

**"ÄITI, MINULLA ON ISIÄ IKÄVÄ" - Lapsen
suru vanhemman näkökulmasta**

Pro Gradu -tutkielma

Kati Lastunen

Ohjaaja: Johanna Kiili

7.1.2019

"Ei suru muuttanut muotoaan ajan kanssa,

vaikka niin minulle luvattiin.

Suru istuu vieressäni, ei sinun tarvitse unohtaa.

Minä sain surusta ystävän, vierelleni kulkemaan.

Surun kanssa, palaamme muistojen metsään kulkemaan."

- Maria Vakkuri -

TIIVISTELMÄ

"Äiti, minulla on isiä ikävä" - Lapsen suru vanhemman näkökulmasta

Kati Lastunen

Sosiaalityön maisteriohjelma

Pro Gradu -tutkielma

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto

Ohjaaja: Johanna Kiili

Syksy 2018

56 sivua + 1 liite

Tutkimukseni tavoitteena on selvittää lapsen surua ja sen käsittelyä vanhempien näkökulmasta. Tarkoituksena on tarkastella miten alle 12-vuotiaiden lasten suru näyttäytyy eri ikävaiheissa ja miten lasta pystyisi tukemaan surun käsittelyssä ja siinä eteenpäin pääsemisessä. Tutkimuksen teoreettisena viitekehyksenä on uusi surukäsitys, jonka mukaan suru jää kokemuksena elämään ihmiseen koko loppuelämäksi, eikä surua tarvitse nähdä työnä, josta tulisi tietyn aikamäärän sisällä päästä yli.

Tutkimukseni on kvalitatiivinen tutkimus ja aineistonani oli 23 vanhemman omat kirjoitelmat lapsensa surusta sekä yksi sähköpostihaastattelu erään saattohoitokodin perhetyöntekijän kanssa. Aineiston olen analysoinut käyttäen teoriaohjaavaa sisällönanalyysia.

Tutkimuksen tuloksina kävi ilmi, että lapset käsittelevät ja ilmaisevat suruaan hyvin eri tavoin. Usein lapsi saattoi ilmaista suruaan itkulla tai raivoamalla, mutta saattoi myös sulkeutua täysin kuoreensa. Tärkeimpänä asiana lapsen surun käsittelyssä kaikki vanhemmat pitivät avointa ja rehellistä keskustelua asiasta lapsen ehdoilla. Lisäksi vanhempien näkemyksen mukaan oli tärkeää, että lapsen kanssa käsitellään asiaa konkreettisesti mm. ottamalla lapsi mukaan sururitualeihin ja hautajaisiin sekä muistellaan menetettyä ihmistä yhdessä esimerkiksi valokuvien avulla. Lapset käsittelivät asiaa myös kirjoittamalla, piirtämällä tai jonkin tekemisen kautta. Joillakin lapsilla kehitys oli saattanut taantua läheisen ihmisen menetyksen jälkeen. Kaiken kaikkiaan useimmissa kirjoituksissa sisältö oli vaikeasta aiheesta huolimatta toiveikas ja perheissä eletään päivä kerrallaan toivoen surun helpottavan ajan kanssa.

Asiasanat: lapsi, suru, surukäsitys, kokemus

Sisältö

1 JOHDANTO	6
2 LAPSEN SURU	9
2.1 Pienikin suree.....	9
2.2 Kuoleman ymmärtäminen ja suru lapsen eri kehitysvaiheissa	10
2.3 Monenlaiset menetykset.....	12
2.3.1 Vanhemman kuolema	13
2.3.2 Sisaruksen kuolema	13
2.3.3 Isovanhempien kuolema	14
2.3.4 Ystävien kuolema.....	15
2.3.5 Itsemurha.....	15
2.4 Lapsen keinot käsitellä surua	16
2.5 Pitkäaikaisvaikutukset ja ammatillinen apu.....	17
3 MONIMUOTOINEN SURU	19
3.1 Aiemmat tutkimukset.....	19
3.2 "Vanha surukäsitys"	21
3.3 Uusi surukäsitys	22
3.3.1 Surun käsittely	23
3.3.2 Surun kesto.....	24
3.3.3 Ennakoiva suru.....	25
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	26
4.1 Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat	26
4.2 Tutkimuskysymykset	26
4.3 Aineisto	27
4.4 Aineiston analyysi.....	28
4.4.1 Aineiston koodaus.....	29

4.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	30
5 TULOKSET	32
5.1 Surun ilmaiseminen ja kokeminen	32
5.1.1 Kaipaaminen ja pelko	33
5.2 Surun ongelmallisuus	34
5.3 Keskustelun tärkeys	36
5.3.1 Kuolemaan valmistautuminen	37
5.4 Lapsen tapoja käsitellä kuolemaa ja surua	40
5.4.1 Konkreettiset asiat selkiyttävät	42
5.5 Ammatillinen apu	44
5.6 Toiveikkaus	46
6 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET	48
6.1 Pohdinta	50
LÄHTEET	53
LIITTEET	57
Liite 1 Kirjoituspyyntö	57

1 JOHDANTO

Käsittelen tutkimuksessani lapsen surua vanhemman näkökulmasta. Oma kiinnostukseni lapsen suruun kumpuaa työni kautta. Olen toiminut lastensuojelun sosiaalityöntekijänä lähes kymmenen vuotta ja työurani aikana olen kohdannut lapsen surua muutamia kertoja. Näissä tilanteissa olen kokenut oloni hieman avuttomaksi, sillä kyseessä on niin herkkä ja arka asia, että olen pelännyt omalla toiminnallani olevan pahimmillaan vaikutusta siihen, että lapsen kokema trauma syvenee, mikäli en osaa auttaa häntä oikeilla tavoilla. Tästä syystä hakeuduin työni kautta koulutukseen asiasta ja koulutuksessa mielenkiintoni asiaa kohtaan heräsi niin vahvasti, että halusin saada asiasta vielä lisää tietoa. Tällöin mielessäni heräsi ajatus gradun aiheesta, jonka pääsin myös toteuttamaan.

Sanalla suru on useita erilaisia merkityksiä. (Lindqvist 1999, 69.) Kielitoimiston sanakirjan (2017) mukaan suru on "jonkin menetyksen tai muun ikävän tapahtuman tai jonkin epämieluisan olotilan aiheuttama voimakas ja pitkäkestoinen mielihapan tunne, murhe". Surun määrittäminen käsitteenä on ongelmallista, koska surun käsite on hyvin moniulotteinen, surun tunnusmerkit ovat moninaiset ja surulla on useita rinnakkaiskäsitteitä. Vaikka suru on yleismaailmallinen kaikissa ikäryhmissä ja kulttuureissa, käsitteenä se on vielä epäselvä. Suru-käsitteen historiallisessa kehityksessä on ollut monenlaisia vaiheita. Alkuun menetyksiä koskeva suru ja surun käsite olivat lähinnä uskonnon valtapiirissä. 1900-luvun alussa Freudin teoria toi suru-käsitteen tieteellisen tutkimuksen aiheeksi. Sen jälkeen surua on määritelty useilla eri tavoilla. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 6, 10.)

Englannin kielessä surun moniulotteisuutta on kuvattu eri rinnakkaiskäsitteillä. (Aho 2010, 13.) *Grief* merkitsee koettua surua eli menetystä koskevien ajatusten ja tunteiden kokonaisuutta, jonka sureva kokee sisällään reagoidessaan menetykseen. *Grief* on siis sisäinen merkitys, jonka ihminen antaa suremiskokemukselle. Sen merkitys on lähellä suomenkielen sanaa *suruprosessi*. *Mourning* merkitsee käyttäytymistä ja ilmaistua surua. Sureva ottaa surun sisältään ja ilmaisee sen itsensä ulkopuolella sosiaalisessa kontekstissaan. Itkeminen ja kuolleesta puhuminen ovat esimerkkejä tästä. *Sorrow* määritellään musertavaksi surullisuudeksi, joka liittyy pettymykseen, menetykseen ja pelkoon. *Bereavement* merkitsee puolestaan menetyksen jälkeistä suremisen jälkeistä ajanjaksoa sekä surun kokemisen tilaa. *Bereavement*-sanan käännöksinä voidaan käyttää sanoja "menetys" ja "kuolemantapaus". (Koskela 2011, 58-59.)

Omassa tutkielmassani käsittelen kuoleman aiheuttamaa surua. Jokaista yksittäistä menetyskokemusta määrittää kokijansa elämänkulun lisäksi surua ja suremista ympäröivä kuolemankulttuuri. Menetys koetaan ajassa ja paikassa, jossa eletään muiden ympäröimänä. Surressaankin ihminen elää keskellä sosiaalista todellisuutta ja on kulttuuris-yhteiskunnallisen kehyksen vaikutuspiirissä, jolloin hän peilaa tapahtumia, elämäänsä ja omaa itseään niin ympäröivään kulttuuriin ja yhteiskuntaan kuin muihinkin ihmisiin. (Pulkkinen 2016, 352.) Kuolemaan ja kuolemiseen suhtaudutaan eri kulttuureissa monin eri tavoin. Länsimaissa vallalla on negatiivinen ja pelokas käsitys kuolemasta kaiken loppuna, kun taas jossakin päin maailmaa kuolema on luonnollinen elämään kuuluva osa. (Grönlund 2015, 19.) Länsimaissa tuntuu olevan vaikeaa hyväksyä sitä, että ihmisen elämänkaareen kuuluvat myös heikoksi tuleminen ja viimein kuolema. Yleistä on myös vaikeneminen kuolemiseen, kuoleman ja surun lähellä. Kuolemasta puhumista halutaan välttää jopa silloin, kun ihminen tekee jo kuolemaa. (Ylikarjula 2008, 10-11.)

Mikäli kuolema on ihmiselle tutumpi, on helpompi elää vailla kuolemaan kohdistuvaa pelkoa. Kuoleman tabu-luonne on edelleen vahvana olemassa. Kuolemasta ei haluta kuulla, vaan uskotaan sen kuuluvan jonnekin muualle. Kuolemat, joilla on erityisluonne tai jotka ovat stigmatisoituja, ovat vaikeita lähestyä ja sen vuoksi niistä puhumista erityisesti vältetään. Näitä ovat esimerkiksi kuolema itsemurhassa tai aidsin aiheuttama kuolema. Olisi kuitenkin kaikille helpompaa, jos niistä voitaisiin puhua luonnollisemmin. Kuolemasta puhuminen olisi tärkeää, sillä kuolemaan liittyvät tunteet ovat hyvin ainutlaatuisia. Kuolemasta ja kuolemasta puhuminen myös rikkoo yhteiskunnassa vallitsevaa kuoleman tabu-luonnetta. Tavallista on kuitenkin puhua kuolemasta ulkokohtaisesti ja objektina esimerkiksi lääketieteen tai luonnontieteen näkökulmasta. (Grönlund 2015, 155, 165; Ylikarjula 2008, 12-13.)

Kuolemaan liittyviä asioita kohtaan tunnetaan perinteisesti pelkoa ja kauhua. Monet kulttuurisidonnaiset käsitykset säätelevät suhtautumistamme kuolemaan. Tietyissä tilanteissa, kuten kahvipöytäkeskusteluissa, ei ole soveliasta puhua kuolemasta. Yhteiskunta normittaa sen, mikä on soveliasta ja mikä ei. Tämä suhtautumistapa vaikuttaa yhteiskunnan kaikkiin jäseniin, joten myös lapset oppivat sen kasvaessaan, jolloin se peittää lapselle luontaisen intuition. Hautajaisia pidetään nykyään enemmänkin yksityistilaisuutena, josta pyritään selviytymään mahdollisimman nopeasti, huomiota herättämättä. Kuoleman jälkeen kiireinen elämäntahti ja ympäristön paine eivät jätä surulle riittävästi tilaa ja aikaa. Kuolleen läheisten on suljettava surunsa kodin seinien sisäpuolelle, eikä siitä voi vapaasti puhua vieraiden

kanssa. Yleisen käytännön mukaan kuolemasta ei ole sopivaa puhua edes kuolevan itsensä kanssa, vaikka häntä se kiinnostaisi eniten. Kuolevan ihmisen oma kokemus kuolemistaan jääkin usein läheisiltä hämärään. (Grönlund 2015, 14-15; Moren 1993, 53.)

2 LAPSEN SURU

Kuvatessani lapsen surua ilmiönä, käytän lähteinä eri asiantuntijoiden ja ammattilaisten käsityksiä lapsen suruprosessista ja sen etenemisestä. Etenkin Soili Poijulan näkemykset tulevat vahvasti esille tutkielmassani. Poijula on psykologi ja psykoterapeutti, joka on erikoistunut trauma- ja kriisipsykologiaan. Hänellä on runsaasti asiantuntemusta lapsen suruun ja kriiseihin liittyen, joten haluan tuoda tätä tietämystä tutkielmassani esille. Tässä kappaleessa esittelen lapsen surua yleisesti sekä ammattikirjallisuuden ja tutkimustiedon valossa lapsen käsityksiä surusta ja kuolemasta eri ikävaiheissa.

2.1 Pienikin suree

Aikuisten ja lasten surun välillä on paljon yhteistä. Lapset tuntevat samanlaista kaipuuta ja vahvat tunteet kuollutta ihmistä kohtaan ovat heidänkin kokemuksissaan. Lasten reaktiot suruun ovat kuitenkin paljolti riippuvaisia siitä, miten aikuinen pystyy kohtaamaan surevan lapsen ja millaisia edellytyksiä hän antaa lapselle tunteiden ja reaktioiden työstämiseen. (Dyregrov & Hordvik 1993, 44.) Aikuiset ja lapset ilmaisevat läheisen kuoleman aiheuttamaa surua hyvin eri tavoilla. Aikuinen pystyy pukemaan kipeät tunteensa sanoiksi ja saamaan näin lohtua keskustelemalla tilanteestaan muiden ihmisten kanssa. Pieni lapsi ei kykene käyttämään sanoja läheistä ihmistä kohtaan tuntemansa ikävän kuvaamiseen. Lapsi ei pysty ajattelemaan tulevaisuutta tai kertomaan, miltä hänestä tuntuu. Pienet lapset elävät tässä hetkessä ja olettavat, että kaikki pysyy muuttumattomana. (Cleve 2005, 202.) Pikkulasten on vaikea kestää surun aiheuttamia tunteita. Kestokyky kasvaa iän myötä. Pikkulapset välttävät surun aiheuttamaa kipua, joka saattaa ulospäin näyttää surullisuuden puuttumiselta. Tämä saattaaakin harhauttaa aikuista luulemaan, ettei menetys vaikuta lapseen. Toistamalla menetystä leikeissään lapset alkavat ymmärtää tapahtunutta ja oppivat kestämään menetystään. (Poijula 2016, 103.)

Cleve (2005) on kriisiterapeutina todennut, että pikkulapsen voi olla mahdotonta ajatella, että läheinen ihminen on lopullisesti poissa, koska heidän maailmassaan todellisuus ja mielikuvitus ovat olemassa rinnakkain. Mielikuvituksessa kuolleet elävät kuten ennenkin, mutta todellisuudessa heitä ei enää ole. Lapsi on kuitenkin saatava käyttämään mielikuvitustaan ja sen avulla hiljalleen hyväksymään tosiasiat. Lasta on autettava löytämään tapoja surunsa ilmaisemiseen. Näitä voivat olla esimerkiksi konkreettinen leikkiminen sekä symbolisisältöiset mielikuvitusleikit. Pienet lapset kykenevät turvallisen aikuisen seurassa

työstämään läheisen kuolemaa. Edellyttäen, että lapsi löytää suruprosessiaan edistäviä ilmaisutapoja. Lasten reaktiot kuolemaa kohdatessa voivat olla myös täysin päinvastaisia kuin aikuiset olettavat. Lapset saattavat pyrkiä olemaan iloisia, aktiivisia ja reippaita ja pyrkiä näin torjumaan mielestään heitä kohdanneen tragedian. Tällaisten lasten on vaikeampaa saada tukea ja apua läheisiltään, kuin niiden, joille todellisten tunteiden näyttäminen on helpompaa. (Mt., 203.) Aikuisen on muistettava, että lapsen suojeleminen tosiasioilta ei edistä lapsen kuoleman käsittelyä. Lapsi tarvitsee selkeitä ja rehellisiä vastauksia kysymyksiinsä. (Siltala 1993, 38.)

2.2 Kuoleman ymmärtäminen ja suru lapsen eri kehitysvaiheissa

Tässä kappaleessa esittelemäni käsitykset siitä, miten lapsi eri ikävaiheissa kokee surun ja ymmärtää kuolemaa, pohjautuvat kehityspsykologiseen näkökulmaan. Kronqvist ja Pulkkinen (2007) toteavat ihmisen kehityksen olevan monimuotoista, monilla alueilla tapahtuvaa ja läpi elämän jatkuvaa. Ihmisten suurista yksilöllisistä eroista huolimatta, voidaan löytää yleisiä kehityslinjoja ja lainalaisuuksia, joiden avulla voidaan ymmärtää paremmin myös yksilön kehitystä. Samanikäisten lasten kehityksessäkin saattaa kuitenkin esiintyä suurta vaihtelua, sillä jokainen ihminen on toisesta poikkeava ja yksilöllisesti erilainen. (Mt., 10, 15.) Omassa tutkimuksessani keskityn kuitenkin yleisiin käsityksiin siitä, miten lapsi kokee surun eri ikävaiheissa.

Kuoleman ymmärtäminen edellyttää viiden kuolemaan liittyvän käsitteen ymmärtämistä. Nämä ovat kuoleman universaalisuus, peruuttamattomuus, ruumiin toimimattomuus, kausaalisuus ja jonkintyyppinen elämän jatkumisen muoto kuoleman jälkeen. Pikkulapsen maailmassa kuolema on vielä tilapäinen. (Pojjula 2002, 143.) Lapsen ikä ja ajattelun kehitysvaiheet vaikuttavat kuoleman ymmärtämiseen ja sen herättämiin ajatuksiin. Kokemuksellisuuden kautta lapselle saattaa kuitenkin muodostua ikätasoaan kehittyneempi kuolemankäsitys. Vaikka kuoleman ymmärrys kehittyy lapselle pikkuhiljaa, kyky surra on huomattavasti varhaisempi ominaisuus. (Niku & Sarinko 2004, 11.) Ajattelun kehityksen keskeneräisyys, tiedon ja elämäkokemuksen puute rajoittavat lapsen kykyä ymmärtää kuolemaa ja näin ollen vaikeuttaa surussa selviytymistä. Kehittyessään lapsi käy samaa asiaa toistuvasti läpi, kunnes noin 11-12 -vuotiaana hän voi abstraktin ajattelukyvyyn kehityttyä ymmärtää kuoleman samalla tavalla kuin aikuinen. (Pojjula 2016, 98-99.)

Alle puolivuotiaan käsitys kuolemasta on, että se mitä ei voi nähdä, ei ole olemassa. Jos vauva joutuu eroon hoitavasta aikuisestaan tai suree, reaktiona on esimerkiksi ärtyisyys ja syömisen, nukkumisen ja itkemisen säännöllisen rutiinin rikkoutuminen. (Poiijula 2016, 99.) 0-2 -vuotiaan lapsen käsitys kuolemasta liittyy lapsen kehitysvaiheisiin. Varhaislapsuudessa lapselle kehittyy eri psykososiaalisten vaiheiden kautta muun muassa luottamus läheiseen ihmiseen, yleensä äitiin tai isään. Lapsi pitää läheisen kuolemaa erona, mutta hän ei osaa hahmottaa sitä. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 90.) Alle 2-vuotias ei ymmärrä kuolemaa, mutta osaa tuntea ikävää ja kaipausta menetettyä ihmistä kohtaan. Aikaperspektiivi on lyhyt, joten muisti- ja mielikuvat menetetystä läheisestä himmenevät suhteellisen nopeasti. (Niku & Sarinko 2004, 11.) Lapsi voi surussaan muuttua syrjäänvetäytyväksi, apaattiseksi ja menettää kiinnostuksen ruokaan, leluihin ja liikkumiseen. (Poiijula 2016, 99.)

Leikki-ikässä, 2-5-vuotiaana, lapsi alkaa tulla jollakin tavalla tietoiseksi läheisen kuoleman lopullisuudesta ja siitä, että kuollut ei enää palaa. Hän ei kuitenkaan käsitä, että kuolema on lopullinen, vaan saattaa odottaa kuollutta palaavaksi. Lapsi ymmärtää, että ero läheisestä liittyy jotenkin surullisuuteen. Tämän ikäinen lapsi ei vielä tiedosta omaa kuolevaisuuttaan, mutta hän on tietoinen mahdollisesta toisen kuolevaisuudesta. Alle 5-vuotiaana lapsi ymmärtää asiat hyvin konkreettisesti ja lapsen on vaikea ymmärtää abstrakteja selityksiä kuolemasta. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 91.) Lapsi kyselee runsaasti kuolemaan liittyviä kysymyksiä ja saattaa käyttää kuolema -sanaa ymmärtämättä sen merkitystä. Aikuisen on varottava käyttämästä harhaanjohtavia ilmaisuja kuolleesta, kuten "hän nukkui pois", sillä lapsi ymmärtää tämän konkreettisesti ja saattaa ruveta pelkäämään nukkumaanmenoa. (Niku & Sarinko 2004, 12.) Lapsi saattaa ilmaista suruaan itkulla, takertumisella ja kiukkukohtauksilla tai tuhoavalla käyttäytymisellä. Hyvin läheisen ihmisen, esimerkiksi vanhemman kuoleman kohtaaminen, tässä ikävaiheessa voi heikentää lapsen turvallisuudentunnetta. Lapsi saattaa tarvita toistuvaa vakuuttelua ja selityksiä ymmärtääkseen tilannetta. (Poiijula 2016, 100.)

Yli 5-vuotiaiden ajatukset kehittyvät asteittain strukturoidummiksi ja heidän aikakäsityksensä muuttuu aikuismaailman kaltaiseksi, jolloin lapsi ymmärtää menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden jatkumon. Lapsi alkaa 5-9-vuotiaana ymmärtämään, että kuolema on lopullinen, universaali, sillä on syy, se aiheuttaa pysyvän eron ja että kuolleet ovat monella tavalla erilaisia kuin elävät ihmiset. Tämänikäinen lapsi voi maagisen

ajattelunsa vuoksi kokea olevansa vastuussa läheisen kuolemasta, mikäli on sitä esimerkiksi joskus suuttuessaan toivonut. (Pojjula 2016, 100, 102.)

Yleensä yli 9-vuotiaat ymmärtävät kuoleman olevan lopullinen, väistämätön ja sekä henkilökohtainen että universaali eli koskee kaikkia ihmisiä ja kaikkea elollista. Tietoisuus oman kuoleman mahdollisuudesta saattaa tuntua lapsesta pelottavalta. Lapsi voi reagoida pelkoon psykosomaattisilla oireilla saadakseen huomiota ahdistukseensa. (Pojjula 2016, 101.) Lapsi alkaa ymmärtämään abstrakteja asioita ja käsittää kuoleman osaksi elämää. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 92.)

Pojjulan (2016, 102) mukaan lapsen tulee oppia ymmärtämään vähintään seuraavat kolme asiaa ymmärtääkseen, mitä kuolema on. Ensinnäkin, kuoleman universaalius tarkoittaa, että kuolema ei valikoi kohteitaan, vaan kaikki elollinen kuolee. Toiseksi, kuolema on pysyvä ja palautumaton. Toivomalla, rukoilemalla tai hyvällä käytöksellä ei voi tuoda takaisin kuollutta ihmistä. Kolmanneksi, kuolleet eivät enää tunne mitään, kuollutta ei voi palella eikä hän tunne kipua. Näitä kolmea seikkaa on toistettava lapsen kasvaessa ja joutuessa kohtaamaan kuolemantapauksia.

Lapsen surun tunnistaminen on tärkeää, jotta lasta voidaan tukea hänen tarpeidensa mukaisesti. Lapsen kehitysjaksot varhaislapsuudesta yli 10-vuotiaaseen ovat surun tunnistamisen perusta. Keskeistä on se, miten lapsi kokee surun eri kehitysvaiheidensa aikana. Alle 8-vuotiaat ja pienet lapset eivät yleensä ilmaise suruaan sanallisesti. Vihjeitä lapsen surutyöstä voi saada tarkkailemalla esimerkiksi lapsen leikkejä. Leikeissä esiintyvät erilaiset fantasiat ja symboliikka ilmaisevat tilanteen. Mikä tahansa lapsen kehitystasolle ominaisen käyttäytymisen poikkeaminen voi olla ilmaus surusta. Kaikki lapset oireilevat ja ilmaisevat suruaan jollakin itselleen tyypillisellä tavalla. Vanhemmat lapset pystyvät jo ilmaisemaan suruaan sanallisesti ja tällöin suru on helpommin tunnistettavissa. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 92.)

2.3 Monenlaiset menetykset

Lapsi saattaa kohdata elämässään hyvin erilaisia menetyksiä. Surun käsittely on erilaista riippuen siitä, miten läheinen kuollut ihminen on lapselle ollut. Käsittelen tässä kappaleessa erilaisia menetyksiä, joita lapsi voi joutua kohtaamaan ja miten suru asiantuntijoiden mukaan näissä tilanteissa yleisesti näyttäytyy tai miten lapsi saattaa surun kokea.

2.3.1 Vanhemman kuolema

Vanhemman kuolema on lapselle hyvin vaikea menetys. Useimmille lapsille vanhemmat ovat ensimmäisen kiintymyssuhteen luojat, perusta kaikille ihmissuhteille ja pohja turvallisuudentunteelle. (Holm & Turunen 2005, 21.) Vanhemman kuolema on niin perinpohjainen tapahtuma, että lapsi saattaa etäännyä todellisuudesta. Useimmat lapset kieltävät vanhempien kuoleman lopullisuuden. Lapsilla on voimakas tarve pitää tapahtuma loitolla, jotta he voisivat vähitellen liittää sen kokemuksiinsa. Koska tietoisuus ei kestä voimakkaita tunteita, se sulkee kaikki tapahtumaan liittyvät ajatukset ulkopuolelle. Tämän vuoksi lapsissa ei välttämättä näyt ulkoisesti mitään muutoksia. Lapsi ei välttämättä edes itke, saattaa jopa nauraa. (Dyregrov 1993, 32.)

Lapsen menettäessä toisen vanhempansa, menettää hän usein joksikin aikaa psyykkisesti myös toisen vanhempansa, sillä suru sitoo jäljelle jäävän vanhemman omat voimavarat lapsen ulottumattomiin. Leski on surullinen ja ahdistunut, eikä hän pysty oman surunsa keskeltä välttämättä antamaan riittävästi aikaa ja lohdutusta lapselle. Lapsi on surullinen, eivätkä ne, jotka ovat yleensä lohduttaneet, pysty häntä nyt lohduttamaan. Lapsesta saattaa jopa tulla jäljelle jäävän vanhemman lohduttaja. Lapsi saattaa pelätä menettävänsä myös toisen vanhempansa ja alkaa tästä syystä "vahtimaan" läheisiään ja tulla levottomaksi näiden ollessa näköyhteyden ulottumattomissa. (Holm & Turunen 2005, 21.) Tällaisissa tilanteissa korvaavien aikuisten merkitys on suuri. Isovanhemmat, muut sukulaiset tai vanhempien ystävät voivat tukea lapsia ja keskittyä lapsiin eri tavalla kuin vanhempi, joka itse on surun murtama. (Saari 2000, 261.)

2.3.2 Sisaruksen kuolema

Lapset reagoivat sisaruksen kuolemaan suurin piirtein samalla tavoin kuin vanhempien kuolemaan, mutta nämä reaktiot eivät ole välttämättä niin voimakkaita ja kestäviä. Lapsen kuolema vaikuttaa suuresti kodin ilmapiiriin. Eloonjääneet sisarukset menettävät leikkiverin ja joksikin aikaa myös vanhempiensa huomion ja huolenpidon. He joutuvat kokemaan vanhempiensa voimakkaita tunteenpurkauksia, sillä vanhemmat pelkäävät menettävänsä myös heidät. Voimattomuutensa ja surunsa vuoksi vanhempien saattaa olla vaikea asettaa rajoja kuten aiemmin. Lapsen kuollessa lasten ja vanhempien perusnäkemys elämästä joutuu koetukselle. Lapsen kuolema tapahtuu "elämän väärässä päässä", joten se järkyttää muiden lasten turvallisuutta heidän ajatellessaan, että myös heille itselleen voi käydä niin. Lapset saattavat pohtia pitkäänkin asioiden epäoikeudenmukaisuutta. (Dyregrov

1993, 35-38.) Perheen ainoaksi jäänyt lapsi saattaa kokea olonsa myös hyvin yksinäiseksi, sillä lapsen näkökulmasta vanhemmilla on surussaan toisensa, mutta lapsella ei ketään. Paras kaveri ei kykene täysin ymmärtämään tai jakamaan hänen tunteitaan ja kuollut sisarus, joka on ollut ennen kaikkein läheisin, onkin nyt kaikkein kauimpana. (Dyregrov & Raundalen 1997, 12.)

Sisaruksen menettäminen aiheuttaa lapselle monenlaisia hämmentäviä tunteita. Lapsi on voinut joskus suuttuessaan toivoa pääsevänsä eroon sisaruksestaan ja kun tämä kuolee, lapsi kokee voimakkaita syyllisyydentunteita. Lapsesta voi myös tulla kuolleen sisaruksen eräänlainen korvike tai elämän jatkaja. Tämä on lapsen kasvulle ja kehitykselle painolasti. Lapsen kehitys voi vaarantua myös sen vuoksi, että vanhemmat alkavat ylisuojella jäljelle jääneitä lapsiaan. Myös eloonjäämisyyllisyys voi vaivata eloon jäänyttä lasta. Lapsi saattaa ajatella, että hänen olisi pitänyt kuolla sisaruksen sijasta. Kuollut sisarus helposti nostetaan jalustalle ja häntä idealisoidaan. Lapsesta saattaa tuntua, että hän ei ole yhtä arvokas vanhemmilleen, kuin hänen sisaruksensa oli tai että hänen olisi pitänyt kuolla sisaruksen sijaan. (Holm & Turunen 2005, 23-24; Farrant 1998, 15.)

Lapsen ikävä ja kaipaus kuollutta sisarustaan kohtaan on yhtä todellista kuin aikuisenkin kaipaus. Lapsi ei kuitenkaan sure koko ajan vaan hän tarvitsee ajan surulle sekä ajan ilolle. Lapsi saattaa itkeä vähän ja jatkaa taas leikkiään. Aikuiset eivät välttämättä ymmärrä, että lapsen mielessä tapahtuu suremista, vaikka se ei näykään ulospäin. Parhaassa tapauksessa surun ja menetyksen jakaminen saattaa kuitenkin yhdistää jäljelle jäänyttä perhettä. Kuoleman aiheuttaman kriisin myötä lapsi voi kasvaa henkisesti. Tätä kokemusta rikkaampi lapsi tai nuori voi olla ajatusmaailmassaan kypsempi kuin ikätoverinsa. (Holm & Turunen 2005, 24.)

2.3.3 Isovanhempien kuolema

Glassin (1991) tutkimuksen mukaan lähes puolet lapsista kohtaa kuoleman ensimmäistä kertaa isovanhemman kuollessa. Isovanhemman kuoleman käsittelyssä näyttäytyy myös Pulkkinen (2016, 331) ajatus siitä, että kaikkien ihmisten kuolemiin ei suhtauduta samalla tavoin, vaan suhtautumiseen vaikuttaa myös esimerkiksi se, missä vaiheessa ihmisen elämänkulkua kuolema tapahtuu, onko kuollut ihminen vasta elämänkulkunsa alussa vai jo loppupuolella. Dyregrov (1993) toteaa isovanhemman kuoleman olevan lapselle suuri suru. Lapsen on kuitenkin helpompi ymmärtää ja hyväksyä vanhan ihmisen kuolema ajatuksissaan ja tunteissaan. Isovanhemman kuolemaan on ehkä myös pystytty etukäteen valmistautumaan.

Mitä läheisempi suhde lapsella isovanhempaansa on, sitä suurempi menetys on ja sitä voimakkaammin lapsi siihen reagoi. Isovanhempien kuollessa lapset eivät yleensä menetä elämänsä kiinnekohtaa. Vanhemmat huolehtivat edelleen lapsen arjesta ja tarpeista. Arjen jatkumisen turvin lapsen on mahdollista surra kuollutta isovanhempaansa omassa tahdissaan ja omalla tavallaan. Isovanhempien kuollessa lapsi saattaa lisäksi ruveta pelkäämään, että myös muut hänen rakastamansa ihmiset kuolevat. Isovanhemman kuten sisaruksenkin kuoleman yhteydessä lapsi voi kokea jäävänsä aikuisen surun ulkopuolelle, sillä lapsen vanhemman voimavarat voivat sitoutua pitkälti hänen oman surunsa työstämiseen. (Mt., 38-39.)

2.3.4 Ystävien kuolema

Holm & Turunen (2005, 26) kuvaavat surua hierarkkisena, jolloin lapsen tai nuoren kuollessa, hänen omat vanhempansa ja sisaruksensa ovat suruhierarkiassa ylimmällä portaalla, sillä heille menetys on suurin. Ystävän suru jää helposti tämän varjoon ja voi unohtua joskus kokonaan. Ystävän kuolema voi olla lapselle kuitenkin suuri menetys ja koska kuolemat ovat usein äkillisiä, kuolema voi olla myös traumatisoiva.

Ystävien surua ei usein tunnisteta, eikä oteta erikseen huomioon koulussa tai päivähoitossa. Tällöin surureaktiot saattavat ilmetä eristäytymisenä ja mahdollisuudet saada ulkopuolista tukea ovat pienet. Ystävän kuollessa suurimmaksi avuksi nousevatkin usein lapsen muut ystävät ja vasta tämän jälkeen omat vanhemmat. Ystävän kuoleman jälkeen vahvoja jälkireaktioita ovat usein tapahtumaan liittyvät ahdistavat ajatukset, pelko siitä, että sama voisi tapahtua itselle sekä keskittymisvaikeudet. Kuolleella ystävällä on monenlaisia merkityksiä eloonjääneiden ystävien elämässä. Voimakkain ja pitkäaikaisin suru syntyy, mikäli menetetyllä ystävällä on ollut tärkeä asema eloonjääneen ystävän minäkuvan ja identiteetin vahvistajana tai kun ystävät ovat olleet yhdessä päivittäin ja pitkäaikaisesti. Reaktioihin vaikuttaa myös se, onko kuolemantapaus äkillinen ja dramaattinen vai onko kuolemaan pystynyt etukäteen valmistautumaan. (Dyregrov & Raundalen 1997, 34, 45.)

2.3.5 Itsemurha

Perheenjäsenen itsemurha saattaa aiheuttaa lapsessa voimakkaan syyllisyyden, hylätyksi tulemisen ja vihan tunteita, hallinnan tunteen menetyksen sekä leimautumisen. Selviytymistä voi vielä vaikeuttaa itsemurhan aiheuttama perheen leimautuinen sekä itsemurhakuolemasta vaikeneminen. Itsemurhakuolemasta voi seurata myös perheen vuorovaikutuksen häiriö, joka

vaarantaa lapsen kehityksen. Erityisen vaikeaa on syyllisyydentunteista puhuminen. Kuoleman yhteinen ymmärtäminen, avoin kuolemasta puhuminen sekä perheen jakama menetyskokemus ovat tarpeen perheen selviytymisessä. Ylisuojeleminen ja perheen toimintakyvyn häiriintyminen traumaattisen tapahtuman jälkeen aiheuttavat lapsissa usein emotionaalisia sekä käyttäytymisongelmia. (Poijula 2016, 300.)

Etenkin pienemmät lapset saattavat jäljitellä tapahtunutta leikeissään. Lapsi saattaa kysellä itsemurhaan liittyviä asioita ja yrittää näin ymmärtää tapahtunutta. Tämän vuoksi aikuisen on tärkeää keskustella lapsen kanssa hänen ajatuksistaan, huolistaan ja kuvitelmistaan. Valtaosa itsemurhista on väkivaltaisista, kuten hirttäytyminen, itsensä ampuminen tai auto-onnettomuudet. Aikuiset eivät usein kerro lapsille itsemurhaa koskevia tietoja, koska haluavat suojella lasta. Lapset kuitenkin tietävät ja ymmärtävät asioita enemmän kuin kertovat aikuisille. Lapset jäävät usein huhupuheiden varaan, joka on lapsen selviytymisen kannalta hyvin haitallista. Lapsen täytyy saada tietää kauheista asioista yhdellä kertaa, jotta he eivät menetä uskoaan aikuisiin. Riittämättömät ja virheelliset tiedot lisäävät itsesyytösten vaaraa, mikäli lapset eivät saa puhua ajatuksistaan ja kuvitelmistaan. (Dyregrov 1993, 40-41.) Myös Poijulan (2016, 301, 307) näkemyksen mukaan tieto tulisi antaa lapselle kerralla, selkeästi ja välittäen. Mikäli lapsi saa ilmaista tunteitaan hyväksyvässä ja tukevassa ilmapiirissä, hänen suruprosessinsa etenee paremmin kuin niiden, jotka pitävät tunteet sisällään. Todellista tilannetta ei tosin tule traumatisoivan yksityiskohtaisesti kuvata lapselle.

2.4 Lapsen keinot käsitellä surua

Asiantuntijoiden ja tutkimustiedon mukaan lapselle ei ole haitallista nähdä kuollut henkilö tai osallistua hautajaisiin. Lapsen kuvitelmat kuolemasta voivat pelottaa häntä enemmän kuin todellisuus. G. Softing ym. (2015) ovat tutkimuksessaan todenneet, että lapsille on heidän surun käsittelynsä kannalta todella tärkeää päästä osallistumaan kuolemaan liittyviin rituaaleihin. Lapset olivat itse kuvanneet, että mikäli heiltä olisi evätty pääsy hautajaisiin tai muistotilaisuuteen, olisi tämä aiheuttanut heille lisää surua. Tutkimuksen mukaan lapselle oli tärkeää päästä osallistumaan asioihin tasavertaisena perheenjäsenenä. Näin lapsetkin kokivat olevansa surussaan yhdenvertaisia aikuisten kanssa ja saavansa tukea omaan suruunsa kuten aikuisetkin. Lapset myös arvostivat sitä, että pääsivät olemaan osa verkostoa, jossa surua yhteisesti koettiin. Tutkimuksessa nostettiin myös esille, että lapset halusivat päästä näkemään omin silmin rituaaleissa tapahtuvat asiat, eivätkä halunneet olla vain toisten ihmisten puheiden varassa. (Mt.)

Lapsella on kuoleman jälkeen suuri tarve muistella kuollutta läheistään ja näin työstää tapahtunutta. Lapsi käy mielellään esimerkiksi haudalla tai katselee kuollutta henkilöä esittäviä valokuvia. Erilaiset leikit auttavat lasta ymmärtämään tapahtunutta. Hän saattaa järjestää hautajaisia eläimille tai leikkiä sairaalaleikkejä. Tämä on hyödyksi lapsen miettiessä, mitä kuolleelle on tapahtunut. Lapsi saattaa myös piirtää hautoja tai muita kuolemaan liittyviä tilanteita. Leikit ja piirustukset ovat lapsen tapa puhua ja hahmottaa kuolemaa. Olennaista on, että aikuinen keskustelee lapsen kanssa hänen piirustuksestaan. Tällöin päästään käsittelemään olennaisia asioita lapsen lähtökohdista käsin. Mikäli lapsi on joutunut näkemään dramaattisen kuolemantapauksen, hän saattaa toistaa sitä päivästä toiseen pitkiäkin aikoja. (Dyregrov & Hordvik 1993, 46-47; Saari 2000, 264.)

Lapsen leikissä voi nähdä trauman jättämät merkit. Lapsen leikeissä saattavat näkyä tiedostamattomat ja tiedostetut kokemukset, pelko ja kauhu, suru, turvattomuus ja lukemattomat kysymykset. (Holmberg 2003, 60.) Leikeissä on tärkeää, että lapsi toteuttaa luovuuttaan. Leikit perustuvat lapsen mielikuvitukseen ja mielikuvituksella tulee olla sijansa surun kokemuksia käsittelevissä leikeissä. Tällöin ne ovat parantavia ja sopeutumista edistäviä leikkejä. Aikuisen ei tule kieltää lapsia leikkimästä, vaikka ne saattavat tuntua kauhistuttavilta, sillä tämä on lapsen keino käsitellä heidän kokemaansa ja heitä askarruttavaa kokemusta. Eikä aikuisilla yleensä ole tarjota leikin tilalle toisenlaista tapaa käsitellä asiaa. (Saari 2000, 263.) Aikuisten on oltava valmiita vastaamaan lasten tarkkoihinkin kysymyksiin kuolemasta. Aikuisen on oltava vastauksissaan kuitenkin rehellinen ja selkeä. Lapsi ymmärtää kaiken hyvin konkreettisesti, joten esimerkiksi sanontaa "nukkui pois" tulee välttää, sillä tämä saattaa aiheuttaa lapsessa pelkoa illalla nukkumaan mennessä. (Barnard & Morland 1999, 24.)

2.5 Pitkäaikaisvaikutukset ja ammatillinen apu

Pienen lapsen psyykkisen tilan arvioiminen voi olla haastavaa jos lapsi on trauman kohtaamishetkellä keskellä kiihkeää kehitysvaihetta. Kehitys saattaa viedä lasta eteenpäin niin voimakkaasti, että hän jatkaa uusien taitojen oppimista katastrofista huolimatta. Ulkoapäin katsottuna saattaa näyttää siltä, että kehitys pysyy normaalina ja lapsi ei kärsi. Lapsi kuitenkin kantaa sisällään vaikeat tunteet ja kokemukset, mutta ei kykene näyttämään niitä. Tällöin aikuiset saattavat kuvitella, että lapsi ei ymmärrä, mitä on tapahtunut. (Cleve 2005, 203-204.)

Lapset eivät aina saa riittävää tukea, eivätkä pysty toipumaan surun kokemuksesta ilman pitkäaikaisvaikutuksia. Tyypillinen pitkäaikaisvaikutus on lapsen taantuminen aikaisempien kehitysvaiheiden tasolle. Lapsi saattaa menettää jo opittuja taitojaan, millä alueella tahansa. Tämä saattaa näyttäytyä esimerkiksi kasteluna, puhekyvyn taantumisena tai motoristen kykyjen heikkenemisenä. Usein järkyttävän kokemuksen kokeneet lapset ovat levottomia ja heillä on keskittymisvaikeuksia. Tällöin lapsen koulumenestys usein kärsii. Tyypillistä on myös lyhentynyt tulevaisuuden perspektiivi ja ajatukset nuorena kuolemista. Hän ei kykene näkemään itseään aikuisena, eikä hänellä ole mitään tulevaisuuden haaveita. Myös pakonomaiset kertausleikit ovat yhteydessä syvään ahdistukseen. Pitkäaikaisvaikutukset saattavat näyttäytyä myös somaattisina oireina, kuten päänsärkinä, vatsavaivoina ja lihassärkyinä. Lapsen ruokahalukin saattaa vaihdella ja ruumiillinen kehitys hidastua. (Saari 2000, 261-262.)

Kuoleman aiheuttama suru ei ole psykiatrinen sairaus, joka automaattisesti vaatisi ammattiauttajan hoitoa. Ammattiapu on tarpeen, mikäli vuorovaikutus läheisten kanssa ei ole mahdollista tai jos surun ilmenemismuodot saavat lapsen hämmennyksiin. Joskus lapsen on myös helpompi ilmaista itseään perheen ulkopuolisille ihmisille. (Moren 1993, 53-54.) Asiantuntija-apua kuitenkin suositellaan esimerkiksi mikäli läheisen kuolema on äkillinen ja dramaattinen, jos lapsi on joutunut vanhempiansa tai sisarensa kuoleman silminnäkijäksi tai jos kyseessä on murha tai itsemurha. Ammattihenkilöt voivat antaa vanhemmille tai omaisille neuvoja, jotka auttavat heitä huolehtimaan lapsen tarpeista. (Dyregrov 1993, 97.) Ammatillinen apu ei välttämättä kuitenkaan tarkoita varsinaista terapiaprosessia. Muutama neuvontakäynti saattaa hyvin riittää. Mikäli lapsen suru komplisoituu, voi varsinainen terapiaprosessi tällöin olla tarpeen. Tällöin kyse saattaa olla pitkittyneestä, viivästyneestä, ylettömästä tai kokonaan poissa olevasta surusta. (Erkkilä 2003, 30.)

3 MONIMUOTOINEN SURU

Tässä luvussa esittelen aluksi aiempia tutkimuksia, joita lapsen surusta on tehty. Käytän muun muassa näitä tutkimuksia myös tulosluvussa vertaillen niiden tuloksia omaiin havaintoihini aineistostani. Aiempien tutkimusten kautta siirryn omaan teoreettiseen viitekehykseeni eli uuteen surukäsitykseen, joka tutkimuksessani perustuu paljolti Mari Pulkkinen (2016) väitöskirjaan.

3.1 Aiemmat tutkimukset

Pienen lapsen surua ja suremista on Suomessa tutkittu melko vähän. Yleisesti surua on tutkinut muun muassa Mari Pulkkinen (2016) väitöskirjassaan "Salattu, suoritettu ja sanaton suru". Pulkkinen tutkii läheisen ihmisen menettämistä kokonaisvaltaisen kokemuksen näkökulmasta. Pulkkinen lähtökohtana on uusi surukäsitys, jossa läheisen menettämistä voidaan tulkita häiriötilan sijaan ihmistä kokonaisvaltaisesti koskettavaksi kokemukseksi, joka ei etene vaihe vaiheelta loppuun, vaan suru saattaa jättää koko ihmisen elämänsä piirtyvät jälkensä. Käytän omassa tutkielmassani teoreettisena viitekehyksenä Pulkkinen näkemyksiä uudesta surukäsityksestä.

Lähimpänä omaa tutkimustani on vanhempien näkökulmasta tehty Kari E. Bugge ym. (2012) tutkimus, jossa on tutkittu lapsen surukokemuksia vanhempien näkökulmasta. Tutkimukseen on osallistunut kahdeksan vanhempaa, joiden lapsi oli menettänyt kuoleman kautta läheisen ihmisen, joko toisen vanhemmistaan tai oman sisaruksensa. Vanhemmat olivat kuvanneet lapsella olleen suruaikana muun muassa hankala nukahtaa, vaikeuksia nukkua yksin omassa sängyssään ja lapset olivat nähneet painajaisia. Lapset olivat myös ruvenneet pelkäämään muidenkin läheisten sairastumista ja kuolemaa. Kaikki lapset, jotka olivat menettäneet sisaruksensa, "pitivät sisarustaan edelleen elossa" puhumalla tälle ja pitämällä kuollutta sisarusta mielikuvitusystävänä. Kuolleet sisarukset olivat myös selvästi elossa kaikkien lasten muistoissa ja lapset halusivat esimerkiksi kutsua kuolleen sisaruksen syntymäpäivilleen.

Gunn Helen Softing ym. (2015) ovat tutkineet lapsen sururitualeihin osallistumisen tärkeyttä. Tutkimuksessa on haastateltu 11 lasta, joista 4 olivat poikia ja 7 tyttöä. Tutkimuksessa lapset olivat kokeneet hyvin tärkeäksi sen, että ovat päässeet osallistumaan sururitualeihin, kuten hautajaisiin. Näin he ovat kokeneet olevansa tasavertaisia surunsa

kanssa aikuisiin sureviin nähden sekä päässeet jakamaan surua muun yhteisön kanssa. Lapset myös kokivat tärkeäksi päästä jättämään jäähyväiset vainajalle.

J. Conrad Glass Jr. (1991) on tutkinut kouluikäisten lasten kokemuksia surusta, kuolemasta ja menetyksistä. Tutkimukseen on osallistunut yhteensä 211 oppilasta, joista 112 oli poikia ja 99 tyttöjä. Tutkimus toteutettiin paperikyselyllä, jossa oli yhteensä 16 kysymystä. 95 % vastanneista olivat kohdanneet kuoleman jollakin tavalla, joko isovanhemman tai jonkun läheisen menetyksen johdosta. Oppilaat olivat listanneet suurimmaksi asiaksi menetyksistä juuri menetyksen kuoleman kautta. Kaiken kaikkiaan tutkimuksen mukaan kouluikäiset lapset joutuvat kokemaan paljon menetyksiä, joista kuolema on vain yksi. Muita yleisimpiä menetyksiä tutkimuksen mukaan ovat avioeron tai muuton kautta tulleet menetykset sekä ystävien menetykset.

Andy P. Siddaway ym. (2014) ovat selvittäneet tutkimuksessaan Iso-Britanniassa surun tukemiseen suunnattujen palvelujen vaikuttavuutta 3-19 -vuotiaisiin lapsiin. Suurimpana palveluna ovat olleet lasten sururyhmät. Tutkimukseen osallistui yhteensä 168 lasta kymmenestä eri sururyhmästä. Aineistoa kerättiin yksilötehtävillä sekä havainnoimalla ryhmiä. Lähes puolet tutkimukseen osallistuneista lapsista oli menettänyt toisen vanhempansa. Muut olivat menettäneet muita läheisiään, kuten sisaruksen tai isovanhemman. Tutkimuksen perusteella todettiin, että moni lapsi sai sururyhmästä apua ja ryhmän päätyttyä oli päässyt surussaan eteenpäin. Ryhmien todettiin myös ehkäisevän psyykkisiä ongelmia kuten masennusta. Tutkimus tuki myös jo aiempaa tietoa siitä, että vanhemman tai läheisen perheenjäsenen kuolema vaikutti enemmän lapsen arkeen ja psyykeeseen kuin esimerkiksi isovanhemman kuolema.

Ellen Philpott (2013) on tutkinut lapsen surun käsittelyä taideterapeuttisin menetelmin. Tutkimuksessa on haastateltu kolmea tanssi-/toimintaterapeuttia, jotka ovat työskennelleet surevien lasten kanssa. Tutkimuksen perusteella kaikkien tutkimukseen osallistuneiden terapeuttien näkemys on, että jokainen lapsi on hyötynyt toiminnallisesta terapiasta surunsa käsittelyssä. Toiminnallisella terapialla lasta voidaan tukea useilla eri tavoilla ja hyvin yksilöllisesti kullekin lapselle sopivalla tavalla. Tutkimuksen mukaan lapsi pystyy ilmaisemaan tunteitaan väillä helpommin liikkeiden kuin sanojen avulla. Tanssin ja liikkeen avulla surun käsittelystä tulee lapselle myös kokonaisvaltaisempi kokemus.

Eri tieteen alojen Pro Gradu -tutkielmissa sekä opinnäytteissä lapsen surua on tutkittu jonkin verran. Lapsen surun kohtaamista opinnäytteessään on tutkinut muun muassa Riikka Katalkin

(2009). Katalin (2009) on tutkinut lapsen surua pro gradu tutkielmassaan opettajien näkökulmasta. Tutkimuksessa kartoitettiin alakoulujen opettajien kokemuksia lapsen surun kohtaamisesta työssään. Tutkimuksessa tuli esille, että kuoleman käsittely alakoulussa on yleistä. Lähes kaikki opettajat olivat uransa aikana kohdanneet surevan lapsen. Opettajat eivät kokenet surun käsittelyä yksiselitteisen helpoksi tai vaikeaksi vaan jakautuivat ennemminkin siten, että osa koki sen melko vaikeaksi tai vaikeaksi ja osa neutraaliksi tai melko helpoksi. Opettajat pitivät surevan lapsen tukemisessa tärkeänä oppilaan kuuntelua, keskustelun mahdollisuutta sekä läheisyyttä ja läsnäoloa.

3.2 "Vanha surukäsitys"

Vanhalla surukäsityksellä tarkoitan surun näkemistä työn kautta ja että sen tulisi edetä tiettyä kaavaa pitkin loppuunsa. Pulkkinen (2016, 43-45) sekä Bonanno & Kaltmanin (1999) näkemyksen mukaan yleinen länsimainen ymmärrys surun luonteesta on surun näkeminen työnä. Käsite surutyö on peräisin psykoanalyysin kehittäjä Sigmund Freudin kirjoituksista, joissa hän kuvaa surun prosessiksi, joka etenee kuollutta henkilöä kohtaan tunnetusta kiintymyksestä eräänlaisen irtautumisen kautta uudenlaiseen tilanteeseen, jossa surevan on mahdollista muodostaa uusia kiintymyssuhteita menetettyjen tilalle. Keskeisintä on nimenomaan irrottautua siteistä, joita surevalla on kuolleeseen läheiseensä, ja tämän onnistumiseksi on tehtävä vähitellen etenevää, tuskallista työtä. Lopullinen irrottautuminen edellyttää surijan vapautumista tunnesiteistään kuolleeseen henkilöön. Surutyö on "valmis" vasta, kun tunnesiteet menetettyyn ihmiseen on katkaisu ja tästä suhteesta vapautunut energia siirretty uuteen kohteeseen. Tämän näkemyksen mukaan elämän jatkuminen siis edellytti ikään kuin kuolleen hylkäämistä. (Mt.)

Pulkkinen (2016) tulkinnan mukaan Freud totesi surutyöajatuksensa esittämisen jälkeen melko pian, että prosessi ei ehkä olekaan niin suoraviivainen, kuin hän oli ajatellut. Perusteena tälle epäröinnille oli surun aiheuttama kipu. Freudin teoria ei antanut selitystä surevien taipumukselle kiinnittyä menetyksen kohteeseen. Tästä syystä Freud siis myöhemmin esittikin, että suru ei välttämättä olekaan luonteeltaan päätökseensä tulevaa työtä vaan loppumatonta työtä. Freud menetti oman tyttärensä ja tämän neljävuotiaan pojan kuoleman kautta ja tämän on arveltu vaikuttaneen Freudin käsityksiin siitä, että lopullista lohtua ei olekaan olemassa. Tutkijat ovat kuitenkin kritisoineet sitä, että omakohtaiset menetykset on kytketty osaksi Freudin tulkintoja ja että tieteellinen teoria olisi yliajettu henkilökohtaisilla kokemuksilla. (Mt., 45.)

Stroebe, Schut ja Boerner (2017) toteavat tutkimuksessaan, että surua ehkä ajatellaan vaiheittain etenevänä prosessina mielellään sen helppouden vuoksi. Etenevät vaiheet tarjoavat surevalle jotakin, josta pitää kiinni. Surun keskellä halutaan tietää, mitä on tulossa sekä ajatella, että suru joskus myös päättyy. Jotkut surevat ovat tosin kokeneet ahdistusta siitä, että he eivät ole edenneet surussaan "oikeassa järjestyksessä" tai suru ei ole poistunut, kuten he ovat odottaneet. (Mt.)

3.3 Uusi surukäsitys

Omassa tutkielmassani lähtökohtana on surun määrittäminen uuden surukäsityksen kautta. Poijulan (2002) mukaan jokaisen ihmisen suru on yksilöllinen ja siinä peilautuu hänen ainutlaatuisuutensa. Suru on joukko reaktioita menetykseen tai menetyksen uhkaan. Sureva ihminen joutuu tutustumaan äärimmäisen voimakkaisiin tunteisiinsa, joita hän ei ehkä aiemmin elämässään ole kokenut. Suru sisältää tunteita, asenteita ja käyttäytymisen. Surevien ihmisten reaktiot kuitenkin vaihtelevat, samoin kuin niiden kesto. Suru ei ole jotakin, joka menee ohi, vaan jotakin, jonka kanssa sureva elää. Suruun vaikuttavat surevan ihmisen oma persoonallisuus ja aikaisemmat menetykset, se millaisesta menetyksestä on kysymys sekä surevan saama tuki tai sen puute surun aikana. (Mt., 18.)

Stroebe ym. (2017) ovat tutkimuksessaan kritisoineet surun etenemistä tiettyjen vaiheiden kautta. Tutkimuksessa on muun muassa kyseenalaistettu surun eri vaiheiden (kieltäminen, viha, kaupankäynti, depressio ja hyväksyminen) yhteensopivuus. Osa vaiheista ovat voimakkaita olotiloja ja osa kognitiivisia prosesseja, eivätkä nämä erilaiset rakenteet sovi yhteen. On muutenkin epäselvää, mitä näillä eri vaiheilla tarkoitetaan. Vaiheteoriasta on myös loppujen lopuksi hyvin vähän empiiristä tietoa, joka tukisi väitettä surun käsittelystä eri vaiheiden kautta. Surun käsittely vaiheteorian kautta saattaa myös aiheuttaa surevalle ihmiselle kohtuuttomia odotuksia siitä, miten suru etenee ja koska suru päättyy. Tutkimuksissa tulisikin siis keskittyä enemmän siihen, miten surevat ihmiset oppivat elämään surunsa kanssa, eikä pääsemään siitä yli. (Mt.)

1990-luvun lopulla kehittyi uusi näkemys siitä, että suhde kuolleeseen läheiseen voi jatkua kuoleman jälkeenkin. Tämä näkemys on nimetty uudeksi surukäsitykseksi. Uudessa surukäsityksessä läheisen menettämistä lähestytään kokemuksena. Käsitteenä kokemus tarjoaa laajemman tarttumapinnan kuin suru, joka voidaan kapeimmillaan ymmärtää vain yhdeksi tunteeksi. Uusi surukäsitys edellyttää keinoja ylittää surutyön ja surun vaiheiden

kaltaisten ajatusmallien ylivalta sekä ajatus siitä, että suru on jotakin kohti menevä prosessi tai ajassa mitattavissa oleva häiriötila. Uudessa surukäsityksessä suru nähdään enemmän kokonaisvaltaisena, dynaamisena prosessina. Voidaan siis ennemminkin puhua surusta selviytymisen sijaan surussa selviämisestä. (Pulkkinen 2016, 59, 342.) Dynaamisuudella surun yhteydessä tarkoitetaan sitä, ettei suru etene lineaarisesti vaiheesta toiseen, vaan siihen liittyvät tuntemukset ja reaktiot ilmenevät ajoittain voimakkaana ja ajoittain heikompana surevan elämässä. Surun intensiteetti vähenee ajan myötä, vaikka erilaiset läheisen kuolemaa muistuttavat tapahtumat ja ajatukset saattavat laukaista voimakkaitakin surureaktioita uudelleen vielä pitkän ajan kuluttua läheisen kuolemasta. (Aho 2010, 14.)

Surua tutkineet henkilöt käyttävät surutyö -käsitteen sijasta mieluummin sanontaa "suru tekee työtään ihmisessä". Paraneminen surussa ei kuitenkaan ole passiivinen tila tai tapahtuma, vaan aktiivinen prosessi, jossa sureva itse on vahvasti mukana. Pelkkä tunteiden ilmaisu ei riitä surussa. Surutehtäviä ovat myös menetyksen hyväksyminen, sopeutuminen ympäristöön, josta kuollut puuttuu, surun kivun läpityöskentely, kuolleeseen kohdistuneen kiintymyssuhteen opettelu ja elämän jatkuminen. Suruprosessi on ikään kuin kamppailua surevan ja kuolleen välisen siteen ylläpitämisen ja konkreettisesta suhteesta luopumisen välillä. Sureva etsii lohdullisia muistoja ja muistikuvat menetetyistä läheisistä tulevat mieleen lohdullisina. Surun tehtävänä onkin muokata sisäinen todellisuus ulkoista todellisuutta vastaavaksi. (Koskela 2011, 59-60.)

3.3.1 Surun käsittely

Suru tulisi myös aina nähdä kietoutuneena kulttuuriin ja yhteiskuntaan, sekä aikaan, jossa se koetaan. (Pulkkinen 2016, 53.) Kulttuurien moninaisuudesta huolimatta suruun liittyy useita kaikille ihmisille yhteisiä piirteitä, sillä jokaisessa kulttuurissa useimmat ihmiset näyttävät surevan läheisen menetystä. Kulttuurit kuitenkin eroavat suuresti määrittäessään, millaista on sopiva surun ilmaiseminen. Kulttuurilla on suremisessa niin ratkaiseva osa, että voi olla mahdotonta erottaa yksilön surua kulttuurin vaatimasta suremisesta. (Erjanti & Paunonen, 2004, 33.) Länsimaisessa nyky-yhteiskunnassa voidaan tunnistaa kaksi rinnakkaista tapaa, joilla pyritään eheyttämään suhde kuolleeseen läheiseen. Ihmisellä on pyrkimys päästää irti surusta ja vainajasta, mutta toisaalta halutaan myös säilyttää yhteys ja tunneside vainajaan kuoleman jälkeen. Surun tunteiden kontrolloimisessa on olemassa kahta eri näkemystä: toisen mukaan tunteet tulisi ilmaista avoimesti, kun taas toisessa painotetaan tunteiden hillitsemistä. Surun terapeutisessa hoidossa painotetaan näkemystä, jossa vainajasta ja surusta tulisi

irtaantua, mutta ilmaista tunteet avoimesti. Yksityisten ihmisten surukäsitys taas kuvastaa enemmänkin tarvetta jatkaa sidettä vainajaan läpi elämän. Tunteiden avoin ilmaiseminen yksilötasolla on kuitenkin harvinaista. Vertaistukeen perustuvissa sururyhmissä sen sijaan korostetaan siteen säilyttämisen merkitystä ja lisäksi niissä pyritään avoimeen tunteiden ilmaisuun. (Pulkkinen 2016, 53.) Uusi surukäsitys sisältääkin ajatuksen siitä, että tapoja suremiseen voi olla useita. Toiset käyvät läpi tunteitaan siksi, että haluavat irrottautua kuolleesta henkilöstä, kun taas toiset kaipaavat keskusteluja muiden ihmisten kanssa, jotta pystyvät löytämään pysyvän paikan kuolleelle henkilölle omassa elämässään. (Walter 1994, 20.)

3.3.2 Surun kesto

On ajateltu, että surulle olisi aina olemassa ajallinen päätepiste. Tuoreimmat tutkimukset kuitenkin osoittavat, että kaikki ihmiset eivät koe surunsa olevan ajallisesti rajattavissa. Myös ajatus vaiheittain etenevästä surusta ylläpitää niin sanotun normaalin surun ääriviivoja. Suru on kuitenkin luonteeltaan lähtökohtaisesti subjektiivinen ja yksilöllinen ilmiö, joten ajatus eri ihmisten samalla tavoin etenevästä surusta on tämän vuoksi ristiriitainen. (Pulkkinen 2016, 55-56.) Uuden surututkimuksen ja surukäsityksen myötä myytti surun tietystä sopivasta kestosta on osoittautunut tarpeettomaksi. Suru voi siis kestää läpi ihmisen elämän. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että suru olisi jatkuvaa. Suru on jatkuvaa ensimmäisten päivien tai viikkojen ajan, mutta voimakkaat surun tunteet saattavat nousta pintaan useasti uudestaan elämän aikana. Toipuminen surusta tapahtuu asteittain ja isolla osalla surevista raskain ajanjakso läheisen kuoleman jälkeen on kolmesta yhdeksään kuukauteen. Suurin osa surevista sopeutuu läheisen kuolemaan yhden tai kahden ensimmäisen vuoden aikana, mutta todellisuudessa sopeutuminen jatkuu paljon pidemmän ajanjakson. Traumaattinen suru voi vaatia vielä enemmän aikaa, sillä tällöin surevan on tehtävä sekä traumatyö että surutyö. Esimerkiksi lapsella on jatkuva tarve symboliseen yhteyteen kuolleen vanhempansa kanssa. Vanhassa surukäsityksessä ei kiinnitetty huomiota kuolemantavan vaikutuksista suruun. Uuden surututkimuksen avulla on osoitettu, että kuolemantavalla on merkitystä surun kannalta. Suru voi olla erilaista läheisen äkillisen kuoleman jälkeen verrattuna odotettavissa olevaan kuolemaan. Myös itsemurha- ja henkirikoskuolemat poikkeavat sairauden aiheuttamasta kuolemasta, sillä tällöin korostuvat surevan traumaperäiset stressioireet ja surevan viha on voimakasta ja pitkäkestoista. (Pojjula 2002, 37-38.)

Läheisensä menettäneen lapsen surullisuuden kesto kerrallaan on lyhyempi kuin aikuisen, eivätkä lapset tavallisesti ole surullisia pitkiä ajanjaksoja yhtämittaisesti. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö lapsi kaipaasi kuollutta läheistään tai muistaisi ja ajattelisi häntä pitkään. Aikuiset usein aliarvioivat aikaa, jonka lapsi tarvitsee surunsa käsittelyyn. Menetyksen tunne, ikävöinti ja surullisuus jatkuvat kuoleman jälkeen paljon pidempään kuin viikkoja tai kuukausia. Mikäli kuolema on äkillinen, odottamaton tai erityisen traumaattinen, se voi vaikuttaa lapsen koko kehitykseen. Lapsen kannalta onkin erityisen tärkeää, että aikuiset ymmärtävät surureaktioiden pitkäkestoisuuden. (Holland, J. 2001, 39; Poijula 2016, 118-119.)

3.3.3 Ennakoiva suru

Surua voi kokea myös jo ennen läheisen kuolemaa. Tämä liittyy tavallisimmin tilanteisiin, joissa läheinen on vakavasti sairas tai jo hyvin ikääntynyt, jolloin on odotettavissa, että läheisen kuolema lähestyy. Läheisen kuolemaa edeltävä suru on niin sanottua luopumisen aikaa, jolloin tunteen ja tajunnan tasolla ihminen vähitellen ymmärtää tapahtumassa olevaa. Ihminen pohtii, mitä on tapahtumassa ja miten se tulee vaikuttamaan häneen itseensä sekä muihin suremaan jääviin. Ennakoivan surun erityinen, eteenpäin suuntaava katse kohdistuuikin enemmän läheisen kuoleman mukanaan tuomiin muutoksiin surevan ja lähipiirin elämässä. Parhaimmillaan ennakoiva suru auttaa siten, että läheisen kuoltua suru on helpompaa tai osiin pilkottua. Suru saattaa tällöin tuntua hallittavammalta ja joissain tilanteissa, kun läheisen kuolema mielletään helpotukseksi (kuten kivuliaissa sairauksissa), kuolema saattaa olla läheisille helpotus ja läheisen kuoltua jäljelle jää vain ikävä. Kuolemaa seuraava suru ei myöskään välttämättä ala välittömästi läheisen kuoltua. Koettu surun alkupiste voi siirtyä surevan elämänkulun janalla kuoleman hetkestä pitkällekin eteenpäin. Tätä ilmiötä, jossa surua ei koeta pian läheisen kuoltua, kutsutaan viivästyneeksi suruksi. Tällöin suru jää syystä tai toisesta elämättä toteen heti läheisen kuoltua. Syynä ei ole epäonnistunut sureminen eikä epätäydellinen suru vaan erilaisten elämäntilanteiden vaikutus suru todeksi elämiseen ja sen estymiseen. Suru voi realisoitua vasta esimerkiksi muiden menetysten tai elämäntapahtumien yhteydessä. (Pulkkinen 2016, 225-228.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa kerron tarkemmin tutkimukseni metodologisista lähtökohdista ja kuvaan tutkimuskysymykseni. Lisäksi kerron aineistostani, sen analysoinnista ja lopuksi käyn vielä läpi tutkimustani eettisyyden ja luotettavuuden näkökulmasta.

4.1 Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat

Maisterintutkielmani on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullinen tutkimus sopii tutkielmaani hyvin, sillä lähtökohtana siinä on todellisen elämän kuvaaminen. Laadullisessa tutkimuksessa kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Laadullisessa tutkimuksessa ei ole tarkoitus testata teorioita tai hypoteeseja vaan aineistoa tarkastellaan monitahoisesti ja yksityiskohtaisesti. Tutkimusta on myös mahdollista toteuttaa joustavasti ja suunnitelmia voi muuttaa olosuhteiden mukaisesti tutkimuksen edetessä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2015, 161, 164.)

Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään enemmänkin pienempään määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti. Tällöin aineiston tieteellisyyden kriteerinä on juuri laatu, eikä määrä. Aineistoa voidaan kerätä harkinnanvaraisesti, jolloin tutkija rakentaa tutkimukseensa vahvat teoreettiset perustat, jotka myös ohjaavat aineiston hankintaa. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijalla ei ole ennako-olettamuksia tutkimuskohteesta tai tutkimustuloksista. Tutkijan asema on laadullisessa tutkimuksessa hyvin keskeinen. Tutkijalla on toiminnassaan vapautta, joka antaa mahdollisuuden joustavaan tutkimuksen suunnitteluun ja toteutukseen. (Eskola & Suoranta 2000, 18-20.)

4.2 Tutkimuskysymykset

Maisterintutkielmassani tutkin lapsen surua uuden surukäsityksen pohjalta vanhempien näkökulmasta. Tutkimuskysymykseni ovat:

1. Miten vanhemmat näkevät lapsen käsittelevän suruaan?
2. Miten lapsen suru näyttäytyy?
3. Miten vanhemmat kuvaavat lapsen surua kokonaisuutena?

Abstrakti ajattelukyky kehittyy noin 11-12-vuotiaille lapsille (Poijula 2016, 99). Itse olen kiinnostunut siitä, miten lapsi käsittelee kuolemaa ennen tämän ajattelukyvyyn kehittymistä. Tämän vuoksi olen rajannut tutkimustehtäväni siten, että kohderyhmänäni ovat alle 12-

vuotiaiden surukokemukset. Tutkimuksessa ei tule ilmi lapsen oma näkemys kokemuksestaan, sillä asiaa käsitellään vanhempien tulkintojen pohjalta. Päädyin tähän tutkimusnäkökulmaani oman kiinnostukseni sekä osaamiseni perusteella. Koin, että en ole vielä niin perehtynyt asiaan, jotta olisin voinut lähteä esimerkiksi haastattelemaan suoraan lapsia heidän kokemuksistaan.

4.3 Aineisto

Aineiston keruumenetelmänä käytin kirjoituspyyntöä eli keräsin läheisensä kuoleman kautta menettäneiden lasten vanhemmilta vapaamuotoisia kirjoituksia siitä, miten heidän lapsensa on käsitellyt suruaan läheisen ihmisen kuoltua. Jaoin kirjoituspyyntöä lähinnä sosiaalisen median kautta eri sivustoilla, jolloin kirjoituspyyntöni tavoitti useita tuhansia ihmisiä. Lisäksi Suomen Nuoret Lesket Ry, Sininauhaliitto sekä Käpy Ry jakoivat kirjoituspyyntöäni omien kanaviensa kautta jäsenilleen. Lisäksi haastattelin vielä sähköpostitse erään saattohoitokodin perhetyöntekijää, joka työssään tapaa jatkuvasti perheitä ja lapsia, jotka ovat kohtaamassa tai jo kohdanneet läheisensä kuoleman. Kirjoituspyynnössäni pyysin lähettämään kirjoitelmat omaan opiskelijäsähköpostiini, jotta tietosuoja varmasti säilyisi ja tutkimuksen päätyttyä aineisto on mahdollista hävittää. Muutama kirjoitus tuli pyynnöstäni huolimatta minulle kuitenkin Facebookin Messenger -sovelluksen kautta, josta siirsin ne omaan sähköpostiini.

Ihmisten omien kirjoitelmien käyttö tutkimusaineistona sisältää oletuksen siitä, että kirjoittaja kykenee ilmaisemaan itseään kirjallisesti. Kirjoittajan ikä ja kirjalliset kyvyt ovat tässä tiedonkeruumuodossa tutkimuksen kannalta oleellisia seikkoja. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 84.) Tutkija myös joutuu arvioimaan aineiston edustavuutta suhteessa tutkittavaan aiheeseen. On mietittävä, minkälaiset ihmiset kirjoituspyyntöihin yleensä vastaavat ja jääkö jokin ryhmä kokonaan ulkopuolelle, mikäli aineistonkeruumenetelmänä käytetään kirjoituspyyntöä. (Helsti 2005, 151.) Itse sain kirjoituksia ainoastaan naispuolisilta kirjoittajilta, joten isien näkökulma jää omassa tutkimuksessani tämän vuoksi pimentoon. Olettaisin, että miehillä on ehkä korkeampi kynnyks lähteä kirjoittamaan omista kokemuksistaan ja etenkin vielä tuntemattomalle ihmiselle.

Laadin kirjoituspyyntöni hyvin avoimeksi (LIITE 1), jotta vastauksia tulisi mahdollisimman paljon ja lisäksi toivoin, että tällä tavoin kirjoittajat nostaisivat esille juuri niitä asioita, joita itse ovat pitäneet tärkeinä ja jotka heille on jäänyt parhaiten mieleen. Totesin kuitenkin vastauksia lukiessani, että olisi ehkä kuitenkin ollut parempi lisätä kirjoituspyyntöön myös

joitain tarkempia kysymyksiä, sillä monissa kirjoituksissa kävi ilmi, että kirjoittajalla olisi paljon asioita jaettavanaan, mutta he eivät tieneet, mikä olisi tutkimukseni kannalta oleellista. Kirjoituksissa olisi päässyt syvällisemmälle tasolle, mikäli kirjoittajat olisivat keskittyneet vain tiettyihin asioihin.

Tavoitteenani oli saada 30 kirjoitelmaa. Määräaikaan mennessä kirjoituksia saapui minulle 23 kappaletta ja olin tähän määrään tyytyväinen. Kirjoitusten pituus vaihteli yhdestä sivusta kolmeen sivuun. Kaiken kaikkiaan kirjoitelmista aineistoa kertyi yhteensä 38 sivua ja lisäksi perhetyöntekijän haastattelusta kolme sivua.

4.4 Aineiston analyysi

Käytän aineistoni analysointimenetelmänä sisällönanalyysia. Analyysilla tarkoitetaan erittelemistä, jäsentämistä tai tarkastelemista. Tutkija etsii aineistoista säännönmukaisuuksia ja analyysin kuluessa pyrkii tunnistamaan aineistossaan esiintyviä ilmiöitä ja erittelemään niitä. Tavoitteena voi olla uusien ilmiöiden ja merkitysten löytäminen tai tuttujen ilmiöiden ja asioiden ilmeneminen uudessa ympäristössä tai merkityksessä. Perimmäisenä tarkoituksena on kuitenkin ilmiön tai asian syvälinen ymmärtäminen ja mahdollisesti uuden teorian kehittäminen tämän ymmärryksen pohjalta. (Silvasti 2014, 37.)

Sisällönanalyysi sopii tutkimukseeni hyvin, sillä tällöin tutkimuksen aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä ja analyysillä tästä ilmiöstä luodaan sanallinen ja selkeä kuvaus. Sisällönanalyysilla pyritään järjestämään aineisto selkeään ja tiiviiseen muotoon eli toisin sanottuna hajanaisesta aineistosta pyritään luomaan selkeää, mielekästä ja yhtenäistä tietoa. Näin tutkittavasta ilmiöstä voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä. Sisällönanalyysilla aineisto saadaan kuitenkin vain järjestetyksi, jolloin johtopäätökset tutkijan tulee itse tulkita tästä järjestetystä aineistosta. Laadullisessa aineistossa analyysia tehdään käytännössä tutkimusprosessin jokaisessa vaiheessa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 103, 108.)

Sisällönanalyysia voidaan tehdä aineistolähtöisesti, teorialähtöisesti tai teoriaohjaavasti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108.) Omassa tutkielmassani käytän teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Teoriaohjaava tutkimus on teoria- ja aineistolähtöisen tutkimuksen välimaastoa. Teoriaa voidaan tutkimuksessa käyttää apuvälineenä, joka mahdollistaa tulkintojen tekemisen kerätystä tutkimusaineistosta. Perusajatuksena on, että uudet tieteelliset löydöt ovat mahdollisia vain, kun havaintojen teko perustuu johonkin johtoajatukseseen.

Aineiston tarkastelua ohjaa usein tutkijan omat ennakkokäsitykset tai perehtyneisyys tutkimusaiheeseen liittyvään kirjallisuuteen. Uusi teoria ei synny pelkkien havaintojen pohjalta, kuten induktiivisessa päättelyssä. Tässä lähestymistavassa aineiston analyysi ei suoraan perustu teoriaan, mutta on kuitenkin kytköksissä siihen. Aineistosta tehdyille löydöksille etsitään tulkintojen tueksi teoriasta selityksiä tai vahvistusta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

4.4.1 Aineiston koodaus

Analyysi aloitetaan koodaamalla aineistoa toisen lukemiskerran aikana. Koodaamisella tarkoitetaan aineiston jäsentämistä tai luokittelua. Aineistoa käydään läpi tarkasti ja huolellisesti rivi riviltä. Aineisto tavallaan puretaan osiin. Koodatessa tutkija kiinnittää tiettyyn aineiston osaan merkityksen, joka on hänen valitsemansa käsite tai yhteinen nimittäjä eli koodi. Koodeiksi etsitään käsitteitä tai ilmaisuja, jotka kuvaavat jotakin aineiston osaa tai ilmiötä. Koodatusta tekstistä on helppo tarkastella, miten laajasti ja millaisissa yhteyksissä koodit esiintyvät. Analyysin edetessä aineistoa koodataan moneen kertaan ja eri tavoin. Konkreettista koodausta voi tehdä eri tavoin, kuten käyttäen värejä, numeroimalla tai alleviivaamalla. (Silvasti 2014, 38-39.)

Aineistoni oli jo alun alkaen tekstimuodossa, sillä kirjoitukset olivat tulleet minulle sähköisessä muodossa ja tulostin ne tietokoneeltani paperiversioiksi. Tällöin koin, että tekstiä on helpompi lukea ja käsitellä. Luin tekstin aluksi huolellisesti läpi useita kertoja, jotta sain luotua itselleni kokonaiskuvaa aineistostani. Jo näillä ensimmäisillä lukukerroilla tein aineistoon merkintöjä, mikäli esille nousi selkeästi asioita, joita olin käsitellyt tutkielman teoreettisessa osiossa. Kaiken kaikkiaan teoreettisessa osassa esille tuomani teemat, kuten lapsen surun käsittely, kuoleman ymmärtäminen, surun kesto, surun kokeminen ja ennakoiva suru ohjasivat analyysin tekemistäni siten, että lähdin etsimään asioita tekstistä tästä lähtökohdasta. Kävin tekstiä yksityiskohtaisesti läpi alleviivaten sitä eri väreillä. Jokaiselle värille kehittyi selkeästi oma koodinsa. Värien avulla aineistosta oli helppo etsiä, minkä verran tietyt asiat ja ilmaisut esiintyivät tekstissä. Tämän jälkeen keräsin samalla värillä alleviivatut ilmaisut yhteen ja muodostin näille yläotsikon sen perusteella, mitä aihetta ilmaisut käsitelivät. Yläotsikoiksi muodostuivat: "lapsen pelko/huoli", "lapsen tapoja käsitellä asiaa", "oireilu", "keskustelu / kysely", "surussa auttanut", "lapsen itsesyytökset", "ammattiapu", "avoimuus" sekä "aikuisen oma suru". Näistä otsikoista yhdistelin vielä suuremmat yläluokat, joista muodostui tulosluvun väliotsikot: "Surun ilmaiseminen ja

kokeminen”, ”kaipaus ja pelko”, ”surun ongelmallisuus”, ”Keskustelun tärkeys”, ”Lapsen tapoja käsitellä kuolemaa ja surua”, ”Ammatillinen apu” ja ”Toiveikkuus”.

4.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen tekemisessä eettiset seikat ovat merkittävä asia. Epäonnistuminen eettisissä kysymyksissä saattaa vaarantaa koko tutkimuksen ja sen luotettavuuden. Tutkimusetiikassa on kyse monista eri valinnoista ja päätöksistä, joita tutkijan on ratkaistava tutkimusprosessin eri vaiheissa. Esimerkiksi tutkimuksen menetelmällisiä ratkaisuja on arvioitava tutkimusetiikan näkökulmasta. Tutkijan on tärkeää pohtia, voidaanko haluttu tieto saavuttaa valituilla menetelmillä ja ovatko ne myös eettisesti oikeutettuja. (Kylmä & Juvakka 2007, 137, 146.)

Käyttäessäni aineiston keruumenetelmänä kirjoituspyyntöä, pohdin pitkään, voiko tästä aiheutua kirjoittajalle jotakin haittaa, sillä kyseessä on kuitenkin hyvin sensitiivinen aihe. Tulin kuitenkin siihen tulokseen, että jokainen ihminen tekee itse päätöksen haluaako vastata kirjoituspyyntööni, joten tällöin vastuu on kirjoittajalla itsellään. Moni kirjoittaja olikin kirjoitelmansa loppuun maininnut kirjoittamisen olleen terapeutin kokemus heille ja hyvä tapa käsitellä asiaa omassa päässään.

Eettisyyden arvioinnissa on huomioitava myös tutkimusaineiston analyysi. Aineiston analyysiprosessissa on suojeltava tutkimukseen osallistuneita henkilöitä esimerkiksi muuttamalla nimiä tai käyttämällä aineistokoodeja. Eettinen aspekti liittyy vahvasti myös tutkimustulosten raportointiin. Tutkimustulosten eettinen raportointi tarkoittaa avoimuutta, rehellisyyttä ja tarkkuutta kaikkien vaiheiden raportoinnissa. Laadullisen tutkimuksen raportoinnissa käytetään usein paljon suoria lainauksia aineistosta. Tällöin tutkijan on kiinnitettävä huomiota siihen, ettei lainauksesta voi erottaa tutkimukseen osallistunutta henkilöä. Joskus tämä aiheuttaa tutkijalle haasteita siinä mielessä, että tutkija suojelee tutkimukseen osallistuneita niin paljon, että tutkimuksen tuloksina esitetyt kuvaukset jäävät vain yksinkertaistetuksi totuudeksi todellisuudesta eivätkä tavoita varsinaisesti todellisuutta. (Kylmä & Juvakka 2007, 153-154.)

Omaan tutkimukseeni en tarvinnut tutkimuslupaa, sillä vastaaminen kirjoituspyyntöön oli jokaisen osallistujan oma päätös ja tutkimukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Mainitsin kirjoituspyynnössäni, mihin tulen saamaani aineistoa käyttämään sekä mainitsin kirjoittajien anonymiteetista. Osa kirjoittajista vielä varmisti etukäteen, etteivät heidän

kirjoituksensa ole tunnistettavissa ja osassa kirjoituksissa oli käytetty lapsen oikeaa nimeä ja mainittu erikseen, että nimeä ei saa tutkielmassa käyttää.

Kerättyä aineistoa säilytin sähköisessä muodossa aluksi omassa opiskelijasähköpostissani salasanan takana, josta siirsin sen omalle tietokoneelleni salasanalla suojattuun kansioon ja poistin viestit sähköpostistani. Yhden kappaleen aineistosta tulostin myös paperiversioksi, jota säilytin kotonani lukitussa laatikossa. Tutkielmani valmistuttua hävitän aineiston poistamalla kirjoitukset sisältävän kansion tietokoneeltani sekä tuhoamalla paperisen version aineistosta polttamalla sen.

Helsti (2005, 157) toteaa, että teemakirjoitusaineistoa käytettäessä tutkimuksen tärkein sanottava pohjautuu usein aineistoon ja sen tulkintaan. Aineistosta esitetään monesti runsaasti sitaatteja ja katkelmien avulla ilmiötä voi kuvata eloisammin ja moniäänisemmin kuin omilla tiivistyksillä. Näin lukijakin pääsee tutustumaan alkuperäiseen aineistoon ja voi tehdä täydentäviä tulkintoja kirjoittajan kertomasta. Esittämällä otteita aineistosta tutkija tekee myös oikeutta tutkittavilleen, joita ilman tutkimusta ei olisi voinut toteuttaa ja antaa tutkittavilleen äänen. Jouduin omassa tutkimuksessani monen sitaatin kohdalla miettimään sen rajaamista ja tarpeellisuutta, sillä huomasin kirjoittavani herkästi hyvin pitkiä sitaatteja. Koin monet kirjoitukset aiheen kannalta hyvin tärkeiksi ja itselleni tuli halu kertoa mahdollisimman aidosti asioista, jolloin sitaatit mielestäni kuvasivat asiaa parhaiten. Aihe on niin sensitiivinen ja herkkä, että tuntui väärältä, mikäli jotkut kirjoitukset olisivat jääneet ainoastaan minun luettavakseni. Tästä syystä olen käyttänyt tulosten kerronnan yhteydessä sitaatteja melko runsaasti. Lisäksi koin, että sitaattien käyttö myös lisää tutkimukseni luotettavuutta, sillä tällöin lukijan on mahdollista itse todeta samoja asioita, joita olen tutkijana nostanut aineistosta esille. Olen harkinnut sitaatteja myös eettisestä näkökulmasta ja todennut, että ne eivät uhkaa kenenkään kirjoittajan anonymiteettia.

5 TULOKSET

Tässä kappaleessa esittelen tutkimukseni tulokset. Tarkastelen tuloksia muun muassa sen perusteella, miten uusi surukäsitys näyttäytyy vanhempien kuvauksissa lapsen surusta. Olen käyttänyt tekstissä suoria lainauksia kirjoitelmista selkiyttääkseni käsiteltävää asiaa tai tuodakseni sitä lukijalle konkreettisemmin esille. Kirjoitelmat on koodattu numeroin K1-K23 ja perhetyöntekijän haastattelutekstin koodina on PTT, jotta käy ilmi, minkä kirjoituksen sitaatista milloinkin on kyse.

5.1 Surun ilmaiseminen ja kokeminen

Kaikki lapset toivat kirjoitusten mukaan esiin omaa suruaan jollakin tavalla. Vanhemmat kuvasivat lapsen ilmaisevan suruaan toiminnallisuuden kautta, kuten piirtämällä tai kertomalla asioista, kuten seuraavasta otteesta käy ilmi.

"Alussa suru tuli tekemisen kautta. Isi esiintyi piirustuksissa enkelinä jolla siivet ja pystytukka. Lumihankeen ja auton tuulilasiin on myös paljon piirretty isin kuvia. Kaikki tavarat, jotka isi antanut, karkkipaperin käärettä myöten ovat tärkeitä. Välillä isän muisto tulee ikään kuin täysin irrallisena keskusteluun mukaan, esim. jos hän vaikka syö lettuja ja minä karjalanpiirakkaa, hän saattaa yhtäkkiä sanoa, "isi tykkäsi kanssa makeasta niinkuin mä, sä äiti tykkäät vaan suolaisesta" Ja tämä kommentti tulee siten, että isää ei ole muuten koko päivänä mainittu." (K8)

Vanhemmat kuvasivat lastensa ilmaisevan ja käsittelevän suruaan myös hyvin konkreettisoin keinoin, jota käsittelem tarkemmin omassa kappaleessaan myöhemmin. Vanhempien kirjoituksista ei ollut nähtävissä, miten he ovat tulkinneet lastensa kokevan surun tunteitaan. Eräs vanhempi oli kuitenkin kuvannut kirjoituksessaan lapsensa surun lisäksi myös omaa menetykokemustaan hänen ollessaan kuusivuotias. Vanhempi on kuvannut, että vielä kuusivuotiaana hän ei varsinaisesti ymmärtänyt, mitä oli tapahtunut, mutta teini-iässä tuli masennus ja itsensä vahingoittaminen muun muassa viiltelemällä. Vasta nyt aikuisena on tullut ymmärrys asiasta ja on piirtynyt selkeä kuva siitä, että monien elämän varrella tapahtuneiden asioiden taustalla on lapsena tapahtunut menetyksen kokemus. Tätä samaa ymmärryksen kehittymistä ja menetyksen merkitystä Pulkkinen (2016) on kuvannut tutkimuksessaan. Pulkkinen toteaa ihmisen elämänkululla olevan suuri vaikutus kuoleman kokemiseen. Vaikka ihminen on kuoleman kohdatessaan ollut niin nuori, että selkeitä pysyviä muistikuvia ei ole vielä voinut syntyä, tästäkin huolimatta koetut menetykset asetetaan

merkitykselliseksi kokemukseksi ihmisen elämässä. Suru on saattanut tunteen ja tajunnan tasolla tulla todelliseksi vasta myöhemmin, kun ihminen on oppinut ymmärtämään kuolemaa. Näin ollen menetyksellä on ollut merkitystä jo varhaislapsuudessa, vaikkakin ne ovat rakentuneet lapsen oman ymmärryksen ehdoilla. (Mt., 211-212.)

5.1.1 Kaipaus ja pelko

Pojjula (2016) toteaa surun pitkäaikaisreaktioita olevan ikävä ja kaipaus ja nämä voivat kestää vuosia tai jopa läpi elämän. Surureaktiot eivät ole pinnalla, mutta ne elävät taustalla. Päivittäiset rutiinit ja arjessa olevat asiat voivat herättää ikävän ja laukaista surun ja itkun. Lapsi ei surussaan aina tiedä, mikä tilanteessa aiheutti itkun ja kaipauksen. Surevan lapsen mielialat voivat vaihdella ilman ulkoista syytä. Silloin hän todennäköisesti ajattelee ja kaipaa menettämäänsä läheistään. Vuosipäivät, kuten syntymäpäivät, juhlapyhät ja lomat, voivat olla erityisen raskaita. Lapsi ei ehkä ole tietoinen vuosipäivästä, mutta tuntee silti, että jotakin puuttuu. (Mt., 121-122.) Tämä näyttäytyy hyvin seuraavassa otteessa, jossa äiti kuvaa perheen ensimmäistä isoa juhlapyhää menetyksen jälkeen:

"Ensimmäinen joulukuun ilman siskoani oli kaikille raskas, aina kun on jokin juhla, niin ikävä tulee akuutimmin. Pojat muistelevat kumpainkin siskoani ja ikävöivät." (K10)

Lapsen oma suru saattoi kirjoitusten mukaan olla myös surullisuutta vanhemman puolesta. Mikäli lapsi näki vanhempansa surullisena, tuli hän itse myös surulliseksi ja saattoi ruveta välttämään omista tunteistaan puhumista, jotta ei aiheuttaisi vanhemmalleen surua.

"Ei hän selvitellet minulle tunteitaan koskaan vaan antoi varmaan psykologin kuulla ne... ehkä hän vain ajatteli, ettei äidille tule paha mieli." (K22)

"Lapsen suru ei ole ollut miehen veljen poismenosta, vaan esim. siitä, kun isi on surullinen." (K6)

Yksi toistuvimmista kirjoituksissa esiintyneistä asioista oli läheisen kuoleman jälkeen tullut pelko lapselle. Monessa kirjoituksessa kerrottiin lapsen ruvenneen pelkäämään muiden läheisten, etenkin omien vanhempiensa, kuolemaa tai omaa kuolemaansa. Tämä saattoi näyttäytyä esimerkiksi siten, että lapsi oli illalla nukkumaan mennessä peloissaan tai lapsi saattoi yhdistää sairaalan menemiseen suoraan kuolemaan, mikäli läheisen ihmisen kuolema oli tapahtunut sairaalassa. Pelko saattoi nousta esiin vielä useamman vuoden päästäkin, mikäli jokin tilanne simuloitui lapsen mielessä samankaltaisesti, kuin menetykseen liittyvässä

tilanteessa. Tämä vahvistaa myös Pulkkinen (2016, 211) ajatusta surun merkityksellisyydestä varhaislapsuudessa.

"Edelleen nyt 5 vuotta sen jälkeen pelottaa sairaalat. Kun mä menin synnärille, ni lapsi itki kotona koska pelkäs, että jään sinne. Varmaan jotenkin yhdisti asian. Alitajunnassa." (K16)

"Kuoleman jälkeen lapsille jäi pelot. Tyttö ei uskaltanut jäädä mihinkään yöksi moneen vuoteen. Tuli myös pelko, että minä (äiti) kuolen." (K1)

"Kuolevaisuus on hyvin läsnä lapsen elämässä. Esimerkiksi yksi päivä löin pääni kovasti ja huusin "au" niin hän alkoi itkeä. Sanoin ettei ole mitään hätää mutta hetken päästä omasta huoneestaan huusi "äiti, halusin vaan tietää kuolitko sä kun oot niin hiljaa." (K4)

Aineistoni perusteella voin yhtyä Dyregrov & Hordvikin (1993, 44-45) näkemukseen monien lasten pelkäävän läheisen kuoleman jälkeen eroa vanhemmista ja he saattavat pyrkiä olemaan jatkuvasti lähellä vanhempiaan. Kuolemantapaus herättää uuden onnettomuuden pelon lapsessa. Nuoremmat lapset pelkäävät usein, että vanhemmilla tapahtuu jotain kun taas isommat lapset ovat huolissaan omasta terveydestään ja pelkäävät ehkä omaa kuolemaansa. (Mt.) Eräs vanhempi kertoi lapselleen tulleen menetyksen jälkeen erittäin kova pelko bakteereja ja sairastumista kohtaan. Vanhempi kuvasi lapsen pesevän käsiään kovasti ja hankaavan ne pyyhkeellä aivan turvoksiin asti. Tätä täysin samaa asiaa ovat kuvanneet Bugge ym. (2012) tutkimuksessaan, jossa he ovat todenneet menetyksen kokeneiden lasten olleen huolissaan tai peloissaan siitä, että he tai joku lähimmäinen sairastuu. (Mt.)

5.2 Surun ongelmallisuus

Kirjoituksissaan vanhemmat liittivät myös esimerkiksi käytösoireet tai ongelmakäyttäytymisen lapsen suremiseen, mikäli ongelmakäyttäytyminen oli alkanut pian läheisen kuoleman jälkeen. Lapsi saattoi ilmaista suruaan itkulla, huutamalla ja raivolla tai sulkeutua täysin itseensä. Muutamassa kirjoituksessa suru oli aiheuttanut lapselle myös unihäiriöitä, taantumista kehityksessä sekä fyysisiä oireita, kuten laihtumista tai sairastelua. Myös Philpott (2013) on tuonut tutkimuksessaan esille somaattisten oireiden olevan lapsille hyvin tyypillisiä surun käsittelyssä. Pulkkinen (2016) toteaaakin, että surun aiheuttamat fyysiset tuntemukset kehossa kuvataan usein negatiivisiksi muutoksiksi, kun niitä verrataan

surua edeltäneeseen aikaan. (Mt.) Itse tulkitsisin lasten oireilun olevan juurikin näyttöä siitä, että myös lapsi kokee tällaisia fyysisiä tuntemuksia omassa kehossaan ja tämä ilmentyy ulospäin surun oireiluna.

"Joka ilta, vuoden ajan, poikani itki sylissäni isäänsä, ikäväänsä. Poika itki, itki ja minä pidin sylissäni, puhuin ja lohdutin." (K11)

"Ensin poikani ei näyttänyt mitään merkkejä surusta, mutta sitten tuli housuun pissimiset ja pukemisongelmat ja ei halunnut syödä itse." (K12)

Lapset eivät sure vain yhdellä määrättyllä tavalla, vaan heidän reaktionsa voivat olla hyvin erilaisia. (Dyregrov & Hordvik 1993, 44.) Lapsen saadessa tieto kuolemasta, tavallisia reaktioita ovat sokki, apatia, epäusko tai meneillään olevan toiminnan jatkaminen. Lapsen selviytymistä auttaa, mikäli lähellä on ihminen, joka välittää ja on läsnä. Sokkivaiheen jälkeen sureva lapsi voi kärsiä muun muassa ahdistuksesta, univaikeuksista, surullisuudesta, ikävästä, vihasta, huomion tarpeesta tai ruumiillisista vaivoista. Lapsen ja nuoren suru voi ilmetä myös koulusuoritusten heikkenemisenä, itsetuhoisuutena, rangaistushakuisuutena ja tappelemisena. (Pojjula 2002, 142-143.) Omissa tutkimustuloksissani näkyivät myös selkeästi Poijulan toteamukset lapsen reaktioista surussaan. Kaikissa kirjoituksissa tuotiin ilmi joitain konkreettisia oireita, joita lapselle oli kuoleman jälkeen tullut. Näitä olivat muun muassa itkeminen, itsemurhauhkailu, kasteluongelmat sekä puheen kehityksen viivästyminen.

Lapset hahmottavat ja ajattelevat maailmaa hyvin minäkeskeisesti eli lapselle hän itse on koko maailman keskipiste. Usein lapsi löytää selitykset elämän tapahtumille siitä, mitä hän on tehnyt tai ajatellut. Tästä johtuen lapset usein kärsivät syyllisyydentunnoista traumaattisten tapahtumien yhteydessä. (Saari 2000, 255.) Poijulan (2016) mukaan itsensä syyttäminen ja psykosomaattinen oireilu ovat tyypillisiä reaktioita suruun. Vaikka lapsen ja kuoleman välissä ei olisi mitään yhteyttä, syyllisyydentunteet saattavat olla voimakkaita. Jossittelu voi olla osa syyllisyydentunteita. Pikkulapset voivat luulla, että heidän tottelemattomuutensa aiheutti kuoleman. Väkivaltaisuus ja aggressio voivat olla käyttäytymisessä ja tunne-elämässä ilmenevää surun ja ristiriitaisten tunteiden ilmaisu. Aikuisen on tärkeää tunnistaa tämä reaktio ja oire, eikä tulkita käyttäytymistä häiriintyneeksi tai epäsosiaaliseksi, vaan rohkaista lasta surun herättämien kielteisten tunteiden ilmaisuun turvallisella tavalla. (Mt., 120-121.) Lähes kaikissa kirjoituksissa tuli ilmi, että lapsella oli ilmennyt käytösoireita tai syyllisyydentuntoa surunsa käsittelyssä. Eräs äiti kuvasi lapsensa tilannetta seuraavasti:

"Lapsi otti todella raskaasti enonsa menetyksen. Hän alkoi syyttämään itseään asiasta. "Koska minä olen paha poika, kaikki läheiset kuolevat" Lapsella tuli myös paljon karkaamisuhkailuja sekä itsemurhauhkailuja. Uhkaili kaupan pihassa että ryöstää kaupan. Seuraavalla viikolla uhkaili kavereita koulussa. Tappaa ne. Seuraavana päivänä otti kotoa aikuisen puukon kouluun. Paljon ongelmakäyttäytymistä." (K3)

Ongelmakäyttäytyminen vaikutti vanhempien kirjoitusten perusteella olevan melko aaltoilevaa, välillä oli parempia päiviä ja välillä oireilua taas esiintyi enenevässä määrin. Tämän voisi ajatella liittyvän hyvin vahvasti Pulkkisen (2016) näkemykseen uuden surukäsityksen mukaisesta surun syklisyydestä ja siitä, että suru saattaa välillä tuntua voimakkaampana ja välillä painua mielessä taka-alalle. (Mt., 58-59.)

5.3 Keskustelun tärkeys

Lähes kaikista kirjoituksista oli nähtävissä, että yksi tärkeimmistä asioista lapsen surun käsittelyssä ja lapsen tukemisessa oli avoin keskustelu lapsen kanssa kuolemasta ja surusta. Holm & Turunen (2008) toteavat lapsella olevan suuri vaara jäädä surunsa kanssa yksin. Aikuiset saattavat ajatella suojelevansa lasta ja jättää kertomatta tälle kuolemantapaukseen liittyviä tosiasioita ja yksityiskohtia. Lapselta puuttuvat vielä tärkeät työkalut surun käsittelyyn, joten lapsi täyttää mielessään muodostuneen tarinan aukkokohtia omalla mielikuvituksellaan, jolloin tapahtuma saattaa vaikuttaa lapsen mielessä paljon pelottavammalta ja hämmentävämmältä. Lapsi tarvitsee aikuisen tukea kuoleman käsityksen työstämisessä sekä menetyksen ja surun kohtaamisessa. (Mt., 27.) Seuraavissa otteissa näkyy avoimen ja rehellisen keskustelun tärkeys vanhemman sekä perhetyöntekijän kuvaamana.

"Pojat kyselivät kuolemasta kaikkea. Kuolemasta puhuttiin ja ihmeteltiin mihin oikeen meni. Kyselivät paljon ja huomasin että mitä rehellisemmin itse vastaan sen paremmin lapset sen ottivat." (K13)

"Asiasta on oltava lupa puhua. Kuolemasta puhuminen ei ole salaisuus, ei tabu. Vaan niin, että lapsi voi kysyä, voi kertoa, silloin kun se lapselle on sopivin hetki. Sanoittaminen, mallittaminen - eli aikuinen kertoo, miksi itkee" (PTT)

Kuolemasta tulee puhua lapselle ikätasoisesti, mutta oikeilla sanoilla. Aikuisen tulisi välttää sanoja poisnukkunut tai edesmennyt, sillä nämä ovat lapselle epäselviä ja lapsi ymmärtää ne

helposti väärin. Turvallisinta on käyttää kuolema-sanaa ja keskustella lapsen kanssa siitä, mitä kuolema tarkoittaa. Luopuminen läheisestä ihmisestä tämän kuollessa on lapselle raskasta. Mikäli luopumisia tulee useampia, ne saattavat vaikuttaa lapsen kokemukseen elämän turvallisuudesta. Läheisen kuolema saa lapsen pohtimaan elämän tarkoitusta ja mielekkyyttä sekä miettimään omaa kuolemaa. (Mattila 2011, 107-108.)

"Lapsen luokka oli n. kk sitten jutellut kuolemasta kun koulun 6-luokkalainen menehtyi kolarissa. Tästä poika raportoi kotona kertomalla että minulla on nuorin kuollut sukulainen ja siis ihan omaan iloiseen tapaansa kun yleensäkin raportoi koulutapahtumista...Poika myös miettii paljon sitä miten epäreilua oli että äidin sisko ja tämä koululainen kuolivat nuorina, kun elämä oli vielä kesken. Olemme jutelleet paljon siitäkin että vanhuksen kuolema on luonnollisempaa. Vaikka kova ikävä tulee silloinkin." (K10)

Moni vanhempi toi kirjoituksessaan esille, että ovat antaneet lapselle aina mahdollisuuden puhua mielessään olevista asioista olemalla lapselle läsnä ja vanhempien mielestä tämä on ollut lapselle tärkeää. Myös Poijula (2016) toteaa, että mitä pahempi tilanne on, sitä tarpeellisempaa on hyvä kommunikaatio ja puhuminen tulee aloittaa kiireellisesti. Parantava kommunikaatio tarkoittaa lapsen kanssa kommunikointia kriisitilanteessa kuuntelemalla, antamalla tietoa, ohjaamalla ja luomalla turvallisuutta. Tarkoitus ei ole opettaa vaan tarkastella tapahtunutta yhdessä lapsen kanssa. On tärkeää, että lapsi kokee osallistuvansa, eikä vain tarkkailevansa. Puhumisen auttava vaikutus perustuu siihen, että vaikeatkin asiat otetaan avoimesti esille ja niistä voidaan keskustella yhdessä. Lapset eivät ehkä halua puhua asian tuskallisuuden vuoksi tai he eivät osaa sanoittaa tunteitaan. Esteenä puhumiselle saattavat olla myös lapsen ristiriitaiset tunteet, syyllisyydentunteet ja hämmentyneisyys tai pelko siitä, ettei tule kuulluksi. Voi myös olla, että lapsi puhuu mieluummin esimerkiksi ystävilleen. Lapsen vaikenemistakin tulee kunnioittaa ja odottaa kärsivällisesti sopivaa hetkeä puhumiseen. Lapsi käyttää tilaisuuden puhumiselle, kun on siihen valmis. (Mt., 197-199.)

5.3.1 Kuolemaan valmistautuminen

Monessa kirjoituksessa kerrottiin, että lapselle oli kerrottu etukäteen, mikäli oli tiedossa, että läheinen on vakavasti sairas. Kaikissa tapauksissa tämä oli koettu oikeaksi tavaksi valmistella lasta tulevaan. Poijulan (2016, 111, 113) mukaan kuolemaa koskeva tieto tulee esittää lapselle lempeästi ja rauhallisesti antaen lapsen kysymyksille ja huolille tilaa. Lapsi ei kykene käsittelemään tietoa suurina määrinä kerrallaan, vaan tietoa tulee antaa pieniä määriä ja on

seurattava milloin lapsi on avoin ottamaan tietoa vastaan. Lapselle voi selittää asiaa esimerkiksi käyttämällä apuna luontoa, kasveja ja eläimiä ja selittämällä, että kaikki elolliset olennot kuolevat. Kun läheinen ihminen on vakavasti sairas tai loukkaantunut, lapselle on annettava tietoa sairaudesta tai loukkaantumisesta hoidon eri vaiheissa. Lasta on valmisteltava myös tapaamaan kuoleva läheinen. Tapaaminen auttaa lasta ymmärtämään, mitä on tapahtumassa ja puhumaan kuolemasta kuolevan ja muiden läheisten kanssa. Lasta ei tietenkään saa pakottaa tapaamisiin. (Mt.) Seuraavassa otteessa tulee hyvin ilmi, miten lapsille on konkreettisia asioita apuna käyttäen kerrottu rehellisesti väistämättä edessä olevasta kuolemasta:

"Pojille kerrottiin vähän ennen jouluaattoja että Maija tulee kuolemaan, mutta me emme tiedä tapahtuuko se "kun lunta on maassa vai kesällä vai syksyllä kun puista putoaa lehdet". Tämä oli tapa kertoa luonnon kierron avulla, koska emme voineet tarkasti tietää ajankohtaa. Sisko itse puhui, että tämä oli kaikkein vaikein hetki koko sairaudessa, kun piti kertoa pojille, että enää ei ole toivoa. Sisko oli itse aina avoin ja kertoili pojille ikätasoisesti miten voi ja mitä oli menossa." (K10)

Vanhemmat, jotka olivat pystyneet ennakoimaan läheisen ihmisen kuolemaa, kokivat, että lapsi oli huomattavasti hyötynyt siitä, että oli pystynyt ennakkoon valmistautumaan menetykseensä. Pulkkinen (2016) kuvaa läheisen kuolemaa edeltävän surun olevan niin sanottua luopumisen aikaa. Tällöin ihminen voi ikään kuin pala kerrallaan ymmärtää tapahtumassa olevaa ja mitä vaikutuksia sillä tulee olemaan. Tämä saattaa helpottaa surun käsittelyä varisnaisen kuoleman ja menetyksen kohdatessa (Mt., 225.) Myös Mattila (2011) on todennut, että kuoleman käsittelyä saattaa helpottaa, mikäli tieto surullisesta tapahtumasta tulee lapselle vähitellen. Jos lapsi saa jo ennakkoon kuulla mummin olevan vanha ja sairas, hän on hiukan valmistautunut siihen, kun myöhemmin saa kuulla mummin kuolleen. On lapsen arvostamista ja tukemista valmistella häntä suruun silloin, kun läheisen kuolema on ennakoitavissa. Aikuisista saattaa tuntua vaikealta puhua asiasta lapsen kanssa, mutta lapsi on oikeutettu aikuisten kanssa samaan mahdollisuuteen tunnetason valmistautumisessa. Puhuminen saattaa tuntua vanhemmista vaikealta oman liikituksen tai lapsen tunteiden kohtaamisen vuoksi. Monesti ei ole mitään tiettyä, mitä pitäisi sanoa, pääasia, että sanotaan jotakin. Mikäli lapsi esittää kysymyksiä, voi niistä lähteä yhdessä keskustelemaan ja avaamaan asiaa. (Mt., 105-106.)

"Oman järkytyksen ja tilanteen vakavuuden jälkeen kerroin teholla pienelle pojalle, että Mami on nyt kipeä. Se oli ehkä mun elämäni yks raskain hetki. Ja lapsen mieleen kun ei näe, niin sen pelonsekaisen tunteen aistii. Kysyin lapselta, mennäänkö katsomaan Mamiä. Niin ei. Ei hän halua. Seuraavana päivänä kysyin uudestaan mennäänkö sanomaan Mamille hyvää matkaa ja että rakastetaan häntä. Lapseni oli älyttömän vahva. Hän meni ja piteli Mamiä kädestä. Mut sano sitten ettei hän jätä Mamiä sinne. Et hän ei jätä. Itkien lähettiin. Kaikki. Hän ei halunnut jättää Mamiä yksin. (K16)

Läheisen ihmisen kuolema herättää olemassaolon uhan todellisuuden aikuisessa, mutta myös lapsessa. Se saa ihmisen miettimään myös omaa kuolevaisuuttaan ja sitä, mikä elämässä on olennaista. Läheisen ihmisen kuoleman kohdatessa ihminen tarvitsee elämän tarkoituksen, mielekkyyden ja toivon vahvaa kokemusta. Lapsi pohtii ikänsä mukaisesti, mihin kuollut ihminen menee, unohdetaanko hänet ja lakkaako hän olemasta. Lapsi voi tuoda esiin omia ajatuksiaan ja käsityksiään kuolemasta. On hyvä olla joustava lapsen ilmaisujen suhteen ja oikaista keskustellen vain selkeät väärinkäsitykset tai pelkoa tuottavat näkemykset. (Mattila 2011, 108.) Seuraavista lainauksista käy hyvin ilmi lapsen ajatusten konkreettisuus sekä se, miten paljon kuolema herättää lapsessa kysymyksiä.

"Mitä se mies (isä) tekee siellä pilvessä että onko sillä telkkaria ja miksei se tuu kotia?" (K9)

"Mietin kuinka kertoa, että mummo tulee kuolemaan. Päätin kertoa rehellisesti että mummo on sairas eikä varmaan enää kauaa jaksa. Tyttö halusi heti lähteä katsomaan häntä. Ensimmäisen sairaalakäynnin jälkeen alkoi kysymysten tulva; Miksi? Milloin? Onko hänen vikansa? Jonkun muun? Kerroimme että mummo on jo vanha eikä kuoleminen ole hänen eikä kenenkään syy. Kolmen kuukauden ajan kävimme vähintään kolme kertaa viikossa häntä katsomassa sairaalassa. Tyttö näki että mummon kunto huononi edelleen. Ensin mummolta amputoitiin toinen jalka. Se kummastutti tyttöä kovasti ja kyseli mm. mihin se jalka nyt laitettiin kun sitä ei mummolla enää ole? Myös uurnan lasku hämmensi häntä. Miten mummo tuossa purkissa on?" (K17)

Moni vanhempi oli kirjoitusten perusteella käyttänyt apunaan uskonnollisia pohdintoja keskustellessaan lapsen kanssa kuolemasta. Moni oli kertonut lapselle esimerkiksi läheisen olevan nyt taivaassa tai että enkelit pitävät läheisestä ihmisestä nyt huolta.

"Pikku neidille puhutaan, että pappa on mennyt taivaaseen ja he kaikki katselevat meitä siellä tähtinä kirkkaina. Valaisee pimeän tien meille ja on meidän suojeleusenkeleitä."(K13)

Mattilan (2011, 111) mukaan läheisen kuoleman herättämissä pohdinnoissa lapsella on usein myös hengellisiä tai uskonnollisia kysymyksiä. On hyvin tyypillistä, että monissa perheissä saatetaan kuoleman yhteydessä puhua juuri enkeleistä vaikka muuten ei käyttäisikään kovin uskonnollista kieltä. Keskusteltaessa lapsen kysymysten pohjalta on tärkeää antaa lapselle turvaa, toivoa, rohkeutta ja mielekkyyttä. Edellytyksenä ei ole löytää kaikkiin kysymyksiin vastauksia, vaan vastausta voidaan lapsen kanssa yhdessäkin etsiä. (Mt.)

5.4 Lapsen tapoja käsitellä kuolemaa ja surua

Tässä kappaleessa tulen käymään läpi erilaisia keinoja, joita vanhemmat kertovat lastensa käyttävän yrittäessään ymmärtää ja käsitellä kuolemaa sekä tähän liittyviä surun tunteitaan.

Niku ja Sarinko (2004, 17) toteavat lasten reagoivan menetyksiin eri tavoin ja suremistavat poikkeavat toisistaan ja saattavat olla ennalta-arvaamattomia. Surevaa lasta auttaa aikuisen mahdollisimman luonnollinen suhtautuminen sekä lapseen itseensä että myös kuolintapahtumaan. Aikuisen ei tarvitse pakolla yrittää tai suorittaa mitään, tärkeintä on olla saatavilla lasten häntä tarvitessa.

Vanhemmat kertoivat monissa kirjoituksissa lapsensa pitävän kovasti läheisen ihmisen muistelusta. Muistelussa saatettiin käyttää apuna valokuvia tai kuolleen ihmisen tavaroita. Muistelun yhteydessä tärkeäksi asiaksi nousi jälleen keskustelu lapsen mieltä askarruttavista asioista aikuisen kanssa ja rehellisten vastausten saaminen kysymyksiinsä. Saman tyyppisiä tuloksia on nostettu esille myös Kari E. Buggen ym. (2012) tutkimuksessa, jossa todettiin, että kaikki tutkimukseen osallistuneet lapset rakastivat nähdä kuvia ja videoita menehtyneestä ihmisestä. Tutkimuksen mukaan lapset myös halusivat pitää kuollutta ihmistä "elossa" omalla mielikuvituksellaan esimerkiksi puhumalla tästä leikeissään nimellä sekä kutsumalla syntymäpäiväjuhliinsa.

"Joka ilta katselemme valokuvaa ja neiti nauraa ja tokaisee omaa hassua papasta." (K13)

Dyregrov & Hordvik (1993) toteavat lapsilla olevan kuoleman jälkeen suuri tarve muistella kuollutta ja samalla työstää tapahtunutta (Mt., 46). Omassa tutkimuksessani eräs vanhempi

kuvasi, että hänen lapsensa halusi pitkään isänsä kuoleman jälkeen säilyttää yöpöydällään isänsä silmälaseja, lompakkoa, kelloa ja avaimia, koska koki näiden tuovan hänelle turvaa. Niku & Sarinko (2004) tuovat esille, että surevalle lapselle on tärkeää antaa mahdollisuus säilyttää yhteys menetettyyn läheiseen erilaisten muistojen ja muistoesineiden avulla. Muistot ovat tärkeitä ja ainoa asia, mikä lapsen enää yhdistää kuolleeseen läheiseen. Muistelu auttaa lasta paikantamaan läheisen uudella tavalla lapsen elämään. Muistelu auttaa surun käsittelyssä ja vaikuttaa myönteisesti suruprosessin etenemiseen. Se konkretisoi menetyksen, jolloin erilaiset tunteet nousevat pintaan. (Niku & Sarinko 2004, 57.) Muistelu on parhaimmillaan todellisen elämän tapahtumien läpikäymistä, sen kertomista, millainen esimerkiksi mummi oli tai miten luonteenpiirteet näkyvät hänessä. Muisteluissa elää rakkaus, mutta siinä saa elää myös ihmisen ja elämän ristiriitaisuus. Mikäli silotamme kaiken negatiivisemmän pois, muistelu ei ole enää todellista. (Mattila 2011, 109.)

Arjen rutiinien säilyminen oli monelle lapselle myös tärkeä asia surun käsittelyssä ja asiaan sopeutumisessa. Moni vanhempi toi esille, että voimakkaimman surun ollessa käynnissä, tärkeää oli pitää lähes minuutilleen kiinni arjen rutiineista, jotta lapsi koki olonsa turvallisena tuttujen rutiinien äärellä. Myös tuttujen kavereiden pysyminen lapsen elämässä nähtiin tärkeänä asiana surusta toipumisessa. Kaverit auttoivat pääsemään yli kovasta surusta ja toivat lapsen elämään "tavallisuutta" ja lapsi sai muuta ajateltavaa.

"Huomaan että kaikki asiat arjessa on hyvä pitää mahdollisimman turvallisina ja kiinnittää rutiineihin entistä enemmän huomiota. Olen kiitollinen siitä, että tyttärelläni on kavereita, joiden tapaaminen selvästi vie kohti parempaa." (K8)

"Ensimmäisen suruvuoden vaihtuessa uuteen vuoteen, poika sai kiinni elämästä pikku hiljaa leikkien ja kavereitten kautta."(K11)

"Poika halusi mennä normaalisti päiväkotiin ja vein hänet sinne, koska ajattelin itsekin, että arjen rutiinit on hyvä pitää päällä ja osoittaa lapselle, että elämä jatkuu ja äiti pitää hänestä nyt huolta." (K14)

Soili Poijula (2016) puhuu terapeuttisesta ja parantavasta vanhemmuudesta, jolla tarkoitetaan lapsen toipumista ja parantumista traumasta ja surusta vanhempien avulla. Parhaimmillaan vanhemmuus on joustavaa luovaa ja tukea antavaa. Vanhempien oma rauhallinen reagointi saa myös lapsen kokemaan olonsa turvallisiksi. Traumatisoitunut ja sureva lapsi tarvitsee vanhemmiltaan erityistä huomiota, fyysistä läsnäoloa, lohdutusta ja huolenpitoa. Parantava

vanhemmuus perustuu vanhemman kykyyn asettua lapsen asemaan ja tunteisiin. Parantavaan vanhemmuuteen kuuluvat myös rajat ja kuri. Traumatisoitunut lapsi voi yrittää palauttaa menettämänsä hallinnan tunnetta valtataistelun avulla. Vanhempien on oltava lujia rajoissa ja odotuksissa, mutta myös osattava kuunnella ja neuvotella lapsen kanssa. (Mt., 194.) Mielestäni hyvä esimerkki tästä hallinnan tunteen hakemisesta on seuraava lainaus, jossa 5-vuotias tyttö on menettänyt pikkusiskonsa.

"Pian hän huomasi, että kun on siskoa ikävä, saa asioita läpi helpommin ja alkoi kokeilla rajojaan (pyysi ruoan sijaan herkkuja, vetosi ikävään kun halusi tehdä jotain mitä yleensä ei saa)." (K4)

Moni asiantuntija on tuonut esille, että lapset käsittelevät traumaattisia tapahtumia monesti leikin kautta. Muun muassa Salli Saari (2000) toteaa, että lapsi purkaa leikkien kautta traumaattisen tapahtuman herättämiä paineita, käy uudelleen läpi itse tapahtumaa ja tarkastelee sitä eri näkökulmista sekä erilaista rooleista. Leikkien kautta lapset tutustuvat omakohtaisesti turvallisessa ilmapiirissä heitä askarruttaviin asioihin. Leikit perustuvat lapsen mielikuvitukseen ja mielikuvituksella tuleekin olla sijansa traumaattisia kokemuksia käsittelevissä leikeissä. Tällöin leikit ovat parantavia sekä sopeutumista edistäviä. (Mt., 264.) Itseni kuitenkin yllätti se, että jostakin syystä yksikään vanhempi ei ollut maininnut kirjoituksessaan huomanneensa lapsensa käsitelleen surua leikin avulla. Saattohoitokodin perhetyöntekijä tosin mainitsi leikin ja piirtämisen olevan lapsille ominainen tapa surun käsittelyyn, joten on mielenkiintoista, miksi kukaan vanhemmista ei ollut kirjoituksessaan tuonut tätä esille.

5.4.1 Konkreettiset asiat selkiyttävät

Holm & Turusen (2008, 43-44) mukaan lapsen on hyvä päästä osallistumaan erilaisiin sururituuaaleihin, kuten hautajaisiin, muistotilaisuuteen ja vainajan hyvästelemiseen. Tämä auttaa lasta ymmärtämään, mitä kuolema tarkoittaa ja estää ahdistavien mielikuvien syntymistä vähentäen myös epätodellista oloa. Rituaalit auttavat lasta työstämään kuolemantapausta tunnetasolla. Lasta on kuitenkin valmisteltava tilanteisiin ja huolehdittava siitä, että tilanteessa on mukana myös lapselle turvaa tuova aikuinen. Hyvästelykokemuksesta on tärkeää keskustella lapsen kanssa jälkeenpäin.

Vanhemmat toivat kirjoituksissaan esille halustaan ottaa lapsi mukaan muun muassa läheisen ihmisen hautajaisiin, sillä kokivat, että lapsille oli tärkeää päästä konkreettisesti näkemään

hautaaminen sekä antaa lapselle mahdollisuus jättää jäähyväiset. Tämä korreloi myös Softingin ym. (2015) tutkimuksen tulosten kanssa, joissa on todettu lasten kokevan tärkeäksi sen, että he pääsevät itse näkemään hautaamiseen liittyvät rituaalit sekä jättämään konkreettisesti hyvästit vainajalle yhdessä muiden surevien kanssa. Omassa tutkimuksessani vanhemmat kuvasivat asiaa seuraavasti:

"Hautajaisjärjestelyissä pojat saivat olla mukana ja heille kerrottiin mitä milloinkin tapahtuu." (K10)

"Lapset saivat osallistua arkun kantamiseen isänsä kanssa. Tämä oli pojille todella tärkeä tehtävä ja osa myös sitä, että kokivat itse sen, että saivat saattaa ukin viimeiselle matkalle. Tästä perheemme sai haukkuja kun ei monet ymmärrä ollenkaan että lapset edes otetaan hautajaisiin mukaan. Pojat sai heittää hiekkaa arkun päälle ja saivat näin myös hyvästellä. Nuorimmainen totesikin arkun laskussa kovaan ääneen "HYVÄSTI UKKI". (K13)

Jälkimmäisessä sitaatissa on mainittu perheen saaneen paheksuntaa muilta ihmisiltä siitä, että he ovat ottaneet lapset mukaan sururitualeihin, saattaa johtua siitä, että aiemmin lapsia ei ole ollut tapana osallistaa hautajaisiin tai vainajan hyvästelyyn millään tavalla. Mari Pulkkinen (2016, 169,) tuo väitöskirjassaan esille, että entisaikaan vainajan näyttämättä jättämistä lapselle on perusteltu muun muassa sillä, että lapselle haluttiin jättää vainajasta elävä kuva. Pulkkinen mukaan nykyään kuitenkin haastetaan aiempia toimintatapoja ja uskotaan toiminnallisen osallisuuden auttavan avoimen ja luonnollisen suhteen muodostumista läheisen kuolemaan.

Monen vanhemman kirjoituksessa tuotiin myös esille, että lapsille tärkeä rituaali on läheisen ihmisen haudalla vierailu ja esimerkiksi kynttilän sytyttäminen läheisen muistoksi.

"Hautausmaalla kanssani käydessään, hän on hyvin tarkka siitä, että hauta on siisti. Hän siisti puiden lehdet pois, asetteli kynttilöitä, vei tyhjiä kynttiläpurkkeja pois. Halusi myös viedä mummille enkelin, koska mummi piti enkeleistä." (K2)

"Lapselle on tullut todella tärkeäksi isäinpäivä ja joulut ja muut juhlapyhät. Viemme aina haudalle kynttilän." (K5)

Eräs äiti kertoi kirjoituksessaan oman 6-vuotiaan tyttärensä olleen hyvin musertunut siitä, että ei ollut ehtinyt jättämään mummolleen hyvästejä, joten he keksivät omaperäisen keinon jättää hyvästit mummolle:

"Tyttö itki aamulla monta tuntia kun kerroin, ettei mummoa ole enää. Eikä hän kerinnyt sanomaan heippa. Hautajaisiin asti tyttö oli vaisu, eikä oikein innostunut mistään. Olisi vain halunnut mummon luokse käymään. Keksimme kirjoittaa mummolle kirjeen johon tyttö kirjoitti "viimeiset" terveiset. Kirje laitettiin ikkunalle josta enkelit sen olivat hakeneet ja vieneet mummolle. Se helpotti." (K17)

Vanhemmilla lapsilla kirjoittaminen on helppo kanava käsitellä traumaattista kokemusta. Kirjoittamalla lapsen on helpompi käydä läpi menetystään ja samalla jäsentää ajatuksiaan. Kirjoittaminen auttaa myös lasta tiedostamaan ajatuksiaan ja käsitellä turvallisesti vaikeita asioita. (Niku & Sarinko 2004, 63.)

Saattohoitokodin perhetyöntekijä kuvasi lapsen konkreettista tapaa käsitellä surun herättämiä tunteitaan seuraavasti:

"Pienille lapsille ominaista on käsitellä tapahtumia ja menetystä leikin avulla. Myös piirtämällä, maalaamalla, tanssin, liikunnan ja musiikin avulla voi päästä kiinni omiin tunteisiin ja ilmaisemaan niitä. Lasten tunnekortit, kuvakortit, kirjat ja elokuvat, jotka käsittelevät tunteita, menetystä liittyen kuolemaan, ovat hyvä apu. Joko aikuisen kanssa yhdessä katselemalla tai niin että aikuinen hankkii niitä lapsen ulottuville. (PTT)

5.5 Ammatillinen apu

Kolmanneksessa kirjoituksista kerrottiin joko lapsen tai koko perheen turvautuneen ammatilliseen apuun surun työstämisessä ja arjessa selviytymisessä. Ammatillista apua oli haettu seurakuntien sururyhmistä, lapsiperhepsykologeilta, neuvolasta, perhetyöntekijältä ja puheterapeutilta. Ammattiavusta vanhemmat kokivat lasten hyötyneen vähintään jonkin verran ja myös koko perhe oli saanut apua kriisitilanteissa. Vanhemmat kokivat saaneensa myös itselleen välineitä käsitellä suruun liittyviä asioita itse lastensa kanssa.

"Suru ja tuska viiltivät koko perhettä. Tästä emme selviä ilman apuja... joten apuja oli saatava." (K20)

"Me olemme saaneet apua neuvolan kautta. Lapsi pääsee puhumaan ja me saamme ohjeita, miten tällaisiin asioihin suhtaudutaan ja miten me voimme toimia." (K6)

"Olikohan oma kokemuksen ääni takana, kun älysin viedä lapseni psykologille heti kriisin tapahduttua. Itse kävin asioita läpi omalla hoitajallani, sillä minulla on ollut vuosikymmeniä hoitosuhde mielenterveyspuolelle, enkä siitä herkästi halua luopua." (K12)

Tukea ammattilaisilta on saatu jossain tapauksissa myös hieman sattumalta ja ammattilaiset ovat olleet vanhemman tukena suurissa päätöksissä, kuten seuraavassa esimerkissä.

"Onneksi sattui olemaan kouluunmeno testit ja poikani joutui niihin menemään kun ei oltu ihan varmoja oliko hän valmis vielä menemään kouluun. Sitten sattui tämä ammuskelu. Lähes heti päätimme psykologin kanssa yhdessä, ettei poikani mene kouluun vielä vaan annetaan hänen toipua kavereiden kuolemasta ja kasvaa sinne kouluun." (K19)

Morenin (1993, 54) mukaan ammattiauttajan apu on tarpeen etenkin silloin, jos vuorovaikutus läheisten kanssa ei ole mahdollista. Keskustelut ammattilaisten kanssa ovat paikallaan myös, mikäli surun ilmenemismuodot saavat surijan hämmennyksiin tai jos hän on epävarma omista selviytymismahdollisuuksistaan. Erkkilä (2003) toteaa, että ammatillisen avun tarpeen määrittämisessä voi auttaa sen pohtiminen, missä määrin lapsi on käynyt läpi suremisen yleisiä tehtäviä. Nämä tehtävät voidaan jakaa neljään osaan, joissa ensimmäinen liittyy menetyksen todellisuuden ymmärtämiseen ja hyväksymiseen. Toinen suremisen tehtävä on menetyksen aiheuttaman tuskan kokeminen. Tämä tarkoittaa siis menetyksen aiheuttaman tunteiden vastaanottamiseen ja kokemiseen. Kolmas suremisen tehtävistä on sopeutuminen ympäristöön, josta kuollut ihminen puuttuu ja neljäntenä tehtävänä on muistelu, jota jo aiemmassa kappaleessa käsiteltiin. Mikäli menetystä seuraavina vuosina jokin tai jotkut suremisen perustehtävistä vaikuttaa puuttuvan lapselta kokonaan tai olevan korostuneen keskeneräisessä vaiheessa, voi olla syytä hakeutua ammattiauttajan konsultaatioon. (Mt., 31.) Kirjoituksissa ei käynyt ilmi suremisen eri tehtävät muutoin, kuin kuolleen henkilön muistelun osalta. Tämä saattaa johtua siitä, että vanhempien voi olla vaikeaa lapsensa puolesta kertoa tämän tuskan kokemisesta tai siitä, miten lapsi on pystynyt hyväksymään menetyksensä. Monessa kirjoituksessa menetys oli lapsen elämässä vielä niin tuore, että olisi mahdotonta arvioida, onko lapsi jo pystynyt sopeutumaan muutokseen elämässään.

Vanhempien kirjoituksissa ei tuotu esille, että kukaan lapsista olisi käynyt lasten suru- tai vertaisryhmässä. Siddaway ym. (2014) ovat kuitenkin todenneet tutkimuksessaan, että monet lapset hyötyvät vertaisryhmistä ja nämä ovat vähentäneet lapsen surun oireita. Niku & Sarinko (2004) ovat tuoneet esille, että vertaisryhmät tarjoavat lapselle mahdollisuuden monipuoliseen tukeen. Ryhmässä lapsi muun muassa tapaa toisia lapsia, joilla on samanlaisia kokemuksia, jakaa kokemuksia toisten lasten kanssa, saa tietoa surusta ja kuolemasta, löytää sanoja tunteilleen ja oppii keinoja tunteiden käsittelemiseen. Sururyhmän tarkoituksena on käsitellä yhdessä vaikeita asioita. Lasten sururyhmässä on paljon hyviä ja hoitavia asioita. Ryhmään kuuluminen on tärkeää ja sen merkitys korostuu erityisesti vaikeissa elämäntilanteissa. Sururyhmä ei kuitenkaan sovi kaikille lapsille. Mikäli lapsella esiintyy ennen ryhmään tuloa voimakkaita pelkoja, rauhattomuutta tai aggressiivisuutta, on hyvä miettiä muita tukimuotoja tai yksilöterapian tarvetta. (Mt., 24-25.)

Lasten käsittelemättä jääneet surureaktiot saattavat vaikeuttaa heidän myöhempää kehitystään. Terapian keinoin lasta voidaan auttaa saamaan käyttöönsä sellaiset psykologiset työkalut, joita hän tarvitsee päästäkseen yli tuskan, surun ja epätodellisuuden tunteistaan. (Cleve 2005, 23.)

Osa vanhemmista kirjoitti myös siitä, että pitivät tärkeänä opettajalle ja päivähoidon työntekijöille kertomisen asiasta. Näin lapsi sai tukea myös kodin ulkopuolisilta aikuisilta ja toisaalta opettaja ja hoitajat pystyivät paremmin ymmärtämään lapsen reaktioita ja käyttäytymistä. Myös Dyregrov ja Raundalen (1997, 79) näkivät koulun tärkeänä tekijänä lapsen surun edistämässä ja arjen jatkuvuuden ja turvallisuuden tunteen luomisessa kuolemantapauksen jälkeen. Ensimmäinen koulupäivä kuolemaan liittyvän poissaolon jälkeen on lapselle vaikea ja onkin eduksi, mikäli lapsella on mahdollisuus etukäteen keskustella asiasta opettajansa kanssa ennen kohtaamista luokkansa kanssa.

5.6 Toiveikkuus

Lähes puolet vanhemmista olivat lopettaneet kirjoituksensa jollakin tavalla positiivisen toiveikkaaseen lauseeseen siitä, että ovat päässeet surussaan eteenpäin ja toteavat, että elämän on jatkuttava surusta huolimatta. Niku & Sarinko (2004, 21) toteavat suremisen olevan pitkä prosessi, jossa tulevaisuuteen suuntautuminen ja suunnitelmien tekeminen ovat kuin "erävoittoja". Toivon viritessä elämän jatkuvuudesta, oman elämän annetaan jatkua eteenpäin ja menetyksen paikalle tulla jotakin uutta ja muuta. Suru vaatii aikansa ja paikkansa ja

surevan lapsen on saatava surra omilla ehdoillaan. Kuollut läheinen ei unohdu, mutta ei myöskään hallitse yhtä vahvasti lapsen elämää. Läheiseen ihmiseen muodostuu uusi suhde, joka on omalla erityisellä tavalla osana lapsen elämää.

Mari Pulkkinen (2016, 341) kuvaa väitöskirjassaan surun keston olevan monisyinen kokemus, eikä vain ajatus surun ja surutyön loppumisesta. Surun luonne saattaa ajan myötä muuttua ja yleensä ajan myötä ihmiset kuvaavat surun lieventyneen ja vähentyneen, mutta se ei välttämättä kuitenkaan tarkoita sitä, että suru etenisi kokijan mielestä kohti loppuaan. Surun ei myöskään tarkoiteta loppuneen, vaikka kokija saattaa kertoa elämän voittavan tai jatkuvan. Sureva saattaa mieltää surun päättyneeksi tai surutyön tehdyksi, vaikkakaan tämä ei tarkoita sitä, että sureva olisi unohtanut läheisensä tai kokisi siteidensä vainajaan tai suruunsa katkenneen. Pulkkinen toteaa myös, että menetyksen moninaisiksi nähdyt vaikutukset surevaan ja hänen elämäänsä jäävät jäljelle ja jatkuvat, vaikka suru tai surutyö loppuisi tai lievenisi. Olennaisinta surun ajallisuudessa onkin usein surun luonteessa ja surevassa itsessään tapahtunut muutos. Vaikka suru olisikin käyty läpi ja loppunut, ei yksilö koe olevansa sen jäljiltä ennallaan. Menetyksellä voi olla kasvattavia ulottuvuuksia, eivätkä ne ole pyyhittävässä pois, vaan vaikuttavat surevan koko elämään ratkaisevilla tavoilla.

"...tästä sen näkee, et prosessi on yhä käynnissä" (K16)

"Surun kanssa kun oppii elämään, se vaan muuttaa muotoaan." (K5)

"onhan tämä raskasta mut oon ajatellu, että päivä kerrallaan." (K9)

Pulkkinen (2016) mukaan monisyistä kokemusta surun kestosta kuvaa myös se, että vaikka sureva kokisi toipuneensa tai tulkitsisi surunsa loppuneen, voi surusta jäädä jäljelle jokin muu tunne, joka useimmiten on ikävä.

"Kaiken kaikkiaan suru on edelleen läsnä, mutta selviämme jo." (K1)

"Kyllä mekin joskus selviämme tästä surusta, pikkuhiljaa..." (K13)

Myöskään selviäminen tai selviytyminen eivät välttämättä viittaa kokemukseen surun ajallisesta päättymisestä. Kuten jo aiemminkin on todettu, ennemminkin ne edustavat surusta selviytymisen sijaan korkeintaan surussa selviämistä. (Mt., 342.)

6 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Oman tutkimukseni tulokset perustuvat yksilöiden omiin kokemuksiin lastensa surun käsittelystä. Vanhempien kirjoituksista ja kokemuksista löytyy paljon yhtäläisyyksiä, jotka olen koonnut yhteenvedoksi tähän lukuun. Vaikka tutkittavien joukko on pieni, kirjoituksista käy ilmi monia asioita, jotka ovat liitettävissä teoreettiseen tutkimus- tai asiantuntijatietoon. Tätä kautta voisin ajatella tutkimukseni tulosten olevan jonkin verran yleistettävissä siihen, miten lapset yleisesti surun kokevat ja sitä käsittelevät, vaikkakin kyseessä on jokaisen ihmisen yksilöllinen kokemus.

Tutkimukseni mukaan kaikki lapset tuovat esiin kokemaansa surua jollakin tavalla, mutta haasteena on se, osaavatko hänen ympärillään olevat aikuiset tunnistaa tätä surua ja auttaa lasta sen käsittelyssä. Lapsen suru on helpompi tunnistaa, mikäli lapsi ns. "oireilee" muun muassa huutamalla, itkemällä, raivoamalla tai huonolla käytöksellä. Lapsi saattaa kuitenkin syystä tai toisesta sulkeutua kuoreensa omine ajatuksineen, jolloin aikuiset saattavat luulla, että lapsi ei sure. Tällöin lapsi jää helposti yksin surunsa kanssa. Lasten läheisten aikuisten voi myös olla vaikea auttaa lasta tämän surussa, koska he saattavat itsekin olla keskellä surua. Tällöin lapsi voi ruveta välttelemään omista tunteistaan puhumista, jotta ei pahentaisi esimerkiksi vanhempansa surua. Samankaltaisia tuloksia on esitetty Bugge ym. (2012) tutkimuksessa, jossa todetaan pienten lasten ilmaisevan suruaan useimmiten ennemmin käytöksellään kuin puheen kautta. Tällöin vanhempien on haastavampaa huomata, ymmärtää ja auttaa lasta tämän surussa. Tilanne on vanhemmalle vaikea, sillä hänen on sekä osattava tulkita lapsen oireilua tämän suremiseksi sekä osata auttaa lasta oikealla tavalla ja olla tämän tukena, omasta surustaan huolimatta. (Mt.) Läheisen menetys järkyttää lapsen perusturvallisuuden tunnetta, jolloin lapseen saattaa jäädä pidemmäksikin aikaa pelko erilaisia asioita kohtaan. Suurimpana pelkona lapselle voi jäädä pelko muiden läheisten menettämisestä tai omasta kuolemastaan. Pelkääminen saattaa näyttäytyä myös pienemmissä asioissa, kuten nukkumaanmenossa tai pimeänpelossa.

Vanhempien näkemyksistä tuli esille, että mikäli läheisen ihmisen kuolema on esimerkiksi sairauden etenemisen vuoksi ennustettavissa etukäteen, on tärkeää, että lapsellekin puhutaan asioista ja annetaan hänelle mahdollisuus valmistautua tulevaan. Lapsen on hyvä päästä myös osallistumaan erilaisiin sururitualeihin, kuten hautajaisiin ja muistotilaisuuteen. Tämä auttaa lasta ymmärtämään asian paremmin ja konkreettisemmin. Pelkästään kuolleen ihmisen näkeminen konkretisoi asian lapselle hyvin selkeästi ja auttaa lasta ymmärtämään

tapahtunutta. Lapsi tulee kuitenkin valmistella tällaisiin tilanteisiin hyvin etukäteen, jotta tilanne ei yllätyksellään aiheuta hänelle ahdistusta.

Kirjoitusten perusteella käy ilmi, että lapsen on helpompi käsitellä suruaan konkreettisten asioiden kautta. Monet lapset pitävät esimerkiksi läheisen ihmisen muistelusta, jossa apuna voidaan käyttää valokuvia tai kuolleen ihmisen tavaroita. Tämä on myös lapsen keino saada käsitellä asiaa aikuisen kanssa ja keskustella mieltään askarruttavista asioista. Myös arjen rutiinien säilyminen on monelle lapselle tärkeä asia surun käsittelyssä ja siihen sopeutumisessa. Tutut rutiinit luovat lapselle turvaa. Tärkeä asia surussa toipumisesta ovat myös kaverit, jotka tuovat surevan lapsen elämään "tavallisuutta" ja lapsi saa tätä kautta muuta ajateltavaa.

Joskus lapsen tai koko perheen on turvaututtava ammattiapuun surun työstämisessä ja arjessa selviytymisessä. Vertaisryhmät antavat lapselle mahdollisuuden monipuoliseen tukeen, sillä ryhmässä lapsi tapaa muita saman kokemuksen jakavia lapsia ja saa tietoa surusta ja kuolemasta. Ammattiavusta vanhemmatkin saavat itselleen välineitä ja keinoja työstää surua itse lapsen kanssa. Kaiken kaikkiaan tärkein asia lapsen surun käsittelyssä ja lapsen selviytymisessä surunsa kanssa on sekä kirjoitusten että asiantuntijoiden näkemyksen mukaan avoin keskustelu kuolemasta ja surusta aina kun lapsi itse sitä haluaa tai ottaa asian esille. Lapsilla on asiasta lukemattomia kysymyksiä ja ajatuksia, jolloin on tärkeää, että aikuinen pohtii asioita yhdessä lapsen kanssa, vaikka aikuisella itselläänkään ei olisi valmiita vastauksia näihin kysymyksiin. Myös Bonanno & Kaltman (1999) ovat tutkimuksessaan todenneet keskustelun olevan tärkeä osa selviytymistä. Puhumisesta on hyötyä kuitenkin vain silloin, kun keskustelukumppani on hienotunteinen, ei-tuomitseva sekä auttamishaluinen. (Mt.) Tärkeää on, että lapsi ei jää yksin ajatustensa kanssa tai että aikuinen ei yritä suojella lasta jättämällä asioita kertomatta. Lapsi usein ymmärtää enemmän, mitä aikuiset luulevat heidän ymmärtävän. Vanhemman on hyvä puhua lapsen läheisille aikuisille, kuten opettajalle tai päivähoiton työntekijöille, mikäli lapsi on kokenut menetyksen. Näin lapsi saa tukea myös kodin ulkopuolisilta aikuisilta.

Lähes puolet vanhempien kirjoituksista päättyi jollakin tavalla toiveikkaasti ja ajatukseen siitä, että surusta päästään eteenpäin päivä kerrallaan. Eräs kirjoittaja oli mielestäni hyvin kiteyttänyt surun prosessinomaisuuden ja syklisyyden kuvaamalla surun aaltoilevan, nousevan välillä pintaan ja painuvan taas taka-alalle. Tässä kuvastuu uuden surukäsityksen ajatus siitä, että menetys jää kokemuksena elämään ihmiseen hänen loppuiäkseen, vaikka

suru ei tunteena jatkukaan koko ajan samanlaisena ja yhtä voimakkaana. Ihminen tulee prosessin edetessä tietoisemmaksi siitä, että selviytyy surussaan ja oppii elämään sen kanssa, vaikka aluksi ei tunnukaan siltä. Tutkimustiedon sekä kirjoitusten pohjalta voikin todeta surun muuttavan ihmistä ja hänen ajatusmaailmaansa pysyvästi ja tämä kuuluu surun luonteeseen. Pulkkinen (2016) on todennut, että kun menetys ymmärretään kokemukseksi ei surun päämääräksi tarvitsekaan tällöin asettaa siitä yli pääsemistä tai selviytymistä. Tavoitteena voisi ennemminkin olla elämän kokeminen merkitykselliseksi surusta huolimatta tai jopa sen vuoksi. Lapsen suru saa hyvin suuren mittakaavan, mikäli läheisen menettämistä ajatellaan ainutkertaisena kokemuksena, joka tulee saamaan erilaisia merkityksiä lapsen elämänsä aikana. (Mt., 332.)

Kirjoituksissa osa vanhemmista kuvasi, että suru on myös kasvattanut lasta ja lapsi on menetyksen kautta esimerkiksi oppinut, että sairasta ihmistä ei jätetä yksin ja että kaikista pidetään huolta loppuun asti. Joissain kirjoituksissa näkyi myös vanhempien toive siitä, että menetyksellä voisi olla vaikutusta lapsen kehittyvään kykyyn ymmärtää asioita ja oppia keskustelemaan vaikeistakin asioista. Näidenkin ajatusten tulkitsisin liittyvän uuden surukäsityksen mukaiseen ajatukseen siitä, että surun voi nähdä olevan kokemus, joka värittää ihmisen elämää pysyvästi ja pitkäaikaisesti. Pulkkinen (2016) toteaa, että iän vaikutus suruun liittyy vahvasti ihmisen edellytyksiin käsittää menetykskokemus. On todettu, että lapsuudessa ja nuoruudessa menetyksen kokeneet ovat jopa kymmenien vuosien päästä pystyneet kuvaamaan surun kokemustaan ja menetyksen on nähty asettuvan luontevaksi osaksi kokijan elämänsä kulkua. Lapsuudessa koetuilla menetykskokemuksilla on myös näyttänyt olevan vahvasti merkitystä kokijoilleen jo niiden tapahtuessa ja muistikuvat ja merkitykset näistä saattavat ulottua jopa vuosikymmenien päähän. (Mt., 331-332.) Tämä vahvistaa ajatustani siitä, että lapsena koettu menetys saattaa vaikuttaa ihmiseen läpi koko elämän, vaikka ihminen ei sitä itse edes tiedostaisi.

6.1 Pohdinta

Pulkkinen (2016) toteaa, että lapsen menetyksen kokemus merkityksellistyy eri tavoin erilaisissa yhteyksissä lapsen kasvaessa. Näin ajateltuna lapsen surun vaikutusta hänen elämänsä kulkuaan voisi pitää lähtökohtaisesti suurempana kuin aikuisen, sillä lapsuudessa koettu menetys kulkee hänen mukanaan loppuelämänsä vaikuttaen siihen. (Mt., 341.) Lapsen surua ja sen vaikutuksia ei tule missään tapauksessa vähätellä tai mitätöidä, sillä uuden surukäsityksen mukaan ajateltuna, koettu menetys tulee vaikuttamaan hänen elämänsä

taustalla joka tapauksessa. Siihen, miten menetyksen kokemus hänen elämässään vaikuttaa, on onnistuneella surun käsittelyllä tai käsittelemättömyydellä todennäköisesti vaikutusta.

Tutkimukseni perusteella tärkeimmäksi asiaksi surun työstämisessä on selkeästi noussut keskustelu lapsen kanssa kuolemaan ja menetykseen liittyvistä asioista lapsen ehdoilla. Itse ajattelen, että yleisesti on tärkeää, että kuolleen ihmisen muisto pysyy elossa, kun arkisissa tilanteissa saattaa tulla mieleen asioita, joita kuollut ihminen olisi tässä tilanteessa sanonut tai tehnyt. Näin asiaa tulee käsiteltyä luonnollisissa tilanteissa ja kuollut henkilö pysyy edelleen osana arkea. Mm. kuolleen vanhemman antamat neuvot ja opetukset saattavat nousta tärkeään osaan lapsen elämässä.

Itseäni jäi tutkimusta tehdessäni mietityttämään asia, jonka jo aiemmin mainitsinkin, että kirjoittajina olivat nyt ainoastaan lasten äidit, jotka kuvasivat lastensa surun käsittelyä. Olisiko tutkimukseni tulokset olleet mahdollisesti erilaisia, mikäli kirjoittajina olisivat olleet lasten isät? Olisivatko isät nähneet lapsissa erilaisia asioita tai nostaneet kirjoituksiinsa esille eri tyyppisiä asioita, kuin äidit? Muutenkin itseäni kiinnostaa sukupuolten väliset erot suruun liittyvissä asioissa. Kiinnostavaa olisi esimerkiksi tutkia pienten tyttöjen ja poikien välisiä eroja surun käsittelyssä tai sen ilmaisemisessa, onko siinä eroa ja jos on, minkälaista? Tutkimustani tehdessäni vastaan tuli eräässä lähdeteoksessa maininta siitä, että työt käsittelevät suruaan poikia enemmän, mm. puhumalla ja kirjoittamalla asioista ja pojille ominaisempaa on käytöshäiriöt. Tämä kuulostaa itselleni asiaan perehdyttyäni melko stereotyyppiseltä jaottelulta ja olisikin mielenkiintoista saada asiasta tarkempaa tietoa, onko asia todella näin. Oman tutkimukseni luotettavuutta pohtiessani mieleeni tuli, että surua tutkittaessa puhutaan niin henkilökohtaisesta kokemuksesta ja jokainen kokee surun niin omalla tavallaan, että onko suruun liittyen mahdollista koskaan saada täysin sataprosenttisesti yleistettävää tutkimustietoa vai onko suru aina surua, huolimatta siitä, kuka sen kokee? Toisaalta, Pulkkinen (2016) kuvaa että edes samalle henkilölle kaksi läheisen kuolemaa eivät koskaan merkityksellisty samalla tavoin, vaikka menetykset ulkoisesti olisivatkin keskenään samankaltaiset. Menetykset yhdistyy aina surevan sen hetkisen elämäntilanteen mukaan, mitkä ovat vallitsevat olosuhteet esimerkiksi työelämässä tai perhetilanteessa. (Mt., 214-215.) Tällöin siis voisikin ajatella, että suru on aina erilaista ja tapauskohtaista

Omassa tutkimuksessani tutkittavien joukko oli melko pieni ja silti kirjoituksissa oli löydettävissä paljon samankaltaisuuksia. Jäin miettimään, mikäli vastaajia olisi ollut reilusti enemmän, olisivat tuloksetkin olleet todennäköisesti luotettavampia. Suru olisi saattanut

ainakin näyttäytyä monimuotoisempana ja esimerkkejä surun käsittelystä olisi voinut tulla useampia. Aiemmin jo mainitsinkin, että vaikka asiantuntijoiden mukaan lapsi ilmaisee suruaan hyvin usein leikin kautta, ei tämä kuitenkaan tullut ilmi yhdessäkään vastauksista. Mikäli vastauksia olisi ollut enemmän, olisi myös tämä saattanut tulla paremmin esille.

Tutkimukseni on saanut minut väistämättä pohtimaan myös oma surukokemustani. Itse olin isäni menetettyäni jo aikuinen, mutta koen tämän kokemuksen vaikuttaneen minuun silti hyvin voimakkaasti monella elämän osa-alueella. Oma menetyksen kokemukseni on vaikuttanut myös joihinkin valintoihini omassa tutkimuksessani. Etenkin uusi surukäsitys on saanut itsenikin ajattelemaan omaa menetystäni kokonaisvaltaisempana kokemuksena ja tästä syystä olen halunnut tuoda sitä esille myös tutkimuksessani. Itselleni ajatus siitä, että menetetyistä ihmisistä ei tarvitse kokonaan päästä irti tai surusta päästä lopullisesti yli tuntuu helpottavalta, lohdulliselta. Pelkästään tämä ajatus auttaa jo pääsemään eteenpäin surussa, mutta jättää kuitenkin sijaa sille, että surun kanssa ei tarvitse, eikä saakaan kiirehtiä vaan suru itsessään tekee työtään ihmisessä. Jokaisessa omalla tavallaan.

LÄHTEET

- Aho, A. 2010. Isän suru lapsen kuoleman jälkeen. Tuki-interventio ja sen arviointi. Tampereen yliopisto.
- Barnard, P. & Morland, I. 1999. When Children are Involved in Disasters. Teoksessa: P. Barnard, I. Morland, & J. Nagy. Children, Bereavement and Trauma: Nurturing Resilience. Lontoo: Jessica Kingsley Publishers. 21-30.
- Bonanno, G. & Kaltman, S. 1999. Toward an Integrative Perspective on Bereavement. Psychological Bulletin. 125 (6) (1999): 760-776.
- Bugge, K., Darbyshire, P., Rokholt, E. Haugstvedt, K. & Helseth S. 2012. Young Children's Grief: Parents' Understanding and Coping. Death Studies. Vol. 38 (2014): 36-43.
- Cleve, E. 2005. Pidä isää kädestä. Kaksivuotias kriisiterapiassa. Suomentanut Outi Menna. Helsinki: WSOY. Ruotsinkielinen alkuteos: En stor och en liten är borta. Kristerapi med en tvåårig pojke 2002.
- Dyregrov, A. 1993. Lapsen suru. Suomentanut Mirja Makkonen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. Norjankielinen alkuteos: Sorg hos barn. En håndbok for voksne 1989.
- Dyregrov, A. & Hordvik, E. 1993. Sisarusten surutyö. Teoksessa: T. Manneri. (toim.). Vaiettu suru. Helsinki: Lastensuojelun keskusliiton julkaisu 88. 44-52.
- Dyregrov, A. & Raundalen, M. 1997. Sureva lapsi ja koulu. Suomentanut Saara Villa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. Norjankielinen alkuteos Sorg og omsorg i skolen 1995.
- Erjanti, H. & Paunonen-Ilmonen, M. 2004. Suru ja surevat. Surevien hoitotyön perusteet. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Erkkilä, J. 2003. Musiikkiterapian mahdollisuudet lapsen surussa. Teoksessa: J. Erkkilä, T. Holmberg, S. Niemelä & H. Ylönen. 2003. Surevan lapsen kanssa. Helsinki: SMS-tuotanto Oy. 15-56.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Farrant, A. 1998. Sibling bereavement. Helping Children Cope With Loss. Lontoo: Cassell.

Glass, J. 1991. Death, loss, and grief among middle school children: Implications for the school counselor. *Elementary School Guidance & Counselin.* 26, 2, 139-149.

Grönlund, E. 2015. *Matkavalmisteluja ja opastajia. Elämän viimeisen vaiheen kokemukset.* Helsinki: Basam Books Oy.

Helsti, H. 2005. Hedelmällisen tiedon jäljillä - teemakirjoitukset tutkimuksen lähteinä. Teoksessa: P. Korhokangas, P. Olsson & H. Ruotsala (toim.). *Polkuja etnologian menetelmiin.* Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy. 148-160.

Hirsjärvi, S., Remes, S. & Sajavaara, P. 2015. *Tutki ja kirjoita.* Helsinki: Tammi.

Holland, J. 2001. *Understanding Children's Experiences of Parental Bereavement.* Lontoo: Jessica Kingsley Publishers.

Holm, T. & Turunen, T. 2005. *Minun suruni. Aikuisen opas.* Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Holmberg, T. 2003. *Leikkiin on kirjoitettu lapsen surun sanat.* Teoksessa: J. Erkkilä, T. Holmberg, S. Niemelä & H. Ylönen. 2003. *Surevan lapsen kanssa.* Helsinki: SMS-tuotanto Oy. 57-98.

Katalkin, R. *Kuoleman käsittely ja lapsen surun kohtaaminen alakoulussa opettajan näkökulmasta. Erityispedagogiikan pro gradu tutkielma 2009.* Jyväskylän yliopisto.

Kotimaisten kielten keskus 2017. *Kielitoimiston sanakirja.* <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/netmot.exe?motportal=80> Viitattu 4.12.2017.

Koskela, H. 2010. *Lapseni elää aina sydämessäni.* Tampere: Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja.

Kronqvist, E. & Pulkkinen, M. *Kehityopsykologia. Matkalla muutokseen.* Helsinki: WSOY.

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. *Laadullinen terveystutkimus.* Helsinki: Edita.

Lindqvist, M. 1999. *Surun tie, 2. painos.* Helsinki: WSOY.

Mattila, K. 2011. *Lapsen vahvistava kohtaaminen.* Jyväskylä: PS-kustannus.

Moren, R. 1993. *Suru ei ole psykiatrinen sairaus.* Teoksessa: T. Manneri (toim.). *Vaiettu suru.* Helsinki: Lastensuojelun keskusliiton julkaisu 88. 53-54

Niku, A. & Sarinko, E. 2004. Yhdessä suru on helpompi kantaa. Opas lasten ja nuorten sururyhmien ohjaajille. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.

Philpott, E. 2013. Moving Grief: Exploring Dance/Movement Therapists' Experiences and Applications with Grieving Children. *American Journal of Dance Therapy*. Vol. 35(2) (2013): 142-168.

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

Pojjula, S. 2016. Lapsi ja kriisi. Helsinki: Kirjapaja.

Pulkinen, M. 2016. Salattu, suoritettu ja sanaton suru. Läheisen menettäminen kokonaisvaltaisena kokemuksena. Helsinki: Unigrafia.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 3.9.2018 http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html

Saari, S. 2000. Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Otava.

Siddaway, A., Wood, A., Schulz, J. & Trickey, D. 2014. Evaluation of the CHUMS Child Bereavement Group: A Pilot Study Examining Statistical and Clinical Change. *Death Studies*. Vol. 39 (2015): 99-110.

Siltala, P. 1993. Kuoleva lapsi tarvitsee avoimuutta. Teoksessa: T. Manneri (toim.). *Vaiettu suru*. Helsinki: Lastensuojelun keskusliiton julkaisu 88. 34-43

Silvasti, T. 2014. Sisällönanalyysi. Teoksessa: I. Massa (toim.) *Polkuja yhteiskuntatieteelliseen ympäristötutkimukseen*. Helsinki: Gaudeamus, 33-48.

Softing, G., Dyregrov, A. & Dyregrov, K. 2015. Because I'm Also Part of the Family. *Children's Participation in Rituals After the Loss of a Parent or Sibling: A Qualitative Study From the Children's Perspective*. *OMEGA - Journal of death and dying*. Vol 73 (2) (2015): 141-158.

Stroebe, M., Schut, H. & Boerner, K. 2017. Cautioning Health-Care Professionals: Bereaved Persons Are Misguided Through the Stages of Grief. *OMEGA - Journal of death and dying*. Vol 74 (4) (2017): 455-473.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Walter, T. 1994. A New Model of Grief: Bereavement and Biography. *Mortality* 1(1) (1996), 7-25.

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

LIITTEET

Liite 1 Kirjoituspyyntö

Onko lapsesi kohdannut kuolemansurun ja menettänyt itselleen läheisen ihmisen jo lapsena? Haluaisitko kirjoittaa lapsesi kokemasta surusta?

Opiskelen sosiaalityön maisteriohjelmassa Jyväskylän yliopistossa. Teen maisteritutkielmaani aiheesta, miten lapsi käsittelee surua läheisen ihmisen kuoltua. Läheinen ihminen on voinut olla kuka vain lapselle tärkeä henkilö, esim. vanhempi, isovanhempi, sisarus, kummi, ystävä... Kokoan tutkimusaineistokseni alle 12-vuotiaana läheisensä menettäneiden lasten vanhempien vapaamuotoisia kirjoituksia oman lapsensa surun kokemisesta ja sen käsittelystä.

Voit kertoa lapsesi surusta juuri sen verran kuin haluat. Kirjoitelman tyyli, muoto ja pituus on vapaa. Voit halutessasi kirjoittaa myös nimettömänä. Minua kiinnostaisi erityisesti se, miten lapsesi on kokenut surunsa. Miten lapsi on käsitellyt surun herättämiä tunteitaan? Oletko huomannut lapsen käytöksessä muutosta? Mikä on ollut lapselle vaikeinta surussa? Mitkä asiat ovat edistäneet lapsen selviytymistä surussaan? Kysymykset ovat vain suuntaa antavia, oleellisinta on kuitenkin, että kirjoitat sellaisista asioista, jotka itse koet tärkeiksi.

Käsittelen kirjoituksesi ehdottoman luottamuksellisesti, Sinua tai läheisiäsi ei voida tunnistaa tutkimuksen tuloksista, eikä vastaajien tietoja luovuteta eteenpäin.

Kirjoituksesi voit lähettää minulle sähköpostitse osoitteeseen:

kati.k.lastunen@student.jyu.fi

Ohjaajanani maisteritutkielmassani toimii Yliopistonlehtori Johanna Kiili.
johanna.j.kiili@jyu.fi tai p. 040 8054472

Kiitos avustasi!