



# Sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden valmiudet surevan kohtaamiseen

Emmi Mäkinen, Mirka Torniainen

2019 Laurea

Laurea-ammattikorkeakoulu

**Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoiden valmiudet  
suren kohtaamiseen**  
**Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoiden valmiudet  
suren kohtaamiseen**

Emmi Mäkinen, Mirka Torniainen  
Sosionomi  
Opinnäytetyö  
Lokakuu, 2019

Emmi Mäkinen, Mirka Torniainen Emmi Mäkinen, Mirka Torniainen

Sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden valmiudet surevan kohtaamiseen **Sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden valmiudet surevan kohtaamiseen**

Vuosi 2019 2019

Sivumäärä 40

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää millaisia valmiuksia Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijat ovat opintojensa aikana saaneet äkillisesti läheisensä menettäneen tai surevan kohtaamiseen. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Surevan kohtaaminen -hankkeen kanssa. Hanke kouluttaa kokemusasiantuntijoita, jotka vierailevat työpaikoilla ja oppilaitoksissa kertomassa omista kokemuksistaan läheisen menettämisen jälkeen sekä jakamassa surujärjestöihin kertynyttä kokemustietoa. Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli tarjota Surevan kohtaaminen -hankkeelle tietoa hankkeen tuloksista hankkeen vaikutusten arviointia varten sekä tarjota hankkeelle tietoa, jota he voivat hyödyntää omassa toiminnassaan.

Tutkimusaineisto kerättiin suljettuja ja avoimia kysymyksiä sisältäneen kyselylomakkeen avulla 54 Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijalta lähiopetuksen yhteydessä. Aineisto analysoitiin määrällisin sekä laadullisin menetelmin.

Tulosten mukaan valtaosa opiskelijoista kokee, etteivät he ole saaneet opintojen aikana tarpeeksi valmiuksia kuoleman ja surevan kohtaamiseen eivätkä koe olevansa siihen riittävän valmiita työelämään siirtyessään. Surevan kohtaaminen -hankkeen kokemusasiantuntijatoimintaa voisi hyödyntää tämän koetun osaamisvajeen korjaamisessa ja mahdollinen jatkotutkimus olisi aiheellista suorittaa muutaman vuoden kuluttua.

Tässä tutkielmassa surevalla tarkoitetaan läheisensä äkillisesti tai erityisen järkyttävällä ja raskaalla tavalla menettänyttä henkilöä, esimerkiksi henkirikos, itsemurha, oman lapsen tai nuorella iällä oman puolison menettäminen ovat tilanteita, joissa menetyksen kokenut ihminen tarvitsee todennäköisesti paljon tukea surussaan.

Asiasanat: kriisi, suru, surevan kohtaaminen, valmiudet, äkkikuolema

Emmi Mäkinen, Mirka TorniainenEmmi Mäkinen, Mirka Torniainen

Social and health care science students readiness for supporting a person in grieving

Year	20192019	Pages	40
------	----------	-------	----

---

The purpose of this thesis was to study the level of readiness students are provided with during their studies in the field of social and health care sciences at Laurea University of Applied Sciences (Laurea) in order to support a person after a sudden loss of a loved one, or a person in grieving.

This research was conducted in cooperation with the "Surevan kohtaaminen -project". This is a project which educates through experts with experience, who visit workplaces and educational institutions where they share their own experiences (after losing a loved one) as well as sharing the experiential knowledge gathered by grief organizations.

One of the purposes of this thesis was to provide information for the "Surevan kohtaaminen -project" about the results of evaluating the effects of the project and for them to utilize the information in their own operations.

Research material was collected from 54 students in the field of social and health care at Laurea during a class using a questionnaire including both closed and open ended questions. The material was analyzed by using both quantitative and qualitative research methods.

Results of the study show the majority of the students experience is that they haven't been provided with enough skills during their studies for supporting people experiencing death and grief, and that they were not ready enough for it in the transition to working life. The experts with experience activity of the "Surevan kohtaaminen -project" could be utilized readily to fix this gap and further research would also be justified after a few years.

In this thesis a grieving person refers to someone who has lost their loved one suddenly or in an especially shocking or devastating way, for example through homicide or suicide. Loss of a child or loss of a spouse at a young age are situations where the person experiencing the loss most likely needs a lot of support in coping with their grief.

Keywords: crisis, grief, supporting a grieving person, readiness, sudden death

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Kriisi ja suru .....	6
2.1	Kriisi .....	7
2.2	Suru .....	8
2.2.1	Sureminen .....	10
3	Läheisen äkillinen menettäminen.....	12
4	Surevan kohtaaminen .....	13
4.1	Avun kanavia .....	15
4.2	Vertaistukijärjestöt .....	16
5	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymys.....	17
6	Tutkielman toteutus .....	18
6.1	Aineiston hankinta .....	19
6.2	Tutkimusmenetelmä .....	19
6.3	Tutkimusaineiston käsittely ja analyysi.....	20
6.4	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	22
7	Tulokset.....	22
7.1	Vastaaajien taustatiedot .....	23
7.2	Miten aihetta on käsitelty opinnoissa .....	23
7.3	Millaisena opiskelijat kokevat omat valmiutensa .....	25
7.4	Mikä opiskelijoiden näkemyksen mukaan olisi ollut tarpeellista .....	26
7.5	Surujärjestöt ja hoitosuositukset .....	28
8	Johtopäätökset .....	29
9	Pohdinta .....	31
	Lähteet .....	33
	Kuviot.....	35
	Taulukot.....	35
	Liitteet .....	36

## 1 Johdanto

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää millaisia valmiuksia Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat ovat opintojensa aikana saaneet äkillisesti läheisensä menettäneen tai surevan kohtaamiseen. Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena on tarjota Surevan kohtaaminen -hankkeelle tietoa hankkeen tuloksista hankkeen vaikutusten arviointia varten. Pyrimme selvittämään miten hyvin opiskelijat tuntevat eri surujärjestöjä ja Surevan kohtaaminen -hanketta. Opiskelijoiden itse kokemien valmiuksien lisäksi halusimme tietää minkälaista tietoa ja opetusta opiskelijat kokevat tarvitsevänsä surevan kohtaamiseen liittyen.

Opinnäytetyö toteutetaan yhteistyössä Surevan kohtaaminen -hankkeen kanssa. Hanke kouluttaa kokemusasiantuntijoita, jotka vierailevat työpaikoilla ja oppilaitoksissa kertomassa omista kokemuksistaan läheisen menettämisen jälkeen. Kokemusasiantuntijat jakavat myös surujärjestöihin kertynyttä tutkittua sekä kokemustietoa. Surevan kohtaaminen -hankkeesta on apua kaikille niille, jotka työssään kohtaavat läheisensä menettäneitä. Esimerkiksi terveyskeskuksissa, sairaaloissa, työterveyshuollossa, seurakunnissa sekä poliisi- ja pelastuslaitoksilla työtään tekevät kaipaavat usein tietoa sureville saatavilla olevasta tuesta ja surevan kohtaamisesta. Näiden lisäksi tietoa tarvitaan myös kouluissa ja muilla työpaikoilla, sillä läheisensä menettämisen aiheuttanut kriisi voi koskettaa ketä tahansa. (Surevan kohtaaminen 2019.)

Meillä molemmilla opinnäytetyön tekijöillä on taustalla kokemus läheisen äkillisestä menettämisestä. Tästä syystä opinnäytetyömme aihe tuntui luonteelta valinnalta yhteiselle opinnäytetyöprojektillemme. Toinen meistä tekijöistä, Emmi Mäkinen, toimii Surevan kohtaaminen -hankkeessa kokemusasiantuntijana ja käy puhumassa alan opiskelijoille ja ammattilaisille kokemuksistaan ja elämästä oman lapsen kuoleman jälkeen. Surevan kohtaaminen -hankkeen kokemusasiantuntijoiden tavoitteena on oman tarinansa kautta antaa ammattilaisille ja opiskelijoille valmiuksia, kohdata läheisensä menettäneitä sekä tiedottaa sureville saatavilla olevasta tuesta. (Surevan kohtaaminen 2019.)

Tässä opinnäytetyössä surevalla tarkoitetaan läheisensä äkillisesti tai erityisen järkyttävällä ja raskaalla tavalla menettänyttä henkilöä. Esimerkiksi henkirikos, itsemurha, oman lapsen tai nuorella iällä oman puolison menettäminen ovat tilanteita, joissa menetyksen kokenut ihminen tarvitsee todennäköisesti paljon tukea surussaan.

## 2 Kriisi ja suru

Tutkimusten mukaan noin 50-80 prosenttia länsimaiden väestöstä joutuu kohtaamaan elinikään vähintään yhden mahdollisesti traumaattisen tapahtuman. Joka päivä moni ihminen kohtaa järkyttävän tapahtuman ja silloin tulee haasteeksi hyväksyä se, että oma elämä ei mennytäkään niin kuin oli ajatellut tai toivonut. Jotkin tapahtumat ovat niin rankkoja, että ne

romuttavat joksikin aikaa kokonaan sen yhteyden ja turvallisuuden tunteen, joka on perusta hyvälle elämälle. (Hedrenius & Johansson 2016, 23.)

Monenlaiset elämäntapahtumat voivat aiheuttaa surua, varsinkin sellaiset muutokset, joihin ihminen itse ei pysty vaikuttamaan, esimerkiksi perheiden hajoamiset tai työttömyys. Raskain suru liittyy kuitenkin kuolemaan. Suru on mielen tapa reagoida menetykseen. Se on yksilöllinen kokemus, jokainen suree omalla tavallaan ja oman aikansa. Suru myös muuttaa ihmistä, monet ihmiset kokevat olevansa erilaisia tapahtuneen jälkeen. Suru voi nostaa päätään vielä vuosien kuluttua tapahtuneesta, mutta usein aika laimentaa surua ja ikävää. (Ruishalme & Saaristo 2007, 52)

Kriisi puolestaan syntyy silloin kun meille tapahtuu jotain sellaista, jossa ihmisen aiemmat kokemukset eivät riitä tapahtuman käsittelyyn ilman kärsimystä ja joka ylittää ongelmanratkaisukykyämme. Kriisissä ihminen menettää hallinnan tunteensa ja kokee itsensä epävarmaksi, eksyneeksi, alistuneeksi tai stressaantuneeksi. Kriisissä oleva ihminen kokee kyvyttömyyttä toimia tilanteen vaatimalla tavalla ja ymmärtää tapahtunutta. Traumaattinen kriisi syntyy yleensä äkillisestä tai yllättävästä tapahtumasta, johon ei ole voinut varautua. (Ruishalme & Saaristo 2007, 27.)

## 2.1 Kriisi

Kriisiksi kutsutaan tapahtumaa, jossa ihmisen aikaisemmat kokemukset eivät riitä tapahtuneen käsittelyyn ilman merkittävää kärsimystä. Kriisi synnyttää sellaisia reaktioita, jotka vaikuttavat ihmiseen kokonaisuudessaan: esimerkiksi epätoivon, kaipauksen ja voimakkaan väsymyksen tunteet ovat tavallisia. Kriisi vaikuttaa sekä suoraan sen uhreihin, että heidän lähipiiriinsä. (Hedrenius & Johansson 2016, 27.)

Osa kriiseistä koskettaa samanaikaisesti monia ihmisiä, kuten esimerkiksi vuoden 2004 Intian valtameren maanjäristys ja tsunamiaallot, jotka surmasivat satoja tuhansia ihmisiä yli sadasta eri maasta. Silloin, kun tytär kuolee auto-onnettomuudessa, kun isä tekee itsemurhan tai kun itse sairastuu vakavasti, voidaan puhua henkilökohtaisista kriiseistä ja myös äkillisestä järkyttävästä tapahtumasta. Joskus kriisiin johtaa puolestaan yksittäinen järkyttävä tapahtuma, joskus taas järkyttäviä tapahtumia sattuu monta peräkkäin pidemmällä aikavälillä. Näin on esimerkiksi sellaisilla lapsilla tai nuorilla, jotka kasvavat alkoholistiperheissä tai joiden perheissä kasvatetaan väkivallalla ja laiminlyömisellä. (Hedrenius & Johansson 2016, 28.)

Kriiseistä puhutaan monin tavoin. Sanotaan, että ”olen kriisissä”, kun jotain vakavaa on tapahtunut ja eletään tilanteen jälkireaktioissa. Vaikeassa liikenneonnettomuudessa mukana ollut voi sanoa olevansa kriisissä. Kriisillä voidaan tarkoittaa myös vaikeaa tilannetta, esimer-

kiksi äkillistä irtisanomista tai aviopuolison erohakemusta, vaikka tilanne olisi suorastaan toivottakin. Usein kuitenkin kriisillä tarkoitetaan itse tapahtumaa ja sen välittömiä seurauksia. (Palosaari 2008, 23.)

Kriisien moninaisuutta voidaan hahmottaa jaotteleamalla kriisit kehitys- ja elämäntilannekriiseihin sekä traumaattisiin kriiseihin: kehitys- ja elämäntilannekriisit liittyvät normaaliin elämäntilanteeseen, kun ihmiset siirtyvät elämänvaiheista toisiin. Myös positiivinen tapahtuma, kuten lapsen saaminen voi synnyttää kriisin. Traumaattisen kriisin puolestaan synnyttää usein epänormaali ja voimakas tapahtuma, johon liittyy suuri tunnejärkytys ja jota omat voimat eivät riitä käsittelemään ja kohtaamaan. (Kriisit kuuluvat elämään 2017.)

## 2.2 Suru

Suru on ihmiselle tavanomainen reaktio elämässä kohtaamiinsa erilaisiin menetyksiin ja luopumisiin. Se sisältää laajan skaalan fyysisiä kokemuksia ja erilaisia tunnereaktioita, jotka vaihtelevat riippuen ihmisestä ja tilanteista. Eniten surua synnyttävä asia ihmiselle on läheisen ihmisen kuolema. Vahvaa surua koetaan myös monista muista erilaisista elämässä tapahtuvista ikävistä asioista, kuten avioliiton tai muun merkittävän ihmissuhteen päättymisestä, työttömäksi jäämisestä, paikkakunnalta muutettaessa tai yleensä jossain sellaisessa tilanteessa, jossa joudutaan luopumaan jostain sellaisesta, joka on ollut itselle merkityksellistä ja tärkeää. (Hänninen & Pajunen 2006, 147-148.)

Suremisen tapa, surun voimakkuus ja surusta selviäminen on aina yksilöllistä. Jos näitä asioita verrataan kahden ihmisen kokemusten perusteella, eivät ne koskaan ole samanlaisia. Molempien selviytymisprosessi etenee omalla tavallaan. Kuukausien kuluessa ihminen sopeutuu menetykseen ja useimmat pystyvät olemaan jälleen läsnä omassa elämässään, vaikkakaan eivät enää samalla tavalla kuin ennen menetystä. Surua ei voi ratkaista eikä voittaa, mutta ajan kanssa se muuttaa muotoaan, kun lopullisuuden ja kuoleman seurausten kanssa pystytään tekemään sovinto ja kyetään taas katsomaan tulevaisuuteen sillä tavoin, että se mahdollistaa tyytyväisyyden ja ilon tunteet. Kuollutta koskevat muistot säilyvät saavutettavina ja osittain myös katkerina, mutta sellainen akuutti suru, jossa kuollutta koskevat mielikuvat ja ajatukset hallitsevat mieltä, väistyy. (Poijula 2018, 75.)

Ihmiselle tulisi antaa aikaa käsitellä suruun liittyviä asioita rauhassa ja ajan kanssa. Vain sillä tavoin henkinen prosessi, suru, voidaan elää läpi. Suruun kuuluu erilaisia vaiheita: järkytys, kaipaus, tyhjiys, halu mukautua ja lopulta, ajan kuluttua, uudenlainen elämäntapa, jossa menetys on läsnä mutta ei enää päivittäin. (Ruishalme & Saaristo 2007, 52.)

Surun aikana tunteet ja tuntemukset saattavat vaihdella hyvin voimakkaasti. Monet tunteet ja ajatukset ovat yhtä sekamelskaa. Suruaika voi olla joskus kuin kausikortti vuoristorataan. Pa-



hinta on usein pysähtyneisyyden tila, jolloin tuntuu siltä, ettei mitkään tunteet liiku mihinkään. Ihmiset saattavat usein pohtia sitä, onko oma suru normaali. Ihmiset ajattelevat, ettei heidän surunsa etene sillä tavalla, kun sen pitäisi edetä. Ihmistä saattaa lohduttaa tieto siitä, ettei oikeaa surun kaavaa tai kestoja ole olemassakaan eikä sitä ole mihinkään erikseen määriteltä. Edes kukaan lääkäri ei voi sanoa oikeita sanoja tai löytää lääkitystä surun lopettamiseksi. (Ylikarjula 2008, 101-102.)

Läheisen menetyksestä aiheutuneeseen suruun liittyy hyvin monenlaisia tunteita: surullisuuden lisäksi on normaalia kokea esimerkiksi ikävää, kaipuuta, katkeruutta, raivoa, vihaa, ahdistusta, syyllisyyttä, yksinäisyyttä, epätoivoa, masennusta, tuskaa, ulkopuolisuutta, kipua, avuttomuutta, väsymystä, uupumusta, kauhua, pelkoa, häpeää sekä turvattomuutta. Menetykseen on kuitenkin mahdollista liittyä myös positiivisempia tunteita, kuten esimerkiksi helpotusta tai iloa. Surusta kumpuavien tunteiden lisäksi menetys näkyy surevan käyttäytymisessä ja asenteissa sekä tuntuu fyysisesti hänen omassa kehossansa. (Mitä suru on? 2019.)

Läheisen menetyksen jälkeistä surua on määriteltä ja tutkittu paljon eri aikakausina ja eri tieteenalojen näkökulmista. Kun tutkimustieto on lisääntynyt, on myös käsitys surusta muuttunut, mutta edelleen surun yksiselitteinen määrittäminen sen yksilöllisyyden ja monimuotoisuuden vuoksi on vaikeaa. Aikaisemmin surua on kuvattu pääosin läheisen kuoleman aiheuttamina emotionaalisina reaktioina ja tuntemuksina. Nykypäivänä surua kuvataan kokonaisvaltaisempaan prosessiin, johon liittyy myös surevan omaan identiteettiin, elämään ja tulevaisuuteen liittyvien asioiden merkityksien ja tarkoitusten uudestaan rakentamisena. (Aho 2010, 12.)

Ihmisen kokiessa menetyksen, muuttuu hänen elämänsä sen myötä pysyvästi. Suru ei ole häiriötila, joka pitäisi saada hoidettua pois, vaan raskaasta menetyksestä johtuva normaali reaktio. Ajan kuluessa tuoreeseen menetykseen liittyvä tuska helpottaa, mutta ikävän ja kaipauksen ei tarvitse koskaan täysin hävitä eikä kuolleesta läheisestä ole tarkoitus päästää kokonaan irti. Lopulta suru saattaa tuoda mukanaan esimerkiksi elämänarvojen muuttumista uudenlaiseen tärkeysjärjestykseen sekä kasvattaa ihmisen arvostusta elämää ja läheisiä kohtaan. Toisaalta, jos ihminen menettää läheisensä esimerkiksi henkirikoksen uhrina, saattaa siitä seurata pysyvä pettymys elämää ja ihmiskuntaa kohtaan. (Mitä suru on? 2019.)

Suurin riskitekijä surussa on se, että sureva ihminen jää ilman tukea ja apua. Tehtyjen tutkimusten perusteella ammattilaisten tarjoamalla tuella on suuri merkitys surevan hyvinvoinnille niin lyhyellä kuin pitkälläkin aikavälillä. Ammattilaisen tehtävään kuuluu myös ohjata surevan sosiaalista verkostoa auttamaan menetyksen kokenutta sekä ohjata sureva vertaistuen sekä ammattiavun piiriin. (Mitä suru on? 2019.)

### 2.2.1 Sureminen

Anna Liisa Aho (2010) on tutkinut surua sekä suremista väitöskirjassaan. Surua kuvataan dynaamisena ja yksilöllisenä prosessina, joka vaikuttaa surevaan ja hänen elämäänsä pysyvästi ja kokonaisvaltaisesti. Surun yksilöllisyyteen liittyy se, että jokainen ihminen suree omalla erityisellä tavallaan, vaikka perimmäinen kokemus eli läheisen ihmisen menetys olisi yhteinen. Suru sisältää surevan kokemien tunteiden ja reaktioiden lisäksi myös suremisen, johon liittyy muun muassa puhuminen ja itkeminen. Erilaiset kulttuurit, eritoten niihin kuuluvat perinteet ja rituaalit, vaikuttavat suremiseen. Esimerkiksi hyvästien jättäminen kuolleelle ja hautajaiset saattavat olla hyvin yhteisöllisiä tapoja. Suremisessa on kuitenkin yksilöllisiä eroavaisuuksia sekä kulttuurien sisällä, että kulttuurien välillä. (Aho 2010, 14.)

Kun puhutaan dynaamisuudesta surun yhteydessä, tarkoitetaan sillä sitä, ettei suru etene lineaarisesti vaiheesta toiseen, vaan siihen liittyvät tunteet ja reaktiot ilmenevät välillä voimakkaampina ja välillä heikompana surevan elämässä. Surun intensiteetti vähenee ajan kuluessa, vaikka erilaiset läheisen kuolemaa muistuttavat ajatukset ja tapahtumat saattavat laukaista hyvin voimakkaan reaktion uudelleen vielä pitkän ajan kuluttua läheisen kuolemasta. (Aho 2010, 14.)

Surun kokonaisvaltaisuutta ja pysyvyyttä kuvaavat puolestaan suruun liittyvien tuntemuksien, reaktioiden, käyttäytymisen ja surun mukanaan tuomien muutoksien kirjo, joista surun yksilöllisyyden ja kulttuurierojen vuoksi on mahdoton esittää erikseen mitään kattavaa listaa. Suruun liittyy kuitenkin paljon yhteneväisiä piirteitä, joita käytetään myös surua arvioivissa mittareissa. Surun ensireaktioiden (shokki, kieltäminen epäusko ja ahdistus) jälkeen sureva kokee erilaisella intensiteetillä emotionaalisia, fyysisiä, kognitiivisia, hengellisiä, sosiaalisia ja ihmisen olemassaoloon liittyviä tuntemuksia, muutoksia ja reaktioita. Suruun liittyy myös erityisesti myös surevan omaan identiteettiin, elämään ja tulevaisuuteen sekä sosiaaliseen ympäristöön liittyvien asioiden tarkoituksien ja merkityksien etsiminen sekä niiden uudelleenrakentaminen. (Aho 2010, 14.)

Sureminen on pitkäkestoista uuteen tilanteeseen sopeutumista, elämistä, omien tunteiden läpikäymistä sekä kuolleen läheisen muistelemista ja muistojen säilymistä uudessa paikassa omassa elämässä. Kun puhutaan työstä ja tekemistä, voidaan niille usein määritellä selkeä alku ja loppu. Surussa puolestaan näitä kumpaakaan on vaikea määrittää. Surutyön sijasta olisi parempi käyttää yksinkertaisempaa sanaa, sureminen. Sureminen sanana kuvaa paremmin surun luonnetta, sen keston ennakoimattomuutta ja samalla sen roolia normaalina, vaikkakaan ei tietenkään toivottuna osana ihmisen elämää. (Hänninen & Pajunen 2006, 159.)

Suremisen myötä ihminen tunnustaa menetyksen todeksi, suhde kuolleeseen läheiseen muuttuu konkreettisesta mentaaliseksi ja elämä nähdään vähitellen uudenaikaisena ilman kuollutta läheistä. Suremista voidaan verrata syvän haavan tai palovamman paranemiseen. Kun haava

paranee, voi jäädä toimintavajetta tai merkki siitä, että jokin on muuttunut pysyvästi. Ihmisen voidaan sanoa sopeutuneen menetykseen silloin, kun hän hyväksyy kuoleman ja ymmärtää kokemuksen lopullisuuden. Tällöin sureva ajattelee yhä menettämäänsä läheistä ja ymmärtää oman elämänsä muuttuneen, mutta alkaa kaikesta huolimatta rakentaa uutta elämäänsä ilman vainajaa. (Pojjula 2016, 113-114.)

Silloin, kun suru on voimakkaimmillaan, voi surevasta tuntua siltä, ettei hän toivu koskaan, mutta vähitellen tunnelin päässä alkaa näkyä valoa ja toipuminen alkaa. Akuutti suru alkaa kypsyä kaipaukseksi. Surevan on kohdattava surusta aiheutuva tuska, opittava hyväksymään kuolema tosiasiana, sopeuduttava elämään ilman kuollutta läheistään sekä rakennettava kestävä yhteys kuolleeseen omassa mielessään. (Pojjula 2018, 76.)

Suremisen aloittaminen on kuin aloittaisi matkan, joka voi olla pelottava, tuskallinen ja joskus myös yksinäinen. Mitkään sanat, ei kirjoitetut eikä puhutut, pysty ottamaan koettua kärsimystä pois. On sanottu, että suru tulee siedettäväksi silloin, kun kykenee sisäistämään sen, ettei se kestä ikuisesti. Mutta ei silloin, kun teeskennellään, ettei sitä ole olemassa. Vähitellen käy niin, että sureva sopeutuu menetykseensä ja menetetyistä rakkaasta muodostuu sisäistetty aarre. Sureva oppii jatkuvasti toistojen kautta, ettei kuollut ihminen ole enää konkreettisesti olemassa. (Pojjula 2002, 21-22.)

Surun satuttaman on hyvä tietää, että suru on yksilöllinen sekä hyvin henkilökohtainen kokemus. Kukaan ei voi sanoa toiselle sitä, miten ihmisen on surtava tai miten ei missään tapauksessa pidä surra. Jokainen tarvitsee riittävästi aikaa asian käsittelyyn ja havahtuakseen siihen, mitä todella on tapahtunut. Monet kertovat kuolemantapauksiin liittyen muistavansa jotakin, mitä on jäänyt siitä hetkestä mieleen, kun on saanut tiedon läheisensä kuolemasta. Joku saattaa muistaa esimerkiksi jonkun maailmalla tapahtuneen asian, joka sattui samoihin aikoihin. Sellainen asia on jäänyt ikään kuin muistuttamaan kuolleesta läheisestä. (Ylikarjula 2008, 101.)

Sureminen on hyvin kulttuuriin sidonnaista ja suomalaista surua kuvaa hyvin salattu suru. Suomalaiset surevat kätkevät surunsa ulkoiset jäljet. Kyyneleitä itketään mieluummin yksin tai korkeintaan läheisten seurassa. Itkeminen sinänsä on suomalaiselle surevalle tuttua ja se liitetään kiinteästi suremiseen. Kyyneleitä pidetään kuitenkin salassa ja julkinen surun kontrolloiminen on 2000-luvulla muodostunut jopa ihanteelliseksi ja surua ilmaistaan pääasiassa vain kodeissa ja perhepiirissä. Yhdeksi syyksi sille, miksi sureminen ja itkeminen koetaan kielletyksi, on arveltu sitä, että niiden ajatellaan aiheuttavan epämiellyttävää oloa muille. Lisäksi surun salaamiselle on arveltu syyksi myös sitä, että sureva itse suojelee itseään muiden epäonnistuneilta osanottoyrityksiltä. Salassa sureminen altistaa kuitenkin esimerkiksi sille, että sureva jää kokonaan vaille myötätuntoa ja muiden ymmärrystä sekä tukea. (Pulkkinen 2016, 247.)

### 3 Läheisen äkillinen menettäminen

Suomessa kuolee vuosittain yli 50 000 henkilöä, joista 8200 on työikäisiä ja noin 400 lapsia. Aviopuolisonsa menettää vuodessa noin 16 000 ihmistä. Suomalaisten yleisimmät kuolinsyyt ovat sydän- ja verenkiertoelinten sairaudet, jotka usein johtavat esimerkiksi sydänkohtaukseen. Lasten ja nuorten kuolemista äkillisiä on suunnilleen kolmannes ja ne johtuvat esimerkiksi myrkytyksistä tai onnettomuuksista. Lisäksi noin 800 ihmistä kuolee itsemurhaan ja noin 100 ihmistä joutuessaan henkirikoksen uhriksi. (Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen 2018.)

Äkillinen kuolema on sellainen odottamaton ja yllätyksellinen kuolema, johon kuollut ihminen itse eikä hänen läheisensä ehdi valmistautua. Kun ihminen kuolee äkillisesti, voi sille syynä olla esimerkiksi itsemurha, henkirikoksen seurauksena menehtyminen, erilaiset kuoleman aiheuttaneet sairauskohtaukset, kohtukuolemat, onnettomuudesta johtuvat kuolemat sekä tapaturmakuolemat (esimerkiksi hukkuminen) tai alkoholin- ja muiden päihteiden yliannostuskuolemat. (Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen 2018.)

Läheisen äkillinen kuolema alentaa surevien omaisten toimintakykyä sekä vaikuttaa negatiivisella tavalla heidän elämänlaatuunsa ja terveyteensä. Kun läheinen menehtyy äkillisesti, kärsii sen jälkeen noin puolet läheisensä traumaattisesti menettäneistä omaisista erilaisista psyykkisistä häiriöistä. Aikuisilla siitä seuraa usein työssä jaksamisen ja motivaation laskua ja nuorilla sekä lapsilla koulumenestyksen heikentymistä sekä ihmissuhteista vetäytymistä. Äkki-kuoleman seurauksena läheisensä menettäneen omaisen tulevaisuuden unelmat ja toiveet saattavat murtua. Usein menetyksiin liittyy myös erilaisia oman identiteetin muutoksia; naimisissa olevasta puolisoista tulee leski, lapsesta tulee orpo tai vanhemmista saattaa tulla lapsensa menettänyt lapseton pariskunta. (Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen 2018.)

Monesti ajatellaan, että traumaattiset tapahtumat koskettavat vain harvoja ihmisiä. Kuitenkin niin sanotut arkielämän traumaattiset tapahtumat koskettavat vuosittain lukuisia ihmisiä. Läheisen ihmisen tapaturmainen tai väkivaltainen kuolema on järkyttävimpiä tapahtumia ihmisen elämässä. Kuoleman ei tarvitse kuitenkaan olla tapaturmainen tai väkivaltainen ollakseen traumaattinen tapahtuma. Myös äkillinen luonnollinen kuolema järkyttää syvästi perhettä, ystäviä ja muita lähiyhteisöjä. Äkillisesti kuolleen iällä on myös merkitystä sille kuinka odottamattomana ja järkyttävänä hänen kuolemansa koetaan, 70-vuotiaan äkillinen kuolema on eri asia kuin esimerkiksi nuoren, saati lapsen, äkillinen kuolema. (Saari 2003, 28 & 30.)

Läheisen ihmisen äkillinen kuolema on erityisen vaikea asia käsiteltäväksi. Kun ihminen kuolee äkillisesti, läheisellä ei tällöin ole mahdollista valmistautua hänen poismenoonsa. Silloin omien tuntojen tilittäminen tai välien selvittäminen menehtyneen läheisen kanssa on mahdollista eikä hänelle myöskään enää voi sanoa kaikkea mitä olisi halunnut. Kaiken työn joutuu

tekemään yksin omassa mielessään tai yhdessä läheisten ja ystävien kanssa, mutta se ei silti koskaan vastaa sitä, että asiat voisi käsitellä suoraan kuolevan ihmisen kanssa. (Pojjula 2002, 85.)

Läheisen äkillisen menettämisen seuraukset koko läheisten elämään, terveyteen ja hyvinvointiin ovat moninaiset. Tästä syystä läheisten selviytymisen edistämisen ja negatiivisten seurausten ehkäiseminen on erityisen tärkeää ja perusteltua. Se, että läheiset saavat monenlaista sosiaalista tukea, tiedetään olevan yksi keskeisimmistä selviytymistä edistävästä keinoista. Muun muassa lähiverkostolta saatu tuki, verstaistuki sekä ammattihenkilöstön ammatitaitotoinen kohtaaminen ja heiltä saatu tuki ovat tärkeitä selviytymisen edistämisen kanalta. (Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen 2018.)

Läheisen ihmisen äkillinen menetys aiheuttaa traumaattisen kokemuksen lisäksi usein myös pitkäkestoisen surun. Se, että traumaattinen kokemus saadaan käsiteltyä, on edellytys surutyön onnistumiselle. Jos menetykseen liittyvät traumaattiset kokemukset jäävät käsittelemättä, ei silloin surullekaan ole omaa tilaansa. (Pojjula 2002, 84.)

Äkillisen kuoleman kohtaamiseen liittyy usein erilaisia stressireaktioita. Stressireaktioihin saattaa liittyä mieleen tunkeutuvia muistikuvia läheisen kuolin tilanteesta, tai sitten puolestaan tapahtuneeseen sekä kuolleeseen henkilöön liittyvien muistojen välttely. Tällöin tapahtumista puhuminen on läheisille usein vaikeaa ja tunnetilaan liittyy voimakas ahdistus ja pelko. Usein äkillisesti kuolleen henkilön läheiset tarvitsevat ammatillisia kriisi-istuntoja tai suru- ja traumaterapiaa. Kun ihminen kuolee äkillisesti, on tällöin läheisten tukemiseen ja kohtaamiseen usein sillä hetkellä käytettävissä vain hyvin lyhyt aika, mutta siinä lyhyessäkin ajassa voidaan luoda perusta läheisten selviytymiselle. (Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen 2018.)

#### 4 Surevan kohtaaminen

Tässä opinnäytetyössä surevalla tarkoitetaan sellaista ihmistä, joka on menettänyt läheisensä äkillisesti. Äkillinen kuolema määritellään sellaiseksi odottamattomaksi ja yllätykselliseksi kuolemaksi, johon kuollut ihminen eikä hänen läheisensä ole ehtineet valmistautua lainkaan. Tällaisen kuoleman taustalla voi olla esimerkiksi itsemurha, henkirikoksen uhriksi joutuminen, kuolemaan johtavat sairauskohtaukset, alkoholin tai muiden päihteiden aiheuttamat yliannostuskuolemat, kohtukuolemat tai onnettomuuksista tai tapaturmista johtuvat kuolemat. (Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen 2018.)

Järkyttävän tapahtuman akuuteimmassa vaiheessa on tavallista lyhyet kohtaukset tuettavien kanssa. On silti tärkeää huomata, että lyhyet kohtaukset ovat yhtä tärkeitä kuin pidemmätkin kohtaukset, sillä hetkenkin aikaa kestävä rauhallinen huolenpito voi auttaa tuettavaa tasaantumaan psyykkisesti. Vaikka ei annettaisi mitään konkreettista tukea, jo itsessään pelkkä

läsnäolo on tärkeää. Sellainen kohtaaminen, jossa otetaan huomioon tilanteen vakavuus, todentaa tuettavalle sen, että meneillään oleva tilanne poikkeaa tavallisesta. On erityisen tärkeää, ettei auttaja kuitenkaan liioittele reaktioissaan. (Hedrenius & Johansson 2016, 192.)

Äkillisen menetyksen kokeneen ihmisen yksilöllinen kohtaaminen on tärkeää. Ympäristön tuki on ja avun saanti ovat iän, sukupuolen, elämäkokemuksen ja kuoleman luonteen lisäksi surun muotoutumiseen vaikuttavia tekijöitä. Surun sanotaan olevan lukemattomien reaktioiden variaatio, jonka ulottuvuuksia pohtiessa konkretisoituu sen yksilöllisyys ja monimuotoisuus. Kahta identtistä surukokemusta ei siis ole. Erilaisten odotusten ja surukäsitysten myötä sureva saattaa kokea myös surusyyllisyyttä. Tällaista surusyyllisyyttä on esimerkiksi se, kun sureva kokee, ettei osaa edes surra oikealla ja suositellulla tavalla. (Forsström, Franski & Tamminen 2007, 171-172.)

Merkityksellisimmäksi tueksi kriiseissä koetaan ystävien ja perheen tarjoama sosiaalinen ja materiaallinen tuki. Useimpien selitysten mukaan läheisten tarjoama tuki on ollut käytännön järjestelyjen toteuttamisessa keskeinen. Läheiset voivat auttaa esimerkiksi tekemällä konkreettisia asioita, kuten auttaa lastenhoidossa, kaupassa käynnissä, ruuanlaitossa, siivouksessa tai vaikka houkuttelemalla ulkoilemaan. Nämä yksinkertaiset teot ovat kriisissä olevalle suureksi avuksi. Sellaiset ystävät, jotka ovat jollain tavalla tuttuja surun kanssa ja kykenevät olemaan lähellä lohduttamassa ja kuuntelemassa, ovat merkittäviä. Kaiken kaikkiaan merkittävää ystävien ja omaisten antamassa tuessa on se, että he jaksavat kuunnella kerta toisensa jälkeen samat asiat ja antavat mahdollisuuden puhumiselle sekä toimivat samalla eräänlaisina peileinä surevalle läheiselle, jotta sureva näkee oman selviytymisensä ja etenemisensä merkit, joita hän ei muuten huomaisi. (Ruishalme & Saaristo 2007, 102-103.)

Tukevat sekä kunnioittavat kohtaamiset ammattilaisten kanssa auttavat läheisensä menettäneitä niin lyhyellä kuin pitkälläkin aikavälillä. Voidaan siis todeta, että jokaisen ammatti-ihminen olisi tärkeää hallita surevan kohtaamisen taito. Ammattilaisilla on monenlaisia työnkuvia; raportoimista, tutkimista, hoitamista, pelastamista tai diagnosoimista. Joka tapauksessa ammattilaisen tärkein velvollisuus on huolehtia siitä, että hänen toimintansa auttaa surevaa raskaassa elämäntilanteessa. (Surevan kohtaaminen 2019.)

Luonnollista on, että surevaa halutaan auttaa yrittämällä tehdä hänen suruaan pienemmäksi joko sanoin tai erilaisin hoitotoimenpitein. Tällaiset yritykset kuitenkin saattavat loukata surevaa, koska hänellä on täysi oikeus pahaan oloon ja heikkouden tuntemuksiin. Jos odotetaan, että surevan toimintakyky palautuu nopeasti, voi se olla haitallista surevalle. Auttamisen keskiössä tulisi olla surevan omat tarpeet ja halut. Kaikista tärkeintä on se, että sureva itse kokee elämänsä merkitykselliseksi. (Surevan kohtaaminen 2019.)

Tärkeä edellytys onnistuneelle kohtaamiselle on myös ammattilaisen kyky asettua sopivalle etäisyydelle niin suhteessa läheisen menettäneen omaiseen kuin hänen kokemukseensa. Sopivaa etäisyyttä on vaikea määrittellä tarkasti, koska se on aina yksilöllinen ja henkilökohtainen. Jotkut surevat kokevat tarvitsevansa fyysistä läheisyyttä tai kosketusta, kun taas joillekin riittää esimerkiksi pelkkä hoitajan läsnäolo samassa tilassa, ikään kuin saatavilla oleminen. Hoitotyötä tekeviltä ihmisiltä odotetaan myös neuvoja ja kannanottoja siihen, miten suru etenee ja minkälaisia reaktioita siihen voi sisältyä. Puolestaan ammattilaisten antamat katteettomat lupaukset esimerkiksi surun kestosta tai sen helpottumisesta tietyssä ajassa saattavat aiheuttaa surevassa ihmisessä negatiivisia tunteita ja reaktioita. Lupaus surun loppumisesta ei tunnu uskottavalta eikä lohduta etenäkään silloin, jos sureva itse ei koe surua ohimeneväksi tai ajassa eteneväksi asiaksi. (Pulkkinen 2016, 236-237.)

Läheisensä menettäneen perheen voimavarat ovat rajalliset, ja tuen etsiminen itse omin avuin saattaa tuntua ylitsepääsemättömän vaikealta asialta. Kriisissä oleva perhe saattaa myös kokea, että heidän tulee selvitä ilman ulkopuolista apua. Tämän vuoksi onkin erityisen tärkeää, että lasten parissa työskentelevä aikuinen ottaa aktiivisen roolin yhteydenpidossa perheeseen sekä heidän tukemisessaan. Työntekijä voi soittaa perheelle ottaakseen osaa heidän suruunsa, ja hoitopaikasta tai koululta voidaan lähettää perheelle esimerkiksi kukkia tai kortti. Perheen kohtaamiseen ei ole olemassa oikeita toimintaohjeita, pääasia on, että ammattilainen on aidosti läsnä ja osoittaa perheelle myötätuntoa. Yhteydenpidon perheen suuntaan on oltava luontevaa. Perheet arvostavat rohkeutta kohdata heidät. Pahinta perheen näkökulmasta on se, että heidät jätetään yksin surun kanssa tai heidän kohtaamistaan välttämään. (Uittomäki ym. 2011, 27.)

Ammattilaisen on hyvä selkeyttää ja käsitellä omaa suru- ja kuolemasuhdettaan. Ammattilaisen tulisi pystyä käsittelemään omia tunteitaan ja työssään kohtaamia tilanteita kokeneen asiantuntijan kanssa esimerkiksi työnohjauksessa. On merkittävää, että työntekijä huolehtii itsestään ja että hänellä on oman työyhteisönsä tuki. Myös muiden esimerkki, käytännön kokemus ja vertaistuki auttavat ammattilaista kehittymään paremmaksi. Lisäksi organisaatiossa tulisi kiinnittää erityistä huomiota siihen, että surevan empaattinen kohtaaminen ja jatkoavun piiriin ohjaaminen nähdään erottumattoman osana surevaa auttavan ammattilaisen perustyönkuvana. (Surevan kohtaaminen 2019.)

#### 4.1 Avun kanavia

Äkilliset kuolemat tapahtuvat yleensä muualla kuin sairaaloissa tai jo käynnissä olevissa hoitosuhteissa. Tämän vuoksi ammattihenkilöstön ja läheisten välille ei ole ehtinyt muodostua sellaista hoitosuhdetta kuin pitkäaikaissairauden yhteydessä ja sen vuoksi äkkikuolema on yhtä suuri yllätys niin ammattilaisille kuin läheisille. Usein sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöstä ensihoitajat ovat niitä, jotka ovat paikalla ensimmäisenä kohtaamassa läheisensä äkillisesti menettäneen henkilön. Lisäksi palokunta, poliisiviranomaiset, kriisityöntekijät ja

papit ovat usein hyvin suuressa roolissa läheisten kohtaamisessa. Suomessa ei ole olemassa yhteneväisiä käytäntöjä läheisesti äkillisen menettäneen henkilön kohtaamiseen ja tukemiseen, joten siitä syystä onkin erityisen tärkeää, että ammattihenkilöstö tuntee ja tietää uusimmat voimassaolevat hoitotyön suositukset. (Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen 2019.)

Läheisensä äkillisesti menettäneellä ihmisellä ei ole välttämättä voimavaroja etsiä itse itselleen apua ja tästä syystä ammattilaisten aktiivisuus nousee avun tarjoamisessa merkittävään rooliin. Tuen kanavia on olemassa monia: kriisipäivystys, sairaala, terveyskeskus, työterveys, erilaiset vertaistukijärjestöt, seurakunnat, Suomen mielenterveysseura, Kela ja sosiaalitoimisto, neuvola ja perheneuvola, psykoterapia, koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto sekä hautustoimisto. Ammatilaisen vastuulla on varmistaa, että läheisensä äkillisesti menettänyt saa tarvitsemansa avun sekä arvioida, että sureva ohjataan oikeaan paikkaan. (Avun kanavia 2019.)

Surevan kohtaaminen -hankkeen sivuilla kehoitetaan ammattilaisia antamaan läheisensä äkillisesti menettäneelle henkilölle aina ainakin paikallisen kriisikeskuksen yhteystiedot. Tämän lisäksi usein vertaistukijärjestöjen työntekijät ottavat yhteyttä surevaan ja ohjaavat hänet eteenpäin, jos sureva on antanut luvan hänen yhteystietojensa jakamiseen vertaistukijärjestölle. Tuen ja avun kanavia on monia erilaisia, mutta on tärkeintä, että sureva ihminen löytää juuri sen kanavan, josta hänelle on apua. (Avun kanavia 2019.)

#### 4.2 Vertaistukijärjestöt

Anna Liisa Aho (2010, 25) kuvaa väitöskirjassaan vertaistuen olevan vastavuoroisesti toimivaa sosiaalista tukea, jota saadaan ja annetaan keskenään samankaltaisissa tilanteissa olevien tai samankaltaisia asioita kohdanneiden ihmisten kesken. Vertaistuki perustuu kokemukselliseen asiantuntijuuteen. Sitä voidaan antaa ja saada niin yksilöllisesti kuin ryhmätukena. Vertaistukea organisoivat ja järjestävät niin yksityiset kuin julkisen palvelujärjestelmän alaiset toimijat ja se voi toteutua myös ilman taustayhteisöä. (Aho 2010, 25.)

Teemme opinnäytetyötämme yhteistyössä Surevan kohtaaminen -hankkeen kanssa. Surevan kohtaaminen -hankkeen takana on neljä surujärjestöä. Hankkeessa toimivia järjestöjä ovat: Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry, KÄPY - Lapsikuolemaperheet ry, Suomen nuoret lesket ry sekä Surunauha ry - vertaistukea itsemurhan tehneiden läheisille.

Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry tarjoaa vertaistukea henkirikoksen uhrin läheisille sekä pyrkii parantamaan heidän asemaansa. Yhdistyksen tavoitteena on edistää läheisten selviytymistä, eheytymistä sekä auttaa heitä elämään menetyksestä aiheutuneen surun kanssa. Toimintamuotoina ovat paikallisesti toimivat vertaistukiryhmät, tukihenkilötoiminta sekä valtakunnalliset vertaistukiviikonloput. (Huoma - henkirikoksen uhrien läheiset ry 2019.)



KÄPY - Lapsikuolemaperheet ry on vertaistukiyhdistys, joka tarjoaa ensisijaisesti tukea sellaisille perheille ja vanhemmille, joiden lapsi on kuollut raskauden myöhäisessä vaiheessa, vauvana, lapsuudessa tai nuorena aikuisena. Yhdistyksen toiminnan ydin on tarjota vertaistukea perheille. Tukimuotoja ovat muun muassa tukihenkilöt (taustalla mahdollisimman samantapainen menetys), alueelliset vertaistukiryhmät ja vertaistukiviikonloput, tuetut lomamatkat sekä Facebook-keskusteluryhmä. (Tietoa Käpy ry:stä 2019.)

Suomen nuoret lesket ry on vertaistukiyhdistys työikäisille leskille sekä leskiperheille. Yhdistys tarjoaa vertaistukitoimintaa sekä neuvontaa leskeyteen liittyvissä asioissa. Suomen nuoret lesket ry pyrkii vaikuttamaan leskien ja leskiperheiden taloudelliseen ja oikeudelliseen asemaan liittyviin epäkohtiin. Lisäksi yhdistys kouluttaa ja toimii aihealueensa kokemusasiantuntijana. Yhdistys tarjoaa muun muassa vertaistukiryhmiä ja -viikonloppuja, vertaistukipuhelimen, edunvalvontaa sekä ohjausta ja neuvontaa. (Suomen nuoret lesket ry 2019.)

Surunauha ry on valtakunnallinen vertaistukijärjestö, jonka tavoitteena on tukea läheisensä itsemurhan kautta menettäneitä ja kannustaa avoimuuteen itsemurhasta puhuttaessa. Surunauha tarjoaa itsemurhan tehneiden läheisille vertaisten nettikeskustelufoorumien sekä vertaisuuteen perustuvaa sopeutumisvalmennusta. Lisäksi Surunauhalla on aikavarauksella toimiva vertaistukipuhelin, vertaistukiryhmiä, henkilökohtaisia vertaistukijoita sekä seminaareja ja tapahtumia. (Surunauha ry- Vertaistukea itsemurhan tehneiden läheisille 2019.)

Edellä mainittujen järjestöjen lisäksi tukea läheisensä menettäneille perheille tarjoavat muun muassa Suomen mielenterveysseura ry, Eläkeliitto ry, Sylva ry, syöpäjärjestöt sekä julkinen sektori ja seurakunnat (Uittomäki ym. 2011, 38-39.) Suomen mielenterveysseura esimerkiksi järjestää ammattilaisten vetämiä vertaistukiryhmiä erilaisissa vaikeissa elämäntilanteissa oleville. Monissa seurakunnissa toimii erilaisia sururyhmiä, jotka ovat läheisensä menettäneille tarkoitettuja tukiryhmiä, jotka kokoontuvat n. 5-10 kertaa. Seurakunnan sururyhmiin osallistuminen ei edellytä kirkkoon kuulumista eikä seurakunta-aktiivisuutta. Lisäksi syöpäjärjestöt järjestävät verkkosivuillaan verkkoalustalla toimivia tukiryhmiä läheisensä syövän vuoksi menettäneille. (Muiden tahojen tarjoama vertaistuki 2019.)

## 5 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymys

Tämän tutkielman tarkoituksena oli selvittää millaisia valmiuksia Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijat ovat opintojensa aikana saaneet äkillisesti läheisensä menettäneen kohtaamiseen. Rajasimme kyselylomakkeessa käyttämämme termin "sureva" seuraavasti: "Tässä kyselyssä surevalla tarkoitetaan läheisensä äkillisesti tai erityisen järkyttävällä ja raskaalla tavalla menettänyttä henkilöä, esimerkiksi henkirikos, itsemurha, oman lapsen tai nuorella iällä oman puolison menettäminen ovat tilanteita, joissa menetyksen ko-

kenut ihminen tarvitsee todennäköisesti paljon tukea surussaan.” Tarkoituksemme oli perehtyä nimenomaan äkillisellä tai erityisen järkyttävällä tavalla yllättäen läheisensä menettäneen henkilön kohtaamiseen liittyviin valmiuksiin.

Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli tarjota Surevan kohtaaminen- hankkeelle tietoa hankkeen tuloksista hankkeen vaikutusten arviointia varten. Lisäksi haluamme tarjota Laurea-ammattikorkeakoululle tietoa opiskelijoiden mahdollisista oppimistarpeista koulutuksen suunnittelua ja kehittämistä ajatellen.

Surevan kohtaaminen -hanke kouluttaa kokemusasiantuntijoita, jotka vierailevat työpaikoilla ja oppilaitoksissa kertomassa omista kokemuksistaan läheisen menettämisen jälkeen. Kokemusasiantuntijat jakavat myös surujärjestöjen osaamista ja tutkittua tietoa. Hankkeen takana on neljä surujärjestöä: KÄPY - Lapsikuolema-perheet ry, Suomen nuoret lesket ry, Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry ja Suru-nauha ry - vertaistukea itsemurhan tehneiden läheisille. Hanke kestää kolme vuotta (2018-2020) ja se rahoitetaan sosiaali- ja terveysministeriön Veikkauksen tuotoista myöntämällä avustuksella. (Surevan kohtaaminen 2019.)

Tutkimuskysymyksen tarkoituksena on kertoa, mitä tutkimuksessa tehdään, miten ja mistä näkökulmasta. Tutkimuskysymystä voidaan tarkentaa tarvittaessa lisäkysymyksillä, joiden tarkoituksena on täsmentää pääkysymystä ja kertoa samalla tutkimusaiheen rajauksesta. Tutkimuskysymys keskittyy tavallisesti vain yhteen ilmiöön ja kiinnittää tutkimuksen tieteenalakohtaiseen tutkimuksen tekemistapaan. (Kananen 2014.)

Tutkimuskysymyksemme oli: Minkälaisia valmiuksia Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijat omaavat läheisensä äkillisesti menettäneen henkilön kohtaamiseen ja tukemiseen? Lisäksi pyrimme selvittämään, kokevatko opiskelijat saaneensa tarpeeksi opetusta ja valmiuksia kuoleman tai surevien kohtaamisesta opintojen tai työharjoittelun aikana, sekä sitä millaisena opiskelija itse kokee surevan tai kuoleman kohtaamiseen. Tarkoituksemme oli kartoittaa tuntevatko opiskelijat erilaisia surujärjestöjä, Surevan kohtaaminen -hanketta sekä hoitotyön uusimpia suosituksia äkillisesti kuolleen henkilön läheisen tukemiseen.

## 6 Tutkielman toteutus

Toteutimme tutkielman käyttäen sekä laadullisia että määrällisiä tutkimusmenetelmiä toisiinsa täydentäen. Pyrimme tavoittamaan opiskelijoiden oman kokemuksen saavuttamistaan valmiuksista surevan kohtaamiseksi. Tutkimusaineiston keräämiseen käytimme kyselylomaketta, jossa käytimme erilaisia kysymystyyppisiä. Kyselylomakkeella oli kolme avointa ja 13 strukturoitua kysymystä. Avointen kysymysten tarkoitus oli antaa opiskelijoille mahdollisuus kertoa omin sanoin ajatuksistaan ja kokemuksistaan aiheeseen liittyen.

Päädyimme keräämään tutkimusaineiston käyttäen paperista kyselylomaketta ja olimme itse paikalla aineiston keräysvaiheessa. Koimme tärkeäksi olla paikalla, sillä kun tutkija on paikalla aineiston keräysvaiheessa, voidaan vielä vastaushetkellä tarkentaa sanamuotoja ja kysymyksiä, mikäli huomataan että vastaajat eivät ymmärrä kysymystä oikein tai jättävät kokonaan vastaamatta. Etuna tällaisessa aineistonkeruumuodossa on myös se, että myös koehenkilöt voivat kysyä, mikäli eivät ymmärrä vastausvaihtoehtoja tai kysymyksen muotoilua. Kuitenkin täytyy muistaa, etteivät kaikki ihmiset kysy, vaikka eivät ymmärtäisikään eli lomakkeen tulee olla valmiiksi niin yksiselitteinen, että väärinymmärrysmahdollisuuksia ei ole. (Valli & Aaltola 2015, 90.)

Olimme paikalla aineiston keruuvaiheessa. Ennen kyselylomakkeiden jakoa kerroimme muutamalla lauseella kyselyn tavoitteesta ja selvensimme opiskelijoille mitä kyselyssä tarkoitamme surevalla. Kerroimme myös, että kysely toteutetaan ja aineisto käsitellään anonyymisti. Samat asiat olivat opiskelijoiden luettavissa kyselylomakkeen alussa. Opiskelijat täyttivät kyselyn noin 5-10 minuutissa, keräsimme lomakkeet pois, kun kaikki olivat valmiita.

## 6.1 Aineiston hankinta

Toteutimme kyselymuotoisen tutkielman neljälle Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijaryhmälle Lohjalla ja Hyvinkäällä. Halusimme tavoittaa sosionomi-, sairaanhoitaja- ja terveydenhoitajaopiskelijoita, sillä näiden alojen opiskelijat tulisivat todennäköisimmin kohtaamaan kuolemaa ja äkillisesti menehtyneen omaisia tulevassa työssään.

Kyselyymme vastasi 54 Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijaa. Läsnäolevia suomenkielisellä linjalla sosiaali- ja terveystieteitä opiskelevia, pois lukien rikosseuraamusala, on Laureassa tällä hetkellä 2195 opiskelijaa. Otannan koko suhteutettuna opiskelijoiden kokonaismäärään antaa virhemarginaaliksi n. 13 %.

## 6.2 Tutkimusmenetelmä

Toteutimme opinnäytetyömme käyttäen sekä laadullisia että määrällisiä tutkimusmenetelmiä toisiaan täydentäen ja keräsimme aineiston paperisella kyselylomakkeella. Pyrimme kyselylomakkeella antamaan opiskelijoille mahdollisuuden myös kertoa omin sanoin kokemuksistaan ja ajatuksistaan surevan kohtaamiseen ja äkillisen kuoleman kohtaamiseen liittyen. Teetimme kyselyn kahdella eri kampuksella sekä sosiaalialan että terveystieteiden opiskelijoille lähiopetuksen yhteydessä.

Alustimme opiskelijoille teettämäämme kyselyä muutamalla lauseella ennen kyselylomakkeiden jakamista. Opiskelijoille puhuessamme pyrimme välttämään mahdollisten omien ennakoasenteiden tai hypoteesien esiin tuomista. Pyrkimyksenämme oli tavoittaa tutkittavien oma

näkökulma aiheesta, jolloin on tärkeää, että tutkija pyrkii säilyttämään tutkittavan ilmiön sellaisena kuin se on, manipuloiden tutkimustilannetta. (Eskola & Suoranta 1998, 16.)

Kyselylomakkeessa käytettiin erilaisia kysymystyyppejä: monivalintakysymyksiä, joissa on valmiita vastausvaihtoehtoja sekä järjestysasteikkoisia mittareita. Lisäksi kyselyssä käytettiin kvalitatiivista näkökulmaa tavoitellen avoimia kysymyksiä, jotta voitiin tarjota opiskelijoille mahdollisuus kertoa omin sanoin. Kyselylomaketta suunniteltiin huolellisesti, jotta kysymykset olisivat tarkoituksenmukaisia ja niistä saadut vastaukset hyödyllisiä.

Heikkilän (2014, 45-46) mukaan kyselylomaketta laatiessa tutkimuksen tavoite tulee olla selvillä ja tutkijan tulee tietää mihin kysymyksiin haluaa vastauksia. Lisäksi on varmistettava, että tutkimuslomakkeen kysymyksiä avulla saadaan selvitettyä tutkittava asia. Kysymysten tulee olla selkeitä ja edetä loogisesti, lomakkeen rakenteen suunnitteluun ja kysymysten muotoiluun tulee kiinnittää huomiota.

Avoimiin kysymyksiin jätetään herkästi vastaamatta tai niihin vastataan aiheen vierestä, jolloin vastauksia ei voi sellaisenaan hyödyntää. Avointen kysymysten analysointi on työlästä, sillä vastausten luokittelu ja tulosten laskeminen vievät huomattavasti enemmän aikaa kuin valmiiden vaihtoehtojen tulkinta. (Valli & Aaltola 2015, 106.)

### 6.3 Tutkimusaineiston käsittely ja analyysi

Laadullisen tutkimuksen yhteydessä puhutaan usein siitä, kuinka aineistosta “nousee” esille jotain. On tietenkin loogista, kun tekstejä luetaan useaan kertaan läpi, että sieltä alkaa erottua ja jäädä mieleen usein toistuvia seikkoja. Aineistosta voi nousta esiin erilaisia seikkoja kuitenkin vain tutkijan oman ajattelun avulla, ei itsestään. Tutkimusongelmaan on aktiivisesti etsittävä erilaisia näkökulmia, eli kysyttävä, mitä sellaista aineistosta löytyy, joka liittyy itse tutkimustehtävään. Laadulliseen tutkimukseen on myös mahdollista sekoittaa määrällisen analysoinnin menetelmiä, sillä määrällinen ja laadullinen tutkimus eivät sulje toisiaan pois. (Analyysin äärellä 2019.)

Kyselylomakkeiden analysointi aloitettiin, kun olimme teettäneet kyselyn kaikilla suunnitelluilla ryhmillä. Käsittelimme aineistoa luottamuksellisesti ja anonymisti. Vastaukset muutettiin analysoitavaan muotoon syöttämällä ne kysymys kerrallaan Google Forms -työkaluun joka tuotti vastauksista numeerisen yhteenvedon. Avoimet kysymykset analysoitiin sisällönanalyysin keinoin.

Sisällönanalyysin avulla analyysia voi jatkaa siten, että sanallisesti kuvatusta aineistosta saadaan tuotettua määrällisiä tuloksia. Sisällönanalyysillä pyritään lisäämään laadullisen aineis-

ton informaatioarvoa ja luomaan hajanaisesta aineistosta yhtenäistä informaatiota. Tällä sisällönanalyysillä pyrimme luomaan selkeyttä keräämäämme aineistoon, jotta voimme tehdä tutkittavasta ilmiöstä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2017, 293-295.)

Avointen kysymysten (7, 12, 13) vastauksia analysoitiin teemoittelun menetelmällä, jossa avointen kysymysten vastauksia jaetaan erilaisten teemojen alle. Näitä teemoja puolestaan voidaan teemoittaa pidemmälle vieläkin selkeämpiin asiansanaryppäisiin. Tämä menetelmä valittiin koska avointen kysymysten sisältö haluttiin sitoa yhteen selkeämpien kokonaisuuksien alle. Näiden teemoittamalla saatujen kokonaisuuksien kautta nähtäisiin helpommin mitä erilaisten, mutta samankaltaisten vastauksien taustalla on. Valitsimme teemoittelun luokittelun sijaan, sillä tähtäimessä olivat juurikin varsinaiset aiheet, teemat, eikä vain tulosten jakaminen esimerkiksi ikäjakauman perusteella.

Teemoittelu aloitettiin käymällä avoimiin kysymyksiin saadut vastaukset läpi ja samalla kirjatun vastauksissa olevia avainsanoja (1. tason teemat) - näkökulmana kysymyksen asettelu, esim. *"Miten koit..."*, *"Mitä olisit toivonut lisää..."*. Tämän jälkeen ensimmäinen avainanalista teemoitettiin vielä astetta ylemmälle tasolle (2. taso) yhden sanan kategorioihin analyysiä varten.

Kysymysten 7. ja 13. vastaukset jaoteltiin vielä ylemmälle tasolle (3. taso), mutta tällä kertaa jakamalla ne kokemuksen mukaisesti negatiiviseen, neutraaliin ja positiiviseen kategoriaan.

Vastaukset	Teemat	Teemat 2	Teemat 3
Tilanne oli sellainen etten tiennyt mitä tehdä.	Ei osaamista	Vaikea	Neg
Ahdistavaa, ylitsepääsemätöntä, vaikea käsitellä, elämän pahimpia asioita	Ahdistava, vaikea, pahimpia asioita	Vaikea	Neg
Koin sen luonnollisena elämään kuuluvana asiana	Luonnollisuus	Luonnollinen	Neutr
Harjoittelijana koin vaikeaksi kohdata omaisia jotka surivat ja tapaa tukea heitä	Vaikea	Vaikea	Neg

“oikein” oli vaikea löytää			
----------------------------	--	--	--

Taulukko 1: Kysymyksen 7 vastausten jaottelu eri teematasoihin

#### 6.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on erityisen tärkeää, että otos on tarpeeksi suuri ja edustava. On myös tärkeää, että vastausprosentti on korkea ja kysymykset mittaavat oikeita asioita kattaen koko tutkimusongelman (Heikkilä 2014, 178.) Mietimme kysymyksiämme tarkkaan ja hioimme kyselyä moneen eri otteeseen, jotta se kattaisi parhaimmalla mahdollisella tavalla koko tutkimusongelman.

Tiedostimme kyselyä laatiessamme sen, että meidän molempien omat kokemukset läheisen äkillisestä menettämisestä saattaisi ajaa meidät tekemään sellaisia kysymyksiä, joista näkyisi johdattelu suuntaan tai toiseen. Käsittelimme kuitenkin asian ennen kyselyn laatimista ja näin ollen olimme huolellisia sen suhteen, ettei omat taustamme näy kysymysten asettelussa millään tavoin. Mahdollisuus oli myös sille, että olisimme jättäneet joitain kysymyksiä pois omien oletusten perusteella, mutta tiedostimme myös sen, että jokainen on oma yksilö ja kokee asiat eri tavoin. Pyysimme ja saimme kyselylomakkeesta palautetta myös opinnäytetyömme ohjaajalta sekä Surevan kohtaaminen -hankkeen edustajalta.

Kerroimme aineiston keruuvaiheessa osallistujille opinnäytetyömme tarkoituksesta ja aiheesta sekä osallistumisen vapaaehtoisuudesta. Takasimme vastaajille anonymiyden ja kerroimme että tutkimusaineisto säilytetään lukitussa paikassa ja hävitetään opinnäytetyön valmistuttua, mikäli tarvetta jatkokäyttöön ei ilmene.

Pyrimme varmistamaan tutkielman laadun tukeutumalla muun muassa Heikkilän (2014, 27-28) listaukseen hyvän tutkimuksen perusvaatimuksista. Tutkimuksen validiteetti varmistettiin huolellisella suunnittelulla sekä tarkoin harkitulla tiedonkeruulla. Vastausprosenttiin pyrimme vaikuttamaan teettämällä kyselyn paikan päällä paperisena, sillä sähköisen kyselyn vastausprosentti on usein pienempi kuin paperisen. Tuloksen luotettavuus varmistettiin tarkkuudella ja varovaisuudella aineiston keräys-, käsittely- ja tulkintavaiheissa. Heikkilän (2014, 29) mukaan avoimuus tutkimusta tehtäessä on tärkeää ja tutkittaville tulee selvittää tutkimuksen tarkoitus ja käyttötapa. Sitouduimme huolehtimaan vastaajien anonymiteetistä ja tietosuojasta.

#### 7 Tulokset

Käsitlemme tässä osiossa kyselylomakkeen avulla keräämiämme tietoja, joita olemme analysoineet sisällönanalyysin keinoin sekä Google Forms -työkalun avulla numeeriseen muotoon muuttamalla. Kartoitimme lomakekyselyn avulla muun muassa vastaajien taustatietoja sekä

vastaajien omia ajatuksia valmiuksistaan sekä siitä minkälaisen opetuksen he olisivat itse kokeneet tarpeelliseksi opintojensa aikana saavuttaakseen toivomansa valmiudet. Annoimme kyselylomakkeen avoimissa kysymyksissä vastaajille mahdollisuuden kertoa omin sanoin ajatuk-  
sensa.

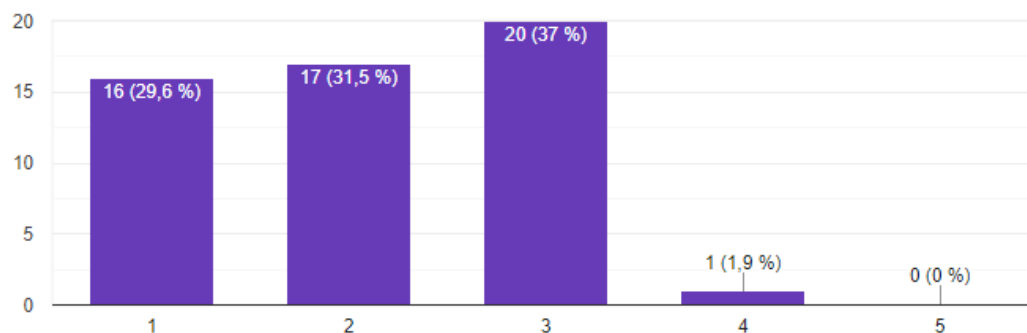
Keräsimme aineiston käyttäen paperista kyselylomaketta. Käytimme sekä määrällisiä että laadullisia kysymyksiä toisiaan täydentäen. Niiden avulla pyrimme saamaan mahdollisimman laajan ja selkeän käsityksen opiskelijoiden ajatuksista aiheitamme koskien. Aluksi tarkastelemme tuloksia määrällisten kysymysten kautta, jonka jälkeen analysoimme laadullisten kysymysten vastaukset syvemmin tyypittelemällä.

### 7.1 Vastaajien taustatiedot

Tutkielmaamme osallistui 54 Laurea ammattikorkeakoulun loppuvaiheen sairaanhoitaja- tai sosionomiopiskelijaa. Vastaajista 22 (40,7 %) oli sairaanhoitajaopiskelijoita ja 32 (59,3 %) oli sosionomiopiskelijoita. Vastaajista 34 (63 %) oli kolmannen vuoden opiskelijoita ja 20 (37 %) oli toisen vuoden opiskelijoita. Vastaajista 30 opiskelijaa oli Hyvinkään kampukselta, 18 opiskelijaa Lohjalta, neljä opiskelijaa Porvoosta sekä yksi opiskelija Tikkurilasta ja yksi Ota-  
niemestä.

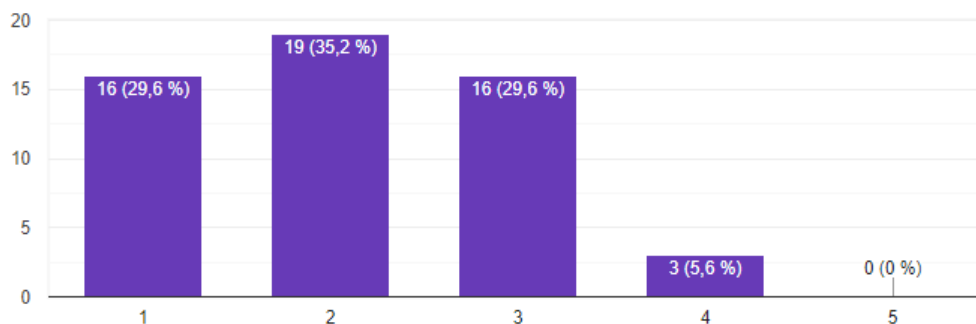
### 7.2 Miten aihetta on käsitelty opinnoissa

Kysyttäessä opiskelijoilta kuinka paljon opintojen aikana on käsitelty kuolemaa, käytimme viisiportaista Osgoodin asteikkoa, jonka ääripäinä oli vaihtoehdot 1: ei lainkaan sekä 5: erittäin paljon. Suurin osa opiskelijoista sijoitti vastauksensa asteikon alapäähän akselille “ei lainkaan” tai “vähän”. Yhteensä 61,1 prosenttia vastaajista sijoitti vastauksensa asteikon alapäähän valiten “ei lainkaan” tai “vähän”-vaihtoehdon. 37 % valitsi asteikon keskimmäisen, neutraalin valinnan. Yksi vastaaja (1,9 %) valitsi viisiportaiselta asteikolta valinnan 4: melko paljon. Yksikään vastaaja ei valinnut vaihtoehtoa 5: erittäin paljon. (Kuvio 1)



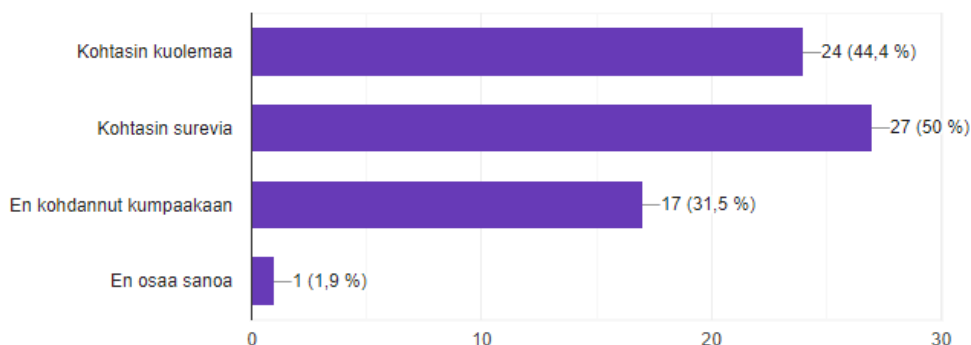
Kuvio 1: Kuinka paljon opintojen aikana käsiteltiin kuolemaa?

Kysyttäessä opiskelijoilta kuinka paljon opintojen aikana on käsitelty kuolleen omaisten kohtaamista yhteensä 64,8 % vastaajista sijoitti vastauksensa asteikon alapäähän valiten vaihtoehdon “ei lainkaan” (29,6 %) tai “vähän” (35,2 %). Asteikon keskimmäisen, neutraalin valinnan valitsi 29,6 % vastaajista ja 5,6 % kertoi kuolleen omaisten kohtaamista käsitellyn opintojen aikana “melko paljon”. (Kuvio 2)



Kuvio 2: Kuinka paljon opintojen aikana käsiteltiin kuolleen omaisten kohtaamista?

Suurin osa opiskelijoista on kohdannut opintojen aikana kuolemaa tai surevia. Vastaajista 31,5 % kertoo ettei ole opintojensa aikana kohdannut kumpaakaan edellä mainituista. Surevia omaisia kertoo kohdanneensa 27 vastaajaa ja kuolemaa on kohdannut 24 vastaajaa. Moni vastanneista oli kohdannut näitä molempia. Yksi vastaaja (1,9 %) valitsi kohdan “en osaa sanoa”. (Kuvio 3)



Kuvio 3: Kohtasiko opiskelijat opintojen aikana esim. harjoittelussa kuolemaa/surevia?

Avoimessa kysymyksessä 7 annettiin opintojensa aikana kuolemaa tai surevia kohdanneille opiskelijoille mahdollisuus kertoa omin sanoin, miten olivat tällaisen tilanteen kokeneet. Tähän avoimeen kysymykseen vastasi 31 opiskelijaa. Vastauksista nousi selkeästi esille kaksi teemaa - osa kysymykseen vastanneista opiskelijoista pystyi suhtautumaan tilanteeseen luonnolli-

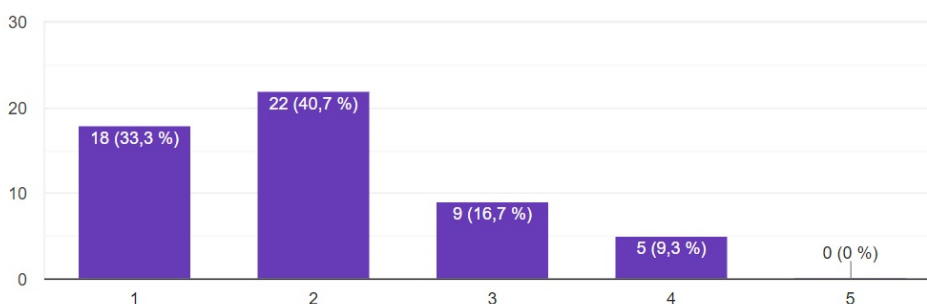


sena (26 %) ja ammatillisesta (13 %) näkökulmasta, mutta toinen suuri osa koki tilanteen vaikeana (26 %). Tilanne koettiin jännittävänä (3%) tai jopa järkyttävänä (3 %), mutta myös päivittäisenä työhön kuuluvana osana (6%). Viidesosa vastaajista (19 %) kuvasi vastauksessaan ainoastaan koettua tilannetta eikä omia tuntemuksiaan tai kokemustaan. Positiiviseksi luokiteltavia kokemuksia ei ollut yhtään.

Kolmannelle tasolle vastauksia teemoitteleamalla havaittiin, että vastaajista 52 % lähestyi aihetta ammatillisesti painottaen kuoleman luonnollisuutta ja 29 % vastanneista koki ettei oma osaaminen tilanteessa ollut toivotulla tasolla. Loput 19 % vastauksista oli lähinnä tilanteen kuvaamista sanallisesti, ei oman kokemuksen kuvailua ja nämä vastaukset teemoittelimme kategoriaan “ei osaa sanoa”.

### 7.3 Millaisena opiskelijat kokevat omat valmiutensa

Mittasimme opiskelijoiden omaa kokemusta opintojen aikana saaduista valmiuksista kysymyksellä “Kuinka paljon koet saaneesi opintojesi aikana valmiuksia äkillisesti läheisensä menettäneen/surevan kohtaamiseen” asteikolla 1-5 numeron 1 merkitessä heikkoja ja numeron 5 riittäviä valmiuksia. Opiskelijoista 74 % arvioi omat valmiutensa asteikon alapäähän valinnoilla 1 ja 2 kun taas 9,3 % arvioi koettujen valmiuksiensa sijoittuvan asteikon yläpäähän valinnalla 4. Asteikon puoliväliin vastauksensa sijoitti 16,7 % vastaajista. (Kuvio 4.)



Kuvio 4: Kuinka paljon opiskelijat kokevat saaneensa opintojen aikana valmiuksia äkillisesti läheisensä menettäneen tai surevan kohtaamiseen?

Avoimessa kysymyksessä 13 annettiin opiskelijoille mahdollisuus kertoa omin sanoin, millaisena opiskelija kokee tai on kokenut surevan kohtaamisen. Näissä vastauksissa voitiin 3. tason teemoissa nähdä jopa positiivisia kokemuksia 17 % vastaajista. Tilanteissa oli usein koettu onnistumisen tunteita lohduttamisessa ja riittävää osaamista tilanteiden hoitamiseen, jopa tilanteessa jossa surun kokemus on ollut läsnä.

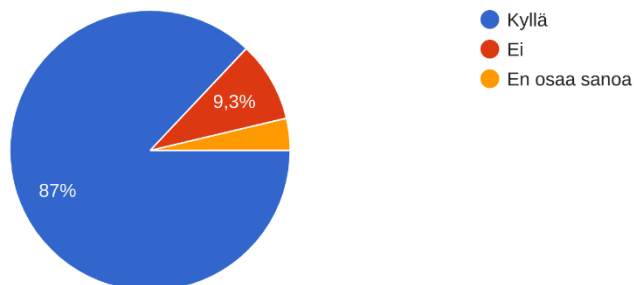
“Aito, inhimillinen kohtaaminen. Surussa ollaan kalliina toiselle, annetaan tilaa surulle.” (Vastaaaja 48)

Selkeästi suurin ryhmä oli kuitenkin tilanteen negatiivisesti kokeneet (63 %), joista osalla oli vielä kokemus osaamisvajasta - voidaan olettaa, että niillä jotka eivät siitä maininneet tautalla on voinut ollut sellainen kokemus, että ei ole tiennyt mitä tehdä. Osa (15 %) oli voinut mennä niin sanotusti roolinsa taakse ja suhtautua tilanteeseen neutraalisti. Tästä voidaan päätellä, että läheistään surevan ihmisen kohtaaminen koetaan selvästi vaikeampaa kuin kuoleman sinänsä.

“Edellyttää empatiakykyä, kokemusta ja oman työroolin omaksumista.” (Vastaaaja 25)

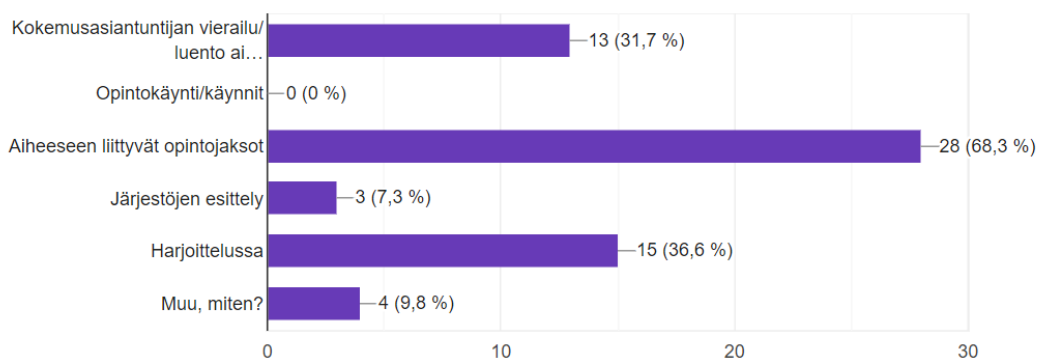
#### 7.4 Mikä opiskelijoiden näkemyksen mukaan olisi ollut tarpeellista

Valtaosa vastaajista (87 %) koki tarpeelliseksi saada tietoa äkillisesti läheisensä menettäneen tai surevan henkilön kohtaamisesta. Viisi vastaajaa (9,3 %) ei kokenut tarpeelliseksi saada tällaista tietoa ja 3,7 % ei osaa sanoa. (Kuvio 5)



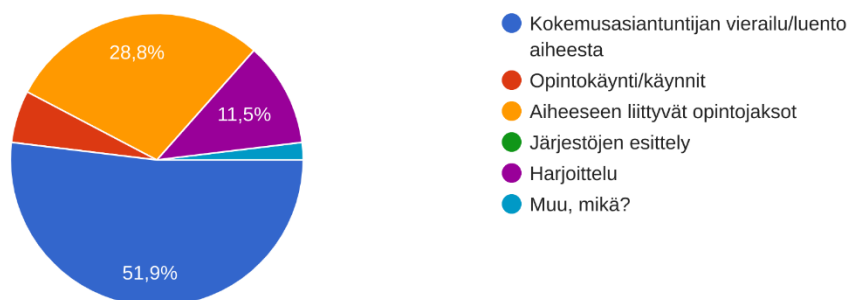
Kuvio 5: Kokevatko opiskelijat tarpeelliseksi saada tietoa äkillisesti läheisensä menettäneen/surevan kohtaamisesta?

Suurin osa opiskelijoista kertoo, ettei aihetta ole käsitelty opintojen aikana juuri lainkaan. Kuitenkin alla olevasta kuvioista on nähtävissä, että joidenkin opiskelijoiden opintojaksoilla on vierailut kokemusasiantuntija ja opintojaksoilla on ainakin sivuttu aihetta. Kuvaajaa tarkastellessa tulee ottaa huomioon, että opiskelijoilla oli lomakkeella mahdollisuus valita niin monta kohtaa kuin kokevat tarpeelliseksi tai jättää valinta kokonaan tekemättä, mikäli aihetta ei ole käsitelty opintojen aikana. (Kuvio 6) Mikäli oletetaan, että kysymykseen vastamatta jättäminen merkitsee “ei mitenkään”-valintaa, 24 % eli 13 vastaajaa olisi valinnut tämän vaihtoehdon. Mahdollisessa jatkotutkimuksessa kysymyksenasettelua tulisi muokata niin, että mukana on “ei mitenkään”-vaihtoehto ja vähintään yhden vastauksen antaminen on pakollista.



Kuvio 6: Millä tavoin opintojen aikana on käsitelty surevan kohtaamista?

Tärkeimmäksi tiedonlähteeksi 51,9 % vastaajista nostaa kokemusasiantuntijan vierailun tai kokemusasiantuntijan pitämän luennon aiheesta. Lisäksi aiheeseen liittyvät opintojaksot (28,8 % vastaajista) sekä harjoittelu (11,5 % vastaajista) koetaan tärkeiksi tiedonlähteiksi läheisensä äkillisesti menettäneen tai surevan kohtaamiseen liittyen. (Kuvio 7)



Kuvio 7: Opiskelijoiden mielestä tärkein tiedonlähde

Kaikista 54 vastaajasta 41 vastasi kyselylomakkeen avoimeen kysymykseen 12: Mitä olisit toivonut lisää (esim. opintokäynnit, kokemusasiantuntijan vierailu, aiheeseen liittyvät kurssit/opintojaksot)? Vastaukset olivat yksiselitteisiä ja niiden analysointi oli käytännössä erilaisten koulutustyyppien listaamista. Käytännössä kaikki vastaajat toivoivat jotain lisäkoulutusta surevan kohtaamisesta, kokemusasiantuntijan ollessa selkein toive. (Kuvio 8)

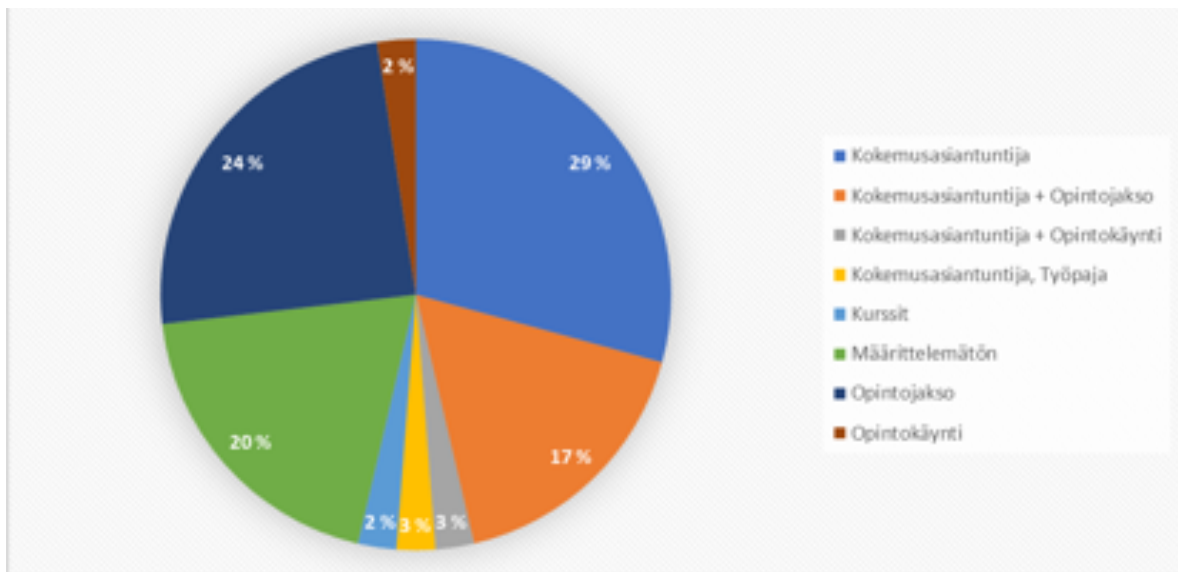
Kysyttäessä mitä opiskelijat olisivat toivoneet lisää aiheeseen liittyen, moni vastaaja nosti esille kokemusasiantuntijan tai aiheeseen liittyvän opintojakson tarpeen. Tämä on nähtävissä myös vastauksissa monivalintakysymykseen 11, jossa tärkeimmäksi tiedonlähteeksi yli puolet (51,9 %) vastaajista nostaa kokemusasiantuntijan vierailun tai kokemusasiantuntijan pitämän luennon aiheesta. (Kuvio 7)

“Kokemusasiantuntijan vierailu olisi auttanut ymmärtämään millaista tukea hän kaipaa/miten hänet voi kohdata.” (Vastaaaja 10)

“Kokemusasiantuntijan vierailu ja ehkä myös ammattilaisen vierailu (surukouluttaja tms.) ja enemmän läsnäopetustunteja.” (Vastaaaja 44)

Osa vastaajista koki, että mikä tahansa aiheeseen liittyvä tieto olisi ollut tarpeen.

“Ylipäättään mitä tahansa, nyt ei ole ollut mitään.” (Vastaaaja 2)

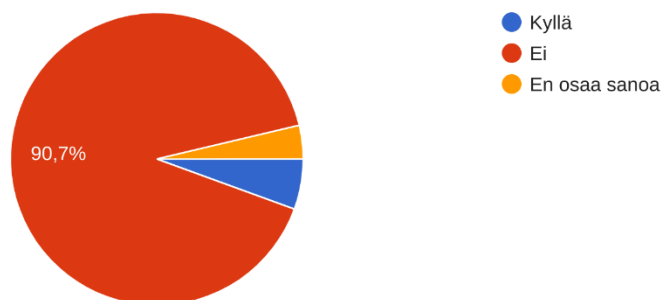


Kuvio 8: Jakauma lisäkoulutustoiveista

### 7.5 Surujärjestöt ja hoitosuositukset

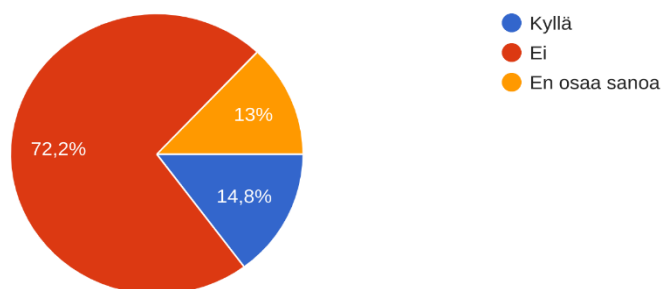
Kyselylomakkeen kysymyksellä numero 14 selvitettiin sitä, miten hyvin opiskelijat tuntevat eri surujärjestöjä. Neljäsosa opiskelijoista eli 14 vastaajaa (25,9 %) kertoi ettei tunne mitään surujärjestöä. Surujärjestöistä tunnetuimpia olivat seurakunnan surutyö, josta oli kuullut 28 vastaajaa sekä Käpy ry, jonka tunti 26 opiskelijaa. Surunauha ry:n tunti 20 vastaajaa. Vähiten tunnettuja olivat Suomen nuoret lesket ry, jonka tunti 8 vastaajaa sekä Huoma ry - Henkiriokosen uhrien läheiset jonka tunti kolme kyselyyn vastannutta opiskelijaa.

Kyselyyn vastanneista 54 opiskelijasta 49 (90,7 %) kertoo että ei tunne surevankohtaaminen.fi-sivustoa. Kaksi vastaajaa (3,7 %) ei osaa sanoa ja kolme kyselyyn vastannutta opiskelijaa (5,6 %) kertoo tuntevansa surevankohtaaminen.fi-sivuston (Kuvio 9).



Kuvio 9: Tuntevatko opiskelijat surevankohtaaminen.fi- sivuston?

Kyselyyn vastanneista 54 sosiaali- ja terveysalan opiskelijasta 72,2 % ei tunne Hoitotyön tutkimussäätiön vuonna 2018 julkaisemaa hoitosuosituksista äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemisesta. Vastajista 13 % ei osaa sanoa. Kahdeksan vastaajaa (14,8 %) tuntee hoitotyön suositukset äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemisesta (Kuvio 10).



Kuvio 10: Tuntevatko opiskelijat uudet hoitotyön suositukset äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemisesta?

## 8 Johtopäätökset

Taito kohdata kuolemaa ja surevia omaisia on jokaiselle sosiaali- ja terveysalan ammattilaiselle tärkeä. Lähes jokainen alan ammattilainen joutuu tällaisen tilanteen eteen oman työuransa aikana. Lyhyetkin kohtaamiset voivat olla merkityksellisiä läheisensä menettäneen selviytymisen kannalta ja ammattilaisen vastuulla on varmistaa, että läheisensä äkillisesti menettänyt saa tarvittavan avun ja tuen asian käsittelyyn.

Tutkimusmassamme toteutetun kyselylomakkeen tuloksista käy ilmi, että 74 % kyselyyn vastanneista opiskelijoista koki opintojensa aikana saatujen valmiuksien surevan kohtaamiseen olevan heikot tai olemattomat. Valtaosa (87 %) vastanneista koki tarpeelliseksi saada lisää tietoa

äkillisesti läheisensä menettäneen tai surevan henkilön kohtaamisesta. Tärkeimmäksi opintojen aikana saadun tiedon lähteeksi nostettiin kokemusasiantuntijan vierailu, aiheeseen liittyvät opintojaksot sekä harjoittelun aikana saatu tieto.

Kysyttäessä opiskelijoilta, minkälaista opetusta he olisivat toivoneet asiaan liittyen, valtaosa vastaajista toivoi kokemusasiantuntijan luentoa aiheesta. Myös aiheeseen liittyvää opintojaksoa tai opintojakson osaa toivottiin. Toisaalta todettiin myös, että tuskin mikään opetus voi valmistaa täysin sellaiseen tilanteeseen.

Suurin osa opiskelijoista ei tuntenut Hoitotyön tutkimussäätiön tuoreimpia suosituksia äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemiseen. Lisäksi 27 % opiskelijoista kertoo, etteivät he tunne yhtäkään kyselylomakkeessamme mainittua surujärjestöä. Näistä lähtökohdista voi olla haastavaa asettua ammattilaisen rooliin tukemaan läheisensä äkillisesti menettänyttä tai ohjata tätä tuen ja avun piiriin.

Surevan ihmisen opintojensa aikana kohdanneet kokivat tilanteen ja omaisen surun kohtaamisen usein vaikeana ja raskaana, mutta esimerkiksi oman työroolin taakse asettuminen helpotti kohtaamista. Oman työroolin ja ammatillisuuden omaksuminen omaisen lohduttamisessa käänsivät kokemuksen jopa positiiviseksi, oppimismahdollisuudeksi tai onnistumiskokemukseksi. Kuitenkin selkeästi suurin osa koki surevan kohtaamisen negatiivisena. Sitä kuvattiin raskaaksi, vaikeaksi ja lohduttomaksi tilanteeksi. Kokemuksen käänsi negatiiviseksi esimerkiksi opiskelijan oma kokemus tiedon puutteesta sekä omaisten surun omaksuminen.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että valtaosa Laurean sosiaali- ja terveysalan loppuvaiheen opiskelijoista ei tunne uusia hoitotyön suosituksia äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemisesta tai Surevan kohtaaminen -hanketta. Voidaan kuitenkin olettaa, että jo kyselyn avulla olemme tuoneet tunnetummaksi erilaisia surujärjestöjä sekä Surevan kohtaaminen -hanketta. Lisäksi olemme saaneet opiskelijat pohtimaan aihetta ja mahdollisesti etsimään siitä itsenäisesti lisää tietoa.

Kyselylomakkeiden avoimissa kysymyksissä tulee ilmi myös se tosiasia, ettei opiskelijat aina tiedä, mitä surevalle ihmiselle pitäisi sanoa tai miten heidän kanssaan tulisi toimia ja olla. Ajatellaan, että surulle ja hiljaisuudelle on hyvä antaa tilaa ja surevien olla rauhassa, eikä asiaa välttämättä uskalleta ottaa edes puheeksi surevan kanssa. Tämän vuoksi olisi erittäin tärkeää, että näistä asioista puhutaan ja niitä opetetaan, koska tutkitusti sekä tukevat että kunnioittavat kohtaamiset ammattilaisten kanssa auttavat läheisensä menettänyttä surevaa niin lyhyellä kuin pitkälläkin aikavälillä.

## 9 Pohdinta

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden kokemia valmiuksia kuoleman sekä äkillisesti läheisensä menettäneen kohtaamiseen. Lisäksi pyrimme selvittämään opiskelijoiden omia ajatuksia oppimistarpeistaan aiheeseen liittyen. Yhtenä tavoitteenamme oli tarjota ajantasaista tietoa Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden osaamistasosta Surevan kohtaaminen -hankkeelle. Tämän tutkielman lähtökohta ja tulokset voivat olla hyödynnettävissä suoraan sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden sekä työntekijöiden koulutuksessa ja koulutuksen suunnittelussa.

Valtaosa opiskelijoista kokee, että he eivät ole saaneet opintojen aikana riittäviä valmiuksia surevan kohtaamiseen ja he tarvitsevat aiheen tiimoilta lisää tietoa ja opetusta. Opiskelijat kaipaavat eniten konkreettista, kokemukseen perustuvaa tietoa. Tällaista tietoa on mahdollista saada muun muassa Surevan kohtaaminen -hankkeen kokemusasiantuntijoilta, jotka vierailevat oppilaitoksissa. Lisäksi Surevan kohtaaminen -hankkeen sivustolla on kaikille luettava avoin materiaalipankki, joka sisältää reilusti tietoa surusta ja surevan kohtaamisesta. Kuolema ja omaisten suru koetaan vaikeaksi aiheeksi jonka kohtaamiseen kokemusasiantuntijan henkilökohtainen, kokemusperäinen näkökulma tarjoaa opiskelijoiden mukaan parhaiten valmiuksia.

Opinnäytetyömme tulosten perusteella on selvää, että haluttujen valmiuksien ja opintojen aikana saadun koulutuksen välissä on osaamisvaje - kuilu, joka pitäisi opiskelijoiden tulevat työt huomioiden korjata mahdollisimman pian. Jotta tilanteen kehittymistä voitaisiin seurata, olisi mahdollisesti aiheellista suorittaa jatkotutkimus muutaman vuoden päästä, kun tämän tutkielman tulokset on saatu niin koulutuksesta vastaavien ja yhteistyötahojen tietoon. Vain näin voidaan varmistaa, että tilanne korjautuu.

Koko opinnäytetyöprosessimme ajan olemme tasaisin väliajoin pyytäneet ja saaneet palautetta niin ohjaavalta opettajaltamme kuin Surevan kohtaaminen -hankkeen projektipäälliköltäkin. Heiltä saadun palautteen avulla olemme pystyneet muokkaamaan tekstiämme koko ajan parempaan suuntaan ja tuottamaan mahdollisimman paljon tietoa tuovan kokonaisuu- den. Toivomme, että kasaamamme ja hankkimamme tiedot auttavat hanketta kehittämään omaa toimintaansa ja kohdentamaan palveluitaan yhä paremmin.

Toivomme myös, että jatkossa Laurea-ammattikorkeakoulu hyödyntää opinnäytetyömme tuloksia opintokokonaisuuksien kehittämisessä ja rakentamisessa, koska tuloksien perusteella Laurean opiskelijat kaipaavat paljon lisätietoa ja tukea surevan kohtaamisessa. Aihe on jokaista sosiaali- ja terveysalan opiskelijaa jossain työuransa vaiheessa koskeva asia, joten siihen on syytä kiinnittää huomiota, kun opintokokonaisuuksia suunnitellaan.

Läheinen suhteemme opinnäytetyön aiheeseen ja myös omat taustamme huomioiden osa sisällöstä oli meille jo ennen työmme aloitusta tuttua tietoa. Silti siitä huolimatta opimme ja saimme valtavasti lisätietoa kriiseistä, surusta ja suremisesta sekä äkillisen kuoleman aiheuttamista reaktioista ja siitä toipumisesta. Otimme opinnäytetyömme tulokset osittain myös aika henkilökohtaisesti, koska itse pidämme surevan kohtaamisen taitoa todella tärkeänä ja isona osana omaa ammattitaitoamme. Siksi tämän asian eteenpäin vieminen niin opiskelijoille kuin ammattilaisillekin on sydämen asia ja tärkeä osa koko opinnäytetyöprosessiamme.



## Lähteet

### Painetut

Aho, AL. 2010. Isän suru lapsen kuoleman jälkeen. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Forsström, S., Franski, R. & Tamminen, S. 2007. Surunauhalla sidotut. Läheisen itse-murha ja vertaistuki. Helsinki: WSOY.

Hedrenius, S. & Johansson, S. 2016. Kriisituki. Ensiapua onnettomuuksien, katastrofien ja järkyttävien tapahtumien käsittelyyn. Urpu Strellman (suom.). Helsinki: Tietosanoma.

Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. 9. uudistettu painos. Porvoo: Bookwell.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Palosaari, E. 2008. Lupa särkyä. Kriisistä elämään. 2. painos. Helsinki: Edita.

Pojjula, S. 2016. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. 3. uudistettu painos. Helsinki: Kirjapaja.

Pojjula, S. 2018. Resilienssi. Helsinki: Kirjapaja.

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

Pulkkinen, M. 2016. Surun sylissä. Helsinki: Kustantamo S&S.

Ruishalme, O. & Saaristo, S. 2007. Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Gummerus.

Saari, S. 2003. Kuin salama kirkkaalta taivaalta. 3. uudistettu painos. Helsinki: Otava.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2017. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. E-kirja. Helsinki: Tammi.

Uittomäki S. Mynttinen S. & Laimio A. 2011. Miten tukea lasta, kun läheinen on kuollut? -opas läheisille sekä lasten ja nuorten parissa työskenteleville. KÄPY- Lapsikuolemaperheet ry. Tampere.

Valli, R. & Aaltola, J. 2015. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. 4. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ylikarjula S. 2008. Kuolema on. Helsinki: Kirjapaja.

#### Sähköiset

Kvalimotv 2019. Analyysin äärellä. Viitattu 30.5.2019.  
[https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_1.html](https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_1.html)

Suomen mielenterveysseura 2017. Kriisit kuuluvat elämään. Viitattu 25.4.2019.  
<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/kriisit-kuuluvat-el%C3%A4m%C3%A4n>

Surevan kohtaaminen 2019. Avun kanavia. Viitattu 4.4.2019.  
<https://www.surevankohtaaminen.fi/avun-kanavia/>

Surevan kohtaaminen 2019. Mitä suru on? Viitattu 19.9.2019.  
<https://www.surevankohtaaminen.fi/suru/>

Surevan kohtaaminen 2019. Muiden tahojen tarjoama vertaistuki. Viitattu 29.9.2019.  
<https://www.surevankohtaaminen.fi/vertaistuki/>

Surevan kohtaaminen 2019. Surevan kohtaaminen. Viitattu 19.9.2019.  
<https://www.surevankohtaaminen.fi/surevan-kohtaaminen/>

#### Julkaisemattomat

## Kuviot

Kuvio 1: Kuinka paljon opintojen aikana käsiteltiin kuolemaa? .....	23
Kuvio 2: Kuinka paljon opintojen aikana käsiteltiin kuolleen omaisten kohtaamista? .....	24
Kuvio 3: Kohtasiko opiskelijat opintojen aikana esim. harjoittelussa kuolemaa/surevia? .....	24
Kuvio 4: Kuinka paljon opiskelijat kokevat saaneensa opintojen aikana valmiuksia äkillisesti läheisensä menettäneen tai surevan kohtaamiseen? .....	25
Kuvio 5: Kokevatko opiskelijat tarpeelliseksi saada tietoa äkillisesti läheisensä menettäneen/surevan kohtaamisesta? .....	26
Kuvio 6: Millä tavoin opintojen aikana on käsitelty surevan kohtaamista? .....	27
Kuvio 7: Opiskelijoiden mielestä tärkein tiedonlähde .....	27
Kuvio 8: Jakauma lisäkoulutustoiveista .....	28
Kuvio 9: Tuntevatko opiskelijat surevankohtaaminen.fi- sivuston? .....	29
Kuvio 10: Tuntevatko opiskelijat uudet hoitotyön suositukset äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemisesta? .....	29

## Taulukot

Taulukko 1: Kysymyksen 7 vastausten jaottelu eri teematasoihin .....	22
--	----

## Liitteet

Liite 1: Surevan kohtaaminen -kyselylomake..... **Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.**7

## Liite 1: Surevan kohtaaminen -kyselylomake

Hei! Olemme kaksi kolmannen vuoden sosionomiopiskelijaa Hyvinkään Laureasta ja teemme opinnäytetyötämme aiheesta "surevan kohtaaminen". Teillä kaikilla sosiaali- ja terveysalan opiskelijoilla saattaa työelämään siirtyessänne tai jo opintojen aikana tulla vastaan tilanne, jossa olette tekemisissä äkillisesti kuolleen henkilön läheisen kanssa. Surevan kohtaaminen -hanke tarjoaa tukea ja tutkittua tietoa valmistaakseen opiskelijoita ja ammattilaisia tällaisia tilanteita varten.

Tämän kyselyn tavoitteena on kartoittaa Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden valmiuksia läheisensä äkillisesti menettäneen kohtaamiseen. Kysely toteutetaan Surevan kohtaaminen -hankkeen käyttöön. Hanke kouluttaa kokemusasiantuntijoita, jotka vierailevat työpaikoilla ja oppilaitoksissa kertomassa omista kokemuksistaan läheisen menettämisen jälkeen. Kokemusasiantuntijat jakavat myös surujärjestöjen osaamista ja tutkittua tietoa. Surevan kohtaaminen -hankkeen takana on neljä surujärjestöä: KÄPY - Lapsikuolemaperheet ry, Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry, Surunauha ry sekä Suomen nuoret lesket ry. Hanke kestää kolme vuotta (2018-2020) ja se rahoitetaan sosiaali- ja terveysministeriön Veikkauksen tuotoista myöntämällä avustuksella.

Tässä kyselyssä surevalla tarkoitetaan läheisensä äkillisesti tai erityisen järkyttävällä ja raskaalla tavalla menettänyttä henkilöä, esimerkiksi henkirikos, itsemurha, oman lapsen tai nuorella iällä oman puolison menettäminen ovat tilanteita, joissa menetyksen kokenut ihminen tarvitsee todennäköisesti paljon tukea surussaan.

Kiitos vastauksestasi!  
Mirka Torniainen ja Emmi Mäkinen

### 1. Opintokampuksesi

Merkitse vain yksi soikio.

- Hyvinkää
- Leppävaara
- Lohja
- Otaniemi
- Porvoo
- Tikkurila

### 2. Monennenko vuoden opiskelija olet?

Merkitse vain yksi soikio.

- Ensimmäisen
- Toisen
- Kolmannen

### 3. Koulutusohjelmasi?

Merkitse vain yksi soikio.

- Sosionomi
- Sairaanhoitaja
- Terveystenhoitaja

4. Kuinka paljon opintojen aikana käsiteltiin kuolemaa? (1= ei lainkaan, 5= erittäin paljon)

Merkitse vain yksi soikio.

1            2            3            4            5

5. Kuinka paljon opintojen aikana käsiteltiin kuolleen omaisten kohtaamista? (1= ei lainkaan, 5= erittäin paljon)

Merkitse vain yksi soikio.

1            2            3            4            5

6. Kohtasitko opintojesi aikana, esim. harjoittelussa, kuolemaa tai surevia? Voit valita useamman kohdan.

Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot.

- Kohtasin kuolemaa
- Kohtasin surevia
- En kohdannut kumpaakaan
- En osaa sanoa

7. Jos vastasit myöntävästi, kerro omin sanoin, miten koit tällaisen tilanteen.

8. Kuinka paljon koet saaneesi opintojesi aikana valmiuksia äkillisesti läheisensä menettäneen/surevan kohtaamiseen? (1=heikosti 5=riittävästi)

Merkitse vain yksi soikio.

1            2            3            4            5

9. Koetko tarpeelliseksi saada äkillisesti läheisensä menettäneen/surevan kohtaamiseen liittyvää tietoa?

Merkitse vain yksi soikio.

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

10. Millä tavoin opintojesi aikana on käsitelty surevan kohtaamista?

Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot.

- Kokemusasiantuntijan vierailu/luento aiheesta
- Opintokäynti/käynnit
- Aiheeseen liittyvät opintojaksot
- Järjestöjen esittely
- Harjoittelussa
- Muu, miten?

11. Minkä seuraavista nostaisit tärkeimmäksi tiedonlähteeksi? Valitse yksi.

Merkitse vain yksi soikio.

- Kokemusasiantuntijan vierailu/luento aiheesta
- Opintokäynti/käynnit
- Aiheeseen liittyvät opintojaksot
- Järjestöjen esittely
- Harjoittelu
- Muu, mikä?

12. Mitä olisit toivonut lisää (esim. opintokäynnit, kokemusasiantuntijan vierailu, aiheeseen liittyvät kurssit/opintojaksot)? Kerro omin sanoin.

13. Millaisena koet/koit surevan kohtaamisen? Kuvaile vähintään kolmella sanalla.

Voit halutessasi kirjoittaa enemmän.

14. Tunnetko/tiedätkö surujärjestöt

Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot.

- Käpy ry - Lapsikuolemaperheet
- Surunauha ry - Itsemurhan tehneiden läheiset
- Huoma ry - Henkirikoksen uhrien läheiset
- Suomen nuoret lesket ry
- En tunne mitään näistä
- Seurakunnan surutyö
- Muu, mikä?

15. Onko sinulle surevankohtaaminen.fi-sivusto tuttu?

Merkitse vain yksi soikio.

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

16. Tunnetko uudet hoitotyön suositukset äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemisesta?

Merkitse vain yksi soikio.

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

Hoitotyön tutkimussäätiö julkaisi syksyllä 2018 asiantuntijoiden laatimat, tutkimusnäyttöön perustuvat suositukset äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukemiseen. Katsothan hoitosuositukset kokonaisuudessaan Hotuksen verkkosivuilta [www.hotus.fi](http://www.hotus.fi)!