita kysytään, jäikö jokin asia mietityttämään tai epäselväksi tai mitä mieltä he olivat keskustelusta. Tavallisesti oppilaan on helpompi palata koulutyöhön, kun hän on saanut puhua asiasta. Opettaja voi rohkaista oppilaita myös tulemaan puheilleen myöhemminkin, jos he tuntevat tarvetta keskustella.

Opettajat voivat jatkossa ohjata oppilaita tarvittaessa koulupsykologille tai kouluterveydenhoitajalle yksilö- tai ryhmäkäynneille. Oppilaille on mahdollista perustaa myös sururyhmä. Henkilökuntaan kuuluva voi ottaa halutessaan yhteyttä työterveyspalveluihin.

Kuolemantapauksesta tiedottaminen

Tiedottaminen kuolemantapauksen yhteydessä hoidetaan seuraavasti:

- Poliisin tehtävänä on ilmoittaa kuolemantapauksesta omaisille. Tehtävän voi hoitaa myös pappi tai lääkäri.
- Jos oppilaan perheenjäsenen (huoltaja, sisar) kuolemantapaus on tapahtunut koulupäivän aikana, on opettajan kerrottava asiasta oppilaalle (tärkeää valita oikea aika ja paikka sekä varata aikaa asian jälkikäsitteilylle).
- Jos kyseessä on suuronnettomuus, katastrofi, joka koskettaa monia oppilaita, on rehtorin tiedotettava asiasta koko Länsikadun ja Tulliportin kouluille ja lähikouluille.
- Oppilas ja opettaja voivat yhdessä sopia ja suunnitella, mitä ja miten perheenjäsenen kuolemasta kerrotaan luokkatovereille vai kerrotaanko ollenkaan. Jotkut oppilaat haluavat itse kertoa tapahtuneesta, mutta useimmat toivovat opettajan huolehtivan kertomisesta, ennen kuin palaavat takaisin kouluun tai kun he itse ovat paikalla.
- Huoltajille voi oppilaiden mukana lähettää kotiin kirjeen tapahtuneesta (Liite 2, kirjemalli).
- Opetusharjoittelijat, joita asia koskee, ovat mukana prosessissa.

Muistaminen koulussa

Oppilaan tai henkilökunnan jäsenen kuolema tulee huomioida koulussa. Koulu lähettää kotiin surunvalittelukukat tai -adressin ja järjestää muistotilaisuuden. Muistohetkeen voi sisältyä esimerkiksi:

- rehtorin muistosanat
- luokan opettajan puhe
- sopiva runo
- papin puhe
- musiikki- tai lauluesitys
- kokoontuminen koulun pihalle lipun ympärille.

Länsikadun koulun ja Tulliportin koulun kanslioissa on surulaatikot, joissa on valmiina valokuvakehys, kynttilät, pöytäliina ja muistotekstejä.

Kuolemantapaus voidaan huomioida **luokassa** myös monella tavalla ja muistoa voidaan kunnioittaa erilaisin symbolein. Oppilaat voivat koristella kuolleen luokkatoverinsa istumapaikan piirroksilla, maalauksilla tai hänen muistokseen voidaan sytyttää kynttilä. **Symboliset eleet auttavat oppilaita jäsentämään kaottisia ajatuksiaan ja tunteitaan.** Kun lapset saavat muuttaa ajatuksensa ja tunteensa toiminnaksi, käsittämättömästä tulee konkreettinen. Aikuisen tavoin lapset tuntevat itsensä helpottuneiksi symbolisten eleiden jälkeen, vaikka niiden vaikutus jääkin selittämättömäksi.

Rituaalien käyttäminen auttaa työstämään surua: surulaatikko, kirjeen kirjoittaminen vainajalle/vainajan perheelle, piirustukset, kirjoitelmat, runot. Kuolleen oppilaan pulpetin voi jättää paikoilleen ja pulpetille voi laittaa kynttilän, kuvan tai kukan.

Hautajaisiin osallistuminen

Opettajat ja oppilaat, joita tapaus koskee, voivat osallistua hautajaisiin. Luokissa on hyvä keskustella etukäteen hautajaiskäytännöistä. Mikäli kyseessä on tiedotusvälineitä kiinnostavat hautajaiset, tulee aikuisten pyrkiä suojelemaan lapsia lehdistöltä. (Kirjelmä kotiin hautajaisiin osallistumisesta Liite 2.)

7.2.2 Oppilaan perheenjäsenen kuolema

Kun luokanopettaja tai luokanohjaaja saa tietää oppilaan perheenjäsenen kuolemasta, hän on yhteyksissä oppilaan kotiin ja sopii toimintatavoista: miten ao. lapsen kanssa toimitaan, miten asiasta kerrotaan luokkatovereille jne. Hän selvittää, saako perhe ulkopuolista tukea. Jos ei, hän voi ohjata huoltajaa ottamaan yhteyttä koulupsykologiin tai terveydenhoitajaan. Luokanopettaja/luokanohjaaja on yhteydessä rehtoriin ja tarvittaessa oppilashuoltoryhmään. On suositeltavaa, että perhettä koskevasta kuolemantapauksesta keskustellaan luokassa, koska läheisen kuolema aiheuttaa usein turvattu-
muutta, pelkoja ja kysymyksiä lapsissa ja nuorissa.

7.2.3 Henkilökuntaan kuuluvan kuolema

Asterehtori ja kriisir ryhmä päättävät menettelytavoista.

7.3 ITSEMURHA

7.3.1 Oppilaan itsemurhavaara

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

Itsemurhavaarasta kertovat:

- aiempi itsemurhayritys
- puhunut tai uhannut itsemurhalla
- tehnyt suunnitelman itsemurhan tekemisestä ja lahjoittanut tavaransa pois
- kuoleman täyttämät ajatukset
- tuntee jonkun, joka on tehnyt itsemurhan
- samaistuu johonkin, joka on tehnyt itsemurhan ja muuttaa käyttäytymistään samaan suuntaan. Nuori voi olla traumatisoitunut nähtyään jonkun tekevän itsemurhan tai tuntea syyllisyyttä siitä, ettei ole pystynyt estämään ystävänsä itsemurhaa.
- sukulainen, joka on kuollut väkivaltaisesti
- äskettäin koettu tärkeä menetys. Läheisen kuolema, lähtö, riita, seurustelusuhteen päättyminen tai itsetunnon menetys epäonnistumisen tai hylkäämisen seurauksena
- alkoholin tai huumeiden väärinkäyttö. Nuoret usein pakenevat ongelmiaan alkoholiin tai huumeisiin. Kun päihteen vaikutus lakkaa, nuoret tuntevat itsensä entistä masentuneemmiksi ja jaksavat selviytyä aiempaa huonommin. Näin alkoholista tai huumeesta tulee vielä suurempi ongelma.
- ei mitään voimaa lähestyä ongelmaa, ei näe ulospääsyä. Torjuu kaikki tilaisuudet ratkaista ongelma ja on vakuuttunut siitä, että kuolema on ainoa vaihtoehto.
- ylikorostuneet vaatimukset, joista seuraa liiallinen kriittisyys omaa itseä kohtaan
- vakava masennus

7.3.2 *Oppilaan itsemurhayritys*

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

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

7.3.3 *Oppilaan itsemurha*

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

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

Pääperiaatteena on aina, että koulun rehtori ja koulun kriisiryhmä käynnistävät toimenpiteet ja joku heistä on yhteydessä omaisiin kertoakseen surunvalitteluiden lisäksi koulun toimintamallin.

Nuoren itsemurhasta kerrotaan **koko koululle** aamunavauksessa, jolloin menetystä voidaan avoimesti surra. Vietetään hiljainen hetki kuolleen muistoksi, mahdollisesti pappi kutsutaan koululle. Tämän jälkeen luokassa luokanohjaajan / luokanopettajan tai muun henkilön johdolla puhutaan tapahtumasta (ks. keskustelu luokassa luku 7.2.1). Paikkakunnan kriisiryhmästä saa apua jälkipuintiin esim. niille oppilaille ja opettajille, jotka olivat lähimmin tekemisissä kuolleen oppilaan kanssa. Vielä on syytä pohtia, ketkä oppilaista ovat riskiryhmässä ja heille järjestetään tukea. Koulussa seurataan tilannetta tiiviisti 3–4 viikon ajan ja seuranta jatketaan vähintään puolen vuoden ajan. Henkilökunnan on ilmoitettava vanhemmille ja tarvittaessa oltava yhteydessä lastensuojeluun, jos lapsella on itsetuhoisia ajatuksia. Koulupsykologi, kouluterveydenhoitaja tai koululääkäri auttaa jatkohoitoon ohjaamisessa

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

Luokanopettaja/luokanohjaaja keskustelee itsemurhaan liittyvistä faktoista ja myy- teistä luokassaan (ks. Kuoleman käsittely luokassa, luku 7.2.1). Avuksi voi pyytää krii- siryhmän jäsentä.

Yhden nuoren itsemurha saattaa toimia mallina muille nuorille, siksi asiasta keskuste- leminen on tärkeää myös muissa kouluissa. Pienellä paikkakunnalla tieto leviää nope- asti ja toimintasuunnitelma onkin syytä tehdä ripeästi yhteisvoimin. Rehtori huolehtii, että **kouluyhteisön työntekijät saavat tiedon nuoren itsemurhasta ennen kuin asi- asta kerrotaan eteenpäin nuorille.**

Itsemurhasta puhuminen ei lisää itsemurhien todennäköisyyttä, vaan päinvastoin. On tärkeää keskustella lasten ja nuorten kanssa niin, että välitetään asiallinen ja konkreet- tinen tieto. Selviytymisen tukemisen tulisi nousta keskeiseksi temaksi keskusteluissa luokkayhteisöissä.

7.4 VAKAVA SAIRAUS

Oppilaan vakava sairaus

Rehtori/luokanopettaja/luokanohjaaja sopii huoltajien ja oppilaan kanssa, mitä ja miten oppilaan vakavasta sairaudesta kerrotaan luokkatovereille. Oppilaan omaa mielipidettä on kunnioitettava:

- on tärkeää kertoa oppilaille faktat asiasta
- rohkaistaan ja autetaan luokkatovereita pitämään yhteyttä sairaaseen oppilaaseen
- oppilaille tarjotaan mahdollisuutta tukea antavaan keskusteluun koulupsykologin tai kouluterveydenhoitajan kanssa
- organisoidaan sairaan oppilaan koulunkäynti moniammatillisesti yhteistyössä oppi- lashuollon kanssa.

Henkilökuntaan kuuluvan vakava sairaus

Työntekijän sairastuttua vakavasti, hän päättää itse, mitä ja kenelle asiasta kerrotaan.

7.5 VAKAVA ONNETTOMUUS TAI SEN UHKA

8 KRIISIEN EHKÄISY JA SELVIYTYMISEN TUKEMINEN

8.1 MIELENTERVEYSONGELMAT

- Jos herää huoli oppilaan psyykkisestä hyvinvoinnista, tulee olla yhteydessä kotiin ja ohjata oppilas tarvittaessa koulupsykologille tai terveydenhoitajalle.

- Jos herää huoli työkaverin psyykkisestä hyvinvoinnista, olisi hyvä keskustella asianomaisen ja / tai hänen läheistensä kanssa ja ohjata tarvittaessa työterveyshuollon palveluihin.

8.1.1 Masennus

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

Masennuksen tuntomerkit

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

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

Lapsen/nuoren masennuksen erityispiirteet

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

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

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

8.1.2 Psykoottinen käyttäytyminen

Joskus voi käydä niin, että oppilas tai opiskelija alkaa käyttäytyä silminnähden poikkeavalla tavalla.

Kyseessä voi olla vakava mielenhäiriö, johon tarvitaan nopeasti ammattiauttajien apua.

Psykoosin oireita voivat olla

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

Luettelo on vain esimerkinomainen. Mikäli oppilaalla tai opiskelijalla on näitä oireita paljon, on otettava yhteys koulupsykologiin tai -lääkäriin tai mielenterveystyön asiantuntijaan.

8.2 KOULUKIUSAAMINEN, HÄIRINTÄ JA KOULUVÄKIVALTA

Koulukiusaamisella tarkoitetaan toistuvaa henkistä, verbaalista tai fyysistä väkivaltaa, jonka yksi tai useampi oppilas tai aikuinen / koulun työntekijä kohdistaa yhteen uhriin tai ryhmään, jossa kohde ei tunne pystyvänsä puolustautumaan tasavertaisesti. Koulukiusaaminen voi ilmetä nimittelynä, tönimisenä, potkimisena, juorujen ja valheiden levittämisenä, tavaroiden ottamisena, hävittämisenä, piilottamisena tai rikkomisenä, netissä tai puhelimitse tapahtuvana loukkaamisena tai uhkailuna tai ryhmän ulkopuolelle sulkemisena. Kiusaamisen ehkäisy edellyttää ryhmä- ja yhteisötason toimintaa, koska kiusaajan toimintaa tukevat muiden kannustus, vaikeneminen tai syrjässä pysyminen. Kiusaamiseen tulee puuttua heti, koska kiusaamisen katkaiseminen ja kiusaamisen traumaattiset seuraukset ovat sitä vaikeampia, mitä pidempään tilanteen annetaan jatkua.

Joensuun normaalikoulussa toteutetaan KiVa Koulu -ohjelmaa. KiVa- lyhenne muodostuu sanoista **K**iusaamisen **V**astainen. Pääpaino on kiusaamisen ehkäisyssä eli *yleisissä toimenpiteissä*, jotka kohdistuvat kaikkiin perusasteen oppilaisiin. Niitä ovat KiVa-oppitunnit ja -pelit sekä kiusaamiskartoitukset.

Kohdennetut toimenpiteet otetaan käyttöön kiusaamistapauksen tultua ilmi ja ne kohdistetaan erityisesti kiusaamiseen osallistuneisiin ja kiusattuihin lapsiin tai nuoriin, ja tavoitteena on saada kiusaaminen loppumaan. Länsikadun ja Tulliportin koulussa on kummassakin oma KiVa-tiimensä.

Kiusaamistapauksen tullessa ilmi täytetään lomake, jonka täyttää ensimmäisenä asiasta tiedon saanut aikuinen ja se osoitetaan KiVa-tiimille. Jos kiusaaminen on toistuvaa (esim. 2–3 kertaa), tiimi ottaa asian käsittelyyn. Lievissä kiusaamistapauksissa asianomainen opettaja käsittelee asiaa yksilö- ja luokkatasolla.

Kiusaamistapausta selvittelee kaksi tiimin jäsentä. Ensimmäisenä keskustellaan kiusatun oppilaan kanssa. Oppilaalle viestitetään, että hän on turvassa ja kiusaaminen on loputtava. Seuraavaksi keskustellaan yksitellen kaikkien kiusaamiseen osallistuneiden oppilaiden kanssa. Heille viestitetään, että kiusaaminen on väärin ja että sen on loputtava. Oppilaiden kanssa sovitaan siitä, miten he muuttavat toimintaansa, ja kaikki kirjataan myös ylös. Kolmanneksi käydään yhteiskeskustelu kaikkien kiusaamiseen osallistuneiden oppilaiden kanssa ja käydään yhdessä läpi, mihin kukin on sitoutunut. Oma opettaja tai luokanohjaaja keskustelee luokassa muutaman luokkatoverin kanssa siitä, miten kiusatun oppilaan tilannetta voitaisiin helpottaa.

Kiusaamistapauksen käsittelyä seuraavat seurantakeskustelut noin viikon kuluttua. Ensin keskustellaan kiusatun oppilaan kanssa siitä, onko kiusaaminen loppunut tai onko tilanne muuttunut parempaan suuntaan. Tämän jälkeen keskustellaan yhteisesti kiusaamiseen osallistuneiden oppilaiden kanssa ja tarkistetaan, ovatko sopimukset pitäneet ja

varmistutaan siitä, ettei kiusaaminen ala uudelleen. Tämän jälkeen vielä on noin kahden viikon kuluttua seurantakeskustelu, jossa kaikki tilanteessa mukana olleet voivat olla mukana, myös kiusattu, niin halutessaan.

Vanhemmille ilmoitetaan yleensä ensimmäisen keskustelun jälkeen, että luokassa on ilmennyt kiusaamista ja että asiaa käsitellään KiVa-tiimissä. Jos kiusaaminen ei seurannasta huolimatta ole loppunut, kutsutaan vanhemmat vasta silloin selvittelyyn mukaan. Tilanne voi myös siirtyä koulun oppilastyöryhmän käsittelyyn, jos KiVa-keskusteluista huolimatta tilanne ei parane. Kaikkien keskustelujen sävy on oppilasta kuuleva. Kaikissa keskusteluissa tehdään myös selväksi, että kiusaaminen on väärin ja sitä ei koulussa sallita. Pitkään jatkuva ja vakava kiusaaminen, jota koulun keinoin ei saada loppumaan, siirretään muille viranomaiselle, joille rehtori tai muu asiaa hoitanut työntekijä ilmoittaa ko. asiasta.

Mikä kiusaajaa vaivaa? Apua myös hänelle

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

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

8.3 HÄIRINTÄ JA MUU EPÄASIALLINEN TOIMINTA TYÖPAIKALLA

Häirintä ja epäasiallinen kohtelu ovat lain, sopimuksen ja hyvän tavan vastaista käyttäytymistä - tekoja tai laiminlyöntejä - työpaikalla.

Häirintää tai epäasiallista kohtelua voivat olla esimerkiksi

- esimiesaseman väärinkäyttö
- työn laatu- ja määrärajoitusten perusteeton muuttaminen
- toistuva perusteeton puuttuminen työntekoon

- henkilöön liittyvien asioiden arvostelu, mustamaalaus ja väärin tietojen levittäminen
- sosiaalinen eristäminen ja tiedon ulkopuolelle jättäminen
- jatkuva työhön kohdistuva arvostelu ja aliarviointi
- yhteistyöstä kieltäytyminen
- uhkaileminen, fyysinen väkivalta
- seksuaalinen häirintä tai ahdistelu.

Häirinnäksi tai muuksi epäasialliseksi kohteluksi ei lueta työnantajan edustajien toimivaltansa puitteissa tekemiä, työtä koskevia ratkaisuja. Työpaikalla esiin tulevat satunnaiset erimielisyydet eivät myöskään ole häirintää tai muuta epäasiallista kohtelua. (ks. liite 14)

8.4 PÄIHTEIDEN VÄÄRINKÄYTTÖ

Runsas päihteiden käyttö voi olla oire vakavasta masennuksesta. Päihteiden väärinkäyttö häiritsee koulutyötä ja pahimmillaan johtaa koulun keskeyttämiseen.

Päihteiden väärinkäytön tunnusmerkkejä voivat olla

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

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

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

8.5 LASTENSUOJELUILMOITUS

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

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

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

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

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

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

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

9 TOIMENPITEET KRIISIVALMIUDEN YLLÄPITÄMISEKSI

Joensuun normaalikoulun kriisivalmius tarkistetaan ja päivitetään vuosittain. Kriisiryhmä kokoontuu syyskuussa ja toteaa lukuvuoden kriisivalmiuden ylläpitämiseksi tarvittavat toimenpiteet.

9.1 KRIISISUUNNITELMAN PÄIVITTÄMINEN

- Tarkistetaan kriisisuunnitelman henkilötiedot ja puhelinnumerot.
- Tarkistetaan tiedossa olevat turvallisuuslainsäädännön muutokset.
- Viimeisin päivitetty versio vaihdetaan entisten tilalle.

9.2 UUSIEN TYÖNTEKIJÖIDEN PEREHDYTTÄMINEN

Kriisisuunnitelma esitellään työntekijöille lukuvuoden alun perehdyttämiskoulutuksessa, erityisesti

- suunnitelman sisältö ja rakenne
- toimiminen ensiaputilanteissa (luku 5)
- väkivalta- ja pommiuhkatilanteet
- kriisitilanteiden toimintaperiaatteet, tiedottaminen.

Uudet henkilöt tekevät johdetun turvallisuuskävelyn osana perehdyttämistä, erityisesti

- omasta työpisteestä siirtyminen kokoontumispaikkaan
- poistumistiet
- ensiapukaappien sijainti
- ensisammuttimien sijainti
- rakennuksen turvallisuuskartat.

9.3 VUOSITTAINEN TIEDOTUS TYÖYHTEISÖLLE JA KODEILLE

Kriisisuunnitelma esitellään syyskuun opettajakunnan kokouksessa;

- jokainen työntekijä tekee henkilökohtaisesti ohjatun turvallisuuskävelyn
- tutustuttavat kohteet ja asiat listattu
- perehtymisen jälkeen lista palautetaan allekirjoituksella varustettuna kansliaan.

Luokanopettajat ja luokanohjaajat perehdyttävät luokkansa

- poistumiseen: ensisijainen ja toissijainen kokoontumispaikka
- hälytyksen tekemiseen.

Erikoisluokkatiloissa ja opetustilanteissa toimiminen:

- laboratoriot
- kotitalous
- käsityötilat
- liikunnan opetus, erityisesti siirtymät tuntitilanteisiin, uinnin opetus
- luokka- ja opintoretket.

Päivitetty kriisisuunnitelma on koulun kotisivuilla.

9.4 KOULUTUSTILAISUUDET

Yliopisto järjestää säännöllisesti välittömään ensiapuun liittyviä koulutuksia. Koulu mahdollistaa muuhun ensiapuvalmiutta vahvistavaan koulutukseen osallistumisen.

9.5 KIRJALLISUUSLUETTELO

KIRJALLISUUTTA

- Ayalon, Ofra. 1995. *Selviydyn. Yhteisön tuki ja selviytyminen*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Suomen Punainen Risti ja Suomen Mielenterveysseura.
- Dyregrov, Atle. 1993. *Lapsen suru*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Suomen Punainen Risti ja Suomen Mielenterveysseura. Gummerus Kirjapaino Oy.
- Dyregrov, Atle. 1994. *Katastrofipsykologian perusteet*. Vastapaino.
- Dyregrov, Atle. 1994. *Beredskap för skolan*. Rädda Barnen.
- Dyregrov, Atle, Raundalen Magne. 1997. *Sureva lapsi ja koulu*. Vastapaino.
- Elämä ilman pelkoa. Keinoja kouluille puuttua pari- ja lähisuhdeväkivaltaan*. 2002. Stakes/Naisiin kohdistuvan väkivallan ehkäisyprojekti. Oy Kotkan Kirjapaino Ab.
- Helenius, Eeva, Rautava, Marie ja Tuovinen, Riitta. *Eväitä elämään. Keinoja nuorten elämäntaitojen vahvistamiseksi*. WSOY 1998.
- Kouluterveydenhuolto 2002*. Opas kouluterveydenhuollolle, peruskouluille ja kunnille. Stakesin Oppaita 51/2002.
- Koulun kriisitoimintamalli – tukiaineisto peruskoulujen, lukioiden ja ammattioppilaitosten kriisityön kehittämiseen*. Stakesin Aiheita 43/1997. Oppaan voi tilata Stakesista maksutta osoitteesta: marie.rautava@stakes.fi.
- Olweus, Dan. 1992. *Kiusaaminen koulussa*. Otava. Keuruu.
- Penttilä, Eeva. 1994. *Turvallinen koulu*. WSOY.
- Pojjula, Soili. 2002. *Surutyö*. Kirjapaja. Helsinki
- Saari, Salli 2000. *Kuin salama kirkkaalta taivaalta*. Helsinki Otava.
- Salmivalli, Christina. 1999. *Koulukiusaaminen ryhmäilmionä*. Gaudeamus.
- Salmivalli, Christina. 2003. *Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja*. PS-Kustannus.
- Taskinen, Sirpa (toim.). *Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön ja pahoinpitelyn selvittäminen*. Asiantuntijaryhmän suositukset sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstölle. Stakesin Oppaita 55/2003.
- Turvatyöryhmän muistio*. Opetusministeriön työryhmien muistioita 20/2000. Opetusministeriö. (Tulostettavissa: www.minedu.fi/julkaisut)

Tukea ja neuvoja:

www.apia.info

www.mielenterveysseura.fi

www.mielimaasta.fi

www.mll.fi – Mannerheimin lastensuojeluliitto

www.mtkl.fi – Mielenterveyden keskusliitto

www.pela.fi – Pelastakaa lapset ry

www.nuortenkriisipiste.com

www.rikosuhripäivystys.fi

www.traumaterapiakeskus.com

www.tukinet.fi

Liite 1: Traumaattisen kriisin vaiheet

Kriisin ja trauman määritelmät

Kriisistä puhutaan yleensä silloin, kun ihminen on joutunut elämäntilanteeseen, jonka psyykkiseen hallitsemiseen ja käsittelemiseen hänen aikaisemmat kokemuksensa ja keinonsa eivät riitä. Kriisit voidaan jakaa **kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin**. Normaaleja kehitykseen kuuluvia kriisejä voivat aiheuttaa esimerkiksi murrosikä, seurustelusuhteen katkeaminen, kotoa pois muuttaminen, armeijaan meno tai naimisiinmeno. Suurin osa ihmisistä selviää näistä tapahtumista omin avuin, vaikka selviytyminen saattaa joskus vaatia suuria ponnisteluja.

Traumaattiset tapahtumat voivat aiheuttaa kenelle tahansa huomattavaa kärsimystä. Kun läheinen ihminen kuolee, ihminen joutuu onnettomuuteen tai koti palaa tulipalossa, traumaattinen kriisi jakaa elämän kahtia – on elämä ennen sitä ja elämä sen jälkeen. Traumalla tarkoitetaan paitsi varsinaista traumaattista tapahtumaa, myös tapahtuman vammauttavaa vaikutusta ihmisen psyykeen. Trauma voi syntyä myös pitkän ajan kuluessa koettujen vaurioittavien kokemusten seurauksena (esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö tai perheessä tapahtuva väkivalta).

Traumaattisen kriisin vaiheet ja siitä toipuminen

Jokainen kokee traumaattisen tilanteen yksilöllisesti. Kriisin psyykkisissä reaktioissa voidaan kuitenkin erottaa erilaisia vaiheita, joilla on yhteisiä piirteitä kriisin aiheuttajasta ja kokijasta riippumatta. On tärkeää tiedostaa, että kriisireaktiot ovat normaaleja reaktioita ylivoimaisiin tilanteisiin.

Traumaattisen kriisin vaiheet

1. Sokkivaihe saattaa kestää muutamasta tunnista muutamaan vuorokauteen. Tällöin ihminen ei kykene käsittämään tapahtunutta, hän voi jopa kieltää sen. Ihminen voi käyttäytyä poikkeavasti tai tilanteeseen sopimattomasti, esimerkiksi kylmän rauhallisesti tai raivostasi, sekavasti. Hän ei ehkä jälkeenpäin muista tapahtumia tai annettuja ohjeita.

2. Reaktiovaihe voi olla muutaman viikon tai kuukauden mittainen. Ihminen yrittää saada käsitystä tapahtuneesta: miksi ja miten kaikki tapahtui. Henkiset puolustuskeinot alkavat toimia paremmin ja tapahtuman kieltäminen vähenee. Tässä vaiheessa voi ilmetä erilaisia ruumiillisia oireita, ahdistuneisuutta, masennusoireita, univaikeuksia, vihamielisyyttä (mm. toisten syyttämistä), tunteiden peittämistä tai näennäistä tilanteen hallintaa.

3. Käsittelevä vaihe kestää muutamista kuukausista vuoteen. Tällöin tapahtunut hyväksytään, siihen ja menneeseen elämäntilanteeseen keskittyminen vähenee ja oireet ja tuntemukset vähenevät. Toipumisen edetessä psyykkiset ja fyysiset oireet poistuvat ja mieliala kohenee. Mikäli ihminen ei saa trauman käsittelyyn tarvitsemaansa tukea, **seurauksena voi olla ns. posttraumaattinen stressihäiriö**, joka heikentää toimintakykyä ja elämisen laatua. Se voi ilmetä mm. unettomuutena, painajaisunina, masennuksena, psykosomaattisina oireina, oppimisvaikeuksina, jopa työkyvyttömyytenä. Tällöin tarvitaan ammattiauttajan apua.

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

Välitön selviytymisen tuki

Ihmisten selviytymistä traumaattisessa tilanteessa helpottavat seuraavat seikat:

- rauhoittava, turvallisuutta luova ilmapiiri
- myötäeläminen ja huolenpito
- reaktioiden ymmärtäminen ja hyväksyminen
- uhrien kertomuksen kuunteleminen
- tyhjien sanojen ja lupausten välttäminen
- levollinen läsnäolo, se ettei jää yksin
- avoin ja rehellinen tieto tapahtuneesta
- tietojen pitäminen ajan tasalla.

Psykologinen jälkipuinti järjestetään aina kolmen vuorokauden sisällä traumaattisesta tapahtumasta. Ensimmäisen kolmen vuorokauden aikana ihminen on avoin tapahtuman käsittelylle, sen jälkeen psyykkiset puolustuskeinot voivat estää asian käsittelyä. Jälkipuinnin vetävät siihen koulutetut työntekijät. Jälkipuinnin tarkoituksena on tukea normaalin surutyön käynnistymistä ja estää posttraumaattisen stressihäiriön syntyminen. Jälkipuinnissa annetaan tietoa tapahtumien kulusta, jotteivät mielikuvitus tai huhut paikkaisi aukkoja. Jälkipuinti antaa mahdollisuuden jäsentää osallistujien ajatuksia ja tunteita. Siellä annetaan tietoa mahdollisista jälkireaktioista ja avunsaantipaikoista sekä kartoitetaan avun tarvetta.

Purkukokous (defusing) järjestetään traumaattisissa tilanteissa auttajina toimiville. Se tarjoaa mahdollisuuden keskustella välittömästi tapahtuneesta ja purkaa kokemuksia. Kriisiryhmä voi järjestää itselleen purkukokouksen ilman ulkopuolistakin vetäjää. Rituaaleilla on tärkeä merkitys surun käsittelyssä. Muistotilaisuus, hautajaiset, kuvat, kynttilät, kirjeen kirjoittaminen tai piirtäminen auttavat surun työstämistä.

Myöhempi tuen tarve

Ihmisten myöhempi tuen tarve on yksilöllinen ja siihen vaikuttaa traumaattisen tapahtuman luonne. Suru lähimmäisen kuolemasta ei häviä muutamassa kuukaudessa, ei ehkä koskaan, siksi **surulle ja toipumiselle on annettavaa aikaa**. Joillakin oppilailla tai opiskelijoilla voi olla tarve keskustella ja työstää asioita useaan kertaan, jolloin oppilashuollon henkilöstö voi järjestää heille **yksilöllisiä tai ryhmätapaamisia**. Erityisen traumaattisen tilanteen jälkeen lapsi tai nuori voi olla myös traumaterapian tarpeessa, jolloin hänet tulee ohjata mielenterveyspalveluihin. **Myös koulun työntekijöillä** voi olla myöhempää tuen tarvetta.

Lähde: Marie Rautava

Liite 2: Kirjemalleja kuolemantapauksen kohdatessa

Kirjemalli menehtyneen oppilaan luokkatoverien kotiin

___ luokka on tänään saanut traagisen tiedon, että _____ on menehtynyt. Tämä tietysti on asia, joka koskettaa meitä kaikkia syvästi, varsinkin luokan oppilaita. Lähipäivinä tulemme tämän takia antamaan paljon aikaa tapahtuneesta puhumiselle. Kouluterveydenhoitaja ja koulupsykologi tulevat myös olemaan paikalla ja pappi tulee osallistumaan muistotuokioon. On varsin tärkeää lapsille, että myös kotona voidaan puhua avoimesti tapahtuneesta. Älä epäröi ottaa yhteyttä meihin lisätietoja tai apua kaivatessasi.

Kirjemalli kotiin hautajaisiin osallistumisesta

On tärkeää, että pappi tai opettaja kysyy omaisilta, mikäli he haluavat, että oppilaan luokkatoverit osallistuvat hautajaisiin.

On päätetty, että _____ haudataan ___ päivänä ___ / ___ klo ____ Olemme _____ perheen kanssa sopineet, että luokka osallistuu hautajaisiin. Osallistuminen on tietysti vapaaehtoista, mutta on hyvä, jos niin monta oppilasta kuin mahdollista on mukana. Tällä voi olla suuri merkitys surun käsittelyssä lähiaikoina.

Rehtori, luokanohjaaja ja aineenopettaja tulevat osallistumaan, mutta on tärkeää, että lapsilla on joku toinen mukanaan (erityisesti ala-asteen oppilailla).

Kirjemalli oppilastoverin kotiin

Hyvät vanhemmat!

Lapsenne on tänään surukseen saanut kuulla, että hänen oppilastoverinsa (oppilaan nimi) on kuollut. Tämä koskettaa luonnollisesti meitä kaikkia ja erityisesti lastanne. Keskustelemme luokassa (oppilaan nimi) kuolemasta tulevina päivinä ja järjestämme koululla (päiväys) klo _____ lyhyen muistotilaisuuden. Tapahtuman avoin käsittely kotona merkitsee paljon lapsellenne. Jos tarvitsette lisätietoja tai apua, voitte ottaa yhteyttä lapsenne opettajaan.

Länsikadun koululla ___ / ___ _____

rehtori

luokanopettaja

Liite 3: Miten tukea lasta järkyttävien tapahtumien jälkeen

Säilytä arjen rutiinit ja ole läsnä lapsesi elämässä

Järkyttävän tapahtuman jälkeen lapsen turvallisuuden tunne voi horjua. Lapselle keskeinen kysymys on onko hän ja hänen läheisensä turvassa tästä eteenpäin. Turvallisuuden tunteen palautumista voit edistää esimerkiksi huolehtimalla siitä että perheen tavalliset rutiinit jatkuvat; ateriat syödään totuttuun aikaan, nukkumaan mennään samaan aikaan ja samoilla rituaaleilla kuin ennenkin, harrastukset jatkuvat. Voit myös kertoa lapsellesi että vaara on ohitse ja että aikuiset tekevät kaikkensa turvallisuuden varmistamiseksi. Yhdessäolo ja mukavien asioiden tekeminen yhdessä viestittää lapselle siitä että järkyttävä tapahtuma on ohi. Lapselle saattaa olla tärkeää olla aikaisempaa paremmin selvillä siitä, mistä huoltajat voi tavoittaa kun ei olla yhdessä.

Keskustele lapsesi kanssa tapahtuneesta

Älä pelkää puhua lapsen kanssa tapahtumasta. Lapset tietävät, kuulevat ja ajattelevat yleensä paljon enemmän kuin aikuinen tulee ajatelleeksikaan. He tarvitsevat aikuisen antamaa todenmukaista tietoa tapahtuneesta. Voit aloittaa ottamalla selvää mitä lapsesi jo tietää tai mitä on nähnyt. Lapsen kanssa on hyvä keskustella myös siitä mitä hän on kuullut muiden puhuvan tapahtuneesta. On tärkeää että lapsi voisi aikuisen avulla erottaa tosiasiat huhuista ja mielikuvituksen tuotteista. Lasten ymmärrys ja kysymykset muuttuvat ajan mittaan ja siksi on tärkeää olla lapsen saatavilla ja valmiina keskustelemaan ja antamaan lisätietoa, kun lapsi ottaa asian esille.

Seuraa mitä lapsesi katsoo televisiosta tai lukee lehdistä, rajoita jos se on tapeen

Katastrofin jälkeen aikuisilla on korostunut tarve kuulla viimeiset uutiset tapahtumasta. Tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet, että odottamattomat uutiset ja kuvat televisiosta ovat pelottavia ja aiheuttavat stressiin liittyvien ongelmien palaamista. Pieniä lapsia voi hämmäntää samojen järkyttävien uutiskuvien näyttäminen yhä uudelleen ja se voi saada heidät siihen käsitykseen että tapahtumasarja jatkuu edelleen. Vanhemmillekin lapsille liiallinen tapahtumaan liittyvä uutistarjonta voi olla ylivoimaista ja aiheuttaa ahdistuneisuuden ja avuttomuuden tunteen lisääntymistä.

Salli erilaisia tunteita ja reaktioita

Kannattaa muistaa että lasten reaktiot ovat riippuvaisia iästä, persoonallisuudesta ja selviytymistyylistä. On tavallista että lapsi on takertuvaisempi, ei halua jättää vanhempansa ja haluaa olla lähellä. Jotkut lapset haluavat puhua tapahtuman yksityiskohdista, jotkut ovat hiljaisia ja huolissaan, jotkut äärimmäisen surullisia tai ajoittain vihaisia, joidenkin aktiivitaso nousee ja jotkut haluavat jatkaa kuin mitään ei olisi tapahtunut. Lapsen mieliala voi vaihdella ja eri aikoina voi esiintyä erilaisia reaktioita. Sen lisäksi että lapset ovat hämmäntyneitä siitä mitä on tapahtunut, he ovat usein hämmäntyneitä omista tunteistaan. Kaikki eivät reagoi välittömästi, reaktiot voivat ilmestyä vasta päivien, viikkojen tai jopa kuukausien kuluttua. Lapsen persoonallista tapaa käsitellä häntä järkyttäneitä tapahtumia tulisi kunnioittaa. Tapahtumien käsittelyn tulee edetä lapsen sisäisen aikataulun mukaisella nopeudella. Kannattaa kuitenkin rohkaista

lasta ilmaisemaan tunteitaan hänelle luontevalla ja iälle ominaisella tavalla; puhumalla, kirjoittamalla, piirtämällä, leikkimällä.

Jos lapsi kysyy yhä uudestaan samaa asiaa, hän todennäköisesti pyrkii vain ymmärtämään elämäänsä järkyttäneitä tapahtumia ja tulemaan toimeen oman hämmennyksensä kanssa. Nuoremmat lapset eivät esimerkiksi ymmärrä että kuolema on lopullinen, vaan saattavat kysyä toistuvasti koska olettavat että kaikki vielä palaa entiselleen. Lasta kannattaa kuunnella huolellisesti ja mikäli tulee ilmi että hän tuntee tapahtuneesta jollain tasolla syyllisyyttä, olisi tärkeää selittää tilanteen tosiasiat ja huolehtia siitä että lapsi ei jää syyttämään itseään.

Ammattiapua tarvitaan usein jos

- Lapsi vetäytyy ystävistä ja/tai aikuisista
- Lapsen käyttäytyminen ja persoonallisuus muuttuvat dramaattisesti
- Lapselta puuttuu sosiaalinen tuki
- Lapsen koulusuoritus huononee
- Lapsi osoittaa vahvaa ja jatkuvaa välttämiskäyttäytymistä tai tunteiden tukahduttamista
- Lapsella on hallusinaatioita tai lapsi puhuu hajanaisesti
- Lapsi toistaa jatkuvasti tapahtumaa
- Lapselle tulee pelkoreaktioita
- Lapsi syyttää voimakkaasti itseään
- Perhe ja perheen ilmapiiri ovat kielteisiä

Lähde: Traumaterapiakeskus Helsinki

Liite 4: Tiedote vanhemmille

Joensuun normaalikoulu

Koulutiedote 24.9.2008

Hyvät normaalikoulun oppilaiden huoltajat!

Olemme kaikki kuulleet jälleen järkyttävän suruviestin. Kauhajoella päättyi eilen väkivaltaisesti yhdeksän opiskelijan ja yhden opettajan elämä. Aamulla opiskelupaikkaansa tulessaan he vielä uskoivat elämään, turvallisuuteen ja tulevaisuuteen. Surmaaja, joka on itse myös menehtynyt, oli saman oppilaitoksen opiskelija. Emme ymmärrä emmekä käsitä tapahtunutta, tietomme asiasta on rajallista ja puutteellista. Tämä koskettaa meitä kaikkia syvästi.

Koulussamme on käsitelty tapahtunutta päivänavauksissa ja oppitunneilla. Koulun kriisiryhmä seuraa oppilaiden ja opiskelijoiden tilannetta ja järjestämme mahdollisuuksia puhua tapahtuneesta yhdessä ja tarvittaessa yksityisesti. Meidän kaikkien tehtävänä on nyt viestittää monin eri tavoin puhumisen tärkeydestä, tunteiden ilmaisemisesta, välittämisestä ja yhteisöllisyydestä. Yhteinen vastuullinen tehtävämme on ohjata lapsia ja nuoria myös mediatarjonnan kriittiseen tarkasteluun ja käyttöön.

Lähipäivinä tulemme antamaan aikaa tapahtuneesta puhumiselle. Lapsille ja nuorille herää monenlaisia kysymyksiä tapahtuneesta ja kuolemasta yleensä. On tärkeää, että puhutte myös kotona yhdessä nuorten kanssa.

Traumaterapiakeskuksen ym. ohjeita kriisien kohdatessa:

- Säilytä arjen rutiinit ja ole läsnä lapsesi elämässä
- Keskustele lapsen kanssa tapahtuneesta
- Seuraa, mitä lapsesi katsoo televisiosta tai lukee lehdestä, rajoita, jos se on tarpeen
- Salli erilaisia tunteita ja reaktioita
- Kohtaa kaikki lapsen kysymykset
- Lapsen suru on pätkittäistä, ei jatkuvaa
- Älä peitä liikaa omia tunteitasi

Lisää kriisitilanteisiin liittyviä näkökulmia löytyy osoitteesta www.oph.fi

Olkaa herkkänä havainnoimaan lapsenne tunteita ja tarvittaessa ottakaa yhteyttä koulun kriisivalmiusryhmään Tulliportinkoulussa lukion rehtori Marita Hokkanen 050 564 8714, perusasteen rehtori Heikki Happonen 050 303 0749, apulaisrehtori Kirsi Karhunen 050 564 8713, koulupsykologi Riitta Majjala 050 346 8404, kouluterveydenhoitaja Kirsi Repo 050 346 8407, erityisopettaja Hannu Koskela 050 414 6040 sekä lehtori Leena Jason, kriisikeskus (p. 013 316 244 joka päivä klo 10–21) auttaa myös tarvittaessa. Länsikadun koulussa lisäksi vararehtori Minna Haring 050 321 9284, erityisopettaja Hilikka Rätty 050 442 3452 ja erityisopettaja Arja Rintala 050 442 3420.

Liite 5: Kuulutusohje yllättävien poistumistilanteiden varalta

ANTEEKSI TUNNIN KESKEYTYS

- täällä puhuu rehtori _____
- tämä kuulutus koskee kaikkia koulurakennuksessa olevia henkilöitä
- Pyydän, että kaikki istuvat paikallaan tämän kuulutuksen ajan ja toimivat kohta opettajan antamien ohjeiden mukaisesti.

Rakennuksen evakuointi ulos

- konkreettinen uhkan syy ja sijainti
- turvalliset poistumisreitit:
- poistutaan lukion ovesta, yläkoulun ovesta,
- kuvataiteen luokan päädyistä, kansliakäytävää pitkin
- ota mukaasi henkilökohtaiset tavarat, jos mahdollista
- poistutaan rauhallisesti
- kokoontumispaikka
 1. liikuntasali: yläkoulu kiipeilyseinäpäätyyn, lukiolaiset keskelle, harjoittelijat ja vapaatuntilaiset peilipäätyyn
 2. Länsikadun koulun liikuntasali
- kaikki siirtyvät kokoontumispaikkaan, kukaan ei saa lähteä pois

Rakennuksen evakuointi lukittuihin tiloihin

Odota seuraavaa kuulutusta/lisäohjeita

- konkreettinen uhkan syy ja sijainti
- siirtykää lähimpään lukittavaan tilaan ja lukitkaa ovet ja ikkunat
- kasatkaa esineitä oven eteen
- sulkekaa verhot
- sammuttakaa valot
- pysykää hiljaa, kiviseinää vasten, pois ikkunoiden äärestä

Liite 6: Tiedote pommiuhkasta

Julkinen tiedote

TIEDOTE

Joensuun normaalikoulun yläkoulun ovien edestä ulkoa löydettiin torstaina noin klo 13.30 Joensuun normaalikoululle osoitettu epäilyttävä paketti.

Paketin löytymisen jälkeen otettiin yhteyttä poliisiin, joka lähetti paikalle erikoisyksikön ja pommikoiran. Poliisi eristi ulkoalueen, mutta ei pyytänyt tyhjentämään rakennusta.

Koulun väelle annettiin kuulutus, jossa pyydettiin kaikkia talossa olevia pysymään omissa luokissa ja sisällä. Talosta poistujat ohjattiin käyttämään rehtorin työhuoneen viereistä ovea.

Ulkona ja sisällä oli henkilökunta ohjaamassa talosta poistujia ja taloon tulijoita. Koulupäivä päätettiin klo 14.15.

Poliisi tutki laatikon ja totesi, että paketti on vaaraton.

Asiasta tiedotetaan tarkemmin oppilaille huomenna perjantaina klo 9.30 alkavan tunnin alussa.

Marita Hokkanen
lukion rehtori
050 564 8714

Petri Salo
johtava rehtori
050 564 8711

Liite 7: Joensuun normaalikoulun lukion pelastussuunnitelma ylioppilaskokeiden aikana sattuvaan vaaratilanteeseen

Lukioiden pelastussuunnitelmien pitää sisältää myös toimintasuunnitelma ylioppilaskokeiden aikana mahdollisesti sattuviin vaaratilanteeseen, jotta yo-koetta voidaan jatkaa mahdollisesta keskeyttämisestä ja varatilaan siirtymisestä huolimatta. Mahdollisia tilanteita, joissa yo-koetta voidaan vielä pyrkiä jatkamaan varatilassa, ovat esimerkiksi tulipalo tai pommiuhkaus.

Joensuun normaalikoulun lukion ylioppilaskokeiden varatila on Joensuun normaalikoulun alakoulu ja sen 5. ja 6. luokkien luokat (1–6 kpl).

Ykkösvalvoja soittaa ensin lukion rehtorille ja selostaa tilanteen.

Rehtori tai ykkösvalvoja soittaa perusasteen rehtorille / alakoulun kansliaan, että ylioppilaskoe siirretään pidettäväksi alakoulun puolelle. Alakoulussa tyhjennetään yökokeille varatut luokat, jotta kokelaat pääsevät heti asianomaisiin luokkiin.

Puhelinnumerot

lukion rehtori Marita Hokkanen	050 564 8714
johtava rehtori Heikki Happonen	050 303 0749
yläkoulun kanslia Tuija Wilson	050 442 4466
perusasteen rehtori Jyrki Korkki	050 359 4156
alakoulun kanslia	050 369 0807

Toimintaohjeet:

1) Lukion rehtori (jatkossa rehtori) / ykkösvalvoja ilmoittaa kokelaille tilanteen laadun ja antaa määräyksen ja ohjeet siirtymisestä varatilaan. Rehtori/ykkösvalvoja ilmoittaa kokelaille seuraavat asiat

- a) kukaan kokelas ei saa puhua kenellekään mitään
- b) kaikkien on toteltava annettuja ohjeita ja toimittava niiden mukaan
- c) varatiloja ovat alakoulun luokkatilat, joihin lähdetään siirtymään rehtorin tai ykkösvalvojan määräämässä järjestyksessä
- d) kukin kokelas kerää kaikki pulpetillaan olevat paperinsa ja yo-tehtävä-vihkonsa tyhjän konseptin sisään ja ottaa ne ja kirjoitusvälineensä matkaansa.
- e) eväitä ei oteta mukaan.
- f) kengät laitetaan jalkaan, mutta päällysvaatteita tai laukkuja ei haeta matkaan.

2) Ykkösvalvoja ottaa kokeen pöytäkirjan mukaansa ja johtaa poistumista. Muut valvojat kulkevat kokelaiden rinnalla säännöllisin välimatkoin. Valvojia tarvitaan enemmän kuin salissa tai muussa koetilassa on, joten rehtori määrää muita opettajia ja muuta henkilökuntaa saattamaan kokelaita varatiloihin. On ehdottoman tärkeää varmistaa, etteivät kokelaat kommunikoi keskenään siirtymisen aikana.

3) **Jos poistutaan liikuntasalista**, niin liikuntasalin valvojista tulee kustakin ykkösvalvoja varatiloina toimiviin alakoulun luokkiin. Rehtori määrää heidän lisäksi kuhunkin luokkaan toisen valvojan toimimaan vessavahtina. Alussa myös luokanopettaja voi toimia valvojana, jotta rehtori ehtii hankkia toisen valvojan yläkoulun puolelta kuhunkin luokkaan. Luokistaan siirretyt alakoulun oppilaat menevät odottamaan liikuntasaliin lisäohjeita.

4) **Jos poistutaan auditoriosta kuuntelusta**, ykkösvalvoja jatkaa tehtävässään varatilaissa, samoin toinen valvoja. Rehtori määrää muita opettajia / muuta henkilökuntaa valvomaan kokelaita siirtymisen ja mahdollisen odottamisen ajaksi, jotta kokelaat eivät pääse kommunikoimaan keskenään. Kuuntelua jatketaan alakoulun luokissa sen mukaan, kun äänitteitä on saatavissa.

5) **Kuuntelukokeiden keskeyttämisen suhteen toimitaan kuuntelukokeiden keskeyttämisestä annettujen yleisohjeiden mukaisesti.** Kuuntelukokeen ykkösvalvoja muistaa ottaa yo-äänitteen mukaansa varatilaan. Kanslia toimittaa mahdollisuuksien mukaan varaäänitteitä koulun kassakaapista. Kokelaat panevat tehtävä- ja vastauspaperinsa tyhjän konseptin väliin ja ottavat ne ja kirjoitusvälineensä mukaansa.

6) Liikuntasalista / muusta koetilasta siirrytään varatilaan seuraavassa järjestyksessä:

- edestä katsottuna vasemmasta rivistä (liikuntasalin peilipääty) ensimmäisestä kokelaasta alkaen rivi kerrallaan
- varaluokat täytetään samassa järjestyksessä

7) Yhteydenpito YTL:ään

Rehtori informoi YTL:ää tilanteesta ja saanee lisäohjeita.

8) Ykkösvalvoja kirjaa muistiin kokeen keskeyttämisaajan ja uudelleen aloittamisen ajankohdan pöytäkirjaan.

9) Rehtori toimittaa lisäpöytäkirjoja eri koetiloihin, jotta kokelaiden poistumisajat ja kokeen lopettamisajat saadaan kirjattua YTL:n määräysten mukaisesti. Lopetusajan kohdan suhteen noudatetaan ylioppilastutkintolautakunnan tilanteessa antamaa aikataulua.

10) Virastomestarit ja kansliahenkilökunta avustavat koulun ruokalahenkilökuntaa jakamaan kokelaille eväitä, esim. leipää ja juomista.

11) Tilanteen jälkiraportoinnin ylioppilastutkintolautakuntaan hoitaa rehtori.

Liite 8: Lapsi äkillisessä kriisissä – ohjeita kohtaamiseen

Anna lapselle oikeaa tietoa – suojaa tietotulvalta

- käy lapsen kanssa asiaa läpi
- kysy, mitä lapsi tietää, mitä ajattelee asiasta, ja mitä juuri hän näki/kuuli/koki
- kerro mitä itse tiedät
- selvitä väärinkäsitykset
- vältä monimutkaista kuvakieltä, älä esim. vertaa kuolemaa uneen tai matkaan
- suojaa lasta liialta media-altistukselta, rajoita etenkin dramaattisten aistivaikutelmien syntymistä (järkyttävät kuvat, ääniefektit)
- siirrä omaa uutisten seuraamista myöhäiseen iltaan
- lapsen suojaamiseksi – hiljennä ääntä kun lapsi on levolla

Anna lapselle aikaa ymmärtää – tee tapahtuneesta toden tuntuinen

- ole avoin lapsen kysymyksille
- juttele kun hän sitä haluaa, mutta älä odota juttutuokioista pitkiä
- vahvista lapsen turvallisuuden tunnetta – hän ei ole vaarassa nyt
- ole valmis pohtimaan lapsen kanssa kuolemaa ja väkivaltaa, vaikka et itsekään olisi varma vastauksistasi

Autta lasta selviytymään

- anna tilaa vaihteleville tunneilmaisuille ja sille, että ne välillä näyttävät katoavat kokonaan
- salli onnettomuusleikit (mm. kuoleminen, onnettomuudet), mutta autta lasta löytämään lohduttava ratkaisu leikkiin
- autta lasta käsittelemään myös syyllisyyden ja vihan tunteitaan, kuoleman pelkoa ja muita yllättäviä reaktioita
- salli lapsen myötäelää, mutta älä salli vastuun ottamista aikuisen jaksamisesta
- näytä omat tunteesi ja kerro että luotat selviytymiseesi niistä huolimatta

Lähde: Eija Palosaari

Liite 9: Nuori äkillisessä kriisissä – ohjeita kohtaamiseen

Anna nuorelle oikeaa tietoa

- käy nuoren kanssa asiaa läpi
- kysy, mitä hän tietää, mitä ajattelee asiasta ja mitä hän näki/kuuli/koki
- kerro mitä itse tiedät
- selvitä väärinkäsitykset
- vältä monimutkaista kuvakieltä, älä esim. vertaa kuolemaa uneen tai matkaan

Ota myös huomioon

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

Auta nuorta selviytymään

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

Lähde: Eija Palosaari

Liite 10: Keskusteluaiheita koululuokkaan äkillisen kriisin jälkeen

On tärkeää että koulun ja kodin aikuiset ovat valmiita keskustelemaan lasten ja nuorten kanssa tuoreesta järkyttävästä tapahtumasta.

Keskustelutuokioiden ei tarvitse olla pitkiä.

Keskustelun keskeinen ote on tässä ja nyt.

Mahdollisia keskusteluaiheita:

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

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

Liite 11: Traumaattisten tapahtumien käsittely luokassa

On tärkeää, että puhuessaan vaikeista elämäntilanteista aikuiset tuovat esiin erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja ja yrittävät tukea lapsia ja nuoria löytämään heille itselleen sopivan mallin selvitä. Lisäksi toivon näkökulman sisällyttäminen kriisitilanteissa luo lapsille turvallisuutta ja uskoa selviytymiseen. Opettajat muodostavat monesta syystä voimavararyhmän, jolla on ainutlaatuinen tilaisuus huolehtia lasten tarpeista:

- Opettajat tuntevat jokaisen lapsen ja hänen persoonallisuutensa.
- Opettajat tuntevat ryhmien ”kulttuurin” ja ilmapiirin.
- Opettajien erikoisala on tiedon jakaminen lapsille
- Opettajat tietävät, kuinka oppilaat saadaan mukaan ja millaisia ilmaisumuotoja voi käyttää.

Opettajan keskustellessa luokassa asioista, jotka ovat vaikuttaneet lapsiin voimakkaasti, voidaan käyttää seuraavanlaista mallia. Keskustelu kestää yleensä ainakin oppitunnin ajan, joskus jopa kaksoistunnin. Kaikkien toivotaan pysyvän luokassa koko ajan, mutta wc-käynnit ovat luonnollisesti sallittuja. Yhteistyö toisen opettajan kanssa on eduksi, mutta ei aina tarpeen. Toinen aikuinen on hyvä olla luokalle tuttu; toinen opettaja, oppilashuolto- tai kriisiryhmän jäsen. Lasten kanssa voidaan istua esim. piirissä lattialla, taustalla voi soida jotain kaunista musiikkia, luokassa voi palaa kynttilöitä. Tärkeää on saada tilanteesta mahdollisimman turvallinen ja varmistua siitä, että kukaan ei säikähdä (esim. luokka liian pimeä). Tavanomainen istumajärjestyskin käy jos se toimii. Ajatusten purkamiseen on hyvä antaa erilaisia vaihtoehtoja esim. piirtämällä, muovailemalla, kirjoittamalla. Tilaisuus voi jäsentyä seuraavalla tavalla:

I. Avaus

Tarkoitus ja motivointi

Säännöt

- Opettaja kertoo mitä lähituntien aikana tapahtuu ja miksi.
- Kuoleman aiheuttamista reaktioista ja vaikutuksista puhuminen on tärkeää.
- Siihen on varattava aikaa, koska se auttaa ymmärtämään tapahtunutta.
- Kun joku kuolee, mieli täyttyy ajatuksista ja tunteista, jotka tekevät meidät surulliseksi, pelokkaiksi ja vihaisiksi.
- Kun ihminen saa puhua tapahtuneesta, hän ymmärtää paremmin, miten käsittävät tilanteen.
- On tärkeää selvittää tosiasiat, kuten myös väärinkäsitykset, etteivät väärät huhut leviä.
- Opettajan on hyvä tuoda myös keskustelulle säännöt:
 - Kenenkään ei ole pakko puhua luokassa.
 - Ketään ei saa jälkeinpäin kiusata tai moittia sanojensa tai käyttäytymisensä tähden.
 - Itkeminen ja suuttuminen on sallittua eikä kenellekään pidä sanoa, ettei se ollut sopivaa.

2. *Selvitysvaihe*

- **Kuinka sait tietää tapahtuneesta?**
- **Mitä olette kuulleet / uuden tiedon kokoaminen**
- Oppilaat saavat kertoa miten, keneltä ja missä he saivat tietää tapahtuneesta. Tähän useimmat pystyvät vastaamaan.
- Mietitään onko asia koskettanut jotakin lasta enemmän kuin muita (on esim. nähnyt tapauksen).
- Kerätään vielä tarkempia yksityiskohtia tapahtumasta.
- Luokan opettaja kertoo omat tietonsa.
- Onnettomuustapauksissa opettajan on hyvä hankkia tarpeelliset tiedot tapahtumien kulusta.
- Lasten konkreettisen tiedon vaihe on suuri. Monet huhut seuraavat tapahtumia, minkä vuoksi yleinen keskustelu luokassa on tärkeää.
- Traumaattisen tapahtuman jälkeen on puututtava huhuihin ja virheellisiin käsityksiin, ettei lapsille syntyisi tarpeettomia ongelmia.
- Jos tapahtumasta kerrotaan tiedotusvälineissä, on hyvä käydä läpi lehtileikkeitä. Usein median tuottamaa aineistoa voidaan käydä läpi muilla tunteilla, ja päivittää tosiasiatietoja.

3. *Normalisointivaihe ja selviytymiskeinojen vahvistaminen*

- **Kuinka reagoit?**
- **Mikä sinua on aikaisemmin surussa auttanut?**
- Tässä vaiheessa kysytään lasten reaktioista. Ne, jotka haluavat, vastaavat.
- Tavoitteena on saada lapset ymmärtämään, että erilaiset reaktiot ja tunteet ovat kaikki luonnollisia, myös se ettei joillakin ole lainkaan tapahtumaan liittyviä tunteita.
- On hyvä muistaa välttää seuraavanlaisia kysymyksiä; ”miltä sinusta tuntui, kun sait tietää asiasta?”, koska ne yleensä vain ehkäisevät keskustelua kuin edistävät sitä
- Sen sijaan kysymykset: ” Koska sinusta tuntui pahimmalta?” tai ” Mitä ajatuksia asia sinussa herättää?” ”Mitä sinussa tapahtui?” johdattaa kertomaan reaktioistaan ja vaikutelmistaan.
- Jos lapset ovat joutuneet kuolemantapauksen silminnäkijöiksi tai ovat löytäneet kuolleen, heidän on saatava purkaa vaikutelmiaan ja ajatuksiaan sanoin ja aistihavainnoin (näkö, kuulo, haju, tunto). Mutta jos vain yksittäinen oppilas, niin hänelle ja muille silminnäkijöille on järjestettävä oma, kriisityöntekijän vetämä istunto. Kriisityöhön perehtyneen ihmisen on myös syytä olla opettajan tukena, jos usea lapsi luokassa on todistanut jotakin järkyttävää tapahtumaa.
- Lasten kertoessa reaktioistaan, opettajan ei pidä sanoa esim. ” niin, se on ihan normaalia”, vaan on parempi kysyä:” Reagoiko kukaan samalla tavalla?”

- Yhteyttä ja yhteishenkeä luodaan pyytämällä vierustoveria kietomaan kätensä kertojan ympärille tai kysymällä, miltä muista tuntuu ”Jussin” itkiessä. Opettajan tehtävänä on saada lasten luontainen myötätunto esiin.
- Pienten lasten kanssa voidaan käyttää apuna piirtämistä tai muita samantapaisia ilmaisumuotoja .
- Opettaja kerää yhteen oppilaiden esiintuomat aiheet, tuo esiin heidän ajatuksensa ja reaktioidensa yhdenmukaisuuden sekä korostaa heidän reaktiotapojensa normaaliutta.
- Jos opettaja tietää samanlaisia tapauksia, hän voi kertoa, miten lapset reagoivat silloin.
- Opettaja voi kertoa, miten ihmiset tavallisesti reagoivat tällaisten tapausten jälkeen.
- Lapsille tuodaan esille, että traumaattinen tapahtuma voi vaikuttaa keskittymiseen ja muistiin.

Selviytymiskeinojen vahvistaminen:

- Mitä kokemuksia sinulla on surun käsittelemisestä? Miten olet selvinnyt aikaisemmin, kun sinulla on ollut surua tai sinulle on tapahtunut jotain mieltä järkyttävää? (isovanhempien kuolema, tulipalo, lemmikin kuolema).
- Opettaja kerää selviytymiskeinoja, EI itse tarinoita. Lapset kertovat mielellään, kuinka toiselle puhuminen auttoi, kavereiden, vanhempien kanssa puhuminen, piirtäminen, musiikin kuuntelu, ulkoilu, kävely tms).
- Opettajan on luontevaa kertoa myös omista reaktioistaan ja kokemuksistaan ja kuinka hän toimii ollessaan surullinen.

4. Tulevaisuuteen katsominen

- **Mitä nyt ja jatkossa tapahtuu?**
- **Mitä me voimme tehdä?**
- Tarkoituksena suuntautua tulevaisuuteen ja kanavoida oppilaiden tunteita, energiaa toiminnan kautta, erityisesti lähipäivien suunnittelua.
- Jos kyseessä on luokkatoverin kuolema, hautajaisten suunnittelu on tärkeää. Erityisesti pienempien lasten kanssa itse hautajaisista on syytä puhua enemmänkin, mutta toisella kerralla.
- Oleellisinta on saada aikaan ilmapiiri, että asiasta keskusteleminen on turvallista ja asioista ja tunteista on koulussa lupa puhua.

5. Päätösvaihe

- **Yhteenveto**
- **Seuranta**
- Käsitellyistä aiheista tehdään yhteenveto ja suunnitellaan myöhempiä tapahtumia
- (esim. mitä hautajaisten aikana tehdään, lisäkeskustelusta päättäminen)
- Jos on kysymys kuolemantapauksesta, tarvitaan todennäköisesti useampia keskusteluja
- Luokka voi tehdä suunnitelman jonkin asian esim. piirroksen tai kirjeen toteuttamisesta yhdessä. Luokalla on näin mahdollisuus osoittaa huolenpitoaan omaisia kohtaan.
- Lopuksi oppilailta kysytään, jäikö jokin asia mietityttämään tai epäselväksi tai mitä he ajattelevat tänään pohdituista asioista. Kun keskustelu on päätetty, tavalliseen koulutyöhön palaaminen on helpompaa, koska tapahtuneesta on saanut puhua.
- Opettajat voivat keskustelun aikana tarkkailla erityisen voimakkaasti reagoivia oppilaita ja keskustella jälkepäin heidän kanssaan tai ohjata heitä esim. koulupsykologille (jos vanhemmilta on saatu lupa).

Luokkatoverin kuoltua joko samana päivänä tai seuraavina päivinä:

- Lapsia voidaan pyytää katsomaan kuolleen luokkatoverin istumapaikkaa ja ajattelemaan sitä, mitä he eivät koskaan saaneet sanotuksi toverilleen. Ajatukset voi sanoa ääneen, ne voi piirtää, kirjoittaa tai ajatella vain mielessään
- Lopuksi voidaan jättää jäähyväiset. Opettaja sanoo esimerkiksi: ”Katso (kuolleen oppilaan tuolia) ja kerro, mitä haluat hänen tietävän ja hyvästele hänet sitten” Jäähyväiset voidaan kirjoittaa tai piirtää. Jos on kyse itsemurhasta, tällöin on hyvä tilaisuus puhua voimattomuudesta, itsesyytöksistä ja häpeäntunteista. (Tällöin myös aina koulupsykologi/koulukuraattori paikalla, yleensä vetäjänä.)
- Muistelukirja, seuraavien viikkojen aikana luokka voi tehdä oman kansion/vihkosen kuolleesta oppilaasta: Tosiasiatiedot, tapahtumien kulku, hautajaiset, hyviä muistoja, vuoden päästä. Kuvia ja kertomuksia luokassa niin kauan esillä kuin tarpeen. Lainaksi kotiin.
- Lapsia voi myös antaa lauseentäydennystehtäviä:
 - Kuullessani tapahtuneesta ajattelin ensimmäisenä, että...
 - Pahinta siinä oli, että...
 - Voimakkain vaikutelmani on...
 - Surullisimmaksi minut tekee...

- Opettajan on hyvä antaa neuvoja kotiin:
 - Puhukaa tapahtuneesta vanhempien kanssa
 - Puhukaa ystävien ja kavereiden kanssa
 - Käykää hautausmaalla
 - Hankkikaa enemmän tietoa tapahtumasta
 - Kirjoittakaa päiväkirjaa, runoja tai ajatuksia ylös
 - Tehkää jotain yhdessä omaisten hyväksi

Keinoja traumaattisen tapahtuman käsittelyyn luokassa

Ihmishahmon värittäminen

- Oppilaat värittävät piirrettyyn ihmishahmoon 3 väriä: punainen merkitsee vihaista, sininen surullista, musta pelkoa. Missä osassa kehoa tunteet tuntuvat, ja miltä se näyttää väritettynä. Yhteinen keskustelu: missä osassa kehoa ”suru” asuu. (miten se tuntuu, päänsärkynä, mahakipuna, painon tunteena, vapinana jne.)
- Miten tunteita voi helpottaa? Miltä väritetty hahmo näyttää, kun on helpottunut olo.

Toipumisasteikko

- Opettaja piirtää taululle asteikon 0–10
- Oppilaat voivat viittaamalla vastata kuka on toipumisasteikon missäkin kohdassa:
 - esim. perheen kanssa / kun mieleen tulee kysymyksiä tapahtuneesta / katsoo TV-uutisia / menee nukkumaan
- Tämän voi tehdä esim. kuukausittain koko luokan kanssa puolen vuoden ajan.
- Voidaan myös keskustella, miten omaa/koko luokan sijaintia asteikolla voisi vähän nostaa

Hyvät uutiset

- Piirretty TV , jossa uutistenlukija
- ”Tässä uutiset, tänään on hyvien uutisten vuoro; mitä tänään kerrotaan?”
- Sopii hyvin ryhmäkeskustelun, käsittelyn jälkeen, jos esim. käsitellään maanjäristystä, sotaa, paikallisia kriisejä
- Auttaa ja aktivoi oppilaita ajattelemaan myönteisiä ja rakentavia vaihtoehtoisia toimintatapoja.

Luokan muistelukirja

- Koko luokka voi tehdä muistelukirjaa esim. kuolleesta oppilaasta.
- Jatkuvuutta tuova, silta menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden välille.
- Kirja on erityisellä paikalla luokassa, mihin saa mennä aina halutessa sitä katsomaan. Vuoden kuluttua pidetään muistelupäivä ja siitä talletetaan muistot kirjaan.

- Kirja voi sisältää mm. kuvia, faktoja, piirroksia, ”selityksiä”, hautajaistarinan, hyviä muistoja, syntymäpäivä, pikku tarinoita vuosien varrelta.
- Annetaan vanhemmille lainaksi, mutta on luokan ”oma”.

Lähde: Vaasan kaupungin kriisitoimintamalli, 1992 & muutokset Arja Sigfrids 2010

Liite 12: Miten kertoa itsemurhasta ja masennuksesta lapselle

Ajatussairaus - esimerkki selitysmallista lapsen ymmärryksen lisäämiseksi aikuisen järkyttävien tekojen jälkeen

Tämän selitysmallin avulla voi kertoa (vanhemmat, opettajat, psykologit, auttajat) vaikeista asioista eri ikäisille lapsille. Vaikeita asioita ovat erityisesti ne, joissa aikuinen on tehnyt kauheita asioita, joita ei voi järkipärisesti ymmärtää. Joskus on kyse syvästä masennuksesta, ja lopulta itsemurhasta.

Joissakin tilanteissa on selvää, että itsemurhan tehneet eivät olleet psyykkisesti terveitä. Lapsille ei kerrota, että he olivat sairaita. Pienemmille lapsille kerrotaan, että heillä oli ajatussairaus.

Lyijykynällä voi piirtää paperille terveitä ajatuksia (terveitä, pitkiä, vihreitä, ylöspäin meneviä linjoja, joskus kukkia). Nämä terveet, kukoistavat ajatukset ovat pään sisällä, aivoissa. Aivot tarvitsevat valoa ja lämpöä, jotta ajatukset pysyisivät terveinä. Kun saa ajatussairauden nimeltä masennus niin tulee pimeää siellä missä ajatukset heräävät ja kasvavat. Sitten ajatukset alkavat kuihtua. Mutta siellä on osa ajatuksia, jotka eivät ole kokonaan kuihtuneet, ja ne ajattelevat: *”Minun täytyy saada apua, minun pitää puhua jonkun kanssa, joka voi auttaa minua ajatussairauden kanssa, minun täytyy saada lääkettä.”* Mutta jos ihminen ei silloin saa apua, niin tulee oikein pimeää ja kylmää ajatuksissa, ja lopulta kuihtuvat myös ne viimeiset ajatukset pyytää apua.

Vasta aivan lopuksi kuihtuvat ajatukset lapsista. Tätä kertoessa voi käyttää ruskeaa väriä havainnollistamaan kuinka ajatukset kaatuvat kumoon kuihtuvat. Samalla on hyvä kertoa, että kukaan jolla on ajatussairauksia, ei voi saada apua lapselta. Silloin täytyy saada apua lääkäriltä tai psykologilta, jotka ovat käyneet monta vuotta koulussa ja he ovat oppineet kaiken ajatussairauksista. Jos sillä, jolla on ajatussairaus, on lapsia, niin ajatukset lapsista kuihtuvat ihan viimeksi. Tällöin voin esim. piirtää kaksi vahvaa, voimakasta linjaa ruskeiden muiden vetojen sekaan. Näihin voi kirjoittaa lasten nimet. Sitten mustalla värillä voi piirtää pimeyttä ajatusten ympärille, mitkä ovat kaatuneet ja kuihtuneet. Mutta sitten ihan viimeisetkin ajatukset sairastuvat. Ne ajattelevat: *”En pysty enää huolehtimaan itsestäni, kuinka silloin voin enää olla äiti/isä lapsilleni?”* Sitten siellä sisällä tulee aivan pimeää.

Matka kuolemaan: Sitten on enää yksi ajatus jäljellä ja sekin on sairas. Se on musta ja sanoo: *”Minun täytyy mennä kuolemaan. Se on ainoa paikka minulle.”* Jotta voisi kuolla, niin täytyy lopettaa hengittämästä. Ja jotta voisi lopettaa hengittämästä niin täytyy laittaa köysi kaulan ympärille ja sitä kutsutaan hirttäytymiseksi. Tai, jotta voisi lopettaa hengittämisen, voi myös täyttää keuhkot vedellä. Sitä kutsutaan hukuttautumisiksi. Tai sitten täytyy poistaa kaikki veri. Sen voi tehdä katkaisemalla isoja verisuonia tai pistämällä veitsen sydämeen. Kuollakseen pitää pysäyttää sydän ja sen voi

tehdä voimakkailla lääkkeillä. Tai sitten täytyy poistaa kaikki ajatukset. Sen voi tehdä ampumalla päähän.

Tietenkään kaikkia ei luetella, vaan se mitä tarvitaan. Tämän selitysmallin voin kertoa vanhemmille, jotta he osaisivat kertoa siitä lapsilleen. On tärkeää, että myös tekotapa kerrotaan.

Selitysmallia ajatussairaudesta voi käyttää masennuksesta kerrottaessa, missä kaikki on pimeää ja kylmyys saa ajatukset sairastumaan. Psykoosissa ja yliannostuksessa ajatuksia ei voi enää ohjata. Kerrottaessa väkivaltaisista itsemurhista (ampuminen, sil- lalta/katolta hyppääminen) voidaan kertoa vihasta: ajatukset tulevat niin pettyneiksi ja vihaiseksi että ne haluavat kostaa, mutta ne kääntyvät ihmisen sisälle niin että ihminen tulee vihaiseksi itselleen ja haluaa tappaa itsensä.

Ovatko kaikki ajatukset sairaita? Osa lapsista tunnistaa heti ajatussairauden merkit. Osa voi sanoa: ” En huomannut mitään. Hän oli aivan tavallinen. Viimeisenä iltana hän halasi minua oikein pitkään. ”Silloin voi kertoa päiväajatuksista, niitä mitä meillä on kun peseydymme, puemme, syömme ja puhumme muiden kanssa, ne ovat ihan terveitä. Ne ajatukset, jotka olivat sairastuneet, olivat syvemmillä. Ajatukset itsestä. Vähän vanhemmille lapsille voi kertoa, että ajatukset voivat kuihtua niin että tulee masennus siksi, että aivot saavat liian ” vähän vitamiineja” joita sanotaan serotoniiniksi. Tämä vaatii suunnittelua ja oikeata ajankohtaa puhua asiasta, niin että lapsi ei ala mu- rehtimaan miksi kuollut ei sitten saanut sellaista lääkettä.

Lähde: Magne Raundalen & Jon-Håkon Schultz: Krispedagogik – hjälp till barn och unga i kris. Studentlitteratur 2007

Kirjassa on myös hyviä selitysmalleja/kirjeitä, mitä opettaja voi kertoa luokalleen hirveiden tapahtu- mien työstämisen pohjaksi tai miten vanhemmat voivat kertoa lapsilleen erilaisista tapahtumista. Esim. Äiti joutuu vankilaan, isä tappaa ex-vaimonsa, sotien käsittelyä eri luokkatasoilla jne. Arja Sigfridsin mukaan

Liite 13: Mikä auttaa koulusurmien jälkihoidossa Suosituksia kouluille, yhteisöille ja palveluntarjoajille

Ohjeisto on muokattu Carolyn Mearsin (2007) pohjalta Suomen oloihin ja kokemuksiin:

Jokelan jälkihoidon koordinaatioryhmässä

Nina Lyytinen (nina.lyytinen@helsinki.fi)

Eija Palosaari (eija.palosaari@kolumbus.fi)

Päivitetty 3.2.2009 / EP

- Ota huomioon, että mahdottomalta tuntuva voi tapahtua ja varaudu siihen.
- Huolehdi ohjeiden mukaisesta kriisivalmiussuunnitelmasta, muista päivittää ja toteuttaa säännölliset koulutukset ja harjoitukset.
- Suunnittele psykososiaalisen tuen palveluverkosto niin, että sillä tavoitetaan koko yhteisö.
 - Aktivoi valmiussuunnitelman mukainen koulun kriisiryhmä ja ota yhteys alueen kriisivalmiusryhmään ja/tai valta-kunnallisiin palveluihin.
 - Luo etukäteen yhteysverkosto vanhempiin ja perheenjäseniin ja päivitä sitä. Pidä yllä hyvää vuorovaikusta koulun ja kotien välillä. Tiedota ja keskustele riittävästi, mutta älä ylikäytä tiedottamista.
 - Luo etukäteen yhteysverkosto muihin palvelujärjestelmiin ja sidosryhmiin (poliisi, pelastuslaitos ja terveydenhuolto).
- Etsi aktiivisesti opiskelijat, jotka eivät tule kouluun työskentelyn alettua.
- Järjestä akuuttivaiheessa uhreille kokemuksen läpikäymiseen mahdollisuus ryhmissä, jotka kootaan kokemuksen samankaltaisuuden perusteella, ja joita johtavat kokeneet ammattilaisvetäjät.
- Järjestä pitkäkestoisesti matalan kynnyksen jälkihoitoa, jota tarjotaan koulutiloissa ja helposti kouluväen tavoitettavissa. Pidä huolta sekä opiskelijoista että koulun henkilökunnasta.
- Käsittele kouluväkivaltaa ongelmana, älä pahuuden tai ilkeyden ilmentymänä.
- Älä salli kouluampujan ihannointia.
- Älä luo koulu yhteisöön liian tiukkoja sääntöjä kouluampumisen johdosta, koska se saattaa turvallisuuden tunteen sijasta luoda lisää ahdistusta ja stressiä. Esim. metallinpaljastimien hyödystä ei ole merkittävää näyttöä kouluväkivalan ehkäisemisessä. Sen sijaan ne voivat luoda tunteen jatkuvasta vaaran läsnäolosta.
- Pyri huolehtimaan henkilökunnan hyvinvoinnista ja ehkäisemään henkilöstön vaihtuvuutta.
- Pienetkin taloudelliset tai työkuormitusta keventävät edut saattavat sisältää henkilöstölle tärkeän toipumista tukevan viestin. Hyväksy, että siitä saattaa seurata myös kateutta lähiympäristössä.
- Poista ampumisesta muistuttavat fyysiset tekijät koululta ja kouluympäristöstä.

Älä pelkäästään korjaa entiselleen, vaan uudista tiloja.

- Järjestä ensin koulun henkilöstölle, sitten oppilaille ja heidän vanhemmil-
leen mahdollisuus tutustua tiloihin ennen kuin opetus siirretään väliaikais-
tiloista takaisin uusittuun kouluun. Varmista, että mukana on asiantunti-
joita, jotka ovat valmiita käsittelemään asianosaisten kanssa esiin nouse-
via reaktioita.
- Pidä yllä hyvää vuorovaikutusta koulun ja kotien välillä. Tiedota ja kes-
kustele riittävästi, mutta älä ylikäytä tiedottamista.
- Järjestä psykoedukaatiota onnettomuuskoulun ja lähikoulujen kouluhenki-
löstölle reaktioiden ja toipumisprosessin ymmärtämiseksi.
- Auta myös vanhempia ymmärtämään normaaleja kriisireaktioita.
- Järjestä oppilaille riittävästi vaihtoehtoja, esimerkiksi pienryhmäopetusta,
koulunvaihto tai etäopiskelua, että oppiminen voisi jatkua.
- Seulo avuntarjoajat. Tarkista mahdollisuuksien mukaan heidän taustansa
ja koulutuksensa, erota asiantuntemus voimakkaiden yksittäisten ammatti-
kokemusten synnyttämästä asiantuntijuuden tunteesta. Etsi myös aktiivi-
sesti ammattiauttajia ja saata avuntarvitsijoita heidän yhteyteensä amma-
tillisesti arvioiden.
- Luo järjestelmä, jonka avulla palveluitten saajia autetaan selviytymään ha-
kemusten ja etuussäädösten kanssa (mm. vakuutusyhtiöt, kela, valtiokont-
tori).
- Vahvista oppilaiden ja kouluhenkilöstön tukiverkostoja.
- Järjestä kaikille opiskelijoille ja henkilökunnan jäsenille mahdollisuus
voinnin kartoittamiseen traumakyselyiden avulla.
- Käytä yksilöhoitojen lisäksi ammatillisesti johdettua vertaistukea ja toipu-
misinternaatteja tarpeeksi pitkään.

MIKÄ AUTTAA KOULUSURMIEN JÄLKIHOIDOSSA © Lyytinen, Palosaari, Suosituksia kou-
luille, yhteisöille ja palveluntarjoajille Palonen (2009) MIKÄ AUTTAA KOULUSURMIEN JÄLKI-
HOIDOSSA © Lyytinen, Palosaari, Suosituksia kouluille, yhteisöille ja palveluntarjoajille Palonen
(2009)

Liite 14: Yliopiston toimintaohje epäasiallisessa kohtelussa

1. Ota asia puheeksi – anna palautetta

Jos koet jonkun henkilön käyttäytyvän työpaikalla epäasiallisesti, ota asia puheeksi kyseisen henkilön kanssa. Puheeksi ottamisen tavoitteena on mahdollisimman varhaisessa vaiheessa estää työyhteisössä sellaisten häiriöiden syntyminen, jotka saattavat vaarantaa työn tuloksellisen tekemisen, työyhteisön jäsenten välisen yhteistyön tai työyhteisön jäsenten terveyden. Ensimmäinen askel on palautteen antaminen. Kerro, että asianomaisen käytös tuntuu sinusta epäasialliselta ja pyydä häntä muuttamaan käyttäytymistään.

Ota yhteys esimieheesi, mikäli koet, että antamasi palaute ja käydyt keskustelut eivät ole muuttaneet tilannetta toivomaasi suuntaan. Jos tunnet epävarmuutta asiassa, voit ottaa yhteyttä myös työsuojeluvaltuutettuun, luottamusmieheen tai työterveyshuoltoon. He kaikki ovat velvollisia auttamaan sinua luottamuksellisesti.

2. Esimiehen oikeus ja velvollisuus on ryhtyä selvittämäänsä asiaa

Esimiehen on ryhdyttävä selvittämään tilannetta, kun hän itse huomaa työyhteisössä epäasiallista käyttäytymistä tai hänelle kerrotaan siitä. Esimiehen tulee lopettaa epäasiallinen kohtelu ja poistaa ne häiriötekijät, jotka vaikeuttavat työn tekemistä ja työyhteisön jäsenten välistä yhteistyötä. Ongelmien käsittelyssä toimitaan viivyttämättä.

Tilanteen selvittämistä johtaa yleensä esimies. Asian käsittelyssä auttaa arvostava ja puolueeton suhtautuminen asian osapuoliin. Keskusteluissa voi olla mukana tukihenkilönä esim. työsuojeluvaltuutettu tai luottamusmies. Tarpeen mukaan keskusteluissa voivat olla mukana myös henkilöstöhallinnon edustaja, työsuojelupäällikkö ja/tai työterveyshuollon edustaja. Ulkopuolista asiantuntijaa käytetään tarvittaessa.

Keskusteluissa selvitetään asioiden kulku ja tapahtuneet tosiasiat. Mikäli asiaan liittyy useampia henkilöitä, keskustelut käydään ensimmäisessä vaiheessa kaikkien osapuolten kanssa erikseen ja sen jälkeen yhteisesti kaikkien läsnä ollessa. Johtopäätökset ja ratkaisut tehdään käytyjen keskustelujen jälkeen. Mikäli selvityksissä tulee esille, että jonkun henkilön käyttäytyminen on ollut epäasiallista, hänelle esitetään selkeästi missä asioissa ja miten hänen odotetaan muuttavan toimintaansa. Toiveet esitetään konkreettisesti ja ne täsmennetään niin, että voidaan varmistua kaikkien osapuolien ymmärtäneen asian samalla tavalla. Käsittelyyn otetaan vain asioita, jotka liittyvät työhön, sen tavoitteisiin ja työssä käyttäytymiseen. Lopuksi sovitaan prosessin seurantatapa ja aikataulu.

Asiasta laaditaan kirjallinen sopimus tai kirjataan sovitut toimenpiteet ja niiden seuranta muistioksi. Mikäli asia koskee useita henkilöitä, tiedotetaan asiasta tarpeen mukaan.

3. Työjohdolliset toimet

Tilanteessa, jossa epäluottamuksen kohteena oleva henkilö ei muutostoiveista huolimatta ole muuttanut käyttäytymistään, työnantajalla on mahdollisuus ryhtyä työjohdollisiin toimiin ei-toivotun käyttäytymisen lopettamiseksi. Jos henkilön käyttäytyminen vaarantaa muiden työyhteisön jäsenten työhyvinvoinnin ja sitä kautta myös työn tuloksellisuuden, esimiehellä on velvollisuus lopettaa kyseinen käyttäytyminen.

Mikäli työnantaja ryhtyy työjohdollisiin toimiin, niitä voivat olla mm.

- huomautus
- varoitus
- työyksikön vaihtaminen
- työtehtävien muuttaminen
- irtisanominen

Prosessissa on tärkeää, että epäluottamuksen alaiselle henkilölle annetaan selkeä tieto hänen käyttökseen liittyvistä muutostoiveista ja riittävästi aikaa näyttää käytännössä, että hän on halukas muuttamaan käyttäytymistään toivottuun suuntaan. Sovittujen asioiden toteutumisen seuranta on tehtävä suunnitellusti.

Työnantajan tehtävänä on huolehtia, että prosessi on dokumentoitu. Asiakirjoissa tulee näkyä päivämäärät, sovitut tavoitteet ja tavoitteiden toteutumisen seuranta.

Jokaisella on vastuu!

- Käyttäydy työtovereitasi ja alaisiasi kohtaan kohteliaasti ja ystävällisesti.
- Ota mahdolliset erimielisyydet reilusti puheeksi asianosaisten kesken.
- Jos huomaat jonkun käyttäytyvän epäasiallisesti, ota asia puheeksi.
- Mene epäasiallisesti kohdellun puheille ja kysy tarvitseeko hän tukeasi. Kannusta häntä viemään asia esimiehen tietoon. Tarvittaessa tarjoudu lähtemään tueksi asian viemiseksi esimiehen tietoon.