

Kriisisuunnitelma

Sisällys:

- 1. Toiminta äkillisessä kriisitilanteessa.**
- 2. Kriisitilanteiden hoitamiseen varautuminen ja eri toimijoiden roolit.** Suunnitelmassa on kuvattu kriiseihin varautuminen Espoon kasvun ja oppimisen toimialalla. Toimintayksikkö täydentää yksikkökohtaiset yhteystiedot kaupungin sisäisiin turvallisuutta koskeviin toimintakortteihin.
- 3. Yksikkökohtainen osuus.** Kriisisuunnitelmasta vastaa varhaiskasvatusyksikön johtaja /koulun tai lukion rehtori (jäljempänä yksikön johtaja/esihenkilö) yhteistyössä opiskeluhoollon kanssa. Yksikön johtaja vastaa myös toiminnasta akuutissa tilanteessa, kunnes pelastus- tai poliisiviranomainen ottaa vastuun johtamisesta.
- 4. Tietoa kriiseistä ja henkisestä tuesta**
- 5. Työkaluja keskusteluun lasten ja nuorten kanssa kriisin jälkeen**

Kaupungin sisäisistä turvallisuutta koskevista **toimintakorteista** löytyvät tarkemmat ohjeet erilaisiin kriisi-, uhka- ja vaaratilanteisiin.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen opiskeluhoollon työntekijöitä varten on olemassa myös hyvinvointialueen laatima opiskeluhoollon kriisityön suunnitelma.

1. Toiminta äkillisessä kriisitilanteessa

Välittömät toimenpiteet uhka- tai vaaratilanteessa

- Pelasta ja varoita välittömässä vaarassa olevia.
- Estä lisävahinkojen syntyminen.
- Toimi rauhallisesti.
- Hälytä tarvittaessa apua hätänumerosta 112.
- Ilmoita tilanteesta omalle esihenkilölle.
 - o Soittaminen on nopein tapa. Varmista, että tieto meni perille.
 - o Ilmoita mieluummin vähäisestäkin tilanteesta – jos jätät ilmoituksen tekemättä, voi tilanne laajeta myöhemmin.
- Noudata viranomaisilta ja esihenkilöltä saatuja ohjeita.

Kriisiviestin vastaanottaminen

- Pysy rauhallisena.
- Kuuntele tarkoin ja kirjaa, mitä ilmoittaja sanoi, pitäydy tosiasioissa.
- Tarkista vielä, että olet ymmärtänyt oikein.
- Ilmoituksen jälkeen ota välittömästi yhteys yksikön johtajaan tai kriisiryhmän jäseneseen.

Muut toimenpiteet uhka- ja vaaratilanteissa

- Kriisitilanteessa yksikön työntekijä ottaa yhteyttä yksikön johtajaan, rehtoriin, apulaisrehtoriin tai kehen tahansa kriisiryhmän jäsenistä.
- Esihenkilö kutsuu kriisiryhmän koolle tarvittaessa. Esihenkilö voi myös valtuuttaa suoraan henkilön tai henkilöitä hoitamaan kriisiä.
- Kriisiryhmä tai valtuutetut henkilöt sopivat kriisityön menettelytavoista kaupungin sisäisten turvallisuutta koskevien **toimintakorttien mukaisesti**.
- Yksikön johtaja ilmoittaa poikkeavasta tilanteesta välittömästi omalle esihenkilölleen, tulosyksikön johtajalle ja viestintään.
- Yksikön johtaja tiedottaa tapahtuneesta henkilökunnalle ja huoltajille, sekä tarpeen mukaan lapsille ja nuorille.
- Kriisiryhmä osallistuu jälkihoidon suunnitteluun ja mahdollisesti toteuttamiseen.
- Kriisiryhmä seuraa lasten ja nuorten, sekä henkilöstön, hyvinvointia tapahtuneen jälkeen ja ohjaa tarvittaessa asiantuntija-avun piiriin.

2. Kriisitilanteiden hoitamiseen varautuminen ja eri toimijoiden roolit

Kriisisuunnitelman päivittäminen

Tämä kriisisuunnitelma on käytännön työväline, jota päivitetään tarvittaessa. Yksikkökohtaiset yhteystiedot päivitetään toimintakortteihin, ja sekä kriisisuunnitelma että toimintakortit käydään läpi lukuvuoden alkaessa koko henkilöstön kanssa. Myös uusien viran-/toimenhaltijoiden perehdyttäminen näihin tapahtuu välittömästi. Kriisisuunnitelma ja toimintakortit ovat henkilöstön tiedossa ja helposti saatavilla.

Vuosittainen tiedotus työyhteisölle ja kodeille

Toimintayksikön kriisivalmius edellyttää koko yksikön henkilöstön perehdyttämistä. Kaikilla työntekijöillä tulee olla valmiudet toimia kriisitilanteessa, koska kuka tahansa voi sen kohdata. Kriisisuunnitelma on nähtävillä lapsille ja nuorille sekä huoltajille opiskeluhuollon nettisivuilla.

Eri toimijoiden roolit



Yhteistyössä poliisi, pelastuslaitos yms.

Toimintayksikön kriisiryhmä

- Kriiseihin varautuminen yksikötasolla
- Yhteistyö yksikön sisällä ja yksikön ulkopuolisten tahojen kanssa
- Toiminta kriisitilanteessa ja sen jälkeen

KOTO:n turvallisuustyöryhmä

- Valmistele turvalliseen (psykykinen, fyysinen ja sosiaalinen turvallisuus) opiskelu- ja työympäristöön liittyviä ohjeita
- Käy läpi riskien tunnistamiseen ja ennaltaehkäisyyn liittyviä työkaluja ja havaittuja epäkohtia.

KOTO:n kriisiryhmä

- Kokoontuu ja johtaa kriisiä

Varhaiskasvatusyksikön/ Esiopetusyksikön / koulun / oppilaitoksen kriisiryhmä

Kokoonpano:	Tehtävät:
- Yksikössä tulee sopia ydinryhmästä, joka nimeetään kriisiryhmäksi - Esiopetusyksiköissä/ kouluilla/ oppilaitoksissa kriisiryhmässä voi olla kaikki opiskeluhuollon työntekijät tai osa heistä - Kriisiryhmään jäseniksi voidaan kutsua tarvittaessa asiantuntijoita muilta yhteistyötahoilta ja muuta yksikön henkilöstöä - Kriisiryhmällä tulee olla varajohtaja, ja tarvittaessa varajohtajan varajohtaja - Kriisiryhmän jäsenillä tulee olla valmiutta ja halua kriisitehtäviin - Kriisiryhmä on perehtynyt äkillisten kriisien psykososiaalisen tuen suunnitteluun ja toteuttamiseen - Kriisiryhmän jäsenet on kirjattu tämän suunnitelman yksikkökohtaiseen osuuteen	- Kokoontuu ainakin kerran syksyn sekä kevään aikana/ lukukaudessa - Huolehtii toimintansa suunnittelusta - Kirjaa ryhmän sisäisen työnjaon ja vastuuketjun - Selvittää etukäteen kriisitilanteissa tärkeät paikallisesti/alueellisesti toimivat yhteistyötahot ja sopii yhteistyön periaatteista ja käytännöistä - Perehdyttää yksikön muuta henkilöstöä suunnitelmaan järjestämällä mm. koulutusta. Yksikön johtaja vastaa yhdessä kriisiryhmän kanssa henkilöstön perehdyttämisestä. - Huolehtii siitä, että kaikki yksikön aikuiset sekä lapset, nuoret ja heidän huoltajansa tietävät, miten toimia erilaisissa tilanteissa ja miten tilanteesta tiedotetaan kriisin eri vaiheissa - Organisoii toimintaa kriisitilanteissa - Huolehtii välittömästä henkisen tuen tarpeesta sekä mahdollisista jatkotoimista - Arvioi kriisitilanteissa toteutettuja toimia ja tekee kriisisuunnitelmaan tarvittavat muutokset

KOTO:n turvallisuustyöryhmä

Kokoonpano:	Tehtävät:
Edustettuina seuraavat tahot - Ruotsinkielisten sivistyspalveluiden tulosityksikkö - Suomenkielisen perusopetuksen tulosityksikkö - Suomenkielisen varhaiskasvatuksen tulosityksikkö - Toisen asteen koulutuksen ja nuorisopalveluiden tulosityksikkö - Kasvun ja oppimisen toimialan esikunta - LUVN, Ehkäisevän ja varhaisen tuen palvelut - Länsi-Uudenmaan poliisilaitos - Ryhmän puheenjohtajana toimii toimialan hallintopäällikkö	KOTO:n turvallisuustyöryhmässä valmistellaan turvalliseen (psykykinen, fyysinen ja sosiaalinen turvallisuus) varhaiskasvatus-, opiskelu- ja työympäristöön liittyviä ohjeita, sekä käydään läpi riskien tunnistamiseen ja ennaltaehkäisyyn liittyviä työkaluja ja havaittuja epäkohtia.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen sosiaali- ja kriisipäivystys

Vastaa numerossa 029 151 2221 (24/7). Yhtenä toiminnan painopisteenä on akuutti kriisityö; traumaattiset tapahtumat, läheltä piti tilanteet. Tulokulmana on psykologinen ensiapu yksilöille ja perheille. Sosiaali- ja kriisipäivystys vastaa psykososiaalisesta tuesta suuronnettomuustilanteista. Sosiaali- ja kriisipäivitys ei järjestä debriefing-istuntoja. [Lue lisää sosiaali- ja kriisipäivystyksestä LUVNin verkkosivuilta.](#)

Työterveyshuolto

Espoon kaupungin Työterveyspalvelut tarjoaa jälkipuintiapua henkilöstön työkyvyn tueksi, kun kyseessä on työaikana tapahtunut äkillinen, erityisen järkyttävä kokemus, joka uhkaa hyvinvointia ja turvallisuuden kokemusta. Esimerkkeinä tämän kaltaisista tilanteista ovat vakava onnettomuus, järkyttävät tapaturmatilanteet, työssä väkivallan tai sen uhan kohteeksi yllättäen joutuminen tai työtoverin yllättävä kuolema esim. onnettomuuden tai itsemurhan seurauksena.

Jälkipuinti voi tapahtua ryhmäkeskusteluna ja/tai yksilökäynteinä työterveyspsykologin tai työterveyshoitajan vastaanotolla. Järkyttävän tilanteen purku on tarkoitettu tueksi niille työntekijöille, jotka ovat kriittisen tilanteen vaikutuspiirissä. Sen tavoitteena on edistää normaalia toipumista, lievittää mahdollisia jälkiseurauksia sekä tapahtuessaan ryhmämuotoisena, luoda mahdollisuus vertaistuelle.

3. Yksikkökohtainen osuus

Hätäensiapuohjeet

- Hätäensiapuohjeet ovat kriisikansioissa henkilöstön yhteisissä tiloissa
- Kriisikansiossa on päivitetty tiedot ensiapua antavista henkilöistä

Hätäensiapuvälineet

- Säilytetään paikassa, josta ne ovat kaikkien saatavilla. Paikka:
-

Yksikön kriisiryhmä

- Kriisiryhmän jäsenet:
-

Tiedottaminen kriisitilanteessa

Tiedottamisesta on olemassa omat ohjeensa, ks. KOTO:n kriisiviestintäketjut

- Yksikön johtaja vastaa tiedotuksesta yksikössä. Henkilökunta ei anna haastatteluja.
- Kriisiryhmän jäsenet tiedottavat tapahtuneesta omille esimiehilleen.

4. Tietoa kriiseistä ja henkisestä tuesta

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 siirtymiset elämänvaiheesta toiseen, esimerkiksi murrosikä, seurustelusuhteen katkeaminen, kotoa pois muuttaminen tai armeijaan meno. Suurin osa ihmisistä selviää näistä tapahtumista omin avuin, vaikka selviytyminen saat- taakin joskus vaatia suuria ponnisteluja.

Traumaattiset tapahtumat voivat aiheuttaa kenelle tahansa huomattavaa kärsimystä. 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 vammaut- tavaa vaikutusta ihmisen psyykkiseen toimintakykyyn. Trauma voi syntyä myös pitkän ajan kulu- essa koettujen vaurioittavien kokemusten seurauksena (esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö tai perheessä tapahtuva väkivalta).

Traumaattisen kriisin vaiheet ja toipuminen

Jokainen kokee traumaattisen tilanteen yksilöllisesti. Traumaattisen kriisin psyykkisissä reakti- oissa voidaan kuitenkin erottaa erilaisia vaiheita, joilla on yhteisiä piirteitä kriisin aiheuttajasta ja kriisin kohdanneesta riippumatta. On tärkeää tietää, että kriisireaktiot ovat normaaleja reaktioita ihmiselle hyvin vaikeissa elämäntilanteissa.

Traumaattisen kriisin vaiheet

1. **Sokkivaihe** saattaa kestää muutamasta tunnista muutamaan vuorokauteen. Tällöin ihmi- nen ei kykene käsittämään tapahtunutta, hän voi jopa kieltää sen. Ihminen voi käyttäytyä poikkeavasti tai tilanteeseen sopimattomasti, esimerkiksi kylmän rauhallisesti tai raivoi- sasti, 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. **Käsittelyvaihe** 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 kohe- nee. 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

Rituaaleilla on tärkeä merkitys surun käsittelyssä. Muistotilaisuus, hautajaiset, kuvat, kynttilät, kirjeen kirjoittaminen tai piirtäminen auttavat surun työstämistä.

- Mahdollisuus keskustella lapsiryhmässä tai luokassa
- Mahdollisuus tarvittaessa keskustella kahden kesken aikuisen kanssa
- Opiskeluhuollollinen tuki
- Sosiaali- ja kriisipäivystyksen ensiapu

Kriisin ensivaiheen jälkeen purkukokous kriisitilanteessa toimineille työntekijöille

Järjestetään traumaattisissa tilanteissa auttajina toimiville. Se tarjoaa mahdollisuuden keskustella välittömästi tapahtuneesta ja purkaa kokemuksia. Kriisiryhmä voi järjestää itselleen purkukokouksen ilman ulkopuolista vetäjää.

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 lapsilla tai nuorilla voi olla tarve keskustella ja työstää asioita useaan kertaan, jolloin opiskeluhuollon tai terveydenhuollon henkilökunta järjestää heille yksilöllisiä tai ryhmätapaamisia. Erityisen traumaattisen tilanteen jälkeen lapsi tai nuori voi olla myös traumaterapian tarpeessa, jolloin hänet ohjataan jatkohoitoon. Myös yksikön työntekijöillä voi olla myöhempää tuen tarvetta.

5. Työkaluja keskusteluun lasten ja nuorten kanssa kriisin jälkeen

Seuraavia työkaluja voi soveltaa kriisien käsittelyyn lasten ja nuorten kanssa ikätaso huomioiden. Koko yksikköä koskettaneen traumaattisen tapahtuman jälkeen on hyvä keskustella asiasta ryhmässä/ luokassa **tapahtuman jälkeisenä tai viimeistään parina sitä seuraavana päivänä**. Keskustelun toteuttaa työntekijä/ opettaja tarvittaessa työparin kanssa. Työntekijän/ opettajan/ työparin tulee hankkia tosiasialliset tiedot tapahtuneesta kriisistä kriisiryhmältä.

Näissä keskusteluissa käydään läpi **tosiasiat** ja tapahtumaan liittyviä **tuntemuksia ja ajatuksia**. Tavallisesti lasten ja nuorten on helpompi palata varhaiskasvatuksen/ esiopetuksen/ opetuksen pariin, kun on saanut puhua asiasta. Keskusteluun on syytä varata aikaa riittävästi ja tilanteessa joustuen.

1. Aloitus

Kerrotaan mitä keskustelun aikana tulee tapahtumaan, koska se auttaa ymmärtämään tapahtunutta.

Selvitetään keskustelun periaatteet:

- Suositellaan että ulkopuolisille ei kerrota tai jaeta mitä muut ovat puhuneet ja ketään ei saa pilkata sanojensa tai reaktioidensa tähden jälkeenpäin.
- Tunteiden ilmaiseminen on sallittua, mutta ei pakollista.
- Jokainen puhuu vain omasta puolestaan ja kenenkään ei ole pakko puhua.

2. Tosiasioiden toteaminen

Keskustellaan tosiasiallisista tiedoista. Pyritään saamaan kokonais käsitys siitä, mitä tosiasiallisesti on tapahtunut. Puututaan vääriin huhuihin ja oiotaan virheellisiä käsityksiä.

Lapset ja nuoret saavat halutessaan kertoa miten, keneltä ja missä he saivat tietää tapahtuneesta.

3. Ajatusten ja tunteiden läpikäynti

Lapsilta/ nuorilta kysytään, mitä he ajattelivat ja kokivat kuullessaan tapahtumasta ja mitä ajattelevat ja kokevat nyt. Heille kerrotaan, että tapahtuneen jälkeen kaikki kokemukset, ajatukset ja vastaukset ovat oikeita ja sallittuja. Esimerkkikysymyksiä:

- Mitkä ajatukset ovat jääneet mieleen? Mitä ajatuksia tällä hetkellä on mielessä?
- Kokeeko joku muu samalla tavalla?
- Miten reagoit tilanteessa?

- Miltä sinusta tuntuu tällä hetkellä?

Työntekijä/ Opettaja painottaa reaktioiden normaaliutta. On hyvä sanoa, ettei kenenkään tarvitse reagoida jollakin tietyllä tavalla.

Tämän jälkeen työntekijä/ opettaja voi lasten ja nuorten ikätaso huomioiden kertoa minkälaiset reaktiot ovat normaaleja ja mahdollisia, mutta yleensä ohimeneviä (esim. muistoja, nukkumishankaluuksia, erilaisia tunteita, surua, kaipuuta, ikävää, vihaa, pelkoa, tarve huomioon, syyllisyyttä, itsesyytöksiä, häpeää, kouluvaikeuksia, ruumiillista kipua, halua välttää kontakteja).

Aikuinen voi myös kannustaa lapsia ja nuoria:

- puhumaan tapahtuneesta vanhempien kanssa
- puhumaan ystävien ja kavereiden kanssa
- puhumaan psykologin, kuraattorin tai terveydenhoitajan kanssa
- käymään tapahtumapaikalla
- ilmaisemaan tunteitaan itselleen luontaisen toiminnan avulla (esim. liikunta, kirjoittaminen, piirtäminen, musiikin kuuntelu, pelaaminen)

4. Keskustelun päättäminen

Päätetään tilanne: asiat koostetaan yhteen. Keskustelun päätteeksi lapsilta ja nuorilta voidaan kysyä:

- Jäikö joku asia mietityttämään tai epäselväksi?
- Jäikö jokin asia erityisesti mietityttämään?
- Miltä asioiden käsittely yhdessä on sinusta tuntunut?

Tarvittaessa tukea tarvitsevan lapsen tai nuoren ohjaus yksilökohtaisen tukeen oppilas- ja opiskelijahuoltolain mukaisesti.