



Toiminta kouluissa ja oppilaitoksissa itsemurhayrityksen tai itsemurhan jälkeen

MITÄ?

Ennakoi kriisisuunnitelmassa

Säädökset velvoittavat kouluja laatimaan kriisisuunnitelman. Suunnitelmassa varaudutaan erilaisiin kriiseihin ja sen sisällössä on hyvä huomioida erikseen myös toiminta itsemurhayrityksen tai itsemurhakuoleman jälkeen. Koulun kriisityöryhmän kokoonpano, eri toimijoiden tehtävät sekä oppilaitoksen ulkopuolisten yhteistyökumppaneiden yhteystiedot kirjataan suunnitelmaan.

Viesti selkeästi

Laadi etukäteen ohjeet siitä, miten itsemurhayrityksen tai itsemurhakuoleman jälkeen viestitään. Keskity viestinnässä asiatietoon.

Autu nopeasti

Osoita oppilaille, että ahdistus kuullaan ja että apua on saatavilla. Ota huoli puheeksi, itsemurha-ajatuksista puhuminen vähentää riskiä.

MIKSI?

Hallittu tilanne rauhoittaa

Itsemurhayritys tai itsemurhakuolema tapahtuu usein yllättäen. Suunnitelma auttaa koulun henkilökuntaa toimimaan jäsenyneesti. Tärkeää on vähentää oppilaiden epätietoisuutta ja ahdistusta.

Matkimiskäyttäytyminen

Itsemurhayritykseen liittyy muiden lisääntynyt itsemurhariski. Oppilaiden tukeminen ja avun tarjoaminen mahdollistaa suruprosessin ja pienentää matkimiskäyttäytymisen riskiä.

MITEN?

Toimenpiteet itsemurhayrityksen tai itsemurhakuoleman jälkeen

VÄLITTÖMÄSTI

- Kriisiryhmä kokoontuu toimenpiteiden koordinoimiseksi

24 TUNNIN KULUESSA

- Tiedotetaan tapahtuneesta, mahdollisista riskeistä ja tukitoimista tarvittavalla laajuudella
 - Järjestetään keskustelu henkilökunnan kanssa
 - Organisoidaan opetusryhmissä käytävät keskustelut
 - Järjestetään yhteinen tiedotustilaisuus oppilaille
 - Informoidaan vanhempia esimerkiksi kotiin lähetettävällä viestillä.

VIIKON SISÄLLÄ

- Järjestetään oppilaille keskustelu/muistelutilaisuus. Muistutetaan koulun tarjoamista tukitoimista ja keskustelumahdollisuuksista koulupäivän aikana sekä muista tukipalveluista.

KOKO AJAN

- Henkilökunta havainnoi oppilaiden selviytymistä.
- Tarkkaillaan itsemurhan varoitusmerkkejä muissa oppilaissa ja otetaan huoli puheeksi. Varoitusmerkkejä voivat olla esimerkiksi normaalista poikkeava käyttäytyminen, päihteiden lisääntyneet käyttäminen, mielialan vaihtelut tai eristäytyminen ystävistä ja muista läheisistä.
- Huomioidaan sosiaalinen media
 - Yhteistyössä oppilaiden kanssa voidaan tarkkailla sosiaalisen verkoston sivustoja ja pohtia, miten sosiaalisessa mediassa toimitaan, mikäli tapahtuneesta halutaan keskustella
 - Sosiaalisen median kautta voidaan jakaa tietoa itsemurhien ehkäisystä, tarjota tukea oppilaille sekä tunnistaa oppilaita, jotka voivat olla itsemurhavaarassa.

TILANTEEN NORMALISOIDUTTUA

Kriisiryhmä arvioi kriisinhallinnan onnistumisen. Kirjallisia ohjeita muokataan tarpeen mukaisesti.

Lisätietoja

Kriiseihin varautuminen

Kriisin jälkeen

Psykososiaalisen tuen järjestäminen

Yhteystiedot

Pia Solin

johtava asiantuntija, mielenterveysyksikkö

puh. 029 524 7332

etunimi.sukunimi@thl.fi

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos

thl.fi |  @THLorg