

Aada Jääskeläinen & Tuulia Luojukoski

KUOLLEEN LAPSEN SISARUSTEN TUKEMINEN HOITOTYÖSSÄ

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sairaanhoidajakoulutus

2025



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sairaanhoitaja (AMK)
Tekijät	Aada Jääskeläinen & Tuulia Luojukoski
Työn nimi	Kuolleen lapsen sisarusten tukeminen hoitotyössä
Toimeksiantaja	Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu
Vuosi	2025
Sivut	44 sivua, liitteitä 9 sivua
Työn ohjaaja	Terhi Hede

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla kuvata sisaruksen selviytymistä edistäviä hoitotyön keinoja silloin kun hänen sisaruksensa on kuollut. Työn tavoitteena oli tuottaa tutkittua ja luotettavaa tietoa sisaruksen selviytymisestä. Tutkimuskysymyksenä oli: Minkälaisilla hoitotyönkeinoilla voidaan tukea kuolleen lapsen sisarusta ja minkälaiset asiat heikentävät kuolleen lapsen sisaruksen toipumista?

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Aineiston keruuta ohjasi valitut aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit, mutta aineiston iästä on jouduttu muutaman tutkimuksen osalta tinkimään. Opinnäytetyössä käytetty aineisto sisältää suomenkielisiä ja englanninkielisiä tieteellisiä tutkimusartikkeleita ja tutkimuksia. Tutkimuksen ongelmaksi muodostui hyvien ja ajantasaisten tutkimuksien ja lähteiden puute sekä se, että sisarusien surua on tutkittu niin vähän. Aineisto analysoitiin teemoittelun avulla. Opinnäytetyön teemoiksi muodostuivat koulutus ja tutkimus, sisaren selviytymistä edistävät ja estävät keinot sekä hoitajien keinot kohdata sureva.

Tutkimuksen tulosten perusteella sisaruksen surusta selviytymistä voidaan tukea aidolla välittämällä, vertaistuellalla, rutiineja säilyttämällä, luovia keinoja käyttämällä, keskusteluavulla ja sururyhmillä. Tutkimuksessa tuli ilmi, että hoitohenkilökunta tarjoaa surutukea, mutta siinä on havaittu ammattimaisen hoidon puutetta.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että hoitohenkilökunta tarvitsee tukea ja koulutusta kuolleen lapsen sisaren tukemiseen työssään.

Jatkossa voisi tutkia minkälaisia keinoja hoitajalla on kohdata sureva ja minkälaisia valmiuksia hoitajalla on käsitellä surua työssään. Tärkeää olisi myös tutkia, että ymmärretäänkö kuolleen lapsen sisarusten huomioimisen tärkeys.

Asiasanat: kuolema, lapsi, sisarus, tukeminen, hoitotyö

Degree title	Bachelor of Health Care
Authors	Aada Jääskeläinen & Tuulia Luojukoski
Thesis title	The recovery of siblings of a deceased child and supporting it through nursing interventions
Commissioned by	South-Eastern Finland University of Applied Science, XAMK
Time	2025
Pages	44 pages, 9 pages of appendices
Supervisor	Terhi Hede

ABSTRACT

The purpose of the thesis was to describe, with the help of a descriptive literature review, the methods of nursing that promote the grief process of a child when their sibling has died. The aim of the study was to produce reliable information on the survival of the sibling. The research question was: What kind of nursing methods can be used to support a sibling of a deceased child and what kinds of factors impair the recovery?

The thesis was carried out as a descriptive literature review. The collection of the data was guided by the selected criteria for the inclusion and exclusion of the data, but the age of the data has had to be compromised in the case of a few studies. The material used in the thesis includes scientific research articles and studies in Finnish and English. The problem with the study was the lack of up-to-date studies and sources, as well as the fact that there is insufficient research on siblings' grief. The material was analysed with the help of themes. The themes of the thesis were education and research, methods that promote and prevent the siblings coping, and the nurses' ways to encounter the grieving person.

Based on the results of the study, a sibling's coping with grief can be supported with genuine caring, peer support, maintaining routines, using creative means, discussion help and grief groups. The study revealed that nursing staff provide grief support, but a lack of professional care has been observed.

In conclusion, it can be stated that nursing staff needs support and training to support the sibling of a deceased child in their work. In the future, it could be studied what are the means nurses can utilize when facing the grieving person and what kind of skills nurses must possess when they have to deal with grief in their work. As the grieving sibling must also be a priority, it would also be important to study whether the importance of taking the siblings of a deceased child into account is understood.

Keywords: death, child, sibling, support, nursing care

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	SURU JA SURUN KOHTAAMINEN YLEISESTI	8
	2.1 Lapsen suru	9
	2.2 Nuoren suru	13
3	KRIISI	14
	3.1 Lapsen kriisi	16
	3.2 Nuoren kriisi	16
4	TRAUMA	17
	4.1 Lapsen traumatisoituminen	19
	4.2 Nuoren traumatisoituminen	19
5	HOITAJIEN KEINOT LASTEN JA NUORTEN TUKEMISEEN.....	20
6	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	26
7	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	26
	7.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus.....	26
	7.2 Aineiston kerääminen.....	27
	7.3 Aineiston analyysi	28
8	TULOKSET.....	29
	8.1 Sisaruksen surussa selviytymistä edistäviä tekijöitä	29
	8.2 Sisaruksen surussa selviytymisen estäviä tekijöitä	30
	8.3 Hoitajien keinot kohdata sureva	31
	8.4 Koulutus ja tutkimus	33
9	POHDINTA	34
	9.1 Tulosten tarkastelu.....	34
	9.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	36
	9.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset.....	37
	LÄHTEET.....	39

LIITTEET

Liite 1. Tiedonhakutaulukko

Liite 2. Tutkimustaulukko

Liite 3. Teemoittelutaulukko

1 JOHDANTO

Tilastokeskus on julkaissut tilaston vuonna 2022 lasten ja nuorten kuolemista. Tilastossa on mukana vuonna 1990–2020 kuolleet yli 1-vuotiaat lapset ja nuoret. Tilastossa kerrotaan lasten kuolleisuuden jatkaneen jatkuvasti laskuaan, mutta vastaavasti nuorten kuolleisuudesta on näyttäytynyt huolestuttavia piirteitä, kun 15–19-vuotiaiden nuorten kuolleisuus on kääntynyt kasvuun. Lasten ja nuorten kuolinsyyt ovat hyvin erilaisia: useimmiten lapset ovat menehtyneet tauteihin, kun taas nuorten yleisimpiä kuolinsyitä ovat olleet liikenneonnettomuudet, myrkytystilat tai itsemurhat. (Tilastokeskus 2022.)

Hoitotyön tutkimussäätiön (Hotus 2018) mukaan lasten suru jää usein huomiotta, jonka vuoksi lapsen kanssa kehitystason mukaisesti keskusteleminen on tärkeässä asemassa. Käsittelemätön suru voi jäädä elämään negatiivisena tunnekuormana, joka vaikuttaa lapsen tunne-elämään. Tämä voi myöhemmin johtaa lapsen sairastumiseen psyykkisesti tai fyysisesti. (Hiltunen 2016.) Sisaruksen kohdatessa menetyksen, apua tulisi olla saatavilla ja sitä tulisi henkilökunnan aktiivisesti tarjota tai opastaa avunpiiriin. Oleellista on ymmärtää, ettei surua ole tarkoitus tukahduttaa ja unohtaa, vaan käsitellä surua sekä traumaa ja opetella elämään surun kanssa. (Uittomäki ym. 2022.)

Surevalle ihmisille tärkeintä on, ettei hän jää yksin surun kanssa, vaan hän saa tukea, huolenpitoa ja riittävästi apua. Tämän vuoksi avun saaminen tulee järjestää mahdollisimman helposti saatavaksi. Psykososiaalinen tuki on suuressa roolissa akuuteimmassa vaiheessa, mutta tuen jatkuvuus on oleellista huomioida myös akuutin vaiheen jälkeenkin. Traumaperäisen stressin oireet ovat tyypillisiä reaktioita, mutta varsinkin äkillisen tai traumaattisen kuoleman jälkeen oireet voivat olla todella haastavia. Hoitotapoja näihin on kuitenkin paljon ja hoito onkin oleellisen tärkeää, etteivät oireet pääse kroonistumaan. Ammattiapuun tulisi aina olla mahdollisuus, eikä surun tarvitse olla traumaattista surua voidakseen keskustella (Turunen 2024.) Surun seuraukset voivat kuolleen lapsen sisaruksilla näyttäytyä koulumenestyksen heikentymisenä sekä vetäytymisenä vuorovaikutussuhteista. Ammattilaisen on tärkeää osata erottaa surun ja masennuksen ero (Hotus 2018).

Turusen (2014) tutkimuksen mukaan järkyttävän kokemuksen kokeneet ja su-
revat ihmiset kokevat yhdeksi tärkeimmistä ammatillisen tuen perusteista sen,
että he voivat luottaa ammattilaisen ammattitaitoon ja tämän antaman tuen ja
hoidon laatuun. Tutkimuksen mukaan on tärkeää, että potilas kokee voitonsa
luottaa ammattilaisen osaamiseen ja tuntee turvallisuuden tunteita, jotta hän
uskaltautua ammattilaisen kannateltavaksi. Tutkimuksessa on tullut ilmi, että
tärkeänä koetaan myös ammattilaisen neutraalisuus ja taito katsoa tilannetta
ulkopuolisen silmin.

Aiheeksemme valikoitui kuolleen lapsen sisarusten tukeminen hoitotyön kei-
noin. Aihe valittiin meidän mielenkiinnon kohteidemme mukaisesti ja koemme
sen tärkeänä ja merkityksellisenä aiheena. Lapset ja nuoret ovat meitä kiin-
nostava kohderyhmä, ja aiheemme tarvitsee lisää tutkimuksia, koska sitä on
tutkittu vain vähän. Päätimme tehdä aiheesta kuvailevan kirjallisuuskatsauk-
sen, koska sen avulla voimme luoda aiheesta kokonaiskuvaa. Usein kuolleen
lapsen sisarukset jäävät liian vähälle huomiolle suuremman tuen kohdistuessa
vanhempiin. Hoitajilla tulisi olla valmiudet sisarusten kohtaamiseen ja tukemi-
seen. Aihetta on tutkittu vähän, jonka vuoksi tutkittua ajantasaista tietoa oli
haastavaa löytää. Otimme opinnäytetyössämme huomioon kaikki kuolemat
sekä kaiken ikäiset lapset ja nuoret. Opinnäytetyömme toimeksiantaja on
Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu eli Xamk.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla ku-
vata sisaruksen selviytymistä edistäviä hoitotyön keinoja silloin kun hänen si-
saruksensa on kuollut. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tutkittua ja luotet-
tavaa tietoa sisaruksensa menettäneen lapsen selviytymisestä. Löydettyä tie-
toa voidaan käyttää hoitotyön koulutuksessa tai sosiaali- ja terveysalalla työs-
kentelyn tueksi kuolleen lapsen sisaruksia kohdatessa.

Tutkimuskysymyksemme oli: Minkälaisilla hoitotyönkeinoilla voidaan tukea
kuolleen lapsen sisarusta? Minkälaiset asiat heikentävät kuolleen lapsen sisa-
ruksen toipumista?

2 SURU JA SURUN KOHTAAMINEN YLEISESTI

Surun määrittelemisen ei ole yksiselitteistä. Se on moniulotteinen ja yksilöllinen prosessi. Ihmisen kokiessa menetyksen, suru on siitä luonnollinen seuraus ja se vaikuttaa ihmiseen kokonaisvaltaisesti ja pysyvästi. (Mantila 2019.) On tärkeä ymmärtää, ettei suru ole työtä vaan se on jatkuvasti läsnä elämässä. Surun kanssa vain oppii elämään ja ajan myötä suru lievittyy. Kun ihminen menettää läheisen ihmisen, niin suru on siitä normaali reaktio. Surulle tyypillisintä on sen vaihtelevuus, joskus surun aiheuttamat tunteet ovat sietämättömiä ja toisessa hetkessä sureva pystyy hengittämään ja suru helpottuu (Turunen 2024).

Suru koetaan usein kielteisenä tuntemuksena, mutta siihen voi liittyä myös myönteisiä tuntemuksia. Suru tuntemuksena voi tuntua kuluttavalta ja raskealta, mutta se voi myös avata uusia mahdollisuuksia ja näkökulmia. (Mantila 2019.) Suru voi toimia prosessina, joka mahdollistaa henkiseen kasvuun, eheyttämään itsetuntemusta ja auttaa solmimaan uusia suhteita (Terveyskylä 2021). Ihmisten tapa surra on erilainen ja jokainen tapa tulisi hyväksyä. Jos surua yritetään torjua tai tukahduttaa niin se saattaa kehittyä patologiseksi. (Mantila 2019.) Suru on todella intiimi ja merkityksellinen tunne, se toimii konkreettisenä muistona menehtyneeseen ihmiseen. Tämän vuoksi suru tunteena on todella tarpeellinen tunne. (Turunen 2024.)

Suru on pitkä prosessi, johon liittyy erilaisia tehtäviä. Näitä ovat esimerkiksi surun aiheuttaman kivun käsittely, todellisuuden hyväksymisen ja sopeutumisen elämään ilman vainajaa. (Mantila 2019.) Luopuminen on keskeisin asia suruprosessille. Prosessi käynnistyy, kun ihmiselle kerrotaan tieto kuolemasta. Alkuun suru saattaa tuntua musertavalta, mutta tämä prosessi voi johtaa henkilökohtaisen kasvun ja muutoksen kokemukseen. Prosessi kestää koko elämän, mutta suru lievenee asteittain, mikä auttaa meitä luopumaan ja suuntautumaan uudelleen (Terveyskylä 2021).

Jokainen ihminen kokee elämässään surun ja joutuu tilanteeseen, jossa on joko sureva tai lohduttaja (Turunen 2024). Sosiaali- ja terveydenhuollon alalla kuolemat ja suru kuuluvat työhön, joten ammattilaisilla tulisi olla valmiudet

kohdata sureva. On tutkittu, että monet sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset kokevat, että tarvitsisivat enemmän koulutusta ja tukea surevan kohtaamiseen. (Surevan henkilön kohtaamista voi harjoitella... 2021.)

Terveydenhuollon ammattilaisen on tärkeää kohdata sureva henkilö tai perhe kunnioittavasti ja empaattisesti, samalla kuitenkin säilyttäen ammatillinen ote. Ammatillisuus tuo surevalle turvaa. (Turunen 2024.) Hoitotyön tutkimussäätiö (Hotus 2021) on laatinut hoitotyöntekijöille avuksi tukimateriaalia, joka auttaa läheisten kohtaamisessa sekä tukemisessa. Hotus on nostanut oleellisimpina esiin surevan kohtaamisessa perustarpeista huolehtimisen, aidon, myötätuntaisen ja kunnioittavan kohtaamisen sekä selkeän, ymmärrettävän ja rauhallisen kommunikoinnin. Tilanteessa on tärkeää pysytellä rauhallisena ja varautua vastaanottamaan voimakkaita reaktioita. Tärkeää on, etteivät surun kohdanneet jää yksin ja he saavat tietoa. Rehellinen, suora mutta empaattinen keskustelu on tärkeää surevan kohtaamisessa.

2.1 Lapsen suru

Terveyskirjaston artikkelissa (Korhonen 2021) lapseksi määritellään 0–12 -vuotias lapsi. Tätä samaa rajausta käytetään tässä opinnäytetyössä.

Lasten ja aikuisten surutavoissa on eroavaisuuksia (Pranteri 2021). Kun lapsi joutuu kokemaan menetyksen, suru on todella tärkeä reaktio. (Hiltunen 2016). Lapset ovat herkkiä ja aistivat heitä ympäröivien ihmisten surun ja ikävän tunteita. Tämän vuoksi lapsi tarvitsee turvallista aikuista, joka tukee tätä vaikeita tunteita kohdatessa. (Hiltunen 2016; Pranteri 2021.) Jos lapsi kokee, että aikuinen pystyy lohduttamaan häntä ja ymmärtämään hänen surunsa, niin lapsi tuntee itsensä arvostetuksi. Tämä puolestaan luo lapselle turvallisuuden tunnetta, joka auttaa lasta myöhemmin vastoinkäymisten käsittelyssä. Jos lapsen ympärillä on ihmisiä, jotka eivät osaa käsitellä surua tai lapselle viestitään, ettei suru olisi hyväksyttävää tai hän ei saa tarpeeksi aikaa suremiselle, niin lapsi saattaa alkaa paeta surua. Tällöin on tyypillistä, että lapsi alkaa turvautua puolustusmekanismeihin, joiden avulla hän yrittää hallita surua. Lapsi saattaa paeta surua sekä kieltää tapahtumaa ja ajatella ettei niin ikinä olisi käynytäkään, mikä voi estää suruprosessin alkamisen. Käsittelemätön suru voi

jäädä elämään negatiivisena tunnekuormana, joka vaikuttaa lapsen tunne-elämään. Tämä voi johtaa lapsen sairastumiseen psyykkisesti tai fyysisesti myöhemmin. (Hiltunen 2016.)

Lapsen menettäessä sisaruksensa, hän menettää myös leikkikaverinsa ja kumppaninsa, jonka kanssa on yhdessä kasvettu ja jaettu arkea (Mielenterveystalo s.a.). Lapsella ei ole vielä elämän tuomaa näkemystä ja kokemusta asioista niin kuin aikuisella, joten heidän ymmärryksensä kuolemasta on vielä muotoutumatta. (Pranteri 2021). Lapsen surureaktioon sekä kuoleman käsitteelyyn vaikuttaa moni eri asia. Vaikuttavia asioita voivat olla esimerkiksi lapsen temperamentti, sukupuoli, ikä, lapsen suhde kuolleeseen sekä aiemmat kokemukset kuolemaan liittyen. (Hiltunen 2016.) Lapsen ja aikuisen surussa on eroja, mutta lapsen tulisi saada kokea, että hänen surunsa on yhtä arvokas ja tärkeä kuin aikuisen. Lapsi voi välttää läheisen kuoleman puheeksi ottamista, koska tämä voi pelätä lisäävänsä vanhempien surua. Aikuisen tulee tehdä lapselle selväksi, että aiheesta on hyvä puhua, vaikka se tekisikin surulliseksi. (Pranteri 2021.) Kun aikaa läheisen menetyksestä kuluu, lapsi etsii uusia keinoja, joilla muistella läheistä. (Uittomäki ym. 2022) Sisaruksen menettäneelle lapselle on tärkeää, että hän saa muistella sisarustaan vanhempiensa kanssa. Myös aikuisen turva ja läheisyys on tärkeää. Sisaruksensa menettänyt lapsi usein ylläpitää suhdettaan kuolleeseen sisarukseen esimerkiksi juttelemalla mielessään hänelle. (Mieli 2023.)

Alle puolivuotias vauva ei ymmärrä kuoleman merkitystä, mutta tämä käsittää, että se mitä ei voi nähdä, ei ole olemassa. Vauvalle on tärkeää turvallisuuden tunne sekä hoidon jatkuvuuden kokemus. Vauvan reaktio voi esiintyä ärtyisyytenä tai itkuisuutena sekä unettomuutena, jos tämä joutuu eroon läheisestään tai vaistoaa ympärillä olevien ihmisten surua. (Hiltunen 2016.)

Alle kaksivuotias lapsi ei ymmärrä kuoleman merkitystä. Lapsi kumminkin ymmärtää, että läheinen ihminen on kadonnut, he kokevat surua vanhempiensa tunnereaktiota aistimalla. (Uittomäki ym. 2022.) Lapsella voi esiintyä ikävöinnistä johtuen ruokahaluttomuutta sekä vetäytymistä omiin oloihinsa (Hiltunen 2016). Lapsi voi olla myös normaalia itkuisempi (Uittomäki ym. 2022). Tässä iässä lapsen aikaperspektiivi on vielä lyhyt, joten tämän muistikuvat kuolleesta läheisestä säilyvät vain hetken aikaa (Hiltunen 2016.)

2–5 vuotiaalle lapselle kuoleman käsitys on taianomainen ja minäkeskeinen. Lapsi ei ymmärrä vielä kuoleman lopullisuutta, vaan ajattelee läheisen kuoleman olevan väliaikaista ja voi uskoa rakkaan leikkikaverin tulevan vielä takaisin. (Hiltunen 2016.) Pieni lapsi ei ymmärrä kuoleman lopullisuutta ja voi ajatella aiheuttaneensa kuoleman omilla teoilla (Mielenterveystalo s.a). Lapsen ajattelemat teot voivat olla sanoja, ajatuksia tai tekoja. Lapselle tulisi tehdä selväksi, että läheisen kuolema ei ole hänen syytään. (Uittomäki ym. 2022.)

Lapsi voi ajatella kuolleen läheisen tuntevan edelleen tunteita tai toimivan konkreettisesti, kuin eläväkin ihminen. (Hiltunen 2016). Lapsi voi miettiä, pysyykö kuollut läheinen vielä juomaan tai puhumaan. Usein lapselle saatetaan sanoa, että kuollut läheinen “meni taivaaseen”. Lapsi saattaa ajatella, että läheinen on halunnut itse mennä sinne, mutta ihmettelee, miksi häntä ei haeta sieltä takaisin. Lapsella saattaa olla paljon kysymyksiä uuteen tilanteeseen liittyen, mutta hänelle tulisi jaksaa kärsivällisesti vastata kysymyksiin, koska lapsi pyrkii ymmärtämään asiaa kysymällä asioita uudelleen. (Uittomäki ym. 2022.) Tämän ikäisen lapsen suru voi esiintyä itkuisuutena ja takertuvaisuutena sekä erotilanteissa kiukulla tai tuhoavalla käytöksellä. Kaikkein haastavinta on ymmärtää kuoleman pysyvyys. (Hiltunen 2016.) Läheisen kuolemasta keskusteltaessa ja tästä herkistyessä lapsi voi kokea syyllisyyttä, koska on aiheuttanut muille pahan mielen. Lapsi voi välttää aiheesta puhumista, koska ei halua aiheuttaa muille surullista oloa. Aikuisen tulee tehdä lapselle selväksi, että aiheesta on hyvä puhua, vaikka se tekisikin surulliseksi. (Uittomäki ym. 2022.)

5–7-vuotiaan lapsen kohdatessa kuoleman hän ymmärtää sen olevan peruuttamatonta. Lapsi ymmärtää kaikkien kuolevan joskus, ja se voi aiheuttaa pelkoa, että tämä menettää muutkin läheisensä. Lapsi ymmärtää elävän ja kuolleen eroja, esimerkiksi, että kuollut ei voi liikkua, kuulla tai nähdä. Lapsen ymmärrys ei kumminkaan riitä vielä ymmärtämään sitä, että kuollut mädäntyy ja muuttuu mullaksi. Hänen ajattelutapa on vielä maaginen ja tämä voi ajatella, että jos hän puhuu läheisen kuolemasta tai käyttäytyy huonosti, niin hän itse tai hänen läheisensä kuolee. Kuolema voi näyttäytyä myös hahmona kuten kummituksena ja tähän voi liittyä pelkoa. Lapsi voi ajatella, että jos hän käyttäytyy oikein kiltisti, niin läheinen ei kuolekaan. Aikuisten suru näyttäytyy eri

tavalla kuin lapsen. Tämä on kokonaisvaltaisempaa, kun taas lapsen suru ilmenee jaksottaisesti. Lapsi voi leikkiä niin kuin ennen läheisen menetystä ja yhtäkkiä leikki saattaa loppua, kun lapselle tulee suru ja ikävä ja tämä vetäytyy kuoreensa. Nämä tunteet kestävät hetken aikaa ja sitten leikki saattaa jatkua taas uudelleen. (Hiltunen 2016.)

7–12-vuotiaat lapset alkavat olemaan yhä kiinnostuneempia kuolemasta. Heidän käsityksensä kuolemasta alkaa olemaan realistinen. (Hiltunen 2016.) Yli 9-vuotias lapsi ymmärtää kuoleman olevan lopullista ja tämän koskettavan jokaista. Tämä voi olla lapsesta ahdistava kokemus ja saattaa aiheuttaa pelkoa ja oirehtimista (Pranteri 2021.) Ymmärtäminen, että elämä ei jatku lopullisesti voi aiheuttaa lapselle menettämisen pelkoa. (Hiltunen 2016.) Tämän ikäinen lapsi alkaa ymmärtää läheisen kuoleman aiheuttamia vaikutuksia ja seurauksia tulevaisuuteen. Lapsi ymmärtää, että tärkeä ihminen ei voi olla paikalla tärkeissä elämän hetkissä ja hän voi kokea erilaisuudentunnetta ikätovereitaan kohtaan. (Mielenterveystalo s.a.) Tässä iässä on tärkeää kokea samankaltaisuutta ja kokea kuuluvansa joukkoon. Ystävät ovat tärkeitä, mutta samalla voidaan myös kokea, että kukaan ystävästä ei pysty ymmärtämään miltä hänestä tuntuu. Lapsen tunnetilat voivat vaihdella nopeasti ja se voi tuntua hämmästyttävältä ja pelottavalta. Lapsi tarvitsee turvallisen aikuisen tukea ja hänelle kerrotaan tunteiden olevan normaaleja. (Uittomäki ym. 2022.) Lapsi voi yrittää hallita pelkoa ajattelemalla, että vain iäkkäät ja sairaat ihmiset kuolevat. Yli 10-vuotiasta lasta kiinnostaa yliluonnolliset asiat ja tämä voi miettiä kuoleman oikeudenmukaisuutta, kohtaloa ja hengellisiä voimia. (Hiltunen 2016.)

Sanotaan, että lapsen tulisi käsittää kolme asiaa kuolemasta, jotta tämä voi ymmärtää, mitä se todellisuudessa tarkoittaa. Ensimmäinen asia on kuoleman universaalisuus eli se, että kaikki kuolevat joskus. Oli ihminen hyvä tai ei. Toisena asiana on kuoleman lopullisuus. Lapsen hyvä käytös, rukoilu tai toivominen ei tuo rakasta läheistä takaisin. Kolmas asia on se, että kuolleet eivät voi aistia tai tuntea mitään. He eivät voi tuntea kipua ja pelkoa tai kylmyyttä ja ikävää. Lapsen kasvaessa näitä asioita olisi hyvä käydä läpi toistetusti ja kohdattaessa uusia kuolemia. (Hiltunen 2016.)

2.2 Nuoren suru

Terveyskirjaston artikkelissa (Korhonen 2021) nuoreksi määritellään 12-18 -vuotias nuori. Tätä samaa rajausta käytetään tässä opinnäytetyössä.

Nuoruusikään kuuluu fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kasvu sekä kehitys. Nämä vaiheet voivat edetä hyvinkin nopeasti ja se saattaa hämmentää nuorta. Muutoksia koetaan myös nuoren suhteessa vanhempiin ja ystäviin sekä omaan persoonaan ja seksuaalisuuteen. (Marttunen ym. 2024.)

Yli 12-vuotias nuori alkaa jo ymmärtämään läheisen kuoleman lopullisuuden yhtä hyvin kuin aikuiset. Nuori kokee oman sisaruksen kuoleman epäoikeudenmukaisena ja saattaa pohtia, että miksi hän itse saa elää, kun hänen sisaruksensa joutui kuolemaan. (Hiltunen 2016.) Nuori ymmärtää, että tärkeä ihminen ei voi olla paikalla tärkeissä elämän hetkissä, ja hän voi kokea erilaisuudentunnetta ikätovereitaan kohtaan. (Mielenterveystalo s.a.) Elämän merkki-paalut ja juhlapäivät tuovat tunnetta elämän jatkumisesta, mutta ne tuovat mukanaan myös surua. Syntymäpäivät ja muut juhlat voivat tuoda mukanaan ikävän tunteita, kun rakas läheinen ei ole niitä jakamassa. (Pranteri 2021.) Tässä iässä on tärkeää kokea samankaltaisuutta ja kokea kuuluvansa porukkaan. Ystävät ovat tärkeitä, mutta nuori voi kokea, että kukaan hänen ystävistään ei pysty ymmärtämään miltä hänestä tuntuu. Nuoren tunnetilat voivat vaihdella nopeasti ja se voi tuntua nuoresta hämmästyttävältä ja pelottavalta. Nuori tarvitsee turvallisen aikuisen tukea ja hänelle kerrotaan tunteiden olevan normaaleja. (Uittomäki ym. 2022.)

14–18-vuotias nuori ymmärtää kuolemaa samalla tavalla kuin aikuinen, mutta hänen tunne-elämänsä kehityksensä ei ole vielä aikuisen tasolla. (Mielenterveystalo s.a.). Tulevaisuuden ajattelu voi tuntua raskaalta, koska nuori ymmärtää elämän olevan rajallista.

Nuoresta voi tuntua helpommalta pitää itsensä kiireisenä, kun pysähtyä ja kohdata omat tunteensa ja mieltä vaivaavat kysymykset. Itsensä kiireisenä pitäminen voi tuntua tehokkaalta tavalta kontrolloida tilannetta, koska pysähtyessä miettimään läheisen menettämistä ja siihen liittyviä ajatuksia, hän voi pelätä menettävänsä kyvyn hallita tunteitaan. (Uittomäki ym. 2022.)

Nuoruuteen kuuluu usein optimistinen ajattelu tulevaisuudesta ja unelmat ja elämän tavoitteita kohti meneminen voi olla hyvinkin virkistävää läheisensä menettäneelle nuorelle. Nuorta ei tulisi pakottaa käsittelemään läheisen kuolemaa, mutta hänen on tärkeää tietää hänellä olevan läheisiä, jotka kuuntelevat ja ovat tukena hänen sitä tarvitessaan. Vanhemmille puhuminen saattaa olla hankalaa tämän ikäiselle nuorelle, mutta hänelle voi tarjota mahdollisuutta keskustella toisen luotettavan aikuisen kanssa. Tarvittaessa nuorelle tulee antaa aikaa, pakottaa puhumaan ei voi. (Uittomäki ym. 2022.)

3 KRIISI

Jokainen kokee elämän aikana kriisin. Kriisi voi johtua esimerkiksi raskaasta menetyksestä tai äkillisistä muutoksista. (Terveyskylä 2021; Mieli 2022). Kriisissä olevan ihmisen perusturvallisuuden tunne horjuu ja hän voi kokea avuttomuuden tunnetta ja hädän tunnetta. Monet tunteet kuuluvat kriisin läpikäymiseen, näitä ovat esimerkiksi masentuneisuus, ahdistus, unettomuus, huonotuulusuus sekä fyysiset kivut. (Mieli 2022.)

Traumaattisen kriisin sanotaan olevan tapahtuma, jossa ihminen kohtaa ulkoisen tapahtuman, joka uhkaa yksilön turvallisuudentunnetta, fyysistä olemassaoloa tai sosiaalista identiteettiä. Traumaattisen kriisin aiheuttava tapahtuma voi olla esimerkiksi läheisen kuolema tai väkivallan kohteeksi joutuminen. (Hiltunen 2016.) Kriisin on mahdotonta valmistautua etukäteen, koska ihmiset kokevat tilanteet eri tavoin. (Terveyskylä 2021).

Kriisissä selviytyminen jaetaan neljään eri vaiheeseen. Jokaisella kriisitilanteen prosessi etenee yksilöllisesti. Kriisitilanne laukaisee sokkivaiheen heti tapahtuneen jälkeen. Tämän vaiheen aikana ihminen ei pysty vielä käsittämään tapahtumaa tai ihminen voi myös jopa kieltää sen, tapa reagoida tilanteeseen vaihtelee. (Terveyskylä 2021.) Sokkivaiheessa ihminen saattaa näyttäytyä ulkopuolisille normaalina, vaikka hänen mielensä on kaaoksessa. (Hiltunen 2016). Tyypillistä käytöstä voi olla täydellinen lamaantuminen, tunteiden sulkeminen pois ja mekaaninen käytös. Sokkivaiheeseen voi kuulua myös huutaminen, itku ja paniikki tai epätodellinen ja ulkopuolinen olo. (Terveyskylä 2021.) Tämän vaiheen tarkoitus on suojella ihmismieltä tiedolta, jota on liian vaikea käsitellä sillä hetkellä (Mielenterveystalo s.a.).

Sokkivaihetta seuraa reaktiovaihe, joka tarkoittaa sitä, että ihminen alkaa kohtaamaan vähitellen järkyttävää tapahtumaa sekä yrittää muodostaa tapahtuneesta käsitystä (Terveyskylä 2021). Reaktiovaiheeseen kuuluu tapahtumien tuleminen mieleen toistuvasti unissa ja muistoina, koska mieli on alkanut työstämään tapahtunutta (Hiltunen 2016). Reaktiovaiheen aikana mieliala voi vaihdella laajasti ja tunteet voivat olla voimakkaita ja tuskallisia. Tämän vaiheen aikana ihminen voi myös etsiä syyllisiä tapahtuneelle joko itsestään tai muista tai kokea pelkoa ja ahdistusta. (Terveyskylä 2021). Yleensä reaktiovaihe kestää useita viikkoja (Hiltunen 2016). Reaktiovaiheen alussa voi kokea outoja tuntemuksia, koska ihmisen mieli yrittää kieltää tapahtuneen. Nämä oudot ja hämmentävät kokemukset voivat tarkoittaa sitä, että kriisissä oleva kuulee kuolleen läheisen äänen jostakin tai tuntee, että kuollut läheinen on jossain lähellä. Myös nämä tuntemukset kuuluvat prosessiin. (Terveyskylä 2021.)

Seuraava vaihe on tilanteen käsittely ja tällöin aletaan ymmärtämään kriisin aiheuttamaa tapahtumaa. Ihminen ei enää kiellä sitä vaan alkaa käsittää kriisin tuomat muutokset ja läheisen menetyksen. (Terveyskylä 2021.) Ihmisen mieli alkaa pikkuhiljaa suuntautumaan tulevaisuuteen, pois traumaattisesta tapahtumasta ja menneisyydestä. Tämä vaihe voi yksilöllisesti kestää viikoista jopa vuoteen asti (Hiltunen 2016.) Kriisin kuvailu ja pohtiminen voivat edesauttaa toipumista. Monien surua voi helpottaa keskustelu läheisten kanssa, mutta tapahtunutta tulee käydä läpi tavalla, joka tuntuu itselle parhaalta. Tapoja voivat olla esimerkiksi musiikin kuuntelu, menetetyn läheisen muistelu, puhuminen tai kirjoittaminen. Tähän vaiheeseen voi sisältyä sosiaalisista suhteista vetäytymistä, muisti- ja keskittymisvaikeuksia tai ärtyneisyyttä. (Terveyskylä 2021.)

Viimeinen vaihe on elämä kriisin jälkeen eli uudelleen suuntautumisen vaihe. Tällöin tapahtunut alkaa muuttua osaksi elämää ja tapahtuneen kanssa pystyy elämään. (Terveyskylä 2021.) Uudelleen suuntautumisen vaiheessa tyypillistä on, että koetaan itsensä kypsemmäksi henkisesti, koska henkinen kasvu on auttanut heitä selviämään kriisistä. (Hiltunen 2016). Ajoittain tuska voi nousta vielä pintaan, mutta tapahtunut ei ole jatkuvasti mielessä. Ihminen kokee elämässään myös iloa. Tuska ei enää hallitse jokaista hetkeä ja ihminen pystyy

alkamaan iloita elämästä hetki kerrallaan. (Terveyskylä 2021.) Elämänilon palautuessa ihminen saattaa löytää itsestään uusia voimia (Mielenterveystalo s.a.).

3.1 Lapsen kriisi

Jotta lapsi selviää kriisistä, tämä tarvitsee enemmän huolenpitoa kuin aikuinen. Tärkeää on, että kuinka lapselle tarjotaan apua kriisin keskellä, koska lapsella ei ole vielä elämän tuomaa luottamusta siihen, että järkyttävistäkin asioista selvitään. (Punainen risti 2024.) Lapsen kriisistä selviytymistä kuvaa parhaiten kolmivaiheinen polku sisältäen alun, keskikohdan ja lopun. (Hiltunen 2016).

Lapsen kehitystaso vaikuttaa siihen, kuinka lapsi ymmärtää tapahtuneen. Mitä pienempi lapsi on, sitä enemmän tämä lukee lähellä olevien aikuisten reaktioita tapahtuneeseen ja reagoi niihin. Jos pienellä lapsella jää aukkoja tapahtuneeseen, niin tämän mielikuvitus täyttää ne (Punainen Risti 2024.) Lapsesta voi tuntua liian uhkaavalta ja pelottavalta käsitellä suurta traumakokemusta kerralla. (Hiltunen 2016). Lapsen voi olla myös hankala tunnistaa ja nimetä omia tunteita, joten hän voi reagoida kriisiin esimerkiksi käyttäytymällä ikäänsä nuoremmalla tavalla, ripustautumalla läheiseen aikuiseen tai käyttäytymällä aggressiivisesti. (Punainen Risti 2024.) Kriisin tapahduttua lapsi voi käyttäytyä varsin normaalisti, reagoida voimakkaasti tai lamaantua aivan toimintakyvyttömäksi. (Hiltunen 2016). Lasta voi tukea kriisistä selviytymisessä luomalla turvaa läheisyydellä, pitämällä säännöllistä vuorokausirytmillä, välttämällä kaotettavia tilanteita, antamalla lapselle tietoa hänen kehitystasonsa mukaisesti ja tekemällä selväksi, että tapahtunut ei ole hänen syytään. (Punainen Risti 2024.)

3.2 Nuoren kriisi

Traumaattinen eli äkillinen kriisi horjuttaa nuoren turvallisuuden ja elämänhallinnan tunnetta. (Mieli 2024). Nuori reagoi kriisiin samantyyllisesti kuin aikuinen. Nuorella on jo kyky kokea äärimmäistä surua, syyllisyyttä ja häpeää. Kriisitilanteessa nuori voi kantaa ylenpalttista huolta toisista, käyttäytyä itsekäästi tai kokea itsesääliä. Tapahtunut voi vaikuttaa nuoren koulunkäyntiin,

harrastuksiin ja ystävyysuhteisiin. (Punainen risti 2024.) Nuori voi nähdä ta-
kaumia tilanteesta ja kokea nämä erittäin järkyttävinä, koska joutuu elämään
tilanteen aina uudelleen. (Mieli 2024). Nuoren käytöksessä voi esiintyä ag-
gressiivisuutta, itsetuhoista käytöstä ja riskien ottoa. (Punainen risti 2024.)
Kriisitilanteen ymmärtämiseen, hallitsemiseen ja siitä selviytymiseen eivät riitä
aiemmat kokemukset tai aiemmin opitut selviytymistaidot ja voimavarat. (Mieli
2024).

Nuorta voi tukea kriisistä selviytymisessä olemalla saatavilla ja läsnä turvalli-
sena aikuisena. Aikuisesta voi tuntua siltä, että jää nuoren sosiaalisen elämän
ulkopuolelle, koska nämä hakevat usein tukea ystäviltä ja netistä samantyyli-
sen tilanteen kokeneilta. (Punainen risti 2024.) Nuorta tuetaan kaikissa tuntei-
den aiheuttamissa reaktioissa ja tuetaan nuorta ymmärtämään ja käsittele-
mään niitä. (Mieli 2024). Nuorta voi myös tukea kriisistä selviytymisessä anta-
malla hänelle aikaa, tukemalla säännöllisten rutiinien ylläpitämistä, antamalla
tilaa surra, hyväksymällä tämän tunteet ja kuuntelemalla tätä. (Punainen risti
2024.)

4 TRAUMA

Psyykinen trauma on seurausta voimakkaan stressaavasta tilanteesta, jota
ihminen ei pysty käsittämään tavallisilla ja järkipäisillä keinoilla. (Seppälä
2019). Traumaan liittyy useimmiten todellinen tai koettu uhka vakavasta vam-
mautumisesta tai kuolemasta ja se voi olla esimerkiksi joutuminen väkivallan
kohteeksi, onnettomuuteen, sotaan tai keskelle luonnon katastrofia. Kun ihmi-
nen on traumatisoivassa tilanteessa, hän kokee raastavaa avuttomuutta ja
voimakasta hallitsemattomuuden tunnetta, koska tämä ei voi vielä tietää,
käykö hänelle tilanteessa hyvin vai huonosti. (Antervo 2017.) Traumaattisen
tapahtuman myötä ihminen tulee tietoiseksi omasta haavoittuvuudestaan ja
usein tämä muuttaa elämän arvoja. (Alakoski 2021).

Useimmiten toisen ihmisen aiheuttamasta traumasta on hankalampaa toipua,
kuin esimerkiksi luonnon katastrofista. (Antervo 2017). Toisen ihmisen,
yleensä uhrin läheisen ihmisen tietoisesti aiheuttamaa traumakokemusta, kut-
sutaan interpersonaaliseksi traumakokemukseksi. Tällaiset traumakokemuk-

set rikkovat henkilön koskemattomuutta ja vahingoittaa luottamusta toisiin. Interpersonaalisia traumakokemuksia voivat olla muun muassa seksuaalinen hyväksikäyttö tai väkivallan tai kaltoinkohtelun kohteeksi joutuminen. Kun yksilö tai yhteisö altistuu äkilliselle ja ulkoiselle tapahtumalle niin tätä kutsutaan ulkoapäin tulevaksi traumakokemukseksi. Se voi olla esimerkiksi luonnon aiheuttama katastrofi tai hengenvaarallinen onnettomuus, jossa ihminen altistuu kuoleman tai ruumiiden näkemiselle tai menettää läheisen ihmisen. (Seppälä 2019.) Ihmisen altistuessa äkilliselle tai pitkäaikaiselle traumatisoivalle kokemukselle se voi aiheuttaa traumaperäisen stressihäiriön. Tämän tyypillisiin oireisiin kuuluvat traumaattiseen tapahtumaan liittyvät takautumat sekä painajaiset, kohonnut vireystila sekä lamaantuminen. (ADHD ja traumaperäinen stressihäiriö (PTSD) 2016.)

Meillä jokaisella on yksilöllinen murtumispiste ja kukaan meistä ei ole suojassa siltä. (Antervo 2017.) Kun ihminen kokee trauman, hänen psyykinen hyvinvointi järkkyy. (Seppälä 2019). Trauman aiheuttamat oireet alkavat heti trauman kohdattua ja tavallisesti ne kestävät muutaman päivän ajan. Sen tunnusmerkit ovat moninaisia. (Korhonen 2021.) Trauman koettuaan ensimmäisenä ihminen kokee sokkitilan ja tällöin tapahtunut saattaa vaikuttaa etäiseltä ja epätodelliselta. Ihmisen elimistö on ylivirittyneessä tilassa, mutta keho voi tuntua turralta. Tapahtuneet asiat voivat pyöriä pakonomaisesti ihmisen mielessä ja tämä voi nähdä takaumia tilanteesta. (Antervo 2017.) Trauman kohdattuaan ihmisen aistihavainnot voivat vääristyä ja hän voi kokea epätodellista tai aggressiivista oloa. Kehollisesti oireet voivat näyttäytyä vaikeutena rentoutua, säpsähtelynä tai univaikeuksina. (Korhonen 2021.) Muita traumaattisen kokemuksen jälkeen ilmeneviä oireita voivat olla muistiongelmät, suru, väsymys, takaumat, erilaiset fyysiset kivut sekä pelokkuus. (Taanila ym. 2023). Sokkivaihe kestää tyypillisesti muutamasta tunnista muutamaa päivään. (Antervo 2017).

Seuraava vaihe on reaktiovaihe, jolle on ominaista mielialojen vaihtelut ja vahvat keholliset reaktiot. Tapahtunutta voi olla hankalaa olla miettimättä ja se tulee tahdosta riippumatta henkilön mieleen. Tunteet voivat vaihdella laidasta laitaan, trauman kokenut henkilö voi kokea suunnatonta helpotusta tai raastavaa ahdistusta sekä pelkoa. Kehollisina reaktioina voi esiintyä kipua, tärinää, sydämen tykytyksiä tai kehon lämpötilojen vaihtelua. Pahimpien oireiden tulisi

helpottua muutamassa päivässä ja vaimeta muutamassa viikossa. Kolmas vaihe on käsittelyvaihe, jolloin ihmisen keho ja mieli alkavat rauhoittua. Ihminen kokee tapahtuneen totena, mutta hän ei ole ehtinyt vielä mukautua sen aiheuttamiin muutoksiin. Käsittelyvaiheen kesto on tyypillisesti muutamasta kuu-kaudesta useisiin vuosiin ja keston vaikuttaa trauman seurausten vakavuudet. Viimeinen vaihe on tulevaisuuteen suuntautumisen vaihe, jolloin trauman ajattelu ei aiheuta enää sietämättömiä tunteita ja ihminen pystyy itse säätelemään sitä, että ajatteleeko tapahtunutta vai onko ajattelematta. Tässä vaiheessa ihminen pystyy jatkamaan elämää. (Antervo 2017.)

4.1 Lapsen traumatisoituminen

Lyhyitä stressaavia hetkiä kokevat kaikki lapset elämän aikana, mutta ne eivät muodosta kehitykselle estettä. Mitä pienempi lapsi on, sitä suurempi riski hänellä on traumatisoitua, koska kyky hallita trauman aiheuttavaa stressiä on vielä niin kehittymätön. (Korhonen 2021.) Myös ikä ja kognitiivinen kypsyys vaikuttavat lapsen tapaan käsitellä traumaattista tapahtumaa. (Alakoski 2021). Erityisen haitallisia ovat varhaislapsuuden traumaattiset kokemukset, koska näillä on riski muuttaa aivojen toimintaa pysyvästi ja siksi ne voivat vaikuttaa aikuisiässäkin toimintakykyä heikentävästi. (ADHD ja traumaperäinen stressihäiriö (PTSD) 2016.)

Trauman koettua on tärkeää varmistaa lapsen perusturvallisuus sekä saada lievitettyä lapsen huolta ja pelkoa. Lasta ei tule jättää yksin ja elämänhallinnan tunnetta luo tuttujen arkirutiininen jatkuminen. (Korhonen 2021.) Lapsen traumaattisesta kokemuksesta selviytymiseen vaikuttavat useat eri asiat. Selviytymiseen on tutkittu vaikuttavan lapsen yksilölliset tekijät eli yksilön tapa reagoida haasteisiin sekä ulkoiset tekijät eli asiat, joihin lapsi ei pysty itse vaikuttamaan. (Alakoski 2021.) Lapsi voi selvitä traumasta vanhempien tuella. Aikuisille on tarjolla apua ja tukea, jotta he pystyvät olemaan lapsilleen tuki ja tarjota turvallisen ympäristön traumasta selviytymiseen. (Korhonen 2021).

4.2 Nuoren traumatisoituminen

Nuori luo vasta omaa identiteettiään ja tämän maailmankatsomus ja turvallisuuden tarve ovat vielä erilaisia, kuin aikuisella. Edellä mainittujen syiden

vuoksi nuori myös traumatisoituu helpommin, kuin aikuiset. Traumatisoitumiseen voi riittää jo se, että nuori kokee itselleen jonkin tilanteen uhkaavaksi. (Cacciatore ym. 2016.) Nuoret oireilevat monimuotoisesti koettuaan traumaattisen tapahtuman. Tapahtunut voi tulla toistuvasti esiin takaumina tai painajaisissa, nuori voi kokea turtuneisuutta tai kärsiä kohonneesta vireystilasta. Voi esiintyä keskittymis- ja nukahtamisvaikeuksista, ärtyneisyyttä, itsetuhoista käytöstä tai impulsiivisuutta. Riski päihteiden haitalliseen käyttöön korostuu. (Aalto-Setälä ym. 2023.) Päihteiden käytöstä seuraa korkeintaan hetkellinen helpotus, seuraavana päivänä olo on usein entistä kehnompaa. Toisinaan nuori voi pohtia ansainneensa traumaattisen tapahtuman, jos tämä on tehnyt jotain kiellettyä, kuten nauttinut alkoholia. (Taanila ym. 2023.)

Nuorta voi muistuttaa traumasta esimerkiksi äänet tai esineet ja ne voivat laukaista yllättävän tunnekuohun nuorena. (Aalto-Setälä ym. 2023.) Usein nuoret yrittävät selviytyä traumasta sulkemalla tämän pois ajatuksista ja puheista sekä yrittämällä unohtaa tapahtunut. Nuori saattaa olla kertomatta läheisilleen trauman aiheuttamista oireista, jotta nämä eivät huolestuisi tai jotta tämä ei joutuisi käsittelemään tapahtunutta. (Cacciatore ym. 2016.)

5 HOITAJIEN KEINOT LASTEN JA NUORTEN TUKEMISEEN

On useita tieteellisiä tutkimuksia, joissa tulee ilmi, kuinka tärkeä taito on kohdata sureva ihminen. Ammattilaisten tuki ja kunnioittamista osoittavat kohtaamiset tutkitusti auttavat läheisensä menettänyttä. (Surevan kohtaaminen s.a.)

Hoitotyön tutkimussäätiö (Hotus) on koonnut sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille ohjeistuksen, miten tukea menehtyneen ihmisen läheisiä. Duodecimin sivuilla on julkaistu hoitotyön tutkimussäätiön lista, joka sisältää yksitoista suositusta, jotka ovat: (Hotus 2023)

- läheisten kohtaaminen.
- viestin vieminen äkillisestä kuolemasta ja siihen johtaneista syistä.
- lähitukiverkoston kartoittaminen ja yhteisen surun mahdollistaminen.
- vainajan hyvästeleminen.
- muistojen kerääminen ja vainajan muisteleminen.
- konkreettisen tuen tarjoaminen.
- hautajaisjärjestelyissä ohjaaminen.

- tiedon antaminen läheisille.
- vertaistuen piiriin ohjaaminen.
- tuen jatkuvuus.
- perheenjäsenten suru- ja selviytymisprosessista keskusteleminen.

Kun lapsi kuolee, se on hyvin intiimi hetki perheen kesken, ja tällöin on tärkeää, että perhe saa omassa rauhassa ajan kanssa jättää hyvästit. Empaattinen ja rauhallinen kohtaaminen hoitohenkilökunnan ja perheen välillä auttaa perhettä ja omaiset muistavat kohtaamisen hyvillä mielin. Emotionaalinen tuki on tärkeää ja hoitajien tehtävä on tukea surutyötä ja varmistaa jälkihoito, eli tuen jatkuvuus. (Olkinuora & Luopajarvi 2022.)

Lapsen kohdatessa läheisen ihmisen kuolema ja siitä johtuva suuri suru, niin vanhemmat yrittävät keksiä tapoja auttaa lasta surun keskellä. Tämä koskettaa myös ammattilaisia, jotka työskentelevät lasten parissa. He pohtivat näitä samoja asioita. Vanhempien voimavarat ovat loppuneet ja tällöin muiden aikuisten tuki on lapselle äärimmäisen tärkeää. (Hiltunen 2016.)

Kun lapsi kohtaa läheisen kuoleman se jättää joka tapauksessa psyykkisen jäljen lapseen. (Turunen 2024). Oleellista on, että hoitohenkilökunnalla on valmiudet auttaa lasta tai nuorta, joka on menettänyt sisaruksensa. Avun tarjoaminen on tärkeää ja perhettä tulisi tiedottaa siitä, kuinka lapsella on oikeus tuntea surua omalla tavallaan. (Hiltunen 2016.) Lapsen tulisi ymmärtää, ettei surun kanssa tarvitse olla yksin ja sureminen on täysin sallittua. Tilanteessa on parhain toimia lasten ehdoilla, eli kun lapsi haluaa puhua, tulisi hänelle antaa siihen mahdollisuus. (Uittomäki ym. 2022)

Lapsen tai nuoren kohdatessa läheisen ihmisen menetys niin tärkeää on, että lapsella olisi tukena turvallisia aikuisia (Surevan kohtaaminen s.a.; Uittomäki ym. 2022; Mieli 2023). Tunteiden näyttäminen on tärkeää, eikä tunteita tulisi tukahduttaa. Lapsille ja nuorille tyypillistä on tunteiden peittely sekä omien tunteiden sivuuttaminen. Kun perhe on muutenkin kriisissä voi helposti lapsen tai nuoren suru jäädä huomaamatta. (Surevan kohtaaminen s.a.)

Ammattilaisen ja surevan kohtaaminen on tärkeää. Sureva tulisi kohdata yksinään ja kartoittaa millainen apu olisi hänelle paras. Kun lapsi tai nuori menettää läheisen, niin se vaikuttaa heihin voimakkaasti, jolloin tuki on välttämättöntä. Läsnäolo ja myötätunnon osoitus on oleellista. (Surevan kohtaaminen s.a.) Myötäeläessä tilannetta ammatillisuuden säilyttäminen on kuitenkin oleellista, sillä se tuo turvaa surevalle. (Turunen 2024). Menettäessään läheisen perusturvallisuuden tunne horjuu syvästi. (Mielenterveystalo s.a.). Arjen rutiineista kannattaa yrittää pitää kiinni ja pyrkiä jatkamaan normaaleja arjen asioita, sillä rutiinit lisäävät perusturvallisuuden tunnetta. (Uittomäki ym. 2022).

Terveystieteiden ammattilaisille keskeisiä toimia ovat esimerkiksi käydä läpi mahdollisia tukitoimia arkeen sekä järjestää niitä. Arvioida hoidon tarvetta ja tukea lasta ja nuorta kouluun tai töihin palaamisessa. (Turunen 2024.) Esimerkiksi koulua tai päiväkotia tulisi tiedottaa lapsen tai nuoren tilanteesta, jotta osataan tukea surutyötä ja ymmärtää mahdollisia muutoksia käyttäytymisessä. (Hiltunen 2016).

Ammattilaisen kohdatessa sureva niin kohtaamiselle tulisi olla aikaa. Kuuntelemisen merkitys on tärkeää ja saada surevalle olo, ettei hän ole yksin. Ideana ei ole ratkaista surua, vaan antaa lapsen ja nuoren surra rauhassa. (Surevan kohtaaminen s.a.) Lapsilla ja nuorilla on erilaiset tavat surra, eikä niitä tulisi vertailla. Kun lapsi on valmis keskustelemaan surusta, olisi tärkeää saada tarvittava aika hänelle ja kuuntelemiselle. (Uittomäki ym. 2022.)

Lapsia tai nuoria ei tule jättää ulkopuolelle, vaan heidän tulee saada tietoa yhtäläisillä tapahtuneesta ja heidät pitää kohdata aikuisten kanssa tasaveroisina. Tieto auttaa ymmärtämään surevaa, miksi hän reagoi niin ja ymmärtämään mitä on tapahtunut. Ammattilaisen selkeä kommunikointi ja tiedon antaminen on tärkeää. Tieto on hyvä antaa myös kirjallisena sekä käydä läpi mitä tukea on mahdollista saada. (Surevan kohtaaminen s.a.)

Kriisissä perheen voimavarat voivat heikentyä, johon ammattilaisen tulisi kiinnittää huomiota. Ammattilaisen velvollisuus on huolehtia lapsen saamasta tuesta ja siitä ettei hän jää yksin ja saa varmasti apua. Ammattilaisen tulee ohjata tuen piiriin. (Surevan kohtaaminen s.a.) Sureville on saavilla apua useiden

eri kanavien kautta (Turunen 2024). On mahdollista esimerkiksi saada kriisiapua, käytännön apua, vertaistukea, terveydenhoitoa ja keskusteluapua. Vertaistukijärjestöistä, Suomen mielenterveys ry:stä, lapsiperhejärjestöiltä ja seurakunnilta voi esimerkiksi saada ammattilaisen apua. Nämä järjestävät lapsille ja nuorille tarkoitettua ammattilaisten apua. (Surevan kohtaaminen s.a.) Terveydenhuollon ammattilaisilla, kuten psykologeilla, lääkäreillä ja psykoterapeuteilla on asianmukainen koulutus suruun liittyvien oireiden käsittelyyn (Turunen 2024). Turusen (2024) mukaan oleellista on, että sureva pystyy keskustella halutessaan ammattilaiselle, koska ammattilainen tarkastelee tilannetta ulkopuolisena asiantuntijana. Hän on neutraali henkilö, jota ei tarvitse varoa tai suojella.

Terveydenhuollon ammattilaisten olisi tärkeää osata liittää erityisen voimakaat tai pitkäkestoiset reaktiot mahdolliseen traumaattiseen menetykseen (Turunen 2024). Traumaperäiset stressihäiriöt- ja reaktiot ovat yleisiä mielenterveysongelmia. Oireiden tunnistamisen jälkeen jatkuvasti oireilevat tulisi tutkia perusterveydenhuollossa sekä tämän jälkeen ohjata heidät tarvittavaan hoitoon. (Traumaperäinen stressihäiriö 2025) Mitä aikaisemmin oireet huomataan ja niihin saa apua, niin vältytään silti, etteivät ne jää vaikuttamaan surevan arkeen (Turunen 2024). ICD-11-tautiluokituksesta tulevat esiin pitkittyneen suruhäiriön diagnostiset kriteerit (Lahti ym. 2022; Turunen 2024). Oleellista on huomioida myös akuutti stressireaktion- ja häiriön sekä traumaperäisen stressihäiriön riski. Näillä on omat diagnostiset kriteerit, joita hyödynnetään diagnoosinnissa. Hoitomuotoina näissä voidaan käyttää esimerkiksi psykoterapiaa, käyttäytymisterapiaa tai muita kognitiivisia terapioita sekä esimerkiksi EMDR-terapia (silmänliiketerapia) on koettu hyödyllisenä ja tehokkaana hoitomuotona. (Traumaperäinen stressihäiriö 2025.)

On olemassa myös erilaisia toiminnallisia menetelmiä, joiden avulla pystytään auttamaan lasta ja nuorta kohtaamaan kuolema sekä käsittelemään menetyksen herättämiä tunteita (Uittomäki ym. 2022). Lasten ja nuorten surun käsittelyssä voidaan käyttää erilaisia menetelmiä, kuten esimerkiksi luovia menetelmiä. Näitä ovat esimerkiksi kirjoittaminen, leikki, piirtäminen, musiikki ja maalaaminen. (Hiltunen 2016.) Lasta auttaa kuolleen muisteleminen ja se voi tuoda lapselle lohtua. Hänen tulee saada työstää suruansa läpi oman kehitys-

tasonsa mukaisesti. Leikki, piirtäminen ja esimerkiksi musiikki ovat lapsen keinoja ilmaista itseään ja niiden avulla hän työstää ajatuksiaan. Jos lapsi ei pysty käsittelemään surua, hänen kehityksensä voi pysähtyä. (Uittomäki ym. 2022.)

Lapsen kanssa voi käyttää apuna esimerkiksi käsinukkea, jolle lapsi saa ilmaista itseään ja kertoa kaiken. Aikuinen kirjoittaa lapsen sanoman ja sen jälkeen lukee tarinan lapselle. Tarinan aikana lapsi voi tehdä lisäyksiä tarinaansa. Oman kirjan tekeminen on myös hyvä keino. Kirjan aiheena voi esimerkiksi olla suru, muistot tai asiat, jotka pelottavat tai jotka tekevät lapsen onnelliseksi. Näistä kasataan kirja, joka lopuksi nidotaan yhteen. Yhtenä keinona voidaan käyttää myös sarjakuvaa, jonka kuvat käsittelevät aikaa kuoleman lähellä. Lapsi voi piirtää kuvia ennen kuolemaan, kuolemasta ja kuoleman jälkeen. Musiikkia ja maalausta voidaan hyödyntää myös yhtenä keinona, lapsella voi laittaa musiikkia ja antaa hänen maalata musiikin mukana. (Uittomäki ym. 2022.)

Läheisen menehdyttyä on tärkeää lapsen ymmärtää, että hänellä on lupa muistella kuollutta. Lapsen ja nuoren kanssa voidaan tehdä esimerkiksi sydän, johon liimataan menehtyneen kuva. Tämän ideana on lisätä vuorovaikutusta. Hän voi keskustella ja muistella läheistään. (Hiltunen 2016). Myös muistojen laatikkoa voidaan käyttää keinona lapsen ja nuoren kanssa. Lapsi voi koristella laatikon ja laittaa laatikkoon muistoja läheisestään. (Uittomäki ym. 2022.)

On tärkeää, että lapsi pystyy esimerkiksi valokuvien avulla muistelemaan kuollutta (Mieli 2023). Surun käsittelyssä se on yksi merkittävimpiä keinoja. Valokuvaus on yhteydessä psyykkiseen hyvinvointiin sekä auttaa ymmärtämään itseään paremmin. Valokuvien avulla lisätään selviytymiskykyä sekä niiden avulla voidaan ymmärtää kokonaistilannetta paremmin. Kuvan avulla lapsi voi tuntea läheisensä olevan läsnä. (Hiltunen 2016.) Lapselle voi esimerkiksi antaa tehtäväksi ottaa valokuvia, jotka käsittelevät aihetta kuolema, muistot, ikävä ja erilaiset tunteet (Uittomäki ym. 2022).

Kun lapsi kohtaa läheisen kuoleman niin hänen turvallisuutensa järkkyy. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2023). Tällöin hyvänä käytännön keinona voidaan pitää esimerkiksi turvapaikan rakentamista. Keskustellaan lapsen kanssa

missä hänellä on turvallinen olo ja hän voi rakentaa esimerkiksi kotiinsa turvapaikan tynnyjen, peittojen ja esimerkiksi tuolien avulla. (Uittomäki ym. 2022.) Erilaisia kortteja voidaan myös hyödyntää lasten ja nuorten kohdalla. Näiden avulla voidaan saada esille erilaisia muistoja ja tunnetiloja. (Hiltunen 2016.) Tunnekortit auttavat lasta tunnistamaan hänen tunteitaan ja sanoittamaan niitä. Tunnekorteissa on eri eleitä ja ilmeitä ja näiden kuvien avulla lapsi voi valita tiettyyn tilanteeseen sopivan tunnekortin. Lapsi voi myös sanallisesti kertoa milloin on tuntenut sellaista tunnetta. Vahvuuskortteja voidaan myös hyödyntää käytännön keinona tukemisessa. Vahvuuskortit tukevat lapsen itsetunnon kehitystä, jotka auttavat lasta pohtimaan millaisia vahvuuksia hänellä on, joka taas voi auttaa lasta surun aikana. (Uittomäki ym. 2022.)

Nuorille tuki on yhtä tärkeää ja on erilaisia keinoja, jotka voivat auttaa kuoleman käsittelyä. Nuorta voidaan ohjata ilmaisemaan itseään kirjoittamalla, maalaamalla tai esimerkiksi piirtämällä. Nuoren kanssa voi yhdessä pohtia, mitkä ovat hänellä asioita, jotka tuovat hyvää oloa. Esimerkiksi harrastus, ihmiset ja muu mukava tekeminen voi auttaa nuorta. Erilaiset kirjat ja elokuvat voivat auttaa myös käsittelemään surua ja menetys prosessia. Jos nuorta kiinnostaa, niin hän voi hyödyntää myös erilaisia rentouttavia ja rauhoittavia menetelmiä. (Uittomäki ym. 2022.)

On olemassa erilaisia suruleirejä ja ryhmiä sekä vertaistapaamisia, jotka on nimetty tarkoitettu lapsille ja nuorille. Nämä ovat hyviä tapoja surun käsittelyyn ja ennaltaehkäisemään vaikeuksia, jota suru voi aiheuttaa. Seurakunnat ja saattohoitokodit järjestävät näitä. (Hiltunen 2016.) Jos tuttavapiirissä on joku, joka kamppailee samojen asioiden kanssa niin nuorta voi ohjata ottamaan yhteyttä häneen, mikäli se nuoresta tuntuu hyvältä (Uittomäki ym. 2022). Nuorta voi auttaa keskustelu toisten surevien nuorten kanssa, kun hän huomaa, ettei hän ole yksin ja ainoa, joka on menettänyt läheisensä. (Hiltunen 2016.)

6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla kuvata lapsen selviytymistä edistäviä hoitotyönkeinoja silloin kun hänen sisaruksensa on kuollut. Tavoitteena on tuottaa tutkittua ja luotettavaa tietoa sisaruksensa menettäneen lapsen selviytymisestä. Löydettyä tietoa voidaan käyttää hoitotyön koulutuksessa tai sosiaali- ja terveysalalla työskentelyn tueksi kuolleen lapsen sisaruksia kohdatessa.

Tutkimuskysymyksemme on: Minkälaisilla hoitotyönkeinoilla voidaan tukea kuolleen lapsen sisarusta? Minkälaiset asiat heikentävät kuolleen lapsen sisaruksen toipumista?

7 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

7.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Kaikista käytetyin kirjallisuuskatsauksen tyyppi on kuvaileva kirjallisuuskatsaus. (Salminen 2023). Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on usein hakea vastausta tutkimusongelmaan kartoittamalla jo olemassa olevaa tietoa tähän liittyen. Tämä voi olla esitelmä, opinnäytetyön osa tai artikkeli, jossa käytettyä materiaalia tarkastellaan analyttisesti. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2023.) Kirjallisuuskatsauksen hyöty on siinä, että se mahdollistaa laajojenkin aineistojen käsittelyn ja kiteyttämisen tuottaen uutta tietoa. (Salminen 2023). Sen avulla voidaan kartoittaa, että kuinka paljon aiheesta löytyy tutkittua tietoa ja mistä näkökulmista sekä minkälaisin menetelmin. Kaikissa opinnäytetyöissä on täsmennetty keskeiset käsitteet ja tätä kutsutaan teoreettiseksi viitekehyyksi. Tämä puolestaan perustuu systemaattiseen tiedonhakuun. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2023.)

Opinnäytetyössämme käytetyt aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit esitellään alla olevassa taulukossa 1.

Taulukko 1. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
Alle 10 vuotta vanha	Yli 10 vuotta vanha
Tieteellinen tutkimus, tieteellinen artikkeli, pro gradu -tutkielma, väitöskirja, YAMK-opinnäytetyö	AMK-opinnäytetyö
Kielenä suomi tai englanti	Muut kielet
Ilmainen saatavuus	Maksullinen

7.2 Aineiston kerääminen

Aineistoa kerätessä on tärkeää pitää hakusanat, -tavat sekä tietokannat monipuolisina, jotta saadaan tehtyä perinpohjainen tiedonhaku. Systemaattisessa tiedonhaussa on tärkeää muistaa dokumentoida haut, koska se takaa haun toistettavuuden. Johdonmukaisen tiedonhaun tarkoitus on löytää kaikki olennaiset dokumentit tutkittavasta aiheesta. Ei ole kumminkaan tarkoitus, että hakutulokset nousevat niin suureksi, että niitä on mahdotonta käydä läpi. Haasteena systemaattisessa tiedonhaussa voi olla riittävä aineiston saanti ja tarkkuus, koska näistä toista kasvatettaessa, toinen kärsii. Parhaita hakutuloksia saadaan, kun tunnetaan hyvin tutkittava aihe ja hakutekniikat sekä suunnitellaan hyvin haut ja hakulausekkeet. (Oulun yliopisto 2025.)

Keräsimme aineistoa hakusanojen avulla luotettavista tietokannoista. Käyttämämme tietokannat olivat Finna, Medic, Cinahl, Theseus sekä käytimme opinnäytetyössämme myös manuaalisia hakuja. Aineistomme ovat suomen- ja englanninkielisiä ja käytimme työssämme ainoastaan maksuttomia aineistoja.

Käytimme aineiston keruussa suomen- ja englanninkielisiä hakusanoja. Suomenkielisiä hakusanoja olivat *kuolema, saattohoito, palliatiivinen, lapsi, lapset, sisarus, perhe, nuori, tuki, tukeminen, apu, hoitotyö ja surutyö*. Englanninkielisiä hakusanoja olivat *palliative care, death, dying, terminally ill, child, children, kids, siblings, support, help, care ja guidance*.

Toteutimme tiedonhakua useaan otteeseen opinnäytetyöprosessin aikana. Yhdeksi suureksi tutkimushaasteeksi muodostuivat vanhat tutkimukset. Jouduimme myös tekemään tiedonhakua uudestaan, sillä ongelmaksemme tuli, ettei valittujen tutkimuksien tulokset vastanneet tutkimuskysymykseen. Opinnäytetyöprosessissa määrittelimme myös tutkimuskysymykset uudestaan. Löysimme vähäisesti suomenkielisiä tutkimuksia, jotka vastaisivat tutkimuskysymykseemme. Tämän vuoksi opinnäytetyössämme käyttämämme aineisto koostuu pääosin englanninkielisistä tutkimuksista. Ensimmäisessä tiedonhaussa saimme tiedonhakuun apua Xamkin tietoasiantuntijalta.

7.3 Aineiston analyysi

Aineiston analyysillä tarkoitetaan aineiston tiivistämistä ja kehittämistä käsitteellisemmäksi ja teoreettisemmaksi. Se on suurelta osin ajattelemista sekä uudelleen kirjoittamista. Analyysimenetelmät puolestaan tarkoittavat aineiston käsittelytapaa. Aineiston käsittelytapaa ei voi valita satunnaisesti, vaan sitä valittaessa tulee huomioida tutkimusongelma, teoreettinen viitekehitys, saatavilla oleva aineisto sekä niiden välinen harmonia. Tutkijan tehtäväksi jää hahmottaa ja järjestellä tutkimusongelman osalta merkittävät asiat. (Tietoarkisto 2021.)

Klassisia analyysin välineitä ovat teemoittelu, tyypittely sekä koodaaminen. (Tietoarkisto 2021). Tässä opinnäytetyössä käytimme aineiston analyysin välineenä teemoittelua. Teemoittelu tarkoittaa, että käytetyistä tutkimusdokumenteista pyritään hahmottamaan merkittäviä aihepiirejä eli teemoja. Asiat, jotka toistuvat tutkimusaineistossa, voidaan hahmotella teemoiksi. Teemoittelu aloitetaan teemojen muodostamisesta ja jatkuu siitä niiden perusteelliseen tutkimiseen. (Jyväskylän yliopisto s.a.) Tutkimusraportissa tyylin tulisi olla samanlainen, mutta teemoja voi nimetä vapaammin. Teemoittelussa on mahdollista käyttää myös alateemoja. (KvaliMOTV 2021.)

Aloitimme teemoittelun kirjoittamalla tutkimustaulukkoon valitsemiemme tutkimusten tärkeimmät tulokset, jonka jälkeen tutustuimme tutkimuksissa toistuvasti esiintyviin tuloksiin ja muodostimme teemoille otsikot.

Teemoiksemme muodostuivat: sisaruksen surussa edistäviä tekijöitä, sisaruksen surussa estäviä tekijöitä, hoitajien keinot kohdata sureva ja koulutus ja tutkimus.

8 TULOKSET

8.1 Sisaruksen surussa selviytymistä edistäviä tekijöitä

Sisaruksen surussa selviytymistä edistää Innan (2014) tutkimuksen mukaan ihmisten aito välittäminen ja läheisyys. Moni sisarus oli kokenut esimerkiksi lemmikkikoirasta olleen hyötyä surussa selviytymisessä. (Inna 2014). Bollig ym. (2024) tutkimuksesta nousi esiin lasten ja nuorten halu saada tietoa ja puhua kuolemasta ja surusta. Surussa selviytymistä edisti luovien tapojen hyödyntäminen, kuten leikki ja puhuminen. (Bollig ym. 2024; Keinänen 2020; Sipola 2014).

Sisaruksen surussa selviytymisessä tärkeäksi koettiin ryhmävertaistuki, koska siinä saatiin molemminpuolista ymmärrystä samanlaisesta tilanteesta ja tunteista sekä surussa selviytymisessä. (Inna 2014; Marin 2017; Sipola 2014). Sipolan (2014) tutkimuksessa tuli ilmi, että vertaistukiryhmissä saatettiin solmia ystävyys-suhteita, jotka auttoivat vaikean jakson yli. Myös tunneharjoituksen tekeminen, kuolleen muisteleminen ja yhdessäolo koettiin helpottavaksi tekijäksi. (Sipola 2014).

Oman surutyötavan löytäminen mainittiin Innan (2014) tutkimuksessa tärkeäksi asiaksi sisaren surussa selviytymisessä. Omia surutyötavan keinoja voivat olla muun muassa elämän rytmeistä kiinni pitäminen, erilaiset harrastukset, rauhoittavan paikan löytäminen ja muiden ihmisten kanssa ajan viettäminen. (Inna 2014.) Tavallisen arjen jatkuminen koettiin myös surua helpottavana tekijänä. (Sipola 2014). Surun käsittelyssä saattoi sisarusta auttaa esimerkiksi kirjeen tai runon kirjoittaminen. (Inna 2014.) Wallace ym. (2022) tutkimuksessa on tutkittu, että vanhempien tuen lisääminen edistää myös sisaren selviytymistä.

Innan (2014) tutkimuksessa ilmeni, että sisaruksen selviytymistä edistäviä keinoja on ulkopuolisen avun saaminen. Siihen sisältyy esimerkiksi läheisten tuki, vertaistuki, ammatillinen apu, aidon kontaktin saaminen, terapiassa käyminen

ja hoitohenkilökunnan kanssa puhuminen. (Inna 2014.) Erityisen tärkeänä koettiin läheisiltä ihmisiltä saatu tuki: läsnäolo ja kuuntelu. (Marin 2017). Myös uskon Jumalaan koettiin helpottavan surua ja tukevan arkeen paluuta. (Inna 2014.) Sipolan (2014) tutkimuksessa ilmeni vertaistukiryhmän ohjaajien merkitys sisaruksen surussa selviytymisen edistävänä tekijänä. Ammattitaitoiseksi ja luotettavaksi koettu ohjaaja edisti tutkimuksen mukaan sisarusta suruprosessin käsittelyssä. (Sipola 2014.) Suruprosessissa eteenpäin meneminen oli ajan kulumista ja omien ajatusten työstämistä. (Inna 2014).

8.2 Sisaruksen surussa selviytymisen estäviä tekijöitä

Bollig ym. (2024) tutkimuksessa tuli ilmi, että nykymaailmassa lapset ja nuoret eivät enää opi käsittelemään kuolemaa ja surua, koska se on usein tabu aihe ja aiheesta ei keskustella avoimesti perheissä ja yhteiskunnassa. Tutkimuksessa tuli esiin, että vanhemmat olivat skeptisiä sen suhteen, että onko sopivaa puhua kuolemasta lapsen tai nuoren kanssa ollenkaan. (Bollig ym. 2024).

Hoitohenkilöstö tarjoaa surutukea perheille, mutta joissakin tutkimuksissa on havaittu ammattimaisen hoidon puutetta. (Madsen ym. 2023; Marin 2017). Hoitohenkilökunta voi tuntea epämukavuutta tukea tarjotessaan, koska pelkäävät sanovansa vääriä asioita tai herkistyvänsä. Hoitohenkilökunnan tukiessa potilaita riski sairastua itse suruun kasvaa ja pahimmassa tapauksessa kehittyy myötätuntoväsymys. (Madsen ym. 2023.)

Sisaruksen sairauden ja kuoleman kokeminen on traumaattista. (Hoeg ym. 2024). Sisarusten suru on yksi ahdistavimmista lapsuuden elämäntapahtumista. Surevien sisarusten riski negatiivisille psyykkisille ja fyysisille seurauksille lisääntyy. (Shannon ym. 2022; Inna 2014). Sisarus voi sairastua pitkäketoiseen ahdistukseen, joka vaikuttaa negatiivisesti tulevaisuuteen. Vanhempien suru voi aiheuttaa emotionaalista eristäytymistä, jolloin sisarus saattaa saada vähemmän tukea vanhemmiltaan surussa selviytymisessä. (Shannon ym. 2022.)

Paul ja Vaswani (2020) ovat tuoneet esille tutkimuksessaan, että suru voi altistaa lapset moninaisille riskeille, kuten ahdistukselle, masennukselle, pitkitty-

neelle surulle, itsetuhoisuudelle, itsemurhalle, heikolle koulumenestykselle, ri-
koksille ja työttömyydelle. Suuri haaste lasten surukokemusten ymmärtämi-
sessä ja niihin puuttumisessa on se, että tietoa surun esiintymisestä on rajoi-
tetusti, erityisesti nuorempien lasten osalta (Paul & Vaswani 2020.) Paulin ja
Vaswanin (2020) tutkimuksessa todetaan jokaisen lapsen surun olevan yksi-
löllistä, mutta sisaren kuolemalla on vakavimmat ja pitkävaikutteisemmat seu-
raukset, kuin esimerkiksi isovanhemman kuolemalla. Tunteena suru on niin
raskas ja voimakas, että se voi hallita sisaruksen elämää. Suru pakottaa käy-
mään erilaisia tunteita läpi. (Inna 2014.) Kuoleman kokeminen voi lisätä per-
heen sisällä stressiä, epävakautta, eriarvoisuutta ja huono-osaisuutta. Jo val-
miiksi haavoittuvassa asemassa olevat kantavat suurimman osan surutaa-
kasta. (Paul & Vaswani 2020). Inna (2014) tutkimuksessa mainitaan, että
usein sisarus kokee jäävänsä yksin surun kanssa sekä sivulliseksi surijaksi.
Sisarus ottaa usein vastuuta toisten surusta ja kantaa oman surun lisäksi
myös toisten surua.

8.3 Hoitajien keinot kohdata sureva

Kun perhettä kohtaa suuri suru ja perheen lapsi kuolee, niin tämän sisaret tar-
vitsevat tukea hoitajilta ja heitä hoitavilta ammattilaisilta koko suruprosessin
ajaksi. (Bollig ym. 2024). Sipolan (2014) tutkimuksen mukaan hoitohenkilöstön
keinoina sisaren tukemiseen voivat olla henkisen ja kognitiivisen tuen antami-
nen, sosiaalisten suhteiden vahvistaminen, tunneharjoitusten tekeminen ja su-
run käsittely kirjallisuuden, musiikin, bibliodraaman tai elokuvan keinoin. Sisa-
ruksen surussa selviytymisessä auttaa rutiinien säilyminen ja mahdollisimman
normaali arki, johon hoitohenkilökunnan olisi hyvä sisarusta tukea. (Sipola
2014.) Marinin (2017) tutkimuksessa todettiin, että terveydenhuollon ammatti-
laisten roolissa on tärkeää osata ohjata asiakas konkreettisen tuen piiriin oi-
kea-aikaisesti.

Sisaruksille on tärkeää surussa selviytymisessä kokea ihmisten aitoa lähei-
syyttä ja välittämistä. Tutkimuksissa on todettu, että luova toiminta lisää hyvin-
vointia ja tyytyväisyyttä ja näillä tuntemuksilla puolestaan on positiivisia vaiku-
tuksia terveyteen. (Bollig ym. 2024; Inna 2014.) Leikki, piirtäminen ja musiikki

ovat lapsen luovia keinoja ilmaista itseään, ja niiden avulla hän työstää ajatuksiaan. Jos lapsi ei pysty käsittelemään surua, hänen kehityksensä voi pysähtyä. (Sipola 2014.)

Kansainvälisesti tunnettua last aid-kurssia on hyödynnetty lapsien surun käsittelyssä useissa maissa Euroopassa, Australiassa ja Amerikassa vuodesta 2018 alkaen. Kurssin tarkoituksena on parantaa julkista keskustelua kuolemasta sekä kuoleman jälkeisestä surusta ja tarjota erilaisia apuvälineitä ja parantaa valmiuksia kuoleman käsittelyyn. Lasten kurssilla työskentelyn tukena käytettiin erilaisia aktiviteetteja ja leikkimielisiä opetusmenetelmiä. Kyseisessä tutkimuksessa mainittiin terveydenhuollon henkilökunnan voivan hyödyntää tutkimuksen tuloksia ja käytettyjä menetelmiä lasten kanssa kuolemaa kohdatessa ja sitä käsiteltäessä. Kuolema ja suru aiheuttaa lapsessa ja nuorella pelkoa sekä epävarmuutta, mutta luovien ja leikkisien menetelmien hyödyntämisellä on todettu olevan ahdistusta lieventävä vaikutus. (Bollig ym. 2024.)

Jokainen lapsi ja nuori suree ja käsittelee surua eri tavoin kuin aikuiset, mutta jokaisen lapsen olisi hyvä saada äänensä kuuluviin. On tärkeää puhua omalla luovalla tavalla, mutta yhtä merkityksellistä on tulla myös kuulluksi. Puhumalla sisarus saa jaettua surun taakkaa ammattilaiselle. (Bollig ym. 2024; Inna 2014.) Erilaisten suru- ja vertaistukiryhmien on tutkittu edistävän sisarusten selviytymistä surusta ja ammattilaisella tulisi olla valmiudet ohjata sisarus tuen pariin. (Inna 2014; Madsen ym. 2023). Vertaistuen avulla sisarus saa vastavuoroista tukea, joka mahdollistaa ymmärretyksi ja kuulluksi tulemisen tunteen ja antaa kokemuksellista tietoa surussa. (Sipola 2014). Hoitotyössä sisaren surussa selviytymistä voidaan edistää erilaisten sururyhmien lisäksi myös musiikkiterapian avulla. (Madsen ym. 2023) Hoitohenkilökunta voi ohjata sisaren ammatillisen avun piiriin, jota voi saada esimerkiksi psykologeilta tai terapeuteilta. Ihmisen aito läheisyys ja välittäminen on koettu tärkeänä keinona kohdata sureva. Hoitohenkilökunnan kohdatessa sureva, on tärkeää tarjota helposti saatavaa apua sekä järjestää niitä. Surun vuoksi sisaruksen voimavarat eivät riitä etsimään itse apua. Hoitohenkilökunnan tulee osata tunnistaa kriisiavun tarve ja siihen viittaavat merkit, vaikka sisarus ei näitä itse tunnistaisi. (Inna 2014; Palkolahti 2019.)

Tärkeäksi on tutkittu ammattilaisen taidot viestiä ymmärrettävästi, olemalla läsnä ja kohtaamalla sisarus kunnioittavasti ja empaattisesti. Ammattilainen tekee työtään omalla persoonalla ja tunteilla, jotka vaikuttavat kohtaamiseen. (Palkolahti 2019.) Tutkimuksissa tuli myös ilmi, että aktiivisen kuuntelun ja tuen osoittamisen lisäksi lasten kirjallisuus toimii hyvänä välineenä edistämään vuoropuhelua hoitohenkilökunnan ja sisaruksen välillä kuolemasta. Lastenkirjallisuus sisältää elementtejä, kuten värejä ja hahmoja, jotka helpottavat lasten ymmärtämistä ja selviytymistä. Hoitotyön keinona lasten tarinoiden suosittelu voi auttaa surevaa lasta ymmärtämään ja ilmaisemaan miltä heistä tuntuu. (Martinez-Gaballero ym. 2023.)

8.4 Koulutus ja tutkimus

Useammista tutkimuksista tuli ilmi, että sisarusten surua on tutkittu vähäisesti (ks. Wallace ym. 2022; Shannon ym. 2022; Hoeg ym. 2024; Inna 2014). Hoeg ym. (2024) on todennut tutkimuksessaan, että on suuri tarve lisätutkimuksille, jotta voidaan parantaa vanhempien ja kuolleen lapsen sisarusten tukemista surutyössä. Sairaanhoidajien tulisi olla tietoisia surusta ja siihen käytettävien resurssien tarjoamisesta. (Martinez-Gaballero ym. 2023). Paul ja Vaswani (2020) toteavat tutkimuksessaan tärkeäksi asiaksi, että surua käsittelevien lasten ja nuorten tuli kuitenkin saada tukea ammattilaisten lisäksi myös muilta henkilöiltä. Vahvempi ymmärrys surukokemuksesta ja suojaavista tekijöistä voi parantaa sisarusten menetyksen kohtaavien lasten ja nuorten tukea. (Shannon ym. 2022). On tärkeää tarjotessa hoitotyöhön kohdennettua surua, että hoitaja osaa tunnistaa milloin apua tarvitaan (Madsen ym. 2023).

Palkolahden (2019) tuloksista ilmenee, että osallistujat kokevat suurryh-
mäsimulaatiosta olevan apua heidän työssään. Simulaatio antoi uusia näke-
myksiä ja ymmärrystä kohdata lapsen kuolema työssään. Myös yllä mainittua
last aid -kurssia pidettiin tärkeänä sisällyttää kaikille halukkaille koulun opetus-
suunnitelmaan, jotta saataisiin jaettua tietoa kuolemasta, surusta ja palliatiivi-
sesta hoidosta. (Bollig ym. 2024).

9 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla kuvata sisaruksen selviytymistä edistäviä hoitotyön keinoja silloin kun hänen sisaruksensa on kuollut. Opinnäytetyön teemoiksi muodostuivat: Koulutus ja tutkimus, sisaren selviytymistä edistävät ja estävät keinot sekä hoitajien keinot kohdata sureva.

9.1 Tulosten tarkastelu

Sisaruksen surussa selviytymistä edistävät tekijät olivat hyvin samankaltaisia kaikissa opinnäytetyöhön otetuissa tutkimuksissa ja artikkeleissa. Tutkimuksissa ja teoriassa yhdistyivät sisaruksen kohtaamisen tärkeys surussa selviytymistä edistäväksi tekijäksi. Aito välittäminen, läheisyys, empaattisuus ja läsnäolo sekä kuuntelu tuo surevalle turvaa ja edistää surussa selviytymistä. Vertaistuki ja luovien tapojen hyödyntäminen koettiin myös tärkeänä ja edistävänä tekijänä. (Ks. Turunen 2024; Hotus 2021; Marin 2017; Inna 2014; Sipola 2014; Bollig ym. 2024.)

Sisaruksen surussa selviytymisen estäviä tekijöitä yhdisti tutkimuksissa ja teoriaosassa se, että usein sisaruksen suru jää liian vähälle huomiolle, kun perheen tilanne on kriisiytynyt lapsen menehdyttyä (ks. Surevan kohtaaminen s.a.; Shannon ym. 2022; Inna 2014). Tällä taas saattaa olla kauaskantoisia seurauksia, koska käsittelemätön suru saattaa aiheuttaa sisaruksille negatiivisia psyykkisiä ja fyysisiä seurauksia ja näillä voi olla negatiivisia vaikutuksia tulevaisuuteen (ks. Hiltunen 2016; Shannon ym. 2022; Inna 2014; Paul & Wasvani 2022).

Hoitajien tuki on tärkeää surevalle (Bollig ym. 2024). Teoriatietomme tukee tätä ja ammatillisen tuen merkitys on tutkitusti auttanut läheisensä menettänyttä (ks. Surevan kohtaaminen s.a.). Tutkimuksissa ja teoriatiedossa molemmissa tuli ilmi, kuinka tärkeitä hoitohenkilökunnan on osata huolehtia tuen jatkuvuudesta, joka nousikin yhdeksi tärkeimmiksi asioiksi (ks. Marin 2017; Oikinuora ja Luopajarvi 2022; Inna 2014; Madsen 2023; surevan kohtaaminen s.a.). Normaali arkeen palaaminen auttaa surevaa ja hoitohenkilökunnan tukeminen arkeen palaamisessa on oleellista (Sipola 2014, Uittomäki ym 2022).

Rutiinien säilyttäminen on tutkitusti lisännyt perusturvallisuuden tunnetta (Uittomäki ym 2022). Lapsen tai nuoren menettäessä sisaruksensa perusturvallisuuden tunne horjuu (Mielenterveystalo s.a.). Tutkimuksissa sekä teorialiedossa esiin nousi hoidon tarpeen arvioinnin tärkeys ja lapsen ja nuorten tukeminen kouluun tai töihin palaamisessa. (Turunen 2024; Hiltunen 2016).

Teoriatiedon perusteella sekä tutkimuksien tuloksista nousi esiin vertaistuki ja sururyhmien hyödyntämisen tärkeys. Hoitohenkilökunta voi työssään hyödyntää sisarusta tukiessaan eri vertaistukiryhmiä. (Ks. Inna 2014; Madsen 2023; Surevan kohtaaminen s.a; Uittomäki ym 2022; Hotus 2023) Erilaisten luovien menetelmien hyödyntäminen koettiin hyvänä keinona lasten ja nuorten kanssa (Bollig 2024, Inna 2024, Sipola 2014, Hiltunen 2016, Uittomäki ym 2022). Esimerkiksi leikin, piirtämisen ja musiikin avulla lapsi ja nuori pystyi ilmaisemaan itseään ja käsittelemään eri tunteita (Sipola 2014). Teoriatiedossa esiin ei noussut last aid -kurssia, mutta Bolig ym. (2024) nosti tutkimuksessaan last aid kurssin, jota pystytään hyödyntämään myös lasten ja nuorten surun käsittelyssä. Kurssin tavoitteena oli avoin keskustelu kuolemasta sekä tarjota erilaisia apuvälineitä kuoleman käsittelyyn, joita esimerkiksi hoitohenkilökunta voisi hyödyntää.

Teoriatiedossamme nousi esiin paljon erilaisia toiminnallisia menetelmiä, joita pystytään hyödyntämään hoitotyössä. Tutkimuksissa keinoja nousi vähemmän esiin. Madsen (2023) oli tutkimuksessaan todennut musiikkiterapian hyvänä keinona. Teoriatiedossa Uittomäki ym (2022) nosti esiin myös musiikin hyödyntämisen surussa tukemissa. Lapselle voi laittaa esimerkiksi musiikin päälle samalla kun hän maalaa (Uittomäki ym 2022). Martinez-Gaballero (2023) tutkimuksessa esiin nousi myös lastenkirjallisuuden hyödyntäminen. Myös teoriatiedossa kirjallisuuden hyödyntäminen koettiin hyvänä keinona lasten sekä nuorten kanssa (Hiltunen 2016, Uittomäki ym 2022).

Teoriatiedossa ilmeni, että ammattilaisten tuki ja kunnioittamista osoittavat kohtaamiset tutkitusti auttavat läheisensä menettänyttä (ks. Surevan kohtaaminen s.a.). Toisaalta esiin tuli myös hoitohenkilökunnan kokemukset siitä, että he tarvitsevat enemmän koulutusta ja tukea surevan kohtaamiseen. (Surevan henkilön kohtaamista voi harjoitella... 2021). Myös tutkimuksissa ilmeni hoitohenkilökunnan antamassa surutuessa puutteita (ks. Madsen ym. 2023). Tämä osoittaa sen, että ammattimainen tuki auttaa läheisensä menettänyttä,

mutta ammattimaisessa tuessa on kovasti puutteita ja hoitohenkilökunnan koulutukselle olisi suuri tarve surevan sisaruksen kohtaamisessa.

9.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Opiskelija on itse vastuussa, että opinnäytetyössä noudatetaan tutkimuseettisiä periaatteita sekä hyvän tieteellisen käytännön tapoja (Arene 2020). Luotettavuus, arvostus, rehellisyys ja vastuunkanto ovat TENKin (2023, s.12) mukaan hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteita. Kun tehdään tutkimusta, sen luotettavuutta tulee arvioida. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirjan mukaan tutkimuksen luotettavuuden mittaukselle on asetettu erilaisia vaatimuksia ja periaatteita, joita tutkimuksen tulisi noudattaa. Kun tarkastellaan tutkimuksen luotettavuutta niin keskeisiksi käsitteiksi nousee validiteetti sekä reliabiteetti (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2021a.) Tiivistettynä validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen pätevyyttä, eli onko johtopäätökset ”oikeita”, onko tutkimus tehty huolellisesti sekä pitävätkö tulokset paikkaansa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2021b). Lyhyesti sanottuna reliabiteetilla tarkoitetaan tutkimustulosten toistettavuutta ja luotettavuutta. Tämän avulla pystytään arvioimaan toistettavien mittausten avulla, eli selvitetään saadaanko sama mittaus toistettaessa uudestaan. (Tilastokeskus s.a.) Työssä tulee jatkuvasti pohtia aineistoa etsiessä, onko lähde luotettava ja voiko sitä käyttää työssä. Lähteet tulisi olla merkattu niin selkeästi, että jos lukija tahtoon tarkastaa mihin tieto perustuu, niin se on hänelle yhtä lailla löydettävissä. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2024.)

Lähteemme antavat ajankohtaista tutkittua tietoa ja olemme rajanneet lähteemme, niin että ne ovat julkaistu kymmenen vuoden sisällä. Olemme merkinneet työhömmme lähteet asianmukaisesti ja käytetyt lähteemme löytyvät kaikki lähdeluettelosta. Työssämme erottuu oma pohdinta ja lähteisiin perustuva teksti. Käytämme opinnäytetyössä valmiita aineistoja, joten kunnioitamme tekijänoikeuksia ja emme plagioi aineistoja. Työmme käy plagioinnin tarkistusohjelman läpi.

Opinnäytetyössä pohdimme jatkuvasti luotettavuutta ja pyrimme arvioimaan sitä. Meidän opinnäytetyössämme tekijöitä on kaksi, joka lisää työn luotetta-

vuutta. Tämä lisää työn luotettavuutta, sillä keskustelimme asioista kahdestaan ja molemmat toivat esille omaa näkemystään sekä kävimme yhdessä aiheistoja läpi. Olemme hyödyntäneet opinnäytetyössämme opettajan ohjausta sekä tiedonhaussa tietoasiantuntijaa.

Opinnäytetyö on julkinen asiakirja ja näiden tulee olla saavutettavia. Tällä tarkoitetaan sitä, että työn tulee olla teknisesti kunnossa, helposti käytettävissä sekä sisällön tulee olla ymmärrettävää kaikille (Arene 2020.) Meidän opinnäytetyömme on kirjoitettu mallipohjaan. Olemme rakentaneet sisällön etenevästi loogisesti ja otsikot kuvaavat sisältöä. Olemme pyrkineet tekemään tekstistä selkeää ja ymmärrettävää.

Luotettavuutta arvioidessa olemme hyödyntäneet myös Arenen opiskelijoille tehtyä muistilistaa, jonka perusteella olemme arvioineet toimintaamme. Emme ole esteellisiä tutkimuksen toteuttamiselle. Perehdyimme ja käytimme aikaamme eri lähteiden selaamiseen ja valitsimme niistä tarkoituksenmukaisimmat. Työssämme emme käsitelleet henkilötietoja emmekä materiaalia, jota olisi tarvinnut erikseen suojata. Olemme tehneet sopimuksen opinnäytetyöstä, mutta erillistä tutkimuslupaa emme tarvitse työssämme. Ymmärrämme opinnäytetyön olevan julkinen asiakirja, joka käy plagiointijärjestelmän läpi. Olemme perehtyneet Arenen (2020) muistilistaa apuna käyttäen hyvän tieteellisen käytännön menettelytapoihin. Työssämme ei ole myöskään rahoitusta emmekä hyödynnä työssämme tekoälyä.

9.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset

Tekemämme kirjallisuuskatsauksen teoriaosa ja tulokset tukevat toisiaan. Opinnäytetyön yhteenvetona voidaan todeta, että sisaruksen surun huomiointi on tärkeässä roolissa surussa selviytymisessä. Lapsen ja nuoren suru herkästi unohdetaan, vaikka he ovat erityisen haavoittuvaisessa asemassa sisaruksensa menehdyttyä. He voivat saada vähäisempää tukea, kuin vanhemmat. Lapsen suru on yleistä, joten se tulisi huomioida paremmin kokonaisvaltaisesti. Sisarukset alttiita saamaan psyykkisiä ja fyysisiä ongelmia surun seurauksena, jonka vuoksi sisaruksen surupalveluiden parantaminen olisi tärkeää.

Hoitohenkilökunnan ammatillinen kohtaaminen nousee tärkeäksi asiaksi sisaren kohtaamisessa, kun vanhempien voimavarat ovat vähissä ja sisaruksen huomioiminen saattaa olla puutteellista. Hoitajalla tulee olla valmiudet ja osaamista ohjata sureva sisarus esimerkiksi vertaistukiryhmiin sekä huomioida hoidon jatkuvuus.

Eri-ikäiset lapset ja nuoret surevat eri tavoin sisaruksensa kuolemaa, joten hoitohenkilökunnan tulee osata huomioida surevan sisaruksen ikä ja kehitystaso. Sisarukset saavat tukea vanhemmilta, läheisiltä, hoitohenkilökunnalta, terapeuteilta, vertaistukiryhmistä yms. Näillä on edistävää vaikutus surussa selviytymisessä. Surevan sisaruksen kanssa kommunikoinnin tulee olla selkeää, myötätuntoista ja informoivaa sekä tasavertaista aikuisten kanssa. Läsnäololla on suuri merkitys sisaruksen tukemisessa.

Toivomme, että jatkossa aihetta tutkittaisiin enemmän, koska sitä on tutkittu niin vähän ja tutkimukselle olisi kova tarve. Jatkossa olisi hyvä lisätä hoitohenkilökunnan koulutusta, jotta näillä olisi valmiudet kohdata sureva sisarus. Tämä helpottaisi myös hoitohenkilökunnan työssä jaksamista, kun heillä olisi keinot kohtaamiseen. Olisi tärkeää, että hoitohenkilökunta ymmärtäisi sisaruksen huomioimisen tärkeyden ja heillä olisi osaamista eri keinoista, joita hyödyntää lasten ja nuorten kanssa kuolemaa kohdatessa.

Jatkotutkimusehdotuksiksi tutkimuksen edetessä muodostui:

Minkälaiset ovat hoitajan keinot kohdata sureva? Minkälaiset valmiudet hoitajalla on käsitellä surua työssään? Ymmärretäänkö kuolleen lapsen sisarusten huomioimisen tärkeys?

LÄHTEET

Aalto-Setälä, T., Huikko, E., Appelqvist-Schmidlechner, K., Haravuori, H. & Marttunen, M. 2023. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Kouluikäisten mielen-terveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa. Saatavissa:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147334/URN_ISBN_978-952-408-131-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ADHD ja traumaperäinen stressihäiriö (PTSD). 2016. Käypä hoito –suositus. Suomalaisen lääkäriseura Duodecim, Suomen Lastenneurologinen yhdistys ry:n, Suomen Nuorisopsykiatrisen yhdistyksen ja Suomen Lastenpsykiatriyhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen lääkäriseura Duodecim. WWW-dokumentti. Julkaistu 27.12.2016. Saatavissa: <https://www.kaypa-hoito.fi/nix00937>

Aho, A. & Kaunonen, M. 2014. Suru – Selviytyminen ja surevien tukeminen. Journal. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/thanatos/article/view/137391/85472>

Alakoski, V. 2021. “En ole se mitä minulle tapahtui, olen se mitä valitsen olevani”. Pro gradu –tutkielma. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/135648/AlakoskiVeera.pdf?sequence=2>

Arene. 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://arene.fi/wp-content/uploads/Raportti/2025/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202025.pdf?t=1739803988>

Cacciatore, R., Halonen, M., Laru, S., Lehtonen, M., Porras, K. & Santalahti, T. 2016. Väestöliiton asiantuntija- ja lääkärilausunto oikeudenkäyntiä varten – Lausunto seksuaalisen trauman vaikutuksesta nuoreen. Väestöliitto. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/11/34b389fd-lausunto-seksuaalisen-trauman-vaikutuksesta-nuoreen-5_2016.pdf

Günther, K., Hasanen, K. & Juhila, K. 2021. Tietoarkisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/Gpalvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/analyysi-ja-tulkinta/>

Hiltunen, H. 2016. Hoitohenkilökunnan osaamisen kehittäminen lapsen ja nuoren surun tukijana asiantuntijayhteistyön avulla. Karelia ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan kehittämisen ja johtamisen koulutusohjelma. Ylempi korkeakoulututkinto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/111437/Hiltunen%20Henna-Riikka.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hotus-hoitosuositus. 2018. Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen. Hoitotyön tutkimussäätiön asettama työryhmä: Aho, A., Terkamo-Moisio, A.,

Niemipelto, H., Poijula, Soili. & Varpenius, T. Helsinki: Hoitotyön tutkimussäätiö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/akillisestikuollut-hs.pdf>

Hotus-hoitosuositus äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemisesta on julkaistu Sairaanhoidajan tietokannoissa. 2023. Duodecim. Terveysportti. WWW-dokumentti. Päivitetty 14.7.2023. Saatavissa: <https://www.duodecim.fi/2022/03/24/hotus-hoitosuositus-akillisesti-kuolleen-henkilon-laheisten-tukemisesta-on-julkaistu-sairaanhoidajan-tietokannoissa/#:~:text=Hotus-hoitosuositus%20kokoa%20yhteen%20parhaan%20saatavilla%20olevan%20tutkimusn%C3%A4yt%C3%B6n%20ja,kuolleen%20henkil%C3%B6n%20l%C3%A4heisi%C3%A4%20voidaan%20tukea%20selviytymist%C3%A4%20edist%C3%A4v%C3%A4ll%C3%A4%20tavalla.>

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2023. Kirjallisuuskatsaukset. WWW-dokumentti. Päivitetty 10.3.2025. Saatavissa: <https://help.jamk.fi/opinnaytetyon-ohjaus/fi/kirjallisuuskatsaukset/>

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2024. Tiedonhankinta opinnäytetyöhön. WWW-dokumentti. Päivitetty 8/2024. Saatavissa: <https://help.jamk.fi/raportointiohje/fi/>

Jyväskylän yliopisto. s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://sites.app.jyu.fi/mehu/fi/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/teemoittelu>

Korhonen, L. 2021. Kasvu ja kehitys eri-ikäkausina. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Päivitetty 26.11.2021. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018>

Korhonen, L. 2021. Traumaattiset kokemukset ja traumaperäiset häiriöt. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Päivitetty 26.11.2021. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00031>

Kriisin vaiheet. 2021. Terveyskylä. WWW-dokumentti. Päivitetty 10.3.2021. Saatavissa: <https://www.terveyskyla.fi/aiivotalo/apua-kriisiin/kriisin-vaiheet>

Kriisit kuuluvat elämään. 2022. Mieli ry. WWW-dokumentti. Päivitetty 25.10.2022. Saatavissa: <https://mieli.fi/vaikea-elamantilanne/kriisit-kuuluvat-elamaan/>

KvaliMOTV. 2021. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html

Lahti, T., Lahdensuo, K. & Partonen, T. 2022. Pitkittänyt suruhäiriö. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo17117>

Lapsen ja nuoren suru läheisen kuollessa. s.a. Mielenterveystalo. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/kriisi-trauma/lapsen-ja-nuoren-suru-laheisen-kuollessa>

Lapsi suree omalla tavallaan. 2023. Mieli. WWW-dokumentti. Päivitetty 3.3.2023. Saatavissa: <https://mieli.fi/vaikea-elamantilanne/suru-on-osa-elamaa/lapsi-suree-omalla-tavallaan/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2023. Lapsi ja läheisen kuolema. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/lapsi-ja-laheisen-kuolema/>

Mantila, M. 2019. Nuorten suru vanhemman kuoleman jälkeen ja siihen yhteydessä olevat tekijät. Pro gradu –tutkielma. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/105326/1552642272.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Marttunen, M., Kumpulainen, K., Haravuori, H., Aalto-Setälä, T. & Huikko, E. 2024. Nuoruuden kehitys. Terveys- ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty: 24.5.2024. Saatavissa: <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot>

Mielenterveystalo. s.a. Kriisin vaiheet ja kriisistä toipuminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/kriisi-trauma/kriisin-vaiheet-ja-kriisista-toipuminen>

Nuoren kriisin ymmärtäminen. 2024. Mieli ry. WWW-dokumentti. Päivitetty 10.4.2024. Saatavissa: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/nuoren-mielenterveys-kriisissa/nuoren-kriisin-ymmartaminen/>

Olkinuora, H. & Luopajarvi, K. 2022. Lasten ja nuorten saattohoito. Aikakauskirja Duodecim. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo17121>

Oulun yliopisto. 2025. Systemaattinen tiedonhaku. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://libguides oulu.fi/systemaattinen_tiedonhaku

Pajunen, A. 2022. Lasten kuolleisuus jatkaa alenemistaan, mutta nuorten kuolleisuudessa on huolestuttavia piirteitä. Tilastokeskus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2022/lasten-kuolleisuus-jatkaa-alenemistaan-mutta-nuorten-kuolleisuudessa-on-huolestuttavia-piirteita>

Pranteri, N. 2021. Lapsen psykososiaalinen tukeminen vanhemman saattohoidon aikana. Turun ammattikorkeakoulu. Sairaanhoidajakoulutus. Ylempi AMK -opinnäyte. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/497888/Pranteri_Noora.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Punainen risti. Lapsen tai nuoren auttaminen kriisitilanteessa. 2024. WWW-dokumentti. Päivitetty 16.4.2024. Saatavissa: <https://www.punainenristi.fi/hae-apua-ja-tukea/henkinen-ensiapu/nain-autat-lastat-tai-nuorta-kriisitilanteessa/>

Reliabiteetti s.a. Tilastokeskus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stat.fi/meta/kas/reliabiliteetti.html#:~:text=Jos%20etsit%20tilastolukuja%2C%20siirry%20m%C3%A4%C3%A4ritelm%C3%A4st%C3%A4%20ti>

[laston%20sivulle.%20Reliabiliteetti,arvioida%20esim.%20toistomittauksilla.%20Miksi%20t%C3%A4m%C3%A4%20sis%C3%A4lt%C3%B6%20ei%20n%C3%A4y%3F](#)

Salminen, A. 2023. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston raportteja. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/15470/978-952-395-081-8%20\(PDF\).pdf?sequence=2](https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/15470/978-952-395-081-8%20(PDF).pdf?sequence=2)

Seppälä, L. 2019. Trauma ja muisti. Tampereen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/115956/Sepp%C3%A4Liisa.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Surevan kohtaaminen s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.surevankohtaaminen.fi/lapsenjanuorensuru/#ohjeita>

Surevan kohtaamista voi harjoitella – Uusi verkko-opintojakso tukee opiskelijoita ja ammattilaisia surun käsittelyssä. 2021. Mediatiedote. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.utu.fi/fi/ajankohtaista/mediatiedote/uusi-verkko-opintojakso-tukee-opiskelijoita-ja-ammattilaisia-surun-kasittelyssa>

Suru ja luopuminen. 2021. Terveyskylä. WWW-dokumentti. Päivitetty 1.11.2021. Saatavissa: <https://www.terveyskyla.fi/palliativinentalo/tukea/suru-ja-luopuminen>

Taanila, E., Haravuori, H., Manninen, M. & Laajasalo, T. 2023. Trauma. Nuortenlinkki. WWW-dokumentti. Päivitetty 2.1.2023. Saatavissa: <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/mielenterveys/trauma/>

Traumaperäinen stressihäiriö. 2025. Käypä hoito-suositus. Suomalaisen lääkäriseuran Duodecimin, Suomen psykiatryhdistys ry:n ja Suomen lastenpsykiatryhdistys ry:n asettama työryhmä. WWW-dokumentti. Julkaistu 24.02.2025. Saatavissa: <https://www.kaypahoito.fi/hoi50080#s8>

Turunen, T. 2024. Suru, sureminen ja surevan kohtaaminen. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Päivitetty 10.7.2024. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01403>

Turunen, T., Haravuori, H., Punamäki, R., Suomalainen, L & Marttunen, M. 2014. Tampereen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Väitöskirja. The role of attachment in recovery after a school-shooting trauma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/96331/978-951-44-9630-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2021a. Tutkimuksen luotettavuus ja arviointi. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3.html

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). PDF-dokumentti. Saatavissa: https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

Uittomäki, S., Mynttinen, S., Laimio, A. & Kärkkäinen, K. 2022. Miten tukea lasta ja nuorta, kun läheinen on kuollut? Käpy Lapsikuolemaperheet ry. WWW-dokumentti. Päivitetty 2022. Saatavissa: <https://kapy.fi/wp-content/uploads/miten-tukea-lastaja-nuorta-kun-laheinen-on-kuollut-saavutettava-pdf.pdf>

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2021b. Validiteetti. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_1.html

Tietokanta	Hakutermit ja rajaus	Hakutulokset	Otsikon perusteella valitut	Sisällön perusteella valitut	Opinnäytetyöhön valitut
Medic	“kuolema”, “saattohoi”, “death”, “palliat” AND “laps”, “lasten”, “child”, “sisaru”, “perhe” AND “tuki”, “tukemi”, “apu”, “avun”, “hoitotyö”, “asenne kuolemaan”, “surutyö”	63	Julkaistu vuonna 2014- 2024, maksuton	1	3
Finna	(Kuolema OR saattohoito OR palliatiivinen) AND (lapsi OR lapset OR sisarukset) AND (Tuki OR tukeminen OR apu OR hoitotyö OR surutyö)	123	Julkaistu vuonna 2014- 2024, Pro gradu, Ylempi AMK- opinnäytetyö	3	1
Theseus	Lapsen surun tukeminen	207	YAMK-opinnäytetyö, Julkaistu vuonna 2014- 2024	0	1
Cinahl	“Palliative care” OR “death” OR “dying” OR “terminally ill” AND “child” OR “children” OR “kids” OR “siblings” AND “support” OR “help” OR “care” OR “guidance”	3144	Julkaistu vuonna 2014- 2024, ver- taisarvioitu tutkimusartik- keli	0	2

Bibliografiset tiedot	Tutkimuksen tarkoitus & tavoite	Tutkimusmenetelmä & aineisto	Tulokset
<p>Bollig, G., Gräf, K., Gruna, H. 2024. We Want to Talk about Death, Dying and Grief and to Learn about End-of-Life Care” – Lessons Learned from a Multi-Center Mixed-Methods Study on Last Aid Courses for Kids and Teens.</p>	<p>Saksassa, Norjassa ja Tanskassa on vuosina 2014-2015 otettu käyttöön aikuisille tarkoitettuja Last Aid Courses (LAC) -kurseja onnistuneesti. Palliatiivisen hoidon asiantuntijoiden ehdotuksesta perustettiin työryhmä lapsille ja nuorille suunnatulle kurssille, jossa tutkittiin sen soveltuvuutta.</p>	<p>Menetelminä käytettiin kyselylomaketta pilottiryhmään osallistuneille lapsille ja nuorille sekä LAC -kurssin ohjaajien kokemuksia selvitettiin ryhmähaastatteluin.</p>	<p>Tulokset kertovat, että 84%:lla tutkimukseen osallistuneista lapsista ja nuorista oli kokemuksia kuolemasta. LAC-kurssia pidettiin tärkeänä sisällyttää kaikille halukkaille koulun opetussuunnitelmaan, jotta saataisiin jaettava tietoa kuolemasta, surusta ja palliatiivisesta hoidosta. Tuloksista tuli ilmi, että lapset ja nuoret haluavat tietoa sekä haluavat puhua kuolemasta ja surusta ja ovat innokkaita parantamaan kuoleman lukutaitoa. Tämä puuttuu suurelta osin koko yhteiskuntaa. Tutkimuksessa tuli esiin, että vanhemmat olivat skeptisiä sen suhteen, että onko sopivaa puhua kuolemasta lapsen tai nuoren kanssa olenkaan. Tuloksista tuli ilmi, että puhuminen koettiin todella tärkeäksi keinoksi. Leikki-mieliset ja luovat keinot lisäsivät hyvinvointia ja tutkimuksessa mainittiin, että hoitohenkilöstö</p>

			voi näitä hyödyntää työssään.
Madsen, R., Larsen, P., Carlsen, A., Marcussen, J. 2023. Nursing care and nurses' understandings of grief and bereavement among patients and families during cancer illness and death	Tutkimuksen tavoitteena on tunnistaa ymmärrystä surusta ja menetyksestä.	Menetelmä on saanut inspiraation Joanna Briggs –instituutin metodologiasta. Sen avulla pyritään luomaan yleiskuva olevasta tiedosta. Aineistoa haetaan lukuisista tietokannoista.	Sairaanhoitajat tarjoavat surutukea perheille, mutta joissakin tutkimuksissa on havaittu ammattimaisen hoidon puute. Sairaanhoitajat voivat kokea epämuksuvuutta tukea tarjotessa, koska pelkäävät sanovansa väärää asioita tai tulevansa tunteellisiksi. Tutkimuksissa on tullut ilmi myös, että sairaanhoitajilla on riski sairastua suruun itse, heidän tukiessaan potilaita. Pahimmassa tapauksessa kehittyi myötätuntoväsymys. Tutkimuksissa on korostettu myös, että sisarukset tarvitsevat apua, kun veli tai sisar kuolee. Hoitotyössä sisaren surussa selviytymistä voidaan edistää erilaisten sururyhmien lisäksi myös musiikkiterapian avulla.
Palkolahti, M. 2019. Sosiaali- ja terveysalan moniammatillinen suuryhmäsimulaatio. Pro gradu -tutkielma.	Tutkimuksen tavoitteena kehittää osaamista moniammatillisesta yhteistyöstä perheen kriisitilanteissa sekä lisätä ymmärrystä haastavista vuorovaikutustilanteista sekä moniammatillisen yhteistyön merkityksestä.	Järjestettiin moniammatillinen suuryhmäsimulaatio lapsen kuoleman kohtaamisesta, jossa kerättiin kyselylomakkeella osallistujilta materiaalia. Kysely sisälsi 5-portaisia Likert-asteikollisia väittämiä ja avoimia kysymyksiä.	Tuloksissa tuli ilmi, että osallistujat kokivat suuryhmäsimulaatiosta olevan apua heidän työssään. Simulaatio toi uusia näkemyksiä ja ymmärrystä kohdassa lapsen kuoleman työssä. Hyvä vuorovaikutus ja toimiva yhteistyö.

			työ todettiin olevan tärkeää, jotta voidaan turvata potilaalle hyvä hoidonlaatu.
Wallace, C., Grace, S., Miranda, B., Molin, K., Clare, T., Jody, K. 2022. Facing the loss of siblings in childhood: Interactions and dynamics between bereaved siblings and their parents.	Ymmärrys sisarusten surusta on alituttu ja tutkimuksen tavoitteena on puuttua tähän ongelmaan tutkimalla nuorempien sursurusten surukokemusta.	Menetelmä on laadullinen tutkimus. Tutkimus tehtiin haastattelujen ja analyysien avulla.	Tutkimuksesta tuli ilmi, että sisarusten surua on tutkittu vähäisesti. Tutkimus korostaa sisarusten surukokemuksen tarkastelun tärkeyttä perhekontekstissa ja sisarusten surupalveluiden parantamista. Ammattilaisten tulisi tarjota enemmän tukea sureville sisaruksille yksilöllisesti sekä parantaa vanhempien kykyä tukea surevia lapsiaan.
Shannon, V., Leigh, R., Conrad, W., Shannon, P. 2022. The bereavement experiences of children following sibling death: An integrative review.	Tutkimuksen tarkoituksena on tunnistaa mahdolliset riski- ja suojaavat tekijät huonosti sopeutuvalla selviytymiselle sisaruksen kuoleman jälkeen ja näiden tekijöiden vaikutus menetykseen sopeutumiseen.	Artikkelit rajoituivat vertaisarvioituihin tutkimuksiin. Sovellettu 5-vaiheisen integroivan prosessin kautta. Tutkimuksissa on käytetty laadullisia, kvantitatiivisia ja toteutettavuussuunnitelmia.	Sisarusten suru on yksi ahdistavimmista lapsuuden elämäntapahtumista ja surevat sisarukset ovat vaarassa saada negatiivisia psyykkisiä ja fyysisiä seurauksia. Tutkimuksista kävi ilmi, että on tutkittu vain vähäinen määrä sisarusten surua. Jotkut sisaruksista kohtaavat jatkuvaa ahdistusta, joka vaikuttaa tulevaisuudessa. Vanhempi ymmärrys surukokemuksesta ja suojaavista tekijöistä voi parantaa sisarusten menetyksen kohtaavien lasten tukea. Vanhem-

			<p>pien suru johtaa emotionaaliseen eristäytymiseen ja näin sisarus voi saada vähäisempää tukea vanhemmilta.</p>
<p>Paul, S., Vaswani, N. 2020. The prevalence of childhood bereavement in Scotland and its relationship with disadvantage: the significance of a public health approach to death, dying and bereavement.</p>	<p>Varhaislapsuuden surun yleisyydestä sekä lapsuuden surun ja sosioekonomisen aseman välisestä suhteesta ei ole tutkimusta, mikä asettaa haasteen sekä lasten surukokemusten ymmärtämiselle että tutkimiselle. Tutkimuksen tarkoituksena on luoda tietoa tästä puuttuvasta aiheesta.</p>	<p>Dokumentoitu tietoa 2815 lapsen surusta.</p>	<p>Lapsuuden suru on yleistä, joten se tulisi huomioida paremmin kokonaisvaltaisesti. Tutkimuksessa todettiin lapsen surun olevan yksilöllistä, mutta sisaren kuoleamalla on vakavimmat ja pitkävaikutteisemmat seuraukset, kuin isovanhemman kuoleamalla. Lisäksi kuoleman kokeminen voi lisätä perheen stressiä, epävakautta, eriarvoisuutta ja huono-osaisuutta, ja jo valmiiksi haavoittuvassa asemassa olevat kantavat suurimman osan surutaakasta. Tutkimuksessa todettiin tärkeänä asiana, että surua käsittelevien lasten ja nuorten tulisi saada tukea ammattilaisten lisäksi muiltakin.</p>
<p>Martinez-Caballero, M., Melero, A., Siillio-Garcia, T., Aparicio-Sanz, M., Ortego-Mate, C. 2023. Grief in children`s story books. A systematic integrative review.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoituksena on tarjota hoitotyön ammattilaisille tietoa lapsille suunnatuista satukirjoista työvälineenä, jotka auttavat lasta ymmärtämään ja selviytymään surusta.</p>	<p>Systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Tutkimuksessa käytetyt kirjat ovat etsitty yliopiston hoitotieteellisen tiedekunnan kirjastosta, kulttuuri- ja ISBN:n tietokannasta sekä yliopiston</p>	<p>Lastenkirjat tukevat surun ymmärtämistä ja tukemista. Sairaanhoidajien tulisi olla tietoisia surusta ja siihen käytettävien resurssien tarjoamisesta. Hoitotyön keinona lasten tarinoiden suosittelu voi</p>

		tojen kirjastoverkostosta. Lisäksi käytetty luotettavia tietokantoja tiedon etsimisessä.	auttaa surevaa lasta ymmärtämään ja ilmaisemaan miltä heistä tuntuu. Lastenkirjallisuus toimii hyvänä väli-teenä edistämään vuoropuhelua lapsen kanssa kuolemasta.
Hoeg, B., Guldin, M.m Hogh, J., Volkmann, J. 2024. Improving family grief outcomes: A scoping review of family-based interventions before and after the death of a child.	Tutkimuksen tavoitteena on tutkia tietoa suruinterventioista, joka kohdistuu aikaan ennen ja jälkeen lapsen kuoleman.	Kirjallisuuskatsaus.	Sisaruksen sairauden ja kuoleman kokeminen on traumaattista vanhemmille, että lapsen sisaruksille. Tutkittua tietoa on vähän ja tutkimukselle on suuri tarve, jotta voidaan parantaa vanhempien ja kuolleen lapsen sisarusten surutyön tukemista.
Keinänen, O. 2020. Vanhempien kokemuksia varhaiskasvattajien menetelmistä käsitellä kuolemaa lasten kanssa. Pro gradu –tutkielma.	Tutkimuksen tarkoitus on löytää vastauksia, kuinka käsitellä kuolemaa lasten kanssa.	Laadullinen tutkimus, jossa kerätty tietoa myös kyselylomakkeen avulla.	Tulosten mukaan lapsia on tuettu monella eri tavalla ja myötätunteita heidän surussa. Lasten kanssa on tärkeää keskustella kuolemasta ja siihen liittyvistä asioista niiden oikeilla nimillä. Leikki on lapselle ominainen tapa käsitellä kuolemaa.
Marin, K. 2017. Äkillisen kriisin kokeneen tukeaminen läheisen kuolelessa. Pro gradu –tutkielma.	Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata läheisen kuoleman kautta menettäneen ihmisen kokemuksia ja selviytymistä äkillisestä kriisistä.	Narratiivinen tutkimus, joka toteutettiin teema-haastatteluin.	Tutkimuksessa todettiin, että terveydenhuollon ammattilaisten roolissa on tärkeää, että osataan ohjata asiakas konkreettisen tuen piiriin. Tärkeäksi on koettu myös avunannon oikea-aikaisuus. Usein

			tämä on kumminkin koettu puutteelliseksi.
Inna, S. 2014. Sirpa-leista koottu – Sisaruksen suru ja siitä selviytyminen sisaruksen itsemurhan jälkeen. Pro gradu – tutkielma.	Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata sisaruksen surua ja ja surusta selviytymisen edistäviä ja estäviä keinoja.	Tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tutkimus pohjautuu tutkimuskysymysten perusteella löytyihin tietoihin.	Sisarusten suru on monimutkainen prosessi. Suru muokkaa heidän elämäänsä, vaikuttaa heidän fyysiseen hyvinvointiinsa sekä henkiseen. Sisarus kokee surun aiheuttamana käymään useita eri tunteita läpi. Suru tunteena on heille todella raskas ja voimakas tunne, joka hallitsee heidän elämäänsä. Läheisen tuki ja oman surutyötävän löytyminen on tärkeää surusta selviytymisen kannalta. Selviytymisestä estäviksi tekijöiksi kävi ilmi se, että sisarukset joutuivat usein sivullisiksi surijoiksi sekä kokivat jäävänsä yksin. Usein myös sisarukset joutuivat kantamaan oman surun lisäksi myös muiden surua. Sisarukset saattoivat kokea myös häpeää ja syyllisyyttä. Sisarusten selviytymistä edistivät suru- ja vertaistukiryhmät. Aito läheisyys ja välittäminen olivat selviytymiselle tärkeitä.
Sipola, V. 2014. Läheisensä menettäneen nuoren suru ja koke-	Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata	Laadullinen tutkimus. Tutkimuksen aineisto kerättiin haastatteluna.	Tuloksista käy ilmi ryhmävertaistuen merkitys nuoren toipumiseen su-

mus ryhmävertaistusta. Pro gradu - tutkielma	nuoren surua ja ker- toa ryhmävertaistusta		rusta. Tärkeää on huomioida nuoren psyykinen kehitystaso tutkiessa surevaa nuorta. Tulosten avulla voidaan lisätä myös terveydenhuollon tietämystä lasten ja nuorten surusta ja keinoista tukemiseen.
--	---	--	---

Pelkistetyt ilmaisut	Teemat
Surussa selviytyminen Sisarus Puhuminen Kuuntelu Läsnäolo Avoimuus Luotettavuus Vertaistuki Tukiverkko Läheisyys Leikki Harrastukset Muistelu Hengellisyys Surutyö-tapa	Sisaren selviytymistä edistävät tekijät
Sisarus Keskustelun puute Tiedon puute Ammattimaisen hoidon puute Epämukavuus Ahdistus Masennus Pitkittänyt suru Itsetuhoisuus	Sisaren selviytymistä estävät tekijät
Hoitohenkilökunta Suruprosessi Tukeminen Keskustelu Henkinen tuki Tunneharjoitukset Konkreettinen tuki Puhuminen Luovat keinot Leikki Piirtäminen Välittäminen Läsnäolo Kunnioitus Empaattisuus	Hoitajien keinot kohdata sureva
Hoitohenkilökunta Koulu Opetussuunnitelma Tutkimustiedon puute Tiedon saaminen Tiedon tarve Osaamisen tarve	Koulutus ja tutkimus