

DIAK

Heini Lepistö

Oxana Vuolukka

Sairaanhoitaja AMK

Diakonia-ammattikorkeakoulu Pori

Opinnäytetyö, 2025



**Opas lapsen psykososiaaliseen
tukemiseen vanhemman menehtyessä**

TIIVISTELMÄ

Heini Lepistö, Oxana Vuolukka
Opas lapsen psykososiaaliseen tukemiseen vanhemman menehtyessä
45 sivua, 2 liitettä
Kevät 2025
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sairaanhoitaja (AMK)

Lapsen psykososiaalinen tukeminen on erityisen tärkeää tilanteissa, joissa perheen elämä on kriisiytynyt, kuten vakavan sairauden tai läheisen kuoleman kohdatessa. Menetykset voivat vaikuttaa lapsen tunne-elämään, turvallisuuden tunteeseen ja kehitykseen pitkäaikaisesti. Lapsen kokemus ja reagointi riippuvat hänen kehitysvaiheestaan. Lapset tarvitsevat aikuisen tukea tunteidensa ymmärtämisessä ja sanoittamisessa. Tällaisissa tilanteissa on tärkeää, että lapsen tarpeet tulevat näkyväksi myös silloin, kun aikuiset ympärillä ovat surun keskellä.

Tämän kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli vahvistaa lapsen psykososiaalista tukemista tilanteessa, jossa toinen vanhemmista on saattohoidossa tai menehtyy. Tavoitteena oli tuottaa selkeä ja käytännönläheinen opas, jonka avulla hoitohenkilöstö ja perheet voivat paremmin kohdata lapsen surun ja tarjota tukea arjessa. Työ toteutettiin yhteistyössä Satakunnan hyvinvointialueen Porin kaupunginsairaalan palliativisen osaston kanssa.

Kehittämistyön tuloksena syntyi visuaalisesti selkeä ja helposti jaettava A5-kokoinen opas. Oppaaseen koottiin tietoa lapsen surun tunnistamisesta, konkreettisia tukikeinoja eri ikäisille lapsille sekä ohjeita siitä, mistä perheet voivat saada lisäapua. Opas on suunniteltu osaston arkeen soveltuvaksi ja sen toivotaan tukevan lapsen näkyväksi tekemistä osana saattohoitotyötä. Tuotosta arvioitiin hoitohenkilökunnan palautteen avulla, ja sen vastaanotto oli positiivinen.

Opinnäytetyön taustalla on laaja teoreettinen viitekehys, joka käsittelee lapsen surua, kuolemakäsitystä eri ikäkausina sekä tunnetaitojen tukemista. Lisäksi selvitettiin valtakunnallisia ohjeistuksia, lainsäädäntöä sekä saatavilla olevia tukipalveluja. Kehittämistyön tuotoksena syntyi A5-kokoinen, tulostettava opas, joka sisältää konkreettisia ohjeita ja tukea tarjoavia tahoja. Oppaan toimivuutta arvioitiin keskustellen yhteistyösaston henkilökunnan kanssa.

Työn päätuloksena voidaan todeta, että konkreettiselle ja helposti hyödynnettävälle materiaalille on selkeä tarve palliativisessa hoitotyössä. Opas vahvistaa lapsen näkyväksi tekemistä osana hoitoprosessia ja tukee lapsen oikeutta saada ymmärtävää ja sensitiivistä tukea vaikeassa elämäntilanteessa.

ASIASANAT: palliativinen hoito, saattohoito, lapset, suru, psykososiaalinen tukeminen, tunnetaidot

ABSTRACT

Heini Lepistö, Oxana Vuolukka

Guide to Psychosocial Support for a Child During the End-of-Life Care of a Parent

45 pages, 2 appendices

Spring 2025

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor of Health Care

Psychosocial support for children is especially important in situations where a family is facing a crisis, such as a serious illness or the death of a loved one. Loss can have a long-term impact on a child's emotional development, sense of security, and overall growth. A child's experience and response to such situations depend on their developmental stage. Children need the support of adults to help them understand and express their emotions. It is essential to recognize and address the child's needs, even when the adults around them are coping with their own grief.

The purpose of this development-oriented thesis was to strengthen the psychosocial support provided to children when one of their parents is in palliative care or passes away. The aim was to produce a clear and practical guide that enables healthcare professionals and families to better support the grieving child in everyday life. The work was carried out in cooperation with the Palliative Care Unit of Pori City Hospital, part of the Satakunta Wellbeing Services County.

As a result of the development process, a visually clear and easily distributable A5-sized guide was created. The guide contains information on how to recognize a child's grief, concrete ways to support children of different ages, and advice on where families can seek further help. It was designed to suit the daily operations of the unit and is intended to help ensure that the child remains visible in palliative care work. The product was evaluated through feedback from nursing staff, and the reception was positive.

The thesis is based on a broad theoretical framework addressing children's grief, their understanding of death at different ages, and the support of emotional skills. National guidelines, legislation, and available support services were also reviewed. The final output was a printable A5 guide including practical instructions and contacts for supportive services. The guide's functionality was assessed in discussion with the partner unit's staff.

The main result of the thesis highlights a clear need for concrete and easy-to-use materials in palliative care. The guide strengthens the visibility of the child as part of the care process and supports the child's right to receive understanding and sensitive support in a difficult life situation.

Keywords: palliative care, end-of-life care, children, grief, psychosocial support, emotional skills.

1 JOHDANTO	5	
2.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite		9
2.2 Työelämäyhteistyökumppani	10	
3 LAPSEN PSYKOSOSIAALINEN TUKEMINEN VANHEMMAN MENEHTYESSÄ		11
3.1 Palliatiivinen hoito ja saattohoito		11
3.2 Lapsen käsitys kuolemasta eri ikäkausina		12
3.3 Vanhemman sairauden vaikutus lapseen		14
3.4 Lapsen suru, sen erityispiirteet ja ymmärtäminen		16
3.5 Surun käsitteleminen lapsen kanssa		18
3.6 Lapsen tunteiden ilmaisun tukeminen		21
3.7 Lapsen psykososiaalinen tukeminen		24
3.8 Välitöntä reagointia vaativat tilanteet		27
3.8 Tukea vanhempansa menettäneelle Lapselle		28
5 OPPAAN PROSESSI	30	
5.1 Opinnäytetyön ideointi	30	
5.2 Oppaan toteutus	34	
5.3 Oppaan arviointi	35	
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMISEN AIKATAULU		36
7 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS		37
9 POHDINTA	39	
LÄHTEET	41	
LIITE 1. Opas lapsen psykososiaaliseen tukemiseen vanhemman menehtyessä		44
LIITE 2. Aineistonhallintasuunnitelma		45

1 JOHDANTO

Vanhemman vakava sairastuminen ja kuoleman lähestyminen on koko perhettä koskettava kriisi, mutta erityisesti se vaikuttaa lapseen. Lapsi saattaa jäädä aikuisen surun varjoon, vaikka hän kokee tilanteen yhtä syvästi. Lapsen kyky käsitellä surua ja kuolemaa riippuu hänen ikä- ja kehitystasostaan. Lapsen tunteet voivat näyttäytyä esimerkiksi käyttäytymisen muutoksina, kehon oireina tai vetäytymisenä. Lapsi tarvitsee tilanteessa turvallisia aikuisia, jotka tunnistavat hänen tarpeensa, sanoittavat vaikeita asioita ikätasoisesti ja tarjoavat arjen jatkuvuutta sekä tukea tunteiden käsittelyyn ja ilmaisuun. Ilman asianmukaista tukea lapsen psyykinen hyvinvointi voi vaarantua, ja kriisin vaikutukset voivat heijastua pitkälle tulevaisuuteen. (Uittomäki 2022a, s. 45–47; Tuukkanen & Dahl 2024a, s. 28–32; Henriksson & Laukkala 2010, s. 7–9.)

Lapsen näkökulmasta tärkeintä on, että hänet kohdataan ymmärtävästi ja että hänen kokemuksensa otetaan vakavasti. Suru, pelko ja ahdistus tarvitsevat sanoittamista ja hyväksyntää. Lapsen ei tulisi jäädä yksin surunsa kanssa. Ammattilaisilla tulee olla valmiuksia tunnistaa lapsen tarpeet ja tukea koko perhettä kokonaisvaltaisesti (Henriksson & Laukkala 2010, s. 8–9; Ponteva 2006a, s.10–13; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2022.)

Tämän kehittämissuunnitelman opinnäytetyön tavoitteena on vastata konkreettiseen tarpeeseen laatimalla käytännönläheinen opas, jonka avulla voidaan tukea lapsia tilanteessa, jossa toinen vanhemmista on saattohoidossa. Lapsella tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä alle 18-vuotiaita lapsia ja nuoria. Työ toteutetaan kehittämishankkeena yhteistyössä Porin kaupunginsairaalan palliatiivisen osaston kanssa. Opas on suunniteltu osaston käyttöön ja tarkoitettu tukemaan hoitohenkilökuntaa lapsiperheiden kohtaamisessa sekä auttamaan lapsiperheitä haastavassa elämäntilanteessa.

Avaamme työn taustaa ja tarkoitusta sekä määrittelemme, miksi tämä aihe on tärkeä ja ajankohtainen. Esittelemme yhteistyökumppanimme ja sen roolin kehittämistyön mahdollistajana. Lisäksi hahmottelemme työn tavoitteet,

keskeiset käsitteet ja periaatteet, joihin työssä tukeudutaan. Tuomme esiin myös eettiset näkökohdat sekä työn etenemissuunnitelman ja aikataulun.

Opinnäytetyö painottuu lasten psykososiaalisen tukemiseen vanhemman kuoleman lähestyessä ja sen jälkeen. Aihe on herkkä ja vaatii hienovaraisuutta, mutta samalla konkreettisia välineitä, joiden avulla perheitä voidaan tukea arjen keskellä. (Henriksson & Laukkala, 2010, s.8). Tarkoituksena on rakentaa opas, joka on helposti käytettävissä osaston arjessa, ja joka jää elämään työkaluna vielä opinnäytetyöprosessin päättymisen jälkeen. Uskomme, että oppaan avulla voidaan edistää lapsen hyvinvointia ja turvata hänen oikeutensa surun keskellä saada ymmärtävää ja sensitiivistä tukea.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS TAVOITE JA TYÖELÄMÄYHTEISTYÖ

Tämä opinnäytetyö sai alkunsa aidosta tarpeesta kehittää tukea lapsille tilanteissa, joissa vanhempi on saattohoidossa. Aihe koskettaa syvästi koko perhettä, mutta erityisesti lasta, jonka kehitykseen ja tunne-elämään vakavan sairauden ja kuoleman läheisyys voivat vaikuttaa pitkäaikaisesti. Lapsen kokemus tällaisesta elämän kriisistä vaatii herkkyyttä ja ymmärrystä, jotta hänen tarpeensa ja tunteensa eivät jää näkymättömiksi aikuisen surun varjoon. (Henriksson & Laukkala, 2010, s.8).

Opinnäytetyön taustalla on tutkimustieto, jonka mukaan vanhemman kuolema tai sen lähestyminen on yksi merkittävimmistä lapsen psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttavista kokemuksista. Tilanne voi aiheuttaa hämmennystä, pelkoa ja surua, joille lapsi tarvitsee tukea ja sanoittajia. Erityisesti pienemmät lapset saattavat ilmaista tunteitaan epäsuorasti, esimerkiksi käyttäytymisen tai kehon oireiden kautta. Tästä syystä aikuisten ja ammattilaisten kyky kohdata lapsi sensitiivisesti on ensiarvoisen tärkeää. (Uittomäki, 2022a. s.45)

Työn perustana on ajatus siitä, että oikeanlainen, ajoissa annettu tuki voi vahvistaa lapsen selviytymiskykyä ja suojata häntä kriisin pitkäaikaisilta haitoilta. Kehitettävä opas tarjoaa vastauksia kysymyksiin, joita herää tilanteessa, jossa

vanhemman kuolema on lähestymässä: miten kohdata lapsi, miten hänen tunteitaan voidaan tukea ja mistä perhe voi saada lisäapua?

Opinnäytetyön lähtökohta ei ole vain teoriassa, vaan vahvasti käytännössä: tavoitteena on kehittää työväline, joka tukee perheiden arkea ja ammattilaisten työtä juuri siellä, missä tukea eniten tarvitaan – elämän kaikkein vaikeimmilla hetkillä.

Lapsen psykososiaalinen tukeminen tilanteessa, jossa toinen vanhemmista on saattohoidossa tai menehtyy, on sekä emotionaalisesti vaativa että käytännössä haastava tilanne niin perheille kuin ammattilaisillekin. Tällainen tilanne voi järkyttää lapsen perusturvallisuutta, vaikuttaa hänen kehitykseensä ja herättää voimakkaita tunteita, joita lapsi ei välttämättä osaa itse käsitellä. Tuen tarjoaminen oikea-aikaisesti ja lapsen kehitystasoon sopivalla tavalla voi edistää lapsen psyykkistä hyvinvointia ja auttaa häntä sopeutumaan vaikeaan elämäntilanteeseen (Tuukkanen & Dahl 2024, s. 28–32).

Psykososiaalinen tuki kattaa laajan kirjon toimenpiteitä ja kohtaamisia, joissa korostuu turvallisen aikuisen läsnäolo, arjen jatkuvuuden turvaaminen ja lapsen tunnetilojen ymmärtäminen. Lapsen suru voi näyttäytyä moninaisina reaktioina – esimerkiksi käytöksen muutoksina, somaattisina oireina tai vetäytymisenä. Näiden reaktioiden tunnistaminen ja niihin vastaaminen edellyttävät aikuisilta sensitiivisyyttä ja taitoa olla läsnä myös silloin, kun lapsi ei osaa itse pukea tunteitaan sanoiksi. (Uittomäki 2022a, s. 45–47.)

Vaikka lapsen tukeminen surussa on laajasti tunnistettu tarpeeksi, käytännön työssä tuki voi jäädä satunnaiseksi tai puutteelliseksi. Ammattilaiset voivat olla epävarmoja siitä, miten vaikeita asioita tulisi käsitellä lapsen kanssa. Myös perheet saattavat jäädä yksin tilanteessa, eivätkä he aina tiedä, mistä apua voisi saada. Siksi helposti ymmärrettävä, käytännönläheinen ja tulostettava opas on tarpeellinen väline sekä perheille että hoitohenkilökunnalle. Oppaan tavoitteena on tarjota selkeitä toimintamalleja ja ohjata lapsia ja aikuisia avun ja tuen äärelle (Ponteva 2006a, s. 10–13; Henriksson & Laukkala 2010, s. 7–9).

Aiheen ajankohtaisuutta ja merkitystä tukevat myös kansalliset ohjeistukset ja lainsäädäntö. Terveydenhuoltolain 70 § (1326/2010) edellyttää, että alaikäisen lapsen hoidon ja tuen tarve on selvitettävä silloin, kun vanhemman toimintakyky on heikentynyt esimerkiksi sairaalahoidon vuoksi. Vastaavasti sosiaalihuollon asiakaslain (812/2000) mukaan alaikäisen asema on turvattava myös silloin, kun vanhempi ei ole kykenevä huolehtimaan huoltovelvollisuudestaan. Lisäksi saattohoidon ja palliatiivisen hoidon kansalliset laatusuosituksukset korostavat lapsen oikeutta saada tietoa ja tukea läheisen sairastuessa vakavasti tai kuollessa. Suositusten mukaan lapsen tukemisen tulee olla osa hoitoprosessia. (THL, 2022.)

Sosiaali- ja terveydenhuollon lait ovat kaiken kattavia ja velvoittavat hyvinvointialueet ja kunnat toimimaan. Hyvinvointialueet ja kunnat tekevät omia säädöksiä valtakunnallisiin suosituksiin ja ohjeistuksiin perustuen. Valtakunnallisia suosituksia ja ohjeistuksia jakavat sosiaali- ja terveysministeriön alaisuudessa toimiva Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos sekä erinäiset järjestöt, yhdistykset ja verkkopalvelut, esimerkiksi Terveyskylä.fi jonka ovat kehittäneet Suomen yliopistosairaalat ja sisältöä siihen tuottavat sosiaali- ja terveydenhuollon asiantuntijat. (THL, 2022.)

Tiina Saarron THL:n kanssa tekemä ”Palliatiivisen hoidon ja saattohoidon kansallinen laatusuositus” sisältää 50 laatukriteeriä saattohoidon järjestämisestä. Nämä ovat valtakunnallisia suosituksia. Laatukriteeri 23 on otsikoitu ”Huomioidaan lapsen ja nuoren tuen tarve läheisenä”. Siinä kirjoitetaan, kuinka potilaan perheeseen kuuluvan alaikäisen lapsen tai nuoren tilanne ja tarpeet ovat huomioitava. Alaikäisellä on oikeus kuulla sairaudesta, hoidosta ja elinajan odotteesta ikätasoon nähden sopivalla tavalla. Perhetyöntekijän tai erityistyöntekijän vastaanotolle tulee ohjata varhaisessa vaiheessa. Potilaan perheeseen kuuluvan alaikäisen lapsen tai nuoren tilanne ja tarpeet on huomioitava. Nämä ovat hyviä ohjeistuksia ja suosituksia, eivät lakeja. Potilaan omaisten ja etenkin lasten ohjaus saattanee jäädä helposti vähemmälle huomiolle saattohoitopotilaan hoitotyössä. Tällaisten ohjeistuksien ja suositusten tueksi olisi hyvä olla konkreettisia apukeinoja, jotka antavat selkeästi ohjeita kohdattaessa saattohoitopotilaan omaisia ja lapsia. (THL, 2022.)

2.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena on luoda konkreettista materiaalia työelämäyhteistyökumppanin käyttöön. Tuotamme selkeän, käytännönläheisen oppaan, jonka avulla voidaan tukea lapsen psykososiaalista hyvinvointia silloin, kun toinen vanhemmista on menehtymässä. Työ toteutetaan kehittämishankkeena yhteistyössä Satakunnan hyvinvointialueen Porin kaupunginsairaalan palliatiivisen osaston kanssa. Opas on suunniteltu konkreettiseksi välineeksi osaston arkeen – se tukee sekä hoitohenkilöstöä että perheitä, joissa on alaikäisiä lapsia.

Oppaan keskeinen tavoite on auttaa perheitä ymmärtämään, miten lapsi kokee vanhemman sairauden ja lähestyvän menetyksen. Erityisen tärkeää on tukea lapsen tapaa käsitellä vaikeita tunteita ja tarjota hänelle turvallinen aikuinen, joka uskaltaa kohdata surun. Lapsi ei aina osaa puheuttaa pahaa oloa sanoiksi, ja siksi aikuisten on tärkeää osata tulkita tunteita, joita voi ilmetä monin eri tavoin. Oppaassa korostetaan sensitiivistä kohtaamista, tunnetaitojen tukemista ja arjen keinoja kuoleman käsittelemiseen lapsen näkökulmasta.

Tavoitteena on, että oppaasta muodostuu helposti käyttöön otettava ja selkeä apuväline, joka antaa konkreettisia keinoja lapsen psykososiaaliseksi tukemiseksi. Siihen kootaan konkreettisia toimintamalleja, joita voi hyödyntää suoraan hoitotyössä tai perheen omassa arjessa. Lisäksi oppaassa tarjotaan tietoa eri tukimuodoista ja palveluista, joihin perhe voi tarvittaessa ohjautua. Opas tullaan toteuttamaan visuaalisesti helposti lähestyttävään muotoon – suunnitteilla on A4-arkista taitettava A5-kokoinen esite, joka voidaan tulostaa osastolla tarpeen mukaan. Näin siitä saadaan käytännöllinen ja helposti jaettava materiaali.

Lopullinen tavoitteemme on, että opas jää elämään osana osaston arkea ja toimii pienenä mutta merkityksellisenä tukena niille perheille, jotka kulkevat elämän raskaimpia polkuja. Toivomme, että sen kautta voidaan vahvistaa lapsen näkyväksi tulemistä ja varmistaa, ettei yksikään lapsi jää yksin surunsa kanssa.

2.2 Työelämäyhteistyökumppani

Kehittämistyön toteutuksessa kumppaninamme toimii Satakunnan hyvinvointialueen Porin kaupunginsairaalan Hoito-osasto 3, joka tunnetaan nykyisin palliatiivisen hoidon osastona. Osasto tarjoaa tukea ja hoitoa vakavasti sairaille potilaille sekä heidän läheisilleen elämän loppuvaiheessa.

Yhteistyö sai alkunsa osaston toiveesta saada konkreettinen työväline, jolla voidaan tukea perheitä – ja erityisesti lapsia – silloin, kun toinen vanhemmista on saattohoidossa. Tarve oppaalle nousi esiin suoraan käytännön työstä: hoitohenkilökunta kohtaa tilanteita, joissa kaivataan lisätukea lapsen kohtaamiseen ja hänen tunteidensa huomioimiseen. Monesti arjen kiire ja surun keskellä vallitseva epävarmuus voivat estää riittävän tuen tarjoamisen lapselle.

Yhteyshenkilönä toimii hoito-osasto 3:n osastonhoitaja, jonka asiantuntemus ja kokemus ovat olleet tärkeässä roolissa kehittämistyön suunnittelussa. Yhteistyösopimus on laadittu ja hyväksytty kaikkien osapuolten kesken, mikä luo selkeät raamit ja mahdollistaa sujuvan työskentelyn koko prosessin ajan. Opinnäytetyön arviointiin ja palautteen antoon osallistuu myös osaston muu henkilökunta.

3 LAPSEN PSYKOSOSIAALINEN TUKEMINEN VANHEMMAN MENEHTYESSÄ

Opinnäytetyö käsittelee moniulotteista ja herkkää aihealuetta, jossa korostuvat lapsen kehitys, perheen kriisi ja kuoleman läheisyys. Jotta työn sisältö on ymmärrettävää ja selkeää, on tärkeää määritellä ne keskeiset käsitteet, joita työssä käytetään ja joihin se pohjautuu. Näiden käsitteiden ymmärtäminen luo pohjan sille, miten oppaasta saadaan mahdollisimman toimiva ja lapsen tarpeita aidosti huomioiva. Se auttaa myös hoitohenkilökuntaa ja läheisiä hahmottamaan, mistä lapsen tukemisessa juuri kyseisessä tilanteessa on kysymys.

3.1 Palliatiivinen hoito ja saattohoito

Palliatiivinen hoito tarkoittaa vakavasti sairastavan ihmisen kokonaisvaltaista tukemista silloin, kun sairauteen ei ole enää parantavaa hoitoa. Sen tavoitteena ei ole parantaa sairautta, vaan lievittää oireita ja kärsimystä, sekä tukea potilaan elämänlaatua loppuvaiheen elämän aikana. Palliatiivinen hoito keskittyy potilaan yksilöllisiin tarpeisiin, ja siinä huomioidaan fyysisen hyvinvoinnin lisäksi myös psyykkiset, sosiaaliset ja henkiset ulottuvuudet. Tällainen hoito ei ole sidottu tarkkaan ajankohtaan, vaan sitä voidaan aloittaa jo silloin, kun on tiedossa, ettei sairaus ole enää parannettavissa. Hoidon tärkeänä osana on myös läheisten tukeminen – heitä ei jätetä yksin vaikean tilanteen keskelle, vaan heidän tarpeensa huomioidaan osana hoitokokonaisuutta. On tärkeää muistaa potilaan läheiset ja tarjota heille tukea sekä ohjausta, jotta he voivat toimia potilaan voimavarana ja saada itsekin tukea vaikeassa tilanteessa. Erityisesti lapsiperheissä on tärkeää tunnistaa myös lasten tuen tarve ja tarjota heille keinoja ymmärtää ja käsitellä tilannetta ikätasoisesti. (Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Palliatiivisen Lääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä, 2019.)

Käypähoitosuosituksen mukaan laadukkaan saattohoidon perusta on palliatiivisen hoidon tarpeen tunnistaminen ja siitä seuraavien hoitolinjausten varhainen laatiminen. Kun potilaan tila heikkenee, on hyvä sopia etukäteen

hoitotoimenpiteiden rajoittamisesta sekä muista olennaisista ratkaisuista niin sanotun ennakoivan hoitosuunnitelman avulla. Tällöin voidaan luoda selkeät puitteet hoidon toteuttamiselle ja varmistaa, että potilaan tahtoa kunnioitetaan. Jatkuva oireiden arviointi, niiden vaikeusasteen tunnistaminen sekä hoidon vasteen seuraaminen ovat myös palliatiivisen hoidon kulmakiviä. Usein tässä työssä voidaan hyödyntää erilaisia oirekartoituselämyksiä, jotka helpottavat sekä oireiden että elämänlaadun seurantaan. (Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Palliatiivisen Lääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä, 2019.)

Saattohoito on palliatiivisen hoidon viimeinen vaihe, ja se keskittyy elämän loppuhetkiin. Saattohoito on oireita lievittävää hoitoa, jolla pyritään parantamaan elämän viimeisiä hetkiä. Siinä varmistetaan, että potilaalla on mahdollisimman hyvä ja arvokas loppuelämä – ilman kipua, ahdistusta tai turhia toimenpiteitä. Tavoitteena on rauhallinen ja inhimillinen kuolema. Saattohoidossa on tärkeää suunnitella hoito ennakoivasti, kun potilaan tila alkaa heiketä. Tällöin keskustellaan yhdessä potilaan ja läheisten kanssa esimerkiksi siitä, mitä hoitoja enää jatketaan ja mistä voidaan luopua. Näin varmistetaan, että potilaan tahtoa kunnioitetaan loppuun asti. (Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Palliatiivisen Lääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä, 2019.)

3.2 Lapsen käsitys kuolemasta eri ikäkausina

Lapsen tapa käsitellä menetyksiä ja vaikeita elämäntilanteita määräytyy pitkälti hänen kehitysvaiheensa mukaan. Varhaisessa iässä luodut kiintymyssuhteet vaikuttavat siihen, miten lapsi tunnistaa ja säätelee tunteitaan, sekä siihen, kuinka hän hakee tukea läheisiltään. Kun lapsi kohtaa kriisin, kuten vanhemman kuoleman tai vakavan sairastumisen, hänen ymmärryksensä tapahtuneesta ja keinonsa selviytyä siitä ovat sidoksissa psyykkiseen kehitystasoon. Tällaisessa tilanteessa lapsi tarvitsee ympärilleen turvallisia aikuisia, jotka tunnistavat hänen tarpeensa ja reaktionsa. Kehitysteorian näkökulmasta on keskeistä huomioida, että lapsen kokemusmaailma rakentuu eri tavoin eri ikäkausina, ja tämä vaikuttaa siihen, millainen tuki on tarkoituksenmukaista ja riittävää (Pulkkinen, 2017, s. 45.)

Ajattelun kehityksen keskeneräisyys sekä tiedon ja elämäkokemuksen puute rajoittavat lapsen kykyä ymmärtää kuolemaa ja vaikeuttaa surusta selviytymistä. Kehityksen edetessä lapsi käy samaa asiaa läpi toistuvasti, kunnes 11–12-vuotiaana hän voi ymmärtää kuoleman samalla tavalla kuin aikuinen. (Poijula, 2016, s.60.)

Lapsen ymmärrystä kuolemasta käsitellään ikätasojen mukaan. Alle puolivuotiaan ei vielä käsitä kuolemaa sinänsä, sillä pieni vauva ei vielä ymmärrä sen olemassaoloa, mitä hän ei näe. Jos vauva suree, reaktiona on ärtyisyys, itkuisuus, ruokahaluttomuus ja huono nukkuminen. Puolivuotias alkaa ymmärtää kohteen pysyvyyden ja poissaolon, eli sen, että jokin on olemassa vaikkei sitä näe. Tällöin lapsi etsii kadonnutta vanhempaansa ja osoittaa eroahdistusta. Vaikka lapsi ei vielä käsitä kuolemaa, aistii hän kodin ja perheen tunnetilan muutokset. Alle kaksivuotias huomaa, että kotona ei enää ole sitä ihmistä, joka ennen oli siellä. Alle kaksivuotiaat tuntevat myös ikävää ja kaipausta ihmistä kohtaan, joka katoaa heidän elämästään. Lapsi voi muuttua syrjäänvetäytyväksi ja apaattiseksi ja menettää kiinnostuksen ruokaan, leluihin ja liikkumiseen tuntiessaan surua. Pienen lapsen muistikuvat kuitenkin heikkenevät nopeasti. (Poijula, 2016, s.60.)

2–5-vuotiaat käsittävät kuoleman väliaikaisesti ja osittain. Se ei koske kaikkia ihmisiä, eikä lasta itseään. Lapsi ei myöskään vielä ymmärrä kuoleman pysyvyyttä, vaan lapsi voi odottaa läheisen tulevan myöhemmin takaisin. Lasten on vaikeaa ymmärtää kuoleman lopullisuus ja se, että kaikki kuolevat joskus. Vanhemman kuolema voi tässä ikävaiheessa heikentää lapsen turvallisuudentunnetta. Lapsi voi tarvita toistuvaa vakuuttelua ja selityksiä. Pienet lapset voivat uskoa aiheuttaneensa kuoleman, jos he ovat toivoneet sitä, tai ovat tehneet jotakin kiellettyä. (Poijula, 2016, s.61.)

7–12-vuotiaat lapset ovat kiinnostuneita kuolemasta ja he käsittävät kuoleman realistisesti. Yleensä yli yhdeksänvuotiaat käsittävät kuoleman olevan lopullista ja se koskee kaikkia. 12-vuotiaana lapsi alkaa ymmärtää kuoleman aikuisen tavoin ja voi pitää sitä luonnollisena prosessina. Kuolemaa ymmärtääkseen lapsen tulee ymmärtää, että kuolema ei valikoi kohteitaan, vaan kaikki elollinen kuolee. Myös hyvät ihmiset. Toiseksi tulee ymmärtää, että kuolema on pysyvää,

eikä siitä voi palata. Kolmanneksi tulee ymmärtää, että kuolleet eivät enää voi tuntea mitään. Näitä asioita on toistettava lapsen kasvaessa. (Poijula, 2016, s.61.)

Murrosikäinen ymmärtää kuoleman lopullisuuden, mutta samalla kehittyvä identiteetti ja voimakkaat tunteet voivat aiheuttaa ristiriitaisia reaktioita. Nuoret saattavat kyseenalaistaa kuoleman merkitystä, pohtia omaa kuolevaisuuttaan ja ilmaista suruaan eristäytymällä tai kapinoimalla. Vaikka nuori osaa järjestelmällisesti ymmärtää tapahtunutta, hän saattaa tarvita paljon emotionaalista tukea ja tilaa puhua kuolemasta omilla ehdoillaan. (MLL, 2023.)

3.3 Vanhemman sairauden vaikutus lapseen

Kun perheen vanhempi sairastuu vakavasti, tilanne vaikuttaa koko perheeseen. Lapselle tällainen tilanne voi olla pelottava. On tyypillistä, että lapsi kaipaa entistä enemmän läheisyyttä ja saattaa myös reagoida tavallisesta poikkeavalla tavalla. Tässä vaiheessa avoin keskustelu on erittäin tärkeää: lapsella herää usein monenlaisia kysymyksiä, joihin olisi hyvä vastata rehellisesti ja lapsen ikä- sekä kehitystasoon sopivalla tavalla. Samalla on tärkeää vakuuttaa lapsi siitä, että hänen hyvinvoinnistaan huolehditaan kaikesta huolimatta. On tärkeää korostaa, ettei sairaus johdu lapsesta. Tämä vähentää turhia syyllisyyden tai epävarmuuden tunteita. Lasta kannattaa lisäksi rohkaista purkamaan tunteitaan esimerkiksi leikin, piirtämisen tai liikunnan avulla, sillä monet lapset käsittelevät vaikeita asioita toiminnallisilla keinoilla. (Omaperhe, 2024.)

Vaikka kuolemaan liittyvät kysymykset voivat tuntua raskailta, lapsi kykenee usein yllättävän avoimeen ja joustavaan suhtautumiseen, kun hän saa turvallista tukea ja ymmärtäväisen läsnäolon. Pelon tunteiden sanoittaminen ääneen voi helpottaa lapsen ahdistusta ja antaa hänelle luvan kokea tunteensa ilman häpeää. Tällaisella avoimella kommunikoinnilla ja lapseen kohdistuvalla huolenpidolla tuetaan lapsen selviytymistä vaikeassa elämäntilanteessa. (Omaperhe, 2024.)

Vanhemman menettäminen jättää aina jälkensä lapseen, mutta sen vaikutuksiin voidaan vaikuttaa. Kun lapselle annetaan rehellistä tietoa tulevasta menetyksestä ja siihen liittyvistä elämänmuutoksista sekä mahdollisuus itse päättää, miten niihin suhtautuu, lapsi saa paremmat edellytykset selvitä tilanteesta. Vanhemman sairastumisesta kuolemaan voi kulua pitkäkin aika, ja lapsi saattaa tuona aikana kehittyä useiden eri kehitysvaiheiden läpi. Avoin ja rehellinen suhtautuminen auttaa lasta elämään mahdollisimman tavallista arkea, vaikka kuolema varjostaisikin tilannetta. (Tuukkanen & Dahl, 2024, s. 34.)

Vanhemman näkeminen sairaana ja sairauden näkyvien muutosten sanoittaminen voivat auttaa lasta ymmärtämään ja hyväksymään, miksi vanhempi kuolee. Jos sairaus ei näy päällepäin, lapsen voi olla vaikeampi käsittää, että nimenomaan sairaus johti kuolemaan. Samalla voi syntyä pelko siitä, että myös toinen vanhempi voi kuolla täysin odottamatta. (Tuukkanen & Dahl, 2024, s. 34.)

On tärkeää, että päiväkodin tai koulun henkilöstö tietää vanhemman sairastumisesta. Kun kasvatus- ja opetushenkilöstö on tietoinen tilanteesta, he pystyvät suhtautumaan lapsen mahdollisiin huoliin ymmärtäväisesti ja tarjoamaan hänelle lisätukea tarvittaessa. Lisäksi on hyvä muistaa, että joskus lapsi saattaa tarvita ammattiapua käsitelläkseen vaikeita tunteitaan ja kokemuksiaan. Tukea voi hakea esimerkiksi neuvolasta, kouluterveydenhuollosta tai järjestöiltä, kuten Mannerheimin Lastensuojeluliitolta. Näin varmistetaan, että lapsella on mahdollisimman laaja tukiverkko ja että hän saa apua juuri silloin, kun sitä tarvitsee. (Omaperhe, 2024.)

Pienillä lapsilla kielelliset keinot ovat vielä rajallisia, jolloin reaktiot ovat usein kehollisia tai kokonaisvaltaisia. Vanhemman psyykinen tila ja reagointi heijastuvat suoraan lapseen, ja turvallinen vuorovaikutus muodostuu tärkeimmäksi suojatekijäksi. Traumaattiset muistot voivat jäädä kehoon, vaikka niitä ei pystytä sanallistamaan. (Haravuori, ym., 2025.)

Leikki- ja kouluikäiset käsittelevät kuolemaa konkreettisemmin. Heidän turvallisuuden tunteensa rakentuu vahvasti arjen ennustettavuudesta ja läheisten reaktioista. Vanhemman menetys voi herättää voimakkaita pelkoja, surua ja

eroahdistusta. Myös syyllisyyden ja osallisuuden tunteet voivat korostua. Vanhemman läsnäolo, turvallisuus ja johdonmukainen arki tukevat selviytymistä. (Haravuori, ym., 2025.)

Nuorilla kehitysvaihe tuo mukanaan haasteita minäkuvan ja itsenäisyyden rakentamisessa. Vanhemman kuolema voi horjuttaa nuoren identiteettiä, ja psyykinen kuormitus voi ilmetä levottomuutena, impulsiivisuutena, kouluvaikeuksina tai masennusoireina. Usein nuoret pyrkivät käsittelemään kokemusta itsenäisesti, mutta ilman tukea he voivat ajautua tunteiden ulkoistamiseen, kuten päihteiden käyttöön tai riskikäyttäytymiseen. (Haravuori, ym., 2025.)

3.4 Lapsen suru, sen erityispiirteet ja ymmärtäminen

Läheisen poismeno on yksi elämän raskaimmista kokemuksista, ja lapsi tai nuori tarvitsee tällaisessa tilanteessa aina turvallisten aikuisten tukea. On hyvä muistaa, että jo pienillä lapsilla on kyky surra ja tarve ilmaista menetyksen herättämiä tunteita sekä ajatuksia. Suru on luonnollinen reaktio, joten lasta ja nuorta kannattaa rohkaista antamaan tunteilleen tilaa, jakamaan surun hetkiä ja muistelemaan rakasta läheistään. Avoin tunteiden käsittely on tärkeää myös kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta, sillä keho reagoi tunteisiin riippumatta siitä, tunnistammeko niitä tai yritämmekö tukahduttaa niitä. Siksi lapselle tai nuorelle olisi hyvä luoda ympäristö, jossa suru ja siihen liittyvät tunteet saavat tulla näkyviin turvallisesti ja ilman häpeää. (Uittomäki, 2022.) Myös hyvin pieni lapsi kokee surun, vaikka hän ei vielä täysin ymmärtäisikään kuoleman merkitystä. Hän aistii läheisten ihmisten kaipauksen ja tarvitsee yhtä lailla syyliä ja lohdutusta kuin isommatkin lapset. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2023.)

Kun muu perhe on itsekin syvästi kriisin keskellä, lapsen tai nuoren suru saattaa jäädä huomiotta. Tällöin lapsen omille tunteille ei löydy tilaa tai ne eivät nouse esille, ja hän joutuu ikään kuin odottamaan omaa vuoroaan päästäkseen purkamaan suruaan. Aina aikuiset eivät edes tajua lapsen reaktioiden liittyvän itse menetykseen. Tällainen tilanne johtuu usein lapsen rajoittuneesta kyvystä pukea ajatuksiaan ja kokemuksiaan sanoiksi. Siksi suru ilmenee hänellä monin

muin tavoin, esimerkiksi käyttäytymisessä, leikeissä tai mielialassa, eikä niitä välttämättä osata heti yhdistää menetykseen. (Uittomäki, 2022b.)

Surevalla lapsella tai nuorella voi ilmetä monenlaisia muutoksia käytöksessä, esimerkiksi koulunkäynnin suhteen. Joillakin keskittyminen oppitunneilla tai kotitehtävien parissa vaikeutuu, kun taas toiset saattavat löytää turvaa rutiineista ja menestyä poikkeuksellisen hyvin. Myös tarve vetäytyä omiin oloihinsa voi nousta esiin, sillä rauhallinen tila luo mahdollisuuden käsitellä menetystä kaikessa rauhassa. Yksinolosta voi samalla tulla keino hallita epävarmuutta tai pelkoja. (Uittomäki, 2022b.)

Usein läheisen menetykseen liittyy myös ahdistusta ja pelkoa siitä, että itselle tai muille perheenjäsenille sattuisi jotakin vastaavaa. Tällöin lapsen turvallisuuden tarve kasvaa, ja hänestä saattaa tulla takertuvaisempi. Erotilanteet voivat tuntua erityisen vaikeilta, ja ne voivat laukaista voimakkaita reaktioita. Lisäksi kuolemaan liittyvät muistot ja mielikuvat voivat nousta pintaan toistuvasti. Jos lapsi yrittää torjua näitä ajatuksia, seurauksena voi olla rauhattomuutta. Pelot ja ahdistus korostuvat usein iltaisin, jolloin nukahtaminen voi vaikeutua ja unta häiritä heräily tai painajaiset. Tällaiset reaktiot kertovat siitä, että lapsi prosessoii menetystä ja surua omalla tavallaan. (Uittomäki, 2022b.)

Sureva lapsi tai nuori voi kokea tunteiden vaihtelun äärimmäisen voimakkaana ja nopeana. Koska lapsella ei vielä ole kokemusta siitä, että voimakkaistakin tunnetiloista voi toipua ja ajan myötä ne helpottavat, hän saattaa hämmentyä tai pelästyä omia reaktioitaan. Vihan, pelon, syyllisyyden, häpeän sekä huonommuuden ja avuttomuuden tunteet voivat nousta pintaan, ja toisinaan suru ilmenee kovina vihanpurkauksina tai raivokohtauksina. On tärkeää, että kotona on lupa kokea ja näyttää kaikki tunteet. Jos perheen aikuiset pystyvät ottamaan lapsen tai nuoren tunteet vastaan rauhallisesti, he voivat helpottaa lapsen olotilaa. Samalla voidaan yhdessä pohtia ja harjoitella rakentavia tapoja tuoda esiin vaikeitakin tunteita. (Uittomäki, 2022, s. 57.)

Surun vaikutukset voivat myös tuntua kehossa erilaisten oireiden muodossa, kuten päänsärkynä tai vatsakipuna sekä painonmuutoksena. Lasten ja nuorten on usein helpompi jaksaa, kun heille kerrotaan etukäteen, miten mieliala tai keho

saattavat reagoida surun keskellä. On myös hyvä antaa lapselle tai nuorelle mahdollisuus kertoa omista selviytymiskeinoistaan. Moni kokee arvokkaana sen, että häntä kuunnellaan ja hän saa itse miettiä, mikä voisi auttaa silloin, kun olo on vaikea. Turvallisten aikuisten tuki ja avoin, myötätuntoinen suhtautuminen voivat merkittävästi lievittää surua ja pelkoa sekä auttaa lasta tai nuorta löytämään tapoja käsitellä vaikeita tunteitaan. (Uittomäki, 2022, s. 57.)

Lapsen kokemukseen menetyksestä vaikuttaa moni asia, kuten kenet lapsi menetti ja miten, miten lapselle on kerrottu asiasta ja miten lapsen surua on tuettu. Millaisia kokemuksia lapsella on aiemmin ja millainen perhe ja ympäristö lapsella on, sekä millainen kiintymyssuhde ja tunteidenkäsittelytaidot lapsella on. (Uittomäki, 2022, s. 58)

3.5 Surun käsitteleminen lapsen kanssa

Vanhemman kuolemaan johtavasta sairaudesta tulisi kertoa lapselle heti diagnoosin jälkeen. Näin lapsi saa aikaa sopeutua ja pohtia asiaa, jolloin hän on vanhemman kuoleman hetkellä mahdollisimman valmis kohtaamaan tilanteen. Lapselle on tärkeää antaa tilaa esittää kysymyksiä, jakaa ajatuksiaan ja ilmaista tunteitaan, jotta hän oppii käsittelemään uutta elämäntilannetta. (Tuukkanen & Dahl, 2024 s. 35.)

Lapselle tulisi puhua sairaudesta rehellisesti ja ikätaso huomioiden sekä käyttää sairauksista niiden oikeita nimiä. Jos lapsi ei saa valmistautua etukäteen, voi vanhemman kuolema olla erityisen traumatisoiva kokemus. Vanhemman kuolema jättää lapseen aina psyykkisen jäljen, mutta sen vaikutuksiin voidaan vaikuttaa ottamalla lapsi mukaan tapahtumien käsittelyyn ja keskustelemalla niistä avoimesti. Riittävän ajoissa annettu tieto ja lapsen osallisuus vahvistavat lapsen luottamusta vanhempaan sekä tukevat myönteistä kasvua ja kehitystä. (Tuukkanen & Dahl, 2024 s. 35.)

Vanhemmalla on vastuu kertoa lapselle häntä koskevista, vaikeistakin asioista, koska lapsi ei välttämättä osaa itse kysyä tai puhua tunteistaan, etenkin tilanteissa, jotka ovat hänelle vieraita. On tärkeää tehdä lapselle selväksi, että

hänen ei ole pakko puhua, mutta aikuisen tehtävä on silti tarjota hänelle tietoa ja tukea. Rehellinen asioiden kertominen vähentää pelkoja ja väärinkäsityksiä sekä auttaa lasta ymmärtämään tapahtumia. Se luo myös mahdollisuuden kysyä mieltä painavista asioista ja sanoittaa tunteita. Keskustelu ei rajoitu ainoastaan suruun ja vihaan, vaan lapsella tulee olla lupa tuntea myös iloa ja toivoa tulevaisuudesta. (Tuukkanen & Dahl, 2024 s.36.)

On tärkeää, että lapsi kuulee muuttuneesta tilanteesta sellaiselta henkilöltä, jonka kanssa hän voi myöhemminkin jutella ja jakaa tunteitaan – myös itkua ja kiukkua. Kertomisen ajankohta ja paikka vaikuttavat siihen, miten lapsi ottaa asiat vastaan. Lapselle voi sanoa etukäteen: ”Minulla on tärkeää kerrottavaa, joka liittyy äitiin/isään”, jolloin lapsi ehtii hieman valmistautua. Lisäksi lapsi saa säädellä itse, kuinka paljon tietoa hän kerralla haluaa, ja hänelle on hyvä antaa aikaa sulatella kuulemaansa. Aina lapsi ei välttämättä kykene kohtaamaan asiaa heti, vaan saattaa torjua sen mielestään, jos kokemus tuntuu liian pelottavalta. Sen vuoksi on hyvä kysyä lapselta, tietääkö hän, mitä kuolema tarkoittaa, ja kuunnella hänen ajatuksiaan rauhassa. (Tuukkanen & Dahl, 2024 s. 37.)

Varsinainen prosessi alkaa siitä, kun lapsi saa ensimmäisen kerran kuulla kuolemasta. Sen jälkeen hänelle voi syntyä tarve kuulla lisää tietoa tai tarve pitää taukoa. Tauon kuluessa lapsi käsittelee asiaa itsekseen, ja kun hän on valmis jatkamaan, aikuisen on oltava valmiina keskustelemaan uudelleen. (Tuukkanen & Dahl, 2024 s.37.)

Lapsia voidaan valmistaa pettymyksiin ja menetyksiin sekä vahvistaa heidän selviytymiskeinojaan. On tärkeää auttaa ennakoivasti lasta kohtaamaan kuoleva ja kuolema. Lapsen kanssa voidaan vieraila kirkossa ja hautausmaalla ja keskustella kuolemasta ja sen vaikutuksista. Kuolemaa voidaan käsitellä myös lapsille suunnattujen kirjojen avulla. Lapsia voidaan myös valmistaa opettamalla ilmaisemaan surua ja vastaanottamaan lohdutusta. On myös huomioitava, että lapsi kykenee sulattamaan tietoa vain pieniä määriä kerrallaan. (Poiijula, 2016. s.64.)

Lapsen ja nuoren selviytymistä traumaattisesta kokemuksesta tukee ensisijaisesti turvallinen, läsnä oleva ja tunnetasolla tavoittava aikuinen. Tärkeää

on, että lapsi saa mahdollisuuden ilmaista ajatuksiaan ja tunteitaan ikätasolle sopivalla tavalla. Vanhemman kyky selviytyä omasta surustaan on merkittävä tekijä: vanhemman psyykkinen romahdus, vetäytyminen tai ylisuojelevuus voivat estää lapsen tarpeiden tunnistamista ja reagoimista niihin. (Haravuori, ym., 2025.)

Perheellä ja läheisillä on keskeinen rooli psykososiaalisessa tukemisessa. Myös koulun, päiväkodin tai muun kasvuyhteisön tuki, kuten ymmärrys lapsen tilasta ja mahdolliset joustot arjen vaatimuksissa, voivat edistää toipumista. On tärkeää, että lapsi tai nuori ei jää yksin kokemuksensa kanssa. Mikäli trauma jää jäsentymättä, se voi ikään kuin koteloitua, jolloin lapsi sopeutuu elämään rajatun tunne-elämän ja kaventuneen toimijuuden kanssa. (Haravuori, ym., 2025.)

Resilienssi eli psyykkinen joustavuus tarkoittaa kykyä sopeutua vastoinkäymisiin ja jatkaa kehitystä vaikeuksista huolimatta. Se ei ole pysyvä ominaisuus, vaan dynaaminen prosessi, jota voidaan tukea. Resilienssiä vahvistavat muun muassa toimivat ihmissuhteet, tunne siitä, että elämään voi vaikuttaa, osallisuuden kokemus ja taito tunnistaa positiivisia tunteita surun keskellä. Turvalliset aikuiset, niin perheessä kuin yhteisöissä, toimivat tärkeinä resilienssin tukipilareina. (Haravuori, ym., 2025.)

Vaikka vanhemman menetys on aina raskas kokemus, moni lapsi ja nuori kykenee selviytymään siitä ajan ja tuen avulla ilman pitkäaikaisia mielenterveydellisiä seurauksia. Keskeistä on tunnistaa lapsen yksilölliset tarpeet ja tarjota riittävästi aikaa, turvaa ja tukea emotionaaliselle toipumiselle. (Haravuori, ym., 2025.)

Läheisen kuolema voi vaikuttaa murrosikäiseen voimakkaasti. Suru voi näkyä vetäytymisenä, alakuloisuutena tai välinpitämättömänä käyttäytymisenä. Murrosikäiselle on tyypillistä tuntea olevansa yksin ja tuntea, ettei häntä ymmärretä. Nuori saattaa haluta pysytellä etäällä perheen yhteisestä surutyöstä. Hän ei välttämättä halua vieraila sairaalassa, hyvästellä vainajaa tai osallistua hautajaisiin. Nuorta ei kuitenkaan pitäisi jättää sivuun, vaan häntä tulisi kannustaa osallistumaan. (MLL, 2023.)

Suruun liittyvät rituaalit, kuten hautajaiset, tarjoavat mahdollisuuden hyvästien jättämiseen ja tukevat suruprosessia. Myöhemmin nuori saattaa katua, jos hänet on jätetty helposti pois perheen yhteisistä surunhetkistä. Traumaattinen kokemus herättää ihmisessä tarpeen jakaa tuskansa toisen kanssa, mutta murrosikäinen saattaa päinvastoin vetäytyä ja viestiä haluavansa olla rauhassa. Tämä voi johtua pelosta kohdata omat tunteet tai halusta näyttäytyä itsenäisenä. Aikuisen on hyvä tiedostaa, että vaikka nuori ei sitä ilmaise, hänellä on silti tarve tulla kuulluksi ja tuetuksi. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2023.)

Murrosikäinen saattaa myös kokea ristiriitaisia tunteita vanhempiaan kohtaan. Jos vanhemmat ovat surun lamaannuttamia, nuori voi ajatella, että hänen tulisi huolehtia heistä. Suruun voi sekoittua vihaa kuollutta kohtaan, pettymyksiä menneistä riidoista tai katumusta omasta käytöksestä. Tällainen tunteiden vyyhti voi johtaa siihen, että nuori yrittää tukahduttaa surunsa. Kuitenkin käsittelemättömät tunteet purkautuvat usein myöhemmin esimerkiksi vihaisuutena, häiriökäyttäytymisenä tai vaikeuksina ihmissuhteissa. (MLL, 2023.)

Kuolleesta puhuminen ja yhteiset muistot voivat helpottaa nuoren surua. Myös luotettava ystävä, koulukuraattori tai terapeutti voi tarjota tukea. Joillekin päiväkirjan pitäminen tai kirjeiden kirjoittaminen menetetyille läheiselle voi olla toimiva tapa käsitellä tunteita ja jakaa ajatuksia, joita jäi sanomatta. (MLL, 2023.)

3.6 Lapsen tunteiden ilmaisun tukeminen

Vaikeassa elämäntilanteessa vanhempien omat tunteet voivat estää heitä huomaamasta lapsen tunteita ja tukemasta häntä niissä. Kodin tulisi olla paikka, jossa lapsi voi turvallisesti kokea erilaisia tunteita sekä opetella käsittelemään, säätelemään ja hyväksymään niitä. Jos tunnetaitoja on harjoiteltu jo etukäteen, lapsen on helpompi kohdata myös vanhemman kuolema. (Tuukkanen & Dahl, 2024 s.42.)

Tunteiden käsittelyä voi opettaa lapselle keskustella tunteista avoimesti ja sallia niiden näkyminen kotona. Monille lapsille on helpompaa ilmaista tunteitaan muuten kuin puhumalla, esimerkiksi musiikkia kuuntelemalla, piirtämällä tai

leikkimällä. Lapsi tarvitsee aikuisen tukea oppiakseen tunnistamaan ja ilmaisemaan erilaisia tunteita. Apuvälineinä voidaan hyödyntää esimerkiksi tunnekortteja, -mittareita ja aihetta käsitteleviä kirjoja, jotka helpottavat tunteista puhumista. Myös aikuisen oma esimerkki ja omien tunteiden sanoittaminen auttavat lasta ymmärtämään, että kaikki tunteet ovat sallittuja. (Tuukkanen & Dahl, 2024 s. 42.)

Aikuisen ei tarvitse pelätä surunsa näyttämistä tai itkemistä lapsen tai nuoren edessä. Avoin suhtautuminen omiin tunteisiin viestii lapselle, että myös hänellä on lupa ilmaista suruaan, ja itku on luonnollinen tapa purkaa pahaa oloa. On toki mahdollista, että vanhemman kyyneleet voivat pelottaa lasta, mutta tilannetta helpottaa, kun aikuinen kertoo hänelle omista tunteistaan ja siitä, etteivät ne ole vaarallisia. Näin lapsi ymmärtää, että vaikka aikuinen suree, tämä on edelleen turvana. Usein vanhemmat pyrkivät suojelemaan lasta välttämällä puhetta kuolemasta lapsen kuullen, etenkin jos kuollut henkilö on ollut lapselle hyvin tärkeä. Tällöin pelätään lapsen reaktioita ja mahdollisia itkuja. Kuitenkin, jos lapsi jätetään tapahtumien ulkopuolelle, jää hänen oma surunsa huomaamatta ja käsittelemättä. On toki raskasta kohdata samaan aikaan sekä oma että lapsen suru, mutta yhteisesti jaettu suru on yleensä helpompi kantaa kuin tilanne, jossa lapsen tai aikuisen suru kielletään tai salataan kokonaan. (MLL, 2023.)

Trauman jälkeen ilmenevä viha on monimuotoinen ja usein vaikeasti hallittava tunne. Se voi ilmetä sekä lievänä ärtyneisyytenä että täydellisenä raivona. Sillä on luonnollinen suojaava rooli ihmisen kehityksessä ja ihmissuhteissa. Kuitenkin, jos vihaa ei osata säädellä, sen hallitsemattomuus voi aiheuttaa merkittäviä ongelmia sekä perheessä, että laajemmassa yhteiskunnallisessa kontekstissa. Liiallinen viha voi johtaa tunteen hallinnan menetykseen, mikä puolestaan voi pahentaa avuttomuuden, masentuneisuuden ja riskinottokäyttäytymisen ilmenemistä tai jopa johtaa itsensä vahingoittamiseen. Trauman jälkeen vihan purkaukset saattavat tuntua suhteettoman suurilta verrattuna sen laukaisijaan, ja viha muodostuu keskeiseksi tunteeksi. Samalla viha voi piilottaa alleen muut vaikeat tunteet, kuten pelon, surun, syyllisyyden ja alakuloisuuden. (Poijula, 2016. s. 39–42)

Vihan hallinnan oppiminen on haastavaa. Tunnekasvatuksessa korostetaan ensisijaisesti itsehillinnän merkitystä, jotta lapsi oppii ilmaisemaan tunteensa rakentavalla tavalla. Lapselle voidaan antaa työkaluja ja keinoja, joiden avulla hän voi kuvata, miltä hänestä tuntuu tapahtuneen jälkeen ja miten hän haluaisi tilanteen ratkeavan. Tällainen avoin keskustelu ja itseilmaisun harjoittaminen – esimerkiksi piirtämisen, kirjoittamisen tai muun visuaalisen ilmaisun kautta – antaa lapselle mahdollisuuden käsitellä vaikeita tunteitaan. Myös fyysiset keinot, kuten rauhallinen hengittäminen, tilanteesta vetäytyminen tai kehon liike, voivat auttaa purkamaan vihaa turvallisesti. Esimerkiksi opettamalla lasta hakkaamaan tynnyä, painamaan käsiä seinää vasten tai heittämään jotain sallittua, voidaan ohjata vihan energiaa rakentavaan suuntaan. (Pojjula, 2016. s. 39–42)

On tärkeää muistaa, että viha on luonnollinen osa inhimillistä kokemusta, mutta sitä voidaan opetella hallitsemaan. Aikuiset, jotka ovat vastuussa lapsen tunteiden ohjaamisesta, voivat tukea lasta antamalla esimerkin omien tunteiden avoimesta ja rehellisestä ilmaisusta. Näin lapsi oppii, että tunteiden, myös vihan, kohtaaminen ja ilmaiseminen ovat osa normaalia selviytymistä vaikeista kokemuksista. Yhteinen harjoittelu ja keskustelu auttavat löytämään keinoja, joilla tunnepurkaukset eivät johda hallitsemattomuuteen, vaan ne saadaan ohjattua turvallisiksi ja rakentaviksi ilmaisuiksi. (Pojjula, 2016. s. 39–42.)

Toinen trauman keskeinen tunne on pelko, joka koetaan usein voimakkaana ja kielteisenä. Se syntyy tilanteessa, jossa ulkoinen uhka aiheuttaa sekä psyykkisiä että fyysisiä reaktioita. Pelko voi näkyä esimerkiksi sydämen sykkeen kiihtymisenä, hikoiluna, vapinana tai kurkun puristavana tunteena. Käyttäytymistasolla se ilmenee tyypillisesti taistelu- tai pakenemisreaktiona, jolloin ihminen joko yrittää puolustautua uhkaavaa tilannetta vastaan tai pyrkii vetäytymään siitä. Pelko on näin ollen kokonaisvaltainen tunne, joka vaikuttaa yhtä lailla kehoon kuin mieleenkin. Hyvin voimakkaat pelon kokemukset eivät jää muistiin normaalisti, vaan varastoituvat muistijäljiksi ilman tietoista mieleen painamista. Pelkotilassa tallennetut muistikuvat voivat jälkeinpäin aktivoitua traumaattisesta kokemuksesta muistuttavasta ärsykkeestä ja aiheuttaa voimakkaan reaktion. Tämän seurauksena voi kehittyä traumaperäinen stressireaktio. Ahdistus taas on ratkaisematonta pelkoa, tilanteeseen, jonka ihminen arvelee voivan tapahtua. Ahdistus koetaan pelkona, jännityksenä tai

painon tunteena. Se voi esiintyä myös huolestuneisuutena, hätääntymisenä tai levottomuutena. (Poijula, 2016. s. 36–38.)

Kun lapsi on ahdistunut, pelkät sanat eivät yleensä riitä rauhoittamaan hermostoa. Tällöin on hyvä vaikuttaa ensin lapsen hermojärjestelmään. Lasta voi auttaa ottamalla hänet syliin, silittelemällä, halaamalla ja ohjaamalla häntä hengittämään rauhallisesti. Syvään hengittäminen voi auttaa hermostoa palautumaan taistele ja pakene tilasta. Empatia auttaa vanhempia tunnistamaan ahdistuneisuuden ja kuvailemaan sitä lapselle. Auttaa, kun aikuinen huomaa, miten lapsen sydän hakkaa, hengitys on pinnallista ja lapsella on vaikea olo. Tällöin aikuinen voi sanoittaa ääneen näitä reaktioita ja näyttää lapselle ymmärtävänsä häntä. (Poijula, 2016. s. 36–38.) Tämä auttaa lasta ymmärtämään omaa tunnettaan ja rauhoittumaan.

3.7 Lapsen psykososiaalinen tukeminen

Lapsen kokemus vanhemman kuolemasta on syvästi järkyttävä ja voi vaikuttaa hänen kehitykseensä, turvallisuudentunteeseensa ja arjen hallintaan pitkäaikaisesti. Tällaisessa tilanteessa lapsi tarvitsee erityistä psykososiaalista tukea, jonka tavoitteena on lievittää kriisin aiheuttamaa psyykkistä ja sosiaalista kuormitusta sekä tukea lapsen selviytymistä surun keskellä (Ponteva, 2006, s.10). Traumaattisessa tilanteessa lapsen tai nuoren kokema turvattomuus, voimakkaat tunteet ja kehon reaktiot voivat ylittää hänen kehitykselliset säätelykeinonsa. Psyykkisen trauman seurauksena lapsi voi kokea muun muassa ahdistusta, pelkoa, unihäiriöitä, somaattisia oireita, vetäytymistä tai aggressiivista käytöstä – ja oireet vaihtelevat kehitysvaiheen mukaan. (Haravuori, ym., 2025.)

Psykososiaalinen tuki vanhemman kuoleman jälkeen tarkoittaa kaikkia niitä toimenpiteitä, joilla tuetaan lapsen psyykkistä hyvinvointia, sosiaalista toimintakykyä ja arjen jatkumista turvallisesti. Se on osa kuntien lakisääteistä sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa ja kuuluu osaksi varautumista erityistilanteisiin (Henriksson & Laukkala 2010, s. 7).

Psykososiaalinen tuki ja palvelut voidaan jakaa kolmeen osa-alueeseen: psyykkiseen, sosiaaliseen ja hengelliseen tukeen (Ponteva 2006, s. 11). Psyykinen tuki sisältää keskusteluapua, suruprosessin tukemista, kriisityötä ja tarvittaessa psykoterapiaa. Tärkeää on, että lapsi saa jakaa tunteitaan turvallisesti ja saa aikuisen, joka kuuntelee häntä ilman kiirettä (Henriksson & Laukkala 2010, s. 8).

Sosiaalinen tuki tarkoittaa käytännön apua esimerkiksi koulunkäynnin, harrastusten ja arjen sujuvuuden järjestämisessä. Usein vanhemman menehtyessä perheen arki muuttuu merkittävästi, ja lapsen turvallisuudentunne voi järkkäytyä. Sosiaalitoimen rooli korostuu, kun perhe tarvitsee tukea esimerkiksi toimeentuloon tai uusien asumisjärjestelyiden tekemiseen (STM, 2009.)

Hengellinen tuki voi olla tärkeää monille lapsille ja perheille. Esimerkiksi kirkon tai muun uskonnollisen yhteisön tarjoama tuki voi auttaa käsittelemään kuolemaan liittyviä kysymyksiä, lohduttaa ja antaa toivoa (Ponteva 2006, s. 12). Lapsella tulee olla mahdollisuus pohtia kuolemaa ikätasonsa mukaisesti, ja hänen suruprosessiaan tulee kunnioittaa – myös silloin, kun hän ei kykene sanoittamaan kokemustaan.

Psykososiaalinen tuki on moniammatillista yhteistyötä. Lapsen tukemiseen voi osallistua sosiaalityöntekijöitä, terveydenhuollon ammattilaisia, opettajia, varhaiskasvatuksen henkilökuntaa ja seurakunnan edustajia. Tärkeää on, että tieto lapsen tilanteesta kulkee eri toimijoiden välillä ja että lapsi saa tuekseen turvallisen aikuisen – mieluiten useamman – joka huomioi hänen tilanteensa arjessa (Henriksson & Laukkala 2010, s. 9).

Lapsen näkökulmasta kaikkein tärkeintä on tunne siitä, että hänen kokemuksensa otetaan vakavasti, hänen kysymyksiinsä vastataan rehellisesti, ja hänen surulleen annetaan aikaa ja tilaa. Lapsi tarvitsee myös mahdollisuuden osallistua hyvästijättöön ja sururitualeihin ikätasonsa mukaisesti, sillä se tukee hänen toipumistaan ja auttaa ymmärtämään tapahtunutta (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009.)

Psykososiaalinen tukeminen ei ole kertaluontoinen toimenpide, vaan prosessi, joka voi kestää kuukausia tai vuosia. Tukimuotoja voivat olla esimerkiksi sururyhmät, vertaistuki, yksilökeskustelut, perheterapia tai koulun kautta järjestettävä tuki. Näillä kaikilla pyritään vahvistamaan lapsen selviytymiskeinoja ja ehkäisemään pitkäaikaisia haittoja (Ponteva 2006b, s. 13).

Lapsen psykososiaalinen tukeminen vanhemman menehtyessä on herkkää, pitkäjänteistä ja moniammatillista työtä. Tuen tarkoituksena on suojata lasta kriisin haitallisilta vaikutuksilta, auttaa häntä ilmaisemaan tunteitaan ja rakentamaan uudelleen turvallisuuden tunnetta menetysten keskellä. Oikea-aikainen ja yksilöllisesti suunniteltu tuki on avainasemassa lapsen toipumisen ja kehityksen turvaamisessa (Henriksson & Laukkala, 2010 s.10.) Lasten traumaperäisiä oireita voidaan kartoittaa ja seuloa lapsille soveltuvalla CRIES-lomakkeella. (Haravuori, 2020).

3.8 Välitöntä reagointia vaativat tilanteet

Huoltajien ja ammattilaisten on tärkeää toimia nopeasti tilanteissa, joissa lapsen hyvinvointi on uhattuna vanhemman sairauden tai kuoleman seurauksena. Erityistä tarkkaavaisuutta ja ripeää reagointia vaativat tilanteet liittyvät esimerkiksi siihen, että lapsi jää ilman tukea, hänen käytöksessään tapahtuu huolestuttavia muutoksia tai perheen tukiverkosto on riittämätön. Nopea puuttuminen on olennaista lapsen turvallisuuden ja kehityksen turvaamiseksi. Tilanteet, joissa vaaditaan hoitajilta ja omaisilta välitöntä reaktiota ja toimenpiteitä saattavat muodostua ongelmallisiksi ja jopa elinikäisen trauman aiheuttajiksi. (Mielenterveystalo, i.a.)

Ammattilaisen tukea tarvitaan erityisesti silloin, kun lapsen voimakkaat tunne- tai käyttäytymisreaktiot jatkuvat pitkään ja alkavat haitata arjen sujumista. Huolestuttavia merkkejä ovat myös tilanteet, joissa lapsen käytös tai persoonallisuus muuttuu selvästi, tai jos lapsi vetäytyy läheisistä ihmisistä ja ihmissuhteista. Ammattiavun hakeminen voi olla tarpeen myös silloin, kun vanhempien jaksaminen on heikentynyt ja perhe tarvitsee apua päivittäisten asioiden hoitamisessa. (Mielenterveystalo, i.a.)

Tukea voi hakea esimerkiksi lapsiperheiden kotipalvelun tai perhetyön kautta. Lisäksi apua on saatavilla perheneuvolasta, koulupsykologilta, koulukuraattorilta, lastenneuvolasta, nuorisosemalta ja opiskelijahuollon palveluista. Vertaistukea lapsi ja perhe voivat löytää myös surujärjestöjen tarjoamien palveluiden kautta. (Mielenterveystalo, i.a.)

3.8 Tukea vanhempansa menettäneelle Lapselle

Suomessa on tarjolla monipuolisia tukipalveluita lapsille ja nuorille, jotka ovat menettäneet vanhempansa. Tukea on saatavilla sekä julkiselta sektorilta että kolmannen sektorin toimijoilta. Esimerkiksi neuvolat ja perheneuvolat ovat usein perheiden ensimmäinen kontakti, kun halutaan keskustella lapsen hyvinvoinnista ja saada ammattilaisen tukea surun käsittelyyn. Myös koulujen ja oppilaitosten opiskeluhuollon henkilöstö, kuten koulupsykologit, kuraattorit ja terveydenhoitajat, ovat tärkeässä roolissa lapsen tukemisessa arjessa. He voivat tarjota keskusteluapua, arvioida tuen tarvetta ja ohjata eteenpäin tarvittaessa. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023a.)

Nuorille on tarjolla mielenterveyspalveluita sekä hyvinvointialueiden kautta että digitaalisesti esimerkiksi Nuorten mielenterveystalon palveluissa. Myös perhetyöntekijät sosiaalipalveluissa voivat olla mukana tukemassa perhettä, kun elämäntilanne muuttuu surun tai kriisin myötä. Lisäksi erilaiset järjestöt, kuten surujärjestöt ja potilasjärjestöt, tarjoavat vertaistukea ja ryhmätoimintaa, joka voi olla arvokasta etenkin silloin, kun lapsi kaipaa kokemuksen jakamista muiden samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023a.)

Seurakunnat ovat merkittävä tukea tarjoava taho. Esimerkiksi erityisnuorisotyöntekijät voivat kohdata nuoria yksilöllisesti tai ryhmissä ja tarjota tilan tunteiden käsittelylle ja suruprosessille. Myös Suomen Punainen Risti (SPR) toimii osana tukiverkostoa erilaisissa kriisi- ja surutilanteissa. Monipuolinen ja saavutettava tukijärjestelmä auttaa varmistamaan, ettei lapsi jää yksin vaikeassa elämäntilanteessa. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023a.)

Lapsi tai nuori ei välttämättä osaa tai halua puhua tapahtuneesta. Läheiset, omaiset, hoitohenkilökunta ennen kaikkea ovat keskeisessä pääosassa lapsen ja nuoren elämäntilanteessa sillä hetkellä. Heiltä saatu tieto ja apu on ensisijaista. Lasta tai nuorta kehoitetaan keskustelemaan ja kysymään kuolemaan liittyvistä asioista. Viestitään, että suruun liittyvät tunteet ovat sallittuja ja tuetaan niiden ilmaisussa. Syyllisyydentunteita ja pelkoja voi ilmetä, niiden läpikäyntiin tarvitaan aikuista ja mahdollisesti ammattiapua.

Oman hyvinvointialueesi sosiaali- tai kriisipäivystyksestä saa kriisiapua. Lisäksi joillakin paikkakunnilla on kriisikeskuksia. Satakunnan Hyvinvointialueella sosiaali- ja kriisipäivystys toimii 24 h/vrk kiireellisissä tapauksissa. Länsirannikon mielenterveysseura Ry:n ylläpitämä Ankkuripaikka Raumalla sekä Eurassa, toimii lähinnä kiireettömissä tapauksissa. Suomi.fi:n internetsivuilla olevasta Läheisen kuolema -oppaasta löytyy kattavasti tietoa tukitavoista ja –keinoista. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023a.)

Jos alle 18-vuotiaan huoltaja menehtyy, Kela tukee lasta maksamalla lapseneläkettä. Mikäli nuori jatkaa opintojaan täysi-ikäisyyden saavuttamisen jälkeen, hänellä on mahdollisuus saada tukea edelleen, aina 21 vuoden ikään saakka. Tällöin kyseessä on koululaiseläke, joka on tarkoitettu opiskeleville nuorille. Koululaiseläkettä ei kuitenkaan myönnetä automaattisesti, vaan sitä tulee hakea erikseen. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023b.)

Vanhemman menehtyminen voi vaikuttaa useisiin Kelan tarjoamiin tukiin ja etuuksiin. Tällaisia ovat esimerkiksi lapsilisä, elatusapu tai elatustuki, opintotuki, yleinen asumistuki, työmarkkinatuki sekä toimeentulotuki. Mikäli toinen vanhemmista jää yksin vastuuseen alaikäisten lasten huoltamisesta, hänellä voi olla oikeus saada lapsilisään yksinhuoltajakorotus Kelasta. Kelan tukien ohella lapsi saattaa olla oikeutettu saamaan perhe-eläkettä myös työeläkeyhtiöstä, mikäli menehtynyt vanhempi oli ollut työelämässä ja hänelle oli kertynyt työeläkettä. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023b.)

Jos lapsen vanhempi kuoli työikäisenä ja oli työssä tai sairauslomalla, alle 22-vuotias lapsi voi olla oikeutettu kertakorvaukseen työntekijöiden ryhmähenkivakuutuksesta. Lisäksi myös vanhemman omat henkilökohtaiset vakuutukset, kuten henkivakuutus, voivat tarjota taloudellista tukea kuolemantapauksen sattuessa. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023b.)

5 OPPAAN PROSESSI

5.1 Opinnäytetyön ideointi

Opinnäytetyö perustuu kehittämispainotteiseen lähestymistapaan. Kehittämispainotteinen opinnäytetyö keskittyy käytännön toiminnan parantamiseen, ohjeistamiseen tai uudenlaisten ratkaisujen luomiseen. Tyypillisesti tämän tyyppinen opinnäytetyö tuottaa jonkin konkreettisen tuotoksen, kuten oppaan, palvelumallin tai toimintakäytännön, jota voidaan hyödyntää työelämässä. Kehittämistyö etenee vaiheittain: aluksi tunnistetaan kehittämistarve, sen jälkeen suunnitellaan ja toteutetaan tarvittavat toimet, ja lopuksi arvioidaan niiden toimivuutta ja vaikutuksia. Kehittämispainotteisen opinnäytetyön raportissa kuvataan valitun aiheen teoreettinen tausta, avataan keskeiset käsitteet sekä määritellään työn toimintaympäristö. Lisäksi työssä esitellään kehittämistyön tavoitteet ja tarkastellaan prosessin kulkua suunnittelusta toteutukseen ja arviointiin. Näin työ muodostaa johdonmukaisen ja käytännönläheisen kokonaisuuden, joka tukee työelämän tarpeita ja ammatillista osaamista. (Diak, 2020.)

Opinnäytetyön toteuttamisessa hyödynnetään useita erilaisia aineistonkeruu- ja analyysimenetelmiä. Tavoitteena on luoda mahdollisimman käytännönläheinen ja tarpeeseen vastaava opas, joka perustuu tutkittuun tietoon. Teoreettisen viitekehyksen rakentamisessa hyödynnetään kirjallisten lähteiden analysointia, johon sisältyy ajankohtaista kirjallisuutta, oppaita, ohjeistuksia ja tutkimusartikkeleita. Aineistoa haetaan muun muassa tietokannoista kuten Finna, Theseus, Medic ja PubMed sekä kirjastoista. Näin varmistetaan, että oppaan sisältö pohjautuu tutkittuun ja luotettavaan tietoon.

Lisäksi käytetään verkkopohjaisia ja järjestölähtöisiä lähteitä, kuten Mieli ry:n, Mielenterveystalon ja surevankohtaaminen.fi-sivuston tarjoamia materiaaleja, jotka käsittelevät lapsen surua ja sen tukemista eri näkökulmista. Hyödyllisiä ovat myös kriisikeskusten sekä erilaisten liittojen ja yhdistysten, kuten Suomen Syöpäpotilaat ry:n, tarjoamat tukimateriaalit, jotka voivat sisältää vertaiskokemuksia ja konkreettisia työvälineitä perheiden tueksi.

Oppaan sisältöön vaikuttavia keskeisiä lähteitä voivat olla esimerkiksi:

Tuukkanen, E. & Dahl, I.: Lapsen suru -teos, MIELI ry:n verkkosivut,

Mielenterveystalo.fi lapsen surua käsittelevät artikkelit. Verkkomateriaali: Miten tukea lasta ja nuorta, kun läheinen on kuollut (surevankohtaaminen.fi, 2022)

sekä Lapsi ja nuori parantumattomasti sairaan läheisenä (terveyskyla.fi).

Suunnitelmana on lähteä liikkeelle kirjallisesta osiosta. Tutkimme siinä eri lähteitä käyttäen lapsen surua, lapsen kohtaamista surun keskellä ja miten lasta voisi tukea surun tunteen käsittelyssä. Tämän jälkeen selvitetään, mitä erilaisia tukia ja palveluita Satakunnan alueella on saatavilla lapsille, joiden vanhempi tai muu perheenjäsen on kuolemassa. Tämän jälkeen suunnitellaan ja kootaan konkreettinen opas, joka voidaan työelämäyhteistyökumppanille jakaa.

Kun opas on valmis, esitellään se yhteistyökumppanille ja kysytään keskustelun muodossa työntekijöiden mielipidettä oppaasta ja vinkkejä vielä sen viimeistelyyn. Lopputuloksen hyväksytämme vielä uudelleen yhteistyökumppanillamme. Suunnitelmana on tehdä oppaasta tulostettava versio, jota voidaan osastolla tulostaa vielä lisää tarpeen mukaan. Tässä tulee huomioida oppaan ulkoasu ja rakenne niin, että tulostaminen onnistuu.

Opinnäytetyöprosessi etenee vaiheittain selkeän rakenteen mukaisesti. Ensimmäisessä vaiheessa keskitytään aiheen ja taustojen tutkimiseen. Tällöin kerätään tietoa siitä, mitä tukimuotoja lapsen hyvinvoinnin tueksi on jo olemassa silloin, kun vanhempi on saattohoidossa. Samalla perehdytään siihen, miten vanhemman vakava sairaus ja lähestyvä kuolema vaikuttavat lapsen kehitykseen, tunne-elämään ja arkeen. Tämän vaiheen tavoitteena on muodostaa kokonaiskuva aiheesta ja kartoittaa aiempia tutkimuksia sekä olemassa olevia tukikäytänteitä.

Toisessa vaiheessa laaditaan kirjallinen opinnäytetyön suunnitelma, jossa esitellään opinnäytetyön taustaa ja perustellaan sen tarpeellisuus. Työssä avataan myös työn keskeiset käsitteet ja ilmiöt, kuten psykososiaalinen tuki, lapsen kehitysvaiheet ja suruprosessi. Lisäksi tässä vaiheessa luodaan suunnitelma oppaan rakentamiseksi ja määritellään kehittämistyön tavoitteet.

Kolmannessa vaiheessa siirrytään kehittämistyön suunnitteluun. Tällöin kootaan yhteen keskeisiä vinkkejä lapsen tunteiden tukemiseen sekä kartoitetaan konkreettisia tukitoimia, joita vanhemmat ja ammattilaiset voivat hyödyntää. Näiden pohjalta rakennetaan lapsen näkökulmaa kunnioittava ja käytännönläheinen tukimalli, joka palvelee perheitä heidän haastavassa elämäntilanteessaan.

Neljännessä vaiheessa aloitetaan itse oppaan suunnittelu ja toteutus. Opas laaditaan visuaalisesti selkeäksi ja helposti ymmärrettäväksi, ja sen sisällöt rakennetaan lapsen tarpeita ja kehitystasoja huomioiden. Tavoitteena on, että opas toimii konkreettisenä työkaluna lapsen tukemisessa vanhemman saattohoidon ja kuoleman aikana.

Valmis opas esitellään yhteistyökumppanille. Samalla pyydetään palautetta oppaan toimivuudesta ja sisällöstä. Palautteen avulla arvioidaan, kuinka hyvin opas vastaa käyttäjien tarpeisiin ja mitä muutoksia olisi hyvä tehdä sen kehittämiseksi edelleen. Tämän jälkeen oppaan sisältöä muokataan ja viimeistellään palautteiden pohjalta.

Viimeisessä vaiheessa opas tulostetaan lopulliseen muotoonsa, ja se esitellään sekä jaetaan yhteistyökumppanille käyttöön. Tavoitteena on, että valmis opas tukee perheitä ja ammattilaisia konkreettisella tavalla lapsen psykososiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi vanhemman kuoleman lähestyessä. Kirjoitetaan raportti oppaan teon prosessista opinnäytetyön kirjalliseen osuuteen.

5.1 Oppaan toteutuksen suunnitelma

Opinnäytetyön tuotoksena toteutetaan konkreettinen ja selkeä opas, jonka tavoitteena on tarjota tukea lapsen psykososiaalisen hyvinvoinnin tukemiseen tilanteessa, jossa vanhempi on saattohoidossa. Oppaan tarkoituksena on palvella erityisesti Porin kaupunginsairaalan palliativisen osaston hoitohenkilökuntaa, olemalla konkreettinen väline, jonka voi antaa tuen tarpeessa olevan lapsen läheisille. Oppaaseen kootaan tietoa ja käytännön tukikeinoja, joiden avulla lapsen suruprosessia voidaan tukea jo vanhemman kuoleman lähestyessä ja myös tämän

Oppaan kohderyhmänä ovat ensisijaisesti perheet, joissa vanhempi on saattohoidossa ja perheessä on alaikäisiä lapsia. Lisäksi opas tukee hoitohenkilöstöä ja muita ammattilaisia, jotka kohtaavat tällaisia perheitä työssään. Oppaan tavoitteena on tarjota lapsen tukemiseen käytännönläheisiä työkaluja ja lisätä ymmärrystä lapsen surun erityispiirteistä. Oppaaseen sisällytetään myös konkreettisia esimerkkejä ja linkkejä palveluihin, joista lapselle voi hakea apua ja tukea ammattilaisilta

Sisällöllisesti opas rakentuu useista toisiaan tukevista teemoista. Näitä ovat muun muassa lapsen käsitys kuolemasta eri ikävaiheissa, surun ilmeneminen eri tavoin, vanhemman kuoleman vaikutus lapsen kehitykseen, sekä lapsen tunnetaidot ja niiden tukeminen. Lisäksi oppaassa tarjotaan aikuisille ohjeita ja vinkkejä siihen, miten lasta voi tukea tunnetasolla, miten vaikeista asioista voi puhua lapsen kanssa ja millaisia keinoja voi käyttää turvallisen ilmapiirin luomiseen. Oppaaseen kootaan myös tietoa siitä, millaista ammattiapua on tarjolla ja mistä sitä voi saada.

Oppaan visuaalisesta ilmeestä pyritään tekemään rauhallinen ja helposti lähestyttävä. Sen ulkoasu suunnitellaan tukemaan aiheen vakavuutta, mutta samalla välittämään toivoa ja turvaa. Tavoitteena on, että opas olisi käytettävissä sekä sähköisessä että tulostettavassa muodossa, ja sen käyttö olisi vaivatonta hoitotyön arjessa. Oppaan kieli pidetään ymmärrettävänä ja inhimillisenä, mutta kuitenkin asiantuntevana. Sisältö pyritään muotoilemaan selkeäksi, jotta se palvelisi sekä ammattilaisia että läheisiä.

Oppaan suunnittelun ja toteutuksen pohjana käytetään ajankohtaista tutkimustietoa ja aiheeseen liittyvää kirjallisuutta, joka käsittelee muun muassa lapsen surua, psykososiaalista tukemista ja saattohoitoa. Lisäksi kehittämistyössä hyödynnetään yhteistyökumppanin kokemusta ja asiantuntemusta siitä, millaisia tilanteita palliatiivisella osastolla kohdataan. Oppaan rakentaminen etenee vaiheittain: ensin kartoitetaan ja analysoidaan teoriapohja ja tarpeet, tämän jälkeen kootaan ja kirjoitetaan sisältö, suunnitellaan ulkoasu ja viimeistellään kokonaisuus yhteistyökumppanin palautteen perusteella.

Oppaan toimivuutta arvioidaan sen perusteella, kuinka hyvin se vastaa yhteistyökumppanin esittämään tarpeeseen ja kuinka käytännönläheisesti se tukee lapsiperheiden kohtaamista saattohoitotilanteessa. Tarkoituksena on, että opas olisi aidosti hyödynnettävissä osana palliatiivisen hoidon arkea ja että se jäisi käyttöön myös opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Toivomme, että oppaan kautta lapsi saa enemmän tukea ja näkyvämmän roolin myös tilanteissa, joissa surun huomioiminen kohdistuu perinteisesti enemmän aikuisiin.

5.2 Oppaan toteutus

Lapsen psykososiaalinen tukeminen vanhemman menehtyessä - oppaan suunnittelu sai alkunsa käytännön tarpeesta Porin kaupunginsairaalan palliatiivisella osastolla. Hoitohenkilökunta kohtasi työssään tilanteita, joissa lapsiperheet tarvitsivat tukea vanhemman saattohoitotilanteessa, mutta lapsen tukemiseen ei aina ollut tarjolla selkeää, konkreettista materiaalia. Tähän tarpeeseen vastattiin kehittämällä opas, joka kokoaa yhteen käytännönläheistä, tutkittuun tietoon perustuvaa tietoa lapsen psykososiaalisesta tukemisesta tilanteessa, jossa toinen vanhemmista on kuolemassa.

Oppaan rakentaminen eteni vaiheittain. Ensin koottiin teoriapohja hyödyntäen ajankohtaista kirjallisuutta, kansallisia ohjeistuksia sekä lapsen surua ja kehitystä käsitteleviä asiantuntijalähteitä. Aineistoa kerättiin myös verkkolähteistä, kuten MIELI ry:n, Mielenterveystalon ja surevankohtaaminen.fi:n julkaisuista. Näiden

lähteiden avulla kartoitettiin lapsen surureaktioiden erityispiirteitä, tunnetaitojen tukemista ja vanhemman kuoleman vaikutuksia lapsen kehitykseen.

Opas toteutettiin Canva-suunnitteluohjelmalla. Teimme siitä A4-kokoisen sivun vaakatasossa. Sivu taitetaan puoliksi, jolloin siitä tulee vihkonen. Opas sisältää 15 sivua. Taitettuna sivuja tulee 7, sisältäen kansilehden. Fonttina käytettiin Quicksand 12:ta ja otsikoissa fonttikoko 14. Liitteeksi oppaaseen lisätään erikseen tulostettava ja henkilökunnan päivitettävä yhteystietosivu konkreettisiin palveluihin lapsen tukemiseksi. Oppaan kuvitus on luotu hyödyntämällä OpenAI:n kehittämiä tekoälytyökaluja ChatGPT ja DALL·E. Kuvien sisällöt suunniteltiin itse, ja tekoäly muodosti visuaalisen esityksen annettujen kuvausten perusteella. (*Luo minulle kuvia aiheesta *lapsen suru vanhemman menehtyessä. Haluan kuviin rauhallisen neutraalin värityksen ja tunnelman*).

Sisällöllisesti opas jäseneltiin loogiseksi kokonaisuudeksi, jossa asiat etenevät lapsen näkökulmasta: mitä lapsi kokee, mitä hän tarvitsee ja miten aikuinen voi tukea surevaa lasta. Mukaan valittiin teemoja, kuten tunteiden ilmaiseminen, arjen jatkuvuuden merkitys sekä ammatillisen tuen hakeminen. Oppaassa hyödynnettiin kuvia, jotka luotiin käyttämällä tekoälyä, sekä rauhallista värimaailmaa ja lainauksia, jotka tukevat aiheeseen sopivaa lempeää ja toivoa välittävää ilmettä.

Erityistä huomiota kiinnitettiin selkeyteen ja käytettävyyteen. Oppaan kieli pyrittiin pitämään mahdollisimman ymmärrettävänä ja arkikielisenä, jotta se palvelisi myös niitä perheitä, joille ammattisanasto ei ole tuttua. Ulkoasun suunnittelussa huomioitiin tulostettavuus: oppaasta tehtiin taitettava A5-esite, jonka voi helposti jakaa perheille osastolla. Taitossa ja rakenteessa hyödynnettiin Riitta Hyvärisen ohjeita ymmärrettävän ja selkeän ohjetekstin laatimisesta. Esimerkiksi otsikointi, kappalejako ja luetelmien käyttö valittiin tukemaan tiedon nopeaa omaksumista. (Hyvärinen, 2005).

5.3 Oppaan arviointi

Kehittämistyön tuotoksena syntynyttä opasta arvioitiin yhteistyössä työelämäkumppanin eli Porin kaupunginsairaalan palliatiivisen osaston henkilökunnan kanssa. Arviointi toteutettiin keskusteluperustaisesti kehittämisprosessin aikana ja sen jälkeen. Arvioinnin tavoitteena oli saada palautetta oppaan sisällöstä, käytettävyydestä ja soveltuvuudesta osaston arkeen.

Palautteen perusteella opas koettiin selkeäksi, helposti lähestyttäväksi ja käytännön työhön soveltuvaksi. Oppaan sisältö vastasi henkilöstön esittämiin tarpeisiin lapsiperheiden tukemisessa tilanteissa, joissa toinen vanhemmista on saattohoidossa tai menehtyy. Erityisesti oppaan konkreettisia toimintaohjeita ja tuen muotojen esittelyä pidettiin hyödyllisinä.

Oppaan ulkoasu ja selkeys saivat myös myönteistä palautetta. Materiaali on helppo tulostaa ja jakaa perheille, ja sen sisältöä pystytään käymään läpi yhdessä esimerkiksi keskustelun tukena. Arvioinnissa nousi esiin, että oppaan käyttöä voidaan soveltaa joustavasti eri tilanteissa ja sen toivottiin jäävän käyttöön myös opinnäytetyöprosessin jälkeen.

Saimme myös hyvän kehittämisehdotuksen, kun kävimme esittelemässä opasta ensimmäistä kertaa. Henkilökunnalta tuli ehdotus, että ”Tukea lapselle vanhemman menehtyessä” yhteystiedot olisivat erillisenä Word-tiedostona, jotta osaston henkilökunta pystyy tulevaisuudessa päivittämään yhteystietoja. Näin varmistetaan oppaan ajantasaisuus ja käytettävyys pitkään tulevaisuudessakin. Tämän muutoksen toteutimme henkilökunnan toiveen mukaisesti.

Opas vastasi sille asetettuihin tavoitteisiin. Se tukee lapsen näkymistä hoitoprosessissa ja antaa hoitohenkilökunnalle välineitä perheen kohtaamiseen surun keskellä. Oppaan avulla voidaan edistää lapsen psykososiaalista hyvinvointia ja varmistaa, ettei lapsi jää yksin vaikeassa elämäntilanteessa.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMISEN AIKATAULU

Opinnäytetyö toteutetaan vaiheittain lukuvuoden 2024–2025 aikana. Työn alkuvaiheessa, syksyllä 2024, keskitymme opinnäytetyön aiheen valintaan ja sen

tarkempaan rajaamiseen. Tällöin kartoitimme myös yhteistyötahon tarpeita sekä käytettävissä olevia resursseja. Samalla päätimme opinnäytetyön toteuttamistavan, eli teemme sen kehittämishankkeena ja aloitimme aineistonkeruusuunnitelman sekä menetelmien suunnittelun.

Talvella 2024–2025 laadimme yhteistyösopimuksen palliatiivisen osaston kanssa ja jatkoimme kehittämistyön suunnittelua. Tavoitteena on luoda selkeä runko oppaalle ja varmistaa sen rakenne ja sisältö yhteistyökumppanin tarpeiden mukaiseksi.

Varsinainen aineistonkeruu ja kehittämistyön toteutus ajoittuvat keväälle 2025, erityisesti maaliskuun ja toukokuun välille. Tällöin keräämme ja analysoimme teoreettista ja käytännön aineistoa, kirjoitamme opinnäytetyön raporttia ja rakennamme oppaan sisällön valmiiksi.

Toukokuussa 2025 keskitymme työn viimeistelyyn. Tällöin opinnäytetyö viimeistellään ja palautetaan arvioitavaksi. Lisäksi oppaan valmis versio esitellään yhteistyökumppanille ja toimitetaan heidän käyttöönsä. Tarvittaessa oppaaseen tehdään vielä viimeisiä muokkauksia palautteen pohjalta. Näin varmistamme, että lopputuote on laadukas, ajantasainen ja suoraan käytettävissä osana palliatiivisen hoitotyön arkea.

7 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyössämme kiinnitämme erityistä huomiota eettisiin näkökulmiin ja salassapitovelvollisuuteen. Aineistonkeruun ja mahdollisten haastatteluiden toteutuksessa noudatamme hyvää tieteellistä käytäntöä ja eettisiä ohjeita.

Luotettavuutta vahvistetaan keräämällä aineistoa monipuolisista ja toisiaan täydentävistä lähteistä. Kehitetyjä tukimalleja arvioidaan yhteistyökumppaneiden sekä alan asiantuntijoiden näkökulmasta. Huolellinen dokumentointi ja selkeästi määritellyt arviointikriteerit tukevat opinnäytetyön luotettavuutta ja läpinäkyvyyttä.

Aiheen valinta perustuu omaan osaamiseemme ja kiinnostukseemme kehittää ammatillista asiantuntijuuttamme erityisesti perheiden ja lasten tukemisessa vaikeissa elämäntilanteissa. Työssä ei käsitellä arkaluonteisia henkilötietoja eikä sen toteuttaminen edellytä erillisiä tutkimuslupia. Valmis opinnäytetyö on julkinen asiakirja, ja se julkaistaan avoimesti Theseus-julkaisuarkistossa kaikkien saataville. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, i.a.).

Tämän opinnäytetyön eettiset näkökulmat liittyvät erityisesti aiheen herkkyyteen ja kehittämistyön kohderyhmään. Lapsen suru, kuolema ja perheen kriisitilanteet ovat syvästi henkilökohtaisia ja kulttuurisesti latautuneita aiheita. Opinnäytetyötä tehtäessä on ollut tärkeää käsitellä aihetta kunnioittavasti, sensitiivisesti ja lapsen näkökulmaa korostaen.

Kehittämistyön toteuttamisessa on huomioitu Diakonia-ammattikorkeakoulun eettiset periaatteet sekä TENKin (Tutkimuseettinen neuvottelukunta) suositukset opinnäytetyön prosessin eettisistä käytännöistä. Opas on laadittu yhteistyössä palliatiivisen osaston henkilöstön kanssa, ja heidän asiantuntemuksensa on ollut keskeisessä roolissa sisällön suunnittelussa. Oppaan sisältö perustuu ajankohtaiseen teoretiseen tietoon, viranomaisohjeistuksiin ja lapsen hyvinvointia tukevien järjestöjen materiaaleihin

Työssä ei kerätty yksilöityä tutkimusaineistoa tai käsitelty henkilötietoja. Tämän vuoksi erillistä tietosuojaa ei tarvittu. Yhteistyösaston henkilöstön kanssa käydyt keskustelut koskivat heidän työnsä kehittämistarpeita yleisellä tasolla, eivätkä ne kohdistuneet yksittäisiin henkilöihin tai asiakastilanteisiin.

Luotettavuutta on pyritty vahvistamaan valitsemalla kattava ja ajankohtainen lähde pohja. Lähteet ovat pääosin viranomaisten, asiantuntijajärjestöjen ja tieteellisten julkaisujen tuottamia. Oppaan sisältöä on arvioitu yhteistyösaston henkilöstön avulla, mikä on lisännyt sen käytännön toimivuutta ja relevanssia. Palautteen perusteella opas koettiin tarpeelliseksi ja hyödylliseksi välineeksi lapsen tukemisessa saattohoidon yhteydessä.

Mahdollisena rajoitteena voidaan pitää sitä, että tuotosta ei testattu laajemmassa käytössä eri yksiköissä tai perheiden kanssa. Arviointi perustui hoitohenkilöstön näkemyksiin, eikä oppaan vaikutusta lapsiperheiden kokemukseen ole tässä työssä erikseen tutkittu. Näin ollen jatkokehittämisen kannalta voisi olla perusteltua kartoittaa myös perheiden näkemyksiä ja kokemuksia oppaan hyödyllisyydestä.

9 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää käytännönläheinen opas tukemaan lapsia, joiden vanhempi on menehtymässä tai jo menehtynyt. Työn lähtökohta syntyi suoraan palliatiivisen osaston tarpeesta, ja koko prosessin ajan keskiössä oli ajatus lapsen hyvinvoinnin tukemisesta tilanteessa, joka on sekä perheelle että ammattilaisille emotionaalisesti kuormittava. Kehittämistyö koettiin merkitykselliseksi ja tärkeäksi, sillä vanhemman vakava sairaus vaikuttaa väistämättä lapsen perusturvallisuuteen ja arkeen, ja oikea-aikainen tuki voi auttaa ehkäisemään pitkäaikaisia haittoja lapsen kehitykselle.

Työn eteneminen noudatti suunniteltua rakennetta: aluksi kerättiin teoriapohjaa lapsen surusta, tunteiden tukemisesta ja psykososiaalisesta tuesta. Teoreettisen viitekehyksen kokoaminen auttoi hahmottamaan lapsen tarpeita kokonaisvaltaisesti ja tarjosi vankan perustan oppaan sisällölle. Käytetty aineisto oli ajankohtaista ja monipuolista, ja lähteiden huolellinen valinta varmisti, että opas pohjautui luotettavaan tietoon.

Oppaan toteutusprosessissa korostui käytännönläheisyys: tavoitteena oli luoda materiaali, joka olisi helppo ottaa käyttöön osaston arjessa. Rakenteen suunnittelussa ja sisällön muotoilussa hyödynnettiin selkeyttä ja loogisuutta korostavia periaatteita. Rauhallinen ulkoasu tukee oppaan vakavaa aihetta ja luo oppaaseen lämpimän tunnelman. Kuvilla pyrimme saamaan oppaan ulkoasusta monipuolisemman ja kiinnostusta herättävämmän.

Kehittämistyön aikana heräsi useita ajatuksia lapsen tukemisen haasteista. Lapsen suru voi ilmetä hyvin erilaisin tavoin, ja aikuisten voi olla vaikea tunnistaa ja kohdata lapsen tunteita varsinkin oman surunsa keskellä. Tämä vahvisti käsitystä siitä, että konkreettisten työkalujen tarjoaminen ammattilaisille ja perheille on tärkeää. Myös tukiverkoston merkitys korostui. On olennaista, että lapsella on mahdollisuus saada apua laajasti – niin perheestä, varhaiskasvatuksesta, koulusta kuin terveydenhuollon ammattilaisilta.

Usein perheet saattavat jäädä yksin, koska eivät tiedä mistä tukea voi saada, tai kynnys pyytää apua voi tuntua korkealta. Oppaaseen sisällytetyt tiedot tukipalveluista ja vertaistuen mahdollisuuksista lisäävät perheiden valmiuksia hakea apua silloin, kun oma jaksaminen ei riitä.

Kaiken kaikkiaan opinnäytetyön prosessi vahvisti ymmärrystä siitä, kuinka herkkä ja tärkeä lapsen tukeminen on vanhemman sairastumisen ja kuoleman yhteydessä. Se osoitti myös, että hyvin suunniteltu ja käytännönläheinen materiaali voi konkreettisesti helpottaa ammattilaisten työtä ja parantaa perheiden saamaa tukea. Surun hetkellä asioiden selvittely voi olla äärimmäisen raskasta. Tämä opas auttaa perheitä saamaan tietoa lapsen psykososiaalisesta tukemisesta sekä mahdollisista avun piiriin hakeutumisen keinoista mahdollisimman helpolla tavalla. Kehittämistyön tuloksena syntynyt opas jää elämään osaston arjessa ja tukee jatkossa perheitä heidän elämänsä vaikeimpina hetkinä.

LÄHTEET

- Digi- ja väestötietovirasto. (2023a). *Läheisen kuolema – opas vainajan läheiselle*. <https://www.suomi.fi/oppaat/laheisen-kuolema>
- Digi- ja väestötietovirasto. (2023b). *Tuet ja etuudet vanhempansa menettäneelle lapselle*. <https://www.suomi.fi/oppaat/laheisen-kuolema/laheisten-asema-ja-toimeentulo/tuet-ja-etuudet-vanhempansa-menettaneelle-lapselle>
- Haravuori, H. (2020). *Lasten traumaperäisiä oireita seulova ja kartoittava lomake CRIES*. Käypä hoito. <https://www.kaypahoito.fi/nix01368>
- Haravuori, H., Marttunen, M., & Viheriälä, L. (2025). *Traumaattiset kokemukset*. Duodecim Oppiportti. <https://www.oppiportti.fi/oppikirjat/ljn00015>
- Henriksson, M., & Laukkala, H. (2010). *Lapsi ja kriisi: Tietoa ja tukea lasten kanssa työskenteleville*. Helsinki: Suomen Punainen Risti.
- Henriksson, M., Rovasalo, A., & Laukkala, T. (2010). Lapsen psyykkisen trauman hoito. *Duodecim*. <https://www.duodecimlehti.fi/duo99180>
- Hyvärinen, R. (2005). Millainen on toimiva potilasohje? Hyvä kieliasu varmistaa sanoman perillemenon. *Duodecim*. <https://www.duodecimlehti.fi/duo95167>
- Kansaneläkelaitos. (2025). *Lapseneläke*. <https://www.kela.fi/lapsenelake>
- Kuokkanen, R., Kivirinta, M., Määttänen, J., & Ockenström, L. (2017). *Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä*. <https://www.theseus.fi/handle/10024/334715>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. (2023). *Lapsi ja läheisen kuolema*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/lapsi-ja-laheisen-kuolema/>
- Mielenterveystalo. (i.a.). *Lapsen ja nuoren suru läheisen kuollessa*. Saatavilla 20.5.2025. <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/kriisi-trauma/lapsen-ja-nuoren-suru-laheisen-kuollessa>
- Poijula, S. (2016). *Lapsi ja kriisi: Selviytymisen tukeminen*. Kirjapaja.
- Ponteva, M. (2006a). *Lapsen kohtaaminen kriisissä: Psykososiaalinen tuki ja varhaisen puuttumisen mahdollisuudet*. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto.

- Ponteva, M. (2006b). *Onnettomuuksien psykososiaalinen tuki*. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Pulkkinen, L. (2017). *Lapsuuden ja nuoruuden kehitys*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (2022). *Palliatiivisen hoidon ja saattohoidon kansallinen laatusuositus: Ohjaus 4/2022*.
<https://www.julkari.fi/handle/10024/145414>
- Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Palliatiivisen Lääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. (2019). *Palliatiivinen hoito ja saattohoito*. Käypä hoito -suositus.
<https://www.kaypahoito.fi/hoi50063>
- Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Palliatiivisen Lääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. (2021). *Näin hoidan*.
<https://www.duodecimlehti.fi>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022). *Palliatiivisen hoidon kansallinen laatusuositus*. <https://www.julkari.fi/handle/10024/145414>
- Terveydenhuoltolaki 1326/2010*. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>
- Terveyskylä. (i.a.). *Lapsi ja nuori parantumattomasti sairaan läheisenä*.
<https://www.terveyskyla.fi/palliatiivinentalo/laheisena/lapsi-ja-nuori>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta, (i.a.). *Opinnäytetyön eettiset ohjeet*. Saatavilla 18.4.2025.
<https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Opinnäytetyöprosessin%20eettiset%20suositukset%20muistilistat%20opiskelijalle%20ja%20ohjaajalle.pdf>
- Tuukkanen, E., & Dahl, I. (2024). Lapsen suru. *Duodecim*.
- Uittomäki, L. (2022a). *Lapsen ja nuoren suru*. Helsinki: Pieni Karhu.
- Uittomäki, S., Mynttinen, S., Laimio, A., & Kärkkäinen, K. (2022b). *Miten tukea lasta ja nuorta, kun läheinen on kuollut*. Käpy Lapsikuolemaperheet ry. <https://www.surevankohtaaminen.fi/wp-content/uploads/2022/02/Miten-tukea-lastaja-nuorta-kun-laheinen-on-kuollut-saavutettava-pdf.pdf>
- Valtonen, M., Karjalainen, A., Nylund, M., Riihimäki, T., & Vesterinen, O. (2020). LibCuides. *Osallistavan ja tutkivan kehittämisen opas 2.0: Opinnäytetyön erilaiset toteuttamistavat*. Diakonia-ammattikorkeakoulu.

<https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=47> Saatavilla
12.5.2025.

LIITE 1.

Opas lapsen psykososiaaliseen tukemiseen vanhemman menehtyessä.



Opas lapsen psykososiaaliseen tukemiseen vanhemman menehtyessä.
Tulostusasettelu:



LIITE 2. Aineistonhallintasuunnitelma

[Diak aineistonhallintasuunnitelma 1.5.2025 1](#)