

OPINNÄYTETYÖ

Nuoren surussa tukeminen - Ylöjärven seurakunta

Elisa Niemelä

Yhteisöpedagogi

210op

9/2023

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Koulutuksen nimi

Tekijät: Elisa Niemelä
Opinnäytetyön nimi: nuoren surussa tukeminen
Sivumäärä: 35 sivua ja 6 liitesivua
Työn ohjaaja(t): Katja Munter
Työn tilaaja(t): Ylöjärven seurakunta

Tämä opinnäytetyön tilaaja on Ylöjärven seurakunta ja sitä on tarkoitus käyttää kehittämään ja parantamaan nuoren surun tukemiseksi tehtävää työtä. Nuoria kohdataan isoina ikäluokkina muun muassa rippileireillä ja mukana on vuosittain nuoria, jotka ovat menettäneet läheisensä. Nuoren surun tukemisessa täytyy tiedostaa ja ymmärtää nuoruuden kehitysvaiheet ja niiden vaikutus surun kokemiseen ja sen vaikutuksista surun käsittelyssä. Nuoren surun käsittelemättömyys vaikuttaa vahvasti nuoren elämässä aina aikuisuuteen asti. Sen vuoksi asiaan on tärkeää panostaa ja sen hyödyt ovat isot.

Asiaa lähdin käsittelemään kokemusasiantuntijoita haastatteleamalla. Sen lisäksi haastattelin työntekijöitä, jotka kohtaavat työssään surun kohdanneita nuoria. Lisäksi tietoperustaa hankin lukemalla paljon kirjallisuutta sekä olemalla yhteydessä surujärjestöihin.

Haastatteluiden perusteella kokemus vähäisestä tuensaannista on ollut yhteinen ja iso haaste haastattelemani kokemusasiantuntijoiden mukaan.

Opinnäytetyöni aihe sai paljon kiitosta ja kehuja ja ihmiset auttoivat mielellään sen tekemisessä.

Opinnäytetyötäni tukee tekemäni kehittävä harjoittelu, joka sisälsi konkreettisia harjoitteita surevannuoren tukemiseksi. Opinnäytetyö keskittyy enemmän kokemuksiin ja teoriaan.

Asia sanoina on nuoruus, ikävaihe, suru, läheisen menettäminen, surun vaikutus.

Asiasanat: etsi 3-7 asiasanaa osoitteesta <http://finto.fi/ysa/fi/>

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Name of the Degree Programme

Author: Elisa Niemelä
Title: Supporting young people in their grief
Number of Pages: xx and xx attachment pages
Supervisor(s): Katja Munter
Commissioned by: Ylöjärvi Christian church

The subscriber of this Thesis is Ylöjärvi Christian church. Thesis is about how to support young people, when they are grieving and how to support them better. Young people are encountered as major age groups in confession camps among others. And every year there are young people who have lost loved ones. In order to support a young person's grief, one must be aware of and understand the developmental stages of adolescence and their impact on the experience of grief and its effects in dealing with grief. The lack of handling of young grief has a strong impact on their from adolescence until adulthood. That is why it is important to invest to grief support work and its benefits will be great.

I started by interviewing experience experts. I also interviewed employees who faced grief-stricken young people at work. In addition, I acquire knowledge base as well reading books a lot on the matter as by being in contact with grief organizations. Based on interviews experience with limited access to support is common and big challenge according to the experience experts I interviewed. My thesis get lot of praise and people were happy helping to do it. Development intership is supporting my thesis, which included concrete exercises. The thesis focuses more on experiences and theory.

Keywords: adolescence, age, grief, loss of a loved one, the effect of grief.

Keywords: write 3-7 English keywords here

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO.....	6
2 YLÖJÄRVEN SEURAKUNTA.....	8
2.1 Tilaaajan esittely.....	8
2.2 Tarve tutkimukselle.....	9
2.3 Ylöjärven seurakunnan surutyö.....	11
3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA.....	13
3.1 Nuoruuden vaikutus surun kokemiseen.....	14
3.2 Surun käsitteleminen.....	15
3.3. Stressireaktiot.....	18
4 KÄYTTÄMÄNI MENETELMÄT.....	20
4.1 Laadullinen tutkimus.....	20
4.2 Aineiston hankintamenetelmät.....	21
4.3 Aineiston analyysimenetelmät.....	22
5 HAASTATTELUJEN TULOKSET JA ANALYYSI.....	24
5. 1 Kuinka haastateltava muistaa menetyksen hetken.....	24
5.2 Millaisia tunteita tapahtunut aiheutti?.....	25
5.3 Saatu tuki menetyksen jälkeen.....	27
5.4 Haastateltavien ajatuksia menetyksestä jälkikäteen tarkasteltuna.....	29
5.5 Surevia nuoria kohtaavien työntekijöiden haastattelut.....	31
6 YHTEENVETO.....	36

7 POHDINTA.....	39
LÄHTEET.....	41
LIITTEET.....	43
Liite 1.....	43
Liite 2.....	44
Liite 3.....	46
Liite 4.....	48
Liite 5.....	49

1 JOHDANTO

Ensimmäinen oma suruun liittyvä kokemukseni on, kun yläaste aikaisen ystäväni isä teki itsemurhan. Muistini mukaan kukaan aikuisista ei oikein reagoinut mitenkään eikä aikuiset ohjanneet meitä, miten meidän olisi hyvä kohdata hänet tai ylipäättään, että kukaan olisi puhunut asiasta kanssamme. Joku aika ystäväni isän kuoleman jälkeen näin hänet istumassa pankin ikkunalaudalla yksinään ja menin hänen viereensä ja sanoin, että en oikein tiedä mitä sanoisin ja hän vastasi, että ”älä sano mitään, oo vaan siinä” ja siinä me sitten istuimme hiljaa. Tätä olen kauan noudattanut ja ajatellut, että se riittää, että on surevalle läsnä ja toki se pitkälle riittääkin ja ajattelen edelleen, että ystäväni ja läheisenä se riittääkin, mutta kehittävää harjoittelua ja opinnäytetyötä tehdessäni olen herännyt siihen, että työntekijänä tulevana yhteisöpedagogina minulta vaaditaan enemmän kuin vain hiljaisena vierellä olemista.

Sekä yksityiselämässäni että työelämässäni on kohdalleni sattunut useita nuoren kokemia menetyksiä ja niiden takia itselleni syntyi halu perehtyä tarkemmin nuoren kokemaan suruun. Vertaistuellista kirjallisuutta löytyi kohtuullisesti, mutta menetelmällistä ja teoreettista kirjallisuutta todella vähän. Suruyhdistykset, joihin olin yhteydessä olivat hyvin yhteistyöhaluisia ja haastateltavia opinnäytetyöhöni löytyi todella hyvin.

Edelleen aika usein nuoria kohtaavien työntekijöiden parissakin törmäsin ajatukseen, että keskustellaan, jos nuori ottaa kokemansa surun puheeksi, mutta ei oteta itse puheeksi. Kuitenkin jokainen haastattelemani kokemusasiantuntija toivoi sitä, että asia otetaan heidän kanssaan puheeksi ja kysytään asiasta eikä vaieta. Tässä on selvästi ristiriita, jonka eteen haluan jatkossakin tehdä työtä ja jakaa tietämystäni asiasta työntekijöille ja rohkaista heitä ottamaan asiaa puheeksi. Luulen, että työntekijöilläkin on taustalla usein pelko vaikean asian puheeksi ottamisesta ja pelätään nuoren reaktiota eikä haluta aiheuttaa nuorelle lisää tuskaa tai surua. En kuitenkaan usko, että puheeksi ottaminen aiheuttaa lisää surua, vaan enemmänkin asian sivuuttaminen ja puheeksi ottamattomuus. Pelon taustalla puolestaan usein on tietämättömyys. Omalla työnurallani en ole saanut oikein minkäänlaista surukoulutusta, vaikka työn luonteen huomioon ottaen se olisi ollut todellakin tarpeen. Samalla tavalla kuin säännöllisesti kertaamme ensiapua, ei olisi ollenkaan huono kerrata myös surevan kohtaamista. Nuoret kohtaavat surua ja nuoruuden tuomiin erityispiirteisiin suremisessa on havahduttu, mutta silti materiaalia ja tietyltä osin osaaminen surevan nuoren kohtaamiseen on edelleen vähän heikkoa ja sen takia halusin tarttua tähän aiheeseen ja samalla laajentaa omaa

osaamistani sekä samalla mahdollisesti jakaa opinnäytteen myötä oppimaani edelleen muille työntekijöille ja tahoille.

Ylöjärven seurakunnassa kohdataan paljon nuoria eri yhteyksissä ja taustalla voi olla käsittelemätön tai tuore surun kokemus. Surua emme voi työntekijöinä poistaa, mutta jos osaamisemme syventyy ja voimme antaa nuorelle työkaluja surun käsittelemiseen, pystymme paremmin auttamaan nuorta. Opinnäytetyöni toivon tuovan konkretiaa ja rohkeutta työntekijöille kohdata sureva nuori ja ottaa asia puheeksi. Työni tärkein kehittämisajatus on luoda tietoa ja tukea työntekijöitä kehittävän harjoittelun konkreettisten tehtävien avulla sekä opinnäytetyön teoreettisemmän ja kokemusasiantuntijoiden kokemusten kautta.

Opinnäytetyöni keskeinen osa on menetyksen nuorena kokeneiden henkilöiden haastatteleminen. Opinnäytetyöni kautta haluaisin saada selville, mitä samankaltaisia kokemuksia menetyksen kokeneilla nuorilla on ja onko jotain asioita, jotka aiheuttavat erilaisia kokemuksia. Halusin myös saada selville, että vaikuttaako läheisen kuolinsyy, aika tai muu sellainen surun kokemisen tunteeseen. Haastateltavanani oli hyvin erilaisen menetyksen kokeneita henkilöitä ja menetyksestä oli osalla lyhyempi, osalla pidempi aika. Tämän ansiosta sain kattavampaa kuvaa yhtäläisyyksistä ja eroista.

2 YLÖJÄRVEN SEURAKUNTA

Tässä luvussa esittelen tilaajan eli Ylöjärven seurakuntaa sekä tilauksen tarvetta opinnäytetyölleni. Lisäksi otin selvää Ylöjärven seurakunnan olemassa olevasta surutyöstä sekä lisäksi pohdin, mitä se voisi tulevaisuudessa olla, sekä miten sitä olisi hyvä kehittää. Viime vuosien aikana Ylöjärvellä on tapahtunut useita alaikäisten kuolemaan johtaneita tapahtumia. Tämä on herättänyt tilaajassa tarpeen asian laajempaan tarkasteluun ja ennalta varautumisen parantamiseen.

2.1 Tilaajan esittely

Ylöjärven seurakunta on Tampereen kupeessa sijaitseva aktiivinen seurakunta. Ylöjärven seurakunnan jäsenmäärä on noin 23 500, joka on 70% Ylöjärven kaupungin asukasluvusta. Seurakunnassa on noin 80 työntekijää (Ylöjärven seurakunta, 2023).

Nuorisotyö on vahvaa Ylöjärven seurakunnassa. Seurakunnan jäsenistä 92% osallistuu oman seurakunnan rippikouluihin sekä koko ikäluokasta noin 85%. Koko maassa rippikouluun osallistuvien osuus koko ikäluokasta on noin 75%, joten siinä Ylöjärvi on reilusti keskiarvon yläpuolella. Kirkkoon kuuluvista nuorista rippikouluun osallistuu noin 90% joten siinäkin Ylöjärvi on vähän keskiarvon yläpuolella (evl.fi). Varhaisnuorisotyössä on maksutonta harrastustoimintaa, johon osallistuu viikoittain noin 300 alakouluikäistä lasta. Kerhoja on noin 30 kappaletta ja niissä ohjaajia 55, joista suurin osa alle 20-vuotiaita. Ohjaajat ovat aktiivisia seurakuntanuoria, joille järjestetään kerhonohtajakoulutusta ja ohjaajat saavat työstään palkkaa sekä tarpeellista kokemusta työelämään. Kerhoja on hyvin monenlaisia; liikunta-, kokki-, tanssi-, askartelu- ja pelikerhoja.

Ylöjärvellä on vielä kohtalaisen aktiivista kouluyhteistyötä ja työntekijät käyvät lukuvuoden aikana jokaisessa Ylöjärven peruskouluissa vierailuilla. Lisäksi tällä hetkellä kehitetään yhteistyötä ammattikoulun ja lukion kanssa.

Tämän vahvan nuoristyön ja moniammatillisen yhteistyön seurauksena myös nuorten kuolemat ja nuorten kokema suru tulee entistä lähemmäksi Ylöjärven seurakunnan työntekijöitä. Viime vuosina on tapahtunut useita nuorten kuolemia. Nämä tilanteet tulevat

usein yllätyksenä ja sen vuoksi niihin etukäteen valmistautuminen on äärimmäisen tärkeää. Kohtaamisia tulee kaikille ammattikunnille seurakunnan sisällä, niin hautausmaan työntekijöille kuin papeille ja nuoriso-ohjaajillekin. Ylöjärven seurakunnan työntekijät kohtaavat laajasti nuoria muun muassa rippikoulun merkeissä ja mukana on aina nuoria, jotka ovat menettäneet läheisensä. Opinnäytetyön ja kehittämisharjoitukseni avulla toivon työntekijöille avautuvan ainakin vähän uusia näkökulmia näiden nuorten kohtaamisiin sekä ainakin herättelevän työntekijöitä miettimään omaa ammattitaitoaan kohdata näitä nuoria.

Tilaaaja kokee ennakoimisen ja valmistautumisen tärkeäksi, joten he toivoivat kehittämistyöksi toiminnallista ja käytännönläheistä pakettia sekä opinnäytetyöksi teoriapainotteisen teoksen, joka tukisi heidän työntekijöitään ennakoivasti sekä tarpeen tullen.

Kehittämistyöni esittelin koko työyhteisölle ja sen jälkeen he toivoivat, että syventävä esittely kehittävästä työstä sekä opinnäytetyöstä olisi koko rippikoulutyötä tekeville työntekijöille vielä laajempaa koulutusta asian tiimoilta. Saamani palautteen perusteella työntekijät kokevat asian tärkeäksi. Kesän rippikoulujen jälkeen olen saanut parikin palautetta, että kehittävä harjoitteluni materiaali on ollut rippileirillä tukena ja apuna, kun rippileirillä on kohdattu sureva nuori. Tarkempaa palautetta en ole vielä saanut työntekijöiden kiireiden ja lomien vuoksi, mutta hyvältä vaikuttaa, että materiaali on heti otettu ainakin joltain osin käyttöön ja että siitä on koettu apua näissä kohtaamistilanteissa.

2.2 Tarve tutkimukselle

Tarve tutkimukselle on mielestäni selkeä, sillä nuorten pahoinvointi on lisääntynyt ja pahoinvoinnin ennaltaehkäisyyn ja toimenpiteisiin täytyy panostaa, mutta samalla myös siihen, että nuorten kokemia läheisten menetyksiä tapahtuu ja tulee tapahtumaan, jolloin nuorten tukemisen merkitys surun hetkellä korostuu.

Opinnäytetyöni tarkoitus on selvittää haastatteluiden kautta, millaisia kokemuksia nuorilla on ollut surun kohdatessa, millaista tukea ja apua he olisivat kaivanneet. Tämän myötä pyrin saamaan selville niitä kohtia, joissa työntekijät voisivat paremmin tukea surun kohdanneita nuoria. Samalla myös opinnäytetyön myötä toivon, että työntekijät saavat tukea ja tietoutta

opinnäytetyöni kautta sekä uskaltavat jatkossa rohkeammin ottaa asioita puheeksi nuorten kanssa.

Mieli RY:n ja sekaisin chat:in mukaan nuorten itsetuhoisuus on vuoden 2022 aikana kääntynyt hälyttävästi nousuun. Itsetuhoiset puhelut ovat lisääntyneet vuoden 2022 aikana 13% edelliseen vuoteen verrattuna, erityisesti kasvua näkyy naisten itsetuhoisuudessa (mieli ry 2022). Nuorten itsetuhoisen käyttäytyminen kääntyi kasvuun jo ennen korona-aikaa, mutta korona-aikana itsetuhoisuuden kasvu suorastaan räjähti käsiin. (Tuni, 2022). Ukrainan sotakin varmasti järkyttää nuorten perusturvallisuuden tunnetta, kun maailmassa tapahtuukin ihan lähellä pahoja asioita. Sekä korona että sota ovat molemmat aiheuttaneet suuria muutoksia ja pelkotiloja, jotka varmasti aiheuttavat tai lisäävät ahdistusta. Toisaalta en näe pelkästään huonona puheluiden lisääntyminen, vaan se voi kertoa myös siitä, että puheeksi ottaminen on jollakin tavalla helpompaa. Vielä en juurikaan löytänyt tutkimustuloksia siitä, miten muuten koronan vaikutukset näkyvät itsetuhoisuuden lisääntymisessä kuin puheluiden lisääntymisessä. Myöskään tutkimuksia itsetuhoisuuden lisääntymisestä korona-aikana en löytänyt tutkimuksia tai muuta kirjallisuutta.

Valtakunnallisesti asia on ollut rajustikin esillä, kun 18-vuotias somevaikuttaja päätyi itsemurhaan ja antoi kovaa kritiikkiään eläessään hoitoon pääsyn vaikeudesta. Tampereen seudulla kärsitään valtavasti työvoimapulasta nuorten mielenterveystyön parissa ja Tampereen yliopistollisen sairaalan nuorten psykiatrisen kuukausien jonotusajoista on ollut lehdistössä paljon puhetta. Nuorten psykiatrinen osasto on hetkittäin ollut niin täynnä, että nuoria on jouduttu laittamaan käytäväpaikoille. Vuosien 2015 ja 2020 välissä Tampereella nuorisopsykiatrille joutuneiden asiakkaiden määrä tuplaantui (Aamulehti, 2021). Tämä valtava kasvu on sijoittunut jo ennen korona-aikaa. Edelleen määrät ovat käsittääkseni kasvussa ja nuoret eivät saa tarvitsemaansa hoitoa ja apua, mikä näkyy lastensuojelussa siten, että lastensuojelun asiakkaina on lapsia ja nuoria, jotka oikeasti tarvitsisivat psykiatrista apua. Jäin miettimään ajanjaksoa 2015-2020 ja mieleeni tuli sosiaalisen median käyttö ja sen jatkuva kasvaminen. Aloin miettimään sen mahdollista yhteyttä nuorten itsetuhoisuuden lisääntymiseen, mutta siitäkään en löytänyt tutkimuksia. Tutkimuksia nuorten liiallisesta somen käytöstä löytyy jo jonkin verran, mutta en nyt tarkoita liiallista käyttöä, vaan ylipäättään sitä, että monen elämä on somessa tosi siloiteltua ja voit seurata julkkisten elämää ja se helposti voi aikuisessakin aiheuttaa tunteen, että oma elämä on tylsää ja ankeaa, saati sitten nuorena, joka ei samalla tavalla välttämättä kykene käsittämään, että se mitä näkyy somessa ei välttämättä olekaan koko totuus.

Ylöjärvellä tilanne on ollut todella huono pitkään ja kaupungilla ei ole ollut nuorisopsykiatriaan erikoistunutta psykiatria kohta kymmeneen vuoteen. Psykologi ja sairaanhoitaja muodostavat Ylöjärven kaupungin nuorisotiimiin. Vuosia sitten kävin jo keskustelun Ylöjärven kaupungin johtavan ylilääkärin kanssa, joka nosti esiin huolensa siitä, että nuoriin erikoistuneita psykiatreja ei valmistu. Monet aloittavat ensimmäisen harjoittelun nuorten puolella, mutta keskeyttävät ja siirtyvät lasten tai aikuisten puolelle, sillä nuorisopuoli on niin raskasta. Ylöjärvelläkin oli silloin jo ollut monta vuotta auki nuorisopsykiatrian virka, mutta yhtään pätevää hakijaa ei ole tullut. Hetkeksi siihen palkattiin lastenpsykiatri, mutta nuoruus ikävaiheena on kuitenkin niin omanlaisensa, että siihen olisi tärkeää löytää asiaan perehtynyt psykiatri. Ja voi vaan kuvitella, millainen tilanne on syrjäisemmässä Suomessa, jos Tampereen naapurikuntaankaan ei saada pätevää psykiatria. Tämän vuoden alussa terveysterveyspalvelut siirtyivät Pirkanmaan hyvinvointialueeseen ja sen vaikutuksista nuorten mielenterveyspalveluiden saatavuuteen ei vielä ole näkyvissä.

Kaikkien EU-maiden välisessä vertailussa Suomessa tapahtuu paljon itsemurhia, erityisesti nuorten itsemurhia, vaikka itsemurhat ovat Suomessakin vähentyneet. Huolestuttavaa on se, että nuorten naisten itsemurhat ovat kääntyneet kasvuun. (Lääketieteen säätiö, 2021.)

2.3 Ylöjärven seurakunnan surutyö

Ylöjärven seurakunnassa pääpaino on aikuisten ja lasten surutyössä; heille järjestetään sururyhmiä sekä lapsille on olemassa lasten erovertaisryhmä lapsille, joiden vanhemmat ovat eronneet. Ryhmät kokoontuvat tarpeen mukaan. Lasten erovertaisryhmästä on tullut viime vuosina säännöllisimmin kokoontuva ryhmä ja myös sururyhmiä järjestetään. Nuoruuteen ikäkautena itsessään sekä siihen liittyvään suruun liittyy kuitenkin erityisyyttä sen verran, että kokisin nuorten sururyhmän tärkeäksi, eikä niin, että se liitettäisiin lasten tai aikuisten sururyhmään. Olen itse käynyt lasten erovertaisohjaajakoulutuksen ja ohjannut lasten erovertaisryhmiä. Itseäni kiinnostaisi kouluttautua myös nuorten erovertais-

sururyhmäohjaajaksi. Opinnäytetyössäni keskityn nuorten suruun, joka liittyy läheisen kuolemaan, mutta kyllähän vanhempien erokin on nuorelle yhdenlainen surukokemus.

Muutamat koulutuetut Ylöjärven seurakunnan työntekijät tekevät kriisityötä, jossa surevat kohdataan akuutin tilanteen ollessa päällä ja tapahtumasta on hyvin lyhyt aika, yleensä korkeintaan muutamia päiviä. Surutyö on luonteeltaan erilaista kuin kriisityö ja surutyöryhmään tullaan yleensä, kun menetyksestä on kulunut vähintään joitakin kuukausia. Sururyhmissä oleellinen osa on myös vertaistuellisuus, jonka vuoksi sururyhmässä olevien suunnilleen samankaltainen elämäntilanne ja ikä edesauttaa vertaistuellisuuden syntymistä ja helpottaa asioiden jakamista.

Opinnäytetyötä kirjoittaessani Ylöjärvellä tapahtui jälleen onnettomuus, jossa menehtyi alaikäinen nuori. Asiaan liittyen paikallisessa sosiaalisen median keskusteluryhmässä eräs kommentoija ehdotti, että olisi ollut hyvä, jos paikalla olisi ollut tapahtumayötä seuraavana päivänä nuorisotyöntekijöitä, sillä paikalla oli ollut useita järkyttyneitä ja surun murtamia nuoria.

3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA

Tämän opinnäytetyön kannalta on hyvin oleellista mielestäni ymmärtää nuoruutta ja sen vaikutuksia ikäkautena ilman surun kokemustakin, jotta voi paremmin nähdä surun kokemuksen taakse ja paremmin vastata nuorena surun kokeneen tunteisiin ja reaktioihin. Nuoruus on monimuotoinen ja ihmisen kehityksen kannalta tärkeä ja monivaiheinen kehityskausi ja sen aikana koettu suru vaikuttaa nuoren kehitykseen monin eri tavoin. Varsinkin, jos suru jää käsittelemättä, sen vaikutukset ulottuvat aina aikuisteen ja ihmisen koko elämään. Nuoren surun käsitteleminen vaatii työntekijältä erityistä herkkyyttä tunnistaa nuoren tunteita ja ajatuksia. Erityisen tärkeää on saada luottamus nuoreen, jotta nuori avautuu omasta surun kokemuksestaan työntekijän kanssa. Tässä avataan nuoruutta yleisesti, surun erilaisia ilmenemistapoja sekä stressireaktioiden oireistoa ja sitä, milloin työntekijän täytyy ohjata nuorta muiden ammattilaisten avun piiriin.

Surun vaiheiden ymmärtäminen on myös tärkeää. Suru jaetaan pääosin 4 vaiheeseen, mutta työntekijän on hyvä ymmärtää, että kaikilla vaiheet eivät mene näin selkeässä järjestyksessä. Ensimmäisenä tulee shokkivaihe, mikäli menetys on tullut yllättäen shokkivaihe voi kestää pitkäänkin. Shokkivaiheen aikana henkilö ei kykene vielä jäsentämään tapahtumia.

Toisena tulee reaktiovaihe, jolloin henkilö alkaa ymmärtämään tapahtuneen. Tässä vaiheessa tulee tarve saada puhua asiasta, samalla saattaa olla tarve tehdä käytännön järjestelyitä. Tämä vaihe kestää viikoista joihinkin kuukausiin.

Kolmantena tulee käsittelyvaihe siinä menetyksen merkitys on jo vahva ja surun lisäksi tulee vahvasti mukaan muitakin tunteita, kuten vihaa, pelkoa ja turvattomuutta. Käsittelyvaihe on henkilölle todella raskas ja se kestää pitkään; muutamista kuukausista yli vuoteen.

Viimeisenä tulee sopeutumisvaihe, jonka aikana elämään löytyy uudenlainen tasapaino menetyksen jälkeen. Elämänilo palaa pikku hiljaa ja menetys hyväksytään osaksi elämää.

Jokaisella surun käsittely vie oman aikansa, eikä surulle ole oikeaa aikaa. (Mielipalvelut, 2018).

Turvallinen seurakunta oppaassa sanotaan, että henkinen huolto (HeHu) on tärkeä osa kirkon perustehtävää. Sen tarkoituksena on antaa omaisille ja onnettomuuksien uhreille henkistä tukea, joka tarkoittaa lähellä oloa ja ahdistuksen vastaanottoa. (evl.fi).

Ahdistuksen vastaanottaminen on mielestäni hyvin sanoitettu ja tärkeä osa siitä, mitä haastattelemani nuoretkin olisivat pääosin kaivanneet.

3.1 Nuoruuden vaikutus surun kokemiseen

Nuoruus käsittää varsin pitkän ajanjakson eli jopa n. 10–25-vuotiaiden voidaan ajatella olevan nuoria. Nuorisolaissa katsotaan jopa alle 29-vuotiaiden laskettavan nuoriksi. Nuoren kyky käsittää kuolema on jo hyvin samankaltainen kuin aikuisen. Nuorella ei kuitenkaan ole vielä aikuisen kokemusta siitä, että surusta selviää. Tähän sureva nuori kaipaa turvallista aikuista vierelleen. Nuoren mielessä myllertää ilman suurta menetystäkin ja sen vuoksi nuori tarvitsee tukea eikä käskyä ryhdistäytyä tai käyttäytyä kunnolla (Rasmusapu, lasten ja nuorten suru). Nuori kykenee jo lasta laajemmin ajattelemaan ja käsittämään läheisen kuoleman seurauksen elämäänsä ja ympäristöön. Nuoren voi olla helpompi jakaa tunteitaan ystävien kanssa, mutta toisaalta jos on pelkoa siitä, että menetys tekee hänet kaveripiirissään poikkeavaksi, hän saattaa vaieta kaveripiirissäänkin (Surunauha 2007, 8). Ajattelen, että nuoruus on usein vaihe, joka koettelee itsessäänkin nuoren ja omien vanhempien välejä. Nuoruuden kehitysvaiheisiin kuuluu vanhemmista erkaantuminen ja nämä asiat saattavat vaikeuttaa tilannetta surun kohdatessa, erityisesti jos tilanne on tulehtunut vanhempien välillä. Vanhempien on myös vaikea tunnistaa nuoren surua, jos hän on ennen menetystäkin ollut kovin etäinen. Vanhemman olisi hyvä kuitenkin muistaa olla saatavilla ja sanoittaa se nuorelle, että jos kaipaat, olen tässä.

Nuorisopsykoterapeutti Minttu Niemen mukaan läheisen menettäminen järkyttää koko nuoruuden kehitystä. Jo perusnuoruuteen kuuluu monenlainen sekoilu ja jos siihen vielä tulee ulkopuolinen trauma, niin se vaikuttaa merkittävästi kehitysvaiheisiin. Suru on luonnollinen ja hyvä asia menetyksen yhteydessä. Suru ei useinkaan ala heti, vaan voi mennä pitkäkin aika ennen kuin suruvaiheeseen päästään. Psykykinen oireilu on tärkeää erottaa surun vaiheesta. Nuoruudessa harjoitellaan omaa tunnesäätelyä ja siihen liitetty läheisen menetys vielä

korostaa traumaattisten tunteiden käsittelyä ja kykyä käsitellä niitä. Nuoren mieltä suojaa traumaattisessa menetyksessä arjen sujuminen ja pysyminen mahdollisimman paljon samanlaisena; se, että nuorta ei jätetä yksin ja nuorta kuunnellaan. Liikaakaan ei saa vaatia, mutta samalla myös on tärkeää, että arki ja elämä menisi eteenpäin menetyksestä huolimatta. Surun hetkellä saa myös myöntää, että asiat ovat nyt huonosti ja toivoa ei tarvitse tuputtaa surun hetkellä. Suru on tunne, ei sairaus, josta pitäisi parantua. Toivon näkökulma on kuitenkin tärkeä, että vaikka nyt on tällaista, niin toisenlaisiakin päiviä tulee. Nuori saa myös kokea, että kukaan ei ymmärrä, mutta hyvä myös kertoa, että on muitakin, jotka ovat selvinneet menetyksestä. (Niemi 2022). Läheisen menetyksestä seuraa aina ensin trauma, trauman laatuun vaikuttaa läheisen kuolinsyy, nuoren kuulemat asiat ja mahdollinen paikalla olo. Traumaattinen kokemus on tärkeää työstää, jotta eheytyminen pääsee tapahtumaan. Käsittelemätön trauma altistaa monenlaisille psyykkisille häiriöille. Trauman käsittely voi olla vaikea prosessi, mutta myös vaikeimpien tunteiden käsittely on tärkeää. Hyvin työstetty ja käsitelty trauma voi ajan myötä tulla levolliseksi ja tiedostetuksi osaksi itseään (Surunauha 2007, 9). Norjalaispsykologit Magne Raundalen ja Atle Dyregrov ovat linjanneet, että nuorelle on kerrottava totuus, mutta kuitenkin kaikkea, mikä on totta ei tarvitse kertoa nuorelle. Esimerkkinä he käyttävät tilannetta, jossa esimerkiksi perheen isä on tehnyt itsemurhan. Tärkeää on kertoa todellinen kuolinsyy eli itsemurha, mutta itsemurhaan edeltäneitä asioita ei tarvitse kovin yksityiskohtaisesti käydä läpi. Myös jos tapausta käsitellään laajasti mediassa, nuoren kanssa kannattaa keskustella asiasta jo ennakkoon ja nuorta on hyvä suojella tältä. Edellä mainitut asiat vaikuttavat paljolti siihen, että kehittykö nuorelle post-traumaattinen stressireaktio vai muuttuuko surun käsittely normaaliksi surutyöksi. (Uittomäki 2022, 17.) Työntekijän on hyvä selvittää kysymällä, että mitä nuori tietää kuolemasta, jotta osaa sitten sopivalla tavalla ottaa huomioon. Työntekijän olisi tärkeää myös käydä keskustelu nuoren läheisten kanssa siitä, mitä he toivovat nuorelle kerrottavan tai mitä nuori tapahtuneesta tietää.

3.2 Surun käsitteleminen

Nuori kaipaa tukea ja apua surun käsittelyssä, sillä nuori kykenee jo käsittämään surun hyvin samalla tavalla kuin aikuinen, mutta nuorella ei vielä ole aikuisuuden mukanaan tuomaa tietoutta siitä, että menetyksestä voi toipua ja surun pahin tuska laimenee ajan kuluessa. Nuori saattaa ajatella, nuoruuden jo itsessään mukanaan tuoman tunnemyrskyn kourissa ajatella, että hänen loppuelämänsä on suuren tuskan vallassa olemista. Nuori kaipaa menetyksen keskellä turvallisuudentunteen lisätankkausta. Tämä vaatii lähellä olevilta aikuisilta havainnointikykyä, milloin ja millä tavalla sitä on parasta antaa nuorelle. Nuorelle on tärkeää viestittää, että kaikki hänen tunteensa ovat sallittuja ja ne saa näyttää. (Uittomäki 2022, 11–13). Tähän vaikuttaa paljon perheen tapa näyttää tunteitaan. Jos perheessä on vaikeuksia keskustella ja näyttää tunteitaan, nuori kaipaa muilta aikuisilta entistä enemmän tukea ja lupaa tunteiden näyttämiseensä. Nuorella voi olla vielä omat haasteensa tunnistaa omia tunteitaan ja kyky käsittää, että hyvinkin monet hänen tunteistaan saattavat johtua menetyksestä ja sen tuomasta surusta. Näidenkin asioiden tunnistamiseen nuori tarvitsee aikuisen tukea ja apua.

Suomen punaisen ristin kustantamassa kirjassa “Kun ystävä kuolee” pohditaan sitäkin, miksi välttämättä nuori ei tunne mitään. Sitäkään ei kannata säikähtää, vaan nuori saattaa olla niin järkyttynyt, ettei kykene aluksi suremaan. Olo voi tuntua epätodelliselta. Tämä on mielen keino suojata nuorta liian suurelta tuskalta. Tärkeää on antaa aikaa tunteilla ja niiden noustessa pintaan antaa niiden tulla. Surusta ei tarvitse selvittää kerralla, vaan suru tarvitsee aikaa (Gootman 1998). Nuori voi kokea syyllisyyttä myös siitä, että ei koe surevansa ja tuntevansa tarpeeksi. Tässä tapauksessa on hyvä sanoittaa, että sekin on normaalia ja surun tunne voi tulla myöhemmin ja sitten on tärkeää antaa surun tulla eikä miettiä, että enää ei saisi surra, jos menetyksestä on jo kulunut aikaa. Surulle ei ole aikaa.

Vastaavasti aikuiset saattavat ajatella, että lapsi tai nuori ei sure tai on jo unohtanut menetyksen, mikäli aikuiset eivät näe hänessä selviä surun merkkejä. Käsittelemätön suru kulkee kuitenkin nuoren elämässä vahvasti mukana ja ajan myötä voimistuu. Sen vuoksi surun käsittely heti surun kohdatessa on tärkeää. Tärkeää on tiedostaa myös, että suru ei mene ohi vaan sen kanssa on opittava elämään. Nuoret ovat jo isolta osin itsenäisiä ja eivät koe tarvitsevansa aikuisten huolenpitoa paljoakaan ja se voi jopa ärsyttää, mutta surun kohdatessa nuori tarvitsee aikuisen tukea surun käsittelyssä. Arjen jatkuminen ja riittävä tilan saaminen surun käsittelylle ovat pitkälti aikuisen mahdollistamia. Nuorelle on tärkeä sanoittaa surun näyttämisen tärkeyttä ja rohkaista siihen, sillä tukahduttamalla vaikeat tunteet eivät suinkaan katoa vaan elimistö reagoi niihin silloinkin. (Uittomäki 2022, 5–7).

Nuori voi kokea syyllisyyttä ja pahaa mieltä kuolleen kanssa käydyistä riidoista ja pahoista sanoista. Nuorelle on tärkeää muistuttaa, että myös riidat kuuluvat elämään, eikä kukaan voi elää niin, ettei koskaan tulisi riitoja tai loukkaisi toista. Elämää ei voi elää peläten koko ajan, että toinen voi kuolla ja olla sen takia koko ajan ystävällinen muille. On tärkeää kertoa nuorelle, että tapahtuneella ei ole mitään tekemistä kuoleman kanssa ja kuollutkaan ei haluaisi, että sureva tuntee syyllisyyttä heidän välillään tapahtuneista riidoista.

Surulle ei ole aikataulua. Surun aika on silloin, kun sinusta siltä tuntuu. Jos sallit itsesi surra, tuska hälvenee ajan mittaan. Haava umpeutuu vähitellen ja jäljelle jää parantunut arpi. (Gotman 1998, 7, 9,32.)

Hilja Hamardin kirjoittamassa surunauhan artikkelissa ”Nuori suree nuoren tavoin” oli hienosti sanoitettu se, että nuori tarvitsee surussaan varmuuden siitä, että aikuiset kannattelevat häntä siihen asti, että hänen jalkansa jälleen kantavat. Myös tärkeää on antaa nuoren olla kriisinkin keskellä nuori. (Hamard 2022.) Haastatteluissanikin ilmeni monella nuorella pelko siitä, että kestäkö aikuinen kuulla hänen tuntemuksistaan. Olisi tärkeää tuoda esiin, että aikuinen kestää kuulla. Erityisesti perhettä kohdanneessa surussa työntekijöiden rooli korostuu, sillä nuori helposti suojelee muuta perhettä surultaan.

Nuorelta on hyvä kysyä, mitä hän ajattelee kuoleman jälkeen tapahtuvan. Mikäli nuoren ajatus kuoleman jälkeisestä ajasta on lohdullinen ja turvaa tuova, sitä on hyvä tukea ja vahvistaa. Jos taas nuori kokee sen ahdistavana ja pelkoa tuovana, on hyvä antaa näillekin tunteille ja ajatuksille tilaa, mutta samalla myös tuoda lohduttaviakin ajatuksia rinnalle (Tammelin 2022).

Nuoren voi olla vaikea ottaa vastaan ja hyväksyä ajatusta siitä, että kuolema oli Jumalan tarkoitus ja tämä onkin mielestäni asia, jota myös seurakunnan työntekijän olisi hyvä välttää. Tuollainen lause tuo varmasti lohtua jollekin ja varsinkin varttuneemmille ihmisille, joille Jumalasuhte on erilainen ja heidät on opetettu kunnioittamaan ja pelkäämään Jumalaa. Nuorten suhtautuminen uskontoon ja Jumalaan on kuitenkin erilainen ja suurella osalla on vallalla ajatus hyvää tahtovasta Jumalasta, joten heidän on vaikea käsittää, miksi sellainen on ottanut heiltä pois nuoren ja terveen läheisen. Itse koin erittäin hyvänä, kun ollessani tyttäreni läheisen ystävän hautajaisissa, pappi sanoi nuorille, että he saavat olla vihaisia ja he voivat halutessaan olla vihaisia Jumalallekin, joka antoi näin tapahtua ja että me emme välttämättä koskaan tule ymmärtämään, miksi näin kävi. Sanoin hautajaisten jälkeen papille, että mielestäni tuo oli erittäin hyvin sanottu, siinä annettiin nuorille ensinnäkin lupa olla vihaisia ja olla myös vihaisia Jumalalle ja kyseenalaistaa sitä, miksi näin tapahtui.

3.3. Stressireaktiot

Järkyttävä tapahtuma saattaa aiheuttaa nuorella akuutin stressireaktion. Akuutissa stressireaktiossa nuori saattaa kokea tapahtuman uudelleen ja uudelleen muun muassa ahdistavina unina, mielikuvina tai tuntemuksina. Toisaalta nuori saattaa myös vältellä traumasta muistuttavia tilanteita, henkilöitä ja asioita. Akuutin stressireaktion syntymiseen liittyy tilanteen traumaattisuus ja usein myös alttius ahdistuneisuuteen. Valtaosa akuuteista stressireaktioista menee itsekseen ohi, mutta tilanteen ollessa päällä olisi tärkeää kyetä luomaan nuorelle turvallisuuden tunne sekä rauhoittuminen. Tapahtuneen jäsentäminen helpottaa usein myös oirekuvaa. Mikäli tapahtuneesta keskusteleminen aiheuttaa lisääntyvää ahdistuneisuutta, asian yksityiskohtainen käsittely akuutin stressireaktion vaiheessa on hyvä jättää myöhempään vaiheeseen. Mikäli oireet ovat hyvin rajuja ja vaikeuttavat huomattavasti toimintakykyä, on tarpeen kääntyä lääkärin puoleen avun saamiseksi. Akuutin stressihäiriön katsotaan kestävän vähintään 2 päivää, mutta enintään 4 viikkoa. Mikäli vakavat stressin oireet jatkuvat yli 4 viikkoa, aletaan puhumaan post-traumaattisesta stressireaktiosta ([Akuutti stressireaktio - Terveyskirjasto](#)).

Post-traumaattisessa stressireaktiossa (PTSD) nuori jää jumiin reaktiovaiheeseen ja reaktiot ja oireet eivät heikkene ajan myötä. Post-traumaattinen stressireaktio on traumaperäinen stressihäiriö kriisipsykologi Salli Saaren mukaan. Post-traumaattisessa stressireaktiossa pakonomaiset mielikuvat nousevat toistuvasti nuoren mieleen. Nuori saattaa myös vältellä traumasta muistuttavien tilanteiden ja muistojen käsittelyä ja olla niin kuin mitään ei olisi tapahtunut. Traumaperäinen stressihäiriö ei tule kaikille, mutta sen syntymisen mahdollisuus on tärkeää tunnistaa. Traumareaktioiden läpikäyminen hidastaa suremista. (Suru on yhdessä helpompi kantaa, 8-9)

PTSD ilmenee nuorella hyvin samankaltaisesti kuin aikuisella. Nuori voi käyttäytyä hyvin impulsiivisesti tai aggressiivisesti. Yleisiä oireita post-traumaattisesta stressireaktiosta kärsivälle nuorelle ovat muun muassa eroahdistus, heikko itsetunto, päihdeongelmat, luottamisen vaikeus, paniikkihäiriö ja ahdistuneisuushäiriö. Tilanteen tunnistaminen voi olla vaikeaa, sillä nuoret saattavat oireilla hyvin eri tavalla. Siksi avun pyytäminen ammattilaiselta

on tärkeää, jos vähänkään epäilee nuoren kärsivän post-traumaattisesta stressireaktiosta. Traumaperäiseen stressireaktioon nuori tarvitsee apua ja hoitoa. Hoitamattomana se voi jatkua aikuisuuteen saakka. Hoitokeinoina käytetään erilaisia terapiamuotoja sekä myös tarvittaessa lääkehoitoa. (Trauma ja dissosiaatio).

4 KÄYTTÄMÄNI MENETELMÄT

4.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyöni on tehty laadullisen tutkimuksen menetelmin. Valinta laadullisen ja menetelmällisen tutkimuksen välillä oli helppo, sillä aiheeseeni ei ole löydettävissä objektiivista totuutta, mikä olisi menetelmällisen tutkimuksen tietynlainen tavoite. Laadullinen tutkimus ei ole niin jäsenelty kuin määrällinen tutkimus, vaan laadullisessa tutkimuksessa pyritään tutkimaan aihetta syvällisemmin ja saamaan selville ihmisten motivaatioita, ajattelutapoja ja asenteita. Laadullisen tutkimuksen tuloksia on näin ollen myös haastavampi analysoida kuin määrällisen tutkimuksen (surveymonkey.com). Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus on aina ilmiöiden tutkimista sosiaalisessa ympäristössä. Aihettani ei voi myöskään tutkia ja käsitellä suoraviivaisesti vaan siinä tulee esiin monenlaisia näkökulmia ja haaroja, jotka vaikuttavat loppupäätelmään. Laadullinen tutkimus keskittyy myös tulevaisuuteen ja sen tarkoitus on parantaa, kehittää ja uudistaa, kun taas menetelmällinen painottuu enemmän menneeseen. (Pitkäranta 2014, 6-7). Laadullisessa tutkimuksessa ei ole yhtä ainoaa tutkimusotetta, vaan se koostuu monenlaisista lähestymistavoista ja niihin liittyy vahvasti aina tekijän reflektointi asian ja saadun tiedon suhteen. Laadullinen tutkimus sisältää tiettyjä ominaispiirteitä ja seuraavien ajattelen olevan osana omaa tutkimustani; sitoutuminen lähelle menevään tarkasteluun, asianomaisten omien merkitysten ja tulkintojen korostaminen, monitutkaisisuuden sietokyky ja mitä ja miten -kysymysten painottaminen. Tutkimustani on tarpeen lähestyä metodologisen kysymyksen kautta eli miten voin selvittää sen, minkä uskon olevan mahdollista selvittää? Eli tässä tapauksessa mahdollisimman kattavasti ja yleisesti sen, miten voimme auttaa surevaa ja läheisensä menettänyttä nuorta, kuitenkin unohtamatta jokaisen nuoren erilaista tapaa ja kykyä surra. Tutkimuksessani voin kirjoittaa faktanäkökulmasta, mutta käytännön viemisessä työhön täytyy aina huomioida kokemuskäkökulma ja se tekee aiheesta vaikean. Sen vuoksi myös tutkimuksessani kokemuskäkökulma on tärkeää ja halusin haastatella ihmisiä, jotka ovat nuoruudessaan menettäneet läheisensä sekä henkilöitä, jotka ovat tehneet töitä läheisensä menettäneiden

nuorten kanssa. Myös halusin saada tutkimukseeni tietoa siitä, miten suhtautuminen on ajan kuluessa muuttunut. Jotta ymmärrämme nykyhetkeä ja toimintatapojamme, on tärkeää myös tiedostaa menneisyyttä.

4.2 Aineiston hankintamenetelmät

Itselläni on omakohtainen kokemus yläasteikäisenä ystävän menettämisestä ja pystyn suhteuttamaan haastatteluani siihen, miten tällaiseen asiaan suhtauduttiin 1990-luvulla ja miten asiat ovat muuttuneet.

Kaikki haastateltavat antoivat suostumuksensa haastatteluun ja he saivat ennen haastattelua tutustua kysymyksiin (LIITE 1) sekä tiedotteen tutkimuksesta (LIITE 2).

Alunperin ajatus oli haastatella vain yhtä kokemusasiantuntijaa, mutta opinnäytetyön edetessä vahvistui ajatus, että haluaisin haastateltavia lisää. Halukkaita haastateltavia tuli yhden facebook-päivityksen ansiosta useita. Tämäkin vahvisti kokemustani siitä, että ihmiset haluavat jakaa kokemuksiaan ja kokevat asian tärkeäksi. Lisäämällä haastateltavien määrää koen, että saan paremmin vertailtua läheisensä menettäneiden kokemuksissa sekä eroja että yhtäläisyyksiä. Sain mielestäni kattavan ja monipuolisen kuvan eri tavalla läheisensä menettäneiden kokemuksista. Jokainen haastateltava on menettänyt läheisensä eri tavalla; onnettomuus, alkoholismi, itsemurha, rikos. Tämä oli mielenkiintoinen sattuma, tarkoituksella en hakenut näin laajaa kirjoa, mutta oli mielenkiintoista saada kuvaa, kuinka kuolinsyy vaikuttaa suruun.

Ennen haastattelua varmistin jokaiselta haastateltavalta, että hän kokee tilanteensa tasaiseksi ja surutyö on sillä tavalla tasapainossa, että haastattelu ei laukaise surussa uusia vaiheita.

Lisäksi haastattelin kahta työntekijää, joista toinen työskentelee diakonina, erityisnuorisotyön vastuualueella. Toinen haastateltava on työskennellyt nuoriso-ohjaajana ja nykyään hän toimii pappina, joten hänelläkin on laaja kokemus työntekijänä tilanteista, joissa on ollut surevia nuoria.

Paljon luin materiaalia jo kehittävää harjoitteluani varten, enimmäkseen kokemusasiantuntemukseen perustuvaa. Tätä opinnäytetyötä tehdessäni laajensin luettavaa materiaalia enemmän teoriaan ja tutkimustyöhön.

Olin yhteydessä muutamaa surutyötä tekeviin järjestöihin muun muassa nuoret lesket ry ja surunauha. Sain todella hyvää apua ja neuvoa järjestöiltä ja he vinkkasivat minulle aiemmin aiheeseen liittyviä opinnäytetöitä sekä lähettivät maksutta materiaaleja. Heidän avuliaisuudestaan tuli hyvä mieli ja kokemus, että hekin kokivat aiheen tärkeäksi ja halusivat omalta osaltaan tukea työni tekemisessä.

4.3 Aineiston analyysimenetelmät

Haastattelun valitseminen menetelmäksi oli aika helppo ja itsestään selvä, sillä halusin nimenomaan lähestyä työssäni kokemusasiantuntijoiden näkemysten kautta asiaa. Halusin saada haastattelujen avulla selville, mitä asioita he kokivat samalla tavalla, mitä eroja surun kokemisessa oli ja vaikuttaako menetyksen tapa ja ajan kulumisen tapahtuneesta, jotenkin kokemusasiantuntijan ajatuksiin. Haastatteleamalla itse kokemusasiantuntijat sain käyttööni valtavan määrän informaatiota ja vertailtavia asioita sen sijaan, jos olisin käyttänyt valmiita materiaaleja. Toki kirjallisuutta oli paljon tukimateriaalina.

Haastattelut toivat asian itselleni entistä todellisemmaksi ja oli tärkeää kuulla nuorten kokemuksia omista menetyksistään.

Haastatteleamalla sain tietoon haastateltavan erityisesti kokemuksia ja käsityksiä, myös heidän kokemiaan ulkopuolisten arvoja ja mielipiteitä. Eniten haastattelut muistuttivat avoimia haastatteluita (Koppa, 2021). Liian tiukalla rungolla ja etukäteiskysymyksillä olisin liikaa rajannut kysymyksiä, mutta nyt haastattelut sujuivat enemmän keskustelun muodossa pienillä tukikysymyksillä sen mukaan, mitä haastateltava halusi itse jakaa kokemuksistaan.

Haastattelut olivat teemahaastatteluja, jossa oli vapaata tilaa haastateltavan omalle puheelle eikä keskustelua ohjattu tiukoilla kysymyksillä. Kysymykset olivat enemmän keskustelua ohjaavia, mikäli tarvetta sellaiselle tuli. Pitkälti haastateltavat vastasivat kysymyksiin ilman

kysymysten esittämistäkin. Tehtäväni haastattelijana oli kuunnella, tehdä pieniä muistiinpanoja eikä kirjata haastattelua ylös sanasta sanaan. (fsd.tuni)

5 HAASTATTELUJEN TULOKSET JA ANALYYSI

Lähdin liikkeelle haastatteleamalla nuorta aikuista (haastateltava 1), joka reilu 2 vuotta sitten menetti auto-onnettomuudessa 3 ikätoveriaan, joista yksi oli hänen parhaita ystäviään, yksi yläasteaikainen luokkatoveri ja yksi oli tuttu samasta kaveriporukasta.

Haastattelin henkilöä (haastateltava 2), joka 16-vuotiaana menetti isänsä, tapahtumasta on nyt 27 vuotta.

Haastateltava 3 on henkilö, joka on 13 vuotta sitten 19-vuotiaana menettänyt ystävänsä itsemurhan kautta.

Haastateltava 4 on 26-vuotias, joka on 13-vuotiaana menettänyt isänsä vaikean sairauden jälkeen ja 15-vuotiaana pikkusiskonsa yllättäen.

Haastateltava 5:n veli joutui henkirikoksen uhriksi 4 vuotta sitten. Haastateltava 5 oli silloin 19-vuotias.

Lisäksi haastattelin kahta työntekijää; toinen on tällä hetkellä pappina työskentelevä, joka työssään on kohdannut paljon menetyksen kohdanneita nuoria. Toinen on diakoni, joka työskentelee myös erityisnuorisotyössä.

5. 1 Kuinka haastateltava muistaa menetyksen hetken

Haastateltava 1 sai tiedon ystävien kuolemista onnettomuudesta seuraavana päivänä. Tunteitaan hän kuvailee epäuskoiseksi asiasta kuultuaan. Haastateltava 2 menetti isänsä 16-vuotiaana alkoholismien seurauksena. Tapahtuman aikaan haastateltava 2 oli serkkunsa luona, jonka kanssa viettivät paljon aikaa ja hänen mummunsa soitti sinne saatuaan tiedon poikansa kuolemasta. Serkun äiti kertoi tapahtumasta haastateltava 2:lle.

Haastateltava 3 menetti työkaverinsa ja ystävänsä täysin yllättäen, kun ystävä teki itsemurhan. Itsemurhan jälkeen haastateltavalle selvisi kuolleen vakava ja pitkäkestoinen masennus, jonka ystävä oli peittänyt täysin, muun muassa valehtelemalla päässeensä opiskelemaan ja muilla todentuntuisilla tulevaisuuden suunnitelmilla. Ystävälleen hän kertoi lähtevänsä matkalle

työpäivän jälkeen ja sillä reissulla tekikin itsemurhan. Tiedon tapahtumasta haastateltava 3 sai kuolleen ystävän puolisolta ja sitä kautta asioiden todellisuuskin selvisi hänelle. Haastateltava 4 oli 13-vuotias, kun hänen isänsä kuoli syöpään, sairastettuaan 1,5 vuotta ja isän kuolemasta 1,5 vuotta myöhemmin hänen pikkusiskonsa kuoli yllättäen sairaskohtaukseen koulumatkalla. Haastateltava 4 oli paikalla sairaalassa, kun isä kuoli ja tiedon pikkusiskon kuolemasta hän sai äidin ystävältä, joka kertoi pikkusiskon lähteneen isän luokse. Haastateltava 4 meni hetki aikaa ymmärtää, mitä äidin ystävä tarkoitti. Pääosin nuoret ovat saaneet tiedon läheisen kuolemasta perheenjäseneltä tai ystävältä, haastateltavista kukaan ei ollut saanut tietoa suoraan viranomaiselta. Mietin tämän vaikutusta surukokemukseen, että tiedon nuorille on kertonut usein itsekin shokissa oleva läheinen. Tästä saattaa pitkälti johtua avun tarjoamisen vähyys, sillä nuoreen ei kuoleman hetkellä juurikaan ole viranomaiset yhteydessä ja omaiset ovat jokainen omalla tavallaan surun takia shokkitilassa eivätkä välttämättä huomaa nuoren tarvetta apuun. Haastateltava 4:n kohdalla tulee esiin myös se, että läheiset yrittävät ehkä jollakin tavalla ”kaunistella tai pehmittää asiaa, vaikka todellisuudessa se yleensä vaikeuttaa ja aiheuttaa hämmennystä, että mitä tarkoitetaan ja mitä on tapahtunut. Haastateltava 5 sai lopullisen tiedon veljen kuolemasta äidiltään.

5.2 Millaisia tunteita tapahtunut aiheutti?

Ystävän kuolema aiheutti haastateltava 1:ssä suurta vihaa, surua ja epäoikeudenmukaisuutta. Tapahtumaa käsiteltiin laajalti mediassa, mikä aiheutti lisää vihan tunnetta ja vaikeutti surun käsittelyä, kun asia nousi toistuvasti silmille median kautta. Onnettomuuteen liittyvää oikeudenkäyntiä käytiin pitkästi yli vuosi ja koko ajan sitä seurattiin mediassa, joten se varmasti vaikutti surun käsittelyyn, kun asia nousi aina uudelleen esille. Haastateltava 5 kertoi myös tapahtunutta käsiteltäneen mediassa laajasti ja se oli hänellä todella raskasta. Haastateltava 2 kertoo, että hänellä kesti kauan hyväksyä isänsä kuolema. Haastateltava 2 isän kuolema osui muutenkin vaikeaan elämäntilanteeseen. Haastateltava 2 kertoi viettäneensä paljon isänsä luona, sillä tilanne hänen kotonaan oli haastava ja hänen oli helpompi olla isänsä luona. Isä oli hänellä todella läheinen ja tärkeä. Haastateltava 2 kokee kohdanneensa lähipiirissä jopa tyytyväisyyttä ja sellaista, että isän kuolema oli oikeutettu hänen

alkoholiongelmansa vuoksi. Samankaltaisia kokemuksia oli haastateltava 1:llä ja 5:llä, että somen keskustelupalstoilla kommentoijat olivat sitä mieltä, että tehtyjen valintojen takia kuolemat olivat ”ansaittuja”. Tämä aiheutti valtavaa vihaa ja tunteen ihmisten ymmärtämättömyydestä ja empaattisuuden puutteesta. Tällainen tietysti vaikeutti asian käsittelyä ja aiheutti tarpeetonta surua ja tuskaa vielä lisää. Haastateltava 4 oli 11-vuotias, kun isän sairaus selvisi ja siitä hetkestä nuoren elämä tietysti muuttui kovin erilaiseksi. Isä leikattiin ensimmäisen kerran saman tien sairauden löydyttyä. Tästä haastateltava 4:lla oli hämmäntävä tunne, vaikka hän itse oli vaatinut päästä äidin mukaan sairaalaan odottamaan isän leikkauksen päättymistä. Hän ei oikein tarkemmin osannut kuvata hämmennystään, mutta sen tunteen hän tuosta ajasta muistaa. Haastateltava 4 kokee ottaneensa jonkinlaista aikuisen paikkaa perheessä äidin rinnalla isän sairastaessa, mutta ei koe, että hänelle olisi sitä annettu, vaan se oli hänelle luonnollinen tapa toimia. Hän muistelee, että koko isän sairauden ajan perheessä oli vahvana toivo. Ensimmäisen leikkauksen jälkeen isälle annettiin elinajanennusteeksi pari kuukautta, lopulta isä eli 1,5 vuotta. Isän kuolemaan ei varsinaisesti varauduttu, vaikka isä eli viimeiset kuukaudet saattohoito-osastolla. Muistikuvat sairausajasta on epäselvät, joitain hetkiä on mielessä kuitenkin hyvin selvänä, kuten esimerkiksi isän 40-vuotissyntymäpäivä, jota vietettiin saattohoito-osastolla. Syntymäpäivien viettämisen saattohoitokodissa haastateltava 4 koki jotenkin ahdistavana ja muistaa miettineensä, että miksi tällaiset synttäritytöt vietetään tällaisessa paikassa. Ajattelen, että aikuisilla varmaan oli ajatus juhlia yhdessä vielä, kun isä eli ja ajatus, että juhlista jää sitten mukava muisto. Tämä osoittaa tärkeäksi sen, että nuori kykenisi esittämään kysymyksiä avoimesti näissäkin tilanteissa tai ilmaisemaan omaa tahtoaan osallistua tai olla osallistumatta. Tietysti tilannetta vaikeuttaa se, että haastateltava 4 ei varmasti olisi halunnut aiheuttaa pahaa mieltä isälleen tai muille läheisille. Kokemukseni mukaan surun hetkellä uhmakkaasti käyttäytyvä nuori, koetaan usein hankalana eikä nähdä sen toiminnan taakse ja että nuori saattaa käyttäytyä uhmakkaasti oman surunsa ja tuskansa takia. Haastateltava 4 kokee, että isän kuolemasta alkoi hänen elämässään jonkinlainen musta-aukko, josta hän ei oikein muista mitään. Elämä ja tapahtumat isän ja pikkusiskon kuoleman välissä, ennen ja jälkeen ovat sekaisin, eikä hän oikein aina hahmota, mikä on tapahtunut missäkin vaiheessa.

5.3 Saatu tuki menetyksen jälkeen

Haastateltava 1 sai koulun kautta keskusteluapua ja kuuli sitä kautta myös muista mahdollisista tukitoimista. Haastateltava 1 koki saaneensa tukea perheeltä ja ystävilä ja niiden auttaneen surun käsittelyssä. Suureksi voimavaraksi haastateltava 2 kokee menetyksen aikaan ystävien ja serkkunsa tuen. Aikuisena hän on käsitellyt näitä asioita terapiassa. Edelleen haastateltava 2 tuntee surua siitä, että ei saanut apua ammattilaisilta surunsa alkuvaiheessa, vaan joutui selviämään ilman ammattiapua. Haastateltava 2 menetys osui samoihin aikoihin ja samalla paikkakunnalle kuin oman ystäväni menetys, jolloin itsekin koen, että surun kanssa jäi todella yksin. Siihen aikaan ei ehkä ollut sellaista keskustelukulttuuria kuin nykyään ja koulun työntekijätkin kokivat ehkä helpommaksi vaieta kuin ottaa vaikeaa aihetta puheeksi.

Suurimmaksi tueksi haastateltava 3 kokee vanhempansa, ystävät ja seurakunnan työntekijät. He työskentelivät yhdessä seurakunnassa, joten seurakunnan työntekijät olivat läheisenä tukena tämänkin takia. Mitään ammattiapua hänkään ei saanut. Haastateltava 4 kokee, että he saivat paljon tukea paikalliselta seurakunnalta, sieltä kävi jo isän kuoleman jälkeen säännöllisesti kotona työntekijä juttelemassa heidän kanssaan. Seurakunnan kautta heidät ohjattiin myös Nuoret lesket ry:n toimintaan mukaan. Kummankin perheenjäsenen kuoleman jälkeen he saivat apua myös kriisikeskuksesta. Kriisipalaverin hän muistaa kokeneen hyvänä, mutta kriisikeskuksen kanssa jatkuneista puhelinkeskusteluista hänellä ei ole mitään muistikuvaa, arvelee niistä kuitenkin jotain hyötyä olleen. Koulupsykologin kautta hän pääsi nuorisopsykiatriselle, jossa hoitosuhde jatkui pari vuotta, siitä hän kokee olleen paljon apua. Aikuisiällä hänellä on ollut kontakti aikuispsykiatrilta. Haastateltava 5 kokee jääneensä asian kanssa todella yksin. Veli oli kadoksissa ennen kuin hänet löydettiin kuolleena ja kokee tietyllä tavalla sen katoamisajan olleen jopa henkisesti raskaampaa. Katoamisaikana edes poliisi ei pitänyt yhteyttä omaisiin eikä tiedottanut ja haastateltava 5:tä kuulusteltiin kaksi kertaa, mutta minkäänlaista empatiaa tai huolta hänen jaksamisestaan ei esitetty poliisien toimesta. Haastateltava 5 sai lopulta itselleen tukihenkilön rikosuhripäivystyksen kautta, mutta tämäkin täytyi itse hoitaa ja hakea. Tästä hän kuuli jonkun tutun kautta, ei ammattilaiselta. Ammattiavun saamisessa näen ison haasteen; haastateltavista kaksi kokee saaneensa riittävästi ammattiapua. Ammattiavun piiriin on ehkä haastavaa päästä ja siinä pitäisi itse kyetä olemaan aktiivinen, mutta surun shokkivaiheessa ei välttämättä voimavarat

riitä avunhakemiseen. Oman kokemuksen mukaan ystävät ja muut läheiset jäävät helpommin ammattiavun ulkopuolelle kuin perhe. Erityisesti nuoruusiässä ystävät voivat kuitenkin olla läheisempiä kuin perheenjäsenet ja siksi ystävien saamaan apuun tulisi reagoida. Haastateltava 1:n etu ammattiavun saamisessa oli se, että hän oli opiskelemassa ja hän itse haki apua itselleen koulupsykologilta. Haastateltava 4 sai kriisiapua heti perheenjäsenien menetyksen jälkeen. Erityisesti haastateltava 4:n ja 5:n kohdalla jäin miettimään sitä, että he kumpikin olisivat varmasti tarvinneet ja hyötynet jonkinlaisesta keskusteluavusta ja ennen varsinaista kuolemantapausta; eli haastateltava 4 isän sairastamisen aikana ja haastateltava 5 veljen kadottua. Kummassakin tapauksessa on aika pian käynyt selväksi, että tapaukset päättyvät läheisen kuolemaan, joten ennen sitä luotu kontakti terapiaan, olisi varmasti auttanut asian käsittelyssä. Haastateltava 4 muistelee, että isän lähestyvä kuolema oli läsnä, mutta silti ajatus toivosta eli vahvana loppuun asti. Keskustelin aiheesta tuttavani kanssa, jolla on laajalle levinnyt syöpä, johon hoitoa ei ole. Hän on nyt jo elänyt kauemmin, kuin elinajan ennuste oli silloin, kun syövän levinneisyys todettiin. Hänellä oli silloin kaksi alaikäistä lasta, jotka ovat nyt varttuneet nuoriksi aikuisiksi. Keskustelimme hänen lasten suhtautumisesta tilanteeseen ja hän sanoi, että lapset ovat sanoneet, että niin kauan kun näkevät äitinsä voivan hyvin, niin ei heillä ole huolta. Tämä herätti minuakin ajattelemaan eri tavalla tuota, mitä aiemmin pohdin erityisesti haastateltavien 4 ja 5 kohdalla avun saamisesta jo ennen kuolemaa. Nuoret elävät niin hetkessä, että eivät he tosiaan varmaan juurikaan murehdi mahdollista tulevaa kuolemaa. Haastateltava 4:n isä sai elinajan ennusteeksi sairauden löydyttyä muutaman kuukauden ja lopulta eli 1,5 vuotta. Läheisissä varmasti ehti herätä toivo, niin kuin haastateltava 4 kertoikin. Onhan läheisen vakava sairastuminen tai katoaminen joka tapauksessa valtava kriisi, joten varmasti tässä kohtaa keskustelu apua olisi hyvä olla, mutta keskustelun keskittyminen tulevaan kuolemaan ei varmaankaan ole tarpeen ellei nuori koe itse tärkeäksi asiasta puhumista. Mielestäni on huolestuttavaa, että kriisitilanteessa ja läheisensä menettäneenä täytyy jaksaa itse olla aktiivinen ja hakea apua. Mielestäni se täytyisi olla automaattista, että joku taho tarjoaa heti keskusteluapua, kun tällainen asia tulee ammattilaisten tietoon. Tarjoava taho voisi siis olla hoitohenkilökunta, poliisi tai mikä tahansa. Haastatteluja tehdessäni huomasin myös, että valitettavasti avun saaminen ja tarjoaminen ystävän menetyksen hetkellä ei ole vuosikymmenien saatossa kehittynyt. Toki avun tarjoajia on enemmän ja ne on helpommin saatavilla kuin 90-luvulla, mutta edelleen surevan täytyy olla itse aktiivinen saadakseen apua.

5.4 Haastateltavien ajatuksia menetyksestä jälkikäteen tarkasteltuna

Tapahtumahetkellä haastateltava 2 kuvaa surua musertavaksi ja alkuun tuntui, ettei siitä voi selvitä. Ajatus isän kuolemasta tuntui epätodellista ja hän odotti isänsä palaavan vielä kotiin. Hän sai lukea isänsä ruumiinavauspöytäkirjan ja kuolinsyyksi paljastui alkoholimyrkytys, mutta siitä selvisi myös, että isän elimistö oli lopussa muutenkin. Haastateltava 2 kokee tämän tiedon helpottaneen tuskaa jollakin tavalla. Tällä hetkellä hän kokee asiaan liittyen eniten kaipausta. Hän ymmärtää, että isänsä valitsi oman tapansa elää ja hänellä oli monenlaisia sairauksia. Omaa suruaan hän pohtii, että jos olisi saanut silloin apua, olisiko selvinnyt eri tavalla.

Jo isän sairauden aikana haastateltava 4 koki jonkinlaista kotiin jämähtämistä; kokee, että kavereita oli, mutta jotenkin elämä oli siinä vaiheessa enemmän kotona. Isän kuoleman aikaan hän kokee olleensa vaikeassa tilanteessa, sillä 13-vuotiaana ei ole aivan lapsikaan, mutta ei teinikään. Kavereiden suhtautuminen vaihteli todella paljon; jotkut halasivat, joku toi kortin, jotkut taas eivät reagoineet mitenkään. Haastateltava 4 ymmärtää, että osalla oli varmasti vaikea kohdata hänet ja perheen kokemat asiat, mutta kokee tärkeäksi ne, kun joku ystävä osoitti jollakin tavalla myötätuntoaan.

Isän kuoleman jälkeen haastateltava 4 kokee hyväksi sen, että hänellä arki pysähtyi ja sai olla pois koulusta jonkin aikaa. Usein neuvotaan, että olisi hyvä, että lapsen arki jatkuisi mahdollisimman pian, mahdollisimman samankaltaisena. Haastateltava 4 kokee omalla kohdallaan hyötynensä siitä, että sai olla kotona läheistensä kanssa, ilman kouluun palaamisen painetta. Hän kokee, että heillä kotona oli turvallista surra. Perheellä oli jaettu suru, vaikka jokainen tietysti suri omalla tavallaan. Kaksi menetystä perheessä näin lyhyellä ajalla ja vielä haavoittuvaisessa nuoruuden vaiheessa aiheutti valtavan ja pitkäkestoisen turvallisuuden tunteen menetyksen.

Haastateltava 4 kokee käsitelleensä paljon menetyksiä ja pysähtyneensä niiden äärelle. Surusta ei tarvitse päästä yli tai selviytyä, mutta elämä on tullut surun ympärille vahvistuen. Suru ei enää ole niin hallitseva tai kontrolloiva asia elämässä. Haastateltava 5 kuvasi hienosti, että veljen kuoleman aikaan suru ikään kuin ajoi autoa, mutta tällä hetkellä suru on

matkustajana auton takapenkillä, mutta jos surulle antaisi mahdollisuuden ajaa autoa, se sitä ajaisi ja sitten mentäisiin ja lujaa. Tämä oli mielestäni todella hieno kuvaus surusta ja siitä, miten sen kanssa olisi hyvä toimia. Surua ei saa kokonaan pois, sillä jos sen yrittää tiputtaa kyydistä, se tulee takaisin entistä suurempana, mutta myöskään sen ei kannata antaa ohjata täysin holtittomasti. Ajattelen, että surun rinnalla kulkee usein viha eli jos suru ajaa autoa, viha istuu väkärin paikalla ja silloin ne määräävät suunnan, vauhdin ja he värittävätkin matkaa eteenpäin ja muut tunteet ovat auton takapenkillä. Taas jos suru on takapenkillä, niin takapenkillä sen vieressä on viha ja muille tunteille jää etupenkit. Etupenkin tunteet suuntaavat eteenpäin ja näkevät tulevan matkan etulasista, vaikkakin takapeilistä tai taaksepäin vilkaistaessa suru näkyykin, ei se enää hallitse ja väritä edessä päin näkyvää maisemaa. Tähän toivon jossain vaiheessa saavani kuvankin, jota olisi helppo käyttää havainnollistamaan asiaa. Omasta mielestäni tuo on todella kuvaava ajatus siitä, että suru ei katoa, mutta sen hallitsevuuteen voi vaikuttaa. Toivon ajatuksen tuovan myös nuorille lohtua, että vaikka nyt tuntuisi, että suru ohjaa ja mennään täysin hallitsemattomasti surun ohjaamana eteenpäin, se suru siirtyy aikanaan sinne takapenkille, mutta ei katoa, eikä sen tarvitse kadotaan.

Menetyksen jälkeen haastateltava 4 toivoo, että perheissä muistettaisiin kertoa, kuinka kiitollisia vanhemmat/vanhempi ovat elossa olevista lapsista, sillä herkästi kuollut sisar nousee jonkinlaiselle korokkeelle ja jäljelle jääneistä sisaruksista saattaa tuntua, että heillä ei niin ole merkitystä. Mietin itsekseni, että tämä on kohta, jossa työntekijä voisi olla perheellä helpostikin tukena ja sanoittaa muille lapsille sitä, että vanhemmat/ vanhempi rakastavat ja kokevat sinut tärkeäksi, vaikka eivät nyt surultaan sitä muistakaan sanoittaa niin usein.

Haastateltava 1 kokee, että asiasta on voinut paljon puhua eikä asiasta puhuminen tunnu vaikealta. Tapahtumaa ajatellessa tällä hetkellä, haastateltava1 tuntee eniten haikeutta. Haastateltava2 miettii, että olisiko hän selvinnyt surusta eri tavalla, jos olisi saanut ammattiapua heti isän kuoltua. Haastateltava2 kertomassa tuli hyvin vahvasti esiin, kuinka menetys seuraa aina uusissa elämänmuutoksissa mukana. Hän suree sitä, että hänen isänsä ei koskaan tavannut lapsenlapsiaan tai tänä keväänä syntynyttä lapsenlapsenlastaan. Hyvin samankaltaiset ajatukset on haastateltava 4:llä. Tällä hetkellä, kun haastateltava4 ajattelee menetyksiä yhtenä isoimpana asiana, hän kokee surun siitä, että kaksi perheenjäsentä ovat aina pois hänen isoista elämän kohokohdistaan. Jos hän muistelee esimerkiksi rippijuhliaan, valmistujaisia ym. ensimmäisenä hän kokee surun isän ja siskon poissaolosta. Tulevaisuudessa hän ajattelee esimerkiksi omaa mahdollista naimisiin menoa ja kokee siitä

surua, että isä ei tule häntä saattamaan alttarille. Haastateltava 5 on pyrkinyt pitämään veljestään kaunista muistoa yllä ja kertoo edelleen juttelevansa veljelleen ja kertovansa hänelle kuulumisiaan, vaikka ymmärtääkin, että vastausta ei tule, mutta kokee sillä tavalla veljen olevan kuitenkin hänen elämässään läsnä.

Haastateltava 3 toivoo enemmän ymmärrystä siihen, kuinka kauan surun käsittely voi kestää. Tällä hetkellä hän kokee ikävää, surua ja pettymystäkin. Pettymystä hän kokee eniten siitä, että ilmeisesti ystävän masennusta ei osattu tunnistaa, vaikka hän kävi parikin kertaa lääkärissä fyysisten oireiden kanssa. Haastateltava 5 kokee ristiriitaa siitä, että haluaa ajatella ihmisistä ja asioista hyvää ja kaikki ihmiset tasa-arvoisina, mutta veljensä murhaajiin hän ei kykene näitä asioita asettamaan. Toisaalta haastateltava 5 on mielestäni käsitellyt asian hienosti ja ajatellut, että ei halua antaa edes vihaansa näille tekijöille ja sen myötä kyennyt vähentämään vihan tunnetta tekijöitä kohtaan. Haastateltava 5 on kokenut niin suuren ja järkyttävän menetyksen, että on päättänyt kääntää sen itselleen voimavaraksi ja positiiviseksi. Haastateltava 5 kertoi myös siitä, että hän ei juurikaan voi asiasta kenellekään puhua, sillä hän on kokenut, että ammattilaisetkin järkyttyvät, jos hän kertoo tapahtumista rehellisesti. Ymmärrän toisaalta senkin, että hänen veljelleen tehdyt asiat ovat sellaisia, että ne kuulijaakin järkyttää, mutta silti ammattilaisen täytyisi jotenkin pystyä siinä tilanteessa olla näyttämättä sitä. Haastateltava 5 kertoikin, että kokee usein joutuvansa kantamaan myös kuulijan järkytystä ja myös sitä hän sanoi, että ei kestä sellaista voivottelua asian tiimoilta.

Haastateltava 4 toivoo, että nuoren surun tukemiseen olisi enemmän saatavilla konkreettista kohtaamiseen kehiteltyjä menetelmiä ja rakenteita.

5.5 Surevia nuoria kohtaavien työntekijöiden haastattelut

Haastattelin diakonia (työntekijä1), joka työskentelee seurakunnassa vastuualueenaan erityisnuorisotyö. Hänen työssään surevia nuoria tulee eniten vastaan nuorisotyön, rippikoulutyön sekä koulujen kautta. Koulut usein pyytävät seurakunnan työntekijöitä paikalle, jos joku koulun oppilas on menehtynyt. Haastateltava 4 on toiminut vertaistukiohjaajana leireillä, pitänyt kokemusasiantuntija puheenvuoroja opiskelijoille ja

työpaikoilla. Työntekijäl mielestä kohtaamisissa on tärkeintä aito läsnäolo. Tärkeää on myös työntekijänä muistaa, että ei voi muuttaa nuoren surun ajankohtaa, suru ei ole ongelma joka pitää poistaa eikä surunvaihetta voi muuttaa. Tilanteessa tärkeää on kuunteleminen. Suru ei ole asia, joka suoritetaan, saadaan valmiiksi ja sitten jatketaan matkaa. Esimerkkinä hän mainitsi, että surun portaat ovat hyvä apuväline surun käsittelemisessä, mutta portaiden läpi käymisen jälkeenkään suru ei ole mitenkään tullut valmiiksi ja kokonaan käsitellyksi. Tärkeää on nuorellekin kertoa siitä, että suru ei tule valmiiksi, kun teet näin ja näin, ja sen jälkeen jatkat elämääsi normaalisti vaan, että suru ja ikävä säilyy, mutta pahin tuska helpottaa ja elämä jatkuu. Työntekijä ei voi antaa lupausta surun helpottumisesta, vaan asia aaltoilee, välillä on helpompi ja välillä vaikeampia aikoja. Tietyissä elämäntilanteissa ja suurissa elämän muutoksissa menetys tulee usein mieleen. Surevaa nuorta on muistutettava siitä, että asiasta voi puhua. Työntekijäl mainitsi myös armollisuuden tärkeydestä; armollisuus itseä ja surun kokemista kohtaan ja siihen, että elämässä saa olla iloakin. Sen painottaminen surevalle nuorelle, että ilon kokeminen ei vähennä hänen suruaan eikä ole väärin menetettyä läheistä kohtaan eikä vähennä rakkautta häntä kohtaan. Surevien nuorten kohtaamisissa työntekijäl kertoo usein toistuvan nuorten ahdistuminen surusta ja tunteesta, miten näyttää tunteita ja kenelle uskaltaa kertoa. Tärkeäksi asiaksi surevia kohdatessa haastateltava 4 kokee kysymisen rohkeasti ja että työntekijä ei oleta mitään. Työntekijän on tärkeää myös reflektoida omat ajatukset ja kokemukset kuolemasta. Yhtenä usein toistuvana asiana surevan kohtaamisissa hän kokee pelon kokemisen siihen, että uskaltaako kysyä tai ottaa omaa suruaan puheeksi. Haastateltava4 ei mielellään anna ohjeita toimia näin tai näin, koska jokainen surija ja suru on yksilöllinen. Yleisesti ottaen hän toivoo, että vuoden suruajasta puhumisesta päästäisiin pikku hiljaa pois, sillä se luo helposti kuvaa, että surusta pitää päästä yli vuodessa tai on jotenkin epäonnistunut. Nuoret lesket ry:n työntekijä kertoi keskustelussamme myös, että nuorelle on tärkeä kertoa se, että saa olla vihainen ja näyttää tunteensa, että me työntekijät kestämmme sen. Nuorilla on iso vahvana olemisen tarve ja osin siihen liittyvä surun sivuun työntäminen. Luulen, että surun näyttämisen vaikeus ja tarve saada suru ”suoritetuksi” nopeasti liittyvät vielä meidän suomalaisten vaikeuteen ja tottumattomuuteen näyttää negatiiviseksi koettuja tunteita. Meillä on vahva pärjäämisen kulttuuri ja myös, että negatiiviset asiat pidetään niin sanotusti perhepiirissä ja niitä ei ulospäin näytetä. Surusta väitellyt kouluttaja ja tietokirjailija Mari Pulkkinen kertoo artikkelissa ”Suomalaiseen suruun kuuluu ajatus yksin tehtävästä surutyöstä – putken päästä odotetaan ulos tehokasta ja surutonta ihmistä”, että nykyaikaan kuuluu ajatus, että suru suoritetaan sankarin lailla, mitä

nopeammin, sen parempi. Ihailemme ihmisiä, jotka selviävät surustaan nopeasti. Surua pidetään ongelmana, josta on tarpeen päästä yli ja mitä nopeammin, sen parempi. Mari Pulkkisella on ajatus myös siitä, että ihmiset ajattelevat, että ihminen on syytä jättää tekemään surutyötä yksin ja odotellaan vaan, että hän on valmis palaamaan iloisten ihmisten joukkoon, kun surutyö on käsitelty. (yle.fi, 2022.)

Hyvä oivallus työntekijä 1 oli se, että kysymyksen asettelee niin, että siihen ei voi vastata kyllä tai ei, eikä myöskään ihan ok. Hänen mielestään hyviä kysymyksiä olisi; Miltä sinusta on tuntunut? Mitä tunteita sinulla tapahtuma on herättänyt? Ohjenuorana sellainen, että O-kirjaimella alkaviin kysymyksiin voi pääsääntöisesti vastata kyllä tai ei, mutta kun kysymyksen muotoilee alkavaksi M-kirjaimella, vastaamiseen joutuu käyttämään useamman sanan ja miettimään tarkemmin vastaustaan. Surevan nuoren kohtaamistilanteissa on tärkeää myös huomioida tapaamispaikan huomioiminen; tilan rauhallisuus sekä, että aikaa on riittävästi. Toki kohtaaminen saattaa tulla yllättäen väen tungoksessakin, mutta silloinkin työntekijän on hyvä tiedostaa asia ja tarjota nuorelle mahdollisuutta siirtyä rauhallisempaan paikkaan. Vinkkejä työntekijöille, jotka kohtaavat surevia nuoria oli se, että huomioi ennalta tiedetyn kohtaamisen jälkeen itselleen ajan pään nollaukseen ja asian käsittelyyn itselleen ennen seuraavaa työtapaamista. Erityisesti jos tapaaminen tulee yllättäen, on tärkeää kyetä fokusoida oma keskittyminen täysin tähän tapaamiseen ja pystyä työntämään muut asiat sivuun tapaamisen ajaksi. Fokusoiminen on tietyllä tavalla helpompaa, jos tapaaminen on ollut etukäteen tiedossa. Itse hän kaipaasi työhönsä edelleen lisäoppia ja tietoa nuoren surusta. Hän itse on tehnyt opinnäytetyönsä kehitysvammaisen surusta ja keskustelimme, kuinka vähän kumpaankin aihealueeseen liittyvää kirjallisuutta löytyy. Nuoren suruun liittyen löytyy kokemusasiantuntijuuteen liittyvää kirjallisuutta, mutta yllättävän vähän teoreettisempaa materiaalia.

Työntekijä 2 haastattelussa nousi esiin omaisten aktiivisuus avun hakemisessa, hänen kokemuksensa mukaan avun pyynnöt tulee useimmiten vanhempien tai surevan nuoren ystävien kautta. Tämä on puolestaan asia, johon haluaisin itse löytää ratkaisun, että kuinka se saataisiin toimimaan toisin eli niin, että apua osattaisiin tarjota aktiivisemmin heille, jotka sitä tarvitsevat. Työntekijä 2 kokee tärkeimmäksi asiaksi surevan nuoren kohtaamisessa sen, että saa luotua jonkinlaisen luottamussuhteen nuoreen. Mikäli mahdollista, niin voisi mennä nuorelle tuttuun ja luontevaan paikkaan. Työntekijä 2 sanoo käyneensä surukeskusteluja nuorten kanssa muun muassa autotallissa samalla, kun pojat ovat rassailleet mopojaan. Keskustelun ohessa puuhailu antaa luontevasti myös ”luvan” keskittyä välillä muuhunkin

kuin puhumiseen ja hetkiin olla hiljaa. Työntekijä 2 sanookin, että usein työntekijät täyttävät hiljaisuutta puheella, vaikka keskustelun lomassa olevilla hiljaisuuden hetkilläkin on varmasti merkityksensä. Työntekijä 2 sanoo myös, että nuoret useammin kaipaavat muistakin asioista puhumista kuin surustaan, aikuisilla enemmän tarve keskittyä suruunsa. Työntekijältä vaaditaan tilannetajua sen tunnistamiseen, milloin on hyvä vaihtaa aihetta toiseen ja milloin puhua surusta. Työntekijä 2 on kohdannut työuransa aikana paljon surevia aikuisia ja nuoria ja hän pystyy hyvin vertaamaan eroja nuorten ja aikuisten surun välillä. Hänen kokemuksensa mukaan nuorilla on kovempi tarve pärjäämiseen kuin aikuisilla ja nuorille surun näyttäminen on vaikeampaa. Nuorten keskuudessa ääripäät ovat myös usein voimakkaammat, joko nuori ei avaudu surustaan ollenkaan tai sitten kertoo kaiken. Työntekijä 2:n mukaan nuorilla on suurempi tarve esittää kysymyksiä ja niiden kautta ymmärtää tapahtunutta. Tämä voi osin johtua ihan siitäkin, että nuorilla ei ole vielä aikuisen ihmisen kokemusmaailmaa ikä tietoa niin paljon. Minulle tämä kertoo myös sitäkin, että nuorilla ei välttämättä kotona ole tilaa esittää kaikkia kysymyksiään ja uskallusta kysyä niin avoimesti. Ymmärrän, että läheiset helposti väistävät kysymykset, mikäli niihin ei löydy helppoja vastauksia. Työntekijä2 mukaan tapaaminen nuoren kanssa ei ole epäonnistunut, vaikka nuori ei juurikaan avaisi surukokemustaan. Työntekijä2 ajattelee, että asian ääreen pysähtymisellä ja tuen antamisella, on varmasti positiivisia vaikutuksia pidemmällä tähtäimellä ja nuorelle jää kuitenkin muistikuva välittämisestä ja se voi vaikuttaa hänen myöhempään avun hakemiseen. Työntekijä voi myös ääneen sanoittaa nuorelle, että työntekijä näkee, että nuori ei ole ok, mutta nuorella on oikeus olla myös puhumatta tapahtuneesta tässä kohtaa, jos hän ei halua puhua. Haastavaksi kohtaamisissa työntekijä2 kokee sen, että työntekijänä näkee tarpeen surusta puhumiseen tai asian käsittelemiseen, mutta työkalupakista puuttuu sopivat työkalut. Työntekijä 2 sanoo, että papeille on opetettu yksi tapa surevan kohtaamiseen ja toimiikin usein aikuisten kanssa, mutta nuorten kanssa tapa toimii harvemmin ja jos tilanteeseen menee työntekijänä tämän yhden menetelmän kanssa, työntekijäkin saattaa ahdistua tilanteen toimimattomuudesta. Työntekijä 2 mukaan työkalupakissa täytyy olla monenlaisia eri työkaluja, sillä etukäteen ei voi koskaan tietää, mikä kyseisellä tapaamisella toimii ja mikä ei. Annettuja työkaluja on valitettavan vähän, vaan enimmäkseen ne karttuvat kokemuksen, erehdysten ja onnistumisten kautta.

Työntekijöiden haastatteluiden myötä ajattelen, että työnantajan olisi tärkeää tietää millaisia taitoja työntekijällä on surevan kohtaamisen, että osaisi mahdollisuuksien mukaan hyödyntää heitä näissä tilanteissa. Surevan kohtaaminen on erittäin herkkä tilanne ja se vaatii erityistä

tilannetajua työntekijältä sekä samaan aikaan hienotunteisuutta että myös tietynlaista jämäkkyyttä. Työnantajan on myös tärkeää tietää, jos työntekijällä on itsellään meneillään jonkinlainen surutyön käsittely, sillä silloin tilanteet saattavat tulla liian lähelle. Myös suru- ja eroryhmien vetäjille on tärkeää, että itsellä ei ole akuutissa vaiheessa olevia eroja tai menetyksiä, jotta työ ei käy liian kuormittavaksi.

6 YHTEENVETO

Haastattelujen myötä vahvistui käsitykseni siitä, että liian moni läheisen menettänyt nuori kokee jäävänsä ilman riittävää tukea ja apua surun käsittelyssään. Tämä on asia, jonka eteen varmasti täytyy tulevaisuudessa panostaa. Surun kokemukset ja tunteet olivat haastateltavilla hyvin samankaltaiset riippumatta siitä, miten menetys oli tapahtunut.

Seurakuntalaiselta tuli ajatus nuorisotyöntekijän paikalla olemisesta, jos vakava onnettomuus tapahtuu. Idea oli mielestäni hyvä. Haasteeksi tulee tietysti se, että jos seurakunnallakin on joku nuorisotyöntekijä viikonloppuna työvuorissa, niin yleensä hän on kiinni leirillä tai muissa työtehtävissä, joista ei voi helposti irrottautua. Itselleni mieleen tuli, jos olisi lista, ketä voisi tällaisessa tilanteessa kysyä vapaapäivältä töihin ja tästä saisi jonkinlaisen kertakorvauksen, sillä varalla olo tai päivystysraha on hankala, kun näitä kuitenkin tapahtuu sen verran vähän. Jälkikäteen kuulin, että keskusteluryhmän kommentoija olikin ollut seurakunnan vastaavaan nuorisotyöntekijään yhteydessä ja paikan päällä oli pariin otteeseen käynyt nuoriso-ohjaaja.

Omista kokemuksistani tiedän, että ensimmäiset kerrat läheisen haudalle menemisestä voivat tuntua nuorelta ylivoimaisen vaikealle. Mielestäni olisi hyvä, jos surevan nuoren kohtaava työntekijä sanoisi nuorelle, että voimme mennä haudalle yhdessä, että voin olla kanssasi siinä tilanteessa. Pyhäinpäivänä, jolloin kirkossa sytytetään kynttilä jokaiselle sinä vuonna kuolleelle ja muutenkin muistellaan läheisiä, toivoisin järjestettävän jonkun erityisesti nuorille järjestetyn muisteluhetken. Sisältö voisi olla hyvin vapaamuotoista; nuorille suunnattua hengellistä, rauhallista musiikkia, kynttilän sytyttäminen, mahdollisuus jutella työntekijöiden kanssa. Nuoret kokevat helposti, että heillä ei ole paikkaa tai tilaa surulleen ja toivoisin, että tällaisesta tarjotusta paikasta voisi sellainen tullakin. Haasteena tässä on se, että kuinka asian nuorille esittäisi, että he tulisivat paikalle. Ylöjärvellä on aktiivisesti toimiva nuorten vaikuttajaryhmä ja heitäkin voisi saada paikalle, jolloin kynnyks nuorten tulemiseen saattaisi madaltua. Nuorien käyttäminen tällaisessa yhteydessä toki vaatii työntekijältä etukäteisvalmistelua ja varmistaa, että osallistuvat nuoret ovat kykeneväisiä osallistumaan ja heidän omat henkiset voimavarat ovat sellaiset, että he jaksavat ja pystyvät olemaan tukena. Mikäli tukitoiminta aiheuttaa nuorelle ahdistusta, ollaan tiettyssä mielessä epäonnistuttu. Tätä asiaa täytyy mieltiä tarkasti ennen kuin toteutetaan. Kirkkoherra vastasi ehdotukseeni ja

tällaista kirkkohetkeä kokeillaan luultavasti jo tänä syksynä. Ajattelen, että kun seurakunta on näkyvästi tekemässä työtä nuorten surun tukemiseksi, niin yhteydenottaminen jatkossa on myös nuorille helpompaa. Nuorille välittyy viesti, että seurakunta välittää heistä ja seurakunnan työntekijöillä on taitoa ja osaamista kohdata surevia nuoria.

Vähäinen avun saanti surun hetkellä nousi esiin jokaisessa kokemushaastattelussa, mutta kaksi viidestä haastateltavasti nosti esiin, että käytännössä ainoa apua on tullut seurakunnan kautta. Mielestäni tämä on tämän opinnäytetyöni kannalta hyvin oleellinen ja tärkeä havainto sekä osoittaa sen tarpeellisuuden, että seurakunnassa paneudutaan entistä paremmin asian tiimoilta. Kummankaan haastateltavan kokemus ei koske Ylöjärven seurakuntaa vaan ylipäätään seurakuntaa. Ajattelen, että kriisin ja surun hetkellä seurakunta saatetaan kokea aika neutraaliksi avunantajaksi ja siltä voi olla helpompaakin ottaa apua vastaan aluksi kuin ihan psykiatrisen alan ammattilaisilta.

Ylöjärven seurakunnassa on helppo kehittää toimintaa, sillä kirkkoherra on kuunteleva ja avoin ehdotuksilla sekä valmis kokeilemaan uudenlaisia toimintatapoja. Hän on ollut virassaan muutaman vuoden, joten hänellä ei ole pinttyneitä tapoja, että näin on aina toimittu jne. Muutenkin olen kokenut Ylöjärven seurakunnan työilmapiirin kehittämismyönteisenä ja ideoita on helppo antaa, sillä vastaanotto on usein myönteinen.

Kesäaika on ollut haastavaa päästä vielä kovin aktiivisesti kehittämään surutyötä, sillä rippikoulut vievät käytännössä työntekijöiden ajan, mutta syksyn tullessa asiaan paneudutaan varmasti aivan uudella tavalla. Haluan ajatella, että kehittävä harjoitteluni sekä opinnäytetyöni ovat alku jonkinlaiselle uudelle Ylöjärven seurakunnassa ja sieltä löytyy työntekijöitä, joilla olisi aikaa ja halua alkaa kehittämään Ylöjärven seurakunnan surutyötä ja erityisesti nuoriin kohdistuvaa surutyötä. Olen saanut työntekijöiltä hyvää palautetta kehittävän harjoittelun työstäni ja sitä on jo käytetty nuorten kohtaamisissa ja siihen tutustuneet työntekijät kokivat, että siinä on käyttökelpoisia ja hyviä harjoitteita, joita varmasti voi hyödyntää surevan nuoren kohtaamisissa. Toivon, että materiaali tulee käyttöön eikä jää vain lojumaan kaapin perälle. Tuotos on paperisena surukaapissa sekä sähköisenä Ylöjärven seurakunnan teamsissa, joten se on jokaisen työntekijän saatavilla.

Haastatteluja ja materiaalia kerätessä korostui kyllä asian tärkeys ja sain valtavasti ihmisiltä palautetta asian tärkeydestä ja kiitosta siitä, että paneudun tähän vaikeaan, mutta tärkeään asiaan. Kehittävän harjoittelun esittelyssä nostin esiin näkökulman siitä, että surukohtaamisten valmistautuminen on vähän kuin ensiavun antaminen, että tilanteet tulevat usein yllättäen, mutta mitä paremmin on valmistautunut, sitä helpompaa se on. Työntekijäl sanoikin

haastattelussa, että olisi hyvä miettiä asiaa tästä näkökulmasta ja esimerkiksi juuri seurakunnan työntekijöillä olla säännöllisin väliajoin surukoulutusta, sillä näitä surukohtaamisia voi tulla mille tahansa ammattiryhmälle seurakunnassa.

Opinnäytetyöni tekeminen vahvisti itsessäni tunnetta, että asiaan täytyisi paneutua vielä entistäkin enemmän. Vaikea ja raskas asia ei poistu vaikenemalla tai sivuuttamalla, ainoa keino on mennä asiaa päin, puhua siitä avoimesti ja nostaa asiaa esiin rehellisesti, raadollisesti, kaikkien tunteiden kanssa. Surusta ei ole tarpeen tehdä kaunista ja upeaa selviytymistarinaa, sillä kaikki tarinat eivät ole sellaisia, meidän keskuudessamme elää tälläkin hetkellä ihmisiä, jotka eivät ole ”selvinneet” läheisen menetyksestä, ihmisiä, jotka piilottelevat suruaan, ihmisiä, jotka kokevat, että heidän surulleen ei ole tilaa. Heille kaikille pitää olla tilaa ja mahdollisuus puhua. Heillä pitää olla lupa surra, vihata, rakastaa, ikävöidä, tuntea kaikki tunteensa, joita menetys aiheuttaa. Heillä pitää olla myös lupa iloita, nauraa, tuntea elävänsä, olla kokonaisia.

7 POHDINTA

Mielestäni opinnäytetyö onnistui hyvin. Sain materiaalia hyvin ja koin, että haastateltavaksi kokivat myös tärkeäksi saadessaan jakaa omia kokemuksiaan ja haluavat näin auttaa muita samassa tilanteessa olevia.

Uskon, että materiaalista on apua Ylöjärven seurakunnassa ja aiheeseen varmasti palataan työyhteisön kesken. Itse koen tämän vahvistaneen omaa ammatillista osaamistani sekä ennen kaikkea rohkeutta ottaa asiaan puheeksi. Opinnäytetyöni on jo tässä kohtaa herättänyt kiinnostusta myös muissa työyhteisöissä sekä nuorten kanssa työskentelevien keskuudessa, mikä kuvastaa sitä, että aihe koetaan tärkeäksi, mutta materiaalia on vielä kohtalaisen vähän saatavilla ja varmaan se vähäinenkin materiaali on vaikeasti löydettävissä ja saatavilla. Aihe on vaikea ja haastava ja itsekin hetken mietin omia voimavarojani työn tekemiseen, mutta lopulta tulin siihen tulokseen, että halu ja tarve tehdä opinnäytetyö tästä asiasta ovat suuremmat kuin pelko omien voimavarojen riittämisestä. Olen tyytyväinen, että tartuin haasteeseen, sillä koen, että jokainen vuodatettu kyynel, erityisesti haastatteluihin liittyen, on ollut sen arvoinen ja olen saanut opinnäytetyötä tehdessäni todella paljon oppia lisää omaan työkalupakkiini tulevaisuuttani varten ja ajatellen työtäni yhteisöpedagogina.

Opinnäytetyöni palautekeskustelun kävin yhdessä kirkkoherran ja johtavan nuorisotyöntekijän kanssa. Saamani palaute oli hyvää. Kehitettävänä ajatuksena oli, että surun vaiheita olisi voinut avata laajemmin. Tämä oli hyvä palaute, toki lukijasta riippuen, ne voivat olla jo hyvinkin hallussa eikä sen takia oleellinen tieto, mutta varmasti jotakin lukijaa olisi hyödyttänyt, että ne olisivat olleet perusteellisemmin avattu. Palautekeskustelussa kuulin, että Ylöjärven seurakunnan nuorisotiimi on aloittanut yhdessä Ylöjärven kaupungin nuorisotiimin kanssa nuorten kriisi- ja surutyö ensiapupaketin tekemisen, johon tullaan hyödyntämään minun kehittämisen harjoittelun sekä opinnäytetyön materiaaleja. Saatan tulevaisuudessa päästä itsekin mukaan kehittämään tätä pakettia ja hyödyntämään vielä lisää opintojeni aikamani kehittämäni osaamistani.

Opinnäytetyön tekemistä helpotti omalta osaltani se, että koin aiheen todella tärkeäksi. Myös henkilökohtainen kosketuspinta antoi varmasti työlle oman osuutensa. Haastattelut olivat työn antoisinta osuutta ja koen, että haastattelujen antaminen oli myös haastateltaville tärkeää. Itse kirjoitustyö oli haastavaa itselleni, kaikkien sääntöjen ja teknisten asioiden vuoksi, ilman niitä kirjoittaminen olisi ollut helpompaa. Koen, että saamani materiaali haastattelujen ja

lukemisen pohjalta on itselleni työtäni ajatellen merkityksellisempiä, mutta toki myös kirjallinen teos tukee jatkoa ajatelle, jos haluaa varmistaa jonkun asian. Luulen myös, että se tieto ja oppi, jota vien työyhteisölle suullisesti tulee olemaan merkityksellisempää.

LÄHTEET

- Aamulehti, [Taysin nuorisopsykiatria on niin ruuhkautunut, että osa potilaista nukkuu lattialla – sairaala avaa uuden osaston: ”Lähetteen määrä on lisääntymistään lisäntynyt, eikä loppua näy” - Tampere - Aamulehti](#), viitattu 17.7.2023
- Gootman, Marilyn E 1998. Kun ystävä kuolee. Tampere. Suomen punainen risti.
- Hamard, Hilja. Surunauha 2022. Nuori suree nuoren tavoin.
- Fsd tuni, [KvaliMOTV - 6.3.2 Teemahaastattelu \(tuni.fi\)](#), viitattu, 2.9.2023
- Jyväskylän yliopisto, [Haastattelut — Jyväskylän yliopiston Koppa \(jyu.fi\)](#), viitattu 25.7.2023
- Mielipalvelut, [Mitä suru on? Miten surua tulisi käsitellä? - Mielipalvelut.fi](#), viitattu 2.9.2023
- Miettinen, [Tiina Maria Miettinen: Itsetuhoisten nuorten ja heidän vanhempiensa on vaikea saada oikeanlaista apua | Tampereen korkeakouluuyhteisö \(tuni.fi\)](#)
- Niemi, Minttu. Surunauha 2022. Nuoren suru itsemurhamenetyksen jälkeen
- Pitkäranta, Ari 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. E-oppi: Jokioinen.
- Rasmusapu, [Lapsen ja nuoren suru – Rasmusapu](#) , viitattu 25.5.2023
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Turvallinen seurakunta. Viitattu 2.9.2023. [d7914fda-53ac-7c79-a85f-c7d6768c7776 \(evl.fi\)](#)
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Rippikoulu. Viitattu 9.3.2023. [Rippikoulu - evl.fi](#)
- Suomen mielenterveys ry, [Nuorten itsetuhoisuus hälyttävän yleistä | MIELI Suomen Mielenterveys ry \(sttinfo.fi\)](#) , viitattu 2.5.2023
- Surunauha 2007, suru puserossa- lapsen ja nuoren tukeminen läheisen itsemurhan jälkeen. Helsinki
- Surveymonkey. Määrällisen ja laadullisen tutkimuksen ero. Viitattu 13.3.2023. [Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen ymmärtäminen | SurveyMonkey](#)
- Tammelin, Johanna. Nuorisokanuuna 2022. Lapsen ja vanhempien kohtaamisen saattohoidon aikana ja kuoleman jälkeen.
- Terveyskirjasto, 2018, [Akuutti stressireaktio - Terveyskirjasto](#) , viitattu 25.5.2023
- Trauma ja dissosiaatio, [PTSD lapsilla ja nuorilla - Trauma ja dissosiaatio](#), viitattu 18.7.2023
- Tuettu suru-projekti, Suomen mielenterveysseura 2004. Yhdessä suru on helpompi kantaa. Lohja.
- Uittomäki, Susanna, Mynttinen, Sirpa, Laimio, Anne, Kärkkäinen, Kati 2022. Miten tukea lasta ja nuorta, kun läheinen on kuollut? Tampere

Yle, [Suomalaiseen suruun kuuluu ajatus yksin tehtävästä surutyöstä – putken päästä odotetaan ulos tehokasta ja surutonta ihmistä – Flinkkilä & Kellomäki – yle.fi](#) , viitattu 25.5.2023

Ylöjärven seurakunta. Ylöjärven seurakunnan esittely. Viitattu 7.3.2023. [Ylöjärven seurakunnan esittely - Ylöjärven seurakunta \(ylojarvenseurakunta.fi\)](#)

LIITTEET

Liite 1

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

Nuoren surussa tukeminen

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan nuoren surussa tukemisen tärkeyttä sekä nuoren surun kokemiseen. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska olette nuorena itse kokenut läheisen kuoleman. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Porehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta kohteluunne.

Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on auttaa työntekijöitä kohtaamaan paremmin surevia nuoria ja oppimaan tunnistamaan tiettyjä yhtäläisyyksiä surun kokemisessa sekä ymmärtämään surun käsittelyn tärkeyttä.

Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimuksen on tilannut ylöjärven seurakunta ja teen sen Humanistisen ammattikorkeakoulun opiskelijana. Rahoitusta tutkimukselle ei ole.

Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Tutkimukseen osallistuminen edellyttää yhtä haastattelua, kesto n. 1,5h.2h ja sen jälkeen mahdollisiin tarkentaviin kysymyksiin vastaaminen.

Tutkimus toteutetaan laadullisena tutkimuksena

Tutkimuksen mahdolliset hyödyt

Tutkimuksesta mahdollisesti seuraavat haitat ja epämuikavuudet

Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

Tutkittavien vakuutusturva

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Kysymyksessä on opinnäytetyö, joka julkaistaan avoimesti Theseus-tietokannassa.

Tutkimuksen päättyminen

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen. Tutkimukseen osallistuvat saavat esitarkastaa omaan osuuteensa liittyvän aineiston ennen sen julkaisemista.

Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkimuksen suorittajalle tai opinnäytetyön ohjaajalle.

Yhteystiedot

Tutkimuksen suorittaja (opinnäytetyön tekijä)

Nimi: Elisa Niemelä

Puh. 044-5298133

Sähköposti: elisa.niemela@humak.fi

Opinnäytetyön ohjaaja

Titteli: Lehtori

Nimi: Katja Munter

Humanistinen ammattikorkeakoulu

Puh. +358 50 350 6367

Sähköposti: katja.munter@humak.fi

Liite 2

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA Nuoren surussa tukeminen Pyyntö osallistua tutkimukseen Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan nuoren surussa tukemisen tärkeyttä sekä nuoren surun kokemiseen. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska työssänne kohtaatte surevia nuoria. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Pehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta,

jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Vapaaehtoisuus Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta asemaan tutkimuksen tilanneessa yrityksessä. Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa. Tutkimuksen tarkoitus Tämän tutkimuksen tarkoituksena on auttaa työntekijöitä kohtaamaan paremmin surevia nuoria ja oppimaan tunnistamaan tiettyjä yhtäläisyyksiä surun kokemisessa sekä ymmärtämään surun käsittelyn tärkeyttä. Tutkimuksen toteuttajat Tutkimuksen on tilannut ylöjärven seurakunta ja teen sen Humanistisen ammattikorkeakoulun opiskelijana. Rahoitusta tutkimukselle ei ole Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet Tutkimukseen osallistuminen edellyttää yhtä haastattelua, kesto n. 1,5h.2h ja sen jälkeen mahdollisiin tarkentaviin kysymyksiin vastaaminen. Tutkimus toteutetaan laadullisena tutkimuksena. Tutkimuksen mahdolliset hyödyt . Tutkittava voi hyödyntää tutkimusta omassa työssään. Tutkimuksesta mahdollisesti seuraavat haitat ja epämukavuudet Kustannukset ja niiden korvaaminen Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta. Tutkittavien vakuutusturva Tutkimustuloksista tiedottaminen Kysymyksessä on opinnäytetyö, joka julkaistaan avoimesti Theseus-tietokannassa. Tutkimuksen päättäminen Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen. Tutkimukseen osallistuvat saavat esitarkastaa omaan osuuteensa liittyvän aineiston ennen sen julkaisemista. Lisätiedot Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkimuksen suorittajalle tai opinnäytetyön ohjaajalle. Yhteystiedot Tutkimuksen suorittaja (opinnäytetyön tekijä)

Nimi: Elisa Niemelä Puh. 044-5298133

Sähköposti: elisa.niemela@humak.fi

Opinnäytetyön ohjaaja

Titteli: Lehtori

Nimi: Katja Munter Humanistinen ammattikorkeakoulu

Puh.

Sähköposti: katja.munter@humak.fi

Liite 3

Hakijan nimi:

Tehtävä/virka-asema/oppiarvo:

Osoite:

Puhelinnumero:

Sähköposti:

Päiväys:

Työn/tutkimuksen nimi:

Työn [tutkimuksen,
opinnäytetyön, jatkotutkinnon]
tekijä/t:

Tutkimuksen tarkoitus [esim.
opinnäytetyö, väitöskirja, muu]

[tutkimuksen, opinnäytetyön,

jatkotutkinnon]

Ohjaaja/ohjaajat:

Koulutusohjelma/

korkeakoulu/

yliopisto/tutkimuslaitos/muu

organisaatio:

Toimipiste:

Lyhyt kuvaus tutkimuksen

sisällöistä ja menetelmistä

[maks. 250 merkkiä, liitä

tutkimussuunnitelma

liitteeksi]:

henkilötietojen käsittely Kerätäänkö tutkimuksessa henkilötietoja ja kootaanko niistä henkilötietorekisteri [mikäli tutkimuksen yhteydessä muodostuu henkilörekisteri, tulee tutkimuslupahakemukseen aina liittää erillinen rekisteriseloste]

Kyllä

Ei

Humanistiselta am-
mattikorkeakoululta tarvittavien
tietojen / aineistojen määrittely

Sisältyykö tutkimukseen
elementtejä, jotka vaativat
tutkimuseettistä
erillistarkastelua.

Aikataulu

Liitteet

Tutkimusentekijöiden Sitoudun siihen, että en käytä saamieni tietoja

tutkimuskohteen, hänen läheistensä tai Humanistisen ammattikorkeakoulun vahingoksi enkä luovuta saamiani henkilötietoja eteenpäin, vaan pidän ne salassa. Tutkimustulokset esitän niin, ettei niistä voida tunnistaa yksittäistä henkilöä ilman tämän nimenomaista suostumusta. Noudatan henkilötietolaissa ja muualla lainsäädännössä mainittuja säännöksiä henkilötietojen käsittelystä ja salassapidosta.

sitoumus ja allekirjoitukset

Paikka ja aika

Allekirjoitukset ja nimenselvennykset

Tutkimusluvan myöntämisen ja tietojen/aineiston luovuttamisen ehtona on se, että tutkimuksen/selvityksen tekijä sitoutuu huolehtimaan tietojen käsittelystä ottaen huomioon henkilötietojen käsittelyä ja yksityisyyden suojaa koskevan lainsäädännön. Tutkimuksen/selvityksen tekijä on velvollinen käyttämään tietoja/aineistoa luottamuksellisesti ja ainoastaan tämän tutkimuksen/selvityksen tekemiseksi sekä turvaamaan tarkastelemiensa henkilöiden intymiteetin ja anonymiteetin.

Jos tutkimuksessa syntyy henkilötietolain mukainen henkilökisteri, tulee liitteenä olla myös tieteellisen tutkimuksen rekisteriseloste (HetiL (523/99) 10§ ja 14§) tai rekisteriseloste (HetiL (523/99) 10§). Tarvittaessa hakemuksen liitteenä tulee olla myös tutkimuseettinen ennakoarviointilausunto.

Liite 4

Kysymyksiä työntekijälle:

Nuoren surun kohtaaminen työntekijänä:

1. Mitä kautta näitä asioita tulee vastaan?
- 2.. Mitkä asiat koet tärkeimmiksi asioiksi kohdatessasi surevan nuoren?
3. Onko kohtaamisissa jotain usein toistuvia asioita?
4. Onko sinulla jotain neuvoja, miten sureva nuori olisi tärkeää/ hyvä kohdata? Kysymyksen asettelu niin, että siihen ei voi vastata, ihan ok, tai kyllä tai ei. Miltä susta on tuntunut? Mitä tunteita on herättänyt?
5. Minkä koet haastavaksi surevan nuoren kohtaamisessa? Mihin asioihin kaipaisit itse tukea?

Liite 5

1. Minkä ikäinen olit, kun kohtasit menetyksen?
2. Pystyisitkö omin sanoin kertomaan mitä tapahtui?
3. Muistatko, mitkä olivat päälimmäiset tunteet ja ajatukset, kun kuulit tapahtumasta?
4. Miten sait tiedon tapahtumasta?
5. Mitkä asiat auttoivat sinua selviämään tapahtumasta?
6. Saitko joltain ammattilaiselta apua?

7. Onko jotain asioita, mitä olisit toivonut läheistesi tai muiden tekevän toisin?
8. Mitä tunteita tapahtuma herättää sinussa tällä hetkellä?