

”MINUN ON SINUA NIIN KOVA IKÄVÄ”

Kolmen aikuisen muistelu peruskouluikäisenä kokemastaan vanhempansa kuolemasta

Hanna Palomäki

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Luokanopettajien aikuiskoulutus
Kokkolan yliopistokeskus Chydenius
Jyväskylän yliopisto
Kesä 2011

TIIVISTELMÄ

Palomäki, H. 2011. "Minun on sinua niin kova ikävä" Kolmen aikuisen muistelu peruskouluikäisenä kokemastaan vanhempansa kuolemasta. Jyväskylän yliopisto. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma, s. 75.

Tämän kasvatustieteen pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli tutkia miten kolme peruskouluikäistä ovat kokeneet vanhemman kuoleman. Miten he ovat tehneet surutyötä, minkälaisia selviytymiskeinoja heillä on ollut ja miten suru on muuttunut vuosien kuluessa. Tutkimukseen haastateltiin kolmea aikuista naista, jotka ovat peruskouluikäisenä kokeneet vanhemman kuoleman. Haastateltavat palasivat muistoissaan aikaan, jolloin vanhempi kuoli, eli kyseessä on retrospektiivinen muistelututkimus. Tutkimuksessa on fenomenologishermeneuttinen lähestymistapa, eli tarkoituksena on pyrkiä ymmärtämään haastateltavien kokemusta vanhemman kuolemasta, miten menetys on näyttäytynyt heidän kokemusmaailmassaan.

Tutkimuksessa teoria ja aineisto kulkevat rinnakkain. Aineisto koostuu kahdesta ennen haastatteluja tehdystä kirjoitelmasta, sekä kolmesta haastattelusta. Tutkimuksessa selvisi, että vanhemman kuolemasta aiheutunut suru näyttäytyy monin eri tavoin ja se on hyvin yksilöllistä. Suruun vaikuttaa vanhemman kuolintapa, surevan lapsen tai nuoren ikä, persoona, perheen rakenne ja läheisten ihmisten kuten ystävien tuki. Suru ei ole vain itkua, vaan siihen liittyy monenlaisia eri tunteita, kuten syyllisyyttä ja jäljelle jääneen vanhemman suojelua.

Haastateltavien mukaan suru muuttuu vuosien myötä. Suru ikään kuin pehmenee ja muuttuu kaihoisaksi ikäväksi. Suru nousee silti välillä enemmän pintaan ja surun joutuu ikään kuin käsittelemään uudestaan eri elämäntilanteissa. Omat häät ja lasten saaminen olivat esimerkiksi hetkiä, jolloin haastateltavat ovat käsitelleet surua ja menetystä uudelleen. Nuorempana on surrut sitä, että oma vanhempi on kuollut ja aikuisena sitä, että omilta lapsilta puuttuu isovanhempi. Kuollut vanhempi elää silti mukana koko elämän, muistoina ja tapoina tehdä arjen asioita.

Avainsanat: lapsi, nuori, kuolema, vanhempi, suru, surutyö

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	6
2.1 Tutkimusmenetelmä	6
2.2 Tutkimuskysymykset.....	11
2.3 Haastateltavien esittely	12
2.4 Aineiston kuvaus ja haastatteluprosessin kulku	13
2.5 Tutkimuksen luotettavuus	17
2.6 Tutkimusetiikka.....	19
2.7 Teorian ja tulosten yhdistäminen.....	21
3 VANHEMMAN KUOLEMA LAPSEN KOKEMANA	22
3.1 Kriisiprosessin vaiheet.....	23
3.1.1 Sokki ja reaktiovaihe.....	27
3.1.2 Surutyö.....	31
3.2 Lapsen käsitys kuolemasta	35
3.3 Lapsen ja nuoren suru.....	41
3.3.1 Surun ilmeneminen	44
3.3.2 Selviytymiskeinot.....	46
3.4 Perheen, läheisten ja ystävien rooli lapsen surussa	51
3.5 Suru muuttuu	56
3.5.1 Surun vaiheet	57
3.5.2 Suru mukana eri elämänvaiheissa	59
5 TULOSTEN YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖSET	62
6 POHDINTA	66
LÄHTEET	72

1 JOHDANTO

Noin joka kahdeskymmenes suomalainen lapsi joutuu ennen täysi-ikäisyyttä kokemaan toisen vanhemman kuoleman. Aikuisten voi olla vaikea ymmärtää miten voimakkaasti ja kauan lapsi reagoi kuolemantapaukseen omassa perheessään. (Pojjula 2002, 141, 146.) Vasta viime vuosina on ymmärretty, että ”pois silmistä, pois mielestä” ei vastaa lasten kokemusta todellisuudesta. Se, että kuolemasta ei puhuta, ei tarkoita että lapsi unohtaa tapahtuneen ja kasvaa ilman ongelmia. Todellisuudessa tosiasioilta suojeleminen voi olla vahingollisempaa kuin totuuden kertominen. (Dyregrov 2010, 9.) Suruprosesseja käsitellään silti edelleen usein aikuisen näkökulmasta ja lapset saattavat jäädä vaille huomiota. Lapsi kuitenkin tarvitsee surussaan aikuisen tukea. (Ruishalme & Saaristo 2007,55.)

Vanhemman kuolema on lapsen elämässä vaikein menetys. Lapsen reagointi kuolemaan riippuu lapsen iästä, kyvystä ymmärtää kuolema, kuolintavasta, sekä siitä, miten läheiset ihmiset selviytyvät omasta surustaan ja kykenevät olemaan läsnä sekä vastaamaan lapsen kysymyksiin (Pojjula 2007, 108.) Lapsi käsittelee kuolemaa ajatusten ja tunteiden avulla. Jotta aikuinen voi auttaa lasta surutyössä, tulee hänellä olla tietoa lasten surureaktioista. (Dyregrov 1993, 53.) Aikuisen on tärkeää hyväksyä lapsen erilaiset reaktiot tai niiden puuttuminen. Lapsi tarvitsee huolenpitoa ja läheisyyttä. Tärkeää on myös kuunnella lasta, sekä kertoa toisiasiat tapahtuneesta ja antaa konkreettisia selityksiä, jotta lapsen on mahdollista ymmärtää tilanne. (Pojjula 2007, 120.) Suru on yksilöllinen prosessi, johon liittyy monenlaisia tunteita. On tärkeää, että lapsille kerrotaan reak-

tioista, joita suru saattaa aiheuttaa ja miten reaktiot voivat ilmetä vasta pitkänkin ajan päästä. (Ruishalme & Saaristo 2007, 52, 54.)

Mielenkiintoni suruun ja surutyöhön on lähtenyt vertaisryhmien ohjaamisesta. Olen ohjannut vertaisryhmiä sekä vanhemman että sisaruksen menettäneille lapsille ja nuorille. On ollut koskettavaa huomata, miten ryhmiin osallistuneet ovat saaneet kokea sen, että on muitakin, jotka ovat kokeneet samanlaisen menetyksen. Olen ymmärtänyt että suru on hyvin kirjava, se näyttäytyy hyvin eri tavoin ulospäin, tai ei näy ehkä lähes ollenkaan. Ryhmien ohjaamisen myötä olen ymmärtänyt, että huolimatta siitä, miten ihminen suree, hän tarvitsee ympärilleen läheisiä, jotka ovat tukena ja auttavat häntä surutyössä.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on ennen kaikkea saada ymmärrystä surukokemuksesta ja miten peruskouluikäinen lapsi tai nuori kokee vanhemman kuoleman. Tutkimuksessa ei pyritä kartoittamaan kokemuksia tai löytämään yhtäläisyyksiä, vaan näkökulma on haastateltavien kokemuksen ymmärtäminen. Tavoitteena on välittää kolmen ihmisen aito ja omakohtainen kokemus. Toivon mukaan minä tulevana luokanopettajana, sekä moni muukin opettaja voi saada tästä jotain ajatuksia työhönsä ja sellaisiin tilanteisiin, kun kohdalle osuu suuren menetyksen kokenut lapsi tai nuori.

Trauman kokenut lapsi saattaa kohdata surun ja aloittaa surutyön jopa vuosienkin viiveellä (Pojjula 2007, 130). Kouluissa on nykyään erilaisten tilanteiden varalle kehitetyt kriisisuunnitelmat. Saattaa kuitenkin olla, että lapsi, jolta on kuollut vanhempi, reagoi menetykseen vasta pitkän ajan kuluttua. Tutkimuksessa pyritään myös selvittämään miten suru on muuttunut vuosien kuluessa.

2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa esittelen tutkimusmenetelmän, aineistonkeruun sekä kuvailen tutkimusaineistoa. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää ja tuoda esille miten kolme peruskouluikäistä ovat kokeneet vanhemman kuoleman ja miten heitä on tuettu surutyössä. Kyseessä on retrospektiivinen muistelututkimus, jossa haastateltavat palaavat muistoissaan aikaan, jolloin vanhemman kuolema on tapahtunut. Kokemuksen muistelu tapahtuu ensin kirjoitelman muodossa ja sen jälkeen haastattelen heitä kirjoitelman pohjalta. Haastattelussa kyselen myös, mitä he näin jälkikäteen ajattelevat kokemuksestaan ja saamastaan tuesta, sekä miten surutyö on muuttunut vuosien kuluessa.

2.1 Tutkimusmenetelmä

Valitsin tutkimukseeni hermeneuttis-fenomenologisen lähestymistavan. Tutkimuksessani pyrin ymmärtämään kolmen ihmisen kokemusta siitä, kun heiltä on kuollut toinen vanhempi. Haastateltavat ovat olleet peruskouluikäisiä kun heidän vanhempi kuoli. Tutkimuksessa he palaavat ajassa taaksepäin ja muistelevat omaa kokemustaan. Tutkijan näkökulma on hermeneuttinen, eli pyrin ymmärtämään ja tulkitsemaan, sekä löytämään merkityksiä haastateltavien kertomuksista. Koska pyrin selvittämään mitä he ovat kokeneet, ja miten menetys on näyttäytynyt heidän kokemusmaailmassaan, on tutkimuksessani myös fenomenologinen puoli.

Hermeneuttisessa ja fenomenologisessa tutkimuksessa metodi ei tarkoita aineiston käsittelytapaa, vaan ajattelutapaa ja tutkimusotetta. Metodista on mahdollonta esittää tarkkaa kuvausta, koska siihen vaikuttaa aina kyseessä olevan tutkimuksen eri tekijät, kuten tutkija, tutkittava ja tilanteen erityislaatuisuus. Olennaista on pohtia miten voimme saavuttaa ja ymmärtää tutkittavan kokemukset ja hänen ilmaisunsa mahdollisimman aitoina. (Laine 2001, 31.) Varsinkin kun aiheeni on hyvin koskettava ja raskas, on otettava erityisen tarkkaan huomioon se, että saavutetaan tutkittavien aito kokemus. Laine (2001, 32) kirjoittaa, että tutkijan on reflektoitava ja otettava huomioon se, että oma esiymmärrys pyrkii tulkitsemaan toisen ihmisen puheen omien lähtökohtiensa mukaisesti. Tutkijan tulee sen vuoksi kyseenalaistaa omat tulkintansa ja olla hyvin tietoinen omasta ihmiskäsityksestä sekä ennakkoluuloista. Vain näin tutkijan on mahdollista tarkkailla omien lähtökohtien vaikutusta tekemiinsä tulkintoihin.

Hermeneutiikassa on kyse ymmärtämisestä sekä tulkinnasta ja se kohdistuu ihmisten väliseen kommunikaatioon. Hermeneutiikka tutkii ilmaisuja, kielellisiä sekä kehollisia. Ilmaisusta löytyy merkityksiä, joita voidaan lähestyä vain ymmärtämällä ja tulkitsemalla. Tutkimukseen tulee hermeneuttinen ulottuvuus, kun pyritään tulkitsemaan esimerkiksi haastateltavan ilmaisusta mahdollisimman oikea tulkinta. (Laine 2001, 28–29.) Tavoitteenani on pyrkiä lähelle haastateltavien omaa kokemusta, löytää mahdollisimman tarkasti ne merkitykset, joita heidän sanojensa takana on, ymmärtää sekä tuoda esiin heidän kokemuksensa mahdollisimman aitona. En halunnut tehdä aiheesta kyselyä tai muuntyyppistä haastattelua, koska tärkeintä oli kuulla aito kokemus.

Hermeneuttista ja fenomenologista tutkimusta yhdistää kaksitasoinen rakenne, jossa perustasolla on tutkittavan elämä ja tutkijan esiymmärrys. Toisella tasolla tutkija pyrkii tematisoimaan, refleктоimaan ja käsitteellistämään merkityksiä

ensimmäiseltä tasolta. Kun tutkitaan merkityksiä, ei kohde voi olla tutkijalle kokonaan vieras, vaan asiasta tarvitaan esiymmärrystä. Olisi hyvin vaikeaa ymmärtää sellaisia asioita, jossa ei ole mitään tuttua. Tutkimuksella yritetään siis tavallaan tehdä jo tunnettua asiaa näkyväksi ja tiedetyksi. Ymmärtämisen mahdollistaa siis se, merkitysmaailmassa on jotain tuttua ja yhteistä tulkitsijalle ja tutkittavalle. (Laine 2001, 30–31.) Olen omassa työssäni vertaisryhmien ohjaajana kohdannut menetyksen kokeneita lapsia ja nuoria, joten minulla on jo jonkinlainen kuva surusta ja menetyksestä. Nyt pyrin ymmärtämään surua syvällisemmin kolmen haastateltavan kokemuksen avulla.

Laineen mukaan hermeneuttisessa tutkimuksessa tutkija kohtaa myös hermeneuttisen kehän, joka tarkoittaa dialogia tutkimusaineiston kanssa (Laine 2001, 34). Ymmärrys alkaa esiymmärryksestä ja etenee spiraalin mukaisesti (Juden-Tupakka 2007, 64). Tutkimusaineisto on ikään kuin tutkijan keskustelukumppani, riippumatta siitä miten aineisto on kerätty. Tutkimustieto syntyy vuoropuhelussa aineiston kanssa. Tutkijan tavoitteena on löytää aito ymmärrys ja avoin asenne toista kohtaan. Tämä dialogi on kehämäistä liikettä, jossa tutkija pyrkii pääsemään irti omasta perspektiivistään ja samalla korjaa ja syventää omaa ymmärrystään. Tutkija ikään kuin palaa aina uudestaan ja uudestaan aineistoon ja näin löytää siitä aina jotain uutta, asioita joita ei ehkä aluksi edes huomannut. Etäisyys ja kriittinen reflektointi auttaa siis löytämään todennäköisimmän tulkinnan siitä, mitä tutkittava on tarkoittanut. (Laine 2001, 34–35.)

Hermeneuttinen kehä siis tarkoittaa tutkimuksessani sitä, että kierros kierrokselta pääsen toivottavasti syvemmälle ymmärryksen tasolle. Kehä merkitsee myös sitä, että kokonaisuuden ymmärtäminen vaatii osien ymmärtämistä ja päinvastoin. Omassa tutkimuksessani on myös etenemisvaiheet, jotka etenevät spiraalimaisesti. Pyysin haastateltavia ensin kirjoittamaan vapaamuotoisen kir-

jeen heidän kokemuksestaan. Kirjeiden kautta sain jonkinlaisen esiymmärryksen heidän kokemuksestaan ja samalla sain varmistettua, että he ovat valmiita palaamaan ajassa taaksepäin rankkaan kokemukseensa. Tärkeää oli myös perehtyä surua käsittelevään teoriaan ennen varsinaisten haastattelujen tekemistä, jotta sain jonkinlaisen kuvan tutkimusten ja teorian pohjalta siitä, miten tällainen suuri menetys, vanhemman kuolema, saattaa nuoren tai lapsen elämässä näkyä ja tuntua. Näin voin kohdata haastateltavat empaattisesti ja jollain esiymmärryksen tasolla käsittän mistä on kysymys. On tärkeää tiedostaa tutkimusta tehdessä, että nämä esiymmärryksessä olevat asiat eivät ohjaa tulkintaa.

Tutkimukseni edetessä ymmärrykseni aiheesta lisääntyy, kuljen hermeneuttisella kehällä. Juuden-Tupakka (2007, 64–65.) kirjoittaa, ettei ymmärrys liiku näiden kahden, esiymmärryksen ja ymmärryksen välillä, vaan se on kehällistä. Hän sanoo myös, että esiymmärrys saattaa olla ennakkoluuloinen, mutta se orientoi ymmärrystä, joka puolestaan auttaa korjaamaan esikäsitettä. Kun esiymmärrys kehittyy, voidaan ennakkoluulot ylittää ja kohteeseen saadaan kriittistä etäisyyttä.

Minulla oli ennen tutkimuksen aloittamista, johtuen työkokemuksestani, kuva siitä mitä läheisen kuolema nuoren elämässä saattaa tarkoittaa. Minulla on siis tietty esiymmärrys asiasta. Kirjeiden lukeminen saattaa jo korjata ja muuttaa esiymmärrystäni. Tämä muuttunut ymmärrys taas vaikuttaa siihen, miten miehen haastattelua varten tarkentavia kysymyksiä, joihin toivoin saavani tutkimukseni avulla vastauksia. Ennen haastatteluja luin teoriaa ja tutkimuksia liittyen suruun ja surutyöhön ja kuva aiheesta muokkaantui jälleen. Tutkimustehävä vaikuttaa kysymyksiini haastattelussa. Haastattelujen jälkeen pyrin löytämään merkityksiä ja palaan teoriaan tulkintavaiheessa. Oman haasteen kirjoit-

tamiselle tuo tutkimukseni rakenne. Tutkimuksessani teoria ja analyysi kulkevat rinta rinnan, ja keskustelevat näin keskenään.

Mitä sitten kokemuksen tutkiminen tarkoittaa käytännössä ja minkälaisia kysymyksiä tutkija joutuu pohtimaan? Perttulan mukaan ensimmäinen asia, joka tutkijan tulisi itselleen selvittää, on se, mitä hän ymmärtää käsitteellä kokemus. Perttula itse puhuu elämäntilanteesta, eli siitä todellisuudesta johon ihminen on suhteessa. (Perttula 2008, 116–117, 149.) Tutkijan on tärkeää ensin miettiä miten tutkimuksen päämäärä, kysymyksenasettelut, teoreettinen näkökulma ja metodi sopivat yhteen. Vasta sen jälkeen hän voi aloittaa tiedonkeruun. Hänen on siis mietittävä mitä tutkii ja miksi ja vasta sen jälkeen jatkettava kysymykseen miten. Hermeneutiikassa tutkimuskysymyksillä pyritään saamaan vastaus siihen, mitä ilmiö tarkoittaa tai mikä sen merkitys on. Keskiössä tulisi siis olla tutkittavien ihmisten elämä ja siihen liittyvien osatekijöiden ymmärtäminen. (Siekkinen 2001, 49.)

Tutkimussuunnitelmani muuttui tutkimusprosessin aikana. Alun perin tarkoitukseni oli ottaa toiseksi teemaksi, surukokemusten lisäksi, koulumaailma. Tavoitteena oli selvittää, miten lapsi tai nuori, joka on kokenut vanhemman kuoleman, on otettu koulussa vastaan ja miten häntä on tuettu. Haastatteluisissa kysyin myös kokemuksia koulumaailmasta, ja siitä minkälaista tukea koulussa on annettu ja miten sureva oppilas on huomioitu. Haastatteluaineistossa pääpaino oli kuitenkin surulla ja sen ilmenemisellä, ja pelkästään jo surukokemusten esiintuominen on sisällöltään laaja. Sen vuoksi rajasin tutkimukseni koskemaan vain surukokemuksia. Seuraavassa luvussa esittelen tutkimuskysymykseni.

2.2 Tutkimuskysymykset

Tavoitteeni on saada jonkinlainen ymmärrys lapsen ja nuoren surukokemuksesta. Miten suru ilmenee ja miten se vaikuttaa hänen elämässään. Lapsen ja nuoren elämässä on monia surun aiheita, mutta jotta saan syvemmän ymmärryksen aiheeseen tein selkeän rajauksen. Rajasin tutkimukseni kohteen sellaisiin aikuihin, jotka ovat peruskouluikäisenä kokeneet toisen vanhempansa kuoleman. Pyrin avaamaan heidän kokemuksiaan seuraavien tutkimuskysymysten avulla.

- Miten peruskouluikäinen on kokenut vanhemman kuoleman?
- Miten suru muuttuu vuosien myötä?

Tutkimuksessa pyritään nostamaan esiin olennainen ja kuvamaan sitä tutkimuskysymyksen näkökulmasta. Aineistosta etsitään merkityksiä, jotka jäsennellään merkityskokonaisuuksiksi, jotka tutkija esittää omalla kielellään. Haastattelussa tulee esiin hyvin erilaisia merkityksiä ja saamme paremman kuvan kokonaisilmistä, kun jäsenämme merkitykset kokonaisuudeksi. Merkityskokonaisuudet löytyvät kun aineistoon paneudutaan riittävästi. Jotta voimme ymmärtää ilmiötä, tulee meidän havaita olennaiset asiat ja niiden väliset suhteet. Tutkimuksen näkökulma ja tutkimustehtävät määrittävät ja rajaavat sen, mitkä merkitykset ja merkityskokonaisuudet ovat kyseisessä tutkimuksessa olennaisia. Tulkinnan jälkeen merkityskokonaisuudet kootaan yhteen synteesiksi ja pyritään muodostamaan merkityksistä kokonaiskuva sekä pohditaan ja arvioidaan kokonaisuuksien välisiä suhteita. (Laine 2001, 39–43.)

Tutkimuksessani pyrin siis selvittämään ja ymmärtämään miten haastateltavat ovat kokeneet toisen vanhemman kuoleman. Mitä tunteita tämä menetys on synnyttänyt ja miten se on näkynyt heidän elämässään. Pyrin myös selvittä-

mään miten he ovat tehneet surutyötä ja ketkä ovat olleet heidän tukena. Lisäksi haluan selvittää mitä vanhemman kuoleman kokeneet ihmiset ajattelevat ja tuntevat, kun menetyksestä on kulunut jo jonkin aikaa. Miltä suru nyt näyttää?

2.3 Haastateltavien esittely

Esittelen seuraavaksi haastateltavat lyhyesti. Esittelyissä on perustietoja, kuten haastateltavien tämän hetkinen ikä, minkä ikäisiä he olivat kun vanhempi kuoli ja miten vanhempi kuoli. Taustatiedot auttavat ymmärtämään haastateltavien elämäntilanteen kautta myös surukokemusta ja heidän saamaansa tukea.

Tiina on 35-vuotias nainen. Hän menetti isänsä ollessaan 10 vuoden ikäinen. Tiinan isällä oli MS-tauti. Isä sai flunssan seurauksena keuhkokuumeen ja hän oli pitkään tajuttomana sairaalassa hengityskoneessa. Lopulta hänen sydämensä pysähtyi. Hän oli kuolleessaan 36-vuotias. Tiinalle kuolema tuli yllätyksenä, hän oli koko ajan ajatellut että isä pääsee vielä sairaalasta kotiin. Tiina on ainut lapsi ja hänen vanhempansa olivat eronneet muutama vuosi ennen isän kuolemaa. Tiina asui isänsä, sekä isänäitinsä kanssa. Isän kuoleman jälkeen Tiina jäi asumaan isoäitinsä kanssa. Tiina on naimisissa ja hänellä on kolme lasta.

Elisa on 26-vuotias ja suuren perheen kuopus. Elisa menetti äitinsä ollessaan 8 vuoden ikäinen. Äiti sairasti pitkään syöpää ennen kuolemaansa ja hänen kuolemansa oli odotettavissa oleva asia. Elisa tiesi, että hänen äitinsä kuolee sairauteensa. Äiti oli sairaalassa viimeiset ajat ennen kuolemaansa. Elisan äiti oli töissä samassa koulussa, jota Elisa kävi. Tämä vaikutti Elisan saamaan huomiota perheen ulkopuolella. Elisa on naimisissa ja hänellä on kaksi pientä lasta.

Minna on 36-vuotias ja ainut lapsi. Hänen äitinsä kuoli liikenneonnettomuudessa. Äiti oli kuollessaan 36-vuotias. Minna oli tuolloin 14-vuotias yläasteelainen. Minnalla ei ollut enää äidin kuoleman aikaan elossa olevia isovanhempia, joten hänen perheensä kutistui hyvin pieneksi. Minnalle tärkeitä tukijoita surussa olivat hänen täti ja ystävät. Minna on naimisissa ja kahden lapsen äiti.

Haastatteluista nousi monia teemoja, joiden pohjalta lähdin rakentamaan teorialukuja ja niiden alalukuja. Aineisto toimi keskeisessä roolissa koko tutkimusprosessin ajan.

2.4 Aineiston kuvaus ja haastatteluprosessin kulku

Luonnollinen lähestymistapa tutkimukselleni on monitapaustutkimus. Tapaus-tutkimus on tyypillisesti joustavaa ja monipuolista ja sen avulla on mahdollista saada kokonaisempi ymmärrys tutkittavasta ilmiöstä ja siinä voidaan käyttää useita tiedonhankintamenetelmiä. Tavoitteena ei ole yleistettävyyttä, vaan yksityiskohtaisen ja intensiivisen tiedon tuottaminen. Tärkeää on että aineisto jota käsitellään muodostaa kokonaisuuden. (Saarela-Kinnunen, M. & Eskola, J. 2001, 158–159, 168.) Olisin voinut myös haastatella vain yhtä ihmistä ja tuoda näin esille yhden henkilön kokemuksen vanhemman kuolemasta. Halusin kuitenkin ottaa useamman haastateltavan, jotta on mahdollista saada monipuolisempi kuva aiheesta ja mahdollisesti sen kautta erilaista ja syvempää ymmärrystä.

Hermeneutiikka ei pyri yksittäistapauksista yleistämällä löytämään yleisiä säännönmukaisuuksia. Yhteisön jäsenenä meillä on kuitenkin myös yhteisiä merkityksiä ja piirteitä. Tutkimalla yksilön kokemusta, voimme paljastaa myös jotain yleistä. Hermeneutikkaa kiehtoo kuitenkin aina jonkin ainutkertainen ja

ainutlaatuinen. (Laine 2001, 28.) Tutkimukseni tavoitteena ei ole löytää haastatteluvien kokemuksista jotain yhteistä, vaan nähdä jokaisen kokemus ainutlaatuisena. Yhteisiä merkityksiä saattaa aineistosta toki löytyä ja samalla kokemuksista saattaa löytyä yhteisiä piireiteitä, jotka ehkä heijastavat jotain yhteisötämme ja kulttuuristamme.

Tutkimusaineisto koostuu kolmesta haastattelusta, sekä kahdesta ennen haastattelua tehdystä kirjoitelmasta. Haastateltavat ovat naisia, iältään 26–36-vuotiaita. Tein haastattelut kevään 2010 aikana haastateltavien kotipaikkakunnilla. Sovimme haastateltavien toiveiden mukaan paikan, jossa saimme puhua rauhassa kahden kesken. Minulla oli mietittynä kirjoitelmien sekä tutkimuskysymysten pohjalta teemoja haastattelua varten. En kuitenkaan ollut valmistellut minkäänlaista runkoa tai tiettyjä kysymyksiä, vaan tilanne oli enemmänkin keskustelunomainen, jossa minä olin kuuntelijan roolissa. Koin tärkeäksi luoda mukavan ja turvallisen tunnelman, jossa minä todella keskityin kuuntelemaan ja eläytymään haastateltavan puheeseen.

Merkityksellistä on, että haastateltavilla on elävä ja omakohtainen kokemus ilmiöstä, joka kiinnostaa tutkijaa (Lehtomaa 2008, 167). Haastateltavien löytäminen tutkimukseeni oli haasteellinen tehtävä. Onnistuin kuitenkin löytämään kolme henkilöä, joilla oli samankaltainen kokemus, vanhemman kuolema. Haastateltavat olivat vanhemman kuoleman tapahtuessa peruskoululaisia, kaksi alakoulussa ja yksi kävi yläkoulua. Perttulan mukaan tiettyjen yksilöiden kokemusten tutkiminen voi olla perusteltua, jos heidän elämäntilanteensa on erityinen juuri tutkijaa kiinnostavalla tavalla. (Perttula 2008, 153.)

Halusin rajata tutkimustehtäväni koskemaan vain vanhemman kuoleman kokeneita henkilöitä. Lapsen ja nuoren elämässä on monia menetyksen kokemuk-

sia vanhemman kuoleman lisäksi, kuten esimerkiksi sisaruksen, isovanhemman tai jonkun muun läheisen ihmisen kuolema sekä avioero. Rajauksen tein sen vuoksi, ettei aihe laajenisi kovasti ja toivon mukaan pääsen aiheessa myös syvemmälle, kun se on tiukasti rajattu. Myös kokemuksen ajoittuminen peruskouluikään oli yksi rajaukseni. Tämä rajausta liittyy omaan tulevaan työhöni luokanopettajana, eli siihen ikäkauteen, jota ammatissani tulen kohtaamaan.

Pyysin haastateltavia ensin kirjoittamaan vapaamuotoisen kirjoitelman kokemuksestaan. En ohjeistanut kirjoitelmaa enempää, jotta se ei rajaisi haastateltavien kuvauksia. Kirjoitelman tarkoituksena oli johdattaa haastateltavat aiheeseen, herätellä muistoja ja mielikuvia. Samalla he saivat tuntumaa siihen, ovatko he valmiita puhumaan raskaasta ja surullisesta kokemuksestaan, vai tuntuuko se liian vaikealta. Kuolema, ja erityisesti vanhemman kuolema on hyvin raskas kokemus, joten halusin varmistua siitä, että haastateltavista tuntuu vielä aiheeseen syvennyttyään, että he ovat valmiita ja halukkaita osallistumaan tutkimukseeni. Haastateltavat lähettivät kirjoitelmat minulle sähköpostilla. Kirjoitelmien pohjalta valmistauduin haastatteluihin.

Haastattelutilanteet olivat hyvin luonnollisia. Laineen (2001, 36) mukaan fenomenologisessa haastattelussa on tärkeää antaa tilaa haastateltavalle, ja tilanteen tulee olla avoin ja keskustelunomainen. Kokemuksista puhuminen ei ole sama asia, kuin esimerkiksi käsityksistä puhuminen, kieli on erilainen. Kokemus on omakohtainen, eikä se ole aina koskaan aivan loppuun asti ymmärretty, vaan siihen jää aina määrittämättömiä puolia. Perttula (2008, 155–156) kirjoittaa, että tutkijalta edellytetään vuorovaikutustaitoja. Tutkijan tulee pystyä osoittamaan, että hän pitää tutkittavan kokemuksia todellisina ja tosina. Myös läsnäolon ja kiinnostuksen osoittamisen taito on tärkeää, varsinkin kun ollaan kasvotusten.

Tutkijalta vaaditaan myös rohkeutta palauttaa kuvaukset tutkittavan aiheen piiriin kun aineisto kerätään kasvotusten.

Haastattelutilanteissa pyrin olemaan vain kuuntelijan roolissa, ja antamaan kaiken tilan kokemuksen kuvaukselle. Minun ei tarvinnut esittää montakaan tarkentavaa kysymystä. Olin hyvin varovainen ja tietoinen haastattelutilanteissa siitä, etten johdattele omilla kysymyksilläni kuvauksen etenemistä. Haastateltavat puhuivat vapautuneesti ja tunteetkin tulivat välillä pintaan niin haastateltavalla kuin tutkijalla itsellään. Laineen (2001, 37) mukaan kokemus on parhaiten saavutettavissa kun puhutaan mahdollisimman konkreettisesti. Tämä siis takaa sen, että haastateltavat puhuivat omista kokemuksistaan, eivätkä käsityksistään. Tosin hekin haastattelussa välillä sanoivat, että joskus on vaikeaa muistaa, mikä on alun perin oma kokemus ja mikä perustuu kerrottuihin asioihin. Toisaalta he muistivat tietyistä hetkistä värit ja jopa lämpötilan, joten tällaiset asiat viittaavat omaan kokemukseen.

Haastattelut kestivät 40 minuutista reiluun tuntiin. Nauhoitin haastattelut haastateltavien luvalla, jotta saatoin keskittyä tilanteessa vain kuuntelemaan ja olemaan läsnä. Litteroin haastattelut sanatarkasti puhutun puheen perusteella, koska tavoitteeni on käyttää tutkimuksessa myös paljon suoria lainauksia haastatteluista, jotta haastateltavien oma ääni todella pääsee esiin. Kerroin haastateltaville myös ennen haastattelun alkua, ettei heidän oikeita nimiä ja asuinpaikkakuntaa tule tutkimuksessa esille. Olen keksinyt haastateltaville peitenimet, jotta tutkimusta olisi sujuvampaa lukea. Kuula (2008, 214–218) kirjoittaa, että nimien muuttaminen peitenimiksi on eniten käytössä oleva keino säilyttää haastateltavien anonymiteetti. Jos aineistossa puhutaan toistuvasti eri ihmisistä, on luettavuuden kannalta selkeintä jos ihmisillä on peitenimet eikä vain esimerkiksi jokin kirjanmerkki. Hän myös mainitsee, että muut taustatiedot, kuten

sukupuoli, ikä ja ammatti voivat olla oleellisia aineiston ymmärtämisen kannalta. Jos tässäkin halutaan vähentää tunnistamisen mahdollisuutta, voidaan taustatietoja luokitella kategorioihin kvantitatiivisen aineiston tapaan.

Fenomenologia tutkii ihmisen suhdetta omaan todellisuuteen, maailmaan jossa hän elää, eli kokemuksia. Ihmistä ei voida ymmärtää irrallaan hänen ympäristöstään, vaan kokemukset syntyvät vuorovaikutuksessa ympäröivän todellisuuden kanssa. Kaikki ympärillämme, todellisuus, merkitsee meille jotakin, tämän vuoksi fenomenologit sanovatkin, että ihmisen suhde maailmaan on intentionaalinen. Merkitysten mukaan muotoutuu myös kokemus, ja merkitykset ovat fenomenologisen tutkimuksen kohteena. Toisaalta fenomenologisessa merkitysteoriassa on myös ajatus siitä, että ihminen on myös aina yhteisöllinen. (Laine 2001, 27–28.) Tämän vuoksi esittelin haastateltavani, jotta heidän oma elämismaailmansa avautuu ja heidän kokemustaan voidaan ymmärtää kokonaisvaltaisemmin. Jokaisen kokemukseen ja sen ilmenemiseen liittyy vahvasti siihen asti eletty elämä ja haastateltavan oma todellisuus.

2.5 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkija tulkitsee ja luo ymmärryksen aiheeseen, eli tässä mielessä subjektiivisesti. Tämä on erityistä kokemuksen tutkimuksessa, kun muuten tutkimukselta perinteisesti edellytetään objektiivisuutta. Erityisesti hermeneuttisessa tutkimustavassa objektiivisuuteen ei suhtauduta niin tiukasti, vaan tutkija ymmärtää luonnollisella tavalla jota kutsutaan subjektiiviseksi ymmärtämiseksi. (Perttula 2008, 156–157.) Tämä on mielenkiintoinen ja haastava kysymys. Vaikka olen reflektiivinen ja avoin, on silti kyse minun tulkinnastani. Sen vuoksi pyysin vielä haastateltavia ottamaan minuun yhteyttä tai lähettämään vielä ha-

lutessaan sähköpostia, jos heille tulee jotain lisättävää mieleen. Aion myös antaa haastateltavien lukea tekstini ennen kuin viimeistelen sen, jotta heillä on vielä mahdollisuus korjata täysin virheelliset tulkintani.

Fenomenologisen tutkimuksen luotettavuutta pohdittaessa tutkijan tulee pohtia omaa toimintaa haastattelutilanteessa, eli esimerkiksi oliko haastateltavalla mahdollisuus tuoda esiin omia kokemuksiaan. Keskeistä on se, miten tutkija pystyy kohtaamaan ilmiön sellaisena kuin se tutkittaville ilmenee. (Lehtomaa 2008, 174–175.) Tähän yritin kiinnittää erityistä huomiota haastattelutilanteessa. Olin vain kuuntelijan roolissa ja tilanne oli luonnollinen ja vapautunut. Sen vuoksi olikin äärettömän tärkeää, että nauhoitin haastattelut, jotta saatoin olla läsnä tilanteessa ja aistia haastateltavan tunnetilat. Haastavinta olivat hiljaiset hetket, jolloin minun tuli yrittää miettiä onko haastateltavalla vielä jotain lisättävää. Onko hänellä siis vielä ajatustyö kesken, vai onko nyt minun vuoroni esittää seuraava kysymys. Hiljaisuus ei ollut kuitenkaan vaivaannuttavaa, vaan annoin haastateltaville kunnolla aikaa. He saivat aina halutessaan jatkaa omaa vapaata kertomistaan. Pääosin haastateltavat etenivät itse kokemuksessaan eteenpäin, ilman tarkentavia kysymyksiä.

Tutkijan ja tutkittavan välisellä vuorovaikutuksella on suuri merkitys tutkimukselle. Ihmiset ilmaisevat eri tilanteissa ja asiayhteyksissä eri tavoin kokemuksiaan. Tutkijan tulee olla tietoinen siitä, että hän ei tutkimuksessaan suinkaan löydä ainoita oikeita merkityssuhteita. Kyse on juuri tässä tutkimuksessa olevien ihmisten kokemuksista ja niiden merkityksistä ja mahdollisista yhtäläisyyksistä. (Perttula 1995, 59–60.) Pysin ennen haastatteluja kertomaan mitkä ovat tutkimukseni tavoitteet, ja miten tutkimus etenee. Haastattelijat saivat itse valita haastattelupaikan. Pystyin olemaan haastatteluissa aidosti läsnä, koska nauhoitin haastattelut. Keskityin siis täysin kuuntelemaan ja eläytymään haas-

tateltavien puhuessa. Uskon että he kokivat tilanteen turvallisena ja aitona, koska myös tutkija herkistyi aidosti haastateltavan liikuttuessa. He varmasti kokivat, että heidän kokemuksestaan oltiin aidosti kiinnostuneita.

Perttula (1995, 102) esittää kriteerejä kokemuksen tutkimuksen luotettavuudelle. Yksi kriteeri on aineistolähtöisyys, eli aineisto on keskeisessä roolissa ja koko prosessi etenee aineiston ehdoilla. Aineisto on ollut keskeisessä roolissa tutkimuksessa ja tutkimus on edennyt aineiston keräämisen myötä, sekä aineistosta nousevista teemoista käsin. Olen kuvannut tämän tutkimusprosessin etenemistä edellisessä kappaleessa. Yksi luotettavuuden kriteeri on juuri reflektointi ja reflektoinnin kuvaamisen. Tutkimuksen lukijan tulee pystyä hahmottamaan koko tutkimusprosessi.

2.6 Tutkimusetiikka

Latomaan (2008, 169) mukaan on tärkeää, että ihminen kokee haastattelun täysin vapaaehtoiseksi ja että hänelle kerrotaan rehellisesti, mistä haastattelussa on kysymys. Lähestyin haastateltavia ensin sähköpostilla, jossa kerroin itsestäni ja tutkimukseni tarkoituksesta. Kerroin miten olen ajatellut kerätä aineistoni ja minkälainen rooli heillä tutkimuksessani olisi. Koska aihe on niin herkkä, oli minulla oltava varmuus siitä, että haastateltavat todella itse haluavat osallistua tutkimukseeni. Tämän vuoksi pyysin heiltä ensin kirjeen, jossa he kertovat kokemuksestaan. Tällä halusin varmistaa, ettei muistoihin palaaminen ole liian tuskallista. Sain kahdelta haastateltavalta kirjeen ja yhden haastateltavan kanssa kävin sähköpostitse keskustelun. Kaikki halusivat osallistua tutkimukseen. Ne haastateltavat joilta sain kirjeen, olivat hämmentyneitä siitä miten muistot alkoivat palata mieleen kirjoittaessa. Kaikki haastateltavat olivat vastanneet en-

simmäiseen yhteydenottooni, että he ovat kyllä halukkaita mutta eivät ole varmoja muistavatko he kovin tarkasti asioita. Heitä yllätti myös se, miten kirjeen kirjoittaminen nosti tunteet pintaan.

Haastateltavat eivät itse kokeneet tunnistettavuuden peittämistä suurena tai tärkeänä asiana, mutta tutkimuksen kannalta ei kuitenkaan ole olennaista tietää keitä he ovat. Myös eettisyyden kannalta on tärkeää, että haastateltavien henkilöllisyys ei tule tutkimuksessa esille. Sovimme, että voin kuvailla heitä ja tutkimuksen kannalta olennaisia asioita heidän elämästään, mutta keksityillä nimillä ja ilman tarkempia tietoja esimerkiksi asuinpaikasta. Heidän elämäntilanteensa, sekä tiedot vanhemman kuolemasta auttavat ymmärtämään heidän kokemukseen menetyksestä.

Perttulan (2008, 153) mukaan kokemusta tutkittaessa ei voida ajatella, että tutkija valitsee sopivat ihmiset tutkimukseensa. Kyse on paremminkin siitä, että henkilöt ovat itse halukkaita ja lupautuvat osallistumaan tutkimukseen. Tutkimuksen aihe, vanhemman kuolema, on niin henkilökohtainen ja rankka, että oli erittäin tärkeää varmistua siitä, että haastateltavat ovat halukkaita palaamaan muistoissaan taaksepäin kipeään hetkeen. Huomioitava oli myös se, että vanhemman kuolemasta oli kulunut jo jonkin aikaa, jolloin he ovat päässeet surutyössään vaiheeseen jossa muisteleminen on mahdollista eikä tunnu liian kipeältä. Haastateltavilla tuli myös olla tieto siitä, että he voivat missä vaiheessa vain tutkimusta halutessaan perääntyä.

2.7 Teorian ja tulosten yhdistäminen

Tässä tutkimuksessa ei ole ensin teorialukua ja sen jälkeen aineistoa ja tuloksia, vaan olen nostanut aineistosta tuloksia teorian keskelle. Teoria ja tulokset kulkevat siis käsi kädessä koko tutkimuksen ajan. Rakenne sopii hyvin tutkimukseen, jossa on hermeneuttis-fenomenologinen lähestymistapa. Pysin tutkijana ymmärtämään haastateltavien kokemuksia, sekä tulkitsemaan ja löytämään kokemuksista merkityksiä. Kuten Laineikin (2001, 31) täsmentää, on tärkeintä pyrkiä saavuttamaan tutkittavien kokemukset mahdollisimman aitoina. Valitsin käsi kädessä kulkevan rakenteen juuri sen takia, että kokemusten avaaminen ja ymmärtäminen on selkeämpää, kun ne tuodaan esille aiheesta olemassa olevan tiedon yhteydessä. On vain huolehdittava siitä, että aineisto pysyy koko ajan keskeisessä roolissa.

Perttulan (1995, 59) mukaan fenomenologisessa tutkimuksessa tavoiteltavana tietona on ihmisten kokemus, eikä sen olemassaoloa voida epäillä. On siis olennaista muistaa, että haastateltavien kokemukset tuodaan esille mahdollisimman aitoina ja juuri niin kuin ne heidän omassa elämässään ovat näyttäytyneet. Aineisto on siis keskeisessä roolissa ja siitä löytyviä merkityksiä voidaan peilata teorian tietoon. Koska aineisto kulkee tutkimuksessa teorian rinnalla, on tärkeää koota tulokset vielä erikseen yhteen. Tutkimuksen lopussa on sen vuoksi erikseen tulosten yhteenveto ja johtopäätökset luku sekä pohdinta.

3 VANHEMMAN KUOLEMA LAPSEN KOKEMANA

Noin yksi lapsi kahdestakymmenestä menettää toisen vanhempansa ennen täysi-ikäisyyttä. Lapselle vanhemman kuolema on vaikein menetys. Vanhemmat ovat perusta lapsen turvallisuuden tunteelle ja ihmissuhteille. Kun vanhempi kuolee, koko perhesysteemi muuttuu ja joutuu epätasapainoon. (Pojjula 2002, 146–148.) Vanhemman kuolema on lapsen elämässä suuri sosiaalinen draama, koska lapsi menettää keskeisen huolenpitäjän ja elättäjän (Dyregrov 1997, 13). Perheenjäsenten roolit ja rutiinit muuttuvat, ja vie oman aikansa ennen kuin tasapaino palaa. Lapsi saattaa pelätä omaa kuolemaa tai menettävänsä toisenkin vanhempansa. Lapsi saattaa menettämisen pelossa vartioida läheisiään ja huolestuu jos he eivät ole näkyvissä. Jos kuolema on ollut äkillinen, on lapsen vaikea selviytyä kuoleman jälkeisestä surustaan. (Pojjula 2002, 146–148.)

Usein vanhemmista jäljelle jäänyt on niin uupunut, että pelkästään aamusta iltaan selviäminen on voimia koettelevaa. (Hammarlund 2010, 189). Tilanne vaikuttaa vanhemman henkiseen tilaan ja sitä kautta myös lasten asemaan. Lapselle ei välttämättä kerrota tietoa kunnolla tai tieto on muunneltua, jolloin lapsi ei saa haltuunsa riittävästi tosiseikkoja, jotta voisi ymmärtää tapahtuneen. (Dyregrov 1997, 14.) Lapsella ei ole kokemusta tai kykyä sopeuttaa kokemaansa menetystä omaan maailmaansa. Heiltä puuttuu usein myös sanat, joilla he voisivat kuvata omia tuntemuksiaan. Sen vuoksi lapsen kanssa tulisi keskustella paljon, jotta hän pääsee surussaan eteenpäin. Tilanteesta tekee haastavan se, että ihminen jonka tulisi olla läsnä auttamassa lasta surussaan, on usein itse neuvoton omassa surussaan sekä voimaton. (Hammarlund 2010, 189.)

Lapset käyttäytyvät kriittisen tapahtuman jälkeen eri tavoin, kuin yrittäessään sopeutua johonkin tavalliseen asiaan. On tärkeää, että aikuiset tietävät, mitä on odotettavissa. Kriisi ei ole vain tunneprosessi, vaan siihen tarvitaan myös psyykkistä työtä. Lapsi saattaa tajuta oman haavoittuvaisuutensa. Hän saa myös uutta tietoa, joka ei välttämättä sovi hänen ajattelumalleihinsa. Lapsi saattaa stressaantua ja ahdistua. Lasten kehitysvaihe ja elämäkokemukset rajoittavat heidän reaktioitaan, sen vuoksi lapset reagoivat kriisissä eri tavoin kuin aikuiset. (Pojjula 2007, 35–36.) Usein aikuisille on vierasta lapsen kuolemantapauksia koskevat tunteet ja ajatukset, ja lapsen tarpeet saattavat jäädä tämän vuoksi huomioimatta (Dyregrov 1997, 14). Noin puolet lapsista joiden toinen vanhempi on kuollut, oireilee seuraavan vuoden aikana. Usein oireilu näkyy käyttäytymishäiriöinä tai emotionaalisina oireina. Kun elämä perheessä normalisoituu kriisin jälkeen, lähes aina myös lapsen oireilu myös tasoittuu. (Hänninen & Pajunen 2006, 152.)

3.1 Kriisiprosessin vaiheet

Traumaattisella kriisillä tarkoitetaan tilannetta, jossa yksilö kohtaa ulkoisen tapahtuman joka uhkaa hänen sosiaalista identiteettiä, fyysistä olemassaoloa ja turvallisuutta. Kriisitilanteessa ihminen on järkytyksen ja hajaannuksen tilassa, jossa hänen voimavaransa sekä selviytymiskeinonsa ylittyvät. Traumaattisen kriisin teorian on kehitetty aikuisia ajatellen. Lapsille soveltuvaa hyväksi osoitettua trauman ja toipumisteoriaa ei ole saatavilla, joten lapsiin sovelletaan aikuisten kriisiteorioita. (Pojjula 2007, 28–29,32–33.) On tärkeää muistaa, että kriisin työstäminen ei aina noudata teorioissa mainittuja eri vaiheita, joten jakoa kriisin vaiheista ei tulisi ottaa kirjaimellisesti. Kriisin voimakkuuteen ja

keston vaikuttaa moni tekijä, kuten stressitekijän voimakkuudesta sekä kriisissä olevan psyykkisestä herkkyydestä. (Hammarlund 2010, 99.)

Lapsen kohdalla voidaan Poijulan (2007, 36) mukaan puhua kriisikokemuksesta, kun ongelmat ovat liian vaikeita kestää. Lapsi on ahdistunut, surullinen tai kiukkuinen ja tunteet sekä ajatukset pyörivät lakkaamatta päässä. Lapselle on tärkeää kertoa, että kriisi päättyy aikanaan. Sillä on alku, keskikohta ja loppu. Traumaattinen kriisi eroaa muista kriiseistä reaktioajan pituudessa, työstämis- ja käsittelyvaiheessa sekä tulevaisuuden perspektiivissä. Lasten tavallisimmat reaktiot kriiseihin ja kuolemaan ovat Dyregrovin (1997, 16–17) mukaan muun muassa sokki ja epäusko, vastustus, lamaantuneisuus ja tavallisten toimien jatkaminen. Joskus vanhempia saattaakin hämmästyttää se, ettei lapsi reagoi enempää. Tämä johtuu siitä, että lapset saattavat tajuta tapahtuneen vähän kerrallaan.

Tiina, Elisa ja Minna muistavat hyvin tarkasti sen hetken, jolloin he ovat saaneet kuulla vanhempansa kuolemasta.

”sitte ovikello soi ja siellä seisoo poliisi... ja kysyy ensimmäisenä, mun.. että onko isä kotona. isä eio kotona ja tota. kysyy seuraavaks et minkä ikänen sinä olet” Minna

”me vaan niinku odotettiin et millon ne tulee sieltä marjasta ja pyöritään siel ja Erika ehdotti viel jotai et pelataa korttia ja mä olin iha hirveen hermostunu mä vaa et ei varmasti pelata mitään” Tiina

Kaikki haastateltavat kuvailivat yksityiskohtia esimerkiksi siitä, mitä he olivat tekemässä tai mitä läsnä ollut ihminen oli sanonut. Minnan ja Tiinan kohdalla vanhemman kuolema ei ollut ennakoitavissa oleva asia, joten tilanne on ollut

täysi sokki. Minnalle kuolemasta kertoivat poliisit, jotka tulivat heidän kotiovelleen lauantaiamuna. Tiina oli mökillä kun sai suruviestin tätinsä miehen isältä. Tiina muistaa tarkkaan, miten he odottivat tättään marjasta, sekä kaverin ehdotuksen korttipelistä ja miltä tuo ehdotus tuntui.

”Mä, jotenki mä tiesin sillon aamulla, ku mä heräsin. Jotenkin siis et mä haistoin siit ilmapiiristä. Samantien ku mä kävelin siit huoneesta ja mä näin äidin kuvan ja kynttilän siin pöydällä.” Elisa

Elisan äiti oli ollut pitkään hyvin sairas ja perheessä tiedettiin, että hän ei enää elä kauan. Vaikka Elisan äiti oli sairaalassa kuollessaan, vaistosi Elisa heti aamulla herättyään äitinsä kuolleen. Hän itse mietti näin jälkeenpäin sen olevan ehkä jonkinlaista lapsen vaistoa. Tiina, Minna ja Elisa muistavat siis hetken, jolloin ovat saaneet kuulla kauhean uutisen. Tiina ja Elisa sen, että vanhempi on kuollut, ja Minna äitinsä onnettomuudesta.

”se oli hirveen vaikeet et ilmeisesti hieman shokki, niinku nyt jälkikäteen mietin” Tiina

Ensimmäistä hetkeä on seurannut hyvin pian kriisitila, josta muistikuvia on hyvin vähän. Tiina kuvaakin, näin jälkeenpäin ajateltuna, tilaa sokiksi. Ylikarjulan mukaan (2008, 40) lapsen elämän tasapaino järkkyy kun vanhempi kuolee. Vanhempi kuuluu osana lapsen persoonallisuuteen. Isänsä tai äitinsä menettäneet lapset kuvaavat usein hyvin tarkasti kuolemaan edeltävää aikaa ja sekä myös kuolinhetkeä, se on jättänyt lapsen muistikuviiin pysyvän jäljen.

”ja sit mul oli viel seuraavan päivän luokkaretki, me käytti sitte siellä, niinku mä viel näytin isälle niitä uusia vaatteita, mä olin saanu jonku haalarin semmosen vaaleenpunasen” Tiina

Ihmiset reagoivat eri tavoin kriisissä, joku hyvin voimakkaasta ja toinen taas niin ettei reaktiot tule esiin. Tilanne sekä ihmisen persoonallisuus vaikuttavat siihen, mikä merkitys kriisillä hänelle on. (Hammarlund 2010, 104–105.)

”äiti oli työmatkalle lähdössä ja se oli aamulla käynyt vielä mun sängyn vieressä pyytämässä multa kasettia lainaks automatkalle. ja mä sanoin , että ei ku mä tarviin sitä ite. et ei, en lainaa” Minna

Tiina muistaa tarkasti viimeisen vierailunsa isän luona sairaalassa. Myös Minnalla on tarkka muistikuva aamusta, jolloin hän näki äitinsä viimeisen kerran. Äiti oli käynyt Minnan sängyn vierelle ennen työmatkalle lähtöään.

Traumaattisen kriisin reaktiot ovat hyvin voimakkaita ja reaktioaika kestää usein vain muutamia päiviä. Traumaattisessa kriisissä ei puhuta korjaamisvaiheesta, vaan työstämis- ja käsittelyvaiheesta, koska keskeinen tehtävä on työstää traumoja, saada etäisyyttä tapahtumaan sekä sopeutumista uuteen tilanteeseen. Myös tulevaisuuden perspektiivi häviää usein traumaattisen kriisin myötä. Näky huomisesta palaa hitaasti takaisin työstämisen seurauksena. (Ruishalme & Saaristo 2007, 37–38.) Dyregrovin (2010, 83–83) mukaan on olemassa tiettyjä riskitekijöitä, jotka vaikuttavat lapsen kykyyn selvitä traumaattisesta tilanteesta. Yksi tekijä on se, mille lapsi on altistunut, eli tässä tapauksessa vanhemman kuolema ja siihen liittyvät asiat kuten esimerkiksi äkillinen kuolema. Toinen tekijä on lapsen persoona ja hänen elämässään aikaisemmin kohtaamansa kriisit. Lisäksi kolmantena tekijänä ympäristön tuki ja huolenpito.

3.1.1 Sokki ja reaktiovaihe

Kriisitilassa aiemmin opitut keinot tehdä ratkaisuja eivät toimi. Kriisi ei ole sairaus jota voi hoitaa, vaan se on tilanne jonka läpi on eletävä ja ihmistä voidaan auttaa tukemalla. Kriisissä oleva ihminen kokee menettävänsä hallinnan tunteen ja kokee kyvyttömyyttä toimia tai ymmärtää tapahtunutta. (Ruishalme & Saaristo 2007,26–27.) Hammarlund (2010, 100) kirjoittaa epätodellisen olon olevan oire kriisistä. Kun kyseessä on menetykseen liittyvä kriisi, eristäytymisvaihe kestää usein viikon ajan.

”Mä muistan sen ku mä en niinku millään käsittänyt että kuka isä.” Tiina

”Minulle sanottiin, että sinun isäsi. Se tuntui siltä kuin joku olisi lyönyt.” Tiina

Viesti isän kuolemasta tuntui Tiinasta niin käsittämättömältä, ettei hän aluksi voinut ymmärtää, että puhuttiin hänen isästään. Epätodellinen olo on juuri kriisin ensimmäinen oire (Hammarlund 2010, 100). Kun Tiina miettii asiaa nyt jälkeenpäin, ajattelee hän tilanteen olleen shokki. Hän oli kuitenkin koko ajan ollut siinä uskossa, että isä paranee ja pääsee kotiin sairaalasta. Vasta kun hänelle sanottiin, että kyse on sinun isästäsi, ymmärsi hän asian.

Traumaattinen kriisi jaetaan neljään vaiheeseen, joista sokki ja reaktiovaiheet muodostavat yhdessä kriisin akuutin vaiheen. Sokkivaiheessa ihmisen tietoisuus on muuttunut ja mieli suojautuu todellisuutta vastaan, koska sitä ei ole mahdollista omaksua. Sokissa oleva ihminen ei kykene valitsemaan omaa käytöstään, eikä hän edes tiedä olevansa sokissa. Sokissa oleva ihminen ei kykene sisäistämään tai käsittelemään tapahtunutta. (Pojjula 2007, 33; Ruishalme & Saaristo2007, 64.) Tätä kuvaa hyvin Tiinan pohdinta tilanteessa siitä, kenen kuolemasta hänelle nyt puhutaan. Myös Minna muistaa olleensa hämmentynyt,

kun hänelle kerrottiin, että äiti oli ollut pahassa liikenneonnettomuudessa ja että tilanne oli vakava. Minna lähti isän kanssa autolla kohti kaupunkia, jossa äiti oli sairaalahoidossa.

”mä oon pyytäny et pysähdytään tuolla huoltsikalle hakemaan suklaata.” Minna

”ku iskä tuli sieltä huoneesta ja ne sano et äitiä ei enää oo ni mä oon, mä oon rojahtanu niinku lattialle siinä aulaan. kunnes se, kunnes se hoitaja tulee taluttamaan sit sinne huoneeseen.” Minna

Minna ei ole pystynyt uskomaan, että tilanne todella on vakava. Toisaalta he saivat kuulla suruviestin äidin kuolemasta vasta sairaalassa. Hän yritti vielä uskoa, että kaikki menee hyvin ja suojeli itseään synkiltä ajatuksilta. Minna koki suuren sokin vasta perillä sairaalassa.

Ihmiset käyttäytyvät hyvin eri tavalla shokkivaiheessa. Ihminen saattaa näyttää ulospäin rauhalliselta, vaikka todellisuudessa mieli on kaaoksessa. Shokissa joku ihminen lamaantuu, kun toinen itkee ja huutaa. Joku taas toimii rauhallisesti ja tehokkaasti. Lapsilla sokki saattaa ilmetä lamautumisena, voimakkaana reaktiona tai he saattavat jatkaa toimintaansa aivan kuin mitään ei olisi tapahtunut. (Poiijula 2007, 33; Ruishalme & Saaristo 2007, 64.)

”Mul on semmonen mielikuva et mä oon itkeny aivan hysteerisesti ja mun isosiskot taas sanoo et niitten mielest se oli niinku kauheinta se et mä en itkeny ollenkaan. Et se on varmaa ollu niinku siis niin hirveet sisäistä itkua et sitä ei oo niinku enää sitä ei oo tarvinnu enää itkee.” Elisa

”Mul eio niist päiväist oikeen mitään muistikuvaa.” Minna

Lamaantumisen kuvaa hyvin sitä tunnetta jonka Tiina, Elisa ja Minna kokivat kuultuaan kuolemasta. He kertoivat joitakin muistikuvia niistä hetkistä, kun he olivat juuri kuulleet suruviestin, mutta jokainen totesi, ettei muista loppupäivästä mitään. Elisalla omat mielikuvat siitä, miten hän tilanteessa reagoi, olivat aivan erilaiset kuin mitä hänen sisaruksensa ovat tilanteesta kertoneet. Sekä Tiinan, Elisan että Minnan muistikuvat ovat hyvin hämääviä ensimmäisiltä päiviltä kuoleman jälkeen. Minna muistelee, että hänen tätinsä tuli heille auttamaan ja ottamaan vastaan kukkia, mutta hän ei muista yhtään kuinka monta päivää siinä meni.

Sokki on usein päällekkäin reaktionvaiheen kanssa, mutta menee yleensä ohi muutamassa tunnissa tai vuorokaudessa. Reaktiovaihe taas kestää viikkoja, jolloin mieli alkaa tehdä traumatyötä ja kohtaa todellisuuden. Ihmisessä käynnistyvät myös puolustusmekanismit, joilla ihminen suojelee itseään liian tuskallisilta kokemuksilta. (Pojjula 2007,33.) Reaktiovaiheessa pidätetyt tunteet pääsevät vähitellen esille ja ihminen vähitellen pääsee tapahtuneen kanssa yhteyteen (Hammarlund 2010, 102).

”ja sit automatkalla jo jotenkin piti ruveta isoks tytöks ja vastuun kantajaks, ni... automatkalla sanon isälle et kuule isä kyllä me pärjätää” Minna

Minna muistaa heti kotimatalla jo yrittäneensä esittää reipasta tyttöä. Kuitenkin seuraavat päivät ovat hänellä myös sumean peitossa, joskin isän suojeleminen omalta surulta jatkui myös myöhemmin.

”isälle yritin mahollisimman vähän jotenki suruani näyttää. semmosii sentimentaalisia kaihoitkuja, siis semmosia äiti ikävä itkuja saatoin tehdä isän edessä. mutta mitää sem-

mosta niinku tuskaa tai katkeruutta en ikinä niinku osottanu isälle, koska must tuntu et ei se, ei se tarvi enempää kun sillä on kannettavanaan.” Minna

Lapsilla on herkkä kyky vaistota vanhempien ja muiden aikuisten tunteet. Jos aikuiset yrittävät suojella lasta tuskallisilta tapahtumilta, menevät lapset usein tähän peliin mukaan. He alkavat suojella aikuista omilta reaktioiltaan. (Hammarlund 2010, 161–162.) Lapsilla on myös kyky aistia vanhempiensa pahoinvointi ja he saattavat keksiä tapoja, joilla voivat auttaa heitä. Lapset esimerkiksi käyttäytyvät kiltisti ja välttävät keskustelunaiheita, jotka voivat herättää aikuisessa surua. (Dyregrov 1997, 14–15.) Koska Minna ja Tiina olivat ainoita lapsia, oli heillä voimakkaana elossa olevan läheisen aikuisen suojeleminen omilta ahdistuksen ja surun tunteilta.

Kun tapahtunut pystytään ottamaan vastaan, alkaa sureminen ja reaktiot nousevat esille (Ruishalme & Saaristo 2007, 64). Myös surureaktio on osa reaktiovaihetta (Pojjula 2007, 34). Kun ihminen on reaktiovaiheessa, toistuu trauman sisältö ja ihminen yrittää ponnistella, jotta voi välttää kipeää asiaa. Sokin helpottaessa saattaa myös tuntua siltä, että tilanne pahenee, koska ihminen kykenee reaktiovaiheessa jälleen kokemaan tunteita. (Hammarlund 2010, 100.) Kriisi vaikuttaa ihmiseen henkisesti ja fyysisesti. Mielialat vaihtelevat ja koko keho saattaa reagoida tilanteeseen esimerkiksi ruokahaluttomuutena, sydämentykytyksinä, unettomuutena. (Ruishalme & Saaristo 2007, 64–65.)

3.1.2 Surutyö

Surun vaiheet ovat päällekkäisiä ja liukuvia, ne eivät ole peräkkäisiä eivätkä selkeästi toisiaan seuraavia vaihteita. Poijulan mukaan (2002, 34–35, 43) vaihteita ei pitäisi tulkita kirjaimellisesti, koska jokainen suree tavallaan ja vain noin 30 %:lla surevista suru etenee tiettyjen vaiheiden kautta. Ensireaktio kuolemaan on yleensä sokki ja sen jälkeen tulevat reaktiot ja surutyö. Jos ihminen uskoo että suru etenee vaihe vaiheelta, saattaa hän yrittää noudattaa sitä, eikä anna itselleen lupaa edetä omaa tahtiaan surutyössään.

”ja sit et meillä kävi ihmisiä ja että mun päätä paijattiin että lapsikulta, että kuitenkin kun vanhemmat oli eronnu ja äiti asu siis jo toisessa paikassa että. kyl siin oli vähän niinku ihmisil sit sellasta että voi voi miten se nyt pärjää.” Tiina

”mä olin aina jotenki hirveen hämmentyny, niinku että mitähän ne nyt olettaa mun sanovan” Tiina

Elisa, Tiina ja Minna kuvasivat olotilaa suurena hämmennyksenä. Päivät ovat hämärän peitossa ja he kokivat uuden tilanteen hyvin vaikeana. Miten tulisi käyttäytyä ja mitä sanoa? Koska he olivat kaikki hyvin nuoria, saivat he osakseen säälittelyjä ja päähän taputtamista. Tämä tuntui heistä hyvin hämmentävältä.

Länsimaisessa kulttuurissamme sekä kuolema että suru on laitettu sivuun. Kuitenkin meistä jokainen johtuu kohtaamaan menetyksiä. Surua ei saa tukahduttaa eikä torjua. Suru ei ole myöskään sairaus jota voi hoitaa lääkkeillä. (Huovila 2009, 8.) Sureva lapsi voi sokkivaiheen jälkeen kärsiä erilaisista surureaktioista kuten ahdistuneisuus, univaikeudet, surullisuus, ikävä, kaipaus, viha, ruumiil-

liset vaivat ja sairaudet. Yli viisivuotiaat saattavat kokea myös syyllisyyttä sekä itsesyytöksiä. (Poijula 2002, 143.) Jos ikävät asiat kieltää tai torjuu, ei sureminen edisty. Jotta suru voi parantua, on myös käsiteltävä kipeitä tunteita (Ruishalme & Saaristo 2007, 65.)

"mut kyl semmonen välil niinku katkeruus, tai semmonen niinku epäusko. et eihän niinku näin voi käydä ja miks, just nää miksi mulle, miksi meille." Minna

Usein kuolleen vanhemman viimeisestä tapaamisesta tulee hyvin merkityksellinen ja se saattaa pysyä lapsen mielessä voimakkaana kuvana, jonka hän pysyy palauttamaan mieleensä jopa vuosikymmenien kuluttua. (Ylikarjula 2008, 40; Dyregrov 1993, 32.)

"hyvä etten koskaan menny sit enää ehkä viimesen viikon tai ihan viimesten päivien aikana, koska mulla on jäänyt äitistä hirveen kaunis mielikuva. Mul ei oo mitää mielikuvaa siis semmosest riutuneesta ja kuolevasta ihmisestä." Elisa

"se koneen ääni on must niin, niin kauhee et mä en haluun nähä minkälainen se on ja näin... ja nyt edelleenki mulle jotkun asiat mitkä tuo mieleen sen hengityskoneen äänen tai, jossain elokuviss tai näin ni heti mä muistan tän." Tiina

Elisan äiti oli sairastanut jo pitkään, mutta Elisa muisteli, ettei ollut enää viimeisinä päivinä käynyt sairaalassa. Hänelle jäi äidistä kaunis mielikuva. Tiina ei myöskään käynyt katsomassa isäänsä enää sen jälkeen, kun tämä oli sairaalassa hengityskoneessa. Tiina oli kyllä välillä mukana sairaalassa, mutta hengityskoneen ääni pelotti häntä eikä hän uskaltanut mennä katsomaan isäänsä. Edelleen

jos jokin ääni muistuttaa hengityskoneen äänestä, palaavat muistot sairaalasta mieleen.

Minnan ja Tiinan kohdalla äkillinen vanhemman kuolema vaikutti myös heidän kokemukseensa ja surutyöhön. Poijula (2002, 148) mukaan lapsen voi olla vaikeampi selviytyä surusta, jos kuolema on ollut äkillinen tai jos lapsi ei saa selvää kuvaa tapahtuneesta. Ihmiset saattavat Hammarlundin (2010, 100) mukaan myös olettaa että kohdatessaan suuren menetyksen, pahin tunne olisi heti kuoleman jälkeen ja sitten olo paranee. Normaali surureaktio ei kuitenkaan etene näin.

”se lopullisuuden tajuaminen tai se niinku oikeesti se sisäistäminen. ni se ky kesti. et mä muistan, et siit oli niinku jo hirvittävään kauan mun mielestä, eli jotain kuukausia. jonku semmosen hysterisen yöllisen itkukohtauksen, mä niinku tajuan että, et tää ei niinku lopu” Minna

Minnakin muistelee, että hänellä kesti aikaa tajuta se, että äiti todella on kuollut. Vielä hautajaisissa olo oli epätodellinen eikä hän ollut tajunnut asiaa. Hän koki että paha olo vasta yltyi hautajaisten jälkeen kun hän alkoi vähitellen sisäistää tapahtuneen.

Kun lapselta on kuollut joku läheinen, saattavat aikuiset Hammarlundin mukaan (2010, 161–162) sulkea lapsen pois tapahtuneesta. Lasta halutaan suojella vaikeilta asioilta ja mielipahalta. Tämä saattaa johtua siitä, että aikuiset yrittävät torjua omia pahan olon tunteitaan ja tunne liitetäänkin lapseen. Saatetaan ajatella, ettei lapsi kestä tapahtunutta tai hän ei halua tulla hautajaisiin. Tästä voi olla seurauksena, että lapsi ei käsittele suruaan, vaan kantaa sitä sisällään lop-

puikänsä. On tärkeää auttaa lasta kriisin käsittelyssä. Tärkeitä asioita ovat seuraavat viisi asiaa.

- Lapsen tulee saada rehellistä ja avointa tietoa
 - Lapsen ikä ja kehitystaso huomioon ottaen pyritään tapahtunut selittämään lapselle. Kuolemasta ei pidä puhua käyttämällä kiertoilmauksia kuten uni tai matka.
- Anna lapselle aikaa tilanteen käsittelyyn
 - Anna lapsen esittää kysymyksiä ja hyväksy että lapsi käsittelee asiaa omalla tavallaan, kuten suruleikkien tai väkivaltaisten roolipelien avulla. Valokuvien katselu yhdessä tai hautausmaalla käyminen sekä aikuisen kanssa keskustelu auttaa lasta käsittelemään asiaa.
- Tee menetyksestä todellinen
 - Aikuinenkin saa näyttää tunteensa, tämä helpottaa myös lapsen oloa. On hyvä ilmaista ja jakaa tunteita lapsen kanssa. Lapselle on usein juhlallista ja tärkeää olla mukana hautajaisissa.
- Auta lasta käsittelemään tunteita
 - Pyri suhtautumaan lapseen kuten ennenkin. On tärkeää antaa lapselle mahdollisuus keskustella. Päiväkotiin ja kouluun tulee kertoa tapahtuneesta ja kannustaa myös siellä puhumaan asiasta. Myös aikuiset voivat puhua omista syyllisyydentunteista, tämä saattaa helpottaa lapsen oloa.
- Pidä huolta lapsen oikeuksista kriisissä
 - Lasten oikeudet tulee olla etusijalla, he elävät pitkään elämänsä kuuluvan kriisin kanssa. Lapsella tulee olla oikeus puhua ja ilmaista tunteitaan omalla tavallaan, hänelle tulee myös antaa riittävästi aikaa ja tilaa. Lasta ei saa syrjäyttää, vaan hänellä tulee olla omaisen asema. (Hammarlund 2010, 162–163.)

Kubler-Ross & Kessler kirjoittavat (2006, 189–193) että vastuu elämän opettamisesta on koko yhteisöillä ja vanhemmilla sekä kouluilla. Jostain syystä kaikki olettavat että muut tahot käsittelevät lapsen surua. Tärkeää olisi että kaikki tahot puhuisivat lapsen surusta hänen kanssaan. Lapsen tulee saada aikuiselta mallia suremisessa.

Kriisin akuuttia vaihetta, eli sokki- ja reaktiovaihetta seuraa läpityöskentelyn sekä integraation vaihe. Läpityöskentelyn alku vaihtelee suuresti, viikosta jopa vuoteen. Se tarkoittaa vaihetta, jolloin ihminen alkaa vähitellen suunnata ajatuksiaan tulevaisuuteen eikä keskity enää pelkästään traumaan ja menneeseen. Traumaattisen kriisin viimeinen vaihe on jatkuva, pettymyksestä on selvitty, vaikkakin ihminen kokee edelleen menneisyyden tapahtumat. Ne eivät kuitenkaan estä häntä keskittymästä elämään. (Pojjula, 2007,34–35.)

3.2 Lapsen käsitys kuolemasta

Lapsen kykyä ymmärtää kuolema rajoittaa hänen ajattelun kehityksensä keskeneneräisyys. Vasta noin 11–12 vuoden ikäinen lapsi voi ymmärtää kuoleman samalla tavalla kuin aikuinen, koska hän on saavuttanut abstraktin ajattelun tason. Pienen lapsen maailmassa kuolema on tilapäistä. Vasta kun ihminen pysyy ymmärtämään viisi kuolemaan liittyvää käsitettä, voi hän ymmärtää kuoleman todellisen merkityksen.

Kuoleman ymmärtämiseen liittyvät viisi käsitettä:

- kuoleman universalisuus; kaikki elollinen kuolee eikä kuolema valikoi
- peruuttamattomuus; kuollutta ei voi saada takaisin vaikka kuinka toivoisi
- ruumiin toimimattomuus; kuollut ei tunne mitään, ei palele eikä tunne kipua

- kausaalisuus, kuolema johtuu erilaisista asioista
 - jonkinlainen elämän jatkumisen muoto kuoleman jälkeen
- (Poijula 2002, 143–145.)

Jo vauvaikäinen tajuaa kuitenkin kohteen pysyvyyden, eli sen, että asiat ovat olemassa vaikka ne eivät ole näkyvissä. Lapsi tuntee ikävää jo alle kaksivuotiaana. Hän myös huomaa, jos tuttu ihminen katoaa kotoa. 2-5-vuotias ei ymmärrä vielä kuoleman pysyvyyttä eikä sitä että kuolema koskee kaikkia ihmisiä. (Poijula 2007, 94–96.) Alle viisivuotias lapsi voi siis odottaa kuollutta takaisin. Pikkulasten kanssa tulisi puhua hyvin konkreettisesti kuolemasta, sillä he saattavat ymmärtää abstraktit ilmaisut kirjaimellisesti. Kuolemasta ei siis pidä puhua matkalle lähtemisenä tai pois nukkumisena. (Dyregrov 1993, 13.) Vasta noin viidestä yhdeksään vuotiaat lapset alkavat ymmärtää kuoleman lopullisuuden. Kuollut ihminen ei syö, hän ei voi liikkua, tuntea tai kuulla. (Poijula 2007, 94–96.)

”en ajatellu sitä kuolemaa sillä tavalla, ite kuolevan ihmisen kannalta” Elisa

Yli 7-vuotias on usein kiinnostunut syntymästä ja kuolemasta ja heillä on jo ymmärrys siitä, että kuolema on lopullinen asia ja se koskee kaikkia ihmisiä. Se saattaa herättää myös pelkoja, koska elämä ei jatkukaan loputtomasti. (Poijula 2007, 97.) Yli 10-vuotias ymmärtää kuoleman myös järjen tasolla, hänelle kuollut on kuollut (Hänninen & Pajunen 2006, 154). Lasten kohdalla on tärkeää ymmärtää ja kunnioittaa hänen kehitysvaihetta, todellisuudentajua sekä mielikuvitusta. Lapselle annetaan oikeaa tietoa, mutta annetaan hänen tulkita sitä omasta maailmankuvastaan käsin. (Poijula 2002, 143–144.) Lasta kannattaa rohkaista ilmaisemaan tunteitaan hänen ikätasonsa huomioon ottaen. On myös tärkeää varmistaa että lapset ymmärtävät saamansa tiedon sekä selvittää mah-

dolliset väärinkäsitykset ja lapsille tyypillinen maaginen ajattelu (Ruishalme & Saaristo 2007, 55–56.) Kuoleman ymmärtäminen muuttuu ajattelun kehitysvaiheiden kautta. Lasten ja aikuisten todellisuuden ymmärtäminen eri lähtökohdista on kehityspsykologinen seikka. Yli viisivuotiaiden ajattelussa mielikuvitukselle jää vähemmän tilaa kun ajattelu kehittyy ja kuva ulkoisesta todellisuudesta on selvempi. (Pojjula 2002, 144–145.)

”mä ajattelin sen jotenki hirvee yksinkertaisesti ja kauniisti, että... äiti pääsi pois nyt, siis siitä et se oli sairas ja kipee.” Elisa

Elisa oli äitinsä kuollessa 8-vuotias. Hän ei kokenut kuolemaa pelottavana asiana, vaan se oli luonnollinen osa elämää ja äiti pääsi taivaaseen. Kuitenkin ajatus siitä, että äitiä ei enää ole, oli pelottava. Elisan äidin kuolemaa oli jo osattu odottaa ja myös Elisa tiesi, että hänen äitinsä ei enää elä kauan. Myös se, että äiti oli hyvin sairas, vaikutti Elisan ajatuksiin kuolemasta.

”mut mä luulen myös et mulla kesti varmaan jotenki jonku verran aikaa tajuta sen lopullisuus” Minna

”niinku maan alle laskeminen. ni se oli must jotenkin nii hirvittän väkivoaltasta ja ahistavaa. et semmosta, semmosta niinku pakokauhuu herättävää.” Minna

Minna oli 14-vuotias, kun hänen äitinsä kuoli. Hän tavallaan ymmärsi, mitä kuolema oikeasti tarkoittaa ja että se on pysyvää, mutta silti asian hyväksyminen oli vaikeaa ja vei aikaa. Myös Minnan kokemus hautajaisista kuvaa hyvin, sitä että hän ei vielä ole kokonaan ymmärtänyt tapahtunutta.

Äkillisissä kuolemantapauksissa ihmiset reagoivat ensin välittömin reaktioin ja sen jälkeen tulevat vasta jälkireaktiot. Lapsen ja nuoren kyky kestää psyykkisiä kipuja ei ole yhtä hyvä kuin aikuisen ja sen vuoksi lapset käyttävät usein puolustautumiskeinoja. Nuori voi esimerkiksi yrittää lieventää tunteidensa voimakkuutta välttämällä. Hän pyrkii välttämään sellaisia paikkoja ja tilanteita, jotka tuovat mieleen kuoleman. Varsinkin murrosikäisiin läheisen äkillinen kuolema voi vaikuttaa haitallisesti, koska he kamppailevat oman identiteettinsä kanssa. He ovat jo jonkin verran riippumattomia vanhemmistaan, mutta silti vielä henkisen tuen tarpeessa. (Erjanti & Paunonen-Ilmonen 2004, 97–98.)

”mä jotenki vaa lähinnä niinku ihmettelin sitä touhua et niinku oikeesti haudataanks se, ja jotenki niinku semmosta epätodellista.” Tiina

Myös Tiina koki isän hautaan laskemisen ahdistavana ja epätodellisena. Ylikarjulan mukaan (2008, 39) lapset saattavat kuitenkin kehitystasostaan huolimatta ihmetellä miksi ihmiset ei puhu totta ja ovat hyvin vaivaantuneita kun puhutaan kuolemasta. On tärkeää, että lapsi esimerkiksi osallistuu hautajaisiin. Ylikarjula harmittelee sitä, että Suomessa on yleistynyt tapa jättää alle murrosikäiset pois hautajaisista. Kuolemaan liittyvillä rituaaleilla on Dyregrovin (1993, 55–56) mukaan erilaisia tehtäviä. Lapselle on tärkeää saada osallistua hautajaisiin, jotta hän kykenee tekemään epätodellisesta todellisen, sekä pääsee eteenpäin surutyössään. Samalla rituaalit, kuten hautajaiset opettavat jättämään hyvästit ja auttavat tunteiden esiin tulemistä. Aikuiset saattavat pelätä luhistuvansa täysin hautajaisissa. Pelko omista reaktioista, saattaa johtaa siihen, ettei lapsia uskalleta ottaa mukaan hautajaisiin.

Hautajaiset olivat Minnalle, Tiinalle ja Elisalle erittäin raskas ja ahdistava kokemus. He myös ajattelevat ja kokivat hyvin eri tavoin hautajaisiin osallistumisen.

”Tunsin jälleen valtavaa ylpeyttä äidistäni, koska kaikki olivat paikalla hänen takiaan.”

Elisa

”mun sisarus soitti albinonin adagion , siis mun sisko, äitin hautajaisissa... ilman nuotteja. muistan vieläki et hän soitti ilman nuotteja ja... pianolla. ja varmaan siit joutuin must se on edelleenki maailman kaunein kappale” Elisa

”mä ite luin jonku runon äidin hautajaisissa, mä en ite muista sitä runoa... mä en tarkkaan muista miten se meni, mä olin ite kirjottanu sen.. sit se loppu jotenki sillai että, just et minun on sinua niin kova ikävä” Elisa

Elisa muistelee sitä, miten hän tunsu suurta ylpeyttä siitä, että niin moni ihminen on tullut muistelemaan hänen äitiään. Elisalla on hyvin tarkat muistikuvat hautajaisista. Hän muistaa värejä, tunteita ja sen, että hänellä oli valtavan kylmä. Myös hautajaisten ohjelma, sekä kirkosta että muistotilaisuudesta on jäänyt Elisalle tarkasti mieleen. Tiinan tunnelmat hautajaisista olivat hyvin erilaiset.

”ni se ehkä tuntu oudolta et niinku miten siellä pitää olla ja sit mä muistan miettineeni välil että pitäsko mun niinku itkee, eihän mua siellä itkettäny yhtään kun mähän olin niinku ihan ihmeissäni, tavallaan siitä.. että, että tota en mä osannu itkee, jos siin oli niinku hiroeesti muita ihmisiä” Tiina

”muistan niinku lähinnä olevani välil vähän hysteerinen, just se, et siel hautajaisis rupes naurattaa kaikki ihmeelliset asiat” Tiina

Tiina ei oikein tiennyt miten hänen olla ja kaikki tuntui hämmentävältä. Hän ei myöskään osannut itkeä kun ympärillä oli muita ihmisiä. Tiina kuvaa oloaan hyvin epätodelliseksi ja hämmentyneeksi. Hän muistaa lähinnä seuranneensa aikuisten reaktioita ja miettineensä miten hänen nyt tulisi käyttäytyä.

”et se oli musta ihan hirvee päivää. et ku jotkut sanoo, et se niinku helpottaa sen jälkeen, et on helpompi surra. ni kyl se oli mulle niinku hirvoittävän raskas päivä. se tuntu rumalt. jotenki se tuntu sille et täs tehää nyt kauheeta paha äitille, jotenki et se ei tuntunu semmoselta lepoon saattamiselta tai miltään sellaselta” Minna

Elisa tunsi hautajaisiin osallistumisen tärkeäksi ja itsensä lähes erityiseksi, koska muut olivat tulleet jakamaan samaa surua. Minnan kokemus hautajaisista on puolestaan kammottava, ja hän jopa pohti onko lasten hyvä osallistua hautajaisiin. Minna myös pohtii omaa surutyötään ja kokee, että ei ollut ehkä hautajaisien aikaan vielä tajunnut ja sisäistänyt äidin kuolemaa, ja senkin vuoksi hautajaiset olivat niin raskas ja kauhea kokemus. Vaikka hän 14-vuotiaana ymmärsi kuoleman lopullisuuden ja tiesi ettei äiti tunne mitään, oli äidin maahan laskeminen Minnan mielestä kauheaa.

”oli sen verran vissii vaiheessa siinä vaiheessa se, se niinku suremisensa tai tajuumisensa kanssa. että se tuntu iha hirveeltä. joo.. ja sitte se nähdä kaikkien surevan. ni sehän on ihan hirveetä” Minna

3.3 Lapsen ja nuoren suru

Yleinen virhe, jonka aikuiset tekevät on oletus siitä että lapset surevat samalla tavoin kuin aikuiset. He saattavat kuvitella ettei lapsi sure tai tunne ikävää, ellei hän ilmaise sitä suoraan. Vaikka lapsi ei osaa pukea tuntemaansa sanoiksi, ei se tarkoita ettei hänellä olisi kykyä surra. Hän vain ilmaisee suruaan eri tavoin kuin aikuinen. (Ylikarjula 2008, 38–39.) Aikuisten tulisi kiinnittää erityisesti huomiota lapseen juuri silloin, jos selkeitä surun ja suremisen merkkejä ei ole näkyvissä. Jotta aikuinen voi auttaa lasta surussaan, on tärkeää ymmärtää ja tietää miten lapsen suru voi ilmetä. Lapsilla on kyky selviytyä vaikeistakin elämäntilanteista, jos heillä on vahva aikuinen lähellä tukemassa ja ottamassa vastaan heidän reaktioitaan. (Hänninen & Pajunen 2006, 152.) Lapsen tulisi saada surra perheensä kanssa ja hänelle tulisi antaa rehellisiä ja avoimia vastauksia, sillä mielikuvitus luo enemmän pelkoja kuin todellisuus. On myös tärkeää huolehtia ettei lapselle jää sellaista kuvaa, että aikuisten oudolta tuntuva käyttäytyminen ja surureaktiot johtuisivat jotenkin hänestä. (Ylikarjula 2008, 38–39.)

”pitkään senkin jälkeen, kun itsellä suru oli jo väistynyt päällimmäiseltä paikalta, koin sääliittelyä ja myötätuntoisia katseita. Niin pienenä koin sen lähes pelkästään myönteisenä huomiona. Ainoa asia, minkä muistan loukanneen minua syvästi, oli aikuisten ohitseni antamat puolihuolimattomat kommentit, ”onneksi se ei vielä ymmärrä, kun on noin pieni”. En muista tarkkaan, missä näitä kommentteja kuulin, mutta joihinkin niistä liittyy koulun käytävän värilaattojen muodostama kuvio. Ne aiheuttivat sisälläni mielettömän raivon, koska ymmärsin kuoleman lopullisuuden mielestäni erittäin selvästi ja tuollaiset kommentit asettivat minun tunteeni tietyllä tavalla arvottomampaan ja vähäisempään luokkaan” Elisa

Myös Tiina muistaa saaneensa sääliiviä katseita ja päähän taputtelua.

”mä olin aina jotenki hirveen hämmentynyt, niinku että mitähän ne nyt olettaa mun sanovan” Tiina

Lapsi ei kestä tuskaa samalla tavalla kuin aikuinen, koska se on uhka hänen minä tunteelle. Kun lapselle kerrotaan kuolemasta, yleisiä reaktioita ovat sokki, pelko, epäusko tai meneillään olevan puuhan jatkaminen. Aikuiset eivät aina ymmärrä miten voimakkaasti ja pitkään lapset reagoivat vaikeisiin tapahtumiin, kuten kuolemantapaukseen omassa perheessä. Lapset eivät useinkaan puhu kokemuksistaan aikuisille, joten he eivät tiedä millaisten vaikeuksien kanssa lapset kamppailevat. Tästä johtuen lasten tarpeista ei osata huolehtia tyydyttävällä tavalla. (Poiijula 2002, 141–142.) Aikuisten on hyvä kysyä miltä lapsesta tuntuu ja mitä hän ajattelee, ei siis vain vastailla kun lapsi kysyy jotain tapahtuneesta (Ruishalme & Saaristo 2007, 55).

Varhaiset lapsuudenmuistot jäävät mieliimme ikään kuin jonkinlaisina välähdyksinä. Muistamme, tai luulemme muistavamme hetkiin liittyneet tunteet. (Ylikarjula 2008, 41.) Elisan kirjeessä oli kohta joka kuvaa sitä, miten pienen tytön mieli on reagoanut tapahtuneeseen.

”Muistikuvani äitini kuoleman jälkeisestä ajasta ovat valokuvamaisia. Muistan tietyt hetket hyvin selkeästi ja kirkkaasti, mutta asioiden ajallinen järjestys on täysin sekaisin ja toiset hetket ovat täysin pimeitä. Muistikuvat ovat hyvin tunteellisesti värittyneitä. Erityisesti sen vuoksi niitä on vaikea kuvata sanoilla etenkin, kun itse kyseenalaistan muistojen todenperäisyyden.” Elisa

Voimakkaat muistot tallentuvat mieleen eri tavoin kuin tavallisessa tilanteessa. Kaikki aistit ovat käytössä ja muistot syöpyvät hyvin tarkkoina lapsen mieleen. Muistoihin saattaa liittyä tarkkoja haju-, kuulo- ja tuntiaistiin liittyviä vaikutel-

nia. (Dyregrov 1993, 20–21.) Kun nuorelta kuolee läheinen ihminen, on reaktiot usein hyvin voimakkaita. Suruprosessiin vaikuttaa hyvin paljon kuolleen suhde nuoreen. Suru on yleensä hyvin voimakasta, kun kuolleella henkilöllä on ollut tärkeä asema nuoren minäkuvan ja identiteetin vahvistajana. Tytöt ja pojat reagoivat usein eri tavoin menetykseen. Tytöt reagoivat usein voimakkaammin, mutta he myös keskustelevat ja kirjoittavat tapahtuneesta helpommin kuin pojat. (Ruishalme & Saaristo 2007, 57.) Nuori reagoi kuolemaan jo hyvin aikuisen tavoin. Hän oppii vanhemmiltaan tavat ilmaista tunteita ja tunnistaa vahvat tunteet. Sen vuoksi nuoren surureaktioon vaikuttaa suuresti se, miten läheiset aikuiset kykenevät kohtaamaan surun. Nuorille on tyypillistä voimakkaat reaktiot ja suru voi synnyttää masentuneisuutta tai aiheuttaa mielialanvaihteluita, jotka tosin ovat yleisiä murrosikäisille täysin normaaleissakin olosuhteissa. (Hänninen & Pajunen 2006, 154.)

Surevalla nuorella tulisi olla lähellään turvallinen aikuinen, joka kykenee puhumaan asioista suoraan ja vastaamaan rehellisesti. Nuoret eivät kysy niin konkreettisia asioita kuin lapset, eivätkä he tyydy helppoihin vastauksiin. Nuori saattaa jättää hankalimmat ja ahdistavimmat asiat itselleen, eikä puhu niistä kenellekään. Osa nuorista myös pystyy hallitsemaan ja piilottamaan surunsa, toisin kuin lapset. Toisen vanhemman kuoltua, nuori voi joutua ottamaan myös enemmän vastuuta omasta elämästään ja ehkä perheestään. Nuoren suru saattaa hukkaa aikuisten surun alle tai vanhemman on hankalampaa tavoittaa nuoren ajatusmaailmaa. (Ylikarjula 2008, 45.)

"että mä olin jotenki niinku varmaan jossain vaihees koin niin, et tää on joku kriisijakso. tää on nyt joku semmonen, jakso mikä on kamalaa ja sit se loppuu. ja sit elämä on normaalia, tavalla tai toisella mutta. et se oli katkeraa kalkkia jossain vaiheessa kokee, et

tää ei niinku oookkaan joku juttu mikä alko sillon huhtikuussa ja loppuu. vaan tää on niinku mun koko loppuelämä on nyt näillä asetuksilla.” Minna

Vanhemman kuolema on niin suuri menetys, että lapsi tai nuori saattaa kieltää kuoleman lopullisuuden. Tarve pitää tapahtuma loitolla, on suuri ja sen vuoksi tapahtumaan liittyvät ajatukset yritetään pitää loitolla, kunnes ne voidaan vähitellen liittää omiin kokemuksiin. (Dyregrov 1993, 32.)

3.3.1 Surun ilmeneminen

Suru on voimakas ja pitkäkestoinen mielipahan tunne, joka voi johtua menetyksestä tai muusta ikävästä tapahtumasta. Jokaisen suru on yksilöllistä ja ihmisten surureaktiot vaihtelevat, samoin kuin niiden kesto. Suru ei mene ohi, vaan se on jotakin, jonka kanssa sureva elää. Suruun vaikuttaa se, millaisesta menetyksestä on kyse, ihmisen persoonallisuus, aikaisemmat menetykset ja se miten sureva saa tukea surutyön aikana. Uuden surukäsityksen mukaan ajatellaan, että kuolema ei tarkoita kiintymyssiteen katkeamista. Sureva säilyttää kiintymyssiteen kuolleeseen, vaikka suhde muuttuu konkreettisesta yhdessäolosta mielikuvien tasolle. Vanhan surukäsityksen mukaan 1900-luvulla surusta voi toipua vasta, kun on katkaissut kiintymyssuhteen kuolleeseen ja kiintymyssiteen ylläpitämistä pidettiin oireena psyykkisestä ongelmasta. (Pojjula 2002, 18–21, 31–33).

”noi hirveen tarkkaan mielti sitä että mitä heijän nyt olis pitäny. että tää on vähän nyt ehkä heijän vika, et ehkä niin ei ois käyny. ja näin... mä muistan niinku vähän siinä niinku miettineeni sitä omaa osaani, että teinkö mä niinku jotain” Tiina

Lasten suruun liittyy usein myös syyllisyydentunteet. He saattavat syyttää itseään tapahtuneesta tai syyllistää muita, jopa aivan ulkopuolisia henkilöitä. Tunteiden osoittamiselle tulee antaa tilaa. Aikuinen voi myös varovaisesti ottaa itesesyytökset, syyllisyyden tunteet ja pelot puheeksi, koska lapsi ei välttämättä uskalla näistä asioista puhua. (Hänninen & Pajunen 2006, 155–158.) Pienet lapset voivat jopa luulla, että oma huono käytös tai tottelemattomuus aiheutti kuoleman (Pojjula 2007, 114).

”että, jotenkin niinkun ja vähän jotenkin siihen niinku liittäneeni et jos mäki tavallaan, jos mä olin jotenki niinku hankala ollu ja sit se jotenki sairastu siitä” Tiina

Tiina muistaa kuunnelleensa aikuisten keskusteluita, joissa he pohtivat mitä olisi voitu tehdä toisin ja olisiko heidän pitänyt patistaa Tiinan isää aikaisemmin lääkäriin. Tämä herätti myös Tiinassa syyllisyydentunteita. Hän pohti omaa osuuttaan isän kuolemaan, olisiko hänen pitänyt tehdä jotain toisin. Hän myös pohti omaa käytöstään isää kohtaan, oliko hänen kiukuttelunsa vaikuttanut isän sairastumiseen.

Myös kuolemantavalla on merkitystä surun kannalta. Äkillisen kuoleman jälkeen suru voi olla erilaista kuin odotettavissa olevan kuoleman. Tällöin surevan traumaperäiset stressioireet korostuvat ja surevan viha on voimakasta ja jatkuu kauan. (Pojjula 2002, 38.)

”ei kaheksanvuotias vielä mieti mitä joskus tai miten joku, en mä, just mietin sitä et mä en oo vaikka isän jaksamisesta tai en mä oo siit kantanu.” Elisa

Elisa ei kokenut syyllisyydentunteita äitinsä kuolemasta, mutta hänen tunteisiinsa vaikutti varmasti se, että äiti oli hyvin sairas. Elisalla on myös suuri perhe

ja hän on perheen pienin. Asioista on puhuttu ja hänellä on aina ollut sisaruksia ympärillään, joiden syliin on päässyt turvaan. Elisa myös miettii, että hän oli niin pieni, ettei vielä osannut ajatella esimerkiksi isän selviytymistä ja sitä miten raskasta isälle oli jäädä yksin.

”tunteet aika isosti helpost mut kyl semmonen välil niinku katkeruus, tai semmonen niinku epäusko. et eihän niinku näin voi käydä ja miks, just nää miksi mulle, miksi meille” Minna

Minna reagoi äidin kuolemaan voimakkaasti. Hän koki epäuskoa, katkeruutta äitinsä kuolemasta. Hän kyseli miksi kysymyksiä, mutta ei koe silti tunteneensa varsinaisesti vihaa. Minna, Tiina eikä Elisa muista kärsineensä ruumiillisista vaivoista, kuten päänsärystä tai lihaskivuista, jotka Dyregrovin (1993, 27) mukaan ovat yleisiä oireita surusta kärsivillä lapsilla.

3.3.2 Selviytymiskeinot

Nuoret etsivät vaikeina aikoina tukea mieluummin ikätovereistaan, kuin vanhemmiltaan tai terveydenhuollolta. Ystävät eivät aina kuitenkaan pysty kohtaamaan surua ja kuolemaa ja tällöin saattavatkin ystävyysuhteet joutua koetukselle. Saattaa myös käydä niin, että suuren surun vuoksi nuori kypsyy liian aikaisin, jolloin omat samanikäiset ystävät saattavat tuntua liian lapsellisilta. (Ruishalme & Saaristo 2007 57.)

”meit on ollu paljo ni mä luulen et se on niinku siin yhteisessä olemisessa, sitä surua on niinku jaettu, itketty yhdessä, oltu yhdessä, puhuttu siitä” Elisa

Elisa koki perheen ja sisarukset vahvana tukena surutyössä. He puhuivat paljon äidistä ja muistelivat yhdessä. Elisalle perheen tuki on ollut tärkein selviytymiskeino.

”mä sataan kertaan niinku ääneen sanoin ne asiat mitä mulla pyöri ja mitä mä mietin että. huomasin et itseasias jossain vaiheessa ni siitä koko niinkun tarinasta oli tullu semmonen tarina jota mä puhuin et sit mä olin puhunu sitä niin paljon. että siihen tuli jo etäisyyttä” Minna

Minna ja Tiina ovat ainoita lapsia, joten he surivat ikään kuin omaa surua, kun taas Elisalle suru on ollut yhteistä sisarusten kanssa jaettua. Minnalle suuri tuki surussa oli ystävät. Minna itki yhdessä ystävien kanssa ja puhui ja puhui tapahtunutta kerta toisensa jälkeen. Läheisien kuolemaa voidaan käsitellä muistelemalla, puhumalla, kirjoittamalla sekä musiikin avulla. Jotkut ihmiset haluavatkin kertoa tapahtuneesta yhä uudelleen ja uudelleen. Näin he soputuvat vähitellen tilanteeseen ja pukevat tapahtumat ja omat tunteensa sanoiksi. (Ruishalme & Saaristo 2007, 65.)

”ni kyl mä muistan sillonki et mä niinku olin pihalla yksin, yksin kun, tietystykään ku ei ollu sisaruksia niin mä jos olin kotona nii yksinhän mä siinä niinku pyörin, niin ku et mä puhuin ja lauloin. mä keksin omia lauluja, et niissäkin mä varmaan niinku ite sanotin niitä juttuja ja sellasta mä niinku muistan” Tiina

Tiina ei muista itkeneensä yhdessä muiden kanssa, vaikka läheiset aikuiset osoittivatkin surua itkemällä. Tiina puhui itsekseen ja sepitti ikävälauluja pihalla ja käsitteli surua omien laulujen kautta. Tiina muistaa kuitenkin kyselleensä mieltä askarruttavista asioista aikuisilta.

”kaivoin sen meikkipusseja, sen kappia sen vaatteita haistelin ja kaivoin ja. et niinku ihan niinku jotenki imin sitä, et kaikki muistiin mitä muistettavissa on” Minna

”ja sit mä muistan et kun isän vaatteita oli, niin niinku miltä tuoksu vaatekaappi aina kun se oven aukas” Tiina

Aina tunteille ei löydy sanoja, silloin lapsi voi ilmaista tunteitaan leikkien, piirtämällä, valokuvia katselemalla, rituaalien tai muun toiminnan avulla. Oleellista on että tunne tulee ymmärretyksi. On myös tärkeää kertoa lapselle, että on normaalia reagoida tapahtuneeseen eri tavoin, erilaiset tunteet liittyvät tapahtuneeseen. Lapsi voi kokea outoja tuntemuksia tai mieleen voi tulla outoja ajatuksia. (Ruishalme & Saaristo 2007, 55–56.) Tuttujen, kuolleelle kuuluneiden esineiden läheisyys saattaa lievittää kaipausta hetkellisesti. Lapset saattavat etsiä läheisyyttä kuolleeseen esimerkiksi nuuhkimalla hänen vaatteitaan. (Dyregrov 1993, 23.)

”se eli siinä hirveen vahvasti niinku kaikis missä tavarat on, miten asiat tehään, kaiketämmöses totta kai siis. siel oli äitin keltaset kumihanskat varmaan edelleenkin ois siel naulas jos ei tota, jos ei sitä ois joskus myyty sitä taloa” Elisa

Minna, Tiina ja Elisa muistavat miten he ovat käyneet kuolleen vanhemman vaatekaapilla. Vaatteet tuoksuivat vanhemmalta ja tuoksu toi mieleen muistoja ja suuren ikävän tunteen. Elisa muistaa myös kokeilleensa sisarustensa kanssa äidin vaatteita ja silmälaseja. Äiti ikään kuin eli edelleen kodin tavaroissa, viesteissä ja tavoissa tehdä asioita.

"mut mä oikein siis niinkun ahmin, oikein niinku märehdin jokaises äidin yksityiskohdassa. mä muistelin, pidin silmii kiinni ja niinku vannotin itteeni, et älä ikinä unoha tota, älä ikinä unoha tätä. mä muistelin mikälaiset sil on, sil oli sormien nivelet , taiminkälaiset koroakorut tai varpaat" Minna

Minna ahmi muistoja äidistä, hänellä oli pakko muistaa äidistä kaikki. Hän pohti, että siihen on saattanut vaikuttaa se, että Minnan äiti oli menettänyt oman äitinsä hyvin nuorena. Äiti oli ollut pahoillaan, ettei muistanut omasta äidistään tiettyjä asioita. Sen vuoksi Minnalle tuli pakkomielle muistaa aivan kaikki äidistä. Dyregrovin (1997, 19) mukaan vähän vanhemmille lapsille on tyypillistä uppoutua ylenpalttisesti muistoihin tai tuntea, että kuollut on yhä läsnä. Poijulan mukaan (2002, 27–28) itkeminen on keino ilmaista lohdutuksen tarvetta ja luonnon keino vapauttaa ruumiin sisäinen jännitys. Itkeminen helpottaa olo ja jos suruaan ei voi ilmaista sanoin, kyyneleet auttavat. Itkiessään ihminen tekee ruumiillista työtä ja samalla sureva tekee psyykkistä työtä menetyksen kanssa ilmaisemalla tunteensa. Itkuun suhtaudutaan perheissä eri tavoin, joihinkin perheisiin se ei kuulu ollenkaan. Toisaalta itkemättömyydestä voidaan tehdä virheellisesti päätelmä, että ihminen ei sure. (Poijula 2002, 29.)

"et mä en niinku muista oikein, niinku semmosia et mä oisin siinä koskaan niinku itkeny, mut mä saatoin sitte yksikseni jotai niinku puhua ja ja niinku muistella ja jotain semmosta" Tiina

"parkumalla ku elukka ja.. ja hirveen kova puhumaan" Minna

Tiina ei ilmaissut suruaan itkemällä, hän suri ja muisteli isää yleensä yksin ollessaan. Minna taas purki suruaan itkemällä yksin ja ystävien kanssa. Isän läsnä ollessa itku oli enemmänkin kaihoitkua, Minna yritti säästää isää suurimmilta

tunteenpurkauksiltaan. Poijulan (2002, 25) mukaan selviytyvät lapset, joilla on ollut turvallinen kiintymyssuhde vanhempiin, kykenevät muistamaan mielikuvat hyvistä ja tukea antavista vanhemmista vaikka vanhemmat olisivat kuolleet. He siirtävät tuskallisten asioiden käsittelyä ja suojaavat näin itseään ahdistuneisuudelta ja masennukselta, kunnes ympäristö on tarpeeksi turvallinen tunteidensa ilmaisemiselle.

Jatkuvan kiintymyssuhteen teorian mukaan surun päätehtävä ei ole katkaista kiintymyssidettä kuolleeseen, vaan rakentaa hänestä mielikuvaa jotta voi säilyttää sen muistissaan. Sureva ihminen yrittää löytää tavan, jolla voi ylläpitää yhteyden kuolleeseen. Lapset, jotka ovat menettäneet vanhempansa, ylläpitävät suhdetta puhumalla vanhemmalle, näkemällä unia, säilyttämällä vanhemmalle kuuluneita esineitä, käymällä haudalla ja uskomalla, että kuollut vanhempi katselee heitä. Lapset myös kehittävät tunteita, toimintoja ja muistoja, joiden avulla he säilyttävät yhteyden kuolleeseen vanhempaan. (Poijula 2002, 41–42.) Pikkulapset saattavat esimerkiksi etsiä kuollutta vanhempaa. Yleinen reaktio on myös tuntemus siitä, että kuollut henkilö on huoneessa tai hänen näkeminen silmissään tai äänen kuuleminen. Tällainen reaktio saattaa säikäyttää lapsen tai nuoren ja sen vuoksi mahdollisista reaktioista olisi tärkeää kertoa etukäteen. (Dyregrov 1997, 19.)

”semmonen hyvin epärationaalinen semmonen ajatus siitä kohtaamisen mahdollisuudesta. että mä katsoin kaupassa, että se on tossa.” Minna

Monet pitävät surua asiana, josta täytyy selviytyä, eikä niinkään asiana, joka on eletävä läpi ja koettava. Myös tämän hetkinen yhteiskuntamme suosii tehokkuutta ja nopeutta, pysähtymiseen ei ole aikaa. Kiireistä yhteiskuntaa onkin hyvin palvellut myytti siitä, että surun voi välttää eikä sitä ole pakko kohdata.

Tällainen nopeasti sureminen ja hiljaa kärsiminen voi olla vääränlaisena ihanteena, koska surun välttely aiheuttaa ahdistusta, hämmennystä ja depressiota. (Poijula 2002, 35–37.)

”ni siel oli hiroeesti ystäviä ja, ni kyl mä muistan että musta tuntu toisaalta niinku hiroeen turvaiselta mennä näkemään niit omii ystäviä” Minna

Yhtenä selviytymiskeinona Minna, Tiina ja Elisa pitivät arkeen palaamista. Minna ja Elisa menivät aika pian vanhemman kuoleman jälkeen kouluun. Tavallinen arki ja ystävien kanssa leikkiminen ja tavallinen oleminen tuntui heistä turvalliselta. Tiinan isä kuoli kesällä, joten koulun alkuun oli vielä aikaa. Hän muistelee, että koki myös tavalliset leikit ystävien kanssa mukavana ja turvallisena.

”et sit tavallaan sen ensimmäisen kerran jälkeen kun oli ne jokaisen tavannu, ni sen jälkeen me leikittiin iha niinku ennenkin.. ehkä parasta olik semmonen tavallinen niinku leikkiminen ja oleminen” Tiina

3.4 Perheen, läheisten ja ystävien rooli lapsen surussa

”Koin sisarusten ja perheen luoman turvan vahvana ympärilläni äidin kuoleman aiheuttaneessa shokissa. Tämä varmasti vaikuttaa siihen, että koen lähes kaiken tapahtuneen meille enkä pelkästään minulle. Yhteenkuuluvuuden tunne oli perheen ja sisarusten kesken voimakas jo ennen äidin poismenoa, mutta yhteinen menetys ja suru tiiviisti sitä.” Elisa

Vanhemman kuolema koskettaa perhettä sekä yksikkönä, että jokaista perheenjäsentä yksilönä. Jokaisella perheenjäsenellä on ollut oma suhde vainajaan. (Ruishalme & Saaristo 2007, 53.) Kuolema vaikuttaa koko perheeseen ja aikuiset saattavat käyttäytyä lapsen mielestä omituisesti. Lapsi voi ajatella aiheuttavansa lisää surua ja tuskaa omilla kysymyksillään ja yrittää sen vuoksi olla mahdollisimman kiltti. Näin toimiessaan lapsi helposti siirtää suruaan myöhemmäksi. (Ruishalme & Saaristo 2007, 56.)

"mä oon meijä nuorin ni, mä oon aina jotenki ajatellu. mä oon niinku kokenut olevani hirveen rakastettu ja ei sillä tavalla erityinen" Elisa

"meillä on ollu, meit on ollu paljo ni mä luulen et se on niinku siin yhteisessä olemisessa, sitä surua on niinku jaettu, itketty yhdessä, oltu yhdessä, puhuttu siitä" Elisa

"ni, se että jotenki tietyllä tavalla tuntu niinku, tuntu enemmän viel, tunsin kuuluvani siihen yhteisöön. koska se koko yhteisö suri sitä mun surua" Elisa

Elisalla on hyvin suuri perhe, joten he surivat äitiä yhdessä. Koska Elisa oli perheensä pienin, sai hän myös paljon hoivaa ja huolenpitoa sisaruksilta, sukulaisilta sekä koulussa opettajilta ja muulta henkilökunnalta. Koska Elisan äiti oli ollut opettajana Elisan koulussa, oli suru läsnä myös koulumaailmassa. Elisa siis koki että koko hänen elinpiirinsä suri samaa surua hänen kanssaan. Yhteinen suru toi monenlaisia tunteita. Elisa tunsu suurta ylpeyttä äidistään ja siitä miten niin moni jakoi hänen surunsa.

"no ystäviä, ystäville. suurin osa ehottomasti, et nyt jos mä aattelen ite äitinä et se on aika, se on aika shokeeraavaa itseasias kuinka, kuinka se niinku ystävien, mikä rooli

niinku ystävoillä oli siinä. et mulla on sukulaisia jotka must välittää ja rakastaa ja, ja musta pitäny huolta. ni en mä kyllä siinä vaiheessa niiltä sitä hakenu” Minna

”et sen kanssa mä niinku sukulaisista kaikist eniten pystyin suremaan. koska jotenki me oltiin hirveen samassa veneessä. jotenki mä koin et se jakaa sen surun samanmoisena kuin minä. tai siltä tuntuu se eniten samanlaiselta se suru” Minna

Minna ja Tiina olivat ainoita lapsia, joten heidän surunsa oli hyvin erilaista.

Minna koki ystävien roolin merkittäväksi hänen surussaan.

Lapsi tarvitsee aikuisen tukea omassa surussaan. Hän reagoi järkyttäviin tapahtumiin samalla tavalla kuten aikuinenkin. Hän kokee aikuisen lailla eri tunteita hämmennystä, tyhjyyttä, ymmärtämättömyyttä sekä kysymyksiä. On tärkeää että lapselle kerrotaan tapahtumasta ja hänen kanssaan puhutaan asiasta, jotta hän ymmärtää sen olevan totta. (Ruishalme & Saaristo 2007, 55.) Minnalle tärkeä ihminen surussa oli äidin sisko. Minna koki heidän jakava jollain tapaa samanlaista surua. Tiina asui isoäitinsä kanssa, mutta tärkeinä ja läheisinä ihmisinä olivat myös hänen tätinsä ja tädin mies.

”siinä mielessä arki jatku ja kaikki pyöri ihan niinku ennenkin. et semmosta ei ollu että ois ollu jotenki, et mamma esimeks ei ois jaksanu tehdä ruokaa tai jotai, ei mitä semmosta ollu. varmasti hän suri tietysti” Tiina

Tiina muistaa myös, että hänen äitinsä itki ja suri entistä miestänsä. Äiti antoi Tiinan päättää missä hän asuu, kuten oli antanut myös avioeron yhteydessä. Tiina halusi jäädä asumaan tuttuun ympäristöön isoäidin kanssa. Lähellä oli tutut ystävät, koulu ja koti.

”isää suojelin. isä, olin huolissani kuinka isä jaksaa. isälle yritin mahdollisimman vähän jotenki suruani näyttää. semmosii sentimentaalisia kaihoitkuja, siis semmosia äiti ikävä itkuja saatoin tehdä isän edessä. mutta mitää semmosta niinku tuskaa tai katkeruutta en ikinä niinku osottanu isälle, koska must tuntu et ei se, ei se tarvi enempää kun sillä on kannettavanaan” Minna

Aikuinen saa Ruishalmeen & Saariston (2007, 55) mukaan myös ilmaista tunteitaan, mutta on kuitenkin hyvä kertoa lapselle miksi aikuinen itkee ja on surullinen. Näin myös lapsi saa luvan osoittaa omia tunteitaan. Lapsi myös tarvitsee aikaa jotta hän voi ymmärtää tapahtuneen. Hän tarvitsee arkirutiineja jotka tuovat hänelle turvallisuuden tunnetta. Nykyään myös ajatellaan että on hyvä kysyä lapselta mitä hän ajattelee tapahtuneesta ja miltä hänestä tuntuu. Ei siis vastata vain kun hän kysyy. Minna oli 14-vuotias ja ajatteli kuoleman jälkeen myös isän tuskaa ja mietti miten isä jaksaa. Tästä johtuen hän suojeli isää pahimmalta ololtaan.

”että sanotaan kyllä mut sanotaan pikkusen niinku paremmin ku se tilanne oikeesti on. että tota, kyllä me koko ajan siitä puhuttiin ja se eli siinä, eli siinä niinku rinnalla” Minna

”ja mä olin jotenki halunnu kans uskoa sitä iluusiota et hän on vahvempi kun hän esitikin olevansa koko ajan. sit ku mä näin et ei se oookkaa, ja mä tiesin et se haluu tehdä tän nyt multa salassa” Minna

Minna tiesi, että myös isä suojeli häntä suurelta surultaan ja isällä oli myös kova tarve pärjätä ja osoittaa että hän selviää. Minna ja isä kyllä puhuivat äidistä ja surusta, mutta molemmat jättivät hurjimman adjektiivin käyttämättä. Meni vuosia ennen kuin he kertoivat koko totuuden, miten pahalta oikeasti suru sil-

loin tuntui. Minna myös näki eräänä yönä isänsä istuvan sohvalla ja itkevän aivan hysteerisesti. Minna yritti pärjätä vähän paremmin isän silmissä, ja purki suruaan ystäville.

”Että mä oon aina ajatellu että hyvimpä siitä on selvitty, mut oikeesti että... En mä tiä oisko tarvinnu selvitä kaikesta niin hyvin. Että onko ehkä vähän ollu sellasta niinku että. Minä en aiheuta aikuisille huolta.” Tiina

Myös Tiina kokee esittäneensä reipasta ja kilttiä. Hänkään ei halunnut lisätä aikuisten huolta. Tiinan elämässä oli kuitenkin tapahtunut mullistavia asioita lyhyen ajan sisällä. Hänen vanhempansa olivat eronneet muutama vuosi aikaisemmin ja hän oli jäänyt isän luo asumaan. Kun isä kuoli, menetti hän ihmisen kenen kanssa hän asu ja eli arkeaan.

”et se on ollu ehkä myös isommille semmonen tapa... tapa niinku semmosel läheisyydellä ottaa se pikkusisko syliin ja jakaa sitä omaa sellast turvottomuutta tai ahdistusta siitä” Elisa

Elisa kokee, että isommille sisaruksille on hänen hoivaamisensa ollut myös tapaus surra ja tuntea läheisyyttä. Elisan sisarukset olivat muutenkin jo huolehtineet hänestä, joten hänen arkeensa ei tullut samanlaista valtavaa muutosta kuin Tiinan ja Minnan, joiden läheisten määrä yht äkkiä romahti.

Osa nuorista joutuu vanhemman kuollessa ottamaan vastuuta ja omaksumaan liian varhain aikuisen roolin. Heistä saattaa tulla ikään kuin sisarustensa sijaisvanhempia. Tällainen rooli saattaa edistää nuoren kehitystä ja kypsymistä, vaarana on se, että auttajan rooli saa yliotteen eikä nuori käsittele omia reaktioitaan. (Dyregrov 1993, 34.) Elisa oli myös niin pieni, ettei hän ymmärtänyt mikä

valtava muutos äidin kuolema on ollut isän elämässä. Isä on jäänyt yksin suuren perheen huoltajaksi.

”isä on ollu mulle siis semmonen, se on ollu se muuri aina. en mä oo niinku ajatellu, mul tuu mieleenkään et isä ei jaksais. vaikka nyt mä ymmärrän sen, et siis isällehän se on ollu ihan hirvittävä tragedia. vielä eri tavalla kun lapsille” Elisa

3.5 Suru muuttuu

Suru ei välttämättä ole jatkuvaa ensimmäisten päivien tai viikkojen jälkeen, mutta suru voi tavallaan kestää läpi elämän. Suru on yksilöllinen ja se muuttuu. Vaikka ihminen kuolee, rakkaus häneen säilyy. Elämän aikana voimakkaat surun tunteet nousevat uudestaan ja uudestaan pintaan. Kolmesta yhdeksään kuukauteen on monilla surevilla raskain ajanjakso kuoleman jälkeen. Traumaattisessa surutyössä sureva tekee sekä traumatyötä että surutyötä ja se voi vaatia enemmänkin aikaa. (Poiijula 2002, 36–37,43.)

Lapsi saattaa aluksi idealisoida ja yliarvostaa menetettyä vanhempaa. Vähitellen hän luo mielessään uudelleen kuvan kuolleesta vanhemmasta. Kun lapsi kehittyy hän kohtaa ja tulkitsee uudestaan menetyksen, ymmärtää tapahtuneen syvemmin ja jäsentää menetyksen osaksi omaa elämänhistoriaa. (Poiijula 2002, 147–148.) Traumaattisesta kriisistä toipuminen on pitkä ja mutkikas prosessi. Joudutaan kantamaan suurta taakkaa, menetystä, mutta sen lisäksi ympäröivä maailma asettaa omia paineitaan kuten leimaamista sekä negatiivista asennetta. (Ruishalme & Saaristo 2007, 61.) Kriisiprosessissa olennaista on toivo, syy jatkaa elämää. Toivon olemassa oloa vahvistaa läheiset ihmiset auttaessaan. Kukaan ei

voi korvata menetettyä ihmistä, eikä menetyistä tarvitse hyväksyä, mutta sen kanssa voi oppia elämään. (Ruishalme & Saaristo 2007, 72.)

3.5.1 Surun vaiheet

Surun tehtävänä on koota kuollutta koskevia ajatuksia ja tunteita ja luoda niistä muisto. Ainoa tapa hoitaa surua on surra. Surutyötä ei kuitenkaan tehdä hetkessä eikä kerralla. Tutkimukset ovat osoittaneet, että suru on riski myös ruumiilliselle terveydelle. Kuitenkaan surevien tukemiseen ja hoitoon ei ole paneuduttu kriisityötä lukuun ottamatta sosiaali- ja terveydenhuollossamme. Varsinkin surevien lasten ja nuorten huomioiminen ja tukeminen on puutteellista. Oman elämäkokemus sekä persoonallisuus muokkaavat ihmisen selviytymiskeinoja. (Poiijula 2002, 11–15.)

Meillä kaikilla on oma tapamme selviytyä elämän vaikeista tilanteista. Taitoja selviytyä voi myös opetella ja mitä useampia keinoja meillä on käytettävissämme, sitä joustavammin selviydymme erilaisista tilanteista. (Ruishalme & Saaristo 2007, 66.)

”sit se aaltoliikkeenä tuli niinku ja on tullu, tulee edelleenki tietysti mut. aaltoliikkeenä tuli sit semmosia surujaksoja ja sitte taas niinku hirveetä reipastelua ja semmost normaalia, hirveen normaali nuoren elämää” Minna

Minna kuvaa surua aaltoliikkeenä, surujaksoja tulee ja menee ja tunnetilat vaihtelee. Alun sokin jälkeen tunteet kohdataan ja tunnetilat vaihtelee.

Surun vaiheet La Pointen ym. (1996) mukaan

Vaiheet	Käyttäytyminen ja fysiologia	Tunteet	Aistimukset ja mielikuvat	Ajattelu
Sokki/välttäminen (tunneista viikkoon)	<ul style="list-style-type: none"> • itkeminen • lisääntynyt tai vähentynyt aktiivisuus • nukkumisvaikeudet 	<ul style="list-style-type: none"> • hämmennys • muserrus • sekavuus • epätodellisuus 	<ul style="list-style-type: none"> • tunne, että on kehonsa ulkopuolella • unet kuolleesta • kuolleen "näkeminen" 	<ul style="list-style-type: none"> • miksi? • tämä ei voi olla totta • mitä olisin voinut tehdä? • heikko keskittymiskyky
Todellisuuden kohtaaminen (viha, suru)	<ul style="list-style-type: none"> • vaikeus selviytyä koulutöistä • keskittymisvaikeudet • levottomuus • kuolleen luonteenpiirteiden "käyttäminen" • nukkumisvaikeudet • ruokahalun muutokset 	<ul style="list-style-type: none"> • surullisuus • viha • pelko • ahdistus (erityisesti aamuisin) • syyllisyys • turhautuminen • ärtyneisyys • kuolleen ikävöinti • tyhjyyden tunne • helpotus 	<ul style="list-style-type: none"> • väsymys • rintakivut • pahoinvointi • kuolleen läsnäolon tunteminen • kireys <ul style="list-style-type: none"> • voimakkaat surukokemukset, kuin hyökyaallon isku • unet kuolleesta • kuolleen "näkeminen" 	<ul style="list-style-type: none"> • "päähänpintymä" kuolleesta • mitä tein ja mitä en tehnyt kun hän oli elossa • miksi minä elän? • itsetuhoiset ajatukset • mitä muuta vielä tapahtuu? • olenko tulossa hulluksi? • tuntuuko minusta aina tältä?
Uudelleenmuokkaus (menetystä ei ole unohdettu, se on löytänyt paikkansa)	<ul style="list-style-type: none"> • pääsee kiinni koulutöihin • paluu tavallisiin toimiin/puuhiin • normaali ruokahalu ja nukkuminen 	<ul style="list-style-type: none"> • syyllisyydentunteita siitä, että jatkaa elämää • tavallinen mieliala • hetkittäinen surullisuus 	<ul style="list-style-type: none"> • normaalit kehon tuntemukset • palaaminen normaaliin energiatasoon • positiivinen mielikuva kuolleesta 	<ul style="list-style-type: none"> • positiiviset ajatukset itsestä • positiivisia tai realistisia ajatuksia kuolleesta

Surun viimeisenä vaiheena on uudelleenmuokkaus, jota voitaisiin kutsua myös hyväksymiseksi. Surusta ei pääse yli, mutta sen kautta on mahdollista kasvaa, päästä läpi. Sureva hyväksyy tuskan ja surun osana elämää, jotka pehmenevät

ja voimakkaat surun aallot harvenevat. Sureva tarttuu jälleen kiinni elämään ja huomaa että vaikka hän ei koskaan unohda kuollutta, on omaa elämää mahdollista jatkaa. (Poijula 2002, 48–49.)

”mut pääsäätoisesti ni, jos mä ajattelen tai mulle, äitiä. ni mul tulee semmonen niinku lempee hymy ja semmonen hali. semmonen niinku, semmonen ikävää. semmonen pehmeä ikävää. et se ei oo enää semmosta tuskasta” Minna

Surun pitkäaikaisreaktiot kuten ikävä ja kaipaus kestävät vuosia ja läpi elämän, ne eivät ole välttämättä enää pinnalla mutta ovat yhä silti olemassa (Poijula 2007, 115). Minna kokee että suru on muuttunut vuosien aikana. Tuskalliset tunteet ja suuret itkukohtaukset ovat vaihtuneet kaihoisaan ikävään. Toki eri elämäntilanteissa suru tulee välillä hyvinkin voimakkaana pintaan.

”mä oon ehkä kaks vuotta sitte eka kertaa kattonu äidin hautajaiskuvat mitkä mulle on teetetty joskus sillon” Elisa

Elisa pohtii sitä, miten kauan suurin suru on kestänyt ja miten jotkut asiat ovat tuntuneet hyvin pitkään tuskallisilta, kuten esimerkiksi hautajaiskuvien katseleminen.

3.5.2 Suru mukana eri elämänvaiheissa

Kun lapsi kehittyy ja kokee erilaisia muutoksia eri elämänvaiheissa, kohtaa ja tulkitsee hän uudelleen menetyksen. Surutyö on muutosprosessi, joka vaatii sopeutumista. Menetykselle kehittyy uusi merkitys eri elämänvaiheissa. Kehitys auttaa vakiinnuttamaan muistoja ja jäsentämään menetystä osaksi elämäntarinaa. Ajattelun kehittymisen myötä on mahdollista löytää tapa säilyttää

yhteys kuolleeseen ja silti jatkamaan elämää. (Pojjula 2002, 148.) On myös tärkeää että menetetyn ihmisen persoonaa kuljetetaan mukana lapsen elämässä. Iän myötä kuoleman käsittely muuttuu. (Ruishalme & Saaristo 2007, 55.)

"et nyt sitä oli niinku pakko käsitellä, koska sitte ku se koti purettiin ni sitte äiti kuoli sieltä. se, ne loputki jäljet siitä äidin, niinku äidin tavoista tai tavaroista nii sit ne, hävis" Elisa

Kypsyessään ja kasvaessaan lapsi ja nuori joutuu Poijulan mukaan (2007, 115) kohtaamaan menetyksen aina uudelleen ja ajattelee sitä uudella ymmärtämisen tasolla. Myös Elisa, Minna ja Tiina kokevat, että ovat oman elämänsä aikana käsitelleet vanhemman kuolemaan moneen kertaan. Aina uusi kehitysvaihe tai uusi elämäntilanne on pakottanut heitä käsittelemään kuolemaa uudelleen. Tällaisia tilanteita on ollut lapsuudenkodista muutto, naimisiin meneminen ja omien lasten saaminen.

"mä on niinku sit siinä vaihees mä oon käsitelly sit sen, et äiti on kuollut ja. ehkä myös sen et siin aikuistumisvaiheessa oli sit se et olis toisaalt tarvinnu äitiä" Elisa

Elisa käsitteli äidin kuolema uudelleen, kun hänen lapsuudenkotinsa myytiin. Äiti oli siihen asti ikään kuin ollut läsnä tavaroissa ja siinä miten asiat kotona tehtiin. Talossa oli asuttu vuosikymmeniä, joten läpi käytäviä tavaroita oli paljon. Muistot palautuivat äidin tavaroiden myötä uudelleen ja tavallaan äidistä piti nyt luopua uudestaan. Samalla Elisalla oli omassa elämässään haastava jaksos, hän muutti asumaan omilleen ja koki valtavia paineita ylioppilaskirjoituksesta. Siinä tilanteessa hän olisi kaivannut äidin tukea.

"ni mä yritänki kertoo lapsille semmosia, et sil oli hassu tapa tehdä vaikka näin. tai ku se tiskas, se piti päättä näin. että niille tulis niinku kuva siit ihmisestä niinku toimivana ja olevana, eikä vaan niinku semmosena legendana" Minna

Minna kertoi ahmineensa muistoja äidistä, jotta ei varmasti unohda häntä. Minnan äiti onkin elänyt tiiviisti mukana Minnan perheen arjessa. Äidistä on puhuttu paljon ja tärkeänä Minna on pitänyt arkisia asioita.

"että must on ihanaa että, et lapset jotka ei oo ikinä sitä nähny. ni mä kuulen että ne kertoo, ne puhuu siitä. et ihan niinku se mummoki pienenä. ni must se on jotenki, sille et. et niinku. et ihanaa. se tuntu must hirveen niinku onnelliselta. että et se on niinku niitten elämässä joku." Minna

"joo, et hän tykkäs kans lapsena piirtää ja tehdä tätä. ni must on et. niin nii se tykkäski. ihanaa ku te tiiätte" Minna

Minna on saanut huomata lastensa leikeistä, että mummo todella elää mukana heidän arjessaan ja hänen lastensa elämässä vaikka he eivät ole koskaan nähneet tätä.

"nääh jutut tavallaan niinku, et aina ku elämäs menee johonki uuteen vaiheeseen ja tapaa jotain uusia" Tiina

Tiina huomaa miettivänsä isän kuolemaa aina uusissa elämäntilanteissa, tai kun tapaa uusia ihmisiä, joille omasta elämästään kertoo. Hän muistaa tunteneensa välillä myös kateutta ja vihaa siitä, että oma elämä ei mennyt niin kuin muilla. Ensin hän on saanut surra sitä, että oma isä kuoli ja nyt tuntuu ikävältä kun omilla lapsilla ei ole isoisää.

5 TULOSTEN YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖSET

Kuten Poijula (2007, 108) kirjoittaa, on vanhemman kuolema vaikein menetys lapsen elämässä. Tutkimusaihe oli hyvin herkkä ja vaativa, koska haastateltavat palasivat muistoissaan hetkeen, jolloin oma vanhempi oli kuollut. Eettisyyden kannalta oli tärkeää ensin pyytää haastateltavilta vapaamuotoinen kirjoitelma, jossa he palasivat ajassa taaksepäin. Haastattelujen pohjalta saatu aineisto oli runsas ja aineistosta löytyi selkeitä teemoja, jotka oli mahdollista liittää myös aiheeseen liittyvään teoriaan.

Merkitykselliseksi asiaksi nousi se, miten vanhemman kuolema tapahtui. Elisan kohdalla äiti oli sairastanut pitkään. Vaikka äidin kuolema oli raskas ja kipeä kokemus, oli Elisa ikään kuin valmistautunut siihen etukäteen. Tiinan ja Minnan kohdalla kuolema tuli täydellisenä yllätyksenä ja se oli suuri sokki, jonka tajuminen vei aikaa. Kesti jonkin aikaa ennen kuin he aloittivat surutyön. Kuoleman jälkeiset päivät, jopa viikot, menivät täysin sokissa. Minna kuvasi vielä äidin hautajaisten aikaan olleensa hyvin alkuvaiheessa surutyössään, äidin haataaminen tuntui hänestä rumalta ja kauhealta.

Kuten surua käsittelevässä kirjallisuudessa kerrotaan, on sureminen hyvin yksilöllinen asia. Haastateltavilla suuri ero näkyi siinä, minkälainen heidän perheensä rakenne oli. Elisa on suuren perheen kuopus. Hän sai paljon huomiota sisarusiltaan ja suru oli suuressa perheessä yhteistä. Elisa istui sisarusten sylissä ja kaikki hakivat lohtua toisiltaan. Äidistä puhuttiin, itkettiin yhdessä ja suru oli yhteistä. Elisan kohdalla surutyöhön vaikutti paljon myös se, että hän asui

pienellä paikkakunnalla ja hänen äitinsä oli ollut opettajana samassa koulussa, jota Elisa kävi. Suru ei siis ollut vain koko suuren perheen yhteinen asia, vaan koko kylä suri samaa surua. Elisa tunsi suurta ylpeyttä äidistään, jonka kuolema kosketti niin monia. Samalla hän koki suurta yhteenkuuluvuutta koko kylän kanssa.

Minna ja Tiina olivat ainoita lapsia, jotka kokivat vanhemman äkillisen ja yllättävän kuoleman. Heidän tukenaan oli toki läheisiä ihmisiä, mutta samalla heidän ydinperheensä kutistui hyvin pieneksi. Tiina jäi asumaan isoäitinsä kanssa ja Minna isänsä kanssa. Tiina käsitteli surua pääosin yksin, kun taas Minnalle ystävien tuki oli äärimmäisen tärkeää. Minna oli myös Tiinaa ja Elisaa vanhempi, kun hänen äitinsä kuoli. Hän suojeli isäänsä suurimmilta tunteilta ja purki suruaan ystävien kanssa. Elisa ja Tiina olivat sen verran nuorempia, etteivät he samalla tavalla säästelleet läheisiään surultaan.

Myös aikuiset saattavat suojella lasta omilta tunteiltaan ja tiedolta. He saattavat ajatella, että on parempi olla näyttämättä liikaa omia tunteitaan. Lapset ovat kuitenkin herkkiä aistimaan aikuisten tunnetiloja. Tiedon salaaminen saattaa myös aiheuttaa sen, että lapsi täyttää tyhjät kohdat omilla päätelmillään. Tiina muistaa kuulleensa aikuisten keskustelua siitä, olisiko heidän tullut patistaa Tiinan isää aikaisemmin lääkäriin. Tiinalle tämän keskustelun kuuleminen aiheutti myös syyllisyydentunteita. Minna puhui isänsä kanssa vasta pitkän ajan jälkeen siitä, miten pahalta heistä oikeasti oli äidin kuoleman jälkeen tuntunut. Molemmat olivat säästelleet toisiaan.

Eppler (2008 192–193) kirjoittaa artikkelissaan tutkimuksesta, jossa tutkimuskohteena olivat lapset, joilta oli kuollut toinen vanhempi viimeisen puolentoista vuoden sisällä. Tutkimuksessa tuli esiin lasten tunteiden suuri kirjo. Lapset tunsivat surua, vihaa, pelkoa, mutta myös iloa. Lapset kokivat perheen ja lä-

heisten tuen tärkeänä. Tuki tuli usein perheen sisältä, mutta myös ystävä tai opettaja saattoi olla se henkilö, jonka kanssa lapsi jutteli tunteistaan. Hän myös kirjoitti pojasta, joka halusi tuoda esille, että vaikka häneltä on kuollut toinen vanhempi, on hän silti normaali.

Elisalla, Tiinalla ja Minnalla oli oma tapansa surra. Tunteet vaihtelivat hämmennyksestä ja surusta syyllisyyteen. Tiina lauleli lauluja ja teki surutyötä paljon yksin. Tiina ei myöskään itkenyt kun lähellä oli muita. Minna itki vuolaasti ystäville ja ystävien kanssa. Hän ahmi muistoja äidistään, ettei vain unohtaisi mitään yksityiskohtaa hänestä. Elisa suri yhdessä perheen ja kylän kanssa. Kaikki muistavat, miten he haistelivat kuolleen vanhemman vaatteita ja miten kotona olevat tavarat muistuttivat kuolleesta vanhemmasta. Hieman hankalana he kokivat aikuisten suhtautumisen. He pohtivat miten heidän olisi pitänyt käyttäytyä ja miten heidän oletetaan käyttäytyvän. Aikuisten säälivät katseet ja päähän taputtelu tuntui hämmentävältä.

Dyregrov (2010, 67–72) kirjoittaa myös tyttöjen ja poikien eroista surutyössä. Vaikka suru on muutenkin hyvin henkilökohtainen asia ja ilmenee monella eri tapaa, voidaan löytää tiettyjä tyttöjen ja poikien välisiä eroja. Tytöt ja pojat toimivat usein eri tavoin. Tytöt istuvat vastatusten ja keskustelevat asioista sekä kirjoittelevat päiväkirjaankin tuntojaan. Pojat taas harvoin istuvat vastakkain, niin että heillä olisi katsekontakti suoraan kaveriin ja puuhat ovat hyvin toiminnallisia. Tytöille on usein luonnollisempaa puhua tunteista ja tytöt käyttävät muutenkin puheessaan tunteilla väritettyjä ilmaisuja. Pojille sopii Dyregrovin mukaan paremmin toiminnallinen lähestymistapa suruun. Toimimisen kautta he voivat ilmaista omia tunteitaan.

Elisan, Tiinan ja Minnan on ollut helppoa puhua kuolemasta, vaikka he kaikki tekivät surutyötä omalla tavallaan. Kaikilla suru muuttui vähitellen kaihoiseksi ikäväksi. Suru ikään kuin pehmenee, mutta tulee eri elämäntilanteissa uudelleen vastaan. Surua ja menetystä käsitellään uudelleen elämän eri vaiheissa, kun ikää tulee lisää ja surun suhteuttaa uudelleen omaan kokemusmaailmaansa. Vaikeita paikkoja on ollut omat häät, kun vanhempi ei ole ollut paikalla. Samoin se, kun on saanut lapsia. Ensin on surrut sitä, että ei ole toista vanhempaa ja sitten omien lasten myötä sitä, että lapsilta puuttuu yksi isovanhempi. Kuollut vanhempi elää silti vahvasti esimerkiksi Minnan elämässä ja arjessa. Hän on puhunut lapsilleen paljon äidistään ja he ikään kuin tuntevat tämän, vaikka eivät olekaan koskaan mummua nähneet.

Vanhemman kuolema on todella suuri menetys lapsen elämässä ja siitä aiheutuva suru on läsnä koko elämän. Suru on yksilöllinen prosessi, johon vaikuttaa se, miten vanhempi kuoli, lapsen oma ikä sekä perheen ja läheisten tuki. Jokaisella on oma tapansa surra. Tärkeää kuitenkin on, että aikuiset eivät jätä lasta yksin. Kuolemasta on tärkeää puhua ja kertoa asioista totuudenmukaisesti. Suru ei ilmene vain itkuna, vaan siihen liittyy monenlaisia eri tunteita. Suru ei myöskään koskaan mene pois, se vain muuttaa muotoaan.

6 POHDINTA

Tutkimusprosessi oli mielenkiintoinen, rankka ja koskettava. Vaikka minulla oli työkokemusta surevien lasten ja nuorten parista, oli tämä prosessi ainutkertainen. Tutkimus lisäsi ymmärrystä, mutta toisaalta herätti samalla myös lisää kysymyksiä. Ymmärrystä sain siitä, miten monella eri tavalla suru näyttäytyy ja miten eri tavoin ihmiset surevat, sekä mitkä kaikki asiat voivat surutyöhön vaikuttaa. Nyt kyse oli vielä oman vanhemman kuolemasta, ja siitä aiheutuvasta surusta. Ainakin teorian mukaan tämä on suurin mahdollinen kriisi lapsen tai nuoren elämässä. Kuten aikaisemmin mainitsin, voi lapsen ja nuoren elämässä olla muitakin suuren surun aiheita tai pahimmillaan monta surun aihetta yhtä aikaa. Haastateltavista Tiinalla oli toinenkin surukokemus hyvin lähellä. Hän oli ensin kokenut vanhempien eron ja vain muutaman vuoden päästä hänen isänsä kuoli. Tiina totesi vasta nyt aikuisena pohtineensa, miten rankkoja asioita hänen elämässään tapahtui hyvin lyhyellä aikavälillä.

Oli hyvä ratkaisu rajata aihe tiukasti, siis koskemaan peruskouluikäisenä koettua vanhemman kuolemaa. Kun aihe oli tiukasti rajattu, oli mahdollista mennä vähän syvemmälle kokemuksissa ja aidosti tavoittaa jokaisen oma kokemus. Se, että Elisan äidin kuolemaan oli osattu varautua, vaikutti osaltaan Elisan surutyöhön. Tiinan ja Minnan kokemuksista löytyi jotain yhtäläisyyksiä, koska kuolema tapahtui yht äkkiä ja aiheutti suuren sokin. Kuitenkin myös näin tiukan rajauksen jälkeen jokaisella oli täysin oma tapa surra ja hakea tukea. Kuten kirjallisuudessakin mainitaan, on suru hyvin yksilöllistä.

Vanhemman kuolemasta aiheutuvaan suruun vaikuttaa moni eri asia, kuten se minkä ikäinen lapsi tai nuori on kun vanhempi kuolee. Tavallaan on yllättävää, että vasta noin 11–12 vuoden iässä ajattelu on kehittynyt niin, että kuolema on mahdollista ymmärtää lopullisena asiana. Kuitenkin jo aivan pieni lapsi tunnistaa tutut kasvot ja osaa kaivata ja ikävöidä äitiään. Minna oli haastateltavista ainoa yläkouluikäinen kun hänen äitinsä kuoli, eli teorioiden mukaan haastateltavista vain hänellä oli kyky ymmärtää kuolema samalla tavoin kuin aikuiset. Minna puhui kuitenkin hautajaisissa kauhistelleensa äidin maahan laskemista, ettei hän oikeasti ollut ymmärtänyt kuolemaa. Tämä on varmasti johtunut siitä, että hän oli vielä sokissa. Toisaalta Minna oli ainoa, joka tietoisesti suojeli isäänsä suurimmalta surultaan. Hän ymmärsi miten rankkaa isällä oli ja miten kovasti isä yritti pärjätä ja osoittaa että hän kykenee huolehtimaan Minnasta.

Merkittäväksi, ja surutyöhön vaikuttavaksi asiaksi nousi tässä tutkimuksessa myös perhe. Elisalla oli suuri perhe ja hän on perheen kuopus. Hänen ympärillään oli paljon ihmisiä ja hän sai osakseen paljon huomiota ja hellyyttä sisarusiltaan. Sisarukset osaltaan lohduttautuivat halaamalla ja ottamalla pientä sisokoaan syliin. Myös se, että niin moni suri Elisan äitiä, vaikutti Elisan saamaan huomioon. Hän koki suurta ylpeyttä äidistään. Elisan lähipiiri pysyi äidin kuoleman jälkeenkin suurena ja hänellä oli edelleen isosiskoja, jotka huolehtivat hänestä kuten jo ennen äidin kuolemaa. Tavallaan Elisan perheessä ei siis tullut niin dramaattista muutosta kuin Tiinan ja Minnan perheessä joka supistui hetkessä.

Oli uskomatona, että vaikka haastateltavat ennen haastattelua miettivät mitä kaikkea he muistavat, oli heillä todella tarkkoja muistikuvia. Tilanteisiin liittyi värejä, lämpötiloja ja tarkkoja kuvauksia siitä missä oltiin ja mitä ihmiset sanotarkkaan sanoivat. Tilanteet ovat olleet niin tunteella ladattuja ja ne ovat jääneet

mieleen kuin valokuvat. Toisaalta taas hetket ja jopa päivätkin kuoleman jälkeen ovat hämärän peitossa, eli haastateltavat ovat olleet sokissa. Haastattelutilanteet olivat hyvin koskettavia. Haastattelujen nauhoittaminen oli erityisen tärkeää, jotta pystyin keskittymään vain kuuntelemaan ja olemaan läsnä. Haastateltavilla nousivat tunteet välillä pintaan ja itsekin samalla herkistyin. Uskon, että se toi haastateltaville myös empaattisen ja ehkä myös turvallisen tunteen, kun olin aidosti kiinnostuneena ja ihmisenä läsnä, enkä niinkään tutkijana.

Suru ilmeni hyvin eri tavoin ja jokaisella oli omanlaiset selviytymiskeinot. Tiina suri pääosin yksin, sepitteli lauluja ja tarinoita sekä myös itki yksin ollessaan. Minna taas itki ja parkui ystävien kanssa. Minnalle oli myös tärkeää toistaa tapahtunut ääneen kerta toisensa jälkeen, niin että kokemuksesta lopulta tuli ikään kuin tarina. Minna myös ahmi muistoja äidistään, koska hän pelkäsi unohtavansa. Minnan surutyöhön vaikutti varmasti myös hänen ikänsä. Teiniikä on muutenkin haastavaa, oman itsensä etsimistä ja hyväksynnän saamista. Minnalle tuki löytyi ystäivistä, kun äitiä ei enää ollut. Elisalle äiti eli tavallaan arjessa ja arjen käytännöissä. Äidin kirjoittaman laput ja tavat tehdä asioita säilyivät kotona. Elisalle rankka kohta surutyössä oli, kun talo myytiin ja äidin jäljet jouduttiin siivoamaan pois. Samalla Elisalla oli omassa elämässään vaikeaa, ja hän olisi kovasti kaivannut äidin tukea.

Suru onkin läsnä koko loppuelämän. Eri elämäntilanteissa surua ja kuolemasta johtunutta menetystä joutuu aina käsittelemään uudestaan. Samalla pintaan tulee erilaisia tunteita. Tiina sanoo kokeneensa kateutta siitä, että hänen miehelleen oli perhe, jossa on isä ja äiti. Häntä harmitti ja suututti oma sekava elämänkuvio. Ensin hän asui isän ja mummon kanssa ja lopulta vain mummon kanssa. Myös omat häät ilman toista vanhempaa oli kova paikka kaikille, puhumattakaan siitä surusta, että lapsilta puuttuu isovanhempi. Menetyksestä

tulee tavallaan uusi, kun kuolleella vanhemmalla olisi ollut jokin uusi rooli lapsensa elämässä. Tavallaan menetyksen joutuu silloin käsittelemään uudestaan.

Oli todella koskettavaa kuulla, miten Minna on puhunut äidistään omille lapsilleen ja miten tämä oikeasti elää lasten leikeissä mukana. Suurin suru muuttuu kaipaukseksi ja Minna pohti esimerkiksi sitä, millainen hänen äitinsä nyt olisi. Kaikilla haastateltavilla kuollut vanhempi on kuitenkin ollut selkeästi vanhemman roolissa. Heiltä jää kokematta se, minkälainen suhde vanhempaan nyt olisi, kun he ovat itsekin aikuisia. Koskettavaa oli myös Elisan kuvaukset äidin kirjoittamista viesteistä jääkaapin ovesa ja miten kaunis äidin käsiala oli ja miten viestit kuvastivat äidin persoonaa. Muistot siis elävät ja pysyvät mukana läpi elämän. Ne ovat haikeita, lämpimiä ja tuovat varmasti monenlaisia tunteita pintaan. Elisa myös sanoi, miten kesti vuosia ennen kuin hän kykeni katsomaan hautajaisvalokuvia. Hänelle tuli niin voimakas tunne kuvista vuosienkin päästä äidin kuolemasta, ettei hän ollut kyennyt niitä katsomaan.

Tutkimus herätti myös paljon kysymyksiä. Mietin perheitä, jossa on vain yksi lapsi. Kun toinen aikuinen kuolee perheestä, voi käydä niin, että lapsi jää vaille huomiota. Yksin jäänyt vanhempi saattaa olla niin ahtaalla oman menetyksen kanssa, että hän ei kykene huomiomaan lasta. Tiina ja Minna löysivät itse omat keinot surra, sekä ihmisiä joille he saattoivat puhua. Kaikilla lapsilla ei välttämättä ole lähellä ihmisiä joille puhua tai keinoja purkaa suruaan. Aikuisten saattaa myös olla vaikeaa ymmärtää lapsen surua, koska lasten surusta ei ole ollut paljon yleistä keskustelua. Se, että suuret reaktiot puuttuvat, saatetaan tulkita väärin. Saatetaan ajatella, että lapsi ei sure, ja on parempi että asiasta ei puhuta, koska kuolema on niin kipeä asia. Surun tukahduttamisesta ja käsittelemättömästä surusta saattaa kuitenkin myöhemmin aiheutua ongelmia.

Haastateltavat myös kuvailivat miten luontevasti kaveripiiri heidät otti vastaan. Oli tärkeää saada kertoa heille asia, tai tärkeää että he tiesivät. Sen jälkeen oli helpottavaa jatkaa ystävien kanssa touhuja kuten ennenkin. Tavallinen arki ja leikit tuntuivat turvalliselta. Välillä sitten itkettiin yhdessä, mutta muuten arki jatkui samanlaisena ystäväpiirissä. Elisa muisteli, ettei hänen ystäviensä kesken asiasta kovasti juteltu. Toisaalta hän oli niin nuori, ettei sanoja aiheesta puhumiseen ehkä löytynyt.

Tulevana opettajana minua kiinnosti paljo myös koulumaailma ja miten tällainen sureva lapsi tai nuori on koulussa otettu vastaan. Tein kuitenkin muutoksen tutkimussuunnitelmaani kesken prosessia. Muutos lähti aineistosta käsin, sillä haastatteluaineistossa pääpaino oli surutyössä ja siinä miten suru on muuttunut vuosien myötä. Aineistosta tuli sen verran laaja, että päätin jättää koulun osuuden tutkimuksestani pois. Halusin keskittyä ja syventyä kokemuksiin, niin että pystyn välittämään kokemuksen, eikä tutkimus jää pelkästään kuvailun tasolle.

Koulun ja opettajantyön kannalta on tärkeää ottaa huomioon, että suru ei välttämättä näy päällepäin. Se ei kuitenkaan tarkoita sitä, että oppilas ei sure tai kaipaa tukea surussaan. Haastatteluissakin tuli esille se, että jokainen yritti olla enemmän huomaamaton, kuin tehdä suurta numeroa itsestään. Yritys olla kiltti ja reipas tyttö, saattaa olla hyvin tyypillinen tapa tytöille reagoida. Hyvä jatkotutkimuksen aihe olisikin se, miten koulu osaa ottaa huomioon surevan lapsen. Miten surevaa lasta huomioidaan ja osataan tukea. Ymmärretäänkö koulussa että suru on pitkä prosessi, joka saattaa nousta esiin vasta muutaman vuodenkin kuluttua. Vaikka kouluissa on nykyään kriisisuunnitelman erilaisten tilanteiden varalle, miten asiat käytännössä hoidetaan. Suurissa yhtenäiskouluissa opettajat vaihtuvat, eikä oppilaalla välttämättä ole omaa luokkaa. Miten

pidetään huoli siitä, että oppilaan jaksamisesta ja pärjäämisestä pidetään huolta pidemmällä tähtäimellä.

Toinen mielenkiintoinen tutkimusaihe olisi erot tyttöjen ja poikien surussa. Tutkimuksessani oli nyt vain naisia, ja vaikka he surivat hyvin eri tavoin, olisi mielenkiintoista tutkia miten sukupuolten väliset erot näkyvät. Tytöille ja naisille saattaa olla luontevampaa puhua asioista, tytöt yleensä jakavat keskenään ilot ja surut. Tytöille on ehkä myös hyväksyttävämpää olla heikko ja haavoittuvainen, kuin pojille. Miten pojat surevat ja kehen he tukeutuvat. Onko pojille tavanomaisempaa tukahduttaa tunteet ja jättää kokonaan surutyö tekemättä.

”...ei sua minusta voi erottaa
jätät osaksi mieleni maisemaa

kiitos

kun olit totta hetken
nyt mun täytyy tästä jatkaa
vierelläni teet loppuretken
vaikka se olis kuvitelmaa

olet jokaikinen yön ääni
osa lempeää valon kajoa
kesäsateena saavut elämäni
en kuivuuteen hajoa

oo valona mun tiellä
silloin kun on vaikeaa
hullummaksi olisin tullut vielä
jos sua ei ois ollutkaan”

Jos sua ei ois ollut.
Säv, sov & san. Markku Impiö
Laulu Kaija Koo

LÄHTEET

Dyregrov, A. 1993. Lapsen suru. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Dyregrov, A. & Raundalen, M. 1997. Sureva lapsi ja koulu. Tampere: Vastapaino.

Dyregrov, A. 2010. Supporting traumatized children and teenagers. A guide to providing understanding and help. London: Jessica Kingsley.

Eppler, C. 2008. Exploring Themes of Resiliency in Children after the Death of a Parent. Professional School Counseling, 11, 3, 189-196. Seattle Pacific University, Seattle, WA. <http://www.schoolcounselor.org/files/11-3-189%20Eppler.pdf/> 11.4.2011.

Erjanti, H. & Paunonen-Ilmonen, M. 2004. Suru ja surevat. Surevien hoitotyön perusteet. Helsinki: WSOY.

Hammarlund, C-O. 2004. Kriisikeskustelu. Kriisituki, jälkipuinti, stressin ja konfliktien käsittely. Helsinki: Tietosanoma.

Huovila, L. 2009. Suru vaatii aikaa ja tilaa. Mielenterveys 48, 5, 2009/8-9.

Hänninen, J. & Pajunen, T. 2006. Kuoleman kaari. Sairastumisesta, luopumisesta, elämästä. Helsinki: Kirjapaja.

Kinanen, M. 2009. Surusäkki: vertaisryhmätyöskentelyä lasten sururyhmille. Helsinki: Lasten keskus/Lk-kirjat.

Kullberg-Piilola, T. 2000. Pettymys ja suru. Teoksessa Peltonen, A. & Kullberg-Piilola, T. Tunnemuksuu. Tunnetaitoja perheille ja kasvattajille. Helsinki: Kirjapaja, 117-130.

Kübler-Rossa, E. & Kessler, D. 2006. Suru ja surutyö. Helsinki: Basam Books Oy.

Juden-Tupakka, S. 2007. Askelia fenomenologiseen analyysiin. Teoksessa Syrjäläinen, E., Eronen, A. ja Värri, V-M. Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin. Tampere. Tampereen yliopistopaino, 62-90.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola, J & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: PS-kustannus, 26-43.

Lehtomaa, M. 2008. Fenomenologinen kokemuksen tutkimus: haastattelu, analyysi ja ymmärtäminen. Teoksessa Perttula, J. & Latomaa, T. (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitys, tulkinta, ymmärtäminen. Rovaniemi, Lapin yliopistokustannus. 163-194.

La Pointe, R.T., DeMary, J.L., Irby, G.H., Coundiff, A.D. 1996. Resouce Guide For Crisis Management in Schools. Richmond, Virginia: Virginia Department of

Education. Division of Instruktion. Office of Compensatory Programs.
<http://eric.ed.gov/PDFS/ED404754.pdf/> 2.8.2010.

Perttula, J. 1995. Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. Johdatus fenomenologiseen psykologiaan. Tampere: SUFI.

Perttula, J. 2008. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Perttula, J. & Latomaa, T. (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitys, tulkinta, ymmärtäminen, 115–162.

Poijula, S. 2007. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. Helsinki: Kirjapaja.

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

Ruishalme, O. & Saaristo, L. 2007. Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Saarela-Kinnunen, M & Eskola, J. 2001. Tapaus ja tutkimus = tapaututkimus? Teoksessa Aaltola, J & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-kustannus, 158–169.

Saari, S. 2003. Kuin salama kirkkaalta taivaalta: kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Siekinen, K. 2001. Syvähaastattelu. Teoksessa Aaltola, J & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: PS-kustannus, 43–58.

Sorri, H. 2003. Surevan lapsen kanssa. Helsinki: SMS-tuotanto.

Supporting bereaved pupils in school. SeeSaw's Information Pack for Schools. 2008. Oxford: Grief Support for Children and Young People in Oxfordshire. [http://www.seesaw.org.uk/files/schoolInfoPack.pdf/](http://www.seesaw.org.uk/files/schoolInfoPack.pdf) 3.8.2010.

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