

A scenic landscape photograph featuring a sun low on the horizon, partially obscured by the branches of a tree in the foreground. The sun's light creates a bright glow and a lens flare effect. The sun is reflected on the surface of a calm lake in the middle ground. In the background, a dense line of evergreen trees stretches across the horizon under a sky filled with soft, white clouds. The overall mood is peaceful and serene.

KUOLEVAN LAPSEN VANHEMPIEN

TARVITSEMA EMOTIONAALINEN TUKE

OPAS HOITOHENKILÖKUNNALLE

ALKUSANAT

Hyvä, hoitoalan ammattilainen

Tämä opas on suunnattu lapsensa menettäneitä vanhempia kohtaavalle hoitohenkilökunnalle.

Lapsen kuolema on vanhemmille elämän vaikeimpia ja raskaimpia kokemuksia. Emotionaalinen tuki on tärkeä osa hoitotyötä ja sen antamisella on tärkeä rooli kohdattaessa lapsensa menettäneitä vanhempia.

Tässä oppaassa käymme läpi, mitä emotionaalinen tuki on ja kuinka sitä käytetään autettaessa surevia vanhempia. Oppaassa käsitellään myös hoitajan omaa työssä jaksamista silloin, kun hän joutuu kohtaamaan lapsen kuoleman ja tukemaan lapsensa menettäneitä vanhempia.

Opas on toteutettu opinnäytetyönä.

Helena Julku, Sairaanhoitaja (AMK)

Milla Vekkelä, Sairaanhoitaja (AMK) + diakonissan
virkakelpoisuus

SISÄLLYS

Emotionaalinen tuki hoitotyössä

Kuolevan lapsen vanhempien tarpeet

Auttajan rooli

*”Ei ollut lapsemme tänne luotu,
maailman virtojen vietäviin,
vain taivaan lainaksi meille suotu,
ja siksi muuttikin taivaisiin.”*

(Tuntematon)

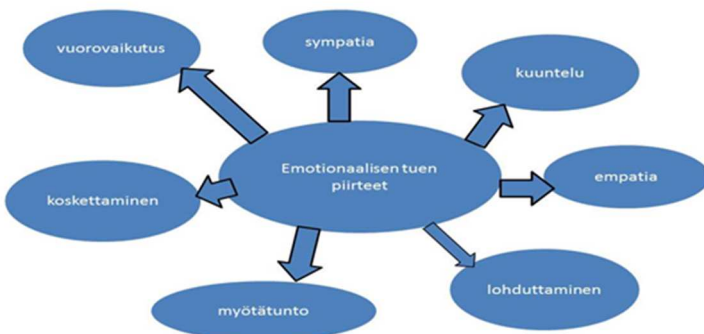
EMOTIONAALINEN TUKI HOITOTYÖSSÄ

Emotionaalinen tukeminen on yksi hoitotyön menetelmistä. Sen tehtävänä ja tarkoituksena on vastata perheenjäsenten tuen tarpeeseen. Se on tärkeä osa hoitajien taitoja ja kuuluu laadukkaaseen hoitotyöhön. Emotionaalisen tuen tarkoituksena on vähentää hätää ja järkytystä.

Emotionaalisella tuella viitataan vuorovaikutukseen, jonka avulla voidaan saada kokemuksia kunnioituksesta, huolenpidosta, myötätunnosta ja rohkaisusta.

Emotionaalinen tuki on kuuntelemista, koskettamista, myötäelämistä, potilaan ja omaisten toiveiden huomioonottamista, kokemusten jakamista, lohduttamista, kannustamista, välittämisen osoittamista, rohkaisemista ja läsnäoloa.

Seuraavassa kuvataan emotionaalisen tukemisen piirteitä



Ihmisillä on erilaiset emotionaalisen tuen tarpeet, eikä kaikille sovi samanlainen huolenpito. Emotionaalisen tuen antamisen tulisi aina lähteä perheenjäsenten tarpeista.

Vuorovaikutus on tärkeintä emotionaalisen tuen antamisessa ja vastaanottamisessa. Vuorovaikutuksen on todettu olevan tärkein perheenjäsenten selviytymiseen vaikuttava tekijä. Hoitajan ja perheenjäsenten on luotettava toisiinsa.

KUOLEVAN LAPSEN VANHEMPIEN TARPEET

Vanhempien persoonalliset piirteet vaikuttavat siihen, miten he surevat lapsensa kuolemaa. Siihen vaikuttavat myös aiemmin koetut menetykset, ikä, elämänvaihe, samoin lapsen ikä ja kuolemaan johtaneet syyt. Vaikka lapsen kuolema koskettaa jokaista vanhempaa yhtä lailla, on jokaisella äidillä ja isällä oma tapansa surra ja näyttää surua. Hoitajalta vaaditaan sekä tilanneherkkyyttä että tietoa ja taitoa kohdata vanhempien kokemia tunteita.

Vanhemmat tarvitsevat myötätuntoa, ymmärrystä, lohdutusta, rakkautta ja turvaa vaikeassa tilanteessa. Heidän on voitava puhua kuolemasta ja elämän jatkumisesta. Lapsen kuolema aiheuttaa hämmennystä. On tärkeää, että vanhemmat kokevat tulevansa kuulluiksi.



Vanhempien tarpeet voivat olla hyvin konkreettisia. He voivat haluta tietoa hoitokäytännöistä, hoidosta ja kuolinsyystä tai kerätä tietoa sairaskertomuksista verratakseen niitä internetistä löytyvään materiaaliin.

Vanhempien tuskaa voi helpottaa ajatus lapsen kärsimyksen päättymisestä. Kärsimyksen päätyminen voidaan liittää esimerkiksi tuskaisen ilmeen poistumiseen lapsen kasvoilta tai rauhalliseen kuolemaan. Lapsen hyvästelemisessä auttavat lapsen näkeminen kuoleman jälkeen, lapsen pitäminen sylissä ja laittaminen valmiiksi hautausta varten. Surusta selviytymistä edistää, jos vanhemmat kokevat, että lapsen eletty elämä oli mahdollisimman hyvä ja kuolema kivuton ja nopea. Muistot ja muistelemisen helpottavat ja lohduttavat. Muistot voivat liittyä odotusaikaan, elettyyn elämään ja kuoleman hetkeen.

KUOLEVAN LAPSEN VANHEMPIA HELPOTTAVAT

- lapsen kärsimyksen päätyminen
- muistot ja muistelemisen
- arkirutiinit
- lapsen hyvästely
- informaation saaminen
- vanhemmuuden jatkuminen

Vanhemmilla voi olla selviytymisen osana myös hengellinen ulottuvuus. Esimerkiksi usko siitä, että kuolemalla on merkitys, usko elämästä kuoleman jälkeen tai toivo jälleennäkemisestä. Apua ja lohdutusta vanhemmat ovat saaneet myös uskomalla, että lapsella on hyvä olla taivaassa, hän on turvassa tai edelleen läsnä, suojelusenkelinä.

Arkirutiineihin tarttuminen ja niiden ylläpitäminen on tärkeää. On hyvä päästä kiinni päivärytmiin ja hoitaa omia velvollisuuksiaan. Surutyössä auttavat kuolleen lapsen sisaruksista huolehtiminen, lapsiperheen rutiinit, lapsen tuoma ilo, energia ja toivo. Myös harrastusten ja lemmikkieläinten on todettu auttavan lievittämään lapsen kuoleman jälkeistä yksinäisyyttä.

Tilanteen käsitteleminen ja hyväksyminen on tärkeää. Selviytymistä edistävät syällisyyden käsitteleminen, tunteiden kohtaaminen ja ilmaiseminen, itsekseen oleminen, hiljentäminen, itsensä kuunteleminen ja oman avun tarpeen tunnistaminen.

AUTTAJAN ROOLI

Kuolema, erityisesti lapsipotilaan kuolema, ja vanhempien suru, aiheuttavat monenlaisia tuntemuksia auttajan roolissa olevalle. Olennaisin auttajan tunteita ohjaava asia on empatiakyky, jolla tarkoitetaan kykyä eläytyä toisen ihmisen tunteisiin. Toisen ihmisen tilan ja surun tiedostaminen on olennaisinta surevaa autettaessa. Mieleen voi nousta kysymyksiä siitä, miten pitäisi toimia tai mitä sanoa.

Vanhemmat saattavat kokea tarvitsevansa paljon tukea, mutta eivät surun keskellä jaksakaan itse hakea apua, jolloin heitä tulee siinä auttaa. Sairaanhoidajalla on ensisijaisen tärkeä rooli emotionaalisen tuen sekä psyykkisen ja sosiaalisen avun tarjoamisessa.

Rauhallinen ja levollinen ote tuovat vaikeaan tilanteeseen lohdutusta. Sureva omainen ei välttämättä tiedä, miten tilanteessa toimitaan tai mihin pitäisi mennä. Informaation antaminen onkin tärkeää. Asiat pitää kertoa yksinkertaisesti ja ymmärrettävästi.

Kokonaisvaltainen kohtaaminen tarkoittaa valmiutta kohdata ihminen fyysisenä, psyykkisenä, henkisenä ja hengellisenä kokonaisuutena kysymyksineen. Surevan ihmisen kanssa keskusteltaessa on keskityttävä tilanteeseen, oltava aidosti läsnä ja annettava aikaa.

Pystyäkseen antamaan emotionaalista tukea hoitajalta vaaditaan keskustelutaitoja. Hänellä on oltava ammatillista tietoa siitä, miten vaikeista tilanteista selviydytään. Hänen on uskottava kykyynsä auttaa. Kuuntelijalla pitää olla taitoja eläytyä tilanteeseen, mutta vastapuolen murheiden alle ei saa hukkuu.

VANHEMPIA KOHDATESSANI

- lähestyn vanhempia rohkeasti
- olen rauhallinen ja läsnä
- otan huomioon vanhempien yksilölliset tarpeet
- kerron asiat selkeästi ja ymmärrettävästi
- kuuntelen, keskustelen ja lohdutan
- havainnoin vanhempien tuen tarpeita
- vastaanotan vanhempien tunteita
- tunnistan omat voimavarani

Auttajan tulee ymmärtää, ettei hän voi siinä hetkessä ratkaista perheen tilannetta. Perheelläkin voi mennä siihen vuosia. Voimaa voi ammentaa omasta yksityiselämästä, jos oma elämä on tasapainossa. On myös opittava tuntemaan omat jaksamisen rajansa. Tunteiden käsittelyn kanssa ei kannata jäädä yksin. Pystyäkseen toimi-maan vaikeassa tilanteessa on oltava aito itsensä: omalla persoonallaan pystyy parhaiten auttamaan surevaa perhettä.



LÄHTEITÄ

Koskela, Harri 2011. Lapseni elää aina sydämässäni –Lapsen menetyksen merkitys vanhemman spiritualiteetin muotoutumisessa. Väitöskirja. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja. Bookwell Oy, Porvoo.

Parvianen, Kaisa; Aho, Anna Liisa & Kaunonen, Marja 2012. Vanhempien kokemuksia yksilövertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen. Hoitotiede 20, 22 (2), 150–162.

Rantanen, Sanna i.a. Lasten neuvolakäsikirja: Lapsen kuoleman kokenut perhe.
<https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/tietopaketti/monimuotoiset-perheet/lapsen-kuoleman-kokenut-perhe>

Savolainen, Sirkku; Kaunonen, Marja & Aho, Anna Liisa, 2013. Hoitotiede 2013, 25 (3), 222–235. Vanhempien selviytymisessä auttavat tekijät lapsen kuoleman jälkeen

LINKKEJÄ

www.käpy.fi – Lapsikuolemaperheet ry.
www.helsinginseurakunnat.fi