



# NUOREN LESKEN TUEN TARPEET ELÄMÄNHALLINTAAN

**Miia Iivonen  
Saara Mustalahti**

**Opinnäytetyö  
Helmikuu 2007**



**JYVÄSKYLÄN  
AMMATTIKORKEAKOULU**

*Sosiaali- ja terveysala*

Tekijät Miia Iivonen Saara Mustalahti	Julkaisun laji Opinnäytetyö	
	Sivumäärä 64+4	Julkaisun kieli Suomi
	Luottamuksellisuus <input type="checkbox"/> Salainen _____ saakka	
Työn nimi  Nuoren lesken tuen tarpeet elämänhallintaan		
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Marja-Liisa Kokko		
Toimeksiantaja(t) Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projekti		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyössä tutkittiin nuorien leskien kokemuksia ja tuen tarpeita elämänhallintaan puolison kuoleman jälkeen. Tutkimuksessa kartoitettiin myös Jyvässeudun nuoret lesket ry:n ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin tukea nuorien leskien elämänhallintaan. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen tutkimus. Kokemuksia ja tietoa tuen tarpeista haettiin teemahaastattelemalla nuoria leskiä.</p> <p>Haastateltavat saatiin projektin jäsentiedotteessa tutkimuksesta kertomalla. Haastateltavat ottivat yhteyttä Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin projektipäällikköön ja saivat häneltä täytettäväksi tutkimuspyyntölomakkeen. Ensimmäinen haastattelu oli toukokuussa 2006 ja loput haastattelut suoritettiin syksyn 2006 kuluessa. Yhteensä tutkimusta varten haastateltiin kuutta nuorta leskeä. Nuorin haastateltavista oli haastatteluhetkellä 36-vuotias ja vanhin 47-vuotias. Haastateltavat olivat leskeksi jäädessään 30–45-vuotiaita. Leskeksi jäämisestä kuluneet ajat vaihtelivat yhdestä seitsemään vuoteen.</p> <p>Tutkimus vahvisti jo olemassa olevaa tietoa. Nuoret lesket pettyivät julkisen järjestelmän tukeen sekä riittämättömään tukeen läheisiltään. Tulosten mukaan parhaimmaksi tueksi kriisivaiheessa lesket kokivat olleen läheisten emotionaalisen ja toiminnallisen tuen. Jyvässeudun nuoret lesket ry:n ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin palveluiden piiriin pääseminen, varsinkin vertaistuen saaminen, oli ollut tärkeää emotionaalisen, toiminnallisen ja tiedollisen tuen takia heti puolison kuoleman jälkeen. Pian saatu tiedollinen tuki oli merkittävää nuorille leskille yhtäkkiä muuttuneessa elämäntilanteessa. Tiedollisen tuen tärkeimmät lähteet olivat yhdistys, projekti sekä vertaistuki. Toiminnallinen tuki Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä tuki nuorien leskien ulkoista elämänhallintaa. Vertaistuki oli merkittävää emotionaalisen tuen kannalta ja se tuki nuorien leskien sisäistä elämänhallintaa.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Nuori leski, traumaattinen kriisi, elämänhallinta, sosiaalinen tuki, läheiset, vertaistuki		
Muut tiedot		

Authors Miia Iivonen Saara Mustalahti	Type of Publication Bachelor's Thesis	
	Pages 64+4	Language Finnish
	Confidential <input type="checkbox"/> Until _____	
Title  Young Widow's needs for Support in Sense of Coherence		
Degree Programme School of Health and Social Care Social Services		
Tutor Marja-Liisa Kokko		
Assigned by Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -project		
Abstract <p>The aim of an examination was to research young widows' experiences and need for social support after spouse's death and how young widows' were supported in sense of coherence. The research examined also the support of Jyvässeudun nuoret lesket Registered Association and Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen – project for young widows in sense of coherence. The examination is a qualitative research. The young widows' experiences and facts of needed social support were examined by using theme interview method.</p> <p>Interviewees were got by writing in project's membership leaf about this research. Interviewees contacted leader of the project and filled a form of research request. The first interview was in May 2006. The rest of the interviews were done during autumn 2006. Altogether six young widows were interviewed. During the interview the interviewees were age of 36 to 47 years. They were 30–45 years old when they were widowed. Spouse's death had taken place one year to seven years ago.</p> <p>The research amplified already known knowledge of young widows' need of social support. Young widows disappointed society's support and scarce support of close relationships. Soon after spouse's death the best support for young widows was emotional and practical help by closest relationships, friends and relatives, according to results. Also Jyvässeudun nuoret lesket Registered Association's and Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen –project's functions and services, especially self-help groups, were meaningful for interviewees. Association and project offered emotional and knowledge support and practical help for the widows. These functions and services supported young widows' sense of coherence.</p>		
Keywords Young widow, traumatic crisis, sense of coherence, social support, close relationships, self-help groups		
Miscellaneous		

*”Ensimmäinen vuosi meni ihan nukkuessa.*

*Sen tajus, että hengissä ollaan, mutta ei mistään muusta oo tietoo.*

*Toisena vuonna aloin tajuu, et määhän oon hengissä vielä.*

*Kolmantena vuonna alko taas kättelemään ympärilleen,*

*että jaaha, elämä jatkuuki.”*

## SISÄLTÖ

<b>2. NUORI LESKI.....</b>	<b>4</b>
<b>3. YHTÄKKIÄ YKSIN .....</b>	<b>6</b>
3.1 Elämänhallinta .....	6
3.2 Puolison kuolema traumaattisena kriisinä.....	10
3.3 Vanha ja uusi surukäsitys .....	11
<b>4. UUESSA ELÄMÄNTILANTEESSA.....</b>	<b>13</b>
4.1 Sosiaalinen verkosto ja sosiaalinen tuki.....	13
4.2 Lähipiirin tuki.....	15
4.3 Julkisen järjestelmän tuki .....	16
4.4 Yksityiset palvelut .....	19
4.5 Kolmas sektori .....	19
4.6 Vertaistuki .....	21
<b>5. OMA YHDISTYS TUKIJANA.....</b>	<b>22</b>
<b>6. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....</b>	<b>25</b>
6. 1 Tutkimuksen lähtökohdat ja aiheen rajaus .....	26
6.2 Tutkimustehtävä ja -kysymykset .....	26
6.3 Tutkimusmenetelmän ja tutkittavien valinta .....	27
6.4 Haastatteluaineiston kerääminen ja analyysi .....	28
<b>7. TULOKSET .....</b>	<b>29</b>
7.1 Nuoren lesken kriisivaiheessa tarvitsema ja saama tuki.....	30
7.2 Nuorien leskien ulkoiseen elämänhallintaan vaikuttaneet asiat ja tuki ..	38
7.3 Nuorien leskien sisäiseen elämänhallintaan vaikuttaneet asiat ja tuki ..	41
7.4 Jyvässeudun nuoret lesket ry:n ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin tuki nuorien leskien elämänhallintaan .....	45
7.5 Jyvässeudun nuoret lesket ry:n ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen-projektin kehityshaasteet.....	51
<b>8. POHDINTA .....</b>	<b>53</b>
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>60</b>

<b>LIIKTEET .....</b>	<b>65</b>
<b>Liite 1. Teemahaastattelurunko .....</b>	<b>65</b>
<b>Liite 2. Tutkimuspyyntö.....</b>	<b>68</b>

## 1. JOHDANTO

Kiinnostus tutkia nuorten leskien tuen tarpeita syntyi jo kauan aikaa sitten. Toinen opinnäytetyön tekijöistä on ollut nuoren lesken perheessä lastenhoitajana kymmenen vuotta sitten, jolloin omakohtainen kiinnostus aiheeseen luonnollisesti syntyi. Me molemmat opinnäytetyöntekijät olemme huomanneet julkisen järjestelmän erityistuen vähäisyyden nuorille leskille ja sen kautta tutkimuksen tärkeyden ja ajankohtaisuuden. Yhteistyökumppanimme Leskiperhetyön luominen ja toteuttaminen -projektin projektipäällikkö Sari Rappi-Lindholm näki aiheellisena nuorten leskien tuen tarpeiden kartoittamisen ja sitä kautta projektin kehittämisen mahdollisten tutkimuksessa ilmenevien uusien tuen tarpeiden valossa.

Opinnäytetyössämme tarkastelemme leskeytymistä surun, trauman ja elämänhallinnan käsitteiden kautta. Perehdymme työssämme nuoren lesken tuen tarpeisiin, emmekä keskity surutyöhön tai suruteorioihin, koska aiemmat opinnäytetyöt ovat tutkineet nuoria leskiä juuri surun näkökulmasta. Rajasimme työstämme pois myös lasten surun ja tuen tarpeet, koska aiheesta on tulossa opinnäytetyö Diakonia-ammattikorkeakoulun Pieksämäen yksiköstä. Parhailaan on myös tekeillä Mikkelin ammattikorkeakoulussa opas nuorelle leskelle asioista, joita hänen kannattaa ottaa huomioon jäädessään leskeksi. Opas neuvoo juuri leskeytyneelle mitä apua ja miten hän voi saada eri tahoilta. Oma tutkimuksemme taas keskittyy tutkimaan nuorien leskien tarvitsemaa ja saamaa tukea elämänhallinnan saavuttamiseksi.

Tutkimuksemme tavoitteena on selvittää teemahaastattelujen avulla, millaista tukea nuori leski tarvitsee heti puolison menetyksen jälkeen, sekä mitkä asiat ja millainen tuki ovat auttaneet elämänhallinnan saavuttamisessa arjessa. Tavoitteenamme on lisäksi selvittää yhteistyökumppanillemme Jyvässeudun nuoret lesket ry:lle ja sen Leskiperhetyön luominen ja toteuttaminen -projektille, miten yhdistys ja projekti ovat tukeneet nuoria leskiä elämänhallintaan. Tarkoituksenamme oli alun perin kartoittaa vain projektin tuki nuorille leskille. Luovuin tästä ajatuksesta, koska yhdistyksen ja projektin toiminnot ovat kiinteästi keskenään yhteydessä. Haastattelemamme nuoret lesket eivät osanneet erottaa yhdistyksen ja projektin tarjoamia palveluita toisistaan, em-

mekä nähneet sitä tarpeellisena. Nuoren lesken näkökulmasta vain tuen ja avun saaminen on merkittävää.

Aiheen valinnan taustalla on ollut tarkoitus syventää ammatillista osaamistamme sosionomina, valmiuksiamme ja kykyämme kohdata surevia ihmisiä. Saamamme tiedot ovat avuksi myös muussa tulevassa työssämme sosionomina. Leskeytyneen voi kohdata missä tahansa sosionomina työskennellessä, esimerkiksi lastensuojelussa, vanhustyössä tai Kelassa. Tutkimus lisää tietoaamme surusta, kriisityöstä sekä varsinkin elämänhallinnan haasteista ja sosiaalisen tuen tarpeesta puolison kuoleman kohdatessa. Koemme aiheen mielenkiintoiseksi, haastavaksi sekä ajankohtaiseksi. Mediassa herännyt yleinen kiinnostus aihetta kohtaan ja Jyvässeudun nuoret lesket ry:n eduskuntaan viemä lakialoite perhe-eläkelain muutoksista ovat osaltaan herättäneet kiinnostuksen tarkastella asiaa tarkemmin.

## 2. NUORI LESKI

Nuoren lesken määritelmiä on monenlaisia. Tuominen (1994, 155) määrittelee alle 65-vuotiaan henkilön nuoreksi leskeksi ja vastaavasti Sari Rappi-Lindholm (2006) pitää työikäistä ihmistä nuorena leskenä. Useasti nuorella leskellä on myös alaikäisiä lapsia (Rappi-Lindholm 2006). Laineen (2001, 8) mukaan Etaugh (1993) toteaaakin, ettei nuoren lesken määritelmä ole pelkästään ikään sidottu käsite.

Nuoret lesket kokevat tapahtuneen epäoikeudenmukaiseksi ja sopeutuvat heikommin leskeyteen kuin iäkkäänä leskeksi jääneet. Tämä johtuu siitä, että nuorena leskeytyminen on epätodennäköisempää kuin iäkkäänä leskeytyminen. Nuorten leskien sopeutumista vaikeuttaa myös se, että lesken omasta lähipiiristä löytyy vain vähän tai ei ollenkaan henkilöitä, jotka voisivat kokemuksillaan tukea leskeytynyttä. Nuori leski voi kokea jäävänsä yksin surunsa kanssa. (Tuominen 1994, 23.) Nuori leski joutuu uudelleen rakentamaan tulevaisuuttaan, haaveitaan ja toiveitaan. Oma ja perheen elämä on vielä edessä-



päin. Lesken on löydettävä uusia päämääriä, että jaksaisi ja selviäisi yksin. (Laine 2001, 8.)

Vuonna 2005 alle 65-vuotiaita parisuhteesta leskeytyneitä oli Suomessa 53 067 henkeä, joista oli naisia noin 79 % (Pietiläinen 2006). Naiset leskeytyvät useammin kuin miehet, koska miesten todennäköisyys kuolla työikäisenä on suurempi kuin naisten. Miehet kuolevat työikäisinä useimmin sepelvaltimotautiin, alkoholisyihin sekä tapaturmien ja itsemurhien vuoksi. Naiset kuolevat useimmin rintasyöpään. (Tilastokeskus 2004.) Vuonna 2005 15–54-vuotiaita leskiä oli 16 358 henkeä ja 55–64-vuotiaita leskiä 36 709 henkeä. Lapsettomia leskiä oli samana vuonna noin 10 % kaikista nuorista leskistä. (Pietiläinen 2006.)

Nuoria leskiä on tutkittu melko vähän. Kiinnostus aihetta kohtaan on kuitenkin ollut nousujohteinen viime vuosien ajan. Nuoren naislesken kokemaa elämänmuutosta on tutkinut Laine (2001) pro gradu-tutkielmassaan. Stenholm (2000) käsittelee pro seminaari-työssään nuorena leskeytymistä taloudellisena muutostilanteena. Ammattikorkeakouluissa on julkaistu opinnäytetöitä nuorien leskien suruun (Blomberg & Paunonen 2004) ja seksuaalisuuteen liittyen (Vuopio 2000). Joensuu (1999) on keskittynyt tutkimuksessaan lesken surutyön kulkuun. Tutkimuksemme poikkeaa aikaisemmin tehdyistä tutkimuksista siten, että tutkimme nuorten leskien saamaa ja tarvitsemaa tukea elämänhallinnan saavuttamiseksi.

Yleisesti leskeytymistä ja siihen sopeutumista on tutkinut Eila Tuominen (1994). Kyseinen Tuomisen tutkimus Elämänmuutos ja muutoksen hallinta (1994) on ainoa laaja suomalainen leski-tutkimus. Tutkimus on mielestämme edelleen pätevä, vaikka lähteenä se on jo melko vanha. Muun muassa leskien asema ja taloudellinen tilanne eivät ole suuremmin muuttuneet kirjan julkaisu-vuodesta.

### 3. YHTÄKKIÄ YKSIN

Perehtyessämme elämänhallinnan käsitteeseen voimme todeta, ettei elämänhallinta ole onnellisuuteen tai täydelliseen *elämän hallittavuuteen* pyrkimistä vaan se on tunne siitä, että ihminen pystyy vaikuttamaan elämäänsä omilla toiminnoillaan ja pyrkimyksillään. Leskeytyminen on tilanne, joka murskaa elämänhallinnan tunteen. Elämänhallinnan tunteen murskautuessa leski joutuu muodostamaan uudelleen elämänsä tavoitteet, haaveet, unelmat, toiveet ja jopa taloudellisen turvan lähteen. Nuori leski joutuu aivan kuin rakentamaan elämänsä perustan uudelleen.

#### 3.1 Elämänhallinta

Elämänhallinnan käsitteeseen paneutuessamme nousi esille sitä lähellä oleva sosiaalisen toimintakyvyn käsite. Valitsimme näistä kahdesta käsitteestä oman tutkimuksemme käsitteeksi elämänhallinnan. Sosiaalinen toimintakyky kuvaa lähinnä ihmisen omia yksilöllisiä sosiaalisia taitoja ja kykyjä toimia erilaisissa yhteisöissä ja ympäristöissä (Rissanen 2000). Elämänhallinta tukee paremmin tutkimustamme muun muassa odottamattomiin tilanteisiin sopeutumisen kannalta (Roos 1987, 66). Nuori leski joutuu pakon edessä sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseensa. Virjonen (1994, 38) kirjoittaa, että hyvään elämänhallintaan kuuluu myös tilanteenhallinta arkielämässä, joka onkin suppeampi käsite elämänhallinnasta. Elämänhallinta käsitteenä ei nykyään ole kovin trendikäs, joten tästä johtuen olemme perehtyneet käsitteeseen suhteellisen vanhoja lähteitä käyttäen.

Liisa Keltinkangas-Järvinen (2000) toteaa, että ihmisellä on tarve elämänhallintaan ja sitä voidaan jopa kutsua ihmisen perustarpeeksi. Hallitsemattomien ja yllättävien vastoinkäymisten pelko tuottaa suuria turvattomuuden tunteita. Tätä pelkoa vastaan ihminen tarvitsee tunteen, että hän voi omilla ratkaisuiltaan vaikuttaa elämäänsä. Silloin on kyse Keltinkangas-Järvisen (2000) mukaan elämänhallinnan sisäisestä voimasta, jonka kautta ihminen tietoisesti asettaa elämälleen tavoitteita ja pyrkii niihin. Elämänhallinta lähtee itsensä tuntemisesta ja siitä, että ihminen tiedostaa mitä haluaa ja toivoo elämältään.

Tavoitteet ja niihin pyrkiminen antavat tunteen, että ihminen todella pystyy vaikuttamaan oman elämänsä kulkuun. (Keltinkangas-Järvinen 2000, 27–28.)

J.P. Roos (1987) jakaa elämäntilanteen *sisäiseen ja ulkoiseen elämäntilanteeseen*. *Ulkoisen elämäntilanteen* on Roosin mukaan sitä, että mitään sellaista yllättävää ja odottamatonta ei ole tapahtunut mikä vaikuttaisi paljon elämäntilanteeseen ja ihmisen elämälleen asettamat tavoitteet ovat päässeet toteutumaan. Ulkoisen elämäntilanteen kannalta keskeisessä asemassa ovat aineellisen ja henkisen turvallisuuden tavoittelu. Ihmiset pyrkivät turvaamaan esimerkiksi taloudellista asemaansa koulutuksen ja ammatin kautta ja henkistä hyvinvointiaan hyvien ihmissuhteiden kautta. Näin tavoitellaan ulkoista elämäntilanteen hallintaa. (Roos 1987, 65, 67.)

Niemelä (1991) pitää ulkoista elämäntilanteen hallintaa välineenä tavoiteltuun, turvalliseen elämäntilanteeseen. Ulkoisessa elämäntilanteen hallinnassa on kyse hallintaprosessista, joka on erittäin keskeinen osa ihmisen elämää. Hallintaprosessi on toiminnallista ja ongelmasuuntautunutta ja sillä pyritään poistamaan, lievittämään tai ehkäisemään ulkoisia ongelmia, riskejä, uhkia tai vaaroja. (Niemelä 1991, 17.)

Ymmärrämme ulkoisella elämäntilanteen hallinnalla ihmisen halun saada elämän ulkoiset puitteet mahdollisimman hyviksi. Useimmat meistä pyrkivät saamaan vaakaan taloudellisen aseman, pitkän työsuhteen, oman kodin ja hyvät sosiaaliset suhteet perheeseensä ja lähimpiin ystäviinsä. Näemme, että varsinkin nuoren lesken kannalta ulkoisen elämäntilanteen hallinta on ulkoisten olosuhteiden jatkuvuutta sekä arjen kuvioiden pysyvyyttä mahdollisuuksien mukaan.

Roos (1987) kertoo, että sopeutuminen on *sisäisen elämäntilanteen* tärkeä käsite. Se merkitsee sitä, että ihminen pystyy sopeutumaan erilaisiin elämäntilanteisiin, jopa vaikeissa, traumaattisissa tapahtumissa. Sisäinen elämäntilanteen hallinta opitaan vähitellen, lapsuudesta saakka. (Roos 1987, 65–66.) Niemelä (1991) toteaa, että sisäisellä elämäntilanteen hallinnalla ihminen pyrkii tavoiteltuun olotilaan. Sisäinen elämäntilanteen hallinta on sopeutumisprosessi, jolla tavoitellaan turvattomuuden hallintaa, niin sanottua itsehallintaa. Sopeutumisprosessi alkaa yleensä vaikeasta, stressaavasta tilanteesta. Prosessin tavoitteena tai tulok-

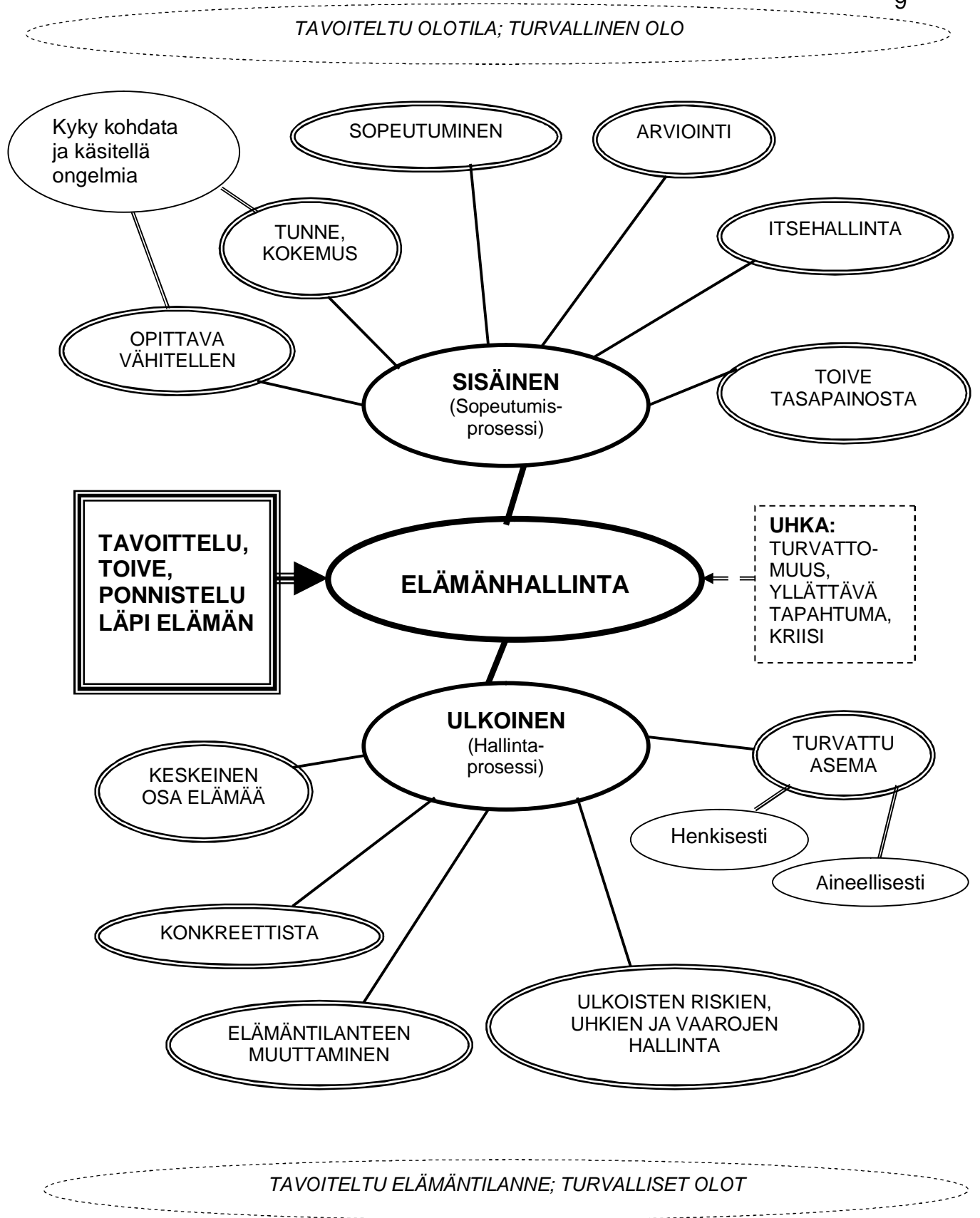
senä pidetään sopeutumista uuteen tilanteeseen. Tavoitteena on siis oman olotilan muuttaminen ja tasapainoon pääseminen. (Niemelä 1991, 17.)

Arviointi on osa sisäistä elämäntilainta. Arvioinnilla voi kyseenalaistaa tyytyväisyyttä toimintaansa, valintoihinsa ja ratkaisuihinsa elämässä. Kyseenalaistamalla voi muuttaa elämänsuunnitelmaansa, tavoitteitansa ja toimintaansa, jos kaikki ei ole kohdallaan. (Virjonen 1994, 40.)

Roos kirjoitti jo vuonna 1987, että nyky-yhteiskunnassa elämäntilainta on muuttunut sopeutumisesta julkisivuksi. Puhutaan enemmän elämäntilainta julkisivusta, jonka täytyy olla mahdollisimman kunnossa ja eheä. Muun muassa media asettaa onnellisen perheen tai elämän raamit, jotka tulisi täyttää. Tulisi näyttää onnelliselta ja harmoniselta. (Roos 1987, 66.) Mielestämme Roosin väite pitää edelleen paikkaansa. Leskeen tämä vaikuttaa niin, ettei leski enää kriisin myötä pysty julkisivua ylläpitämään.

On huomattava, että samankaltaisilla ihmisillä voi olla kovin poikkeavat kokemukset ja tunteet omasta elämäntilaintaan (Virjonen 1994, 38). Tunne elämäntilaintaan ei ole pysyvä, se muuttuu elämäntilanteiden ja kokemusten kautta. Elämäntilainta vahvistumisessa tärkeitä ovat mahdollisuus vaikuttaa oman elämänsä asioihin, muilta saatu rakentava palaute ja arvostus sekä läheisten ihmisten ja perheen tuki. (Nyyti ry. - opiskelijoiden tukikeskus 2006.) Taloudelliset seikat vaikuttavat ulkoiseen elämäntilaintaan, koska ne luovat rajat ja mahdollisuudet toiminnalle. (Nyyti ry. - opiskelijoiden tukikeskus 2006.) Nämä seikat ovat mielestämme erittäin tärkeässä asemassa nuorella leskellä hänen sopeutuessaan uuteen elämäntilanteeseensa.

Seuraavan sivun kuvion (kuvio 1.) avulla havainnollistamme elämäntilainta.



KUVIO 1. Elämönhallinta (Roosia 1987 ja Niemelää 1991 mukailten).

### 3.2 Puolison kuolema traumaattisena kriisinä

Puolison kuolemaa voidaan tarkastella traumaattisena kriisinä, joka muuttaa elämää pysyvästi. Se on tällöin uhka elämänhallinnalle. Traumaattisen kriisin tunnusmerkkejä ovat tapahtuman tai tilanteen ennustamattomuus. Tapahtumaan ei voi psyykkisesti valmistautua etukäteen, eikä siihen voi vaikuttaa omalla käyttäytymisellään tai toiminnallaan. Tilanne tai tapahtuma aiheuttaa ihmiselle jälkiviisautta ja jossittelua siitä, kuinka olisi voinut estää tapahtuneen. Tämä on olennainen osa traumaattisen tapahtuman käsittelyä. Traumaattinen kriisi koettelee ja muuttaa elämänarvoja, maailmankuvaa ja saattaa aiheuttaa elämäkatsomuksellisen kriisin. Elämänarvojen muuttuminen korostaa perheen ja ihmissuhteiden tärkeyttä. Vastaavasti työ, ura, raha ja omaisuus menettävät merkitystään. (Saari 2003, 22–26.)

Traumaattinen kriisi on tapahtumana erittäin vaativa. Se vaatii sopeutumista elämän muutokseen. Kaikki ihmisen voimavarat tarvitaan kohdanneesta kriisistä selviytymiseen ja joskus ne eivät riitä. Traumaattisessa kriisissä ihminen ei pysty hallitsemaan sisäisiä ja ulkoisia reaktioitaan. Ihminen ei tunne selviävänsä tilanteesta ja siksi hän tarvitsee ulkopuolista tukea ja apua. Traumaattisella tapahtumalla on yleensä laajat seuraamukset, se ei kosketa vain tapahtuneen kokenutta vaan myös laajasti muita ihmisiä. Tietoisuus haavoittuvuudesta, turvattomuus ja kysymykset oikeudenmukaisuudesta liikkuvat monien ihmisten mielissä. (Saari 2003, 27.)

Elämänhallinnan käsitteen kautta tarkasteltuna niin ulkoinen kuin sisäinenkin elämänhallinta on uhattuna kriisin eri vaiheissa. Saari (2003) pitää kriisin eri vaiheina sokkia, reaktiovaihetta, työstämis- ja käsittelyvaihetta sekä uudelleen orientoitumisen vaihetta. Sokissa mieli suojaa ihmistä sellaiselta tiedolta ja tapahtumalta, jota se ei vielä pysty ottamaan vastaan tai käsittelemään. Reaktiovaiheessa ihminen tulee tietoiseksi tapahtuneesta ja sen merkityksestä elämäänsä. Reaktiovaiheessa tunteet pyrkivät pintaan. Työstämis- ja käsittelyvaiheessa ihminen jatkaa tapahtuman käsittelyä omassa mielessään. Tässä vaiheessa prosessi hidastuu ja sen tarkoituksena on etenkin luopua läheisestä ihmisestä, aloittaa sureminen. Traumaattiset tapahtumat tuovat elämään muutoksia ja niiden hyväksymisen kautta alkaa sopeutuminen uuteen tilanteeseen.

Tätä kutsutaan uudelleen orientoitumisen vaiheeksi. (Saari 2003, 42, 52–53, 60–61, 67.) Traumaattisen kriisin päättymisajankohtaa ei nykyään määritellä, koska sen katsotaan vaikuttavan koko loppuelämään (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 21).

Kuolemantapa ja ikä vaikuttavat suruun, samoin kuin olisiko kuolema ollut ehkäistävässä ja oliko kuolema ihmisen aiheuttama. Äkillisen kuoleman kohdassa jäähyväisiin ei ole mahdollisuutta. Äkillisesti kuolee yleensä nuori ihminen. (Poijula 2002, 68–69.) Blomberg & Paunonen (2004, 21) toteavat tutkimuksessaan, että kuoleman hyväksyminen ja sen lopullisuuden ymmärtäminen vaikeutuvat varsinkin puolison äkillisen poismenon johdosta.

Äkilliseen kuolemaan voi liittyä monia toissijaisia menetyksiä, jotka vaikuttavat ulkoiseen elämänhallintaan. Tällaisia sekundäärisiä menetyksiä ovat taloudellisen turvan, tulevaisuuden tunteen, pitkäaikaisten ystävien, kodin ja yhteisön menetykset. Nämä menetykset ja perhetilanteeseen liittyvät ongelmat sekä puolison kuolema aiheuttavat surevalle lastin kasautumista ja vaikeuttavat sopeutumista puolison kuolemaan. (Poijula 2002, 69.) Edellä mainitut asiat vaikuttavat myös Roosin (1987, 65–66) mukaan elämänhallintaan eli sopeutumiseen uuteen tilanteeseen elämässä.

### 3.3 Vanha ja uusi surukäsitys

Sureminen on hyvin henkilökohtaista ja siten se vaikuttaa sisäiseen elämänhallintaan; sisäisen elämänhallinnan tavoiteltuun olotilaan ja hyvinvointiin. Ulkoiseen elämänhallintaan sureminen leskeytyneellä vaikuttaa niin, että lapset pitävät monesti lesken kiinni arjessa (Blomberg & Paunonen 2004, 24; Laine 2001, 55). Lasten takia nuoren lesken on pakko jatkaa ulkoisten olosuhteiden ylläpitoa.

Surutyön ja traumaattisen kriisin suhde on läheinen, sillä ne muistuttavat monin paikoin toisiaan. On vaikeaa määritellä, milloin suru on niin sanotusti normaalia ja milloin menetys on johtanut traumaan. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 21.) Poijulan (2002, 74) mukaan menetyksen kokeneen on kuitenkin tehtävä traumatyö ensin niin, ettei se estä ja häiritse surutyötä.

Vanhan surukäsityksen tai -teorian taustalla on Freudin määritelmä suremisesta prosessina, jolla on alku ja loppu. Elisabeth Kübler-Ross popularisoi vuonna 1969 surun vaihemallin, josta monet ovat kuulleet. (Pojjula 2002, 33–34.) Nykypäivänä kritiikkiä herättää edellä mainittujen surutyön vaiheteorioiden määrittelemä surun etenemisen suoraviivaisuus sekä vaiheiden rajallinen kesto. Nykypäivän mukaan surutyö on aina hyvin yksilöllinen prosessi. Surun kulku ja surusta selviytyminen ei ole välttämättä suoraviivaista ja sen vaiheet voivat ilmetä eri tavoin. On luonnollista, että sureva läpikäy toistuvasti aikaisempia suruvaiheita ja jopa monia vaiheita yhtäaikaisesti. Toisaalta sureva saattaa jättää jonkin vaiheen läpikäymättä. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 23–24.)

Vanhaa surukäsitystä on määritelty myös unohtamisen teoriana tai kiintymysiteen katkaisemismallina. Teorian mukaan omaisen menetyksestä johtuvasta surusta voi luopua vasta, kun kiintymyssuhde kuolleeseen on pystytty katkaisemaan. Odotus, että kuollut tulisi unohtaa, voi aiheuttaa surevalle ristiriidan. (Pojjula 2002, 31–34.)

Pojjula (2002) toteaa, että uuden surukäsityksen mukaan kiintymyssuhde kuolleeseen ei katkea kuolemaan eikä surutyön tehtävä ole kiintymyssuhteen irrottaminen kuolleesta läheisestä. Surutyössä kiintymyssuhde muuttuu muotoaan ja surussa on monia ulottuvuuksia tuskasta henkiseen kasvuun. Tukea sureva tarvitsee kuoleman kohtaamiseen tosiasiana, jotta hän selviytyisi. Uuden surukäsityksen mukaan surevalle tärkeitä asioita ovat juuri muistelemine ja kiintymyssuhteen ylläpitäminen. (Pojjula 2002, 15.) Viimeiseksi jääneessä kirjassaan Elisabeth Kübler-Ross sekä David Kessler (2006, 187) kirjoittavat, että surulle ei voida määritellä alkua ja loppua, kuolleen ihmisen muistelemine ei pääty koskaan.

Surun ytimenä voidaan nykyisin pitää luopumista. Luopumisella tarkoitetaan surevan omaa, yksilöllistä tapaa läpikäydä asioita, jotka hän kohtaa puolison kuoleman jälkeen. Luopumista voidaan pitää prosessina, jossa sureva ihminen kohtaa todellisuuden suostumalla kärsimykseen ja päätyy lopulta persoonan kehittämiseen ja muutokseen. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 78–79.)



Läheisestä luopuminen ei ole helppoa, mutta luopumisen ja surun kautta avautuu tilaa uudelle. Luopuminen tapahtuu useasti konkreettisten tekojen avulla, esimerkiksi siirtämällä menetetyn ihmisen tavarat ja vaatteet syrjään. (Saari 2003, 67.)

#### 4. UUDESSA ELÄMÄNTILANTEESSA

Saadakseen ulkoisen elämänhallinnan haltuunsa, leski joutuu selviytymään arjesta. Juuri tämän takia leski tarvitsee erilaista tukea. Tukea leski voi saada tai hakea lähimmiltä ihmisiltä, perheeltä, ystävilta, kolmannelta sektorilta sekä julkisilta ja yksityisiltä palveluilta.

##### 4.1 Sosiaalinen verkosto ja sosiaalinen tuki

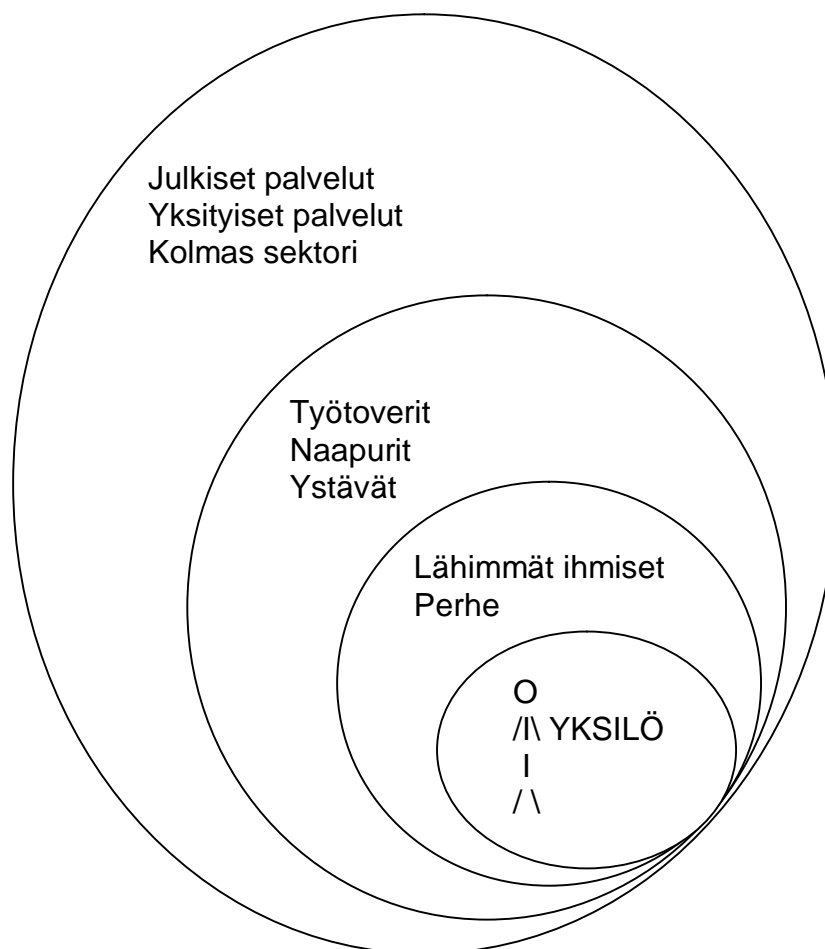
Sosiaalinen verkosto ja sosiaalinen tuki ovat toisiaan täydentäviä käsitteitä. Sosiaalinen verkosto mahdollistaa sosiaalisen tuen. (Tuominen 1994, 86.) Ihmissuhteet muodostavat sosiaalisen verkoston. Verkostolta voi saada sosiaalista tukea vähän tai paljon, ja toisaalta sosiaalinen verkosto voi myös viedä voimia. (Heikkinen 2003.)

Sosiaalisella tuella tarkoitetaan ensisijaisesti tukea antavia ihmissuhteita, joilla on myönteinen merkitys. Tukea ovat ihmissuhteissa saatu huomio, kannustus sekä läheisten ihmisten positiivinen tunteiden ilmaisu ja huolenpito. Yksilön hyvinvoinnille on tärkeää tieto tuen saatavuudesta. On kuitenkin huomioitava, että sosiaalinen tuki voi olla myös negatiivista. (Tuominen 1994, 87–88.)

Tuomisen (1994, 90) mukaan puolison kuolemaan päättyvä avioliitto poistaa tärkeimmän tuen lähteen sekä mahdollisen avioliiton suojatekijän. Puolison menettäminen vaikuttaa myös lesken muihin sosiaalisiin suhteisiin. Näitä ovat suhteet perheeseen, ystäviin ja sukulaisiin.

Kumpusalo (1991) kirjoittaa, että sosiaalista tukea saa muilta ihmisiltä ja eri auttamisorganisaatioilta ja -tahoilta. Kumpusalo jakaa sosiaalisen tuen viiteen

eri osa-alueeseen ja nämä osa-alueet jaetaan vielä kolmeen eri tasoon. Osa-alueita ovat aineellinen, toiminnallinen, tiedollinen, emotionaalinen ja henkinen tuki. Aineellista tukea ovat esimerkiksi raha ja tavara. Kotipalvelu ja kuntoutus ovat toiminnallista tukea. Muun muassa neuvo ja opastus ovat tiedollista tukea. Emotionaalista tukea ovat empatia, osanotto, kannustus ja rakkaus. Henkistä tukea ovat esimerkiksi yhteinen aate tai uskonto. (Kumpusalo 1991, 14.)



KUVIO 2. Sosiaalisen tuen tasot. Kuvio on muokattu Casselin (1987) kuviosta. (Kumpusalo 1991, 15.)

Sosiaalisen tuen eri tasoja ovat primaarinen, sekundaarinen ja tertiäärinen taso (kuvio 2). Primaariseen tasoon kuuluvat yleensä perhe ja lähimmät ihmiset, sekundaariseen tasoon ystävät, naapurit ja työtoverit. Tertiäärisessä ta-

sossa vaikuttavat julkiset ja yksityiset palvelut, ammattiauttajat sekä kolmas sektori. (Kumpusalo 1991 15–16; Virjonen 1994, 42.)

Yllämainittujen sosiaalisen tuen tason tai tasojen puuttuminen, vaikuttaa turvallisuuden tunteeseen ja siten elämänhallintaan. Sosiaalisen tuen tulisi toimia niin, että tarpeellinen tuki ja apu mahdollistuvat näiden tasojen kautta. Sosiaalisella tuella on suoria vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin ja puskurivaikutuksia vaikeista elämäntilanteista selviytymiseen. Varsinkin tuen saamisen oikea ajoitus vaikuttaa hyvinvointiin. Tukea tulisi olla saatavissa silloin, kun ihminen ponnistelee omien voimavarojensa äärirajoilla. Ilman apua ja tukea ihmisen elämänhallinta on puutteellista. (Kumpusalo 1991, 15–17; Virjonen 1994, 42.)

#### 4.2 Lähipiirin tuki

Aikaisempien tutkimusten perusteella (ks. Blomberg & Paunonen 2004; Laine 2001; Tuominen 1994), voimme pitää lähipiirin tukea merkityksellisenä nuoren lesken ulkoisen ja sisäisen elämänhallinnan kannalta (ks. luku 3.1). Ulkoisen elämänhallinnan kannalta lähipiiriin luodut hyvät suhteet auttavat nuorta leskeä vaikeassa ja yllättävässä uudessa elämäntilanteessa jopa konkreettisesti, esimerkiksi lastenhoitoapuna. Lähipiiri tukee sisäistä elämänhallintaa antamalla positiivista palautetta ja arvostusta.

Kumpusalo (1991, 17) määrittelee lähimpien ihmisten ja perheen tuen sellaiseksi tueksi, jota he pystyvät ja osaavat antaa. Tuomisen (1994) tutkimuksen mukaan ystävyys- ja sukulaiskontakteilla on myönteinen vaikutus ihmisen sopeutuessa stressaaviin elämäntilanteisiin. Tuominen huomauttaa, että lähipiirin antaman tuen laadulla on enemmän vaikutusta ihmisen hyvinvointiin kuin sillä, kuinka monta ystävää hänellä esimerkiksi on. (Tuominen 1994, 228.)

Lähipiirillä, sukulaisilla, ystävillä ja työtovereilla, on suuri vaikutus lesken hyvinvointiin. Heidän myönteinen emotionaalinen tukensa, kuunteleminen ja kannustaminen, on tärkeää lesken elämänhallinnalle. Lesken uusi parisuhde voi myös tuottaa positiivista tukea. Parisuhteessa eläminen poistaa yksinäisyyden tunteita. (Blomberg & Paunonen 2004, 24; Laine 2001, 58.)

Joskus lähipiiri kuitenkin epäonnistuu nuoren lesken tukemisessa. Ystävien ja sukulaisten on vaikea kohdata surevaa, koska lohdutuksen sanoja on vaikea löytää. Osaltaan lähipiirin voimakkaat odotukset surutyön nopeasta läpikäymisestä voivat aiheuttaa leskelle ahdistusta. (Laine 2001, 27.)

Lasten merkitys korostuu nuorelle leskelle hänen sopeutuessaan uuteen elämäntilanteeseen. Lapset myös vähentävät lesken tuntemaa yksinäisyyttä. (Laine 2001, 59, 61.) Blombergin ja Paunosen (2004) tutkimukseen osallistuneista nuorista leskistä jokainen kertoi lasten olleen merkittävä tekijä elämän jatkumiselle. Arjen oli jatkuttava lasten vuoksi. Vaikka nuori leski joutuu olemaan lapsilleen tukija, lapset nähtiin kuitenkin elämän ilona ja kannustavana tekijänä. (Blomberg & Paunonen 2004, 24.)

#### 4.3 Julkisen järjestelmän tuki

Jokaiselle Suomen asukkaalle on turvattu perustuslaissa perusoikeudet. Näitä ovat taloudelliset, sosiaaliset ja sivistykselliset oikeudet. Sosiaaliturvan tehtävänä on muun muassa turvata erilaisissa elämäntilanteissa hyvä toimintakyky ja sosiaalinen turvallisuus. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006a.) Lesket ovat kuitenkin erilaisessa asemassa keskenään muun muassa perhe-eläkkeiden saamisessa. Avoliitosta leskeytynyt ei voi saada perhe-eläkkeitä, vaikka hän on samanlaisessa tilanteessa kuin avioliitosta tai rekisteröityneestä parisuhteesta leskeytynyt. (Kela 2004.)

Sosiaalisen tuen osa-alueista julkisella sektorilla korostuu aineellinen tuki. Leski, jolla on lapsia, saa esimerkiksi Kelan lapsilisän yksinhuoltajalisää (Kela 2006). Kunnan sosiaalitoimi voi tukea taloudellisesti, jos leskellä on heikko taloudellinen tilanne. (Järvinen, Lempinen & Pohjasto 2002, 14.) Taloudellista tukea voi saada esimerkiksi toimeentulotuen muodossa, jos lesken menot ylittävät hänen tulonsa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006b).

*Työeläkelakien mukaista perhe-eläkettä* maksetaan avioliitosta tai rekisteröityneestä suhteesta leskeytyneelle. Työeläkelakien mukaisen perhe-eläkkeen pohjana on se eläke, jota kuollut puoliso sai tai jonka olisi saanut, jos olisi tullut kuolinpäivänään työkyvyttömäksi. (Työeläke.fi 2005.)

*Kansaneläkkeeseen perustuvaa perhe-eläkettä* leski voi saada tarvittaessa Kelalta, jos hän on alle 65-vuotias ja leskeytynyt avioliitosta, jonka on solminut ennen 65 ikävuotta. Jos leskellä ja kuolleella puolisoilla ei ole ollut lapsia, leski voi saada leskeneläkettä yllä mainittujen ehtojen lisäksi vain, jos hän on ollut alle 50-vuotias naimisiin mennessään ja liitto on kestänyt vähintään viisi vuotta. Lisäksi lapsettoman lesken on oltava vähintään 50-vuotias saadakseen leskeneläkettä. (Kela 2004.) Rekisteröityneestä parisuhteesta leskeytyneellä on samanlaiset oikeudet kuin avioliitosta leskeytyneellä (L 9.11.2001/950).

Avoliitosta leskeytynyt ei voi siis saada leskeneläkkeitä. Avoliitossa syntyneet lapset sen sijaan saavat sekä Kelan lapseneläkettä että työeläkkeen. (Kela 2004.) Nykyään tulisikin ottaa huomioon lainsäädännössä erilaiset perheet. Avoliitosta leskeytynyt voi joutua vaikeaan asemaan taloudellisesti. (Valtionhallinnon keskustelufoorumi 2004.)

Nuorelle leskelle perintöön liittyvät asiat tulevat yllätyksenä. Niihin ei osata varautua varsinkaan silloin, kun puolison kuolema on ollut äkillinen. Perintökaari-lain (L 5.2.1965/40) mukaan perinnön saavat lähinnä vainajan lapset. Valtionhallinnon keskustelufoorumissa (2004) todetaan, että avioliitosta tai rekisteröityneestä suhteesta leskeytynyt sijoittuu perimysjärjestyksessä vasta vainajan lasten jälkeen. Leski saa nykyisin käyttöoikeuden puolisoitten yhteiseen asuntoon ja asuntoirtoimistoon, jos vainajalta jäi lapsia.

Hallintaoikeus kuolleen puolison omaisuuteen jää leskelle. Leskellä ei silti ole oikeutta myydä tai muuten luovuttaa vainajan omaisuutta eteenpäin. Leski voi myös pitää asunnon jakamattomana hallinnassaan, vaikka se olisi ollut vainajan omaisuutta. (Hämäläinen 2006, 102–103.)

Avoliitosta leskeytynyt ei peri kuollutta puolisoaan, vaan hänen turvanaan voi olla ainoastaan ajoissa laadittu testamentti. Mahdollisesta perinnöstä avoliitosta leskeytynyt joutuu maksamaan veroa, jos puolisoilla ei ollut yhteisiä lapsia. Veroa perinnöstä joutuu maksamaan saman verran kuin täysin perheen tai suvun ulkopuolinen henkilö. (Hämäläinen 2006, 102–103.)

Maistraatti valvoo alaikäisten lasten omaisuuden hoitoa holhoustoimilain (442/1999) mukaisesti. Maistraatin lupa vaaditaan tärkeimpiin lapsen omaisuutta koskeviin tapahtumiin. Kotipaikan maistraatti valvoo lapsen omaisuuden hoitamista. (Holhoustoimen kehittämistyöryhmä 2003.) Järvisen, Lempi-sen ja Pohjaston (2002) mukaan leski joutuu useasti perustelemaan lapsien omaisuuden ja perhe-eläkkeen käyttöä maistraatille. Esimerkiksi asunnon vaihtamiseen leski tarvitsee maksullisen luvan maistraatilta. Perhe-eläkkeellä lapselle ostetuista hankinnoista voi joutua esittämään kuitit maistraatille. Eri maistraateilla käytännöt holhouslain käytännön toteuttamisesta vaihtelevat. (Järvinen ym. 2002, 11.)

Leski voi hakea myös julkiselta sektorilta, lähinnä kunnan sosiaalitoimesta, toiminnallista tukea esimerkiksi kodin- ja lastenhoitoon liittyvissä asioissa ja emotionaalista tukea mielenterveystoimistosta. (Järvinen, Lempinen & Pohjas-to 2002, 14.) Lesken tulisi saada julkiselta järjestelmältä tiedollista tukea ainakin muiden palveluiden piiriin ohjautumisen muodossa.

Kuntien terveyskeskuksista, perheneuvoloista ja mielenterveystoimistoista voi hakea apua erilaisiin terveydellisiin ongelmiin (Jyväskylän kaupunki 2006). Sairaanhoidopiirit tarjoavat erikoissairaanhoidon palveluja, muun muassa psykiatrista sairaalahoitoa (L1.12.1989/1062). Työterveyshuolto tarjoaa terveydenhoitajan, lääkärin ja psykologin palveluja (Järvinen ym. 2002, 14).

Aikaisempien tutkimuksien mukaan nuoret lesket kokivat julkisen tuen vähäiseksi ja jopa pettyivät siihen. Julkisilta palveluilta lesket odottivat tukea ja apua itselleen ja perheelleen, mutta pettyivät siihen, jos sitä edes saivat. Tuomisen (1994) tutkimuksessa lesket pettyivät nimenomaan julkisen sektorin emotionaaliseen tukeen. Blombergin ja Paunosen (2004) tutkimuksessa nuoret lesket olivat pettyneitä sosiaalitoimiston, perheneuvolan ja psykiatrisen sairaanhoidon tarjoamaan tukeen. (Blomberg & Paunonen 2004, 40; Tuominen 1994, 246.)

#### 4.4 Yksityiset palvelut

Leski voi halutessaan turvautua eri yritysten maksullisiin palveluihin. Näitä voivat olla esimerkiksi hautaustoimistojen palvelut, perunkirjoitus, vakuutusyhtiö, yksityiset terapiapalvelut ja yksityinen kotipalvelu.

Hautaustoimistot tarjoavat palveluinaan itse hautauksen ja hautausjärjestelyiden lisäksi monesti myös perunkirjoituksen (Suomen Hautaustoimistojen Liitto Ry. 2002). Myös pankit voivat tehdä perunkirjoituksen (Sampo 2006). Vakuutusyhtiöt neuvovat yleisen perhe-eläkkeen hakemisessa sekä sinne tulee ilmoittaa puolison kuolemasta, jos hänellä on ollut henkivakuutus tai muu vakuutus. (Tampereen kaupunki, Viestintäyksikkö 2006.)

Eri paikkakunnilla toimii erilaisia yksityisiä terapiapalveluja. Jyväskylässä toimii myös kriisiterapeutti. (Rappi-Lindholm 2006.) Leski voi halutessaan ostaa yksityistä kotipalvelua avuksensa kodinhoidossa (Järvinen ym. 2002, 14). Aikaisemmissa tutkimuksissa (ks. Blomberg & Paunonen 2004; Laine 2001; Tuominen 1994) ei ole selvitetty yksityisten palvelujen käyttöä.

#### 4.5 Kolmas sektori

Leif Rönnerberg (1999) kuvaa kolmannen sektorin sijoittuvan yleensä sosiaalisten perusinstituutioiden, yritysten, valtion ja perheiden, muodostaman kolmion keskelle. Kolmannella sektorilla on perusinstituutioiden ominaisuuksia, mutta toisaalta se on mekanismi, joka luo yritysten, valtion ja perheiden välille suhteita ja vuorovaikutusta. Kolmas sektori eroaa yrityksistä niin, ettei sen keskeisin tavoite ole tuottaa yritysten tavoin voittoa vaan kolmas sektori aloittaa taloudellisen toiminnan sen sosiaalisen arvon vuoksi, eikä taloudellinen toiminta tähtää voittoihin. Julkishallinnon tavoitteena on tuottaa palveluita kaikille kansalaisille, kolmannen sektorin toimijat taas aloittavat monesti toimintansa kauppeammasta sosiaalisesta lähtökohdasta ja toiminta voi koskea erittäin pieniä väestöryhmiä. (Rönnerberg 1999, 79–80.)

Päivi Repo (2006) toteaa artikkelissaan Helsingin Sanomissa, että suomalaiset turvaavat yhä enenevässä määrin järjestöihin. Artikkelin mukaan Suomes-

sa on vuonna 2006 rekisteröity noin 10 000 sosiaali- ja terveysturvajärjestöä. Järjestöistä saa vertaistukea, ne antavat mahdollisuuden osallistua toimintaan sekä tekevät merkittävää ehkäisevää työtä. Jopa viidennes sosiaalipalveluista on järjestöjen tuottamaa. Lisäksi artikkelissa tuodaan esille kuntien strategioissa esiintyvä ennaltaehkäisevätyö. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton kehittämisspäällikkö Marja Vuorinen kysyykin, kuka ehkäisevän työn loppujen lopuksi tekee? (Repo 2006, 9.) Myös Rönöberg (1999, 78) kysyy, että jos kolmatta sektoria voidaan pitää yhteiskunnallisesti tärkeänä toimijana, sektorina, niin miksi siitä puhutaan vasta kolmantena eikä ensimmäisenä?

Leskille kolmas sektori tarjoaa mahdollisuuden palveluihin, joita julkinen järjestelmä ei tuota. Kolmannen sektorin sosiaalinen tuki painottuu aineellisen tuen sijasta toiminnalliseen, henkiseen, emotionaaliseen ja tiedolliseen tukeen. Jyväskylän nuoret lesket ry:n (ks. luku 5) lisäksi erilaisia palveluita ja tukea tarjoavat muun muassa Mannerheimin lastensuojeluliitto, kriisikeskukset, seurakunnat, Eläkeliitto Ry., eri potilasyhdistykset ja Suomen Punainen Risti.

Suomen Mielenterveysseuran paikallisyhdistykset ylläpitävät yhteensä 17 kriisikeskusta eri puolilla Suomea. Kriisikeskukset tukevat selviytymistä erilaisissa vastaantulevissa kriisitilanteissa. (Suomen Mielenterveysseura 2006.) Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen palveluja ovat keskusteluapu asiakkaan luona ja kriisikeskuksessa, puhelinpäivystys sekä ohjaaminen ja tarvittaessa saattaminen jatkohoitoon (Kriisikeskus Mobile 2006).

Mannerheimin lastensuojeluliitto tarjoaa maksullista lastenhoitoapua sekä tukea vanhemmuuteen esimerkiksi lasten kasvatukseen liittyvissä kysymyksissä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2006.) Suomen Punainen Risti välittää vapaaehtoisia ystäviä ja tukihenkilöitä kuuntelijaa ja henkistä tukea kaipaavalle (Suomen Punainen Risti 2006).

Eläkeliitto Ry. järjestää Yhtäkkiä yksin -kursseja, jotka auttavat leskeä sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen sekä kouluttaa puolisonsa menettäneitä tukihenkilöiksi. (Eläkeliitto Ry. 2006.) Seurakunnista muun muassa Jyväskylän kaupunkiseurakunta tarjoaa keskusteluapua vaikeissa elämäntilanteissa sekä järjestää sururyhmiä läheisensä menettäneille (Jyväskylän kaupunkiseurakun-



ta 2006). Eri potilasyhdistykset tarjoavat apua ja tukea, jos puoliso on kuollut johonkin pitkäaikaissairauteen (Järvinen ym. 2002, 19). Blombergin ja Paunosen (2004, 31) tutkimukseen osallistuneet nuoret lesket kertoivat muun muassa Yhtäkkiä yksin-kurssin, vertaistuen ja seurakunnan henkisen tuen olleen heille tärkeitä.

#### 4.6 Vertaistuki

Vertaistukea saa kolmannelta sektorilta sekä organisoiduista oma-apuryhmistä, joita samassa elämäntilanteessa olevat ihmiset ovat perustaneet (Nylund 1999, 116). Muun muassa Jyvässeudun nuoret lesket ry. on lähtenyt liikkeelle oma-apuryhmästä ja vasta myöhemmin rekisteröitynyt yhdistykseksi (Rappi-Lindholm 2006). Suomessa vertaistukea ja oma-apuryhmiä on tutkinut enimmäkseen Marianne Nylund.

Nylundin (1996b) mukaan vapaaehtoinen jäsenyys on olennaista vertaistuelle. Hänen mukaansa vertaisryhmä muodostuu ihmisistä, joilla on yhteinen ongelma tai heillä on samanlainen elämäntilanne. Vertaisryhmään kuuluville henkilöillä on halu jakaa kokemuksiaan muiden ryhmäläisten kanssa ja näin pyrkiä ratkaisemaan tai vähentämään ongelmiaan tai elämäntilannettaan. Ryhmäläiset ovat sekä avun antajia että avun saajia, jolloin tuki on vastavuoroista. (Nylund 1996b, 193–194.) Tärkeätä on, että ihmiset tapaavat toisiaan ja jakavat kokemuksiaan, tuntemuksiaan ja siten ahdistustaan saman kokeneiden henkilöiden kanssa (Nylund 1996b, 194; Nylund 1999, 126).

Vuorisen (1996) mukaan Mielenterveyden keskusliitto määrittelee vertaistuen olevan omaehtoista ja yhteisöllistä tukea ihmisten kesken, joita yhdistää kohtalonyhteys. Kohtalonyhteys on sellainen, mitä muu yhteiskunta pitää poikkeavana ja tällöin ihminen tarvitsee enemmän sosiaalista tukea. Vuorisen mukaan aito vertaistuki lähtee siitä, että ihmiset tukevat toisiaan tasaveroisesti ja toiminta lähtee ryhmästä itsestään. Tällä tavoin se poikkeaa vapaaehtoisavustusta, jossa lähdetään periaatteesta, että joku tukee toista henkilöä. (Vuorinen 1996, 7-8.)

Vertaistuella on paljon merkitystä jaksamiseen ja elämänhallintaan. Ammat-  
tiapu ei voi korvata vertaistukea, sillä vertaistuki perustuu kokemuksellisu-  
uteen. Ihminen on subjekti, toimija eikä ole hoidon tai toimenpiteiden kohteena.  
Vertaistuesta saa toivoa ja uskoa selviytymään elämäntilanteestaan. Vertais-  
tuen tarkoituksena on työstää kriisin kokemus voimavaraksi, tiedostaa resurs-  
sit, tehostaa toimintakykyä ja antaa mahdollisuus suunnata tulevaisuuteen.  
(Pöyhtäri 2000.) Vertaistuki voi jopa parhaimmillaan parantaa ryhmäläisten  
itsetuntoa (Nylund 1996b, 204).

Vertaistukiryhmät järjestävät juhlia, retkiä, lastenhoitoapua ja asiantuntijaluen-  
toja. Monet vertaisryhmät kutsuvat tapaamisiinsa luennoimaan muun muassa  
psykologeja ja sosiaalityöntekijöitä. (Nylund 1996b, 200.) Ryhmien tavoitteena  
on myös pyrkiä saamaan muutoksia lainsäädäntöön sekä valvoa omia etujaan  
ja yrittää vaikuttaa epäkohtiin (Nylund 1996b, 200; Nylund 1996a, 33).

Vertaistuen voima on huomattu Suomessa ja muualla maailmassa. Hanna  
Eriksson (2006) kirjoittaa Helsingin Sanomissa Suomen Punaisen Ristin jär-  
jestämän vertaistukitoiminnan auttaneen tsunamissa läheisensä menettäneitä  
sopeutumaan tapahtuneeseen. Lisäksi Ugandassa vertaistuen on todettu se-  
kä vähentävän HIV-tartuntojen määrää että parantavan HIV-positiivisten elä-  
mänlaatua (Haikarainen 2006).

## 5. OMA YHDISTYS TUKIJANA

Sari Rappi-Lindholm huomasi oman leskeytymisensä seurauksena vertaistuen  
tarpeen. Tämän johdosta hän perusti Jyvässeudun nuoret lesket ry:n. Ensim-  
mäinen nuorten leskien tapaamisilta oli vuonna 1998 ja seuraavana vuonna  
yhdistys sai nykyisen nimensä. Tätä aikaisemmin nuoriin leskiin keskittyvää  
toimintaa ei ole Suomessa ollut. (Rappi-Lindholm 2006.)

Rappi-Lindholm on ollut käynnistämässä vastaavanlaisia yhdistyksiä tai toi-  
mintaa muille paikkakunnille ja parhaillaan Suomessa on 18 vertaisryhmää.  
Jyväskylän, Kuopion ja Helsingin ryhmät ovat rekisteröityneitä yhdistyksiä,

mutta vain Jyvässeudun nuoret lesket ry:llä on oman projektinsa kautta palkattu työntekijöitä. Tavoitteena on toiminnan leviäminen valtakunnalliseksi. Visio-  
na on, että missä tahansa henkilö leskeytyy, saisi hän tukea ja apua. Yhdis-  
tykset ja vertaisryhmät ovat tarkoitettu avo- ja avioliitoista sekä rekisteröity-  
neistä suhteista leskeytyneille. (Rappi-Lindholm 2006.)

Jyvässeudun nuoret lesket ry:tä sitovat säännöt, joista tärkein on vaitiolovel-  
vollisuus. Yhteistyötahoja ovat muun muassa Eläkeliitto, Tuettu suru-projekti,  
Jyväskylän kaupunkiseurakunta, Kriisikeskus Mobile, Mannerheimin lasten-  
suojeluliitto, Jyväskylän perheneuvola ja maistraatti. (Jyvässeudun nuoret les-  
ket ry. 2006.)

Jyvässeudun nuoret lesket ry:n esitteessä (2006) kerrotaan, että yhdistyksen  
tavoitteena on antaa vertaistukea ja voimaantumista surussa, auttaa ja tukea  
leskeytyneitä ja heidän lapsiaan, antaa neuvoja käytännön asioissa puolison  
kuoleman jälkeen, harjoittaa tiedotus- ja tukihenkilötoimintaa, kehittää toimin-  
taa paikallisesti ja valtakunnallisesti, vaikuttaa yhteiskunnallisella tasolla leski-  
perheiden oikeudelliseen asemaan ja olemassa oleviin epäkohtiin.

Rekisteröimisen jälkeen toiminta on laajentunut alle kymmenen hengen ryh-  
mästä noin 60 jäsenen yhdistykseksi. Alussa toiminta tapahtui täysin vapaa-  
ehtoisvoimin. Työmäärän ja jäsenten lisääntyessä päätettiin vuonna 2004 ha-  
kea rahoitusta kehittämishankkeelle, Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja  
toteuttaminen -projektille, jotta leskiperheiden ja toiminnan kehittämisen tar-  
peisiin voitaisiin vastata paremmin. (Rappi-Lindholm 2006.)

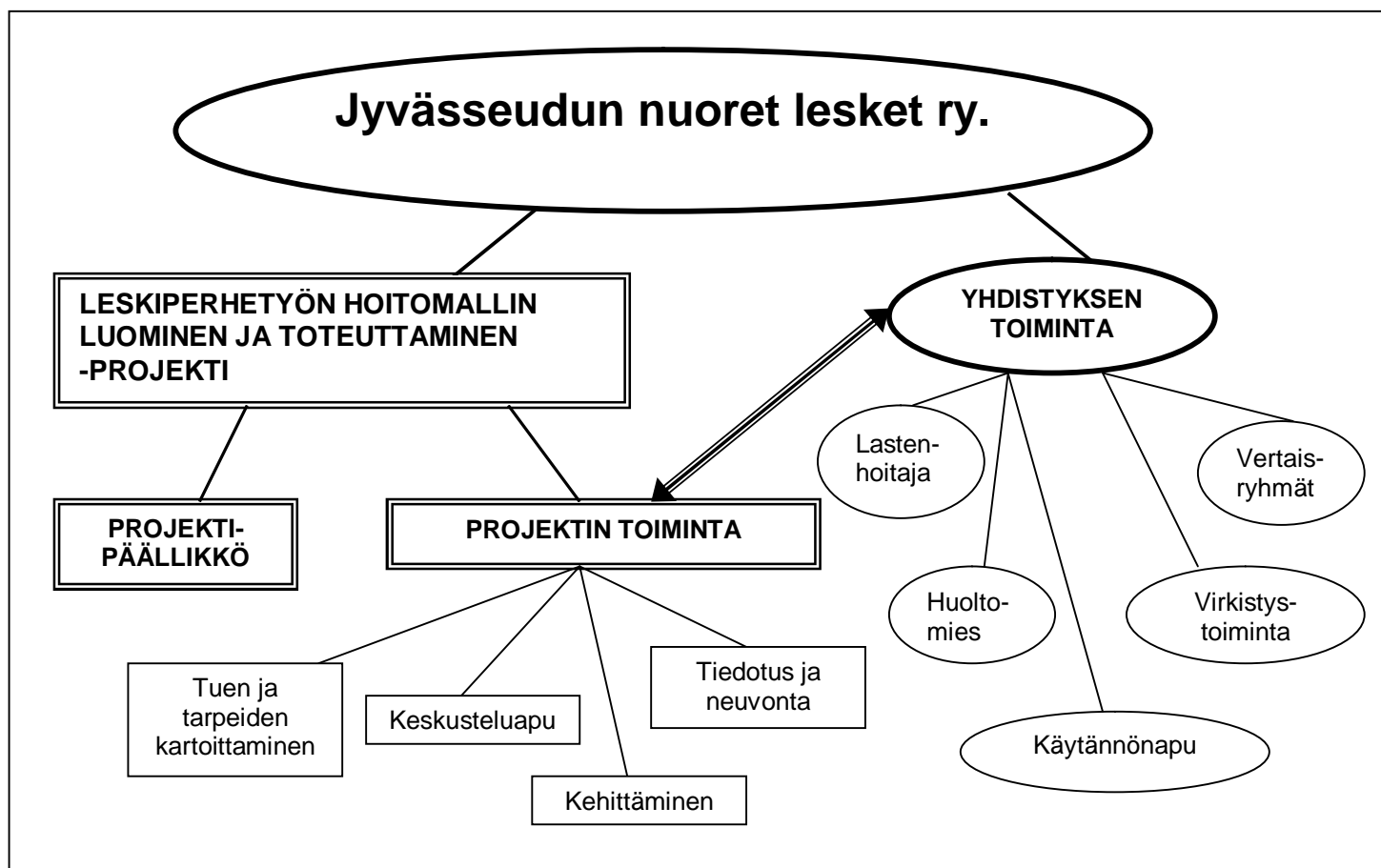
Vertaistapaamisia on noin kerran, pari kuussa. Vertaistapaamisissa keskustel-  
laan ja käsitellään asioita laaja-alaisesti liittyen leskeyteen. Teemailloissa vie-  
railee myös eri alojen asiantuntijoita nuorien leskien tarpeiden ja toiveiden  
mukaan. (Rappi-Lindholm 2006.) Jyvässeudun nuoret lesket ry. järjestää kes-  
kusteluapua, sururyhmiä sekä erilaista virkistystoimintaa. (Jyvässeudun nuo-  
ret lesket ry:n esite 2006.) Lisäksi yhdistykseen on käytännön avuksi palkattu  
yhdistelmätuella lastenhoitaja ja huoltomies, jotka molemmat työskentelevät  
leskien kodeissa (Rappi-Lindholm 2006).

Edellä mainittu Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projekti on hankkeena osa Jyvässeudun nuoret lesket ry:n toimintaa. Ilman yhdistystä ei olisi projektia. Projektissa hyödynnetäänkin paljon yhdistyksen toimintaa. Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin visiona on tarjota ”laadukasta leskityötä lapsiperheille ja lapsettomille leskille nyt ja tulevaisuudessa Jyvässeudulla”. Rahoittajana on Raha-automaatti yhdistys 1.2.2005–31.1.2008. Toiminta-ajatuksena on monipuolisen leskiperhetyön ja toimintamuotojen kehittäminen. (Jyvässeudun nuoret lesket ry. 2006.) Projektiin on palkattu yksi työntekijä, joka vastaa hankkeen toteuttamisesta. (Rappi-Lindholm 2006.)

Projektin tavoitteena on ottaa yhteyttä perheisiin heti kuoleman tapahduttua. Kriisitilanteissa kartoitetaan perheen tilanne, avun tarve ja verkostot. Suurimmaksi osaksi asiakkaat ohjautuvat yhdistyksen tai projektin piiriin esitteiden, Kriisikeskus Mobilen ja Internet-sivujen kautta. Perheen tai asiakkaan tilanteen pohjalta tehdään toimintasuunnitelma, jonka avulla perheen kriisitilannetta lähdetään purkamaan. Apua annetaan tarvittaessa käytännön asioiden hoitamiseen esimerkiksi hautajaisasioiden järjestämiseen ja eläke- ja holhous-toimilain noudattamiseen. Projektin tavoitteena on myös antaa apua aiemmin leskeytyneille, lapsettomille leskille sekä huomioida lapset surutyössä. (Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen 2004). Ammatillista keskustelua ja neuvontaa järjestyy sekä puhelimitse että projektin toimitiloissa. Myös monenlainen neuvonta- ja tiedotustoiminta leskiperheitä koskevista asioista ovat tärkeä osa toimintaa. (Rappi-Lindholm 2006.)

Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin yhteistyökumppaneita Jyvässeudun nuoret lesket ry:n yhteistyökumppaneiden lisäksi ovat Jyväskylänseudun mielenterveysseura ry., Jyväskylän työvoimatoimisto, Jyväskylän kaupungin työllistämispalveluyksikkö, Jyväskylän kaupungin kulttuurilautakunta, Keski-Suomen perheasiainneuvottelukeskus, Keski-Suomen keskussairaala, Jyvässeudun terveyskeskukset, Keski-Suomen yhteisöjen tuki ry., Itsemurhan tehneiden läheiset ry. ja Henkirikoksen uhrien läheiset ry. (Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen 2004.)

Alla olevan kuvion avulla haluamme selkeyttää projektin ja yhdistyksen suhdetta toisiinsa. Kuviosta huomaa, että projekti käyttää oman toimintansa apuna paljon yhdistyksen toimintaa leskiperhetyössä.



KUVIO 2. Jyvässeudun nuoret lesket ry. ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projekti.

## 6. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen tutkimus, joka koostuu teoreettisesta viitekehyksestä ja teemahaastatteluista ja niiden analyysistä. Tutkimuksen kohteina olivat Keski-Suomen alueella asuvat nuoret lesket.

## 6. 1 Tutkimuksen lähtökohdat ja aiheen rajaus

Tutkimuksen toive lähti oman mielenkiintomme lisäksi Jyvässeudun nuoret lesket ry:n sekä Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen - projektin tarpeista kartoittaa nuorten leskien tuen tarpeita puolison kuoleman kohdatessa. Tarkoituksena oli tutkia nuorien leskien konkreettista avun tarvetta, sillä julkinen järjestelmä ei juuri pysty erityistukea heille tarjoamaan. Tämä on todettu jo aiemmissa tutkimuksissa (ks. Blomberg & Paunonen 2004; Laine 2001; Tuominen 2004), kuten edellä on jo mainittu (ks. luku 4.3). Tutkimuksen tarkoituksena oli saada tuen tarpeista tietoa, joita yhdistys ja projekti voivat mahdollisesti hyödyntää tulevaisuudessa leskiperhetyötä kehittäessään. Kartoitimme myös sitä, kuinka hyvin yhdistys ja projekti ovat pystyneet tukemaan niiden toiminnassa mukana olleita leskiä.

Halusimme kartoittaa leskien tarvitsemaa ja saamaa tukea traumaattisen kriisin aikana sekä niitä asioita, jotka ovat auttaneet nuorta leskeä elämönhallintaan muuttuneessa elämäntilanteessa. Kartoitimme millaista henkistä, toiminnallista ja taloudellista tukea leski kokee tarvitsevansa muun muassa sukulaisilta, ystäviltä, ammattiauttajilta ja julkisilta palveluilta. Halusimme myös saada tietoa vertaistuen merkityksestä nuoren lesken uudessa elämäntilanteessa.

Päätimme rajata aihetta niin, että jätimme muun perheen tutkimuksen ulkopuolelle ja keskityimme siihen, mitä apua ja tukea leski itse piti merkittävänä kriisin, surutyön ja elämönhallinnan kannalta. Aiemmin nuoria leskiä ammattikorkeakoulun opinnäytetöissä on tutkittu lähinnä surun näkökulmasta (ks. luku 2). Aihe on edelleen ajankohtainen, sillä vasta viime vuosina on ylipäätään syntynyt käsite nuori leski.

## 6.2 Tutkimustehtävä ja -kysymykset

Tutkimuksen päätehtävänä oli selvittää, millaista tukea nuori leski tarvitsee puolison kuoleman kohdatessa. Tutkimuskysymykset olivat seuraavat:

1. Minkälaista apua nuori leski tarvitsi ja sai traumaattisen kriisin vaiheessa elämönhallintansa tueksi?

2. Millaisia muutoksia puolison kuolema on tuonut lesken arjen elämönhallintaan?
3. Mitkä asiat ja millainen tuki ovat auttaneet nuorta leskeä elämönhallinnan saavuttamisessa?
4. Miten Jyvässeudun nuoret lesket ry. ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projekti ovat olleet tukemassa nuoria leskiä elämönhallintaan?

### 6.3 Tutkimusmenetelmän ja tutkittavien valinta

Kvalitatiivinen tutkimus on tutkimusta, jossa menetelmien valinta riippuu tutkimusongelmasta ja -kohteesta. Kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmiä ovat muun muassa teemahaastattelu ja osallistuva havainnointi. Aineisto on yksityiskohtaista ja tuo esille ihmisten omat kokemukset. Tällöin päästään lähelle niitä merkityksiä, joita ihmiset antavat asioille ja tilanteille. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 27–28; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2003, 152, 155.)

Valitsimme tiedonkeruumenetelmäksemme teemahaastattelun, koska se on hyvä tapa saada aineistoa kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Teemahaastattelu on hyvä metodi silloin, kun kyseessä on aihe, jossa tutkitaan vaikeita ja arkoja asioita sekä halutaan syventää ja selventää saatavia tietoja ja vastauksia. Tämän metodin avulla tutkittavien ääni ja näkökulmat pääsevät esille. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 28; Hirsjärvi ym. 2003, 155, 192–193, 195.) Teemahaastattelun teemat olivat puolison kuolema kriisinä, sopeutuminen puolison kuoleman jälkeiseen elämään sekä Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin tuki. (Ks. Liite 1 Teemahaastattelurunko).

Haastateltavamme saimme projektin kautta. Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektilla on jäsentiedote, jossa kerroimme tarvitsemme haastateltavia opinnäytetyötämme varten. Kuusi nuorta leskeä ottivat yhteyttä ensin Sari Rappi-Lindholmiin, jonka jälkeen täyttivät tutkimuspyyntölomakkeen (ks. Liite 2). Tutkimuspyyntölomakkeessa esittelimme olevamme sosionomiopiskelijoita ja esitimme lyhyesti tutkimuksemme aiheen. Haastateltavaksi suostuneet täyttivät nimensä ja puhelinnumeronsa tutkimuspyyntölo-

makkeeseen. Soitimme tutkimuspyyntölomakkeen täyttäneille leskille ja sovimme haastatteluajankohdat.

#### 6.4 Haastatteluaineiston kerääminen ja analyysi

Huhtikuussa 2006 teimme koehaastattelun eräälle nuorelle leskelle. Koehaastattelun jälkeen totesimme teemahaastattelurungon (Liite 1) toimivaksi, joten emme tehneet siihen muutoksia. Koehaastattelusta saamaamme aineistoa emme ottaneet kuitenkaan mukaan varsinaiseen tutkimukseen.

Toukokuussa 2006 toteutimme ensimmäisen varsinaisen teemahaastattelun. Loput viisi haastattelua teimme syksyn 2006 kuluessa. Haastattelimme siis tutkimustamme varten kuutta nuorta leskeä, jotka olivat yhdistyksen ja projektin toiminnassa mukana. Yksi haastateltavista leskistä oli mies ja loput viisi olivat naisia. Haastateltavistamme yksi oli leskeytynyt avoliitosta. Kaikilla kuudella haastattelemlamme leskellä oli lapsia. Leskeytymisestä oli kulunut aikaa noin yhdestä vuodesta seitsemään vuoteen. Haastatteluista yhden teimme lesken kotona ja loput viisi projektin tiloissa. Haastattelut kestivät puolesta tunnista kahteen tuntiin.

Kaikki haastattelemamme lesket olivat käyttäneet Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin ja Jyvässeudun nuoret lesket ry:n toimintoja (ks. kuvio 2). Toimintoihin osallistuminen tai niiden käyttäminen vaikuttivat haastateltavien vastauksiin tuen saamisesta. Sellaisen nuoren lesken, joka ei saa projektin tai yhdistyksen tukea, vastaukset mitä luultavimmin poikkeaisivat haastateltaviemme vastauksista. Ilman yhdistyksen tai projektin tukea nuori leski voi jäädä vaille tarvitsemaansa erityistukea.

Haastattelut sujuivat mielestämme hyvin. Yritimme luoda ilmapiirin hyväksi ja rennoksi, jotta lesket kokisivat olonsa turvalliseksi kertoa kokemuksistaan. Nuoret lesket rentoutuivat haastattelun kuluessa; sen huomasi muun muassa siitä, että vastaukset pitenivät loppua kohden, kun aivan haastattelun alussa ne olivat melkein kaikilla melko lyhyitä. Haastateltaville nuorille leskille vaikutti jäävän hyvä vaikutelma haastatteluhetkestä. Mielestämme he poistuivat haastattelutilanteesta hyvillä mielin.



Nauhoitimme haastattelut ja litteroimme eli purimme ne sana sanalta tekstiksi. Litteroitua tekstiä tuli haastattelun kestosta riippuen 7-15 sivua ja yhteensä litteroitua tekstiä tuli yhdellä rivinvälillä 69 sivua. Jätimme haastattelujen litteroinnista pois vain täysin asiaan kuulumattomat keskustelut. Tällaisia keskusteluja olivat esimerkiksi keskustelut säästä ja harrastuksista. Kirjaimet S tai M kuvasivat omaa osuuttamme ja H haastateltavan osuutta. Epäselvät kohdat merkitsimme tekstiin kirjoittamalla *epäselvä kohta*.

Litteroidun haastatteluaineiston analyysinä käytimme sisällön analyysiä, joka käy strukturoimattoman aineiston analyysiin (Hirsjärvi & Hurme 1988, 114–115). Aloitimme sisällön analyysin niin, että luimme haastatteluja useaan otteeseen läpi. Luimme molemmat jokaisen haastattelun läpi useaan otteeseen, jolloin me molemmat pystyimme tekemään huomioita haastatteluista.

Numeroimme haastattelut ja jokaisen litteroidun haastattelun tulostimme kolmeen kertaan, jolloin haastatteluja oli jokaista haastatteluteemaa (ks. liite 1) varten yksi kappale. Alleviivasimme erivärisillä tusseilla, haastattelurunkoa hyväksikäyttäen, leskien vastauksia aineistosta. Esimerkiksi vihreää väriä vastasi ensimmäisen teeman kysymys ”Oliko puoliso kuolema ennakoitavissa/äkillinen?”, jolloin alleviivasimme vihreällä värillä kysymykseen saadut vastaukset jokaisesta haastattelusta ja niin edelleen. Alleviivauksella nousivat niin sanotusti suorat vastaukset esille aineistosta. Alleviivaamattomat kohdat kävimme vielä erikseen läpi ja nostimme näin vielä tutkimukseen liittyviä tietoja esille.

## 7. TULOKSET

Haastateltavamme kuusi nuorta leskeä olivat haastatteluhetkellä 36–47-vuotiaita. Haastateltavien keski-ikä haastatteluhetkellä oli noin 40 vuotta. Leskeytymisestä haastateltavilla oli kulunut aikaa noin yhdestä vuodesta seitsemään vuoteen. Leskeytymisestä kulunut keskimääräinen aika oli haastattelu-

hetkellä noin neljä vuotta. Haastateltavamme olivat olleet leskeytyessään 30–45-vuotiaita ja heidän keski-ikänsä tuolloin oli noin 36 vuotta.

Neljä haastateltavista nuorista leskistä oli töissä haastatteluajankohtana. Haastateltavien koulutus oli ammattikoulututkinnosta ylempään korkeakoulututkintoon. Kaikilla nuorilla leskillä oli leskeytyessään lapsia, jotka olivat haastatteluhetkellä iältään 3–15-vuotiaita. Leskillä oli lapsia yhdestä neljään.

Käytämme tulosten esittelyssä haastatteluotteita, joilla vahvistamme tutkimuksemme validiteettia (Hirsjärvi & Hurme 2000, 194). Lainausten avulla haluamme tuoda esille myös leskien omaa ääntä. Lainauksista on jätetty pois niin sanotut täytesanat, esimerkiksi ”niinku”, ”tuota” ja ”sillä lailla”.

### 7.1 Nuoren lesken kriisivaiheessa tarvitsema ja saama tuki

Kaikkien haastateltavien puoliset kuolivat haastateltavien mukaan äkillisesti. Osa nuorien leskien puolisoista oli kuollut sairastamisen seurauksena, mutta heidänkin kuolemansa tulivat yllätyksenä näille leskille. Äkillinen kuolema on tapahtumana erittäin vaativa ja silloin leskeltä vaaditaan kaikki voimavarat siitä selviytymiseen ja uuteen elämäntilanteeseen sopeutumiseen (Saari 2003, 27; Roos 1987, 65–66; ks. luku 3.2). Ulkopuolista tukea tulisi olla tarjolla leskille juuri tällaisena hetkenä, lesken ponnistellessa voimavarojensa äärilaidoilla (Kumpusalo 1991, 16; ks. luku 4.1).

Leskille oli melko haasteellista miettiä ja muistella, mitä tukea he saivat heti puolison kuoleman jälkeen. Eräs leski totesikin, että:

*”Tälleen jälkikäteen, ku on ruvennu miettimään, mitä silloin ihan just on tapahtunu, niin ei niitä muista silleen. Että se oli semmosta kaaosta.”*

### **Lesken saama tuki heti puolison kuoleman jälkeen**

Parhaimmaksi tueksi heti puolison kuoleman jälkeen nuoret lesket kertoivat olleen läheisten emotionaalisen ja toiminnallisen tuen, sekä Jyvässeudun nuoret lesket ry:n vertaistukiryhmät. Läheisten kuunteleminen, empatia ja lastenhoito olivat olleet haastateltaville tärkeitä. Lesken sisäiselle ja ulkoiselle elä-

mänhallinnalle tällä oli suuri merkitys. Hyvät suhteet lähimpiin ihmisiin auttavat nuorta leskeä kohtaamaan uuden elämäntilanteen (Tuominen 1994, 228; ks. luku 4.2).

*”Heti ihan niitä ensimmäisiä tunteita oli se hirveä kaaos, eli saaha niinku hirveän äkkiä jaettua se tieto jonkun kanssa.”*

*”Totta kai siinä heti kuoleman jälkeen se, että ei tarvinnu olla yksin, että ystävät tuli mukaan ostamaan arkkua ja tuli ensimmäiseksi yöks.”*

Vertaistuki koettiin tärkeänä, koska sen avulla lesket saivat jakaa kokemuksiinsa ja tunteitaan muiden saman kokeneiden kanssa. Eräs leski mainitsi nimenomaan pienemmän, ei kaikille avoimen, vertaisryhmän olleen keskeinen itselleen. Lisäksi lesket mainitsivat merkittäväksi muun muassa Jyvässeudun nuoret lesket ry:n lastenhoitoavun sekä Eläkeliiton Yhtäkkiä yksin-kurssin.

*”Se on sitä, että tuo ryhmä [vertaistukiryhmä], ku siellä keskustellaan, niin just on niitä saman kokeneita, et se auttaa paljon. Koska ei sitä kuitenkaan jonku naapurinkaan kaa voi, vaikka se on nähny, tuntenu ihmiset, ku sillä ei oo tätä samaa kokemusta, niin ei se voi kuitenkaan ymmärtää. Et se vertaistuki on tärkeä, että voi jakaa sen asian.”*

Avoliitosta leskeytynyt koki, ettei hän saanut tarpeeksi tietoa alussa käytännönasioiden hoitamiseen muun muassa perinnönjakoa koskeviin asioihin. Hän kertoi kuitenkin yhteyden myöhemmin toiseen avoleskeen auttaneen käytännönasioiden hoitamisessa.

*”Että kyl mä oisin tarvinnu, tai enemmän oisin kaivannu tietoo just käytännönasioihin. --- Ja se oli kans avoleski niin mää sit varmaan sen kans sit muutaman kerran soittelin.”*

Kaikki haastattemamme nuoret lesket olivat saaneet tukea sukulaisiltaan ja puolet haastateltavista kertoi saaneensa tukea myös ystäviltään. Yksi leskistä kuvasi saaneensa tukea vielä naapuriltaan. Tosin haastateltavamme olisivat kaivanneet enemmänkin apua läheisiltä.

*”--- et se oli, ehkä liian lyhytkestoista silloin. Et ihmiset ajattelee, että hautajaisiin saakka soitellaan ja kysytään kuinka jaksat, mut*

*sen jälkeen ihmiset ei enää muista. --- et sitten tarvii ihan oikeasti sitä tukea.”*

Emotionaalista tukea heti puolison kuoleman jälkeen nuorille leskille tuli siis lähinnä läheisiltä ihmisiltä; sukulaisilta ja ystäviltä. Moni oli saanut emotionaalista tukea myös Kriisikeskus Mobilesta. Toiminnallisen tuen lähteenä läheiset ihmiset olivat heti lesken kriisivaiheessa tärkeimpiä auttajia. Ystävät ja sukulaiset auttoivat käytännön järjestelyissä, esimerkiksi hautajaisten järjestämisessä, ja lastenhoidossa. Osa leskistä kertoi lisäksi saaneensa aineellista tukea, rahallisia avustuksia, läheisiltään.

Moni haastateltavista nuorista leskistä sai Mobilesta akuuttiin kriisiinsä keskusteluapua yhdestä kolmeen kertaan. Osalle leskistä tämä apu oli riittävää, osalle taas ei.

*”--- se oli oikeestaan ensimmäinen apu läheisten ulkopuolelta.”*

Eräs haastateltava olisi halunnut Kriisikeskus Mobilesta keskusteluapua enemmänkin kuin vain kolme kertaa ja ohjausta eteenpäin esimerkiksi psykologin vastaanotolle. Yksi haastateltavamme ei pitänyt Kriisikeskus Mobilen tarjoamasta kriisiavusta vaan koki sen jopa ahdistavaksi. Ne haastateltavamme, jotka jäivät ilman kriisiapua, olivat jääneet sitä kaipaamaan.

*”--- kävinkö mää kolme kertaa, ku ne ilmotti, että tää on vaan akuuttia kriisiä varten, että ei he enempää sun kans pysty olemaan. --- et kolme kertaa ja that`s it niinku.”*

Puolet nuorista leskistä kertoi saaneensa melko pian puolison kuoleman jälkeen tiedon Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä. Tämän he kokivat hyvänä, koska saivat pian puolison kuoleman jälkeen yhdistykseltä neuvoja käytännön asioiden hoitamiseen ja keskusteluapua sekä vertaistukea. Lisäksi Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä he saivat tietoa muun muassa Eläkeliiton Yhtäkkiä yksin-kursseista, Kelan lapsilisän yksinhuoltajalisästä sekä Winkut-sivustosta, joka on virtuaalinen kohtaamispaikka nuorena leskeytyneille.

*”--- esimerkiks Kelaltaki ku sai eläkettä, niin että sieltä osaa kysyy myös sitä yksinhuoltajalisää. Kun Kela ei tarjonnu sitä, jos ei osannu kysyy.”*

*”Eihän nuorena leskenä tuu mieleen ottaa yhteyttä esimerkiksi Eläkeliittoon!”*

Lisäksi tukea oli saatu työterveyslääkäriltä, työkavereilta ja tutulta leskeltä. Tukea oli saatu muun ohella yllättäviltä tahoilta: hautausoimistosta, lapsen päiväkodin henkilökunnalta ja eräältä kauppiaalta. Lesket muistivat jokaisen auttajan, joka oli heidät pystynyt surussaan kohtaamaan. Eräs haastateltavamme totesikin saamastaan tuesta, että:

*”--- se ei tuu sieltä, mistä sen olettas.”*

Huonoimmat kokemukset tuen saamisesta vaihtelivat haastateltavillamme paljon, oli hyvin henkilökohtaista miten kokemukset määräytyivät. Moni leskistä mainitsi pettymyksensä tuttaviin ja jopa ystäviin, koska he eivät osanneet suhtautua surevaan leskeen. Joskus lesket kokivat myös joutuvansa itse lohduttamaan muita ihmisiä.

*”--- työpaikalla ja missä vaan saatto tavata sellasii ihmisiä, jotka tunsu mut, mutta ne ei sitte uskaltanu kohdata sitä mun surua. Et vältteli tai jotain muuta, et sen ihan selvästi huomasi.”*

*”Kun joku ihminen otti yhteyttäkin, niin se koki sen jotenkin niin, että sitä joutu lohduttaa. Tai sitte kaikki puhu omista ongelmistaan, että jostakin syystä se laukas sen, että joskus tuntu, että joutu kuuntelemaan toisten ongelmia.”*

Puolison menettäminen oli siis vaikuttanut haastattelemiemme nuorien leskien sosiaalisiin suhteisiin; tämän saman toteaa Tuominen (1994, 90; ks. luku 4.1) omassa tutkimuksessaan. Ystävien ja läheisten menettäminen ovat traumaattisen kriisin kannalta sekundäärisiä menetyksiä. Sekundääriset menetykset vaikeuttavat sopeutumista uuteen elämäntilanteeseen ja aiheuttavat leskelle lisää taakkaa. (Poijula 2002, 69.)

Kokemukset tuen huonoudesta jakautuivat karkeasti kahteen ryhmään: niihin leskiin, jotka pettyivät saamaansa tukeen ja niihin leskiin, jotka hakivat tukea, mutteivät sitä saaneet. Tuen huonoutta oli sen laadun huonous, negatiivinen sosiaalinen tuki, esimerkiksi lääkärin tökerö kommentti tai liian lähelle pyrkiminen vieraana ihmisenä nuoren lesken surussa.

*”Semmonen yksittäinen tulee mieleen, oman lääkärin tokasu, joka anto kaks viikkoa sairaslomaa ja sano, et jos et oo vielä selvinny niin soita sit lisää.”*

*”Mobilen apu oli jotenki semmosta et mä suorastaan ahdistuin siitä. --- Ne niitten puheet oli vaan sitä, että anna itkun tulla ja mä sua ymmärrän – niin teki mieli huutaa, et sä et tiedä pätkeäkään mistä tässä on kysymys! --- Et kyl mä tasan tarkkaan tiedän, että he halus ihan oikeasti auttaa, mut se ei jotenki meille kolahtanu.”*

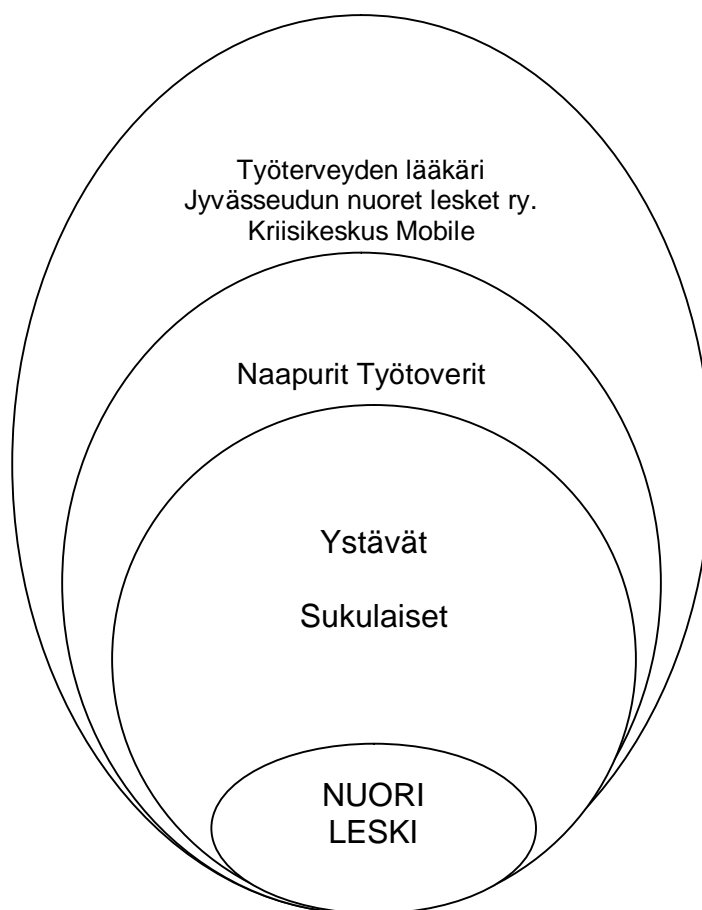
Eräs leski oli myös kokenut naapurinsa yrittävän käyttää hyväkseen lesken surua omiin tarkoituksiinsa.

*”Naapureista tulee mieleen se, et sellanenki tuli, jota mä en ollu ikinä tavannu, jolla oli oma uskonnollinen intressi. Se tuli tervehtii ja lopuks löi lehdet kouraan, et se oli järkyttävää. Et yritti varmaanki käyttää hyväkseen siinä tilassa olevaa, herkässä mielentilassa olevaa ihmistä. Et se [kokemus], oli melkeen järkyttävin .”*

Lesket, jotka hakivat tukea, mutta eivät olleet sitä saaneet, kokivat pettyneensä varsinkin julkisen järjestelmän tukeen, jota he olivat hakeneet aktiivisesti itse. Heitä ei myöskään ollut neuvottu tai ohjattu muiden palveluiden piiriin. Lesket olettivat saavansa edes tiedollista tukea julkiselta järjestelmältä, muttei edes asiointi Kelassa sujunut vaikeuksitta. Suurimmalle osalle nuorista leskistä ei ollut esimerkiksi kerrottu Kelasta lapsilisän yksinhuoltajalisästä.

*”Tavallaan tuli tunne, että kukaan ei huolehdi musta eikä välitä. Että on niin turvaton olo, yrittää johonki tarttua ja sitte ei välttämättä saa sieltäkään sitä apua tai tukea.”*

Seuraavalla sivulla olevasta kuviosta (kuvio 4.) näkee leskien tärkeimmät auttajat heti lesken kriisivaiheessa. Kuviosta huomaa julkisen tuen puuttumisen kriisivaiheen aikana.



KUVIO 4. Nuorien leskien saama sosiaalinen tuki heti puolison kuoleman jälkeen.

### **Lesken tarvitsema tuki kriisivaiheen aikana**

Puolet nuorista leskistä ilmoitti sosiaalisen tuen heti puolison kuoleman jälkeen olleen riittämätöntä. Eniten he olisivat tarvinneet emotionaalista tukea läheisiltään. Lesket kaipasivat myös tiedollista tukea ja ohjausta käytännön asioiden järjestelyyn muun muassa Kelan tukien hakemiseen, maistraatin hoidon selvittämiseen sekä toiminnallista ja aineellista tukea arkeen kodinhoito- ja lastenhoitoapuun liittyvissä asioissa, jolloin aikaa olisi jäänyt omaan kriisi- ja surutyöhön.

*”Se paperisota, mikä siinä tulee eteen, niin kyllä se on juuri siinä raskaimmassa vaiheessa. Ku aattelet, et sä oot ihan täydellisessä sokissa ja sun täytyy jotenkin yrittää ajatella järkevästi niitä asioita. Ne täytyy kuitenkin jonkinlaiseen päätökseen viedä.”*

*”Et kyl se, et omaa aikaa ois pitäny saada enemmän siinä alussa”*

Lisäksi olisi haluttu ammattiapua traumaattisen kriisin käsittelyyn esimerkiksi psykologilta. Kaksi leskeä totesi, että olisi tehnyt asioita eri tavalla, jos olisi saanut enemmän tukea ja ohjausta käytännön asioiden hoitamiseen. Eräs nuori leski oli myynyt kotinsa kriisin keskellä ja toinen taas ei ollut tiennyt maistraatin valvovan yhteisen omaisuuden hoitoa ja oli muun muassa myynyt kuolleen puolisonsa omaisuutta.

*”Keskusteluapu on yks tärkeimmistä ja sit siihen kodinhoidon pyö-  
ritykseen, ettei siihen tarviis niin paljoo siinä alussa. --- Ja sitte  
just tässä paperipuolen hoitamisessa ois tarvinnu [apua], ei ois  
tarvinnu nuin vaikeesti.”*

*”--- aika monenlaisia päätöksiä joutu tekemään ja teki sitten ihan  
sillä lailla, et en mää jaksa, et antaa vaan... --- voi ihan sanoo, et  
harmittaa itse asiassa. --- jos ois ollu ihmisiä lähellä, jotka ois pys-  
tyny siinä tilanteessa olee järkeviä, niin olis tehny asioita toisin.”*

Kaksi haastateltavaamme kertoi, että sosiaalinen tuki heti puolison kuoleman jälkeen oli melko riittävää. Toinen leskistä olisi toivonut enemmän tukea sukulaisiltaan, mutta toisaalta totesi, että elämä nykyään on sellaista, etteivät kaikki pysty tai ehdi auttamaan, vaikka haluaisivat. Nämä lesket korostivat, että tuen saamisessa täytyy itse olla aktiivinen. He myös totesivat, että heillä oli suhteellisen hyvin asiat taloudellisesti ja laaja sosiaalinen verkosto.

*”--- mulla oli näitä ystäviä ja muita, mut jos ajatellaan sellasta, jolla  
ei oo ketään kelle puhua, niin semmosen voi olla tietysti vaikee  
tänä päivänä, ku tietää millaset jonot on joka paikkaan.”*

Nämä kaksi leskeä olivat muun ohella saaneet tiedon Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen-projektista melko nopeasti puolison kuoleman jälkeen. He olivat päässeet sitten käyttämään pian yhdistyksen ja projektin palveluja ja saaneet myös sitä kautta tietoa ja ohjausta muihin palveluihin.

*”--- mää oon kyllä etenkin täällä Jyväskylässä niin etuoikeutetussa  
asemassa. Niin ku nuorien leskien lastenhoitaja, et eihän missään  
muualla Suomessa oo sellasta.”*



*”--- et enhän mää tällasesta Eläkeliiton kurssistakaan [Yhtäkkiä yksin] olis tienny, jos ei ois ollu tätä ryhmää [Jyvässeudun nuoret lesket ry.]”*

Yksi leski koki saamansa tuen olleen toisaalta riittävää ja toisaalta riittämätöntä. Hän oli myös saanut tiedon Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä melko pian puolison kuoleman jälkeen ja koki tämän olleen merkittävää tuen saamisen kannalta. Heti puolison kuoleman jälkeen hän olisi toivonut saavansa ammattiapua kriisinsä käsittelyn tueksi.

Kysymykseen avun tai tuen saamisesta oikeaan aikaan heti puolison kuoleman jälkeen oli haastateltavien selkeästi vaikea vastata. Tässä emme nähneet eroa leskeytymisestä kuluneen ajan välillä: niillä leskillä, joilla oli pisin aika leskeytymisestäään, ei ollut niin sanotusti helpompaa arvioida tuen oikea-aikaisuutta. Kaksi nuorta leskeä, jotka kokivat saaneensa apua oikeaan aikaan, olivat hakeneet sitä itse ja korostivat tässä omaa aktiivisuutta avun hakemisessa. Eräs näistä leskistä painotti tiedon saamista Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä avun oikea-aikaisuuden kannalta olleen tärkeää.

*”Minä olen siinä mielessä onnekas, että sain sen [tiedon Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä] ajoissa, jolloin sitä tukea on tullut ajoissa ja tähän on ollu tietoväylä kaikkeen muuhunkin.”*

Vastaukset tuen oikea-aikaisuudesta olivat lopuilla neljällä leskellä melko epätarkat, ja he kokivat tuen oikea-aikaisuuden arvioimisen hankalaksi. He jäivät kaipaamaan jotakin tukea tai apua, mutta eivät osanneet eritellä mitä tämä tuki tai apu oikea-aikaisuuden kannalta olisi voinut olla.

*”Vähä vaikee sanoa et tuliks se oikeaan aikaan se apu, mut kyl se varmaan tuli. Et se apu mikä tuli, niin onneks sekin tuli.”*

Lesket saivat ja tarvitsivat eniten tukea kriisivaiheessa lähinnä läheisiltä ihmisiltä ja läheiset ihmiset olivat myös parhaat auttajat. Äkillinen puolison kuolema vetää ikään kuin maton jalkojen alta: sisäinen turvallisuuden tunne häviää (Keltinkangas-Järvinen 2000, 27–28). Elämänhallinnan tunteen pirstoutuminen vaatii juuri läheisten ihmisten tai vertaisten, saman kokeneiden tukea, jotta nuori leski voi alkaa rakentamaan uutta pohjaa elämällensä.

Tieto tuen saatavuudesta voi helpottaa leskeä, mutta tuloksista voi päätellä, ettei tukea juuri ole olemassa nuorille leskille varsinkaan julkiselta sektorilta. Tämä on todettu myös aiemmissa tutkimuksissa (ks. Blomberg & Paunonen 2004; Tuominen 1994). Virjonen (1994) toteaa teoksessaan, että jonkun sosiaalisen tuen tasojen puuttuessa on sen merkitys turvallisuuden tunteeseen negatiivinen. Leskillä tulisi olla tieto ja varmuus siitä, että heillä on käytettävissä tukea; jo pelkkä tieto tuen saamisesta tarvittaessa lisää elämänhallinnan tunnetta. (Virjonen 1994, 42; ks. luku 4.1.) Tästä herääkin kysymys julkisen järjestelmän tuen puuttuessa leskiltä, onko nuoren lesken elämänhallinta puutteellista?

## 7.2 Nuorien leskien ulkoiseen elämänhallintaan vaikuttaneet asiat ja tuki

Edellä olemme jo todenneet, että lesken ulkoinen elämänhallinta on nimenomaan arjen kuvioiden pysyvyyttä yhtäkkiä muuttuneessa elämäntilanteessa (ks. luku 3.1). Ulkoisella elämänhallinnalla pyritään Niemelän (1991, 17) mukaan turvalliseen elämäntilanteeseen. Leskien tarvitsema tuki arkeen onkin merkittävä asia elämänhallinnan kannalta. Nuoret lesket ovat huonossa asemassa toiminnallisen tuen kannalta ilman yhdistyksen tarjoamaa tukea. Puolison kuoleman myötä muun muassa taloudellinen turva voi poistua lesken elämästä; yksinhuoltajuus on uhka ulkoiselle elämänhallinnalle. Myös turvallinen asema henkisesti voi heikentyä, jos ystävät ja tuttavat eivät pysty kohtaamaan leskeä hänen surussaan.

*”Jos aattelee, ei ittee vaan nuoria leskiä koko Suomessa, niin se on varmasti se kaikista suurin hankaluus, että sitä käytännönapua ei yhteiskunnan puolelta nuorelle leskelle tarjota lainkaan. Pitää olla jo todella lastensuojelullinen tarve, että sitä perhetyöntekijää saa. Tavallaan vois peräänkuuluttaa ihan tätä vanhaa kodinhoitajajusteemiä. Pitäs olla mahdollisuus siinä tilanteessa saada semmonen kodinhoitaja, joka auttaa arjessa. Ja auttaa alkuun, että saa ite hoitaa käytännön asioita ja levätä. Sen ei pitäis edellyttää lastensuojelullista statusta, että ihminen tässä tilanteessa saa apua.”*

*”Jos aattelee tilannetta niin, että asuisin jossain muualla, missä näitä ei olis [yhdistyksen ja projektin palveluja], niin silloinhan se [tuki] olis täysin riittämätöntä, koska silloin en käytännössä olis saanut mitään muuta kuin ystävien ja sukulaisten tukea. Mutta*

*kun on ollu mahollista saaha tätä lastenhoitoapua täältä, niin se on ollu tosi tärkeä, koska mulla ei asu ketään sukulaisia täällä.”*

### **Leskien arjen elämänhallintaan vaikuttaneet seikat ja tuki**

Lesket kertoivat arjen muuttuneen täysin puolison kuoleman myötä. Enää ei ollut toista aikuista jakamassa arjen kuvioita. Vapaa-ajan nähtiin jäävän vähäiseksi, koska nyt piti tehdä kaikki kodin askareet yksin. Muutama leski korosti myös taloudellisen tilanteen huonontuneen puolison kuoleman myötä.

*”Kyllähän ku toinen siitä kokonaan pois lähtee, niin muuttuu se arki ihan tyystin. Sun pitää yksinään tehdä kaikki asiat, pitää vastata koko huushollin ylläpidosta ja autosta ja kaikesta. Et kun sanot, et miten se muuttuu, niin ihan totaalisesti.”*

*”Sillon ku meitä oli kaks, niin sillonki arki oli välillä aika rankkaa. --- Et nyt kun on jäänyt yksin, niin se tuntuu ihan mahottomalta.”*

*”Kun arkirutiinit pyörii, se mahdollistaa, et on jonkinlainen tasapaino tai eteenpäin meneminen on mahdollista.”*

Yksinhuoltajuus tuli yllätyksenä, koska tähän eivät lesket olleet osanneet varautua. Leski oli uudessa elämäntilanteessaan yksin vastuussa lapsista. Pelko lapsen jäämisestä yksin huolestutti leskiä. Lesket kertoivat myös yksinäisyyden tuntuvan taakalta, kun ei ollut puolisoa, kumppania rinnalla jakamassa arkea.

*”Tietysti se yksinhuoltajuus, joka monella lailla hankaloittaa elämää. On aina yksin vastuussa lapsista.--- Ja tietysti se oma yksinäisyys, että ei oo sitä kumppania ja puolisoa siinä itsellekään, eikä lapsille isää.”*

*”Se huoli tuli sit siitä, että mä joudun yksin päättää kaikki lapseen liittyvät asiat ja että lapsella ei oo ketään muuta kuin minä ja mitäs sitten, jos mulle sattuu jotain?”*

Haastateltavamme nuoret lesket kokivat tarvitsevansa tai tarvinneensa tukea vanhemmuuteen. Vastauksissa korostui toisen aikuisen puuttuminen, jolloin arjen pyörittäminen oli hankalampaa ja vapaa-aikaa ei jäänyt sitä vähääkään, mitä ennen oli jäänyt. Vapaa-ajan puuttuminen merkitsi myös lesken oman surun laittamista taka-alalle. Nuoret lesket toivoivatkin jotakuta aikuista ihmistä arjen jakajaksi heti surutyön alkuun, jotta saisi rauhassa miettiä asioita ja uutta

elämäntilannetta. Lesket olisivat toivoneet tukea vanhemmuuteen erityisesti läheisiltään.

*”Et tavallaan toivois, että joku tulis ja sanois, että kuule mees nyt siitä, että minä olen kaverina tai teen. Mutta me ollaan työllistettyjä kaikki oman perheemme kanssa, et me ei ehkä huomata sitä lähimmäistä kuitenkaan.”*

*”Sillon alussa ois kyllä ollu kiva, et joku ois vähän jeesannu. Kyllä sillon pitäis olla... Et sillon se apu pitäis antaa, eikä sitten jälkeeseen päin.”*

Lesket painottivat myös huolta lapsista; huolta lapsien surusta ja heidän selviytymisestään ilman toista vanhempaa. He kokivat vastuunsa vanhempina kasvaneen toisen vanhemman poismenon myötä. Leskeytymisen myös selkeästi lisäsi vanhemman syyllisyyttä lastenkasvatuksesta. Syyllisyyttä koettiin varsinkin silloin, kun omat voimavarat olivat vähissä. Eräs leski tunsi, että joutui nöyrytymään ja pyytämään apua lastenkasvatukseen sekä antamaan vastuuta toiselle, vieraalle henkilölle, tässä tapauksessa lastenhoitajalle.

*”Se taakka ja vastuu on aina yksin mulla ja piste.”*

*”Että kukaan ei oo jakamassa niitä [vanhemmuuden] ilojakaan siinä [arjessa].”*

Juhlat ja viikonloput tuntuivat leskistä raskailta. He kokivat syyllisyyttä, kun juhlat eivät olleet kuten ennen; niistä ei osannut enää iloita. Heidän oli vaikeata iloita juhlista oman surun ollessa niin voimakkaasti läsnä.

*”Juhlapyhiä ei olla vietetty vielä ollenkaan, eikä oikeastaan mitään juhlia. --- Ne tulee ja ne menee.”*

### **Leskien sosiaalisten verkostojen muutos**

Osa nuorista leskistä kertoi, etteivät heidän jo olemassa olleet ystävyysuhteet olleet muuttaneet muotoaan vaan he olivat saaneet lisää ystäviä leskeytymisen myötä toisista nuorista leskistä. Heillä korostui se, että he olivat vahvasti tukeutuneet nimenomaan ystävien apuun ja tukeen heti puolison kuoleman jälkeen. Heillä oli myös tunne kuulumisesta uskon yhteisöön ja he olivat saaneet voimaa uskostaan.

*”Et sellasta verkostoa on paljon olemassa. --- Musta tuntuu, et entiset ystävät on säilyny. Et sitten mä oon saanu tällasta uutta tukiverkostoa ja ihmisiä lisää ympärilleni.”*

*”En oikeastaan voi sanoa, että semmonen ihminen, jota ystäväksi olisi nimittänyt ennen miehen kuolemaa, olis minun elämästä poistunu.”*

Suurin osa leskistä taas vastasi sosiaalisen verkostonsa muuttuneen puolison kuoleman myötä. Kaikki kertoivat osan tai jopa suuren osan entisistä ystävyys- ja tuttavasuhteista päättyneen. He ihmettelivät tätä ilmiötä ja olivat tulleet siihen tulokseen, etteivät kaikki kykene kohtaamaan surevaa ihmistä.

*”Et jopa sitä, et ku tullaan käytävällä tai vaikka kadulla vastaan niin katotaan näyteikkunaa niin tiiviisti, ettei tarvi tervehtiä tai jopa käännytään toiseen suuntaan ihmisvilinässä, ku näkee, et hei tuolta tulee tuttava, et yhtäkkiä hän kävelee samaan suuntaan ku minä. Elikkä lähtee jopa pakoon, et tulee ihan semmonen puristava tunne itellekin, et ihan ku kantaa jotain tarttuvaa tautia. Et onko vaan niin vaikeaa kohdattavaa, et ei voi edes kävellä ohite, vaan täytyy kääntyä, pyörtää pois. Mutta mä luulen, että nää kaikki on ihan vaan siitä vaikeesta tilanteesta johtuvaa, et ihmiset ei yksinkertaisesti osaa eikä tiedä et miten pitäis lähestyä niin sitten ei lähestytä ollenkaan.”*

Toisaalta haastateltavat kertoivat saaneensa uusia ystäviä ja tuttavuuksia toisista nuorista leskistä ja eräs kertoi saaneensa ystäviä myös toisista yksinhuoltajista. Yksi leski kertoi solmineensa uuden parisuhteen toisen nuoren lesken kanssa. Uusi kumppani poistaakin lesken yksinäisyyden tunteita ja tuottaa positiivista sosiaalista tukea (Blomberg & Paunonen 2004, 24; Laine 2001, 58; ks. luku 4.2). Suhteet sukuun olivat säilyneet ennallaan ja joillakin leskillä suhteet lähimpiin sukulaisiin olivat entisestään lähentyneet, mutta erään lesken puolison suku oli luopunut kaikesta yhteydenpidosta hautajaisten jälkeen.

### 7.3 Nuorien leskien sisäiseen elämänhallintaan vaikuttaneet seikat ja tuki

Nuori leski kokee uuden elämäntilanteensa monesti turvattomaksi, hän on yhtäkkiä yksin. Päästäkseen taas tasapainoon nuori leski joutuu sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseensa. Uusi elämäntilanne pakottaa arvioimaan elämää uudelleen. Kyseenalaistamalla leski monesti muuntaa elämänsä suunnit-

telmia, arvojaan, tavoitteitaan ja toimintaansa. (Virjonen 1994; 40; Niemelä 1991, 17; ks. luku 3.1.)

Kaikki haastateltavamme olivatkin samaa mieltä siitä, että suhtautuminen elämään ja tulevaisuuteen oli puolison kuoleman myötä muuttunut. Aikaisemmin nuorien leskien elämässä tärkeää roolia näytelleet asiat olivat saaneet lesken pohtimaan elämän tärkeimpiä arvoja uudelleen, kuten ihmissuhteita, terveyttä ja työn merkitystä. Tulevaisuuden suunnittelu koettiin vaikeana ja pelottavanakin, sillä elämän arvaamattomuus oli saatu järkyttävällä tavalla kokea. Sisäisen elämänhallinnan toive tasapainosta oli järkkynyt puolison menettämisen myötä (Niemelä 1991, 17; ks. luku 3.1). Toisaalta luottamus omaan selviytymiseen oli tapahtuneen myötä kasvanut.

*”No eihän sitä tulevaisuutta ollu niinku alkuun ollenkaan, että eihän semmosta sanaakaan ymmärtäny kuin tulevaisuus.”*

*”Jotenki sellanen taju siitä elämän rajallisuudesta, että jotenkin haluu elää sellasta täyttä elämää.”*

Ne lesket, jotka olivat töissä tai opiskelivat, näkivät, ettei näihin ollut tullut juuri muutoksia. Ainoastaan työn painopiste elämässä oli muuttunut; enää työtä ei pidetty yhtä suurena arvossa kuin ennen. Traumaattinen kriisi koetteleekin Saaren (2003, 26) mukaan elämänarvoja ja elämänarvojen muuttuminen korostaa läheisten ihmisten tärkeyttä. Jotkut haastateltavista leskistä olivat myös tehneet sellaisia muutoksia työn suhteen, joita eivät olisi ennen leskeytymistä tehneet. Eräs leski oli muun muassa irtisanoutunut varmasta työstään ja uskaltanut yrittäjäksi.

*”Tää tällanen maallinen omaisuus, mitä ympärillä on, niin sillä ei oo mitään merkitystä.”*

*”--- et mulle on työnteko ollu ennen vanhaan hirveen tärkeätä ja nimenomaan se, että se tehään kunnolla. Nyt mää oon jättäny työntöön sivulle, mutta onhan se tärkeä vieläkin, mutta ei se enää oo siinä painoarvossa ku mitä se oli ennen. Et nyt sen painoarvo on tiputettu ihan selvästi.”*

## Voimavaroja elämään

Tärkeimmäksi auttajaksi sopeutuessaan puolison kuoleman jälkeiseen elämään, haastateltavat kertoivat olleen läheiset ihmiset: ystävät ja sukulaiset. Heiltä saatiin erityisesti emotionaalista että toiminnallista apua. Toiseksi tärkeimmäksi auttajaksi nousivat toiset nuoret lesket, joilta lesket saivat vertaistukea. Lapset nähtiin myös tukea antavana tekijöinä. Muuta merkityksellistä tukea lesket olivat saaneet omasta uskostaan, Eläkeliiton Yhtäkkiä yksin-kurssilta ja uudelta kumppaniltaan. Näissä kaikissa korostui emotionaalisen tuen tärkeys.

Nuorten leskien haastatteluista nousi esille monia asioita, jotka olivat antaneet heille voimia jatkaa elämäänsä puolison kuoleman jälkeen. Jokainen haastateltava mainitsi ainakin pari asiaa, jotka olivat saaneet elämän tuntumaan mielekkäältä. Haastateltavista viisi mainitsi lapsien olevan tärkein voimavara elämän jatkumiselle ja sen tasapainolle. Lapset pakottivat elämään, huomiseen ja heidän vuoksi normaalin arkielämän oli jatkuttava. Vaikka lapset nähtiin myös voimavaroja vievänä tekijänä, olivat he silti lesken oman selviytymisen kannalta olleet merkittävä seikka.

*”Mä oon kyllä monille sanonu ihan suoraan, et se [lapset] on ainoo syy jatkaa elämää.”*

*”Et jos noi naperotkin jaksaa niin kyl munkin on vaan tästä nousetava.”*

Nuorista leskistä muutama kertoi uuden kumppanin tuovan elämään uutta sisältöä ja merkitystä sekä vievän elämässä eteenpäin. Poijula (2002, 133) pitää varsinkin nuoren lesken uutta avioliittoa merkinä siitä, että nuori leski on niin sanotusti läpikäynyt suru- ja traumatyön. Haastateltavamme kertoivat uuden kumppanin myötä elämään tulleen uusia suunnitelmia.

*”Kyl sekin [uusi kumppani] aika tärkeä juttu elämässä on ollu. Et se antaa siihen elämään kuitenkin siihen elämään sellasta pientä tärkeätä lisävirtaa, et jos elämä ois pelkästään sitä työntekoa ja kodinhoitoo, niin se ei oo enää mistään kotoisin.”*

Haastatteluista nousivat esille nuorille leskille voimavaroja antavina tekijöinä lisäksi usko, ystävät, toiset nuoret lesket vertaistukena, Jyvässeudun nuoret

lesket ry:n järjestämä virkistystoiminta sekä erilaiset ammattiauttajat. Eräs leski mainitsi puolison kuoleman olleen voimavaroja antava tekijä siinä mielessä, että kumppanin menettäminen laittoi pohtimaan elämää uudelleen. Toinen leski taas kertoi Jyvässeudun nuoret lesket ry:n olevan tärkeä paitsi vertaistuen antajana myös leskien asemaan vaikuttavana tekijänä.

*”Tää leskitoiminta, tästä on tullu aika olennainen juttu kanssa, että kuuluu tiettyyn porukkaan, pääsee vaikuttamaan sitä kautta.”*

Leskien vastauksista nousi tarve emotionaaliseen tukeen muuttuneessa elämäntilanteessa. Tärkeiksi tarpeiksi koettiin hyvä kriisiapu ja mahdollisuus osallistua taloudellisesta tilanteesta riippumatta terapiaan tai muuhun ammatitapaan. Koettiin, että yhteiskunnan tulisi huolehtia nuorien leskien hyvinvoinnista, eikä jättää heitä oman onnensa nojaan.

*”Näin jälkikäteen mää aattelin että nuorena leskeytyminen on niin iso muutos ja niin iso kriisi, että jokaiselle pitäis tarjota kriisiapua. Ja pitäis tarjota mahollisuutta terapiaan. Se pitäis tapahtua niin, että se ois kunnallisessa systeemissä, että kenenkään ei tarvii siitä maksaa itse. Ku nuori ihminen kuolee yllättäen, niin kuuluu tavallaan siihen hoitoon. Mää ajattelen sen niin, että terveydenhuollon puolelta pitäisi ottaa yhteyttä jokaiseen nuoreen leskeen ja kartottaa se tilanne ja kysyä mitä kukin tarvii ja huolehtia siitä, että se verkosto on olemassa.”*

Muutama nuori leski kokisi hyväksi tueksi tukihenkilön. Toivottiin aikuista arjen jakamiseen ja yhdessä tekemiseen. Tällainen tukihenkilö auttaisi kodin askareissa ja lastenhoidossa, mutta olisi myös lesken tukena kuuntelemalla ja keskustelemalla. Tukihenkilön tulisi olla mielellään läheinen ihminen tai ainakin sellainen ihminen, jolla olisi myös omakohtaista kokemusta nuorena leskeytymisestä. Tukihenkilön tulisi ottaa lapset huomioon ja antaa myös heille emotionaalista tukea.

*”--- Siihen ei ihan kuka tahansa voi hypätä.”*

Haastatteluhetkellä moni leski koki edelleen tarvitsevansa lastenhoitoapua ja emotionaalista tukea läheisiltään. He näkivät saavansa parhaimman avun Jyvässeudun nuoret lesket ry:n yhdistyksen lastenhoitajalta sekä Mannerheimin lastensuojeluliiton lastenhoitoavusta. Jyvässeudun nuoret lesket ry:n lasten-



hoitajan suuren kysynnän vuoksi ei lastenhoitoapu välttämättä aina järjesty, jolloin on turvauduttava muuhun lastenhoitoapuun, joka voi olla melko kallista yksinhuoltajalle.

*”Ite on ollu siinä mielessä hyvässä asemassa, että on sattunu asumaan paikkakunnalla, jossa sitä käytännönapua tähän arkeen on ollu saatavilla [Jyvässeudun nuoret lesket ry:n käytännöapu]. Sehän on tosi epäreilua, että se on kiinni siitä paikkakunnasta.”*

Eräs leskistä toteaaakin, että ilman sosiaalitoimiston tukea lastenhoitokustannuksissa, hän ei pystyisi käyttämään tarvitsemaansa Mannerheimin lastensuojeluliiton lastenhoitoapua. Ilman sosiaalitoimiston tukea hänelle ei jäisi tarpeeksi omaa aikaa hengähtää arjen pyöryksestä. Yksi leskistä mainitsi tukiperhetoiminnan olleen tärkeää haastatteluhetkellä hänelle ja lapselleen. Eräs haastateltavista taas mainitsi tarvitsevansa ammattiapua ja oli hakeutunut yksityisen terapiapalvelun piiriin. Hän kertoi myös vertaistuen olevan edelleen tärkeä tuki elämässään.

Kaksi haastateltavista leskistä koki, ettei tarvinnut haastatteluhetkellä muuta apua kuin mitä heillä parhaillaan oli. Heillä molemmilla leskeytymisestä oli kulunut noin seitsemän vuotta. He kokivat ystävien ja perheen tuen riittäväksi.

*”Ei silleen tällä hetkellä tunnu, et varsinaisesti sellasta apua, vaan ihan niinkun normaalia elämää viettää. ---Et nyt ei oo sellasta ryhmän tarvetta enää.”*

#### 7.4 Jyvässeudun nuoret lesket ry:n ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin tuki nuorien leskien elämänhallintaan

Tieto Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen-projektista oli saatu hyvin montaa eri reittiä. Kaksi haastateltavista oli saanut tiedon yhdistyksen ja projektin olemassaolosta tutuilta; naapurilta ja työkaverilta. Muut haastateltavamme olivat saaneet tiedon internetistä, kriisikeskus Mobilesta, seurakunnan työntekijältä ja lehtiartikkelin kautta. Kukaan leskistä ei ollut siis saanut tietoa yhdistyksen tai projektin olemassaolosta julkiselta järjestelmältä.

Kaikki haastateltavat nuoret lesket olivat osallistuneet yhdistyksen vertaistukiryhmiin sekä virkistystoimintaan. Näihin toimintoihin osallistuminen toi kaivatua vertaistukea. Yhdistyksen palveluista lastenhoitoapu oli ollut kysytyintä ja sitä oli käyttänyt viisi leskeä. Lastenhoito- ja remonttiapua kehuttiin vuolain sanoin ja näiden palveluiden toivottiin säilyvän vastaisuudessakin. Remonttiapua oli käyttänyt muutama haastateltavista leskistä. Eräs leskistä olisi halunnut remonttiapua, muttei ollut suuren kysynnän vuoksi sitä juuri tarvitsemallaan hetkellä saanut. Vaikkeivät kaikki haastateltavamme olleet käyttäneet remonttiapua, näkivät he sen hyödyllisenä muiden leskien tarpeiden kannalta.

Puolet leskistä oli saanut yksilötapaamisia projektipäällikön kanssa ja kokenut ne hyödyllisiksi. Eräs näistä leskistä totesi ohjauksen taloudellisissa seikoissa olleen tapaamisen kannalta merkittävämpää kuin emotionaalisen tuen.

*”No silloin ensimmäisen kerran Sari [projektipäällikkö] kävi kotona ja se oli tietysti tärkeä . --- Ehkä nyt kun kattoo taaksepäin niin ois voinu olla hyväkin joku tukihenkilö tai että jos olis Sarin luona käyny jutteleen jonku toisen kerran. Mutta aika pian sitten siellä oikeastaan ryhmässä tutustuin läheisemmin yhteen ihmiseen, jonka kanssa oon sitte pitäny yhteyttä ja joka on ollu semmonen rikkaus. Mut tiesin kyllä, että voisoin soittaa [projektipäällikölle], jos siltä olis tuntunu.”*

Lapsia Jyvässeudun nuoret lesket ry:n toimintojen nähtiin palvelleen paljon, ei niinkään Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin toimintojen. Jyvässeudun nuoret lesket ry:n toimintojen nähtiin palvelleen lapsia sekä suoraan että välillisesti. Suoraan lapsia olivat auttaneet lastenhoitoapu, yhdistyksen lastenhoitajasta oli tullut lapsille tärkeä henkilö.

Osa leskien lapsista oli myös ollut mukana vertaistukiryhmissä, joissa lapset olivat tavanneet muita lapsia, joilla oli samanlainen elämäntilanne ja joilla ei ollut toista vanhempaa. Tämä koettiin hyvin tärkeäksi lasten kannalta. Välillisesti yhdistyksen vertaistuki oli palvellut lapsia niin, että kun leski oli saanut voimaa arkeen vertaistapaamisista, oli lesken oma hyvinvointi näkynyt myös lapsissa. Eräs leski totesi myös mahdollisella holhoustoiminnan helpottumisella olevan vaikutusta lapsien hyvinvointiin; jos holhoustoimintaa saataisiin helpommaksi, vanhemmalta jää aikaa muuhunkin kuin papereiden pyörittelyyn.

*"Onhan se niinkin, että ihmiset tajuaa, että on tässä kyse pienistä lapsistaki. Et ei kaikki asiat koske pelkästään aikuisia."*

Tiedotus ja neuvonta olivat tärkeimmät projektin antamista palveluista, ilman niitä eivät lesket olisi saaneet tietoa muun muassa muista palveluista, Kelan tukien hakemisesta sekä selvityksistä maistraatille. Projektipäällikölle oli aina mahdollisuus soittaa ja kysyä neuvoa.

*"--- Että saa apua näihin maistraattikuvioihin. Että niissähän sitä on tosi yksin, mutta onhan sitä sitten täältä saanu, kun on kyselly ja onhan meillä ollu maistraatista vierailijoita ja Sari [projektipäällikkö] niistä paljon tietääkin. Että sekin on semmonen tärkeä asia. Kyllä se tulee meille niin yllätyksenä se maistraattijuttu ja semmonsena kohtuuttomana ylimääräsenä asiana siinä tilanteessa."*

*"Kaikki tää virallinen toiminta, mikä on kaikkiin maailman lakijuttuihin liittyvää, niin se on hyvä. Se vaikuttaa vuosien päästä. Ja sitä tää pitkäjänteinen työ tuo sen tuloksen. Mänihän tää holhouslakikin uusintakierrokselle. --- Se keskusteluapu on yks ja on tosiaan hieno juttu nää viikonloput [Jyvässeudun nuoret lesket ry:n tarjoama virkistystoiminta]."*

Kaksi haastateltua leskeä, joilla oli pisin aika leskeytymisestään, eivät juuri enää käyttäneet projektin tai yhdistyksen tarjoamaa tukea. Yhdistyksen tarjoaman virkistystoiminnan molemmat kertoivat kuitenkin olevan edelleen kohdallaisen tärkeää. Nykyään enemmänkin tunne siitä, että heillä oli mahdollisuus osallistua tarvittaessa tai halutessaan projektin tai yhdistyksen toimintoihin tai vertaisryhmiin oli heille edelleen merkityksellistä, vaikeivät he toimintoja enää aktiivisesti käyttäneet. Tieto tuen saatavuudesta oli tärkeää leskien hyvinvoinnille (ks. Tuominen 1994, 88; luku 4.1).

*"Nimenomaan sitä, että toisilta saa tarpeen tullen apua. Et tietää, et sulla on porukka takana. --- Mä kyllä tasan tarkkaan tiän, mistä apua saan."*

### **Vertaistuen merkitys nuorelle leskelle**

Vertaistuki oli ollut erittäin keskeistä haastatelluille nuorille leskille emotionaalisen tuen ja sisäisen elämänhallinnan kannalta. Toisille leskille ei tarvinnut selittää, miksi on ryhmässä vaan kaikki tiesivät varmasti, miksi siellä oltiin. Kokemusten, ajatusten vaihto ryhmissä ja ryhmään kuulumisen, yhteisöllisyyden, koettiin tärkeäksi. Ryhmissä pyritään ratkaisemaan tai vähentämään leskey-

tymisen aiheuttamia ongelmia ja siitä johtuvaa elämäntilannetta (Nylund 1996b, 193). Vertaisryhmissä lesket olivat myös tutustuneet toisiin nuoriin leskiin, joiden kanssa oli syntynyt merkittäviä ystävyysuhteita.

*”Se tuntu semmoselta rauhottavalta ja tavallaan turvaa antavalta. Sitä alko oottaa, että koska on seuraava tapaaminen.”*

Leskille oli hyvä vertaisryhmissä huomata, että vaikka ajatukset tuntuivat omituisilta, oli se aivan normaalia. Vahvistus ”normaaliudesta” muilta leskiltä auttoi jaksamaan. Muiden leskien ”täysijärkisyyden” huomaaminen toi toivoa ja lohdutusta vasta leskeytyneille; koska muiden elämä oli jatkunut, miksei oma-kin jatkuisi. Kokemuksellisuus on vertaistuessa merkittävä tekijä.

*”--- Välillä tulee sellanen tunne, että pää sekoaa kaikista niistä ajatuksista ja asioista ja miettii sitä, että on sekoamassa. Et miettii et miten tällä lailla ajatukset tekee ja tää ei ole normaalia. Ja kaikki ne valvomiset ja kaikki ajatukset, mitä myllertää mielessä, kaipuu ja viha ja kaikki. Ja kun sä kuulet, että ihmiset vahvistaa, et sä oot edelleenkin aivan täysjärkinen, vaikka sä kuinka seinille hypit ja käyttäydyt omituisesti, et kaikki me ollaan koettu niitä samoja asioita. Et se on ollu se tärkein siinä [vertaistuessa].”*

*”Se [vertaistuki] auttaa ymmärtämään näitä omia, ku välillä tulee, tai miks mä ajattelen, tai miks mä toimin näin tai oonks mä ihan hullu, ku mä ajattelen näin tai noin. Et kun kuulee, et muilla on ihan samanlaisia juttuja, niin tajuaa, et se vaan kuuluu tähän taudin kuvaan. Et on niitä ihmisiä, jotka on kokenu samat jutut ja ne ymmärtää myöski et missä mennään. Niille ei tarvii selitellä a:sta ö:hön kaikkia asioita.”*

Vertaistuki oli tärkeää myös sen vastavuoroisuuden takia; lesket olivat sekä avun antajia että avun saajia (ks. Nylund 1996b, 193; luku 4.6).

*”Siitä [vertaistuesta] saa ihan hirveesti voimavaroja, että tavallaan pystyy niinku, et sitä apua mitä ite on saanu, pystyy antaan muille...”*

Vastaajat painottivat lisäksi vertaistukiryhmien oman huumorin merkitystä itselleen; porukassa pidettiin myös hauskaa. Ryhmiin olikin matala kynnyks ja aina mukava mennä. Lesket kertoivat vertaistuen antavan voimaa jaksaa harmaassa arjessa. Vertaistuki lisäsi näin sisäisen elämänhallinnan tunnetta.

*”--- Mutta tää elämäntilanne oli sellanen, et mä en tiedä, kuinka mä keidän tavallaan sitä, kun siellä on niin paljon surevia ihmisiä ja kun se nauru kuulu ulos saakka sieltä kellarista, sitä jotenki ajatteli, että tää ei oo varmaan oikea paikka. --- Et se oli kyllä sellanen elämän virtaa oleva paikka.”*

*”Ja siinä porukassa on sellanen oma sisänen huumori, eikä kaikki varmaan ymmärtäs sitä, mutta meillä on hauskaa!”*

*”Välillä on siellä ihan hurjaakin meininkiä...”*

Eräs leskistä painotti heti leskeytymisensä jälkeen varsinkin pienryhmien olleen hänelle tärkeitä, koska pienryhmät olivat suljettuja ryhmiä ja niissä pystyi parhaiten tuomaan vasta leskeytyneenä omia tuntemuksiaan esille. Pienessä ryhmässä pystyi tuomaan ahdistustaan esille (ks. Nylund 1996b, 194; Nylund 1999, 126; luku 4.6). Eräälle leskelle taas tieto internetin Winkut - keskustelusivusto oli ollut huomattavaa, koska hän asui kauempana Jyväskylän kaupungista, jolloin hän ei päässyt osallistumaan vertaisryhmiin yhtä usein kuin olisi halunnut.

### **Nuorien leskien terveiset Jyvässeudun nuoret lesket ry:lle ja Leskiperheyden hoitomallin luominen ja toteuttaminen-projektille**

Projektilta tai yhdistykseltä eivät lesket nähneet voivansa pyytää nykyisten palveluiden ja toimintojen lisäksi muuta, koska kaikki haastateltavamme toteivat tietävänsä realiteetin, eli rahallisten resurssien rajallisuuden. Lähinnä haastateltavilla oli huoli palveluiden ja toimintojen säilymisestä.

*”No toivon, että ne [nykyiset palvelut ja toiminnot] jatkuu, et niitä ei lopeteta, vaikka multakin tarve lakkais, niin kuitenkin koko ajan silleen on tarve.”*

*”Jos rahaa ois, niin sitähan vois tehdä ihan mitä vaan.”*

Sen sijaan toiveita yhdistyksen ja projektin suhteen haastateltavamme ilmaisivat olevan paljon, jos kaikki olisi mahdollista. Ihanteellista nuorista leskistä olisi, jos yhdistys ja projekti pystyisivät tarjoamaan siivousapua, taideterapiaa, laki- ja psykologipalveluja, sururyhmiä aikuisille ja lapsille sekä perhetyöntekijän nuorien leskien perheisiin. Eräs leski näkisi ihanteellisena sen, että myös kauempana Jyväskylästä asuville leskille olisi mahdollista järjestää samoja palveluita kuin Jyväskylässä tai sen lähitienoilla asuville nuorille leskille.

Kaikkien haastateltavien mielestä yhdistyksen tarjoama vertaistuki oli ollut riittävää, ainoastaan toivottiin useammin ja pienempiä ryhmiä vasta leskeytyneiden tueksi. Heti tai melko pian puolison kuoleman jälkeen toivottiin vielä tueksi tukihenkilöä, mielellään sellaista henkilöä, joka olisi myös itse leskeytynyt työikäisenä. Tässäkin monet haastateltavista painottivat tuen tärkeyttä heti puolison kuoleman jälkeen.

*”Ehkä silloin alus se oli, et olis pitäny vaan lähtee nopeemmin niihin [vertaisryhmiin] mukaan”*

*”Silloin alussa ois kyllä tarvinnu jonkin sortin kuuntelijaa, sellasta jonka se tietää itekkin [nuorena leskeytymisen].”*

Negatiivisia kokemuksia yhdistyksen tai projektin toiminnoista ei haastateltavillamme nuorilla leskillä ollut. Mainittiin, että henkilökohtaista tukea olisi tarvinnut omassa kriisivaiheessaan enemmän sekä salassapitovelvollisuudesta vertaisryhmissä oli hyvä muistuttaa aika ajoin. Lisäksi osa leskistä toivoi, että vertaisryhmät olisivat pienempiä, jolloin jokainen pääsisi keskustelemaan, ja keskustelut pysyisivät kulloisenkin aiheen tai teeman piirissä.

*”Kaikki on positiivisen puolella.”*

*”Eihän tästä voi olla negatiivisia tai sitten vika on kattojassa.”*

Lesket arvioivat projektin palveluita tai toimintoja asteikolla yhdestä kymmeneen. Keskiarvosanaksi yhdistys ja projekti saivat numeron 8,9 eli kouluarvosanana 9-. Kehittämisen varaa nähtiin tiedottamisesta yhdistyksestä ja projektista. Eräs leski toivoi nimenomaan tietoiskuja sairaalan työntekijöille, sairaalan sosiaalityöntekijälle, papille ja psykiatrisen poliklinikan työntekijöille. Toivottiin myös yhdistyksen ja projektin toiminnan kertomisesta eteenpäin, jotta muut pystyisivät ottamaan mallia hyvin toimivasta yhteisöstä ja projektista.

Lesket toivoivat myös tukihenkilötoimintaa, lakikysymyksiin liittyviä palveluja ja pysyvää palkkausta lastenhoitajalle. Näiden palveluiden toteutumisen nähtiin riippuvan taloudellisista resursseista ja juuri siksi eräs leski näki, ettei tällaisten palvelujen tuottamisen vastuun tulisi olla kolmannella sektorilla vaan julki-

sen järjestelmällä. Asuinpaikkakunnasta riippumatta kaikilla tulisi olla yhtäläinen oikeus ja mahdollisuus näihin palveluihin nuorena leskeytyessään. Lesket lähettivät terveisiä yhdistykselle ja projektille:

*"Kiitoksia lastenhoidosta!"*

*"Jatkakaa samaan tyyliin. Toivottavasti Sarin tilalle saadaan projektia jatkamaan yhtä hyvä henkilö!"*

*"Ei muuta kun pitkää ikää. Toivotaan, että toimii vielä kymmenen vuoden päästäki!"*

*"Ihanaa, et joku on jaksanu pistää tämmösen projektin pystyyn. Näkee että siitä on apua monelle, et joku jaksaa panostaa siihen."*

*"Ei muuta ku onnea vaan! Kaikkea hyvää vaan jatkossa projektille, tosi kiitollinen oon ollu, että on ollu mahollista tämmöseen osallistua. Eihän kaupunki, ei perheneuvola pysty mitään tämmöstä järjestää, varsinkaan ryhmänä tai ryhmälle."*

## 7.5 Jyvässeudun nuoret lesket ry:n ja Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen-projektin kehityshaasteet

Näemme, että yhdistys ja projekti voisivat panostaa varsinkin tiedottamiseen toiminnastaan, kehittää vertaistukiryhmiä sekä miettiä, olisiko resursseja tukihenkilötoiminnan aloittamiseen. Voisi miettiä, olisiko projektin mahdollista tehostaa tiedotusta varsinkin julkiselle sektorille: sosiaalitoimeen, sairaalaan, terveyskeskuksiin, neuvoloihin ja mielenterveystoimistoon. Yhdistyksestä voisi järjestää tietoiskun myös Jyväskylän ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille. Vaikka yhdistys on ollut paljon esillä lehdissä, voisi pohtia nuorista leskistä ja yhdistyksestä jutun aiheen tarjoamista myös muulle medialle; muun muassa paikallisradioon tai -televisioon. Kuten aiemmin tuloksissa on tullut ilmi, ne lesket, jotka saivat tiedon Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä pian puolison kuoleman jälkeen, pääsivät käyttämään myös nopeasti yhdistyksen ja projektin palveluja. He saivat myös siten tietoa ja ohjausta muihin palveluihin. Juuri tämän takia tiedottaminen on tärkeää; leskeytyneet saadaan yhdistyksen ja projektin toimintojen piiriin.

Tukihenkilötoimintaa voisi lähteä kehittämään vaikkapa yhteistyössä Eläkeliitto ry:n kanssa, joka järjestää tukihenkilökursseja. Voisi miettiä, miten tähän toi-

mintaan saisi mukaan sellaisia nuoria leskiä, joiden leskeytymisestä on kulu-  
nut jo kauemman aikaa; kuinka yhdistys ja projekti voisivat aktivoida sellaisia  
yhdistyksen jäseniä, jotka eivät ole enää niin aktiivisesti yhdistyksen toimin-  
nassa mukana?

*”Sellanen tavallinen juttu, että tulee vaikka kotia ja keitetään kah-  
vit ja puhutaan ihan mistä hyvänsä. Se on kaikista tärkeintä.”*

Osanottaja määrältään pieniä, suljettuja vertaistukiryhmiä voisi järjestää var-  
sinkin vasta leskeytyneille, jotka tarvitsevat erityistä tukea kriisivaiheensa ai-  
kana. Tällaisia ryhmiä voisi järjestää kaksi kertaa kuussa leskien kriisin ja su-  
run tueksi. Näissä ryhmissä voisi erityisesti käyttää luovia ilmaisullisia mene-  
telmiä, esimerkiksi kuvallisia menetelmiä ja musiikkia. Luovat menetelmät ovat  
hyviä muun muassa silloin, kun tunteista on vaikea puhua. Tässä voisi miettiä  
myös yhteistyötä Jyväskylän ammattikorkeakoulun kanssa; sosionomi- ja toi-  
mintaterapiaopiskelijat voisivat järjestää tarvittaessa tällaisia ryhmiä tai tuokioi-  
ta nuorille leskille. Mahdollisia sururyhmiä nuorille leskille ja heidän lapsilleen  
toivottiin, jotka voisivat toimia pienryhmien tapaan, suljettuina ryhminä, joissa  
olisi myös taideterapiaa.

Muut vertaistukiryhmä, joka kokoontuu noin kerran kuussa, voisivat olla avoi-  
mia kaikille leskille. Vasta leskeytyneille on kuitenkin hyvä nähdä aiemmin les-  
keytyneitä, kuten haastateltavien vastauksista käy ilmi. Aiemmin leskeytynei-  
den sopeutuminen uuteen elämäntilanteeseen tuo vasta leskeytyneille toivoa.  
Tähän ryhmään toivottiin myös vetäjää, varsinkin silloin, kun vertaistapaami-  
sella on jokin teema. Tällöin keskustelu pysyisi ikään kuin aiheessa. Varsinkin  
ne lesket, joilla oli pitempi aika leskeytymisestään, toivoivat tätä. He eivät ol-  
leet enää niin aktiivisesti mukana muussa toiminnassa, mutta tulivat vertaista-  
paamisiin nimenomaan mielenkiintoisen teeman takia.

Lesket toivoivat lakimiespalveluja yhdistykseltä ja projektilta. Tiedostamme,  
että resurssit ovat yhdistyksellä ja projektilla rajalliset, jolloin mahdollisuuksien  
mukaan voisi kutsua lakiasiantuntijoita luennoimaan leskeytymiseen liittyvistä  
asioista esimerkiksi kerran kuussa kokoontuviin vertaisryhmiin. Lesket mainit-  
sivatkin vastaavanlaisen yhteistyön maistraatin kanssa hyväksi.



Virkistystoiminta oli haastateltavien leskien mukaan hyvää ja sitä keuhuttiin, eritoten Kukkaismäessä järjestettyjä virkistysviikonloppuja. Tällaista virkistystoimintaa voisi järjestää mahdollisuuksien ja tarpeen mukaan lisää. Mies haastateltavamme kehui erityisesti miesten rentoutusviikonloppua.

*”Se oli ihan pelkästään aikuisten juttu, miesten reissu. Lapset jäi sitten muualle siks aikaa. Se oli oikeen hyvä juttu. Siinä oli pari nuorta kaverii kans jotka oli ollu ihan vähän aikaa leskenä, et näki niistä, et niille se teki hyvää. Ne näki, et toisetkin on siitä samasta selvinny ja ne pääs purkamaan itteään sillä reissulla. Ja kukaan ei sorsinu.”*

Lesket toivoivat lastenhoitoavun lisäksi myös muunlaista käytännön apua arkeen. Voisi selvittää, olisiko yhdistyksen vielä mahdollista palkata yhdistelmätuella siivooja leskien avuksi arkeen. Käytännön apu mahdollistaa lesken keskittymisen kriisi- ja surutyöhön ja näin parantaa lesken elämänhallintaa.

Mietimme voisiko yhdistys palkata esimerkiksi yhdistelmätuella tai projekti hankkia rahoituksen projektityöntekijää varten. Projektityöntekijä mahdollistaisi sen, että projektipäällikölle jäisi enemmän aikaa hallinnointiin, kehitys- ja tiedotustoimintaan, yhteistyökumppaneiden hankkimiseen ja yhteistyösuhteiden ylläpitämiseen. Projektityöntekijä voisi olla kartoittamassa leskiperheiden tuen tarpeita sekä esimerkiksi vetää vertaisryhmiä.

## 8. POHDINTA

Tutkimuksemme otos oli pieni, kuusi haastateltavaa, joten tulokset eivät ole kovin yleistettävissä, mihin laadullinen tutkimus ei pyrikään. Opinnäytetyömme vahvisti jo olemassa olevaa tietoa. Tutkimuksestamme saadut tulokset painottivat lesken lähipiirin tuen merkityksellisuutta, kuten aiemmissa tutkimuksissa on myös todettu (ks. Blomberg & Paunonen 2004; Laine 2001; Tuominen 1994). Tutkimuksestamme ilmeni, että julkisen järjestelmän tuki oli vähäistä nuorille leskille ja lesket pettyivät siihen, ettei julkinen järjestelmä pystynyt heitä tukemaan (ks. myös Blomberg & Paunonen 2004; Tuominen 1994). Blombergin ja Paunosen (2004, 31) tutkimukseen osallistuneet nuoret lesket olivat

painottaneet, samoin kuin meidän tutkimuksessamme, kolmannen sektorin palvelujen ja vertaistuen merkitystä.

Yksityisen sektorin palvelujen käytöstä ei ollut aikaisemmissa leskitutkimuksissa tietoa. Tutkimuksemme kaikki lesket olivat käyttäneet vain puolison kuoleman aiheuttamia välttämättömiä yksityisen sektorin palveluja, muun muassa hautauspalveluja sekä perunkirjoitusta. Vain yksi tutkimukseemme osallistuneista leskistä oli käyttänyt muita yksityisiä palveluja, siivouspalvelua ja terapiaa. Yksityisten palvelujen käyttäminen vaatii nuorelta leskeltä rahaa ja tätä harvoin yksinhuoltajalla on nykyään tarpeeksi, jotta voisi tarvittaessa turvautua näihin palveluihin.

Tutkimuksessamme korostuu nuoren lesken elämänhallintaan pyrkimisessä emotionaalisen, toiminnallisen ja tiedollisen tuen tarpeet. Haastattelemamme lesket pitivät emotionaalisen ja toiminnallisen tuen tärkeimpinä antajina läheisiä ihmisiä. Heiltä olisi toivottu myös lisää tukea. Yhteiskunnan tulisi ottaa huomioon perherakenteiden muutos ja entisenlaisen yhteisöllisyyden puuttuminen. Monilla perheillä ei ole sukulaisia samalla paikkakunnalla, kun on muutettava esimerkiksi työn tai opiskelujen perässä suuriin asutuskeskuksiin. Ystävätkin saattavat huonoimmassa tapauksessa asua muualla kuin omalla paikkakunnalla.

Mistä nuoret lesket voivat saada emotionaalista ja toiminnallista tukea, kun tärkein tukea antava sosiaalinen verkosto puuttuu heidän ympäriltään ja kuten tutkimuksemme ja aikaisemmat tutkimukset osoittavat, ei julkinen järjestelmä tällaisenaan heitä pysty tukemaan? Voiko leski yksinhuoltajana muuttuneessa elämäntilanteessaan pyrkiä elämänhallintaan ilman julkisen järjestelmän tukea? Tulisiko ajatella myös sitä, että yhteiskunnan olisi kannattavaa huolehtia työikäisistä leskistä niin, ettei heidän työkykynsä vaarannu leskeytymisen myötä? Entäpä ne nuoret lesket, joilla ei ole Leskiperhetyön hoitomallinen luominen ja toteuttaminen -projektia tai edes yhdistystä, kolmatta sektoria, tukemassa heitä sopeutumisessa uuteen elämäntilanteeseen?

Pian saatu tiedollinen tuki on erittäin arvokasta nuorille leskille yhtäkkiä muuttuneessa elämäntilanteessa. Kriisivaiheessa on vaikeaa ajatella käytännön-

asioita ja mistä hakisi tietoa, kun oma suru ja puolison menettämisen ajatuksen sopeutuminen vie kaikki voimat. Käytännön asioiden järjestäminen on vaikeaa, ellei tiedä mitä tehdä ja mistä saada apua. Ne haastattelemamme lesket, jotka eivät saaneet tietoa pian Jyvässeudun nuoret lesket ry:stä tai Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektista eivät kokeneet tuen olleen riittävää kriisivaiheessaan. On pantava merkille, ettei kukaan haastateltavistamme ollut saanut tietoa yhdistyksestä tai projektista julkiselta sektorilta. Edes Kelassa ei ollut neuvottu hakemaan lakisääteistä lapsilisän yksinhuoltajakorotusta. Tästä herää kysymys, eikö julkisen järjestelmän tulisi antaa nuorille leskille edes tiedollista tukea?

Tiedollisen tuen lähteinä haastateltavillamme korostuivat yhdistys ja projekti sekä vertaistuki. Vertaistukitoiminta oli merkittävässä asemassa nuorille leskille muutenkin kuin tiedollisen tuen kannalta. Sisäisen elämänhallinnan tunteen vahvistumisessa sillä oli suurta merkitystä; muun muassa vasta leskeytyneet saivat voimaa nähdessään aiemmin leskeytyneiden pärjäävän elämässään. Näemme, että vaikka vertaistukitoimintaa kehitetään jatkuvasti, vaatii se silti vielä kehittämistä, jotta se voisi vastata esimerkiksi leskien lasten ja vasta leskeytyneiden tarpeisiin.

Vaikka tutkimukseemme osallistui vain yksi avoliitosta leskeytynyt nuori leski, havaitsemme jo perhe-eläkelain ja perintökaarilain osoittavan sen, että avoliitosta leskeytyneet ovat erilaisessa asemassa verrattuna avioliitosta leskeytyneisiin. Avoleskien asemaa tulisi parantaa, koska avoliittojen määrä on yleistynyt Suomessa viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana; vuonna 2000 noin 22 % yhdessä asuvista pareista eli avoliitossa (Tilastokeskus 2001). Avoliitosta leskeytynyt ei voi saada muun muassa leskeneläkkeitä. Tällaisella nuorella leskellä on vielä suurempi tarve julkisen järjestelmän tuelle, koska he ovat jo taloudellisesti erilaisessa asemassa jäädessään vaille eläkkeitä. Yhteiskunnan olisikin jo mielestämme aika tarttua tähän epäkohtaan ja tehdä muutokset perhe-eläkelakiin. Lisäksi tulisi miettiä muutoksia perintökaarilakiin; tällä hetkellä avoleskellä ei ole oikeutta edes pitää hallinnassaan puolisoiden yhteisenä kotina ollutta asuntoa.

Olemme heränneet huomaamaan yksinhuoltajien huonon tilanteen Suomessa tutkimusprosessin johdosta. Heidän arkeensa ei ole sen kummemmin tukea tarjolla, taloudellisesta tilanteesta puhumattakaan. Tutkimusta tehdessämme mieleemme tulivat muun ohella nuorena leskeytyneet maahanmuuttajat ja mietimme, millaisia erityisiä tuen tarpeita heillä on. Varsinkin nuorena leskeytyneiden pakolaisten tilanne askarrutti meitä; he tarvitsisivat ehdottomasti ainakin kriisi- ja terapia-apua. He ovat vieraassa maassa, monesti ilman suomenkielen taitoa, kaukana kodistaan ja läheisistään. Jo sopeutuminen uuteen maahan ja kulttuuriin vaatii paljon.

Työmme auttaa jatkossa kehittämään leskiperhetyötä. Tutkimuksemme arvioi Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin että Jyväskylän nuoret lesket ry:n tukea nuorille leskille. Tutkimuksemme tuloksia voi varmasti siis sekä projekti että yhdistys käyttää kehittäessään toimintojaan ja palvelujaan. Olemme jo edellä (luku 8.5) esitelleet tulosten pohjalta projektin ja yhdistyksen kehityshaasteita. Toisaalta näitä kehityshaasteita voi tarkastella kriittisesti siitä näkökulmasta, että missä määrin nämä haasteet, toiminnot ja palvelut kuuluvat kolmannelle sektorille vai tulisiko julkisen järjestelmän tarjota erityistukea nuorille leskille.

Koemme, että tämä tutkimus on lisännyt ammatillista kasvuamme paljon. Jo nuorien leskien haastatteleminen oli hyödyllistä: surevien tai jopa kriisivaiheessa olevien ihmisten kohtaaminen oli ensiarvoista ammatillista kasvuamme ajatellen. Tutkimuksemme antoi meille myös ymmärrystä siitä, millaisessa elämäntilanteessa nuori leski yhtäkkiä puolison kuoleman johdosta on, sekä laaja-alaisen tiedon siitä, millaista tukea nuori leski tarvitsee. Vaikkei meillä ole omaa kokemusta nuorena leskeytymisestä, voimme kuvitella asiaan perehtyneinä toimivamme esimerkiksi leskityöntekijänä. Koemme myös, ettemme tulevana sosiaalityön ammattilaisina saati ihmisinä, yksityishenkilöinä, pelkää kohdata surevaa tai kriisin kohdannutta ihmistä. Emme vastedeskään käännä selkäämme apua tai tukea tarvitsevalle.

Perehtyminen myös sosiaalisen tuen ja elämänhallinnan käsitteisiin antavat osviittaa tulevaan työhömmme sosionomeina. Kysymällä oikeita kysymyksiä elämänhallinnan ja sosiaalisen tuen teoriaa hyväksikäyttäen, auttaa meitä kar-

toittamaan asiakkaan tuen tarpeita, missä tahansa sosionomina työskentelemmekin. Verkostotyön merkitys aukesi meille viimeistään perehtyessämme sosiaalisen verkoston ja sosiaalisen tuen käsitteisiin.

Tutkimuksen teon aikana tiedonhankinta kykymme ovat parantuneet, sekä olemme oppineet poimimaan olennaisen suuresta aineistosta. Mielestämme opinnäytetyön prosessissa parityöskentely lisää tutkimuksen luotettavuutta. Yhdessä tehden opinnäytetyöhön tuli kahden ihmisen näkemys samasta asiasta. Näimme vahvuutenamme sen, että toinen oli tutustunut aiheeseen jo vuosia sitten, ja toiselle tekijöistä tämä oli aivan uusi asia, jolloin asiaan saatiin tuoretta näkökulmaa. Prosessin aikana käymämme keskustelut olivat aihetta syventäviä, innostavia ja uusia näkökulmia antavia ja avaavia. Varsinkin elämänhallinnan käsite innoitti moniin pitkiin keskusteluihin. Avoin vuorovaikutus on johtanut aiheen ulkopuolella asioiden pohtimiseen, mikä puolestaan on helpottanut itse työhön paneutumista. Kirjoitusprosessi eteni suurimmaksi osaksi yhdessä, ainoastaan haastattelujen litteroinnit ja osan aineiston sisällön analyysistä jaoimme keskenämme.

Jälkeenpäin arvioiden teimme joitakin perusvirheitä aloittelevina tutkijoina. Olisi ollut hyvä perehtyä kunnolla teoreettiseen viitekehykseen ennen teema-haastatteluja. Siten olisimme voineet tarkentaa tietoja haastateltaviltamme, kuten yksityisten palvelujen käyttöä. Avoleskeltä olisimme voineet kysyä tarkemmin hänen taloudellisesta tilanteestaan ja käytännön asioiden hoitamisesta. Muistiinpanoja olisi kannattanut tehdä koko opinnäytetyön prosessin aikana. Monesti parhaimmat ideat ja ajatukset syntyvät muualla kuin tietokoneen ääressä. Vieraskieliseen lähdekirjallisuuteen olisi ollut hyvä tutustua ainakin sosiaalisen tuen käsitteeseen paneutuessamme. Elämänhallinnan käsite on englanniksi ”sense of coherence”, joka viittaa enemmän psykologiaan. Muun muassa J.P. Roos (1987) tarkastelee elämänhallinnan käsitettä sosiologiselta kannalta ja näemme, että hänen teoksensa Suomalainen elämä on varsin hyvä ja riittävä lähde ammattikorkeakoulun tasoista tutkimusta varten.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut kokonaisvaltainen oppimiskokemus, joka on vaikuttanut ammatilliseen kehittymiseemme. Ammatillinen kehittyminen on elinikäinen prosessi ja tämän tutkimuksen tekeminen on vahvistanut tunnetta

omasta osaamisestamme ja nyt olemme valmiimpia tarttumaan työelämän haasteisiin.

### **Jatkotutkimusaiheet**

Oma kiinnostuksen nälkä tuli tyydytetyksi tämän tutkimuksen osalta, mutta olemme edelleen kiinnostuneita nuorien leskien asemasta. Nuoriin leskiin liittyen mietimme monia mielenkiintoisia jatkotutkimusaiheita. Minkälaiset tuen tarpeet elämänhallintaan ovat sellaisilla nuorilla leskillä, jotka asuvat muualla kuin Jyväskylässä tai Jyvässeudulla? Muualla asuvilla leskillä kun ei ole Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projektin tiedollista ja emotionaalista tai Jyvässeudun nuoret lesket ry:n toiminnallista tukea apunaan. Kyseenomaisen tutkimuksen tuloksia voisi verrata tutkimuksemme tuloksiin.

Kiinnostavia aiheita olisivat myös seuraavat: avoliitosta leskeytyneiden tuen tarpeet verrattuna avioliitosta leskeytyneiden tuen tarpeisiin; nuorien leskien lasten saama ja tarvitsema tuki; miten leskien uudet puoliset kokevat lesken entisen, kuolleen kumppanin, vaikuttavan parisuhteeseen; sekä nuorena leskeytyneiden maahanmuuttajien ja/tai pakolaisten tarvitsema tuki.

### **Kiitokset**

Haluamme kiittää Jyvässeudun nuoret lesket ry:tä ja sen Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen –projektia hyvästä ja tärkeästä tutkimusaiheesta sekä kiinteästä yhteistyöstä. Erityiskiitokset haluamme osoittaa Sari Rappi-Lindholmille, joka on opinnäytetyömme valmistuessamme luovuttanut projektipäällikön vastuun eteenpäin. Sarin antama kannustus ja tuki on ollut tutkimuksen kannalta merkittävää. Hän on ylipäätään vienyt osaltaan leskityötä Suomessa suuren harppauksen eteenpäin. Haluamme myös kiittää haastateltaviamme, ilman heitä ei tätä tutkimusta olisi.

Ohjaavalle opettajallemme Marja-Liisa Kokolle olemme suuren kiitoksen velkaa opinnäytetyömme erinomaisesta ohjaamisesta sekä laaja-alaisesta näkemyksestä. Opponentteja Liisa Häkkistä ja Laura Kakkuria kiitämme tutkimuksemme viime metrien tärkeistä kommentteista.

Lisäksi kiitämme puolisoitamme väsyneiden tutkijoiden sietämisestä ja tukemisesta, varsinkin Joonas Rytköstä tutkijoiden ruokatasapainon yllä- ja huolenpitämisestä!

## LÄHTEET

Blomberg, K. & Paunonen, M. 2004. Nuorten leskien kokema suru puolison kuoleman jälkeen. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Sosiaaliala. Sosiaalipalvelut ja sosiaaliturva. Opinnäytetyö.

Eläkeliitto Ry. 2006. Yhtäkkiä yksin. Viitattu 5.1.2007.  
<http://pit33.turkuai.fi/El2006/basictemplate.cfm?sivu=yhtakkia>.

Eriksson, H. 2006. Vertaistuki auttoi tsunamissa läheisensä menettäneitä toipumaan. Helsingin Sanomat 30.11.2006, A6.

Erjanti, H. & Paunonen-Ilmonen, M. 2004. Suru ja surevat. Surevien hoitotyön perusteet. Vantaa: WSOY.

Hakkarainen, R. 2006. "Meillä on yhä oikeus olla olemassa". Helsingin Sanomat 14.12.2006, B3.

Heikkinen, M. 2003. Sosiaalisen tuen määritelmä. Terveyskirjasto. Duodecim. Muokattu 12.4.2006. Viitattu 5.12.2006.  
[http://www.terveysportti.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=sae61010](http://www.terveysportti.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=sae61010).

Hirsjärvi, S & Hurme, H. 1988. Teemahaastattelu. 4. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2003. Tutki ja kirjoita. 6.-9. painos. Vantaa: Dark.

Holhoustoimen kehittämistyöryhmä. 2003. Alaikäisen lapsen omaisuuden hoitaminen. Oikeusministeriö. Viitattu 21.12.2006. Maistraattien sivusto.  
[http://www.maistraatti.fi/om\\_esite.html#3](http://www.maistraatti.fi/om_esite.html#3).

Hämäläinen, T. 2006. Yksi kirjain ratkaisee: avo- vai avioliitto? Kodin kuvalehti 1, 102–103.

Joensuu, S. 1999. Ennalleni en tule varmaan koskaan. Puolisonsa vuosia sitten menettäneiden surutyön kulku. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.

Jyväskylän kaupunki. 2006. Terveys. Sosiaali- ja terveystalvet. Viitattu 21.12.2006. <http://www.jkl.fi/sote/terveys>.

Jyväskylän kaupunkiseurakunta. 2006. Apua elämään. Viitattu 5.1.2007.  
[http://www.kirkkojyvaskyla.net/fin/etusivu/apua\\_elamaan/?id=337](http://www.kirkkojyvaskyla.net/fin/etusivu/apua_elamaan/?id=337).

Jyvässeudun nuoret lesket ry. 2006. Viitattu 22.9.2006.  
<http://www.tuettusuru.net/nuoretlesket/>

Jyvässeudun nuoret lesket ry:n esite. 2006.



Järvinen, J., Lempinen, U-M. & Pohjasto, M. 2002. Leskenlehti. Polkuja arjen asioihin puolison menettäneelle jaksaksesi surun yli. Kehittämistehtävä. Tampereen sosiaali- ja terveysalan opisto.

Kela. 2004. Omaisen kuolema. Leskeneläke. Päivitetty 5.1.2004. Viitattu 21.12.2006.

[Http://www.kela.fi/in/internet/suomi/suomi.nsf/NET/180701151604EH](http://www.kela.fi/in/internet/suomi/suomi.nsf/NET/180701151604EH).

Kela. 2006. Lapsilisä. Päivitetty 28.12.2006. Viitattu 1.2.2007.

[Http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/260302085034EH?openDocument](http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/260302085034EH?openDocument).

Keltinkangas-Järvinen, L. 2000. Tunne itsesi, suomalainen. 3. painos. Juva: WSOY.

Kessler, D. & Kübler-Ross, E. 2006. Suru ja surutyö. Suom. L. Porceddu. Helsinki: Basam Books.

Kriisikeskus Mobile. 2006. Toimintamuodot. Viitattu 5.1.2007.

[Http://www.kriisikeskusmobile.fi/](http://www.kriisikeskusmobile.fi/).

Kumpusalo, E. 1991. Sosiaalinen tuki, huolenpito ja terveys. Sosiaali- ja terveyshallitus. Raportteja 8/1991. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

L 1.12.1989/1062. Erikoissairaanhoitolaki. Viitattu 21.12.2006. Valtion säädöstietopankki Finlex.

[Http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1989/19891062?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=erikoissairaanhoitolaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1989/19891062?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=erikoissairaanhoitolaki).

L 5.2.1965/40. Perintökaari. Viitattu 21.12.2006. Valtion säädöstietopankki Finlex. [Http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1965/19650040](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1965/19650040).

L 9.11.2001/950. Laki rekisteröidystä parisuhteesta. Viitattu 21.12.2006. Valtion säädöstietopankki Finlex.

[Http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010950](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010950).

Laine, K. 2001. Nuoren naislesken kokema elämänmuutos. Tampereen yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu -tutkielma.

Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen. 2004. Projektiseloste. RAY-hakemus. 25.5.2004.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2006. Tukea ja apua. Viitattu 5.1.2007.

[Http://www.mll.fi/tukea\\_ja\\_apua/](http://www.mll.fi/tukea_ja_apua/).

Niemelä, P. 1991. Väestön turvattomuus- ja elämänhallintatutkimuksen käytännölliset ja teoreettiset lähtökohdat. Teoksessa P. Niemelä (toim.) Turvattomuus, sen syyt ja hallintakeinot eri ikävaiheissa. Osa 1: Tutkimuksen käytännölliset ja teoreettiset lähtökohdat, ikävaihekuvaukset, empiiriset esitutkimustulokset, muuttujien muodostaminen ja haastattelulomake. Kuopio: Kuopio University Printing Office, 7–24.

Nylund, M. 1996a. Oma-aputoimintaa meillä ja muualla. Teoksessa T. Kärkäinen & M. Nylund (toim.) Oma-apuryhmät: vertaisten tukea ja toimintaa. Tampere: Kansalaisareena, 22–33.

Nylund, M. 1996b. Suomalaisia oma-apuryhmiä. Teoksessa A.-L. Matthies, U. Kotakari & M. Nylund (toim.) Välittävät verkostot. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino, 193–205.

Nylund, M. 1999. Oma-apuryhmät välittäjinä arjessa. Teoksessa L. Hokkanen, P. Kinnunen, & M. Siisiäinen (toim.) Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino, 116–134.

Nyyti ry. - opiskelijoiden tukikeskus. 2006. Elämänhallinta. Viitattu 22.9.2006. [Http://www.nyyti.fi/linkit\\_ja\\_artikkelit/artikkelit/elamanhallinta.htm](http://www.nyyti.fi/linkit_ja_artikkelit/artikkelit/elamanhallinta.htm).

Pietiläinen, M. 2006. Alle 65-vuotiaat lesket sukupuolen ja lasten lukumäärän mukaan, 2005. Tilastokeskus. Sähköpostiviesti 25.9.2006.

Pojjula, S. 2002. Surutyö. 2. painos. Helsinki: Kirjapaja.

Pöyhtäri, J. 2000. Mitä on vertaistuki? Terveys ja henkinen hyvinvointi. Tukiasema.net. Viitattu 6.1.2007. [Http://www.tukiasema.net/teemat/artikkeli.asp?docID=344](http://www.tukiasema.net/teemat/artikkeli.asp?docID=344).

Rappi-Lindholm, S. 2006. Projektipäällikkö, Leskiperhetyön hoitomallin luominen ja toteuttaminen -projekti. Jyvässeudun nuoret lesket ry. Haastattelu 19.9.2006.

Repo, P. 2006. Järjestöiltä halutaan enemmän vertaistukea ja palveluita. Helsingin Sanomat 1.11.2006, A9.

Rissanen, L. 2000. Vanhenevien ihmisten kotona selviytyminen. Yli 65-vuotiaiden terveys, toimintakyky ja sosiaali- ja terveystieteiden koettu tarve. Oulun yliopisto ja Oulun yliopistollinen sairaala. Hoitotieteen- ja terveystieteiden laitoksen tutkimuskeskus. Viitattu 17.10.2006. [Http://herkules.oulu.fi/isbn9514254414/html/index.html](http://herkules.oulu.fi/isbn9514254414/html/index.html).

Roos, J.P. 1987. Suomalainen elämä. Hämeenlinna: Karisto.

Rönöberg, L. 1999. Eriytynyt ja moniulotteinen kolmas sektori. Teoksessa L. Hokkanen, P. Kinnunen, & M. Siisiäinen (toim.) Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino, 78–100.

Saari, S. 2003. Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Sampo 2006. Kuolinpesän pankki- ja raha-asiat. Ohjeita pesän asioita hoitavalle. Viitattu 13.1.2007.

[Http://domino.sampo.fi/external/sbd/tuotteet.nsf/liitteet/Kuolinpesaopas.pdf/\\$file/Kuolinpesaopas.pdf](http://domino.sampo.fi/external/sbd/tuotteet.nsf/liitteet/Kuolinpesaopas.pdf/$file/Kuolinpesaopas.pdf).

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2006a. Sosiaaliturvan kokonaisuus. 10.11.2006. Viitattu 20.12.2006.

[Http://www.stm.fi/Resource.phx/vastt/sostu/sosko/index.htx](http://www.stm.fi/Resource.phx/vastt/sostu/sosko/index.htx).

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2006b. Toimeentulotuki. Sosiaalihuolto. 11.12.2006. Viitattu 21.12.2006.

[Http://www.stm.fi/Resource.phx/vastt/sospa/shtoi/index.htx](http://www.stm.fi/Resource.phx/vastt/sospa/shtoi/index.htx).

Stenholm, M. 2000. Nuorena leskeytyminen sosiaalis-taloudellisena muutostilanteena. Jyväskylän avoin yliopisto. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Pro seminaari-tutkielma.

Suomen Hautaustoimistojen Liitto Ry. 2002. Viitattu 4.1.2007.

[Http://www.hautaustoimistojenliitto.fi/](http://www.hautaustoimistojenliitto.fi/).

Suomen Mielenterveysseura. 2006. Paikalliset seurat ja kriisikeskukset. Viitattu 5.1.2007.

[Http://www.mielenterveysseura.fi/toiminta\\_paikalliset.asp?main=Paikalliset%20seurat](http://www.mielenterveysseura.fi/toiminta_paikalliset.asp?main=Paikalliset%20seurat).

Suomen Punainen Risti. 2006. Ystäväpalvelu. Apua ja tukea. Viitattu 5.1.2007. [Http://www.redcross.fi/apuajatuksia/ystavapalvelut/fi\\_FI/index/](http://www.redcross.fi/apuajatuksia/ystavapalvelut/fi_FI/index/).

Tampereen kaupunki, Viestintäyksikkö 2006. Ikäpiste auttaa, kun kuolema koskettaa. Viitattu 4.1.2006.

[Http://www.tampere.fi/tiedostot/57S3XOJwR/kuolema.pdf](http://www.tampere.fi/tiedostot/57S3XOJwR/kuolema.pdf).

Tilastokeskus 2001. Väestön määrä ja rakenne. Päivitetty 14.12.2001. Viitattu 7.2.2007. [Http://www.stat.fi/tup/tietoaika/tilaajat/ta\\_12\\_01\\_nieminen.html](http://www.stat.fi/tup/tietoaika/tilaajat/ta_12_01_nieminen.html).

Tilastokeskus 2004. Työikäisten yleisimmät kuolemansyyt sukupuolen mukaan vuonna 2003. Päivitetty 23.11.2004. Viitattu 10.1.2007.

[Http://www.stat.fi/til/ksyyt/2003/ksyyt\\_2003\\_2004-11-18\\_tau\\_002.html](http://www.stat.fi/til/ksyyt/2003/ksyyt_2003_2004-11-18_tau_002.html).

Työeläke.fi 2005. Turvaa leskille ja lapsille. Päivitetty 21.1.2005. Viitattu 13.1.2007. [Http://www.tyoelake.fi/page.asp?Section=10074](http://www.tyoelake.fi/page.asp?Section=10074).

Tuominen, E. 1994. Elämänmuutos ja muutoksen hallinta. Tutkimus leskeksi jäämisen taloudellisista, terveydellisistä ja sosiaalisista vaikutuksista ja leskeyteen sopeutumisesta. Tutkimuksia 1994:1. Helsinki: Eläketurvakeskus.

Virjonen, K. 1994. Ammatillisen auttamistyön lähtökohtia. Hämeenlinna: Kirjayhtymä.

Valtionhallinnon keskustelufoorumi. 2004. Keskustelunavaus. Perintökaariryöryhmä. 12.3.2004. Viitattu 21.12.2006.

[Http://www.otakantaa.fi/forum.print.cfm?group=303&artid=48178](http://www.otakantaa.fi/forum.print.cfm?group=303&artid=48178).

Vuopio, A. 2000. Ihon ikävä – nuoren lesken seksuaalisuus. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Seksuaalineuvojakoulutus. Loppu-työ.

Vuorinen, M. 1996. Oma-apuryhmäprojekti. Teoksessa T. Kärkkäinen & M. Nylund (toim.) Oma-apuryhmät: vertaisten tukea ja toimintaa. Tampere: Kansalaisareena, 7-11.

## LIITTEET

### Liite 1. Teemahaastattelurunko

#### 1. TAUSTATIEDOT

- ☐ ikä
- ☐ koulutus
- ☐ ammatti
- ☐ työssä/opiskelemassa/kotona tällä hetkellä
- ☐ lasten lukumäärä ja iät
- ☐ kauanko puolisosi kuolemasta on kulunut?

#### 2. PUOLISON KUOLEMA KRIISINÄ

- ☐ oliko puolisosi kuolema ennakoitavissa/äkillinen?
- ☐ minkälaista apua/tukea tarvitsit eniten puolisosi kuoleman jälkeen?
- ☐ minkälaista apua surusi keskellä sait, keneltä? (kunnallinen, kolmas sektori, yksityiset palvelut), ("virallinen" ja "puolivirallinen" apu)
- ☐ henkinen tuki (sukulaiset, ystävät, naapurit, ammattiauttajat), millaista ja keneltä?
- ☐ toiminnallinen tuki (lastenhoito, kodinhoito, pihatyöt, remontti), työapua? millaista ja keneltä?
- ☐ taloudellinen tuki (neuvot/ohjaus eläkeasiat..) millaista ja keneltä?
- ☐ onko saamasi tuki/ apu ollut riittävää?
- ☐ millaista apua/tukea olisit toivonut lisää, keneltä?
- ☐ saitko apua/tukea mielestäsi oikeaan aikaan?
- ☐ mikä oli paras avun/tuen kokemus surusi keskellä, miksi? entä huonoin, miksi?

#### 3. SOPEUTUMINEN PUOLISON KUOLEMAN JÄLKEISEEN ELÄMÄÄN

Elämänhallinta:

- ☒ millaisia muutoksia puolison kuolema on tuonut
- ☒ arkeen(esim. kotityöt, raha-asiat, juhlat, jne.) (millaista tukea olisit tarvinnut? millaista tukea sait, mistä? onko saamasi tuki ollut riittävää?)
- ☒ työhön/opiskeluun
- ☒ vanhemmuuteen (millaista tukea olisit tarvinnut? millaista tukea olet saanut, mistä? onko tuki ollut riittävää?)
- ☒ sosiaalisiin suhteisiin (miten sosiaalinen verkostosi on muuttunut/muotoutunut puolisosi kuoleman jälkeen? (laajentunut/kaventunut/pysynyt ennallaan) (ystävät, vanhemmat, sukulaiset, naapurit, työkaverit)
- ☒ millaista muuta apua ja missä asioissa olet tarvinnut sopeutumisessasi puolison kuoleman jälkeiseen elämään? mistä ja keneltä olet tukea saanut?
- ☒ kuka on ollut tärkein auttaja? miksi?

- ☒ mitkä ovat ne seikat ja voimavarat jotka ovat saaneet elämän tuntumaan mielekkäältä?
- ☒ onko suhtautumisesi elämään ja tulevaisuuteen muuttunut tapahtuneen jälkeen? miten?
- ☒ millaista apua/tukea koet tarvitsevasi tällä hetkellä ja missä asioissa? mistä tai keneltä arvioisit saavasi parhaan avun/tuen? miksi?

#### 4. JYVÄSSEUDUN NUORET LESKET RY:N PROJEKTIN TUKI

- ☒ mistä sait tietoa nuoret lesket ry projektista?
- ☒ mihin projektin toimintoihin olet osallistunut? miksi juuri näihin? millaiset asiat ovat vaikuttaneet toimintojen valintaan?
- ☒ mihin projektin toimintoihin osallistut tällä hetkellä?
- ☒ millaisissa asioissa vertaistuki on ollut tärkeää?
- ☒ onko vertaistuki ollut riittävää?
- ☒ minkälaista vertaistukea olet jäänyt kaipaamaan?
- ☒ millaisissa asioissa yksilötapaamiset ovat olleet tärkeitä?  
onko niitä ollut riittävästi?

mitä olet jäänyt kaipaamaan?

- ☒ miten tarpeellisena olet kokenut lastenhoidon/remonttiavun?
  - ☒ millaisia toiveita näiden palvelujen suhteen? Miten nämä palvelut ovat vastanneet asetettuihin toiveisiisi?
  - ☒ minkälaista muuta käytännön apua olet jäänyt projektilta kaipaamaan?
  - ☒ mitkä projektin toiminnot/palvelut ovat auttaneet sinua eniten?
  - ☒ minkälaista apua/tukea/neuvoja olet jäänyt kaipaamaan projektista?
  - ☒ miten projektin toiminta on palvellut lapsiasi?
  - ☒ millaisia negatiivisia kokemuksia sinulla on nuoret lesket projektista?
  - ☒ minkälaisia terveisiä/palautetta haluaisit projektille lähettää?
  - ☒ arvioi projektin tarjoamaa kokonaisapua/tukea/neuvontaa asteikolla 1-10.
- Mitä mielestäsi pitäisi vielä kehittää?

## Liite 2. Tutkimuspyyntö

HEI!

Olemme sosionomi (AMK) opiskelijoita Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyömme Jyvässeudun nuoret lesket ry:n projektille. Tavoitteenamme on selvittää muun muassa miten projekti on vaikuttanut, tukenut/auttanut nuorta leskeä muuttuneessa elämäntilanteessa.

Nyt sinulla on mahdollisuus kertoa mielipiteesi ja kokemuksesi sekä mahdolliset kehittämishaasteet osallistumalla haastatteluun keväällä tai syksyllä 2006.

Täyttämällä alla olevan lupalapun yhteystietoiheen otamme sinuun yhteyttä kevään 2006 aikana tarkempaa haastatteluajankohtaa sopiaksemme.

Kiitos yhteistyöstä jo etukäteen!

Miia Iivonen  
 sosionomiopiskelija (AMK)  
 puh. 0400 851 451  
[miia.iivonen.sso@jypoly.fi](mailto:miia.iivonen.sso@jypoly.fi)

Saara Mustalahti  
 sosionomiopiskelija (AMK)  
 puh. 044 551 5518  
[saara.mustalahti.sso@jypoly.fi](mailto:saara.mustalahti.sso@jypoly.fi)

---

Suostun haastateltavaksi ja annan luvan käyttää haastattelussa esiin tulleita asioita nuoret lesket projektista tehtävään opinnäytetyöhön. Esiin tulevat asiat käsitellään nimettömänä ja luottamuksellisesti.

Nimi \_\_\_\_\_

Minut tavoittaa puh.numerosta (päiv./iltaisin) \_\_\_\_\_

Allekirjoitus \_\_\_\_\_

### Palautus 31.3.2006 mennessä osoitteeseen:

Jyvässeudun nuoret lesket ry.

Yliopistonkatu 26 A

40100 JYVÄSKYLÄ