

OPISKELIJOIDEN KOKEMUKSIA AVUN TARPEESTA JA AVUN
SAAMISESTA LÄHEISEN KUOLEMAN JÄLKEEN

Väyrynen Tuula,

Opinnäytetyö

Kevät 2011

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak Pohjoinen, Oulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön

suuntautumisvaihtoehto

Sosionomi(AMK)+diakonin

virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Väyrynen, Tuula. Opiskelijoiden kokemuksia avun tarpeesta ja avun saamisesta läheisen kuoleman jälkeen. Oulu, kevät 2011, 75s., 1 liite.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Pohjoinen, Oulu. Sosiaalian koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla opiskelijoiden kokemuksia opiskelun aikana sattuneen läheisen kuoleman jälkeisestä tuen tarpeesta ja sen saamisesta. Lisäksi opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla millaisia seurauksia läheisen kuolemalla oli opiskeluun. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa opiskelijoiden kanssa työtä tekeville ammattilaisille, siitä kuinka kohdata läheisensä menettäneitä opiskelijoita.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin avoimilla haastatteluilla kuudelta opiskelijalta. Opiskelijat haettiin kolmesta CDS-hankkeeseen kuuluvasta ammattikorkeakoulusta; Oulun Diakonia-ammattikorkeakoulusta, Kemi-Tornion ammattikorkeakoulusta sekä Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulusta Kokkolasta. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällön analyysillä.

Tulosten mukaan tukea saatiin lähisuhdeverkostolta sekä ammattiauttajilta. Tuki oli keskustelua ja ymmärrystä sekä opinnoissa joustamista. Tukea kaivattiin lisää opettajilta keskustelujen ja ohjauksen muodossa. Opinnoista selviäminen oli osalle opiskelijoista vaikeaa läheisen kuoleman jälkeen.

Opinnäytetyön johtopäätöksenä oli, että läheisen kuoleman jälkeen tukea saatiin eri tavoilta, jotka olivat tuttuja jostakin muusta yhteydestä. Aina tukea ei saatu riittävästi. Tukena saatiin surussa myötäelämistä tai arjen tukemista. Aikaa pysähtymiselle ja neuvonnalle kaivattiin lisää. Läheisen kuolemasta seurasi jaksamisongelmia osalle opiskelijoista.

Jatkotutkimushaasteena olisi tutkia, missä tilanteessa tai kuinka paljon opiskelijat hakevat apua seurakunnan työntekijöiltä läheisen kuoleman jälkeen, miksi seurakunnan työntekijöiden toiminta on tuntematonta työntekijöiden yhteystiedoista huolimatta, mitä oppilaitoksissa toimivat seurakunnan työntekijät voisivat tehdä, että heidät tunnettaisiin ja kuinka paljon opintonsa keskeyttäneissä tai niissä, joilla opinnot viivästyvät, on sellaisia, jotka ovat keskeyttäneet menetyksen vuoksi.

Asiasanat: diakoninen sosiaalityö, kvalitatiivinen tutkimus, opiskelijat, kuolema, tuki, selviytyminen.

ABSTRACT

Tuula Väyrynen. Experiences of students of the need of support and the supply of support after the death of a close relative. 75op., 1 appendix. Language: Finnish. Oulu, Spring 2011.

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

The purpose of this thesis was to describe students' experiences of support needed and received after the death of a close relative during the studies. A purpose was also to describe the effects that death of a close relative has on one's studies. The main aim of this thesis was to yield information for professionals working with students, in order to aid in facing students, who have lost their close relative.

This thesis was carried out as a qualitative study. The data were collected by questionnaires with open-ended questions from six students. The students were picked from three universities of applied sciences, which all took part in the CDS project; Oulu Diaconia University of Applied Sciences, Kemi-Tornio University of Applied Sciences and Central Ostrobothnia University of Applied Sciences Kokkola. The data were analysed with inductive content analysis.

According to the results, the students got support from the nearest and professionals. The support appeared as conversations and understanding as well as flexibility with studies. More support was needed from teachers in the form of conversations and guiding. Managing the studies was difficult for some students.

The conclusion of this thesis was that the support after the death of a close relative was gained from different directions, which were familiar from other connections. Always enough support was not gained. The support gained were empathy and support of everyday life. Time to stop and think and counselling were wanted more. To the students the death of a close relative caused problems in having enough strength to carry on with studies.

Keywords: diaconal social work, qualitative study, students, death, support, coping.

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ	2
ABSTRACT	3
1. JOHDANTO	6
2. OPINTOPOLITIIKKA JA OPISKELIJAN JAKSAMINEN	8
3. LÄHEISEN KUOLEMA JA SUREVAN TUKEMINEN	13
3.1 Läheisen kuolema ja suru	13
3.2 Selviytyminen läheisen kuoleman jälkeen	15
3.3 Surevan kohtaaminen	18
3.4 Psykososiaalinen tukeminen	22
3.4.1 Psykososiaalinen työ sosiaalityössä	24
3.4.2 Hengellinen tukeminen ja diakoniatyö	25
4. OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	29
5. OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS LAADULLISENA TUTKIMUKSENA.....	30
5.1 Aineiston kerääminen.....	31
5.2 Aineiston analysointi.....	34
6. OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	39
6.1.1 Läheisten tuki	40
6.1.2 Ammatillinen tuki	40
6.2 Opiskelijoiden saama kokonaisvaltainen tuki läheisen kuoleman jälkeen	42
6.2.1 Fyysinen tuki	43
6.2.2 Psykkinen tuki	44
6.3 Opiskelijoiden kaipaama tuki läheisen kuoleman jälkeen	45
6.3.1 Emotionaalinen ja tiedollinen tuki ja neuvonta.....	46
6.3.2 Inhimillisuus läheisensä menettäneen kohtaamisessa.....	48
6.3.3 Käytännön apu	48
6.4 Opiskeluista selviytyminen läheisen kuoleman jälkeen.....	49
6.4.1 Opintojen eteneminen opintosuunnitelman mukaan läheisen kuoleman jälkeen	50
6.4.2 Vaikeuksia opintojen etenemisessä opintosuunnitelman mukaan	51
7. POHDINTA	53
7.1 Opinnäytetyön eettisyys	53
7.2 Opinnäytetyön luotettavuus	56

7.3 Tulosten vertailua aiempiin tutkimuksiin.....	61
7.4 Johtopäätökset.....	66
7.5 Jatkotutkimushaasteet	67
8. LÄHTEET.....	68
LIITE 1: Opinnäytetyön haastattelukysymykset.....	76

1. JOHDANTO

Ammattikorkeakoulut ovat olleet suomalaisessa koulutusjärjestelmässä jo yli kymmenen vuotta. Koulutus on kehittynyt, mutta opiskelijoiden hyvinvointiin liittyvät palvelut ovat jääneet muusta kehityksestä jälkeen. (Erola 2004, 11.) Oppilaitoksissa mietitään opiskelijan hyvinvointia sivuten samalla ahdistuneisuutta tai masennusta. Opiskelijan yksilölliset taustatekijät, kuten läheisen kuolema, tulevat harvoin esille selvityksissä. Asia käy ilmi esimerkiksi Hanna Erolan Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskukselle tekemässä selvityksessä ”Ammattikorkeakoulujen opiskelijoiden hyvinvointi 2004” tai Kristina Kuntun ja Teppo Huttusen korkeakouluopiskelijoille 2008 tekemässä terveystutkimuksessa. (Erola 2004; Kunttu & Huttunen 2009).

Läheisen menetys on yksi järkyttävimmistä kokemuksista, jonka lähes kaikki kokevat jossakin elämän vaiheessa. Menetykseen reagoiminen on tervettä, mutta ihmiset reagoivat siihen yksilöllisesti. Surureaktioita on hyvä tunnistaa, että voi olla tukena läheisensä menettäneelle. Suuronnettomuuksissa tarvitaan psykososiaalista tukea, mutta yksittäinen tapahtuma voi traumatisoida ihmistä yhtä paljon tai enemmän kuin suuronnettomuus. (Aalto 2009, 79; Howarth 2011, 4; Pohjolan-Pirhonen & Aalto 2009, 148; Punainen Risti i.a.; Saari 2000, 32.)

Tämä opinnäytetyö on osa To Care, To Dare, To Share (CDS) - Syrjäytymisen ehkäiseminen ammattikorkeakouluopinnoissa – hanketta. Hankkeen tarkoituksena on selvittää ammattikorkeakoulun opiskelijoiden voimavaroja ja tuentarpeita erilaisissa voimievissä tilanteissa. Kyseessä on valtakunnallinen ammattikorkeakoulujen yhteistyöhanke, joka on alkanut 1.9.2009 ja päättyy 30.8.2011. Projektin perustana on opiskelijoiden hyvinvoinnin huolestuttava tila. Huoli on lisännyt tarvetta kehittää opiskelijaterveydenhuollon järjestämistä kunnissa. Projektin päämääränä on tukea sekä suomalaisten että ulkomaisten ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointia ja tehostaa opiskelijoiden loppuun saattamista. Tavoitteena on luoda toimintakäytäntöjä, joilla voidaan tiedottaa ja tunnistaa opiskelijoiden syrjäytymisriskejä. Riskejä tunnistamalla voidaan antaa tukea ja puuttua ongelmiin varhaisessa vaiheessa sekä ohjata kunnallisiin palveluihin riittävän ajoissa. Samalla pyritään luomaan ammattikorkeakouluihin opiskelijoiden osallisuutta ja muuta tukea edistävää välittämisen ilmapiiri. Hankkeeseen kuuluu avain-

henkilöstön kouluttaminen ja selkeiden hoitopolkujen kehittäminen tukea tarvitseville opiskelijoille. Menetelmien luonti vaatii tietoa opiskelijoiden syrjäytymisestä, mihin tarkoitukseen hanke ottaa vastaan muun muassa opinnäytetöitä. (Euroopan sosiaalirahasto i.a.)

Opiskeluterveydenhuollon järjestämisestä on tullut voimaan Kansanterveyslain asetus 1.7.2009, minkä mukaan kuntien tulee järjestää ammattikorkeakoulujen opiskelijoille opiskeluterveydenhuollon palvelut. Palveluihin kuuluvat suunnitelmallinen, yhtenäinen ja yksilön tarpeet huomioiva terveysneuvonta sekä terveystarkastukset. (Asetus koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta 2009, 1§, 3§.)

CDS – hanke pyrkii parantamaan opiskelijoiden opiskeluolosuhteita ja haluan tuoda esille sellaista puolta opiskelussa, mihin kiinnitetään vähemmän huomiota. Aiheen valinta tukee myös nykyistä toimintaani neuvolan perhetyöntekijänä sekä kriisityöryhmän päivystäjänä.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla opiskelijoiden kokemuksia tilanteista, missä heidän läheisensä on kuollut opiskelun aikana. Mistä ja mitä tukea opiskelijat ovat saaneet tai millaista tukea he tarvitsevat jaksakseen jatkaa opiskelua täysipainoisesti. Lisäksi tarkoituksena on kartoittaa, mitä seurauksia läheisen kuolemalla on opiskelusta selviytymiseen. Aineiston keräsin avointen haastattelujen avulla kuudelta opiskelijalta. Opiskelijat olivat kolmesta CDS-hankkeeseen kuuluvasta ammattikorkeakoulusta. Aineiston analysoin aineistolähtöisellä sisällön analyysillä. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa ammattikorkeakoulujen henkilökunnalle tietoa tilanteista, missä ja millaista tukea opiskelijat tarvitsevat läheisen kuoleman jälkeen.

Läheisen kuoleman vaikutuksesta opintojen jatkamiseen oli vähän aiempaa tutkimustietoa. Siksi teoriaa ja tutkimustietoa täytyi hakea useista eri lähteistä.

2. OPINTOPOLITIIKKA JA OPISKELIJAN JAKSAMINEN

Kansainvälistymisestä johtuvat muutokset Suomen elinkeinoelämässä ovat johtaneet muutoksen tarpeeseen Suomen koulutusjärjestelmässä. Koulutukselle iso haaste on nuorten ikäluokkien pieneneminen ja alueellinen keskittyminen. (Opetusministeriö 2008, 10–11.)

Yliopistojen ja ammattikorkeakoulujen yhteisenä tavoitteena on edistää kansalaisten hyvinvointia ja sivistystä sekä kestävää kehitystä. Opetus on korkealaatuista, vaikuttavaa, eettistä ja tukee monikulttuurisen yhteiskunnan kehitystä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2011, 18.) Suomen korkeakoulujärjestelmä menestyy hyvin kansainvälisessä vertailussa. Kuitenkin vähäinen kansainvälisyys ja rakenteiden hajanaisuudesta johtuva laadun ja resurssien riittämättömyys heikentävät menestystä. Suomi pyrkii lisäämään menestymistä kansainvälisessä yhteistyössä ja kilpailussa kehittämällä opintoprosesseja ja rakenteita laadun parantamiseksi. Toimenpiteisiin kuuluu yksikköjen vähentäminen, vahvempi profiloituminen, päällekkäisyyksien karsiminen, yhteistyöverkostojen parantaminen, opintojen nopeuttaminen, läpäisyn tehostaminen sekä sisäänoton soveltaminen pieneneviin ikäluokkiin. (Opetusministeriö 2008, 10; Opetus- ja kulttuuriministeriö 2011, 9.)

Koulutusjärjestelmän toimintakykyä pyritään parantamaan nostamalla koulutuksen läpäisyastetta nykyisestä 70 %:sta 80 %:iin. Laskennallinen läpäisyaste tarkoittaa tutkinnon suorittaneiden suhteellista osuutta lukuvuosittaisesta tutkinnon suorittajien ja keskeyttäjien yhteismäärästä. Kaikkien koulutusasteiden läpäisyä tulee parantaa syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja koulutusjärjestelmän tehokkuuden kasvattamiseksi. (Opetusministeriö 2008, 28.)

Syrjäytyminen voidaan mieltää sosiaalisista suhteista, vaikuttamisesta tai vallankäytöstä sivuun joutumiseksi. Syrjäytyneenä ihmisen mahdollisuudet osallistua työhön, kulutukseen tai yhteisölliseen toimintaan heikkenevät. Jos ihmisten mielipiteitä ja näkökantoja ei kuulla tai heidän osallisuuttaan kyseenalaistetaan, se on syrjäyttämistä. (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2010, 11.) Vaikeat elämäntilanteet ovat riskitilanteita. Mikäli

traumaattinen tapahtuma sattuu hetkellä, jolloin omat voimavarat ovat muutenkin vähissä, eikä apua ja tukea ei ole tarjolla, on vaarana syrjäytyminen ja sairastuminen. (Ruishalme & Saaristo 2007, 98, 107.) Subjektiiivinen syrjäytyminen tarkoittaa tunnetta tarkoituksettomasta olemassaolosta. Se tarkoittaa, että ihminen ei koe olevansa mitään eikä kelpaavansa mihinkään. Rauhamäen (1997) mukaan syrjäytyminen on hiljaista etäisyydenottoa. Sosiaaliset suhteet yhteiskunnassa tarkoittavat ihmisten vastavuoroista toistensa valintaa. Jos ihmistä ei jostain syystä valita tai hän ei asetu valittavaksi, hän jää sosiaalisten kontaktien ulkopuolelle. Syrjäytynyt kokee, ettei hänellä ole mitään arvokasta annettavaa toisille. (Ruishalme & Saaristo 2007, 82.)

Opintojen keskeyttämistä voidaan vähentää kehittämällä opinto-ohjausta, koulutusta koskevaa tiedotusta ja neuvontaa, opiskelijavalintaa, opintotukea, opintojen seurannan järjestelmiä, opiskeluterveydenhuoltoa sekä henkilökohtaistamalla opiskelua. (Opetusministeriö 2008 25, 28). Opintoprosessien sujuvuutta ja opintojen ohjauksen toimivuutta voidaan arvioida vertaamalla tutkinnon suorittaneiden osuutta perustutkinnon aloittaneista 5-7 vuoden kuluttua aloittamisesta. Lisäksi arviointia voi suorittaa tarkastelemalla opintojen läpäisyä ja keskimääräisten tutkintotavoitteiden toteutumista. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2011, 20.)

Vuodesta 2010 lähtien on ammattikorkeakoulujen ohjausta uudistettu ja yhdenmukais-tettu. Aloituspaikeista sopimisen sijaan on määritelty tutkintotavoitteet. Nuorten ja aikuisten aloituspaikkasäätelystä on luovuttu, minkä avulla ammattikorkeakoulut voivat suunnitella paremmin omaa toimintaansa. Sopimuskaudella 2010–2012 opetus- ja kulttuuriministeriön ja korkeakoulujen välisessä sopimuksessa on korkeakoulujen kehittämistoimien erityisenä painopisteenä kansainvälistyminen, opintojen nopeuttaminen ja rakenteellinen kehittäminen. Opintoprosessien kehittämisellä pyritään nimenomaan vähentämään keskeytyksiä sekä nopeuttamaan valmistumista ja siirtymistä työelämään. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2011, 12, 18.)

Ammattikorkeakouluissa opintojen laajuus on 210, 240 tai 270 opintopistettä ja siihen ajatellaan kuluvan keskimäärin kolmesta neljään vuotta (Opetus- ja kulttuuriministeriö i.a.).

Koulutus antaa opiskelijoille laaja-alaiset käytännölliset perustiedot ja – taidot ja niiden teoreettiset perusteet, edellytykset alan kehityksen seuraamiseen ja edistämiseen, valmiudet jatkuvaan koulutukseen, riittävän viestintä- ja kielitaidon sekä alan kansainvälisen toiminnan edellyttämät valmiudet (Opetus- ja kulttuuriministeriö i.a.).

Diakonia-ammattikorkeakoulussa on yleisten ammattikorkeakouluille annettujen tavoitteiden lisäksi omana tavoitteenaan diakoniaan pohjautuva eriarvoistumisen, huono-osaisuuden ja köyhyyden ehkäiseminen. Kohderyhminä ovat erityisen tuen tarpeessa olevat, maahanmuuttajat ja perheet. Diakonia-ammattikorkeakoulu on eettisesti vastuullinen, osallisuutta ja hyvinvointia vahvistava koulu, joka vastaa arvopohjansa mukaisesti sekä kirkollisesta että yhteiskunnallisesta ammattikorkeakoulutuksesta ja asiantuntijuuden kehittamisestä yhdessä työelämän kanssa. (Opetusministeriö 2009.)

Yhteiskunnan muutokset ja koulutuksen kehittäminen asettavat paineita oppilaille ja heijastuvat hyvinvointiin. Opiskelu on vaativaa ja ulkopuolinen oppimisympäristö monimuotoistuu, mikä tuo uusia ulottuvuuksia opiskeluun. Myös perheen ja lähiverkoston tuki vähenee muuttuvan yhteiskunnan mukana. Nämä kaikki vähentävät opiskelijoiden hyvinvointia. (Opetusministeriö 2008, 13–14.) Hyvinvointiin kuuluu Allardtin mukaan sekä riittävä elintaso että hyvä elämänlaatu. Elämänlaatuun sisältyy yhteisöllisyys ja itsensä toteuttaminen. (Helne ym. 2003, 71–72.) Hyvinvointia voidaan edistää tukemalla osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Sosiaaliset mahdollisuudet vertaistukeen ja lähimmäisavun antamiseen ja saamiseen lisäävät hyvinvointia. (Björklund & Sarlio-Siintola 2010, 67.)

Opiskelu on opiskelijan työtä ja oppilaitos on opiskelijan työpaikka. Opiskelukyky on siten opiskelijan työkykyä, mikä koostuu yksilöllisistä ja opiskeluympäristöön liittyvistä tekijöistä. Puhutaan opiskelijoiden hyvinvoinnista, mutta opiskeluterveydestä ei puhuta paljoa. Opiskelukyvyn puutetta kuvataan suppeasti mielenterveyden ongelmana. Opiskelijalla ei ole sairaslomaa eikä sallittua lepoa, jos hän sairastuu. Tentit ja työt ruuhkautuvat ja niitä täytyy suorittaa joka tapauksessa. (Kunttu 2009.) Opiskelukyky on kokonaisuus, jossa eri osatekijät vaikuttavat toisiinsa. Kaikkien opiskelukyvyn osatekijöiden tulee olla kunnossa, että opiskelu onnistuu mahdollisimman hyvin. Opiskelukyvyn osatekijöihin vaikuttamalla, voidaan opiskelijaa tukea täysipainoiseen opiskeluun. (Kunttu & Huttunen 2008, 12). Kokemus elämänhallinnasta ja omien voimien ja kykyjen riittä-

vyydestä sekä sosiaalinen tuki vaikuttavat merkittävästi hyvinvointiin ja opiskelujen sujumiseen. Siksi hyvä opetus, hyvät opiskelutaidot tai tukea antava vuorovaikutuksellinen opiskeluyhteisö auttavat tilapäisesti vaikeassa elämäntilanteessa. (Kunttu 2009.)

CDS – hankkeessa pyritään ehkäisemään syrjäytymistä vähentämällä syrjäytymisen riskejä. Koska kaikkia syrjäytymisen riskejä ei voida poistaa, selviytymistä auttavat sekä ulkoiset että sisäiset suojaavat tekijät. Yksi ulkoisista suojaavista tekijöistä on sosiaalinen pääoma, mihin sisältyy yhteisöön kuuluminen, siinä toimiminen ja omat voimavarat. Sosiaalista pääomaa tuottavat opiskelijoiden arvostaminen, kannustaminen, vaikutusmahdollisuuksien lisääminen, sosiaalinen tuki sekä kuulluksi tuleminen. (Ruuskanen 2002, 5; Vuokila-Oikkonen & Kainulainen 2010, 2, 5.) Omia voimavaroja ovat muun muassa persoonallisuus, elämäntilanne, sosiaaliset suhteet, terveydentila ja terveyskäyttäytyminen. Koska omat voimavarat ovat yksi opiskelukyvyn osatekijä, niiden huomioiminen on yhtä tärkeä asia kuin opiskelutaitoihin tai ympäristöön vaikuttaminen. (Kunttu & Huttunen 2009, 11–12.) Tämä tehtävä kuuluu kaikille toimintaympäristöön vaikuttaville organisaatioille, kuten opiskeluterveydenhuollolle, oppilaitoksille ja opiskelijajärjestöille. Opiskelijahuoltoon ja sitä kautta opiskelukyvyn tukemiseen on lainsäädännöllinen velvoite vain toisen asteen oppilaitoksilla. Korkeakouluissa tehdään muuhun kuin opetuksen kehittämiseen liittyvää työtä vaihtelevasti. Yksilöllistä opiskelijahuollon tyyppistä toimintaa on vähän. (Kunttu 2009.)

Opintojen keskeyttäminen tai niiden viivästyminen koetaan ammattikorkeakouluissa taloudellisena ongelmana. Opiskelijat, joilla on opintojen kulkuun vaikuttavia ongelmia, voivat joko keskeyttää opiskelun tai opiskelut viivästyvät. Sosiaalisten suhteiden puuttumisen ajatellaan lisäävän keskeyttämisriskiä. Sosiaaliin suhteisiin lasketaan kuuluvaksi sekä opiskelijoiden keskinäiset suhteet että opiskelijoiden ja opettajien suhteet. Opettajien määrän vähenemisellä suhteutettuna opiskelijaa kohti voi olla vaikutusta sekä opettajien resurssien tarkoituksen mukaiseen käyttöön että opettaja-opiskelijasuhteisiin. Usein opiskelijoiden keskeyttämisen syitä ei saada selville. (Honkonen 2002, 15, 30.)

Vuosina 2000–2002 toteutetussa KeVät-projektissa paneuduttiin toimenpiteisiin opintojen keskeyttämisen ja pitkittymisen vähentämiseksi. Projektissa haastatellut ammatti-

korkeakoulun opettajat näkivät keskeyttämisen inhimillisenä syynä opiskelijan taloudelliset vaikeudet tai vaikean elämäntilanteen, kuten läheisen kuolema tai rakkaussurut. Edellä mainitut syyt katsottiin pieniksi keskeyttämisen syiksi, joita voitaisiin estää, mikäli opiskelija pääsisi keskustelemaan mahdollisista vaihtoehdoista. KeVät-projektin koordinaattorina toiminut Hämeen ammattikorkeakoulu pyrki projektin aikana ”herättelemään” opettajia ottamaan opiskelujen sujumisesta ”syvällisempää vastuuta” tehokkaammalla opintojen ohjauksella. Vastuu vaatii opettajilta laajempaa kiinnostusta opiskelijoista. (Honkonen 2002, 31, 34.)

”Ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointi 2004”-tutkimus on ensimmäinen valtakunnallinen tutkimus, joka on selvittänyt ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointia ja terveydenhuollon palveluja. Vaikka ammattikorkeakoululaisten terveydenhuolto, sairaanhoito sekä hammashuolto ovat kansanterveyslain nojalla lakisääteisiä kuntien tehtäviä, on ne kuitenkin monilla paikkakunnilla järjestetty puutteellisesti. Paikkakunta-kohtaiset erot palveluissa, maksuissa ja kohtelussa ovat suuria. Ammattikorkeakoululaiset ovat heikommassa asemassa terveydenhuoltopalvelujen suhteen kuin yliopiston opiskelijat. (Erola 2004, 11.)

3. LÄHEISEN KUOLEMA JA SUREVAN TUKEMINEN

Elämään kuuluvat vaikeat tilanteet, kuten läheisen kuolema, voivat aiheuttaa hämmennystä ja ahdistusta (Suomen Mielenterveysseura i.a.). Kuolema voi olla arkinen ja joskus odotettu tapahtuma. Silti se voi yllättää ja tuntua ylipääsemättömän raskaalta. (Dyregrov 1994, 47; Punainen Risti i.a.) Uudessa tilanteessa turvallisuudentunne tai arjesta selviytyminen joutuvat kyseenalaisiksi. (Suomen Mielenterveysseura i.a.) Joillekin menetyksestä selviämiseen riittää läheisten tuki, mutta toiset saattavat tarvita ammattiauttajien apua. Joskus läheisen kuolema voi lamaannuttaa toimintakyvyn pitemmäksi aikaa. (Lowe 2007, 74.)

3.1 Läheisen kuolema ja suru

Läheisen kuoleman aiheuttamiin vaikeuksiin kiinnitettiin huomiota jo 1900-luvun puolivälissä. Vuonna 1943 bostonilaisessa Coconut Grove – yökerhon tulipalossa menehtyi 490 ihmistä. Tulipalon jälkeen lääkäri Lindeman totesi sekä palosta selviytyneiden että uhrien omaisten yrittävän sopeutua vaikeassa tilanteessa eri tavoilla. Usein kärsimys vain paheni, kunnes keskustelu lääkärin kanssa auttoi heitä jakamaan pahaa oloaan. Lindeman kuvasi myöhemmin kirjassaan surua psyykkiseksi kriisiksi, joka on akuutisti alkava stressioire. Oire kestää aikansa ja on hoidettavissa terapeuttisilla keskusteluilla. Lindemanin mukaan ammattiauttajilla on mahdollisuus auttaa läheisensä menettäneitä käymään läpi suruprosessia ja estämään samalla kriisin psykopatologiset seuraukset. (Samulin 2007, 12–13.) Hammarlundin mukaan 1960-luvulla alettiin ymmärtää, että käsittelemätön suru voi altistaa sekä ruumiillisille että henkisille sairauksille. Tutkimuksissa keskityttiin kuitenkin enemmän trauman hoitoon. Hammarlundin mielestä parasta kriisiapua kuoleman tapauksissa on läheisten antama tuki. Tunteita ja reaktioita ei saisi leimata asiantuntijoiden toimesta psykiatrisiksi ilmiöiksi. (Hammarlund 2004, 24–26.)

Puhuttaessa surusta, voidaan puhua pienistä syistä johtuvasta surullisuudesta tai murheellisuudesta. Kuoleman jälkeistä, suuren menetyksen aiheuttamaa surua kuvataan surun prosessina. Se on spontaani, muutokseen vievä sisäinen tapahtumasarja, missä

erilaisten olotilojen ja tunteiden vahvuus vaihtelee. (Lindqvist 1999, 69–70.) Tuntemukset voivat vaihdella masennuksesta välttelyyn. (Howarth 2011, 4; Lindqvist 1999, 69–72; Pohjolan-Pirhonen & Aalto 2009, 148.) Ahdistus on osa tyypillistä surureaktiota (Dyregrov 1994, 47). Huolimatta surun kokemuksen vaikeudesta, se kestää aikansa ja lievenee vähitellen (Lowe 2007, 73). Cohenin, Mannarinon, Greenbergin, Padlon ja Sipleyn (2002) mukaan kuoleman läpikäymiseen sisältyy sopeutuminen elämään ilman kuollutta läheistä (Howarth 2011, 5). Läheisen kuoleman jälkeen on hyvä olla paikka, missä voi tuoda kokemuksiaan rohkeasti esille. Muutenkin lähellä on hyvä olla ihmisiä, jotka voivat auttaa tarvittaessa. (Pohjolan-Pirhonen & Aalto 2009, 148.)

Surevalla on ennen hautajaisia monenlaisia käytännön järjestelyjä, mitkä vievät tilaa suremiselta. Sen vuoksi suru voi tulla voimakkaasti ja eri tavalla esille vasta hautajaisien jälkeen, kun ihmisellä on enemmän aikaa miettiä kuolemaa. (Aalto 2009, 67–68.) Elämän muutokseen sopeutuminen vie aikaa ja kuluttaa voimia (Pohjolan-Pirhonen & Aalto 2009, 148). Surun aikana arjesta selviytyminen ja tavallisten asioiden muistaminen sekä ymmärtäminen voi olla vaikeaa. Osa ihmisen tarkkaavaisuudesta keskittyy kuoleman käsittelyyn ja se voi pettää tavallista helpommin. (Saari 2000, 63.) Oma avuttomuus voi aiheuttaa jopa häpeää ja ihminen esittää olevansa pystyvämpi kuin todella on. Joskus ihminen voi pelätä, että suru jää pysyväksi olotilaksi. (Lindqvist 1999, 37, 42–43.)

Ihmisen työstäessä menetystä itsekseen ja tiedostamatta, se käy hitaammin kuin alkuvaiheen käsittely. Voi näyttää siltä, ettei asiaa edes käsittele. (Saari 2000, 63.) Vaikka suru koskettaa yleensä useampia ihmisiä, jokaisen suru on omanlaisensa. Ihmiset käsittelevät myös surua eritavoilla. Jos joku ei näytä surevan, hänellä voi olla vähemmän sanoja tai ilmaisukeinoja kuin toisella. Suru voi olla niin voimakas, että ”mieli tyhjenee kaikesta”. Ihminen ei reagoi läheisen kuolemaan, koska hänellä ei ole kokemukseensa ”mitään kosketusta”. Joku voi menetystilanteessa ihmetellä jaksamistaan ja yllättyä myöhemmin voimakkaasta uupumuksesta, surullisuudesta, tuskasta ja epätoivosta. Seurauksena voi olla masennus. Kipu on kuitenkin merkki surutyön käynnistymisestä. (Lindqvist 1999, 29–30, 72–73.)

Läheisen kuolemasta johtuviin reaktioihin vaikuttavat selviytymis- ja stressinsietokyky, luonteen positiivisuus tai negatiivisuus sekä menetyksen aikainen elämäntilanne. Toisaalta reaktioihin vaikuttavat aiemmat kokemukset, psyykkiset ongelmat tai käsittelemättömät asiat. Sosiaalinen tuki, yhteisöllisyys tai yhteenkuuluvuus ja menetyksen jälkeen saatu apu vaikuttavat reaktioiden voimakkuuteen. (Dyregrov 1994, 28.)

Bonannon (2009) mukaan surutyössä ei voi osoittaa selkeitä etenemisvaiheita. Sureva, joka ei koe joitakin tiettyjä vaiheita surussaan, ei silti ole epänormaali. Surevat voidaan kuitenkin jakaa kolmeen osaan. Ne, joilla on riittävästi resilienssiä eli sitkeyttä, ovat yleisin ryhmä. He voivat kokea voimakkaita surun tunteita, mutta pystyvät jatkamaan elämää eteenpäin. He voivat myös tunnistaa surun jälkeen henkistä kasvua itsessään. Toiset kokevat merkittäviä vaikeuksia jopa useita kuukausia, ennen kuin voivat palata normaaliin elämään. Kolmannella surevien ryhmällä on pitempiaikaisia häiriöitä menetyksen jälkeen. (Goldenberg, Biggs, Flynn & Mc Carrol 2009, 389).

3.2 Selviytyminen läheisen kuoleman jälkeen

Ihmisellä on monenlaisia voimavaroja, reagointimalleja ja asioiden käsittelytaitoja traumaattisesta kokemuksesta selviytymiseen (Saari 2000, 41). On tärkeää saada käsitellä omat menetykseen liittyvät tunteensa, mihin tarvitaan turvallista ympäristöä. Osa tunteista ilmenee spontaanisti ja lisäksi niitä on hyvä hakea tietoisesti esille. Useimmat menetyksen kokeneet tarvitsevat toisia ihmisiä tunteidensa käsittelyyn. Osalle riittää perhe tai ystävät. Joskus tarvitaan ammattiauttajia tueksi, etteivät läheiset kuormitu liikaa tai jos läheisten tuki ei riitä tai sitä ei ole. Ammattiavun hakeminen ei ole heikkoutta. Se voi auttaa näkemään tilanteen uudesta näkökulmasta sekä käsittelemään mahdollisia aiempia käsittelemättä jääneitä asioita. (Lindqvist 1999, 32–33.)

Lääkityksen käyttäminen suru-tilanteessa täytyy harkita huolellisesti. Fyysisen jaksamisen tukena lääkkeet ovat tarvittaessa hyväksi. Tunteiden käsittelyssä lääkkeiden vaikutus voi olla joko käsittelyä tukevaa tai sitä estävää. (Lindqvist 1999, 84; Saari 2000, 56.) Kiireen keskellä tunteiden käsittely ei onnistu, eikä sitä tarvitse tehdä väkisin. Tunteita tulee käsitellä silloin, kun tuntee, että sille on riittävästi aikaa ja tilaa. Liikaa tun-

teiden käsittelyä ei saa siirtää, vaan surutyö on hyvä saada käyntiin. Siirtäminen voi aiheuttaa fyysisiä oireita, sairauksia tai sosiaalinen elämä voi kärsiä. Ihmisen itsensä tai hänen ympäristönsä ei tule estää surutyötä. (Aalto 2009, 68–69; Lindqvist 1999, 79–83; Pohjolan-Pirhonen & Aalto 2009, 148; Saari 2000, 60, 72.) Muuten menetyksen käsittely voi siirtyä vuosien päähän (Lappalainen 1998, 80).

Surutyö voi kestää kauan ja siksi on tärkeää huolehtia omasta fyysisestä ja henkisestä jaksamisesta. Ihminen voi vaatia surun alkuvaiheessa niin paljon itseltään, että uupuu täysin. Sekä ihmisen itsensä, että ympärillä olevien ihmisten tulisi mahdollistaa lepo ja voimien uusiutuminen. Surevan tulisi saada olla tarvitseva ja niin pieni kuin tuntee olevansa. (Lindqvist 1999, 32–33.) Aiemmat menetykset ja muut vaikeat tilanteet voivat aktivoitua uuden surun myötä. Joskus voi joutua käymään läpi koko elämänsä surutilanteet ja jokin aiempi suru saattaa viedä tilan uudelta surulta. (Lindqvist 1999, 38, 40–41.) Jotkut kuoleman kokeneet alkavat surun tilanteessa hoitaa käytännön asioita ja huolehtia surevista läheisistään, ettei tarvitse kohdata omaa suruaan (Lowe 2007, 80).

Läheisen kuolema voi aiheuttaa stressiä riippumatta siitä, onko kuolema tiedossa etukäteen tai tapahtuu yllättäen. Psykologisessa stressissä yksilön ja ympäristön välisen vuorovaikutuksen vaatimukset ylittävät henkilön omat voimavarat ja vaarantavan hänen hyvinvointinsa. Pitkään jatkuneesta stressistä voi seurata fysiologisia stressioireita, sairauksia tai psyykkisiä vaikutuksia. Lisäksi kroonistuessaan stressi voi aiheuttaa pysyviä muutoksia aivoissa sekä vaikeuttaa muistia, uusien asioiden havaitsemista, tulkintaa tai vireystilaa. (Poijula 2007, 28–29.)

Ihmisen selviytyminen psyykkisestä stressistä riippuu siitä, kuinka voimakkaaksi hän arvioi menetystilanteen ja mitkä selviytymiskeinot toimivat. Stressitilanteessa realistinen tapahtuneen havainnointi, riittävä tuki tai oikeat ratkaisukeinot auttavat stressistä selviytymiseen. Jonkin tasapainottavan tekijän puuttuminen voi johtaa siihen, että normaalit selviytymiskeinot eivät toimi. Selviytyminen tarkoittaa, että ihminen yrittää hallita omien voimavarojen yli meneviä ulkoisia tai sisäisiä vaatimuksia. Hän pyrkii palauttamaan tilanteen hallinnan, jolloin hän voi hyödyntää omat voimavarat ja minimoida haittavaikutukset. (Poijula 2007, 19–23.)

Mikäli ihminen on kokenut paljon traumaattisia tapahtumia tai ei ole kokenut niitä juuri lainkaan, läheisen kuolemasta selviytyminen voi olla vaikeaa. Ihminen, jolla on kokemusta menetyksistä, mutta hänellä on vielä omia voimavaroja riittävästi, voi selviytyä helpommin. Oma itseluottamus ja itsetuntemus vaikuttavat myös selviytymiseen. (Saari 2000, 69–70.) Selviytyminen alkaa tapahtuneen hyväksymisestä ja sitä auttavat arjen rutiinit ja tutut toimet. Toisaalta jokin uusi asia voi viedä ajatuksia hetkeksi toisaalle. Oman itsen kuunteleminen on selviytymisessä kaikkein tärkeintä. (Ruishalme & Saaristo 2007, 92.) Selviytymiseen vaikuttavat persoonallisuus, elämän historia, sosiaalinen yhteisö sekä kulttuurinen tausta. (Lowe 2007, 73.)

Sairauden tai luonnollisen kuoleman lisäksi ihminen voi menettää läheisensä arkielämän traumaattisessa tapahtumassa. Traumaattinen tapahtuma tulee yllättäen ja se tuhoaa tai uhkaa ihmisen ruumiillista olemassa oloa, yhteisöidentiteettiä, turvallisuutta tai tärkeitä elämän kysymyksiä (Elstad 2003, 9). Traumaattisiin tapahtumiin lasketaan kuuluvaksi väkivaltaiset tai tapaturmaiset kuolemat, pahoinpitelyt, itsemurhat ja itsemurhan yritykset, liikenneonnettomuudet sekä äkilliset luonnolliset kuolemat. Traumaattisen tapahtuman uhriksi voidaan määritellä läheisen ihmisen kuoleman kokenut puoliso, lapsi, isovanhempi, muu sukulainen, ystävä, työtoveri tai koulutoveri. Vaikka kyse ei ole isosta onnettomuudesta tai katastrofista, läheisen kuolema voi aiheuttaa ahdistusta ja vaikuttaa traumaattisesti. (Saari 2000, 32, 35.)

Trauma voi käsittelemättömänä vaikeuttaa normaalia surutyötä tai jopa pysäyttää sen. Silloin ihminen käyttää liikaa voimia pitääkseen muistoja pois mielestään tai ajattelee menettämänsä henkilöä jatkuvasti. (Saari 2000, 86–87.) Jos menetyksen kokenut ei ilmaise tuskaa tai ahdistusta, ulkopuoliset ihmiset olettavat henkilön selvinneen menetyksestä. He haluavat usein ”omasta tarpeestaan käsin” ajatella menetyksen kokeneen voivan hyvin. (Lindqvist 1999, 29–30.) Monet menetyksen kokeneet ajattelevat itsekkin, että kun menetyksen jälkeinen arki alkaa sujua, on menetyksen käsittely sillä ohi. He haluavat aktiivisesti unohtaa tapahtuneen välttämällä siihen liittyviä asioita. Toiminta tukee siten yleistä ajatusta nopeasta selviytymisestä. Kun lähiympäristö jatkaa samaan aikaan elämäänsä eteenpäin ja ”unohtaa” menetyksen, jää läheisensä menettänyt helposti yksin oireittensa kanssa. Läheisillä voi myös olla ajatuksia siitä, mikä on ”oikeaa käyttäytymistä” menetyksen jälkeen. Silloin voi ammattiauttajien apu olla tarpeen,

vaikka siihen mennessä olisikin selvinnyt läheisten tuella. Avun tarjoaminen pitemmänkin ajan kuluttua tapahtuneesta voi auttaa selviämistä. Läheisensä menettäneet eivät välttämättä hae tarvitessaan apua, vaikka siihen on kehoitettu ja annettu yhteystiedot. (Dyregrov 1994, 97, 110–112.)

Surutyö on hidas ja epätasainen prosessi, eikä sitä voi nopeuttaa. (Lowe 2007, 73.) Kenenkään surua ei voi vähätellä tai sanoa, mitä kenenkin tulee tuntea. Jossakin vaiheessa jokaisen on kuitenkin hyvä miettiä oman surunsa vaihetta. Jos surutyössä yrittää jättää jonkin vaiheen käymättä läpi, se voi vaatia jossakin toisessa elämän vaiheessa oman tilansa tai näkyä elämässä kiellettynä alueena. Surutyön voi ajatella olevan toimivaa silloin, kun sureva tuntee ”etenevänsä” menetyksen käsittelyssä. Jos suru on muuttunut pitkäksi masennukseksi tai ritualisoitunut vain ulkoisten tapojen noudattamiseksi, on syytä hakea asiantuntijan apua. (Lindqvist 1999, 87–89, 98–100, 124–125.) Menetyksestä selviäminen tarkoittaa, että tapahtuman on saanut käsiteltyä, eikä ole torjunut tai kieltänyt tunteitaan ja ajatuksiaan (Saari 2000, 65).

Elämän suurissa muutoksissa tunteiden laaja kirjo tulee monille ihmisille yllätyksenä. Kuvitelman omasta elämän hallinnasta ja elämän suunnitellun käsikirjoituksen meneminen uusiksi, voi laittaa miettimään elämän perustuksen uudesta näkökulmasta. Sureminen ja elämän uudelleen kokoaminen vie ihmiseltä voimavaroja. Yksin jäämisen riski on silloin suuri. Yksinäisyys vaikeuttaa toipumista. Se, kuinka tulee kohdelluksi eri tavoilla, vie suruprosessia eteenpäin tai hidastaa sitä. Vaikka läheisten merkitys surevalle on tärkeä, kaikilla ei ole sosiaalista verkostoa käytettävissä. Yhteiskunnan tarjoamissa palveluissa henkinen tuki voi jäädä vähäiseksi. (Ruishalme & Saaristo 2007, 14–15, 61.)

3.3 Surevan kohtaaminen

Läheisensä kuolemaa sureva ihminen on tilanteessa, mille kukaan ei voi mitään. Todellisuus on vaikea hyväksyä. Surevan vaihtelevia reaktioita seurattaessa suru voidaan nähdä järjettömänä, hyödyttömänä, normaalia elämää häiritsevänä ja kipua tuottavana tuntemuksena. (Price 2010, 21.)

Läheiset voivat omaa hätäänsä hallitakseen yrittää lohduttaa tavoilla, jotka tuntuvat surijasta loukkaavilta tai surua vähätteleviltä. Yleiset selitykset, sanonnat ja rauhoittelut, kuten ”suru menee pian ohi” tai ”opettele päästämään irti” eivät auta surevaa, vaikka ne tarkoittavat hyvää. (Elstad 2003, 15–17; Lowe 2007, 81; Saari 2000, 144.) Oikeanlainen, tarpeellinen lohdutus ja aito välittäminen ei yritä poistaa surua lohduttamisella. Surun täytyy antaa tehdä työtään niin kauan kuin on tarpeellista. (Lindqvist 1999, 52–55; Ruishalme & Saaristo 2007, 117; Saari 2000, 141–146.)

Surevan kohtaaminen on monelle ihmiselle vaikeaa, kun ei tiedä kuinka lähestyä surevaa. Silloin tuntee itsensä avuttomaksi. Sureva ei itse usein kaipaa muuta kuin toista ihmistä lähelleen, että saa purkaa tunteitaan, silloin kun tuntuu pahalta. (Aalto 2009, 67; Ruishalme & Saaristo 2007, 117.) Kuuntelijan ei tarvitse olla ammatti-auttaja (Välimäki 2006, 16). Läheinen, joka kestää surevan ahdistuksen, voi hyvin toimia kuuntelijana. Empaattinen ja hyväksyvä vuorovaikutus sekä rakentavalla tavalla kuunteleminen auttaa surevaa sopeutumaan muutokseen (Lindqvist 1999, 101–102; Lowe 2007, 81; Saari 2000, 164). Lähellä olevan ihmisen rauhallisuus ja levollisuus lohduttavat surussa. (Elstad 2003, 11; Lindqvist 1999, 101–102; Saari 2000, 142; Ruishalme & Saaristo 2007, 117.) Lisäksi lohdutusta tuovat lämmin kosketus tai halaus (Lappalainen 1998, 78). Suomessa käytössä oleva sanonta ”otan osaa” on toimiva silloin, jos lähellä oleva todella tarkoittaa sitä. (Saari 2000, 145). Auttajan oma elämäkäsitys ja suhtautuminen kuolemaan vaikuttavat surevan kohtaamiseen (Aalto 2009, 76). Ellei tunne osaavansa muuten auttaa läheisen surussa, voi tukena olla auttamalla käytännön asioissa. (Lindqvist 1999, 101–102).

Läheisen kuoleman kokeneen henkilön kanssa on hyvä keskustella tilanteesta ja jaksamisesta, ettei tunnekuorma käy liian raskaaksi. (Lindqvist 1999, 84). Sivullinen voi kertoa läheisensä menettäneelle, että tietää tapahtuneesta. Jos tarjoaa läheisensä menettäneelle apua, on syytä olla tosissaan. Etenkin, jos läheisen menetys on tapahtunut itsemurhan tai väkivallan seurauksena. Silloin menetyksen kokeneen tunteisiin voi liittyä syyllisyyttä ja häpeää. Itsemurhan kautta läheisensä menettäneet kohtaavat joskus hämmennystä tai vaikenemista läheisten taholta. (Aalto 2009, 78; Elstad 2003, 43–44; Saari 2000, 55.) Jos auttaja miettii surevan kohdatessaan surun teoreettisia vaiheita, hän voi samalla piiloutua teorian taakse. Silloin aito, tasa-arvoinen kohtaaminen surevan kanssa

jää toteutumatta. (Koskela 2009, 54.) Mikään ulkoinen kaava tai terapeutin teoria ei korvaa välittävää kuuntelemista. Kuuntelemisen tulee tapahtua joka tilanteessa, sille hetkelle sopivalla tavalla. Usein tunne yhteyden syntymisestä voi riittää. (Välimäki 2006, 28–29.)

Läheisen kuoleman kokeneelle voi tehdä kysymyksiä, minkä avulla kartoitetaan hänen käsitystään arjen sujumisesta sekä sosiaalista verkostoa. Näin voidaan osoittaa, mitä surevalla jo on ja mihin tai mistä hän tarvitsee ja voi saada lisäapua. (Ruishalme & Saaristo 2007, 113.) Normaalin surun läpikäymiseen tulisi kehittää helposti saatavaa neuvontaa ja palveluja (Lowe 2007, 73, 80). Kriisin sattuessa voi pieni apu ja tuki riittää auttamaan elämässä eteenpäin. (Ruishalme & Saaristo 2007, 108.)

Sureva voi haluta olla yksin menetyksen jälkeen. Sosiaalinen kanssakäyminen ei kiinnosta ja se on hyväksyttävää. On hyvä selvittää yhdessä surevan kanssa, milloin hän haluaa todella olla yksin ja milloin tarvitsee toisia ihmisiä lähelleen. Toisaalta suru on myös yhteisöllistä, mihin liittyvistä rituaaleista Suomessa on vahvimpana hautajaiset. (Lindqvist 1999, 87–89; Ruishalme & Saaristo 2007, 92–94, 117.)

Sureva voi itse kuvitella toisten painostavan häntä osallistumaan ympäristön toimintaan. Joskus näin on, mutta usein oma velvollisuudentunto tai huono omatunto johtaa ihmisen toimimaan yli voimavarojensa. Surun keskellä ihminen ei aina edes huomaa omaa uupumustaan. Surevalla on oikeus vetäytyä sosiaalisista velvollisuuksistaan. Joitakin sosiaalisia suhteita arkeen on hyvä säilyttää, ettei liiallinen eristäytyminen johda yksinäisyyteen. (Elstad 2003, 119–120; Lindqvist 1999, 100–101.) Menetyksen jälkeen olisi hyvä palata mahdollisimman pian normaaliin arkirutiiniin kuten työhön tai opiskeluun. Arkinen rutiini toimii elämän jatkuvuuden osoittajana ja kuntouttavana toimintana, mikä voi nopeuttaa kokonaistoipumista. Paluu arkeen ei merkitse, että olisi täysin toimintakuntoinen. Sopeutuminen normaaliin elämään voi vaatia lyhyempää päivää tai työn tekemistä voimien mukaan. Kaikissa organisaatioissa sille ei ole mahdollisuutta, vaan on helpompaa, jos työntekijä on täysin poissa paikalta. Työtoverien tai ystävien voi olla vaikea kohdata läheisensä menettänyt, koska he eivät tiedä miten kohtaamisessa tulee käyttäytyä. (Saari 2000, 54–55.)

Joskus ystävät voivat olla sekä surijoita että tukijoita. Lisäksi surijan rooli voi olla hyväksytty vain lähiomaisille, vaikka menetetty olisi ollut läheinen useammalle henkilölle. Tällöin nämä ihmiset saattavat helposti jäädä tukipalvelujen ulkopuolelle. Joskus työpaikoilla tai muissa yhteisöissä vähätellään ystävien surua. (Ruishalme & Saaristo 2007, 103.)

Kuolemasta voidaan puhua pinnallisesti, teoreettisena tai kristillisenä asiana. Mutta kun läheinen kuolee, voi kuolemasta puhumisen taito loppua. Surevaa on vaikea lohduttaa. (Mäkelä 2006, 103.) Yksi syy siihen, miksi monet jäävät ilman tukea surun hetkellä, on se, etteivät ihmiset ole saaneet opastusta surevan auttamiseen, elleivät he ole ammatti-auttajia. Surevan rinnalla toimimisesta voi jokainen hankkia halutessaan itse tietoa. (Välämäki 2006, 17).

Välittäminen on toisen ottamista vakavasti ja ainutkertaisena ihmisenä (Julkunen & Niemi 2002, 175). Jos haluaa tietää, kuinka auttaa toisia, on hyvä miettiä, kuinka haluaisi itsensä kohdattavan. Eettisenä toiminnan ohjeena voi pitää Raamatun Kultaista sääntöä (Matt. 7: 12) "Kaikki, minkä tahdotte ihmisten tekevän teille, tehkää te heille. Tässä on laki ja profetat". (Elenius 2003, 120; Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2010, 11.) Niin sanotussa "työnjaon yhteiskunnassa" lähimmäisiä ei olla enää valmiita auttamaan vapaaehtoisesti. Lähimmäisvastuu on siirtynyt ammatti-ihmisille. (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2010, 10.) Joistakin ammattilaisista voidaan puhua "välittämisen ammattilaisina", koska he, osaamisensa lisäksi, välittävät siitä, mitä toisille tapahtuu. (Julkunen & Niemi 2002, 175.)

Auttamisessa on tärkeämpää välittämisen aitous ja sävy kuin auttajan pätevyys (Välämäki 2006, 15). Tieto toisen ihmisen tilanteesta motivoi auttamaan, mutta henkilökohtainen kohtaaminen on tietoa tärkeämpää. Tiedon ja kohtaamisen lisäksi tarvitaan myötätuntoa. Lähimmäisyys ohjaa toisen kunnioittamiseen ja aktiivisen tuen antamiseen. Lähimmäisyys ei ole subjektiivinen oikeus, mutta se sisältää autettavalle lupauksen inhimillisyydestä sekä perusoikeuksien toteutumisesta. Ihmisellä on oikeus turvallisuuteen, mihin kuuluu, että ei jää hädän hetkellä yksin. Lähimmäisapu on sekä historiallinen ilmiö että osa nykypäivää ja yhteiskunnallista osallistumista. Virallinen auttamisjär-

jestelmä ei selviytyisi haasteistaan, ellei ihmisten solidaarisuutta ja yhteisöllisyyttä olisi. (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2010, 12–14, 23)

Menetyksen kokeneen ei ole helppoa löytää ammattiapua hajanaisesta palvelujärjestelmästä. Autetuksi tulee silloin, kun kokee tullessa kuulluksi ja on saanut kertoa tilanteesta omalla tavallaan. Auttajan kanssa täytyy päästä samalle aaltopituudelle. Menetyksen kokenut on herkkä ulkopuoliselle asenteelle ja ilmapiirille. Kunnioittava kohtelu, hyvät käytöstavat ja levollinen, rauhoittava ympäristö tukevat selviytymistä. (Ruishalme & Saaristo 2007, 103–105.) Bonannon mukaan terveydenhuoltohenkilöstöllä on vähän kokemusta surun kohtaamisesta, mikä vaikeuttaa surevan auttamista. Sen vuoksi menetyksen kokeneet hakevat mieluummin apua ystäviltään, sukulaisiltaan tai muulta yhteisöltä papit mukaan lukien. (Goldenberg, Biggs, Flynn & Mc Carrol 2009, 391.)

3.4 Psykososiaalinen tukeminen

Läheisen vakava sairaus tai kuolema aiheuttaa psykososiaalisen tuen tarvetta (Lehto; Kananoja; Kokko & Taipale 2004, 86). Oikea-aikainen psykososiaalinen tuki ja palvelut pyrkivät torjumaan tai lievittämään järkyttävän tapahtuman aiheuttaman psyykkisen stressin seuraamuksia. Psykososiaalinen tuki ja palvelut voidaan jakaa karkeasti käytännön ja sosiaaliseen tukeen, psyykkiseen tukeen sekä evankelis-luterilaisen kirkon tai muiden uskonnollisten yhteisöjen tarjoamaan hengelliseen tukeen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 12.) Psykososiaalista tukea ja palveluja tarvitaan eniten käytännön ehkäisevässä työssä, arkielämän traumaattisissa tilanteissa. (Saari 2000, 32). Ellei läheisen kuoleman kokenut halua sivullisten tukea heti menetyksen jälkeen, on hyvä antaa ainakin esite ja tietoa paikoista, mistä tukea voi saada myöhemmin. Tuen tarjoamisessa on hyvä olla aktiivinen, mutta ei tungetteleva. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 14.) Aktiivinen avun tarjoaminen on välittämistä ja huolehtimista, minkä tulee mennä yksityisyyden kunnioittamisen edelle menetyksen jälkeen. Suomalaisten on vaikea ottaa apua vastaan, koska heidän mielestään kaikesta täytyy selvitä yksin. Omaan avun tarvetta tai oikeutta apuun ei myönnetä helposti. (Saari 2000, 97, 100–102.)

Käytännön tuki on tarpeen heti menetyksen jälkeen (Saari 2000, 141). Käytännön tukeen akuutissa tilanteessa kuuluu sekä myötäeläminen että huolenpito, kuten elämän fyysisten edellytysten turvaaminen. Esimerkiksi toimeentulon varmistaminen sosiaalitoimen kautta on käytännön toimintaa. Ihmisen materiaalsen turvallisuuden tunne ja läheisten hyvinvointi antavat tilaa psyykkisen stressin käsittelyyn. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 16.)

Sosiaalinen tukeminen on kuuntelemista ja rinnalla seisomista. (Saari 2000, 164). Lisäksi sosiaalinen tuki tarkoittaa luonnollisten tukiverkoston kartoittamista ja aktivoimista sekä neuvontaa ja ohjausta tilanteen selvittämiseksi. Se on avun tai tuen saavuutta tarvittaessa. Sosiaaliseen verkostoon ajatellaan kuuluvan perheenjäseniä, ystäviä, työtovereita, koulutovereita, naapureita, tuttuja ja toisia omaisia tai samassa tilanteessa olevia vertaisia. Pelkkä tukea antavien ihmissuhteiden olemassaolo ei kuitenkaan riitä, vaan sitä on myös käytettävä. (Murtomaa, ym. 1998, 16; Poijula 2010, 21.)

Sosiaalinen tuki on yhteydessä emotionaaliseen hyvinvointiin ja positiiviseen mielen-terveyteen. Sosiaalisen tuen merkitys lisääntyy vaikeissa elämäntilanteissa, kun omat voimat ovat vähissä. Se voi olla joko suoraa ihmiseltä toiselle annettavaa tukea tai järjestelmän kautta tulevaa. Omista ihmissuhteista muodostuva, sosiaalista tukea tarjoava verkosto voi tarjota tukea paljon, vähän tai ei lainkaan tai se voi viedä surevan voimavaroja. Yhteiskunnalta tuleva sosiaaliturva tyydyttää lähinnä välttämättömiä perustarpeita ja tarjoaa peruspalveluja. Läheisen kuoleman yhteydessä sosiaalinen tuki on sitä, että lähellä on ihminen, johon voi luottaa ja joka saa surevan tuntemaan itsensä arvostetuksi ja rakastetuksi tapahtumasta huolimatta. (Ruishalme & Saaristo 2007, 81.)

Psykologinen ensiapu on itseapuneuvontaa eli läheisensä menettäneelle kerrotaan menetyksen yleisistä fyysisistä ja psyykkisistä vaikutuksista. Vaikutukset voivat olla pelottavia ellei niistä tiedä etukäteen. Samalla annetaan ohjeita, kuinka henkilö voi auttaa itseään. Tiedolla on rauhoittava vaikutus ja se mahdollistaa tilanteen ja sisäisten reaktioiden hallintaa. (Pojula 2007, 171–172; Saari 2000, 169). Äkillinen, järkyttävä tapahtuma voi aiheuttaa ajatuksia ja tunteita, joiden kohtaaminen ja käsittely on vaikeaa tai joskus jopa mahdotonta. Kokemus täytyisi pystyä liittämään omaan elämänhistoriaan ja osaksi omaa persoonallisuutta. Liittäminen voi olla vaikea tehtävä. Psyykkisen tuen

tavoite on liittämisen mahdollistaminen. Tarkoituksena on edistää psyykkistä kestävyyttä eli resilienssiä sekä tukea itseluottamusta ja itsearvostusta. Psyykkistä tukea tulisi saada akuuttina kriisityönä, elleivät läheiset pysty auttamaan. Siten vähennettäisiin inhimillistä kärsimystä, tuettaisiin ihmisten työ- ja toimintakykyä sekä vähennettäisiin sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen epätarkoituksenmukaista käyttöä. Psyykinen tuki ”edistää turvallisuudentunnetta, rauhoittumista, tunnetta omasta ja oman yhteisön pystyvyydestä, yhteyksien säilyttämistä läheisiin sekä realistista toivoa”. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, 13.) Aina psyykkisen tuen tarvetta ei tunnisteta heti menetyksen jälkeen. Silloin on tärkeää korostaa kansalaisvastuun merkitystä, jolloin esimerkiksi työyhteisöjen, koulujen ja vapaa-ajan yhteisöjen vastuuhenkilöiden ja henkilökuntien tulisi osata tunnistaa psyykkisen tuen tarpeessa oleva ja ohjata oikean avun piiriin. Elleivät viralliset lähiyhteisöt osaa tunnistaa avun tarvetta, voi jokainen sukulainen, ystävä tai muuten läheinen ihminen hakea apua. (Saari 2006, 290.)

3.4.1 Psykososiaalinen työ sosiaalityössä

Sosiaalityössä asiakastyö jaetaan Sipilän (1989) mukaan byrokraatiatyöhön, palvelutyöhön ja psykososiaaliseen työhön. Psykososiaalinen työ vaatii asiakkaan tarpeiden ja tilanteen ymmärtämistä sekä työntekijän ja asiakkaan vuorovaikutuksellista kohtaamista. Psykososiaalista työtä tehdään asiakkaiden kanssa, joiden ongelmat ovat vaativia ja monimuotoisia. Terapeuttisena toimintana psykososiaalinen työ pyrkii auttamaan asiakasta ymmärtämään itseään ja muuttamaan omaa toimintaansa. (Raunio 2004, 131, 140–143.)

Kuuntelevan, terapeuttisia elementtejä sisältävän toiminnan ei mielletä kuuluvan sosiaalityöntekijöiden toimenkuvaan, vaan sen ajatellaan kuuluvan psykologian ammattilaisille. Koska sosiaalityöntekijöiden työ on välillä terapeuttisen luontoista, heidän täytyy hakea siihen välineet esimerkiksi elämäkokemuksista. Työtä tehdään silloin ammatillisen ja henkilökohtaisen kulttuurisella rajalla. Vaativaan vuorovaikutukselliseen työhön pelkkä oma kokemus ei riitä. (Petrelius 2002, 194–195; Raunio 2004, 141–146.) Sosiaalityöntekijöiden työn ja työajan rajallisuus vaikeuttaa heidän mahdollisuuksiaan tehdä henkistä tukemista. Jos ihminen saa kerrottua vaikeista asioista, tulisi työntekijän pystyä

vastaamaan tarpeeseen. Siksi henkinen työ siirtyy helposti sosiaalityöntekijöiltä psykologian ammattilaisille tai diakoniatyöntekijöille. (Myllärniemi 2010, 65; Vaarnanen 2001, 100–101.) Myllärniemen (2010, 67) tutkimuksessa sosiaalityöntekijät näkivät kriiseissä olevat ihmiset merkittävänä sosiaalityön ja diakoniatyön yhteisenä asiakasryhmänä. Sosiaalityöntekijöiden toive oli kriisiasiakkaiden yhteinen auttaminen. Diakoniatyöntekijät eivät mieltäneet kriisiasiakkaita yhteistyön kannalta merkittäväksi ryhmäksi. Myös Paajasen tutkimuksessa (2008, 75) sosiaalityöntekijät kuvasivat diakoniatyöntekijöillä olevan paremmat taidot ja enemmän aikaa auttaa kuolemaan liittyvissä kriiseissä.

3.4.2 Hengellinen tukeminen ja diakoniatyö

Jokaisen ihmisen oma ihmiskäsitys ja käsitys elämän peruskysymyksistä vaikuttavat hengellisiin perustarpeisiin (Hanhirova & Aalto 2009, 10).

Hengellisiä perustarpeita ovat tarve tulla sovitetuksi itsensä, läheistensä ja Jumalan kanssa, tarve suojautua kaiken uhatessa hajota ja tuhoutua, tarve löytää elämän eheys sekä kiittollisuuden ja täyttymyksen saavuttaminen (Hanhirova & Aalto 2009, 13).

Käsitykset heijastuvat ihmisen uskonnollisesta suuntauksesta, joita on tarjolla monia erilaisia. Usko voi antaa päämäärän ihmisen olemassaololle. Hengellisyys tarkoittaa ihmisen elämässä uskon käytännöllistä harjoittamista ja se näkyy elämän tarkoituksen tulkinnoissa. Hengellisyyteen liittyy myös rakentavien mahdollisuuksien tunnistaminen omassa elämäntilanteessa ja luottamus tulevaan. (Hanhirova & Aalto 2009, 12–13; Sepänen 2010, 73–74.)

Hengellinen tuki on elämänarvojen etsintää sekä tunteiden käsittelemistä ja kohtaamista. Se on myös toivon ja elämänrohkeuden etsimistä ja antamista. Hengellinen tuki voidaan rinnastaa ei-ammattilliseen auttamiseen, kun sielunhoito vastaa ammatillista toimintaa. Hengellinen tuki on ihmisen kokonaisvaltaista ”hengellisten tarpeiden tunnistamista ja niihin vastaamista”. Se on ihmisen lähellä olemista. Hengellisen tuen avulla pohditaan elämään, ihmissuhteisiin, jumalasuhteeseen tai kuolemaan liittyviä peruskysymyksiä. Hengellinen tuki on jo itsessään toiminnallista, mutta sen avulla pyritään ohjaamaan

mukaan muuhunkin toimintaan. (Hanhirova & Aalto 2009, 13–14; Seppänen 2010, 66, 74.) Hengellisessä keskustelussa on tärkeätä kuulla mitä asiakas sanoo, mutta myös se, mitä jää sanomatta. Kosketus, yhteinen hiljentyminen ja tiedonvälittäminen tai lisäävun pyytäminen esimerkiksi seurakunnan työntekijältä voivat kuulua hengelliseen keskusteluun. (Hanhirova & Aalto 2009, 18–19; Välimäki 2006, 15, 29.) Kirkko tarjoaa järkyttävän kokemuksen jälkeen henkistä huoltoa, mihin voi kuulua myös hengellisiä elementtejä (Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkkohallitus 2005, 22).

Sielunhoito, joka ajatellaan Johanna Räsänen (2005) tutkimuksessa osaksi hengellistä tukea, kuvataan kristillisestä uskosta nousevaksi toiminnoksi. Sielunhoitoa antavat papit tai diakoniatyöntekijät. Keskustelut ovat luottamuksellisia ja niissä käsitellään asiakkaan elämäntilanteeseen liittyviä ongelmia. Sielunhoito ei ole julistavaa toimintaa kristillisyydestään huolimatta, vaan keskustelu lähtee asiakkaan tarpeista. Ammatilliseen sielunhoitoon voi kuulua myös rukous, rippi ja ehtoollinen. Toisaalta sielunhoidoksi voidaan ajatella yleensä keskustelua ja kuuntelua, missä on tarkoituksena keventää toisen ihmisen taakkaa. (Aho 2009, 48; Hanhirova & Aalto 2009, 18; Helin; Hiilamo & Jokela 2010, 68–69; Räsänen 2005, 3, 25, 29; Välimäki 2006, 15.) Lyhyessä keskustelussa voidaan keskittyä yhteen mieltä painavaan asiaan ja pitemmässä sielunhoitotilanteessa laajemmin ihmisen elämään (Välimäki 2006, 28). Sielunhoidon ja muun keskustelun ero on tulkinnanvarainen ja riippuu jokaisesta työntekijästä, miten hän mieltää keskustelut (Helin; Hiilamo & Jokela 2010, 68). Sielunhoitajan työ on vaativaa hänen kohdatessaan surevan. Surevalle tulee antaa tilaa ja aikaa käsitellä suruaan. Juuri läheisensä menettäneelle voi olla vaikea julistaa sanaa rakastavasta Jumalasta. Toivosta ja elämää eteenpäin katsomisesta puhuminen täytyy tehdä varovasti toisen surua kunnioittaen. (Elstad 2003, 15–19.)

Sureva tekee aloitteen hengellisten asioiden keskusteluun ja valitsee henkilön, jolle hän kertoo tarpeestaan ja ajatuksistaan. Vaikka auttajalla ei ole aikaa pitkiin keskusteluihin, voi pieni huomiointi auttaa surevaa löytämään turvaa ja lohdutusta. Hänelle tulee tunne, että hänet huomataan ja hänen viestinsä kuullaan. (Hanhirova & Aalto 2009, 22.) Hengellisen tuen tarve voi jatkua pitkään menetyksen jälkeen toipumisen eri vaiheissa (Pohjolan-Pirhonen & Aalto 2009, 146).

Karppasen (2007) tutkimuksessa ”Kirkon rooli kollektiivisissa kriiseissä” tulee esille, että kirkon suorittamia, uhrien muistamiseen keskittyviä hengellisiä sururiittejä sekä kirkkoa tradition säilyttäjänä arvostetaan paljon. (Karppanen 2007, 7, 82–83.) Sekä kirkko itsessään että kirkon työntekijät antavat mahdollisuuden hakea apua hädän hetkellä. Työmuotoina ovat muistohartaudet, päivystävät papit, diakoniatyö, palveleva puhelin. Kirkko vaikuttaa myös rukoilemalla jatkuvasti kaikkien ihmisten puolesta. (Seppänen 2010, 72.) Hautajaisjärjestelyt ovat hyvänä toiminnallisena tukena. Myöhemmin toiminnallisuutta ja sosiaalista tukea palvelevat sururyhmät. (Seppänen 2010, 70.)

Kirkko tekee oppilaitostyötä peruskouluissa, lukioissa, ammatillisissa oppilaitoksissa, ammattikorkeakouluissa, yliopistoissa ja aikuiskoulutuskeskuksissa. Työssä on sekä oppilaitospappeja että -diakoneja. Erityisenä tehtävänä oppilaitostyöllä on oppilaitosten arvokasvatus sekä koko oppilaitosyhteisön hengellisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen. Oppilaitostyöhön kuuluu ihmisarvon, tasa-arvon, oikeudenmukaisuuden, ympäristövastuun ja lähimmäisen rakkauden toteutumisen edistäminen oppilaitosyhteisöissä, koulutuksessa ja yhteiskunnassa. (Kirkon tutkimuskeskus 2004, 178.)

Diakoniatyö on Rättyän tutkimuksen (2004, 94–95) mukaan ihmisen kokonaisvaltaista tukemista eli hengellistä, henkistä ja emotionaalista tukea ja käytännön apua. Hengellistä tukemista ovat hengellinen hoitaminen, rukous ja hartaudet. Henkistä tukemista on toivon antaminen ja kanssa kulkeminen. Kuunteleminen, kokemuksen jakaminen, keskusteleminen, lohduttaminen, välittäminen, rohkaiseminen ja kasvun ja jaksamisen tukeminen ovat osa emotionaalisen tuen antamista. Käytännön apua on konkreettisten auttamistoimenpiteiden lisäksi ohjaaminen esimerkiksi oikean palvelun piiriin. Diakoniatyöntekijöille hengellinen tukeminen tarkoittaa Rättyän tutkimuksen (2009, 91) mukaan rukousta, syntien anteeksi antamista sekä Jumalan turvasta, rauhasta ja ilosta kertomista. Se on Jumalan työtoveruutta. Yksilön kohtaamisessa on oleellista Kristuksen kirkkauden välittäminen ja Jumalan kanavana toimiminen. Lisäksi Sanan esille tuominen ja yksilökohtainen sielunhoito ovat hengellistä tukea. Ihmistä on tärkeää vahvistaa luottamaan Jumalaan.

Yeungin (2007, 13) mukaan diakoniatyötä voidaan määritellä toisten kuormien kantamiseksi tai vierellä kulkemiseksi. Diakoniatyössä ihmisen kokonaisvaltainen auttaminen

on fyysisten, psyykkisten, sosiaalisten ja hengellisten tarpeiden huomioimista. Auttamisen perustana ovat kristilliset arvot. Sielunhoito ja elämäntilanteen selvittäminen ovat diakoniatyössä käytettyjä työmenetelmiä. Toiminta alkaa asiakkaan omasta pyynnöstä, työntekijän huomaamasta tarpeesta tai yhteistyökumppanin aloitteesta. (Gothóni & Jantunen 2010, 11, 32.) Diakoniatyö on sitoutunut auttamaan ihmistä hänen hädässään. Auttamisen vaikuttavuus näkyy siinä, mitä apu avun saaneelle henkilölle merkitsee. (Henttonen 1997, 26.) Sekä kriisityön että sielunhoidon osuus on lisääntynyt diakoniatyössä yhteiskunnallisen murroksen seurauksena (Malkavaara 2006, 36–37).

Diakoninen sosiaalityö perustuu kristilliseen ihmiskäsitykseen, kirkkojärjestyksen diakonian määrittelyyn, diakonian ja teologian näkökulmiin sekä sosiaalialan työhön ja sen käsitteisiin. Diakoninen sosiaalityö kuuluu kaikkeen diakoniatyöhön. Diakonista apua tulee antaa jos muualta saatu apu on riittämätöntä, ihmisen vaikeassa elämäntilanteessa tai ellei ihminen huomaa avuntarvettaan tai ei osaa pyytää apua. Diakonisen sosiaalityön tavoitteena voidaan nähdä ehjä identiteetti. Identiteetin eheys on subjektiivinen kokemus ja se toteutuu, jos asiakas kokee tullessa kuulluksi tai tuntee kuuluvansa turvalliseen yhteisöön. Diakoninen sosiaalityö on ihmisen elämän perusasioiden turvaamista, sosiaalisten kontaktien edistämistä sekä tyytyväisyyden ja jaksamisen lisäämistä. Voimavarojen lisääminen ja ratkaisujen löytäminen kuuluu myös sosiaaliseen diakoniatyöhön. (Gothóni & Jantunen 2010, 53, 55–56.)

4. OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla opiskelijoiden kokemuksia opiskelun aikana sattuneen läheisen kuoleman jälkeisestä tuen tarpeesta ja sen saamisesta. Mistä tai millaista tukea opiskelija saa läheisen kuoleman jälkeen. Ellei tukea saa, millaista tukea hän kokee kaipaavansa. Lisäksi neljännen tutkimustehtävän avulla on tarkoitus tuoda esille, mitä seurauksia opiskelijat kokevat läheisen kuolemalla olevan opiskelusta selviytymiseen. Työn tavoitteena on kehittää opiskelijoiden kanssa työtätekevien ammattilaisten valmiuksia kohdata läheisensä menettäneitä opiskelijoita.

Tutkimustehtäviä ovat:

1. Mistä opiskelijat saavat tukea läheisen kuoleman jälkeen?
2. Millaista tukea opiskelijat saavat läheisen kuoleman jälkeen?
3. Millaista tukea opiskelijat kaipaavat läheisen kuoleman jälkeen?
4. Mitä seurauksia läheisen kuolemalla on opiskelijoiden kokemuksen mukaan opinnoista selviytymiseen?

5. OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS LAADULLISENA TUTKIMUKSENA

Tämä opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tutkimuksen kohteena olivat opiskelijoiden omat kokemukset. Laadullinen tutkimus oli aiheeseen sopiva, koska kyseessä oli kokemusperäisen asian tutkiminen ja kohteena oli ihminen (Eskola & Suoranta 2003, 14–15; Varto 1992, 223).

Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen, mihin sisältyy ajatus todellisuuden moninaisuudesta. Todellisuutta ei voi pieniä mielivaltaisesti osiin. Siksi laadullisessa tutkimuksessa pyritään tutkimaan ilmiötä mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tutkimuksessa pyritään löytämään tosiasioita eikä vain todentamaan jo olemassa olevia teorioita. Laadullisessa tutkimuksessa aineisto kootaan luonnollisissa tilanteissa. Tiedon kerääjänä suositaan ihmistä, koska tutkija luottaa enemmän omiin havaintoihinsa ja keskusteluihin kuin mittausvälineisiin. Tiedon hankinnassa voidaan käyttää apuna testejä tai lomakkeita. Aineistoa käsitellään ainutlaatuisena ja tulkitaan sen mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 2007, 157, 160.) Läheisen ihmisen kuolema on henkilökohtainen asia. Jokaisen kokemus on yksilöllinen, eikä sitä voi sivullinen tai edes toinen samassa tilanteessa oleva kuvata.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimustehtävä voi muuttua tutkimuksen edetessä. Kysymyksenasettelusta täytyy olla myös jonkinlainen käsitys joko etukäteisenä tulkintaideana tai alustavana ideana. Muuten tutkimus voi jäädä aineiston luokittelun tasolle. Tutkimukseen tulee saada johtoajatus, minkä mukaan kiteytetään pääongelma. Sitä analysoimalla ja täsmentämällä löytyvät alaongelmat. Aina tutkimuksessa ei ole kuin yksi ongelma tai useampia samantasoisia ongelmia. Pääongelma on yleisluontoinen kysymys, missä hahmottuu tutkittava kokonaisuus. Tutkimusongelmia esitettäessä tulee selvittää, miksi juuri niihin päädyttiin, ja miksi ongelmat rajattiin ja tarkennettiin, kuten on tehty. (Hirsjärvi ym. 2007, 122.) Tässä opinnäytetyössä pääongelma oli opiskelijoiden selviytyminen läheisen kuoleman jälkeen. Pääongelmasta päädyin alussa kolmeen samantasoiseen alaongelmaan eli tutkimustehtävään. Tutkimustehtävillä hain tietoa opiskelijoiden kokemuksista menetyksen jälkeisestä avun saamisesta ja avun tarpeesta. Nel-

jännän tutkimustehtävän otin mukaan aineiston analysointivaiheessa, kun aineistosta tuli esille opiskelijoiden kokemuksia opiskelusta selviytymisestä läheisen kuoleman jälkeen.

5.1 Aineiston kerääminen

Tutkimusmenetelmä tarkoittaa sääntöjen ohjaamaa menettelytapaa, minkä avulla tiedeessä haetaan tietoa tai ongelman ratkaisua. Empiirisessä eli kokemuksia tutkivassa työssä on menetelmällä keskeinen asema. Menetelmän valintaan vaikuttaa se, millaista tietoa ja mistä sitä etsitään. Haastattelulla voidaan tuoda esille tutkimukseen osallistuvien antamia merkityksiä suhteessa tutkittavaan asiaan. Mukana olevien näkökulma ja ääni tulevat siten parhaiten huomioiduksi. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 26–28; Hirsjärvi ym. 2007, 160, 178–180.) Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmäksi valitsin haastattelun. Halusin tuoda esille menetyksen kokeneiden opiskelijoiden omia ajatuksia ja tunteuksia läheisen kuoleman jälkeisestä avun saamisesta tai tarpeesta. Haastattelukysymykset (Liite 1, sivu 76) laadin tutkimustehtävien pohjalta, mutta ne olivat avoimia kysymyksiä. Kysymyksiä tarkasteltiin tutkimussuunnitelmaseminaarissa, missä niihin tuli muutosehdotuksia. Muokkasin kysymykset lopulliseen muotoon seminaarin jälkeen. Haastattelukysymyksillä hain laajempaa kuvaa opiskelijoiden kokemuksista kuin mitä tutkimustehtävän kysymykset olivat. Näin sain mahdollisimman kattavan kuvan läheisen kuoleman jälkeisestä tilanteesta. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että tutkimukseen osallistuvat voivat vaikuttaa aineiston keräämisvaiheessa tutkimuksen eteneeseen. Sen vuoksi haastattelukysymysten tulee olla riittävän avoimia. (Kylmä & Juvakka 2007, 64.)

Vaikka haastattelu on laadullisen tutkimuksen aineistonkeräämisen päämenetelmä, ei sitä tule valita pohtimatta sen sopivuutta opinnäytetyön kysymysten ratkaisuun. Haastattelu sopii materiaalin keräämiseen, koska kysymyksiä voi muuttaa joustavasti tai tarkentaa haastateltavan kertomusta välittömästi haastattelun aikana. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 34; Hirsjärvi ym. 2007, 200.) Haastatellessani opiskelijoita, asioista keskusteltiin haastattelun alussa haastattelukysymysten mukaan. Myöhemmin keskusteltiin vapaasti siitä, mikä tuli esille haastattelun aikana.

Ennen varsinaista haastattelua on hyvä tehdä esihaastatteluja, mitkä osoittavat suuntaa haastatteluun kuluvalle ajalle ja samalla haastattelukysymykset tulevat testattua. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 72; Hirsjärvi ym. 2007, 206.) Testasin haastattelukysymykset kahdessa esihaastattelussa. Esihaastatteluissa selvisi, kuinka helposti kaikkiin kysymyksiin tuli vastaus jo ennen kuin niitä ehti kysyä. Esihaastattelussa huomasin myös, ettei missään kysymyksessä tullut esille, olivatko opiskelijat päivä- vai monimuoto-opiskelijoita. Asia tuli kuitenkin esille haastattelun yhteydessä. Jouduin miettimään, otanko haastatteluun mukaan monimuoto-opiskelijoita vai rajaanko heidät pois. Monimuoto-opiskelijoilla voi, esihaastattelusta saamani kokemuksen mukaan, olettaa olevan useammanlaisia tukimuotoja ympärillään, kuin päiväopiskelijoilla. Pohdinnan tuloksena päätin olla rajaamatta pois mitään ryhmää, ettei esihaastattelu olisi antamassa ennakkosenttia varsinaiseen haastatteluun.

Haastatteluja suunnitellessani pohdin, teenkö teema- vai avoimen haastattelun ja analysoinko sen induktiivisesti vai deduktiivisesti. Esihaastattelut osoittivat selkeästi avoimen haastattelun ja induktiivisen analysoinnin oikeiksi menetelmiksi, koska haastattelut etenivät keskustelunomaisesti. Avoimessa haastattelussa keskustelun aihe on määrätty ja vastauksia tarkennetaan haastattelun kuluessa. Haastattelun jatko rakentuu saatujen vastausten mukaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75–76.) Haluttaessa tietää mitä ihminen ajattelee tai miksi toimii jollakin tavalla, sitä on helpoin kysyä häneltä itseltään. Haastatteltavien kokemuksista voi tulla esille asioita alkuperäisten teemojen ulkopuolelta. Haastattelussa sallitaan kokemukseräiset ja intuitiiviset havainnot ennalta asetettujen kysymysten lisäksi. (Hirsjärvi ym. 2007, 200–201; Tuomi & Sarajärvi 2009, 72, 75.) Jouduin hakemaan uusia teorioita saamani esihaastatteluaineiston pohjalta. Uusien teorioiden tarve lisääntyi oikeita haastatteluja tehdessä vastaajien esittämien kommenttien pohjalta. Kommentteja tuli eri organisaatioiden tai ihmisten toiminnasta, opiskelijoiden omista reaktioista suhteessa läheisen kuolemaan tai avunhakemiseen sekä yleensä opiskelun jatkumisesta menetyksen jälkeen. Kolmas asia, mikä selvisi esihaastatteluissa, oli haastatteluun kuuluva keskimääräinen aika. Alkuperäisen arvion mukaan varasin aikaa haastattelulle kaksi tuntia, mutta esihaastattelut kestivät noin tunnin tai jopa alle sen.

Tutkimuksen kohdejoukko valitaan tarkoituksen mukaisesti eikä satunnaisotannalla (Hirsjärvi ym. 2007, 160). Vapaaehtoisia haastateltavia opinnäytetyöhön hain sisäisillä

sähköposteilla kolmelta CDS-hankkeeseen kuulualta ammattikorkeakoululta eli Kemi-Tornion ammattikorkeakoululta, Diakonia-ammattikorkeakoululta Oulusta ja Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoululta Kokkolasta. Koulut valitsin siten, että haastattelumatkat eivät muodostuisi liian pitkiksi, vaan ehtisin hoitaa haastattelut joko yhden illan tai päivän aikana tai korkeintaan yhden yön kestäväällä matkalla. Oulun Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijaryhmät löysin itse opiskelijatiedoista. Kemi-Tornion ja Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakouluista sain tutkimusluvan yhteydessä yhteystiedot henkilöstä, joka välitti haastattelupyynnön.

Haastatteluun sain kuusi opiskelijaa, kaksi sairaanhoitajaa ja yksi sosionomi, yksi sosionomi-diakoni, yksi fysioterapeutti ja yksi kaupallisen alan opiskelija. Mukana oli sekä päiväopiskelijoita että monimuoto-opiskelijoita ja heitä oli kaikista oppilaitoksista, joihin olin lähettänyt haastattelupyynnön. Haastateltavien kotipaikkakunta ei ollut aina sama kuin opiskelupaikkakunta. Menetyksen sattuessa haastateltavien opiskelu oli puolessa välissä tai lähellä valmistumista. Menetty läheinen oli joko vanhempi, sisarus tai läheinen ystävä. Menetys tuli yllättäen useimmissa tapauksissa.

Virtuaalinen haastattelu käydään joko sähköpostin tai internetin kautta. Siinä ovat keskeisinä osallistujien fyysinen etäisyys toisistaan sekä tekstimuodossa oleva viestintä. Virtuaalisessa haastattelussa haastatteli ja haastateltava voivat olla kaukana toisistaan, mutta haastattelu ei aiheuta lisäkustannuksia. Vastaja voi vastata kysymyksiin tutussa ympäristössä. (Tiittula; Rastas & Ruusuvoori 2005, 265–266.) Haastattelin vapaaehtoisiksi ilmoittautuneita henkilökohtaisesti heidän omissa kodeissaan tai muussa sovitussa paikassa. Osa vastaajista vastasi kirjallisesti samoihin kysymyksiin, mitkä esitin haastatteluissa toisille. Kirjallisiin vastauksiin päädyttiin pitkän matkan tai aikatauluongelman vuoksi. Halusin kuitenkin saada mahdollisimman monelta mukaan ilmoittautuneelta vastaukset kysymyksiin. Vastaajat itse ehdottivat tai heille sopi kirjallinen vastaaminen. Kirjallisen kyselylomakkeen hyötynä on, että vastauksia voi saada enemmän. Kyselylomakkeen vaarana on menetelmän pinnallisuus, jolloin aineistoanalyysia tehdessä vastausten tausta-ajatuksia voi jäädä huomaamatta ja vastausten tulkinta saattaa vääristyä. (Hirsjärvi ym. 2007, 190; Tuomi & Sarajärvi 2009, 74). Kirjallisesti vastanneiden vastauksia tarkensin joko puhelinkeskustelun avulla tai sähköpostilla.

Haastattelu vie aikaa, koska siihen täytyy valmistautua ja haastattelijan roolia täytyy opiskella. Haastattelu täytyy myös saada sopimaan sekä haastattelijan että haastateltavan aikatauluihin. Itse avoin haastattelu kestää yleensä tunnista kahteen tuntiin. Jos tutkimusongelmaan on niin helppo vastata, että haastattelu kestää vain puolituntia, voi miettiä olisiko saman asian saavuttanut kyselylomakkeella. Toisaalta haastattelujen vastaajista toiset ovat puheliaita ja tuottavat kysymyksiin paljon aineistoa ja osa vastaajista on niukkasanisempia. (Hirsjärvi ym. 2007, 201, 206.) Aikataulujen yhteen sovittaminen oli yleensä helppoa, mutta vaati välillä useampia yhteydenottoja. Opinnäytetyön haastatteluissa oli mukana sekä niukkasanisaisia että puheliaampia opiskelijoita ja haastatteluihin kulunut aika vaihteli noin 40 minuutista puoleentoista tuntiin. Haastattelujen jälkeen mietin, olisiko asiat voinut kysyä kyselylomakkeella. Suurin osa opiskelijoista koki haastattelut helpommiksi kuin kirjallisen vastaamisen. Sen vuoksi päädyin siihen, että vaikka kaikki haastattelut eivät kestäneet pitkää aikaa, sain vastauksia suoraan niihin kysymyksiin, mihin niitä hain. Tutkimushaastattelutilanteet muuntuvat haastattelussa esille tulevien asioiden mukaan, joten tiukoissa alkuperäissuunnitelmissa on vaikea pysyä (Ruusuvoori & Tiittula 2005, 56).

Käytettäessä haastattelua aineiston keräämisessä, voidaan vastaajiksi ajatellut henkilöt saada paremmin mukaan vastaamaan ja heidät voi tavoittaa myöhemminkin lisäkommenttia tarvitessa (Hirsjärvi ym. 2007, 201; Tuomi & Sarajärvi 2009, 74). Opinnäytetyöhön ilmoittautui mukaan yhdeksän opiskelijaa, mutta kolme heistä jäi pois aikataulujen suunnitteluvaiheessa. Yksi poisjääneistä opiskelijoista ilmoitti joutuvansa jättämään haastatteluun osallistumisen perhesyiden vuoksi ja kaksi muuta opiskelijaa jäivät pois syytä ilmoittamatta.

5.2 Aineiston analysointi

Analysointia ennen tutkimusaineiston sisältö tarkennetaan eli tehdään tarvittaessa lisäkysymyksiä tai pyydetään lisää materiaalia, mikäli sitä on tullut liian vähän. (Eskola & Suoranta 2003, 64; Hirsjärvi ym. 2007, 217.) Opinnäytetyö on kuitenkin opiskelijan oppineisuutta osoittava harjoitustyö, missä aineiston koko on vain yksi osatekijä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85). Opinnäytetyössä saatoinkin tarkentaa tietoja jo haastattelun aikana.

Kaikilta vastaajilta sain myös luvan kysyä tarvittaessa lisää sähköpostilla tai puhelimitse. Lisävastauksia en kokenut tarvitsevani enempää. Lopullisessa analysoinnissa mietin, olisinko saanut enemmän tietoa opiskelijoiden kokemuksista laajemmalla materiaalilla. En kuitenkaan osannut hahmottaa, millaista tietoa olisin tarvinnut lisää.

Aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätökset ovat opinnäytetyön perusasia, jolloin tutkija saa vastaukset kysymyksiinsä tai näkee onko tutkimusongelma asetettu oikein (Hirsjärvi ym. 2007, 216). Laadullisessa tutkimuksessa aineiston koko ei perustu keskimääräisiin yhteyksiin eikä tilastollisiin säännönmukaisuuksiin (Alasuutari 1999, 38; Eskola & Suoranta 2003, 61; Hirsjärvi ym. 2007 176). Koska yksi haastattelu voi tuoda paljon litteroitua tekstiä, ei ole mahdollista tehdä riittävän monia haastatteluja, että yksilölliset erot olisivat tilastollisesti merkittäviä (Alasuutari 1999, 39). Siksi otanta on pieni ja se pyritään analysoimaan perusteellisesti, jolloin laatu on aineiston tieteellisyyden kriteerinä (Eskola & Suoranta 2003, 18, 64; Hirsjärvi & Hurme 2004, 59). Pienestä otannasta voidaan puhua harkinnan varaisena näytteenä (Eskola & Suoranta 2003, 61).

Haastateltavien määrään vaikuttaa saatava tieto, että tulos olisi riittävän kattava. Aineiston saturaatio eli kylläntyminen osoittaa, milloin aineistoa on riittävästi. Saturaatio tarkoittaa sitä vaihetta, kun uusi haastattelu ei tuo enää uutta tietoa haastattelun kannalta. Ellei saturaatio toimi aineiston rajaamisessa, vaan uusia näkökulmia tulee koko ajan lisää, täytyy rajaamista tehdä teoreettisen viitekehyksen mukaan. (Eskola & Suoranta 2003, 60–65; Hirsjärvi & Hurme 2008, 59; Hirsjärvi ym. 2007 177.) Laadulliseen tutkimukseen on liitetty piirre kaikkien tapausten ainutlaatuisuudesta. Yleensä saturaatioajattelu on käytännössä toimiva. Tutkimalla yksityistä riittävän tarkasti, löytyy siitä se, mikä kyseisessä ilmiössä on yleistä. Aineiston määrää määrittelee lisäksi käytettävissä oleva aika. (Hirsjärvi ym. 2007, 174, 177.) Tässä opinnäytetyössä opiskelijoiden vastauksissa tuli esille paljon samanlaisia, mutta myös toistensa kanssa vastakkaisia kokemuksia. Kokemukset olivat yksilöllisiä ja opiskelijoiden läheisen kuoleman aikaiset sekä sitä edeltävät elämäntilanteet vaikuttivat kokemuksiin. Haastattelujen määrä ei ollut riittävän iso saturaation saavuttamiseen.

Laadullisessa tutkimuksessa materiaalin järjestämisessä on iso työ. Aineisto kirjoitetaan puhtaaksi sana sanasta eli litteroidaan sekä järjestetään ja tallennetaan analysointia var-

ten. Järjestelyvaiheessa aineisto myös koodataan, missä ”jokaiselle havaintoyksikölle annetaan jokin arvo jokaisella muuttujalla”. Seuraavaksi luokitellaan tulokset. Aineisto pilkotaan osiin ja ryhmitellään tutkimuskysymysten mukaan. Kolmantena vaiheena on tyypittely eli eri luokiteltuja ryhmiä tiivistetään yleistyksiksi. Siinä vaiheessa täytyy myös päättää haetaanko vastauksista samankaltaisuuksia vai erilaisuuksia. (Hirsjärvi ym. 2007, 217; Tuomi & Sarajärvi 2009, 92–93, 109.) Purin haastattelujen nauhoitukset ensin tietokoneelle ja kirjoitin haastattelut sanasta sanaan ylös eli litteroin aineiston. Litterointi voidaan tehdä joko koko aineistosta tai teema-alueiden mukaan. (Hirsjärvi ym. 2007, 217.) Litteroin koko aineiston, koska eri kysymyksiin tulleista vastauksista löytyi vastauksia tutkimustehtäviin liittyviin pääkysymyksiin. Yhden haastattelun purkamiseen meni enimmillään viisi tuntia. Osa haastatteluista oli lyhyempiä ja kirjalliset vastaukset nopeuttivat kirjaamista.

Seuraavaksi luin aineistoa läpi ja pilkoin haastattelukysymysten vastaukset osiin. Alkuperäisilmauksista tein pelkistettyjä ilmauksia. Samalla koodasin eli numeroin jokaisen haastateltavan, kysymykset ja haastateltavien eri kysymyksiin antamat vastaukset. Esimerkiksi vastaaja numero 3:n vastaus kysymykseen 1 ja vastaajan lausuma 2 on koodattuna 3.1.2.

Aineistoni analyysimenetelmänä käytin induktiivista eli aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Aineistolähtöinen analyysi tarkoittaa yksinkertaisimmillaan ”teorian rakentamista empiirisestä aineistosta lähtien”. Siinä tutkijan tarkoituksena on tuoda esille odottamattomia asioita. (Eskola & Suoranta 2003, 19.) Analysoinnin alussa tulee määrittää myös analyysiyksikkö, joka voi olla esimerkiksi sana tai lause. Aineistosta on hyvä luetella kaikki yksiköt, mihin tulkinta perustuu. Objektivisin, mutta vähän tietoa tuottava analyysiyksikkö on sana, joten yleisempi yksikkö on lausuma tai jopa kokonainen repliikki. Tässä opinnäytetyössä yksikkönä oli sekä sana että lausuma, mikä tarkoittaa muutaman sanan ajatuskokonaisuutta. (Eskola & Suoranta 2003, 216; Toivonen 1999, 128; Tuomi & Sarajärvi 2009, 110.) Sana analyysiyksikkönä oli työssä lähinnä ensimmäisen kysymyksen kohdalla, missä kysyttiin tuenantajia. Kyseiseen kysymykseen tuli useammalta opiskelijalta yhden sanan vastauksia.

Aineiston ryhmittelyssä pelkistetyt vastaukset ryhmitellään ja luokitellaan joko samankaltaisuuksien tai eroavaisuuksien mukaan. Luokat nimetään sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Luokittelussa aineisto tiivistyy yksittäisistä tekijöistä yleisempiin käsitteisiin. Luokittelun jälkeen on vuorossa aineiston abstrahointi, missä erotellaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto. Tiedon pohjalta rakennetaan teoreettisia käsitteitä ja tehdään johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110–111.) Luokittelun ensin tutkimustehtäviin liittyvien kysymysten vastaukset. Sen jälkeen lisäsin luokitteluihin mukaan muiden kysymysten vastauksia, jotka antoivat tietoa tutkimustehtäviin. Jouduin palaamaan usein eri kysymysten vastauksiin ja pohtimaan lausumia sekä luokkien sisältöä ja nimiä. Luokat nimetään yleensä ”sisältöä kuvaavalla käsitteellä” (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110). Loput kysymysten vastaukset analysoin myös sen vuoksi, että näin, oliko niissä lisätietoa tutkimustehtäviin tai muuttuivatko tutkimustehtävät. Uuden tiedon myötä otin mukaan neljännen tutkimustehtävän, mikä kuvasi läheisen kuoleman aiheuttamia seurauksia opiskelijoiden selviytymiseen. Luokittelun vaiheista on esimerkki kuviossa 1.

Lausuma	Pelkistetty ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
...kun joku niinku sanois...	Jonkun neuvoa	Neuvonnan tarve	Emotionaalista ja tiedollista tukea ja neuvontaa	Kokonaisvaltainen huomioiminen
... et ois ryhmänohjaajan kans ollu aikaa jutella...	Ryhmänohjaajalta aikaa jutella	Koulun henkilökunnan tukea ja ohjausta		
Esimerkiksi keskustelua tuutorin kansa...	Keskustelua tuutorin kanssa			
Ettei koulu olisi niin suoritus- ja tuloskeskeistä.	Ettei koulu niin suoritus- ja tuloskeskeistä.	Vähemmän suorituskeskeisyyttä	Inhimillisyyttä	
...ei ees pahoitellu...	Ei pahoittelua	Osanottoa		

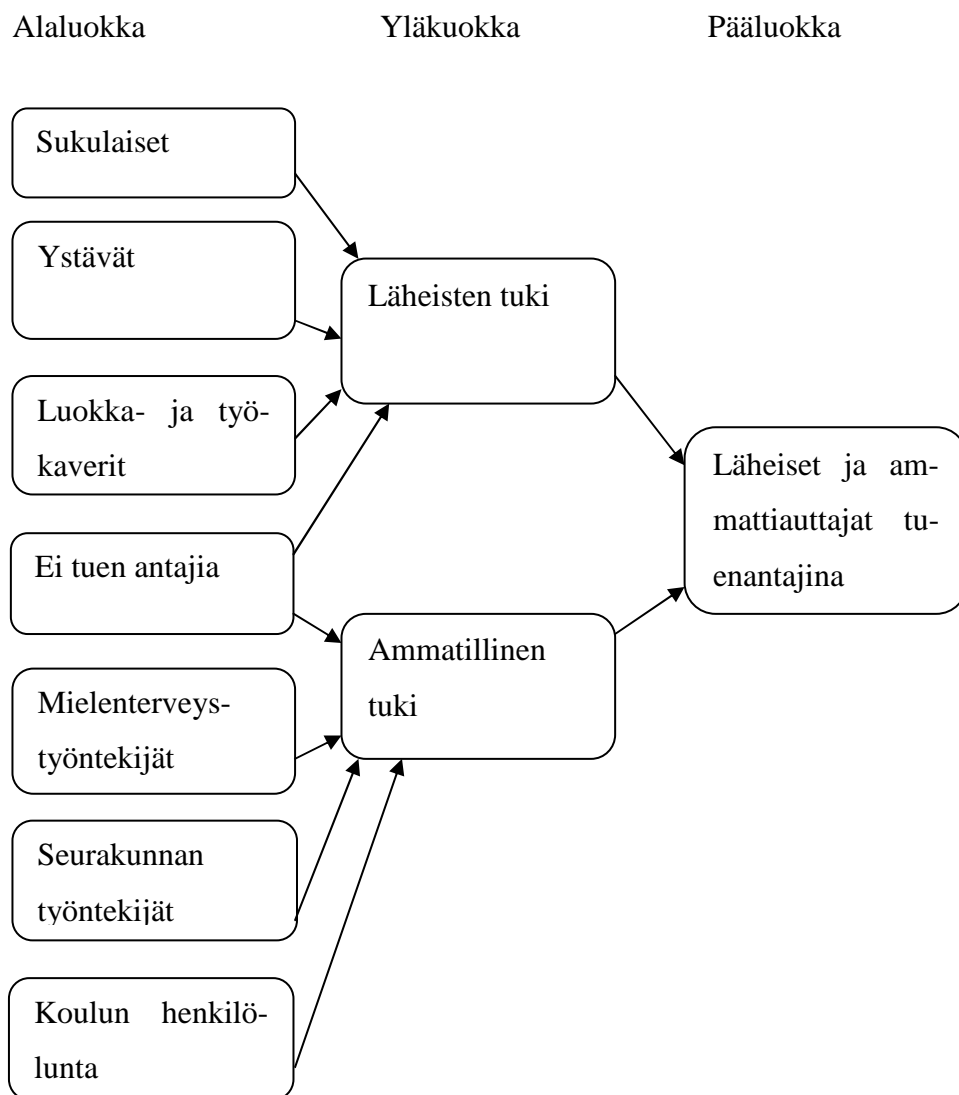
Kuvio 1. Opiskelijoiden kaipaama tuki läheisen menetyksen jälkeen.

Sisällönanalyysissa on vaarana, että aineistosta nousee huomioita, joita olisi mielenkiintoista tutkia ja raportoida. On kuitenkin syytä rajata tulokset koskemaan vain tutkimustehtävissä esitettyjä kysymyksiä. Muut mielenkiinnon kohteet voi raportissa osoittaa toisten tutkimusten aiheeksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92.) Opiskelijoiden vastauksissa tuli esille asioita, mitä olisi myös ollut hyvä tutkia, mutta ne täytyi jättää jatkotutkimusehdotuksiksi.

6. OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

6.1 Läheiset ja ammattiauttajat tuenantajina läheisen kuoleman jälkeen.

Opinnäytetyön haastatteluun osallistuneilla opiskelijoilla oli monenlaisia psykososiaalisen tuenantajia läheisen menetyksen jälkeen (Kuvio 2). Tuen antajina oli sekä läheisverkostoa että ammattiauttajia. Kaikki eivät kokeneet saaneensa riittävää tukea.



Kuvio 2. Tuenantajat opiskelijoiden läheisen kuoleman jälkeen.

6.1.1 Läheisten tuki

Opiskelijat kokivat läheisen kuoleman jälkeen saamansa tuen vaihtelevaksi. Oman lähipiiriin eli oman puolison ja perheen, vanhempien, sisarusten, seurustelukumppanien ja ystävien tuki koettiin pääasiassa toimivana.

Joo, siis kyllä kaverit ja perhe ja seurustelukumppani oli siinä saman tien antamassa tukea. (1.1.1)

Osalla opiskelijoista sukulaisiin ei kuulunut sellaisia ihmisiä, joilta voisi hakea tai odottaa tukea menetyksen jälkeen. He kokivat, että saivat liian vähän tukea tai eivät saaneet tukea mistään.

Ystäviä tai kavereita oli kaikilla opiskelijoilla, mutta heiltä saatu tuki oli vaihtelevaa. Joillakin opiskelijoilla kaverit olivat lähinnä opiskelukavereita, joiden kanssa oltiin satunnaisesti tekemisissä. Sekä harjoittelun että oman työn työkavereiden merkitys tuenantajana koettiin erittäin suurena, mikäli heillä oli tieto tapahtuneesta.

...mullon kyllä hirveen ymmärtäväinen se harjoittelupaikka ...(3.1.2)
 ...siviilielämä ja kouluelämä, niin jotenki ei jaksa niitä alakaa sotkemaan enempää ku on pakko. (1.1.5)

Joillakin opiskelijoilla harjoittelu- tai työpaikka oli niin iso, ettei siellä oltu läheisessä kontaktissa. Sen vuoksi osa opiskelijoista ei ollut kertonut menetyksestään kuin muutamille läheisimmille työtovereille. Jos menetyksestä ei tiedetty työpaikoilla, opiskelijat kokivat, että saivat olla työssä rauhassa omana itsenään. Suru haluttiin pitää yksityisiana.

6.1.2 Ammatillinen tuki

Ammattiauttajia opiskelijoilla oli ollut tukijoinaan eri tahoilta. Yhteistä kaikille ammattiauttajille oli, että ne olivat opiskelijoille tuttuja jostakin muusta yhteydestä. Opiskelijaterveydenhuolto oli eräälle opiskelijalle tuttu muilta käynneiltä, mutta yhden käynnin jälkeen hänet ohjattiin sieltä terveysaseman psykiatriselle sairaanhoitajalle. Paikan ja työntekijän vaihdos oli toimiva ratkaisu opiskelijan mielestä. Toisen opiskelijan ammat-

tiauttajana oli tuttu mielenterveystyöntekijä, mutta opiskelija ei mieltänyt keskustelua hänen kanssaan viralliseksi avuksi. Työntekijän luona hän kävi useampia kertoja.

Ammattikorkeakoulujen henkilökunnan avun opiskelijat kokivat vähäiseksi tai sitä ei ollut lainkaan. Henkilökuntaan opiskelijoiden vastausten mukaan laskettiin harjoittelua ohjanneita tai tuntiopettajia sekä ryhmänohjaajia ja tutoropettajia.

...niin silloinhan mä juttelin opettajan kans, (3.1.3)

...harjoittelun ohjaavan opettajan kans... mutta ei oikeestaan muuten sil-lai... (4.1.3)

Opintojen ohjaajan tai muiden koulun henkilökuntaan kuuluvien kanssa opiskelijat eivät olleet lainkaan tekemisissä tapahtuneen jälkeen.

Haastattelussa mukana olleet opiskelijat eivät hakeneet juuri lainkaan seurakunnan työntekijöiden tukea läheisen menetyksen jälkeen. Ainoastaan yksi opiskelija oli hakenut seurakunnan työntekijältä tukea ja sitäkin enemmän surevalle läheiselleen kuin itselleen. Opiskelija oli hakenut tukea tutulta, oman paikkakunnan seurakunnan työntekijältä, jolta oli saanut apua aiemminkin.

...mulla on yks sellanen hirveän hyvä ystävä, pappi...(2.1.3)

Haastattelussa kysyin, ohi etukäteen laatimieni kysymysten, opiskelijoiden tietämystä oppilaitospastoreista tai diakoniatyöntekijöistä. Suurin osa opiskelijoista vastasi tietävänsä oppilaitosten seurakunnan työntekijöistä jotakin. Mutta seurakunnan työntekijöiden nimiä tai yhteystietoja kukaan ei tiennyt. Useimmat kyllä uskoivat tietojen löytyvän tarvittaessa.

On siellä joku oppilaitospastori mun mielestä olemassa, mut mä en tiiä, et kuka se on. (2.1.1.)

Eräs vastaaja ilmoitti, ettei seurakunnan työntekijää ole ja toinen tiesi muita tuenantajatahoja, mutta ei seurakunnan työntekijöitä. Jos seurakunnan työntekijöitä oppilaitoksessa oli, he olivat vieraita kaikille haastatteluun vastanneille opiskelijoille, eikä heiltä osattu hakea tukea menetyksen jälkeen.

Kaikilla opiskelijoilla oli jonkinlainen käsitys siitä, mistä olisi saanut tarvittaessa apua. Mahdollisina avunsaanti paikkoina opiskelijat mainitsivat koulupsykologin, kouluterveydenhoitajan, kriisikeskuksen, terveyskeskuksen, oman kotipaikkakunnan palvelut ja oppilaitoksen henkilökunnan. Avun hakemista näistä paikoista vaikeutti useimpien paikkojen tuntemattomuus. Eräs opiskelija voisi hakea apua kouluterveydenhoitajalta, koska opiskelija tunsi terveydenhoitajan.

Yksikön terveydenhoitaja on mukava ja hänelle olisi ollut helppo mennä juttelemaan. (6.1.4)

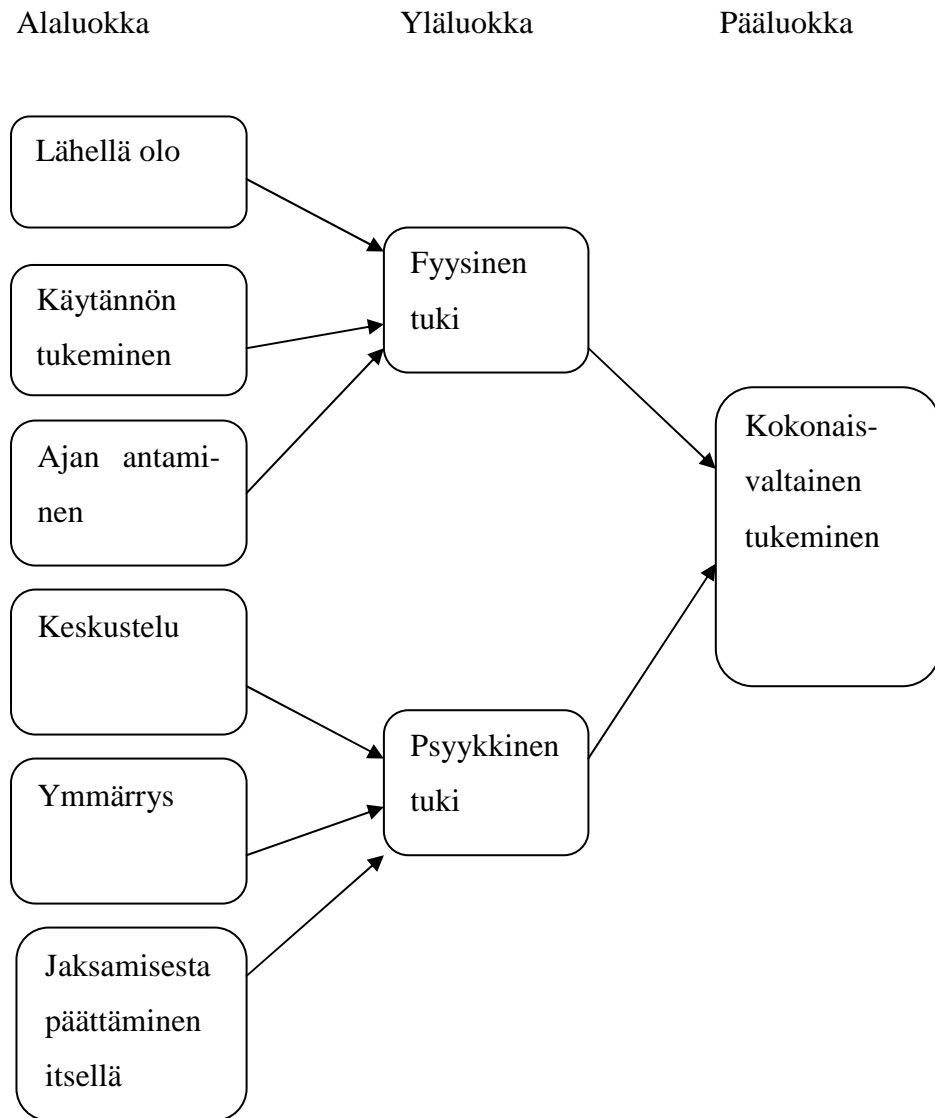
Syitä siihen, miksi opiskelijat eivät hakeneet ammattiauttajien apua, oli useita. Aiempi kokemus pelkkien nukahtamislääkkeiden tarjoamisesta, kiire käytännön asioiden hoitamisessa ja opiskelussa sekä oma väsymys tai ajatus omien voimien riittävyydestä johtivat siihen, ettei apua haettu.

...että aina jos lähet jonnekin terapiaankin... niinku koulullakin, kun mulle sanottiin, että siis, ensimmäiset kysymykset oli että oothan saanu nukuttua ja jos et saa nukuttua, niin muistathan, että voit hakea unilääkkeitä, mikä on mulla aina ollut viimeinen vaihtoehto. (2.1.5)

Osa opiskelijoista kertoi selvinneensä hyvin omien läheisten tuella, mutta joillakin opiskelijoilla oli asioita, jotka jäivät käymättä läpi tai niiden käsittely vaikutti pitkään menetyksen jälkeen. Joku opiskelija halusi näyttää ulospäin olevansa vahvempi kuin todellisuudessa oli. Eräs opiskelija kertoi osaavansa ohjata toisia avun tarvitsijoita oikeaan paikkaan saamaan apua, mutta itselle avun hakeminen ei ollut yhtä helppoa. Muutamat opiskelijat kertoivat, etteivät pyytäneet oppilaitosten henkilökunnalta apua, koska kokivat henkilökunnan ja opiskelijoiden välit etäisiksi. Osa opiskelijoista oli sitä mieltä, että henkilökunnassa ei ollut sopivaa henkilöä, kenelle kertoa menetyksestä. Opiskelijoilla oli selkeä kuva siitä, kenelle he halusivat kertoa tapahtuneesta menetyksestä ja missä tilanteessa he eivät halunneet puhua.

6.2 Opiskelijoiden saama kokonaisvaltainen tuki läheisen kuoleman jälkeen

Menetyksensä jälkeen opiskelijat saivat monenlaista tukea. Lähellä olo, keskustelu, ymmärrys sekä tilan antaminen tulivat esille opiskelijoiden vastauksissa. (Kuvio 3, sivu 43)



Kuvio 3. Opiskelijoiden saama tuki läheisen kuoleman jälkeen?

6.2.1 Fyysinen tuki

Jotkut opiskelijoista kertoivat sukulaisten tai ystävien viettäneen aikaa heidän kanssaan läheisen menetyksen jälkeen, että he saivat muuta ajateltavaa. Eräs opiskelija kuvasi läheisten antaneen lähellä olemisen lisäksi omaa tilaa tarvittaessa.

Joku opiskelija oli saanut opettajan tukea opintojen jatkoajan hakemiseen. Eräs opiskelija kertoi saaneensa oppilastovereiltaan muistoadressin ja toinen opiskelija kertoi opetta-

jan halanneen häntä koululla. Yksittäiset ja yllättävät huomionsoitukset lämmittivät opiskelijoiden mieltä, vaikka ne eivät olleet isoja tapahtumia.

Yks opettaja väliviikolla...niin tuli hallaamaan mua... niin tuli ihan siis hallaamaan ja se oli tosi yllätys, koska ei siellä muut opettajat sillai... (4.2.4)

Useimmilla hautajaisten järjestelyt ja muut asioiden hoitamiset olivat juuri harjoittelun aikana. Opiskelijat kokivat saaneensa hyvin mahdollisuuden hoitaa asioita. Harjoittelun tuoma arkirytmii ja toiminta olivat lisäksi voiman antajia, kun harjoittelupaikka oli joustava ja siellä oli lämmin ilmapiiri.

Muutamille opiskelijoille oma fyysinen lähiympäristö, kotieläimet tai luonto olivat tuen antajia etenkin silloin, kun muuta tukea ei ollut saatavissa.

On se siis hirveän hyvä keino kyllä...siis tuommonen hiljasuudessa yksin oleskelu. Minä oon semmonen ihminen, että minä hirveän paljon laitan pihhaa aina. (2.2.5)

Arkiset rutiinit ja sosiaalinen toiminta antoivat voimaa sellaisille opiskelijoille, jotka eivät halunneet tai osanneet jäädä suremaan kotiin. Osa opiskelijoista piti opiskelua elämän tapana ja siihen samaan kuuluivat surut ja ilot. Surua ei voinut erottaa muusta elämästä.

6.2.2 Psykkinen tuki

Psykkinenä tukena opiskelijat kokivat saaneensa eniten keskusteluapua. Jotkut heistä käyttivät keskusteluun myös puhelinta tai sähköpostia. Osa opiskelijoista haki keskusteluapua itse ja osan luo tuli ihmisiä tarjoamaan apuaan. Keskusteluja käytiin aina läheisen kuoleman kokeneen opiskelijan tarpeen mukaan. Joku opiskelija kuvasi hakeneensa keskusteluapua vasta, kun ei mitenkään tuntenut selviävänsä yksin.

Heikkona hetkenä sain tukea muutamalta työtoveriltani. (6.2.6)

Koululta saadun psyykkisen tuen opiskelijat kuvasivat pinnalliseksi aikatauluista keskusteluksi. Opettajilta opiskelijat saivat tukea opiskelutehtävien aikataulujen joustamisena. Muutamat opiskelijat kertoivat saaneensa opettajilta yleistä kommentointia jaksamisesta ja aikatauluissa pysymisestä. Varsinaista keskustelun tai tuen tarvetta ei opiskelijoilta kysytty. Vastuu jaksamisesta ja selviytymisestä jätettiin läheisensä menettäneille opiskelijoille itselleen.

... että voit jäähä pois tai kato, miten jaksat...(3.2.3.)

Apu keskittyi täysin aikatauluissa joustamiseen.(6.2.4.)

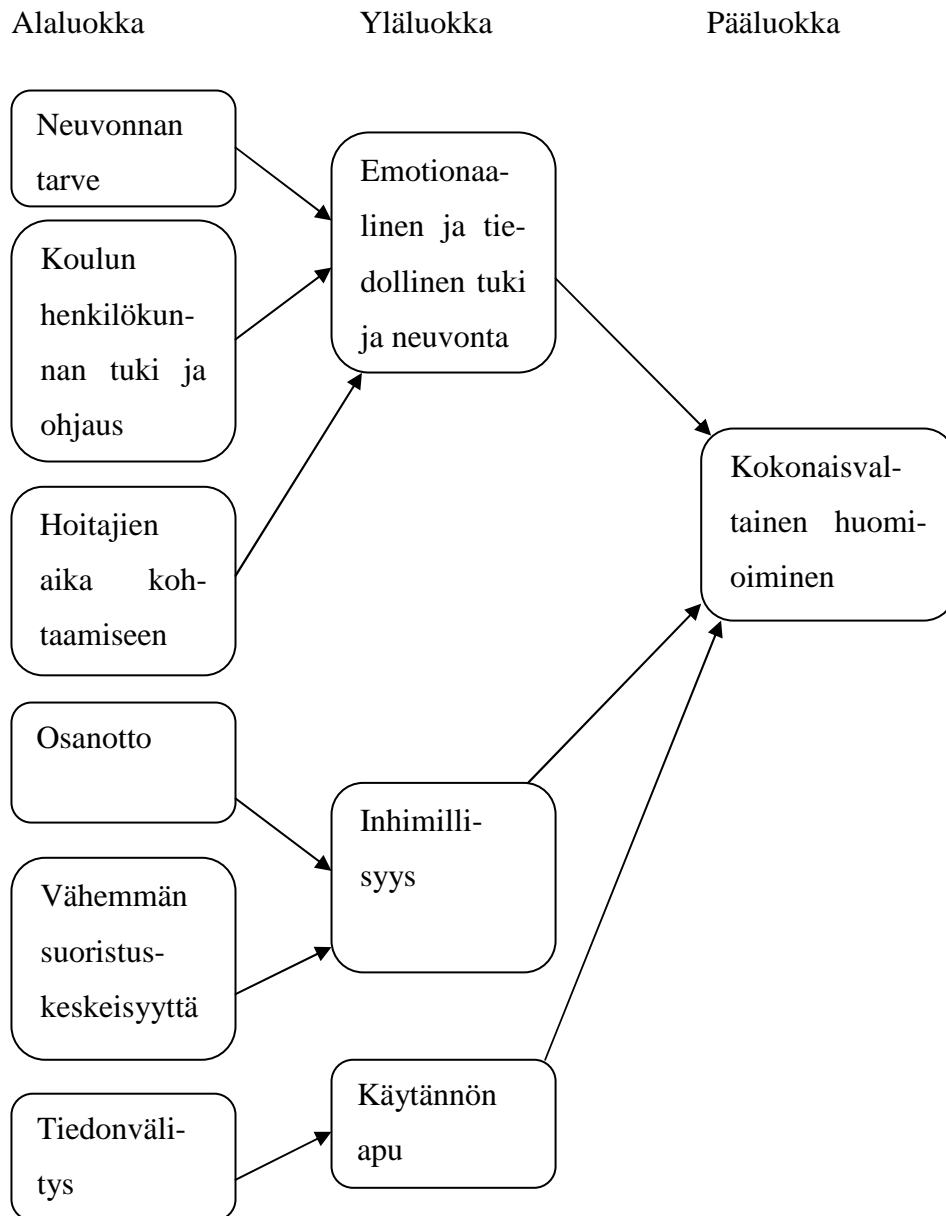
Joku opiskelijoista keskusteli opettajan kanssa harjoittelun aloittamisen ajankohdasta, että harjoittelu voisi auttaa jaksamaan menetyksen jälkeen. Osa opiskelijoista ei kokenut saaneensa koululta mitään tukea.

...oikeestaan mulle ei oo tarjottu minkään näköstä tukea mistään suunnasta. (3.2.4)

Useimpien harjoittelupaikkojen henkilökunnan toiminta kuvattiin yleisesti lämpimäksi ja ymmärtäväksi.

6.3 Opiskelijoiden kaipaama tuki läheisen kuoleman jälkeen

Opiskelijat saivat monenlaista tukea läheisen kuoleman jälkeen, mutta edelleen oli monia asioita, mitä kaivattiin lisää. (Kuvio 4, sivu 46.)



Kuvio 4. Opiskelijoiden kaipaama tuki läheisen kuoleman jälkeen.

6.3.1 Emotionaalinen ja tiedollinen tuki ja neuvonta

Useat opiskelijat kertoivat kaivanneensa koululta ja etenkin ryhmänohjaajalta tai tutorilta avun tarpeen kartoittamista ja selkeää keskustelua läheisen kuoleman jälkeisestä tilanteesta. Opiskelijoiden mielestä elämä läheisen menetyksen jälkeen oli uuvuttavaa ja vaati ihmiseltä paljon voimia. Silloin ei jaksanut lähteä itse etsimään apua. Tuttu opettaja voisi auttaa ottamalla asian puheeksi. Samalla kun mietittiin opintojen aikatauluja,

olisi voitu keskustella, kuinka opiskelija oikeasti jaksoi ja mistä hän saisi tarvitessaan apua.

...kun joku niinku sanois... jälkikäteen ajateltuna ei ees osannu ajatella sitä et ois itekki tarvinnu jotakin apua. (2.3.1)

Eräs opiskelija kaipasi enemmän ymmärrystä ja joustoja opiskelujen aikatauluissa, mutta hän ei kertonut tilanteestaan opettajille. Haastattelun jälkeen hän aikoi kertoa menetyksestään koulussa, mikäli tunsu tarvetta siihen.

Suremiseen kuluva ajasta tiedon saaminen oli joillekin opiskelijoille asia, mihin he halusivat ohjausta. Osalle opiskelijoista tuli yllätyksenä, ettei suru mennyt ohi lyhyessä ajassa. Joku opiskelija toivoi jonkun surutyötä tuntevan henkilön antavan luvan lepäämiseen ja ajan antamiseen surutyölle.

Näin jälkikäteen ajateltuna, oikeastaan mitä olisin kaivannut, on jonkinlaista ohjausta tai neuvoa siihen, kauanko aikaa suremiseen saa käyttää. (6.3.3)

Opiskelija ei kokenut itse osanneensa hellittää opiskeluissa, vaan yritti suoriutua kaikesta entiseen tapaan. Jos hän antoi itselleen aikaa lepoon, se tarkoitti yhtä päivää. Kun opiskelu ei edennyt suunnitelmien mukaan, opiskelija koki pettymystä, ettei pystynyt toimimaan entiseen tapaan.

Eräs opiskelija koki, että sairaalassa ei saanut kunnolla tukea äkillisessä menetystilanteessa. Sairaalasta ei löytynyt riittäviä tiloja rauhalliseen hetkeen läheisen menehtymisen jälkeen.

...sielläkin hoitajat oli tosi kiireisiä ...sitte siellä on semmonen huone, missä vois vähän aikaa hiljentyä, niin siellä oli kolmen eri omaiset...niin. me jouvuttiin ootteleen siellä käytävillä...(3.3.2)

Sairaalapastori kävi muiden läheisten vuoksi tapaamassa jonkun opiskelijan omaisia, mutta opiskelija ei kokenut käyntiä itselleen merkitykselliseksi. Muutamat opiskelijat kuvasivat lisäksi, ettei nopeaa kriisiapua saanut viikonloppuna ja muutenkin kriisiavun löytäminen oli oman aktiivisuuden varassa. Eräälle opiskelijalle tarjottiin psykiatrista klinikkaa avuksi viikonloppuna. Opiskelijalla ei ollut selvää kuvaa, miten psykiatrisen klinikka voi auttaa kriisitilanteessa.

Perusterveydenhuollosta ei ollut helppoa löytää nopeaan apuun aikoja. Ainoaksi mahdollisuudeksi jäi kriisikeskus, mikäli sellainen oli paikkakunnalla. Useimmat opiskelijoista eivät tarvinneet kriisiapua tai eivät ainakaan etsineet sellaista. Heillä oli läheisiä tukena tai he eivät menetyksen luonteen (ei itse vainajan lähiomainen tai sairauteen menettänyt läheinen) vuoksi ajatelleet tarvitsevänsä kriisiapua.

6.3.2 Inhimillisyys läheisensä menettäneen kohtaamisessa

Muutamit opiskelijat toivat esille, ettei opettaja menetyksestä kuullessaan reagoinut asiaan mitenkään eli ei edes ”ottanut osaa” kuten Suomessa on yleinen tapa. Eräs opiskelija koki opettajan kommentit läheisen kuolemasta kuullessaan epäasiallisina.

...sain, että mun läheisen hautajaiset on silloin, niin ei hän kommentoinu siihen mitenkään, ei ees pahotellu...(3.3.1)

Kertoessani opettajalle läheiseni kuolemasta, hänen kommenttinsa oli että ”OIH”. Tuutorille kertoessani, hän sanoi vain, että kato nyt miten jaksat. Kukaan ei kysynyt tarvitsenko apua.(5.3.2)

Samoin joku opiskelija toivoi, ettei koulu olisi niin suorituskeskeinen. Inhimillisyydelle tulisi olla tilaa vaikeissa elämän tilanteissa.

Kun on kyse sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksesta, miksi siellä sivuutetaan opiskelijoiden omat tilanteet ja henkinen jaksaminen ja hyvinvointi? (5.3.4)

Jotkut opiskelijat miettivät, miksi sosiaali- ja terveysalan sekä lisäksi diakonia-alan kouluissa kiinnitetään niin vähän huomiota omien opiskelijoiden hyvinvointiin, vaikka muuten puhutaan koko ajan ihmisten hyvinvoinnista.

6.3.3 Käytännön apu

Joku opiskelija toivoi opettajien yhteistyötä poissaolojen ilmoittamisessa toisille opettajille. Surun keskellä hän ei jaksanut itse tiedottaa jokaiselle opettajalle erikseen poissa-

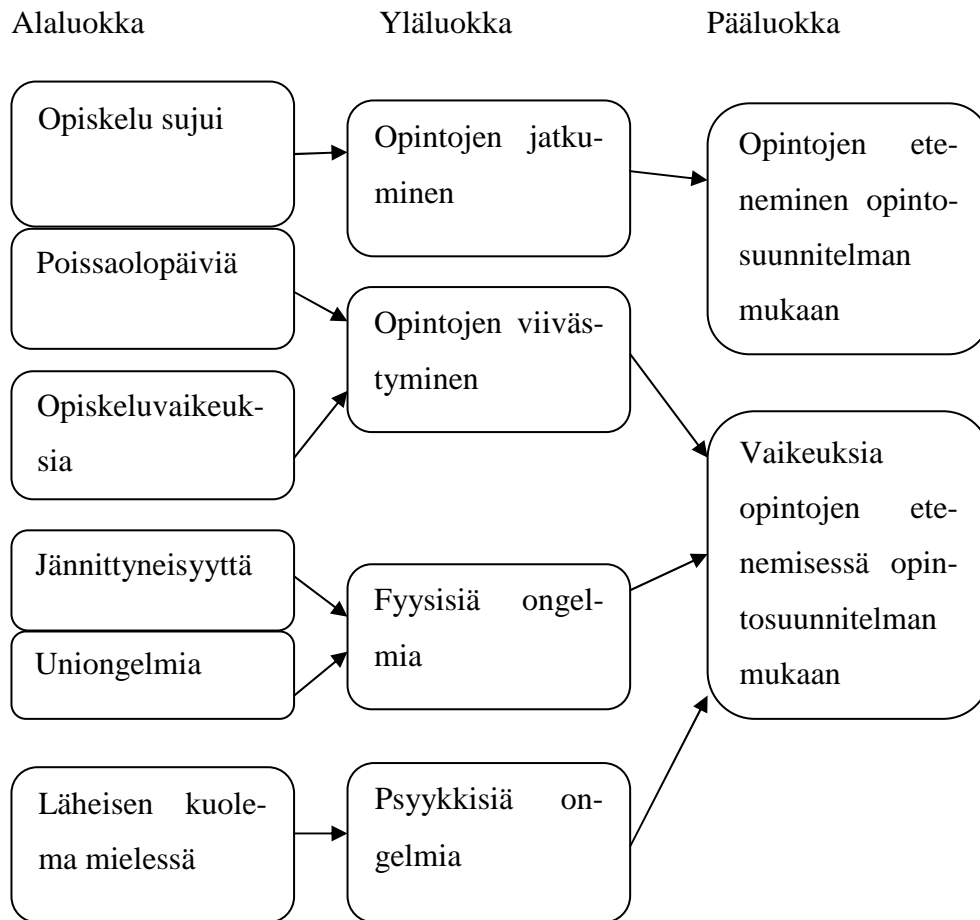
oloista, kun muutenkin oli paljon voimia vieviä asioita. Hän koki raskaana, ettei tieto koulun sisällä kulkenut riittävästi.

Tää minun ryhmänohjaaja ei ollu välittänyt tietoa eteen päin, vaikka kyllä lupasi mulle, että välittää siitä tieon etteenpäin. Kun en minä jaksanu kaille alkaa pistää erikseen sähköpostia. (2.3.2)

Myös oppitunneilla voisi opiskelijoiden mukaan puhua enemmän lähellä olevista ja esimerkiksi oman koulun avunsaanti mahdollisuuksista, kun niitä opiskellaan yleisesti. Tuensaantimahdollisuuksista olisi opiskelijoiden mielestä hyvä puhua, että niistä olisi käsitys siinä vaiheessa, jos itse tarvitsee apua.

6.4 Opiskeluista selviytyminen läheisen kuoleman jälkeen

Kaikki opinnäytetyöhön vastanneet opiskelijat pystyivät jatkamaan opiskelua eteenpäin joko välittömästi läheisen kuoleman jälkeen tai hiukan myöhemmin. Kukaan ei keskeyttänyt opiskelua. (Kuvio 5. sivu 50)



Kuvio 5. Opiskeluista selviytyminen läheisen kuoleman jälkeen

6.4.1 Opintojen eteneminen opintosuunnitelman mukaan läheisen kuoleman jälkeen

Osa opiskelijoista kertoi pystyneensä jatkamaan opiskelua alkuperäisen opintosuunnitelman mukaisesti. Useimmilla opinnot jatkuivat ainakin sen vuoksi, että kurssit menivät eteenpäin. Mikäli aikoi pysyä kurssien mukana, oli opiskelua jatkettava. Vaihtoehtoa opiskelujen jatkamiseen ei tarjottu mistään. Joku opiskelija mietti, olisiko jatkanut opiskelua menetyksen jälkeen, jos opiskelut olisivat olleet vasta alussa. Koska opiskelut olivat jo pitkällä, opiskelija ei halunnut keskeyttää niitä. Eräs opiskelija kertoi, ettei omaa tilaansa ollut helppoa arvioida. Opiskeluista selviytymistä yleensä läheisen kuoleman jälkeen pohti joku opiskelija.

...että kun nyt aattelee sitä näin jälkeeseen päin, niin tuntuu, että miten sitä ihan oikeesti on selevinny siitä...(3.4.3)

Mutta mä aattelin, että ko se vaan pitää saaha läpi, niin varmaan siinä semmosessa shokissa on ollu, mutta niin se vaan meni...(3.4.4)

Opiskelun keskeyttämistä oli miettinyt vain muutama opiskelija, koska muuten opinnot venyisivät liikaa. Kuitenkin jo lyhyt poissaolo aiheutti opintojen viivästymisen uhan. Opiskelijoilla oli yleensä tavoitteena valmistua mahdollisimman nopeasti, eikä keskeyttäminen sen vuoksi tullut kyseeseen.

6.4.2 Vaikeuksia opintojen etenemisessä opintosuunnitelman mukaan

Osalla opiskelijoista oli muutamia poissaolopäiviä läheisen kuoleman jälkeen. Joillakin opiskelijoilla poissaoloa kertyi yhdestä kolmeen viikkoon. Muutama opiskelija kertoi ajatusten harhailleen harjoittelun aikana ja joku opiskelija kertoi kokeneensa välillä väsymystä, jännittyneisyyttä tai muistiongelmia. Myös itkuisuutta, voimattomuutta, surullisuutta ja tyhjyyden tunnetta kertoi joku opiskelija tunteneensa.

Joskus olo on itkuinen, voimaton, surullinen ja tyhjä. Ja näitä kautta se on vaikuttanut opiskelumotivaatioon ja jaksamiseen. (5.4.1)

Eräs opiskelija kuvasi pitempiaikaisia vaikeuksia opintojen jatkamisessa. Jollakin oli myös pelko, että väsymys jää pysyväksi olotilaksi. Jonkun opiskelijan oli täytynyt hakea lisää opiskeluoikeutta, että oli saanut kaikki tehtävät tehtyä.

Se, että kurseilta ja harjoittelusta poissaolot täytyi korvata täysin, aiheutti joillekin opiskelijoille vaikeuksia jaksaa ja ehtiä tehdä kaikki korvaukset. Voimien ollessa muutenkin vähissä, lisätehtävien ja harjoittelutuntien takaisin tekeminen oli opiskelijoiden mielestä kohtuuttoman raskasta.

...mä olin ihan kävelemässä koko osastolta ulos ja mä mietin, että ei, että en mä voi nyt alkaa tässä vaiheessa luovuttamaan...(2.4.3)

Vaikka se on vain 24 tuntia eli kolme päivää, niin niin se itse asiassa tekee loppujen lopuksi kolme kuuspäivästä viikkoa. (2.4.5)

Eri oppilaitoksilla oli erilaisia käytäntöjä poissaolojen korvaamisista. Lisäksi harjoittelupaikkojen toimintojen erot vaikuttivat siihen, saiko poissaoloja korvattua helposti vai

oliko korvaaminen vaikeaa. Paikassa, missä oli epäsäännölliset työajat ja pitkiä työpäiviä ainakin välillä, poissaolot oli helppo korvata. Säännöllisen työajan harjoittelupaikoissa korvauksia oli vaikeampi suorittaa.

...se on muutenki niin vapaata se työ, että välillä mä oon lähteny aamulla kahdeksalta... lähetty eri paikkakunnalle ja me on oltu ilta kymmeneltä takasi, että mä oon laskenu, että mulla tullee niitä tunteja kuitenkin niin paljo...(3.4.3)

Joku opiskelija kertoi, ettei voinut osallistua läheisensä hautajaisiin ja se vaikeutti myöhemmin menetyksen käsittelyä ja opiskeluissa etenemistä. Osalla opiskelijoista oli huoli toisten läheisten selviytymisestä ja se vei voimia omalta surutyöltä ja opiskelulta. Usea opiskelija kantoi myös yleistä huolta esimerkiksi nuorempien tai menetyksiä kokemattomien opiskelijoiden jaksamisesta menetyksen jälkeen. Heillä oli tunne, että kaikki eivät jaksaa jatkaa opiskelua, elleivät saa riittävästi tukea.

7. POHDINTA

7.1 Opinnäytetyön eettisyys

Tutkimuksen eettisyys on sitä, että tutkija miettii tietoisesti tutkimusprosessinsa eri vaiheiden ratkaisuja ja niiden merkityksiä tutkimustuloksille. Eettisyyttä täytyy pohtia läpi koko tutkimusprosessin. (Pohjola 2003b, 129–130.) Tutkimuksen etiikasta puhuttaessa, voidaan asiasta puhua monikossa. Etiikkoihin sisältyy tiedon intressin etiikka, mihin kuuluvat tutkimusaiheet ja tutkimuskysymykset. Tiedon hankkimisen etiikkaan sisältyvät tutkimuksen kohde ja tiedon hankinta. Tiedon tulkitsemisen etiikkaan kuuluvat tiedon analyysi, käsitteellistäminen sekä tulkinnat. (Pohjola 2003b, 127–128.) Opinnäytetyön aikana pohdin työn eettisyyttä jo opinnäytetyön toimintasuunnitelmaa tehdessäni, sillä tiedostin läheisen kuoleman aiheen arkaluontoisuuden. Alusta saakka mietin, mitä opiskelijoilta voi kysyä ja millä tavalla kysymykset tulee esittää. Tutkimuksen eettisyyteen pyrin sillä, että lähetin haastattelupyynnöt yleisenä sähköpostina kaikille mukaan valittujen koulujen opiskelijaryhmille. Siten haastatteluun osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Tutkimusluvut hain ja sain jokaiselta koululta erikseen syksyllä 2010. Samalla kouluilla tarkastettiin tutkimustehtävät ja haastattelukysymykset. Opiskelijaryhmistä jätin pois oman kurssini sekä samaan aikaan opiskelun aloittaneen sairaanhoitajakurssin, koska kyseisten ryhmien opiskelijoista suurin osa oli liian tuttuja. Haastatteluisissa saatujen tietojen tulkintavaiheessa luin alkuperäiset haastattelut useampia kertoja läpi, että opiskelijoiden antama tieto ei muuttunut vastausten ryhmittely- ja abstrahointivaiheessa.

Etiikka liittyy tutkimuksen tekemisen jälkeiseen aikaan eli tiedon julkaisemisen etiikkaan ja tiedon käyttämisen etiikkaan. Silloin ovat keskeisiä kysymykset kenelle, mitä varten ja kenen hyödyksi tutkimus on tehty. Lisäksi etiikkoihin kuuluvat tutkimuksen kollegiaalinen etiikka, mihin kuuluvat velvollisuudet ja kunnioittaminen toisia tutkijoita ja tiedeyhteisöjä kohtaan. Sosiaalisen vastuun etiikassa mietitään tutkimuksen oikeutusta ja seurauksia. (Pohjola 2003b, 128; Tuomi & Sarajärvi 2009, 132–133.) Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla, kuinka opiskelijat kokevat opiskelun läheisen kuoleman jälkeen. Työn tavoitteena oli saadun tiedon avulla osoittaa, millaisilla toimenpiteillä

opiskelijoita voi tukea, että he voisivat jatkaa opiskelua jaksamisensa puitteissa. Opiskelijujen viivästyminen tai keskeytyminen ei ole kenenkään etu. Opinnäytetyöllä oli tarkoitus hyödyttää tulevia opiskelijoita, että he voisivat saada oikeanlaista ja riittävää tukea tarvitessaan.

Opinnäytetyötä tehdessäni pyrin noudattamaan Suomen Akatemian tutkimuseettisten ohjeiden (2008) mukaan rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta tulosten esittämisessä. Samoin tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät olivat tieteellisten kriteerien mukaisia ja avoimia. Lisäksi kunnioitin toisten tutkijoiden työtä olemalla tarkka lähteiden merkitsemisessä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 132–133.)

Tutkimus on kokonaisuudessaan eettinen prosessi, mistä tutkija ei voi olla ulkopuolinen, vaan hänen valintansa prosessin aikana kuvastavat hänen sitoumuksiaan. Valitut menetelmät tai tutkimuksen muotivirtaukset eivät takaa tutkimuksen eettisyyttä, vaan tutkijan tulisi olla riittävän itsenäinen kriittiseen ajatteluun ja tutkimuksen toteuttamiseen omaan tutkimukseen ja aiheeseen sopivalla tavalla. (Holliday 2007, 137; Pohjola 2003a, 61.) Kokemattomana tutkijana oli vaara, että opinnäytetyötä toteuttaessa en osaisi olla riittävän kriittinen menetelmien suhteen, koska en tuntenut kaikkia menetelmiä. Lisäksi opinnäytetyön ohjausseminaareissa tuli erilaisia ohjeistuksia, mistä täytyi seuloa tarpeelliset ja tärkeät menetelmät. Tutkimuskirjallisuuteen tutustumalla pyrin löytämään sopivat menetelmät.

Haastattelun käyttäminen opinnäytetyön aineiston keräämisessä muistuttaa arkielämän vuorovaikutusta ja sen vuoksi tutkimuksen eettinen puoli täytyy ottaa tavallista tarkemmin huomioon. Tutkijan institutionaalisessa asemassa voi haastateltavan vahingoittaminen saada suuremman merkityksen kuin arkielämässä tapahtuu. Tutkimusasetelmassa voi myös tulla eteen odottamattomia eettisiä ongelmia, mikäli tiedonkeruumenetelmä on avoin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 125.) Haastateltavien henkilöiden elämäntilanne on hyvin herkkä ja siksi sekä aineiston keräämisessä että tulosten esittämisessä täytyy noudattaa hienotunteisuutta, ettei aiheuta lisää kärsimystä kenellekään (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131). Tätä opinnäytetyötä tehdessä tilanteen herkkyyks näkyi siinä, että osa haastateltavista pohti ennen haastattelun toteuttamista, jaksavatko he osallistua ja mitä asioista puhuminen mahdollisesti vaikuttaa heidän elämäänsä haastattelun jälkeen.

Korostin jokaisen haastateltavan vapautta perua osallistumisensa ennakoilmoittautumisesta huolimatta.

Tutkimuksen lähtökohtana tulee olla ihmisarvon kunnioittaminen. Itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan sillä, että ihmisillä on mahdollisuus valita itse, haluavatko osallistua tutkimukseen. Tutkimukseen osallistuvien suostumuksen hankkiminen, heille annettava tieto sekä heille osallistumisesta aiheutuvat riskit tulee pohtia riittävän perusteellisesti, että osallistujia ei manipuloida tai pakoteta mukaan. Ja mitä suuremmat riskien uhat osallistujille on, sitä selkeämmin heille tulee tiedottaa tutkimuksesta etukäteen. Riski voi aiheutua tutkimushenkilölle kokeen kuluessa tai tutkijan arvioima haitta myöhemmin. (Hirsjärvi ym. 2007, 25.) Opiskelija, joka ilmoitti, ettei voi osallistua perhesyiden vuoksi haastatteluun, mietti, aiheuttiko pois jäänti vaikeuksia opinnäytetyöhön. Ilmoitin, ettei se vaikuta mihinkään, vaikka mielelläni olisin kuullut häntäkin. Hänen syytään perumiseen en kysellyt tarkemmin, vaan kiitin kiinnostuksesta ja toivotin hyvää jatkoa. Kaksi muuta mukaan ilmoittautunutta opiskelijaa jätti yhteydenpidon kesken aikataulujen sopimisen. He eivät ilmoittaneet syytä pois jääntiin. Kysyin kerran sähköpostilla, vieläkö he olisivat mukana, mutta kun mitään ei kuulunut, lopetin viestittelyn siihen. Poisjääneistä päätin, että olin onnistunut vakuuttamaan opiskelijoille haastattelun vapaaehtoisuuden ja sen, että osallistumisen sai keskeyttää koska vain syytä ilmoittamatta.

Opinnäytetyötä kirjoittaessani käytin menetetyistä henkilöistä yleisesti käsitettä läheinen ja tukena olleista henkilöistä sukulainen tai ystävä, ettei haastateltavia pystyisi tunnistamaan. Vaikka opinnäytetyössä on opiskelijoiden vastauksista esimerkkejä suorina lainauksina, muutin niihin läheinen-sanan kuvaamaan kuollutta henkilöä tunnistamisen välttämiseksi. Tuenantajina opiskelijoilla oli poika- tai tyttöystäviä, joista käytin sanaa seurustelukumppani, ettei haastatteluun osallistuneen opiskelijan sukupuoli tulisi esille. Mahdollisista ammattiauttajista olen puhunut heidän omilla ammattinimikkeillään ja työpaikoillaan, koska saman ammattialan edustajia on useilla paikkakunnilla.

Eettisyyteen kuuluu, ettei tuloksia yleistetä perusteettomasti eikä tuloksia sepitetä tai kaunistella. Raportointi ei saa olla harhaanjohtavaa tai puutteellista, joten menetelmät tulee selostaa rehellisesti. Alkuperäisiä havaintoja ei saa muokata niin, että tulos väärin-

tyy.(Hirsjärvi ym. 2007, 26–27.) Raportissa pyrin kuvaamaan mahdollisimman tarkasti opinnäytetyön tekemisen ja saamani materiaalin.

7.2 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadulliselle tutkimukselle on vähemmän ”normatiivisia ohjeita” kuin määrälliselle tutkimukselle. Sen vuoksi tutkija joutuu pohtimaan tutkimusmenetelmiään sitä enemmän, mitä enemmän laadullinen tutkimus laajenee. Mielenkiinto menetelmiä kohtaan on lisääntynyt laadullisen tutkimuksen myötä. Menetelmien tuntemus ja oikean menetelmän käyttö eivät ole aina helppoja asioita opinnäytetyön tekijöille. (Eskola & Suoranta 2003, 30, 33.) Opinnäytetyössä mietin alussa, käytänpö kyselylomaketta vai haastattelua ja onko haastattelu teemahaastattelu, strukturoitu haastattelu vai avoin haastattelu. Eri-laisten haastattelumuotojen tunteminen vaati teorioiden opiskelua, että ymmärsin, mistä eri muodoissa oli kysymys. Opinnäytetyössä päädyin avoimeen haastatteluun, koska siinä vastaukset olivat mahdollisimman paljon vastaajien omaa kokemusta.

Tutkimuksen luotettavuutta parantaa, jos tutkimusteksti kertoo tarkasti, miten aineisto on kerätty ja mitä sen jälkeen on tehty. Lisäksi on tärkeää kuvata tutkimuksen kohde hyvin. Myös aineiston ja siitä tehtävien päätelmien erottaminen lisää luotettavuutta. (Eskola & Suoranta 2003, 212–213.) Avoimeen haastatteluun kuuluu ”tutkittavan ilmiön mahdollisimman perusteellinen avaaminen” (Tuomi & Sarajärvi 2009, 76). Läheisen menetys oli sen verran arka aihe, että opiskelijoiden taustoja ei voinut kuvata raportissa kovin tarkasti. Myös haastattelussa opiskelijoiden tilanteen kartoittaminen täytyi tehdä hienotunteisesti, koska lähes kaikkien opiskelijoiden elämässä oli ollut läheisen kuoleman lisäksi muita vaikeita asioita. Taustoja ei ollut syytä kysellä enempää, kuin ne tulivat esille haastattelukysymysten aikana. Sen vuoksi kaikissa vastauksissa saattoi olla taustalla muita vaikuttavia tekijöitä, jotka jäivät tämän opinnäytetyön ulkopuolelle. Tilanne oli hyväksyttävä sellaisenaan, ettei vahingoittanut haastatteluun osallistuvien opiskelijoiden elämää ja jaksamista.

Aineiston yleistettävyyteen vaikuttaa tapausten monipuolinen käsittely, tapaustutkimuksen hyvä kuvaus ja käsitteellistäminen. Myös aineiston järkevä kokoaminen on tärkeää,

jolloin olisi hyvä, että haastateltavilla olisi suhteellisen samanlainen kokemusmaailma ja kiinnostus tutkimukseen. (Eskola & Suoranta 2003, 65–66.) Hain haastateltavat pääasiassa sosiaali- ja terveysalan opiskelijoista. Mukana oli kaupallisen alan opiskelija, mutta hänen vastauksensa eivät erottuneet toisista. Haastateltavilla opiskelijoilla oli vahva kiinnostus toisten auttamiseen eli se oli kaikille vastanneille opiskelijoille yhteistä. Opiskelijat halusivat osallistua tähän opinnäytetyöhön auttaakseen toista opiskelijaa. He olivat joko itse tehneet haastattelua tai kyselyä tai aikoivat tehdä sellaista tulevaisuudessa. Sen vuoksi he kokivat, että kukaan ei saa opinnäytetyötä tehtyä ellei haastatteluihin ja kyselyihin saa vapaaehtoisia vastaajia.

Tutkija ei voi sanoutua irti arvolähtökohdista, mitkä muovaavat sitä, kuinka ymmärrämme tutkittavana olevia ilmiöitä. Eikä täydellinen objektiivisuus ole mahdollista, sillä tutkija ja se, mitä tiedetään, kietoutuvat toisiinsa. Tuloksena voi olla vain johonkin aikaan tai paikkaan rajoittuvia ehdollisia selityksiä. (Hirsjärvi ym. 2007, 157.) Tutkimuksen aineisto on pelkistetyimmillään tekstiä, joka on syntynyt joko ”tutkijasta riippuen tai riippumatta”. Haastattelussa syntynyt teksti voidaan ajatella tutkijasta riippuvaksi. (Eskola & Suoranta 2003, 15.) Ihmistä tutkiva ei Varton mielestä voi olla ulkoinen tarkkailija. Hän on osa tutkimaansa maailmaa, mistä tutkijalla ja tutkittavalla on kokonaiskäsitys. (Varto 1992, 26.) Ihmisiä työkseni auttavana tutkijana en voinut olla haastattelutilanteissa täysin tunteeton, vaan näytin avoimesti empatian tunteeni haastateltavien kokemuksista. Silti pyrin ottamaan vastaukset sellaisina, kuin ne kerrottiin. Haastattelujen nauhoittaminen ja sanasta sanaan litteroiminen auttoi mielestäni neutraalisuutta. Haastateltavien kertoma tuli siellä heidän omina sanoinaan. Tarjosin haastattelussa mukana olleille opiskelijoille mahdollisuutta lukea omat vastauksensa auki kirjoitettuna. Yksi opiskelija käytti mahdollisuutta ja hänelle lähetin tekstin heti kirjoitettuani sen. Hän ei halunnut muuttaa vastauksiaan.

Tutkimuksen sisäisen pätevyyden eli tutkimuksen teorian ja käsitteiden määrittelyn sekä menetelmällisten ratkaisujen tulee olla järkevissä suhteissa keskenään, mikä osoittaa tutkijan tieteenalan hallintaa. Ulkoinen pätevyys tarkoittaa tulkintojen ja johtopäätösten suhdetta aineistoon. Ulkoinen pätevyys liittyy tutkijaan eikä tutkittavan käyttäytymiseen. (Eskola & Suoranta 2003, 212.) Koska opinnäytetyö oli uusi asia, mihin en ollut

perehtynyt aiemmin, oli tutkimustyön tekemiseen paneuduttava kunnolla. Tieteellisen työn tekemisen opetteluun täytyi käyttää riittävästi aikaa.

Otoskoko voidaan määritellä neljällä kysymyksellä eli mitkä ovat tutkimuksen tavoitteet, kuinka tarkkoja tuloksia halutaan saada, kuinka useita tekijöitä tarkastellaan samanaikaisesti ja kuinka homogeeninen perusjoukko on tutkittavan asian suhteen. (Hirsijärvi ym. 2007, 175.) Opinnäytetyössäni perusjoukko oli ammattikorkeakoulun opiskelijat ja ensimmäisenä rajasin otoksen koskemaan CDS-hankeeseen kuuluvia ammattikorkeakouluja. Toisena rajasin otosta kolmeen ammattikorkeakouluun, että vastaajia tulisi riittävästi, mutta aineiston haastattelujen kerääminen ei muodostuisi liian vaikeaksi tehtäväksi etäisyyksien vuoksi. Koska haastattelujen purkaminen vie aikaa, rajasin lopullisen otoksen yhdeksään haastateltavaan, että saan kuitenkin riittävästi vastaajia, vaikka joku ei lopulta osallistuisikaan haastatteluun. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda esille opiskelijoiden kokemuksia menetyksen jälkeisestä tilanteesta. Työn tulos ei ole yleistettävissä kaikkiin opiskelijoihin tai kouluihin, koska otos oli liian pieni yleistykseen. ”Analyysin kattavuus tarkoittaa sitä, että tulkintoja ei perusteta satunnaisiin poimintoihin aineistosta.” On myös pidettävä mielessä, että aineisto on koottu vain rajatusti. (Eskola & Suoranta 2003, 215.) Keräämästäni aineistosta analysoin kaikki vastaukset ja ne näkyvät opinnäytetyön tuloksissa. Kaikkien opiskelijoiden vastuksissa tuli esille osittain samoja asioita, että tulosten voi katsoa siltä osin olevan merkittäviä.

Aineiston riittävyttä on vaikea määritellä etukäteen, mutta aineistoa ei kuitenkaan kannata hankkia liikaa, vaan analysoida tarkasti pieni aineisto. Tulosta voi koetella laajemmassa aineistossa, vaikka menetelmä muistuttaakin aineistolähtöistä analyysia. (Eskola & Suoranta 2003, 215.) Aineistoa käsitellessä hain samalla lisää teoretietoa opinnäytetyöhön sekä kirjallisuudesta että tutkimuksista. Näin huomasin, että keräämäni aineiston tulokset tulevat esille teorioissa eli samalla testasin niitä laajemmassa aineistossa.

Laadullisen aineiston analysointi on aina tulkinnallista ja ristiriitaista kuten ihmistieteellinen tutkimus yleensä. Aineiston analyysin arvioitavuus ja toistettavuus tarkoittaa sitä, että lukija voi helposti seurata tutkijan päättelyä. Toistettavuutta osoittaa, että käytetyt luokittelu- ja tulkintasäännöt tulevat esille mahdollisimman yksiselitteisesti. Toisen tutkijan tulisi pystyä tekemään samoja sääntöjä soveltamalla samat päätökset. Se lisää luo-

tettavuutta. Täysin edellä mainittuihin kriteereihin ei voi päästä, koska kaikki tulkinta on jossakin määrin yksityistä. (Eskola & Suoranta 2003, 215–218; Hirsjärvi & Hurme 2008, 189; Holliday 2007, 164.) Mäkelän (1990) mukaan analyysin arvioitavuutta ja toistettavuutta voidaan lisätä luetteloimalla aineisto, pilkkomalla tulkinnat riittävän pieniin vaiheisiin ja nimenomaistamalla ratkaisu- ja tulkintasäännöt. Nimenomaistaminen tapahtuu siten, että lukija näkee aineistokatkelman, mistä tulkinta on tehty. Lukijalla on siten mahdollisuus olla joko samaa tai eri mieltä tulkinnasta. (Eskola & Suoranta 2003, 217.) Aineiston luokittelussa käytin lähteenä Tuomi & Sarajärven (2009, 108–113) teosta. Aineiston luokittelusta laitoin esimerkkejä raporttiin tarkasteltavaksi ja arvioitavaksi.

Objektiivisuus laadullisessa tutkimuksessa tarkoittaa esimerkiksi tutkijan omien uskomusten, asenteiden tai arvostusten erottamista tutkimuskohteesta. Tämä onnistuu parhaiten tunnistamalla omat subjektiivisuutensa. Jos esioletukset ovat niin voimakkaita, että niillä voi olla vaikutusta tutkimusasetelmaan tai tutkimustulokseen, ne täytyy tuoda esille tutkimusraportissa. (Eskola & Suoranta 2003, 17.) Minulla oli työntekijänä oletus siitä, että läheisensä menettäneet tarvitsevat apua, mutta se ei mielestäni vaikuttanut haastattelujen tuloksiin. Haastateltavien avun ja tuen tarpeet olivat läheisen menetyksen jälkeen toisistaan poikkeavia ja haastateltavat kertoivat niistä avoimesti.

Haastattelun käyttäminen aineiston keruumenetelmänä voi olla epäluotettava sen vuoksi, että haastateltava haluaa antaa haastattelutilanteessa itsestään mahdollisimman hyvän kuvan tai puhuu haastattelussa eri tavalla kuin puhuessaan samasta asiasta jossakin toisessa tilanteessa. Luotettavuuden kyseenalaisuus vaikuttaa tulosten yleistettävyyteen. (Hirsjärvi ym. 2007, 201–202.) Opinnäytetyössä opiskelijat kertoivat kokemuksistaan vapaasti ja todellisen kokemuksen mukaan. Joillakin opiskelijoilla oli ajatus, etteivät puhuisi liikaa ja asian vierestä. He eivät halunneet haastattelijan joutuvan purkamaan ”turhaa tekstiä”. Vakuutin, ettei ”turhaa tekstiä” ole asiassa, jossa kaikilla osallistujilla on omat kokemuksensa ja omanlainen tarve ja tapa kertoa kokemuksistaan.

Luotettavuuden arvioinnissa yksi arviointikriteeri on tutkimuksen kesto (Tuomi & Sarajärvi 2009, 141). Tämä opinnäytetyön tein kevään 2010 ja kevään 2011 välillä. Tutkimussuunnitelma hyväksyttiin syyskuussa 2010. Tutkimusluvat hankin syys-lokakuussa

2010. Aineiston keräsin ja litteroin marras-joulukuussa 2010. Viitekehyksen teoriaa keräsin keväästä 2010 saakka, joskin jouduin muokkaamaan sitä saadun haastattelumateriaalin mukaan. Keväällä 2011 analysoin aineiston ja kirjoitin raportin. Raportoinnissa esitellään tutkijan perustelut lähteä tutkimaan tiettyä kohdetta. Perusteluissa tuodaan esille sitä esiyymmärrystä, mikä tutkijalla oli ennen työhön ryhtymistä. Esiyymmärrys sisältää tutkimuksen alkuun sekä suuntaan vaikuttavia asioita, vaikka niille ei vielä ole ollut perusteita. (Hurtig & Laitinen 2003, 89; Varto 1992, 112–113.) Olin kiinnostunut kriisityöstä ja ihmisten auttamisesta hädän hetkellä ja kun CDS-hankkeeseen haettiin erilaisia kriisejä käsitteleviä opinnäytetöitä, aihe tuntui omalta. Kuitenkin sekä esihaastattelujen että oikeiden haastattelujen edetessä opinnäytetyöni luonne muuttui enemmän surutyön ja siihen tuen saamisen suuntaan. Kriisityötä sivuttiin hiukan joidenkin menestystapausten äkillisyyden vuoksi.

Opinnäytetyön aihetta tulkitsevat omalla tavallaan työntekijä, haastateltava ja työn lukija. Siksi tuloksia analysoitaessa täytyy pohtia useampia tulkintoja. Opinnäytetyön mittausten tarkoituksenmukaisuus eli vastaavatko mittaukset siihen, mitä oli tarkoitus mitata ja tulosten tulkinnat ovat yksi merkki työn pätevyydestä. Tuloksista tulisi saada yleistyksiä, millä voidaan vastata tutkimuskysymyksiin. Johtopäätökset perustuvat näihin yleistettyihin vastauksiin. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 151; Hirsjärvi ym. 2007, 224–225.) Tutkimuksen mittarin luotettavuutta voi haastattelututkimuksessa testata esimerkiksi kysymällä samaa asiaa eri tavoilla. Tutkijan on hyvä olla itse tietoinen aineiston laajemmasta merkittävydestä, että pystyy puolustamaan tutkimuksen tärkeyttä, mihin kuuluu sekä kohteen että tutkijan osuus tuotannosta. (Eskola & Suoranta 2003, 213–214.) Opintojen keskeyttäminen tai viivästyminen oli huomioitu opiskelupolitiikassa, mutta opiskelijoiden selviytymisestä läheisen kuoleman jälkeen oli vähän tutkimustietoa. Esimerkiksi KeVät-projektissa (Honkonen 2002) oli opintojen keskeyttämisen yhdeksi syyksi mainittu opiskelija vaikea elämän tilanne, kuten läheisen kuolema. Tällä opinnäytetyöllä oli tarkoitus tuoda tietoa, johtaako läheisen kuolema opintojen viivästymisiin tai jopa keskeyttämisiin.

7.3 Tulosten vertailua aiempiin tutkimuksiin

Euroopan sosiaalirahaston -rahoituksella toteutetussa Polulla – projektissa tehtiin kevään 2005 ja syksyn 2007 välillä kartoitus oppimisen esteistä viidessä nuorisoasteen opiskelijaryhmässä ja yhdessä aikuisopiskelijaryhmässä. Kaksitoista opiskelijaa ilmoitti läheisen kuoleman, vakavan sairauden tai vaikean elämäntilanteen oppimisen esteeksi. Koulujen opintokuraattoreilta tuli samanlaisia arvioita opintojen esteistä ja heiltä haetun avun syistä. Kaikissa tapauksissa ei eritelty, oliko kyseessä läheisen sairaus, kuolema tai oma avioero, mutta osassa ne mainittiin erillään. Opiskelijoita, joilla oma elämäntilanne oli opintojen esteenä, ei aina pystytty auttamaan vertaisryhmissä. Heidän ongelmansa olivat liian erilaisia. Heidät ohjattiin saamaan henkilökohtaista apua joko opintokuraattorilta tai koulun ulkopuolisista palveluista. (Marttila & Häkkinen 2008, 7, 35.) Tämän opinnäytetyön tulokset osoittivat, että opiskelijat saivat läheisen kuoleman jälkeen tukea useilta tahoilta. Läheisen kuolema aiheutti opiskelijoille kuitenkin tilanteita, joissa tukea tarvittiin enemmän. Opinnäytetyön tulosten mukaan opiskelijoille ei tarjottu tai he hakivat koululta vähän apua vaikeassa elämäntilanteessa. Tarvittava tuki löytyi koulun ulkopuolisilta tahoilta.

Australialaiseen tutkimukseen, missä oli kartoitettu auto-onnettomuudessa läheisensä menettäneiden kokemuksia toipumisesta, osallistuneet kertoivat oppineensa nopeasti, etteivät heidän luonnolliset tukiverkostonsa halunneet olla tukena menetyksen jälkeen (Breen & O'Connor 2010, 39). Sjöblom päätyi päättötyössään (2000, 39, 41) siihen tulokseen, että ammattiavulta toivottiin aktiivista roolia ainakin menetyksen alkuvaiheessa ja että läheisiltä voi tulla paineita surutyön nopeammasta läpikäymisestä. Toisaalta läheisten oma hätä vaikeutti apuna olemista, jolloin ammattiapu voi olla toimivampi, neutraali apu. Virolainen totesi opinnäytetyössään ”Puolison kuolema – leskien kokemuksia heidän saamastaan tuesta” (2001, 36–38), että ammattiavun ja läheisiltä saadun tuen laadussa oli eroja, sen mukaan kuinka paljon auttajilla oli aikaa paneutua surevan tilanteeseen ja taitoa kohdata sureva omana persoonana. Vaati herkkyyttä huomata surevan läheisen toiveita avusta. Myös Virolaisen tutkimuksessa tuli esille läheisten ajatus surun nopeasta ohi menemisestä. Tämän opinnäytetyön opiskelijoilla luonnolliset tukiverkostot olivat tukena, mikäli niitä oli olemassa. Kaikilla niitä ei ollut tai yhteinen suru esti tukena olemisen. Opiskelijat kuvasivat saaneensa apua vain, jos hakivat sitä itse tai

lähellä oli joku tuttu ihminen, joka huomasi avuntarpeen. Surun nopeasta ohimeneemisestä oli suurin ajatus opiskelijoilla itsellään.

”Ammattikorkeakoululaisten hyvinvointi 2004” – tutkimuksessa vastaajista 68 % tiesi, mistä hakea apua vaikeassa elämäntilanteessa, jos sitä tarvitsi ja 29 % vastaajista tiesi epämääräisesti avunsaantipaikan. Vain 2 % vastaajista ei tiennyt kenen puoleen kääntyä apua tarvitessa. Yleisimmin apua haettiin opiskelutovereilta ja muilta ystäviltä sekä omalta perheeltä. Opettajien apu koettiin jonkin verran luotettavana. Kolmasosa vastaajista oli hakenut apua opinto-ohjaajalta. Opiskelijatutorin apua oli saatu vain harvoin, tutor-toiminnan yleisyydestä huolimatta. Syyksi tutkimuksessa ajateltiin tutor-toiminnan painottumista opiskelujen alkuvaiheeseen sekä tutoroinnin informoivaa luonnetta. (Erola 2004, 24–26, 67, 88.) Tämän opinnäytetyön tulosten mukaan sukulaisten ja ystävien tuki oli useimmiten toimivaa. Opiskelutovereilta opiskelijat saivat apua jonkin verran. Opinto-ohjaajalta ei kukaan ollut hakenut tai saanut apua. Opettajien, tutor-opettajan tai ryhmänohjaajan apua ei koettu riittäväksi ja opiskelija-tutoreita ei mainittu lainkaan. Opinnäytetyön tulokset osoittivat, että opiskelijoilla oli jonkinlaista tietoa palveluista, mistä voisi saada apua läheisen kuoleman jälkeen. Järjestelmällistä tai selkeää kuvaa palveluista ei ollut. Jos palvelun olemassaolosta oli käsitys, palvelujen fyysinen paikka oli harvoilla tiedossa.

Erolan (2004) tutkimuksen mukaan lääkärille tai terveydenhoitajille pääsyssä oli eroja. Yleensä terveydenhoitajalle pääsyn ilmoitettiin olevan nopeampaa kuin lääkärille pääsyn. Palveluista käytettiin eniten terveydenhoitajan ja lääkärin palveluja ja vähemmän psykiatrin, psykologin, fysioterapeutin tai suuhygienistin palveluja. (Erola 2004, 31, 34). Suurissa yksiköissä oli enemmän opiskeluterveydenhuoltoon tyytyväisiä. Tyytyväisyys voi johtua siitä, ettei pienissä yksiköissä ollut omaa terveydenhoitajaa, vaan apu täytyi hakea paikalliselta terveysasemalta. (Lavikainen 2010, 122). Tämän opinnäytetyön tulosten mukaan harvan opiskelijan tiedossa oli sellainen terveydenhuollon henkilö, jonka luokse olisi voinut mennä hakemaan apua läheisen kuoleman jälkeen. Muutama opiskelija mainitsi terveysaseman, mutta koki sen liian vaikeana ja vieraana paikkana. Opiskelijoista ne, jotka olivat hakeneet ammattiapua terveydenhuollosta, kokivat, ettei aikoja saanut helposti.

Huumosen opinnäytetyön (2003) mukaan seurakunnan työntekijään ei kukaan ottanut yhteyttä oman surun käsittelyssä. Tulos kertoi, että seurakunnan kanssa oli vaikeampaa tehdä yhteistyötä kuin esimerkiksi jonkin muun järjestön kanssa. (Huumonen 2003, 22.) Diakoniatyöntekijöiden mukaan jokainen ihminen tuli kohdata kunnioittavasti. Hänen piti saada tunne hyväksytyksi tulemisesta omana itsenään sekä omasta ainutlaatuisuudesta ja tärkeydestään. Työssä nähtiin tärkeimpänä kiireettömyys, luottamuksellisuus sekä kokonaisvaltainen kohtaaminen ja läsnäoleminen kohtaamistilanteessa. Toisen osaan asettuminen ja asiakaslähtöisyys olivat lisäksi tärkeitä asiakkaan kohtaamisessa. Asiakaslähtöisyys tarkoitti vastaajien mielestä taitoa ja herkkyyttä havaita asiakkaan viestit eli se, mitä asiakas oikeasti halusi sanoa. Ihmisellä nähtiin olevan omat selviytymisen voimavarat, mutta niiden koettiin olevan välillä kadoksissa. (Rättyä 2009, 87, 89.) Tämän opinnäytetyön mukaan opiskelijat kaipasivat rauhallista ja heitä kuuntelevaa kohtaamista, mutta he eivät löytäneet sopivaa tahoja sitä varten. Edes opiskelijatyössä olevilta seurakunnan työntekijöiltä ei osattu hakea apua. Työntekijät olivat jääneet tuntemattomiksi, vaikka yhteystiedot olivat koulujen ilmoitustauluilla.

Livosen ja Mustalahden (2007, 54–55) nuorten leskien tuen tarpeesta tekemässä opinnäytetyössä kuvattiin, että pahimman surun vaiheessa oli hyvä olla joku, joka antoi tiedollista tukea. Lesket kertoivat, että omat voimat eivät surun keskellä riittäneet kaikkien asioiden hoitamiseen. Asioiden järjestäminen oli vaikeaa, ellei saanut riittävästi tietoa. Tämän opinnäytetyön tuloksissa usea opiskelija toi esille, ettei itse osannut lähteä hakemaan apua läheisen kuoleman jälkeen. Suru oli voimakas, minkä vuoksi jo pakollisten asioiden hoitaminen oli vaikeaa. Avun hakeminen jäi, vaikka sitä olisi tarvinnut.

Diakoniatyöntekijät olivat Rättyän (2009, 74, 77) tutkimuksessa tuoneet esille julkisten palvelujen heikentymisen. Heikentyminen oli johtanut siihen, ettei palveluja ollut helppoa löytää eikä niistä ollut riittävästi tietoa. Avun tarvitsijoilla ei ehkä ollut voimavaroja hakea apua tai he jäivät väliinputoajiksi, koska byrokratia esti nopean avun saamisen. Sama asia tuli esille tämän opinnäytetyön tuloksissa. Ellei palveluista ollut tarkkaa tietoa, ei niitä jaksettu lähteä etsimään. Silloin turvauduttiin lähimpään tuttuun auttajatahoon tai jatkettiin elämää ja opiskelu ilman apua.

Etelä-Suomen lääninhallituksen julkaisussa (2004) ”Yhtään nuorta ei ole vara menettää”, mainittiin yhtenä nuoren henkisen kehityksen vaurioittajana, hidastajana tai mielenterveydellisenä uhkana tärkeiden ihmisten menetys kuoleman tai avioeron kautta. Nuorten oireilun todettiin usein johtuvan useammista samanaikaisista tai kumuloituvista elämään vaikuttavista asioista. Jos ongelmat jäivät hoitamatta, ne voivat vaikuttaa nuoren elämään vielä aikuisuudessakin. (Laaksonen; Kaasalainen; Lund; Saikkonen & Parko 2004, 9-10.) Tässä opinnäytetyössä opiskelijat olivat monen ikäisiä, mutta aiempien vaikeiden elämäntilanteiden vaikutus surun voimakkuuteen tuli esille opinnäytetyön tuloksissa. Samoin opinnäytetyön tuloksissa näkyi läheisen menetyksen vaikutus elämään pitemmän ajan kuluttua.

Erolan tutkimuksessa perhe- tai muiden henkilökohtaisten syiden takia oli yhden päivän mittaisia poissa oloja opiskelusta 18,1 prosentilla. Henkilökohtaiset syyt oli kolmanneksi suurin yhden päivän poissaolojen syy. Pitempiä, 2-5 tai yli viiden päivän poissaoloja henkilökohtaisten syiden vuoksi ei ollut paljoa. (Erola 2004, 72.) Tämän opinnäytetyön tuloksissa virallisia poissaoloja läheisen kuoleman vuoksi ei ollut lainkaan tai niitä oli kolmesta päivästä kolmeen viikkoon. Opintojen jatkoajan hakeminen liittyi tehtävien valmiiksi saamiseen, mutta se ei aiheuttanut varsinaista poissaoloa koulusta.

Lavikaisen tutkimuksessa ”Opiskelijan ammattikorkeakoulu 2010” todettiin, että sosiaalinen opiskeluympäristö, opiskelutaidot sekä omat voimavarat olivat yhteydessä opintopisteiden kertymiseen lukuvuoden aikana. (Lavikainen 2010, 47.) Tutkimuksessa tuli lisäksi esille, että ammattikorkeakoulussa koettiin olevan liikaa kontakti- ja ryhmäopetusta ja liian tiukka läsnäolopakko, mitkä tekivät opiskelusta liian koulumaista (Lavikainen 2010, 66). Tämän opinnäytetyön tulokset osoittivat, että suurin osa läheisen kuoleman kokeneista opiskelijoista sai opintopisteitä entiseen tapaan. Osa opiskelijoista koki, että omat voimavarat joutuivat kovalle koetukselle. Voimavarojen väheneminen heijastui opiskelijan muuhun elämään väsymyksenä ja voimattomuutena. Myös koulumaisuus ja läsnäolopakko vaikeuttivat läheisen kuoleman jälkeistä jaksamista ja opiskelua.

Lavikaisen tutkimuksessa opiskelijat, jotka kokivat opiskelujensa edenneen tavoitteitaan hitaammin, ilmoittivat viivästymisen syyksi heikon opiskelumotivaation, työssä käynnin sekä vaikean elämäntilanteen. Vaikeaan elämäntilanteeseen kuuluivat erilaiset per-

hesyyt, terveydelliset syyt sekä perhe-elämän ja opiskelun yhteen sovittaminen. Opetukseen ja ohjaukseen liittyvien puutteiden, kuten opettajien joustamattomuuden, teottomien opetusmenetelmien, puutteellisen opintojen ohjauksen sekä opintojen vaativuuden ja työläyden koettiin hidastaneen opiskelua. (Lavikainen 2010, 50–53.) Tämän opinnäytetyön tulosten mukaan opiskelujen eteneminen vaikeutui, jos läheisen kuolemasta selviytyminen oli vaikeaa. Silloin opetukseen liittyvät puutteet, joustamattomuus tai opintojen vaativuus korostuivat opiskeluvaikeuksien taustalla.

Lavikaisen tutkimuksessa ammattikorkeakouluopiskelijoista suurin osa tunsi kuuluvansa ammattikorkeakoulunsa opiskelijoiden joukkoon. Toisaalta vahvoiksi koettujen alueiden eli voimavarojen, sosiaalisen ympäristön ja opiskelutaitojen voi ajatella olevan hyvä pohja opiskelukyvylle. Opiskelijat tarvitsivat loppuvaiheessa opiskelulle opettajan tai opinto-ohjaajan tukea, etenkin jos opinnot pitkittyivät. Mitä paremmin opiskelijat saivat tukea tarvitessaan, sitä vahvemmin se vaikutti opiskelukyvyn. Omiin voimavaroihin ja sosiaaliseen ympäristöön vaikutti eniten ystävien ja opiskelutovereiden tuki. (Lavikainen 2010, 100, 106, 109, 112). Tämän opinnäytetyön tuloksissa opiskelijat eivät kokeneet kouluympäristöä yhteisöllisenä missään ammattikorkeakoulussa. Sen vuoksi kouluympäristöä ei koettu opiskelua tukevana läheisen kuoleman jälkeen. Opettajilta tai opiskelutovereilta saatu tuki ei riittänyt omien voimavarojen lisäämiseen. Kaikki opiskelijat olivat kiinnittyneitä joihinkin muihin yhteisöihin, kuten sukuun, harjoitteluun tai omaan työpaikkaan. Mutta nekään eivät olleet kaikille vahvana tukena.

Rättyän tutkimuksessa nähtiin nuorten vaikeuksiksi opiskelupaineet kiireisen elämäntahdin ja tehokkuusvaatimusten seurauksena (Rättyä 2009, 74, 77). Tässä opinnäytetyössä kaikki opiskelijat kuvasivat opiskelujen jatkamisen pakoa, mikä seurasi tiukasta kurssi- ja valmistumisaikataulusta. Silloin surutyölle ei ollut tilaa. Osa opiskelijoista pystyi suremaan opiskelujen ohella, mutta kaikilta se ei sujunut.

7.4 Johtopäätökset

Opinnäytetyö tuotti uutta tietoa siitä, miten opiskelijat saavat tukea läheisen kuoleman jälkeen ja mitä tukea he silloin tarvitsevat. Tietoa tuli myös siitä, mitä seurauksia läheisen kuolemalla voi olla opintojen jatkamiseen.

Opinnäytetyön tulosten perusteella päädyin seuraaviin johtopäätöksiin:

1. Läheisen kuoleman jälkeen opiskelijat saivat tukea eri tahoilta, joille oli yhteistä tutuus aiemmista yhteyksistä. Kaikki opiskelijat eivät kokeneet saaneensa riittävää tukea.
2. Opiskelijat saivat läheisen kuoleman jälkeen lähinnä henkistä tukea. Tuki liittyi joko surussa myötäelämiseen tai arjen tukemiseen.
3. Läheisen kuoleman jälkeisessä tilanteessa opiskelijat kaipasivat eniten aikaa pysähtymiselle ja keskustelulle etenkin opettajien kanssa.
4. Läheisen kuoleman aiheutti osalle opiskelijoista vaikeuksia jaksamisessa ja opinnoista selviytymisessä. Alussa elämä ja opiskelu saattoivat mennä shokissa ja vasta myöhemmin tuli suruun liittyviä oireita, mitkä vaikeuttivat opintoja.

Kaikissa keskusteluissa sivuttiin opiskelijoiden aikaisempia kokemuksia samantyyppisistä tilanteista. Ne tulivat esille nykyiseen tilanteeseen vaikuttavina asioina, vaikka eivät kuuluneet varsinaiseen kysymysten alueeseen. Aiemmat menetykset lisäsivät viimeisimmän menetyksen voimakkuutta ja vaikutusta jaksamiseen. Toisaalta, ellei aiempia menetyskokemuksia ollut lainkaan, oli läheisen kuoleman käsitteleminen outo tilanne.

Tutkimusmateriaalia kerätessäni havaitsin, että esimerkiksi koulujen henkilökunnan kommentit tai kommentoimatta jättämiset olivat läheisen kuoleman jälkeen jääneet voimakkaasti haastateltavien mieleen. Mielestäni yllättävintä tuloksissa oli se, kuinka paljon koulun henkilökunnalta odotettiin henkilökohtaista tukemista läheisen menetyksen jälkeen.

7.5 Jatkotutkimushaasteet

Pohdin opinnäytetyötä tehdessäni, miksi läheisen kuoleman kokeneet opiskelijat eivät osaa hakea tukea tai apua seurakunnan työntekijöiltä, vaikka heitä olisi koululla opiskelijatyössäkin. Jatkotutkimushaasteena olisi tutkia, missä tilanteessa tai kuinka paljon opiskelijat hakevat apua seurakunnan työntekijöiltä läheisen kuoleman jälkeen.

Toisena jatkotutkimuskohteena voisi tarkastella miksi seurakunnan työntekijöiden toiminta on tuntematonta työntekijöiden yhteystiedoista huolimatta. Eli mitä oppilaitoksissa toimivat seurakunnan työntekijät voisivat tehdä, että heidät tunnettaisiin.

Tässä opinnäytteen vastaajiksi valikoitui opiskelijoita, jotka pystyivät jatkamaan opiskeluaan menetyksestä huolimatta. Kolmantena jatkotutkimushaasteena olisi kiinnostavaa tietää, kuinka paljon opintonsa keskeyttäneissä tai niissä, joilla opinnot viivästyvät, on sellaisia, jotka ovat keskeyttäneet menetyksen vuoksi.

8. LÄHTEET

- Aalto, Kirsti 2009. Suru ja kuolema. Teoksessa Aalto, Kirsti & Gothóni, Raili (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 65–82.
- Aho, Matti 2009. Hengellisen hoidon välineet. Teoksessa Aalto, Kirsti & Gothóni, Raili (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 47–64.
- Alasuutari, Pertti 1999. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Tampere: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Asetus koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta 2009/380. 28.5.2009. Viitattu 14.3.2011. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2009/20090380>
- Björklund, Liisa & Sarlio-Siintola, Sari 2010. Inhimilliset toimintavalmiudet suomalaisessa hyvinvointipolitiikassa. Artikkel. Teoksessa Hiilamo, Heikki & Saari, Juho (toim.) Hyvinvoinnin uusi politiikka – johdatus sosiaalisiin mahdollisuuksiin. Diakonia-Ammattikorkeakoulun julkaisuja A Tutkimuksia 27. Helsinki: Juvenes Print Oy. Viitattu 21.3.2011. http://www.diak.fi/files/diak/Julkaisutoiminta/A_27_ISBN9789524930932.pdf
- Breen, Lauren J. & O'Connor, Moira 2010. Acts of resistance: Breaking the silence of Grief following traffic crash fatalities. Artikkel. Death Studies 34(1) Viitattu 4.3.2011. Saatavissa <http://www.nelliportaali.fi>, EBSCO Academic Search Premier -aineisto.
- Dyregrov, Atle 1994. Katastrofipsykologian perusteet. Tampere: Vastapaino.
- Elenius, Jaakko 2003. Lähimmäinen spiritualiteetin tähtäyspisteenä. Teoksessa Häyrynen, Seppo, Kotila, Heikki & Vatanen, Osmo (toim.) Spiritualiteetin käsikirja. Helsinki: Kirja-paja. Sivut 113–128.
- Elstad, Gunnar 2003. Kun elämä satuttaa. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino.
- Erola, Hanna 2004. Ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointi 2004. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö selvityksiä 2004:16. http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=D LFE-3818.pdf
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2003. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

- Euroopan sosiaalirahasto i.a. Euroopan sosiaalirahaston (ESR) rahoittaman projektin kuvaus. Euroopan unioni; Euroopan aluekehitysrahasto; Euroopan sosiaalirahasto.
<https://www.eura2007.fi/rrtiepa/projekti.php?lang=fi&projektkoodi=S11125>
- Goldenberg, Matthew, Biggs, Quinn, Flynn, Brian & Mc Carrol, James 2009. Kirjaesittely George Bonannon teoksesta: *The Other Side of Sadness: What the New Science on Bereavement Tells Us About Life After Loss*. Basic Books 2009. Viitattu 5.3.2011. Saatavissa
<http://www.nelliportaali.fi>, EBSCO Academic Search Premier –aineisto.
- Gothóni, Raili & Jantunen, Eila 2010. Käsitteitä ja käsityksiä diakoniatyöstä ja diakonisesta työstä. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A Tutkimuksia 25. Tampere: Juvenes Print Oy. Viitattu 16.3.2011.
http://www.diak.fi/files/diak/Julkaisutoiminta/A_25_ISBN_9789524930895.pdf
- Hammarlund, Claes-Otto 2004. Kriisikeskustelu. Kriisituki, jälkipuinti, stressin ja konfliktien käsittely. Helsinki: Tietosanoma.
- Hanhirova, Marjaana & Aalto, Kirsti 2009. Ihmisen hengelliset tarpeet. Teoksessa Aalto, Kirsti & Gothóni, Raili (toim.) *Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä*. Helsinki: Kirjapaja, 9–24.
- Helin, Matti; Hiilamo, Heikki & Jokela, Ulla 2010. Diakoniatyö. Asiakkaan palveluksessa. Helsinki: Edita.
- Helne, Tuula; Julkunen, Raija; Kajanoja, Jouko; Laitinen-Kuikka, Sini; Silvasti, Tiina & Simpura, Jussi 2004. *Sosiaalinen politiikka*. Helsinki: Wsoy.
- Henttonen, Kai 1997. Voiko sen tehdä toisinkin. Diakoniatieteen lähtökohdat ja valinnat. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu. Sarja C. Oppimateriaalia 1997:1.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2004. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Holliday, Adrian 2007. *Doing and Writing Qualitative Research*. 2. painos. Lontoo: SAGE Publications Ltd.
- Honkonen, Risto 2002. Ammattikorkeakouluopintojen keskeyttäminen ja sen vähentäminen. KeVät-projektin arviointi. Hämeen ammattikorkeakoulu. Viitattu 27.2.2011.
<http://www3.hamk.fi/esr-kevat/verkkojulkaisut/Arviointiraportti.pdf>

- Howarth, Robyn A. 2011. Concepts and Controversies in Grief and Loss. Artikkel. Journal of Mental Health Counseling 33(1) 4–10. Viitattu 4.3.2011. Saatavissa <http://www.nelliportaali.fi>, EBSCO Academic Search Premier -aineisto.
- Hurtig, Johanna & Laitinen, Merja 2003. Kanta-aottavuus tutkimuksen eettisenä kysymyksenä. Teoksessa Pohjola, Anneli (toim.) Eettisesti kestävä sosiaalitutkimus. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja. Rovaniemi, 87–110.
- Huumonen, Tarja 2003. Kotipalvelussa työskentelevien hoitajien kokema suru ja avun tarve surutyössä. Opinnäytetyö. Oulu: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 6.3.2011. http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Oulu2003/Huumonen2003.pdf
- Iivonen, Miia & Mustalahti, Saara 2007. Nuoren lesken tuen tarpeet elämänhallintaan. Opinnäytetyö. Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. Viitattu 5.3.2011. <http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/17840/TMP.objres.461.pdf?sequence=2>
- Julkunen, Raija & Niemi, Riikka 2002. Mihin luotamme, kun luotamme hyvinvointivaltioon. Hyvinvointivaltio-luottamuksen ja epäluottamuksen polttopisteessä. Teoksessa Ruuskanen Petri (toim.) Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. Sivut 161–180.
- Karppanen, Eetu 2007. Kirkon rooli kollektiivisissa kriiseissä. Tampere: Kirkon tutkimuskeskuksen www julkaisuja 13. Viitattu 23.3.2010. http://www.ev1.fi/kkh/ktk/13_karppanen.pdf
- Kirkon tutkimuskeskus 2004. Kirkko muutosten keskellä. Suomen evankelisluterilainen kirkko vuosina 2000–2003. Tampere: Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 89. Viitattu 10.2.2011. [http://sakasti.ev1.fi/sakasti.nsf/0/4D9073DDB9C38745C22576F20030A70E/\\$FILE/Kirkko%20muutosten%20keskell%E4.pdf](http://sakasti.ev1.fi/sakasti.nsf/0/4D9073DDB9C38745C22576F20030A70E/$FILE/Kirkko%20muutosten%20keskell%E4.pdf)
- Koskela, Harri 2009. Miksi ja mitä varten Jumala? Lapsen menetyksen merkitys vanhemman spiritualiteetille. Licensiaattityö. Joensuun yliopisto. Viitattu 6.3.2011. http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20100005/urn_nbn_fi_uef-20100005.pdf
- Kunttu, Kristiina 2009. Opiskeluterveys koostuu monen toimijan yhteistyöstä. Artikkel. Työterveyslehti 1/2009. Viitattu 27.2.2011. http://www.terveysportti.fi/dtk/shk/avaa?p_artikkeli=ttl00577
- Kunttu, Kristiina & Huttunen, Teppo 2009. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2008. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 45. Tallennettu 10.7.2010. Tuloste tekijän hallussa.

- Kylmä, Jari & Juvakka, Taru 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Laaksonen, Pirjo; Kaasalainen, Marja; Lund, Mikko; Saikkonen, Aila & Parko, Veera 2004. Yhtään nuorta ei ole vara menettää. Nuorten osallisuuden edistäminen Etelä-Suomen läänissä. Toimintaohjelma. Helsinki: Etelä-Suomen lääninhallituksen julkaisuja 2004. Viitattu 12.4.2010.
<http://www.intermin.fi/lh/biblio.nsf/027650D14AFAB837C2256E900028>
- Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokila-Oikonen, Päivi 2010. Mitä on syrjäytymisen vastainen työ? Artikkel. Teoksessa Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokila-Oikonen Päivi (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi, 9–26.
- Lappalainen, Tarja 1998. Ehditkö istua vierelläni? Opas käytännön sielunhoitoon. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Lavikainen, Elina 2010. Opiskelijan ammattikorkeakoulu 2010. Tutkimus ammattikorkeakouluopiskelijoiden koulutuspoluista, koulutuksen laadusta ja opiskeluvyvästä. Opiskelijajärjestöjen tutkimussäätiö Otus rs 35/2010. Viitattu 27.2.2010.
http://otus.fi/images/opiskelijan_amk2010.pdf
- Lehto, Juhani; Kananaja, Aulikki; Kokko, Simo & Taipale, Vappu 2004. Sosiaali- ja terveydenhuolto. Helsinki: Wsoy.
- Lindqvist, Martti 1999. Surun tie. Juva: Wsoy.
- Love, Anthony. W. 2007. Progress in understanding grief, complicated grief and caring for the bereaved. Artikkel. Contemporary Nurse 27 (1) 73–83. Viitattu 5.3.2011. Saatavissa
<http://www.nelliportaali.fi>, EBSCO Academic Search Premier -aineisto.
- Malkavaara, Mikko 2006. Mitä diakonia on tänään Suomessa? Artikkel. Diakonian tutkimus-aikakauskirja 1/2006. Diakonian tutkimuksen seura ry. Sivut 32–38. Viitattu 19.3.2011.
http://dts.fi/dokumentit/DT_nr1_2006_final.pdf
- Marttila, Marjaana & Häkkinen, Johanna 2008. Polulla-projekti – Erityistä tukea ammattikorkeakouluopinnoissaan haasteita kokeneille. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja C Katsauksia ja aineistoja 12.
http://www.diak.fi/files/diak/Julkaisutoiminta/C_12_ISBN_9789524930444.pdf
- Murtomaa, Markku; Narumo, Reija; Poijula, Soili; Ponteva, Matti; Rousu, Sirkka & Saari, Salli 1998. Traumaattisten tilanteiden psykososiaalinen tuki ja palvelut. Helsinki: Sosiaali- ja Terveysministeriön monisteita 1998:1. Viitattu 27.4.2010.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=D_LFE-8620.pdf

- Myllärniemi, Jyrki 2010. Seurakuntien diakoniatyön ja kunnan sosiaalitoimen välinen yhteistyö Espoossa. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Järvenpää. Viitattu 21.3.2011.
https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/22605/Myllarniemi_Jyrki.pdf?sequence=1
- Mäkelä, Raimo 2006. Murtunutta hän ei muserra. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Opetusministeriö 2008. Koulutus ja tutkimus 2007–2012. Kehittämissuunnitelma. Opetusministeriön julkaisuja 2008:9 Viitattu 26.2.2011.
<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2008/liitteet/opm09.pdf?lang=fi>
- Opetusministeriö 2009. Opetusministeriön, Diakonia-ammattikorkeakoulu osakeyhtiön ja Diakonia-ammattikorkeakoulun välinen sopimus kaudelle 2010–2012. Viitattu 27.2.2011.
http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Koulutus/ammattikorkeakoulu-tus/hallinto_ohjaus_ja_rahoitus/tavoitesopimukset/sopimukset1012/Sopimus_2010-2012_Diak.pdf
- Opetus- ja kulttuuriministeriö i.a. Opetus ja tutkinnot ammattikorkeakoulussa. Viitattu 27.2.2011.
http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/ammattikorkeakoulutus/opiskelu_ja_tutkinnot/#
- Opetus- ja kulttuuriministeriö 2011. Korkeakoulut 2011-yliopistot ja ammattikorkeakoulut. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:10. Viitattu 25.2.2011.
<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2011/liitteet/okmtr10.pdf?lang=fi>
- Paajanen, Taina 2008. Diakonia- ja sosiaalityö kumppaneina sosiaalisen työn kentällä. Diakonia- ja sosiaalityöntekijöiden konstruoimana. Pro Gradu. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Viitattu 21.3.2011.
<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu03479.pdf>
- Petrelus, Päivi 2002. Sosiaalityöntekijänaiset. Marginalisoituja toimijoita työelämässä? Teoksessa Juhila, Kirsi; Forsberg, Hannele & Roivainen, Irene (toim.) Marginaalit ja sosiaalityö. Jyväskylän yliopisto: Kopijyvä Oy. Sivut 188–210.
- Pohjola, Anneli 2003a. Tutkijan eettiset sitoumukset. Teoksessa Pohjola, Anneli (toim.) Eettisesti kestävä sosiaalitutkimus. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja. Rovaniemi, 53–68.
- Pohjola, Anneli 2003b. Eettinen kestävyys. Loppusanat. Teoksessa Pohjola, Anneli (toim.) Eettisesti kestävä sosiaalitutkimus. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja. Rovaniemi, 127–131.

- Pohjolan-Pirhonen, Carita & Aalto, Kirsti 2009. Hengellinen tuki suuronnettomuuksissa. Teoksessa Aalto, Kirsti & Gothóni, Raili (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 139–150.
- Pojjula, Soili 2007. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. Helsinki: Kirjapaja.
- Pojjula, Soili 2010. Väkivaltainen kuolema, omaisen selviytyminen ja avun merkitys Ensimmäinen kansallinen tutkimus henkirikosuhrien omaisista. II surukonferenssi 16.3.2010. Viitattu 21.4.2010.
<http://www.huoma.fi/tiedostot/Vakivaltainen-kuolema,-omaisen-selviytyminen-ja-avun-merkitys.pdf>
- Price, Carolyn 2010. The Rationality of Grief. *Inquiry* 53 (1), 20-40.
 Viitattu 4.3.2011. Saatavissa
<http://www.nelliportaali.fi>, EBSCO Academic Search Premier -aineisto.
- Punainen Risti i.a. Tarvitsetko henkistä tukea? Tunnista reaktiot. Viitattu 5.7.2010.
http://www.redcross.fi/apuajatukea/henkinentuki/fi_FI/index/
- Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Helsinki: Kirjapaja.
- Raunio, Kyösti 2004. Olennainen sosiaalityössä. Helsinki: Gaudeamus.
- Ruishalme, Outi & Saaristo, Liisa 2007. Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Tammi.
- Ruuskanen, Petri 2002. Sosiaalinen pääoma hyvinvointipoliittisessa keskustelussa. Johdanto. Teoksessa Ruuskanen Petri (toim.) Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 5–27.
- Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 22–56.
- Räsänen, Johanna 2005. Sielunhoito selviytymisen tukena sairaudessa ja kriiseissä. Kyselytutkimus terveydenhuollon potilaille ja työntekijöille. Kirkon tutkimuskeskuksen www- julkaisuja 7. Tampere. Viitattu 16.8.2010.
[http://apostoli2.evl.fi/julkaisut.nsf/0/48B5FC267964EC72C225737E003FF877/\\$file/7_rasanen.pdf](http://apostoli2.evl.fi/julkaisut.nsf/0/48B5FC267964EC72C225737E003FF877/$file/7_rasanen.pdf)
- Rättyä, Lea 2009. Diakoniatyö yksilöllisenä ja yhteisöllisenä auttamisena yhteiskunnallisessa muutoksessa. Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Viitattu 8.3.2011.
http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-951-27-1309-7/urn_isbn_978-951-27-1309-7.pdf

- Rättyä, Lea 2004. Diakoniatyöntekijöiden kuvauksia työstään ja siinä jaksamisestaan. Lisensiaattitutkimus. Oulun yliopisto. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A Tutkimuksia 24. Viitattu 6.3.2011.
http://www.diak.fi/files/diak/Julkaisutoiminta/A_24_ISBN_9789524930833.pdf
- Saari, Salli 2000. Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Otava.
- Samulin, Helena 2007. Kriisit. Teoksessa Pohjolan-Pirhonen, Carita; Poutiainen, Kirsti & Samulin, Helena (toim.) Kriisityön käsikirja. Helsinki: Kirjapaja, 11–25.
- Seppänen, Jukka 2010. Psykkisiin kriiseihin liittyvä hengellinen tuki ja sielunhoito. Artikkel. Diakonian tutkimus – lehti 1/2010. Diakonian tutkimuksen seura
- Sjöblom, Mikael 2000. Elämä elettävänä kuolemasta huolimatta – kuinka kohdata itsemurhan tehneen läheinen. Järvenpää: Diakonia-ammattikorkeakoulu kirjasto- ja tietopalvelut. Viitattu 23.3.2010.
http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Jarvenpaa2000/SjblomMichael.pdf
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2009. Traumaattisten tilanteiden psykososiaalinen tuki ja palvelut. Opas kunnille ja kuntayhtymille. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2009:16. Helsinki: Viitattu 21.4.2010.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=D_LFE-10736.pdf
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2005. Kirkon valmiussuunnittelun yleisperusteet. Viitattu 21.4.2010. Tuloste tekijän hallussa.
[http://apostoli2.evl.fi/Kriisi-in-fo.nsf/0/3F1BF6987A5EA8DAC22575750050336B/\\$FILE/Kirkon_valmiussuunnittelun_yleiset_perusteet.pdf](http://apostoli2.evl.fi/Kriisi-in-fo.nsf/0/3F1BF6987A5EA8DAC22575750050336B/$FILE/Kirkon_valmiussuunnittelun_yleiset_perusteet.pdf)
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko i.a. Kristillisen toiminnan keskeisin periaate nousee Kultaisesta säännöstä. Viitattu 6.3.2011.
<http://evl.fi/EVLfi.nsf/Documents/BA5100719470EA29C22570590036EB8D?OpenDocument&lang=FI>
- Suomen Mielenterveysseura i.a. Tarvitsetko tukea. Viitattu 5.7.2010.
http://www.mielenterveysseura.fi/tukea_ja_apua
- Tiittula, Liisa; Rastas, Anna & Ruusuvuori, Johanna 2005. Kasvokkaisesta vuorovaikutuksesta tietokonevälitteiseen viestintään. Virtuaalihaastattelun näkymiä. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 264–271.
- Toivonen, Timo 1999. Empiirinen sosiaalitutkimus. Filosofia ja metodologia. Helsinki: Wsoy.

- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.
- Vaarnanen, Jukka 2001. Köyhyys on mahdollisuuksien köyhyyttä. Teoksessa Diakonian vuosikirja 2001. Diakonian näköaloja kolmannelle vuosituhannelle. Helsinki: Diakonia ry, 98–101.
- Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2010. Lähimmäisvastuu Suomessa – ketä kiinnostaa? Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 5.3.2011.
http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=41970&name=DLFE-1001.pdf
- Varto, Juha 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Virolainen, Eija-Liisa 2001. Puolison kuolema. Leskien kokemuksia heidän saamastaan tuesta. Opinnäytetyö. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 24.3.2010.
http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2001/VirolainenEija-Liisa.pdf
- Vuokila-Oikkonen, Päivi & Kainulainen, Sakari 2010. Sosiaalisen pääoman mittaria kehittämässä ammattikorkeakouluihin. Artikkel. Kever-Osaaja, vol 1, No 2/2010. Viitattu 12.7.2010.
<http://www.kever-osaaja.fi/index.php/K-O/article/viewFile/1229/1141>
- Välimäki, Petri 2006. Lähellä ihmistä. Sielunhoidon opas. Helsinki: Kustannus Oy Uusi tie.
- Yeung, Anne Birgitta 2007. Diakonia ristipaineiden aallokossa – diakonian työnäky ja suhde hyvinvointivaltioon. Artikkel. Diakonian tutkimus -aikakauskirja 1/2007. Viitattu 6.3.2011.
http://dts.fi/dokumentit/diakonia1_07%5B1%5D.pdf

LIITE 1: Opinnäytetyön haastattelukysymykset

Opiskelijoiden kokemuksia avun tarpeesta ja avun saamisesta läheisen kuoleman jälkeen.

Haastattelukysymykset:

1. Milloin olet aloittanut opiskelun ammattikorkeakoulussa?
2. Mikä on opintojesi suuntautumisvaihtoehto?
3. Missä vaiheessa opintojasi olet menettänyt läheisesi?
4. Miten kuvaisit suhdettasi menettämääsi läheiseesi?
5. Oliko menetys odotettavissa vai tuliko se yllättäen?
6. Millaista tukea sait läheisen kuoleman jälkeen?
7. Mistä sait tukea läheisesi kuoleman jälkeen?
8. Mitä muuta tukea olisit kaivannut?
9. Pystyitkö jatkamaan opiskeluasi alkuperäisen suunnitelman mukaisesti menetyksen jälkeen?/ Miten jatkoit opiskeluasi menetyksen jälkeen? /Miten menetys vaikutti opiskeluusi?
10. Jos opiskelussasi oli ongelmia, millaisia ne olivat?
11. Ellet hakenut apua läheisesi kuoleman jälkeen, miksi et?
12. Tiesitkö, mistä voit saada apua?
13. Miten muuten läheisesi menetys vaikutti opiskeluusi?