



VAIN SAMAN KOKENUT VOI YMMÄRTÄÄ

Seurakunnan lapsensa menettäneiden
sururyhmä surevan vanhemman tukena

Matilainen, Maija
Opinnäytetyö, kevät 2012
Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Itä
Pieksämäki
Diakonisen sosiaalityön
suuntautumisvaihtoehto
Sosionomi (AMK) +
diakonin virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Matilainen, Maija. Vain saman kokenut voi ymmärtää. Seurakunnan lapsensa menettäneiden sururyhmä surevan vanhemman tukena. Diak Itä. Pieksämäki, kevät 2012. 62 s., 7 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen. Työ toteutettiin yhteistyössä Siilinjärven seurakunnan kanssa. Yhteistyötahoina ja informaatiokanavina toimivat myös Kuopion yliopistollinen sairaala sekä Käpy-lapsikuolemaperheen ry.

Keskeisenä toiminnallisena osuutena järjestettiin sururyhmä lapsensa menettäneille vanhemmille keväällä 2011 Siilinjärven seurakunnan tiloissa. Opinnäytetyön tekijä toimi ryhmässä vertaisohjaajana. Ryhmän ohjaajana toimi eläkkeellä oleva diakonissa ja psykiatrinen erikoissairaanhoitaja Pirjo Miettinen. Siilinjärven seurakunnan perhetyöntekijä, diakonissa Helena Mattinen, osallistui sururyhmän suunnitteluun ja ryhmä toteutettiin hänen ehdotuksensa pohjalta. Ryhmä kokoontui yhteensä viisi kertaa, kaksi tuntia kerrallaan. Sururyhmään osallistui ohjaajien lisäksi yhdeksän vanhempaa. Lapsen menetyksestä oli kulunut sururyhmään osallistuessa parista kuukaudesta noin kymmeneen vuoteen. Lasten ikä kuollessa vaihteli kaksivuotiaasta nuoreen aikuiseen. Kuolinsyyt vaihtelivat myös eri sairauksista tapaturmiin.

Keskeisenä tutkimusnäkökulmana oli, onko seurakunnan lapsensa menettäneiden sururyhmä hyvä tukimuoto sureville vanhemmille ja mikä sururyhmässä mahdollisesti tukee vanhempia heidän surussaan. Lisäksi haluttiin välittää kristillistä toivoa osallistujille. Tutkimusmenetelminä käytettiin osallistuvaa havainnointia sekä informoitua palautekyselyä, joka analysoitiin sisällönanalyysia käyttäen.

Keskeisimpänä tuloksena voidaan todeta seurakunnan järjestämän lapsensa menettäneiden sururyhmän olevan hyvä tukimuoto lapsensa menettäneille. Tärkeimpänä sururyhmästä saatuna tukena nousee selkeästi esiin vertaisten antama tuki. Toinen tärkeä seikka surun tukemisessa on ohjaajien ammattitaito ja toimintatavat sururyhmässä. Tämän tutkimuksen perusteella vaikuttaa siltä, että seurakuntien kannattaa järjestää säännöllisesti lapsensa menettäneiden sururyhmiä.

Asiasanat: suru:ryhmät, suru, surutyö, kuolema:lapset, kuolema:vanhemmat, vertaisryhmät, vertaistuki, kuolema:runot, seurakunta:ryhmät

ABSTRACT

Matilainen, Maija. The only one who can understand is the one who has gone through the same experience - supporting bereaved parents in their grief in a parish grief counseling group for parents who have lost their child.

62 p., 7 appendices. Language: Finnish. Pieksämäki, Spring 2012.

Diaconia University on Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of social Services

This thesis is actional. It was carried out in association with the Evangelical-Lutheran parish of Siilinjärvi. Other important partners were Kuopio University Hospital and Käpy-child death families' association.

The main actional part of this thesis was to organize a grief counseling group in the spring of 2011 for parents who have lost their child. The premises for the meetings were provided by Siilinjärvi Evangelical-Lutheran Church. The researcher of this study was the peer group leader in the group. The main leader of the group was Pirjo Miettinen, a retired diaconal and psychiatric nurse. The family worker and diaconal nurse of Siilinjärvi Church, Helena Mattinen, took part in planning the group and the group was initially her idea. The grief counseling group for bereaved parents met a total of five times, two hours each time. Nine parents took part in the group in addition to the group leaders. The time that had passed from the death of the child varied from a few months to approximately ten years. The ages of the children at the time of their death varied from two years to young adults. The deaths were caused by different illnesses and accidents.

The aim of this study, in addition to organizing the group, was to investigate whether this kind of grief counseling group for bereaved parents was a good form of support for parents who have lost their child and if so, what it is in this kind of groups that supports the parents in their grief. Another aim was to bring Christian hope to the parents. The methods used in this thesis were participative observation and a questionnaire for feedback from the group. The questionnaire was analyzed using content analysis.

As the main result, it can be concluded that a grief counseling group for bereaved parents is a good form of support for parents who have lost their child. Firstly it was found out that the most important form of support from the grief counseling group was peer support from the other bereaved parents. Secondly another important factor in supporting the parents in the group was the proficiency of the group leaders. In conclusion it can be said that the results of this study suggest that it would be recommendable for parishes to regularly organise grief counseling groups for bereaved parents.

Key words: grief counseling groups, grief, death: children, bereaved parents, peer groups, peer support, death: poetry, parish: groups

SISÄLLYS

1 SE SUURIN SURU	6
2 LAPSEN MENETYS JA VANHEMMAN SURU.....	8
2.1 Lasten kuolemat Suomessa.....	8
2.2 Lapsen menetys	9
2.3 Suru ja surutyö.....	10
2.4 Traumaattinen kriisi.....	13
2.5 Vertaistuki surussa.....	15
3 LAPSEN KUOLEMA JA SEURAKUNTA	17
3.1 Jumala-suhde lapsen kuoleman jälkeen	17
3.2 Seurakunnat surevien omaisten tukena	18
3.3 Sururyhmät seurakunnissa.....	19
4 TAVOITTEENA LUODA TOIVOA JA SELVITTÄÄ TUKEEKO RYHMÄ VANHEMPIA SURUSSA.....	23
5 HAVAINNOINTI JA KYSELY KARTOITTAMASSA SURUUN SAATUA TUKEA	24
6 LAPSENSA MENETTÄNEIDEN SURURYHMÄN JÄRJESTÄMINEN	25
6.1 Suunnittelu.....	25
6.2 Tiedotus ja ilmoittautumiset	26
6.3 Ryhmien kulku ja havainnot.....	27
6.3.1 Ensimmäinen kokoontuminen – tutustuminen	27
6.3.2 Toinen kokoontuminen – surun ristiaallokossa	29
6.3.3 Kolmas kokoontuminen – miten selviän arjessa	32
6.3.4 Neljäs kokoontuminen – muistojen ilta	34
6.3.5 Viides kokoontuminen – toivo ja tulevaisuus.....	35
7 RYHMÄN ANTAMA PALAUTE	37
7.1 Palautteesta raportointi	37
7.2 Ryhmän koko ja kokoontumisten määrä	38
7.3 Ryhmästä saatu tuki suruun	38
7.3.1 Ryhmän vertaisilta saatu tuki suruun.....	38
7.3.2 Ryhmän ohjaajilta saatu tuki suruun	39
7.3.3 Muu surussa tukeva toiminta ryhmässä.....	39

7.4 Muu seurakunnalta kaivattu tuki, kehittämisaiheet ja suositukset	40
8 VERTAISTUKI TÄRKEINTÄ: JOHTOPÄÄTÖKSIÄ PALAUTTEESTA JA HAVAINNOINNISTA	42
9 RAPORTOINTI RYHMÄN TOIMINNAN JA LUOTTAMUKSELLISUUDEN EHDOILLA	46
10 YHTEISTYÖTÄ JA LISÄÄ RYHMIÄ	48
LÄHTEET	52
LIITTEET	55
Liite 1. Tukea lapsensa menettäneille	55
Liite 2. Palautekysely sururyhmän vanhemmille.....	56
Liite 3. Sisällönanalyysiä sururyhmästä saadusta tuesta suruun	58
Liite 4. Lehtihaastattelu sururyhmästä Uutis-Jousessa.....	59
Liite 5. Lehtihaastattelu sururyhmästä Kuopion Kaupunkilehdessä	60
Liite 6. Sururyhmämainos	61
Liite 7. Kirje sururyhmään ilmoittautuneille	62

1 SE SUURIN SURU

*Siinä sinä olit
ja yhtäkkiä et ollutkaan.
Kuinka sen voi äidin sydän käsittää?
Kuinka voi käsittää, että sydämen lakattua lyömästä
sinua ei enää ole?*

Siinä sinä olet, edelleen, vaikkei sydän lyö.

*Ja sinut, lapseni, sinut pitää luovuttaa kylmään.
Jättää sinne.
Lähteä pois, niin kuin sinua ei enää olisi.*

Kuinka sen voi äidin sydän kestää?

Lapsen menetys on yksi elämän raskaimpia kokemuksia. Kun lapsi kuolee, samalla menee tulevaisuus. Kuolema on tapahtunut väärässä järjestyksessä. Vanhempien ei tulisi haudata lastaan, vaan toisin päin. Näin kuitenkin käy onneksi enää hyvin harvoin. Toisaalta lapsen menetyksen kokemuksen harvinaisuus tuo tullessaan sen, että vertaistukea ei luonnollisissa ympäristöissä ole tarjolla riittävästi ja ihmiset ympäriltä tuntuvat kaikoavan. Pelätään kohdata, kun ei ole sanoja. Ei ole ymmärrystä siihen, miten parhaiten auttaa surevaa. Usein seurakunnan työntekijät itsekin kuvaavat lapsensa menettäneiden kohtaamiset hyvin vaikeiksi tilanteiksi. Siinä missä kuolemasta on pikkuhiljaa alettu yhteiskunnassa puhumaan enemmän, lapsen kuolema on vielä melko vaiettu asia. Lapsia kuolee nykyisin huomattavasti vähemmän kuin ennen, mikä itsessään on hyvä asia. Kuitenkin tämä tarkoittaa useimmiten sitä, että luonnollisesta ympäristöstä on vaikea löytää todellista ymmärrystä ja tukea lapsen menetyksen kokemukselle.

Sururyhmät ovat laajasti käytössä seurakunnissa, ja niistä on apua myös lapsensa menettäneille. Lapsen menettämiseen liittyvä suru on kuitenkin erilainen kuin ns. luonnollisessa järjestyksessä tapahtuvassa kuolemassa. Siksi lapsensa menettänyt voi jäädä vaille syvällistä ymmärtämisen kokemusta tavanomaisessa sururyhmässä. Vain toinen saman kokenut voi täysin ymmärtää, mistä on kysymys. Siksi on mielekästä järjestää lapsensa menettäneille oma sururyhmänsä, johon voi tarvittaessa tulla vanhempia laajemmaltakin alueelta. Lapsensa menettäneiden suru on myös pitkä prosessi ja näin ollen sururyhmistä voi olla apua vuosienkin jälkeen.

Tulevana diakonina surevien kohtaaminen ja sururyhmät kuuluvat olennaisena osana työhöni. Kokemuksen kautta olen nähnyt, kuinka sururyhmästä voi olla apua. Olin jo aiemmin mukana vuonna 2009 järjestetyssä sururyhmä Siilinjärvellä, missä toimin vertaisohjaajana. Näin, miten se toi monelle apua niin henkilökohtaisiin suruprosesseihin kuin parisuhdeasioihinkin. Lisäksi toimin tällä hetkellä Käpy- lapsikuolemaperheet ry:n Kuopion vertaisryhmässä ryhmänohjaajana.

Vertaisryhmässä on voimaa menetyksen kivunkin keskellä. Omakehtainen kokemus lapsen menetyksestä auttaa minua samaistumaan näiden vanhempien tilanteeseen, ja sitä kautta aukesi myös idea opinnäytetyöhöni. Kenties minulla on tähän aiheeseen paljon annettavaa: niin, että muutkin seurakunnan työntekijät voivat rohkeammin kohdata lapsensa menettäneitä.

Jeesus sanoi: ”Minä olen ylösnousemus ja elämä. Joka uskoo minuun, saa elää, vaikka kuoleekin, eikä yksikään, joka elää ja uskoo minuun, ikinä kuole. Uskotko tämän?” (Joh. 11:26–27.) Yksi lohduttavimpia ajatuksia lapsensa menettäneelle on toivo jälleennäkemisestä. Kova ikävä hellittää jonakin päivänä, ja oman rakkaan lapsen voi kohdata uudelleen. Seurakunnan sururyhmässä voidaan tätä toivoa pitää esillä. Jeesus on voittanut kuolemallaan kuoleman vallan ja häneen uskoen voimme kerran kohdata jälleen rakkaat lapsemme.

Tässä tutkimuksessa selvitetään seurakunnan lapsensa menettäneiden sururyhmien mahdollisuuksia olla surevien vanhempien tukena. Tutkimuksen toiminnallisena osuutena järjestettiin lapsensa menettäneiden sururyhmä Siilinjärven seurakunnassa keväällä 2011. Tutkimuksessani käsitellään tämän ryhmän kulkua ja antamaa palautetta ryhmästä saadusta tuesta. Teoriaosuudessa paneudutaan lapsensa menettäneiden surun ymmärtämisen kannalta tärkeisiin teemoihin: lapsen menetykseen, siitä aiheutuneeseen suruun ja mahdolliseen traumakokemukseen sekä vertaistuen vaikutuksiin. Teoriaosuudessa käsitellään myös seurakuntien tarjoamaa tukea lapsensa menettäneille, lapsensa menettäneiden Jumala-suhteen muutoksia sekä yleisesti seurakunnan sururyhmiä, ja erityisesti lapsensa menettäneiden sururyhmiä.

2 LAPSEN MENETYS JA VANHEMMAN SURU

2.1 Lasten kuolemat Suomessa

Lasten kuolemat ovat nykyisin harvinaisia. Harvinaisuudestaan huolimatta lapsen kuolema koskettaa edelleen satoja suomalaisia perheitä vuosittain. Jotta lasten kuolemien määrä eri ikäluokissa ja eri kuolinsyyt hahmottuisivat paremmin, olen tässä esittänyt tiivistetysti tilastoa vuoden 2009 aikana kuolleista lapsista.

Vuonna 2009 suomessa kuoli yhteensä 241 alle 15-vuotiasta lasta. Perinataalikuolleisuus, eli kuolleenä syntyneet lapset tai ensimmäisten elinviikkojen aikana menehtyneet lapset, oli 4,9 lasta tuhatta syntynyttä kohden. Kuolleenä syntyneisiin tilastoidaan raskausviikon 22 jälkeen kuolleenä syntyneet vauvat. Alle vuoden ikäisenä kuolleiden lasten määrä oli 160. Valtaosalla vauvoista kuolinsyynä olivat perinataaliset syyt, synnynnäinen epämuodostuma tai kromosomipoikkeavuus. 15 vauvaa kuoli kätkytkuolemaan ja muutamia muihin sairauksiin tai väkivallan seurauksena. (Suomen virallinen tilasto 2011.)

1 - 14-vuotiaita lapsia kuoli vuonna 2009 yhteensä 81. Tämän ikäluokan yleisimmät kuolinsyyt vuonna 2009 olivat kasvaimet, synnynnäiset epämuodostumat ja tapaturmat. Kasvaimiin kuoli 20 lasta, synnynnäisiin epämuodostumiin 16 lasta ja tapaturmiin 11 lasta. Muihin sairauksiin kuoli yhteensä 15 lasta ja itsemurhiin 1 lapsi. Lasten kuolleisuus on vuosikymmenten aikana vähentynyt radikaalisti molemmissa ikäluokissa. 1 - 14-vuotiaiden lasten ikäluokassa kuolleisuuden väheneminen johtuu lähinnä tapaturma-kuolemien vähenemisestä. (Suomen virallinen tilasto 2011.)

15–19-vuotiaita kuoli vuonna 2009 yhteensä 146. Heistä tapaturmaisesti kuoli yhteensä 70 lasta. Itsemurhiin kuoli 36, erilaisiin tauteihin yhteensä 33 ja henkirikoksen uhrina 4-7 laskentatavasta riippuen. 20–24-vuotiaita kuoli samaisena vuonna 212. Myös esimerkiksi heidän vanhempansa voidaan lukea lapsensa menettäneiden joukkoon, vaikka lapset ovatkin jo aikuisiässä. (Tilastokeskus 2010.)

2.2 Lapsen menetys

”...Ramasta kuuluu huuto, katkera itku ja valitus, Raakel itkee lapsiaan eikä lohdutuksesta huoli, sillä heitä ei enää ole.” (Jer. 31:15)

Vaikeimpia ja raskaimpia kokemuksia, mitä vanhempi voi kohdata, on oman lapsen kuolema ja hautaaminen. Lapsi edustaa vanhempienkin elämän jatkumista, ja monet vanhemmat kokevat osan itsestään kuolevan lapsen kuoleman myötä. (Moren 2005, 31.) Lapsen menetyksen myötä monet unelmat ja toiveet tulevaisuudesta kariutuvat (esim. Moren 2005, Ylikarjula 2008, Väisänen 1999). Lapsensa juuri menettänyt kokee kuin hänestä olisi leikattu osa pois (Poijula 2002, 138).

Oman lapsen menettäminen on vanhempien suurimpia pelkoja. Lapsen kuolemaa pidetään luonnottomana ja käsittämättömänä, ikään kuin vastoin kaikkia sääntöjä. Lapsen kuoleman myötä maailmasta tulee vanhemmille turvattomampi paikka, alkaa tarkoituksen etsiminen lapsen menetykselle ja samalla omalle elämälle. Lapsen kuolema tuo esiin kysymyksiä, joihin ei ole vastauksia: Miksi juuri minun lapseni kuoli? Miten Jumala voi sallia tällaista tapahtuvan? (Ylikarjula 2008, 28–29.) Negatiivisia ajatuksia Jumalaa kohtaan esiintyy monilla vanhemmilla (Koskela 2011, 11). Lapsen menetyksessä ei ole mitään mieltä ja järkeä. Mikään ei tunnu lohduttavan, ainakaan aluksi, ja mikään ei voi koskaan korvata menetettyä lasta (Väisänen 1999, 11.) Lapsen menetys aiheuttaa voimakkaita tunnereaktioita, joista yleisimpiä ovat muun muassa tuska, kipu, ikävä, suru ja syyllisyys sekä katkeruus. Menetystä voi seurata ihmiskontaktien väheneminen ja yksinäisyyden lisääntyminen. (Koskela 2009, 2.) Monet vanhemmat kokevat yksinäisyyttä, kun ympäristön kokemusmaailma on niin erilainen. Myös seurakuntaan kohdistuneet odotukset koetaan usein jääneen täyttymättä. (Koskela 2011, 314.)

Lapsen kuolema saattaa järkyttää perheen tasapainoa, ja ongelmien esiintyminen on hyvin tavallista (Ylikarjula 2008, 30). Joskus oireilevaan parisuhteeseen menetys tulee viimeiseksi taakaksi. Vanhemmat eivät pysty tällöin jakamaan suruaan, vaan käpertyvät toistensa ulottumattomiin. Toisaalta surun hetkellä voidaan myös huomata puolison olevan se paras lohduttaja ja tuki. (Väisänen 1999, 76–80.)

Myös hyvin selviytyvän oloiset vanhemmat tarvitsevat todennäköisesti tukea jossain vaiheessa. Vanhempien on hyvä löytää uudenlainen suhde kuolleeseen lapseensa. Tässä on merkittävää lapsen elämästä ja kuolemasta puhuminen sekä muistojen kokoaminen ja vaaliminen. Lapsen kuolema on niin raskas asia, että siitä ei koskaan selviä täysin. (Ylikarjula 2008, 30–32.)

2.3 Suru ja surutyö

Surun kanssa työskenteleviä on pitkään ohjannut Elisabeth Kübler-Rossin kehittämä vaiheistetun surun malli. Nykyisin uusi tutkimus on tuonut vahvasti esiin uudenlaisen surukäsityksen, joka sopii hyvin myös sururyhmien toiminnan pohjaksi. Käsittelen tässä lyhyesti vanhaa surukäsitystä ja laajemmin niin sanottua uutta surukäsitystä. Lisäksi tuon esiin lapsen menettämiseen suruun liittyviä tutkimuksia ja niiden antia.

Elisabeth Kübler-Ross ja David Kessler kuvaavat teoksessaan ”Suru ja surutyö” surua viisivaiheiseksi prosessiksi, jossa kieltämisen, vihan, kaupanteon ja masennuksen kautta päästään hyväksymisen vaiheeseen. Nämä vaiheet ovat työvälineitä, joiden avulla voidaan ymmärtää ja muotoilla surevien tunteita. Kaikki surevat eivät kuitenkaan koe jokaista vaihetta eivätkä tässä järjestyksessä. (Kübler-Ross & Kessler 2006.)

Soili Poijula on myös kuvannut surun ja surutyön käsitettä teoksessaan ”Surutyö”. Poijulan mukaan jokaisen ihmisen suru on yksilöllinen ja suru ei ole jotakin ohimenevää vaan jotakin, jonka kanssa sureva elää. Uuden surukäsityksen mukaan sureva säilyttää kiintymyssiteen kuolleeseen mielikuvien tasolla, ja kuolema ei tarkoita suhteen loppumista. (Pojula 2002, 18–21.)

Englannin kielessä suremiselle on kaksi eri sanaa: grief ja mourning. Grief on se sisäinen merkitys, joka suremiselle annetaan. Se tunteiden ja ajatusten kokemus, jonka sureva kokee sisällään. Mourning puolestaan kuvaa sitä surua, joka ilmaistaan ulkopuolelle. Näitä ilmaisun muotoja voivat olla esimerkiksi itkeminen ja kuolleesta puhuminen. (Pojula 2002, 18–19)

Surureaktiot ovat niin fyysisiä ja psyykkisiä kuin sosiaalisiaakin. Sureva ihminen kokee monia erilaisia psyykkisiä reaktioita, mm. surua, vihaa ja ahdistuneisuutta. Fyysisiä reaktioita saattavat olla esimerkiksi painon nousu tai lasku, vapina, pahoinvointi ja uni-vaikkeudet. Sosiaalisia reaktioita puolestaan voivat olla esimerkiksi kiinnostuksen puuttuminen toisia ihmisiä kohtaan ja vieraantumisen tunne. (Poijula 2002, 40–48.)

Naisen ja miehen tapa surra eroaa myös usein toisistaan. Miehisessä eli maskuliinisessa surussa tunteita säädellään enemmän, ja viha voi olla tunteista päällimmäisenä. Selviytymiskeinona on usein ajattelu ja toiminta. Maskuliiniset surijat käyttävät ajattelua, esimerkiksi huomion kiinnittämistä muualle, selviytyäkseen voimakkaista tunteista. Toiminnan kautta puretaan myös omaa surua. Joskus maskuliiniset surijat eivät ole halukkaita jakamaan suruaan esimerkiksi sururyhmässä. (Poijula 2002, 111–114.)

Lapsensa menettäneen suru on usein masennuksen sävyttämää (Ylikarjula 2008, 33). Suru ei kuitenkaan ole mikään yksittäinen tunne, vaan kokonainen tunteiden kirjo. Koska lapsen kuollessa katkeaa kiinteä hoiva- ja tunnesuhde, voi vanhemmilla usein olla myös toiveena kuolla lapsen mukana. Nämä toiveet eivät ole itsemurha-ajatuksia, vaan kertovat vaikeudesta luopua lapsen vanhemmuuden tuomista tehtävistä. (Moren 2005, 31–32.)

Lapsen kuoleman aiheuttamassa surussa korostuu lapsen elämättä jääneen elämän sureminen. Vanhempi suree niitä kaikkia asioita, joita lapsi ei päässyt kokemaan. Samalla surraan sitä, mitä vaille itse jäädään, kun ei voida seurata lapsen kasvua ja kehitystä. (Moren 2005, 32–33.)

Ajan mittaan lapsenkin menetyksen tuottaman surun kanssa opitaan elämään. Olo alkaa keventyä, ja suru hellittää pahimman otteensa. Tässä vaiheessa vanhemmille voi tulla syyllisyyden tunteita siitä, että kuollut lapsi ei ole jatkuvasti mielessä ja pelkoa, että lapsi unohtuu. Lapsi säilyy kuitenkin aina vanhempien mielessä, surun pahin tuska vain lievittyy ja lasta on helpompi muistella. (Moren 2005, 34).

Hilkka Laakso (2000) on tutkinut lapsensa menettäneen äidin surua väitöskirjassaan ”Äidin suru alle seitsenvuotiaan lapsen kuoleman jälkeen”. Laakson tutkimuksen tarkoituksena oli analysoida äidin surun kestoa, ilmenemismuotoja ja kokemuksia, kuvailta ja

arvioida äidin surusta selviytymistä ja surun merkitystä sekä kehittää toimintamalli, joka edistäisi äidin selviytymistä. (Laakso 2000.) Äitien suruprosessin kehittymistä 5 vuotta lapsen kuoleman jälkeen on tutkittu myös Teleniuksen pro gradu -tutkielmassa (Telenius 2010). Laakson tutkimuksessa todetaan muistelun ja puhumisen olevan parhaita surutyön keinoja. Hänen tutkimuksensa mukaan parhaiten surunsa kanssa selviytyivät keskimäärin nuoremmat äidit ja ne äidit, joiden lapsella ei ollut kuolinhetkellä sisaruksia. Samoin selviytymiseen vaikutti lapsen ikä kuollessa. Alle vuoden iässä kuolleiden lasten äidit vaikuttivat selviytyvän paremmin kuin yli vuoden ikäisenä kuolleiden lasten äidit. (Laakso 2000, 9.)

Anna Liisa Aho (2010) puolestaan kuvaa väitöskirjassaan isän surua. Hänen tutkimuksessaan kartoitetaan alle 3-vuotiaan lapsensa menettäneiden isien selviytymistä surustaan tuki-interventioiden avulla. Tutkimuksen tarkoituksena on myös kuvata isien surua ja surussa tarvitsemaa tukea. Tutkimuksen mukaan tuki-interventiot vaikuttivat myönteisesti isien suruun, ja isät kokivat saadun tuen auttavan heitä selviytymään. (Aho 2010, 3.)

Rosenblattin (2000) mukaan lapsi jatkaa läsnäoloaan vanhempien elämässä, usein kuollut lapsi lasketaankin mukaan lapsilukuun. Vanhemmat haluavat muistella lasta, koska hän ja vanhemmuus ovat edelleen tärkeitä ja koska suhde lapseen jatkaa olemassaoloaan. Jotkut vanhemmat ajattelevat muiden haluavan säästää heitä olemalla mainitsematta kuollutta lasta, mutta tämä koetaan loukkaavana ja ymmärtämättömänä. Kuollut lapsi on vanhempien mielessä koko ajan muutenkin. Vanhemmat eivät unohda, eivätkä halukaan unohtaa lastaan. (Rosenblatt 2000, 123–126, 137.)

Jos surevan voimavarat ovat vähissä ja ympäristöstä saatu tuki puutteellista, voi menetyksen aiheuttama kriisi johtaa toimintakyvyn heikkenemiseen ajan kuluessa. (Pojjula 2002, 18–19). Mikäli muut kriisit tai sairaudet tai syyllisyyden tunteet estävät surun etenemistä, voi surun käsittely vaikeutua. Joissakin tapauksissa suruun luonnollisesti liittyvät masennuksen tunteet saattavat myös kehittyä hoitoa vaativaksi depressioksi. Ainakin näissä tapauksissa on tärkeää turvautua asiantuntijoiden apuun surun käsittelyssä. (Moren 2005, 34–35.)

2.4 Traumaattinen kriisi

"Mitä kammosin ja kauhistuin, se tapahtui, mitä eniten pelkäsin, se kohtasi minut. Ei rauhaa, ei lepoa, ei tyventä hetkeksikään, yhä uudelleen tuska lyö ylitseni." (Job 3:25–26)

Lapsen kuolema täyttää usein traumaattisen kriisin tunnusmerkit. Surutyön lisäksi onkin tärkeää ymmärtää myös trauman vaikutuksia, koska lapsen menetyksen jälkeen vanhemmat joutuvat surun lisäksi käymään läpi myös traumaa. Traumoihin on erityisesti perehtynyt Salli Saari.

Normaalista menetyksen kokemuksesta poiketen traumaattisen tapahtuman tunnusmerkkeinä pidetään erityisesti tilanteen ennustamattomuutta, kontrolloimattomuutta ja vaikutusmahdollisuuksien vähäisyyttä. Koko elämä muuttuu hetkessä ja samalla muuttuu elämän arvojärjestys. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 20.) Elämä muuttuu usein kolmella tavalla: Ensiksikin trauman kokenut tulee tietoiseksi omasta haavoittuvuudestaan, toiseksi elämäkatsomus ja maailmakuva muuttuvat, kolmanneksi trauman kokeneen ihmisen elämänarvot muuttuvat (Saari 2008, 24–25).

Traumatyön ja surutyön prosessit ovat usein samankaltaiset. Trauma olisi kuitenkin käsiteltävä ensin, jotta varsinaista surutyötä päästään tekemään. Käsittelemätön trauma voikin olla joskus esteenä surun käsittelylle. Kuvaavaa on, että trauman jälkeen muistikuvat tunkeutuvat usein väkisin mieleen ja puhuminen tapahtuneesta voi olla vaikeaa, vaikka juuri puhuminen olisi avuksi. Voi syntyä myös välttämiskäyttäytymistä, jossa traumasta muistuttavia asioita ja tilanteita halutaan välttää. Traumatyö onkin trauman työstämistä kohtaamalla trauma, käsittelemällä sitä puhumalla ja muilla keinoin, ja vähitellen sisäistämällä traumaattinen kokemus osaksi omaa elämänhistoriaa. (Poijula 2002, 74–76.)

Traumaattisen kokemuksen jälkeisissä reaktioissa on havaittavissa samankaltaista prosessia eri ihmisten välillä, joskin yksilöllisiä eroja löytyy myös. Nämä reagointimallit ovat tarkoituksenmukaisia ja sisäänrakennettuja. Ne yleensä auttavat ihmistä selviytymään hyvin vaikeistakin tilanteista ja kokemuksista. Saari kuvaa traumaattisen kokemuksen käsittelyä vaihemallilla, joka traumaattisen tapahtuman jälkeen alkaa sokkivai-

heesta edeten reaktiovaiheen ja työstämis- ja käsittelyvaiheen kautta uudelleen orientoitumisvaiheeseen. (Saari 2008, 41–67.)

Sokkivaihe kestää yleensä muutamasta tunnista vuorokauteen. Sokkivaiheessa ihmisen mieli suojaa sellaiselta tiedolta, mitä hän ei kykene vielä ottamaan vastaan ja käsittelemään. Tunnetta kuvataan usein epätodelliseksi, tapahtuma ei tunnu todelta. Sokkivaiheessa aistit terävöityvät ja tietyt tapahtumat piirtyvät tarkasti muistiin. Aika saattaa tuntua pidemmältä kuin mitä se todellisuudessa on, aivot toimivat ikään kuin ylikierroksilla. Vaihetta leimaa yleensä myös tunteiden puuttuminen ja kipuaistin puute. Sokissa oleva usein säilyttää toimintakykynsä, mutta pieni vähemmistö joutuu paniikkiin tai lamaantuu täysin. (Saari 2008, 42–49.)

Sokkivaihetta seuraa reaktiovaihe, joka yleensä kestää muutamia päiviä. Reaktiovaiheessa aletaan tulla tietoiseksi siitä, mitä on tapahtunut. Sen myötä tulevat myös tunteet voimakkaasti pintaan. Tunteiden kirjo on suuri, ja itkun lisäksi esiintyy usein vihaa, joskus myös häpeää ja pelkoa. Reaktiovaiheeseen liittyy usein myös voimakkaat somaattiset oireet, esimerkiksi vapina, sydänoireet ja pahoinvointi. Toisten ihmisten kohtaaminen voi olla vaikeaa, kun ympäristö ei tiedä miten suhtautua: ottaako asia puheeksi vai olla niin kuin mitään ei olisi tapahtunut. Järkyttävän tapahtuman kokeneelle pitäisi kuitenkin ilmaista, että tietää mitä on tapahtunut, ja ilmaista osanottonsa. (Saari 2008, 52–60.)

Reaktiovaiheen jälkeen siirrytään työstämis- ja käsittelyvaiheeseen, jossa kokemuksen käsittely siirtyy enemmän sisäänpäin omaan mieleen ja käsittelyprosessi hidastuu. Trauman kokenut saattaa vetäytyä yksinäisyyteen. Alussa menetys on koko ajan mielessä, vähitellen mielen voi täyttää muutkin asiat, mutta mikä tahansa asia saattaa tuoda jälleen mieleen menetetyn läheisen ja tunteet tulevat taas pintaan voimakkaina. Tässä vaiheessa saattaa esiintyä esimerkiksi muisti- ja keskittymisongelmia, kun tapahtuman käsittelyyn on sidottu paljon sisäistä energiaa. Joustokyky ihmissuhteissa on työstämisvaiheessa vähäistä ja tästä johtuen saattaa esiintyä epätyypillisiä raivokohtauksia ja ärtymistä, joka kohdistuu niin ulkopuolisiin ihmisiin kuin läheisiinkin. (Saari 2008, 60–65.)

Uudelleen orientoitumisen vaiheessa alkaa sopeutuminen traumaattisen tapahtuman tuomiin muutoksiin luopumisen ja surun kautta. Luopuminen on vaikeaa, mutta lopulta menetyksestä tulee levollinen osa itseä. Tapahtunutta voi ajatella tuntematta voimakasta ahdistusta tai pelkoa. (Saari 2008, 67–68.)

2.5 Vertaistuki surussa

Useat väitöskirjat ja opinnäytetyöt kuvaavat sitä samaa asiaa, mitä surevat vanhemmat itse tuovat usein julki: saman kokeneiden tapaaminen auttaa. Lapsensa menettänyttä ymmärtää parhaiten toinen saman kokenut. Käsittelen tässä kappaleessa vertaistuen merkitystä sekä sen erilaisia muotoja.

Teoksessa ”Lapseni on kuollut – jäi jälkeen kaipuu, jäi sanaton suru” (2005) Leena Minkkinen kuvaa perheen tarvetta tukiryhmään ja tarvetta jakaa tunteitaan ja suruaan saman kokeneiden ihmisten kanssa. (Minkkinen 2005.) Myös Ylikarjulan (2008) ja Laakson (2000) mukaan saman kokeneiden tuki, on lapsensa menettäneille erittäin tärkeää. Saman kokeneiden kanssa on helppo puhua, ja vaikeistakin asioista on luvallista keskustella (Laakso 2000, 95).

Ahon tutkimuksessa todetaan isien kokeneen vertaistuen terveydenhoidosta saadun tuen ohella tärkeäksi (Aho 2010). Eeva Telenius (2010) toteaa niin ikään pro gradu -tutkimuksessaan että vertaistuki on selviytymisen kannalta äitien mielestä elintärkeää. Tuen piiriin pitäisi päästä heti lapsen menetyksen jälkeen, ja toisaalta tarvetta tunteiden jakamiselle ja toisten vertaisten tukemiselle on vielä useiden vuosienkin kuluttua menetyksestä. (Telenius 2010, 75.)

Vertaistukea lapsen menetyksen jälkeen, on tutkittu useassa opinnäytetyössä. Tanja Koskela (2005) on tutkinut lapsen menetyksen aiheuttaman surun käsittelyä internetissä toimivassa oma-apuryhmässä. Internetapuryhmiin on niin ikään perehtynyt Erja Paavilainen (2008), joka on tutkinut pro gradu -työssään lapsensa menettäneiden äitien kokemuksia vertaistuesta Internetin keskustelupalstalla. Ulla Peiju-Risu (2011) on tutkinut opinnäytetyössään vanhempien odottamaa ja saamaa tukea lapsensa äkillisen kuoleman jälkeen. Elke Barta (2006) on puolestaan tutkinut opinnäytetyössään SOS-

kriisikeskuksen lapsensa menettäneiden vertaistukitoimintaa ryhmänvetäjän näkökulmasta.

Ihmisillä on usein tarve jakaa kokemuksiaan saman kokeneiden kanssa (Nylund 2005, 195). Vertaistuella on suurta merkitystä erityisesti vaikeissa elämäntilanteissa (Laimio & Karnell 2010, 11). Lapsensa menettäneet vanhemmat kokevat, että lapsen menetyksen kokemusta ei voi ymmärtää täysin kukaan muu kuin saman kokenut (Laakso 2000, 102). Samanlaisen kokemuksen kautta vertaiset tietävät jotain toistensa tunteista ja voivat kokea tullessa ymmärretyksi jo puolesta sanasta. Vertaisten tapaaminen voi auttaa ymmärtämään, että omat tunteet ja reaktiot ovat normaaleja ja prosessiin kuuluvia. Toinen vertainen voi olla myös esimerkkinä selviytymisestä. (Laimio & Karnell 2010, 18–19.)

Vertaistukea voi saada monella eri tavalla. Vertaistukea voi olla kahden saman kokeneen ihmisen välillä, vertaisryhmässä tai -verkostossa. Vertaistukea voi löytyä omasta luonnollisesta sukulais- tai ystäväverkostosta. Sitä voi saada myös ennalta tuntemattomilta ihmisiltä erilaisissa vertaisryhmissä tai internetin avoimissa tai suljetuissa ryhmissä. (Nylund 2005, 203.) Erilaisten vertaisryhmien ja -verkostojen määrässä on tapahtunut kasvua viime vuosien ja vuosikymmenten aikana. Myös julkisuudessa vertaistuesta on keskusteltu viime aikoina paljon. 2000-luvulla erityisesti verkossa oleva niin sanottu virtuaalivertaistuki on yleistynyt. (Nylund 2005, 195–201.)

Lapsensa menettäneelle voi löytyä vertaistukea seurakunnan lisäksi esimerkiksi Käpylapsikuolemaperheet ry:n ja Suomen mielenterveysseuran kautta. Sylva ry. järjestää vertaistukea lapsensa syöpään menettäneille, Surunauha ry. puolestaan läheisensä itsemurhan kautta menettäneille ja Huoma ry. läheisensä henkirikoksen uhrina menettäneille. Lisäksi eri sairaalat voivat järjestää omia ryhmiään lapsensa menettäneille vanhemmille. Internetissä toimii myös useita keskusteluryhmiä lapsensa menettäneille. Lapsensa menettäneen eri tukimahdollisuuksista löytyy lisää tietoa liitteessä 1.

3 LAPSEN KUOLEMA JA SEURAKUNTA

3.1 Jumala-suhde lapsen kuoleman jälkeen

"Jeesus sanoi: 'Minä olen ylösousemus ja elämä. Joka uskoo minuun, saa elää vaikka kuoleekin, eikä yksikään, joka elää ja uskoo minuun, ikinä kuole. Uskotko tämän?' " (Joh. 11:25–26)

Surutyössä nousevat helposti esiin vaikeat miksi -kysymykset. Varsinkin lapsen kuoleman kohdalla vanhemmat saattavat miettiä, miksi vasta elämänsä alussa olevan päivät loppuivatkin liian aikaisin. Myös kysymykset Jumalasta nousevat usein esiin.

Miksi ihmisten päivien määrä on niin eri mittainen? Se jää meille salaisuudeksi aikojen loppuun asti, jolloin lopulta saamme vastauksen. Kristillinen toivo on, että kaikki ei pääty kuolemaan, vaan Jeesus on voittanut kuoleman omalla kuolemallaan ja näin avannut tien iankaikkiseen elämään. (Elo 2005, 124–125.)

Harri Koskelan (2011) tuoreessa väitöskirjassa on tutkittu vanhempien spiritualiteettia lapsen menetyksen jälkeen. Koskela analysoi 64 lapsensa menettäneen vanhemman kirjettä väitöskirjaansa varten. Lähdeaineiston mukaan lapsen kuolemalla on monenlaisia pitkäaikaisia ja kokonaisvaltaisia vaikutuksia vanhempien spiritualiteettiin, ja menetyksen seurauksena vanhempien hengellinen elämä joko aktivoitui tai passivoitui. Koskelan mukaan hengellisyyteen liittyvien kysymysten huomioiminen, henkisen tuen ohella, on tärkeää. (Koskela 2011, 11–13.)

Lapsen menetyksen jälkeen vanhemmilla ilmenee usein kielteisiä tunteita Jumalaa kohtaan, osittain siksi että vanhemmat kokevat Jumalan olevan vastuussa lapsensa kuolemasta. Toisaalta vanhemmat saattavat myös kokea rauhaa ja iloakin Jumalan läheisyydestä surun keskellä. Koskelan mukaan lapsensa menettäneiden vanhempien keskuudessa on havaittavissa, että menetyksen jälkeen hengellinen elämä joko aktivoituu tai passivoituu. (Koskela 2011, 313–314.) Myös Rosenblatt toteaa tutkimuksessaan, että lapsen kuolema tuo haasteen vanhemman Jumala-suhteelle (Rosenblatt 2000, 212–215).

Koskelan mukaan Jumala-suhde lapsen menetyksen jälkeen kuvautuu eri tavoin. Syvenyneessä Jumala-suhteessa vanhempien kuva Jumalasta säilyy myönteisenä ja vanhemmat turvautuvat ja luottavat Jumalaan myös menetyksen jälkeen. Jumala-suhteen löytäneet vanhemmat puolestaan kuvaavat ensireaktion kapinaa ja vihaa, mutta menetyksen myötä vuosien kuluessa vanhemmat kääntyvät Jumalan puoleen ja kokevat uskoontulon. Muuttumaton Jumala-suhde kuvautuu niin, että vanhempien hengellinen elämä jatkuu aktiivisena surun syvimmän vaiheen jälkeen ja jälleennäkemisen toivo elää vahvana. (Koskela 2011, 316–318.)

Osa vanhemmista kokee tilapäisen kriisin, jossa lapsen kuoleman jälkeen Jumalan ajattellaan olevan julma ja epäoikeudenmukainen. Toisaalta koetaan lapsen menetyksen olevan myös rangaistus Jumalalta. Myöhemmin kehitys kääntyy myönteisemmäksi, ja Jumala koetaan oikeudenmukaisena ja rakastavana. Osalla vanhemmista Jumala-suhde katkeaa lapsen menetyksen myötä kokonaan. Jumalakuva vaihtuu epäoikeudenmukaiseksi ja pahaksi, ja muutos jää pysyväksi. Jumalaa kohtaan tunnetaan vihaa, katkeruutta ja epäluottamusta. (Koskela 2011, 318–319.)

3.2 Seurakunnat surevien omaisten tukena

”Iloitkaa iloitsevien kanssa, itkekää itkevien kanssa.” (Room. 12:15)

Nekin surevat vanhemmat, jotka eivät muuten ole aktiivisesti seurakunnan toiminnassa mukana, kohtaavat surunsa akuutissa vaiheessa seurakunnan työntekijöitä hautajaisten ja niihin liittyvän toimituskeskustelun myötä. Surevat vanhemmat elävät erityisen herkkää elämänvaihetta, ja heidän empaattiseen kohtaamiseen olisikin panostettava. Surun koettu lohduttava kohtaaminen voi kantaa pitkälle, toisaalta loukkaava toiminta saattaa tuntua pahalle vielä vuosienkin jälkeen ja vieraannuttaa seurakunnasta entisestään. Kerron tässä kappaleessa yleisesti seurakuntien järjestämästä tuesta surun kohdassa. Eri seurakunnat poikkeavat kuitenkin toisistaan, ja joissakin seurakunnissa apua saatetaan tarjota myös tässä mainittua laajemmin.

Ingela Bendt pitää surevan vanhemman ja seurakunnan työntekijöiden kohtaamisessa tärkeänä sitä, että vanhemmat voivat heidän kanssaan purkaa myös negatiivisia tunteita

Jumalaa kohtaan. Raamatun teksteistä parhaimpina saattavat kuvautua tässä vaiheessa tekstit, joissa on jonkinlainen protesti läsnä, esimerkiksi Jobin kirjasta. Toisaalta vanhemmille olisi sekasortoisessa tilanteessa välitettävä edes jossain muodossa toivoa siitä, että tuskasta voi selvitä ajan kanssa. Hautajaiset ovat tärkeässä roolissa lapsen kuoleman jälkeen, ja siksi onkin erittäin tärkeää, että ne sujuvat hyvin. (Bendt 2000, 215–220.)

Seurakunnat ovat myös tarvittaessa tukena muutenkin kuin hautajaisten osalta. Erityisesti diakoniatyöntekijät ja papit ovat surevan tukena menetyksen jälkeen. Keskustelujen lisäksi kuoleman jälkeen on mahdollista viettää papin tai muun seurakunnan työntekijän kanssa saattohartaus esimerkiksi sairaalan kappelissa tai kotona. Lisäksi seurakunnasta voi tulla suruvierailulle kotiin esimerkiksi pappi, diakoniatyöntekijä tai vapaaehtoinen lähimmäinen. Näitä käyntejä tehdään tarvittaessa surevan kotiin useamman kerran. Suuressa osassa seurakunnista järjestetään myös säännöllisesti sururyhmiä, jotka kokoontuvat noin 5-10 kertaa. (Suomen evankelisluterilainen kirkko, kuoleman lähellä i.a.)

Lähes joka seurakunnassa järjestetään myös vainajien muistopäivän tilaisuus, jossa muistellaan edellisen vuoden aikana kuolleita. Monissa seurakunnissa muistetaan jokaista poisnuokkunutta erikseen, ja samalla omaiset voivat kokea yhteyttä toisiin sureviin. Seurakunnat voivat olla myös mukana järjestämässä kriisiryhmätoimintaa traumaattisissa kuolintapauksissa. (Harmanen 1997, 61–68.) Joissakin seurakunnissa järjestetään myös esimerkiksi leirejä läheisensä menettäneille ja erilaisia suruun liittyviä messuja tai keskusteluiltoja (Käpy-lapsikuolemaperheet ry. 2012).

3.3 Sururyhmät seurakunnissa

Sururyhmä on paikka, jossa surevilla omaisilla on tilaa ilmaista tunteitaan ja puhua surustaan (Rautama 2004, 5). Sururyhmä on toinen toisistaan välittävien ja tukevien ihmisten muodostama vertaisryhmä, jossa on lupa surra ja keskustella myös vaikeista kysymyksistä. Työntekijälle sururyhmän ohjaaminen on vaativaa työtä, koska surijat ovat herkässä vaiheessa ja elämäntilanteessa. (Koponen 2004, 3.) Seurakunnan sururyhmässä kristillinen identiteetti on vahvuus, sillä se luo turvallisuuden tunnetta ja herättää luottamusta (Rautama 2004, 7).

Seurakunnan sururyhmiä on tutkittu Suomessa melko vähän. Lapsensa menettäneiden sururyhmiin liittyen en hakuryityksistä huolimatta löytänyt yhtään aiempaa tutkimusta, niin seurakuntien kuin muidenkaan järjestäjätahojen osalta. Laajimman tutkimuksen seurakuntien sururyhmiin liittyen on toteuttanut Eija Harmanen vuonna 1997. Vanhempiä pro graduja, yleisesti sururyhmiin liittyen, löytyy Anne Ryhäsen (2002), Piia Kempaisen (2004) sekä Eija Harmasen (1996) tekeminä. Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöistä löytyy Riikka Huuskosen tekemä tutkimus Espoon seurakuntien sururyhmistä (2001).

Harmanen on tutkinut väitöskirjassaan ”Sielunhoito sururyhmässä” sururyhmien toimintaa ohjaajan näkökulmasta evankelisluterilaisessa kirkossa. Harmasen tutkimustehtävänä oli analysoida sururyhmien kontekstia ja sielunhoidon tapaa sekä ryhmän toimintaa ja suruprosessin ilmenemistä ryhmässä. (Harmanen 1997.) Harmanen on ollut mukana myös kehittämässä opasta sururyhmän ohjaajalle. Opas ”Kuuletko kun kysyn ja huudan?” ilmestyi vuonna 2004, ja se käsittelee käytännönläheisesti sururyhmän vetämistä. (Harmanen ym., 2004.)

Sururyhmiä on järjestetty suomalaisissa seurakunnissa 1970-luvulta lähtien. Ryhmien määrä kasvoi merkittävästi 1980-luvulla, ja 2000-luvun alkupuolella sururyhmät kuuluivat joka toisen seurakunnan vuosittaiseen toimintaan (Harmanen 1997, 72; Koponen 2004, 3.) Sururyhmiä järjestävät seurakuntien lisäksi muun muassa sairaalat ja eri järjestöt (Minkkinen 2005, 85). Lapsensa menettäneelle vanhemmalle olisi Koskelan tutkimuksen mukaan tärkeää saada monipuolista apua suruunsa muun muassa sururyhmän muodossa (Koskela 2011).

Harmasen mukaan seurakunnan sururyhmiin osallistui suhteessa huomattavan paljon poikkeavalla tavalla kuolleitten omaisia, ja sururyhmät olivat pystyneet tukemaan traumaattisen kuoleman aiheuttaman kriisin ja surun läpikäymistä. Apu sururyhmissä saatiin ohjaajien mielestä keskustelun ja yhteyden kokemisen avulla. Vaikeimmin autettaviksi koettiin omaiset, jotka olivat katkeroituneet tai lukkiutuneet suruunsa. Myös lapsensa menettäneet koettiin tässä tutkimuksessa vaikeammin autettaviksi yhdessä muun muassa itsemurhan tehneiden ja äkkikuolemaan läheisensä menettäneiden kanssa. Kuitenkin nämäkin omaiset olivat kokeneet saavansa ryhmistä apua. Harmasen mukaan on

tärkeää, että ryhmään otetaan vähintään kaksi samantyyppisen poikkeavan menetyksen kokenutta tai että tietyille ryhmille järjestetään omat sururyhmänsä. (Harmanen 1997, 247–249.)

Harmasen ym. (2004) kokoamassa oppaassa sururyhmien vetäjille on aiheet kahdeksalle sururyhmäkerralle. Aiheet etenevät tutustumisen ja surun teeman kautta muistoihin, suuriin kysymyksiin ja toivoon. Rautaman (2004) mukaan ryhmä toimii parhaiten kun ryhmäläisiä on 4-10. Parhaiten ryhmä toimii kiinteänä ryhmänä, jossa ryhmäläiset ovat samat ensimmäisestä viimeiseen kertaan asti. Sururyhmän tilan olisi hyvä olla rauhallinen, viihtyisä ja sellainen, että osallistujilla on näköyhteys toisiinsa.

Ryhmän yhteisistä säännöistä tärkeimpiä ovat luottamuksellisuus, tilan anto toisille ja toisten kunnioittaminen. Ryhmän asioita ei ole lupa puhua ryhmän ulkopuolella. Toisille ryhmäläisille annetaan tilaa puhua keskeyttämättä ja kunnioitetaan toisten tunteita ja ajatuksia. Ohjaaja voi rohkaista hiljaisempia ryhmäläisiä puhumaan, toisaalta myös vain kuuntelemalla voi saada paljon. (Rautama 2004, 6-7.)

Sururyhmässä suositellaan olevan aina kaksi vetäjää, joista ainakin toinen on seurakunnan työntekijä. Ryhmänvetäjiltä vaaditaan kokemusta ja riittävää perehtyneisyyttä suruun liittyviin teorioihin. Etukäteen on hyvä sopia ryhmänvetäjien rooli, onko toinen päävetäjä vai vuorotellaanko vastuussa. Ohjaajien tärkein työväline on kuuntelutaito ja kaikkien ryhmäläisten osallisuuden vahvistaminen. (Rautama 2004, 6). Jauhiaisen ja Eskolan (1994) mukaan ryhmäprosessin alku ja loppu ovat ohjaamisen kannalta vaativimpia vaiheita. Alussa määritellään työskentelyn suunta ja lopussa ryhmäläisiä on tuettava ryhmästä irrottautumisessa. (Jauhiainen & Eskola 1994, 156–157.)

Lapsensa menettäneiden sururyhmän ohjaamisessa tärkeitä työvälineitä ovat empaattinen ohjaaminen, tilan antaminen ja tasapuolisesta ajankäytöstä huolehtiminen. Myös ohjaajien oma elämäkokemus on hyödyksi, varsinkin kun ryhmässä usein nousee vaikeita kysymyksiä, joihin ei ole vastauksia. Ryhmäläiset itsessään antavat omien kokemustensa kautta toisilleen paljon tukea. Ryhmänohjaajien jaksamista silmällä pitäen, on hyvä järjestää ohjaajien väliset palaverit ennen ja jälkeen jokaisen ryhmän. (Suutala 2004, 63–65.)

Lapsensa menettäneiden ryhmään suositellaan etukäteisilmoittautumista ja haastattelua, jotta ohjaajat voivat paremmin kartoittaa sururyhmän sopivuuden jokaisen vanhemman kohdalla erikseen. Ensimmäisen puolen vuoden aikana menetyksen jälkeen, vanhemman voi olla vaikeuksia keskittyä muiden surun läpikäymiseen. Toisaalta tarkkoja aikarajoja ei tulisi laittaa, vaan jokainen tapaus olisi arvioitava erikseen. Ryhmään voi tulla myös, vaikka menetyksestä olisi kulunut jo useampi vuosi. Koko perheelle on hyötyä siitä, että vanhemmat tai toinen vanhemmista osallistuu sururyhmään. (Suutala 2004, 64–65.)

Lapsensa menettäneiden sururyhmä toimii parhaiten suljettuna ryhmänä, jolloin ryhmään ei tule uusia jäseniä kesken ryhmän toiminnan. Suljetussa ryhmässä pääsevät luotamukselliset suhteet paremmin muotoutumaan. Ryhmäläisiä voi olla 6-10, mutta pienempiäkin ryhmiä, esimerkiksi kolmen vanhemman ryhmiä, kannattaa vielä järjestää. Ryhmässä voi olla hyvä käyttää erilaisia virikkeitä, kuten suruun liittyviä esineitä, musiikkia ja valokuvia. Ryhmän loppumisen jälkeen on tärkeää antaa vanhemmille yhteystietoja siitä, keihin voi olla yhteydessä ryhmän päättymisen jälkeen. (Suutala 2004, 65–66.)

4 TAVOITTEENA LUODA TOIVOA JA SELVITTÄÄ TUKEEKO RYHMÄ VANHEMPIA SURUSSA

Opinnäytetyöni on toiminnallinen. Keskeisin toiminnallinen osuus on järjestää Siilinjärven seurakunnassa sururyhmä lapsensa menettäneille keväällä 2010. Toiminnallisen osuuden tavoitteena on tuoda vanhemmille toivoa selviytymisestä surun kanssa, luoda puitteet toisten vertaisten tapaamiseen sekä luoda kristillistä toivoa jälleennäkemisestä.

Vaikka toiminnallisessa opinnäytetyössä ei ole välttämättä selkeää tutkimuskysymystä, johon tulisi saada vastauksia, on hankkeessani tarkoituksena selvittää sitä, onko seurakunnan lapsensa menettäneiden sururyhmä hyvä tukimuoto sureville vanhemmille ja mitkä tekijät nousevat mahdollisesti keskeisiksi avun ja tuen kannalta. Tätä kartoitetaan havainnoinnilla sekä sururyhmästä kerätyllä palautteella. Koska useat seurakunnat eivät vielä järjestä säännöllisesti lapsensa menettäneiden sururyhmiä, voi tuloksilla olla jotain vaikutusta siihen, järjestetäänkö ryhmiä tulevaisuudessa lisää.

5 HAVAINNOINTI JA KYSELY KARTOITTAMASSA SURUUN SAATUA TUKEA

Sururyhmätoiminta on vakiintunut yhdeksi tärkeäksi seurakuntien toimintamuodoksi, ja sururyhmätoimintaan on olemassa erilaisia oppaita. Tässä tutkimuksessa käytetään sururyhmän toteuttamisessa soveltaen Harmasen ym. (2004) opasta sururyhmien vetämiseen. Lisäksi ryhmissä käytetään omia runojani herättämään keskustelua ja sanoittamaan surun tunteita. Sururyhmätoiminnasta seurakunnissa kerrotaan tarkemmin luvussa 3.3., ja tämän tutkimuksen ryhmän suunnittelusta ja toteuttamisesta luvussa 6.

Palautetta ryhmän toimivuudesta ja antamasta tuesta kartoitetaan osallistuvan havainnoinnin ja palautekyselyn kautta. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija osallistuu tutkittavien toimintaan. Tutkija jakaa myös omia elämäkokemuksiaan tutkittavien kanssa. Jotta eettisiä ongelmia ei synny, tulee tutkittaville heti ilmaista, että tutkija tekee havainnoita ryhmästä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 211–212). Tässä tutkimuksessa havainnot ryhmästä kirjataan jokaisen ryhmäkokoontumisen jälkeen, jotta ryhmäprosessia ei häirittäisi. Havainnot raportoidaan ryhmien kokoontumiskertojen kuvauksissa luvussa 6.3.

Ryhmälle jaettava palautekysely on informoitu kyselylomake, jossa osa kysymyksistä on esitetty monivalintakysymyksinä ja osa kysymyksistä avoimina kysymyksinä. Informoitu kysely tarkoittaa sitä, että kysely, eli tässä tapauksessa palautelomake, jaetaan vastaajille henkilökohtaisesti, ja samalla kyselyä ohjeistetaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 196–197.) (Liite 2). Osa ryhmän toimintaan liittyvistä kysymyksistä on esitetty monivalintakysymyksinä siksi, että niihin olisi heti lomakkeen alussa helppo vastata, ja näin ollen kysymykset kannustaisivat myös jatkamaan kyselyä eteenpäin. Loppukyselyn avoimet kysymykset on valittu siksi, että niillä saadaan vastaajien henkilökohtaiset ajatukset ja toiveet paremmin esiin. Palautelomakkeet analysoidaan sisällönanalyysin avulla. Analysoinnin toteuttamista kuvataan enemmän tulos-osiossa sekä liitteessä 3.

6 LAPSENSA MENETTÄNEIDEN SURURYHMÄN JÄRJESTÄMINEN

6.1 Suunnittelu

Idea lapsensa menettäneiden sururyhmän järjestämisestä syntyi Siilinjärven seurakunnan diakoniatyöntekijän Helena Mattisen ehdotuksesta. Olimme järjestäneet yhdessä pari vuotta aikaisemmin vastaavanlaisen ryhmän ja kokeneet sen hyväksi. Opinnäytetyön liittäminen ryhmän järjestämiseen tuntui luontevalta.

Tämän tutkimuksen sururyhmää suunnitellessa käytimme apuna Harmasen ym. (2004) sururyhmien ohjaajien opasta. Yhdistimme oppaan teemoja ja sovelsimme niitä paremmin kokoontumismäärään ja lapsen menetyksen käsittelyyn sopiviksi. Viiden kokoon-tumiskerran aiheet olivat tutustuminen, surun ristiaallokossa, miten selviän arjessa, muistojen ilta sekä toivo ja tulevaisuus. Jotta menetetyt lapset olisivat konkreettisemmin läsnä ryhmässä, päädyimme pyytämään vanhempia tuomaan kuvan lapsestaan joka kerta ryhmään mukaan. Omat runoni lapsen menetyksen tuskasta ja tunteista sopivat hyvin mukaan ryhmän toimintaan, joten niistä valittiin jokaiselle kerralle kaksi teemaan sopivaa runoa. Runojen tarkoituksena oli auttaa vanhempia surun käsittelyssä ja hiljentää aiheen äärelle.

Käpy-lapsikuolemaperheet ry. on toteuttanut vertaisryhmiä niin, että osallistuvien vanhempien lapsen ikää kuollessa tai kuolintapaa ei ole haluttu rajata (Maarit Kivikko 2011, henkilökohtainen tiedonanto). Siksi perusteellisen mietinnän jälkeen päädyin siihen, että sururyhmästä ei rajata myöskään ketään pois lapsen iän perusteella, mikäli ryhmästä on hänelle tukea surussa.

Tilaksi varasimme Siilinjärven seurakunnan Vuorelan kirkolta rauhallisen ja tunnelmal-lisen takkahuoneen, jossa kaikkien osallistujien oli mahdollista istua suuren pöydän ääressä. Saimme Siilinjärven seurakunnalta myös iltapala-tarjoilut kokoon-tumisiin. Vuorela sijaitsee Kuopion ja Siilinjärven puolivälissä, ja arvelimme lyhyemmän matkan madaltavan kuopiolaisten kynnystä osallistua ryhmään. Tilojen ja henkilökunnan käytettävyys pakottivat tiivistämään kokoon-tumismäärän viiteen kertaan, mikä on suositel-tua vähemmän (esim. Harmanen ym. 2004).

Päätimme että muut kerrat, viimeistä kertaa lukuun ottamatta, sujuisivat samantyyppisellä kaavalla. Aluksi olisi pieni hetki kuulumisten vaihtamista kahvin ja teen lomassa, ja sen jälkeen varsinainen ryhmä aloitettaisiin cd:ltä kuunneltavalla laululla, sekä kynttilöiden sytyttämisellä lasten kuvien edessä. Laulun jälkeen ohjaaja kertoisi illan teeman ja muut mahdolliset asiat, kuten säännöt. Sen jälkeen lukisin runon ja aloittaisin omalla kertomuksellani illan teemaan liittyen. Tämän jälkeen jokaisella olisi halutessaan vuorollaan puheenvuoro, ja kierroksen jälkeen olisi vapaata keskustelua. Ryhmä päätettäisiin tasan klo 20 Herran siunaukseen. Viimeinen kerta voisi olla, ryhmän niin halutessa, vapaampaa keskustelua.

Kristillistä toivoa pyrittäisiin välittämään niin vapaassa keskustelussa kuin vertaisohjaajankin omakohtaisissa kertomuksissa. Keskustelun tulisi kuitenkin ohjautua osallistujien ehdolla. Musiikki valittaisiin myös kristilliseksi ja lohdulliseksi. Jokaisen ryhmän päätävässä Herran siunauksessa tuotaisiin myös esille Jumalan huolenpito surun keskellä.

6.2 Tiedotus ja ilmoittautumiset

Tiedotus on eräs tärkeä osuus ryhmän kokoamista ajatellen. On tärkeää tavoittaa surevat vanhemmat, jotka kenties eivät osaa katsoa tarkkaan seurakunnan ilmoituksia. Näkyvyyttä pyritään hakemaan eri tiedotuskanavien kautta.

Yhteistyötahoina Kuopion yliopistollinen sairaala ja Käpy-lapsikuolemaperheet ry. saavuttivat osan lapsensa menettäneistä vanhemmista henkilökohtaisesti. Myös itselläni oli kontakteja niin henkilökohtaisesti kuin internetin välityksellä sureviin vanhempiin. Paikallislehtien kiinnostusta herättämällä saimme sururyhmän alkamisen laajemman yleisön tietoisuuteen. Kaksi paikallislehteä teki haastattelun menetyksestäni, ja samalla ryhmää voitiin mainostaa (Liitteet 4 ja 5).

Parhaiten siilinjärveläiset hiljattain lapsensa menettäneet tavoitettiin kirjeitse. Osoitetiedot löytyivät kirkkoherranviraston kautta. Parin viime vuoden aikana alaikäisen lapsensa menettäneitä ei kuitenkaan Siilinjärven kirkkoherranviraston tietojen mukaan ollut kuin kaksi kappaletta ja kumpikaan näistä perheistä ei osallistunut kirjeen saatuaan

ryhmään. Kuopion yliopistollisen sairaalan kautta lähetettiin myös muutama henkilökohtainen kirje Siilinjärven ulkopuolelle, samoin itse lähetin yhden henkilökohtaisen kirjeen Siilinjärven ulkopuolelle.

Lisäksi ilmoituksia ryhmän alkamisesta jaettiin ilmoitustaululle eri puolilla Siilinjärveä, muun muassa kauppoihin, terveyskeskukseen ja kirjastoon. Neuvolassa ilmoitukset jaettiin henkilökohtaisesti terveydenhoitajille (Liite 6). Myös Kirkko ja Koti -lehti julkaisi ryhmästä ilmoituksen.

Ryhmään ilmoittautui lopulta seitsemän pariskuntaa tai vanhempaa, yhteensä yhdeksän henkilöä. Lisäksi ilmoittautui myös yksi kohtuun kuolleen lapsen äiti, mutta koska hänelle ei olisi löytynyt vastaavankaltaisen menetyksen kokenutta vertaista tästä sururyhmästä, ohjasin hänet Käpy-lapsikuolemaperheet ry:n vertaistukiryhmään, jossa toimin itse myös ohjaajana. Ryhmään ilmoittautuneista yksi vanhempi ja yksi pariskunta olivat saaneet tiedon henkilökohtaisen kirjeen kautta. Muut vanhemmat olivat ilmoittautuneet ryhmään lehtiartikkelien perusteella. Lehtiartikkelit osoittautuivat siis selkeästi tehokkaiksi keinoiksi antaa tietoa alkavasta ryhmästä. Myös henkilökohtaiset kirjeet olivat tärkeitä varsinkin niillä alueilla, missä lehtiartikkelit eivät ilmestyneet.

Ryhmään ilmoittautuneille lähetimme etukäteen kirjeen (Liite 7), joka sisälsi ohjaajien yhteystietojen lisäksi tiedot kokoontumispaikasta ja -ajankohdista sekä eri iltojen teemoista. Kirjeessä oli myös tietoa ryhmän keskeisistä säännöistä, kuten vaitiolosta ja tasapuolisesta tilan antamisesta jokaisen surulle. Toiveena oli, että vanhemmat pääsisivät mahdollisuuksien mukaan osallistumaan jokaiselle kerralle.

6.3 Ryhmien kulku ja havainnot

6.3.1 Ensimmäinen kokoontuminen - tutustuminen

Ryhmän alkamispäivänä sain tiedon varsinaisen ohjaajan pitkästä sairauslomasta. Ryhmää ei suositella vedettäväksi yksin, joten jouduin pohtimaan perutaanko ryhmä kokonaan vai vedäkö ryhmän kuitenkin yksin. Sain onneksi tiedon toisesta mahdollisesta kirkon alan ja sururyhmien vetämisen ammattilaisesta, joka voisi tulla ohjaajaksi.

Ohjaajaparini vaihtui siis juuri ennen ensimmäisen ryhmän alkua. Ehdimme käydä ennen ryhmää läpi osallistujat ja ryhmän säännöt sekä pidimme pienen rukouksen ennen ryhmän alkamista.

Yksi ryhmäläisistä oli ennakkoon ilmoittanut, ettei voisi osallistua ensimmäiseen kertaan. Muut ryhmäläiset olivat ensimmäisellä kerralla paikalla. Kahvin ja teen lomassa kävimme aluksi läpi säännöt:

- luottamuksellisuus: asioista ei puhuta ryhmän ulkopuolella.
- jokaisen surulle tilaa: jokaiselle annetaan puheenvuoro ja puhujaa ei keskeytetä tai kommentoida. Halutessaan voi myös olla puhumatta. Saa itkeä tai olla itkemättä.
- suljettu ryhmä: ryhmään otetaan vain ennalta ilmoittautuneet, ja ryhmään ei tule uusia jäseniä kesken ryhmän toiminnan.

Kuuntelimme cd:ltä Johanna Kurkelan laulun ”Juurrun ikävään”, ja samalla sytytimme kynttilät lasten kuvien eteen. Sen jälkeen luin runoni ”Tätäkö?”. Aloitimme kierroksen sillä, että kerroin omasta menetyksestäni.

Tätäkö?

*Olen pettynyt sinuun Elämä.
Niin paljon uskoin ja toivoin.
Tasaista, edes välillä, sitä pyysin.*

*Yhtä rakasta viereeni jäämään,
yhtä edes, sitä pyysin.
Sitä yhtäkään en saanut pitää.*

*Tätäkö elämä on?
Tätäkö loppuun asti?
Olen lakannut pyytämästä.
Olen lakannut toivomasta*

Sytytin myös toisenkin kynttilän, ja kerroin lyhyesti äidin luvalla erään lapsen tarinan, sillä hänen äitinsä ei tällä kertaa päässyt osallistumaan. Tämän jälkeen jokainen sai vuorollaan kertoa omasta menetyksestään. Jokainen vanhempi pystyi puhumaan omasta surustaan, mitä oli tapahtunut ja milloin.

Ryhmässä alkoi näkyä heti toisista välittäminen: kannustettiin hiljaisempia puhumaan, kyseltiin asioita toisilta, yhdyttiin toisten kommentteihin, katsottiin toista välittävästi ja otettiin osaa näin toisen suruun ja menetykseen. Pientä kommentointia meinasi esiintyä ensimmäisen kierroksen aikana, mutta ohjaajat ohjasivat keskustelun kuitenkin eteenpäin vuorossa olevalle.

Alun kierroksen jälkeen käytiin vapaata keskustelua. Teemoiksi nousivat muun muassa mukana olleet lasten kuvat, musiikki, kirjoittaminen, muiden yhteydenotot kuoleman jälkeen ja lasten suru. Otin myös puheeksi sen, että ryhmäläiset voivat halutessaan tuoda musiikkia, jota voimme kuunnella alussa. Lopetimme ryhmän runooni ”Tuska” ja Herran siunaukseen.

Tuska

*Joka ilta, yksinäisen,
laittaa polvilleen.
Maahan asti pakottaa.
Hyökyaaltona vyöryy päälle.*

Tuska

*Aukaisee silmät hetkeksi
näkemään todellisuuden.
Pyyhkii pois korulauseet.
Mitätöi lohdutukset.*

Ryhmän jälkeen kävimme palautekeskustelua ryhmästä toisen ohjaajan kanssa, ja totesimme, että ensimmäinen kerta meni hyvin. Totesimme myös, että oli oikea valinta, että pyysin ryhmään toisen ohjaajan, ensimmäisen sairastuttua. Ryhmää ei jaksaisi yksin vetää.

6.3.2 Toinen kokoontuminen – surun ristiaallokossa

Toisella kerralla kaikki osallistujat pääsivät paikalle. Aloitimme ryhmän kahvilla, niin kuin edelliselläkin kerralla. Jaoin kynttilät jokaisen lapsen kuvan eteen. Vanhemmat

olivat jo jonkin verran tutustuneet toisiinsa, siispä alussakin syntyi keskustelua kahvin ääressä ilman ohjaajan aloitusta.

Kerroin ennen varsinaista aloitusta opinnäytetyöstäni ja siitä, että aion kerätä palautekyselyn avulla tietoa heidän mielipiteistään ryhmän vaikuttavuuden suhteen. Kerroin myös, että näistä palautteista saamiani tietoja käytän nimettömänä opinnäytetyössäni. Annoin lisäksi tietoa siitä, ettei tarvitse pelätä että kenenkään sanomiset ryhmässä kirjattaisiin suoraan opinnäytetyöhöni. Kenenkään tarinaa ei myöskään paljastettaisi edes nimettömänä. Suuri osa vanhemmista oli kuitenkin sitä mieltä, että heidän lapsestaan saa kertoa. Siksi jäinkin miettimään, keräisinkö vapaaehtoisesti myös kirjallisesti ryhmän jäseniltä omat ”kertomukset”, jotka voisin sellaisenaan liittää opinnäytetyöhön.

Aloitimme varsinaisen asian käsittelyn laululla ”Perhonen”. Laulun aikana jokainen sai sytyttää lapselleen kynttilän. Laulun loputtua ohjaaja kiitti kaikkia mukaan tulijoita ja kertoi, että hän on iloinen siitä että he ovat tulleet mukaan ja sanoi, että viime kerran jälkeen on saattanut olla raskas olo. Kävimme kierroksen tunnelmista ja moni kokikin ryhmäläisten kertomukset jääneen mieleen, ja valvottaneen vähän yölläkin. Monen kokemuksena oli myös vertaistuen saaminen ja tunne, että on tullut oikeaan ryhmään. Itse pohdin myös, että kertomukset olivat jääneet mieleen, mutta olin kuitenkin saanut nukkua hyvin asian käsittelyn jälkeen.

Kerroin ryhmäläisille, että illan aihe olisi surun ristiaallokossa ja hautajaiset. Muistutin myös siitä, että jaksettaisiin kuunnella jokaisen kertomus. Näin annettaisiin jokaisen lapselle tilaa. Aloitin oman kertomukseni hautajaisista runolla ”Järjestelyä”.

Järjestelyä

*Toiset suunnittelevat häitä:
mitähän siellä tarjottaisiin,
minkälaiset koristelut olisi kauniit,
mitä ohjelmaa olisi hyvä olla?*

*Minä suunnittelen lapseni hautajaisia:
Löytäisinköhän kivat nalleservietit sinne,
mitähän keksejä Joonatan tykkäsikään syödä,
minkälainen kukkakimppu olisi kaunis haudalle?*

Toiset suunnittelee lapsensa ristiäisiä:

*mikä ristiäisvirsi laulettaisiin,
ketkähän olisi sopivia kummeiksi?*

*Minä suunnittelen lapseni hautajaisia:
kuka laskee pehmonsa missäkin järjestyksessä arkulle,
ketkä kantaa pienen arkun hautakuoppaan?*

*Toiset suunnittelee lapsensa synttäreitä:
Ketä pikkuvieraita kutsutaan,
mitä kivaa ostaisi lahjaksi?*

*Minä suunnittelen lapseni hautajaisia:
minkälainen olisi kaunis hautakivi,
kukahen lukisi adressit?*

*Onko tämä totta?
Onko tämä vain painajaisunta?
Herääkö kohta? Heräänhän!
Sano, ettei tämä ole totta!*

Kerroin omalla vuorollani Joonatanin hautajaisista, hautajaisiin valmistavasta prosessista, tunnelmista ja siitä, miten Joonatanin kanssa oli keskusteltu kuolemasta ja Taivaaseen menosta.

Kierros sujui hieman nopeammin kuin viime kerralla, osa vanhemmista kertoi pelkästään hautajaisista, osa sivusi muitakin aiheita. Ohjaaja myös kyseli joiltakin lisäkysymyksiä, ja kierroksen aikana pohdittiin mahdollisia lisätuen tarpeita: onko sururyhmästä riittävästi tukea kaikille vai olisiko syytä saada muuta tukea rinnalle tai ryhmän jälkeen?

Vapaassa keskustelussa aiheiksi nousivat muun muassa läheisten suhtautuminen kuolleesta lapsesta puhumiseen. Jaettiin paljon kokemuksia siitä, että kaikki läheiset eivät halunneet tai osanneet puhua kuolleesta lapsesta. Lisäksi keskustelua syntyi haudalla käynneistä sekä erilaisista unista lapsiin liittyen. Osa vanhemmista mietti mahdollisia kontakteja ryhmän ulkopuolella ja kerroin, että ryhmäläiset voivat hyvin vaihtaa yhteystietoja keskenään.

Ohjaaja kertoi vielä lopuksi sen, että tämänkin kerran jälkeen saattaa olla raskas olo, mutta että seuraava kerta olisi ehkä helpompi. Muistutimme, että seuraavalla viikolla olisi tauko ja ryhmä kokoontuisi taas kahden viikon kuluttua. Päätimme ryhmän runoon

lumitöissä ja Herran siunaukseen. Eräs ryhmäläisistä halusi vielä yhden runoistani lähettäväksi sähköpostiinsa.

Lumitöissä

*Puhdistan varovasti lumiharjalla hautakivesi päälle sataneen lumen,
jo viidettä kertaa tällä viikolla.*

Etsin lumen alta isin tuoman pienen traktorin peräkärriineen ja äitin valitsemat simpukankuoret, harjaan ne huolella lumesta puhtaaksi.

Sytytän kynttilän kuvasti taakse, enkelilyhtyyn ja toiseenkin lyhtyyn. Pakkanen kipristelee sormissa, kun kynttilä ei suostu millään syttymään.

*Haen lumilapion ripein askelin kappelin edestä
ja raivaan kulkuväylän kivellesi.*

Tänään lumi tuntuukin olevan kevyttä.

Sanovat, että minun pitäisi jo päästää sinusta irti. Sanovat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanokoot vaan.

Mitäpä ne ymmärtävät.

6.3.3 Kolmas kokoontuminen – miten selviän arjessa

Yksi ryhmäläisistä ilmoitti, että on poissa tämän kerran. Aloitimme toisen ohjaajan kanssa valmistelun ryhmään kahdenkeskeisellä rukouksella, jonka jälkeen järjestelimme iltapalan ja tuikut pöytiin. Osa ryhmäläisistä saapui jo hieman aiemmin. Huomattavissa oli selkeä ilmapiirin muutos, ryhmäläiset olivat iloisemmalla päällä kuin edellisissä kokoontumisissa. Tästä muutoksesta syntyi keskustelua ennen ryhmän alkua.

Kerroin ryhmän alussa siitä, että seuraavalla kerralla olisi vuorossa muistelukerta, johon voisi ottaa mukaan enemmän valokuvia ja muita muistoja. Osalle ryhmäläisistä valokuvien katselu voi olla vaikeaa, joten myös muita muistoja saa ottaa mukaan. Kerroin myös siitä, että seuraavalla kerralla olisi hyvä olla kalenteri mukana, jotta voitaisiin sopia viimeinen kokoontuminen. Nämä tiedot lähetin tekstiviestillä ryhmäläiselle, joka ei ollut paikalla.

Aloitimme ryhmän erään ryhmäläisen tuomalla laululla ”Jäähyväiset”. Tämän jälkeen toinen ohjaajista kertoi vähän ryhmän tähänastisesta matkasta ja siitä, että seuraavalla kerralla aletaan jo miettiä jäähyväisiä tästä ryhmästä. Mainitsin itse myös sen, että ei

tarvitse säikähtää, vaikka olisikin välillä taas surun aallonpohjassa, vaikka nyt tuntuukin paremmalle. Suru on aaltoliikettä, joka jossain vaiheessa pikkuhiljaa tasaantuu. Luin alkuun runon ”Kevätpäivä”.

Kevätpäivä

*Rakas,
Tänään olisin ottanut
polkupyöräsi varastosta,
olisit saanut ajella,
odotit sitä niin paljon.*

*Tänään olisit saanut laittaa
uudet kevätlenkkarit jalkaan.
Ne mustavalkoiset,
joita et ehtinyt vielä kertaakaan käyttää.*

*Jos olisin tiennyt,
olisit saanut ajaa lumisateessa kevätlenkkarit jalassa.*

Jos olisin arvannut.

Runon jälkeen kerroin siitä, miten itse selviän arjessa ja mistä olen saanut tukea. Puhuin terapiasta, uskosta Jumalaan sekä ystävien tuesta. Kierroksella ryhmäläiset miettivät omaa selviytymistään. Myös muita asioita tuli ilmi. Ryhmäläiset olisivat herkästi kommentoineet toistensa puheita, ja välillä ohjasin keskusteluvuoroa takaisin sille, jonka vuorossa oltiin menossa. Ryhmäläisistä kävi ilmi vertaistuen tärkeys, niin puheissa kuin vuorovaikutustakin seurattessa. Myös suhdetta Jumalaan pohdittiin. Nousi esiin niin luottamus ja etsintä kuin katkeruuskin Jumalaa kohtaan. Pohdinnassa oli laajemmin myös se, miten lapsemme haluaisivat meidän selviävän. Tällä kerralla vanhemmat itkivät vähemmän kuin edellisillä kerroilla, myös naurua kuului paljon. Luin lopuksi runon ”Äidinrakkaus” ja lopetimme Herran siunaukseen. Osa vanhemmista jäi vaihtamaan eteiseen vielä yhteystietoja ja muutaman sanasen.

Äidinrakkaus

*Äiti,
Se rakkaus jota tunnet,
älä anna sen mennä hukkaan.
Minulla on täällä jo täydellinen rakkaus osanani.*

*Rakasta sinä niitä,
jotka siellä vielä ovat kanssasi.*

*Äiti,
Tiedän että pystyt siihen.*

6.3.4 Neljäs kokoontuminen – muistojen ilta

Yksi äiti oli ilmoittanut aiemmin, ettei tule. Kysyin häneltä, tulisiko hän enää viimeiselle kerralle vai lopettaisiko. Äiti sanoi lopettavansa. Toinen äiti ilmoitti vähän ennen ryhmää, ettei pääse tällä kertaa, mutta tulee ensi kerralla. Muut olivat paikalla.

Sovimme kahvin lomassa seuraavasta kerrasta. Kokoontuisimme samassa paikassa kolmen viikon kuluttua, äitienpäivän jälkeisellä viikolla. Jaoin ryhmäläisille palautelomakkeet (Liite 2) ja selitin, että he voisivat palauttaa ne seuraavalle kerralle. Annoin myös lomakkeet siihen, että ryhmäläiset voivat halutessaan kirjoittaa lapsensa menetyksestä ja surustaan. Näiden lisäksi jaoin lomakkeen, jossa oli internetlinkkejä vertaistukseen liittyen. Lisäksi annoin yhteystiedot jokaisen oman seurakunnan diakoniatyöhön ja kerroin, että työntekijät voivat antaa tukea ja tehdä kotikäyntejäkin. Kerroin että palvelu on maksutonta. Jaoin ryhmäläisille myös monisteen runoistani.

Kerroin tämän ryhmän teemasta, tarkoituksesta muistella lapsiamme. Ryhmäläiset olivat tuoneet paljon kuvia ja myös muita merkittäviä esineitä. Toinen ryhmänohjaajista muistutti, että kenenkään ei ole pakko ottaa esineitä tai kuvia esiin, vaan jokainen saa tehdä niin kuin itsestä tuntuu parhaalle.

Aloitimme teeman käsittelyn Juha Tapion kappaleella ”Luvattu maa”, jonka aikana sytytimme kynttilät lapsillemme. Itse näytin tietokoneelta kuvia lapsestani sekä esittelin hänen unilelunsa. Kerroin myös lapseni luonteesta. Muut ryhmäläiset kertoivat vuorollaan lapsistaan, ja osa esitteli myös kuvia ja esineitä.

Kierros sujui luontevasti ja jokaisella oli nyt vähän enemmän aikaa käytettävissä, kun osallistujia oli kaksi vähemmän. Lapsista jaettiin muistoja, niin tapahtumista kuin luonteenpiirteistäkin. Mietittiin myös sitä, miten raskasta on käydä läpi kotona kuolleen lap-

sen tavaroita, ja miten vaikea on esimerkiksi luopua lapsen tavaroista. Pohdittiin myös muiden ihmisten suhtautumista. Pohdittiin muiden antamaa tukea ja toisaalta sitä, miten ihmiset saattavat uteliaisuuttaan ahdistaa. Ryhmässä itkettiin tällä kertaa enemmän kuin edellisellä kerralla, mutta myös naurua kuultiin. Lopuksi luin runon ”Oppilaana” ja sammutimme kynttilät. Ihan viimeiseksi luettiin tavan mukaan Herran siunaus. Lähetin tiedon viimeisen kokoontumisen ajankohdasta poissa olleelle äidille. Lähetin myös palautelomakkeet niin poissa olleelle kuin lopettaneellekin äidille.

Oppilaana

*Menikö hukkaan
kaikki ne taidot?
Kaikki se, mitä opit,
nokkela lapseni?
Kaikki ne ajatukset,
pienen miehen viisaudet?
Ne uskomattomat kyvyt?*

*Menikö hukkaan
kaikki ne asiat,
jotka sinulle ehdin opettaa?*

*Ei menneet,
sillä niillä,
Sinä opetitkin meitä*

6.3.5 Viides kokoontuminen – toivo ja tulevaisuus

Juttelimme hetken pidempään aluksi yleisiä kuulumisia. Aloitimme varsinaisesti ryhmän kuuntelemalla uudestaan ensimmäisen kerran laulun ”Juurrun ikävään” ja sytytimme kynttilät. Luin runon äitienpäivä, sillä äitienpäivä oli ollut edellisenä sunnuntaina.

Äitienpäivä

*Viime äitienpäivänä heräsin
kun pikkuiseni herätti minut.
Antoi halin ja sanoi Rakas!
Ihan kuin olisi 2-vuotias tiennyt,
mikä päivä oli.*

*Ei tiennyt ei.
 Jokainen päivä
 oli hänelle äitiensä päivä.
 Ja jokainen päivä
 oli minullekin äitiensä päivä.*

*Tänään.
 Katson lippua tangossa.
 Kai se on minuakin varten sinne laitettu.
 Ei haleja, ei pusuja,
 ei omatekoisia kortteja.
 Ei rakkaudentunnustuksia.
 Vain kuva ja kynttilä.
 Ja ääretön ikävä.*

Tästä luontevasti siirryin kertomaan omasta äitiensä päivästä sekä muutosta, ja Joonatanin tavaroiden lajittelun ja pois laittamisen vaikeudesta. Kierroksella oli teemana kuulumis-
 set, ja äitiensä päivä tuli vahvasti esille vaikeana asiana monelle. Muina teemoina nousi
 esiin ”saamattomuus” eli voimattomuus tarttua päivittäisiin tehtäviin. Osa touhusi pal-
 jon, osalla oli vaikeaa selviytyä arjen askareista. Puhuimme arjen rutiineista ja liikkeelle
 lähdöstä. Myös mummona olemisen tärkeys nousi esiin keskusteluissa. Puhuttiin surun
 vaiheista, varsinkin siitä miten alussa on ikään kuin shokissa, ja varsinainen suru tulee
 vahvempana vasta myöhemmin. Keskusteluun nousivat myös ne auttajat, jotka eivät itse
 olleet kokeneet lapsen menetystä ja jotka siitä huolimatta yrittävät antaa ohjeita tietä-
 mättä, miltä lapsen menettäminen tuntuu. Puheissa oli myös vertaistuen tärkeä merkitys.
 Tässä illassa kuului paljon naurua ja näkyi selvää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Palaute-
 lomakkeita palautui kaikilta muilta paitsi yhdeltä, joka lupasi lähettää palautteen sähkö-
 postitse. Lopuksi jaoin ryhmäläisille ruusut ja pienet enkelit muistoksi. Osa äideistä
 vaihtoi vielä yhteystietojaan.

7 RYHMÄN ANTAMA PALAUTE

7.1 Palautteesta raportointi

Sururyhmään osallistuneilta kerättiin palautetta toisiksi viimeisellä kerralla jaetuilla palautelomakkeilla (Liite 2). Tein vanhemmille palautekyselyn ryhmän loppuvaiheilla saadakseni tietoa ryhmän toimivuudesta sekä vanhempien toiveista seurakuntaa kohtaan. Erityisenä kiinnostuksen kohteena oli sururyhmästä saatu tuki suruun. Yhdelle pariskunnalle ja yhdelle ryhmäläiselle lomakkeet postitettiin, koska he eivät olleet ryhmän kokoontumisessa kyseisellä kerralla. Palautelomakkeet kerättiin viimeisellä kerralla. Palautelomakkeita palautui viisi. Pariskunnat palauttivat yhteiset palautelomakkeet. Lisäksi keskeyttänyt ryhmäläinen sekä yksi muu ryhmän jäsen jättivät vastaamatta palautteeseen.

Käsittelen palautetta osittain kootusti sisällönanalyysin avulla tuloksia luokitellen (ks. Liite 3). Toimin näin siksi, että vastaajat olivat antaneet eri kysymysten kohdalla samankaltaista palautetta, ja toisaalta tiettyihin kysymyksiin oli vastattu eri kohdassa kuin sitä oli alun perin kysytty. Siksi palautteen kokoaminen sisällönanalyysin avulla muodostui järkevimmäksi vaihtoehdoksi. Toimin näin myös siksi, että palautelomakkeet eivät ole keskeisin osa opinnäytetyötäni, joka on toiminnallinen. Osa kysymyksistä vaatii kuitenkin erillisen käsittelyn, ja niitä käsittelen siksi erikseen.

Koska osallistujat ilmaisivat ryhmästä saatua tukea suruun useassa eri kysymyksessä, tuen muodot on jaoteltu sisällönanalyysissa vertaistukeen, ohjaajilta saatuun tukeen ja muuhun surussa tukevaan toimintaan ryhmässä. Yläluokaksi saatiin ryhmästä saatu tuki. Erikseen käsiteltiin vielä ryhmän kokoa, kokoontumiskertojen määrää, seurakunnalta toivottua muuta tukea, kehittämissuhteita sekä ryhmän suosittelamista muille.

Käytän palautteen raportoinnissa suoria lainauksia palautteista elävöittämään tekstiä, ja antamaan paremman kuvan ryhmäläisten ajatuksista. Joihinkin kohtiin olen joutunut lisäämään tekstin luettavuuden ja oikein ymmärtämisen takia sanoja. Nämä sanat on merkitty sulkuihin.

7.2 Ryhmän koko ja kokoontumisten määrä

Ensimmäinen ja toinen kysymys käsittelivät ryhmän kokoa ja kokoontumiskertojen määrää. Vastaamisen helpottamiseksi kysymykset olivat esitetty rastitusvaihtoehdoilla. Ryhmään osallistui yhteensä yhdeksän henkilöä ja kaksi ohjaajaa. Yksi ryhmäläinen keskeytti ryhmän. Kaikkien palautelomakkeen palauttaneiden mielestä ryhmä oli sopivan kokoinen. Kukaan ei ollut sitä mieltä, että ryhmä olisi ollut liian suuri tai liian pieni.

Ryhmä kokoontui yhteensä viisi kertaa. Ryhmien kokoontumiskertoja oli kahden vastauslomakkeen mukaan liian vähän ja kolmen vastauslomakkeen mukaan puolestaan sopiva määrä. Kenenkään mielestä kokoontumisia ei ollut liian montaa.

7.3 Ryhmästä saatu tuki suruun

7.3.1 Ryhmän vertaisilta saatu tuki suruun

Palautelomakkeissa oli hyvin paljon ilmauksia vertaistuen merkityksestä ryhmässä. Ryhmän vertaistuen merkityksestä oli kirjoitettu jokaiseen palautelomakkeeseen.

”sama suru”
 ”kaikki oltiin samalla viivalla”
 ”surusta puhuminen toisten samassa tilanteessa olevien kanssa”
 ”myötäelämisen tunne”

Vertaistuen kautta huomattiin, ettei oltu surun kanssa yksin, vaan oli muitakin saman kokeneita. On olemassa muita, jotka ymmärtävät saman tuskan ja pohtivat samankaltaisia asioita.

”sen ymmärtäminen, ettei ole yksin vaan monella muullakin on sama kaipaus, ikävä ja tuska”
 ”näkee, ettei ole ainoa perhe, jota tällainen ikävä asia koettelee”
 ”huomaa, miten samanlaisten kysymysten kanssa muutkin painivat”
 ”Tulee huomanneeksi, ettei ole niin ”outo” minä itseään välillä pitää”
 ”Tällä kertaa surun käsittely oli helpompaa ja ryhmän kanssa keskustelut olivat helpompia, kun lapset jotka olivat menehtyneet, eivät olleet vastasyntyneitä tai syntymättömiä...”

Vertaisilta saatiin myös voimaa omaan arkeen:

”...olen nyt yrittänyt syvämlaisesti poimia muiden lapsensa menettäneiden selviytymiskeinoista itselleni”

7.3.2 Ryhmän ohjaajilta saatu tuki suruun

Palaute ohjaajien toiminnasta oli palautetuissa lomakkeissa positiivista. Ohjaajat koettiin ammattitaitoisiksi ja empaattisiksi. Vertaisohjaajan omakohtaista kokemusta menetyksestä pidettiin hyvänä.

”Vetäjillä empaattinen, rauhoittava ja voimia antava ote”

”Ryhmän vetäjät ammattitaitoisia”

”Ohjaajat olivat auttavia ja ammattitaitoisia”

”(Ohjaajien toiminta) oli kiitettävää”

”(Ohjaajalla) mahtava taito olla läsnä kaikille”

”(Vertaisohjaajalla) omakohtainen kokemus antaa hyvän pohjan”

Ryhmäläisille jäi kokemus, että aikaa jaettiin sopivasti kaikille osallistujille. Se, että ohjaaja sai hiljaisemmatkin ryhmäläiset puhumaan menetyksestään, koettiin myös hyvänä.

”Hyvin suunniteltu ja aikaa annettiin jokaiselle sopivasti puhumista varten”

”Heillä oli hieno kyky saada jokainen vähänkin puhumaan siitä surullisesta ja vaikeasta asiasta”

”Esim. minä joka en olisi saanut sanaa suustani, ohjaajat auttoivat ja johdattelivat asioista puhumiseen ”

7.3.3 Muu surussa tukeva toiminta ryhmässä

Eräänä positiivisena asiana mainittiin useammassa palautelomakkeessa ryhmän avoin ja tukea ja tilaa antava ilmapiiri:

”annettiin tilaa toisille”

”ryhmän ilmapiiri avoin, ymmärtävä, tukeva”

”sopivasti aikaa esittää mielipiteitä ja tunteita”

”sai itkeä kun itkettää”

Oman lapsen kuvan tuominen ryhmän jokaiseen kokoontumiskertaan koettiin myös positiivisena asiana:

”kuvien ja kynttilöiden (käyttö)...(menehtyneet) lapset sai olla mukana”
 ”Lapseni kuvan mukanaolo oli hyvä. Aikaisemmin kuvan katsominen oli valtavan ahdistavaa...Nyt kuva on aina näkyvilläni ja pystyn juttelemaan lapselleni=kuvalle”

Runoista kysyttiin palautelomakkeessa erikseen ja niiden käyttö koettiin mielekkääksi:

”Kauniita runoja”
 ”(Runot) koskettaa syvältä ja itkettää”
 ”Runot antoivat mallin siitä, kuinka voi kirjoittamalla purkaa suruaan ja tunteitaan”
 ”(Runojen käyttö) oikein miellyttävää”

7.4 Muu seurakunnalta kaivattu tuki, kehittämisaiheet ja suositukset

Palautelomakkeessa kysyttiin, mitä muuta tukea ryhmäläisten mielestä seurakunta voisi antaa lapsensa menettäneille. Tähän vastattiin vain kahdessa lomakkeessa. Apua toivottiin vaikeista tilanteista selviämiseen esimerkiksi heti lapsen kuoleman jälkeen.

”Seurakunnan puolesta täytyis papin, diakonissan tai muun seurakunnan palveluksessa olevan käydä pyytämättä lapsensa menettäneiden tukena viikoittain, että apua tarvitseva pääsis tasapainoon. Tarjota edes keskusteluapua, pyytämättä.”
 ”Ensimmäisten päivien seurannassa kun itsellä ei ole voimia selviytyä alkuun arjessa”

Palautteiden perusteella ryhmän kehittämisen kannalta tärkeiksi asioiksi nousivat ryhmäkertojen määrän lisääminen ja se, että ryhmässä olisivat alusta lähtien kaikki ryhmäläiset mukana.

”Voisi olla myöhäisemmässä vaiheessa vielä joku yhteiskokoonnutuminen”
 ”kertoja voisi olla enemmän”
 ”Suosittelen jatkossa, että eka kerralla täytyisi olla mukana. (Ensimmäisestä tapaamisesta poissa ollut)”

Kaikki palautteisiin vastanneet suosittelisivat vastaavanlaista ryhmää muille lapsensa menettäneille, ja toivoivat seurakuntien järjestävän näitä ryhmiä lisää:

”olen jo levittänyt ilosanomaa ryhmän positiivisesta vaikutuksesta”

”Lapsensa menettäneille täytyis olla tarjolla sururyhmä.”

”Kyllä suosittelen, kannattaa järjestää”

”Kyllä, näistä ryhmistä on apua surussa ja sen käsittelyssä”

8 VERTAISTUKI TÄRKEINTÄ: JOHTOPÄÄTÖKSIÄ PALAUTTEESTA JA HAVAINNOINNISTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, onko sururyhmä hyvä tukimuoto sureville vanhemmille ja jos on, niin mikä ryhmässä tukee vanhempia heidän surussaan. Lisäksi tarkoituksena oli välittää niin toivoa selviytymisestä kuin kristillistäkin toivoa lapsensa menettäneille vanhemmille. Tarkastelen tässä sekä tulosten että havainnoinnin perusteella muodostettuja johtopäätöksiä.

Vertaistuen merkitys lapsensa menettäneiden surun tukemisessa nousee selkeästi esiin palautteen ja havainnoinnin perusteella. Vaikka vertaistuen tärkeä merkitys surevalle on ollut jo tiedossa (esim. Laakso 2000, Nylund 2005, Minkkinen 2005), tämä nousee ehkä yllättävänkin vahvasti esiin. Vertaistuen merkitys nousee esiin niin havaintojen kuin myös ryhmässä käydyn keskustelun ja palautelomakkeesta saadun tiedonkin perusteella. Tämän valossa voidaan sanoa vertaistuen olevan tärkein yksittäinen tekijä sururyhmistä saadun tuen kannalta. Vanhemmat kokevat painivansa samankaltaisten kysymysten kanssa ja kokevat, etteivät ryhmän keskellä ole outoja. Outouden kokemus on tuttua monelle kenties luonnollisessa ympäristössä, koska muut ihmiset eivät pysty ymmärtämään lapsen menetyksen tuskaa. Myös Laimio ja Karnell (2010) kertovat samankaltaisista ilmiöistä vertaisryhmätoiminnassa.

Ryhmässä toisten tuskan ymmärtäminen näkyi selvästi tukevana ja välittävänä ilmapiirinä. Toisten suruun pystyttiin samaistumaan, ja toisen surua ikään kuin kannettiin yhdessä ryhmäläisten kanssa samalla omaan menetykseen peilaten. Toisista välittäminen ja toisten tilanteeseen samaistuminen alkoivat näkyä jo heti ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Vanhemmat poimivat myös toisiltaan selviytymiskeinoja. Toisten voimasta ja selviytymiskeinoista saatiin itsellekin voimaa.

Monella vanhemmalla oli kokemus, että oli tullut nyt oikeaan ryhmään. Kenties tässä ryhmässä tunnettiin enemmän yhteenkuuluvuutta toisten kanssa kuin mahdollisissa muissa ryhmässä tai muun avun piirissä. Joillakin oli kokemusta aiemmista sururyhmistä, joissa ei ollut vastaavanlaista yhteenkuuluvuutta yhtä vahvasti syntynyt. Mainittiin myös, että oli helpompi keskustella, kun kaikkien lapset olivat eläneet vanhempiensa kanssa, eivätkä olleet kuolleet esimerkiksi kohtuun. Tämä vahvistaa sitä käsitystä, että

ryhmässä olisi hyvä olla vähintään kaksi samankaltaisen menetyksen kokenutta (esim. Harmanen 1997).

Ryhmässä tuli esiin myös pettymykset aiempaan apuun, esimerkiksi joihinkin sururyhmiin ja kriisi- tai terapiapalveluihin. Huonoiksi koettiin muun muassa suoranainen neuvominen niiltä, jotka eivät ole itse lapsen menetystä kokeneet. Tuttavien osalta tuotiin esiin myös negatiivisena piirteenä uteliaisuus lapsensa menettäneen elämää ja selviytymistä kohtaan. Myös myönteisiä kokemuksia aiemmasta avusta tuotiin esille. Tästä voidaan päätellä, että lapsensa menettäneille olisi hyvä tarjota vertaistuen lisäksi erilaisia tukimuotoja, koska vanhempien kokemukset eri tukimuotojen tarjoamasta avusta eroavat toisistaan.

Ryhmä oli osallistujien mielestä sopivan kokoinen. Olisi voinut luulla, että jonkun mielestä ryhmä olisi ollut liian iso. Ryhmässä oli kuitenkin parhaimmillaan yksitoista henkilöä paikalla, ohjaajat mukaan laskien. Kenties kuitenkin suurempi määrä osallistujia koettiin hyväksi siitä syystä, että saatiin kuulla monta eri kertomusta lapsen menetyksestä ja sen tuskasta. Samalla löytyi ehkä vielä paremmin vertaisuuden kokemusta jonkun tai joidenkin kanssa. Ilmeisesti ryhmäläisten kesken jaettu aika kuitenkin koettiin riittäväksi omasta surusta puhumiseen.

Ryhmän kokoontumisten määrää pidettiin liian vähäisenä. Keskimäärin ryhmät kokoontuvat Harmanen mukaan 5-8 kertaa (Harmanen 1997, 105), ja koska tämä ryhmä kokoontui vain viisi kertaa, on se tilastollisestikin keskivertoa vähemmän. Kuudesta kahdeksaan kokoontumiskertaa olisi ollut sopivampi määrä, ja on valitettavaa, ettei se tilojen ja muiden järjestelyjen vuoksi mahdollistunut.

Ryhmäläiset kokivat hyväksi sen, että hiljaisempiakin houkuteltiin puhumaan surustaan. Hyväksi tämän koki myös itse eräs ryhmäläinen, joka koki, ettei muuten olisi kenties pystynyt vaikeasta asiasta puhumaan. Rautaman (2004) mukaan hiljaisempia ryhmäläisiä voi rohkaista puhumaan, mutta toisaalta myös pelkällä kuuntelemisella voi saada paljon. Tässä tapauksessa ohjaajan valinta houkutella hiljaisempiakin puhumaan menetyksestään oli oikea ja ammattitaitoinen valinta, joka koettiin hyvänä. Havaintojen perusteella myös ne ryhmäläiset, jotka etukäteen pohtivat pystyisivätkö puhumaan lainkaan ryhmässä surustaan, rohkaistuivat vertaisryhmässä puhumaan.

Ryhmässä nousi esiin myös Jumalaan turvautuminen. Osalle vanhemmista Jumalaan turvautuminen oli itsestään selvää, osalla puolestaan oli katkeruuden ja vihan ja epäoikeudenmukaisuuden tunteita Jumalaa kohtaan. Osalla vanhemmista näkyi etsintää Jumalan puoleen, ja miksi -kysymykset nousivat vahvasti esille. Ryhmässä käyty keskustelu, sekä havainnot Jumalasuhteeseen liittyen, sopivat hyvin yhteen sekä Koskelan (2011) väitöskirjassa esitetyn että Rosenblattin (2000) esittämän tiedon kanssa. Kristillisen toivon välittymisestä olisi voinut olla hyvä kysyä myös palautelomakkeessa.

Runoja pidettiin hyvänä, joten niiden käyttö sururyhmässä vaikuttaisi olevan hyvä muoto tukea surevia vanhempia. Osa vanhemmista pyysi ja sai runoja myös omaan käyttöönsä. Toisaalta palautelomakkeessa kukaan ei tuonut runojen vaikutusta esiin muualla kuin siitä kysyttäessä. Esimerkiksi kuvien käyttö sen sijaan mainittiin useamman kerran, vaikka siitä ei kysytty erikseen. Kuvista oli paljon puhetta myös ryhmässä ja niiden läsnäolo lisäsi yhteenkuuluvuuden tunnetta. Omien lasten kuvien tuominen sururyhmään voi tämän tutkimuksen perusteella olla apuna surun käsittelyssä sururyhmässä.

Ohjaajien toiminnasta kysyttiin palautetta erikseen palautelomakkeessa. Ohjaajien toiminnasta annettiin vain positiivista palautetta. Tämä saattoi johtua siitä, että osallistujat kokivat ohjaajien toiminnassa vain positiivisia piirteitä tai siitä, ettei negatiivista palautetta jostain syystä haluttu antaa. Ohjaajia kuvattiin muun muassa ammattitaitoisiksi ja empaattisiksi. Koettiin, että toiminta on hyvin suunniteltua, ja ohjaajat osasivat antaa kaikille tilaa ja rohkaista hiljaisempiakin puhumaan. Vertaisohjaajan osalta tuotiin vielä erikseen esille se, että omakohtainen kokemus antoi hyvän pohjan. Nämä ovat myös Suutalan (2004) mukaan niitä ominaisuuksia, mitä lapsensa menettäneiden sururyhmän ohjaajilta vaaditaan. Vertaisohjaajan oma menetyksen kokemus näyttäisi olevan hyvänä tukena ryhmässä, joten lapsensa menettäneitä vertaisohjaajia kannattaa tämän tutkimuksen perusteella ottaa rohkeasti ohjaajapariksi. Toki lapsen menetyksen lisäksi on hyvä hallita myös ryhmän vetämiseen liittyviä taitoja.

Vain kahdessa palautelomakkeessa vastattiin kohtaan, jossa kysyttiin muusta seurakunnan tarjoamasta tuesta ja toiveista siihen liittyen. Näissä vastauksissa toivottiin lähinnä apua vaikeisiin hetkiin alussa tai myöhemmin. Tämä voi tarkoittaa joko sitä, että ollaan tyytyväisiä seurakunnan tarjoamaan apuun sururyhmän muodossa tai sitten sitä, ettei

oikein tiedetä, miten seurakunta voisi olla apuna. Keskusteluissa nousi esiin vahvasti erityisesti lapsen siunanneen papin rooli. Samasta havainnosta kertoo myös Ingela Bendt (2000). Yleisesti ottaen kokemukset olivat olleet myönteisiä, mutta valitettavasti myös negatiivisia kokemuksia löytyi. Keskusteluissa ja palautteessa painotettiin myös sitä, että aloite tukeen olisi hyvä tulla myös seurakunnan puolelta. Vanhempi voi olla liian väsynyt selvittääkseen itse, miten seurakunta voi olla apuna surun keskellä. Olisi hyvä, jos seurakunnat voisivat ottaa aktiivisemmän roolin surevien vanhempien tukemisessa.

Kehittämisehdotuksissa nousivat esiin kokoontumisten määrän lisääminen, jota on käsitelty jo tässä osiossa aiemmin, sekä ensimmäisellä kerralla kaikkien mukanaolo. Palautteen ja havainnoinnin perusteella olisi kaikkien hyvä olla ensimmäisellä kerralla mukana. Ensimmäisellä kerralla kerrotaan omasta menetyksestä ja mikäli silloin on poissa, voi kokea olonsa ulkopuoliseksi kun ei ole kuullut muiden menetyksettomuusia alusta lähtien. Toisaalta jos ensimmäisellä kerralla joutuu pakottavan esteen takia olemaan poissa, on sururyhmästä silti hyötyä, joten sen ei tulisi esteenä ryhmään osallistumiselle.

Kaikki vastanneet vanhemmat suosittelisivat sururyhmiä toisille vanhemmille ja myös toivoivat, että niitä järjestettäisiin lisää. Tämän ja havaintojen perusteella voidaan tehdä se johtopäätös, että ryhmästä on ollut vanhemmille apua ja tukea surussa ja ryhmiä kannattaa järjestää seurakunnissa lisää. Vaikka palaute on tullut yksittäiseltä ryhmältä, voidaan pitää todennäköisenä, että myös muista ryhmistä saataisiin samankaltaista palautetta ainakin vertaistuen osalta, mikäli ryhmä on järjestetty samankaltaisin periaattein.

9 RAPORTOINTI RYHMÄN TOIMINNAN JA LUOTTAMUKSELLISUUDEN EHDOILLA

Tutkimuksen toteuttamisen aikana olen pitänyt kirjanpitoa tutkimuksen eri vaiheista ja kontakteista eri yhteistyötahojen kanssa. Kokemukseni mukaan toiminnallisessa opin- näytetyössä on erittäin tärkeää kirjoittaa tarkkaan muistiin mitä on tapahtunut ja milloin. Koska pidin erityisen tärkeänä olla häiritsemättä itse sururyhmän ryhmäprosessia, pää- tin, etten kirjaa mitään muistiin sururyhmien aikana. Kirjasin tarkkaan muistiin kaikki ryhmässä tapahtuneet asiat heti ryhmän jälkeen samana iltana. Silti voi olla, että jotain tärkeää on ehtinyt unohtua ennen kuin sen on ehtinyt kirjata ylös. Tämä on kuitenkin vain hyväksyttävä, sillä pidin erityisen tärkeänä sitä, että tutkimuksen raportointi ei sot- ke itse ryhmän toimintaa, jota pidin kaikkein tärkeimpänä tavoitteena tutkimuksessani.

Oma kokemus lapsen menetyksestä on toisaalta auttanut havaintojen tekemisessä, mutta toisaalta voinut vaikuttaa havaintoihin. On mahdotonta ajatella, etteivät tutkijan oma menneisyys ja näkökulmat vaikuttaisi havaintoihin. Täysi objektiivisuus on mahdotonta. Olen kuitenkin pyrkinyt mahdollisimman hyvin antamaan äänen ryhmäläisille muun muassa suorien lainauksien kautta ja tuomaan esiin heidän ajatuksiaan ja palautettaan läpi tulos- ja johtopäätösosuuksien.

Oma läsnäoloni on varmasti vaikuttanut ryhmän toimintaan ja palautteisiin. Koska tut- kimuksessa on käytetty osallistuvaa havainnointia, on tämä myös tarkoituksenmukaista. Omalla toiminnallani olen pyrkinyt rohkaisemaan ryhmäläisiä surun käsittelyyn puhu- malla ja kuuntelemalla sekä muilla surun käsittelyn keinoilla.

Tutkimuksen eettisyyden kannalta olen pitänyt tärkeänä sitä, että en mainitse tutkimuk- sessani yksityiskohtaisia tietoja menehtyneistä lapsista, heidän kuolintavastaan tai asuinpaikkakunnastaan. Tähän olen joutunut kiinnittämään erityistä huomiota, koska lapsen menetys on nykyisin niin harvinaista, että yksittäisetkin yksityiskohdat saattaisi- vat johtaa ryhmäläisten tunnistettavuuteen. Tunnistettavuudesta kirjoittavat myös esi- merkiksi Tuomi ja Sarajärvi (2009). Olen käyttänyt lainauksia ryhmäläisten ajatuksista vain palautelomakkeiden osalta. Ryhmän keskustelujen tarkemmat kirjaamiset olen ha- lunnut luottamuksen säilymisen takia jättää tekemättä. Ryhmäläisiä informoitiin siitä,

että palautelomakkeiden sisältöä tullaan käyttämään tutkimuksessa. Ryhmäläiset olivat myös tietoisia siitä, että itse sururyhmän järjestäminen on kokonaisuudessaan osa opinnäytetyötäni, ja siitä kirjataan yleisiä asioita ja teemoja opinnäytetyön kirjalliseen raporttiin.

10 YHTEISTYÖTÄ JA LISÄÄ RYHMIÄ

Järjestöt, kuten Käpy-lapsikuolemaperheet ry. ja Sylva ry., järjestävät vertaistukiryhmiä vanhemmille. Seurakunnat ovat viime vuosikymmenten aikoina järjestäneet laajalti sururyhmiä. Onko siis tarvetta enää järjestää lapsensa menettäneiden sururyhmiä seurakunnissa? Tämän tutkimuksen perusteella vastaus on selkeä: ryhmille on tarvetta.

Tavalliset sururyhmät voivat toki olla avuksi. Todellista ymmärtämystä lapsensa menettäneet kokevat kuitenkin vasta toisten saman kokeneiden seurassa. Ymmärretyksi tuleminen ja saman kokeneiden tuki taas koettiin selkeästi auttavan ja tukevan oman surun käsittelyssä. Vertaisryhmissä tätä samaa ymmärrystä voi kokea myös, mutta uskonnollisesti sitoutumattomissa järjestöissä kristillisen toivon sanoman pitäminen yllä, ja toisaalta tunteiden ja ajatusten purkaminen Jumalalle, on usein järjestöjen sääntöjen puitteissa vaikeaa. Surun käsittelystä puuttuu yksi merkittävä ulottuvuus ja tämä ulottuvuus on monelle, joskaan ei kaikille vanhemmille, hyvin tärkeä.

Seurakunnan sururyhmien yksi vahvuus on myös se, että ryhmissä yhdistyy vertaistuki ja ammatillinen tuki, jotka molemmat ovat surun käsittelyn kannalta tärkeitä. Vaikka vertaistuki nousi esiin tässä tutkimuksessa vahvasti, myös ohjaajien ammattitaito oli surun käsittelyn kannalta olennaista. Ohjaajien ammattitaito varmistaa myös tasapuolisen tilan jokaisen osallistujan surun käsittelyyn. Erilaiset ryhmät eivät kuitenkaan kilpaile keskenään, vaan kaikilla on omat vahvuutensa ja yhteistyötä eri järjestöjen ja muiden ryhmien järjestäjien kanssa kannattaakin tehdä.

Opinnäytetyön tekemisen kautta opin paljon sururyhmien järjestämisestä. Eräs tärkeä oppi oli se, että ryhmän suunnitteluun ja tiedotukseen kannattaa varata riittävästi aikaa. Mikäli suinkin mahdollista, ryhmän ajankohta ja tilavaraus kannattaa sopia mahdollisimman aikaisin, jotta tiedotusta ehditään tehdä riittävän kauan ja jotta saadaan sopivat tilat riittävän monelle kokoontumiskerralle. Nyt järjestettyyn ryhmään tuli paljon osallistujia, mutta suurin osa ilmoittautui vasta muutamaa päivää ennen, jolloin hetkellisesti oli jopa epävarmaa, syntyykö ryhmää ollenkaan.

Ryhmää suunnitellessa oli mietittävä rajataanko ryhmään tulevia jotenkin vai onko niin, että jokainen joka kokee kuuluvansa ryhmään ”lapsensa menettäneet” on tervetullut ryhmään. Rajaaminen on hyvin vaikeaa, sillä toisaalta samankaltaisten menetyksen kokeneet saisivat parhaiten toisiltaan tukea, toisaalta kenellekään ei pitäisi jäädä sellainen olo, ettei hyväksytäkään ryhmän jäseneksi. Oma kokemukseni on, että kaikkein toimivinta on, mikäli ryhmässä on melko samankaltaisia menetyksiä. Useiden ryhmien järjestäminen ei kuitenkaan monesti ole mahdollista pienissä seurakunnissa, koska lapsen menetys on niin harvinaista nykypäivänä. Ryhmää muodostaessa ohjaajan kannattaisi silti mielestäni ottaa huomioon se, että jokaisella olisi joku toinen ryhmässä, jonka menetykseen voi samaistua. Tätä ajatusta tukee myös aiempi tutkimus (esim. Harmanen 1997). Mikäli paremmin vertaistukea tarjoavaa ryhmää tai saman kokenutta tukihenkilöä ei ole tiedossa tai mikäli yhteyttä ottanut haluaisi mieluummin osallistua juuri seurakunnan sururyhmään, kannattaa hänet mielestäni ottaa ryhmään mukaan. Kenellekään ei pitäisi jäädä sellainen olo, että apua hakiessaan jääkin ilman tukea tai ei tule hyväksytyksi mukaan.

On myös arvioitava juuri ryhmämuodon sopivuutta surun käsittelyyn jokaisen ilmoittautuvan kohdalla. Mikäli menetyksestä on kulunut hyvin vähän aikaa, voisi mielestäni olla parempi järjestää esimerkiksi tapaamisia samankaltaisten menetyksen kokeneen tukihenkilön kanssa ja sururyhmän ajankohta voisi olla myöhemmin. Tässäkin auttaa, mikäli viimeinen ilmoittautumispäivä on riittävän ajoissa, jolloin ilmoittautumisen ja ryhmän alkamisen välille ehtii jäädä aikaa tuoreen surun käsittelyyn. Myöskään tuoreen surun kanssa olevaa ei missään nimessä saa jättää yksin surunsa kanssa, mikäli tulnaisiinkin siihen tulokseen, että ryhmän ajankohta ei ole nyt hyvä. Sen sijaan pitkä aika menetyksestä, ei ole mielestäni este sururyhmään osallistumiselle. Parikymmentäkin vuotta sitten tapahtunut lapsen kuolema tulee kyllä tuoreena mieleen, kun sitä aletaan käsitellä. Ja samalla vasta lapsensa menettäneille voi syntyä toivoa surun kanssa selviämisestä, kun joku toinenkin saman kokenut on selvinnyt.

Sururyhmän ollessa suljettu ryhmä, on tärkeää, ettei uusia osallistujia tule ryhmään kesken prosessin. Mikäli joku ryhmäläinen ei pääse ensimmäiselle kerralle, suosittelen kertomaan hänen luvallaan hänestä lyhyesti jo ensimmäisen kokoontumisen aikana, jotta hän olisi ryhmäläisten mielessä jo prosessissa mukana. Tämä toimi ryhmässämme hyvin. Jotta poissa ollut pääsisi mukaan ryhmään paremmin toisella kerralla, olisi hyvä

nopeasti kertoa toisen kerran alussa, ketä paikalla on ja minkälainen menetys kullakin on. Tämä jäi tekemättä ryhmässämme ja palautteessa sitä kaivattiin.

Seurakunnalta toivottiin tukea alkuvaiheeseen ja toisaalta myös muuten henkiseen selviytymiseen. Tukea toivottiin pyytämättä. Tähän kannattaisi mielestäni kiinnittää myös huomiota. Olisiko seurakunnalla mahdollisuus vaikkapa hautajaisten jälkeen ottaa muutamana kerran yhteyttä, kysellä kuulumisia ja kysyä haluaisivatko vanhemmat keskustella lisää? Entäs kun tieto lapsen kuolemasta saavuttaa seurakunnan, voisiko siinä vaiheessa kartoittaa mahdollista avun tarvetta? Tässä voisi apuna olla myös Käpy – lapsikuolemaperheet ry:n tarjoama tukihenkilöpalvelu. Yhteistyötä kannattaa tehdä, sillä seurakunnankin resurssit ovat monesti rajalliset. Yhteistyötä järjestöjen kanssa kannattaa tehdä myös sururyhmää järjestäessä, sillä heillä on tietoa, taitoa ja tiedotuskanavia jo valmiina. Tietoa löytyy lisää liitteestä 1.

Sururyhmien lisäksi voisi olla tarpeen järjestää esimerkiksi jatkuva avoin ryhmä lapsensa menettäneille. Näin apu saavuttaisi paremmin heti kriisissä olevat perheet ja toisaalta tuki olisi pitkäkestoisempaa myös sururyhmän jo läpikäyneille. Tällainen ryhmä voisi toimia tarvittaessa myös vertaispohjalta, jolloin ryhmän ohjaaja voisi olla vapaaehtoinen vertainen. Seurakunta voisi tarjota tilat ja tarvittaessa ammattitaitoaan silloin kun lisätukea tarvitaan.

Oma ammatillinen kasvuni ei rajaudu ainoastaan sururyhmien järjestämiseen. Diakonia-työssä on paljon erilaisten tapahtumien ja ryhmien suunnittelua ja järjestämistä. Opin- näytetyön kautta sain kokemusta ja tietoa niin ryhmien vetämisestä kuin suunnitteluprosessistakin kokonaisuudessaan. Ryhmänohjaustaidoista on varmasti hyötyä tulevaisuudessa työelämässä.

Surevien kohtaaminen on yksi osa diakoniatyötä ja tässä olen saanut lisää varmuutta opin- näytetyöprosessin aikana. Vaikka oma suru on jo antanut pohjaa, ovat tämän työn kautta saadut kokemukset vahvistaneet minua ammatillisesti kohtaamaan surevia tulevassa työssäni. Olen myös saanut lisää ammattitaitoa surun ja trauman teorioihin perehtymisen kautta. Työni alkumetreillä pohdin, että kenties minulla on jotain annettavaa tällä saralla. Koen, että annettavaa edelleen on, nyt kenties vielä enemmän kun oman menetyksen lisänä on teorian tuntemusta ja ryhmän vetämisen kokemusta.

Olen lisäksi oppinut verkostoitumisen hyödyistä tätä työtä tehdessäni. Diakoniatyöntekijänä en voi hallita kaikkea, eikä kaikessa tarvitsekaan olla asiantuntija. On hyvä kuitenkin tuntee verkostot ja hyödyntää niitä tarvittaessa. Yhteistyön tekeminen, esimerkiksi eri järjestöjen kanssa, on hedelmällistä.

Tätä työtä tehdessä nousi mieleen myös jatkotutkimusaiheita. Mielenkiintoinen aihe voisi olla esimerkiksi laajempi kartoitus lapsensa menettäneiden sururyhmistä seurakunnissa. Olisi kiinnostavaa tietää, kuinka moni seurakunta ryhmiä järjestää ja kuinka usein niitä järjestetään. Myös vanhempien ja työntekijöiden kokemuksia voisi kartoittaa laajemmin.

Kaiken kaikkiaan hetken matka toisten surevien vanhempien kanssa sururyhmässä on ollut antoisa ja opettavainen. Sururyhmässä kuljimme pienen matkan toistemme kanssa. Tarkoituksena ei ollut päästä yli menetyksestä, unohtaa lapsi tai lopettaa sureminen kokonaan. Tarkoitus oli kulkea hetki vertaisten ja ammattilaisen kanssa ja kenties saada aikaan pieni toivonkipinä siitä, että joskus pahin surun tuska helpottaa. Ja ennen kaikkea: kerran vielä pääsemme lapsemme Taivaassa kohtaamaan.

Palaute ja havainnointi osoittivat lapsensa menettäneiden sururyhmän toimivan hyvänä keinona vanhempien surun tukemisessa. Tämän perusteella voidaan todeta, että ryhmiä on syytä järjestää enemmän. Tässä työssä esiintyvää sururyhmärunkoa ja runoja voi vapaasti käyttää apuna lapsensa menettäneiden sururyhmien järjestämisessä ja toivonkin, että työstäni on myös tässä muodossa apua.

Haaveenani olisi, että jokainen seurakunta voisi järjestää sururyhmiä lapsensa menettäneille. Pienemmät seurakunnat voisivat järjestää ryhmiä yhteistyössä naapuriseurakuntien kanssa. Suuremmissa seurakunnissa toivoisin toiminnan vakiintuvan säännölliseksi. Monelle vanhemmalle ryhmä voi olla käännekohta elämässä. Hetken matkan kulkeminen vertaisten ja ammattilaisten seurassa voikin olla alkuna ajatukselle: en olekaan ainoa joka kokee tällaista tuskaa, nuo toisetkin ovat vielä hengissä, ehkä minäkin voin selvitä!

LÄHTEET

- Aho, Anna Liisa 2010. Isän suru lapsen kuoleman jälkeen: tuki-interventio ja sen arviointi. Tampere: Tampereen yliopisto. Väitöskirja.
- Barta, Elke 2006. SOS-kriisikeskuksen vertaistukitoiminta lapsensa menettäneille vanhemmille. Vapaaehtoisten ryhmänvetäjien kokemuksia. Laurea-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Bendt, Ingela 2000. Kun pieni lapsi kuolee. Helsinki: Lasten Keskus.
- Elo, Sirkku 2005. Kristillinen käsitys kuolemasta. Teoksessa: Lapseni on kuollut – jäi jälkeen kaipuu, jäi sanaton suru, 2005. Helsinki: Sylva, 124–125.
- Erjanti, Helena & Paunonen-Ilmonen, Marita 2004. Suru ja surevat: surevien hoitotyön perusteet. Helsinki: WSOY.
- Harmanen, Eija 1996. Sururyhmä: suruprosessin dynamiikka sururyhmässä. Helsingin yliopisto. Pro gradu -työ.
- Harmanen, Eija 1997. Sielunhoito sururyhmässä: tutkimus ohjaajan näkökulmasta suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa. Suomalaisen teologisen kirjallisuusseuran julkaisuja. Helsinki: Suomalainen teologinen kirjallisuusseura.
- Harmanen, Eija; Hurmerinta, Eeva-Liisa; Jalli, Tarja; Koponen, Pauliina; Rautama, Toivo; Suutala, Hillevi 2004. Kuuletko kun kysyn ja huudan? Opas sururyhmän ohjaajalle. Helsinki: Kirkkopalvelut.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Huuskonen, Riikka 2001. Espoon seurakuntien sururyhmät – ohjaajan näkökulma. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Jauhiainen, Riitta & Eskola, Marjatta 1994. Ryhmäilmiö. Helsinki: WSOY.
- Kivikko, Maarit 2011. Käpy-lapsikuolemaperheet ry:n toiminnanjohtaja. Henkilökohdainen tiedonanto. Keskustelu 10.2.2011.
- Koponen, Pauliina 2004. Lukijalle. Teoksessa: Eija Harmanen, Eeva-Liisa Hurmerinta, Tarja Jalli, Pauliina Koponen, Toivo Rautama, Hillevi Suutala 2004. Kuuletko kun kysyn ja huudan? Opas sururyhmän ohjaajalle. Helsinki: Kirkkopalvelut, 3.

- Koskela, Harri 2011. Lapseni elää aina sydämessäni: lapsen menetyksen merkitys vanhemman spiritualiteetin muotoutumisessa. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus.
- Koskela, Harri 2009. Miksi ja mitä varten Jumala: lapsen menetyksen merkitys vanhemman spiritualiteetille. Itä-suomen yliopisto. Licensiaattityö.
- Koskela, Tanja 2005. Lapsen menetyksen aiheuttaman surun käsittely internetissä toimivassa oma-apuryhmässä. Keskustelupalsta tukena surutyössä. Helsingin yliopisto. Pro gradu -työ.
- Kübler- Ross, Elisabeth & Kessler David, 2006. Suru ja surutyö. (Alkup. teos On Grief and Grieving 2005) Helsinki: Basam Books.
- Käpy-lapsikuolemaperheet ry. 2012. Käpy ry:n Internet-sivut. Viitattu 14.1.2012.
www.kapy.fi
- Laakso, Hilikka 2000. Äidin suru alle seitsenvuotiaan lapsen kuoleman jälkeen. Acta universitatis Tamperensis. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Laimio, Anne & Karnell, Sonja 2010. Vertaistoiminta- kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa: Tanja Laatikainen (toim.) 2010. Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 9-19
- Minkkinen, Leena 2005. Jaettu suru. Teoksessa: Lapseni on kuollut – jäi jälkeen kaipuu, jäi sanaton suru, 2005. Sylva, 85–86.
- Moren, Riitta 2005. Suru ja sen merkitys. Teoksessa Lapseni on kuollut – jäi jälkeen kaipuu, jäi sanaton suru, 2005. Sylva, 31–39.
- Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemuksen ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa: Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.). Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 195–213.
- Paavilainen, Erja 2008. Lapsensa menettäneiden äitien kokemuksia vertaistuesta Internetin keskustelupalstalla. Tampereen yliopisto. Pro gradu -työ.
- Peiju-Risu, Ulla 2011. Äkillisesti lapsensa menettäneiden vanhempien saama ja odottama tuki. Opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu.
- Pojjula, Soili 2002. Surutyö. Helsinki: Kirjapaja.
- Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Helsinki: Kirjapaja.
- Rautama, Toivo 2004. Teoksessa: Eija Harmanen, Eeva-Liisa Hurmerinta, Tarja Jalli, Pauliina Koponen, Toivo Rautama, Hillevi Suutala 2004. Kuuletko kun

- kysyn ja huudan? Opas sururyhmän ohjaajalle. Helsinki: Kirkkopalvelut, 27–32.
- Rosenblatt, Paul C. 2000. Parent Grief: narratives of loss and relationship. The series in death, dying and bereavement. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Ryhänen, Anne 2002. Surun kipu: Riihimäen seurakunnan sururyhmä talvella 2000. Helsingin yliopisto. Pro gradu-työ.
- Saari, Salli 2008. Kuin salama kirkkaalta taivaalta: kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Otava
- Suomen evankelisluterilainen kirkko, kuoleman lähellä i.a. Suomen evankelisluterilaisen kirkon internetsivut. Viitattu 15.12.2011. <http://evl.fi/apuajatukea>
- Suomen virallinen tilasto 2011. Kuolemansyyt. Vuosikatsaus 2009,3. Lasten kuolleisuus ja äitiyskuolleisuus. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 7.12.2011. http://tilastokeskus.fi/til/ksyyt/2009/01/ksyyt_2009_01_2011-02-22_kat_004_fi.html.
- Suutala, Hillevi 2004. Lapsensa menettäneiden sururyhmä. Teoksessa: Teoksessa: Eija Harmanen, Eeva-Liisa Hurmerinta, Tarja Jalli, Pauliina Koponen, Toivo Rautama, Hillevi Suutala 2004. Kuuletko kun kysyn ja huudan? Opas sururyhmän ohjaajalle. Helsinki: Kirkkopalvelut, 63-66.
- Telenius, Eeva 2010. Äidin suru ja suruprosessin kehittyminen viisi vuotta lapsen kuoleman jälkeen. Tampere: Tampereen yliopisto. Pro gradu.
- Tilastokeskus 2010. Kuolleet iän, sukupuolen ja kuolemansyyntä (72-luokk. luokitus) mukaan vuonna 2009. Viitattu 7.12.2011. http://pxweb2.stat.fi/Database/StatFin/ter/ksyyt/ksyyt_fi.asp
- Väisänen, Leena 1999. Lapsen menetys: perheen suru ja toipuminen. Helsinki: Kirjapaja.
- Ylikarjula, Simo 2008. Kuolema on. Helsinki: Kirjapaja.

LIITTEET

Liite 1. Tukea lapsensa menettäneille

www.kapy.fi (kaikille lapsensa menettäneille lapsen iästä ja kuolintavasta riippumatta)

www.mielenterveysseura.fi

www.surunauha.net (vertaistukea itsemurhan tehneiden läheisille)

www.huoma.fi (vertaistukea henkirikoksen uhrien läheisille)

www.sylva.fi (tukea syöpäsairaiden lasten omaisille sekä lapsensa syöpään menettäneille)

Internetin keskusteluryhmiä:

www.lapsiammekaivaten.juttelu.com

groups.yahoo.com/group/tuntematon-enkeli (lapsensa kohtukuoleman kautta menettäneille)

Facebook-ryhmät Lapsensa menettäneet, onnettomuudessa lapsensa menettäneet, Enkelilapsen äiti, Liputuspäivä kuolleiden lasten muistolle, Käpy-ryhmä facebookissa

Liite 2. Palautekysely sururyhmän vanhemmille

PALAUTELOMAKE (palautetaan ryhmän viimeiseen kokoontumiseen) voit jatkaa vastauksiasi tarvittaessa lapun toiselle puolelle.

Ryhmän koko oli mielestäni:

liian pieni sopiva liian suuri

Ryhmien kokoontumisia oli mielestäni:

liian vähän sopiva määrä liian paljon

Mikä oli ryhmässä mielestäsi parasta?

Auttoiko ryhmä Sinua surussasi? Jos auttoi niin mikä ryhmän toiminnassa erityisesti auttoi sinua?

Millaisena koit runojen käytön ryhmässä?

Mitä palautetta haluaisit antaa ryhmän ohjaajien toiminnasta?

Millaisia kehittämissuhteita sinulla on ryhmän toimintaan?

Suosittelisitko vastaavanlaista ryhmää muille lapsensa menettäneille? Kokisitko tärkeäksi, että vastaavia ryhmiä järjestettäisiin tulevaisuudessakin esimerkiksi muissakin seurakunnissa?

Miten muuten seurakunta voisi mielestäsi olla lapsensa menettäneen tukena?

Mitä muuta palautetta haluaisit antaa ryhmään liittyen?

KIITOS PALAUTTEESTASI!

Liite 3. Sisällönanalyysiä sururyhmästä saadusta tuesta suruun

Alkuperäinen ilmaus (suluissa lisäykset tutkijalta ymmärtämisen helpottamiseksi)	Alaluokka	Yläluokka
<p>”sama suru” ”toisetkin ymmärsivät lapsen menettämisen tuskan” ”kaikki oltiin samalla viivalla” ”ymmärtää, ettei ole yksin” ”surusta puhuminen toisten samassa tilanteessa olevien kanssa” ”sen ymmärtäminen, ettei ole yksin vaan monella muullakin on sama tuska, ikävä ja kaipaus” ”näkee ettei ole ainoa perhe, jota tällainen ikävä asia koettelee” ”huomaa, miten samanlaisten kysymysten kanssa muutkin painivat” ”Tulee huomanneeksi ettei ole niin ”outo” minä välillä itseään pitää” ”...olen nyt yrittänyt syvämlaisesti poimia muiden lapsensa menettäneiden selviytymiskeinoista itselleni.” ”Myötäelämisen tunne” ”Tällä kertaa surun käsittely oli helpompaa ja ryhmän kanssa keskustelut olivat helpompia, kun lapset jotka olivat menehtyneet, eivät olleet vastasyntyneitä tai syntymättömiä...”</p>	ryhmästä saatu vertaistuki suruun	
<p>”vetäjillä empaattinen, rauhoittava ja voimia antava ote.” ”(Ohjaajalla) mahtava ammattitaito olla läsnä kaikille” ”(Vertaisohjaajalla) omakohtainen kokemus antaa hyvän pohjan” ”(Ohjaajien toiminta oli) kiitettävä” ”Hyvin suunniteltu ja aikaa annettiin jokaiselle sopivasti puhumista varten” ”Esim. minä joka en olisi saanut sanaa suustani, ohjaajat auttoivat ja johdattelivat asioista puhumiseen ” ”Ryhmän vetäjät ammattitaitoisia” ”Heillä oli hieno kyky saada jokainen vähänkin puhumaan siitä surullisesta ja vaikeasta asiasta” ”Ohjaajat olivat auttavia ja ammattitaitoisia”</p>	ohjaajilta saatu tuki suruun	SURURYHMÄSTÄ SAATU TUKI SURUUN
<p>”annettiin tilaa toisille” ”ryhmän ilmapiiri avoin, ymmärtävä, tukeva” ”sopivasti aikaa esittää mielipiteitäni ja tunteitani” ”kuvien ja kynttilöiden (käyttö)...(menehtyneet) lapset sai olla mukana” ”Lapseni kuvan mukanaolo oli hyvä. Aikaisemmin kuvan katsominen oli valtavan ahdistavaa...Nyt kuva on aina näkyvilläni ja pystyn juttelemaan lapselleni=kuvalle” ”Sai itkeä kun itkettää” ”Kauniita runoja” ”(Runot) koskettaa syvältä ja itkettää” ”Runot antoivat mallin siitä, kuinka voi kirjoittamalla purkaa suruaan ja tunteitaan” ”(Runojen käyttö) oikein miellyttävää”</p>	muu surussa tukeva toiminta ryhmässä	

Torstai 3. maaliskuuta 2011

UUTISJOUSSI

Vertaistuki on tärkeää lapsensa menettäneille

"Suru on rakkautta lasta kohtaan"

MERILLA KIVINEVA

"Kohta on kulunut kaksi vuotta siitä, kun ainoa lapseni Joonatan kuoli syöpään", Maija Karttunen aloittaa.

"Se on vähän niin kuin elin sen päivä vielä. Se on sellainen suru, ettei sitä käydä kahdessa vuodessa läpi, eikä varmaan kahdessakymmenessäkään. Joonatan kulkee edelleen mukana kaikissa tekemisissä ja ajatuksissa", hän sanoo.

Vähä usko kantaa nuorta naista.

"Tieto siitä, että nähdään vielä. Kaikki tämä on vain vahvistanut uskoani, ei tässä muuten olisi mitään järkeä. Tävaassa tapaanme kerran", hän uskoo.

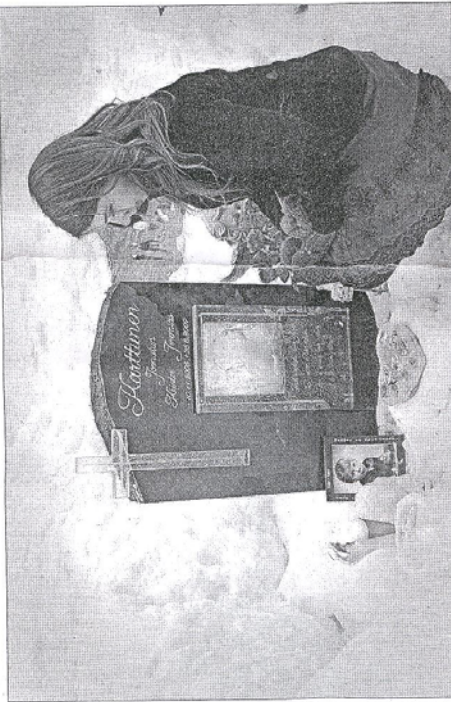
Rukous yhdisti perheeksi

Poikansa kuoleman jälkeen Maija päätyi vaihtamaan alaa. Kirkko ja usko vaikuttivat osaltaan myös ammativalintaan.

"Työskentelin ennen lastentarhassa, mutta päädyin opiskelemaan diakoniksi. Opintoja on vajaan vuosi jäljellä. Nyt olen aloittanut Puijon seurakunnan diakoniatyössä kahdeksan viikon harjoittelujakson."

Elämä on saanut uutta suuntaa muutenkin kuin am-

Lröb Vihavainen



Maija Karttunen käy usein poikansa Joonatanin haudalla.

Lumitöissä

Puhdistan varovasti lumiharjalla hautakivest päälle sataneen lumen.

Edessä ja raivaan kulkuväylän kivellesi.

Tänään lumi tuntuu kuin olevan kevyttä.

Sinusta irti.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

Sanoivat, että pitäisi mennä jo eteen päin.

ri äiti käsittelee kirjoittamisen kautta. Kaipuu parkauntuu runojen muodossa.

"En kirjoita enää niin tiuhaan kuin ennen, mutta silloin tällöin. Olen miettinyt, että voisi ottaa yhteyttä Sylvaan tai Käpyyn, jos runot voisi vaikka julkaista. En mitään mainetta ja kummaa halua, mutta jos ne voisivat auttaa samassa tilanteessa olevia", hän toivoo.

Hän uskoo runoissa näkyvän jonkinlaisen surun kehityskaaren.

"Samassa tuskan tilassa ne silti syntyvät. Kun siihen tuskan tilaan menee, on suru niin tuore, että tunnetila on samankaltainen kuin alkuun."

"Joonatan ei unohdi. Ajattelen, että suru on rakkautta lasta kohtaan. Kun rakkaus pysyy, niin surukin pysyy."

Sururyhmästä apua ja tukea

Joonatanin kuoleman jälkeen Maija toimi vertaisohjaajana perheyhteistyönä Helena Matson vetämässä lapsensa menettäneiden sururyhmässä.

Toinen sururyhmä aloittaa toimintansa tässä kuussa, ja se on osa Maijan toiminnallista opinnäytetyötä.

"Siinä pohditaan, miten seurakunta voisi tukea lapsensa menettäneitä ja voisiko sururyhmä olla hyvä tukimuoto", hän kertoo.

"Helena on edelleen ohjaaja ja minä vertaisohjaaja. Nyt otan kuitenkin vähän enemmän vastuuta ja Helena jätettyyn taka-alalle. Myös runon liittävät opinnäytetyöhön. Aion käyttää niitä sururyhmässä, ja kysyn, onko niistä apua oman surun tukemiseen tai käsitteelyyn."

Vertaistuki on tärkeää

Lapsensa menettäneiden sururyhmä toimii Vuorelan kirkossa.

"Paikkaa valitessa ajatusena oli, että sinne voisi tulla ihmisiä myös ympäryskunnista. Nykyään on onneksi harvinaista, että lapsi kuolee, mutta vertaistukea voi olla sitten vaikeaa löytää."

"Lapsen kuolemaa ei suru loppuun, se pysyy tuoreena. Siksi ryhmään ovat tervetulleita kaikki, vaikka menetyksestä olisikin aikaa", hän kannustaa.

Sururyhmän merkitys on ollut nuorelle äidille suuri.

"Se on erilaista, kun on ympärillä ihmisiä, jotka ovat kokeneet saman. Vaikka muut yrittäisivät tukea ja auttaa, se ei ole täysin sama. Vertaistuki on ehdottoman tärkeää."

Sururyhmä kokoontuu Vuorelan kirkolla viisi kertaa alkaen 17.3. klo 18. Lisätiedot ja ilmoittautumiset 10.3. mennessä, Maija Karttunen 040-739 6669.



Liite 5. Lehtihaastattelu sururyhmästä Kuopion Kaupunkilehdessä



Maija Karttusen Joonatan-pojan kuolemasta tulee maaliskuun lopussa kuluneeksi kaksi vuotta. Joonatan menehtyi kolmevuotiaana syöpään. "Pikkuhiljaa on helpompaa, mutta suru varmasti jää", lapsensa menettäneiden vertaisohjaajana toimiva Karttunen sanoo.

Lapsensa menettänyt jää usein yksin

Sururyhmiä on tarjolla niukasti

Katja Heikkinen

Siilinjärveläisen Maija Karttusen kodin seiniltä vierasta katselee iloinen, suurisilmäinen pikkupoika.

Joonatan sai elää kaksi ensimmäistä vuottaan terveenä, kunnes hänen pikkuaivoistaan löydettiin syöpäkasvain tammikuussa 2008. Leikkaukset ja rannat hoidot eivät tehonneet rajusti kasvaneeseen kasvaimen. Reilu vuosi sairastumisensa jälkeen Joonatan menehtyi.

Kaksi vuotta tapahtuneen jälkeen Maija-äiti puhuu mielellään pojastaan, vaikka ikävä on valtava.

- Lapsen menettäneelle ei voi sanoa, että asian yli pitäisi päästä. Sitä ei tule tapahtumaan. Pikkuhiljaa on helpompaa, mutta suru varmasti jää, hän kuvailee.

Karttusen mukaan lapsensa menettäneet jäävät helposti yksin. Heille tarkoitettuja sururyhmiä on tarjolla vähän. Kuopion seudulla seurakunnat järjestävät ryhmiä harvakseltaan ja KYSiissä tällä hetkellä kerran vuo-

"Lapsen menettäneelle ei voi sanoa, että asian yli pitäisi päästä. Sitä ei tule tapahtumaan."

- Kun poikani oli kuolemaisillaan, sain KYSiistä tosi hyvin tukea. Kaikki oikeastaan katkesi kuolemaan. On karua, miten vanhemmat lähetetään kotiin sen

jälkeen, kun lapsi on laitettu kylmiöön. Tuen hakeminen jää vanhemman itsensä varaan - KYSin sururyhmä aloitti vasta puolen vuoden päästä, Karttunen muistelee.

- Ehkä sururyhmien vähäisyys johtuu siitä, että lapsia kuolee nykyisin vähän. Se johtaa helposti siihen, että lähiympäristöstä ei löydy vertaistukea. Muiden kuin vertaisten voi olla vaikea kohdata lapsensa menettäneitä.

Vertaistuki paras tapa auttaa surevaa

Siilinjärven seurakunnassa käynnistyy 17. maaliskuuta sururyhmä lapsensa menettäneille. Maija Karttunen toimii vertaisohjaajana ryhmässä, johon ovat tervetulleita kaikki Kuopion seudulla asuvat, lastaan surevat vanhemmat.

- Ryhmään voi tulla, vaikka menetyksestä olisi kulu- nut kymmenenkin vuotta. Menetyksessä ajan kulu- mista huolimatta tuoreena. Ja jos kokee jääneensä me-

netyksen aikaan apua vaille, kuolema on hyvä käsitellä vuosienkin jälkeen, Karttunen toteaa.

Hänen mielestään vertaistuki on parasta mahdollista tukea lasta surevalle.

- Vaikka ammattilainen kuinka yrittää auttaa, hän ei voi tietää, miltä tuntuu. Vertainen tietää jo puolesta sanasta, mitä sureva tarkoittaa.

Maija Karttunen on tehnyt surutyötä pitämällä aktiivisesti yhteyttä muihin lapsensa menettäneisiin äiteihin. Vertaistukea on löytynyt varsinkin internetin kautta.

- Myös usko on auttanut minua, ja luottamus siihen, että näemme vielä Joonatanin kanssa. Ei tässä muuten olisi mitään järkeä, hän miettii. ■

Sururyhmä lapsensa menettäneille Vuorelan seurakuntatalolla torstaina 17.3. klo 18-20. Ryhmä kokoontuu viisi kertaa. Ilm. ja lisätiedot Maija Karttunen, puh. 040-7396669.

Liite 6. Sururyhmämainos

Lapsensa menettäneiden sururyhmä alkaa

Lapsen menetys on yksi elämän suurimmista mahdollisista suruista; järjestys on väärä, ei vanhemman kuuluisi haudata lastaan, vaan toisin päin.



"Sinä sinä olit
ja yhtäkkiä et ollutkaan
Kuinka sen voi äidin sydän kestää?
Kuinka voi kestää, että sydämen lakattua lyömästä
sinua ei enää ole?"

Sinä sinä olet, edelleen, vaikka sydän lysi.

Ja sinut, lapseni, sinut pitää luottaa kylmään
lättää sinne.
Lähtee pois, niin kuin sinua ei enää olisi.

Kuinka sen voi äidin sydän kestää?"

-Maija Karttunen-

Parhaiten lapsensa menettänyttä ymmärtää toinen saman kokenut. Siilinjärven seurakunnassa on käynnistymässä lapsensa menettäneiden sururyhmä, jossa ohjaajana toimii perhetyöntekijä Helena Mattinen, sekä vertaisohjaajana 3-vuotiaan poikansa menettänyt Maija Karttunen. Kokoonunne yhteensä viisi kertaa Vuorelan seurakuntatalon takkahuoneessa, alkaen torstaina 17.3.

Kokoonmistuskerrat ovat:
torstaina 17.3, klo 18-20
torstaina 24.3, klo 18-20
torstaina 7.4, klo 18-20
torstaina 14.4, klo 18-20
viimeinen kokoonmistusajankohta sovitaan
yhdessä ryhmäläisten kanssa

Ryhmään mahtuu 8-10 vanhempaa. Ilmoittautumiset ryhmään 10.3, mennessä vertaisohjaaja Maija Karttuselle numeroon 040-7396669. Ilmoittathan myös, mikäli lastenhoidon järjestäminen osoittautuu ongelmalliseksi. Voimme myös miettiä autottomien osalta kimpapytjän mahdollisuutta.

Siilinjärven seurakunta

Liite 7.

Kirje sururyhmään ilmoittautuneille

Hei!

Tervetuloa mukaan lapsensa menettäneiden sururyhmään. Kokoonnumme yhteensä viisi kertaa Vuorelan kirkon (Rissalantie 2) alakerrassa, takkahuoneessa. Ensimmäinen kokoontumiskerta on torstaina 17.3. Aloitamme klo 18 ja lopettelemme viimeistään klo 20, jotta pitkänmatkalaiset ehtivät ajoissa kotiin. Tarjoamme ryhmäläisille pienen iltapalan.

Kokoontumiskerrat ovat:

torstaina 17.3. klo 18–20 (tutustuminen)

torstaina 24.3. klo 18–20 (surun ristiaallokossa)

torstaina 7.4. klo 18–20 (miten selviän arjessa)

torstaina 14.4. klo 18–20 (muistojen ilta)

viimeinen kokoontumisajankohta sovitaan

yhdessä ryhmäläisten kanssa (toivo ja tulevaisuus)

Sururyhmä on suljettu ryhmä. Kuljemme ryhmänä pienen matkan yhdessä surussamme, siksi uusia ilmoittautumisia ei oteta enää vastaan ensimmäisen kokoontumiskerran jälkeen. Toiveena olisi, että pääsisitte osallistumaan jokaisella kerralla, mutta ilmoittattehan, mikäli ette jollain kerralla pääse mukaan.

Ryhmän keskustelut ovat luottamuksellisia ja muiden asioita ei puhuta ryhmän ulkopuolisille ihmisille. Ryhmän toimintaperiaatteisiin kuuluu myös se, että jokaisen surulle annetaan tilaa ja aikaa. Siksi jokaiselle varataan yhtä pitkä aika puhua surustaan ilman keskeytystä ja kommentointia. On lupa myös olla hiljaa tai siirtää vuoro seuraavalle niin halutessaan. Jokaisen kokoontumisen loppuun varataan aikaa myös vapaaseen keskusteluun. Ryhmässä on lupa itkeä tai olla itkemättä ja jokainen saa olla oma itsensä.

Toivoisimme, että ottaisitte mukaan lapsestanne valokuvan, jonka eteen voimme sytyttää kynttilän. Kuva voi olla mukana jokaisella kokoontumiskerralla.

Tapaamisiin torstaina!

T: Vertaisohjaaja Maija Karttunen p.040-7396669 maija_karttunen@hotmail.com

Perhetyöntekijä Helena Mattinen p.044-7284646