



samk



Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

VILMA KAISLA JA ROSA LEPPÄMÄKI

# **Lapsen suru uusperheessä**

Opas uusperheen vanhemmille

HOITOTYÖN TUTKINTO-OHJELMA  
2023

## TIIVISTELMÄ

Kaisla, Vilma ja Leppämäki, Rosa: Lapsen suru uusperheessä - Opas uusperheen vanhemmille  
Opinnäytetyö, AMK  
Hoitotyön tutkinto-ohjelma  
Marraskuu 2023  
Sivumäärä: 33

Suru on ihmiselle normaali tapa reagoida ikäviin, vaikeisiin ja haasteellisiin tilanteisiin. Se on tunne, jota me kaikki joskus koemme. Lapsen surua kuvataan moninaiseksi tunteeksi, joka tulee esiin yksilöllisin tavoin. Myös uusperheissä lapsi voi kokea surua. Joskus lapsen suru saattaa jäädä uusperheessä muiden perheenjäsenten tunteiden varjoon, jolloin sitä on vaikea tunnistaa. Myös hoitotyössä kohtaamme surua ja sen eri muotoja päivittäin.

Opinnäytetyönä tarkoituksena oli tuottaa uusperheen vanhemmille opas, kuinka perheen aikuisina voitte tukea lasta surussa. Tavoitteena oli, että uusperheiden vanhemmat saavat tietoa lasten surusta sekä konkreettisia keinoja lapsen tukemiseen surussa uusperheen arjessa. Tutkimuskysymykseksi muodostui miten ja millä keinoilla uusperheen vanhemmat voivat tukea surevaa lasta?

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä. Idea opinnäytetyömme aiheesta sai alkunsa toimeksiantajan Suomen Uusperheiden Liiton tarpeesta. Teoreettisessa viitekehyksessä käsittelemme uusperhettä, uusperheen vanhemmuutta, lapsen surua ja sen tukemisen muotoja. Tiedonhakuja tehtiin monipuolisesti käyttäen eri tietokantoja. Käytimme opinnäytetyömme lähteenä aiheeseen liittyvää kirjallisuutta, tutkimuksia ja erilaisia oppaita.

Opinnäytetyön tuotoksena loimme oppaan, joka on tarkoitettu uusperheiden vanhemmille. Oppaassa esittelemme konkreettisia keinoja, miten uusperheen vanhempana voit tukea surevaa lasta. Toteutimme uusperheiden vanhemmille kyselyn, jossa vastaajat kertoivat kokemuksiaan lasten surusta. Valmis opas on saatavilla Suomen Uusperheiden liiton Internet-sivustolla.

Avainsanat: lapset, suru, tukeminen, uusperheet

## Abstract

Kaisla Vilma & Leppämäki Rosa: Grief of a child in a reconstituted family – A guide for a parents of reconstituted family

Bachelor's thesis, Satakunta University of Applied Sciences

Degree program in Nursing

November 2023

Number of pages: 33

Grief is a normal way for human to react to unpleasant, difficult, and challenging situations. It's an emotion that we all experience sometimes. A child's grief is described as a multifaceted feeling that comes out in individual ways. A child can also experience sadness in a reconstituted family. Sometimes the child's sadness may be overshadowed by the feelings of other family members in the reconstituted family, making it difficult to recognize it. Even in nursing work we encounter grief and its different forms every day.

The purpose of this thesis was to produce a guide for parents in reconstituted family, how you as family adults can support your child in grief. The aim was for reconstituted families to get information about children's grief and concrete ways to support the child in grief in their own everyday life. The research question became how reconstituted families' parents can support a grieving child?

The thesis was implemented as a functional thesis. Idea for our thesis topic originated the need of the sponsor Suomen Uusperheiden Liitto. In theoretical framework we discuss the reconstituted family, parenting of the reconstituted family, the child's grief and the forms of supporting it. The search for information was done in a versatile manner using different databases. We used our thesis as source of related literature, studies, and various guides.

As a result of the thesis, we created a guide intended for parents of parenting of reconstituted families. In guide we present concrete ways how as a parent of parenting of the reconstituted family, you could support a grieving child. We implemented a survey for the parents of reconstituted families, in which the respondents shared their experiences of children's grief. The finished guide is available on the Internet website of Suomen Uusperheiden Liitto.

Keywords: children, grief, support, reconstituted families

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	6
2 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT 7	
2.1 Keskeiset käsitteet .....	7
2.1.1 Uusperhe .....	7
2.1.2 Vanhemmuus uusperheessä .....	9
2.1.3 Lapsen suru .....	11
2.1.4 Tukeminen surussa .....	12
2.2 Aikaisemmat tutkimukset .....	13
3 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET ...	15
4 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	15
4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö .....	15
4.2 Toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu .....	16
4.2.1 Organisaatio ja kohderyhmä .....	16
4.2.2 Toiminnallisen opinnäytetyön resurssit .....	16
4.2.3 Riskit .....	17
4.2.4 Aikataulusuunnitelma .....	18
4.3 Toiminnallisen opinnäytetyön aineistonkeruu .....	19
4.4 Toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu .....	20
4.4.1 Kysely .....	21
4.4.2 Kyselyn johtopäätökset .....	22
4.5 Opas toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena .....	24
4.5.1 Hyvän oppaan piirteet .....	24
4.5.2 Oppaan suunnittelu ja toteutus .....	25
4.5.3 Oppaan esittely kohderyhmälle .....	27
5 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	
.....	28
6 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN POHDINTA JA ARVIOINTI .....	29
6.1 Pohdinta .....	29
6.2 Hoitotyön kehittäminen ja tulevaisuuden haasteet .....	31
6.3 Arviointi .....	32
6.3.1 Itsearviointi .....	32
6.3.2 Toimeksiantajan arviointi .....	33
LÄHTEET .....	34
LIITE 1: AIEMMAT TUTKIMUKSET .....	37
LIITE 2: TUTKIMUSTEN HAKUTAULUKKO .....	39

LIITE 3: KYSELY.....	40
LIITE 4: SOSIAALISEN MEDIAN PÄIVITYS.....	42
LIITE 5: AJATUSKARTTA.....	43
LIITE 6: OPAS.....	44
LIITE 7: SÄHKÖPOSTIViesti KOHDERYHMÄLLE .....	55

## 1 JOHDANTO

Uusperheiden arjessa käydään läpi monenlaisia tunteita, ihan niin kuin missä vain perheessä. Uusperheessä voi kuitenkin olla tilanne, jossa vain osaa perheestä koskettaa suru. Esittelemme työssämme keinoja, joiden avulla uusperheen aikuinen voi tukea lasta, joka joutuu kokemaan surua. Surun lisäksi tuomme esille tietoisuutta uusperheestä perhemuotona. Lisää tietoisuutta, näkyvyyttä ja ymmärrystä uusperheistä ja heitä koskevista haasteellisista tilanteista tarvitaan.

Koemme opinnäytetyömme aiheen erittäin tärkeäksi ja ajankohtaiseksi. Lasten kanssa terveydenhuollossa työskennellessä myös suru on väistämättä välillä esillä. Haluamme jakaa opinnäytetyöllämme tietoisuutta lasten surusta uusperheessä sekä antaa perheille konkreettisia keinoja kuinka surevaa lasta voitaisiin tukea uusperheen arjessa. Uusperheiden lisäksi toivomme, että jakamistamme lapsen surun tukemisen muodoista on hyötyä myös lasten kanssa työskenteleville ammattilaisille.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tehdä uusperheen vanhemmille opas, kuinka perheen aikuisina voi tukea lasta surussa. Tavoitteena on, että uusperheiden vanhemmat saavat tietoa lasten surusta sekä konkreettisia keinoja lapsen tukemiseen surussa uusperheen arjessa. Opinnäytetyömme on toteutettu Suomen Uusperheiden Liitolle.

## 2 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

### 2.1 Keskeiset käsitteet

#### 2.1.1 Uusperhe

Arkikielessä uusperhe voidaan määrittää perheeksi, jossa kaksi aikuista lapsineen asuvat samassa taloudessa (Raittila & Sutinen, 2008, s. 15). Tilastokeskuksen mukaan uusperhe määritellään perheeksi, jossa alaikäinen on vain toisen puolison lapsi (Tilastokeskus, n.d.). Uusperheessä ainakin toisella puolisoista on siis lapsia edellisestä suhteesta. Jopa 40 %:lla uusperheistä on syntynyt uuden liiton myötä myös parin yhteisiä lapsia. (Rosenborg & Törmänen, 2019, s. 19.) Suurin osa uusperheiden lapsista on äidin mukanaan tuomia eli tavallisimmin suomalaiset uusperheet muodostuvat äidin ja hänen lastensa ympärille (Tilastokeskus, 2022). Viime vuosien aikana virallisesti isän luokse jäävien lasten määrä on kuitenkin kasvanut ja yhä useampi lapsi asuu vuoroin molempien vanhempien luona kahdessa eri kodissa (Rosenborg ym., 2019, s. 26).

Vuonna 2021 Suomessa oli jopa 49 630 uusperhettä, joka on noin 9 % kaikista lapsiperheistä (Tilastokeskus, 2022). Uusperheet ovat yleistyneet Suomessa tasaisesti ja ovat nykyään myös varsin hyväksytyt ja tavallinen perhemuoto muiden rinnalla (Manninen & Mäkinen, 2014, s. 9–10). Perheiden moninaisuudesta puhutaan tänä päivänä paljon. Erilaisten perhetyyppien ympärillä pyörii paljon keskustelua, osittain myös kysymyksiä, jotka johtuvat tietämättömyydestä ja aikuisten lokeroinnista. Jokaisella meistä on jonkunlainen perhe, erilainen ja uniikki. Lapsuudesta saakka olisi tärkeä kasvattaa lapset tunnistamaan perheiden moninaisuutta ja opettaa ymmärtämään erilaisia perheitä. (Siimes, 2021.) Uusperhe tietoisuutta olisi tärkeä levittää lisää myös esimerkiksi kouluissa, neuvoloissa ja viranomaisten puolella (Rosenborg ym., 2019, s. 27).

Käytännössä uusperheiden määrä on Tilastokeskuksen antamaa lukua suurempi. Tilastokeskus laskee lapset vain siihen perheeseen, jossa he ovat kirjoilla. Tilastoinnista jää puuttumaan myös uusperheiden täysi-ikäiset lapset. Todellisuudessa lapsi voi siis asua kahdessa eri uusperheessä mutta tilastoinnissa näkyy ainoastaan toinen. (Rosenborg ym., 2019, s. 20.)

Aikaan ennen uusperheen muodostumista kuuluu lähes aina jonkunlaisia menetyksen ja surun kokemuksia. Taustalla voi olla ero edellisestä suhteesta tai jokin muu muuttuva tekijä. Uusperheen myötä lapsen ensimmäinen perhemuoto muuttuu, jolloin vanhempien lisäksi lapselta vaaditaan sopeutumista ja asioiden uudelleen opettelua. (Heikinheimo ym., 2022, s. 35.) Edellisen perheen hajotessa ja uuden syntyessä biologinen vanhemmuus ja biologiset siteet silti yleensä säilyvät. Kahden perheen yhdistyessä yhteen muovautuminen vie aikaa. Uusperhe ei muodostu välittömästi vaan vaatii muotoutuakseen paljon aikaa ja panostusta kaikilta uusperheen jäseniltä. (Manninen ym., 2014, s. 12.) Ikätason mukaan lapsen voi olla vaikeaa käsitellä itsekseen tilanteen aiheuttamia tunteita, ellei lapselle osata antaa oikeanlaista apua ja tukea. Oman paikan löytäminen vaatii aikaa ja tunnustelua sekä yhteistä keskustelua lapsen suhteesta biologisiin vanhempiin sekä vanhempien uusiin kumppaneihin. (Malinen & Larkela, 2011, s. 66–68.)

Brobergin (2010) julkaisemassa väitöskirjatutkimuksessa ”Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi” tutkittiin uusperheen voimavaroja ja lasten hyvinvointia. Tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella lasten hyvinvointia uusperheessä perheen voimavarojen näkökulmasta. Tutkimuksessa oli käytetty vertailunäkökulmaa ja tarkasteltu perheiden voimavarojen välisiä eroavaisuuksia uusperheen, ydinperheen ja yksinhuoltajaperheiden välillä. Tuloksena huomattiin, että yleisesti uusperheillä ei ollut perheen toimivuuteen liittyvissä asioissa ongelmia. Uusperheillä oli luotuna selkeät ja yhteisesti sovitut säännöt ja toimintatavat. Ongelmien käsittely ja ratkaisu sekä yleinen kommunikaatio koettiin toimiviksi. Uusperheissä eniten erimielisyyksiä aiheuttivat parisuhteeseen, talouteen, kasvatukseen ja kotitöihin liittyvät asiat. Lasten hyvinvointia tutkimuksessa arvioitiin uusperheen äitien haastatteluiden perusteella. Tutkimuksessa todettiin, että uusperheys ei näytä olevan riski lasten hyvinvoinnille,



mutta se voi muuttaa uusperheen voimavaroja ja sen myötä heijastua lasten hyvinvointiin. (Broberg, 2010, s. 101–110, 191–193.)

### 2.1.2 Vanhemmuus uusperheessä

Uusperheeksi kutsutaan perhettä, jossa kaksi aikuista perustaa perheen ja aiemmista liitoista tulleet lapset tulevat osaksi perhettä ja arkea. Tällöin kummatkin vanhemmat tuovat mukanaan menneen elämänsä ja omia ajatuksia osaksi uuden perheen arkea. (Supli, n.d.) Uusperheen arjen aloittaessa on tärkeä luoda yhteiset pelisäännöt sekä laatia sopimuksia, jotta erilaiset toimintatavat hioutuisivat mahdollisimman mutkattomasti yhteen ja näin tukisivat uuden perhemuodon rakentumista (Manninen ym., 2014, s.14). Uusperheen sääntöjen laatimisesta vastaa vanhemmat, mutta lapsia on hyvä ottaa mukaan keskusteluun, miten meidän perheessämme asiat voisivat toimia. Lasten on helpompi pitää kiinni yhdessä päätetyistä säännöistä kuin ylhäältä saneltuja sääntöjä, joihin ei ole itse päässyt vaikuttamaan. (Heikinheimo & Teerijoki, 2022, s. 83.) Uudenlaiseen vanhemmuuteen kasvu ei ole helppo tai nopea prosessi vaan vaatii kärsivällisyyttä koko perheeltä. Tärkeänä muistutuksena on, ettei täydellisyyteen tavoittelu olekaan päämäärä vaan jokaisen tie kohti uudenlaista vanhemmuutta on omanlainen. (Manninen ym., 2014, s.14.)

Uusperheessä toimiva vanhemmuus tarvitsee toimivan parisuhteen. Parisuhteen vaalimiseen ja panostamiseen olisi tärkeä löytää aikaa arjen keskellä. (Supli, n.d.) Uusperheen parisuhdetta tukevia tekijöitä on esimerkiksi perheenä laaditut yhteiset säännöt, parisuhteen yhteisestä sekä omasta ajasta huolehtiminen, vuorovaikutustaitoihin panostaminen, pienistäkin asioista puhuminen, toisen kuulumisista kiinnostuminen sekä viikoittaiset palaverit (Malinen ym., 2011, s. 19).

Vanhempien roolit vaihtelevat eri uusperheissä, mutta kaikilla vanhemmilla on tärkeänä tehtävänä toimia lapselle mallina ja näyttää esimerkkiä omalla toiminnallaan. (Mieli ry, 2022.) Uusperheen uuden kumppanin yksi tärkeimmistä tehtävistä on pyrkiä luomaan toimiva ja turvallinen suhde kumppaninsa lasten

kanssa sekä löydettävä oma paikkansa uudessa ympäristössä (Malinen ym., 2011, s. 70). Uusperheen vanhemmalle kuuluu normaalien arkiaskareiden lisäksi muitakin velvoitteita. Uusperheen vanhemman tulee huolehtia myös lapsen aikatauluista, kyydeistä, pakkaamisista ja vierailuista mahdollisen toisen kodin välillä. Tätä voi helpottaa esimerkiksi vierailuaikojen synkronointi lasten välillä. (Heikinheimo ym., 2022, s. 82.)

Uusperheissä myös vanhempien ja lasten kiintymyssuhteet vaihtelevat. Kiintymyssuhteisiin vaikuttaa uusperheen perheenjäsenten välinen biologisuus, bonusvanhemmuus, bonuslapsuus sekä perheessä asuvien lasten muut kodit. Näiden lisäksi myös luonteen piirteillä, kemialla ja persoonallisuudella on osuutta roolien ja kiintymyssuhteiden muodostumiseen. Kun perheessä tai lähipiirissä tapahtuu isoja muutoksia, on erityisen tärkeää huolehtia, että kaikki lähellä olevat lapset ja aikuiset saavat tarvitsemaansa tukea ja apua asian kanssa. (Heikinheimo ym. 2022, s. 149.)

Uusperhe perustuu aikuisten väliseen parisuhteeseen ja heidän väliseensä rakkauteen. Lapsi on uuden tilanteen myötä oudossa tilanteessa, joka herättää monenlaisia tunteita. Uuteen perhetilanteeseen sopeutuminen voi viedä lapselta hyvinkin paljon aikaa. (Manninen ym., 2014, s. 12.)

Impivaara ja Parkkinen (2020) tutkimuksessa kuvattiin varhaiskasvatuksen tarjoamia keinoja uusperheiden vanhemmuuden tukemiseen. Uusperheen vanhempana on kiinnitettävä huomiota lapsen hyvinvoinnin tukemiseen erilaisissa muuttuvissa tilanteissa. Vanhempien on tärkeä kannustaa lasta säilyttämään hyvä suhde myös etävanhempaan omista tunteistaan huolimatta. Varhaiskasvatuksen on tärkeä luoda luottamussuhde perheen kumpaankin vanhempaan ja sen myötä antaa mahdollisuus tulla kuulluksi, mikäli jokin asia mietityttää tai vaatii keskustelua apua. Yksilöllinen lapsen ja perheen tukeminen lisäsi luottamusta ja hyväksytyksi tulemisen tunnetta. (Impivaara & Parkkinen, 2020, s. 14, 21, 31–32.)

### 2.1.3 Lapsen suru

Suru on yleinen käsite, joka liittyy monenlaisiin tilanteisiin. Se on tunne ja ihmiselle normaali tapa reagoida. (Erkkilä, Holmberg, Niemelä & Ylönen, 2003, s.12.) Lapsen surussa on yhtenäisyyksiä aikuisen suruun, mutta surun sanoittaminen on lapselle hankalampaa ja siihen lapsi tarvitsee aikuisen tukea (Surrevan kohtaaminen, n.d.). Surusta aiheena on tärkeä keskustella lapsen kanssa ja pohtia miten suru voi näkyä ihmisessä (Pohjavaara & Miekka, 2018, s. 56). Lapsen suru on puhdasta ja suodattamatonta sekä lapsen kysymykset ovat usein suoraa ja koskettavia (Schonfeld & Demaria, 2016). Lapsen suru ilmenee jokaisella yksilöllisesti. Se voi näkyä itkuisuutena, jännittyneisyytenä, puhumattomuutena tai impulsiivisuutena (Erkkilä, ym., 2003, s. 22–23.) Lapsen suru näyttäytyy usein leikin yhteydessä, sillä lapsi käsittelee surun eri muotoja leikkien avulla (Pohjavaara ym., 2018, s.45). Kaikki tunteet ovat sallittuja surun käsittelyssä ja kutakin lasta tulisi tukea tarvitsemallaan tavalla (MLL, n.d.).

Surun koskettaessa uusperhettä jonkun perheenjäsenen suru voi jäädä vahingossa huomaamatta eli näkymättömäksi. Tähän vaikuttaa usein se, kuka perheenjäsenistä on kohdannut surua ja keitä se lähimmin koskettaa. Perheen sisällä oleva suuri tunne vaikuttaa koko uusperheeseen, mutta välillä tunteet voivat jäädä huomaamatta esimerkiksi lapsista. (Heikinheimo ym. 2022, s.38–40.) Näkymättömäksi jäänyt lapsi toivoo, että joku näkisi hänet ja on aidosti kiinnostunut hänen ajatuksistaan ja tunteistaan (Muli & Nieminen, 2023, s.12). Jotkut lapset reagoivat suruun ja muutoksiin suuremmin. Osa lapsista kieltäytyy puhumasta aiheesta ja vaipuvat omiin oloihinsa. Ulospäin voi näyttäytyä, että suru ei vaikuttaisi heihin ollenkaan. Lapselle on tärkeää, että aikuinen näkee ja huomaa hänet surun hetkellä. (Heikinheimo, 2023.)

Perhetilanteen hajoamisen mukanaan tuoma surutyö on jokaisen tehtävä jossakin vaiheessa. Uuden liiton mukanaan tuomat muutokset, kuten mahdollinen uusi asuinpaikka, uudet perheenjäsenet ja rutiinit voivat aiheuttaa lapselle stressiä, mikä puolestaan saattaa heijastua koulunkäyntiin, päiväkotiin ja lapsen käytökseen. (Manninen ym., 2014 s. 11.) Jokainen uusi kognitiivinen

kehitysvaihe, voi saada lapsen surun esiin uudelleen, ja siihen voi liittyä kysymyksiä, jotka antavat lapselle kypsemmän käsityksen muutoksesta (Scholfeld ym., 2016).

Pohjavaaran ja Miekkan (2018) tutkimuksessa ”Lapsen surun kohtaaminen päiväkodissa” tavoitteena oli luoda kattava tietopaketti varhaiskasvatuksen ammattilaisille lapsen surusta ja sen tukemisesta. Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia, miten suru näyttäytyy päiväkotikäisissä lapsissa ja miten sureva lapsi kohdataan päiväkodissa. Tutkimuksen tuloksissa osoitettiin, että suru näkyy lapsissa yksilöllisesti sekä monella eri tavoin. Suru voi näyttäytyä esimerkiksi puhumattomuutena, pelkona, itsehillinnän puutteena tai neutraalina suhtautumisena. Tutkimus näyttää, että lapsen suru voi näyttäytyä leikin yhteydessä, sillä lapsi voi käsitellä surun eri muotoja leikin avulla. Tutkimuksessa todettiin, että lasten kanssa olisi tärkeä keskustella surusta aiheena sekä pohtia yhdessä millä eri tavoin se voi näyttäytyä. Lapsen olisi myös hyvä nähdä aikuisen surevan, jotta pystyy ymmärtämään sen olevan normaali tunne muiden joukossa. (Pohjavaara & Miekka, 2018, s. 36–37, 40–45, 58.)

#### 2.1.4 Tukeminen surussa

Lapsen tukemisessa tärkeintä on kiireetön kohtaaminen ja siihen tulisikin varata tarpeeksi aikaa (Aalto & Myyryläinen, 2021, s.19). Lapsen surun syitä ei kannata olettaa, vaan kysyä mitä lapsi ajattelee ja tuntee (Schonfeld ym., 2016). Surevan lapsen huolellinen kuunteleminen ja rutiinien jatkaminen saavat aikaan turvallisuuden tunteen (Erkkilä, ym., 2003, s. 32–33). Lapsen kanssa rehellinen keskustelu tilanteesta ikätason mukaisesti on tärkeää. Asiasta olisi tärkeä puhua niiden oikeilla nimillä sekä mahdolliset väärinkäsitykset tilanteista tulisi oikaista. (Hiltunen, 2016, s. 25–26.) Lapsen olisi myös tärkeää nähdä aikuisten surevan, jotta voisi huomata sen olevan ihmisen normaali tapa reagoida ikävään asiaan (Grankull, 2012, s. 45).

Ketään ei tule jättää asioiden kanssa yksin vaan jokaisen tarpeet tulisi huomioida yksilöllisesti tarvitsemallaan tuen muodolla. Jokainen reagoi

voimakkaisiin tunnetiloihin eritavoin. Joku näyttää surun tunteet voimakkaasti ulospäin ja toinen taas piilottaa tunteet sisäänsä. Kenenkään perheenjäsenen kokemaa tunnetta ei kuitenkaan saa väheksyä vaan jokaiselle kuuluu tarjota tarvitsemansa tuki ja lohtu. (Heikinheimo ym. 2022, s. 96.)

Lapsen tukeminen surussa voi olla myös haasteellista. Lapsen elämässä lähellä olevien ihmisten sekä koulun tai muun hoitopaikan tulisi olla tietoisia surun tunteesta. Toimiva ja luottamuksellinen vuorovaikutus on tärkeää, jotta lapsen surua osataan käsitellä ja tukea yksilöllisellä tavalla. (Hiltunen, 2016, s. 22–23, 25–26.)

Grankullin (2012) projektissa ”Surevan lapsen tukeminen – terveystietoisuus” tutkimusmenetelmänä käytettiin toiminnallista projektia. Projektin tavoitteena oli auttaa varhaiskasvatuksessa työskenteleviä ammattilaisia kohtaamaan lapsen surua ja olla tukemassa lasta suruprosessin käsittelyssä. Keskeisenä tuloksena tuotettiin Internet-sivusto, jossa esitellään keinoja, joilla voi tukea lasta surun hetkellä. Tutkimuksessa todettiin, että lapsen voi olla vaikea ilmaista suruaan puhumalla, etenkin mitä pienempi lapsi on kyseessä. Aikuisen tehtävänä on tarjota lapselle läheisyyttä sekä auttaa selviytymään vaikeissa tilanteissa. Lapselle on tärkeää antaa aikaa ja tilaa surra yksilöllisesti. Lapsen tavalliset surureaktiot ovat tärkeä erottaa traumaattisista kriiseistä, jotta niiden käsittelemiseen voitaisiin hakea tarvittaessa ammattiapua. (Grankull, 2012, s. 5, 33–34, 45.)

## 2.2 Aikaisemmat tutkimukset

Saamisen (2023) tutkimuksessa ” Hei vanhempi, sinunkin tunteillasi on väliä!” oli tehty opas vanhemmille tunnetaitokasvatuksen tueksi. Tutkimuksen tavoitteena oli luoda empiirisen kyselyn pohjalta opas vanhemmille, jossa vanhempia tuetaan tunnetaitokasvatuksessa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa vanhemmille lisää tietoa tunnetaitojen opettamisesta lapsilleen. Keskeisenä tuloksena todettiin, että vanhemmat kaipasivat lisää tietoa lasten tunteiden säätelystä sekä käytännön ohjeita ja tukea erilaisten tunteiden näyttämiseen.

Oppaasta koettiin hyötyä, sillä se välitti konkreettisia ohjeita tunnetaitojen harjoittamiseen sekä on helposti saatavilla aina tarvittaessa. (Saarinen, 2023, s. 9, 37, 44, 46.)

Rajala, Rissanen ja Silver (2018) tutkimuksessa ”Lasten tunnetaitojen kehittämisen tukeminen – kirjallisuuskatsaus 0–12-vuotiaiden lasten tunnetaitoihin” selvitettiin minkälaisia ovat lasten tunnetaidot ja miten lapset ilmaisevat tunteitaan. Tavoitteena opinnäytetyössä oli lisätä lasten tunnetaidoista ja niiden tukemisesta tietoisuutta sekä kertoa niiden merkityksestä. Tuloksissa todettiin, että lasten tunnetaitojen kehittyminen on monivaiheinen prosessi, johon vaikuttavat myös monet ulkopuoliset tekijät. Lapsi ilmaisee tunteitaan jo varhaisessa iässä itkemällä ja hymyilemällä. Lapsen kasvun myötä tunnetaidot kehittyvät ja saavat ympärilleen lisää ulottuvuuksia. Lapsen kasvuympäristöllä on suuri merkitys, millä tavoin lapsen tunnetaidot alkavat kehittymään. (Rajala, Rissanen & Silver, 2018, s. 18,21.)

Salomaa ja Päivikkö (2023) tutkimuksessa ”Lapsen surutyön tukeminen” tutkittiin kirjallisuuskatsauksen avulla millä tavoin kasvattajat voivat tukea lasta surutyössä. Tavoitteena tutkimuksessa oli lisätä kasvattajien tietoisuutta lapsen surun käsittelystä ja antaa keinoja lapsen surun kohtaamiseen ja tukemiseen surutyössä. Tulosten perusteella lapsen suruprosessissa edistäviä tekijöitä oli sosiaaliselta ympäristöltä saatu tiedollinen ja emotionaalinen tuki sekä rutiinillinen ja turvallinen arki. Myös vertaistuesta ja terapiasta sekä keskustelun ja toiminnallisten menetelmien kautta oli saatu apua lapsen surun käsittelemiseen. Tärkeää aikuisena on olla lapselle kuuntelijana sekä lohduttajana, keskustella ja vastata vaikeisiin mieltä askarruttaviin kysymyksiin. Lapsen tukemisen suruprosessissa tärkeintä on lapsilähtöisyys. (Salomaa & Päivikkö, 2023, s. 5, 22–23.)

Schonfeld ja Demaria (2016) tutkimuksessa ”Supporting the grieving child and family” tutki ja esitteli konkreettisia keinoja, miten puhua surevan lapsen kanssa. Tavoitteena oli antaa konkreettisin keinoin vanhemmille neuvoja, miten lasta voisi tukea surun hetkellä sekä sen ennakoimisessa ja käsittelyssä. Artikkelin johtopäätöksinä todettiin, että lasten syyllisyyden, häpeän ja muiden

yleisten reaktioiden ymmärtäminen ja tunnistaminen auttaa ammattilaisia sekä muita perheenjäseniä käsittämään avun tarpeen sekä auttaa lasta surun hetkellä. Artikkelissa käsiteltiin myös avun ja tukemisen eri keinoja. Lapselle tulee tarjota tarvitsemiansa tuen muotoja. Vanhempien tietoisuuteen on tärkeä tuoda erilaiset ammattiavun tarjoajat, joista perhe voi hakea apua haastavan tilanteen keskellä. (Schonfeld & Demaria, 2016.)

Liitteissä taulukko tutkimuksista (LIITE 1)

### 3 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tehdä uusperheen vanhemmille opas, kuinka perheen aikuisina voidaan tukea lasta surussa.

Opinnäytetyömme tavoitteena on, että uusperheiden vanhemmat saavat tietoa lasten surusta sekä konkreettisia keinoja lapsen tukemiseen surussa uusperheen arjessa. Opasta tullaan käyttämään materiaalina myös Suomen Uusperheiden liiton koulutuksissa.

Tutkimusongelmaksi asetimme miten ja millä keinoilla uusperheen vanhemmat voivat tukea surevaa lasta?

### 4 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

#### 4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Opinnäytetyömme menetelmänä on toiminnallinen opinnäytetyö. Toiminnallisella opinnäytetyöllä tarkoitetaan projektia, jossa tuotetaan jokin konkreettinen

tuotos. Meidän konkreettinen tuotoksemme on opas, josta saa visuaalisesti ja tekstin avulla selville opinnäytetyömme tarkoituksen. (Vilka ym., 2003, s. 51.)

## 4.2 Toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu

### 4.2.1 Organisaatio ja kohderyhmä

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimii Suomen uusperheiden liitto ry. Suomen uusperheiden liitto ry eli tuttavallisemmin ”Supli” on valtakunnallinen uusperheiden hyvinvointia edistävä järjestö, joka on perustettu vuonna 1996. Liiton toiminnan perusajatuksena on edistää aktiivisesti tasa-arvoista sekä lapsi- ja perhemyönteistä yhteiskuntaa omalla toiminnallaan. Uusperheiden liitto haluaa painottaa sitä, että uusperheiden lapsilla on oikeus merkityksellisiin vanhempiin, ovat ne sitten biologisia tai sosiaalisia. Suplin toisena päätavoitteena on tukea uusperheen aikuisten välistä parisuhdetta ja ajatusta siitä, että hyvinvoiva parisuhde on koko uusperheen kantava voima. (Supli, 2023.)

Opinnäytetyömme kohderyhmänä on uusperheiden vanhemmat, joilla on kokemusta lapsen surusta.

### 4.2.2 Toiminnallisen opinnäytetyön resurssit

Resursseiksi määritellään asiat, joita käytetään apuna opinnäytetyön loppuunsaattamiseen. Resursseina toimii esimerkiksi työntekijät, tilat, kustannukset, laitteet ja työaika. Resurssien riittävyys ja toimivuus varmistaa toiminnallisen opinnäytetyön valmistumisen ajallaan. (Mäntyneva, 2022, s. 53.) Kohdistamme omat resurssimme vahvuuksien hyödyntämiseen sekä suunnitelmalliseen työskentelyyn.

Opinnäytetyön kaksi tekijää ovat kumpikin osana kaikkia opinnäytetyön vaiheita sekä osallistuvat tasapuolisesti toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamiseen. Pääosin opinnäytetyötä on tehty molempien läsnä ollessa, jolloin avoin keskustelu ja asioiden yhdessä pohtiminen on ollut helpompaa.



Opinnäytetyötä on myös kirjoitettu itsenäisesti omien aikataulumme mukaan. Työskentelytiloina olemme käyttäneet Satakunnan ammattikorkeakoulun tiloja sekä työvälineinä omia kannettavia tietokoneita. Olemme järjestäneet suunnitellusti aikaa opinnäytetyön tekemiseen, jotta työmme valmistuu tavoiteajassa. Rahallisia kustannuksia ei toiminnallisen opinnäytetyömme aikana ilmennyt.

#### 4.2.3 Riskit

Riskien hallinta on vaihtelevien olosuhteiden ja epävarmuuden hallintaa. Riskien tiedostamisella tulisi vähentää tätä epävarmuutta, ja ennakoidaan odottamattomia tilanteita. (Ruuska, 2012, s. 248.). Riskien arvioinnissa käytimme apuna SWOT-analyysia.

Opinnäytetyömme vahvuutena on konkreettinen tuotos, joka julkaistaan Suomen Uusperhein Liiton Internet-sivustolla. Uusperheen vanhemmat saavat oppaan avulla konkreettisia keinoja ja tärkeää tietoa, millä tavoin voivat arjessa tukea lasta surun hetkellä. Aiheen ympäriltä löytyy suhteellisen vähän tutkittua tietoa, joten opinnäytetyömme on myös osana lisäämässä tutkittua tietoa aiheen ympäriltä. Mahdollisuudeksi nostamme oppaan merkityksellisyyden ja sen tuoman tärkeän ja konkreettisen avun uusperheiden arkeen. Toivomme, että kohderyhmämme hyötyy oppaastamme ja jakavat tietoisuutta myös eteenpäin.

Tutkitun tiedon vähäisyys vaikuttaa merkittävästi meidän mahdollisuuteemme löytää näyttöön perustuvaa ja luotettavaa tutkittua tietoa opinnäytetyömme taustalle. Tämä sama ilmiö näkyy myös aiemmista tutkimuksista, joita on uusperheiden ympärille kirjoitettu. Yhtenä riskinä on myös opinnäytetyömme tavoitettavuus. Löytääkö oppaamme kohderyhmän luokse ja onko sisällöstä käyttäjille konkreettista hyötyä arkeen? Tähän riskin olemme huomioineet pyytämällä kohderyhmään kuuluvilta henkilöiltä palautetta tuotoksestamme ennen sen lopullista julkistamista. Pyynnöstä huolimatta emme valitettavasti saaneet kohderyhmältä vastauksia. Oppaamme tullaan kuitenkin julkaisemaan

Suomen Uusperheiden liiton Internet-sivustolla, josta kohderyhmämme löytävät sen helposti.

#### 4.2.4 Aikataulusuunnitelma

Opinnäytetyöprosessi alkoi helmikuussa 2023 aiheenvalinnalla. Aiheenvalinnan jälkeen aloitimme opinnäytetyöprosessin. Teimme etenemissuunnitelman sen pohjalta mikä meidän omien aikataulujen mukaan kuulosti järkevältä ja mahdolliselta. Tarkoituksen oli maaliskuussa 2023 tehdä tiedonhakua aiheemme ympäriltä, sekä saada yhteistyötaholta aiheen tarkennusta. Huhtikuussa 2023 aloitimme opinnäytesuunnitelman teon ja ajatuksena oli tehdä se valmiiksi kesäkuuhun 2023 mennessä. Kesän ajan olimme ajatelleet kirjoittaa virallista opinnäytetyötä ja saada lähetettyä kysely ja analysoitua se ennen kouluun paluutta. Syys-lokakuun olimme suunnitelleet saavamme oppaan valmiiksi ja sen lähetettyä eteenpäin kyselyyn vastanneille. Marraskuussa opinnäytetyön viimeistely ja viimeistään joulukuussa 2023 esittelisimme valmiin opinnäytetyön. Aikataulusuunnitelma (Taulukko1) on laadittu huhtikuussa 2023.

Taulukko 1

2023	Aikataulusuunnitelma
Helmikuu	Aiheenvalinta Toiminnallisen opinnäytetyön aloittaminen
Maaliskuu	Tiedonhakua aiheesta Aiheen tarkennus, palaveri
Huhtikuu	Opinnäytetyösuunnitelman aloittaminen
Toukokuu	Opinnäytetyönsuunnitelman tekoa
Kesä-elokuu	Opinnäytetyön aloittaminen, kirjoittaminen Kyselyn lähettäminen ja vastausten analysointi
Syys-lokakuu	Opinnäytetyön kirjoittaminen Oppaan tekeminen Oppaan lähettäminen kyselyyn vastanneille
Marraskuu	Opinnäytetyön viimeistely
Joulukuu	Valmiin opinnäytetyön esittely

#### 4.3 Toiminnallisen opinnäytetyön aineistonkeruu

Olemme käyttäneet tiedonhaussa apuna Theseusta, Google Scholaria sekä Satakunnan ammattikorkeakoulun digikirjasto Finnaa. Tiedonhaussa käyttämämme hakusanat ovat olleet lapsi, uusperhe, suru ja tukeminen. Englanninkielisinä hakusanoina oli käytössä child, reconstituted family, stepfamily, support, grief, childhood grief, sadness ja sorrow. (LIITE 2) Olemme muodostaneet hakusanoista erilaisia hakurivejä ja muuttaneet sanojen kirjoitusasua löytääksemme tuloksia mahdollisimman laajasti. Aluksi koimme tiedonhaun haasteelliseksi emmekä löytäneet tarpeeksi mieleisiä tutkimuksia aiheemme ympäriltä. Pyysimme apua Satakunnan ammattikorkeakoulun tiedonhakuun erikoistuneelta ammattilaiselta, jonka avulla pääsimme tiedonhaussa jälleen eteenpäin. Saimme apua erityisesti tiedonhaku ohjelmien järkevään käyttöön sekä hakulausekkeiden muodostamiseen. Mukaanottokriteereiksi määritimme

aluksi, että tutkimus olisi julkaistu vuoden 2010 jälkeen. Lisäksi määrittelimme, että tutkimuksissa käsiteltäisiin joko uusperhettä, lapsen surua tai surun tukemisen keinoja. Poissulkukriteereinä on yli 12-vuotiaista lapsista tehdyt tutkimukset sekä vanhemmat kuin vuoden 2010 jälkeen tehdyt tutkimukset. Ensimmäisessä pyrimme valitsemaan hoitotieteen tutkimuksia osaksi opinnäytetyötämme. Pian tiedonhaun edetessä, huomasimme, että uusperhettä ja lapsen surua käsitellään paljon myös muissa lähitiedekunnissa, jonka vuoksi lähteisiin valikoitui myös sosiaalitieteiden ja kasvatustieteiden tutkimuksia. Päädyimme valitsemaan mukaan myös muutamia julkaisuajankohdaltaan hieman vanhempia teoksia, sillä aiheeseen perehtyessä huomasimme, että aiheen ympärillä oleva tieto ei ole merkittävästi muuttunut julkaisuhetkestä tähän päivään. Arvioimme kuitenkin kriittisesti tietoja, jotka olivat vanhemmista lähteistä ja pohdimme niiden muutosta verrattuna nykypäivään.

Tutkimusten lisäksi yhtenä osana tausta-aineistoamme toimi myös kyselymme vastaukset. Kävimme vastaukset läpi huolellisesti ja hyödynsimme niistä saatua tärkeää tietoa osana oppaamme luomista.

#### 4.4 Toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu

Aloitimme opinnäytetyöprosessimme helmikuussa 2023 aiheiden valinnalla. Mielenkiintoisia vaihtoehtoja oli monia, mutta päädyimme kyseiseen aiheeseen sen tärkeyden ja ajankohtaisuuden vuoksi. Meillä molemmilla on kokemusta lasten kanssa työskentelystä sekä erilaisista perhemuodoista varhaiskasvatuksessa. Lasten kanssa toimiminen kiinnostaa meitä myös tulevaisuudessa, joka vahvisti valintaamme. Uskoimme saavamme paljon tietoa ja keinoja myös tulevaisuuden työelämään surun tukemisen keinoista opinnäytetyöprossin ja aiheeseen perehtymisen myötä.

Aiheen saatuaamme aloitimme aiheeseen perehtymisen sekä aiempien tutkimusten läpikäymisen. Huomasimme heti opinnäytetyömme alussa, että uusperheisiin liittyvää tutkittua tietoa on saatavilla suhteellisen vähän. Tämä huomio nousi esille, myös monista muista uusperhettä käsittelevistä tutkimuksista.

Tästä huolimatta olimme valmiita ottamaan haasteen vastaan sekä mielenkiinnolla mukana lisäämässä tutkittua tietoa omalta osaltamme. Kevään 2023 aikana olimme yhteydessä työmme tilaajaan ja keskustelimme heidän toiveista työhömmme liittyen. Kun ajatukset alkoivat hahmottua, aloimme kirjoittamaan opinnäytetyösuunnitelmaamme ja pohtimaan miten tulemme opinnäytetyömme toteuttamaan. Opinnäytetyösuunnitelmamme valmistui kesäkuussa 2023 ja pääsimme sen osaltamme allekirjoittamaan. Meistä riippumattomista syistä suunnitelman lopullinen allekirjoittaminen kuitenkin venyi. Alkuperäisen suunnitelman mukaan olimme ajatelleet kirjoittaa opinnäytetyötämme kesän 2023 aikana, mutta suunnitelman allekirjoittamisen venymisen vuoksi päädyimme keskittymään kesällä töihin ja jatkamaan opinnäytetyöprosessia heti alku syksystä. Lopulta suunnitelma oli kaikkien puolesta allekirjoitettuna elokuussa 2023, jolloin pääsimme kunnolla varsinaisen opinnäytetyön pariin.

#### 4.4.1 Kysely

Syyskuussa 2023 hahmottelimme kyselyn (LIITE 3), joka julkaistiin Suomen Uusperheiden liiton sosiaalisessa mediassa. Kyselyn kohderyhmänä oli uusperheiden vanhemmat. Kyselyn tarkoituksena oli saada uusperheellisiltä tietoa ja näkökulmia, kuinka heidän perheessään lapsen suru on näkynyt ja miten he ovat tilanteen kanssa toimineet. Kyselyn avulla halusimme saada myös varmuuden siitä, että oppaamme keinot kohdistuisivat nimenomaan uusperheiden arkeen sopiviksi.

Kysymyksiä laatiessa pohdimme, minkälaisista vastauksista hyötyisimme oppaamme luomisessa. Kysymyksiä meillä oli lopulta yksitoista kappaletta. Pääosin kysely sisälsi avoimia kysymyksiä sekä joukossa oli muutama monivalintakysymys. Kysymyksillä 2–3 kartoitimme uusperheen taustoja esimerkiksi lasten lukumäärää, lasten ikiä sekä uusperheen parisuhteen kestoa. Kysymyksissä 4–7 kartoitimme yleisesti ilmiönä lasten surua uusperheessä sekä halusimme tietää minkälaisia keinoja uusperheet ovat käyttäneet apuna lapsen surun tukemisessa. Kysymyksien 8–11 avulla pyrimme kartoittamaan vastaajilta, minkä verran uusperheet ovat hakeneet ulkopuolista apua lapsen suruun ja

ovatko uusperheet kokeneet avun hyödyllisenä. Kyselyn lopussa annoimme vastaajille mahdollisuuden jättää sähköpostiosoitteensa tiedoksemme. Keräsimme halukkaiden yhteystiedot, jotta voisimme lähettää valmiin oppaan hakukaille nähtäväksi sekä tarjota mahdollisuuden antaa oppaasta palautetta ennen sen lopullista julkistamista. Näin loimme vastaajille yhteiskehittämisen mahdollisuuden osana toiminnallista opinnäytetyötämme.

Kysely luotiin Google forms- alustalle. Ennen kyselyn lopullista jakamista toutitimme kyselyn esitestauksen, jonka avulla varmistimme kysymysten ymmärrettävyyden sekä viimeiset korjaukset. Esitestauksen suoritti yksi kohde-ryhmään kuuluva uusperheellinen henkilö, joka antoi kyselyn runkoon liittyen palautetta sekä muutamia parannusehdotuksia. Teimme vielä muutokset kyselyyn ja olimme tämän jälkeen yhteydessä Suomen Uusperheiden Liittoon kyselyn julkaisemisen tiimoilta. Kirjoitimme valmiiksi saatekirjoituksen sosiaalisen median päivitykseen sekä etsimme aiheeseen sopivan kuvan päivityksen etusivuksi. (LIITE 4) Kuvaksi päättyi herkkä tilannekuva, jossa tyttö halaa surullisin silmin mieshenkilöä. Kuvasta välittyi mielestämme haikea tunnelma, joka sopi teemaamme hyvin. Kysely jaettiin lopulta Suomen Uusperheiden Liiton sosiaalisen median kanavissa eli Instagramissa ja Facebookissa. Vastausaika oli kaksi viikkoa, joka sijoittui syyskuun lopulta lokakuun alkuun 2023. Kyselyssä painotettiin, että kyselyyn vastaaminen perustuu vapaaehtoisuuteen sekä tapahtuu nimettömänä. Kyselyn sulkeuduttua kävimme läpi vastaukset sekä hyödynsimme vastauksia oppaan tekemisessä.

#### 4.4.2 Kyselyn johtopäätökset

Kyselyyn osallistui yhteensä kuusi uusperheen vanhempaa (N6). Tähän ei ole laskettu esitestaajan antamaa vastausta. Kaikki kuusi vastaajaa antoivat suostumuksen käyttää heidän vastauksiansa osana opinnäytetyötämme sekä uusperhetyön kehittämistä. Kartoitimme kysymyksissä 2–3 uusperheen taustatietoja. Taustatietojen kartoittaminen auttoi meitä hahmottamaan kyselyyn vastanneiden uusperheiden taustaa sekä ymmärtämään paremmin heidän tilan nettansa. Tämä auttoi meitä loppukyselyn analysoimisessa.

Kysymyksessä 4 kartoitimme vastaajilta mitä heille tulee ensimmäisenä mieleen aiheesta lapsen suru. Vastauksista nousi esiin paljon samoja asioita mitä mekin olimme pohtineet ajatuskartta työskentelyssämme. Vastauksista nousi esiin lapsen ikävä, surun näkyminen monilla eri tavoin sekä haaste, että surevaa lasta on uusperheen aikuisena vaikea lohduttaa. Vastaja kuvaili, että

*Suru on iso, aaltoileva ja monisäkeinen tunne, joka tulee esille tilanteissa, joita ei osaa odottaa.*

Suru koettiin myös vaikeaksi aiheeksi lapselle käsitellä sekä kaipuuna niin sanottuun entiseen tuttuun elämään ennen uusperheen arkea.

Kyselyssä selvitettiin, minkälaisista tilanteista lapsen suru on aiheutunut tai näyttäytynyt uusperheen arjessa. Vastausten perusteella tilanteet ovat kovin erilaisia ja yksilöllisiä. Suru on aiheutunut muun muassa sisaruksen menehtymisestä, kiusaamisesta, oman biologisen vanhemman menettämisestä tai etäännyttämisestä sekä ikävän tunteesta entistä elämää tai ydinperhettä kohtaan. Esille nostettiin myös lähiperheessä olevan ihmisen sairaus tai menehtyminen. Ikävissä tilanteissa suru on näkynyt lapsissa esimerkiksi kiukkuna, haastavana käytöksenä, itkuna, huomion hakemisena, kyselemisenä, pelkona, koulunkäynnin vaikeuksina sekä lähellä olevaan vanhempaan takertumisena. Kaikki vastaajat nostivat esille lasten äkilliset tunteenpurkaukset.

Kysymyksessä 7 kartoitimme, minkälaisia konkreettisia keinoja uusperheen vanhemmat olivat käyttäneet, kun ovat tukeneet surevaa lasta. Tämän kysymyksen vastauksista saimme tärkeää tietoa konkreettisista keinoista, joita toimme esille oppaassamme. Vastauksista nousi eniten esille avoin keskustelu lasten kanssa sekä fyysinen läheisyys. Tunteille on annettu tilaa sekä sanottu lapsen tunteita. Myös avun hakeminen ulkopuoliselta taholta oli ollut monella vastaajista yhtenä tukimuotona. Vastaajat olivat hakeneet apua lapselleen heidän kokeman suruun. Lisäksi apua oli haettu uusperheen vanhemmalle itselleen sekä koko perheelle. Ulkopuolinen apu oli koettu tarpeelliseksi sekä hyödylliseksi. Apua oli haettu koulusta, terveyskeskuksesta, läheisiltä, erikoissairaanhoidosta sekä vertaistukipalveluita tarjoavista paikoista. Valitettavasti osa vastaajista koki, ettei apua ollut aina saatavilla silloin kun sille oli

tarve, jonka vuoksi asian kanssa oli jääty yksin. Yhdellä oli myös kokemus, että tarjottu apu ei ollut hyödyllistä tai se oli huonoa. Vastaajat nostivat toiveen siitä, että apu olisi vieläkin kokonaisvaltaisempaa sekä huomioon olisi otettu koko perhe.

Kyselyn perusteella uusperheen vanhemmat halusivat enemmän tietoa ja tukea, mistä voisivat hakea apua lapselleen surun hetkellä. Vastaajat kokivat, että uusperheiden tilanteisiin kaivattaisiin enemmän ymmärrystä sekä konkreettisia keinoja, miten lasta voisi tukea surun hetkellä läpi hänen koko kehityksen. Yksi vastaaja kokee, että Internetistä on helppo löytää tietoa aiheesta, mutta kokee ettei kykene hyödyntämään saatua tietoa, kun omatkin voimavarat ovat arjessa koetuksella. Yksi vastaajista oli myös kokenut, että hyvää tietoa on annettu kertaalleen ammattilaisten toimesta, mutta tämän jälkeen tilanteen kanssa on jääty yksin. Enemmän toivottiin, että hoito ja apu olisi kokonaisvaltaisempaa sekä jatkuvampaa juuri kyseisen perheen tarpeisiin vastaten.

Kyselyn lopussa halukkaat vastaajat saivat jättää sähköpostiosoitteensa myöhempää yhteydenottoa varten. Kyselyyn vastanneista viisi ilmoitti halukkuudesta palautteen antamiseen. Iloksemme viisi vastaajaa kuudesta toivoivat meidän lähettävän valmiin oppaamme heille sähköpostitse, jotta he saavat antaa oppaastamme halutessaan palautetta. Näin saimme luotua kyselyyn vastaajille yhteiskehittämisen mahdollisuuden. Palautteen avulla varmistamme, että oppaan sisältö palvelee kohderyhmää sekä sisällöstä olisi hyötyä nimenomaan uusperheiden arkeen.

## 4.5 Opas toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena

### 4.5.1 Hyvän oppaan piirteet

Hyvässä oppaassa asiat on esitelty selkeästi ja on helposti hahmottuvassa muodossa. Asiat etenevät loogisesti aika- tai aihejärjestyksessä sekä eri vaiheet on eritelty toisistaan selkeästi. Usein käskymuodon käyttäminen



helpottaa oppaan sanoman sisäistämistä. Oppaassa voi käyttää myös erilaisia kuvioita, värejä ja fontteja, joilla kiinnittää lukijan mielenkiinnon. (Kotimaisten kielten keskus, n.d.) Lisäksi yksi hyvän oppaan kriteereistä on selkokielen käyttö. Selkokieli on yksi suomen kielen muoto, joka on esitetty mahdollisimman luettavaksi ja ymmärrettäväksi kaikille lukijoille. Selkokieli on suunnattu ihmisille, joilla on lukemisen kanssa vaikeuksia tai haasteellista ymmärtää yleiskieltä. Selkokielessä pyritään käyttämään tuttuja ja helppoja sanoja, karsimaan turhaa tietoa pois sekä luoda ulkoasusta mahdollisimman selkeä. (Selkokeskus, 2021.)

#### 4.5.2 Oppaan suunnittelu ja toteutus

Oppaan suunnittelemisen aloitimme luonnostelemalla ajatuskarttaa aiheesta lapsen suru. (LIITE 5) Pohdimme yhdessä, minkälaisia asioita meille tulee aiheesta ensimmäisenä mieleen ja millä eri tavoin suru voi lapsessa näkyä sekä mitkä keinot voisivat auttaa surevaa lasta. Ajatuskartan avulla halusimme tarkastella aihetta laajemmin ja pohtia minkälaisia asioita meille itselle tulisi aiheesta mieleen. Ajatuskartalle nousseiden ajatusten perusteella lähdimme alustavasti suunnittelemaan oppaan rakennetta. Luonnostelimme otsikoita ja aihepiirejä, joita halusimme oppaaseemme näkyväksi. Käytimme otsikoinnissa apuna myös aiheita, joita olimme nostaneet kyselyssä esille ja joihin toivoimme saavamme vastauksien avulla apua oppaan luomisessa.

Olimme todella tyytyväisiä saamiimme vastauksiin ja koimme niistä olevan paljon hyötyä oppaan luomiseen. Vastausten perusteella huomasimme, että vastaajat olivat käyttäneet kyselyyn paljon aikaa sekä kertoneet laajasti ja monipuolisesti omista tilanteistaan sekä vastasivat hyvin annettuihin kysymyksiin. Kyselyn vastaukset helpottivat meitä oppaan sisällön luomisessa sekä ymmärtämään miten lapsen suru näyttäytyy uusperheiden arjessa.

Kyselyn vastausten lisäksi hyödynsimme oppaan luomisessa monipuolisesti tutkittua tietoa. Tutkitun tiedon avulla esittelimme lapsen surua eri näkökulmista uusperheistä sekä minkälaisilla keinoilla surevaa lasta voi tukea.

Otimme selvää hyvän oppaan piirteistä sekä pohdimme minkä tyyllisen oppaan haluamme tehdä tarkastelemalla useita erilaisia digitaalisia oppaita. Tarkasteelimme myös selkokielen määrittelyä ja huomioimme tämän oppaan kirjoittajassa. Käytimme tiedonhakuun aikaa ja haimme tietoa esimerkiksi aiheista lapsen suru, uusperhe sekä surun tukemisen muodot.

Aluksi emme olleet täysin varmoja, minkälaiselta haluamme lopullisen oppaan näyttävän. Päädyimme luomisvaiheessa listaamaan kasaamamme tiedot ja teorian pidempinä tekstiosuuksina valittujen otsikoiden alle. Opasta aloitettiin luomaan Word-pohjalle. Lopullista ulkoasua muutimme useaan kertaan sekä lisäsimme erilaisia tehosteita ja kuvioita hahmottaaksemme kokonaisuutta paremmin. Visualisoimme oppaan ulkoasua sekä teimme kokonaisuudesta helposti luettavan ja selkeän käyttämällä apuna erilaisia muotoja, puhekuplia, tekstin korostusta sekä värisävyjä.

Valitsimme oppaamme tehosteväriksi vaaleanvihreän ja sen eri sävyt. Halusimme, että oppaan värimaailma on hillitty sekä helposti luettava. Kovin tummia sävyjä halusimme välttää. Surun voi aiheena mieltää myös synkäksi ja ikäväksi aiheeksi, joihin usein liitetään myös tummat ja syvät värit. Me halusimme lähestyä asiaa auttamisen ja tukemisen näkökulmasta ja näihin aiheisiin sopii mielestämme hyvin hieman pirteämpikin väri. Oppaassamme vaaleanvihreä väri viestii lukijalle myös toivoa ja lempeyttä. Halusimme oppaassamme visuaalisesti miellyttävän sekä selkeän ja helposti luettavan kokonaisuuden.

Lokakuun lopulla 2023 pidimme Teams-palaverin yhdessä Suomen Uusperheiden liitto ry:n yhteishenkilön kanssa. Palaverissa esittelimme sen hetkisen valmiin tuotoksemme sekä pyysimme toimeksiantajan edustajalta palautetta tuotoksestamme. Saimme palautetta, että oppaaseen voisi lisätä vielä enemmän uusperheen näkökulmaa tunteiden huomioimisesta. Toimeksiantaja toivoi, että tuomme esille myös surun näkymättömyyttä, eli miten uusperheessä suru voi jäädä helposti huomaamatta esimerkiksi bonusperheenjäseniltä. Toimeksiantajamme edustaja julkaisi asiasta artikkelin Suomen Uusperheiden Liiton sivustolla, jota käytimme lähteenä oppaassamme. Lisäksi saimme hyviä

vinkkejä oppaan selkeyttämiseen ja visualisoimiseen liittyen. Lisäsimme myös oppaan loppuun tiedon oppaan yhteistyötahoista. Yleisesti saimme oppaasta hyvää palautetta hyvin ja huolellisesti tehdystä työstä. Toimeksiantajan edustaja oli tyytyväinen nähdessään oppaassa paljon konkreettisia keinoja, joiden avulla surevaa lasta voidaan tukea uusperheen arjessa. Oppaan värimaailmaksi valikoitui vaaleanvihreä ja tästä valinnasta myös toimeksiantaja antoi hyvää palautetta.

Teimme oppaaseemme useaan kertaan pieniä muutoksia sekä hienosäätöä. Oppaan tekoprosessin aikana saimme palautetta toimeksiantajan edustajalta sekä opinnäytetyön ohjaajalta ja teimme tarvittavia muutoksia palautteen pohjalta. Kun opas oli valmis (LIITE 6), lähetimme tuotoksen kyselyn vastaajille, joille annoimme mahdollisuuden kertoa palautetta valmiista oppaastamme.

#### 4.5.3 Oppaan esittely kohderyhmälle

Lähehtämässämme kyselyssä annoimme vastaajille mahdollisuuden jättää sähköpostiosoitteensa, mikäli haluavat antaa palautetta oppaasta ennen sen lopullista julkistamista. Kuudesta vastaajasta viisi halusivat olla mukana vaikuttamassa ja antamassa palautetta valmiista tuotoksesta. Vastausten perusteella teimme vielä viimeisiä viilauksia oppaaseemme.

Lähetimme halukkaille kohderyhmästäme sähköpostiviestin (LIITE 7), jonka liitteeksi laitoimme oppaamme.

Meidän harmiksemme viidestä henkilöstä kukaan ei vastannut viestiimme, emmekä saaneet yrityksestä huolimatta palautetta kohderyhmältä oppaastamme. Aluksi olimme asiasta harmissamme. Asiaa pohtiessamme tiedostimme kuitenkin, että tutkimuksen tekemiseen voi liittyä myös riskejä. Tutkimusta tehdessä on ymmärrettävä, että kaikki eivät aina mene suunnitelman mukaisesti ja näin meille valitettavasti kävi tämän osion osalta.

## 5 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Kaikkien tutkimuksien toiminnan ydin on eettisyys ja pidämmekin eettisyyttä tärkeänä osana opinnäytetyötämme (Kankkunen ym., 2013, s. 211). Etsimme luotettavaa tutkittua tietoa monipuolisesti sekä kunnioitamme muiden tekemiä tutkimuksia mainitsemalla lähteet rehellisesti ja oikeaoppisesti. Viitatessa toisen kirjoittamaan tekstiin tai kuviin, kiinnitämme huomiota oikeaoppiseen lähdeviittaukseen ja tekstin lainaustyyliin. Huomioimme tämän läpi opinnäytetyöprosessin, jolloin vältämme plagioinnin. Plagioinnilla tarkoitetaan suoraan lainaamista toisen henkilön tekstistä virheellisesti, kopioiden tai ilman lähdeviitteitä (Kankkunen ym., 2013, s.224–225). Opinnäytetyömme julkaistaan Theseus - sivustolla, jonne kaikilla on pääsy Internet-selaimen kautta. Opinnäytetyömme tulee olemaan julkinen asiakirja, joka on kaikkien saatavilla julkaisun jälkeen.

Opinnäytetyötä tehdessä olemme luottamuksen arvoisia sekä kunnioitamme anonymiteettiä läpi prosessin. Anonymiteetillä tarkoitetaan, että tutkimuksessa olevia henkilöitä ei pystytä tunnistamaan työstä eikä mitään tutkimustietoja luovuteta kenellekään ulkopuoliselle toimijalle (Kankkunen ym., 2013, s. 221). Olemme yhteydessä ainoastaan yhteishenkilöidemme kanssa opinnäytetyöhön liittyvistä asioista emmekä jaa tietoa muille osapuolille. Kyselyyn osallistuminen sekä valmiin tuotoksen arviointi perustuu vapaaehtoisuuteen sekä vastaukset pyydetään nimettöminä. Tutkimukseemme osallistuvat henkilöt ovat yksityishenkilöitä, joilla on kokemusta aiheestamme. Kyselyyn vastanneet eivät edusta mitään organisaatiota tutkimukseen osallistuessa.

Yksityishenkilöille annettiin kyselyssä mahdollisuus jättää sähköpostiosoite tiedoksemme. Lähetimme tekemämme oppaan sähköpostiosoitteensa jättäneille sekä annoimme heille mahdollisuuden antaa oppaasta palautetta vastaamalla muutama kysymykseen vielä ennen oppaan julkistamista.

## 6 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN POHDINTA JA ARVIOINTI

### 6.1 Pohdinta

Opinnäytetyöprosessin alussa olimme huolissamme vähäisestä tutkitusta tiedosta aiheen ympäriltä, koska olimme tästä huolesta lukeneet jo aiempien tutkimusten kohdalla. Oli kuitenkin ilo huomata, että löysimme aiheemme ympärille useamman hyvän, monipuolisen ja luotettavan lähteen, joista saimme paljon hyötyä opinnäytetyöhömmme. Olemme käyttäneet monipuolisesti erilaista tutkittua tietoa esimerkiksi tutkimuksia, teoksia, artikkeleita ja asiantuntijaliitton Internet-sivustoja.

Toteuttamamme kyselyn vastausten perusteella uusperheen vanhemmat kovat, että haastavalla hetkellä oikeanlainen apu on vaikeasti löydettävissä. Pohdimme, että tähän vaikuttaa myös varmasti se, että koko perhettä kosket-tavan vaikean tilanteen keskellä myös uusperheen vanhempien voimavarat ovat vähissä, jolloin avun hakeminenkin vaatii paljon ponnistuksia. Oppaamme on nopeasti saatavilla Suomen uusperheiden liiton Internet-sivustolla ja sinne on koottu selkeästi erilaisia tahoja, jonne uusperhe voi olla yhteydessä surun hetkellä. Avun piiriin hakeutumista helpottaa, että asiat on valmiina koottu tiettyyn paikkaan, eikä uusperheen vanhemman tarvitse itse vähillä voimillaan etsiä yksittäisiä tahoja, joilta saada apua.

Yhdeksi opinnäytetyömme uhaksi nostimme työmme tavoitettavuuden. Prosessin alussa meitä huoletti, löytääkö oppaamme kohderyhmien luokse ja onko sisällöstä käyttäjille konkreettista hyötyä arkeen. Tämän haasteen huomioimme opinnäytetyyssämme tekemällä kohderyhmään kuuluville henkilöille kyselyn, jonka avulla saamme lisää tietoa uusperheiden arjesta sekä lasten surusta ilmiönä kyseisessä ympäristössä. Saamiamme vastauksia käytimme apuna oppaan luomisessa erityisesti lisäämällä uusperheiden näkökulmaa tuotokseemme. Pyysimme uusperheen vanhemmilta vielä palautetta valmiista oppaasta, jotta voimme varmistua siitä, että oppaasta on konkreettista apua uusperheen arkeen. Yrityksestä huolimatta emme saaneet palautetta

kohderyhmältä oppaastamme. Olemme kuitenkin saaneet oppaastamme palautetta toimeksiantajalta, joka on aiheen asiantuntija. Koemme, että häneltä saatu palaute on opinnäytetyömme osalta arvokasta sekä vastaa myös osaltaan toteamaamme riskiin oppaan tavoitettavuudesta. Tämän myötä olemme tehneet parhaamme myös oppaan tavoitettavuuden eteen. Oppaamme julkaistaan Suomen Uusperheiden Liiton Internet-sivustolla, jolloin mahdollisimman moni uusperhe löytäisi oppaamme pariin sekä saisi siitä apua ja ideoita omaan arkeensa.

Toteuttamamme kyselyn vastausten perusteella uusperheen vanhemmat kokevat, että haastavalla hetkellä oikeanlainen apu on vaikeasti löydettävissä. Pohdimme, että tähän vaikuttaa myös varmasti se, että koko perhettä koskevan vaikean tilanteen keskellä myös uusperheen vanhempien voimavarat ovat vähissä, jolloin avun hakeminenkin vaatii paljon ponnistuksia. Oppaamme on nopeasti saatavilla Suomen uusperheiden liiton Internet-sivustolla ja sinne on koottu selkeästi erilaisia tahoja, jonne uusperhe voi olla yhteydessä surun hetkellä. Avun piiriin hakeutumista helpottaa, että asiat on valmiina koottu tiettyyn paikkaan, eikä uusperheen vanhemman tarvitse itse vähillä voimillaan etsiä yksittäisiä tahoja, joilta saada apua.

Opinnäytetyön tutkimusongelmaksi asetimme miten ja millä keinoilla uusperheen vanhemmat voivat tukea surevaa lasta. Näitä konkreettisia keinoja olemme esitelleet monipuolisesti oppaassamme. Nostimme oppaassa esille esimerkiksi keskustelemisen, rutiinien tärkeyden, tunteiden näyttämisen, fyysisen läheisyyden, tunnekorttien hyödyntämisen sekä paljon muuta. Mielestämme kokoamamme keinot ovat konkreettisia ja vastaavat tutkimusongelmaamme hyvin. Haasteelliseksi koimme sen, ettei kummallakaan tekijällä itsellään ole kokemusta uusperheiden arjesta. Tietomme pohjautuivat siis tarkasteltuun tutkittuun tietoon uusperheistä, kyselyyn vastanneiden uusperheen vanhempien kokemuksista sekä toimeksiantajan edustajan meille jakamasta tiedosta. Tärkeistä tiedoista huolimatta pohdimme työmme erivaiheissa sitä, hyötyykö uusperheet keräämistämme tukemisen keinoista sekä millä tavoin lapsen suru oikeasti näkyy uusperheiden arjessa verrattuna esimerkiksi meidän omiin kokemuksiimme lapsen surusta.

Lopulta keväällä 2023 laatimamme aikataulusuunnitelma piti pääpiirteittäin paikkansa loppuun saakka. Positiiviseksi yllätykseksi osoittautui, että opinnäytetyömme valmistui joulukuun sijasta jo marraskuussa 2023. Tähän vaikutti varmasti se, että kumpikin tekijöistä priorisoi pitkin syksyä aikataulunsa niin, että opinnäytetyön tekemiselle jäisi mahdollisimman paljon aikaa. Syksyn 2023 aikana teimme suurimman työn opinnäytetyömme eteen, ja samalla kumpikin tekijöistä kävi töissä. Opinnäytetyön teko oli kuitenkin molemmille mieleinen projekti, joten aikataulut saatiin sopimaan hyvin töistä huolimatta.

## 6.2 Hoitotyön kehittäminen ja tulevaisuuden haasteet

Koemme opinnäytetyömme aiheen tärkeäksi ja ajankohtaiseksi useastakin syystä. Uusperheisiin liittyvää tutkittua tietoa löytyy moneen muuhun aiheeseen verrattuna melko vähän. Tähän haasteeseen törmäsimme usean aiheeseen liittyvän tutkimuksen arvioinneissa. Ajatteleminen, että tähän voisi vaikuttaa se, että lähivuosikymmeninä on alettu aiempaa enemmän nostamaan esille erilaisia perhemuotoja ja niiden mahdollisuuksia. Vähäisen tutkitun tiedon vuoksi, olimme prosessin alkuvaiheessa huolissamme, tulemmeko löytämään tarpeeksi varteenotettavaa tutkittua tietoa aiheemme ympäriltä. Lapsen surusta on ollut helpompi löytää aineistoa. Koimme kuitenkin ajoittain haasteelliseksi vertailla minkälaisia eroja lapsen surussa on eri perhemuotojen välillä. Onneksi lapsen surun kehittymisestä on paljon tietoa löydettävissä kasvun ja kehityksen näkökulmasta.

Aiheeseen paneuduttuamme huomasimme iloksemme, että löysimme useampia tutkimuksia, joista hyödyimme merkittävästi läpi prosessin. Tästä huolimatta koemme, että uusille tutkimuksille on edelleen tarvetta ja tilaa uusperhe aiheen ympäriltä. Erityisesti olisi mielenkiintoista tietää, millä tavoin uusperheellisten lasten kokemus eletystä lapsuudesta ja sen muuttujista eroaa ydinperheen lasten kokemuksesta omasta lapsuudestaan.

Lapsen suru on väistämättä osana jollain tapaa jokaisen lapsen arkea riippumatta minkälaisessa ympäristössä kasvaa. Lapsen kasvuun ja kehitykseen kuuluu surun ja erilaisten vastoinkäymisten kohtaaminen ja aikuisen tuen avulla niiden yli pääseminen. Oppaassa esittelemme konkreettisia keinoja, jolla surevaa lasta voidaan tukea yhdessä vanhemman tai aikuisen kanssa. Koemme, että surun tukemisen keinoista on varmasti hyötyä kenelle vain lapselle ja heidän perheelleen riippumatta siitä onko perhemuotona uusperhe tai jokin muu. Koemme myös, että lapsen surun tukemisen taitoja tarvitsee myös ammattilaiset, jotka työskentelevät lasten tai lasten vanhempien parissa eli oppaasta voisi olla hyötyä myös kaikille lasten parissa työskenteleville ammattilaisille.

Valmistuvina hoitotyön ammattilaisina koemme, että tulemme hyötymään opinnäytetyöprosessin aikana kerätyistä tiedoista merkittävästi tulevaisuuden työelämässä. Ymmärryksemme lapsen surun tukemisen keinoista sekä uusperheestä perhemuotona on lisääntynyt merkittävästi. Ajattelemme, että perehtyminen uusperheisiin helpottaa meitä kohtaamaan uusperheitä sairaanhoitajina sekä lisää tietoisuutta ja ymmärrystä heidän tilanteistaan. Suru on normaali tunne ihmiselle, ja se on jollain tapaa osana meidän jokaisen elämää. Sairaanhoitajana voi myös esimerkiksi joutua lohduttamaan surevaa pientä potilasta sairaalakäynnillä. Nyt aiheeseen perehdyttyämme, meillä on paljon erityistä osaamista kohdata sureva lapsi sekä tukea häntä konkreettisilla keinoilla. Sairaanhoitaja voi työskennellä monenlaisessa eri ympäristössä ja kohdata monenlaisia tilanteita työssään. Kokonaisuudessa olemme erittäin kiitollisia saadessamme olla mukana luomassa lisää tietoisuutta tärkeästä aiheesta sekä lisäämällä osaltamme tutkittua tietoa aiheen ympäriltä.

## 6.3 Arviointi

### 6.3.1 Itsearviointi

Yhteistyö sujui tekijöiden välillä hyvin sekä työt jakautuivat tasaisesti läpi opinnäytetyöprosessin. Opinnäytetyötä tehdessä otimme huomioon molempien



vahvuuksia ja hyödynsimme niitä osuuksien jakamisessa. Kumpikin oli yhdessä työstämässä kaikkia opinnäytetyön vaiheita ja osa-alueita. Koemme, että olemme onnistuneet hyvin läpi opinnäytetyöprosessin. Mitään suurempia haasteita ei ilmennyt matkan aikana, josta olemme olleet todella kiitollisia. Yhteistyö koulun, toimeksiantajan ja meidän välillämme on mielestämme sujunut hyvin ja tähän olemme kovin tyytyväisiä. Hyvä ja nopea yhteydenpito on helpottanut merkittävästi työmme nopeaa etenemistä. Opinnäytetyön aihe oli erittäin mielenkiintoinen, joka oli varmasti myös syynä siihen, miksi työtä oli mieluisaa tehdä ja viedä eteenpäin. Opinnäytetyöprosessi on opettanut meille omaan aiheeseen perehtymisen lisäksi pitkäjänteisyyttä, tarkkaavaisuutta sekä projektitoiminta mallin mukaista työskentelyä. Ajattelemme, että näistä taidoista on varmasti hyötyä myös tulevaisuuden työelämässä sairaanhoitajana tai muissa rooleissa.

### 6.3.2 Toimeksiantajan arviointi

Saimme toimeksiantajalta vielä palautetta valmiista opinnäytetyöstä ennen sen julkaisemista. Suomen Uusperheiden Liiton edustajalta saamamme palaute oli kaikkiaan positiivista ja lämmitti mieltämme. Toimeksiantajalta tuli kiitosta hyvästä yhteistyöstä sekä aktiivisesta työstä uusperheiden hyvinvoinnin ja erityisesti lasten hyvinvoinnin eteen. Vaikka, aihe ei ollut meille entuudestaan tuttu, saimme hyvää palautetta asianmukaisesta aiheeseen perehtymisestä sekä oma-aloitteisesta työskentelystä. Erityismainintana tilaaja nosti toimivan yhteistyön ja työelämän tarpeiden kuulemisen sekä yhteiskehittämisen toimintamallin. Toimeksiantaja kuvaa opinnäytetyömme selkeäksi sekä kokonaisuus vastaa erinomaisesti kohderyhmän tarpeita. Yhteistyötä toimeksiantaja kuvaa innostavana, helppona ja tilaajan toiveita kunnioittavana. Kaiken kaikkiaan olemme erittäin tyytyväisiä ja kiitollisia saamastamme palautteesta sekä hyvästä ja toimivasta yhteistyöstä Suomen Uusperheiden Liiton kanssa.

## LÄHTEET

- Aalto, S. & Myyryläinen, S. (2021). Surussa kohtaaminen ja tukeminen. [AMK-opinnäytetyö, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021110419292>
- Broberg, M. (2010). Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. Väestöliitto.
- Erkkilä, J., Holmberg, T., Niemelä S. & Ylönen, H. (2003). Surevan lapsen kanssa. Tuettu suru- projekti ja SMS-tuotanto Oy.
- Grankull, H. (2012). Surevan lapsen tukeminen. [AMK-opinnäytetyö, Turun ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013052510715>
- Heikinheimo, K. (2023). Lapsena uusperheessä – Rakkautta suurempaa. Haettu 6.11.2023 osoitteesta <https://supli.fi/lapsena-uusperheessa-rakkautta-suurempaa/>
- Heikinheimo, K & Teerijoki, E. (2022). Uusperheen ABZ – käsikirja uusperhe-elämään. BoD, Helsinki
- Hiltunen, H-R. (2016). Lapsen ja nuoren surun tukeminen. Opas lasten ja nuorten kanssa työskenteleville. [YAMK- opinnäytetyö, Karelia-ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201605259820>
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. (2013). Tutkimus hoitotieteessä. SanomaPro.
- Kotimaisten kielten keskus. (n.d). Ohjeita ohjeiden tekijöille. Haettu 3.5.2023 osoitteesta [https://www.kotus.fi/ohjeet/hyvan\\_virkakielen\\_ohjeita/millaisia\\_ovat\\_toimivat\\_ohjeet\\_ja\\_kysymykset/ohjeita\\_ohjeiden\\_tekijoille](https://www.kotus.fi/ohjeet/hyvan_virkakielen_ohjeita/millaisia_ovat_toimivat_ohjeet_ja_kysymykset/ohjeita_ohjeiden_tekijoille)
- Impivaara, H. & Parkkinen, S. (2020). Vanhemmuuden tukeminen uusperheissä varhaiskasvatuksen keinoin. [AMK-opinnäytetyö, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2020120826833>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto, MLL. (n.d.). Lapsi ja läheisen kuolema. Haettu 18.3.2023 osoitteesta <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/lapsi-ja-laheisen-kuolema/>
- Malinen, V. & Larkela, P. (2011). Parisuhde – uusperheen ydin. Väestöliitto.
- Manninen, T. & Mäkinen, M. (2014). Kasvatuskumppanuus uusperheiden kanssa varhaiskasvatuksessa. [AMK-opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014120117602>

- Mieli.ry. (4.8.2022). Vanhemmuustaidot. Haettu 16.5.2023 osoitteesta <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/perheet/vanhemmuus/vanhemmuustaidot/>
- Muli, E. & Nieminen, E. (2023) Näkymättömät lapset varhaiskasvatuksessa. Opas ostrakismin ennaltaehkäisyyn varhaiskasvatuksen ammattilaisille. [AMK-opinnäytetyö, LAB-ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202305037424>
- Mäntyneva, M. (2022). Hallittu projekti. Kauppakamari.
- Pohjavaara, A. & Miekka, J. (2018). Lapsen surun kohtaaminen päiväkodissa. [AMK-opinnäytetyö, Vaasan ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2018112017585>
- Raittila, K & Sutinen, P. (2008). Huonetta vai sukua – Elämää uusperheessä. Kirjapaja
- Rajala, S., Rissanen, E. & Silver, A. (2018) Lasten tunnetaitojen kehittymisen tukeminen – kirjallisuuskatsaus 0–12-vuotiaiden lasten tunnetaitoihin. [AMK-opinnäytetyö, Turun ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2018090414848>
- Ruuska, K. (2012). Pidä projekti hallinnassa. Talentum.
- Saarinen, K. (2023) ”Hei vanhempi, sinunkin tunteillasi on väliä!” – Opas vanhemmille tunnetaitokasvatuksen tueksi. [AMK-opinnäytetyö, Seinäjoen ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202301281737>
- Salomaa, H. & Päivikkö, I. (2023). Lapsen surutyön tukeminen. [AMK-opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202305109060>
- Schonfeld, D. & Demaria, T. (2016). Supporting the grieving child and family. Pediatrics. <https://publications.aap.org/pediatrics/article/138/3/e20162147/52700/Supporting-the-Grieving-Child-and-Family?autologincheck=redirected>
- Selkokeskus. (2021) Selkokielen määritelmä. Haettu 23.4.2023 osoitteesta <https://selkokeskus.fi/selkokieli/selkokielen-maaritelma/>
- Siimes, Ulla. (2021). Lapsen maailma - Jokainen perhe on omanlaisensa. Artikkelit. Haettu 10.9.2023 osoitteesta <https://lapsenmaailma.fi/artikkeli/jokainen-perhe-on-omanlaisensa/>
- Suomen Uusperheiden liitto ry. (2023). Haettu 14.3.2023 osoitteesta <https://supli.fi/jarjesto/supli/>
- Suomen Uusperheiden liitto ry, Supli. (n.d.). Mikä on uusperhe? Haettu 15.3.2023 osoitteesta <https://supli.fi/tietoa/mika-on-uusperhe/>

Surevan kohtaaminen. (n.d.). Lapsen ja nuoren suru. Haettu 18.3.2023 osoitteesta <https://www.surevankohtaaminen.fi/lapsenjanuorensuru/#erityista>

Rosenborg, M. & Törmänen, T. (2019). Uusperheen käsikirja. Otava.

Tilastokeskus. (2022). Perheiden määrä väheni vuonna 2021. Haettu 15.3.2023 osoitteesta <https://www.stat.fi/julkaisu/cku2jk59k8sbo0c58x6z45mhx>

Tilastokeskus. (n.d.). Käsitteet. Uusperhe. Haettu 15.3.2023 osoitteesta <https://www.stat.fi/meta/kas/uusperhe.html>

Vilka, H. & Airaksinen, T. (2003). Toiminnallinen opinnäytetyö. Tammi

## LIITE 1: AIEMMAT TUTKIMUKSET

Tekijä(t), otsikko, vuosi, maa	Tutkimuksen tarkoitus	Kohde-ryhmä	Aineistonkeruu	Keskeiset tulokset
Broberg, Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi, 2010, Suomi	Kartoittaa uusperheen lapsen hyvinvointia sekä perheen ulkoisia ja sisäisiä voimavaroja	Uusperheen äidit	Kyselylomake- ja haastatteluaineistoanalyysi	Tutkimuksen tuloksina saatiin, että uusperheiden voimavarat erosivat ydin- ja yksinhuoltajaperheiden voimavaroista lähinnä ulkoisten voimavarojen osalta
Grankull, Surevan lapsen tukeminen- terveysnettisivut, 2012, Suomi	Luoda internetsivut Terveysnettiin, jossa käsitellään leikki-ikäisen lapsen surua	Leikki-ikäisten lasten kanssa työskentelevät	Toiminnallinen projekti	Tuloksena tuotettiin Internet-sivusto, jossa esitellään keinoja, joilla tukea lasta surussa
Impivaara & Parkkinen, Vanhemmuuden tukeminen uusperheessä varhaiskasvatuksen keinoin, 2020, Suomi	Antaa sosiaalialan ammattilaisille konkreettisia työkaluja kohdata uusperheitä	Sosiaalialan ammattilaisille	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	Tuloksina saatiin, että uusperheen vanhemman on kiinnitettävä enemmän huomiota lapsen hyvinvointiin muuttuvissa tilanteissa sekä varhaiskasvattajien on osattava tukea lasta ja perhettä yksilöllisen tilanteen mukaisesti
Pohjavaara ja Miekka, Lapsen surun kohtaaminen päiväkodissa, 2018, Suomi	Tutkia, miten suru näyttäytyy päiväkotikäisissä lapsissa ja miten sureva lapsi kohdataan päiväkodissa	Varhaiskasvatuksen ammattilaiset	Teema-haastattelu	Tuloksina saatiin, että lapsen suru näyttäytyy leikin yhteydessä, sillä lapsi käsittelee surun eri muotoja leikin avulla
Rajala, Rissanen ja Silver, Lasten tunnetaitojen kehittymisen tukeminen – kirjallisuuskatsaus 0–12-vuotiaiden lasten tunnetaitoihin, 2018, Suomi	Selvittää minkälaisia ovat lasten tunnetaidot ja miten lapset ilmaisevat tunteitaan	Terveystieteiden alan ammattilaiset	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	Lapset tunnistivat tunteita sanojen, äänien, eleiden perusteella. Vanhempi näytti mallia, miten tunteita käsitellään. Lapset näyttivät tunteitansa sanoilla, leikillä, keholla ja liikkeellä
Saarinen, ”Hei sinunkin tunteilasi on väliä!” – opas vanhemmille tunnetaitokasvatukseen	Tuottaa vanhemmille tietoa tunnetaitojen opettamisesta lapsille	Lasten vanhemmat	Tutkimuskysely	Keskeisenä tuloksena todettiin, että vanhemmat kaipasivat lisää tietoa tunteiden säätelystä sekä käytännön ohjeita ja tukea omiin vanhemman tunnetaitoihin

tueksi, 2023, Suomi				
Salomaa ja Päivikkö, Lapsen surutyön tukeminen, 2023, Suomi	Selvittää, minkälaisin keinoin läheisensä menettänyttä lasta voidaan tukea	Lasten vanhemmat, muut läheiset	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	Tuloksina saatiin, että lapsen suruprosessin edistäviä tekijöitä oli rutiinillinen ja turvallinen arki, sekä tiedollinen ja emotionaalinen tuki.
Schonfeld ja Demaria, Supporting the grieving child and family, 2016, America	Antaa käytännön ehdotuksia, kuinka puhua surevien lasten kanssa	Lastenlääkärit, hoitajat, opettajat, muut lasten kanssa työskentelevät	Kliininen raportti	Johtopäätöksinä todettiin, että lasten syyllisyyden, häpeän ja muiden yleisten reaktioiden ymmärtäminen ja tunnistaminen auttaa ammattilaisia sekä perheenjäseniä käsittelemään avun tarpeen sekä auttamaan lasta surun hetkellä

## LIITE 2: TUTKIMUSTEN HAKUTAULUKKO

Tietokanta	Hakusanat ja hakutyyppi	Tulokset	Hyväksytyt
Theseus	lapsi AND uusperhe AND suru	77	3
Google Scholar	(lapsi OR lapset) AND uusperhe AND (suru OR surullisuus) AND tukeminen	1 070	3
Google Scholar	(child OR children OR childhood) AND (blended family OR stepfamily OR reconstituted family) AND (sorrow OR grief OR sad OR sadness) AND support	16 800	1
Finna	Uusperhe	116	1

## LIITE 3: KYSELY

### Lapsen suru uusperheessä

Hei sinä uusperheen vanhempi! Olemme 3. vuoden sairaanhoitajaopiskelijoita Satakunnan ammattikorkeakoulusta Porista. Teemme opinnäytetyömme yhteistyössä Suomen uusperheiden liitto ry:n kanssa.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tehdä uusperheen vanhemmille opas, kuinka perheen aikuisina voitte tukea lasta surussa. Tavoitteena on, että uusperheiden vanhemmat saavat oppaan avulla tietoa lapsen surusta sekä konkreettisia keinoja omaan arkeen lapsen tukemiseen surussa.

Vastaaminen on vapaaehtoista ja vastaukset tullaan käsittelemään nimettöminä, eikä niistä voi päätellä henkilöllisyyttäsi. Käytämme vastauksia vain opinnäytetyötä varten ja hävitämme ne projektin päätyttyä asianmukaisesti. Käytämme vastauksiasi apuna oppaan luomisessa. Vastatessasi muutamaaan kysymykseen autat meitä rakentamaan kattavan oppaan, jossa esittelemme lapsen surua sekä tukemisen keinoja monipuolisesti. Kyselyyn vastaaminen kestää noin 5-15 minuuttia.

Suru on yksilöllistä ja jokainen kokee sen eritavoin. Suru on tunne, jonka käsittelyyn lapsi tarvitsee aikuisen tukea. Suru voi aiheutua arjen pienistä vastoinkäymisistä tai taustalla voi olla jokin isompi asia, esimerkiksi biologisten vanhempien ero, suuret elämänmuutokset, läheisen menettäminen.

Vilma Kaisla & Rosa Leppämäki

Mikäli sinulle nousee jotain kysyttävää aiheesta voit ottaa meihin yhteyttä:  
vilma.kaisla@student.samk.fi  
rosa.leppamaki@student.samk.fi

Osallistun kyselyyn ja sallin vastaukseni käytön opinnäytetyössä sekä uusperhetyön kehittämisessä \*

Kyllä

Uusperheen parisuhteen kesto

- 1-5 vuotta  
 6-10 vuotta  
 11-15 vuotta  
 yli 16 vuotta

Uusperheen lapsen/lapsien iät (esim. 3v, 5v, 12v)

Oma vastauksesi

Kerro, mitä sinulle tulee ensimmäisenä mieleen aiheesta lapsen suru?

Oma vastauksesi



Minkälaisissa tilanteissa lapsen suru on näkynyt uusperheessänne?

Oma vastauksesi

---

Millä tavoin suru on näkynyt lapsissanne? (käyttäytyminen, toiminta)

Oma vastauksesi

---

Minkälaisilla konkreettisilla keinoilla olet tukenut surevaa lasta?

Oma vastauksesi

---

Oletko hakenut ulkopuolista apua lasten kokemaan suruun, kenelle?

- itsellesi
- lapselle
- koko perheelle
- en ole hakenut

Mikäli olet hakenut ulkopuolista apua, mistä sitä hait?

Oma vastauksesi

---

Onko saamastanne avusta ollut hyötyä?

Oma vastauksesi

---

Minkälaista tietoa/tukea olisit kaivannut, kun lapsi on kohdannut surua?

Oma vastauksesi


---

Sinulla on myös mahdollisuus päästä osallistumaan valmiin oppaamme arviointiin ja antaa meille palautetta oppaasta ennen sen lopullista julkistamista. Mikäli haluat antaa palautetta oppaastamme, jätäthän sähköpostisi alle. Palaamme asiaan loppuvuodesta 2023.

Oma vastauksesi

---

## LIITE 4: SOSIAALISEN MEDIAN PÄIVITYS

 Suomen Uusperheiden Liitto ry  
18. syyskuu · 🌐

Lapsen suru uusperheessä


Onko perheenne lapsi kokenut surua ja vanhempana olet tukenut häntä surun hetkellä? Kerro meille kokemuksistasi vastaamalla alla olevaan kyselyyn. Kysely toteutetaan osana opinnäytetyötämme, jonka tarkoituksena on tehdä uusperheen vanhemmille opas, jossa on tietoa ja konkreettisia keinoja, kuinka tukea lasta surussa.

Vastaamalla kyselyyn osallistut uusperhetyön kehittämiseen ja annat meille arvokasta tosielämän tietoa. Valmis opas tullaan julkaisemaan Suomen Uusperheiden Liitto ry:n kanavissa. Kyselyyn voi vastata 2.10. saakka.

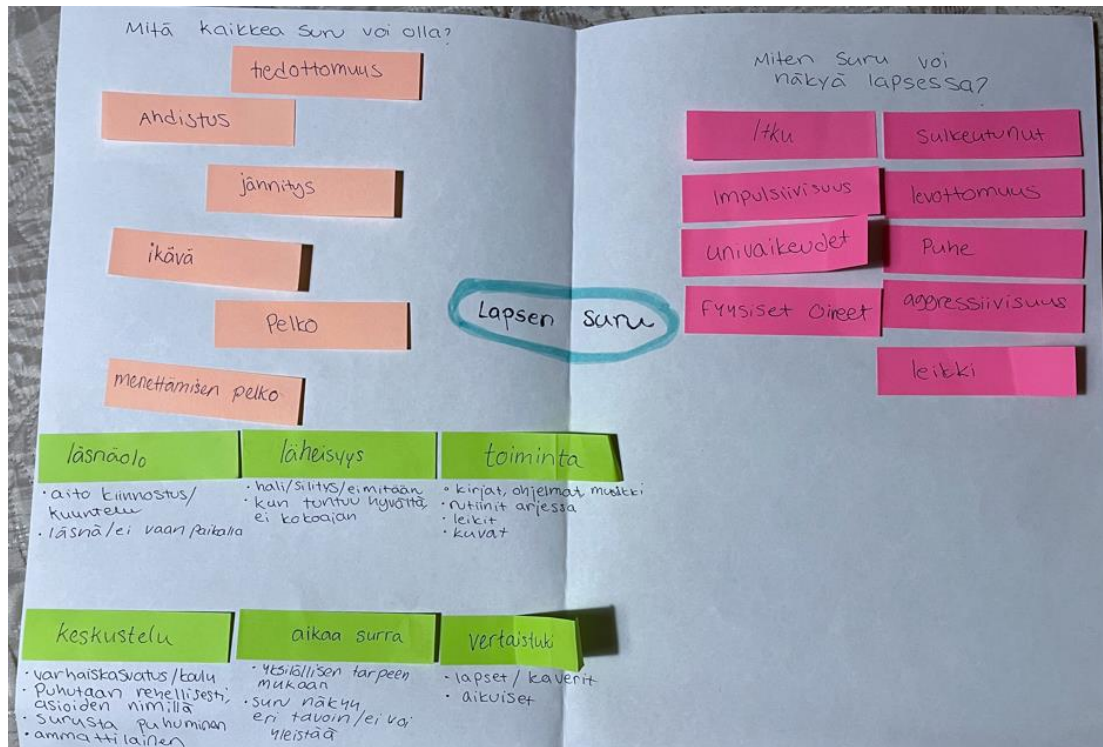
🔗 Kyselyyn pääset tästä: <https://forms.gle/CVECLUUPmHe8ZxRc7>

Lämmin kiitos.  
Rosa Leppämäki ja Vilma Kaisla  
Satakunnan ammattikorkeakoulu

#uusperhe #suru #tuki #kysely SAMK - Satakunta University of Applied Sciences



## LIITE 5: AJATUSKARTTA



## LIITE 6: OPAS

## LAPSEN SURU UUSPERHEESSÄ

Uusperheiden arjessa käydään läpi monenlaisia tunteita, ihan niin kuin missä vain perheessä. Yksi tällainen tunne on esimerkiksi lapsen suru. Uusperheessä voi tulla tilanne, jossa vain osaa perheestä koskettaa suru. Millä keinoin uusperheen vanhempana voit tukea lasta, joka joutuu kokemaan surua?

Suru on yksilöllistä ja jokainen kokee sen eritavoin. Suru on tunne, jonka käsittelyyn lapsi tarvitsee aikuisen tukea. Suru voi aiheutua arjen pienistä vastoinkäymisistä tai taustalla voi olla jokin isompi asia, esimerkiksi biologisten vanhempien ero, suuret elämänmuutokset tai läheisen menettäminen.

**Saat uusperheen vanhempana oppeastamme konkreettisia keinoja, tukea ja tietoa, joiden avulla voit vanhempana tukea surevaa lasta.**



### Uusperheiden vanhempien mietteitä lapsen surusta

"iso, aaltoileva ja monisäikeinen tunne"

"lapsen ikävä kokemus"

"vaikeus lohduttaa lasta"

"vaikea käsitellä lapsen kanssa"

"suru on tunne, joka pomppaa esille silloin kun sitä ei osaa odottaa"

"lapsen kaipuu entiseen elämään"

"kääntää surun omaksi syyksi, vaikei sitä ole"

## Tunteiden huomioiminen uusperheessä

Uusperheissä vanhemmilla ja lapsilla voi olla keskenään erilaisia rooleja perheen sisällä. Rooleihin vaikuttaa paljon perheenjäsenten keskeiset kiintymyssuhteet. Niiden muodostumiseen voi vaikuttaa esimerkiksi perheenjäsenten välinen biologisuus, bonusvanhemmuus/lapset sekä perheessä asuvien lasten muut kodit. Näiden lisäksi myös luonteenpiirteillä, kemioilla ja persoonallisuudella on osuutta roolien ja kiintymyssuhteiden muodostumiseen.

Uusperheessä on paljon keskinäisiä ihmissuhteita ja myös eritasoisia kiintymyssuhteita. Kun perheessä tai lähipiirissä tapahtuu isoja muutoksia, on erityisen tärkeää huolehtia, että kaikki lähellä olevat lapset ja aikuiset saavat tarvitsemaansa tukea ja apua asian kanssa. Lapsen surun voi saada esille myös jokainen uusi kognitiivinen kehitysvaihe. Lapsi voi saada kypsemmän käsityksen muutoksesta ja siihen voi liittyä erilaisia kysymyksiä mitä aiemmin.

Surun koskettaessa uusperhettä, jonkun perheenjäsenen suru voi jäädä vahingossa huomaamatta eli ”näkyttömäksi”. Tähän vaikuttaa usein se, kuka perheenjäsenistä on kohdannut surua ja keitä se lähimmin koskettaa. Perheen sisällä oleva surun tunne vaikuttaa kuitenkin koko uusperheeseen, mutta tämä saattaa välillä jäädä huomaamatta.

Ketään ei tule jättää yksin vaikeiden tunteidensa kanssa vaan jokaisen tarpeet tulisi huomioida yksilöllisesti tarvitsemallaan tuen muodolla. Jokainen meistä reagoi voimakkaisiin tunnetiloihin eritavoin. Joku näyttää surun tunteet voimakkaasti ulospäin ja toinen taas piilottaa tunteet sisäänsä. Kenenkään perheenjäsenen kokemaa tunnetta ei kuitenkaan saa väheksyä vaan jokaiselle kuuluu tarjota tarvitsemansa tuki ja lohtu.



## Miten voit tukea surevaa lasta?

### Fyysinen läheisyys

Jokainen kokee yksilöllisesti läheisyyden tarpeen. Jos lapsi kaipaa läheisyyttä surussaan; **anna hali, kosketa tai silitä häntä. Näin osoitat hänelle myötätuntoa, lohdutat sekä luot turvallisen paikan näyttää tunteita.**

**Muista, että kaikki eivät koe kosketusta yhtä mieluksena.** Perheessä on tärkeä opetella tuntemaan, kuinka paljon kukin kaipaa tai haluaa vastaanottaa läheisyyttä. Läheisyyden muotoja on erilaisia. Keskustelkaa yhdessä, minkälainen kosketus tuntuu kenestäkin hyvältä. Joskus lapsen voi olla vaikea itse tunnistaa läheisyyden tarvetta. Tällöin uusperheen vanhempana voit tunnustella tilannetta sekä kokeilla, minkälaisissa tilanteissa lapsi kaipaa kosketusta ja lämpöä.

### Tunteiden näyttäminen

**Kannusta lasta näyttämään tunteensa** heti pienestä saakka. Lapsi oppii paljon lähellä olevien aikuisten mallista. Jos uusperheen vanhemmat näyttävät tunteitaan ja puhuvat niistä avoimesti, myös lapsen on helpompi opetella tunnetaitojaan tällaisessa ympäristössä. Lapsen olisi tärkeää nähdä aikuisen surevan, jotta lapsi huomaisi surun olevan normaali tapa reagoida ikävään asiaan.

**Kaikenlaiset tunteet ovat sallittuja ja niille on tärkeää muistaa antaa tilaa.** Myös ikävät tunteet kuten suru, pettymys, ikävä, viha ja pelko tulee saada näyttää. Lapsen tunteiden näyttäminen auttaa uusperheen vanhempaa ymmärtämään avun tarpeen ja auttamaan lasta surun tukemisessa yksilöllisesti. Tunteiden käsittelylle ja keskustelulle on tärkeä jättää aikaa ja tilaa. Lapsen surun syitä ei kannata olettaa, vaan lapselta voi kysyä mitä hän ajattelee ja tuntee.

**Suru näkyy meissä jokaisessa eritavoin.** Jokainen meistä on yksilö, jolloin asioiden yleistäminen olisi hyvä unohtaa tietyissä tilanteissa. Surulle ja muille tunteille on annettava aikaa niin kauan, kun kukin sitä kokee tarvitsevansa. Osalla meistä lapsuuden surutapahtuman käsittely kestää läpi elämän ja se on myös hyväksyttävää raskaiden tilanteiden jälkeen.

**Uusperheen vanhempana on tärkeä auttaa lasta nimeämään ja sanoittamaan esille nousevia tunteita.** Lapsen voi olla vaikea itse tunnistaa omia tunteitaan uusien tilanteiden myötä. Kun lapsi osaa nimetä tunnetilansa, se helpottaa jatkossa tunteiden tunnistamista.

## Toiminta

Joskus tunteiden sanottaminen voi olla lapselle vaikeaa, jolloin vaikeiden tunteiden käsittely voi olla helpompaa erilaisen toiminnan kautta. Leikki ja kaikenlainen toiminnallinen tekeminen on yleensä lapsille mielekäs tapa käyttää aikaa. **Käsitelkää lapsen kanssa surua ja nimetkää erilaisia tunteita esimerkiksi kirjojen, ohjelmien, pelien tai musiikin kautta.** Uusperheen vanhempana voit rinnastaa lapsen tunteita ohjelmien/kirjojen tapahtumiin ja sen avulla lapsen voi olla helpompi ymmärtää sekä käsitellä myös omaa tilannetta.

Lapsen mielenmaisemat voivat tulla hyvin esille myös vapaassa leikissä sekä piirtäessä. **Voitte käydä jälkeinpäin tai tilanteen yhteydessä keskustelua esille nousseista asioista ja pohtia tapahtumien merkitystä omaan elämään** tai johonkin tiettyyn tilanteeseen, joka aiheuttaa lapsessa tunteita.

## Rutiinit

Vaikeista tilanteista huolimatta **arjen rutiineista on tärkeä pitää kiinni.** Vaikeissa tilanteissa sekä uusperheen aikuisten että lasten voimavarat sekä arjen hallinta voivat olla haasteellisempaa ja poiketa ”normaalista”. Toistuvat rutiinit helpottavat koko uusperheen arkea ja luovat päiviin/viikkoihin ”raamit”. Tällöin koko uusperheen on helpompi jatkaa arkea haastavasta tilanteesta huolimatta.

**Muistakaa myös levätä ja pysähtyä arjen keskellä.** Etenkin haasteellisten tilanteiden keskellä uusperheen tarpeiden kuunteleminen on erityisen tärkeää. Uskaltakaa pyytää apua ja olkaa armollisia itseä ja uusperhettä kohtaan.

## Miten käsitellä surua lapsen kanssa?

Vaikeasta aiheesta keskustelua kannattaa aloitella iänmukaisesti. Asioista keskusteleminen sekä niiden käsitteleminen kehittyä lapsen kehityksen ja iän myötä. Alusta saakka asioista on tärkeä puhua rehellisesti ja käyttää "asioiden oikeita nimiä". Esimerkiksi läheisen kuolemasta kannattaa keskustella sanalla kuolema eikä, että joku on "lähtenyt taivaaseen" tai "nukkunut pois".

Ole aikuisena aidosti läsnä lapsille. Laita puhelin pois, ole kiinnostunut ja kuuntele. Läsnäolo ei tarkoita ainoastaan fyysisesti paikalla olemista vaan myös sitä, että olet valmis vastaanottamaan lapsen tarpeet ja olemaan läsnä. Kuuntele, mitä lapsella on sanottavana ennen kuin itse kerrot mielipiteesi asiasta.

Uusperheen vanhemman kannattaa pohtia, milloin olisi sopiva hetki keskustella vaikeista asioista yhdessä lapsen kanssa. Tilanteen olisi hyvä olla rauhallinen sekä mahdollisuuksien mukaan tapahtua lapselle turvallisessa paikassa esimerkiksi kodin sohvalla tai lapsen omassa huoneessa. Ylimääräisiä ärsykeitä kannattaa välttää, aina niille ei tietenkään voi mitään. Keskustelun aloitus voi myös lähteä lapsesta itsestä, jolloin tärkeästä aiheesta puhuminen ei katso aikaa tai paikkaa. Tällöin on tärkeä kuunnella lapsen tarpeita ja puhua niistä asioista, jotka hänellä on mielen päällä.

Myös oman tilan ja ajan antaminen ajatusten sulattelulle on tärkeä vaihe osana surun käsittelyä. Uusperheen vanhemman ei tarvitse jatkuvasti olla aloittamassa keskustelua lapsen kanssa. Mikäli lapsi kokee, ettei halua aiheesta sillä hetkellä puhua. Asiaan voidaan palata lapselle paremmassa hetkessä. Lapselle on kuitenkin tärkeä osoittaa, että aiheesta puhuminen on milloin vain sallittua. Kehota lasta tekemään suremisen lisäksi myös arjen tavallisia asioita ja keskittyä esimerkiksi harrastuksiin, leikkeihin, kouluun



Itse surusta ja suremisesta on myös tärkeä keskustella ja kannustaa lasta näyttämään tunteensa. Lapselta itseltään voi kysyä:

*"Mikä sinua surettaa?" "Mikä sinua voisi auttaa, kun suret?"*

Keskustelun yhteydessä avoimien kysymysten käyttäminen sekä tunteisiin vetoaminen on suositeltavaa. Avoimella kysymyksellä lapselle avataan mahdollisuus vastata kysymykseen monipuolisemmin sekä vastaus kertoo paremmin, minkälaisia asioita lapsi oikeasti pohtii.

Hyviä avoimia kysymyksiä on esimerkiksi

*"Vaikutit tänään surulliselta, tapahtuiko tänään jotain?"*

*"Vaikutat surulliselta, osaatko kertoa, miksi sinulla on surullinen olo?"*

Ota lapselta pois ajatus siitä, että hänen olisi kannettava vastuu surusta tai ikävästä tilanteesta. Kerro lapselle, ettei hänen tule kantaa asioista huolta vaan aikuiset auttavat sinua ja huolehtivat, että asiat järjestyvät. Tunteiden käsittelyä ja näyttämistä ei kuitenkaan pidä unohtaa.

**Ideoita surun käsittelyyn koko uusperheelle; Tunnekorttien avulla voitte viettää aikaa yhdessä perheenä sekä samalla käsitellä haastaviakin tunteita.**

Tunnekortit auttavat lapsen lisäksi koko uusperhettä tunteiden ilmaisussa, niiden nimeämisessä sekä tunnistamisessa. Tunnetaitojen harjoittelu auttaa lasta tunnistamaan omia tunteitaan sekä ymmärtämään paremmin haastavia tilanteita. Tunnetaitojen harjoittelu jatkuu läpi elämän, mutta niiden harjoittelu on tärkeä aloittaa heti pienestä lapsesta alkaen. Seuraavaksi esittelemme erilaisia esimerkkejä, miten tunnekortteja voisi käyttää. Voitte myös olla luovia ja keksiä omia tapoja korttien käyttöön.

Saatavilla on useita erilaisia tunnekortteja, voitte etsiä perheenä minkälaiset kortit teille voisi sopia ja tulostaa ne omaan käyttöönne. Myös kirjakaupoissa ja verkkokaupoissa on ostettavissa erilaisia tunnekortteja. Alla linkkejä muutamiiin esimerkkeihin, jotka ovat maksuttomasti käytössä.

Mieli ry: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/tunnekortit-varhaiskasvatukseen/>

Papunet: <https://papunet.net/materiaalia/tunnekortit>

Pukstaavi: <https://www.pukstaavi.fi/digisitalto/lue-mulle-tunnekortit/>

Tukiliitto: <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/mahti-projekti/mahti-tunnekortit/>

## Ehdotuksia tunnekorttien käyttöön

- **Keskustele lapsen kanssa tilanteesta, joka on aiheuttanut lapselle surua tai muita ikäviä tunteita. Käytä keskustelun apuna tunnekortteja.** Lapsen voi olla vaikeaa tunnistaa omia tunteitaan, jolloin kuvalliset kortit voi helpottaa tunteen hahmottamista. Vääriä tulkintoja tunnekorteista ei ole, jokainen saa itse päättää mitä tunteita mikäkin kortti tarkoittaa ja sanoittaa sen haluamallaan tavalla. Kaikki tunteet ja reaktiot ovat sallittuja.
- **Asetelkaa kuvakortit yhdessä esimerkiksi pöydälle tai lattialla kuvapuoli ylöspäin haluamaanne muotoon. Kukin pelaaja saa valita kortit, jotka kuvastavat tämän hetken tunnetta tai liittyvät johonkin aiempaan tilanteeseen tai tapahtumaan.** Aikuinen voi auttaa lasta nimeämään/tunnistamaan kortin tunnetiloja. Kertokaa toisillenne miksi kyseinen tilanne aiheuttaa tämän tunteen ja mistä tunne voisi johtua. Onko tunne myönteinen vai kielteinen? Missä tunne tuntuu? Mikä tunnetta voisi helpottaa? Mitä eroja tunteilla on?
- **Kortit voi asettaa alustalle myös väärinpäin.** Nostakaa vuorotellen tunnekortteja ja miettikää yhdessä minkälaisia tunteita/tilanteita/asioita kuvasta tai sen tunteesta tulee mieleen.
- **Perheen arjen keskellä voi olla erimielisyyksiä/riitoja, jotka voivat aiheuttaa erilaisia tunteita perheenjäsenissä. Tilanteiden läpikäymisessä voi käyttää apuna tunnekortteja.** Jokainen perheenjäsen voi valita mieleisensä kortin ja kertoa mitä tunteita tilanne hänessä herätti. Näin voidaan käsitellä arjen erimielisyyksiä ja oppia perheenjäsenistämme vielä lisää.

- **Tunnekortteja voi käyttää apuna myös satujen ja ohjelmien yhteydessä.** Lapsi voi yhdessä aikuisen kanssa miettiä, mitä tunteita sadussa/ohjelmassa olevalla hahmolla voisi olla erilaisissa tilanteissa. Tunnekorttien avulla voitte keskustella vaikeistakin asioista, joita lapsen elämässä on tapahtunut. Lapsen on helpompi tarkastella tilannetta ulkopuolisesta näkökulmasta (sadun/ohjelman henkilö) kuin tarkastella itseään koskettavia tapahtumia. Tilannetta voi peilata oman elämän tapahtumiin.
- Tunnekortteja voi käyttää myös liikkeessä, eikä aina tarvitse pysähtyä pöydän ääreen istumaan. **Voitte vuorollanne näyttellä kortissa olevaa tunnetta tai tilannetta, joka voisi aiheuttaa kyseisen tunteen.** Muiden tehtävänä on arvata mistä tunteesta on kyse. Näyttelemisen voi suorittaa myös pantomiimina eli ilman puhetta, tämä tuo tehtävään lisää haastetta.
- Jos perheessänne tykätään askarrella, **voitte tehdä myös omat tunnekortit.** Nimetkää tunne, josta teette tunnekortin. Voitte yhdessä piirtää, askarrella tai vaikka valokuvaamalla perheenjäseniä luoda teidän näköisenne ja persoonalliset tunnekortit koko perheelle.

## Ammattiapu

Ammattiavun hakeminen on erittäin suotavaa, kun uusperheessä on koettu pieniä tai suuria kriisejä. Ammattiapua voit hakea esimerkiksi

- Varhaiskasvatus (lastenhoitaja, varhaiskasvatuksen opettaja)
- Koulu (opettaja, kuraattori, psykologi)
- Terveyskeskus/neuvola (terveydenhoitaja, sairaanhoitaja, perhetyöntekijä, lääkäri)
- Järjestötoiminta (vertaistukipalvelut, chatit, puhelinpalvelut)
- Sosiaalipalvelut (lastensuojelu, perhetyö, lapsiperheen kotipalvelu, perheneuvonta)
- Seurakunta (lapsi- ja nuorisotyöntekijä, diakoniatyöntekijä, pappi, kirkon vapaaehtoiset)
- Häätätilanteessa apua saa myös terveysasemien päivystyksestä sekä soittamalla hätänumeroon 112.

**Ammattiapua on tarjolla jokaiselle, joka kokee sitä tarvitsevan.** Omaa tilannetta ei tule vähäksyä tai verrata muihin, vaan hakeutua rohkeasti avun piiriin kertomaan omasta tilanteesta. Erilaisia vertaistukiryhmiä/tapahtumia järjestetään paljon. Niistä voit myös saada paljon arvokasta näkemystä, apua ja tietoa muilta ihmisiltä, jotka kamppailevat samankaltaisten asioiden kanssa. Alle on listattu monipuolisesti erilaisia järjestöjä ja paikkoja, joiden järjestämästä toiminnasta voisi olla hyötyä uusperheeseen, jossa käydään läpi surun tunteita.

**Käpy ry** <https://kaapy.fi/> tarjoaa vertaistukea vanhemmille ja perheille, joiden lapsi on menehtynyt. Käpy ry järjestää vertaistukiryhmiä, vertaistukiviikonloppuja, vertaistapaamisia sekä tukihenkilöitä, jotka ovat koulutettuja vapaaehtoisia, joilla on sama menettämisen kokemus taustalla. Internet sivulla on paljon tietoa ja kokemuksia aiheesta.

**Mannerheimin lastensuojeluliitto**

<https://www.mll.fi/> on valtakunnallinen järjestö, joka järjestää toimintaa myös paikallisesti ja tekee merkittävää työtä lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin edistämiseksi. MLL tukee lasta sekä perheen aikuista kriisin hetkellä vertaisryhmien sekä ammattilaisten avulla. Internetsivuilta löydät runsaasti erilaisia tukipalveluja kaikenikäisille, sekä puhelimen, netin ja kotikunnan apumuotojen mahdollisuuksista.

**Mieli ry** <https://mieli.fi/> edistää valtakunnallisesti mielenterveyttä, tarjoaa kriisiapua ja pyrkii ennaltaehkäisemään mielenterveyden ongelmia. Mieli ry tarjoaa matalan kynnyksen keskusteluapua kriisitilanteissa sekä tietoa haastavien aiheiden ympäriltä. Internetsivuilta löydät kriisipuhelimen numeron, johon voi soittaa ympärivuorokauden, erilaisia chattejä, ohjeet kriisivastaanoton ajanvaraukseen sekä erilaisia vertaistukiryhmiä ympäri Suomen.

**Pelastakaa Lapset ry**

<https://www.pelastakoolapset.fi/> tarjoavat lapsille, nuorille ja perheille apua ja tukea elämän haastavissa tilanteissa. Internetsivustolta löydät omaan tarpeeseesi sopivan avunmuodon esimerkiksi tukihenkilö, tukiperhe, oppimateriaalituki, mentorointi, harrastustuki ja digifrendi.

**Suomen evankelis-luterilainen kirkko** <https://evl.fi/etusivu> antaa apua, tukea ja läsnäoloa. Kirkkoon kuuluminen ei ole avun saannin edellytys. Tarjoavat keskusteluapua, vertaistukiryhmiä sekä konkreettista apua arjen keskellä myös kriisitilanteissa.

**Suomen Punainen Risti**

<https://www.punainenristi.fi/> auttaa onnettomuuksien ja kriisien sattuessa. Internetisivuilta löydät tukea kriisitilanteisiin sekä toimintaohjeita kriisin keskellä lapsille ja nuorille. SPR tarjoaa lapsille ja nuorille kerhoja sekä leirejä, apua yksinäisyyteen ja koulutehtävien tekemiseen. Nuorten turvatalo toimii valtakunnallisesti verkossa sekä viidellä paikkakunnalla auttaen lasta ja nuorta keskustelemalla sekä antaa tukea myös vanhemmille vanhemmuuteen liittyvissä asioissa.

**Suomen Uusperheiden Liitto ry**

<https://supli.fi/> tarjoaa paljon tietoa uusperhe aiheen ympäriltä. Supli tarjoaa vertaistuki palveluita, kuten vertaistukipuhelimen, vertaistapahtumia ja vertaislomia. Lisäksi heillä toimii **Stevan**-toiminta, joka tarjoaa tietoa, tukea ja työkaluja uusperheille valmistautumisen muodossa.

**Surunauha <https://surunauha.net/>**

on valtakunnallinen vertaistukijärjestö itsemurhan tehneiden läheisille. Surunauha järjestää vertaistukiryhmiä- ja viikonloppuja, vertaistukipuheluita tai chatteja. Surunauhalla on myös oma vertaistukimobiilisovellus Lohtu.

**Surevan kohtaaminen**

<https://www.surevankohtaaminen.fi/> on verkkosivu, josta löydät tietoa surusta sekä surevan kohtaamisesta ja tukemisesta. Sivustolta löytää kokemuksiin perustuvaa tietoa, sekä vertaistukitoimintaa.

**Muista, että yksin ei tarvitse pärjätä. Vaikealla hetkellä voimat ei välttämättä riitä mihinkään ylimääräiseen. Haluamme kuitenkin kannustaa sinua hakemaan ajoissa apua ja keskustella vaikeista aiheista yhdessä ammattilaisten kanssa. Pienikin apu voi olla merkityksellistä.**



## Lähteet

- Heikinheimo, K. & Teerijoki, E. (2022). Uusperheen ABZ – käsikirja uusperhe-elämään. *BoD*. Helsinki
- Hiltunen, H-R. (2016). Lapsen ja nuoren surun tukeminen. Opas lasten ja nuorten kanssa työskenteleville. [YAMK-opinnäytetyö, Karelia-ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://um.fi/URN:NBN:fi:amk-201605259820>
- Kaisla, V. & Leppämäki, R. (2023). Lapsen suru uusperheessä – opas uusperheen vanhemmille. [AMK-opinnäytetyö, Satakunnan ammattikorkeakoulu]. Theseus.
- Kotimaisten kielten keskus. (n.d.). Ohjeita ohjeiden tekijöille. Haettu 3.5.2023 osoitteesta [https://www.kotus.fi/ohjeet/hyvan\\_virkakielen\\_ohjeita/millaisia\\_ovat\\_toimivat\\_ohjeet\\_ja\\_kysymykset/ohjeita\\_ohjeiden\\_tekijoille](https://www.kotus.fi/ohjeet/hyvan_virkakielen_ohjeita/millaisia_ovat_toimivat_ohjeet_ja_kysymykset/ohjeita_ohjeiden_tekijoille)
- Mieli ry. (2022). Tunnekortit varhaiskasvatukseen. Haettu 25.9.2023 osoitteesta <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/tunnekortit-varhaiskasvatukseen/>
- Muli, E. & Nieminen, E. (2023) Näkymättömät lapset varhaiskasvatuksessa. Opas ostrakismin ennaltaehkäisyyn varhaiskasvatuksen ammattilaisille. [AMK-opinnäytetyö, LAB-ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://um.fi/URN:NBN:fi:amk-202305037424>
- Papunet. (2021). Tunnekortit. Haettu 25.9.2023 osoitteesta <https://papunet.net/materiaalia/tunnekortit>
- Pohjavaara, A. & Miekka, J. (2018). Lapsen surun kohtaaminen päiväkodissa. [AMK-opinnäytetyö, Vaasan ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://um.fi/URN:NBN:fi:amk-2018112017585>
- Pukstaavi. (n.d.). Lue mulle-tunnekortit. Haettu 11.10.2023 osoitteesta <https://www.pukstaavi.fi/digisaisalo/lue-mulle-tunnekortit/>
- Rajala, S., Rissanen, E. & Silver, A. (2018) Lasten tunnetaitojen kehittymisen tukeminen – kirjallisuuskatsaus 0–12-vuotiaiden lasten tunnetaitoihin. [AMK-opinnäytetyö, Turun ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://um.fi/URN:NBN:fi:amk-2018090414848>
- Rosenborg, M. & Törmänen, T. (2019). Uusperheen käsikirja. Otava.
- Salomaa, H. & Päivikkö, I. (2023). Lapsen surutyön tukeminen. [AMK-opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://um.fi/URN:NBN:fi:amk-202305109060>
- Schonfeld, D. & Demaria, T. (2016). Supporting the grieving child and family. *Pediatrics*. <https://publications.aap.org/pediatrics/article/138/3/e20162147/52700/Supporting-the-Grieving-Child-and-Family?autologincheck=redirected>
- Suomen Uusperheiden Liitto ry. *Supli*. (n.d.). Mikä on uusperhe? Haettu 15.3.2023 osoitteesta <https://supli.fi/tietoa/mika-on-uusperhe/>
- Tukiliitto (n.d.). Mahti-tunnekortit, haettu 20.10.2023 osoitteesta: <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/mahti-projekti/mahti-tunnekortit/>
- Väestöliitto. (2021). Keskustele lasten kanssa kehotunnekasvatuksen aiheista. Haettu 27.9.2023 osoitteesta: <https://urly.fi/3enH>

**Tekijät: Vilma Kaisla & Rosa Leppämäki, Satakunnan ammattikorkeakoulu, 2023**

**Opas on toteutettu yhteistyössä Suomen Uusperheiden liiton rzn kanssa**

**Supli**



## LIITE 7: SÄHKÖPOSTIViesti KOHDERYHMÄLLE

Hei ja suuri kiitos, kun osallistuit kyselyymme ja olet osana auttamassa tärkeän aiheen tutkimista.

Osallistuit aiemmin syksyllä kyselyyn, jonka aiheena oli lapsen suru uusperheessä. Jätit kyselyn loppuun yhteystietosi, jotta voimme lähestyä sinua valmiin tuotoksemme kanssa. Viestin liitteenä on tekemämme opas, "lapsen suru uusperheessä". Opas on toteutettu yhteistyössä Suomen Uusperheiden liiton kanssa.

Olemme käyttäneet vastauksianne pohjana oppaan rakentamisessa, ja tämän lisäksi käyttäneet apuna tutkittua tietoa aiheen ympäriltä. Kyselyn vastauksia ei pysty tunnistamaan oppaan sisällöstä. Ennen oppaan lopullista julkistamista toivoisimme saavamme sinulta vielä hieman palautetta oppaastamme. Voit antaa palautetta vastaamalla muutama kysymykseen sekä halutessasi voit antaa palautetta myös vapaasti kirjoittamalla. Vastaa kysymyksiin vastaamalla tähän sähköpostiviestiin! 📧  
Kysymyksiä:

1. Vastaako oppaan sisältö uusperheen tarpeisiin ja onko sisältö sovellettavissa omaan arkeenne?
2. Saatko oppaasta konkreettisia keinoja surevan lapsen tukemiseen?
3. Mitä lisäksi tai korostaisit vielä lisää oppaan sisällössä?
4. Yleistä palautetta oppaasta (risuja ja ruusuja) 📧 Ajatteletko, että oppaasta voisi olla apua surevan lapsen kanssa?

Käymme vastaukset läpi ja tulemme mahdollisesti tekemään vielä pieniä muutoksia/lisäyksiä oppaaseemme ennen sen lopullista julkistamista. Opas tullaan julkaisemaan Suplin Internet-sivustoilla, josta valmis opas on saatavilla loppuvuodesta 2023.

Haluamme vielä kiittää suuresti sinua avusta. Olemme kiitollinen saamastamme avusta osana opinnäytetyötämme! Toivomme vastaukset perjantaihin 3.11.2023 mennessä 📧

**Rosa Leppämäki & Vilma Kaisla**  
Sairaanhoitaja (AMK)

[rosa.leppamaki@student.samk.fi](mailto:rosa.leppamaki@student.samk.fi) & [vilma.kaisla@student.samk.fi](mailto:vilma.kaisla@student.samk.fi)

Satakunnan ammattikorkeakoulu | Satakunta University of Applied Sciences  
Katse tulevaisuuteen. Think future.  
samk.fi

