



## **Kriisitoimintasuunnitelma – Toiminta äkillisissä kriiseissä ja uhka- ja vaaratilanteissa**

### **Suunnitelman perustana ovat:**

Pelastuslaki (379/2011) 15§ ja valtioneuvoston asetus pelastustoimesta (407/2011) 1 ja 2§.

Lukion opetussuunnitelma 2019

4.3.2 Opiskeluhuollon suunnitelmat ja niiden laatiminen 2b) Toiminta äkillisissä kriiseissä ja uhka- ja vaaratilanteissa

Kriisitoimintasuunnitelma on hyväksytty lukion henkilöstökokouksessa §

Suomussalmen kunnan sivistyslautakunta on hyväksynyt kriisitoimintasuunnitelman §

## Sisällysluettelo

1. Johdanto .....	3
2. Kriisitilanteet.....	4
2.1. Kriisitilanteiden ehkäisy .....	4
2.2. Kriisitilanteisiin varautuminen .....	4
2.3. Toimintatavat äkillisissä kriiseissä ja uhka- ja vaaratilanteissa .....	4
2.3.1. Vakava sairastuminen.....	4
2.3.2. Kuoleman käsittely .....	4
2.3.2. Itsemurha .....	6
2.3.3. Epidemia.....	7
3. Kriisitilanteen toimintajärjestys (johtamisen periaatteet, yhteistyö sekä työn- ja vastuunjako erilaisissa kriisitilanteissa ja niihin varautumisessa).....	7
4. Tiedottaminen kriisitilanteessa .....	9
4.1. Sisäinen tiedottaminen .....	10
4.2. Ulkoinen tiedottaminen .....	10
4.3. Oppilaitoksen ja koulutuksen järjestäjän välinen viestintä .....	10
4.4. Viestinnän periaatteet .....	11
5. Psykososiaalisen tuen ja jälkihoidon järjestäminen .....	11
6. Suunnitelmaan perehdyttäminen ja siitä tiedottaminen henkilöstölle, opiskelijoille, huoltajille ja yhteistyötahoille .....	11
7. Toimintavalmiuksien harjoittelu .....	11
8. Suunnitelman arviointi ja päivittäminen .....	11
Liitteet (2 kpl) .....	12
Liite 1: Kriisityöryhmän kokoonpano Suomussalmen lukiossa lv. 2020-2021 .....	12
Liite 2: Kriisi käsitteenä .....	12

## 1. Johdanto

Kriisitoimintasuunnitelmaa tarvitaan, jotta tiedetään mitä pitää tehdä, kuka tekee mitään ja mistä saa lisäapua, kun kriisitilanne yllättää kouluyhteisön. Tällainen tilanne voi tulla eteen, jos esimerkiksi oppilaitoksemme opiskelija tai työntekijä kuolee äkillisesti tai joutuu vakavaan onnettomuuteen. Kriisitilanteessa mahdollisia yhteistyötahoja ovat opiskeluhoito, poliisi, palo- ja pelastustoimi, terveyskeskus, sairaala, sosiaalitoimi, mielenterveyspalvelut, seurakunta, kriisiryhmät, kriisipuhelimet ym.

Kriisitoimintasuunnitelma käsittää työnjaon, tiedotusvastuun, erilaisia toimintaohjeita kriisitilanteisiin sekä toimintavalmiuksien harjoittelun ja suunnitelman arvioinnin ohjeet.

Kriisityön tavoitteena on

- Kohdata todellisuus
- Lievittää kärsimystä
- Tukea aikuisten ja nuorten toipumista
- Auttaa kouluyhteisöä ja sen jäseniä säilyttämään toimintakykynsä
- Varmistaa koulutilanteen normalisoituminen
- Auttaa suuntautumaan uudelleen uudessa tilanteessa
- Vahvistaa yhteisön ja sen jäsenten kykyä selviytyä vaikeista tilanteista

Kriisityö on tärkeää, sillä oireet voivat tulla jälkikäteen tai akuutti kriisi voi herättää esiin aiemman, läpikäymättömän kriisin. Kriisistä muistuttavat asiat saattavat alkaa ahdistaa ja vaikeuttaa päivittäistä elämää. Läpikäyty kriisi voi antaa myös henkistä vahvuutta. Toivo, rohkeus, neuvokkuus ja halu saattaa elämä uuteen järjestykseen voivat muuttaa kriisin voiman lähteeksi.

Kriisistä puhutaan yleensä silloin, kun ihminen on joutunut elämäntilanteeseen, jossa hänen aikaisemmat kokemuksensa ja keinonsa eivät riitä ko. tilanteen ymmärtämiseen ja sen psyykkiseen hallitsemiseen. Kriisit voidaan jakaa kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin.

Kehityskriisit ovat ihmisen normaaliin elämään ja kasvuun liittyviä muutoksia, joista suurin osa ihmisistä selviytyy omin avuin, vaikka se joskus vaatiikin suuria ponnistuksia. Kehityskriisejä ovat: elämänvaihekriisit, kasvuvaikeuksien tuottamat kriisit, identiteettikriisit, itsetuntohäiriöt ja niiden synnyttämät kriisit.

Traumaattiset kriisit syntyvät epätavallisen voimakkaasta, äkillisestä ja odottamattomasta tapahtumasta. Traumaattisen kriisin voivat laukaista esimerkiksi vakava sairastuminen, kuolema, itsemurha tai itsemurhayritys, onnettomuus, päällekkäisyys, raiskaus, ryöstö, edellisten uhka tai näiden todistaminen sivullisena.

Traumaattiset kriisit voivat läpikäymättöminä johtaa pitkäaikaisiin psyykkisiin häiriöihin. Traumaattisten tapahtumien vaikutus ei ulotu ainoastaan tapahtuman kohteena olleeseen henkilöön vaan myös lähiomaisiin, ystäviin, tapahtuman silminnäkijöihin sekä pelastushenkilöstöön.

Kriisiä käsitteenä on tarkemmin kuvattuna Liitteessä 2.

## **2. Kriisitilanteet**

### **2.1. Kriisitilanteiden ehkäisy**

Yhteisöissä tapahtuu väistämättä erilaisia kriisejä, kaikkia järkyttäviä tapahtumia. Näiden varalta koulussa voidaan tehdä ennaltaehkäisevää työtä. Ennaltaehkäisevän työn tavoitteena on itseluottamuksen ja epävarmuuden sietokyvyn vahvistaminen sekä vuorovaikutus-, ongelmanratkaisu-, selviytymis- sekä tunnetaitojen opettaminen. Näitä kaikkia taitoja opetellaan lukion eri oppiaineissa sekä muun muassa kansainvälisessä toiminnassa. Henkilökuntaa kannustetaan varhaiseen puuttumiseen ja huolen esiin tuomiseen matalalla kynnyksellä.

Opiskeluhoito tarjoaa lukiolaisille niin yksilölle suunnatut kuraattorin, lääkärin, kouluterveydenhoitajan, miekkarin sekä psykologin palvelut kuin myös yhteisöllisen, ennaltaehkäisevän työn. Jälkimmäisestä esimerkkeinä ovat yhteistyössä muun henkilökunnan kanssa toteutetut erilaiset elämänhallintaan ja tunnetaitoihin liittyvät oppitunnit, ryhmäyttävä työ sekä teemapäivät.

### **2.2. Kriisitilanteisiin varautuminen**

Koulun toimintavalmiutta voidaan lisätä laatimalla kriisitoimintasuunnitelma, jossa on kuvattu toimintaa kriiseissä ja uhka- ja vaaratilanteissa. Tämän avulla koulussa voidaan kriisitilanteen tai katastrofin sattuessa ryhtyä tilanteen vaatimiin välittömiin toimiin sekä kohdata opiskelijoiden, henkilökunnan ja vanhempien reaktiot. Lukion kriisityöryhmällä on valmiudet kokoontua tarvittaessa nopeasti myös tilanteen niin vaatiessa etänä, ja sopia, miten tapahtuneeseen kriisiin reagoidaan.

### **2.3. Toimintatavat äkillisissä kriiseissä ja uhka- ja vaaratilanteissa**

#### **2.3.1. Vakava sairastuminen**

Äkillinen, vakava sairastuminen vaikuttaa sairastuneen lisäksi aina myös hänen lähipiiriinsä. Oma tai läheisen sairastuminen voi olla koko perhettä, ystäviä ja muita lähimmäisiä koskeva kriisi.

Koulun näkökulmasta opiskelijan lähiomaisen sairastuminen koskettaa enemmän yksilö tasolla. Opiskelija voi itse valita haluaako hän, että asiaa käsitellään kouluyhteisössä. Ryhmänohjaaja voi ohjata opiskelijan keskustelemaan opiskeluhoillon henkilöstön kanssa, jos kokee, että opiskelija tarvitsee keskusteluapua. Tärkeintä on turvata opiskelijan jaksaminen ja hyvinvointi.

#### **2.3.2. Kuoleman käsittely**

Kuolema koskettaa aina koko oppilaitosyhteisöä. Kuolemaan liittyvän tilanteen käsittely riippuu paljon siitä, kuka on kuollut ja miten hän kuoli. Esimerkiksi opiskelijan tai henkilökuntaan kuuluvan kuolema vaikuttaa suoraan koko oppilaitosyhteisöön, kun taas opiskelijan vanhemman kuolema koskettaa yksittäistä opiskelijaa tai ryhmää.

Jos kuolema koskettaa samanaikaisesti useita ihmisiä, ovat arkipäivän työssä ilmenevät seuraukset suuria. Oppilaitosyhteisön täytyy tuntea ja tietää myös ne jälkivaikutukset, joita esiintyy dramaattisen onnettomuuden todistajiksi joutuneilla. Näiden asioiden käsittelyyn ei koskaan tule rutiinia.

Kuoleman käsittely yhteisössä on tärkeää, koska se antaa tilaisuuden surra, purkaa ahdistusta ja syyllisyyttä sekä jakaa tunteita. Kuolemaan, varsinkin itsemurhaan saattaa liittyä virheellistä tietoa. Asian mahdollisimman avoin käsittely ehkäisee epämääräisten huhujen leviämisen.

Kuoleman kohdatessa oppilaitosyhteisön jäsenet tarvitsevat tietoa tapahtuneesta, rituaaleja, jotka antavat turvalliset puitteet kohdata kuoleman todellisuus, aikaa ja tilaa käsitellä ja ymmärtää tunteitaan (debriefing eli jälkipuinti) sekä mahdollisuuden vastaanottaa ja antaa tukea toisilleen (tukiverkostot).

### **Tueksi koululla järjestettävää muistotilaisuutta suunniteltaessa:**

- Järjestetäänkö yhteinen tilaisuus/muistohetki opiskelijoille? Kuka laatii muistosanat? Tuodaanko esiin uskonnon näkökulmaa? Onko srk:n edustaja paikalla? Laitetaanko surupöytä johonkin tilaan? Tarvitaanko kynttilät/musiikki/valokuva/liputus? Suunnittelussa pyritään kunnioittamaan vainajan tahtoa. (Mitä hän tahtoisi? Miten hyvin vainaja tunnettiin?).
- Tilanteesta riippuen järjestetään opiskelijoille ja huoltajille yhteinen tilaisuus.
- Hautajaisiin osallistumisesta sopiminen omaisten kanssa, haudalla käynti.

Kriisityöryhmä harkitsee, tarvitaanko tilanteessa psykologista jälkipuintia opettajille ja muulle henkilöstölle sekä opiskelijoille. Jos jälkipuinti päädytään järjestämään, tulee se tehdä parin, kolmen päivän kuluessa tapahtuneesta pienryhmissä. Ryhmän kanssa ryhmänohjaaja on hyvä asioiden käsittelijä, sillä hän tuntee parhaiten luokan ”kulttuurin” sekä jokaisen opiskelijan persoonallisuuden. Ryhmänohjaajalle valitaan tarvittaessa työpari opiskeluhuollosta. Henkilöstöryhmän kanssa asiaa voi käsitellä esimerkiksi lähin esimies, työterveyshuollon toimijat tai kunnan kriisiryhmä.

### **Kuoleman käsittely opiskelijaryhmän kanssa**

Kun kuolemantapauksesta keskustellaan opiskelijaryhmän kanssa, voidaan noudattaa esim. seuraavaa mallia:

- Orientoinnin aikana ryhmänohjaaja ja työpariksi valittu opiskeluhuollon edustaja johdattelee opiskelijat lähituntien aiheeseen. Opiskelijoille kerrotaan läheisen tai tutun henkilön kuoleman aiheuttamista yleisistä reaktioista ja ihmisten käyttäytymisestä. Aiheen käsittely on tärkeää ja siihen on varattava aikaa, koska se auttaa ymmärtämään tapahtunutta. Saadessaan puhua tapahtuneesta opiskelijat ymmärtävät paremmin, miten toiset kokevat tilanteen ja miten väärinkäsitykset voidaan selvittää. Opiskelijoiden annetaan valita asian lähestymistapa; keskustelu yhteisesti, pienryhmissä, kirjoittamalla tms.
- Keskustelussa voidaan noudattaa seuraavia sääntöjä:
  - Keskustelut ovat luottamuksellisia.
  - Opiskelutovereiden ajatuksista, tunteista tai kokemuksista ei saa kertoa ulkopuolisille.
  - Ketään ei saa jälkeensä moittia tai kiusata hänen sanojensa tai reaktioidensa takia.
  - Jokainen voi halutessaan kertoa miten, keneltä ja missä hän sai kuulla tapahtuneesta sekä millaisia ajatuksia tapahtunut hänessä herätti. Tähän ei kuitenkaan velvoiteta.
  - Keskustelussa korjataan väärät huhut ja mielikuvat.
  - Jos tapauksesta kerrotaan tiedotusvälineissä, on hyvä käydä läpi näitäkin tietoja. Usein esim. lehtien tiedot poikkeavat paljonkin tapahtuneesta.
- Yhteenveto ja jatkotoimenpiteet: Tässä vaiheessa tehdään yhteenveto esiin tulleista asioista. Samalla voidaan todeta, kuinka tietoon on reagoitu sekä korostaa reaktioiden normaaliutta. Tilaisuudessa on hyvä kertoa myös kriisin eri vaiheet ja niihin liittyvä käyttäytyminen. Esimerkiksi kuolemantapaus voi vaikuttaa muistiin ja keskittymiskykyyn vielä viikkojen tai kuukausien jälkeen.
- Ryhmän kannattaa sopia kuinka jatkossa menetellään (muistetaanko omaisia, osallistutaanko hautajaisiin jne.).

- Lopuksi tehdään selväksi, että asiaan voidaan palata tarvittaessa uudelleen. Asiaa kannattaa käydä läpi esim. keskustellen tapahtuneesta vanhempien, ystävien tai opettajien kanssa. Surua voidaan käsitellä myös eri tavoin monien oppiaineiden tunneille (mm. ainekirjoitukset).
- Tukiverkostot: Huolehditaan, että tukea ja apua kaikille sitä tarvitseville on tarjolla: ystävät, opiskelijatovereiden rohkaiseminen ja ohjaaminen surevan lohduttamiseen, tarvittaessa työterveyshuollon (aikuiset) ja opiskeluhuollon palvelujen käyttö (opiskelijat), omaisten ohjaaminen tarvittaessa tuen kuten kunnan kriisiryhmän palveluiden piiriin kuitenkin surevan yksityisyyttä kunnioittaen.

### **Opiskelijan lähiomaisen kuolema**

Lähiomaisen menettäneelle opiskelijalle keskittyminen arkiseen aherrukseen voi olla pitkän aikaa vaikeaa. On tärkeää, että opiskelijan yksilölliset surureaktiot hyväksytään. Surun konkretisoituminen ja käsitteleminen eri tavoin turvallisessa luokkayhteisössä ohjaa opiskelijatovereita läheisyyden ja myötätunnon ilmaisemiseen säälin sijaan.

Ryhmänohjaaja, kuraattori tai terveydenhoitaja pyytää luvan opiskelijalta/omaisilta kertoa asiasta muulle ryhmälle ja/tai opiskelijaa opettaville opettajille. Huomioidaan opiskelijan suru esimerkiksi muutamalla sanalla, laululla tai hiljaisella hetkellä. Myös ainekirjoituksessa voidaan käsitellä surua, jos se tuntuu tilanteeseen sopivalta.

Yhteistyössä koulun ulkopuolisten kriisityöntekijöiden kanssa huolehditaan, että opiskelija ja lähiomaiset saavat tukea. Jos opiskelijan opiskelutoverit reagoivat voimakkaasti, voi olla hyvä koota heistä ja kyseisestä opiskelijasta ryhmä, jossa asiaa käsitellään, mikäli tämä asianosaisille sopii.

Jos opiskelija jää pois koulusta, eikä kotoa ole otettu yhteyttä kouluun, ryhmänohjaaja soittaa kotiin kuten tavallisestikin ollessaan huolissaan opiskelijasta. On tärkeää, ettei opiskelija jää pois sosiaalisista kontakteista ja arkirutiineista. Jos oppilaan käytöksessä tai ulkonäössä tapahtuu muutos tai opettajat ovat muuten huolissaan hänestä, on hyvä ottaa yhteyttä opiskelijahuollon työntekijään.

Jos lähiomaisen kuolema tapahtuu lähellä ylioppilaskirjoituksia, opiskelija tai ryhmänohjaaja voi olla yhteydessä rehtoriin. Tarvittaessa opiskelija voi täyttää rehtorin kanssa lomakkeen erittäin vaikean elämäntilanteen huomioon ottamisesta ylioppilastutkinnossa.

### **2.3.2. Itsemurha**

Itsemurhan käsittely kouluyhteisössä vaatii erityistä huolellisuutta. Itsemurha saattaa toimia mallina muille. Tieto itsemurhasta leviää nopeasti, siksi toimintasuunnitelma on syytä tehdä ripeästi ja mahdollisesti yhteistyössä koulun ulkopuolisten kriisityöntekijöiden kanssa. Itsemurhasta on tärkeä keskustella niin, että annetaan asiallista tietoa syistä, itsemurhaa ennakoivista merkeistä ja ennen kaikkea mistä ja miten saa apua vaikeuksiin.

### **Toiminta**

Toimitaan kuten muutenkin opiskelijan ja henkilökunnan jäsenen kuollessa. On tärkeää estää itsemurhan ja kuoleman ihannointi ratkaisuna vaikeuksiin.

Nuoren itsemurha: Jälkipuinti on erittäin tärkeää luokkatovereille sekä muille läheisille kavereille. Ryhmä on koottava myös kyseistä opiskelijaa opettaneista opettajista.

Aikuisen itsemurha: Jälkipuinti on erittäin tärkeää työtovereiden muodostamassa ryhmässä/ryhmissä sekä kyseiselle aikuiselle läheisten opiskelijoiden muodostamissa ryhmissä.

Aina on myös pohdittava, ketkä muut ovat syystä tai toisesta tuen tarpeessa.

### **2.3.3. Epidemia**

Epidemiatilanteissa koulun toimintaa ohjaa Kainuun soten pandemiapäällikkö (tartuntatautilaki), Aluehallintovirastolta tulleet toimintaohjeet sekä kunnan johtoryhmä. Näissä tilanteissa koululla on aktiivinen rooli tiedottamisessa opiskelijoiden ja huoltajien suuntaan. Kunnassa laaditaan tilanteen mukaan toimintasuunnitelmat pandemian eri vaiheille. Niissä määritellään, miten tilanteen kehittyminen vaikuttaa kouluarkeen.

Myös epidemiatilanteissa pyritään tarjoamaan mahdollisuus keskustella mieltä askarruttavista asioista koulun aikuisten kuten kuraattorin, miekkarin, terveydenhoitajan, nuorisopsykologin, ryhmänohjaajan tai opinto-ohjaajan kanssa. Keskustelumahdollisuus toteutetaan tarvittaessa puhelimitse tai etäyhteyksin Teamsin välityksellä. Esimerkkinä on arkeemme vaikuttanut koronaepidemia.

### **3. Kriisitilanteen toimintajärjestys (johtamisen periaatteet, yhteistyö sekä työn- ja vastuunjako erilaisissa kriisitilanteissa ja niihin varautumisessa)**

Kokonaisvastuu kriisityössä kuuluu rehtorille, joka vastaa koko kouluyhteisöstä. Rehtorin poissa ollessa vastuussa on vararehtori. Molempien poissa ollessa vastuu siirtyy virkaiältään vanhimmalle.

Toimintavalmiuksien harjoitteluissa käydään läpi tehtäviin ja tilanteisiin liittyvät vastuut. Kriisitilanteessa toimintavastuu on aluksi aina läsnä olevalla aikuisella. Ryhmäohjaajien / opettajien tehtäviin kuuluu huolehtia omista ryhmistään. Muu henkilökunta vastaa toiminnasta sovitulla tavalla ja koulun kriisiryhmän jäsenten tehtävistä sovitaan kriisisuunnitelmassa.

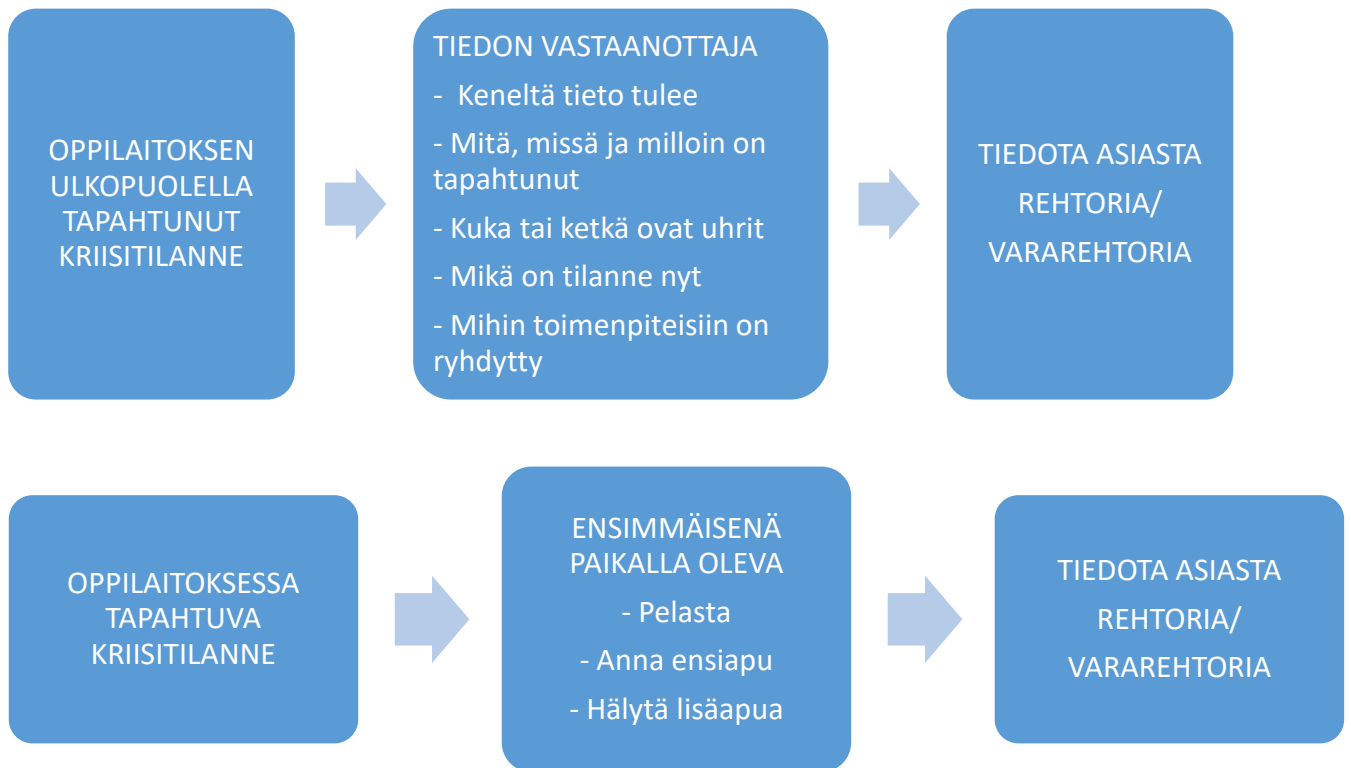
Opettajat tuntevat opiskelijat ja ryhmien ilmapiirin. Opettajat ovat kasvatuksen ammattilaisia ja tietävät, kuinka opiskelijoiden kanssa keskustellaan ja millaisia ilmaisumuotoja voi käyttää esimerkiksi kuolemantapauksesta ja katastrofeista puhuttaessa.

Lukiossamme on mahdollisuus tarjota tukea nuorille monipuolisesti. Lukiollamme toimii kuraattori, ja perusopetuksen tiloissa on saatavilla terveydenhoitajan sekä miekkarin eli koulun psykiatrisen sairaanhoitajan palvelut. Myös nuorisopsykologi on käytettävissä kahdesti kuukaudessa. Kuraattorille, miekkarille, psykologille ja terveydenhoitajalle opiskelijan voi ohjata kuka tahansa koulun henkilökunnasta tai opiskelijan lähipiiristä, jos opiskelija ei hakeudu itse avun piiriin. Lääkäripalveluihin ohjaus tapahtuu terveydenhoitajan kautta. Edellä mainitut asiantuntijat pystyvät ohjaamaan avuntarvitsijaa tarvittaessa saamaan myös muita SOTE-palveluita.

Kriisitilanteissa yhteistyö huoltajien kanssa on tärkeätä ja huoltajien muodostamat verkostot voivat olla suureksi avuksi.

Tieto ja kokemus kriisitilanteiden kohtaamisesta sekä valmentautuminen tilanteisiin etukäteen ovat avuksi. Kriisityö vie voimavaroja ja myös auttajille on aina turvattu mahdollisuus asioiden käsittelyyn.

Toiminta kriisitilanteissa:





#### REHTORI/VARAREHTORI

- > Varmistaa tiedon oikeellisuuden
- > Ottaa yhteyden omaisiin
- > Kutsuu kriisityöryhmän koolle
- > Vastaa tiedottamisesta yhteistyössä omaisten ja kriisityöryhmän kanssa
- > Huolehtii suruliputuksen organisoinnista

#### KRIISITYÖRYHMÄ

- > Valmius kokoontua nopeasti
- > Suunnittelee, kuinka asia käsitellään yhteisössä
- > Päättää, miten ja kenelle tiedotetaan asiasta
- > Päättää ulkopuolisista tukitoimista
- > Suunnittelee ja toteuttaa jatkokäsittelyn
- > Huolehtii muut toimet (muistotilaisuus, oikeudelliset vastuut, toiminta tiedostusvälineiden kanssa jne.)

#### 4. Tiedottaminen kriisitilanteessa

Jos olet saanut tiedon yhteisöä koskettavasta kriisitilanteesta (esimerkiksi äkillinen kuolemantapaus tai onnettomuus), tiedota asiasta välittömästi rehtoria/vararehtoria/ryhmänohjaajaa. On tärkeää, että aikuiset saavat tapahtuneesta oikean tiedon ensin, jotta kriisityöryhmä voi käsitellä asian ja osaa valmistella ja ohjeistaa henkilökunnan kohtaamaan opiskelijoiden reaktiot sekä käsittelemään asiaa lisää opiskelijoiden kanssa yksilöllisesti tai ryhmässä.

Kriisityöryhmä ohjeistaa henkilökunnan siitä, mitä opiskelijoille kerrotaan: mistä on lupa puhua, mitä tiedämme, mitä emme tiedä. Esimerkiksi itsemurhatapauksissa todetaan itsemurha, mutta ei mainita tekotapaa.

Rehtori/vararehtori ottaa oppilaitoksessa vastuun toiminnasta kriisitilanteessa. Hän varmistaa saamansa tiedon oikeellisuuden esimerkiksi omaisilta. Samalla hän ilmaisee osanottonsa. Luottamuksellisuuden säilyttämiseksi hän kertoo oppilaitoksen menettelytavoista ko. tilanteissa. Hän kysyy omaisten mielipidettä siitä miten asiaa halutaan käsiteltävän oppilaitoksessa ja huomioi tämän asian hoitamisessa.

Rehtori/vararehtori kutsuu koolle oppilaitoksen kriisityöryhmän, jonka kanssa sovitaan tehtävien jaosta ja toiminnasta sekä tiedottamisesta.

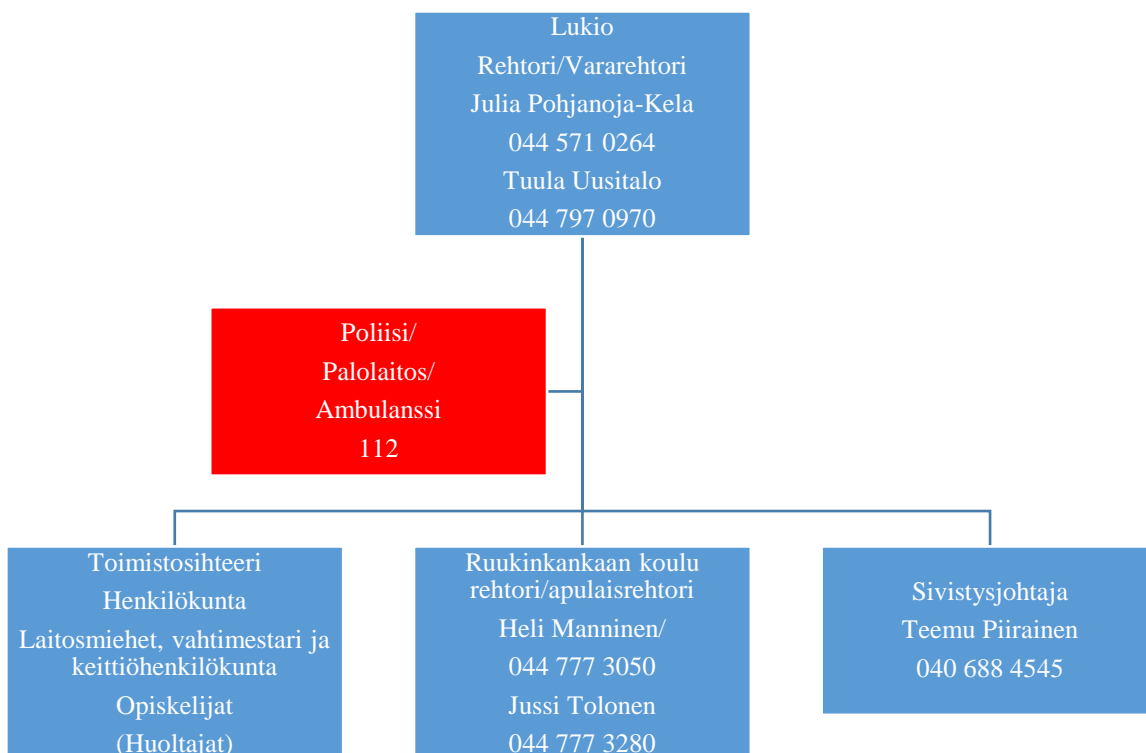
#### 4.1. Sisäinen tiedottaminen

Kriisiyöryhmä suunnittelee rehtorin/vararehtorin kanssa häneltä saamiensa ohjeiden perusteella tapahtuneen jatkokäsittelyä oppilaitoksessa. Ryhmässä sovitaan kuinka ja miten asiasta kerrotaan henkilökunnalle ja opiskelijoille sekä huoltajille. Oleellista on oikean tiedon antaminen huhujen ja mielikuvien sijaan.

Sisäisessä tiedottamisessa otetaan huomioon tilanne ja vaikuttavuus (koskettaako vain lukiota vai koko Ruukinkankaan koulualueetta). Sisäinen tiedottaminen voi tapahtua sähköpostin, Wilman, Teamsin tai puhelimen (puhelu tai tekstiviesti) välityksellä tilanteesta riippuen.

Loma-aikana tiedottaminen tapahtuu tarvittaessa puhelimitse henkilökunnan henkilökohtaisiin numeroihin.

Tiedotusketju kriisiyöryhmän kokoontumisen jälkeen (*ei koske kaikkia kriisitilanteita*):



#### 4.2. Ulkoinen tiedottaminen

Tiedotuksesta oppilaitoksen ulkopuolelle vastaa rehtori. Ulkoisen tiedotuksen muoto sovitaan yhteistyössä kriisiyöryhmän jäsenten kanssa. Tiedon muoto päätetään tapauskohtaisesti ja harkiten, ettei tiedotus muodosta väärinkäsityksiä asian todellisuudesta. Epidemiatilanteissa tiedotusvastuu on kunnanjohtajalla ja kunnanjohtoryhmällä.

#### 4.3. Oppilaitoksen ja koulutuksen järjestäjän välinen viestintä

Sivistyslautakunta päättää hallintosäännön mukaisesti lukiokoulutusta koskevista päätöksistä. Sivistysjohtaja vastaa päätösten toimeenpanosta ja asioiden tiedottamisesta lukion suuntaan. Kunnanjohtoryhmä johtaa viestintää ja toimintaa poikkeustilanteissa. Sivistysjohtaja on kunnanjohtoryhmän jäsen ja toimii yhteyshenkilönä lukion suuntaan.

#### **4.4. Viestinnän periaatteet**

Viestinnän peruseriaatteita ovat totuudenmukaisuus (jaettava tieto on tarkistettu) ja kattavuus (tieto saavuttaa kaikki asianosaiset kohtuullisessa ajassa). Viestinnässä kunnioitetaan jokaisen yksityisyyttä sekä noudatetaan salassapitovelvollisuuden ja tasa-arvon periaatteita. Viestinnällä pyritään tukemaan ja selkiyttämään olemassa olevia ohjeistuksia eri tilanteissa.

Avoimen ja aktiivisen viestinnän tarkoituksena on luoda turvallisuuden tunnetta sekä madaltaa avuntarvitsijoiden kynnystä hakea apua, kuten myös muistuttaa opiskelijoita ja heidän huoltajiaan asioiden esiintuomisesta. Näin pystymme paremmin tukemaan nuoria heidän polullaan aikuisuuteen myös kriisitilanteissa.

Viestintä on myös perusta yhteistyön onnistumiselle eri tahojen kuten poliisin, pelastuslaitoksen, terveyshuollon jne. kanssa.

#### **5. Psykososiaalisen tuen ja jälkihoidon järjestäminen**

Tapahtuneesta kriisistä on tärkeä keskustella opiskelijoiden kanssa, kuunnella opiskelijoiden ajatuksia ja tuntemuksia sekä antaa asiallista tietoa. Opiskelijoille kerrotaan mahdollisuuksista käsitellä asiaa lisää ja ohjataan tarvittaessa ensisijaisesti kuraattorin, kouluterveydenhoitajan, koulun psykiatrisen sairaanhoitajan eli miekkarin tai nuorisopsykologin vastaanotolle tilanteesta riippuen. On tärkeää seurata tilannetta koulussa riittävän pitkään ja huolehtia siitä, että tukea on tarjottu kaikille sitä tarvitseville.

#### **6. Suunnitelmaan perehdyttäminen ja siitä tiedottaminen henkilöstölle, opiskelijoille, huoltajille ja yhteistyötahoille**

Kriisitoimintasuunnitelma on osana jokaisen henkilökunnan jäsenen perehdyttämissuunnitelmaa. Kriisitoimintasuunnitelma on nähtävillä kirjallisesti opettajanhuoneessa lukion opetussuunnitelman yhteydessä sekä lukion henkilöstön Teams-ryhmässä.

Opiskelijoille, huoltajille ja yhteistyötahoille suunnitelma on näkyvissä lukion nettisivuilla osana opetussuunnitelmaa.

#### **7. Toimintavalmiuksien harjoittelu**

Toimintavalmiutta harjoitellaan vuosittain pelastus- tai poistumisharjoitusten yhteydessä. Henkilökunnan ensiaputaitoja ylläpidetään erilaisin koulutuksin. Henkilökuntaa kannustetaan osallistumaan koulun ulkopuolisiin, kuten esimerkiksi Kianta-opiston järjestämiin koulutuksiin myös oma-aloitteisesti.

#### **8. Suunnitelman arviointi ja päivittäminen**

Kriisityöryhmä arvioi vuosittain suunnitelman toimivuutta ja tekee tarvittavat päivitysesitykset. Arviointi tapahtuu kriisityöryhmän lukuvuoden ensimmäisessä kokoontumisessa, jossa kriisityöryhmä koollekutsutaan. Päivityksen tekee joku kriisityöryhmänjäsenistä, joka päätetään tapauskohtaisesti kokouksessa. Päivitetty suunnitelma hyväksytetään ennen sivistyslautakuntaan viemistä henkilöstöllä ja opiskelijakunnalla.

Kriisisuunnitelman Liite 1: Kriisityöryhmän kokoonpano päivitetään vuosittain.

## **Liitteet (2 kpl)**

### **Liite 1: Kriisityöryhmän kokoonpano Suomussalmen lukiossa lv. 2022-2023**

Kriisityöryhmä nimetään lukuvuoden alussa ja siihen kuuluu seuraavia henkilöitä:

rehtori Julia Pohjanoja-Kela (044 571 0264) / vararehtori Tuula Uusitalo (044 797 0970)

terveydenhoitaja Anne Karhapää (044 777 3030)

kuraattori Sanna Juttula / Heljä Kinnunen (044 797 0982)

opettajakunnan edustaja Kimmo Huttu (044 777 3273)

opiskelijakunnan edustaja Reetta Spets (045 228 8244)

Lisäksi tarvittaessa mukaan pyydetään ryhmänohjaajia tai muita opettajia. Kriisin yhteydessä koolle kutsuttavan ryhmän kokoonpano voi vaihdella tapauskohtaisesti.

### **Liite 2: Kriisi käsitteenä**

Kriisistä puhutaan yleensä silloin, kun ihminen on joutunut elämäntilanteeseen, jossa hänen aikaisemmat kokemuksensa ja keinonsa eivät riitä ko. tilanteen ymmärtämiseen ja sen psyykkiseen hallitsemiseen. Kriisit voidaan jakaa kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin.

#### **1.1. Kehityskriisit**

Kehityskriisit ovat ihmisen normaaliin elämään ja kasvuun liittyviä muutoksia, joista suurin osa ihmisistä selviytyy omin avuin, vaikka se joskus vaatiikin suuria ponnistuksia. Kehityskriisejä ovat: elämänvaihekriisit, kasvuvaikeuksien tuottamat kriisit, identiteettikriisit, itsetuntohäiriöt ja niiden synnyttämät kriisit.

#### **1.2. Traumaattiset kriisit**

Traumaattiset kriisit syntyvät epätavallisen voimakkaasta, äkillisestä ja odottamattomasta tapahtumasta. Traumaattisen kriisin voivat laukaista esim. kuolema, itsemurha tai itsemurhayritys, onnettomuus, päällekkäisyys, raiskaus, ryöstö, edellisten uhka tai niiden todistaminen sivullisena.

Traumaattiset kriisit voivat läpikäymättöminä johtaa pitkäaikaisiin psyykkisiin häiriöihin. Traumaattisten tapahtumien vaikutus ei ulotu ainoastaan tapahtuman kohteena olleeseen henkilöön vaan myös lähiomaisiin, ystäviin, tapahtuman silminnäkijöihin sekä pelastushenkilöstöön.

#### **Traumaattisen kriisin vaiheet ovat:**

Sokkivaihe - *"Ei voi olla totta!"*

Reaktiovaihe - *"Mitä tapahtui?"*

Käsittelyvaihe - *"Miten tästä selviää?"*

Uudelleen suuntautumisen vaihe - *"Elämä voittaa!"*

#### **Sokkivaihe**

Sokkivaihe ilmenee välittömästi trauman jälkeen. Uhri on yllättynyt, sekaisin ja reagoi usein tavallisuudesta poikkeavalla tavalla. Tavallisesti hän näyttää ulospäin rauhalliselta, mutta kun puhuu

hänen kanssaan ja näkee hänen reaktionsa, huomaa jotain olevan vialla. Se on tarkoituksenmukainen selviytymisreaktio ja se suojaa uhria sellaiselta tiedolta, jota hän ei pysty ottamaan vastaan ja kestämään.

Sokkivaiheen tunnusmerkit:

- Heikentynyt kyky ajatella ja toimia järkevästi: Sokissa oleva toimii usein epäasianmukaisesti tai epäkäytännöllisesti ja voi unohtaa yleiset ensiapuohjeet ja -toimet.
- Puutteellinen tilannehahmotus: Sokissa oleva ei ymmärrä mitä on tapahtunut, hän voi tehdä täysin epäjohdonmukaisia ja jopa vaarallisia asioita.
- Puutteellinen ajan- ja todellisuudentaju: Sokissa oleva kertoo kokeneensa onnettomuuden ikään kuin olisi itse ollut tapahtumien ulkopuolella ja nähnyt kaiken kuin hidastettuna. Hän ei myöskään huomaa kipua. Sokkivaihe ei välttämättä ole dramaattinen, kenties vain kömpelöt ja epäkäytännölliset teot voivat paljastaa sokin olemassaolon. Joskus reaktiot voivat olla rajujakin.
- Yliaktiivisuus: Sokissa oleva voi ryntäillä ympäriinsä ja haluta tehdä jotakin. Hän voi häiritä ensiapua ja olla suureksi vaivaksi.
- Liikkumisvaikeudet: Silloin tällöin voi sattua, että sokissa olevan on vaikea liikkua, vaikka siihen ei ole fyysistä syytä. Tämä voi olla hengenvaarallista, jos henkilö ei pääse turvaan onnettomuuspaikalta.
- Ruumiilliset reaktiot: Sokissa oleva saattaa oksentaa tai saada ripulin ja vilunväristyksiä. Hän voi myös hengittää erittäin nopeasti, mikä taas voi aiheuttaa huimausta ja krampeja käsissä ja jaloissa. Joskus sokissa oleva voi kokea täydellisen psyykkisen romahduksen, joka ilmenee paniikkina tai apatiana.
- Paniikki: Paniikki syntyy, kun voimakkaat ärsykkeet lamaannuttavat kaikki järkevät toiminnot. Joillakin saattaa ilmetä primitiivisiä reaktioita, joku voi olla täysin pois tolaltaan, huutaa pelosta, jopa juosta suoraan vaaralliselle alueelle. Paniikki on yleensä harvinaista.
- Apatia: Apatia merkitsee psyykkistä lamaantumista. Energia ja toimintakyky ovat kadonneet. Apaattinen henkilö ei sano mitään, vaan istuu hiljaa paikallaan ja tuijottaa eteensä. Hänet täytyy viedä turvaan, sillä hän ei kykene reagoimaan mahdollisiin uusiin vaaratilanteisiin.

Ensiapu sokkivaiheessa:

- Hengenpelastava ensiapu: Ensimmäinen ja tärkein ensiapu on pelastaa henki. Hengenpelastavaa ensiapua tarvitsevat välittömässä hengenvaarassa olevat. Ensiapu on välttämätöntä, jottei kukaan menehdy. Tehokas huolenpito loukkaantuneista rauhoittaa kaikkia paikallaolijoita.
- Tavanomainen huolenpito: Seuraavaksi tulee huolehtia sokkiin joutuneista. Heidän kykynsä toimia järkevästi on rajoittunut.
- Läheisyys ja kosketus: Läheisyys ja koskettaminen, kädestä kiinni pitäminen tai käden kietominen hartioille rauhoittaa ja luo turvallisuutta.
- Anna uhrin puhua: Uhrilla ei välttämättä ole selkeitä mielikuvia tapahtuneesta, siksi hän kysyy. Kysymyksiin tulee vastata totuudenmukaisesti. Liian väkivaltaisia yksityiskohtia tulee kuitenkin välttää.
- Apu sokkivaiheen erityisreaktioihin: Hanki yliaktiiviselle tekemistä, vie liikuntakyvytön, paniikissa oleva tai apaattinen turvaan!

**Reaktiovaihe**

Reaktiovaiheessa uhri alkaa ymmärtää, mitä todella on tapahtunut ja mikä sen merkitys on itselle ja elämälle. Tyypillistä tässä vaiheessa ovat voimakkaat tunnereaktiot kuten itkeminen, ahdistus, pelko, itesesyytökset ja syyllisyyden tunnot sekä helpotuksen tunne siitä, että on itse elossa. Somaattisia reaktioita voivat olla vapina, pahoinvointi, sydämentykytys, väsymys ja unettomuus.

#### Auttaminen reaktiovaiheessa

- Luottamus: Tunteiden purkuvaiheessa psyykinen ensiapu on kuuntelua. Ensiavun onnistumiseksi on tärkeää, että uhri voi avautua ja kertoa kokemuksistaan ja tuntemuksistaan. Hänen on voitava luottaa auttajaansa. On hyvä, jos auttaja on läheinen perheenjäsen, hyvä ystävä tai muuten läheinen henkilö ja että hän osaa kuunnella mitä autettava sanoo, uskoo tämän kuvauksen kokemuksistaan eikä vähättele sanomalla, että se on nyt ohi.
- Keskustelu: Olennaista psyykkisessä ensiavussa on keskustelu. Siinä onnettomuuden uhria ohjataan kuvaamaan tapahtumien kulkua aikajärjestyksessä. Tällä tavoin myös hänen ajatuksiinsa syntyy järjestys. Muutoin tapahtumien kulku jää hänen mieleensä epämiellyttävinä, sekavina välähdyksinä. Alettuaan puhua tapahtumista hän voi toistaa kertomuksensa useita kertoja. Hänen tulee antaa tehdä niin. Kun tapahtumasarja on ajallisesti järjestyksessä, se on helpompi saada pois ajatuksista.
- Itku auttaa: Aggressio ja muut tunteenpurkaukset ovat luonnollisia ja tärkeitä. Keskustelulla yritetään saada henkilö selvittämään tunteitaan ja ymmärtämään, että ne ovat luonnollisia, hyväksyttäviä ja tärkeitä. Jos puhuminen aiheuttaa uhrissa voimakkaita reaktioita, hänen tulee antaa vapaasti ilmaista tunteensa. Aggressiivinen purkaus voi säikäyttää, mutta siihen pitää reagoida rauhallisesti, se menee ohi ja auttaa ahdistuksessa.

#### Käsittelyvaihe

Käsittelyvaiheessa traumaa ja siihen liittyviä tunteita kuten pelkoa käydään läpi. Entisestä luovutaan, surulle tulee tilaa. Uutta aletaan ennakoida ja siihen sopeutua. Käsittelyvaihe vaatii yhä aktiivista työskentelyä. Uhrilla voi ilmetä muisti- ja keskittymisvaikeuksia ja levottomuutta. Tilanne koetaan uudelleen ja muistot tulevat mieleen. Ihmissuhteet voivat joutua koetukselle, voi ilmetä ärtyisyyttä ja vetäytymistä.

- Tunnuksmerkit: Kun traumaattisen kriisin läpikäynyt on jonkin aikaa saanut purkaa tunteitaan, hän pystyy vähitellen ajattelemaan elämänsä eteenpäin. Rajut tunteet ahdistavat vähemmän ja hän voi käydä läpi traumaattisen kokemuksena niin, ettei se enää hallitse elämää. Henkilö alkaa kiinnostua arkipäivän asioista ja työssä selviytyminen paranee. Käsittelyvaihe voi kestää puolisen vuotta. Trauma vaikuttaa kuitenkin edelleen psyykkisesti ja vaatii yhä aktiivista työskentelyä. Läheisten on hyvä olla selvillä tästä, jotta he voivat auttaa eivätkä ainakaan vaikeuta trauman aktiivista työstämistä.
- Tuki käsittelyvaiheessa: Käsittelyvaihetta läpikäyville henkilöille annettava apu on tukea. Se on jatkoa auttamiselle, joka aloitettiin uhrin ollessa reaktiovaiheessa. Käytännössä siirtymistä reaktiovaiheesta käsittelyvaiheeseen ei juuri huomaa. Kuitenkin yhteistyö alkaa tuottaa tuloksia, niin että uhri voi vähitellen alkaa käsitellä reaktiovaiheen rajuja tunteita.
- Kuuntele aktiivisesti: Tärkeintä on edelleen keskustelu, jossa kuunnellaan aktiivisesti onnettomuudessa olleen kertomusta tapahtuneesta. Asennoitumisen tulee olla positiivinen ja tukeva. Aktiivinen kuuntelu tarkoittaa, että kuunnellaan, mitä uhri kertoo, jotta kuultaisiin mitä hän sanoo! Kysymysten avulla saadaan henkilö syventämään ja selventämään

kertomustaan. On tärkeää hyväksyä, mitä hän sanoo ja uskoa hänen kokemuksiinsa niin kuin hän kuvaa ne.

- Anna tunteille sanat: Käsittelyvaihe merkitsee nimien antamista tunteille. Onnettomuuden uhri pitäisi saada kuvailemaan tunteitaan niin tarkasti kuin mahdollista. Selvästi kuvailtuja tiedostettuja tunteita on helpompi kestää kuin tunteita, joiden yleisnimenä on ”suru” ”pelko” ja ”syyllisyys”. Tunteita pitää kuvailla monta kertaa ennen kuin niistä saa otteen. Näiden keskustelujen avulla uhri oppii vähitellen myös itse käsittämään tunteitaan
- Positiivisuus: Käsittelyvaiheessa onnettomuuden uhrin tunteet tulee jakaa ja ymmärtää positiivisesti. Tunteet eivät saa viedä mukanaan. Tarvitaan ymmärrystä ja myötäelämistä, empatiaa, ei sääliä sekä luottamusta siihen, että henkilö pääsee kriisin yli joko itse tai ammattiauttajien avulla. Todellisia vammoja ei saa koskaan kieltää eikä vähätellä. Aikaa myöten niiden kanssa oppii elämään.

### **Uudelleen asennoitumisen vaihe**

Tässä vaiheessa traumaattinen kriisi on ohi ja tapahtunutta voi ajatella jo ilman tuskaa. Kokemus on kuitenkin jättänyt arpensa, mutta samalla se on luonut perustan, jolta voi elää eteenpäin. Tapahtuma on saattanut jättää fyysisiä vammoja ja menetyksiä, jotka voivat tehdä elämän ratkaisevasti erilaiseksi. Monesti kriisin läpikäynyt ihminen on kuitenkin voimakkaampi, kokeneempi ja paremmin varustautunut kohtaamaan elämän vastoinkäymisiä kuin aikaisemmin. Läpikäyty ja selvitetty kriisi merkitsee myös, että asianomainen on varustautunut kohtaamaan mahdollisen myöhemmän kriisin.

### **Traumaattisen kriisin vaikutus koulutyöhön**

Kriisivaihe vie aina oman aikansa ja se saattaa näkyä koulutyössä monin tavoin. Nuoren halu opiskeluun voi vähentyä. Opiskelija voi olla masentunut ja tapahtuman herättämät mielikuvat ja ajatukset voivat häiritä keskittymistä. Joskus yritys torjua ikäviä mielikuvia kapeuttaa ajattelua ja estää luovuutta ja spontaanisuutta. Perhetilanteen muuttuminen voi vaatia uusia tehtäviä, jotka vievät aikaa ja energiaa pois opiskelusta. Kriisiin liittyvien tunteiden ja ajatusten käsittely on tärkeätä, ja on hyvä antaa tilaa ja aikaa kriisistä toipumiseen. Samalla on kuitenkin muistettava tukea palautumista normaaliin opiskeluun voimavarojen mukaan.