

KOULUIKÄISEN LAPSEN SURU

Miten vanhempana autan 1.-6. -luokkalaista lasta
kun läheinen kuolee?

Tania Irene Proctor

Opinnäytetyö
Huhtikuu 2014

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala





Tekijä PROCTOR, Tania Irene	Julkaisun laji	Päivämäärä
	Opinnäytetyö	07.04.2014
	Sivumäärä	Julkaisun kieli
84	Suomi	Verkojulkaisulupa myönnetty (X)
Työn nimi KOULUIKÄISEN LAPSEN SURU – Miten vanhempana autan 1.-6. -luokkalaista lasta kun läheinen kuolee?		
Koulutusohjelma Sosiaali-alan koulutusohjelma		
Työn ohjaajat TAPANINEN, Eero, SIMILÄ-PEURA, Asta		
Toimeksiantaja Jyväskylän Kriisikeskus Mobile		
Tiivistelmä <p>Kouluikäisen lapsen surua käsittelevä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen kanssa. Toiminnallisen työn päämääränä oli luoda kriisityössä käytettävä asiakkaille suunnattu selkeä ja helppolukuinen vihko. Vihkoa tarvittiin tukemaan vanhempaa auttamaan kouluikäistä, 1.-6. -luokkalaista lasta kohtaamaan läheisen kuoleman aiheuttama suru.</p> <p>Kouluikäisen lapsen suru -vihkoon koottiin tärkeimmät asiat, jotka voivat olla vanhemmalle avuksi. Asioiksi valittiin: miten lapselle voi kertoa läheisen kuolemasta, miten kunkin ikäiset lapset ymmärtävät kuoleman, mitkä ovat tyypillisiä ja tavallisia surureaktioita, kuinka lapsen voi ottaa mukaan hautajaisiin ja vainajan näkemiseen sekä miten tapahtunutta voi käsitellä koulussa. Opinnäytetyön tavoitteeksi muodostui Kouluikäisen lapsen suru -vihkon luominen sekä selkeän opinnäytetyöraportin kirjoittaminen vihkon taustaksi ja pohjaksi.</p> <p>Opinnäytetyöraportti kirjoitettiin suurelta osin Kouluikäisen lapsen suru -vihkon tietoperustasta, mihin vihkoa huomattavasti laajemmin kirjattiin yllä luetellut aiheet. Tietoperusta kerättiin aihetta käsittelevästä kirjallisuudesta, tutkimuksesta, artikkeleista ja vihkon kaltaisesta tukimateriaalista. Tietoperustaan koottiin teoriaa, keskeisiä käsitteitä, käytännön kehoituksia ja lasten kokemuksia.</p> <p>Raporttiin sisällytettiin myös Kouluikäisen lapsen suru -vihkon luomisprosessin avaamista, käsittelyä ja pohdintaa. Raportin loppuun kirjattiin kriisimateriaalin tekemiseen, sanavalintoihin, ulkoasuun ja kuvittamiseen liittyviä vaiheita. Raporttia tahdittamaan lisättiin Kouluikäisen lapsen suru -vihkoon tehdyt kuvat ja sisällöt. Kriisityössä käytettävän materiaalin tekemiseen liittyi paljon asiakaslähtöistä harkintaa sanojen, kuvien ja ulkoasun kokonaisuutta luotaessa. Lopulta valmis Kouluikäisen lapsen suru -vihko täytti alussa asetetut tavoitteet. Vihkon kohderyhmä kasvoi siihen tehtyjen kuvien myötä vanhemmista myös sureviin lapsiin.</p>		
Avainsanat: alakoulu, auttaminen, Jyväskylän Kriisikeskus Mobile, kriisi, kriisikeskusmateriaali, kouluikä, kuolema, lapsi, selviytyminen, suru, surutyö, toiminnallinen opinnäytetyö, vanhempi, vanhemman tuki		
Muut tiedot		



Author	Type of publication	Date
PROCTOR, Tania Irene	Bachelor´s Thesis	07042014
	Pages	Language
	84	Finnish
		Permission for web publication (X)
Title GRIEF OF A SCHOOL AGED CHILD – How to, as a parent, help a primary school age child when a loved one dies?		
Degree Programme Social care		
Tutors TAPANINEN, Eero, SIMILÄ-PEURA, Asta		
Assigned by Jyväskylä Crisis centre Mobile		
Abstract <p>This thesis on the grief of a school aged child was implemented in cooperation with the Crisis Centre Mobile in Jyväskylä. The goal of this functional thesis was to create an explicit and easily understandable booklet aimed to be used with clients in crisis work. The booklet was needed to support parents who have to help their 1-6 graders face grief caused by the death of a loved one.</p> <p>The booklet deals with the most important issues with which parents might need support. The issues were: telling the child about the death of a loved one, how children in different ages understand death, typical and normal grief reactions, taking the child to the funeral and to see the deceased, and, dealing with the child's loss at school. The objective was to create a booklet on children's grief and to write a clear thesis report as a background and basis for the booklet.</p> <p>The major part of the thesis report was written on the knowledge base of the booklet. The knowledge base dealt with the above issues on a considerably larger scale. The knowledge base was constructed by reviewing related literature, research, articles and booklet-like support materials that contributed to the topic. The base includes theory, central concepts, practical implications and children's experiences.</p> <p>The report also explains the phases of creating the booklet and a reflection on the process. Within the report text there are pictures of the booklet illustrating the material created for the crisis centre. A great deal of client-based consideration about the use of words, illustrations and layout was needed in making the material for crisis work. In the end the booklet met the pre-set goals. The target group of the booklet grew to include also the grieving children and not just the parents.</p>		
Keywords: bereavement, child, coping, crisis, crisis centre material, death, functional thesis, grief, Jyväskylä Crisis Centre Mobile, parent, primary school, school age		
Miscellaneous		

Sisältö

1 Johdanto	3
2 Työn toteutus ja luonne	5
3 Mihin tarpeeseen työ vastaa?	8
4 Keskeiset käsitteet	12
4.1 Kriisi.....	12
4.2 Kuolema	15
4.3 Suru	17
4.4 Lapsi ja vanhempi	20
5 Miten vanhempana autan lasta kun läheinen kuolee?	20
5.1 Miten kerrot lapselle kuolemasta	23
5.2 Mitä kuolema on?.....	26
5.3 Miten lapsi reagoi kuolemaan?	29
5.4 Ota lapsi mukaan.....	38
5.5 Kuoleman käsitteleminen koulussa.....	44
6 Eri näkökulmia menetykseen	50
7 Lapsen suru – vanhemman suru	55
8 Kouluikäisen lapsen suru -vihko	56
8.1 Yhteistyö kriisikeskus Mobilen kanssa.....	57
8.2 Akuutissa kriisissä käytettävän materiaalin tekeminen.....	58
8.3 Kuvittamien.....	60
8.4 Miten vihko toimii?.....	64
9 Loppupohdinta	66
Lähteet.....	70
Liitteet	73
Liite 1: Kouluikäisen lapsen suru -vihko ja Sinun surusi -aukeama.....	73
Liite 2: Lasten tulkintoja kuvista.....	80
Liite 3: Sähköpostitiedustelu.....	83
Liite 4: Haastattelukutsu Käpy ry:n suljettuun Facebook-ryhmään.....	84

Kuviot

Kuvio 1. Ruusupoika.....	3
Kuvio 2. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.1	10
Kuvio 3. Nukkumaanmeno	18
Kuvio 4. Puputyttö	19
Kuvio 5. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.2	24
Kuvio 6. Minua pelottaa.....	25
Kuvio 7. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.3	28
Kuvio 8. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.4	30
Kuvio 9. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.5	31
Kuvio 10. Eteenpäin	37
Kuvio 11. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.6	39
Kuvio 12. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.7	45
Kuvio 13. Kaverikuva	48
Kuvio 14. Sanavalinnat	59
Kuvio 15. Ensimmäiset kokeilut	60
Kuvio 16. Enemmän lapsen näköisiä	61
Kuvio 17. Aikuiset lasten seurassa.....	61
Kuvio 18. Onnistuneita kuvia.....	62
Kuvio 19. Ei ihan onnistunut.....	63
Kuvio 20. Vaihe vaiheelta valmiiksi	63
Kuvio 21. Helposti onnistuneita kuvia.....	64
Kuvio 22. Opinnäytetyön prosessi	66

1 Johdanto

Läheisen ihmisen kuollessa lapsi tarvitsee vanhemman tukea. Hän tarvitsee vanhempaansa surun kohtaamisessa, ymmärtämisessä ja käsittelyssä aivan kuten vanhempikin tarvitsee surussa tukea ja turvaa. Lapsella on oma tapansa surra.



Kuvio 1. Ruusupoika

Lapsen suru ja läheisen ihmisen kuolema on universaali aihe, joka on aina ajankohtainen. Minulle siitä tuli ajankohtainen, kun kysyin Jyväskylän Kriisikeskus Mobilesta opinnäytetyön aiheita ennen sinne harjoitteluun menoa. Mobilen työntekijät tarjosivat minulle muutamaa vaihtoehtoa ja tartuin niistä yhteen. Yksi heidän ajankohtaisista tarpeistaan oli tuottaa kouluikäisen lapsen surua käsittelevä materiaali, jota he voisivat jakaa kriisissä oleville perheille. Kriisikeskuksella oli jo entuudestaan olemassa Lapsen suru -niminen vihko, jonka yksi heidän työntekijöistään oli jo kymmenisen vuotta sitten tehnyt. Olemassa oleva vihko on suunnattu pienten alle kouluikäisten lasten vanhemmille. Jo monen vuoden ajan Mobilessa on ajateltu, että vastaavanlaista vihkoa tarvitaan isompien lasten surusta. Tästä jo pitempään kypsyneestä tarpeesta alkoi minun opinnäytetyöni.

Tämä työ on siis työelämälähtöinen ja toiminnallinen. Jyväskylän Kriisikeskus Mobile toimii työn tilaajana ja koska tuotan heille kriisityössä käytettävän materiaalin, työni ei painotu tutkimukseen, vaan työelämälähtöiseen toiminnallisuuteen. Tavoitteenani on tuottaa käytännöllinen työelämään soveltuva auttamisen materiaali Kriisikeskus Mobilelle ja kirjoittaa sen taustaksi ja pohjaksi selkeä opinnäytetyöraportti, josta heijastuu työni taustatutkimus, prosessi, järjestelmällisyys ja harkinta. Omat tavoitteeni perustuvat yleisiin toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteisiin (Airaksinen & Vilka, 2003, 9-10).

Kuvailisin työtäni männyn poikkileikkauksena. Sen alku ja loppu on kuorta ja keskiosa tietoperustaa. Alussa avaan opinnäytetyöni luonnetta toiminnallisena prosessina, ja kirjoitan työn toteuttamistavoista, sekä kerron tarkemmin Kouluikäisen lapsen suru-vihkosta, sen taustoista, tyylistä ja tavoitteista. Lopussa käsittelen tuotoksen teko-prosessia laajemmin, yhteistyötä Kriisikeskus Mobilen kanssa, vihkon luomisen vaiheita sekä valmiin vihkon pohjalta arvioimiamme lopputuloksia. Pohdin myös työn luotettavuutta ja reflektoin osaamistani, onnistumistani ja työn eri käännteitä. Kuoren sisällä olevassa keskiosan tietoperustassa avaan keskeisiä käsitteitä, kriisiä, kuolemaa, surua, lasta ja vanhempaa. Syvemmin aiheeseeni pureutuva tietoperusta koostuu samoista aiheista ja osin samoista otsikoista kuin itse Kouluikäisen lapsen suru -vihko, sekä sen lisäksi muutamasta lisäkappaleesta, jotka koin tärkeiksi täydentämään vihkoa. Männyn kuori on työni lähtökohta ja lopputulos. Keskellä on itse aines, syklit, tieto ja teoria.

2 Työn toteutus ja luonne

Työskentelyni on ollut monivaiheista ja vaiheita on ollut monisävyisesti. Olen luke-
nut, pohtinut, hautonut, piirtänyt, värittänyt, kirjoittanut ja kirjoittanut ja kirjoittanut,
lukenut tekstiäni ääneen, väännellyt sanoja, ollut pikkutarkka, tuijottanut ruutua ja
kursoria, leikkinyt sisällysluettelolla, maalaillut kokonaiskuvaa ja koonnut palasia
yhteen. Työni on ollut prosessina ajallisesti pitkä, mutta valmistumisessaan lopulta
melko nopea. Sain työn aiheen jo 2013 vuoden tammikuussa, mutta aloitin opinnäyte-
työraportin varsinaisen kirjoittamisen ja Kouluikäisen lapsen suru -vihkon työstämisen
vasta vuodenvaihteessa 2013–2014.

Olen kirjoittanut ja toteuttanut toiminnallisen opinnäytetyön. Toiminnallisen opinnäy-
tetyön prosessiin kuuluu vaiheittainen tiedon keräämisen, raportoinnin ja työn tuotok-
sen luomisen vuorovaikutus (Airaksinen & Vilkkä 2003, 68). Toiminnallisuuden
myötä tekstissä näkyy luovuus, työelämälähtöisyys ja työelämästä tuleva käytännön-
läheisyys. Perinteisen raportoivan opinnäytetyötekstin lisäksi sisällytän tähän työhön
tarinallista kerrontaa, runoja sekä suoraan asiakkaille suunnattua puhetta. Tekstin
lomassa on Kouluikäisen lapsen suru -vihkon sivuja sekä erillisiä kuvia havainnollis-
tamassa lopullista tuotosta. Tavoitteeni on, että virallisemmän tekstin ja luovempien
menetelmien välillä olisi luonteva dialogi. Tällainen tuotoksen kohderyhmää puhutte-
levan ja raportin tutkimuksellisen tekstin vuoropuhelu on tyypillistä toiminnallisille
opinnäytetöille (Airaksinen & Vilkkä 2003, 65). Painopisteeni on kuitenkin opinnäy-
tetyölle tyypillisessä tekstittämisessä. Muunlainen kirjoittaminen ja kuvittaminen toi-
mivat ikään kuin sivuroolissa ”elämän äänenä” kuvaamassa sitä todellisuutta, missä
tuotostani tullaan käyttämään.

Yli puolet tämän opinnäytetyön tekstistä on kirjallisuuden pohjalta koottua tietoa lap-
sen surusta, josta tärkeimmän poimien olen koonnut Kouluikäisen lapsen suru
-vihkon. Opinnäytetyöni ollessa toiminnallinen, siihen ei kuulu varsinaista tutkimus-
osiota, mutta teksti on kirjoitettu tutkimuksellisella otteella. Toiminnallisessa opinnäy-
tetyössä ei tarvitse välttämättä käyttää tutkimuksellisia menetelmiä, mutta raportoin-
nin on täytettävä tietyt tutkimukselliset vaatimukset (Airaksinen & Vilkkä 2003, 56,
82). Sen sijaan että opinnäytetyöni pyrkisi tutkimaan kouluikäisen lapsen surua tietyin
määrällisin tai laadullisin menetelmin, se heijastaa jo olemassa olevan kirjallisuuden
pohjalta aiheeni mukaan rajattuja tärkeitä teemoja. Tämän opinnäytetyön tietoperusta

koostuu kirjallisuuskatsauksesta aiheeseen. Olen tutkinut opinnäytetyön laajuuden rajoissa sopivan määrän lapsen surua käsittelevää kirjallisuutta, tutkimuksia, artikkeleita ja vihkoa vastaavaa tukimateriaalia, ja poiminut lukemastani aiheita ja asioita, jotka koen ja luen tärkeiksi Kouluikäisen lapsen suru -vihkoa ajatellen.

Työn aihe rajautui melko helposti alusta asti. Kriisikeskus Mobilen tarve nimenomaan vanhemmalle annettavasta, kouluikäisen lapsen surua käsittelevästä materiaalista oli rajauksen lähtökohta. Aihetta vaikeampi rajausta tapahtui kirjallisuuden kohdalla. Huomasin jo työtä aloittaessa, että suoraan oman aiheeni rajaukseen oli tarjolla vähän aineistoa. Lapsi: alakouluikäinen, suru: läheisen kuolema, auttaminen: vanhemman apu – oli vaikea löytää vastaavaa materiaalia. Sen sijaan näitä erillisiä otsikoita käsittelevää kirjallisuutta on todella paljon. Lapsen kasvuun ja kehitykseen, kouluun, itse kuolemaan ja suruun, vanhemmuuteen ja kiintymyssuhteisiin liittyvää kirjallisuutta on runsaasti. Lähdin siis rajaamaan rönsyävää ”läheltä liippaa” -kirjallisuutta.

Suomessa on kirjoitettu yksi kattava teos nimenomaan lapsen surusta, Soili Poijulan Lapsi ja kriisi. Norjalaisen psykologin Atle Dyregrovin teokset ovat alan kirjallisuuden keskiössä. Hän kirjoittaa lapsen surusta monipuolisesti. Hän antaa kirjassaan Lapsen suru käytännön neuvoja siitä, miten huolehtia läheisensä menettäneestä lapsesta. Huomasin pian, että löytämäni pro gradu -tutkielmat, opinnäytteet, oppaat, artikkelit ja kirjat usein viittasivat Dyregrovin teksteihin. Tutkimani kirjallisuus pitkälti toistaa Dyregrovin sanoja ja havaintoja.

Muun käyttämäni kirjallisuuden kohdalla olen tehnyt niin, että olen soveltanut sitä rajaukseeni. Monissa lukemissani teoksissa näkökulma oli eri kuin minulla. Usein niissä ammattilaiset kuten opettajat, psykologit, kuraattorit, sairaanhoitajat ja sosiaalityöntekijät olivat tekstin kohdeyleisöä. Tällöin teksti on kirjoitettu eri tavalla kuin, mihin itse pyrin. Se, että kohdeyleisöni on tavallinen vanhempi, joka voi olla mistä ammattiryhmästä tahansa, persoonallisuudeltaan minkälainen hyvänsä ja ikähaarukakin voi olla laaja, luo minulle vapauden, haasteen ja avoimuuden kirjoittaa vanhemmalle, lapsesta huolta pitävälle läheiselle. Olennainen osa opinnäytetyötäni on tavallisen ihmisen näkökulma – ihmisen, joka itsekkin elää kriisissä ja surussa. Tällöin ohjeiden, puheen ja tekstin tulisi olla heidän ”kielellään”, tavallisesti ja suoraan ilmaistua, kaikkea muuta kuin ammattisanastoa. Kohderyhmän tarkka määrittäminen

on edellytys selkeälle, päämäärätietoiselle tuotokselle ja sen harkittu kohdentaminen edesauttaa työn ja aineiston rajaamista (Airaksinen & Vilkkä 2003, 40).

Olen löytänyt joitakin hyviä englanninkielisiä teoksia kuten Dorothy S. Becvarin kirjan *In the presence of grief*. Englannin kielellä olisin varmasti löytänyt paljon enemmänkin aihetta suoraan käsittelevää kirjallisuutta, mutta koska tavoitteeni on tuottaa materiaalia suomalaiseen kriisikeskukseen, koin hyväksi rajata lähteitani niin sanotusti mahdollisimman lähelle. Minun oli tärkeä selvittää, mitä vastaavaa kirjallisuutta ja materiaalia Suomesta löytyy, sillä se määrittäi työni tarpeellisuutta. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei ole samanlaisia aikaresursseja tarkkailla aihetta koko teorian näkökulmasta, sillä paljon aikaa menee itse toiminnallisuuteen, minun työni kohdalla Kouluikäisen lapsen suru -vihkon luomiseen (Airaksinen & Vilkkä 2003, 43).

Saadakseni selville vastaavanlaisen materiaalin olemassaoloa, tein sähköpostitiedustelun (Liite 3) Suomen kriisikeskuksiin ja alan yhdistyksiin. En löytänyt mitään täysin viikoani vastaavaa. Lähimmäs pääsi kirjanen ”Miten tukea lasta kun läheinen on kuollut”, joka on KÄPY – Lapsikuolemaperheet ry:n tekemä yhdessä Uittomäen, Mynttisen ja Laimion kanssa. Teos on laajempi kuin minun ja se on suunnattu kaikenikäisten lasten auttajille. Auttaja voi olla oma vanhempi tai muu aikuinen, myös esimerkiksi opettaja. Teos pohjautuu pitkälti samaan lähdeaineistoon kuin oma työni. Toinen löytämäni materiaali oli SOS-kriisikeskuksen työntekijöiden ja mielenterveysseuran tekemä Suru-vihko. Se on myös kriisikeskuksissa jaettava materiaali, joka kertoo kattavasti surusta. Siinä ei kuitenkaan puhuta lapsen surusta erikseen. Mannerheimin lastensuojeluliitolla, Nuoret lesket ry:llä ja Suomen luterilaisella kirkolla on hyviä artikkeleita nettisivuillaan, mutta niidenkin lähteenä toimivat Dyregrovin ja Poijulan teokset. En saanut sähköpostiini vastausta kaikilta, joten voi olla että jotain tuotostani vastaavaa saattaa vielä löytyä. Näyttää kuitenkin siltä, että Jyväskylän Kriisikeskus Mobilessa aikaisemmin tehdyn Lapsen suru -vihkon ja Käpy ry:n kirjasen lisäksi vastaavaa materiaalia ei Suomessa ole.

Tarkoitukseni oli myös haastatella vanhempia ja lapsia alakouluikäisen lapsen suruun liittyen ja saada ”elämän ääni” työhöni sitä kautta. Käpy ry:n kautta lähettämäni haastattelukutsuun (Liite 4) ei kuitenkaan vastannut kukaan. Löysin onnekseni Suzanne Sjöqvistin kokoaman teoksen ruotsalaisnuorten kirjoittamista kokemuksista vanhemman kuolemasta. Olen poiminut työhöni lainauksia hänen kirjastaan. Lainauk-

set ovat lapsilta ja nuorilta, jotka alakouluikäisinä menettivät jommankumman vanhemmistaan. Sjöqvistin lainaukset toimivat oman haastattelumateriaalini korvikkeena.

Olen käyttänyt työssäni osittain synkronista raportointityyliä, jossa työn eri osa-alueet nivoutuvat toisiinsa eikä niitä erotella yhtä selkeästi kuin perinteisessä tutkimusraportissa (JAMK 2014, 4.2). Tällainen synkroninen ote näkyy etenkin työni etenemisprosessissa, missä tein vihkoa, kirjoitin opinnäytetyöraporttia ja luin kirjallisuutta usein päällekkäin ja rinnakkain sen sijaan, että olisin edennyt suoraviivaisesti aineiston tutkimisesta tietoperustaan, vihkon tekemiseen sekä raportin lopun prosessin avaamiseen ja pohdintaan. Itse raportissa koin kuitenkin hyväksi käyttää perinteistä tietoperustan ja työn toteuttamisen kuvauksen jaottelua enkä lähtenyt sekoittamaan niitä keskenään. Olen vaihtanut raportointijärjestystä niin, että kerron tässä alussa tietoperustani taustatietoja sen sijaan, että selittäisin valintojani vasta lopussa.

Prosessiani ovat tahdittaneet intensiivinen antautuminen ja työnteko sekä rauhallisen odottamisen kautta tullut kypsytely. Työ on alusta loppuun, sekä prosessina että lopputuotoksena, minun oloinen ja näköinen.

3 Mihin tarpeeseen työ vastaa?

Etenkin toiminnallisella opinnäytetyöllä on tärkeä olla toimeksiantaja. Yhteistyö työelämään tukee opiskelijan ammatillista kasvua ja luo yhteyksiä tulevaisuutta ajatellen. Opinnäytetyössä käytävä prosessi voi parhaimmillaan suunnata omaa ammatillista kasvua ja suuntaa. (Airaksinen & Vilkka 2003, 16–17) Tärkeintä minusta on, että pääsen toteuttamaan todellisesta tarpeesta nousevaa työtä ja vastaamaan Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen arjesta kumpuavaan haasteeseen.

Jyväskylän kriisikeskus on ympäri vuorokauden päivystävä kriisiyksikkö. Mobile on akuutin kriisin keskus, joka auttaa muun muassa läheisen kuolemaa kohtaavia ihmisiä. Kriisikeskus tukee asiakkaitaan puhelinkeskusteluihin sekä kasvokkain tapahtuvien keskusteluihin. Mobilen työntekijä voi kohdata asiakkaan kasvokkain joko keskuksen omassa asiakashuoneessa tai asiakkaan kotona. Kriisityöntekijät tekevät joskus myös laitoskäyntejä esimerkiksi sairaalaan. Opinnäytetyötäni varten kirjoitan seuraavaksi

esimerkistä, joka ei perustu mihinkään todelliseen tapaukseen. Käytän esimerkkiä havainnollistamaan mahdollisia tulevia tilanteita, joissa tuotostani tullaan käyttämään.

”Kriisikeskus Mobile”, vastaa kriisityöntekijä puhelimeen. Hiljainen miesääni puhuu nopeasti ja kertoo auto-onnettomuudesta, joka tapahtui tänään aamulla. ”Vaimo ei selvinnyt”, mies kertoo suoraan. Mies sai sairaalasta Mobilen yhteystiedot, sieltä kehoitettiin olemaan yhteydessä kriisikeskukseen. ”Oletko yksin”, kysyy kriisityöntekijä. Mies ei ole yksin. Hän on kotonaan ja hänen luonaan ovat vaimon vanhemmat ja hänen oma siskonsa. ”Joonas on myös täällä”, sanoo mies. Mies kertoo, että hänellä on 9-vuotias poika, joka on juuri saanut tietää, äidin kuolleen auto-onnettomuudessa. ”Mitä nyt tapahtuu?” kysyy isä – enemmän ehkä itseltään kuin kriisityöntekijältä. Mies saa kuulla, että työntekijät tekevät kotikäyntejä. ”Sopiiko sinulle, että tulisimme sinne juttelemaan teidän kaikkien kanssa?” kysyy kriisityöntekijä. Mies ottaa ehdotuksen vastaan ja kriisityöntekijät saavat lähteä surukotiin. Työntekijä selvittää osoitteen ja ottaa ylös vielä miehen nimen ja puhelinnumeron. Kriisityöntekijä kertoo, että kaksi työntekijää tulee heidän luokseen kohta. Puhelu loppuu.

Puhelun vastaanottanut työntekijä menee kertomaan muille vuorossa oleville tilanteesta ja he keskenään päättävät, ketkä kaksi lähtevät liikkeelle. Mukaan he ottavat tilanteeseen sopivaa materiaalia, jonka voivat jakaa perheelle paikan päällä. Mobilen kriisityöntekijät lähtevät liikkeelle ja saapuvat suruperheeseen. Sisään tullessa he esittäytyvät kriisityöntekijöinä isälle, Joonakselle, isovanhemmille ja tädille. He kysyvät, mihin olisi parasta asettua. ”Voisimme aloittaa kaikki yhdessä”, sanoo kriisityöntekijä. Aluksi kriisityöntekijät pyytävät isää kertomaan aamusta. Aamu oli ollut tavallinen, vähän kiireinen niin kuin normaalistikin. He olivat syöneet nopean aamiaisen ja lähteneet sitten kaikki yhtä matkaa autolla kotoa. Joonas oli viety kouluun ja vanhemmat olivat jatkaneet eteenpäin aikomuksena viedä vaimo ensin omalle työpaikalle ja rientää siitä edelleen itse töihin. Auto lähti mutkassa liirtoon ja isä menetti auton hallinnan. ”Sitten en enää muista mitään”, kertoo isä. Hän oli jo kertonut poliisille, että nopeus oli ollut rajoituksen mukainen. ”Vaimo piti siitä aina huolen. Tie oli vain niin liukas ja auto vanha.”

Muutkin saavat kertoa, mitä heillä on mielessä. Joonas on hiljaa isän vieressä katse tiukasti pöydässä. Hän kysyy isältä hiljaa, lähes sanatta ”Saako mennä pois?” ja isä nyökkää. Joonas poistuu ja keskustelu pöydässä jatkuu. Jonkin ajan kuluttua toinen

työntekijöistä lähtee etsimään Joonasta, koputtaa suljettuun oveen ja kertoo Joonakselle tulevansa hetkeksi hänen seurakseen. Kriisityöntekijä menee Joonaksen viereen ja alkaa jutella hänen kanssaan. Aikuiset pöydän ääressä jatkavat myös keskustelua. Kriisityöntekijät viipyvät Joonaksen perheen luona muutaman tunnin. He antavat perheelle kriisistä kertovaa materiaalia, joista yksi on Kouluikäisen lapsen suru -vihko. ”Näitä voi lueskella tässä päivien ja viikkojen aikana”, kertoo kriisityöntekijä. Joonas saa oman Sinun surusi -aukeaman. Ennen lähtöään kriisityöntekijät kertovat, että Mobilen työntekijät päivystävät myös yöllä. ”Milloin vain saa soittaa”, he sanovat. Kriisityöntekijät ovat kirjoittaneet muistiin kaikkien puhelinnumerot ja sopineet puhellut kaikille, isälle ja Joonakselle jo samaksi illaksi. Perhe jää keskenään loppupäiväksi ja kriisikeskus Mobilen työntekijät palaavat työpaikalleen.



Kuvio 2. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.1

Teen Kriisikeskus Mobilelle Kouluikäisen lapsen suru -vihkon, johon kuuluu lisäksi itse lapselle annettava Sinun surusi -aukeama. Tuottamani materiaali on yhteensä 12-sivuinen A5-kokoinen vihko. Olen valinnut käyttää sanaa vihko kirjasen, vihkosen, oppaan tai esitteen sijasta siksi, että se kuvaa mielestäni tuotoksen kokoa ja tarkoitusta parhaiten. Vihkon tarkoitus on tukea kuoleman kriisin kohtaavia perheitä, joissa on alakouluikäisiä lapsia. Vihko on pääasiassa suunnattu vanhemmille. Kouluikäisen lapsen suru -vihkossa kerrotaan lyhyesti, miten lapselle voi kertoa läheisen kuolemasta, miten kunkin ikäiset lapset ymmärtävät, mitä kuolema on, mitkä ovat tyypillisiä ja tavallisia surureaktioita, kuinka lapsen voi ottaa mukaan hautajaisiin ja vainajan näkemiseen sekä miten tapahtunutta voisi mahdollisesti käsitellä koulussa. Kouluikäisen lapsen suru -vihko on tarkoitettu kädestä käteen jaettavaksi materiaaliksi. Teke-mässäni vihkossa on suoraa puhetta aikuisille ja lapsille. Siinä on myös itse tekemiäni kuvia.

Aikuisten voi olla vaikeaa keksiä, mitä kertoa lapselle läheisen kuolemasta ja he voivat kokea avuttomuutta käsitellä kuolemaa lapsen kanssa. Joskus aikuisilla voi olla erikoisia ajatuksia siitä, mitä lapselle voi ja ei voi kertoa. Lapsen suojeleminen on aikuiselle luonnollinen tarve, ja tästä suojelemisen tarpeesta käsin hän saattaa ajatella, ettei lapsen ole hyvä kuulla totuutta tapahtuneesta. Kouluikäisen lapsen suru -vihko on tarkoitettu auttamaan vanhempaa – hyvin yksinkertaisesti ja selkeästi – pääsemään alkuun surutyössä lapsensa kanssa. Sen on tarkoitus ohjata vanhempaa kohtaamaan lapsen suru ja auttaa ymmärtämään, että reagoititapoja on monenlaisia ja monenlainen käytös on normaalia. Vihkossa kehoitetaan vanhempaa ottamaan lapsi osaksi surun eri osa-alueita ja muistutetaan, että sureminen, itkeminen ja monenlainen reagoiminen ovat luvallisia. Vanhempi ja lapsi voivat surra yhdessä. Vihko kertoo vanhemmalle mikä lapselle on tyypillisesti tärkeää surun keskellä, kuinka hän tarvitsee aikuisen tukea ja sitä, ettei häntä suljeta surun ulkopuolelle. Kouluikäisen lapsen suru -vihko on eräänlainen opas tai ohje ja samalla kehotus tai ehdotus.

Kouluikäisen lapsen suru -vihko on tehty hyvin tiiviissä yhteistyössä Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen kanssa. Koska se on lähtenyt heidän tarpeistaan, koimme olennaiseksi pohtia, kehitellä ja työstää vihkon sisältöä yhdessä. Yhteistyön myötä tuotoksen tavoitteet perustuvat Mobilen tavoitteisiin.

Kouluikäisen lapsen suru -vihko on tulossa käyttöön tarinani kaltaisiin tilanteisiin kädestä käteen jaettavaksi. Kriisityöntekijä kohtaa surevat, auttaa keskustelemalla ja jättää heille vihkon, johon on koottu tärkeitä asioita lapsen surusta. Siinä olevista aiheista saatetaan jutella jo pöydän ääressä kotikäynnillä ja myöhemmin vihkon ajatuksiin voidaan palata. Vihkoa voi lukea tai olla lukematta, siitä voi olla apua tai ei, sen voi vastaanottaa avoimesti tai kokea tarpeettomaksi ja hylätä. Se on yhdenlainen apuväline. Jokainen itse päättää, kuinka sitä käyttää.

4 Keskeiset käsitteet

Avaan tässä luvussa opinnäytteeni keskeisiä käsitteitä: kriisin, kuoleman ja surun määritelmiä sekä sitä, mitä lapsi ja vanhempi tässä nimenomaisessa työssä tarkoittavat. Koin, että etenkin kuoleman ja surun käsitteet eivät ole helppoja. Niiden ymmärtämiseen ja tulkitsemiseen liittyy niin paljon henkilökohtaista. Yksilölliset kokemukset ja ajatukset nousevat näissä käsitteissä yli teorioiden ja ”totuuksien”. Tahdon työssäni muistaa tätä henkilökohtaisuutta ja yksilöllisyyttä.

4.1 *Kriisi*

Kriisi on muutos, tienhaara, vaara ja mahdollisuus. Kriisi muuttaa ihmistä, tulee se tervetulleena tai kutsumattomana. Kriisi on myös henkilökohtainen kokemus, yhden kriisi on toisen arki ja päinvastoin. Kriisejä katsotaan olevan monen tyyppisiä, esimerkiksi traumaattisia, kehityksellisiä, universaaleja, ei-universaaleja ja kulttuurisia kriisejä. (Ihanus & Roti 1997, 61–63) Tavallisesti kriisit jaotellaan kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin. Kehityskriisien ymmärtäminen ja määrittelemineen pohjautuu Jean Piaget’n ajattelun kehityksen malliin ja Erik H. Eriksonin psykososiaalisen kehityksen teoriaan. Kehityskriisejä ovat niin sanottuun normaaliin elämään kuuluvat kriisit kuten elämänkaaren aikana tapahtuvat muutokset, kehittymiset ja haasteet. Sekä Piaget’n että Eriksonin teoriat jaottelevat kehityskriisejä iän mukaan ja olettavat, että ihmisen kriisit normatiivisesti noudattavat tiettyjä kaavoja. Heidän mukaansa lapsi, ja myöhemmin aikuinenkin, kehittyy tietyllä tavalla tietyssä ikävaiheessa ja tämä kehit-

tyminen ymmärretään kriisinä. Kehityskriisi on siis ihmisestä itsestään lähtöisin oleva muutos. (Poijula 2007, 30–31)

Tässä opinnäytetyössä määrittelen kriisin traumaattiseksi kriisiksi. Traumaattisella kriisillä tarkoitetaan tapahtumaa, missä ihminen kohtaa ulkopuoleltaan tulevan hänen fyysistä olemassaoloaan, sosiaalista identiteettiään ja turvallisuuttaan uhkaavan muutoksen. Kriisissä oleva ihminen voi kokea tilanteensa kestävämmäksi. Kriisi voi vaatia ihmiseltä enemmän voimavaroja ja selviytymiskeinoja kuin hänellä omasta takaa edes olisi. Kriisin aiheuttaja on selkeästi ulkopuolelta tuleva yllättävä tapahtuma kuten väkivallan teko, onnettomuus, sairaus tai kuolema. Kriisi alkaa yllättäen, ennalta varoittamatta, ja se voi tapahtua missä tahansa elämän vaiheessa. (Poijula 2007, 32–33) Cullbergin traumaattisen kriisin vaihemalli erottelee kunkin yksilölliseen kriisiin tietyt läpikäytävät vaiheet. Jaottelun mukaan kriisi alkaa sokista, etenee reaktiovaiheeseen, siitä edelleen käsittelyvaiheeseen ja lopulta päättyy uudelleen suuntautumiseen. (Ihanus & Roti 1997, 66) Huomasin että vaiheilla on varioivia nimityksiä eri teoksissa. Tässä traumaattisen kriisin vaihemallissa on tärkeää huomata, että vaiheet eivät erotu toisistaan selkeästi, vaan ne tapahtuvat usein samanaikaisesti ja menevät keskenään päällekkäin (Poijula 2007, 33). Jokaisella vaiheella on oma tärkeä tarkoituksensa.

Sokki muuttaa ihmisen tietoisuutta ja se suojelee kriisin kohdannutta ihmistä. Sokissa mieli suojautuu uhkaavaa todellisuutta vastaan. (Poijula 2007, 33) Ihminen ei usko, että tapahtunut on totta (SOS-kriisikeskus 2010). Sokkivaihe kestää muutamasta tunnista noin vuorokauteen. Ihminen pitää uhkaavan todellisuuden etäällä, sillä sitä ei voi vielä omaksua. On täysin normaalia, että järkyttävän tilanteen kohdannut ihminen tukahduttaa tiettyjä liian vaikeiksi kokemiaan ajatuksia ja tunteita. Tällä tukahduttamisella ihminen mahdollistaa muun välttämättömän toimimisen, jotta fyysinen ja psyykinen tasapaino säilyisi. Sokissa oleva voi vaikuttaa rauhalliselta, vaikka mielessään kokeekin kaaosta. Sokkivaiheessa olisi tärkeää, ettei ihmiselle anneta tärkeitä tietoja, jotka tulisi muistaa, sillä kaaosmieli ei usein pysty vastaanottamaan eikä muistamaan. Lapsi voi sokissa lamaantua, reagoida voimakkaasti tai jatkaa aiempaa toimintaansa niin kuin mitään ei olisi tapahtunut. (Poijula 2007, 32–33)

Reaktiovaiheessa mieli aloittaa työnsä. Tässä vaiheessa on tyypillistä, että tapahtunut tunkee mieleen voimakkaana ja toistuvana muistojen, mielikuvien ja unien muodossa.

Muistot, kuvat ja unet pakottavat ihmisen kohtaamaan todellisuuden, omat reaktiot ja tunteet. (Poijula 2007, 33) Reagoiva ihminen kertaan tapahtunutta mielessään uudelleen ja uudelleen ymmärtääkseen sen ja ottaakseen tilanteen hallintaansa (SOS-kriisikeskus 2010). Tapahtuneen läpikäyvä luonne voi aiheuttaa kriisissä elävälle erilaisia puolustusmekanismeja, usein tiedostamattomia psyykettä suojelevia reaktioita. Mieli voi puolustaa itseään esimerkiksi kieltämällä kamalan tapahtuman tai katkaisemalla tietoisuuden eli dissosioimalla tietyn ajan lähimenneisyydestä. Puolustusta on myös esimerkiksi puhumisen tai ajattelemisen kaihtaminen, jonka tavoitteena on vältellä tapahtumasta muistuttavia tekijöitä. Silloin, kun ihminen välttelee ajattelemista ja puhumista, hän toimii, tekee ja suorittaa. Kodin askareet, töihin lähteminen tai lapsen kohdalla leikkiminen tai kouluun lähteminen ja monenlainen tekeminen voivat tuntua tarpeelliselta. Ihminen saattaaakin olla reaktiovaiheessa ylivireä. Reaktiovaiheen hyvin tärkeä osa on surun saapuminen. Mielen täyttävä kysymys on 'miksi?' ja se voi toistua mielessä jatkuvasti. Läheisen menettäessään ihmiselle on tyypillistä, että vainajan kuva pysyy voimakkaana mielessä, ikään kuin menetettyä rakasta pyrittäisiin sillä pitämään hengissä. Reaktiovaihe on sokkia reilusti pitempi ja kestää useita viikkoja. (Poijula 2007, 33–34)

Sokki- ja reaktiovaihe yhdessä muodostavat akuutin kriisin. Kriisissä ihminen voi läpikäydä monenlaisia tunteita kuten pelkoa, ahdistusta, hämmennystä, häpeää, helpotusta, syyllisyyttä, tyhjyyttä ja kiukkua. Aluksi tarkkaavaisuus ja muisti voivat heikentyä sekä käsitys siitä, kuka on ja missä on, voi myös hämärtyä. Joskus akuutissa kriisissä oleva ihminen voi kokea, ettei hän hallitse itseään lainkaan. (Ihanus & Roti 1997, 69–70) Akuutti vaihe kestää usein neljästä kahdeksaan viikkoon, joskus pitempäänkin. Tällaista voimakasta reagointia ja mielen kaaosta ei kuitenkaan jaksakaan kovin pitkään, joten ihminen löytää tietynlaisen tasapainon jatkaakseen siitä eteenpäin. (Poijula 2007, 35)

Käsittelyvaiheen alkaminen kullakin kriisissä elävällä on hyvin yksilöllistä. Se voi alkaa viikon kuluttua, muutaman kuukauden kuluttua tai jopa vuoden kuluttua tapahtuneesta. Käsittely alkaa, kun ihminen suuntautuu jälleen nykyhetkeen ja tulevaisuuteen sen sijaan, että keskittyy tapahtuneeseen traumaan ja menneisyyteen. (Poijula 2007, 34) Tässä vaiheessa ihminen alkaa sopeutua muutokseen eikä torju tapahtunutta tai tunteita samalla tavalla kuin akuutin kriisin vaiheissa (Ihanus & Roti 1997, 67). Jos käsittelyvaihe ei tunnu alkavan, on tärkeää arvioida mahdollisen lisäavun saamista,

ettei elämä jumitu kriisiin ja menneisyyteen. Viimeinen vaihe on uudelleen suuntautumisen vaihe, jossa tapahtunut kriisi integroidaan itseen, omaan menneisyyteen ja tulevaisuuteen. (Pojjula 2007, 34) Tämä viimeinen vaihe on niin sanotusti pysyvä, sillä tapahtunut ei häviä vaan se jää osaksi itseä elämän samalla jatkuessa. Koettu voi palata edelleen kipeänä mieleen, mutta sitä voi avoimesti käsitellä ja sen voi kohdata. (Ihanus & Roti 1997, 67)

Puhuttaessa kriisin määritelmistä, etenkin traumaattisen kriisin vaiheista, on tärkeää huomata, että erillistä lapsiin soveltuvaa teoriaa ei ole olemassa. Edellä esittelemäni Cullbergin traumaattisen kriisin vaiheteoria perustuu aikuisista tehtyihin havaintoihin. Lapsella kriiseihin reagointi on erilaista kuin aikuisilla, sillä lapsi on eri kehitysvaiheessa ja on ikänsä rajoissa kokenut elämää lyhyemmän ajan kuin aikuinen. Lapsella traumaattiseen kriisiin kuten läheisen kuolemaan reagointi voi ilmetä ahdistuksena, suruna tai ärtyisyytenä. Tapahtunut pyörii lapsen mielessä ja siitä nousevia tunteita on vaikea karistaa, ahdistus ei häviä. Lapsen voi olla vaikea nukahtaa ja hän saattaa heräillä yöllä. Ajattelu pyörii läheisen kuoleman ympärillä kelaten esimerkiksi tiettyä kohtaa mielessä. Lapsen voi olla hyvin vaikea uskoa, että läheinen on todella kuollut. Jonkin ajan kuluttua olo kuitenkin helpottuu, mutta silti lapsi miettii kuollutta läheistään. Kaikenlaiset kysymykset kuten miksi minulle piti tapahtua näin, miksi hänelle piti tapahtua näin, miten asiat voivat koskaan olla taas normaalisti, nousevat lapsen mieleen. Ajan kuluessa tapahtunut muuttuu muistoksi. Menetys voi edelleen sattua, mutta lopulta muistoille voi myös hymyillä. Lapselle voi suoraan kertoa, että läpikäyminen on kriisiä, jolla on alku, keskikohta ja loppu. (Pojjula 2007, 32–37) Lapsen reaktioita kuvataan perusteellisesti luvussa 5, alkaen sivulta 29.

Tässä työssä ei viitata edellä kuvattuihin kriisin vaiheisiin systemaattisesti. Työssä painotetaan yksilöllisyyttä ja tahdon siksi jättää ”vaiheajattelut” pois. Cullbergin kriisin vaiheet koetaan kuitenkin yleisiksi ja ne ovat tunnistettavissa myös lapsen kohtaamassa kriisissä, etenkin lapsen reagoinnissa läheisen kuolemaan.

4.2 Kuolema

Kuollessa ihmisen elintoiminnot lakkaavat. Sanotaan, että kuolema ei ole äkillinen tapahtuma vaan se tapahtuu pikkuhiljaa eri elinten lopettaessa toimintansa. Silti käy-

tännössä, ihmisen kokemuksessa, kuolema tulee usein äkkiä ja yllättäen. Lääketieteessä puhutaan sydänkuolemasta ja aivokuolemasta. Aivojen kuolema johtaa sydämen kuolemaan ja sydämen kuolema aivojen kuolemaan. Aivot lakkaavat kertomasta sydämelle, että sen tulee pumpata ja sydämen pysähtyessä veri lakkaa kulkemasta aivoihin. Sydänkuolema on niin sanottu vanha kuoleman määritelmä ja aivokuolema nykyinen. Vuonna 1971 Suomi otti aivokuoleman viralliseksi kuoleman määritelmäksi ja teki sen ensimmäisenä maailmassa. Aivokuolema-termiä alettiin käyttää elinluovutusten yleistyessä. Se tarkoittaa, että aivojen toiminta on kokonaan lakannut ja ihminen ei enää hengitä omatoimisesti. Aivokuolema testataan kaavamaisesti, aluksi aiheuttamalla reagointiärsykeitä ja lopuksi hengitystä testaamalla. Jos ihminen ei reagoi ärsykkeisiin ja hänet todetaan hengitysteisteissä hengittämättömäksi, on hän aivokuollut ja hänelle merkitään kuolinaika. (Suopajarvi 2005)

Kuolema tarkoittaa siis kaikkien elintoimintojen lakkaamista ja sitä, että elossa ollutta ihmistä ei enää ole. Kuolemaa ei voi peruuttaa eikä sitä voi poistaa. Kuolema on pysyvä ja palauttamaton tila, josta ei ole poispääsyä. Mikään toiminta, käytös tai teot eivät tuo kuollutta takaisin. Kun ihminen kuolee, hän ei tunne enää mitään. Kuolema on jotain, mikä tapahtuu kaikelle elossa olevalle jossain vaiheessa. Kuolema ei valitse – se ei tapahdu vain ”sitä ansaitseville” vaan kaikista parhaat ja ystävällisimmätkin ihmiset kuolevat. (Poijula 2007, 98) Vasta noin 10-vuotias lapsi ymmärtää kunnolla, mitä kuolema tarkoittaa (Erkkilä, Holmberg, Niemelä & Ylönen 2003, 21). Eriikäisten lasten kuoleman käsityksiä käsitellään luvussa 5, alkaen sivulta 26.

Kuolemasta tuntuu tulevan jatkuvasti vaikeampi ja etäisempi osa elämää hyvinvoinnin keskellä. Silti olisi muistettava, että kuolema yleisesti otettuna, samoin kuin elämä, on luonnollinen osa maailmassa tapahtuvaa jatkuvaa kiertokulkua. Kuolemasta on tullut kuitenkin jollain tapaa syrjään työnnettyä ja etäistä. Siitä on tullut jotakin, mitä vältellään ja mistä vaietaan. (Schlozman 2003, 91–92) Vaikka kuolema onkin etääntynyt puheista ja arjesta, ihminen – niin aikuinen kuin lapsikin – ymmärtää kuoleman luonnollisuuden (Mustanoja & Mäkeläinen 2010, 73).

Kuolemasta on vaikea puhua. Mitä siitä osaisi sanoa? Dorothy S. Becvarin (2001, 3-6) kuolemaa käsittelevä kirja alkaa tarinalla, missä kuolemaa verrataan juhlapöydällä seisovaan hevoseen, jota kukaan ei kehtaa tai uskalla ottaa puheeksi. Ihmiset ovat etääntyneet kuolemasta, koska se koetaan usein pelottavana ja vieraana (Tamminen

2004, 134). Kuolema herättää monissa ihmisissä myös paljon kysymyksiä siitä, mitä sen jälkeen tapahtuu. On olemassa lukemattomia erilaisia tulkintoja kuolemanjälkeisestä. Kuoleman voi nähdä elämän heikentyneempänä muotona tai persoonallisen olemassaolon säilymisenä enemmän tai vähemmän samanlaisena kuin ennenkin. Kuolema voidaan tulkita lakkaamattomana hengellisenä kehittymisenä tai jatkuvana kiertokulkuna elämän, kuoleman ja uudelleensyntymisen syklissä. Kristityt ajattelevat perinteisesti, että kuolema etenee kolmivaiheisesti kuolemisen hetkestä viimeisen tuomion kautta joko ikuiseen elämään tai kuolemaan. Kuolema voidaan myös ajatella ”ei minään”, kuolema on kuolema eikä muuta. (Becvar 2001, 27)

Kuolema on mysteeri ja monesti pohdittu kysymys. Kuoleman tulkintoja ei tässä työssä käsitellä enempää, mutta on tärkeä huomata niiden olevan merkittävä osa-alue kuolemasta kirjoitettua kirjallisuutta ja ne ovat läsnä kunkin ihmisen käsityksessä kuolemasta, myös lapsilla.

4.3 *Suru*

”Suru kohtaa kenet vaan, jokaisen kai vuorollaan. Se voi tulla nopeasti, se voi painaa maahan asti. Suru kohtaa kenet vaan, jokaisen kai vuorollaan.	Suru on kuin synkeys, loppumaton kysymys. Vastaus löytyy kyyneleistä, kulkemattomista teistä. Suru on kuin synkeys, loppumaton kysymys.”
---	---

Liisa Pajunen (2004)

Surulla on tärkeä tehtävä. Se mahdollistaa elämän jatkumisen uudellisissa, muuttuneissa olosuhteissa (SOS-kriisikeskus 2010). Surun voi nähdä tienä, jota tulee kulkea pitkäänkin. Suru on luonnollinen ja täysin normaali tapa reagoida läheisen menettämiseen. Surua kuvaillaan monin eri tavoin. Se voidaan nähdä tunteena, kipuna, reaktiona johonkin, sitä voidaan kutsua työksi tai oireeksi tai se voidaan tulkita tapana käyttäytyä (Erkkilä ym. 2003, 12). Tai, niin kuin Pajunen runossaan kertoo, suru on synkey-

den ilmapiiri ja loppumaton kysymys. Teologian tohtori ja dosentti Martti Lindqvist kirjoittaa (Erkkilä ym. 2003, 9): ”Suru itsessään on tärkeä ja luonnollinen tapahtumasarja, joka yleensä käynnistyy ihmisessä spontaanisti, kun hän on kokenut elämässään jonkun suuren menetyksen – niin suuren, että tuntuu kuin jotakin omasta itsestä olisi kadonnut.”

Surua ei voi mitata. Kukaan ei voi sanoa, sureeko joku tarpeeksi tai liian paljon. Suru ilmenee eri ihmisissä eri tavalla. Jotkut antavat surun näkyä tunneilmaisussaan, esimerkiksi itkuna. Suru voi myös tuntua fyysisenä kehossa, iskuna, lyöntinä, rinnan puristamisena, hengenahdistuksena, palelemisena, vapinana, vatsavaivoina tai pyörryttämisenä. (SOS-kriisikeskus 2010) Ihmisen keho on viisas ja osaa käsitellä vaikeita asioita, vaikka mieli ei aina uskaltaisi (Ihanus & Roti 1997, 93). Lukisin surun samaan kategoriaan kuin esimerkiksi pelon, kivun tai rakastumisen. Ne ovat kaikki hyvin voimakkaita tapahtumia ihmiskehossa. Kehon luonnollisin tapa reagoida suruun on itkeminen (SOS-kriisikeskus 2010). Itkun tehtävä on tuoda suru esille, käsiteltäväksi ja samalla se rentouttaa kehoa, päästää tunteita ulos ja parhaimmillaan ”puhdistaa”. Itku voi olla hiljaa nyhkyttämistä, äänekkästä vaikerointia, hetkellisiä purskahduksia tai kyöneletöntä itkuja. Sen lisäksi, että suru aiheuttaa fyysisiä reaktioita kehossa, se vaikuttaa fyysisyydessään myös toimintaan. Surevan ihmisen voi olla vaikea saada mitään nieltä, syöminen voi tuntua hyvin vaikealta ja siihen on usein aluksi pakotettava itsensä. Suru ei ole ainoastaan valvetilan olotila vaan se tulee myös uniin, ja moni sureva voi kokea nukkumisen, etenkin nukahtamisen vaikeana. (Gootman 1998, 15–21)



Kuvio 3. Nukkumaanmeno

Surun käsitteleminen, tavalla tai toisella, on tärkeää, sillä sisään koteloitu suru voi aiheuttaa pitkittyneitä kiputiloja, masennusta ja eristäytymistä, ja se voi ”räjähtää” esiin muissa olosuhteissa yllättäen ja arvaamatta. Surut saattavat kasaantua, ja vaikka surujaan käsittelisi, usein uusi suru nostaa vanhoja suruja pintaan. Jokaisella ihmisellä on oma tapansa käsitellä suruaan. Jotkut kaipaavat lakkaamatta lähelleen jonkun toisen ihmisen ja toiset tahtovat olla yksin, rauhassa. Puhuminen on monelle tärkeä tapa käsitellä surua ja surevan puheessa voivat toistua samat asiat uudelleen ja uudelleen. Muita käsittelytapoja voivat olla esimerkiksi piirtäminen, laulaminen, kirjoittaminen, tekeminen, tosiasioden selvittäminen ja syyn etsiminen tai merkityksen pohtiminen oman uskon tai filosofian kautta. (SOS-kriisikeskus 2010)

Sureminenkin tietyllä tavalla opitaan. Verrattuna kuoleman käsittämiseen, sureminen opitaan jo paljon varhaisemmassa vaiheessa. Sureminen edellyttää, että lapsi kykenee luomaan ajatuksiinsa representaation itselleen läheisimmästä ihmisestä, esimerkiksi äidistä. Hän osaa siis kuvitella äidin mielessään. Lapsen tulisi myös ymmärtää objektipysyvyyden käsite eli että ihminen ei lopullisesti katoa, vaikkei hän olisikaan hetkelisesti näkö- tai kuuloetäisyydellä. Usein jo yksivuotiaalle on kehittynyt nämä taidot. Ensimmäiset suremisen hetket tulevat, kun lapsi tajuaa olevansa äidistään erillinen yksilö. (Erkkilä ym. 2003, 21–22) Luopuminen tuo mukanaan surua ja kasvu tuo mukanaan luopumista, joten ihminen harjoittelee suremista pitkin elämäänsä (Tamminen 2004, 119).



Kuvio 4. Puputyttö

Lapsen suru on helposti jalkoihin jäävää surua, näkymätöntä surua, naamioituvaa surua, jota aikuisen saattaa olla vaikea ymmärtää ja huomioida. Aikuiset eivät aina tiedä, kuinka paljon lapsi ymmärtää, aistii ja kokee.

4.4 Lapsi ja vanhempi

Lapsi tässä opinnäytetyössä on rajattu alakoulua käyväksi, usein 6-13-vuotiaaksi. Lapsen iästä ei puhuta suoraan tätä määritelmää pidemmälle. Olen valinnut käyttää luokka-asteita kuvatakseni eri vaiheessa olevia lapsia iän sijasta. Toimin näin, sillä tahdon painottaa lapsen kouluikäisyyttä ja myös siksi, että tietyillä luokilla olevat lapset voivat olla hieman eri-ikäisiä. Ikään viittaavat määreet tässä työssä ovat kuitenkin vain suuntaa antavia. Tyypillinen jaottelu pienempien ja suurempien lasten välillä tässä opinnäytetyössä on 1.-4. -luokkalaiset ja 5.-6. -luokkalaiset, sillä 10 ikävuoden tienoilla olevan lapsen nähdään ymmärtävän kuolema eri tavalla kuin sitä nuorempien (Erkkilä ym. 2003, 21). On myös tärkeää huomata, ettei tässä opinnäytetyössä eritellä tyttöjen ja poikien eroja kuten monessa lähdekirjassani on tehty. Olen valinnut painottaa lasten yksilöllisiä eroja sukupuolierojen sijasta. Tähän päädyimme työelämäohjaukseni kanssa sen takia, että vaikka joskus sukupuolityypittely varmasti osuukin kohdalleen, se ei ole aina johdonmukaista. Lapset ovat erilaisia – joskus tytöt toimivat niin kuin poikien oletettaisiin toimivan ja päinvastoin.

Vanhemmalla tarkoitan joko äitiä tai isää, mutta työni teema huomioon ottaen vanhempi merkitsee tässä työssä myös muuta huoltajaa, jos omia vanhempia ei enää kumpaakaan ole. Tahdon käyttää sanaa vanhempi, sillä huoltaja tuntuu hieman etäiseltä. Käytän vanhempi-sanaa usein myös yksikössä. Tämä johtuu siitä, että toinen vanhemmista voi olla se lapsen läheinen, joka on kuollut. Tässä työssä vanhempi on siis isä tai äiti tai muu aikuinen, jonka tehtävä on rakastaa ja pitää huolta lapsesta. Vanhemmuus ei ole pelkkä rooli tai ihmisen ominaisuus eikä se ole lista oikeuksia tai velvollisuuksia vaan se on tärkeän tärkeä ihmissuhde (Tamminen 2004, 69).

5 Miten vanhempana autan lasta kun läheinen kuolee?

Lapsi tarvitsee vanhempaansa tavalla tai toisella aina. Kun jotain ikävää tapahtuu, kun lapsi pelkää tai satuttaa itsensä, hän yleensä hakee apua ja lohdutusta vanhemmaltaan. Läheisen ihmisen kuten äidin, isän, sisaruksen, isovanhemman tai ystävän kuolema on

lapselle rankkaa. Hän tarvitsee silloin vanhemman apua. Vanhemman läsnäolo, läheisyys ja avoimuus ovat tärkeitä surevalle lapselle.

”Yöstä tulee pitkä,
 minä vain makaan ja tuijotan pimeään.
 Kääntyilen.
 Katson mustaa aukkoa, joka on revennyt keskelle omaa todellisuuttani.
 Maistan peruuttamattoman.
 Isä on kuollut. Kuollut, kuollut, kuollut.
 Maailma muuttuu kummalliseksi.
 Siitä tulee alaston ja kylmä, vino ja lepattavan epätodellinen.
 Ihon alla kaikissa kasvoissa näkyy epävarmuus ja pelko.
 On vaikea kohdata, vaikea puhua, vaikea vain olla.
 ...
 Suruni on täysin itsekästä.
 Haluan isän takaisin.
 Koko maailmani rakentuu sille, että hän on olemassa,
 on aina ollut ja tulee aina olemaan.”

Yllä 18-vuotias muistelee 10-vuotiaana tapahtunutta isänsä kuolemaa (Sjöqvist 2005, 130, 131).

Lapsen elämä rakentuu normaaleissa olosuhteissa turvallisista arjen rakenteista ja siitä, että aikuiset ovat läsnä häntä varten. Kun läheinen ihminen kuolee, elämän turvallisuus järkkyy. Mitä oli ja mitä lapsi piti pysyvänä ja vahvana ei enää olekaan. Kaikki ovat surullisia eikä mikään tunnu samalta kuin ennen. (Dyregrov 1996, 17–19) Robert Emdenin (Tamminen 2004, 74–101) mukaan lapsella on seitsemän perustarvetta, joista vanhemman tulisi huolehtia. Lapsi tarvitsee vastavuoroista kiintymystä, hoivaa, inhimillistä turvaa, tunteiden jakamista, oppimista, leikkiä sekä sääntöjä ja rajoja. Lapsen surressa kuollutta läheistään hänen tarpeistaan tulisi huolehtia erityisellä tavalla. Lapsen tulisi saada etenkin hoivaa (syömisestä ja nukkumisesta huolehtiminen) ja turvaa sekä mahdollisuus jakaa tunteensa.

Kuoleman kohdanneessa perheessä olisi tärkeää, että arki pysyisi mahdollisimman samanlaisena aikatauluineen ja sääntöineen (Dyregrov 1996, 35). Arjen normaalit rutiinit voivat auttaa lasta surusta toipumiseen (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013). Fiorelli (2011, 649) huomauttaa kuitenkin, ettei lasta saisi pakottaa normaaliin elämänrytmiin ennen kuin hän on valmis. Vanhemman on tärkeä kuunnella lasta, sillä koen että lapsi itse tietää milloin on valmis mihinkin. Lapsen elämää ei kannata turhaan muuttaa ja pakollisten muutosten tullessa lasta voi etukäteen valmistaa niihin. Perheen vanhoista säännöistä ja rajoista on tärkeä edelleen pitää kiinni. (Mynttinen 2013)

Läheisen kuollessa lapsi saattaa kohdata uusia tunteita, mitä hän ei ainakaan siinä mitakaavassa ole koskaan ennen kohdannut. Jos lasta pyydetään kertomaan, miltä hänestä tuntuu, sanoja ei välttämättä löydy, kun kokemus on niin ensikertainen. Lapsi ei itsekään tiedä, mitä kokee. Lapsi seuraa aikuisten tapaa surra ja saattaa matkia sitä löytääkseen itselleen sopivan tavan ilmaista suruaan. Jos vanhempi peittelee omaa suruaan, lapsi jää vaille tärkeää suremisen esimerkkiä. (Erkkilä ym. 2003, 65) Lastenpsykiatrian professori ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton puheenjohtaja Tuula Tamminen (2004, 88) kirjoittaa vanhemman ja lapsen tunteiden jakamisesta kirjassaan *Olipa kerran lapsuus*: ”Lapsi tarvitsee kirjaimellisesti vanhempaa ihmistä, joka on elänyt häntä kauemmin, joka on itse selvinnyt elämässä lasta pidemmälle ja joka voi tunteitasolla uskottavasti kertoa, että uhista huolimatta elämää uskaltaa elää, että vaikeat tilanteet voi ratkaista ja voittaa.”

Kasvatustieteen tohtori Anneli Mäki-Opas (1999, 83–93) kirjoittaa teoksessaan *Murtuneet siivet* lapsen kehollisuudesta, sylin tärkeydestä ja kosketuksen merkityksestä. Syli, kosketus ja kehollinen läheisyys ovat tärkeitä lapsen kehityksen kannalta ja lapsen surussa tämän laatuksen käsillä ja keholla kosketeltavan läheisyyden tarve kasvaa. Mäki-Opas kirjoittaa kiinnipito- ja kiintymyssuhdehoidoista ja niistä on helposti pääteltävissä, että ilman syliä, silytystä tai halaukseen painamista lapsi jää paitsi jostain todella olennaisesta ja hyvinvointia tukevasta. Surevaa lasta saa halata ja pitää sylissä, silittää ja suukottaa. Riippuu lapsesta ja perheen aikaisemmista tottumuksista, kuinka paljon lapsi hakee tällaista fyysistä läheisyyttä. On kuitenkin tärkeä tietää, että fyysisesti lähellä oleminen kuten syliin pääseminen on lapselle lohtu.

Surressa saa pitää taukoja. Marilyn Gootman (1998, 9) on kirjoittanut kirjan nuorille, jotka ovat menettäneet ystävänsä ja kertoo siinä, että keholla ja mielellä on luonnostaan kyky pitää lepoetkiä silloin kun on vaikeaa ja raskasta. Evankelis-luterilaisen kirkon artikkeli (Rautiainen 2010) lapsesta ja kuolemasta käyttää käsitettä ”surahtaa”. Se kuvaa lapsille ominaista tapaa surra hetkissä jatkuvan suremisen sijasta. Etenkin pienemmille alaluokkalaisille lapsille ”surahtaminen” voi olla hyvinkin konkreettista. Suru puuskahtaa hetkessä vahvaksi, todelliseksi ja vaikeaksi oloksi ja hetken päästä hiipuu pois. Tämä on lapselle normaalia.

Ruotsalaisen Suzanne Sjöqvistin (2005, 10) kokoamassa kirjassa lapset ja nuoret kirjoittavat vanhempansa kuolemasta. Lapsen tarpeet ovat selvät: ”Älkää omaiset jättäkö minua ulkopuolelle. Rohkaiskaa minua käymään sairaalassa ja ruumishuoneella, älkää unohtako, että minullakin on oikeus hyvästellä. Tämähän on viimeinen tilaisuuteni. Antakaa minun olla mukana päättämässä ja sopimassa hautajaisjärjestelyistä ja suunnittelemassa, kuinka me jälkeen jääneet jatkamme tästä eteenpäin. Ja te muut: katsokaa minua, puhukaa minulle, tehkää jotain, vaikka kuinka pientä. Älkää kääntäkö minulle selkäänne.”

On tärkeä muistaa, että lapsi kasvaa jatkuvasti ja käsittelee menetystään uudella tavalla kasvaessaan. Vanhempana on tärkeä olla valmis käsittelemään kuolemaa lapsen kanssa vielä kauan tapahtuneen jälkeenkin. (Mynttinen 2013)

5.1 Miten kerrot lapselle kuolemasta

Anna-Mari Kaskinen kirjoittaa (2004, 12), että kuolema on vaikea ja pelottava sana lausua, etenkin aikuisille. Se, että sanoisi ”kuollut”, tuntuu ehkä vaikealta siksi, että kuolema on niin kovin erilainen eroamisen tilanne kuin mikään muu. Kuolema on niin lopullinen. Lapsi suhtautuu elämään kuitenkin vähemmällä varauksilla kuin aikuinen, hänen taulunsa on niin sanotusti puhtaampi. Aikuiset voivat olettaa lapsen automaattisesti pelkäävän kuolemaa, mutta niin ei aina ole. Enemmän lapsi pelkää asioita, joita hän ei ymmärrä (Ayalon 1995, 131). Jos kuolemaa peitellään, siitä kuiskitaan tai siitä puhuminen kielletään, lapsi todennäköisesti alkaakin pelätä sitä. Sen sijaan avoimuus ja lapsen kysymyksiin vastaaminen voivat edesauttaa siinä, etteivät pelko ja ahdistus pääse kasvamaan.

Miten kerrot lapselle kuolemasta

Kerro lapselle kuolemasta mahdollisimman pian sen jälkeen, kun olet itse saanut tiedon.

Jos kertominen tuntuu sinulle ylivoimaiselta, joku muu läheinen voi kertoa. On kuitenkin tärkeää, että olet lähellä.

Ole lapselle avoin, suora ja rehellinen.

Käytä oikeita sanoja - puhu kuolemasta, älä esimerkiksi pois nukkumisesta.

Anna lapsen reagoida omalla tavallaan, anna hänen esimerkiksi

- itkeä
- leikkiä, piirtää, kirjoittaa
- olla epäuskoinen ja/tai kiukkuinen

Anna lapsen kysyä ja vastaa hänelle rehellisesti. Pohdi asioita hänen kanssaan.



On tärkeää, että lapselle läheinen ja luotettava aikuinen puhuu tapahtuneesta lapsen kanssa.

Kuvio 5. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.2

Lapselle kuolemasta kertovan aikuisen olisi hyvä olla mahdollisimman läheinen.

Usein oma vanhempi kertoo lapselle, mitä on tapahtunut, mutta joskus hän voi kokea sen liian vaikeana ja joku muu läheinen kertoo. (Dyregrov 1996, 55) Vanhemman on hyvä odottaa, että on itse vähän rauhoittunut, jos kuolema koskettaa häntäkin. Hän voi ensin jutella toisen aikuisen kanssa selvittääkseen ajatuksiaan. (Poijula 2007, 120)

Lapselle kertomista ei kannata lykätä kovin kauas tulevaisuuteen sillä lapsen on tärkeää olla ajan tasalla, samoin kuin aikuisten (Mynttinen 2013). Paikan, missä lapsi kuulee läheisensä kuolemasta, tulisi olla rauhallinen, mielellään tuttu paikka, missä lapsen on turvallista olla ja reagoida. Lasta voi parhaansa mukaan yrittää valmistella kuule-

maan ikävän asian ennen kertomista. Lapselle on hyvä kertoa kuolemasta suoraan, avoimesti ja rehellisesti. (Pojjula 2007, 120) ”Totuus ei vahingoita lasta”, kirjoittaa Mynttinen (2010, 12). Lapsen on hyvä tietää kuolemaan liittyneet tosiasiat, kuka on kuollut, miten hän kuoli, missä ja milloin (Dyregrov 1996, 55). Vanhemman on tärkeä käyttää sanoja, jotka lapsi ymmärtää. Kun lapselle on kerrottu, että hänen läheisensä on kuollut, hänelle pitää antaa aikaa. Lapsen on hyvä olla vanhemman seurassa. (Pojjula 2007, 120)

Tapahtuneesta tulisi puhua suoraan sanalla ”kuolema”, sillä pois nukkuminen, taivaaseen meneminen, edesmennyt tai muu vastaava kiertoilmaisuus saattaa johtaa lasta harhaan (Dyregrov 1996, 56). Vaikka lapsi olisikin jo tarpeeksi vanha tietämään, mitä kuolema tarkoittaa, hänen kanssa voi jutella siitä, mitä se on. Kuolleen ihmisen ruumis lakkaa toimimasta, sydän lakkaa lyömästä. Kuollut ei näe, kuule, haista tai maista enää. Kuolleele ei ole enää ajatuksia. Kun ihminen kuolee, hänen ihonsa muuttuu kylmäksi. Usein kuolleele aletaan käyttää sanaa vainaja, lapsen ei silti tarvitse käyttää vierasta sanaa läheisestään. Kuolleele on edelleen sama nimi kuin ennenkin ja sitä saa käyttää. (Kaskinen 2004, 14)

Lapsi tarvitsee vanhemman läheisyyttä. Kun lapselle kerrotaan, että hänen läheisensä on kuollut, hänen elämänsä turvallisuus järkkyy. Lapsen on tärkeä kokea, että hänen on edelleen turvallista olla ja elää. Syli, halaukset ja lähellä pitäminen ovat merkki turvallisuudesta. (Mustanoja & Mäkeläinen 2010, 26) Lapsen kanssa ollessa ja häntä pidellessä vanhempi voi yrittää selvittää, onko lapsi ymmärtänyt kuulemansa oikein, ettei tule väärinkäsityksiä. Lapsen on tärkeä ymmärtää, mitä on tapahtunut. (Pojjula 2007, 120)



Kuvio 6. Mua pelottaa

Lapsen reaktio voi olla mitä vain, ja vanhemman on tärkeä hyväksyä lapsen reaktio sellaisena kuin se tulee (Dyregrov 1996, 56). Lapselle on luontaista kysyä kysymyksiä ja vaikkei hän kysyisikään, häntä voi rohkaista kysymään. Miksi, missä hän nyt on, kuoletko sinäkin ja kuinka kauan minä elän, ovat lapselle tyypillisiä kysymyksiä (Fiorelli 2011, 648). Samojen kysymysten toistaminen on vain merkki siitä, että lapsi yrittää ymmärtää, mitä on tapahtunut. Vanhemman on hyvä vastata kysymyksiin, vaikka aina ei tietäisikään vastauksia. Aina on lupa sanoa, ettei tiedä. Vanhemman saattaa olla vaikea ymmärtää esimerkiksi jotakin lapsen mielikuvista kumpuavaa kysymystä, jolloin lasta voi pyytää kertomaan, mistä hänelle sellainen kysymys tuli mieleen (Rautiainen 2010). Rehellisyys on tärkeää. Avoimuus ja kysymyksiin vastaaminen viestittävät lapselle, että kuolemasta saa puhua ja sitä voi käsitellä yhdessä. Suru ja hämmennys saavat näkyä eikä niiden kanssa tarvitse selvitä yksin. (Mynttinen 2013)

5.2 Mitä kuolema on?

Vanhemman on tärkeä tietää eri-ikäisten lasten kuolemankäsityksistä. Alakouluikäisissä on yleistäen kahteen eri kehitysvaiheeseen jakautuvia käsityksiä kuolemasta. Käytän 1.-4. -luokkalaisia esimerkkinä pienemmistä lapsista, joiden käsitys kuolemasta on vielä konkreettisiin asioihin nojaavaa sekä 5.-6. -luokkalaisia esimerkkinä isommista lapsista, joilla kuolemankäsitys on jo abstraktimpi. On tärkeä huomata, että tämä jako ei ole mitenkään systemaattinen tai välttämättä paikkansa pitävä, jakoa on syytä arvioida. Lapset ovat erilaisia ja heidän kehityksensä on monitahtista. Aikaisemmat kokemukset ja kosketuspinnat kuolemaan vaikuttavat paljon siihen, miten lapsi ymmärtää kuoleman. Jaotteluni on yleistävä.

1.-4. -luokalla oleva lapsi

Tämän ikäinen lapsi ymmärtää jo, mitä kuolema on. Hän tietää, että kuollutta ei voi saada takaisin. Kuolema tarkoittaa lopullista poismenoa. 1.-4. -luokkalainen lapsi ymmärtää myös, että kuolleella ihmisellä kaikki elintoiminnot pysähtyvät, mikään ei toimi enää. Vaikka kuoleman merkitys alkaa hahmottua, tämän ikäinen lapsi ei välttämättä vielä usko itse koskaan kuolevansa. Alle viidesluokkalainen on jo oppinut

omaksumaan, että kuolema on universaali. Se kohtaa ihmisiä kaikkialla. Lapsi tietää myös, että kaikki kuolevat jonain päivänä, kuolema on väistämätön. Kuolemaa tulisi silti käsitellä lapsen kanssa konkreettisesti. Vanhemman suorat ilmaukset sekä niiden tukena käytetyt kuvat, hautakivet, erilaiset symbolit ja rituaalit auttavat lasta surutyössä. (Dyregrov 1996, 15)

Piaget'n mukaan alakouluikäinen lapsi on konkreettisten operaatioiden vaiheessa, jolloin hän alkaa käyttää ajattelunsa apuna organisoituja ja logiikan mukaan eteneviä ajattelumalleja, joita kutsutaan operaatioiksi. Nämä operaatiot ovat edelleen tiiviisti yhteydessä lapsen arjen konkreettisuuteen. Siksi lapsen päällä tapahtuvat loogiset operaatiot eivät aina tuota ”oikeaa” tulosta. Yksinkertaistettuna, lapsi voi helposti päätellä väärin. Hänen päättelyään olisi siksi tärkeää tukea yhteisellä havainnoinnilla sekä konkreettisilla esineillä ja esimerkeillä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 142)

Konkreettinen ajattelu ilmenee myös siinä, miten lapsi yhdistää syitä ja seurauksia. Tämän ikäinen lapsi ymmärtää, että auto-onnettomuus johti äidin kuolemaan tai että mummo oli niin vanha, että hän kuoli. Syy-seuraussuhteiden hahmottaminen voi kuolemantapauksissa aiheuttaa lapsessa paljon pohdintaa esimerkiksi kuoleman oikeudenmukaisuudesta. Miksi hyvälle tapahtuu pahaa? ’Se oli niin kiltti, ettei sen ois pitänyt kuolla.’ (Dyregrov 1996, 15)

Etenkin 1.-2. -luokkalainen lapsi on vasta opettelemassa itsenäistä, kodin ulkopuolista elämää. Hän opettelee tekemään oma-aloitteisesti arjen askareita ja saa itse aktiivisesti vaikuttaa oppimiseensa. Lapsi opettelee tässä vaiheessa myös luottamaan vanhempien lisäksi muihin aikuisiin. Lapsen kognitiivinen kehitys on siinä vaiheessa, että syy-seuraussuhteet alkavat hahmottua. Myös todellisuuden ja mielikuvituksen rajat selkenevät. (Schlozman 2003, 91–92)

1.-4. -luokkalainen lapsi alkaa jo ymmärtää paikkansa maailmassa – olen yksi monista enkä kaiken keskipiste. Piaget'n mukaan egosentrismi vähenee asteittain konkreettisten operaatioiden vaiheessa ja lapsi pystyy ottamaan huomioon muutkin näkökulmat kuin omansa. Puhutaan myös käsitteestä mielen teoria, joka tarkoittaa ymmärrystä siitä, että muut voivat ajatella ja esimerkiksi muistaa jonkun tilanteen eri tavalla kuin itse. Piaget'n teoriaa egosentrismistä on myöhemmin kritisoitu ja on voitu osoittaa, että jo kaksivuotiaat kykenevät olemaan empaattisia. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 143–144) Se, että lapsi pystyy ajattelemaan muita, voi läheisen kuollessa herättää

myös pelkoa siitä, että muille tapahtuu jotakin ikävää (Fiorelli 2011, 638). Koulussa läheisensä menettänyt lapsi voi saada ymmärrystä kavereiltaan, sillä he kykenevät ottamaan huomioon toistensa näkökulmia ja kokemuksia (Dyregrov 1996, 15).

1.-4. -luokkalainen lapsi on ahkera oppija ja voi olla hyvin kiinnostunut kuoleamisen yksityiskohdista. Monenlaiset kysymykset voivat nousta lapsen mieleen. Kuolema esiintyy usein sitä kohdanneiden lasten leikeissä, esimerkiksi erilaiset sairaala-, sota- tai hautajaisleikit voivat olla surevalle lapselle tärkeä käsittelykeino. (Fiorelli 2011, 638–639) Sivulla 38 kerrotaan enemmän leikkimisen merkityksestä lapsen surutyössä.

Mitä kuolema on?

*Alakouluikäinen lapsi ymmärtää, että kuolema on peruuttamaton
ja että se tarkoittaa elintoimintojen lakkaamista.
Hän ymmärtää myös, että kuolema on väistämätön
- kaikki kuolevat joskus.*

1-4 luokalla oleva lapsi

- voi kuitenkin uskoa, ettei itse koskaan kuole
- voi miettiä kuoleman syitä ja seurauksia
- voi pohtia kuoleman epäoikeudenmukaisuutta

5-6 luokalla oleva lapsi

- ymmärtää laajemmin kuoleman syitä ja seurauksia
- tietää, että voi itsekään kuolla - kuolemasta voi tulla asia, jota ei tahdo ajatella
- on kriittinen ja ymmärtää, jos hänelle jätetään jotakin kertomatta

*Lapsi tarvitsee läsnäoloasi ja läheisyyttäsi sekä avointa keskustelua
kanssasi. Lapselle valokuvien katseleminen, kynttilöiden polttaminen,
vainajan hyvästeleminen, osallistuminen hautajaisiin ja niiden
suunnitteluun ovat tärkeitä.*

Kuvio 7. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.3

5.-6. -luokalla oleva lapsi

Alakoulun yläluokille siirtyvällä lapsella kuolemankäsitys on samankaltainen kuin nuoremmilla, mutta ymmärtäminen muuttuu pikkuhiljaa konkreettisesta abstraktimmaksi. Sen lisäksi, että lapsi haluaa ymmärtää kuoleman biologisen tarkoituksen, hän alkaa myös tavoitella läheisen kuoleman aiheuttaman tunnepuolen ymmärtämistä. Lapsen voi kuitenkin olla vielä vaikea ymmärtää vanhempiensa voimakkaita tunne-reaktioita. Samoin lapsen voi olla vaikea ymmärtää omia tunteitaan. Varhaisnuori kehittää omaa identiteettiään ja yrittää löytää omaa itsenäistä itseään. Tämä etsiskely voi tulla tullessaan herkkyyttä etenkin muiden hänen ikäisten keskuudessa. Läheisen kuoleman tuoma suru voi saada lapsen tuntemaan itsensä erilaiseksi kuin muut lapset. Lapsi voi kokea, etteivät hänen ystävänsä ymmärrä häntä. Joskus lapsi voi pelätä näyttää tunteitaan pohtien, mitä muut hänestä ajattelevat. (Fiorelli 2011, 639)

Kuoleman aiheuttamat seuraukset selkenevät. Tässä vaiheessa lapsen hypoteettinen ajattelu kehittyy. Lapsi oppii tarkastelemaan tiettyä asiaa monelta eri kantilta. Hän voi havaita rinnakkaisuuksia, esimerkiksi verrata omaa kokemaansa jonkun toisen samankaltaiseen kokemukseen. Lapsi oppii myös huomaamaan jos hänelle annettussa tiedossa on jotain aukkoja. Hän ymmärtää jos on jätetty jotain kertomatta. Samoin kuin nuoremmilla, oikeudenmukaisuuden ja epäoikeudenmukaisuuden pohdinta voi olla voimakasta. Kuoleman universaaliuteen ja väistämättömyyteen liittyy tässä vaiheessa myös omakohtaisuus – minä voin itsekkin kuolla. Lapsen ymmärtäessä, että hänen oma kuolemansakin on mahdollinen, kuolemasta voi tulla pelottava asia, jota ei tahdo ajatella. Tapahtuneen pois sulkeminen on etenkin nuorelle tyypillistä. (Dyregrov 1996, 15–17)

5.3 Miten lapsi reagoi kuolemaan?

Lapsi ilmaisee suruaan eri tavalla kuin aikuinen ja jokainen lapsi elää surunsa läpi omalla tavallaan. Lapsen suruun ja siihen, miten hän sitä ilmaisee, vaikuttaa moni seikka kuten lapsen ikä ja kuolemankäsitys, aikaisempi suhde kuolleeseen, kuoleman olosuhteet, onko lasta voitu valmistella kohtaamaan kuolema vai tuleeko se yllätyksenä sekä lapselle tärkeiden aikuisten tapa käsitellä omaa suruaan. Myös lapsen persoo-

nallisuus ja sosiaalisuus sekä uskonto ja ympäröivä kulttuuri vaikuttavat surun ilmaistamiseen. (Fiorelli 2011, 640) Aikuisen saattaa olla helppo sanoa 'Nyt pitää olla vahva' tai hän voi ihmetellä, miksi lapsi vain leikkii ja on iloisen oloinen (Mynttinen 2013). Vanhempi ei saisi asettaa lapsen surulle epärealistisia ja mahdottomia vaatimuksia siitä, kuinka pitkään ja millä tavoin lapsen tulisi surra. Kaikki ihmiset ovat yksilöllisiä ja reagoivat eri tavoin samanlaisiin tapahtumiin. Lasten reaktioissa ja suhtautumisessa kuolemaan on eroja. Eri ihmisten tapoja surra ei voi verrata keskenään. (Dyregrov 1996, 38)

Kun olet kertonut lapselle kuolemasta

Kun lapsi kuulee läheisen kuolemasta, hän saattaa jatkaa olemistaan kuin mitään ei olisi tapahtunut. Näkyvät reaktiot voivat tulla myöhemmin.



Tavallisia lapsen reaktioita ovat mm.

- sokki ja epäily, apatia tai lamaannus
- pelko, ahdistus ja vastustus - mitä, jos muillekin tapahtuu jotakin?
- kaipaus ja ikävä
- päänsärky, vatsakivut, lihaskivut tai muu fyysinen reagointi
- nukkahtamisvaikeudet ja äkilliset heräämiset
- lisääntynyt unen tarve



- kiukku ja erityistä huomiota vaativa käyttäytyminen
- syyllisyys, itsesyytökset ja häpeä
- haluttomuus lähteä kouluun, vaikeudet keskittyä ja muistaa
- voimakkaat muistot


Kuvio 8. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.4

Kun läheinen ihminen kuolee, elämän turvallisuus järkkyy.
 Se, mitä oli ja mitä lapsi piti pysyvänä, ei enää olekaan.
 Lapsi tarvitsee läheisyyttä, turvaa ja aikuisen läsnäoloa.

Lapsi voi myös mm.

- pohtia kuoleman syytä ja tarkoitusta
- vältellä muita, vetäytyä ja eristäytyä
- käyttäytyä ikäistään nuoremman lapsen tavoin (esimerkiksi kastella tai takertua aikuisiin) tai päinvastoin olla kuin pikkuaikuinen
- luoda kuvitelmia liittyen vainajaan ja kuolemaan
- suhtautua pessimistisesti tulevaisuuteen ja elämään
- kehittyä ja kypsyä - hän voi esimerkiksi oppia olemaan myötätuntoisempi toisia kohtaan

Lapsi ilmaisee ja käsittelee suruaan omalla yksilöllisellä tavallaan.
 Kouluikäinen lapsi voi olla haluton ilmaisemaan tunteitaan.



Kuvio 9. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.5

- Sokki ja epäily

Kun lapsi saa kuulla, että hänen läheisensä on kuollut, hän voi yrittää kieltää tapahtuneen kokonaan. Kuoleman tajuaminen on liian voimakas ja lapsen mieli torjuu sen. Tällainen reaktio voi olla vanhemmalle vaikea ottaa vastaan, mutta sen voi nähdä puolustuskeinona ja ohimenevänä. Lapsi kieltää, jotta saisi enemmän aikaa ottaa todellisuuden vastaan. Kieltäminen on tavallisinta heti kuolemasta kuultaessa, mutta epäilykset siitä, onko läheinen oikeasti kuollut, voivat nousta pitemmänkin ajan kuluttua. (Fiorelli 2011, 642)

12-vuotias muistelee, kun hän 7-vuotiaana kuuli isän kuolemasta: ”Tuntui kuin kaikki olisi kadonnut. Äidin sanat olivat niin kamalat, että minulta melkein loppui henki. Ensin en tajunnut mitään. Kaikki pyöri vain ympyrää. Muutaman minuutin kuluttua kaikki pimeni, kuin maailma olisi sammunut.” (Sjöqvist 2005, 191)

17-vuotias muistelee 12-vuotiaana tapahtunutta äidin kuolemaa: ”Naiset jutteli mun kanssa, mutta mä en kuunnellut, mun ympärillä ei ollut mitään. Vain kyyneleitä ja klöntti vatsassa, se kasvoi ja kasvoi. Mä kouristelin, kaikki mun sisältä pyrki ulos. Opettaja piteli kiinni. Rauhoituttuani mä en vielä tajunnut, mitä oli tapahtunut. Mä en käsittänyt yhtään mitään. En tiennyt mikä oli totta.” (Sjöqvist 2005, 199)

- Apatia tai lamaannus, kaikki jatkuu entisellään

Kun jotkut lapset reagoivat voimakkaasti, näkyvästi ja kuuluvasti, toiset ikään kuin lamaantuvat, eivätkä näytä reagoivan tietoon kuolemasta mitenkään. Joskus kun lapsi kuulee läheisen kuolemasta, hän jatkaa olemistaan kuin mitään ei olisi tapahtunut. Näkyvät reaktiot voivat tulla myöhemmin. Yleisesti ihmisille on tyypillistä, että omaksumme vaikeat tapahtumat pikkuhiljaa. Näin suojelemme itseämme siltä, että tunteet saavat meidät kokonaan valtaansa. Lapset toimivat samoin. (Dyregrov 1996, 17–18)

- Pelko, ahdistus ja vastustus

Lapsen pelko läheisen kuoleman jälkeen voi olla voimakasta. Jos yksi kuolee, kuolevatko muutkin? Yksin jäämisen ja hylätyksi tulemisen pelko on lapsella suuri. Lapset, jotka ymmärtävät voivansa itsekkin kuolla, voivat läheisen kuoleman myötä alkaa pelätä omaa kuolemaansa. Pelko voi ilmetä etenkin nukkumaan mennessä. (Dyregrov 1996, 19–20) Lapsen on tärkeä kohdata pelkojaan vanhemman kanssa ja niihin voi yhdessä koittaa löytää helpotusta (Mynttinen 2013).

- Kaipaaminen ja ikävä

Lapsen ikävällä ja kaipaamisella on monenlaisia ilmenemismuotoja – itku voi olla yksi niistä. Kaipaaminen voi nousta voimakkaana esiin esimerkiksi iloisia ihmisiä nähdessä. Lapsi voi kaivatessaan vaikka haluta pukeutua vainajan vaatteeseen tai mennä

tämän sänkyyn nukkumaan tunteakseen olevansa häntä lähellä. (Dyregrov 1996, 21–23)

”Minä tiedän ikävän.

Se on sellaista, jonka tuntee joka puolella itsessään.

Eniten se tuntuu vaatteiden sisällä, mutta minä en tarkalleen tiedä missä.

Joskus se sattuu kurkkuun ja korviinkin.

Kurkusta tulee jotenkin paksu ja korviin pistelee

niin kuin olisi pakosta juossut oikein kovaa vaikka ei olisi yhtään jaksanut.

Kukaan ei näe siihen paikkaan, jossa ikävä eniten tuntuu.”

Riitta Jalonen (2004, 11)

- Päänsärky, vatsakivut, lihaskivut tai muu fyysinen reagointi

Suru on voimakas ja se voi ilmetä lapsen kehossa erilaisina fyysisinä oireiluinä. Yllämainittujen lisäksi oireilua voi olla esimerkiksi lisääntynyt väsymys, voimattomuus, kurkun kiristys tai hengenahdistus. Lapsen fyysiseen reagointiin on tärkeää kiinnittää huomiota, mutta siitä ei tarvitse huolestua. Normaalisti fyysiset reaktiot ovat melko lyhytkestoisia ja menevät pois, kun surua käsitellään yhdessä. Joskus lapsi voi valittaa samoja kipuja kuin esimerkiksi sairauten kuolleella sisarella oli. Lapsi voi tällä viestittää omaa sairastumisen pelkoa tai hän voi oireilun kautta yrittää ylläpitää vielä jonkinlaista yhteyttä kuolleeseen. (Fiorelli 2011, 640–641) Joillekin sureville lapsille syöminen voi olla vaikeaa. Ruoka ei enää maistu tai surun keskellä saattaa unohtaa syödä. Joskus suru aiheuttaa fyysistä kipua tai pahaa oloa, joka tekee syömisestä vaikeaa. Surussa syöminen voi olla myös lohtu. (Gootman 1998, 20–21)

- Nukahtamisvaikeudet ja äkilliset heräämiset, lisääntynyt unen tarve

Sureminen vaikuttaa nukkumiseen. Unettomuus on monen surevan lapsen taakka.

Painajaiset ja pelottavat ajatukset voivat estää nukahtamista tai herättävät keskellä

yötä. Joidenkin lasten nukkuminen säilyy ennallaan, toiset taas alkavat nukkua taval-

lista enemmän. Suru ja itkeminen uuvuttavat lasta, uneen on joskus helppo paeta komaansa tuskaa ja kysymyksiä. (Gootman 1998, 17–19)

- Kiukku ja erityistä huomiota vaativa käyttäytyminen

Alaluokkalaisten pienempien lasten suru voi ilmetä kiukkuna, uhmana ja uhkailuna. Ne voivat kohdistua lukuisiin eri ”syyllisiin” kuten henkilöityvään kuolemaan tai Jumalaan, joka salli kaiken. Lapsi voi kokea syylliseksi myös aikuiset, jotka eivät estäneet kuolemaa ja sulkevat lapsen oman surunsa ulkopuolelle. Lapsi voi pitää myös itseään syyllisenä, kun ei pystynyt estämään läheisen kuolemaa tai kuollutta läheistään, joka jätti ja hylkäsi. (Dyregrov 1996, 24) Lapsella on oikeus olla kiukkuinen ja vihainenkin siitä, että rakas läheinen on kuollut. Tärkeintä on, etteivät kiukku ja vihaisuus käänny itseä tai muita läheisiä vastaan. Ikävien tunteiden ulos ilmaiseminen on tärkeää, ettei kehenkään satu. (Gootman 1998, 41)

Tuija Virkki (2004, 48) kirjoittaa teoksessaan *Vihan voima*, että viha voi olla voima ja energialähde, joka auttaa selviytymään hankalista elämäntilanteista kuten hylätyksi tulemisesta, ja näihin tilanteisiin kytketyistä tunteista kuten surusta. Viha voi auttaa itsenäistymään ja irtautumaan.

Olemme työelämäohjaajani kanssa päätyneet käyttämään sanaa kiukku vihan sijasta. Viha on saanut mediassa pyörineen vihapuheen myötä niin negatiivisen sävyn, ettemme kokeneet hyväksi käyttää sitä asiakkaille suunnatussa materiaalissa.

- Syyllisyys, itsesyytökset ja häpeä

Samoin kuin aikuisella, lapsella voi nousta yllättäen syyllisyyden ja häpeän tunteita läheisen kuolemasta. Lapsi voi jostain syystä alkaa syyttää itseään siitä, mitä on tapahtunut. Lapsi saattaa muistaa kuolemaa edeltäneen riidan tai tiuskaisun ja hävetä tekoaan. Joskus lapsen ristiriitainen suhde vainajaan voi olla itsesyytösten polttoaine. (Fiorelli 2011, 643) Syyllisyys voi olla vahvempaa, jos lapsella ei ole ollut mahdollisuutta jättää hyvästejä läheisen kuollessa yllättäen (Schlozman 2003, 91–92).

On helppoa toivoa, että olisi toiminut toisin. ”Jos” voi olla monen lapsenkin korvaan kuiskija. ’Jos olisin tehnyt jotain, jättänyt tekemättä, sanonut jotain, jättänyt sanomatta, jos hän ei olisi mennyt...’ Jossittelu on loppumatonta ja lasta kannattaa rohkaista

sen lopettamiseen. Kauheita ja epäoikeudenmukaisia asioita tapahtuu, eikä kukaan voi estää niitä. (Gootman 1998, 28–30)

- Haluttomuus lähteä kouluun ja muut kouluun liittyvät muutokset

Koulussa keskittyminen voi olla lapselle vaikeaa surun vallatessa mielen. Mieli on täynnä kaikenlaisia ajatuksia ja joskus voi olla vaikea muistaa, mitä on sanottu tai ohjeistettu (Dyregrov 1996, 26–27). Jos lapsi ei ole varma siitä, mitä koulussa tiedetään ja miten hänen pitäisi toimia sinne palatessa, hän voi etukäteen jännittää kouluun lähtöä ja protestoida (Pojula 2007, 114–115). Suremisesta ja koulusta kerrotaan tarkemmin sivulla 44.

- Voimakkaat muistot

Läheisen ihmisen kuolema voi synnyttää ihmisissä voimakkaan tarpeen muistella tätä. Lapsella on usein hyvä muisti ja hän saattaa haluta muistella läheistään paljon enemmän kuin vanhempi jaksaisi. Lapsi voi toistuvasti pyytää vanhempaa kertomaan tarinoita kuolleesta, hän voi kantaa mukanaan kuolleen läheisen tavaroita ja katsella valokuvia uudestaan ja uudestaan. (Fiorelli 2011, 641) Lähes mikä vain voi saada lapsen yhtäkkiä muistelemaan kuollutta läheistään. Etenkin, jos lapsi on ollut läsnä esimerkiksi kuoleman aiheuttaneessa onnettomuudessa tai löytänyt läheisensä kuolleen, näiden tilanteiden muisteleminen voi olla hyvin voimakasta. (Dyregrov 1996, 20–21)

- Syyn ja tarkoituksen pohtiminen

Lapsikin miettii: 'miksi, mistä tämä johtuu, miksi tällaista tapahtuu, miksi nyt ja miksi meille'. Ymmärtäminen on osa mielen tarvetta jäsentää tapahtunutta. (Dyregrov 1996, 30)

- Muiden vältteleminen, vetäytyminen ja eristäytyminen

Etenkin vanhempi lapsi voi kokea jäävänsä täysin yksin surunsa kanssa. Hän saattaa vältellä muuta perhettä, kieltäytyä osallistumasta hautajaisiin tai eristäytyä suremaan yksin. Murrosikäiselle on tavallista kokea, ettei kukaan ymmärrä häntä. Hänetkin olisi kuitenkin tärkeä saada mukaan perheen yhteiseen suruun. Lapselle voi yrittää kertoa, että häntä voi jälkeinpäin harmittaa, jos hän ei ole osallistunut. (Mannerheimin

Lastensuojeluliitto 2013) Lapset voivat keskenään sanoa ja toimia joskus sopimattomasti ja toisiaan loukaten. Toisinaan sureva lapsi voi haluta vältellä muita lapsia, ettei hän joutuisi kohtaamaan mahdollisia noloja tilanteita tai muiden erikoista huomiota. (Dyregrov 1996, 29)

- Ikäistään nuoremman tai vanhemman tavoin käyttäytyminen

Lapsen kohdatessa rankkoja kokemuksia, hän saattaa käyttäytyä eri tavalla kuin tavallisesti. Niin sanottu regressiivinen käyttäytyminen läheisen kuoleman yhteydessä voi olla pakenemista takaisin aikaan, jolloin lapsella oli turvallinen olo (Fiorelli 2011, 642). Läheisen, etenkin vanhemman, kuollessa lapsen jo oppimat asiat saattavat väliaikaisesti ”unohtua” tai siirtyä syrjään. Lapsi voi käyttäytyä hyvin takertuvasti suhteessa vanhempansa eikä luotakaan enää muiden aikuisten huolenpitoon. On myös normaalia, jos lapsen mielessä maaginen ajattelu, joka on pienelle lapselle tyypillistä ja alkaa koululaisella jo väistyä logiikan tieltä, alkaa selittää tapahtunutta. Logiikka ja maaginen ajattelu voivat olla läsnä samaan aikaan. Lapsi saattaa loogisesti tiedostaa, ettei hänellä ollut mitään osaa kuolemaan, mutta ei voi mitään sille, että pohtii oman käyttöksensä jotenkin vaikuttaneen tapahtuneeseen. (Schlozman 2003, 91–92) Vaikka kastelu onkin tyypillisempi reaktio pienemmille, alle kouluikäisille, lapsille stressaavassa tilanteessa, myös kouluikäinen lapsi voi joskus kastella läheisen kuoltua. (Dyregrov 1996, 29)

Lapsi voi käyttäytyä kuin pikkuaikuinen, olla vastuullisempi kuin aikaisemmin. Erikoisen hyvä käytös voi myös olla lapsen reaktio. Lapsi voi hyväkäytöksisyydellään pyrkiä luomaan iloisempaa ilmapiiriä kotiin ja suojelemaan muita enemmän surulta. (Laimio, Mynttinen & Uittomäki 2011, 8)

- Kuvitelmien luominen liittyen vainajaan ja kuolemaan

Dyregrovin (1996, 30) mukaan lapsi voi luoda virheellisiäkin kuvitelmia kuolleesta läheisestään ja kuolemasta yleisesti. Kuvitelmat saattavat usein kummuta vaikenemisesta tai väärän tiedon saamisesta. Joskus kuvitelmista voi tulla pelottavia, lapsen mieltä häiritseviä ajatuksia. Jos lapsi on vaikka aikuisen tarkoittamatta kuullut jotakin, mitä hän ei täysin ymmärrä, hän voi täydentää aukkoja ja luoda erikoisen kuvitelman. Vanhemman olisi tärkeä olla lapselle avoin ja selvittää, että lapsi on ymmärtänyt saamansa tiedon oikein.

- Pessimistinen suhtautuminen tulevaisuuteen ja elämään

Lapsi on luonnostaan melko optimistinen. Lapsen pessimistinen suhtautuminen tulevaisuuteen ei ole tyypillistä, mutta läheisen kuoleman tuoma pelko voi aiheuttaa synkkiä ajatuksia. (Dyregrov 1996, 30) Kun läheinen, etenkin sisarus, kuolee, lapsen käsitys elämästäkin saattaa muuttua. Eihän lasten kuuluisi kuolla. Lapsi voi jollain tapaa menettää osan viattomuuttaan ja kokea vanhenneensa hetkessä monta vuotta. (Becvar 2001, 135)

- Kehittyminen ja kypsyminen

Kuoleman kohtaaminen on iso asia lapselle ja se voi myös aiheuttaa lapsessa nopeaa kypsymistä (Dyregrov 1996, 31). Lapsi voi oppia sietämään toisenlaisia vastoinkäymisiä paremmin, ja hän voi alkaa olla myötätuntoisempi muiden kokemuksia kohtaan (Fiorelli 2011, 644).



Kuvio 10. Eteenpäin

- Puhumattomuus

Aikuisilla on usein luontainen tarve puhua, kun jotain ikävää tapahtuu, mutta lapsi ei välttämättä oma-aloitteisesti osallistu keskusteluihin tai ala kertoa, mitä ajattelee tai tuntee. Lapsi voi tuntua lukkiutuvan, sulkevan kaiken tiedon kuolemasta pois. Aikui-

nen voi koittaa jutella kuolemasta ja siihen liittyvistä tunteista lapsen kuullen, ikään kuin aikuisen käsittely toimisi mallina, jota lapsi voisi myöhemmin muistaa ja toistaa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013)

Lapsen mennessä kouluun, hänen halunsa ilmaista tunteita saattaa muuttua. Vanhempien ja sisarusten lisäksi koulukaverit alkavat vaikuttaa lapsen arkeen. Koulussa syntyy kaveriporukoita. Kavereiden mielipiteet, käyttäytyminen ja ajattelu alkavat vaikuttaa lapsen omaan toimintaan, mikä saattaa johtaa siihen, että lapsi ei enää halua avautua vanhemmilleen samalla tavalla kuin ennen. Aikuisten asenteet alkavat vaikuttaa lapsen avoimuuteen. Niinpä lapsen surutyössä tunteiden ilmaiseminen aikuisille voi olla vaikeaa. (Dyregrov 1996, 15)


”Aikuisen tehtävä on tukea lasta löytämään surulleen sanat ja seisoa surussa lapsen rinnalla avoimena ja vastaanottavaisena, jotta puhumaton murhe ei pyytäisi pakahtuvaa sydäntä murtumaan.” (Erkkilä ym. 2003, 74)

- Ilo ja hyvä mieli

Lapsella voi olla välillä hyvä olo surun ja kuoleman keskellä, hän voi nauraa ja olla iloinen. Lapsi voi kokea syyllisyyttä hyvästä mielestä kuten nauramisesta, mutta hänelle voi sanoa, että hän saa toimia niin ja se on normaalia. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013) Esimerkiksi kavereiden seurassa ei tarvitse olla surullinen.

5.4 Ota lapsi mukaan

Rituaalit kuten vainajan hyvästely, hautajaiset ja haudalla käyminen tekevät läheisen kuolemasta todellisen. Rituaaleihin osallistuminen auttaa käsittelemään surua sekä kuolemaan liittyviä tunteita ja muistoja. Niiden avulla lapsi voi jättää rakkaalle hyvästit. Tässä alaluvussa kerrotaan vainajan hyvästelystä ja hautajaisista, muistopäivistä ja muistamisen tärkeydestä lapselle sekä lapsen symbolisesta tavasta käsitellä ja muistella kuollutta läheistä. Otsikko ”ota lapsi mukaan” kehottaa vanhempaa rohkeasti kannustamaan lasta osallistumaan suremisen rituaaleihin ja symboliikkaan. Voisin kuitenkin myös sanoa ”mene lapsen mukaan”, sillä vanhemman on tärkeä myös kiinnittää huomiota lapsen omiin rituaaleihin ja symboleihin kuten esimerkiksi leikkiin.



Ota lapsi mukaan

Rituaalit kuten vainajan hyvästely, hautajaiset ja haudalla käyminen tekevät läheisen kuolemasta todellisen. Rituaaleihin osallistuminen auttaa käsittelemään surua sekä kuolemaan liittyviä tunteita ja muistoja ja niiden avulla lapsi voi jättää rakkaalle hyvästit.

Ota lapsi mukaan katsomaan vainajaa, jos hän haluaa

- valmistelee lasta vainajan katsomiseen
- vainajan katsominen ja koskeminen tekee tilanteen todellisemmaksi
- hyvästely voi olla hiljainen, oman mielen ajatus, kuiskaus vainajalle tai vaikkeä kirje, piirustus, esine tai lelu, joka voi jäädä arkekuun

Keskustele hautajaisista lapsen kanssa

- vastaa hänen kysymyksiinsä
- kerro hautaamisesta tai tuhkaamisesta
- kerro, miltä hautajaisissa näyttää ja mitä siellä tapahtuu
- ota lapsi mukaan hautajaisten suunnitteluun - mitkä olivat vainajan lempivaatteet, kukat, musiikki, ruoka jne.

Lapsen tulisi voida olla hautajaisissa läheisen aikuisen seurassa.

Kuvio 11. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.6

Vainajan hyvästely

Jos lapsi haluaa, hänet voi ottaa mukaan katsomaan vainajaa. Lasta ei saisi koskaan kuitenkaan pakottaa vainajan katsomiseen tai koskemiseen. Lasta voi pyytää mukaan, mutta hänen omaa päätöstään on tärkeä kunnioittaa. Lasta voi valmistaa vainajan katsomiseen kertomalla hänelle, mitä voi olla odotettavissa. Kuollut läheinen voi näyttää siltä, että hän nukkuu, mutta on kuitenkin kuollut, ei hengitä eikä hänen sydämensä enää lyö. Jos lapsi haluaa, hän voi koskea kuollutta läheistä. Lapselle voi etukäteen kertoa, että kuolleen iho voi tuntua kylmältä ja kovalta. Tässä vaiheessa vainaja ei

välttämättä ole vielä arkussa. Vanhempi voi miettiä lapsen kanssa yhdessä, haluaako lapsi jättää arkkuun jotakin, mikä hautautuu läheisen kanssa maahan. Se voi olla jokin esine, valokuva, piirros tai vaikka kirje. (Fiorelli 2011, 658) Vainajaa katsoessa lapsi voi myös sanoa hyvästit, miettiä itse hiljaa mielessä, kuiskata vainajan korvaan tai sanoa jotakin ääneen. Jos vainaja on loukkaantunut pahasti tai pahoinpidelty eikä näytä itseltään, pitää harkita tarkkaan onko lapsen hyvä nähdä kuollutta läheistään sellaisena (Dyregrov 1996, 62).

Suzanne Sjöqvistin kokoelmassa (2005, 39–40, 56) lapset muistelevat kokemuksiaan vainajan hyvästelystä. ”Hetä sen jälkeen kun Lukas oli kuollut, näin painajaisia, olin stressaantunut ja surullinen. Luulin, että Lukaksen ruumis oli pieninä palasina ympäri laaksoa. Painajaiset loppuivat, kun äiti ja pikkuveli ja minä olimme nähneet isän ruumishuoneella. Minä en mennyt lähelle, koska minua pelotti. Seisoin seinän vieressä mutta näin hänet. Hän oli ehjä. Sitten uniini tulivat enkelit, ja painajaiset katosivat.” Toinen lapsi muistaa, miten tärkeää oli päästä katsomaan isää ensimmäisenä. ”Mutta Tove ja minä halusimme ehdottomasti nähdä isän ensimmäisinä. Jälkikäteen sitä voi pitää pikkumaisena nipottamisena, mutta juuri silloin merkitsi tavattoman paljon, että meitä ei kuitattu sillä, että olimme lapsia.” Hän jatkaa vielä: ”Tove ja minä saimme sulkea isän silmät, ja muistan että minusta tuntui ensin vähän epämiellyttävältä koskettaa kylmää ihoa. Ennätimme kuitenkin tottua, ja pian jo pajjasimme hänen poskeaan ja suutelimme hänen jäykistyneitä käsiään. Olen iloinen että näin hänet vainajana, sillä muuten olisin ehkä saattanut kehitellä niinkin traagisia kuvitelmia, että vainaja ei ollutkaan isä vaan joku muu.”

Hautajaiset

Erilaiset rituaalit tuovat elämän tärkeille tapahtumille rakennetta (Fiorelli 2011, 657). Hautajaiset ovat rituaali, missä kuollut hyvästellään ja perinteisesti haudataan. Hautajaiset voivat olla uskonnolliset tai sekulaarit ja niissä ruumis voidaan haudata hautausmaalle tai vainaja voidaan tuhkata. Hyvästely ei ole hautajaisten ainoa tarkoitus. Hautajaiset ovat niitä harvoja tilanteita, missä kuolemalle sallitaan julkinen huomio. Hautajaisiin saapuvat vieraat kunnioittavat vainajaa, hänen perhettään ja sukuaan. Siellä on kaikilla lupa surra avoimesti ja näkyvästi. Hautajaisissa elämä ja kuolema ovat molemmat esillä. Siellä ei ainoastaan surra läheisen kuolemaa vaan myös iloitaan

hänen elämästään. Hautajaiset ovat monesti myös laaja suvun ja ystävien kokoontuminen. (Becvar 2001, 212–215)

Dyregrov (1996, 57–58) kirjoittaa, että läheisen ihmisen hautajaiset voivat aiheuttaa vanhemmassa voimakkaita reaktioita. Hautajaiset saattavat pelottaa vanhempaa. Ihmisten nähden voi menettää itsehillintänsä, luhistuminen, itku, hysteerisyys ja muiden ihmisten ajatukset saattavat pelottaa häntä. Vanhemman omien reaktioiden pelko saattaa johtaa siihen, ettei lasta haluaisi altistaa sellaiseen paineeseen. Aikuisen on hyvä tietää, että lapsen on tärkeä päästä mukaan. Lapsilla on sama hyvästelyn tarve kuin aikuisilla. Hautajaiset voivat antaa lapsen surutyölle hyvän pohjan ja niiden avulla läheisen kuoleman voi alkaa hyväksyä. Vanhempi voi kertoa lapselle, että aikuiset voivat reagoida voimakkaasti hautajaisissa, siellä on lupa siihen.

Lapselta voi kysyä, haluaako hän osallistua hautajaisten suunnitteluun. Lapsella voi olla mielipiteitä pienistä yksityiskohdista kuten vainajan vaatteista, musiikista tai lempikukista (Dyregrov 1996, 59). Samoin kuin vainajan katsomisessa, lasta ei saisi pakottaa hautajaisiin. Hautajaistenkin kohdalla on tärkeä valmistaa lasta ennen itse hautajaispäivää. Lapsen kanssa voi keskustella siitä, mitä hautaaminen tai tuhkaaminen tarkoittaa. Etenkin tuhkaamisen selittäminen voi olla vaikeaa, mutta tärkeintä on sanoa, ettei kuolleeseen enää satu mikään. (Fiorelli 2011, 658) Hautajaiset pidetään usein kirkossa tai kappelissa. Lapselle voi kertoa, miltä siellä näyttää, jos hän ei ole ennen käynyt siellä. Kirkon alttarin edessä on arkku, jossa kuollut makaa, hautajaisissa lauletaan ja pidetään puheita. Jos vainaja haudataan, arkku kannetaan ulos hautausmaalle, missä se lasketaan maahan. Tuhkauksessa arkku poltetaan ja myöhemmin tuhkat voidaan haudata uurnassa toisenlaiseen hautaan. Hautaamisen jälkeen pidetään usein vielä muistotilaisuus, missä on lisää puheita ja yhdessä muistelua. (Kaskinen 2004, 21–23)

Lapsen on tärkeä olla läheisen aikuisen seurassa koko hautajaisten ajan. Joskus vanhemman on hyvä saada osallistua hautajaisiin ilman jatkuvaa vastuuta lapsesta. Siksi jotkut vanhemmat haluavat valita jonkun toisen aikuisen olemaan lapsen kanssa. Lapsen kanssa hautajaisissa olevan aikuisen tehtävä on tukea lasta läpi tilaisuuden, vastata hänen kysymyksiinsä ja olla hänen lähellään. Lapsi voi haluta liikkua ja kuljeskella hautajaisten aikana paikallaan istumisen sijasta. Oman paikan voi valita sillä tavalla, että lapsen kanssa voi helposti lähteä hetkeksi kulkemaan. Hautajaiset voivat kuitenkin

kin viedä lapsen huomion niin, että hän istuu paikoillaan tavallista rauhallisemmin. Lapsi voi tuoda myös hautajaisiin jonkun arkun päälle tai hautaan jätettävän kukkasen tai kirjeen. Lapselle yksityiskohdat voivat nousta hyvin suureen merkitykseen. (Dyregrov 1996, 59–61)

Hautajaisista voi keskustella lapsen kanssa vielä tulevina päivinä ja viikkoina. Lapsella saattaa olla kysymyksiä hautajaispäivästä, joihin vanhemman kanssa voi yhdessä miettiä vastauksia.

Muistaminen ja symbolit

”Kun juurta kastellaan, niin latva kasvaa”, kirjoittaa Niemelä (Erkkilä ym. 2003, 118). Muistaminen on lapselle tärkeää, muistot varjelevat kaikkea sitä, millä on lapselle ollut arvoa.

Haudalla käyminen on tavallinen vainajan muistamisen ele. Francis, Kellaher ja Neophytou (2001, 227) kirjoittavat hautausmaan merkityksestä läheisensä menettäneille. Heidän mukaan hautausmaalla käyminen mahdollistaa läheisen siteen jatkumisen kuolleen ja elävän ihmisen välillä. Haudalla käyminen antaa normaalille suremiselle luvan akuuttia suruvaihetta pitempään. Tietynlainen surullisuus läheisen kuolemasta voi kestää koko elämän ajan. Hautausmaalla käyminen muokkaa muistoja ja kuvaa itsestä ja edesmenneestä. Hautaaminen on irti päästämisen hetki, mutta haudalle palaaminen ja muisteleminen pitää yllä sidettä läheiseen ja edesauttaa surutyötä. Esimerkiksi vanhemman haudalla käyminen on Francisin ym. mukaan lapsi-vanhempi-suhteen jatkamista, samaistumista ja arvostettavien piirteiden muistelemista tai joskus vaikeampien suhteiden selvittelemistä ja sillä tavalla paranemista.

Haudalla voidaan käydä aina kun tahdotaan, mutta erilaiset juhlat ja merkkipäivät ovat tyypillisiä haudallakäymispäiviä. Usein juhlat ja merkkipäivät nousevat läheisen kuoleman jälkeen suureen symboliseen arvoon. Niinä tiettyinä päivinä kuten syntymäpäivänä tai nimipäivänä, on erityinen lupa muistella. Valokuvan laittaminen näkyvälle paikalle kotona, kukat ja kynttilät kotona ja haudalla ja juhlallinen muisteleminen, ovat tapoja pitää nämä päivät erityisinä myös kuollutta rakasta ajatellen. (Kaskinen 2004, 30) Suru edesmenneestä rakkaasta voi nousta pintaan voimakkaampana tiettyinä muistopäivinä kuten kuoleman vuosipäivänä tai jouluna. Lapselle symbolit ja rituaalit

ovat erittäin tärkeitä ja aikuisen tulisi pitää huolta, ettei menetetyistä vaieta näinä merkittävinä päivinä. (Dyregrov 1996, 36) Kuollutta läheistä voi muistaa esimerkiksi sytyttämällä hänelle kynttilän. ”Kynttilä tai joku muu muistoesine on symboli läsnä olevasta, ei poissaolevasta, ja sen avulla menetetty henkilö tulee ikään kuin tilanteeseen mukaan ja häntä voi muistella.” (Erkkilä ym. 2003, 120)

Niemelä (Erkkilä ym. 2003, 111) kehottaa vanhempaa käyttämään kielikuvia surutyössä lapsen kanssa. Kielikuvista saa hänen mukaansa etäisyyttä vaikeisiin asioihin. Kouluikäisen kanssa voikin jo miettiä kielikuvien merkityksiä: ”syvimmätkin aallonpohjat ulottuvat vain pohjaan asti”. Tämän kuvan avulla lapsi voi löytää turvalliset rajat suruunsa, suru ei ole loputon ja ikuinen vaan sillä on pohja. Symboleita ovat myös valokuvat, kuolleen läheisen vaatteet ja lempipaikat. Jopa joistain tietyistä tekemisistä, kuten kirjastossa käymisestä, voi tulla symboli. Lapsi saattaa haluta toistaa ennen kuolemaa yhdessä tehtyjä mukavia asioita, pitää sisaren lempilelua unilölunaan, pukeutua vaarin vanhaan paitaan tai muuten symbolisesti pitää läheistään vielä vähän aikaa lähellä. (Mustanoja & Mäkeläinen 2010, 22)

Leikki lapsen surutyössä

Leikkiminenkin voidaan nähdä asioiden symbolisoimisena. Läheisensä menettänyt lapsi voi itsekseen tai muidenkin lasten kanssa leikkiä vaikka hautajaisia tai itse kuolemista. Tällä tavalla lapsi etäännyttää tapahtuneen ulkoa päin tarkasteltavaksi, muoksi kuin omaksi kipeäksi kokemukseksi ja pääsee siten tarkastelemaan kokemustaan uudella tavalla. Leikissä lapsi määrää, päättää ja sanelee, mitä ja miten tapahtuu, milloin leikki alkaa ja milloin on aika lopettaa. Lapsi voi vaihtaa henkilöiden rooleja, kokeilla itse olla joku muu kuin oma itsensä tai muuttaa asioita yllättävästi. Leikissä loppuja voi muuttaa onnellisiksi tai voi ehtiä vaikka sanoa hyvästit, jos todellisuudessa ei ehtinyt. Tällainen kuvittelu ja leikkiminen voi tuoda lapselle lohtua suruun. Kuolemisleikit olisi hyvä sallia. Lapsi käy niissä läpi erilaisia ratkaisuja, hän yrittää ymmärtää ja keksiä keinon jatkaa eteenpäin. (Erkkilä ym. 2003, 27, 67, 72–73)

Leikkiessä lapsi harjoittelee elämää, eri rooleja, tunteita, vuorovaikutusta, ihmissuhteita ja kaikkea mahdollista mitä elämässä tuleekin oppia. Lapsi seuraa aikuisia, omaksuu ja siirtää omaksumaansa leikkeihin, missä nähtyä ja kuultua kokeillaan ja harjoitellaan. Leikissä lapsi kokeilee, miltä erilaiset tunteet näyttävät ja tuntuvat sekä

mitä niiden seurauksena tapahtuu. Leikit syntyvät lapselle luonnostaan. Lapsen ei tarvitse suunnitella, että 'tuo minua vaivaa, leikinpä sitä', vaan tarpeelliset aiheet ja tunteet tulevat leikin teemaksi yrittämättä. Leikkiin mahtuu kaikki ja siellä melkein mikä vain on mahdollista. Leikkiessä voi myös tehdä asioita, joita todellisuudessa ei voisi tehdä, myös sellaista, mikä ei normaalisti olisi hyväksyttyä ja mistä seuraisi vaikka toruminen tai rangaistus. Vanhempi voi leikkivää lasta seuraamalla saada aavistuksen siitä, miltä lapsesta tuntuu. Leikki on surressa myös helpompi ja vähemmän uhkaava lähestymistapa kuin suoraan puhuminen ja sanottaminen. (Erkkilä ym. 2003, 69–70)

Kuoleman kohdatessa lapsi saattaa joutua tilanteeseen, missä hänen tarvitsee ymmärtää paljon enemmän kuin mitä hän ikäisekseen oikeasti pystyykään. Jos lapsen elämä on ollut hyvää, rauhallista ja turvallista eikä ”pahoja asioita” ole ennen tapahtunut, läheisen kuolema asettaa lapsen maailmankuvan uudelleen arvioitavaksi. Leikkiminen voi auttaa lasta tässä uudelleen jäsentämisessä. Leikkiin kuuluu myös huumori, leikitely. Lapsi voi kääntää surullisenkin asian leikissään ja leikillään hauskaksi. Lapsikin voi turvautua huumoriin hädän hetkellä. (Erkkilä ym. 2003, 66–67, 70) Tuula Tammisen (2004, 92) mukaan ”lapsi näyttää sitä paremmin ymmärtävän, sietävän ja myös kestävän kovaakin todellisuutta, mitä enemmän hänellä on mahdollisuuksia vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa jakaa epätodellisuutta eli leikkiä. ... Ilman epätodellisuutta, kuviteltua maailmaa, ihminen ei ymmärrä eikä siedä todellisuutta.”

5.5 Kuoleman käsitteleminen koulussa

Koulu edustaa lapsen arjessa jatkuvuutta ja turvaa (Dyregrov & Raundalen 1997, 79). Sivulla 21 tulikin jo esiin, kuinka arjen normaalin rytmin ylläpitäminen elämän vaikeimmissakin vaiheissa on tärkeää. Kouluikäisen arkeen kuuluu suurena osana koulunkäynti. Vaikka lapsi saattaa läheisen kuoleman jälkeen jäädä joksikin aikaa kotiin, koulusta tulee melko nopeasti taas paikka, missä hän viettää paljon aikaa. Kouluun palaaminen on lapsen voinnista ja halusta riippuvaista. Yleensä on niin, että lapsi haluaa pian takaisin kouluun (Salo 1997, 102). Lapsi voi kokea koulussa käymisen taukona suremiselle (Mynttinen 2010, 15). Sureminen ei kuitenkaan lopu kouluun mennessä ja surevan lapsen tarpeet voi huomioida koulussa eri tavoin.

Kuoleman käsittelyminen koulussa

Opettajan on hyvä tietää, kuka on kuollut ja miten, jotta hän voi valmistautua asian käsittelyyn koululuokassa. Hänen on tärkeää ymmärtää, miksi lapsi mahdollisesti käyttäytyy eri tavalla kuin tavallisesti. Kun opettaja tietää, mitä on tapahtunut, hän voi tukea lasta koulun arkirutiineissa.



Sovi lapsen kanssa opettajalle kertomisesta. Miettikää yhdessä mitä koulukavereille kerrotaan, kuka kertoo ja milloin. Joskus lapsi haluaa, että opettaja kertoo tapahtuneesta muille ennen kuin lapsi palaa kouluun – joku toinen lapsi haluaa itse olla paikalla, kun asiasta kerrotaan. Alakouluikäiselle lapselle on usein hyvin tärkeää saada jakaa ajatuksiaan ja tunteitaan kavereiden kanssa.

Kuvio 12. Kouluikäisen lapsen suru -vihko: s.7

En tahdo painottaa kouluun palaamisen ongelmia ja surun vaikuttamaa mahdollista taakkaa koulunkäynnille. Suurin osa surevaa lasta ja koulua käsittelevästä kirjallisuudesta painottuu nimenomaan ”ongelmapuheeseen”, joten koin välillä haastavaksi saada tähän osioon tahtomani ratkaisukeskeisen sävyn. Kerron lyhyesti, miten läheisen kuolema voi haastaa lasta koulussa, mutta painotan enemmän opettajan tuen roolia sekä koulukavereiden asemaa surevan lapsen kouluarjessa.

Ennen kuin lapsi palaa kouluun

Vanhemman on hyvä ilmoittaa luokanopettajalle lapsen läheisen kuolemasta pian kuolemantapauksen jälkeen. Tällä tavalla lapsi saa rauhassa jäädä kotiin joksikin aikaa, jos kouluun palaaminen ei heti tunnu hyvältä. Ennen opettajalle kertomista vanhempi voi kysyä lapselta, mitä tämä haluaisi, että opettajalle sanotaan. Usein vanhempi on se, joka kertoo opettajalle, mutta lapsen tahtoessa hän voi itsekin kertoa. Tärkeintä on, että lapsi tietää vastuun olevan aikuisilla (Mynttinen 2013). On vanhemman tehtävä ylläpitää yhteyttä kouluun ja tietenkin vastavuoroisesti koulun vastuu pitää yhteyttä surukotiin, mutta missään nimessä vastuu ei saa olla lapsella. Lasta tulee kuulla, mutta hänen ei tarvitse tehdä vaikeita päätöksiä. Etukäteen voi miettiä, haluaako lapsi opettajan olevan ainoa joka tietää vai tuntuisiko hänestä hyvältä, että myös luokkakaverit tietäisivät. Opettajan kanssa voidaan sopia, että hän kertoo jo etukäteen luokalle lapsen kohtaamasta läheisen kuolemasta. Opettaja voi viestittää luokalle lapsen toiveita siitä, miten häneen suhtaudutaan, kun hän palaa kouluun (Mynttinen 2013).

Se, että luokkakaverit tietävät jo ennen lapsen kouluun paluuta, mitä on tapahtunut, saattaa joskus luoda lapselle turvallisuutta. ”Tuntui hyvältä, että koulussa kaikki tiesivät tapahtuneesta. Muistan, että opettaja rikkoi tiukan istumajärjestyksen ja päästi minut istumaan parhaan kaverini viereen. Muistan senkin, että minun oli vaikea puhua isästä kavereiden kanssa.” (Sjöqvist 2005, 56–57) Maarit Salo (1997, 102–110) on tutkinut pro gradu -tutkielmassaan lasten kouluun palaamista vanhemman kuoleman jälkeen. Haastateltuaan sekä opettajia että oppilaita hän toteaa, että monet lapset eivät halua tuoda suruaan näkyvästi esiin koulussa. Isossa joukossa ei tunnu turvalliselta surra. Sama tutkimus on kuitenkin osoittanut myös, että vaikka luokka tietäisi, mitä on tapahtunut, se ei kuitenkaan johda suoraan siihen, että lapsen suru olisi näkyvästi esillä koulunkäynnin arjessa.

Ennen kouluun palaamista on hyvä varmistaa, ettei lapsi ole kovin huolissaan muista perheenjäsenistään, sisaruksistaan tai vanhemmistaan. Huoli voi aiheuttaa eroahdistusta ja koulussa saattaa sen seurauksena olla tukala olla. Opettaja voi jutella lapsen kanssa kahden kesken ennen kouluun tai luokkaan palaamista. He voivat yhdessä miettiä, mikä on paras tapa palata takaisin koulunkäynnin arkeen. (Mustanoja & Mäkeläinen 2010, 28) Lapsi ja vanhempi voivat yhdessä opettajan kanssa sopia esimerkiksi pienestä muistotilaisuudesta luokan kesken (Erkkilä ym. 2003, 120).

Perheen ja koulun yhteistyö voi olla tavallista aktiivisempaa kuolemantapauksen myötä. Opettajan on tärkeä tietää, mitä kotona tapahtuu ja vanhemman on tärkeä tietää, mitä koulussa tapahtuu. (Mynttinen 2013)

Opettaja auttajana

Niin kuin jo aikaisemmin kirjoitin, kuolemasta on vaikea puhua ja toisen surua on joskus pelottava kohdata. Tämä voi olla myös haaste koulussa. Lapsuus on helppo idealisoida autuaaksi, puhtaaksi ja turvalliseksi, elämäksi ilman kipua ja surua. Opettajan voi olla vaikea kohdata lapsen kärsimys, suru ja pelko. Lapsi ei välttämättä näkyvästi näytä reagoivan koulussa läheisensä kuolemaan. Tällöin aikuisten pitäisi yhdessä päättää, miten lasta tulisi tukea ja miten suru tulisi kohdata koulussa. Lapselta itseltään kannattaa kysyä, miten hän haluaisi opettajan huomioivan häntä. (Ayalon 1995, 130–131)

Opettaja voi olla monellakin tapaa helpottamassa lapsen selviytymistä yli raskaan menetyksen. Opettaja voi kertoa lapselle, että hän on tietoinen tapahtuneesta ja ymmärtää, että se voi vaikuttaa myös koulunkäyntiin, keskittymiseen ja läksyihin. Lapset ovat hyvin herkkiä ja siksi olisikin hyvä, että opettaja ei puhu lapsen asioista julkisesti, vaan kahden kesken. Lapsi käy läpi jo niin vaikeita tunteita, että läheisen kuolemaan tai koulunkäynnin muutokseen liittyvien huomautusten julkiseksi saattaminen voi aiheuttaa lapselle lisäähdistusta. Opettajan ohimenevät rohkaisut ja pienet huomionosoitukset voivat olla lapselle tärkeitä. (Schlozman 2003, 91–92) Opettajan tarjoama mahdollisuus keskustelulle, ymmärtäväinen suhtautuminen, kärsivällisyys, koulunkäynnin tukeminen ja tarkkailu sekä lapsen tavallista tiheämpi huomioiminen ovat opettajan keinoja auttaa surevaa lasta (Salo 1997, 106).

Koko perhettä kohdannut kuolema voi kotona viedä lapselta hänen tarvitsemaansa huomiota. Jos lapsi on menettänyt esimerkiksi sisaruksen tai vanhemman, hän saattaa kaivata erityistä aikuisen huomiota. Vanhemman oma suru voi kotona viedä lapselta tilaa ja huomiota. (Erkkilä ym. 2003, 120) Opettaja on kodin ulkopuolinen turvallinen aikuinen, joka ei ole niin sanotusti ”surun syövereissä” (Mynttinen 2010, 15). Opettajan antama huomio voi olla lapselle tällaisessa tilanteessa erittäin arvokasta.

Luokkakaverit

Lapsen aloittaessa koulun hänen sosiaalinen verkostonsa laajenee uusien koulukavereiden myötä. Pienillä 1.-2. -luokkalaisilla ystävyysuhteet voivat olla hyvin vaihtuvia, joka päivä saattaa olla eri kaveri. Monilla kuitenkin alkaa muodostua läheisempi väli tiettyjen kavereiden kanssa. Aho ja Laine (2002, 163–166, 173–174, 177–180) kirjoittavat, että kolmasluokkalaisten ystävyudet alkavat olla jo pysyvämpiä. Isompi lapsi voi kaivata läheistä luotettavaa ystävää, jolle saa kertoa salaisuuksia ja purkaa murheita. Monilla lapsilla onkin paras ystävä, jonka kanssa kokee erityistä läheisyyttä, yhteyttä, vastavuoroisuutta, luottamusta, uskollisuutta, kunnioitusta ja samankaltaisuutta. Kun on ystävä jonkun kanssa, on tärkeää viettää aikaa yhdessä. Yhdessä leikkiminen ja yhteisten sääntöjen löytäminen on myös tärkeää. Samoin kuin aikuinen, lapsikin etsii ystäviltaan hyväksytyksi ja ymmärretyksi tulemistä sekä yhteenkuuluvuutta. Ystävyysuhteet tukevat kehitystä ja ovat tärkeä osa lasten hyvinvointia.



Kuvio 13. Kaverikuva

Sureva lapsi voi kaivata parhaan ystävänsä tai kaveriporukkinsa seuraan. Parhaat kaverit uskoutuvat toisilleen, ymmärtävät ja lohduttavat toisiaan. Kun lapsi kertoo koulukavereilleen läheisensä kuolemasta, hän asettuu haavoittuvaan asemaan. Ystävät voivat tukea häntä ja olla avuksi, mutta voivat myös satuttaa. Läheisen kuolemasta kertominen ja sen mukanaan tuomien tuntemusten jakaminen on luottamuksellinen teko. Lapsi voi jakaa ystävänsä jollekin, mitä ei tahdo muiden tietävän. Ystävät voivat

olla tällaisessa tilanteessa ymmärtämättömiä. He saattavat puhua muille kahden kesken jaetusta asiasta tai eivät ylipäätään halua keskittyä ystävänsä suruun. Lasten välinen tiivis ja samalla hauras ystävyys voi kokea kolauksia. Parhaimmillaan ystävät voivat kuitenkin ainutlaatuisella tavalla tukea surevaa lasta. Lapsen murheiden ja tunteiden jakaminen ikäiselleen on erilaista kuin vanhemmille jakaminen. Mitä vanhemmaksi lapsi tulee sitä tärkeämmäksi hän kokee ikäisensä ystävät. Vanhemman ja opettajankin on hyvä tietää, onko surevalla lapsella ystäviä, sillä jos hänellä ei niitä ole, tarvitsee hän entistä enemmän aikuisten kuulevia korvia, läheisyyttä ja ymmärrystä. (Aho & Laine 2002, 163, 166–170)

7-vuotiaana isänsä menettänyt lapsi muistelee kouluun paluutaan: ”Kouluun meno oli rankkaa. Minua itketti, mutta kaverit lohduttivat. Oli kamalaa, kun kukaan muu ei tiennyt, miltä tuntuu menettää isänsä. Mutta jotkut olivat menettäneet isoäitinsä tai isoisänsä.” (Sjöqvist 2005, 192)

Yhden luokalla olevan lapsen suru vaikuttaa jollain tavalla koko ryhmään siitä riippumatta, onko tapahtunut koko luokan tiedossa tai ei. Etenkin jos lapset tietävät, tai ovat kuulleet ”huhun”, mutta kuolemasta ei puhuta suoraan, lapset voivat tulkita aiheen olevan kielletty. Tällöin lapsen luontainen uteliaisuus ja kysymykset jäävät vaille vastauksia. Tämä taas voi vaikuttaa surullisen kaverin kohtaamiseen, lapset eivät välttämättä osaa olla empaattisia ja myötätuntoisia surevaa kaveriaan kohtaan, jos heillä ei ole koko ryhmän ja opettajan esimerkkiä. (Ayalon 1995, 132) Olen yhteistyössä Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen kanssa valinnut Kouluikäisen lapsen suru-vihkossa kehottaa vanhempaa ja lasta kertomaan opettajalle ja luokkakavereille läheisen kuolemasta. Avoimuus luo enemmän mahdollisuuksia kuin vaikeneminen.

Surevan lapsen koulunkäynti

Lapsi voi koulussa yrittää peittää suruaan ponnistelevalla reippaudella ja iloisuudella. Sureminen muiden lasten nähden ei tunnu monestakaan lapsesta hyvältä. Lapsen sureminen saattaa ilmetä ”hiljaisiin surureaktioon” kuten hajamielisyytenä tai ajatuksiin uppoutumisena. Ongelmakäyttäytyminen surureaktiona ei ole kovin tyypillinen. (Salo 1997, 103) On kuitenkin todettu, että suru voi aiheuttaa lapsen keskittymisessä ja tarkkaavaisuudessa ongelmia. Kuolemaan liittyvät tunteet, muistot ja pelot valtaavat lapsen mielen ja vievät huomion oppitunneilla käsitelävistä asioista. Menetyksen tuo-

ma suru ja muut reaktiot voivat vaikuttaa lapsen oppimiseen ja muistiin. Etenkin vanhemman menetys voi johtaa koulunkäynnin ongelmiin. (Dyregrov 1996, 26)

Itse ajattelen, että koulu jatkuu monella lapsella kuitenkin melko ennallaan. Salon (1997, 104) tutkimuksen opettajien arvion mukaan niin onkin. Salon tutkimus perustuu 46 surevan lapsen opettajan sekä kolmen surevan oppilaan haastatteluihin. Siinä joidenkin lasten kouluun keskittyminen oli jopa parantunut. Kuten lapsen reaktiot myös koulussa oleminen läheisen kuoleman jälkeen on yksilöllistä.

6 Eri näkökulmia menetykseen

Kuolleen läheisen suhde lapseen vaikuttaa olennaisesti surureaktioihin ja niiden keston. Myös läheisen kuoleman olosuhteilla on merkitystä. (Bennett & Dyehouse 2005, 21) Tässä luvussa kerrotaan isän tai äidin, sisaruksen, isovanhemman tai ystävän kuolemasta ja siitä, miten eri asemassa olevan läheisen kuolema voi aiheuttaa omanlaisensa surun lapsessa. Kirjoitan myös muutamasta erilaisesta kuolintavasta, jotka voivat kukin tuoda suruun omat erityispiirteensä. Jokainen läheisen kuolema on omanlaisensa, mutta tiettyjen ihmisten kuolema voi olla lapselle vaikeampi kohdata kuin toisten.

Kenet lapsi menetti?

- Isä tai äiti

Vanhemman kuolema on vaikein asia, minkä lapsi voi kohdata (Mynttinen 2010, 2). Lapsi reagoi vahvimmin menettäessään vanhempansa. Vanhemmat ovat lapselle ihmisiä, jotka rakastavat häntä ehdoitta, huolehtivat hänestä ja luovat lapselle arjen ja turvan, missä hän joka päivä elää. Kun vanhempi kuolee, lapsen elämän tasapaino ja turvallisuus järkkyy. Vanhempansa menettänyt lapsi saattaa vahvasti kieltää tapahtuneen ja etäännyä todellisuudesta kunnes on valmis omaksumaan suuren menetyksen. Ei ole lainkaan tavatonta, jos lapsi ei itke saatuaan tiedon vanhempansa kuolemasta, hän saattaa jopa nauraa. Suorat ja käytännölliset kysymykset esimerkiksi vanhemman vaatteista tai hautajaisista voivat olla ensimmäinen merkki siitä, että lapsi on ylipäättään kuullut uutisen. (Dyregrov 1996, 33)

On hyvin traagista ja merkittävää, kun lapsi menettää vanhempansa. Vanhemman kuolema on lapselle niin voimakas kokemus, ettei sitä voi välittömästi kokea täysin tuntein. Kuolema omaksutaan hitaasti. Jos lapsessa ei tunnu tapahtuneen ulkoisesti mitään muutosta vanhemman menetyksen seurauksena, on tämä vain merkki siitä, että lapsi sulkee vanhempansa kuolemaan liittyviä asioita ulkopuolelleen. Hänen tietoisuutensa ei kestä kuoleman aiheuttamia voimakkaita tunteita. Pidätetyt tunteet saattavat tulla pintaan muissa yhteyksissä jopa kohtuuttoman tuntuisina epäjohdonmukaiseen asiayhteyteen liitettynä. (Dyregrov 1996, 33) Schlozman (2003, 91–92) kirjoittaa artikkelissaan, kuinka kuoleman aiheuttama epämukavuus ja hämmennys voi johtaa siihen, että lapsi miettii, miten muut – kaverit ja vanhemmat – haluavat hänen reagoivan menetykseen.

Lapsi saattaa tahtoa vanhempansa takaisin niin vahvasti, että hän kuvittelee tämän palaavan. Hän voi leikkiessään elää traagiset tapahtumat uudelleen, mutta muuttaakin lopputuleman onnelliseksi. Lapsen ikävä menetettyä vanhempaa kohtaan voi jopa johtaa siihen, että hän toivoo itsekin kuolevansa, jotta pääsisi äidin tai isän luo. (Dyregrov 1996, 33–34) Yhden vanhemman kuollessa lapsi saattaa pelätä menettävänsä toisenkin vanhempansa. 'Mitä sitten tapahtuu, jos jään yksin?' Tämä on iso kysymys ja lasta ei saisi jättää yksi pohtimaan sitä. Elossa oleva vanhempi voi kertoa lapselle: 'tarkoitus olisi elää ihan vanhaksi asti, mutta jos jostain syystä ei käykään niin, joku muu aikuinen sukulainen huolehtii sinusta'. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013)

Vanhemman kuolema voi merkitä lapselle myös uutta vastuuta, liian varhaista aikuisuutta. Äidin kuollessa vanhimmasta työstä saattaa tulla äitihahmo pikkusisarilleen tai isän menettänyt poika voi kokea vastuuta perheestään. Vastuun ottaminen ei ole pelkästään huono asia, mikä haittaisi lasta, vaan uusi asema voi myös auttaa lasta kehittymään hyvään suuntaan. On tärkeää, että sekä elossa oleva vanhempi tai muu huoltaja että lapsi itse tunnistaa, mikä on ikään nähden suhteellista vastuunottoa. (Dyregrov 1996, 35)

- Sisarus

Sisarussuhde alkaa siitä hetkestä, kun perheeseen syntyy toinen vauva (Pojjula 2007, 109). Kun lapsi menettää sisaruksen, hän menettää mahdollisuuden elämänsä pisimpään ihmissuhteeseen (Salonen 2002, 16). Sisko tai veli on voinut olla lapsen paras

ystävä. Lapsuudessa sisarukset ovat paljon keskenään, he oppivat toisiltaan tärkeitä elämäntaitoja ja muodostavat läheisen, luottamuksen ja jakamisen siteen. (Laimio 2004, 14) Sisaruksen kuolema vaikuttaa voimakkaasti koko perheeseen.

Vanhemmat kärsivät lapsen kuolemasta erityisellä tavalla. Vanhemmat voivat olla hyvin voimattomia lapsensa menetettyään ja heidän epätoivonsa vaikuttaa elossa oleviin lapsiin. Lapsi ei ainoastaan menetä sisarustaan vaan hetkeksi myös vanhempien huomion. (Dyregrov 1996, 36–37) Lapsen näkökulmasta ”minusta huolehtivista vanhemmista” voi tulla ”häntä surevia vanhempia” (Poijula 2007, 111). Sisaruksen kuolemassa lapsi voi joutua niin sanotun toissijaisen surijan asemaan, vanhempiensa surun varjoon (Becvar 2001, 130). Toisaalta vanhemmat voivat huomioida elossa olevaa lastaan tavallista enemmän ja käyttäytyä ylisuojelevasti pelätessään muidenkin lastensa kuolevan (Dyregrov 1996, 37).

Lapsi voi reagoida sisaruksen kuolemaan etenkin potemalla syyllisyyttä jostain riidasta. Lapsi voi myös kokea, että hänen tulee paikata kuollut sisaruksensa. Joskus lapselle voi muodostua niin sanottu eloonjäämissyylisyys, jolloin hän ajattelee, että hänen olisi pitänyt kuolla eikä sisikon tai veljen. (Dyregrov 1996, 37–38) Eloojäämissyylisyyden yhteydessä lapsi usein kokee huonommuutta suhteessa sisarukseensa, ja huonommuuden tunne voi voimistua lapsen seuratessa kuinka suuresti kuolema surettaa vanhempia (Becvar 2001, 135).

Dyregrov (1996, 37) kirjoittaa, että lapsen kuolema rasittaa ”perhesysteemiä”, millä hän viittaa esimerkiksi vanhempien välien kiristymiseen. Lapsen ja sisaruksen kuolema ei voi olla vaikuttamatta koko perheeseen. Vaikutus ei kuitenkaan aina ole negatiivinen. Jäljelle jääneiden sisarusten suhteet voivat tulla läheisemmiksi, ja lapsi voi ymmärtää, että sisarukset ovat tärkeämpiä kuin hän ymmärsikään. Menetys voi yhdistää. (Mustanoja & Mäkeläinen 2010, 20)

- Isovanhempi

Monelle lapselle isovanhemman kuolema on ensimmäinen kuolemaan liittyvä surukokemus, jonka he kohtaavat (Erkkilä ym. 2003, 18). Verrattuna vanhemman tai sisaruksen kuolemaan isovanhemman kuolema tuntuu lapsestakin luonnollisemmalta.

Isovanhemman kuolema voi vaikuttaa lapseen voimakkaasti, etenkin jos välit ovat

olleet hyvin läheiset. Silti lapsen on verraten helpompi ymmärtää vanhan ihmisen kuolema. (Dyregrov 1996, 39–40)

- Lapsen ystävä

Ystävän kuolema voi jättää lapsen elämään ammottavan aukon, etenkin parhaan ystävän kuolema. Lapsi voi kokea itsensä hyvin yksinäiseksi. Lasta voi muistuttaa kuitenkin muista ystäivistä, joiden kanssa on mukava olla. Eivät he parasta ystävää korvaa, se ei ole mahdollista, mutta muut ystävät voivat lohduttaa ja surra lapsen kanssa. Parhaan ystävän kuolema voi pelästyttää lapsen niin, ettei hän uskalla enää sitoa läheisiä ystävyyssuhteita. 'Mitä jos ne kaikki kuolee ja jään yksin?' Yksin jää silloinkin, jos pelkää tulevia ystäviä. Kaikki tuki ja läheisyys, mitä lapsi voi saada surussaan, on tärkeää ja arvokasta. Uusien ystävien kanssa oleminen voi tuntua myös pettämiseltä, mutta vaikka viettäisi aikaa toisten ystävien kanssa ja nauttisi heidän läsnäolostaan, voi silti olla edelleen uskollinen ystävälle, jonka on menettänyt ja jonka poissaoloa suree. (Gootman 1998, 44, 50–53)

Joskus suru voi tulla, vaikka edesmennyttä kaveria ei olisi tuntenutkaan hyvin. Silloinkin on lupa olla surullinen. Ystävän kuolema vaikuttaa muihinkin kuin vain yhteen lapseen. Jokainen lapsi reagoi omalla tavallaan. Kavereiden voi olla vaikea löytää samanlainen soljuva yhdessäolo ystävän kuoleman jälkeen, joskus voi olla vaikea kohdata ihmisiä, jotka mustuttavat kuolleesta läheisestä. Joku ystäivistä voi tuntua etäisemmältä ja kaveriporukassa lapsi voi kokea menettäneensä enemmänkin kuin vain kuolleen ystävänsä. (Gootman 1998, 25, 54–55)

Miten läheinen kuoli?

Usein läheisen kuolema tulee arvaamatta ja järkyttää. Voi tapahtua onnettomuus kuten alun tarinassa, jossa Joonaksen äiti kuoli automatkalla aamulla töihin. Onnettomuuksia ja tapaturmia on lukuisia erilaisia. Ihminen voi myös äkillisesti sairastua ja saada esimerkiksi sydänkohtauksen. Läheisen äkillinen kuolema voi olla myös jonkin rikoksen seuraus, tappelun pahin mahdollinen lopputulos, ampuminen tai muulla tavalla väkivaltainen kuten sodassa kaatuminen. Läheisen väkivaltainen kuolema voi herättää lapsessa tavallista enemmän pelkoa kuolemaa kohtaan.

Läheinen voi tehdä itsemurhan. 9-vuotias lapsi muistelee äitinsä itsemurhaa: ”Mistä tulipalo oli alkanut? Vasta viikkojen jälkeen aloin tajuta. Se oli kuin palapeli. Lopulta kaikki palat olivat loksahaneet kohdalleen paitsi yksi. Sain lukea äidin kirjeen, mutta en lue sitä enää uudestaan. Se oli itsemurha. Hän itse tahtoi niin. Oikeastaan se tuntui helpommalta kuin onnettomuus. Jos hän kerran tahtoi.” (Sjöqvist 2005, 152) Itsemurha voi olla vaikein uutinen kertoa lapselle. Olisi tärkeää muistaa, että lapsi saattaa kuulla asiasta muualta. Oman vanhemman kertoma totuus on jollain tapaa armollisempi kuin ulkopuolelta tuleva tieto. Lapsen kysymyksiin voi vastata totuudenmukaisesti: ’En tiedä miksi hän teki niin’. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013) Lapsella on oikeus saada tietää totuus. Etenkin läheisen itsemurhasta on hyvä kertoa lapselle kaikki tieto kerralla, ettei totuus muutu myöhemmällä lisätiedolla vielä pahemmaksi. Itsemurhan kohdalla vanhempi voi korostaa, ettei kuolema ollut lapsen syytä. Läheisen itsemurha voi lisätä lapsen masennus- ja itsemurhariskiä. (Mynttinen 2010, 3)

Joskus rakas läheinen sairastaa pitkään ja kuolema on odotettavissa. Lapselle on hyvä kertoa sairauden eri vaiheista ja siitä, kuinka läheinen voi. Joskus lapsi haluaa osallistua sairaasta läheisestä huolehtimiseen. Jos vain mahdollista, lasta on tärkeä valmistaa läheisen kuolemaan. Lapselta voi kysyä, mitä hän tietää sairaudesta, ja hänen kanssaan voi keskustella siitä, mitä tulee tapahtumaan. Hänelle voi kertoa, miltä läheinen näyttää, millaisessa paikassa hän on ja kuvailla esimerkiksi happinaamaria tai lääkepussia, joita läheiseen on kiinnitetty. (Fiorelli 2011, 647) Pitkä sairaus voi muuttaa sitä, miltä sairastava läheinen näyttää, sairaus voi rajoittaa hänen liikkumistaan ja puhumistaan eikä hänen kanssaan voi enää tehdä samoja asioita kuin ennen. Siitä huolimatta, että läheinen sairastaa, häntä kannattaa käydä katsomassa ja hänen kanssaan on hyvä viettää aikaa, vaikka yhdessäolo onkin erilaista kuin ennen. Ennalta todettu sairaus, joka johtaa lopulta kuolemaan, voi olla hyvinkin raskas, mutta samalla se antaa aikaa tottua ja hyvästellä. Viimeiset sanat voivat olla molemmille, sekä lapselle että sairaalle rakkaalle, hyvin tärkeitä ja merkittäviä. (Kaskinen 2004, 11)

7 Lapsen suru – vanhemman suru

Lapsen ja vanhemman suhde on. Eihän sitä pysty edes kuvaamaan. Ilman vanhempaa lasta ei olisi ja ilman lasta vanhemmuutta ei olisi, olisi vain aikuinen, ehkä puoliso, nainen tai mies, muttei vanhempaa. Tärkeän pohjan lapsen ja vanhemman väliselle suhteelle ja ymmärrykselle luo se, että aikuinenkin on ollut joskus lapsi. Lapsi ja vanhempi elävät keskenään jatkuvassa kasvussa ja muutoksessa. Tuula Tamminen (2004, 69–70) kirjoittaa lapsen ja vanhemman suhteesta kirjassaan *Olipa kerran lapsuus*. ”Lapsi koko ajan omalla olemuksellaan, toiminnallaan ja kasvullaan muokkaa vanhempiensa vanhemmuutta. Vanhemmuus todellakin on lapsen ja aikuisen välinen ihmissuhde, jossa keskeisintä on toisiinsa sidottu, jatkuva inhimillisesti perustavanlaatuinen yhdessä muuttuminen, yhdessä kasvaminen.”

Kun perheessä läheinen kuolee, kommunikointi, jakaminen ja toisen kohtaaminen voivat muuttua. Normaalisti lapsen kanssa jutellaan, hänen kysymyksiinsä vastataan ja hänelle opetetaan hyvin yksityiskohtaisia asioita päivittäin. Sitten yhtäkkiä lapsen kysymyksiin saatetaan alkaa vastata varauksella ja käyttäytyään eri tavalla kuin tavallisesti. Vanhemmalle voi olla vaikeaa kohdata lapsen suru – silloin pitäisi uskaltaa kohdata myös oma surunsa. Kun vanhempi suojelee lasta, jättää kertomatta, kertoo vain vähän tai kaunistelee asioita, hän välttelee lapsen surun kohtaamista. ’Lapsi on herkkä eikä ymmärrä’ – tällaiset uskomukset nostavat vanhemman ja lapsen välille esteitä avoimelle käsittelylle, puhumiselle ja yhteiselle suremiselle. Oletamus että lapsi ei ymmärrä lohduttaa ehkä vanhempaa ajattelemaan, ettei lapsi myöskään kärsi. Näin ei kuitenkaan ole. Lapsi näkee, kuulee, aistii, tuntee ja ymmärtää sanomattakin jätettyjä asioita. Vaikka lapsen surun kohtaaminen olisikin vaikeaa, avoimuus ja yhteinen jakaminen ovat tärkeitä. (Erkkilä ym. 2003, 59–60) Lapsella on Emdenin (Tamminen 2004, 87) mukaan seitsemän perustarvetta (ks. s.21), joista neljäs on tunteiden jakaminen. Tunteiden jakaminen tuo lasta ja vanhempaa lähemmäs toisiaan ja surun keskellä se on erityisen tärkeää. Lapsen suru vaikuttaa vanhempaan ja vanhemman suru lapseen.

Lapsen surun näkeminen voi satuttaa vanhempaa ja hänen voi olla vaikea tukea ja auttaa lasta, kun on itsekin menettänyt rakkaan ihmisen. Vanhemman on tärkeä pitää huolta omasta jaksamisestaan ja hyvinvoinnistaan. Sillä tavalla hän voi parhaiten auttaa lasta tämän surussa. Vanhemman esimerkki on lapselle tärkeä. Vanhempi voi

muistaa, että sukulaisilta ja ystäviltä saa ottaa apua vastaan, yksin ei tarvitse selvitä. Lapsi saattaa helposti alkaa huolehtia vanhemmastaan ja murehtia siitä, miten vanhempi voi. Vanhempi voi kertoa lapselle: 'Minäkin saan apua'. (Mynttinen 2013)

Kun lapsi menettää sisaruksensa, se tarkoittaa myös, että vanhempi menettää lapsensa. Moni sanoo, että oman lapsen kuolema on yksi vaikeimmista asioista, minkä kukaan voi kokea. Lapsen kuolema on aina luonnotonta, väärää, epäoikeudenmukaista. Kun lapsi, sisko tai veli kuolee, käsitys elämästäkin muuttuu. Dyregrov (1996, 36) sanoo, että lapsen kuolema vaikuttaa koko perheen tunneilmastoon. Vanhempien voimattomuus, suru, pelko ja epätoivo vaikuttavat elossa oleviin lapsiin. Dyregrov ja Raundalen (1997, 12) puhuvat kirjassaan psykologisesta etäisyydestä, jolloin lapsi ei löydä omaa paikkaansa vanhempien intensiivisestä ”surutilasta”. Vanhempien voimakas suru kuolleesta lapsesta voi muodostaa ikään kuin surukuplan heidän ympärilleen ja kenenkään muun voi olla vaikea päästä siitä osalliseksi, edes oman elossa olevan lapsen. Vanhemmat eivät välttämättä pysty tai jaksaa asettaa samalla tavalla rajoja lapsille kuin ennen eivätkä kykene samanlaiseen läsnäoloon lasten seurassa kuin tavallisesti. Toisaalta he voivat pelätä menettävänsä useamman lapsen ja alkavat ylisuojella elossa olevia lapsiaan. Vanhempien suru, pelko ja epätoivo vaikuttavat suuresti perheen elossa oleviin lapsiin. (Dyregrov 1996, 36–37)

Vaikka lapsen surun kohtaaminen voi olla vaikeaa vanhemmalle ja lapsen huomioiminen tämän tarpeiden mukaisesti voi edellyttää tavallista enemmän keskittymistä, yhdessä sureminen on tärkeää.

8 Kouluikäisen lapsen suru -vihko

Tässä luvussa kirjoitan Kouluikäisen lapsen suru -vihkon luomisprosessista. Sen lisäksi että vihkon työstäminen edellytti suuren määrän lukemista ja aineistoa kuten yllä laajasti esittelin, prosessiin liittyi myös paljon muuta. Tahdon kertoa yhteistyöstäni Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen kanssa ja siitä, mitä kaikkea kävimme läpi, kun teimme vihkoa. Kouluikäisen lapsen suru -vihkoa tehdessä on pitänyt ottaa huomioon paljon asiakaslähtöisiä seikkoja. Siinä on keskitytty paljon sanoihin, sanamuotoihin, asetteluun ja kuvittamiseen. Avaan näitä asioita parhaani mukaan. Pohdin myös hii-

kan työn toimivuutta ja käytettävyyttä. Vaikka Kouluikäisen lapsen suru -vihkon käytöstä ei vielä tämän opinnäytetyön tekovaiheessa ole ollut käytännön kokemusta, pystyin heijastamaan työn onnistumista Kriisikeskus Mobilen henkilökunnan osaavaan kokemukseen suruperhetyöskentelystä.

Vaikka tämän opinnäytetyöraportin painopiste saattaa vaikuttaa olevan teoriassa ja kirjallisuudessa, kokonaisuudessa olen painottanut vihkon tekemistä. Työni perimmäinen tavoite on koko ajan ollut Kouluikäisen lapsen suru -vihkon luominen. Kaikki taustatyö, kirjoittaminen, keskustelu ja pohtiminen ovat olleet sen luomista varten.

8.1 Yhteistyö kriisikeskus Mobilen kanssa

Jyväskylän Kriisikeskus Mobile on paikka, jonka toiminnassa on mukana kriisityön koulutettuja vapaaehtoisia ja harjoittelussa olevia opiskelijoita palkatun henkilöstön lisäksi. Tämän myötä Mobilen vakituinen henkilökunta työskentelee hyvin avoimesti uusia opiskelijoita ja vapaaehtoisia sekä toinen toistaan tukien. Tällaiseen työilmapiiriin oli itsekkin todella helppo mennä tekemään harjoittelu ja helppoa oli myös uskaltautua yhteistyöhön heidän kanssaan tämän opinnäytetyön merkeissä. Luotin alusta asti, että yhteistyö olisi vastavuoroista ja keskustelevaa, kumpikaan ei jyräisi toisen päälle eikä joutuisi ottamaan yksin liian suurta vastuuta.

Yhteinen työmme lähti liikkeelle jo olemassa olevasta Lapsen suru -vihkosta, joka on tehty yli kymmenen vuotta sitten työelämäohjaajani toimesta. Mobilella (tässä yhteydessä Mobile viittaa kahteen työntekijään, joiden kanssa työstin vihkoa) oli jo melko tarkka kuva siitä, mitä he tahtoivat ja tarvitsivat. Ajattelimme, että uuden vihkon päämäärä tulisi olemaan sama kuin vanhankin – kohderyhmänä olisivat vanhemmat, mutta vihko kertoisi isompien jo koulussa olevien lasten surusta ja sitä saisi kehittää sen suuntaisesti. Koin selkeät raamit vahvuutena työn aloittamisen kannalta, mutta koin myös hyväksi vapauden, jonka Mobile minulle antoi. Päätimme helmikuun 2013 alussa pitämässämme aloituskeskustelussa, että vihkosta tulisi suurin piirtein samankokoinen ja -mittainen kuin vanhasta. Puhuimme jo ensimmäisellä kerralla myös vihkon kuvista. Vanhassa vihkossa on kuusi mustavalkoista kuvaa tukemassa tekstiä. Ehdotin, että voisin itse luoda uuteen vihkoon kuvia uuden tekstin rinnalle. Pääsimme helposti yhteisymmärrykseen vihkon tekemisen lähtökohdista.

Yhteistyö Mobilen kanssa painottui työn loppuvaiheeseen, 2014 vuoden tammikuusta vihkon valmistumiseen maaliskuun lopussa. Kesän aineistonkeruun ja vanhan Lapsen suru -vihkon pohjalta aloin tammikuussa työstää uutta vihkoa ja tapaamiset Mobilessa tiivistyivät. Pohdimme yhdessä tekstiä – mitkä ovat olennaisimmat asiat ja miten haluamme ilmaista ne. Toin vuoden alussa alustavat ideani tekstistä ja kuvista Mobileen näytettäväksi. Sain niistä palautetta ja palasin kotiin korjaamaan. Tämä sykli toistui monta kertaa, joskus korjattavaa oli vähemmän, toisinaan taas enemmän. Palaute ei tarkoittanut sitä, että olisin tullut Mobileen ja minulle olisi sanottu, mitä pitää muuttaa, vaan palaute lähti yhtäläillä minusta itsestäni kuin yhteistyökumppaneistani. Kun tapasimme ja pohdimme sitä, mikä vihkossa ei vielä ollut aivan kohdallaan, teimme sen yhdessä. Joskus Mobile toivoi, että ilmaisen asian jollain tietyllä tavalla, käytän jotain tiettyä sanaa, tai että jossakin kuvassa muuttaisin jotain tiettyä asiaa. Joistain seikoista minulle sanottiin: 'Tämä ei vielä ihan toimi, keksisitkö siihen jotain muuta tai muotoilisitko sen uudella tavalla?' Toisinaan kehitysehdotukset lähtivät kokonaan itsestäni. Keskustelumme oli usein hedelmällistä aivoriiehtä, missä kunkin ideat kuultiin, otettiin vastaan, arvioitiin ja monesti myös sovellettiin käytäntöön.

Koin joka kerta Mobilessa käytyäni iloa siitä, kuinka olimme taas päässeet askelen lähemmäksi valmista vihkoa. Motivoiduin tapaamisistamme ja koin hetkemme inspiroiviksi. Aistin myös molemminpuolista luottamusta ja arvostusta työmme monissa vaiheissa.

8.2 *Akuutissa kriisissä käytettävän materiaalin tekeminen*

Läheinen on juuri kuollut. Perhe on akuutissa kriisissä, jossa sokki ja tapahtuneen todellisuus risteilevät. Miten perhettä tulisi auttaa? Tärkein kysymys vihkoa tehdessä oli mielestäni, mitä pitää ottaa huomioon kriisissä olevaa lasta ja vanhempaa autettaessa. Sen pohtiminen oli koko työn pohja ja sitä teimme, kun valitsimme oikeita sanoja, sävyjä, värejä ja muotoja. Vihkon tekstin ja kuvien tuli olla kohderyhmää eli vanhempaa ja tässä tapauksessa myös lasta puhuttelevia ja heitä ajatellen tyyliteltyjä (Airaksinen & Vilka 2003, 129). Kiinnitimme alusta asti paljon huomiota tapaamme ilmaista. Jo ennen minkäänlaista vihkon luonnostelemista olimme Mobilessa yhtä mieltä siitä, että vihkon tulee olla selkeä, yksinkertainen ja mahdollisimman arkikieli-

nen. Selkeyttä sain esimerkiksi ranskalaisilla viivoilla, lyhyehköillä lauseilla sekä riittävällä rivivälillä. Ensimmäistä tekstiversiota hahmotellessamme päätimme käyttää sinä-muotoa, sillä tahtoimme, että vihkon teksti on kirjoitettu suoraan vanhemmalle: ”Lapsi tarvitsee sinua surunsa kohtaamisessa, ymmärtämisessä ja käsittelyssä, aivan kuten sinäkin aikuisena tarvitset nyt tukea ja turvaa”. Luonnollisinta oli myös kirjoittaa teksti presensissä: suru, tässä ja nyt.

Mitä pitemmälle etenimme vihkon tekemisessä, sitä syvemmälle se vei meitä pikkutarkkuudessa. Takerruimme moniin sanoihin. Taulukossa esittelen muutamia esimerkkejä sanojemme arvioinneista.

<i>huono ilmaus</i>	<i>syy miksi ilmaus on huono</i>	<i>uusi ilmaus tilalle</i>
viha	liian voimakas	kiukku
tapahtunut	kiertoilmaus	kuolema
masennus	kuulostaa sairaudelta	ei käytetä ollenkaan
kouluvaikeudet	liian uhkaava	vaikeudet keskittyä ja muistaa
vainaja	käytettävä harkiten	ei saa toistua usein
taantumisen / regressio	liian ammattisanastoa	käyttäytyä ikäistään nuoreman tavoin
olisi hyvä / tärkeää	epäsuoruus	on hyvä / tärkeää
voitte miettiä	liian avoin	miettikää

Kuvio 14. Sanavalinnat

Sanottamisen ja sävyn lisäksi Kouluikäisen lapsen suru -vihkon kannalta olennainen kysymys oli vihkon ulkoasu. Miten saamme vihkosta mahdollisimman asiakaskeskeisen myös ulkoasultaan? Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen monet jaettavat materiaalit ovat usein melko esitemäisiä ja ne on painettu kiiltävälle paperille. Olimme pohtiesamme samaa mieltä siitä, että tahtoimme Kouluikäisen lapsen suru -vihkosta tulevan mahdollisimman ”lempeän” ja helposti lähestyttävän. Tätä helposti lähestyttävyyttä edesauttaisi pehmeänoloinen suhteellisen matta paperi. Samaa pehmeyttä tavoittelimme fonttivalinnalla, joka oli lopulta melko vaikea. Alkuperäinen Lapsen suru -vihko oli tulostettu kyyhkynsiniselle paperille. Ajattelimme aluksi, että tämäkin vihko tulisi

värilliselle paperille ja sama lempeä sininen olisi ollut värivalintamme. Lopuksi kuitenkin päädyimme siihen, että vihko on värillisine kuvineen selkeämpi valkoisella taustalla.

Viimeiset suurennuslasin alla olleet seikat olivat kuvat, joiden tuli olla tekstin kanssa tasapainossa. Niiden tuli kuvata tekstin aiheita ja tunnelmaa sekä tukea tekstiä ja tekstin vastaavasti kuvia.

8.3 Kuvittamien

Olen piirtänyt ja värittänyt valmiiksi asti 13 kouluikäisen lapsen surua käsittelevää kuvaa. Kouluikäisen lapsen suru -vihkoon tuli lopulta 12 värillistä kuvaa, joista neljä hieman suurempina Sinun surusi -aukeamalle. Ainoastaan yksi loppuun asti työstetyistä kuvista jäi lopulta vihkon ulkopuolelle ja sekin vain siksi, ettei se enää mahtunut siihen. Kuvien tekeminen oli hyvin monivaiheista. Lähdin liikkeelle niin sanotuista pikakuvista. Erään koulutusviikonlopun aikana hahmottelin tyyliä ja sävyä piirtämällä ”viiden minuutin” luonnoksia kuunnellessani luentoja. Tässä on muutama alkuperäinen kuva.



Kuvio 15. Ensimmäiset kokeilut

Ajatukseni oli luoda jotakin sarjakuvamaista ja suoraviivaista. Näyttäessäni kuvia ensimmäistä kertaa Mobilessa sain suoran, rehellisen palautteen: lapset eivät näytä tarpeeksi lapsilta. Ja se oli täysin totta. En ole koskaan piirtänyt paljon lapsia. Tyylini tähän mennessä on painottunut siroihin aikuiskasvoihin, joissa on tietynlaista pelkistettyä ryhtiä. Minun tuli saada kynääni ja käteeni uudenlaista pehmeyttä ja linjaa

samalla, kun yrittäisin säilyttää piirroshahmomaisuuden. Palatessani Mobileen seuraavan kerran kuvien kanssa olin alkanut löytää sitä, mitä halusimme. Joidenkin kuvien ideat säilyivät alkuperäisistä ja kehitin niitä eteenpäin, toiset kuvat hylkäsin kokonaan ja lähdin kehittelemään uusia. Silti tästäkin oli vielä pitkä matka siihen, mihin lopulta päädyimme.



Kuvio 16. Enemmän lapsen näköisiä

Kun kuvat löysivät vihdoin oikean tyylin, sävyn, teemat ja pehmeuden, aloin toistaa niissä kahta hahmoa, tyttöä ja poikaa. He esiintyivät kuvissa joko yksin tai jonkun vaihtuvan aikuishahmon kanssa. Mietin aluksi, etten voi piirtää lasta kenenkään seurassa, sillä mitä jos piirränkin kuvaan sen henkilön joka on kuollut. Ei kuitenkaan tuntunut hyvältä jättää lasta kaikkiin kuviin yksin. Aloin siis piirtää lasta useamman aikuisen kanssa. Kuviin tuli naishahmo, vanhempi mieshahmo, sekä nuori mies, ehkä veli tai mahdollisesti isä.



Kuvio 17. Aikuiset lasten seurassa

Tässä vaiheessa Mobilessa ehdotettiin, että kokoaisin kuvat yhteen ja ne käytettäisiin lasten silmien edessä. Kuvat saatiin 6-15-vuotiaiden kriisikeskuksen työntekijöiden lasten arvioitaviksi (Liite 2). Tahdoimme saada heidän vaikutelmansa siitä, mitä niissä kuvataan. Saadaksemme mahdollisimman autenttisen reaktion pyysimme, etteivät vanhemmat kerro lapsille mitään työn taustatietoja. Lapset yksinkertaisesti katsoisivat kuvaa ja kertoisivat, mitä siinä heidän mielestään on. Palaute oli todella pysäyttävää. Lasten tulkintojen perusteella sain heti kuvan siitä, mitkä toimivat ja mitkä eivät.

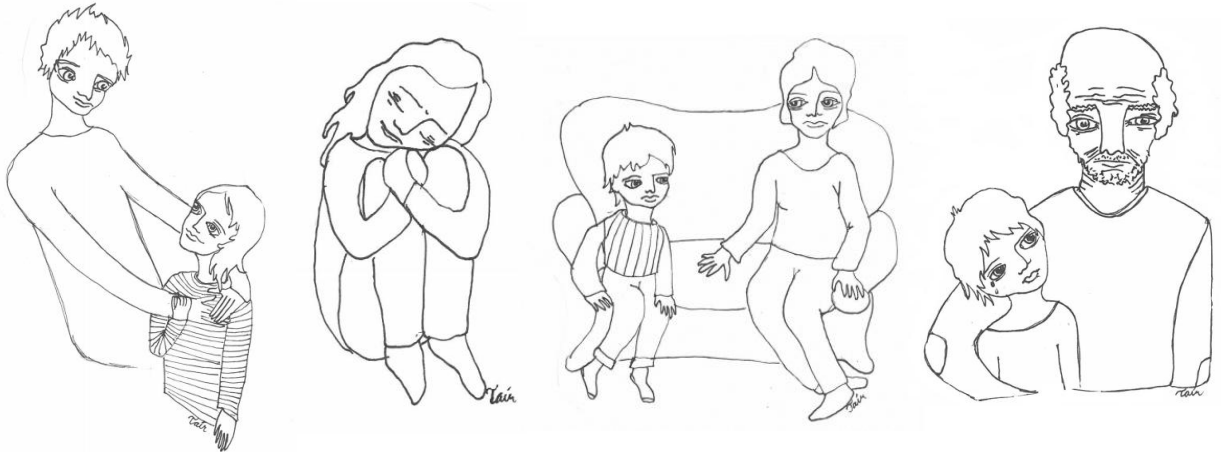
Kolmen kuvan koin onnistuneen erinomaisesti lasten vastausten perusteella: ruusua pitelevän pojan kuvan, pupupehmoa halaavan tytön kuvan sekä korviaan pitelevän tytön kuvan. Kaikki lapset näkivät ruusupojasta, että hän on surullinen ja suurin osa heistä ajatteli, että joku on kuollut. Puputyttökuva oli lasten tulkitsemana myös aivan nappiin, yhden lapsen kommentti kosketti minua eniten: ”Se hakee jostain turvaa, kun se ei voi suruaan muille jakaa (tai pysty). Se on niin onneton et se näyttää siltä ettei se edes pysty elää sen asian kaa.” Sama lapsi sanoi korviaan pitelevästä tytöstä, että se on ”järkyttynyt tosi pahasti. Se ei tiedä miten se käsittelis sitä järkytystä, kun se ei ymmärrä sitä ihan kokonaan”.



Kuvio 18. Onnistuneita kuvia

Toimimattomia kuvia oli selkeästi neljä: veljen kanssa oleva tyttö ja polviaan halaava tyttö, sohvalla istuva poika ja nainen sekä vanha mies ja poika. Ensimmäiset kaksi tulkittiin liian onnellisiksi. Ne olivat kuin eri tarinasta. Sohvan nainen sai mielenkiintoisia henkilöitymiä: ”Siinä olis lapsi ja joku sosiaalityöntekijä, tai semmonen... se yrittää kertoa sille lapselle, et sen vanhemmat ei oo ihan okei”. Toinen lapsi tulkitsi naisen äitipuoleksi. Vaariksi ajattelemaani vanhaa miestä luultiin isäksi ja hän oli kah-

den lapsen mielestä pelottava. Yksi heistä sanoi, että ”poika on ahdistunut, mies saattaa olla humalassa tai jotain. Liian vanha isäksi – joku ventovieras”.



Kuvio 19. Ei ihan onnistuneita kokonaisuuksia

Lapsilta saatu palaute oli todella arvokasta ja vei työtä hyvään suuntaan. Palautteiden perusteella korjasin ja muutin kuvia toimivammiksi, tein muutamia uusia kuvia ja lopulta ne kaikki saivat myös väriä.

Kuvien tekeminen osoittautui pitemmäksi ja aikaavievemmäksi prosessiksi kuin olin osannut arvata. Silti en pyyhkisi hetkeäkään tekemästäni työstä pois, sillä piirtäminen ja värittäminen ovat tahdittaneet työtäni todella hyvin. Jos en ole jaksanut lukea tai kirjoittaa, ajatella ”järjellä”, olen voinut ottaa luovemmat keinot käyttöön. Toki kuvienkin tekemisessä on täytynyt ajatella paljon. Esimerkiksi sohvalla istuva nainen ja lapsi oli kuva, joka ei meinannut saada muotoaan millään. Se lähti etäisyydestä, tavoitteenaan kuvata puuttuvaa läheistä. Lasten palautteen perusteella etäisyys toi vaivaantuneisuutta ja täysin vääriä mielikuvia, joten päätimme lähentää heitä. Neljä kertaa piti lähentää ennen kuin sain heidät tarpeeksi lähekkäin.



Kuvio 20. Vaihe vaiheelta valmiiksi

Jotkut kuvat onnistuivat ensikerralla. Etusivun kirjan päälle nukahtanut tyttö säilyi entisenään toisesta vedoksesta lähtien sekä kuva vaarista ja työstä syntyi nopeasti, kun onnellisempi tytön ja nuoren miehen kuva ei lasten palautteen perusteella toiminutkaan. Nopeasti ja kerralla syntyivät myös kuvat työstä kaverin kanssa sekä poika isän kanssa. Ne loin aivan viimehetkillä, kun tajusimme isän ja ystävän olevan tärkeitä ihmisiä, jotka puuttuivat kokonaan. Isä itse asiassa syrjäytti alkuperäisen vaarin, sillä vaari esiintyy myös toisessa kuvassa.



Kuvio 21. Helposti onnistuneita kuvia

Monen tunnin, päivän, viikon ja kuukauden kuvaprosessin jälkeen sain ne valmiiksi. Viimeisessä kokoontumisessamme Mobilessa ennen painoon lähettämistä kysyin, mitä mieltä he ovat lopputulemasta. Kuvat herättivät paljon tyytyväisyyttä ja kiitollisuutta. Tuodessani ensimmäistä kertaa värilliset kuvat esiteltäviksi ei jäänyt epäilystäkään siitä, olisivatko ne mustavalkoisia vai värillisiä lopullisessa vihkossa. Ja nyt Mobilessa sanottiin, että ilman kuvia vihko tuntuisi liian raskaalta. Siinä olisi liikaa tekstiä ja se tuntuisi siltä, ettei sitä jaksaisi lukea. Kuvat tuovat vihkoon rytmiä, joka auttaa lukijaa jaksamaan. Tahdoin kuvien väreillä tuoda raskaaseen aiheeseen jonkinlaista vastapainoa syrjäyttämättä kuitenkin elämäntilanteen totisuutta. Ilmeisesti onnistuin siinä myös Mobilen mielestä.

8.4 Miten vihko toimii?

Aloittaessani vihkon tekemistä, tavoitteena oli tehdä vanhemmalle kriisissä annettava materiaali kouluikäisen lapsen surusta. Päästessäni vihkon tekoprosessin loppuun pohdimme yhdessä Kriisikeskus Mobilessa, miten olimme onnistuneet. ”Uskon että

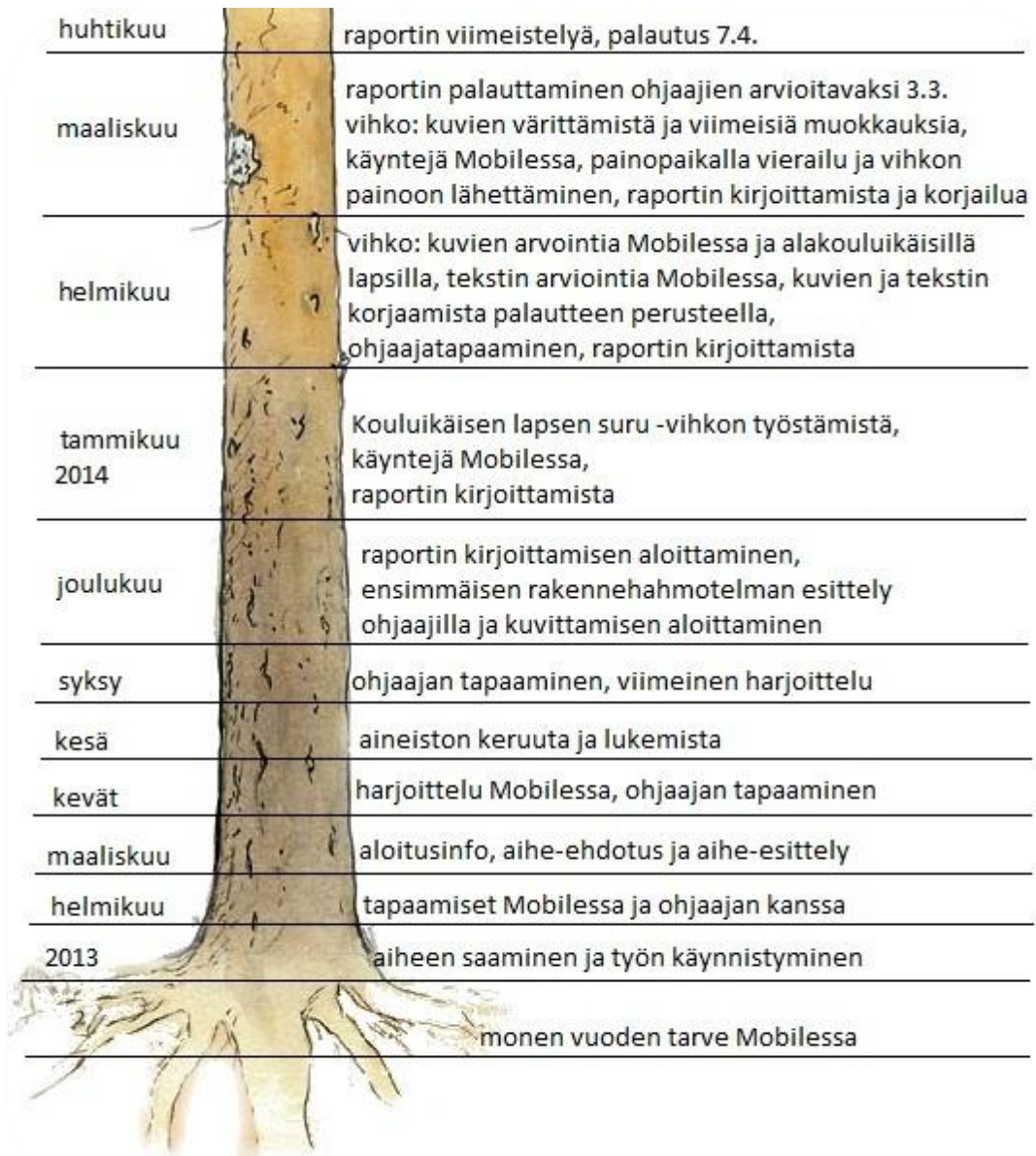
tästä on tosi paljon hyötyä”, sanoi yksi työntekijöistä (Työelämäohjaajan palaute 2014). Tavoite luoda vanhemmalle annettava, helposti lähestyttävä, suora, asiakasläh-
töinen materiaali tuli ehdottomasti täytettyä. Lisäksi huomasimme, että vihko toimisi
laajemminkin mittakaavassa. Sen lisäksi, että siitä voi olla apua vanhemmalle, se
voi yhtälailla auttaa lasta itseään. Kuvien kautta vihkosta tuli sellainen, mitä voisimme
kuvitella myös lasten lukevan. Lapsi voi vaikka sanoa: ’niin, mun mahaan sattuu ja
täällä lukee, että niin voi käydä’. Mobilessa pohdittiin, että vihkoa voisi myös käyttää
tietynlaisena perehdytysmateriaalina uusille opiskelijoille ja vapaaehtoisille, sillä sen
suoraan puhutteleva ote, selkeys ja jämäkyys ovat tärkeä osa jokapäiväistä kriisi-
työskentelyä.

Työntekijä voi käyttää vihkoa myös ”muistilappuna” puhelinkeskusteluissa, joissa
vanhempi kyselee, miten hän toimisi lapsensa kanssa, jonka läheinen on kuollut. Mo-
bilen työntekijöiden kokemuksen perusteella vihko vastaa nimenomaan sellaisiin
kysymyksiin, joita asiakkaat kyselevät. Nyt asiakkaalle voi jo puhelimesta kertoa vih-
kossa olevia asioita ja kasvokkain kohdattaessa sen voi jättää perheelle. Pohdimme
myös, että Kouluikäisen lapsen suru -vihkolla voi parhaimmillaan olla laajempi kasva-
tuksellinen merkitys. Se viestittää, että myös ikävämpiä asioita voi käsitellä yhdessä
lapsen kanssa. Lapsi ei ole vain huolenpidon kohde vaan aktiivinen osallistuja vastoin-
käymisestä selviytymisessä. Kun vanhempi toimii yhdessä lapsen kanssa kuten vihko-
kin kannustaa ja rohkaisee, voi lapsesta kasvaa keskustelevalta ja avoin aikuinen, joka
kykenee kohtaamaan vastaisuudessakin vaikeita elämäntilanteita. Tällainen ”mieltikää
ja kokekaa yhdessä –kulttuuri” surutyössä voi opettaa sekä vanhempaa että lasta toi-
mimaan niin muillakin elämän osa-alueilla ja arjessa.

Vihko on napakka. Siinä sanotaan asioita suoraan, mutta samalla ne perustellaan.
Kehotukset eivät jää tyhjiksi. Valituilla asioilla on jokaisella tärkeä merkityksensä.
Vihkon tärkein sanoma on, että vanhempi olisi läsnä lapsensa surussa ja se tulee hyvin
selkeästi esiin vihkossa kauttaaltaan. ”Lapsi tarvitsee läsnäoloasi ja läheisyyttäsi, sekä
avointa keskustelua kanssasi.”

9 Loppupohdinta

Kuten alussa kirjoitin, tämän opinnäytetyön kokonaisprosessi on ollut ajallisesti melko pitkä. Alla olevassa kuviossa (Kuvio 22) avaan aikajanamaisesti prosessin etenemistä. Sitä luetaan alhaalta ylöspäin.



Kuvio 22. Opinnäytetyön prosessi

Kun opinnäytetyö alkaa siitä, että tarttuu yli kymmenen vuotta kriisikeskuksessa olleeseen tarpeeseen ja haaveeseen, työn lähtökohta ei ole ihan kevyt. Mentaliteettina ei voi olla 'tehdään se nyt pois alta'. Se, että ryhdyin tekemään työelämässä käytettävää

materiaalia, heitti minulle kokonaisuutta ajatellen melko suuren vastuun tuottaa jotakin, mikä tulisi valmiiksi ja toimisi. Ollessani kriisityössä itse vielä aivan noviisi, luotin paljon siihen, että yhteistyökumppanini Mobilessa kertoisivat minulle, jos olin menossa väärään suuntaan. Vaikken sitä missään vaiheessa pysähtynyt paljon ajattelemaan, minulle annettu vapaus olisi voinut johtaa työstämiseni hyvin eri raiteille kuin mitä Mobilessa oli ajateltu. Jollakin ihmeellisellä tavalla olemme kuitenkin kulkenet koko ajan samaa polkua ja nähneet samoja linjoja ja sävyjä.

Se, mikä ei aina ole johtanut minua sinne, minne halusin mennä, on kirjallisuus.

Lukeminen oli minulle lopulta suurempi haaste kuin osasin odottaa. Olen tehnyt materiaalin, jonka tavoite on auttaa suruperhettä, mahdollisesti hyvinkin hädässä ja hukassa olevia ihmisiä, jotka luottamuksellisesti ottavat kriisiapua vastaan. Osa kirjallisuutta oli hyvin ammattikielistä eikä asioiden pimeitä puolia kaunisteltu. Esimerkiksi Dyregrovin (1996, 34) teoksessa *Lapsen suru*, esitellään tutkimusta vanhempansa menettäneistä lapsista: ”...vanhempansa menettäneet lapset muodostavat psyykkisten ongelmien suhteen riskiryhmän”. Dyregrovin ja Raundalenin (1997, 22) kirjassa *Sureva lapsi ja koulu* puhutaan kouluvaikeuksista: ”Myös energian puute ja tunne elämän tarkoituksettomuudesta saattavat vähentää aktiivisuutta koulussa. ... Kouluvaikeudet jatkuvat usein pitempään kuin opettajat osaavat arvata...” Soili Poijula (2007, 5-9) kirjoittaa *Lapsi ja kriisi* -kirjassa esimerkiksi traumaista, traumaperäisistä stressireaktioista, masennuksesta, itsetuhoisuudesta sekä kriisi-interventioista ja niiden menetelmistä.

Vaikka koen nämä Dyregrovin ja Poijulan teokset todella tärkeinä ja olennaisina lähteinäni, minun täytyi lukea niitä aikamoisella suodattimella. Faktat ja synkkyys eivät voineet olla niitä asioita, joita heijastaisin omassa työssäni. On totta, että suru ja kuolema ovat vakavia, ikäviä aiheita. Silti tietynlainen ongelmakeskeisyys, johon törmäsin lähteissäni, on mielestäni tarpeetonta. Airaksisen ja Vilkan (2003, 73) mukaan lähdekirjallisuuden sanavalinnat, vivahteet ja painotukset luovat tyylin ja sävyn, mitkä määrittävät teoksen luotettavuutta ja käytettävyyttä suhteessa omaan työhön. Minun tuli siis lukea lähteitäni muistaen kohderyhmääni ja heidän haavoittuvaa asemaansa. Gootmanin (1998) ja Sjöqvistin (2006) teokset sekä internetistä löytämäni artikkelit olivat helpompia käyttää, sillä niissä kirjoitettiin jo valmiiksi sureville tai heidän näkökulmastaan.

Kirjoitin johdannossa, että työni tavoitteena on ”tuottaa käytännöllinen työelämään soveltuva auttamisen materiaali Kriisikeskus Mobilelle ja kirjoittaa sen taustaksi ja pohjaksi selkeä opinnäytetyöraportti, josta heijastuu työni taustatutkimus, prosessi, järjestelmällisyys ja harkinta.” Olen ollut kirjoittamisessani hyvinkin ”tiedon muokkaamisen strategiaa” hyödyntävä kuten Airaksinen ja Vilkka (2003, 66–67) ilmaisevat. Olen ylläpitänyt tekstissäni luovuutta ja alusta asti asettanut raportilleni tavoitteita. Kypsytin ja prosessoitin aineistosta lukemaani tietoa melko pitkään ennen kuin aloitin varsinaisen kirjoittamisen. Kirjoittaessa aloitin hyvin ”hyökkäävästi” työskennellen viikon verran tuntitolkulla tietokoneen ääressä ilmaisten sitä, mikä minussa oli odottaessa kypsytynyt valmiiksi. Kirjoitusryöppyjeni välissä pidin pitempiäkin taukoja, haudoin ja otin etäisyyttä. Palatessani tekstin pariin useamman päivän tai viikon tauon jälkeen, aloitin aina alusta lukemalla kirjoittamani ääneen, muokkasin, karsin ja tarkensin ennen kuin aloitin uuden otsikon alle jotain kokonaan uutta. Ainakin toivon, että tällä tavalla työskentely on tehnyt työstäni harkitun, mahdollisimman johdonmukaisen ja kypsän kuten olen tavoitellut.

Sain työelämäohjaajaltani työn valmistuttua palautetta (Työelämäohjaajan palaute 2014): ”Pidin kovasti siitä, että et teorianäkökulmasta huolimatta korosta totuuksia, vaan jätät tilaa erilaiselle kokemiselle – se tuntuu lempeältä ja hyvältä ja niin todelta. ... Hyvä juttu, että et painota työtäsi ongelmapuheeseen vaan korostat tietoisesti toivon näkökulmaa kuitenkin putoamatta mihinkään epärealistisuuden kuoppaan. Arvostan sitä kovasti ja ajattelen sen kertovan paljon sinusta ja ymmärryksestäsi kriisissä olevaa ja elämää kohtaan yleensä.” Se, että käytännönläheisyys näkyisi raportissani, oli oma toivomukseni ja olen iloinen, että runsaan, monenlaisen ja -sävyisen tiedon sisäistäminen ei kuitenkaan sokaissut minua omasta tavoitteestani.

Viesti, mitä tahtoisin viedä työlläni eteenpäin on, kuinka asiakkaita voi kohdata ratkaisukeskeisesti ongelmakeskeisyyden sijasta. Ratkaisukeskeisyyden ytimessä ovat esimerkiksi yhteistyö, toiveikkaus, luovuus ja asiakaslähtöisyys (Ratkes 2014). Halusin näiden ja monien muiden ratkaisukeskeisten periaatteiden näkyvän lopullisissa tuotoksissani, sekä Kouluikäisen lapsen suru -vihkossa että opinnäytetyöraportissa. Ratkaisukeskeisyys on menetelmä, periaate ja elämäntyyli, jonka työntekijä voi omaksumaan, mutta sen lisäksi kuka tahansa ”asiakas” tai ”minä”, joka haluaa elää elämäänsä keskittyen enemmän valoihin ja sävyihin kuin varjoihin.

Työtä vie eteenpäin 13 kuvaa, jotka tässä prosessissa yllättäen laajensivat materiaalin käytettävyyttä vanhemmista myös sureviin lapsiin. Uskon vastaavanlaisen kohderyhmää ja aihealuetta puhuttelevan kuvittamisen toimivan monenlaisen asiakastyön mausteena. Sanojen ja tiedon lisäksi ihminen tarvitsee muita tapoja sisäistää ja ymmärtää elämää. Kuvat voivat toimia toisenlaisena väylänä tavoittaa ja koskettaa kuin sanat. Jatkoahaasteenani on kuvittaa Jyväskylän Kriisikeskus Mobilelle vanha Lapsen suru -vihko uudelleen. Kouluikäisen lapsen suru -vihkon tekeminen on osa Mobilen esitteiden ja materiaalien päivittämistä, ja päivityksen myötä Lapsen suru -vihkokin saa uuden ulkoasun.

Tärkein työni anti on ennen kaikkea Jyväskylän Kriisikeskus Mobilelle. He tekevät merkittävää työtä Jyväskylässä ja sitä ympäröivissä kunnissa. Jyväskylän Mobilen toiminta-alueeseen kuuluu 15 Keski-Suomen kuntaa, joiden asukkaita keskus palvelee ympäri vuorokauden, viikon ja vuoden jokaisena päivänä (Kriisikeskus Mobile 2014). Kouluikäisen lapsen suru -vihkon mahdollinen vaikutusalue on laaja. Asiakas voi omalla yhteydenotollaan päästä kriisikeskuksen avun piiriin tai hänet voidaan ohjata soittamaan tai käymään Mobilessa. Kuntien sairaalat, poliisit, seurakunnat, neuvolat ja muut auttamistahot voivat ohjata kuoleman kohdanneita perheitä ottamaan yhteyttä Mobileen, mistä perhe voi saada akuuttia kriisiapua esimerkiksi Kouluikäisen lapsen suru -vihkon tukemana.

Kouluikäisen lapsen suru -vihko on nyt valmis ja painettu. Se tulee Jyväskylän Kriisikeskus Mobilen käyttöön moneksi vuodeksi ja Mobilen työntekijät arvioivat, että se on toimiva ja tarpeellinen. Se vastaa niihin kysymyksiin, joita vanhemmat jo kyselevät. Työni on tuottanut hedelmää ja jää elämään. Olen kokenut nimenomaan tällaisen päämäärätietoisien, toiminnallisen opinnäytetyötyöskentelyn sopivaksi itselleni. Tiesin alusta asti, että tahdoin tehdä opinnäytetyön kriisityöstä ja kysyin siksi Mobilesta, olisiko heillä ehdottaa minulle aiheita. Olin hyvin innostunut, kun sain tietää heidän tarpeestaan tuottaa uusi Lapsen suru -vihko. Innostukseni nousi nimenomaan tuotoksesta ja siitä, että työstäni jäisi jälki. Työni tulee oikeaan käyttöön ja sille on todellinen tarve. Airaksinen ja Vilkka (2003, 16) kirjoittavat, että kiinnostus omaa aihetta kohtaan ja itselle tärkeän oppimisen syventäminen ovat merkki siitä, että opinnäytetyön aihe on oikea. Olen erittäin kiitollinen että olen saanut tällaisen tehtävän tehdäkseni ja olen ollut loppuun asti innostunut sen tekemisestä.

Lähteet

Aho, S. & Laine, K. 2002. Minä ja muut – kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. 1.-2. p. Helsinki: Otava.

Airaksinen, T. & Vilkka, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Ayalon, O. 1995. Selviydyn! – yhteisön tuki ja selviytyminen. Englanninkielinen alkuteos Rescue! Community Oriented Preventive Education 1987. Suom. Abetz, K. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Becvar, D. S. 2001. In the presence of grief – helping family members resolve death, dying, and bereavement issues. New York, NY: The Guilford Press.

Bennett, P.L. & Dyehouse, C. 2005. Responding to the death of a pupil – reflections on one school's experience. British journal of special education, 32/1.

Dougy Centre Staff. 1999. 35 Ways to Help a Grieving Child. Portland, OR: The Dougy Centre – The National Centre for Grieving Children & Families.

Dyregrov, A. 1996. Lapsen suru. Norjankielinen alkuteos: Sorg hos barn. En håndbok for voksne. Sigma Forlag A.s 1989. Sovellettu ruotsinkielisestä teoksesta Barn i sorg, suom. Makkonen, M. 3. p. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Dyregrov, A. & Raundalen M. 1997. Sureva lapsi ja koulu. Norjankielinen alkuteos Sorg og omsorg i skolen 1995. Suom. Villa, S. Tampere: Vastapaino.

Erkkilä, J., Holmberg, T., Niemelä, S. & Ylönen, H. 2003. Surevan lapsen kanssa. Tuettu suru -projekti. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura, SMS-Tuotanto.

Fiorelli, R. 2011. Grief and bereavement in children. Laajemmassa tuntemattomassa teoksessa. Viitattu 3.7.2013.

<http://www.mhprofessional.com/downloads/products/0071545271/kinz27.pdf>.

Frances, D., Kellaher, L. & Neophytou, G. 2001. The cemetery: the evidence of continuing bonds. Teoksessa Facing death – grief, mourning and death ritual. Toim. Hockey, J., Katz, J. & Small, N. Buckingham, Philadelphia, PA: Open University press.

Gootman, M. 1994. Kun ystävä kuolee – kirja nuorille surusta ja selviytymisestä. Englanninkielinen alkuteos When a friend dies – a book about grieving and healing. Suom. Tarvainen, T. Suomen Punainen Risti.

- Ihanus, J. & Roti, O. 1997. Terveys ja psykologia. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Jalonen, R. & Louhi, K. 2004. Tyttö ja naakkapuu. Helsinki: Tammi.
- JAMK. 2014. Opinnäytetyön raportointiohje. Viitattu 1.3.2014.
<http://oppimateriaalit.jamk.fi>, raportointiohje.
- Kaskinen, A-M. 2003. Kerro minulle taivaasta – kun kuolema koskettaa. 2.p. Helsinki: Kirjapaja.
- Kriisikeskus Mobile. 2014. Ammattitaitoista apua kriisiin 24h/vrk!. Viitattu 2.4.2014.
<http://www.kriisikeskusmobile.fi/>.
- Kronqvist, E-L. & Pulkkinen, M-L. 2007. Kehityspsykologia – matkalla muutokseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Laimio, A., Mynttinen, S. & Uittomäki, S. 2011. Miten tukea lasta, kun läheinen on kuollut? - Opas läheisille sekä lasten ja nuorten parissa työskenteleville. Tampere: KÄPY – Lapsikuolemaperheet ry. Viitattu 3.7.2013.
www.nuoretlesket.fi, lisätietoa, tilattavat materiaalit.
- Lapsen suru. Suomen mielenterveysseura. Viitattu 3.7.2013. www.e-mielenterveys.fi, vaikeat elämäntilanteet, suru, lapsen suru.
- Läheisen kuolema. 2013. Artikkelin Mannerheimin Lastensuojeluliiton sivuilla. Viitattu 3.7.2013. www.mll.fi, vanhempainnetti, kipupisteitä, perheen kriisit ja muutokset, läheisen kuolema.
- Mustanoja, A. & Mäkeläinen, L. 2010. ”Kunpa olisin haltija, voisin taikoa veljeni takaisin” - Sisaruksen kuoleman tuomat muutokset lapsen arkeen. Opinnäytetyö. Tampereen ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma. Viitattu 3.7.2013.
<http://publications.theseus.fi/>, Tampereen ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma.
- Mynttinen, S. 2010. Lapsen suru ja surevan lapsen tukeminen vanhemman kuoleman jälkeen. Artikkelin Suomen nuoret lesket ry:n sivuilla. Viitattu 3.7.2013.
www.nuoretlesket.fi/, lisätietoja, lapsen ja nuoren surusta.
- Mynttinen, S. 2013. Miten voit vanhempana olla tukemassa surevaa lasta? Artikkelin Suomen nuoret lesket ry:n sivuilla. Viitattu 3.7.2013. www.nuoretlesket.fi/, lisätietoja, lapsen ja nuoren surusta.
- Mäki-Opas, A. 1999. Murtuneet siivet – auttamisen ja muuttumisen mahdollisuudet. Helsinki: Kirjayhtymä.

Pajunen, L. 2004. Kyynellaulu. Laulu cd-levyllä Sinua en unohda: Simojoki, P. & Tulus-kuoro. Jyväskylä: Jyväskylän seudun mielenterveysseura / Tuettu suru -projekti

Palaute. 1.4.2014. Opinnäytetyön työelämäohjaaja.

Pojjula, S. 2007. Lapsi ja Kriisi. Helsinki: Kirjapaja.

Ratkes ry. 2014 Ratkaisukeskeisyys päihinänkuoressa. Viitattu 2.4.2014. <http://www.ratkes.fi>, tietoa ratkaisukeskeisyydestä, artikkeleita, ratkaisukeskeisyys päihinänkuoressa.

Rautiainen, L. 2010. Lapsi ja kuolema. Artikkelit Evankelis-Luterilaisen kirkon sivuilta. Viitattu 3.7.2013. www.evl.fi, apua ja tukea, kuoleman lähellä, lapsi ja kuolema.

Salo, M. 1997. Vanhemman äkillistä kuolemaa surevan tukeminen peruskoulun alasteella – Opettajan ja surevan oppilaan näkökulma. Pro Gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto, opettajankoulutuslaitos. Viitattu 3.7.2013. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10693/661.pdf?sequence=1>.

Salonen, K. 2002. Lapsen suru kaipaa aikuista. Mielenterveys 5/2002, 14-17.

Schlozman, S. 2003. The Shrink in the Classroom - The Pain of Losing a Parent. Educational leadership, 60, 8, 91-92. Viitattu 3.7.2013. <http://www.ascd.org>, publications, educational leadership, EL archives, volume 60, May 2003, departments.

Sjöqvist, S. 2005. Hän on kanssani kumminkin – vanhempansa menettäneet lapset ja nuoret kertovat. Ruotsinkielinen alkuteos Du är hus mig ändå – Ungdomar och barn om att mista en förälder. Suom. Kyrö, M. Helsinki: Tammi.

Similä-Peura, A. 2001. Lapsen suru. Jyväskylä: Kriisikeskus Mobile.

SOS-kriisikeskus. 2010. Suru. 4.p. Suomen mielenterveysseura.

Suopajarvi, A. 2005. Kuoleman raja – tiukka mutta häilyvä. Tiede-lehti verkossa. Viitattu 14.2.2014. <http://www.tiede.fi/>, jutut, artikkelit, sivu 85.

Tamminen, T. 2004. Olipa kerran lapsuus. Helsinki: WSOY.

Virkki, T. 2004. Vihan voima – toimijuus ja muutos vihakertomuksissa. Jyväskylä: Atena.

Liitteet

Liite 1: Kouluikäisen lapsen suru -vihko ja Sinun surusi -aukeama

KOULLIKÄISEN LAPSEN SURU



Läheisen ihmisen kuollessa lapsi tarvitsee sinun tukeasi.

Lapsi tarvitsee sinua surunsa kohtaamisessa,
ymmärtämisessä ja käsittelyssä,
aivan kuten sinäkin aikuisena tarvitset nyt tukea ja turvaa.

Lapsella on oma tapansa surra.

Tämän viikon tarkoitus on auttaa sinua ymmärtämään
lapsen surua ja olemaan hänen tukenaan.

Miten kerrot lapselle kuolemasta

Kerro lapselle kuolemasta mahdollisimman pian sen jälkeen,
kun olet itse saanut tiedon.

Jos kertominen tuntuu sinulle ylivoimaiselta, joku muu läheinen voi
kertoa. On kuitenkin tärkeää, että olet lähellä.

Ole lapselle avoin, suora ja rehellinen.
Käytä oikeita sanoja - puhu kuolemasta,
älä esimerkiksi pois nukkumisesta.

Anna lapsen reagoida
omalla tavallaan,
anna hänen esimerkiksi

- itkeä
- leikkiä, piirtää, kirjoittaa
- olla epäuskoinen ja/tai
kiukkuinen

Anna lapsen kysyä ja
vastaa hänelle rehellisesti.
Pohdi asioita hänen
kanssaan.

On tärkeää, että lapselle läheinen ja luotettava aikuinen puhuu
tapahtuneesta lapsen kanssa.



Mitä kuolema on?

Alakouluikäinen lapsi ymmärtää, että kuolema on peruuttamaton

ja että se tarkoittaa elintoimintojen lakkaamista.

Hän ymmärtää myös, että kuolema on väistämätön

- kaikki kuolevat joskus.

1-4 luokalla oleva lapsi

- voi kuitenkin uskoa, ettei itse koskaan kuole
- voi miettiä kuoleman syitä ja seurauksia
- voi pohtia kuoleman epäoikeudenmukaisuutta

5-6 luokalla oleva lapsi

- ymmärtää laajemmin kuoleman syitä ja seurauksia
- tietää, että voi itsekään kuolla - kuolemasta voi tulla asia, jota ei tahdo ajatella
- on kriittinen ja ymmärtää, jos hänelle jätetään jotakin kertomatta

Lapsi tarvitsee läsnäoloasi ja läheisyyttäsi sekä avointa keskustelua kanssasi. Lapselle valokuvien katselu, kynttilöiden polttaminen, vainajan hyvästeleminen, osallistuminen hautajaisiin ja niiden suunnitteluun ovat tärkeitä.

Kun olet kertonut lapselle kuolemasta

Kun lapsi kuulee läheisen kuolemasta, hän saattaa jatkaa olemistaan kuin mitään ei olisi tapahtunut. Näkyvät reaktiot voivat tulla myöhemmin.



Tavallisia lapsen reaktioita ovat mm.

- sokki ja epäily, apatia tai lamaannus
- pelko, ahdistus ja vastustus - mitä, jos muillekin tapahtuu jotakin?
- kaipaus ja ikävä
- päänsärky, vatsakivut, lihaskivut tai muu fyysinen reagointi
- nukahtamisvaikeudet ja äkilliset heräämiset
- lisääntynyt unen tarve



- kiukku ja erityistä huomiota vaativa käyttäytyminen
- syyllisyys, itsesyytökset ja häpeä
- haluttomuus lähteä kouluun, vaikeudet keskittyä ja muistaa
- voimakkaat muistot

Kun läheinen ihminen kuolee, elämän turvallisuus järkkyy.

Se, mitä oli ja mitä lapsi piti pysyvänä, ei enää olekaan.

Lapsi tarvitsee läheisyyttä, turvaa ja aikuisen läsnäoloa.

Lapsi voi myös mm.

- pohtia kuoleman syytä ja tarkoitusta
- vältellä muita, vetäytyä ja eristäytyä
- käyttäytyä ikäistään nuoremman lapsen tavoin (esimerkiksi kastella tai takertua aikuisiin) tai päinvastoin olla kuin pikkuaikuinen
- luoda kuvitelmia liittyen vainajaan ja kuolemaan
- suhtautua pessimistisesti tulevaisuuteen ja elämään
- kehittyä ja kypsyä - hän voi esimerkiksi oppia olemaan myötätuntoisempi toisia kohtaan

Lapsi ilmaisee ja käsittelee suruaan omalla yksilöllisellä tavallaan.

Kouluikäinen lapsi voi olla haluton ilmaisemaan tunteitaan.



Ota lapsi mukaan

Rituaalit kuten vainajan hyvästely, hautajaiset ja haudalla käyminen tekevät läheisen kuolemasta todellisen. Rituaaleihin osallistuminen auttaa käsittelemään surua sekä kuolemaan liittyviä tunteita ja muistoja ja niiden avulla lapsi voi jättää rakkaalle hyvästit.

Ota lapsi mukaan katsomaan vainajaa, jos hän haluaa

- valmistele lasta vainajan katsomiseen
- vainajan katsominen ja koskeminen tekee tilanteen todellisemmaksi
- hyvästely voi olla hiljainen, oman mielen ajatus, kuiskaus vainajalle tai vaikka kirje, piirustus, esine tai lelu, joka voi jäädä arkuun

Keskustele hautajaisista lapsen kanssa

- vastaa hänen kysymyksiinsä
- kerro hautaamisesta tai tuhkaamisesta
- kerro, miltä hautajaisissa näyttää ja mitä siellä tapahtuu
- ota lapsi mukaan hautajaisten suunnitteluun - mitkä olivat vainajan lempivaatteet, kukat, musiikki, ruoka jne.

Lapsen tulisi voida olla hautajaisissa läheisen aikuisen seurassa.

Kuoleman käsitleminen koulussa



Opettajan on hyvä tietää, kuka on kuollut ja miten, jotta hän voi valmistautua asian käsittelyyn koululuokassa. Hänen on tärkeää ymmärtää, miksi lapsi mahdollisesti käyttäytyy eri tavalla kuin tavallisesti. Kun opettaja tietää, mitä on tapahtunut, hän voi tukea lasta koulun arkirutiineissa.

Sovi lapsen kanssa opettajalle kertomisesta. Miettikää yhdessä mitä koulukavereille kerrotaan, kuka kertoo ja milloin.

Joskus lapsi haluaa, että opettaja kertoo tapahtuneesta muille ennen kuin lapsi palaa kouluun – joku toinen lapsi haluaa itse olla paikalla, kun asiasta kerrotaan.

Alakouluikäiselle lapselle on usein hyvin tärkeää saada jakaa ajatuksiaan ja tunteitaan kavereiden kanssa.



”Muistoa ei unohda,
vaikka sitä ei koko ajan ajattelisikaan.
Se elää minun sisälläni ja kulkee mukana.
Muisto ei koskaan lopu.”

(Riitta Jalonen)



Vihko on tehty Kriisikeskus Mobilen käyttöön JAMK-opinnäytetyönä.



Sinun surusi



Sinulla on lupa olla surullinen.

Kerro läheisillesi, miltä sinusta tuntuu,
mitä ajattelet ja mitä mietit.



voit jutella surustasi ja ajatuksistasi
kavereillesi sekä olla edelleen myös iloinen
ja pitää hauskaa heidän kanssaan.



Muistele läheistäsi, joka on kuollut,
katsele valokuvia ja puhu hänestä.

Liite 2: Lasten tulkintoja kuvista

1.

6v: Se näyttää miettivältä

10v: Tyyppi

13v: -

13v: Oppilas pulpetissa opiskelemassa

15v: Opiskelijapoika, harvinaisen isot silmät,
näyttää harhalta, kaksiulotteiselta,

ei ole aito – ei varmaan ole haluttu edes että näyttäis...

no aidolta, oma tapa

piirtää sillä joka tehnyt tän



2.

6v: Miksiköhän sillä on ruusu kädessä?

Se on tosi surullinen

10v: Hautajaisissa

13v: Surua, koska itkee.

Varmaan joku on kuollut

13v: Joku läheinen on kuollut

15v: Läheinen on kuollut

ja on vienyt haudalle ruusun



3.

6v: Vaari ja tyttölapsi, vaari on kertonut tytölle jotain surullista

10v: Lapsi on päähenkilö, toi toinen vois olla sen pappa

13v: Poika on ahdistunut, mies saattaa olla humalassa tai jotain.

Liian vanha isäksi – joku ventovieras

13v: Lapselta on äiti kuollut ja itkee isänsä kanssa

15v: Molemmat surullisia – jotain tosi ikävää

tapahtunut, isä ehkä lohduttaa tota lasta,

harvinaisen kurttuinen isä ja pelottava iso nenä



9v: Ne istuu sohvalla, äiti ja tyttö.

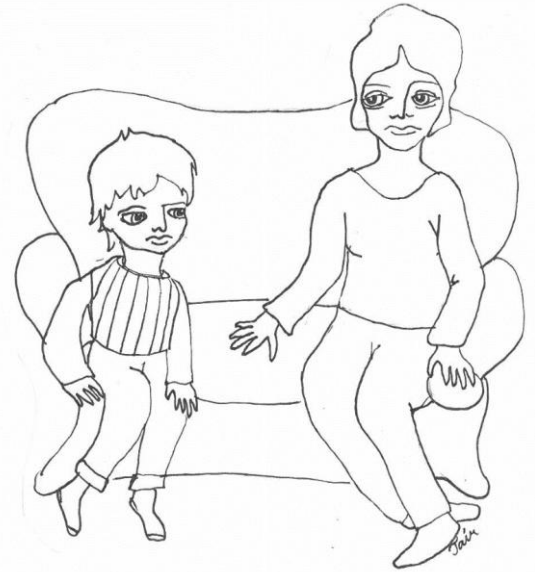
Silmät näyttää siltä, että ne mieltis jotakin.

10v: Siinä on äiti ja tyyppi – se sama,
ja ne istuu sohvalla

13v: Siinä olis lapsi ja joku sosiaalityöntekijä,
tai semmonen... se yrittää kertoa sille lapselle,
et sen vanhemmat ei oo ihan okei

13v: Istuvat sohvalla – aika surullisia

15v: Ovat vaivaantuneen näköisiä,
lapsen äiti kuollut ja vieressä istuu äitipuoli,
on vaivaantunutta porukkaa, voihan se olla myös
että isä on tosta keskeltä kuollut ja nyt on tyhjä ”paikka”



6v: Onks toi niin kuin isä ja toi lapsi?

10v: Se on piirros

13v: Siin ois isä ja tytär. Molemmilla on hyvä olla
ja tyttö tuntee olonsa turvalliseksi

13v: Vanhempi ylpeä lapsesta,
molemmat onnellisia jostain

15v: Ovat jo eri tarinasta – eri henkilöitä,
mukava jälleennäkeminen



6v: Se ei halua kuunnella

10v: Sillä on pitkät hiukset ja raitapaita

13v: Järkyttynyt tosi pahasti.

Se ei tiedä miten se käsittelis sitä järkytystä,
kun se ei ymmärrä sitä ihan kokonaan

13v: Päänsärkyä

15v: Surullisen stressisen näkönen,
taitaa pää räjähtää



6v: Se haaveilee jotain
 10v: En enää halua vastata
 13v: Ois hirveen kiitollinen
 tai se vaan on niin kiitollinen
 13v: Ahdistunut, jostain syystä
 15v: On kuullut just jotain tosi mukavaa,
 on esimerkis saanut kuulla, että leikkaus
 meni hyvin tai koulussa oli jotain kivaa
 tai jotain sellasta



8.

6v: Se kattoo kirjaa ja sitten se nukahti
 10v: Toi nukkuu
 13v: En oikein tiää... kaks puolta.
 1. Kirjotti päiväkirjaa. Asiat oli niin raskaita
 että piti levätä. Vaikeat kirjoitetut asiat on
 seurannu sen uneen.
 2. Ois voinu olla niinku vaan niin väsynyt.
 13v: Väsynyt opiskeluun, ei yllätä
 15v: Opiskellut liikaa ja nukahtanut



9.+10.

6v: Se itkee ja sillä on lelupupu sylissä (9),
 se halua ja ajattelee jotakin (10)
 10v: Siinä on pupu
 13v: Se hakee jostain turvaa, kun se
 ei voi suruaan muille jakaa (tai pysty).
 Se on niin onneton et se näyttää siltä
 ettei se edes pysty elää sen asian kaa.
 13v: On jotain ikävää tapahtunut,
 itkee ja halua pupuaan, varmaan auttaa
 15v: Pehmolelu on lohtuna tai turvana,
 kun on ollut joku ikävä tapahtuma



Liite 3: Sähköpostitiedustelu

sähköposti 2.12.2013

lähetetty: □

mielenterveysseura.hyvinkaa@hymise.fi,
toimisto@turunkriisikeskus.fi,
kriisikeskus@lapinensijaturvakoti.fi,
ta.nikumaa@turvapoiju.fi,
tuija.eskelinen@raumankriisikeskus.fi,
seija.kuivalainen@kuopionkriisikeskus.fi,
sirpa.tapio@mikkelin-kriisikeskus.fi,
toimisto@saimaankriisikeskus.net,
raija.suhonen@joensuunkriisikeskus.fi,
outi.ruishalme@mielenterveysseura.fi,
tiina.pouta@oulunkriisikeskus.fi,

toimisto@tukitalo.com,
osviitta@osviitta.fi,
mobile.sjk@nic.fi, bert-sln.kriisikeskus@spynet.fi,
etappi@ssmts.fi,
toimisto@kapy.fi
toimisto@lahdenkriisikeskus.fi,
marja.taipale@mll.fi,

Hei.

Olen sosionomi-opiskelija Jyväskylästä ja teen opinnäytetyötä Jyväskylän Kriisikeskus Mobilelle. Opinnäytetyöni käsittelee alakouluikäisen lapsen surua – miten vanhempana voi auttaa lastaan kohtaamaan läheisen kuoleman. Teen Mobilelle opasvihkosen, jonka tarkoituksena on tukea vanhempia auttamaan lastaan käsittelemään läheisen kuoleman aiheuttamaa surua. Minua kiinnostaa tietää mitä aiheeseen liittyvää aineistoa on jo olemassa ja etenkin jos jokin vastaava, samalle ikäryhmälle kohdistettu opas on jo olemassa. Otan kaiken saamani avun vastaan. Olen käynyt läpi teidän nettisivunne, joten jos olette jakaneet ohjeita ja oppaita siellä, olen ne jo ottanut käyttööni.

Toiseksi etsin muutamaa haastateltavaa työtäni varten. En tee varsinaista tutkimusta, mutta kaipaisin "elämän ääntä" tekstiini. Haen siis henkilöitä jotka ovat 7-12-vuotiaana menettäneet läheisensä ja/tai vanhempaa, joka on tukenut 7-12-vuotiasta lastaan suruprosessissa. Lapsen ei tarvitse enää olla lapsi ja työni luonteen puolesta olisi ehkä parempi jos menetyksestä olisi jo kulunut jonkin verran aikaa. En ole vielä laatinut mitään kysymyksiä, mutta räätälöin ne tilanteen mukaan jos kiinnostuneita osallistujia löytyy.

Kiitos ja kuulemiin,

yst.terv.

Tania Proctor

Jyväskylän ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija

Liite 4: Haastattelukutsu Käpy ry:n suljettuun Facebook-ryhmään

31.12.2013

Hei. Olen Tania Proctor, sosionomiopiskelija Jyväskylästä. Teen opinnäytetyötä lapsen surusta, Otsikkoni on "Alakouluikäisen lapsen suru - miten vanhempana tukea lasta läheisen kuoleman kohtaamisessa". Käsittelen mm. alakouluikäisen lapsen kuolemankäsitystä, tyypillisiä reaktioita läheisen menetykseen, kouluun liittyviä seikkoja sekä vanhempien ja lapsen vuorovaikutusta tällaisen kriisin keskellä. Tuotan Jyväskylän kriisikeskukselle pienen opasvihkosen, jonka tarkoituksena olisi tukea ja kannustaa vanhempaa/vanhempia tai muuta huoltajaa auttamaan lastaan surutyössä.

Etsin työhöni muutamaa haastateltavaa, sekä vanhempaa/vanhempia että lasta. Tahtoisin saada pienen todellisuuden äänen tekstiini ja tulevaan oppaaseen. Etsin siis aikuisia + lasta. Olisi melko tärkeää, että lapsi on ollut 7-12 vuotias läheisen menetyksen aikaan. Tapahtuneesta voi olla kulunut jo pitkäkin aika. Haastattelun tarkoituksena ei ole nostaa kipeitä muistoja uudelleen käsittelyyn, vaan mahdollisimman pohtia yhdessä mitkä olivat helppoja ja vaikeita asioita surutyössä, mikä auttoi, mitä tuli silloin sanottua ja tehtyä, jotta lapsi ymmärtäisi tapahtuneen ja miten surun työstäminen teidän kohdalla eteni. Sekä työstäni että oppaasta tulee hyvin käytännönläheinen ja minua kiinnostaa pienetkin yksityiskohtaiset käytännön muistot sen ajan arjen keskeltä. Minuun voi olla yhteydessä nimettömästi halutessaan. En kirjoita haastatteluita kokonaisuudessa ylös enkä nauhoita mitään, poimin vain muutamia esimerkkejä ja lainauksia työhöni. Haastatteluja ei käytetä tutkimusaineistona, vaan yksinkertaisesti "elämän äänenä" konkretisoimaan todellisuutta. Haastattelen mielelläni kasvotusten, mutta halutessa minulle voi lähettää myös sähköpostiin kokemuksia ilman haastattelun paineita.

Ystävällisin terveisin ja hyvää uutta vuotta toivottaen,

Tania Proctor

sähköpostiosoite

puhelinnumero