



[www.surut.fi](http://www.surut.fi)

# Surukonferenssi

Kuoleman ja surun  
kohtaaminen työssä

16.-17.4.2015 Tampere

Järjestäjät:

KÄPY - Lapsikuolemaperheet ry  
Suomen nuoret lesket ry  
Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry  
Tampereen Yliopisto, Terveystieteiden yksikkö  
Suomalaisen Kuolemantutkimuksen Seura ry  
Suomen Mielenterveysseura

### **Aikaisemmat Surukonferenssiteemat:**

Surun kulttuuri ja sureva yhteiskunnassa (2014)

Kuolevan ja surevan rinnalla (2013)

Monimuotoinen suru (2012)

Oikeus suruun ja tukeen (2011)

Menestyksestä arkeen - miten oppia elämään surun kanssa (2010)

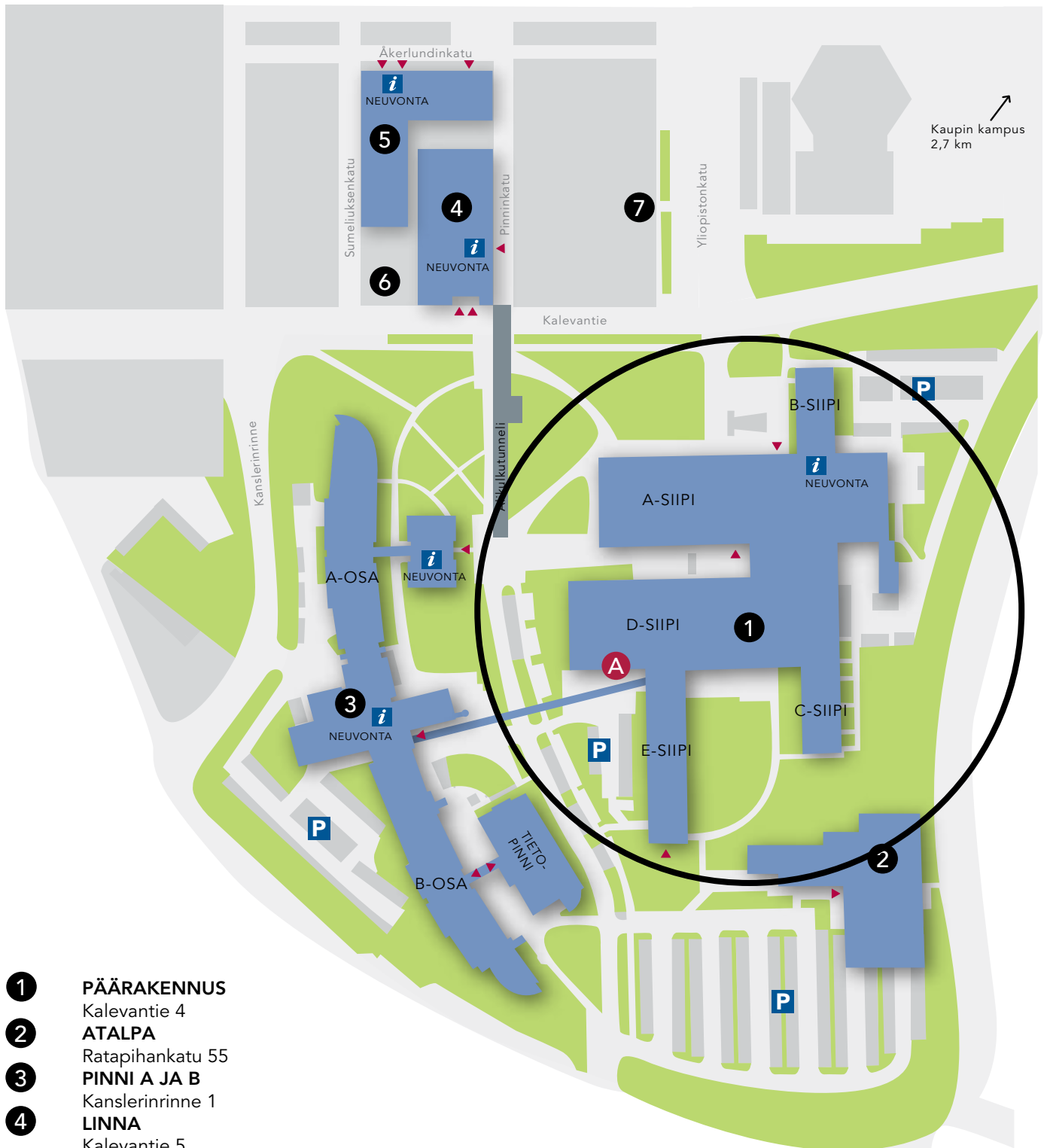
Kuoleman suru ja sureminen - omaisten tukeminen äkillisen menetyksen jälkeen (2009)

## *Sisällysluettelo*

Tampereen yliopisto, keskustakampus .....	4
Tervetuloa Tampereelle seitsemänteen valtakunnalliseen Surukonferenssiin .....	5
Ohjelma torstaina 16.4.2015 .....	6
Ohjelma perjantaina 17.4.2015 .....	7
<b>Abstraktit:</b>	
Hautaustoimisto palvelee .....	8
”Ehkä ei kuulunut toimenkuvaan”. Surevien suomalaisten ja ammattilaisten kipeitä ja kepeitä kohtaamisia ...	9
”Toinen kalastaa huvikseen ja toinen tekee sitä ammatikseen” .....	10
Musiikkiterapia surutyön tukena .....	11
Suomalainen itsemurha - historiallisia jatkuvuuksia ja muutoksia .....	12
Sisaruksen suru ja siitä selviytyminen itsemurhan jälkeen .....	13
Läheisensä menettäneen nuoren suru ja kokemus ryhmävertaistuesta .....	14
Yliluonnolliset ilmiöt sisaruksen kuoleman jälkeen .....	15
Kokemukset yhteydestä kuoleman jälkeen - havaintoja väitöskirjatyöskentelyn edetessä .....	16
Läheisten kokemuksia kotisaattohoidosta .....	17
Saattohoidon vapaaehtoiset kuolevan ja hänen läheistensä tukena .....	18
Sureva työyhteisössä .....	19
Toiminnalliset menetelmät surevan tukemiseen .....	20
Lähellä muistot - vain sydämen matkan päässä .....	21
Lohdutuksen laulut .....	22
Lapsen kuoleman genetiikka .....	23
Suru, menetys ja kuolema Hans Holbein nuoremman tuotannossa .....	24
Mitä se lounatuuli nauraa? Se nauraa, jos joku on iloinen - surusta syntyneet leikki puistot .....	25
Kielteiset muutokset perheen toiminnassa lapsen kuoleman jälkeen .....	26
Parisuhteeseen saatu tuki lapsen kuoleman jälkeen .....	27
Syöpää sairastavien kokemukset kuolemaan liittyvistä peloista ja niihin vaikuttavista tekijöistä .....	28
”Työ on henkireikä” - Työssäkäyvän suru ja siitä selviäminen .....	29
Järjestäjien esittely .....	30



## KESKUSTAKAMPUS



- 1 **PÄÄRAKENNUS**  
Kalevantie 4
- 2 **ATALPA**  
Ratapihankatu 55
- 3 **PINNI A JA B**  
Kanslerinrinne 1
- 4 **LINNA**  
Kalevantie 5
- 5 **VIRTA**  
Åkerlundinkatu 5
- 6 **YTHS**  
Kalevantie 3
- 7 **TAMY**  
Yliopistonkatu 60
- A Teatterimonttu

# Tervetuloa Tampereelle seitsemänten valtakunnalliseen Surukonferenssiin!

Vuoden 2015 Surukonferenssi järjestetään Tampereen yliopiston keskustakampuksella Kalevantiellä, Tampere-talon tuntumassa. Konferenssin järjestävät tänä vuonna Huoma – Henkirikoksen uhrien läheiset ry, KÄPY – Lapsikuolemaperheet ry, Suomen nuoret lesket ry, Tampereen yliopiston Terveystieteiden yksikkö, Suomalaisen Kuolemantutkimuksen Seura ry sekä Suomen Mielenterveysseura.

Vuorossa on seitsemäs konferenssi, ja teemana on **Kuoleman ja surun kohtaaminen työssä**. Näissä merkeissä keynote-puheenvuoroissa ja kokemuspuheenvuoroissa tarkastellaan kuoleman äkillistä ja yllättävää kohtaamista työyhteisössä. Tietoa aiheesta tarjoavat ihmiset, joille kuoleman ja surun kanssa toimiminen on jo itsessään ammatti. Näkökulmia on tarjolla vertaistuesta saattohoitoon, ja alansa asiantuntijat kertovat muun muassa hautaustoimistosta palveluammattina sekä työn merkityksestä surevan ihmisen henkireikänä ja pako-paikkana.

Lisäsyvyyttä konferenssiin tarjoavat tieteelliset sessiot ja työpajat, jotka esittelevät uusimpia tutkimustuloksia sekä niiden käytännön soveltamista. Käsiteltäviä aiheita ovat muun muassa itsemurha ja musiikkiterapia, jälkimmäinen myös yhteislaulun siivittämänä. Tieteellisen session esitelmät pitävät sisällään laajan kirjon, joka ulottuu lääke- ja terveystieteen näkökulmista aina surun ja kuoleman esteettisiin ja taidehistoriallisiin ulottuvuuksiin. Työpajat puolestaan valaisevat ”hyvän kuoleman” mahdollisuuksia sekä tarjoavat evästystä toiminnallisiin menetelmiin surevan tukemisessa.

Surukonferenssin iltajuhlaa vietetään totuttuun tapaan Tampereen Raatihuoneella (osoite: keskustori 10, 33210 Tampere). Kiitämme Tampereen kaupunkia, joka tarjoaa tilaisuuden juhlapaikan ja tarjottavat.

Konferenssin ohjelma ja abstraktit on koottu osallistujia varten kronologisesti tähän abstraktikirjaan.

Konferenssi tapahtuu myös sosiaalisessa mediassa Twitter-tilin @surukonferenssi välityksellä. Keskusteluun voi osallistua hashtageilla #surukonferenssi15, #surututkimus sekä #kuolemantutkimus.

Tervetuloa konferenssiin ja antoisaa osallistumista!

Huoma-Henkirikoksen uhrien läheiset ry  
KÄPY- Lapsikuolemaperheet ry  
Suomen nuoret lesket ry  
Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö  
Suomalaisen Kuolemantutkimuksen Seura ry  
Suomen Mielenterveysseura

# Ohjelma torstaina 16.4.2015

Puheenjohtaja: **Anna Liisa Aho**

**08.30-9.15 Ilmoittautuminen ja aamukahvi** (Pääatalo ala- ja yläaula)

**9.15-10.00 Tervetulo puhe**

**Surukonferenssin järjestäjien esittely** (Pääatalo luentosali D10A)

**10.00-10.30 Kokemuspuheenvuorot** (Pääatalo luentosali D10A)

**10.30-11.45 Keynote; Hautaustoimisto palvelee, Kyllikki Forsius, Hautaustoimistojen liiton puheenjohtaja.** (Pääatalo luentosali D10A)

**11.45-13.00 Lounas** (Pääatalo, Juvenes ravintola, 2 kerros)

**13.00-14.30 Työpajat ja tieteellinen sessio**

**Työpaja TTP 1**  
(luentosali A3)

**"Ehkä ei kuulunut toimenkuvaa". Surevien suomalaisten ja ammattilaisten kipeitä ja kepeitä kohtaamisia.**

Mari Pulkkinen, luennoitsija & kouluttaja, Jälki jää FM, tohtorikoulutettava, Helsingin yliopisto, Maailman kulttuurin laitos

Työpajassa tarkastellaan surevien ja heitä työssään kohtaavien ammattilaisten välisiä kohtaamisia. Luennossa kysytään, mitä surevat kohtaamisilta toivovat ja miksi toiveet eivät aina toteudu. Miksi ammattilaisten suosimat fraasit kuulostavat surevista satuttavilta sammakoilta tai silkalta sanahelinältä? Entä millaiset kohtaamiset ovat näyttäytyneet sureville kipeiden sijaan jopa kepeinä?

Luento perustuu surevilta suomalaisilta väitöskirjatutkimusta varten kerättyyn kirjeaineistoon. Työpaja koostuu luennosta (1h15min) ja keskustelusta (15min).

**Työpaja TTP 2**  
(luentosali A32)

**"Toinen kalastaa huvikseen ja toinen tekee sitä ammatikseen"**

Miia Salonen, Terhokoti sairaanhoitaja, työnohjaaja ja työyhteisöjen kehittäjä (STOry), logoterapeutti, kouluttaja

- Kipu, kärsimys, luopuminen, pelko, ja toisaalta: läsnäoleva lohdutus, myötätunto, luottamuksellinen hoitaminen. Ovatko nämä rakenteita ihmisen näköiseen elämän loppuvaiheeseen – suostumiseen mahdollistava kuolevan tie?

- Kenen vastuulla tämän tien rakentaminen on? Yhteistyökumppanuus asenteena hoitotyössä?

- Olen auttajana elävänä peilinä potilaan kärsimykselle, mutta myös itselleni ja mahdollisuuksilleni – auttamistyön arvokkaita sivutuotteita.

- Toivo, epätoivo; rohkea näkemys elämään ohjaviin elementteihin.

"Mikä on elämän tarkoitus?" tiivistyy elämän loppuvaiheen auttamistyössä raskaan surun hunnuttamiseksi kysymyksiksi kun potilas, hänen läheisensä ja auttaja niihin havahtuvat. Mutta elämä antaa kysyessään myös vastauksen mahdollisuuksia. Työpajassa tutkimme yhdessä alustukseni pohjalta "hyvän kuoleman" mahdollisuutta hoitotyön näkökulmasta.

**Työpaja TTP 3**  
(luentosali A4)

**Musiikkiterapia surutyön tukena**

Pekka Nurmi, musiikkiterapeutti

Musiikki tarjoaa symbolisen etäisyyden omiin tunteisiin. Useimmiten niitä on helpompi käsitellä ensin musiikin kautta.

Musiikkiterapiassa yhdistyy musiikki, keskustelu ja turvallinen vuorovaikutus. Käytän asiakkaiden kanssa sekä tarinallisia, että improvisatorisia menetelmiä joiden avulla voidaan käsitellä menetykseen liittyviä tunteita.

Soittamiseen liittyvä toiminta esimerkiksi nuorten kanssa helpottaa lähestymistä. Työpajassa kuunnellaan ja tuotetaan musiikkia.

Musiikkiterapiatilanteessa jokainen ääni on sopiva siihen tilanteeseen mihin se tulee.

**Tieteellinen sessio TTS**  
(luentosali D10A)

**pj: Ilona Pajari**

**Suomalainen itsemurha - historiallisia jatkuvuuksia ja muutoksia**

Miettinen, Riikka, FL, tohtorikoulutettava, Tampereen yliopisto, Yhteiskunta ja kulttuuritieteiden yksikkö, historian oppiaine

**Sisaruksen suru ja siitä selviytyminen itsemurhan jälkeen**

Saara Inna, TtK, TtM-opiskelija, Tampereen yliopisto, terveystieteiden yksikkö & Marja Kaunonen, Tt, professori, Tampereen yliopisto, terveystieteiden yksikkö & Anna Liisa Aho, Tt, dosentti, Tampereen yliopisto, terveystieteiden yksikkö

**Läheisensä menettäneen nuoren suru ja kokemus ryhmävertaistuesta**

Sipola Virpi, TtM, Kirkkohallitus & Kaunonen Marja, Tt, professori, Tampereen yliopisto/ terveystieteiden yksikkö & Aho Anna Liisa, Tt, dosentti, Tampereen yliopisto/ terveystieteiden yksikkö

**Yliluonnolliset ilmiöt sisaruksen kuoleman jälkeen**

Johanna Heino, TtM, Tampereen yliopisto/ Terveystieteiden yksikkö & Marja Kaunonen, Tt, professori, varajohtaja, Tampereen yliopisto, terveystieteiden yksikkö & Anna Liisa Aho, Tt, dosentti, Tampereen yliopisto, terveystieteiden yksikkö

**Kokemukset yhteydestä kuoleman jälkeen - havaintoja väitöskirjatutkimuksen edetessä**

Markku Siltala, teologian maisteri, pappi, psykoterapeutti, tohtoriopiskelija, Helsingin Yliopisto, teologinen tiedekunta, uskon-tiede

**Läheisten kokemuksia kotisaattohoidosta**

Keskinen, Niina, TtK-opiskelija, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, Hoitotiede, Rantanen, Anja, Tt, dosentti, yliopisto-opettaja, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, Hoitotiede

**14.30-15.00 Päiväkahvi** (Pääatalo yläaula, 2 kerros)

**15.00-15.30 Yhteenveto työpajoista ja tieteellisestä sessiosta** (Pääatalo luentosali D10A)

**15.30-16.30 Keynote; Saattohoidon vapaaehtoiset kuolevan ja hänen läheistensä tukena, Auli Vähäkangas,** TT, Helsingin yliopisto. (Pääatalo luentosali D10A)

**19.00 Ohjelmallinen iltajuhla** Tampereen Raatihuoneella. Iltajuhlissa esiintyy Torvikoplan fonikvartetti.

**21.00 Ruusu-Konsertti** London pubissa (Pellavatehtaankatu 8) Esiintyy Juri Lindeman, Katri Metso Band. Konsertin tarjoaa Huoma -Henkirikoksen uhrien läheiset ry

# Ohjelma perjantaina 17.4.2015

Puheenjohtaja: **Mikko Kallionsivu**

**9.00-9.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi** (Pääatalo ala- ja yläaula)

**09.30-10.00 Kokemuspuheenvuorot** (Pääatalo luentosali D10A)

**10.00-11.30** Keynote; **Sureva työyhteisössä, Nenne Amnell, KM**, leadership coach, työnohjaaja STOrY, NLP-master, psykoterapiaopiskelija. (Pääatalo luentosali D10A)

**11.30-12.30 Lounas** (Pääatalo, Juvenes ravintola, 2 kerros)

**12.30-14.00 Työpajat ja tieteellinen sessio**

**Työpaja PTP 1**  
(luentosali A32)

**Toiminnalliset menetelmät surevan tukemiseen**

Nenne Amnell, KM, leadership coach, työnohjaaja STOrY, NLP-master, psykoterapiaopiskelija.

Työpajassa tutustutaan, kokeillaan ja tutkaillaan toiminnallisia menetelmiä, jotka soveltuvat sekä aikuisten että nuorten surun käsittelyyn.

Menetelminä työpajassa käytetään mm. kuvatyöskentelyyn yhdistettävää kirjoittamista, tunteet kehon kartalla -menetelmää sekä mielikuva- ja NLP -tekniikoita. Osallistujilla ei tarvitse olla aiempaa kokemusta menetelmien käyttämisestä. Voit hyödyntää menetelmiä omana itsenäsi tai vaikkapa terapiatyön ammattilaisena.

**Työpaja PTP 2**  
(luentosali C9)

**Lähellä muistot – vain sydämen matkan päässä**

Mari Vallemaa, opettaja, taidekasvattaja, vertaistukiryhmänohjaaja ja Viivi Suihkonen, Surunauha ry:n järjestökoordinaattori, opettaja, taidekasvattaja

Vietä kanssamme taidehetki muistojesi äärellä. Saat mahdollisuuden hiljentyä työstämään suruasi taiteen keinoin. Aiempaa kokemusta taide työskentelystä ei tarvita.

\*Muistoista aika rakentaa lohdutuksen.\*

**Työpaja PTP 3**  
(luentosali A3)

**Lohdutuksen laulut**

Pekka Simojoki, gospelmuusikko

Muusikko Pekka Simojoki laulaa suruun liittyviä laulujaan ja kertoo niiden taustalla olevia tarinoita. Hän jakaa myös kokemuksiaan siitä, miten laulut voivat olla apuna surun kohtaamisessa. Ehkä jotain saadaan laulaa yhdessäkin.

**Tieteellinen sessio PTS**  
(luentosali D10A)

**pj: Juha Itkonen**

**Lapsen kuoleman genetiikka**

Dr. Jukka Laine, MD, PhD, Pediatric Pathologist, Turun yliopistollinen sairaala

**Suru, menetys ja kuolema Hans Holbein nuoremman tuotannossa**

Kallionsivu, Mikko, FT, post doc -tutkija, Kieli-, käännös- ja kirjallisuustieteiden yksikkö.

**Mitä se lounatuuli nauraa? Se nauraa, jos joku on iloinen - surusta syntyneet leikkipuistot**

Sandberg, Birgitta, KTT, Dosentti, Turun yliopiston kaupparkeakoulu & Hurmerinta, Leila, KTT, Professori, Turun yliopiston kaupparkeakoulu

**Kielteiset muutokset perheen toiminnassa lapsen kuoleman jälkeen**

Aho, Anna Liisa, TtT, dosentti, Tampereen Yliopisto Terveystieteiden yksikkö & Turunen, Emmi, TtM-opiskelija, Sairaanhoidtaja AMK, Tampereen Yliopisto Terveystieteiden yksikkö, Helsingin ja Uudenmaan Sairaanhoidtopiiri & Kaunonen, Marja, TtT, professori, Tampereen Yliopisto Terveystieteiden yksikkö, Pirkanmaan Sairaanhoidtopiiri

**Parisuhteeseen saatu tuki lapsen kuoleman jälkeen**

Piia Kekäläinen, TtK, TtM-opiskelija, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö & Marja Kaunonen, TtT, professori, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö; Pirkanmaan sairaanhoidtopiiri, Yleishallinto & Anna Liisa Aho, TtT, dosentti, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö

**Syöpää sairastavien kokemukset kuolemaan liittyvistä peloista ja niihin vaikuttavista tekijöistä**

Pekka Komulainen, TtK, TtM-opiskelija, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö & Anna Liisa Aho, TtT, dosentti, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö

**14.00-14.30 Päiväkahvi** (Pääatalo yläaula, 2 kerros)

**14.30-15.00 Yhteenveto työpajoista ja tieteellisestä sessiosta** (Pääatalo luentosali D10A)

**15.00-15.45** Keynote; ”Työ on henkireikä” - Työssäkäyvän suru ja siitä selviäminen, **Kaisa Kauppinen**, VTT, dosentti, tutkimusjohtaja, Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos, sosiaalipsykologia. (Pääatalo luentosali D10A)

# Hautaustoimisto palvelee

*Kyllikki Forsius, MHT, toimitusjohtaja. Puheenjohtaja, Suomen Hautaustoimistojen Liitto ry*

*Olen toiminut yrittäjänä hautaustoimistossa 24 vuotta vuodesta 1991, jolloin olemme perustaneet oman yrityksemme Vantaalle ja vuodesta 2008 myös Suomen Hautaustoimistojen Liitto ry:n puheenjohtajana.*

Hautaustoimistot palvelevat omaisia kaikissa hautausjärjestelyissä ja opastavat kuoleman jälkeen tarvittavissa toimissa.

Useimmiten kuolema tapahtuu sairaalassa ja sairaalan henkilökunta huolehtii ensin vainajasta ja hoitaa tarvittavat ensitoimenpiteet. Hautaustoimisto voi hoitaa vainajan arkkuun laittamisen myös kotona, mikäli henkilöllä on hoitava lääkäri joka kirjoittaa kuolintodistuksen eikä erillistä kuolemansyyn selvittämistä tarvita. Jos ihminen kuolee muualla tai kotona äkillisesti, on paikalle kutsuttava lääkäri ja tarvittaessa myös poliisi, jolloin vainaja siirretään kuolemansyyn selvittämiseksi oikeuslääketieteelliseen kuolemansyyn tutkimukseen. Hautaustoimistot hoitavat myös nämä vainajien kuljetukset.

Kuolemaan liittyviä asioita yhdessä hautaustoimiston kanssa hoitavat yleensä lähiomaiset tai heidän valtuuttamansa henkilö. Jos lähiomaisia ei ole, huolehtivat hautauksesta vainajan koti- tai kuolinpaikkakunnan sosiaaliviranomaiset. Hautaustoimilain mukaan on vainajan ruumis ilman aiheetonta viivytystä haudattava tai tuhkattava.

Omaisille helpointa olisi kuoleman jälkeen lähteä hoitamaan asioita hautaustoimistossa. Suomen Hautaustoimistojen Liitto ry valvoo jäsenliikkeidensä toimintaa ja kouluttaa jäsenistöään, joten toimistoissa on saatavana ammattilaisten apua. Hautaustoimistot ottavat omaisilta hoidettavaksi käytännön asiat ja opastavat kaikissa kuoleman jälkeen tarvittavissa toimissa. Näin omaisille jää hoidettavaksi mahdollisimman vähän järjestelyjä sekä asioiden selvittelyä ja heillä on rauha surutyölle. Useimmilla hautaustoimistoilla on päivystys ja neuvonta 24 tuntia. Kuolemantapauksen jälkeen hautaustoimistoista voi heti halutessaan ja tarpeen mukaan kysyä neuvoa ja toimintaohjeita.

Hautaustoimistossa voi asioida heti kuolintapauksen jälkeen, hautaustoimisto huolehtii hautausluvasta ja kuolintodistuksesta. Toimisto selvittää myös tarvittavat aikataulut. Jokaisen ihmisen tulisi saada oman vakaumuksensa ja toivomuksensa mukaiset hautausjärjestelyt. Järjestelyjen lähtökohtana ovat vainajan ja omaisten toivomukset, näiden mukaan suunnitellaan ja toteutetaan hautaus sekä siunaus- tai saatto/muistotilaisuutta ja niiden ohjelmaa. Hautaustoimistoissa tulee olla tietoa ja opastusta eri uskontokuntiin kuuluvien että uskonnottomien hautaustavoista palveluineen.

Hautaustoimisto varaa ajat, paikat ja toimittajat tilaisuuteen. Toimistot sopivat yleensä seurakunnan kanssa hautapaikkaan liittyvät asiat ja antavat informaatiota eri vaihtoehtoista omaisille. Omaisten kanssa suunnitellaan hautaustilaisuuden ohjelma ja siihen liittyvät yksityiskohdat siten, että omaisille jää hoidettavaksi ainoastaan hautajaisvieraiden kutsuminen. Tänä päivänä hautaustoimistot ovat palveluyrityksiä, jotka järjestävät omaisten toivomusten mukaisen tilaisuuden sekä muita kuoleman jälkeen hoidettavia asioita. Hautaustoimiston palveluun kuuluu lisäksi hautausalan tuotteiden myyminen, kuten arkku, urna, kukkalaitteet, hautamuistomerkit ja pitopalvelu. Lisäksi useimmat toimistot tekevät perunkirjoituksia. Toimistoissa selvitetään myös vakuutus- ja eläketurva-asioita sekä niiden hakemuksia. Monilla paikkakunnilla omaiset joutuisivat hoitamaan asioita eri paikoissa ja eri puolella kaupunkia, antaessaan toimeksiannon hautaustoimistolle he voivat hoitaa kaikki asiat yhdessä paikassa.

Hautaustilaisuus on yhtä ainutkertainen ja tärkeä tilaisuus kuin muutkin perhejuhlat, joten sen toteuttamisessa on tärkeää saada ammattilaisten apua. Siksi hautaustoimistot ovat asiantuntijoita tämän palvelun järjestämiseksi. Hautausjärjestelyt voi myös suunnitella oman kuolemansa varata etukäteen, tässäkin hautaustoimistot ovat apuna.



# ”Ehkä ei kuulunut toimenkuvaan” – Surevien suomalaisten ja ammattilaisten kipeitä ja kepeitä kohtaamisia

*Mari Pulkkinen, FM, tohtorikoulutettava, Helsingin yliopisto, Maailman kulttuurien laitos, uskontotiede kouluttaja & luennoitsija, Jälki jää*

Kuolemansurua ja surevia ympäröi alati kasvava joukko eri alojen ammattilaisia. Laitostuneen kuoleman ja medikalisoituneen surun aikakaudella läheisensä menettäneet kohtaavat niin hoitoalan ja seurakuntien työntekijöitä, mielenterveyssektorin ammattilaisia kuin hautaustoimen ja erilaisten surevia tukevien tahojen työntekijöitä. Kohtaamiset muodostavat surevien kokemuksessa merkittävän areenan, jolla menetyksen sosiaalista ulottuvuutta eletään todeksi. Ammattilaisten näkökulmasta surevat ovat potilaita tai asiakkaita – kuitenkin erityisellä tavalla, sillä läheisensä menettäneet ovat kohdanneet erään ihmiselämän merkittävimmistä kokemuksista. Tämä tekee kohtaamisista paitsi ammatillisia, myös inhimillisiä.

Kohtaamiset läheisensä menettäneiden ja työssään surevia kohtaavien välillä sisältävät lukuisia kipupisteitä ja haasteita. Ongelmakohtia paljastamalla ja ymmärtämällä voidaan tarjota kuolemaa, surua ja surevia työssään kohtaaville entistä parempia edellytyksiä tukea läheisensä menettäneitä ja ymmärtää kuolemaa ja surua ilmiöinä. Tämä voi olla merkittävää surevan kokemuksen kannalta mutta myös edesauttaa ammattilaisten työssäjaksamista. Kipupisteiden ohella kohtaamiset surevien ja ammattilaisten välillä voivat olla myös surevia kannattelevia. Jäljittämällä positiivisia kohtaamisia voidaan lisätä ymmärrystä siitä, mitkä tekijät muodostavat ammatillisista kohtaamisista onnistuneita niin surevan kuin ammattilaisen näkökulmasta.

Surevien ja ammattilaisten välisiin kohtaamisiin liittyvät vaikeudet kiinnittyvät surevien näkökulmasta erityisesti ammattilaisten kyvyttömyyteen asettua sopivalle etäisyydelle suhteessa surevan subjektiiviseen kokemukseen. Ammatilaisilta odotetaan kykyä löytää sopiva henkinen ja fyysinen etäisyys surevaan, mutta myös menetyskokemuksen ainutkertaisiin ja arkisiin piirteisiin. Ammattimaisuuden ja asiantuntijuuden ohella toivotaan kykyä tarkastella tilannetta surevan näkökulmasta menetyskokemukseen liittyvien yksityiskohtien tasolla. Vaikeimpia kohtaamiset ovat surevat näkökulmasta silloin, kun ammattilainen etäännyttää surevan kokemuksesta tai ei kykene tuottamaan kokemusta avun antamisesta. Toisin kuin maallikoilta, ammatilaisilta odotetaan neuvoja, ohjeita ja mielipiteitä. Haasteelliseksi tilanteen tekee ammattilaisten näkökulmasta se, etteivät nämä kuitenkaan saisi asettua ristiriitaan surevan omaksuman surukäsityksen kanssa. Tämä korostaa tarvetta synnyttää jaettavaa surua koskevaa ymmärrystä.

Ammatillisissa kohtaamisissa on pidetty tärkeänä pyrkimystä säilyttää ammatillinen etäisyys suhteessa asiakkaaseen tai potilaaseen. Tavoitteina kohtaamisissa voi olla myös ammatillinen läheisyys: osaamiseen ja tietotaitoon, mutta ensisijaisesti ihmisyyteen perustuva lähestymistapa, jossa ei suojauduta surua koskevien, usein vanhentuneiden teorioiden taakse, vaan lähdetään liikkeelle pyrkimyksestä ymmärtää yksittäisen surevan kokemusta. Ammatillinen läheisyys merkitsee kykyä asettua sopivalle etäisyydelle – usein monella tasolla lähelle – surevan kokemusta. Ammatillisen läheisyyden turvin voidaan tavoitella inhimillisen myötätunnon maksimointia ammatillisissa kohtaamistilanteissa – kuitenkin ymmärtäen, ettei toisen kokemuksesta voi päästä täysin osalliseksi sen enempää teorioiden kuin ihmisyyden voimin. Tämän ymmärtäminen vapauttaa ammattilaisen tekemään työnsä ja kohtaamaan surevan ihmisenä, ilman painetta pystyä tarjoamaan lopullista lohtua.

Luennon sisältö perustuu Helsingin yliopiston Maailman kulttuurien laitokselle tekeillä olevaan väitöskirjatyöhön ”Surusta sairas, kuolemasta kipeä? Läheisen menettäminen moniulotteisena ja kontekstualisoituna kokemuksena”. Väitöskirjan tutkimusaineisto koostuu vuosina 2003-2005 lehti- ja Internet-ilmoituksin kerätyistä, surevien suomalaisten omakohtaisista kirjeistä. Aineisto sisältää yhteensä 159 iältään 16-97-vuotiaiden, eri puolilla maata asuvien, suomalaisten kirjoittamaa kirjettä. Kirjeissään kirjoittajat käsittelevät myös kohtaamisiaan eri ammattiryhmien edustajien kanssa. Vaikka merkittävä osa kertomuksista ajoittuu 2000-luvulle, tarjoavat eri vuosikymmenille ajoittuvat menetyskokemukset perspektiivin myös kohtaamisia ympäröivän kulttuurin ajalliselle muutokselle.

## ”Toinen kalastaa huvikseen ja toinen tekee sitä ammatikseen”.

*Miia Salonen, Terhokoti / Koulutus*

Kahdeksankymmentäluvulla alettiin kiinnittää huomiota elämän loppuvaiheen hoitoon. Terminaalihoito-ohjeiden kautta siirryttiin hitaasti palliatiivisen eli oirehoidon kehittymisen myötä tarkastelemaan siitä erottuvaa loppuvaihetta, saattohoitoa. Suomeen syntyivät nykyiset saattohoitokodit, vuonna 1988 Pirkanmaalle ja Helsinkiin, vuonna 1994 Turkuun, ja Hämeenlinnaan vuonna 2002.

Muun muassa näiden laitosten keräämä tieto ja kokemus on pitänyt saattohoidon laatua ja kehittämistä valtakunnallisena puheenaiheena. 2014 Yhteisvastuukeräyksen kotimainen kohde on saattohoidon valtakunnallinen koulutus ja kehittäminen 2014–2017.

Kuolleiden lukumäärä Suomessa on ollut viimeiset 20 vuotta 47 000–50 000 vuodessa. Vuonna 2012 kuoli 51 737 henkilöä. Suurin osa heistä kuoli sairaaloissa ja terveyskeskusten vuodeosastoilla. Vuonna 2008 kuoli 17 prosenttia suomalaisista omassa kodissaan ja 13 prosenttia erilaisissa hoivalaitoksissa.

Hoitotyö on osallisena ihmiskohtaloissa, kärsimyksessä ja vääjäämättömän kohtaamisessa – elämäntilanteissa, joita voimme ajatella mystereinä, ei ratkaistavissa olevina ongelmina. Näissä mysteereissä velvollisuutemme on olla mukana ja käytettävissä. Näin nähtynä se ei ole vain suoritettavaa työtä vaan monisuuntaista keskustelua elämän peruskysymyksistä!

Saattohoito sisältää kohtalonomaisuutta, asioita, joita emme voi muuttaa. Samalla se sisältää asioita, joihin voimme vaikuttaa – ja joitakin asioita, joita voimme jopa muuttaa. Näitä tilanteita arvioidessamme ratkaisevaan asemaan nousevat asenteemme. Mitä näemme katsoessamme potilasta?

Kun haluamme kohdata elämän loppuvaiheen ja kuoleman kysymyksiä hoitotyön kehittämisen ja hoitajana kasvamisen näkökulmasta, lähtökohtina siihen ovat asenteemme ihmisarvon, hoitotyön arvon ja eettisen perustan toteutumiseen. Näistä kumpuavat arkityön valinnat kohtaamiseen, läsnäoloon ja myötätuntoon – hoitokumppanuuteen, jonka varassa kuolemaansa lähestyvä potilas ja hänen läheisensä kamppailevat kompromisseja tehden.

Mistä rakentuu *kylliksi hyvä tapa kuolla*? Mitä seurauksia hyvästä saattohoidosta olisi?

# Musiikkiterapia surutyön tukena

*Pekka Nurmi, musiikkiterapeutti*

Suru ja menetystä voi työstää monillakin musiikkiterapeuttisilla menetelmillä. Menetelmät riippuvat surevan henkilön tarpeista. Työpajassa keskitymme kuunteluun, tarinallisen improvisaation menetelmiin ja rytmin kokemiseen. Suruun liittyy monenlaisia tunteita ja ne ovat kaikki hyväksytyjä.

Musiikin kuuntelulla voidaan auttaa suruun liittyvien tunteiden kohtaamisessa ja hyväksymisessä. Monen on helpompi jutella menetyksestään ja siihen liittyvistä teemoista kuuntelun kautta.

Omien kappaleiden tekeminen tai improvisaatiosoittaminen jäsentää surevan ajatuksia. Kappaleisiin rakentuu yleensä tarinoita, jotka ovat tekijälleen merkityksellisiä. Tarinan hahmot ja tilanteet voivat olla verhottuja satuun ja huumoriinkin, mutta tekijä ymmärtää mistä siinä on kyse.

Musiikkiterapeuttina ajattelen, että teos itsessään ei ole niin merkittävä kuin sen tekoprosessi. Asioiden tekeminen, jakaminen luotettavan ihmisen kanssa ja sen jälkeen riittävä keskusteleminen jäsentävät suruprosessia ja tukevat elämässä eteenpäin jatkamisessa. Tärkeintä on löytää itselle ominainen väylä ajatuksille. Pidän hyvänä, jos käsittelyssä yhdistyy fyysinen tekeminen ja tunne. Musiikkiterapiassa rummut ovat tässä hyvä väline. Siinä keholliset jännitteet purkautuvat samalla kun ilmaistaan tunnetta.

Onnistumisen kokemukset ja ilo ovat tärkeitä terapiaprosessissa.

# Suomalainen itsemurha – historiallisia jatkuvuuksia jatkuvuuksia ja muutoksia

*Miettinen, Riikka, FL, tohtorikoulutettava, Tampereen yliopisto, Yhteiskunta ja kulttuuritieteiden yksikkö, historian oppiaine*

Esitelmä käsittelee itsemurhailmiössä ja -käyttäytymisessä tapahtuneita jatkuvuuksia ja keskeisimpiä muutoksia Suomen alueella pitkällä aikavälillä (n. v. 1600–2014). Esitelmässä keskitytään erityisesti itsemurhan yleisyydessä ja esiintymisessä sekä itsemurhan tekotavoissa havaittavissa oleviin muutoksiin ja jatkuvuuksiin Suomessa. Esitelmän aineistona toimivat (aikajärjestyksessä) 1600-luvun oikeudellisista asiakirjoista koottu tapausaineisto, itsemurhatilastot v. 1751 lähtien, 1800- ja 1900-luvun itsemurhia käsittelevät tutkimukset sekä tuoreimmat tilastot ja tutkimukset suomalaisten itsemurhista.

Kaikki säilyneet aineistot viittaavat siihen, että itsemurha oli erittäin harvinainen ilmiö esimodernissa Suomessa. Itsemurhien räjähdysmäinen kasvu alkoi vasta 1800-luvun lopulla. Itsemurha näyttää koko 400 vuoden tarkastelujaksolla olleen vahvasti sukupuolittunut ilmiö: miehet ovat aina muodostaneet huomattavan enemmistön itsemurhan tekijöistä. Myös tekotavat ovat vuosisatojen kuluessa olleet eri tavoin sukupuolittuneita. Suomessa esimerkiksi itsensä surmanneet naiset hukuttautuiivat suhteellisesti useammin kuin miehet jo 1600-luvulta lähtien kun taas miehet ovat käyttäneet ampuma- ja teräaseita huomattavasti useammin; samat linjat ovat jatkuneet näihin päiviin. Itsemurhan tekotavoissa tapahtui merkittäviä muutoksia vasta 1900-luvulla, kun erilaiset kemialliset valmisteet ja ampuma-aseet alkoivat olla paremmin saatavilla. Tästä huolimatta suomalaisena - ja pohjoismaisena - erityispiirteenä on säilynyt hirttäytymisen yleisyys.

Itsemurha-asteen ja tekotapojen muutokset heijastelevat suomalaisessa yhteiskunnassa ja kulttuurissa tapahtuneita hitaita ja äkillisempiä mullistuksia (mm. teollistuminen, kaupungistuminen, modernisaatio, sekularisaatio, sotien ja muiden kriisien vaikutus) ja jatkuvuudet kertovat itsemurhakäyttäytymisen meemiytymisestä. Esimerkiksi kulttuuriset sukupuoliroolit ja -odotukset sekä jäljittelyn ja toistojen kautta muodostuneet mallit selittävät ilmiössä havaittavissa olevia pitkiä jatkumoa.

# Sisaruksen suru ja siinä selviytyminen itsemurhan jälkeen

*Saara Inna, TtK, TtM-opiskelija & Marja Kaunonen, TtT, professori & Anna Liisa Aho, TtT, dosentti, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede*

Suomessa tehtiin 873 itsemurhaa vuonna 2012. Itsemurha on yhteiskunnallisesti merkittävä, vaiettu ja paljon inhimillisiä voimavaroja kuluttava ilmiö. Itsemurhan tehnyt jättää jälkeensä monta ihmistä, joiden elämään se vaikuttaa niin emotionaalisesti, sosiaalisesti kuin taloudellisesti. Sisaruksen itsemurhan kohtaaminen on yksi stressaavimmista ja kriittisimmistä tapauksista eloonjääneille sisaruksille selvitä. Suru muuttaa sisarusten elämän laatua ja toimivuutta. Huolimatta veljen tai siskon itsemurhan vaikutuksista sisaruksiin, on tutkimuksissa vähän kiinnitetty siihen huomiota. Suomessa sisaruksen surua on tutkittu vähän.

**Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvailla sisaruksen surua ja siitä selviytymistä veljen tai siskon itsemurhan jälkeen. Tutkimuksesta saatu tieto auttaa surevia sisaruksia kohtaavia ymmärtämään sisaruksen kokemaa surua. Tutkimusaineisto kerättiin e-lomakkeen ja haastattelujen avulla. E-lomake sisälsi 11 taustamuuttuja kysymystä ja viisi avointa kysymystä. Haastatteluiden teemoina olivat surutuntemukset, surussa selviytymisen edistävät sekä estävät tekijät ja itsemurhan tuomat muutokset sisarusten elämässä. Tutkimukseen osallistui 26 sisarusta. Tutkimusaineisto analysoitiin induktiivista sisällönanalyysejä käyttäen.**

Sisarusten suru ilmeni kokonaisvaltaisena kokemisena ja sielun sirpaloitumisena. Sisarusten surussa kokonaisvaltainen kokeminen sisälsi voimakkaiden ja vaihtelevien tunteiden läpikäymistä. Suru vaikutti sisarusten fyysiseen hyvinvointiin ja muutti heidän elämänsisältöä. Sisarukset pyrkivät surussa erilaisin keinoin löytämään selityksen sisaruksen itsemurhalle. Suuresta surusta huolimatta sisaruksen yrittivät suoriutua elämässä eteenpäin. Sisarusten surussa selviytymistä edisti surun sirpaleiden sovittaminen sisarusten omaan elämään. Selviytymisessä oli tärkeää läheisiltä ihmisiltä saatu tuki, itsemurhan käsitteleminen ja oman surutyötavan löytäminen. Sisarusten surussa selviytymistä esti suruprosessin sirpaloituminen. Sisarusten suru oli monien murheiden kantamista. Sisaruksen joutuivat usein sivullisiksi surijoiksi ja jäivät yksi suremaan menetystään. Sisarukset kantoivat sisällään voimakkaita häpeän sekä syyllisyyden tunteita. Oman surunsa lisäksi sisarukset ottivat kantaakseen läheistensä surua. Tutkimuksessa tuotettua tietoa voidaan käyttää vertaistukitoiminnan kehittämisessä ja terveydenhuoltohenkilöstön, sekä muiden surevia sisaruksia kohtaavien koulutuksessa.

# Läheisensä menettäneen nuoren suru ja kokemus ryhmävertaistuesta

*Sipola Virpi, TtM, Kirkkohallitus & Kaunonen Marja, TtT, professori & Aho Anna Liisa, TtT, dosentti, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede*

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata perheenjäsenen kuoleman kokeneen nuoren surua ja kokemusta ryhmävertaistuesta. Tutkimusaineisto kerättiin haastattelemalla kymmentä (N=10) ryhmävertaistukeen osallistunutta nuorta. Nuoret olivat iältään yhdeksästä seitsemääntoista vuotiaita. Aineisto analysoitiin induktiivista sisällönanalyysia käyttäen. Nuoret olivat osallistuneet Käpy ry:n, Suomen Mielenterveysseuran, Espoon Evankelisluterilaisten seurakuntien, Helsingin Evankelisluterilaisten seurakuntien ja Terhokodin yhdessä järjestämiin vertaisryhmiin.

Nuoren suru oli kuoleman tapahtumaan ja menetykseen kohdistuvia reaktioita, nuoren omaan olemiseen liittyvää alavireisyyttä, ikävää, eksistentiaalisten kysymysten pohtimista ja surun tunteen ja kuoleman ajattelemisen välttämistä. Nuoren surussa vuorottelevat surun tunteiden valtaan suostuminen ja kuolemaan ja suruun liittyvien tunteiden ja ajatusten välttäminen. Ajan kuluminen vaikutti nuoren suruun. Pian läheisen kuoleman jälkeen kuolema ja menetys täyttivät nuoren ja hänen läheistensä elämän. Elämä tuntui raskaalta, nuori ikävoi kuollutta ja oli huolissaan läheistensä selviämisestä. Ajan kuluessa suru laantui ja nuoren elämänhallinnan tunne vahvistui.

Ryhmävertaistuksessa nuoren suruprosessia edistäviksi asioiksi muodostuivat vertaisuuden kokemus, ryhmätoiminnan kokeminen mielekkäänä, myönteinen kokemus ryhmän ohjaajista, sosiaalisten suhteiden vahvistuminen ja autetuksi tulemisen kokemus. Ryhmävertaistuki merkitsi nuorelle mahdollisuutta jakamiseen, ymmärretyksi tulemiseen ja omien kokemusten peilaamiseen toisten vertaisten kokemuksiin. Surun ja kuoleman käsittely monipuolisesti, toiminnallisten menetelmien avulla oli nuorelle tärkeää. Ryhmän ohjaajan ammattitaito, vuorovaikutustaidot ja asenteessa näkyvä kunnioitus nuorta ja nuoren surua kohtaan edistivät nuoren suruprosessia. Nuoren suruprosessia estäviksi asioiksi nousivat vertaisryhmän heterogeenisyys, pettymys ryhmävertaistukeen, henkilökohtaisen osallistumismotivaation puuttuminen ja liian pieni ryhmäkoko.

Nuoren suru on kokonaisvaltaista ja selviäminen vie paljon nuoren voimavaroja. Ryhmävertaistuki edistää nuoren suruprosessia silloin, kun se on toteutettu nuoren tarpeista käsin huomioiden nuoren psyykkinen kehitystaso ja kognitiiviset taidot. Tuloksia voidaan hyödyntää erityisesti ryhmävertaistuen sisällöllisen laadun kehittämisessä enemmän osallistujalähtöiseksi.

# Yliluonnolliset ilmiöt sisaruksen kuoleman jälkeen

*Johanna Heino, TtM, & Kaunonen Marja, TtT, professori & Aho Anna Liisa, TtT, dosentti, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede*

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata sisaruksien kokemia yliluonnollisia ilmiöitä ja niiden seurauksia sisaruksensa kuoleman jälkeen. Tutkimuskysymyksinä olivat: 1) Minkälaisia yliluonnollisia ilmiöitä sisarukset kokevat sisaruksensa kuoleman jälkeen? ja 2) Minkälaisia seurauksia koetuilla yliluonnollisilla ilmiöillä on sisaruksille?

Tutkimusaineisto (n=15) kerättiin e-lomakkeella surujärjestöjen verkkosivujen ja jäsenpostituslistan kautta sekä sellaisilta internetin keskustelupalstoilta, jossa läheisensä kuoleman kokeneet ovat kirjautuneina. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

Sisaruksien kokemat yliluonnolliset ilmiöt olivat aistimukseen liittyviä, mieleen ja toimintoihin vaikuttavia ilmiöitä. Aistimukseen liittyviä ilmiöitä olivat haju-, kuulo-, näkö- ja tuntoaistittavat ilmiöt sekä läsnäolon kokemisen ilmiöt. Mieleen vaikuttavat ilmiöt jaettiin ajatuksiin sekä uniin vaikuttaviin. Ajatuksiin vaikuttavat ilmiöt muodostuivat sisaruksiin liittyvien ajatusten kokemisesta ja yliluonnollisten tuntemusten kokemisesta. Toimintoihin vaikuttavia ilmiöitä olivat omaan, muiden elollisten sekä valojen toimintaan vaikuttavat ilmiöt.

Yliluonnollisten ilmiöiden seuraukset olivat ajatteluun sekä toimintaan vaikuttavia tuntemuksia. Ajatteluun vaikuttavat seuraukset sisälsivät yliluonnolliseksi koettuun ilmiöön suhtautumisen ja psyykkisen reagoimisen. Toimintaan vaikuttavat seuraukset jaettiin yliluonnollisten ilmiöiden kokemiseen kielteisinä tai myönteisinä tuntemuksina, fyysisenä vaikutuksena tai toimintatapojen muuttamisena.

Sisaruksen kuoleman jälkeen voi ilmaantua hyvin erilaisia yliluonnollisia ilmiöitä. Yliluonnollisiin ilmiöihin voidaan suhtautua surua tukevasti tai suremista haittaavasti. Yliluonnolliset ilmiöt sisaruksen kuoleman jälkeen voivat vaikuttaa ajatteluun ja toimintaan. Tutkimustulokset voivat rohkaista läheisensä menettäneitä kertomaan avoimesti surun jälkeen ilmaantuvista yliluonnollisten ilmiöiden kokemuksista sekä niiden seurauksista.

# Kokemukset yhteydestä kuoleman jälkeen • havaintoja väitöskirjatyöskentelyn edetessä

*Markku Siltala, teologian maisteri, pappi, psykoterapeutti, tohtoriopiskelija, Helsingin Yliopisto, Teologinen tiedekunta, uskontotiede*

Väitöskirjan työnimi on ”Kokemukset kuolleen läsnäolosta, sekä niiden vaikutus käsityksiin elämästä ja kuolemasta”. Kokemukset kuolleen läsnäolosta ovat arkielämässä melko yleisiä, vaikka niitä onkin suhteellisen tutkittu vähän. Aihetta on silti tuttu useissa tieteissä; suruun ja kuolemaan liittyen sitä on tutkittu usein yhtenä tutkimuskysymyksenä. Toisaalta, suomalaisessa kansanuskossa yhteys tuonpuoleiseen näyttäytyy vahvasti monin elementein.

Millaisia ovat ihmisten kokemukset yhteydestä kuoleman jälkeen? Väitöskirjani tavoitteena on tutkia, millaisia kuolleen läsnäolo- ja unikokemuksia ihmiset kertovat sekä sitä, mitä tällaiset kokemukset heille merkitsevät, ja mitä ne ovat vaikuttaneet heidän elämäänsä ja käsityksiinsä. Tutkimukseen otettujen kokemuskertomusten kriteerit ovat: kyseessä spontaani henkilökohtainen uni- tai aistikokemus, joka merkitsee kokijalleen tietyn kuolleen läsnäoloa tai yhteydenottoa.

Väitöskirjatyö on induktiivinen, uskontofenomenologinen perustutkimus. Tutkimusproseduuri etenee laadullisen Grounded Theory –menetelmän mukaisesti: tutkimusaineisto on koodattu, luokiteltu, kategorisoitu ja analysoitu teoreettisten ehdotusten muodostamiseksi. Tutkimusaineisto käsittää noin 500 kokemuskertomusta.

Ensisijainen tavoitteeni on luoda aiheen aineistolähtöinen teoreettinen käsitteistö ja luokittelu. Tulen antamaan kokonaiskuvan ko. kokemuksista sekä valmiuksia ja työvälineitä, ja tuotan myös teoriaa aiheen tieteelliselle tutkimukselle. Tavoitteeni on lisätä yleistä tietoa ja ymmärtämystä ko. kokemuksia kohtaan, sekä antaa välineitä yleiseen keskusteluun.

Surukonferenssin 2015 esitelmässä julkistetaan joitakin väitöskirjatyöskentelyn edetessä nousseita havaintoja kuten: minkä ajan kuluttua yleisimmin ihmiset kokevat kuolleen läsnäolon? millaisessa paikassa ja tunnemaaisemassa läsnäoloa aistitaan? tunnistavatko kokijat aina, kenestä on kyse? mikä osuus kokemuksissa yhteydestä kuoleman jälkeen on kuolleella ja mikä osuus elävällä?



# Läheisten kokemuksia kotisaattohoidosta

*Keskinen, Niina, TtK-opiskelija & Rantanen, Anja, TtT, dosentti, yliopisto-opettaja, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede*

Tutkimusten mukaan tulevaisuudessa saattohoidon tarve tulee Suomessa kasvamaan ja saattohoitopaikkoja tullaan tarvitsemaan lisää. Viime vuosikymmenien aikana saattohoitopalveluja on kehitetty ympäri maailmaa ja saattohoidon laatua on pyritty parantamaan. Kotona toteutettava saattohoito antaa kuolevalle mahdollisuuden viettää viimeiset elinajat tutussa ympäristössä, jossa myös perheen osallistuminen hoitoon on helpompaa. Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata läheisten kokemuksia kotisaattohoidosta.

Systemaattinen kirjallisuushaku tehtiin Cinahl, Medic, Medline ja PsycINFO -tietokannoista sekä täydennettiin manuaalihakulla. Alkuperäistutkimuksia haettiin katsaukseen mukaan vuosilta 2004–2014. Katsaukseen valikoitui 20 tutkimusta, jotka koostuivat sekä kansainvälisistä että kotimaisista tutkimusartikkeleista. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

Kotisaattohoito toi läheisten elämään uudenlaisen arjen, jossa kuoleva oli riippuvainen läheisestä. Perheessä ajankäyttö muuttui ja kuolevan tarpeet laitettiin etusijalle. Kotisaattohoito saattoi tuoda muutoksia kuolevan ja läheisen suhteeseen ja muutoksia läheisen ajattelumaailmaan. Läheiset kokivat kotisaattohoidon henkisesti ja fyysisesti raskaaksi. Koti mahdollisti kuolevan potilaan yksilöllisen hoidon, arjen jatkumisen normaalina, koko perheen osallistumisen hoitoon sekä loi mahdollisuuden muistojen muistelulle. Kotisaattohoidon aikana tukiverkoston apu oli korvaamatonta, mutta sitä toivottiin saavan enemmän. Kotona pärjäämiseen vaikutti kuolevan ja läheisen asennoituminen hoitoon sekä muun elämän yhdistäminen hoitoon, taloudelliset asiat ja hoidollisista asioista selviytyminen.

Kotisaattohoito on läheiselle uusi tilanne, joka tuo mukanaan paljon muutoksia. Kirjallisuuskatsauksen tulokset osoittivat, että ulkopuolelta saatu tuki on välttämätöntä kotisaattohoidon toteutumiselle. Kuolevan hoitaminen kotona on henkisesti ja fyysisesti raskasta läheiselle ja hän on usein hyvin sidoksissa hoitoon. Silti pienistä arjen lepohetkistä läheiset saavat voimaa jatkaa ja he löytävät omia keinoja selviytyä arjen raskaista hetkistä. Kotisaattohoito vaikuttaa läheisen ja kuolevan keskinäiseen suhteeseen sekä perheen talouteen ja arjen sujumiseen.

# Saattohoidon vapaaehtoiset kuolevan ja hänen läheistensä tukena

*Auli Vähäkangas, TT, Helsingin yliopisto.*

Saattohoidon vapaaehtoistoimintaa on toteutettu jo pitkään suomalaisissa saattohoitokodeissa. Lähivuosina toiminta on yleistynyt myös sairaaloiden ja palveluasuntojen yhteydessä. Vapaaehtoisten toiminta on tärkeää niin kuoleville kuin heidän läheisillekin. Aikaisempi vapaaehtoistutkimus on osoittanut, että vapaaehtoisena toimiminen on sekä palkitsevaa että haastavaa toimintaan osallistuvalla vapaaehtoisella. Kun on kyse niin herkästä asiasta kuin kuoleman läheisyydestä, vapaaehtoisuuden haasteet usein korostuvat. Vapaaehtoisten koulutukseen ja toiminnan myöhempään ohjaukseen on panostettava riittävästi, jotta vapaaehtoiset osaavat kohdata kuolevat ja heidän läheisensä hienotunteisesti. Tässä luennossa käsitelen saattohoidon vapaaehtoisia kuolevan ja hänen läheistensä tukena katsoen tuen käsitettä niin sosiaalisesta kuin eksistentiaalisesta/ spiritu-aalisesta näkökulmasta. Aloitan luentoni suomalaisen saattohoidon vapaaehtoistoiminnan yleisluontoisella kartoituksella. Tämän jälkeen siirryn käsittelemään aikaisempaa sielunhoidon alan tutkimusta saattohoidon vapaaehtoisista, tämän lisäksi tuon joitakin esimerkkejä omista Tansanian kontekstissa tehdyistä saattohoidon vapaaehtoisten haastatteluista. Luennon lopulla pyrin kiteyttämään käsitellyt asiat vapaaehtoisten mahdollisuuksiin ja haasteisiin antaa tukea kuolevalle ja hänen läheisilleen.

# Sureva työyhteisössä

*Nenne Amnell, KM, leadership coach, työnohjaaja STORY, NLP- master, psykoterapiaopiskelija*

Miten esimies voi tukea ydinperheestä läheisensä menettäneen työhön paluuta ja työssä jaksamista? Millaisia kokemuksia surevilla on työyhteisön ymmärryksestä ja tuesta? Miten työ voi olla surussa voimavaroja lisäävää?

Läheisen kuoleman jälkeen surevan työhön paluuseen sekä esimiehen ja kollegojen kohtaamiseen vaikuttaa hyvin moni asia. Esimiehen rooli on merkittävä siinä miten sureva kokee työhön paluun ja muiden työkaverien kohtaamisen. Läheisensä menettäneille tehdyssä kyselyssä ja lapsensa menettäneiden vertaisryhmissä kerätyissä koosteissa nousevat esille surevien erilaiset odotukset ja kokemukset työhön paluusta. Odotusten kuuleminen näyttäisi olevan ensiarvoisen tärkeää onnistuneen ja arvostavan kohtaamisen luomiseksi.

Surevan kannalta onnistuneita koostamiskokemuksia rakennetaan jo siinä vaiheessa, kun työpaikalta ilmaistaan osanotto suruun. Surevan mahdollisen sairausloman tai muun työstä poissaolon aikana esimiehen yhteydenpito koetaan tärkeäksi ja huomaavaiseksi. Myös muiden tukitoimenpiteiden ja työjärjestelyiden suunnittelu yhdessä esimiehen ja työterveyden kanssa ennen työhön paluuta koetaan hyväksi. Valitettavan harvoin näistä vaihtoehdoista kuitenkaan on keskustellaan yhdessä surevan kanssa.

Varsinaiseen työhön paluuseen työpaikalle surevalla liittyy muiden työkaverien ja kollegojen näkeminen menetyksen jälkeen. Se miten esimies on kuullut, keskustellut ja ottanut huomioon surevan toiveita jo ennen työhön paluuta, vaikuttaa siihen miten onnistuneeksi työhön paluu koetaan. Parhaimmassa tapauksessa esimies on kertonut surevan toiveista työpaikalla ja muut pystyvät ottamaan tämän huomioon surevan palatessa työhön.

Hyväksi havaitut toimintamallit surevan tukemiseen ja kohtaamiseen työyhteisössä liittyvät vahvasti esimiehen rooliin ja viestintään. Vaikka esimies ja työntekijät toimisivat hyväksi havaitun ja yhteisesti sovitun toimintamallin mukaan surevan koostamistilanteissa, ei arvostavaa koostamista silti aina synny. Arvostavassa koostamisessa ei ole valmiita sanoja tai ohjeita.

Aidon ja arvostavan koostamisen ja ymmärryksen tila näyttää syntyvän surevan kannalta työelämässäänkin vahvasti ja helpoimmin silloin, kun ihmisillä on samankaltaisia kokemuksia tai kun toinen pystyy aidosti aistimaan surevan odotukset ja vastaamaan niihin. Joskus pelkkä kysymys siitä miten ja missä sureva haluaa menetyksestään puhua riittää synnyttämään luottamusta ja arvostusta ihmisten välille. Valitettavan usein kuitenkin käy niin, että kollegojen taholta lohdutukseksi tarkoitetut sanat ovat surevan kannalta turhia tai jopa loukkaavia. Myös täysi puhumattomuus toisen menetyksestä koetaan epäkunnioittavaksi surevan kannalta.

Työ itsessään voi olla surevalle merkityksellinen, koska se rytmittää elämää menetyksen jälkeen. Se myös vie ajatuksia hetkeksi pois menetyksestä. Surusta saa ikään kuin hetkeksi lepoa. Työ näyttäisi lisäävän voimavaroja menetyksen jälkeen, jos työ itsessään koetaan merkitykselliseksi, koostamistilanteet työyhteisön kanssa ovat onnistuneita ja mahdollisista työjärjestelyistä sekä tukimahdollisuuksista on keskusteltu surevan kanssa ennen työhön paluuta.

# Toiminnalliset menetelmät surevan tukemiseen

*Nenne Amnell, KM, leadership coach, työnohjaaja STORY, NLP- master, psykoterapiaopiskelija*

Trauma ja suru aktivoivat kaikki aistikanavamme ja trauma tallentuu myös kehomuistiimme. Surua tai vaikeita asioita käsitellessämme työstämme asioita helposti meille tutuimman aistikanavamme kautta. Aikuisten sururyhmissä keskustelu on toki tärkeää. Usein kokemusten ja tunteiden sanoittaminen onnistuu kuitenkin helpommin, kun pääsemme kiinni myös ei-sanalliseen maastoon.

Sururyhmien osallistujat sekä myös terapiaan hakeutuvat tuntuvat kuitenkin olevan yhä tietoisempia erilaisista terapeutin työn menetelmistä ja metodeista. Yhä useampi on halukas löytämään myös uusia keinoja lisätä omia voimavaroja surussa tai muuten vaikeissa tilanteissa.

Aistikanavien herättelemiseen ja sanojen takaa löytyvään maastoon on monia reittejä. NLP, neurolingvistinen prosessointi, antaa turvallisia välineitä surevien kokemusten ja tunteiden käsittelyyn. Ratkaisukeskeisenä menetelmänä se auttaa myös hyvän näkemiseen surunkin keskellä. Kolme kirjainta tulevat sanoista Neuro-Linguistic Programming. Neuro viittaa tiedon käsittelyyn ja ajatteluun. Havainnoidessamme maailmaa kokemuksemme kautta aistien avulla muokkaamme samalla omaa ainutlaatuista karttaamme todellisuudesta. NLP:ssä hyödynnetäänkin vahvasti aistijärjestelmäämme. Linguistic kuvaa kielellistä prosessointia, joka on oleellinen osa käsityskykyämme. Programming viittaa rakenteisiin, jotka ohjaavat ajatteluamme ja sitä kautta valintojamme ja toimintaamme. Kokemustemme rakenteet ovat muokattavissa sellaisiksi, että ne suuntaavat huomiomme siihen mikä auttaa ja vie eteenpäin.

Eri menetelmiä yhdistelemällä saadaan vieraaltakin vaikuttaviin metodiin tuttuja lähestymiskulmia, jotka ovat osallistujille tuttuja ja siten helposti lähestyttäviä. Menetelmän vaihtaminen itsessään jo lisää näkökulmia ja oivalluksia. Symbolisten ja assosiatiiivisten valokuvien kanssa työskentely toimii kokemuksellisenä välineenä psyykkisesti työstettävien asioiden näkyväksi tekemiseen ja prosessoimiseen. Luottamuksellisessa vuorovaikutuksessa kuva ja valokuva toimivat impulssina muistin herättämiseen, tunteiden tunnistamiseen ja ilmaisemiseen. Kuvan avulla voidaan tuoda päivänvaloon asioita, joihin sanat eivät yllä.

Kirjoittamisen tervehdyttävää vaikutusta tutkinut James W. Pennebaker on toistuvasti osoittanut kirjoittamisen myönteisen vaikutuksen terveyteen. Kirjoittamisen aloittamisessa kannattaa jättää huomioimatta oikeinkirjoitus tai välimerkit. Se mitä tulee mieleen kirjoitetaan paperille ilman arviointia ja kriittistä mieltä. Useampana peräkkäisenä päivänä kirjoitettaessa kirjoittamisen hyödyt alkavat näkyä. Kuvien, mielikuvien, symbolien ja esimerkiksi kirjoittamisen yhdistämisessä otamme käyttöömme useamman aistikanavamme ja selkeytämme samalla tapahtunutta ja siihen liittyviä tunteita, ajatuksia ja toiveita.

# Lähellä muistot – vain sydämen matkan päässä

*Vallemaa Mari, KM, taidekasvattaja, Surunauhan vertaistukiryhmän ohjaaja*  
*Suihkonen Viivi, KM, taidekasvattaja, Surunauhan järjestökoordinaattori*

Vietä kanssamme taidehetki muistojesi äärellä. Saat mahdollisuuden hiljentyä hetkeksi työstämään suruasi taiteen keinoin. Aiempaa kokemusta taidetyöskentelystä ei tarvita. Muistoista aika rakentaa lohdutuksen.

Työpajan pitävät Mari Vallemaa ja Viivi Suihkonen Surunauha ry:stä. Opettaja, taidekasvattaja Vallemaa ohjaa taidemenetelmiin pohjautuvaa vertaistukiryhmää itsemurhan tehneiden läheisille Surunauhassa. Suihkonen toimii Surunauhan järjestökoordinaattorina ja on koulutukseltaan myös opettaja ja taidekasvattaja, ja tehnyt taidekasvatustyötä lasten ja nuorten parissa. Molemmat opiskelevat taideterapiaa ja hyödyntävät taideterapeuttisia menetelmiä työssään. Surunauha ry on vertaistukijärjestö itsemurhan tehneiden läheisille.

Työpajan tavoitteena on luoda sekä työssään surevia kohtaaville ammattilaisille että menetyksen kohdanneille sureville tila ja aika, jossa voi pysähtyä hetkeksi muistojensa äärelle. Työpaja on totutusta poiketen kokonaan hiljainen. Osallistujat saavat ohjeet ennen tilaan astumista. Tarkoituksena on, että sanaton työskentely antaa tilaa omille ajatuksille ja virittää rauhalliseen tunnelmaan. Elämme voimakkaiden äänien ja ärsykkeiden maailmassa. Mitä tapahtuu, kun hiljaisuudessa omat ajatukset ja muistot saavat hieman enemmän tilaa?

Työskentelymenetelminä käytetään kuvataidetta ja runoa. Tunnelmaan virittäydytään rauhallisen musiikin ja kynttilöiden avulla. Kukin osallistuja tekee maalauksen, joka kumpuaa tekijän omasta, sisäisestä kokemusmaailmasta. Menetelmän taustalla on taideterapeuttinen näkökulma siitä, että syntyvän taiteen ei tarvitse olla hiottua, kaunisteltua tai ammattimaista. Tekijän henkilökohtaiset tunteet ja tunnelmat tulevat näkyviksi kuvan muodossa ja työskentely johdattaa osallistujat jonkin sellaisen äärelle, joka jäisi ehkä saavuttamatta sanojen ja puheen keinoin. Lopuksi työstetään yhteisöllisesti kuvien synnyttämiä ajatuksia kirjoittaen, runomuotoon.

Toivomme työpajamme luovan osallistujille mahdollisuuden työstää suruaan ja menetystään. Toisaalta toivomme, että paja toimii samalla voimia antavana hetkenä kiireisen arjen keskellä. Ammattilaisille toivomme pajan herättävän ajatuksia mm. siitä, mikä merkitys läsnäololla, kuuntelemisella sekä sen myötä kuulluksi ja nähdyksi tulemisella on surevan ihmisen kohtaamisessa.

# Lohdutuksen laulut

*Pekka Simojoki, gospelmuusikko*

## Kyynellaulu

Suru kohtaa kenet vaan,  
jokaisen kai vuorollaan.  
Se voi tulla nopeasti,  
se voi painaa maahan asti.  
Suru kohtaa kenet vaan,  
jokaisen kai vuorollaan.

Suru on kuin synkeys,  
loppumaton kysymys.  
Vastaus löytyy kyyneleistä,  
kulkemattomista teistä.  
Suru on kuin synkeys,  
loppumaton kysymys.

Rukoukseen painan pään,  
käden käteen lämpimään.  
Annan surun tulla esiin,  
silmät kyyneltyvät vesiin.  
Rukoukseen painan pään,  
käden käteen lämpimään.

## Katso, uutta kasvaa

Taas särkynyt katse vain.  
Sen silmistäsi heti näin  
ja vierellesi hiljaa jäin.

Taas sanoja turhaan hain.  
Et päivää jaksaa odottaa,  
kun vanhat haavat vuotaa saa.

Katso, uutta kasvaa,  
kun vanha katoaa.  
Etkö sitä huomaa,  
se taimeen puhkeaa.

Katso uutta kasvaa  
tuhkasta eilisen.  
Jumalamme luomaa  
on toivo huomisen.

# Lapsen kuoleman genetiikka

*Jukka Laine, lääkäri, lasten patologi, MD, tohtori, dosentti, Turun yliopistollinen sairaala*

Joskus raskauden aikana tai synnytyssalissa lapsi voi huonosti ja nopeita toimenpiteitä tarvitaan lapsen hengen pelastamiseksi. Tällöin nopea diagnostiikka ja toimenpiteet ovat avainasemassa lapsen pelastamisessa. Lapsi voi myöhemminkin kuolla äkillisesti ns. kätkykuoleman. Lapsen kuolema on tapahtuma, joka on täynnä surua ja epätietoa ja aiheuttaa suuria henkisiä paineita vanhemmille ja lasta hoitaneille terveydenhuollon asiantuntijoille. Äkillinen lapsen kuolema aiheuttaa hämmennystä ja vanhemmille jopa tarvetta hakea syyllistä joko lasta hoitaneista tai synnytykseen osallistuneista henkilöistä tai vanhemmista itsestään jopa silloin, kun kuolemaan on löydettävissä luonnollinen syy. Tämän vuoksi kuoleman syy on huolellisesti tutkittava suorittamalla asiaankuuluva ruumiinavaus ja siihen liittyvät lisätutkimukset. Vain selvittämällä kuolinsyy mahdollisimman pitkälle voidaan pyrkiä estämään seuraavan lapsen menehtyminen. Kuolinmekanismin selvittäminen myös helpottaa ja lyhentää vanhempien surutyötä ja tekee kuoleman tapahtuman helpommaksi käsittää.

Tässä työssä olemme tutkineet lapsen kuoleman geneettisiä syitä kohdennetulla geenianalyysillä tapauksissa, joissa on jo tehty perusteellinen kuolinsyytutkimus, mutta joissa kuoleman syy on kuitenkin jäänyt avoimeksi. Kohteena on ollut kohtuun kuolleita, synnytysaikana kuolleita ja kätkykuoleman kohdanneita lapsia. Näistä tapauksista osassa olemme voineet löytää selkeän syyn lapsen kuolemalle, eli geenivirheen aiheuttaman taudin, johon lapsi on todennäköisesti menehtynyt. Geneettisellä lisäselvityksellä, jos se on oikein kohdennettu ja riittävän laaja, voidaan löytää osa niistä kuoleman syistä, jotka tällä hetkellä jäävät epäselviksi. Näin voidaan vanhempien surutyötä helpottaa ja auttaa heitä seuraavan lapsen suunnittelussa merkittävästi.

# Suru, menetys ja kuolema Hans Holbein nuoremman tuotannossa

*Kallionsivu, Mikko, FT, post doc -tutkija, Kieli-, käännös- ja kirjallisuustieteiden yksikkö.*

Esittelen puheessani saksalaisen renessanssitaitelija Hans Holbein nuoremman (1497/8–1543) tuotantoa, etenkin hänen kuuluisaa kuolemantanssarjaansa ja muita kuolemaa käsitteleviä töitään. Tarkastelen erityisesti sitä, kuinka Holbein käsittelee töissään surun ja menetyksen vaikeita teemoja. Myös elämän merkityksettömyyden tunteen käsittely maalaustaiteen keinoin on esitelmässä keskeisellä sijalla.

Hans Holbein nuorempaa voidaan pitää oman aikansa johtavana kuvataiteilijana. Myös melankolian kuvaajana hän on, kuten usein todettua, vertaansa vailla. Varhaismodernin maailman tulkkina Holbein on usein pintapuolisen kylmä ja armoton. Silti, kuten osoitan, hänen töistään löytyy yllättävistäkin paikoista myös inhimillisyyttä ja ymmärrystä – jopa haudan pimeydestä. Hans Holbein nuoremman tuotannon auki viiltämä eksistentiaalinen haava on niin syvä, että sen pohjalle näkee vain vaivoin. Valitut teokset jättävät paljon vastaamatta. Juuri tähän perustuu niiden omalaatuinen teho. Lähestynkin Holbeinin töitä avoimina kysymyksiä. Taiteilija ei vastaa – hän kysyy töillään. Kuinka löytää merkitys elämään ja taiteeseen kaiken kattavan menetyksen tunteen keskellä, kuoleman synkkää taustaa vasten? Kuinka tulla toimeen maailmassa, jossa tunnetason kiinnekohtia on vain vähän tai ei lainkaan? Kuinka löytää jälleen kadotettu yhteys muihin ihmisiin? Ja voivatko melankolia, lamauttava suru sekä kaiken kattava tunne olemassaolon merkityksettömyydestä toimia – paradoksaalisesti – myös taiteellisen inspiraation lähteenä? Tarkastelen Hans Holbein nuoremman tuotannon omalaatuisia erityispiirteitä hänen aikansa uskonnollisessa, taiteellisessa, poliittisessa ja kulttuurisessa kontekstissa. Lisäksi tarkastelen taiteilijan tuotantoa kuoleman ja kärsimyksen kuvaamisen taiteellisia perinteitä vasten. Luon myös katsauksen taiteilijan värikkääseen henkilöhistoriaan. Taiteensa tavoin Holbein itse, historiallisena hahmona, on oudon sitoutumaton, eristäytynyt ja etäinen. Oliko Holbein taipuvainen masennukseen? Esitelmässäni pohdin lyhyesti myös henkilöhistoriallisen tulkinnan rajoja. Kuinka syvästi kauan sitten kuolleen taiteilijan persoonaa voi ylipäätään hänen tuotantonsa kautta analysoida? Esitelmä liittyy kulttuuripoeettiseen post doc -tutkimustyöhöni. Tässä työssä Holbeinin tuotanto, erityisesti hänen taiteellisesti yliverainen kuolemantanssinsa, näyttää merkittävää osaa. Ylipäätään tekeillä oleva työni kartoittaa kuolemantansseja ja makaaberin traditioita niiden myöhäiskeskiaikaisilta syntysijoilta aina nykypäivään saakka. Yhdistän työssäni kirjallisuus- ja taidehistoriallista lähestymiskulmaa laajempiin länsimaisen kuolemasuhteen modernisaation kysymyksiin.



# Mitä se lounatuuli nauraa? Se nauraa, jos joku on iloinen

## - surusta syntyneet leikkipuistot

*Sandberg, Birgitta, KTT, dosentti & Hurmerinta, Leila, KTT, professori, Turun yliopiston kauppakorkeakoulu*

Lapsen menetystä on usein kuvattu yhdeksi ihmisen elämän raskaimmista kokemuksista. Shokki, traumaattinen kriisi, epäusko ja tapahtuman heijastuminen vanhemman koko myöhempään elämään ja perheen tulevaisuuteen ovat lapsen kuolemaan usein liitettyjä seurauksia. Syvä ja pitkäkestoinen suru ja sen rinnalla muut negatiiviset ja ristiriitaiset tunteet vaativat valtavasti voimavaroja. Selviytymisessä on korostettu suruprosessin ja surutyön merkitystä; Valtava suru on surtava sellaiseksi, että sen kanssa voi elää. Suremisen tapoja on monia, ja joskus suruprosessin kuluessa yksityinen suru tulee näkyväksi ja osallistavaksi ympäröivässä sosiaalisessa yhteisössä hyvinkin konkreettisesti. Tämä tutkimus keskittyi leikkipuistoihin, jotka ovat syntyneet vanhempien suruprosessin aikana. Tutkimus pyrki selvittämään menehtyneelle lapselle omistettujen leikkipuistojen merkitystä sureville vanhemmille ja perheelle sekä laajemmalle yhteisölle. Leikkipuistojen merkitystä lähestyttiin tuotteen arvoteorian kautta, mikä mahdollisti odotetun ja toteutuneen arvon analysoinnin. Vaikka arvoa on perinteisesti mitattu taloudellisten kriteerien kautta, keskittyi tämä tutkimus arvon ei-taloudellisiin merkityksiin. Arvo syntyy hyötyjen (esim. positiiviset tunnekokemukset) ja uhrausten (esim. negatiiviset tunnekokemukset) välisestä erotuksesta ja se vaihtelee arvioijan ja tilanteen mukaan ajassa. Tutkimus suoritettiin tapaustutkimuksena, jossa analysoitiin kahdeksan leikkipuiston merkitystä. Puistoista 1 on Suomessa, 4 Yhdysvalloissa, 2 Iso-Britanniassa ja 1 Australiassa. Aihetta tutkittiin monipuolisella laadullisella aineistolla, mukana oli sekä primääristä haastatteluaineistoa että runsaasti sekundääristä kirjallista ja audiovisuaalista materiaalia. Aineiston analyysissä hyödynnettiin NVivo-ohjelmaa. Vaikka tutkitut leikkipuistot sijaitsevat erilaisissa kulttuureissa, olivat tulokset samankaltaisia. Kokemukset olivat hyvin positiivisia, vaikka puistolle asetettu odotusarvo ja toteutunut arvo eivät aina täysin kohdanneetkaan. Tutkimustulokset osoittivat leikkikenttäprojektien merkityksellisyyden vanhempien suruprosessille. Projekti, jonka tavoitteena on luoda iloa muille lapsille, auttoi vanhempia selviämään oman surunsa kanssa. Oman lapsen lyhyelle elämälle haluttiin luoda merkitysarvoa leikkipuiston kautta. Leikkipuisto auttoi myös vaalimaan positiivista tunnetta, joka lapseen liittyi. Se antoi kanavan käsitellä ristiriitaisia tunteita ja saada positiivisia kokemuksia. Toisaalta monille oli raskasta huomata, että vaikka leikkikenttäprojekti päättyikin, suruprosessi jatkui. Leikkipuiston pysyttäminen antoi myös ympäröivälle yhteisölle konkreettisen tavan ottaa osaa suruun. Tämän yhteisöllisyyden sekä menehtyneen lapsen vanhemmat että ympäröivä yhteisö kokivat hyvin tärkeänä.

# Kielteiset muutokset perheen toiminnassa lapsen kuoleman jälkeen

*Aho, Anna Liisa, TtT, dosentti & Turunen, Emmi, TtM-opiskelija, sairaanhoitaja AMK, Tampereen Yliopisto Terveystieteiden yksikkö, Helsingin ja Uudenmaan Sairaanhoidopiiri & Kaunonen, Marja, TtT, professori, Tampereen Yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede*

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata kielteisiä muutoksia perheen toiminnassa lapsen kuoleman jälkeen. Tutkimuksen tiedonantajina olivat lapsen kuoleman kokeneet äidit (n = 285) ja isät (n = 32). Tutkimuspyyntö esitettiin surujärjestöjen (KÄPY – Lapsikuolemaperheet ry, Surunauha – Itsemurhan tehneiden läheiset ry sekä HUOMA – Henkirikoksen uhrien läheiset ry) verkkosivuilla ja jäsenpostituslistalla sekä sellaisilla internetin keskustelupalstoilla, joissa surevat vanhemmat ovat kirjautuneina. Aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella, joka sisälsi vanhempiin, kuolleeseen lapseen ja perheeseen liittyviä taustakysymyksiä sekä perheen toimintaan liittyvän avokysymyksen. Tutkimusaineisto analysoitiin induktiivista sisällön analyysiä käyttäen.

Vanhemmat kuvasivat perheen toiminnan kielteisinä muutoksina lapsen kuoleman jälkeen perheen sisäisten suhteiden vaikeutumisen, arkielämän jaksamisen ja tunteiden hallinnan vaikeutumisen, elämästä nauttimisen vähentymisen sekä elämän ihanteiden horjumisen. Perheen toiminnan kielteisenä muutoksena perheen sisäisten suhteiden vaikeutuminen sisälsi parisuhteen vaikeutumisen, perheen eheyden heikentymisen, perheen jäsenten kanssakäymisen ja lasten kasvatuksen vaikeutumisen. Toimintakyvyn ja perheen päätöksentekokyvyn heikentyminen, työn mielekkyyden vähentyminen, työn elämää hallitsevuuden lisääntyminen sekä talouden hallinnan vähentyminen kuvasivat arkielämän jaksamisen vaikeutumista. Tunteiden hallinnan vaikeutumista lapsen kuoleman jälkeen kuvattiin tunnelatauksen vahvistumisena, tunteiden kuormittavuuden ja kielteisten tunteiden lisääntymisenä sekä ongelmina lapsen kuolemaan sopeutumisessa. Elämästä nauttimista vähensivät luottavaisuuden heikentyminen ja kielteisen asennoitumisen lisääntyminen. Elämän ihanteiden horjuminen ilmeni identiteetin muuttumisena ja lasten hankinnan vaikeana kokemisena.

Perheen sisäisen toiminnan muutosten lisäksi lapsen kuolema vaikutti kielteisesti perheen ja muiden ihmisten välisiin suhteisiin heikentämällä perheen sosiaalista elämää ja laajentamalla perheen tuen tarvetta. Perheen sosiaalisen elämän heikentymiseen sisältyivät perheen eristäytyneisyys, perheen ulkopuolisten suhteiden heikentyminen, lapsen kuolema suhteita vaikeuttavana tekijänä sekä muiden perheiden kohtaamisen vaikeutuminen. Perheen tuen tarpeen laajentumista kuvattiin perheeseen kohdistuvan tuen riittämättömyytenä, saadun tuen vääränlaisena kokemisena sekä muiden tuen tarpeen perhettä kuormittamisena. Tämä tutkimus tuo uutta tietoa perheen toiminnasta lapsen kuoleman jälkeen ja tulosten avulla voidaan kehittää perheille kokonaisvaltaisempia tukimuotoja.

# Parisuhteeseen saatu tuki lapsen kuoleman jälkeen

*Piia Kekäläinen, Tk, TtM-opiskelija & Marja Kaunonen, TtT, professori & Anna Liisa Aho, TtT, dosentti, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede*

Parisuhde on yksi merkittävimpiä ihmissuhteita elämässämme. Erilaisissa elämän kriisitilanteissa puolisoiden keskinäinen tuki on tärkeä, mutta se joutuu myös koetukselle ja tällöin ulkopuolisen tuen tarve korostuu. Tutkimustietoa vanhempien parisuhdetukiverkostosta lapsen kuoleman jälkeen on vähän saatavilla.

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata vanhempien parisuhdetukiverkostoa lapsen kuoleman jälkeen. Tutkimuskysymyksenä oli: Keneltä vanhemmat ovat saaneet tukea parisuhteeseensa lapsen kuoleman jälkeen? Tutkimusaineisto kerättiin lapsen kuoleman kokeneilta vanhemmilta. Tutkimuksessa ei rajattu lapsen kuolintapaa, kuolinikää tai kuolemasta kulunutta aikaa. Tutkimuspyyntö esitettiin surujärjestöjen (KÄPY – lapsikuolemaperheet ry, Surunauha – Itsemurhan tehneiden läheiset ry sekä HUOMA – Henkirikoksen uhrien läheiset ry) verkkosivuilla ja jäsenpostituslistalla. Aineistoa kerättiin lisäksi sellaisten internetin suljettujen keskustelupalstojen kautta, joissa lapsen kuoleman kokeneet vanhemmat olivat kirjautuneina. Tutkimusaineisto kerättiin elektronisella kyselylomakkeella, joka sisälsi vanhempiin, kuolleeseen lapseen ja parisuhteeseen liittyviä taustamuuttujia sekä yhden avoimen kysymyksen: Kuvaile, keneltä olet saanut tukea parisuhteeseenne lapsen kuoleman jälkeen. Tutkimusaineiston analysointi aloitettiin induktiivisella sisällönanalyysillä ja sen lisäksi vanhempien parisuhdetukiverkosto määrällistettiin. Tutkimusaineisto koostuu 386 lapsen kuoleman kokeneen vanhemman vastauksista.

Vanhemmat saivat parisuhteeseensa eniten tukea perheeltä ja sukulaisilta (n=174) ja psykiatriseen hoidon ja erilaisten terapioiden kautta (n=156), johon sisältyi muun muassa pariterapia, perheterapia ja psykoterapia. Kolmanneksi eniten vanhemmat kuvasivat saaneensa tukea parisuhteeseen lapsen kuoleman jälkeen ystäviltä ja läheisiltä (n=150). Kaikkiaan 18% vanhemmista (n=70) sai tukea puolisoilta ja lähes saman verran (n=68) sai tukea seurakunnilta. Kokonaisuudessaan 13% vanhemmista (n= 52) koki, ettei saanut keneltäkään tukea parisuhteeseensa lapsen kuoleman jälkeen.

Tulokset osoittavat, että vanhempien parisuhdetukiverkostoon sisältyi runsaasti erilaisia mahdollisia tuenantajia, joskin huolestuttavan suuri osuus vanhemmista koki jääneensä yksin ilman tukea parisuhteessaan.

# Syöpää sairastavien kokemukset kuolemaan liittyvistä peloista ja niihin vaikuttavista tekijöistä

*Pekka Komulainen, Tk, TtM-opiskelija & Ana Liisa Aho, Tt, dosentti, Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede*

Syöpä on yleinen ja vakava elämää uhkaava sairaus. Syöpään liittyvän kuoleman uhkan seurauksena syöpään sairastuneet kokevat kuolemaan liittyviä pelkoja, joilla on negatiivinen vaikutus sairastuneen hyvinvointiin. Tämän systemaattisen kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kuvata syöpää sairastavien kuolemaan liittyviä pelkoja ja niihin vaikuttavia tekijöitä. Tavoitteena on tuottaa tietoa, jonka avulla voidaan tunnistaa syöpään sairastavien kuolemaan liittyviä pelkoja ja tarjota heille henkistä tukea. Aineistohaku suoritettiin systemaattisesti Cinahl, Medline Ovid, PsycInfo ja Medic tietokannoista. Englanninkielisinä hakusanoina käytettiin death, attitude to death, cancer ja carcinoma. Suomenkielisinä hakusanoina käytettiin kuolema ja syöpä. Hakutulokseksi saatiin 698 artikkelia, joista 20 valittiin kirjallisuuskatsauksen aineistoksi. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

Syöpää sairastavien kuolemaan liittyvät pelot kohdistuvat kuoleman lähestymiseen, kuoleman tapahtumaan ja kuoleman seurauksiin. Kuoleman lähestymiseen liittyviin pelkoihin sisältyi pelko sairauden ennakoimattomuudesta, pelko elinajan vähenemisestä ja pelko läheisten taakkana olemisesta. Kuoleman tapahtumaan liittyviin pelkoihin sisältyi pelko kuoleman kivuliaisuudesta ja epätietoisuus kuoleman prosessista. Kuoleman seurausten pelkoon sisältyi pelko läheisten kärsimisestä, pelko erosta läheisistä, epätietoisuus ruumiin kohtalosta, pelko minuuden tuhoutumisesta ja epävarmuus tuonpuoleisesta. Kuolemaan liittyviin pelkoihin vaikuttivat fyysisen suorituskyvyn heikkeneminen, henkinen pahoinvointi, henkinen hyvinvointi ja henkilökohtaiset ominaisuudet. Fyysisen suorituskyvyn heikkenemiseen vaikutti fyysiset ongelmat ja päivittäisten toimintojen hankaloituminen. Henkiseen pahoinvointiin vaikutti henkinen kriisi, mielialan heikentyminen, pelon jatkuvuus ja sosiaalisen tuen riittämättömyys. Henkiseen hyvinvointiin vaikutti kuoleman hyväksyminen, muiston jättäminen läheisille, sosiaalisen tuen riittävyys, todellisuuden kieltäminen, toivon tuoma helpotus ja uskonnollisuuden tuoma helpotus. Henkilökohtaisiin ominaisuuksiin vaikutti kuolevan ikä ja sukupuoli. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että syöpää sairastavien kuolemanpelot kohdistuvat pääasiassa sairastuneen itsensä hyvinvointiin ja tulevaisuuteen, mutta myös läheisiin ja heidän hyvinvointiinsa. Syöpää sairastavien kuolemanpelkojen taustalla vaikuttavat useat eri tekijät.

# ”Työ on henkireikä” - Työssäkäyvän läheisen kuolema, suru ja siitä selviäminen

*Kaisa Kauppinen, VTT, dosentti, tutkimusjohtaja, Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos, sosiaalipsykologia.*

## Tiivistelmä

Työssäkäyvän läheisen kuolema, suru ja siitä selviäminen on osa Työsuojelurahaston rahoittamaa tutkimusta, jossa tutkitaan työssäkäynnin sekä omais- ja läheishoivan yhteensovittamista. Suomessa on noin 700 000 työssäkäyvää jotka työnsä ohella hoivaavat ja auttavat perheenjäsentään tai muuta läheistään, joka tarvitsee apua korkean iän, sairauden tai muun syyn vuoksi. Perheenjäsenen tai muun läheisen äkillinen tai vakavan sairauden seurauksena kuolema on yksi stressaavimmista elämäntapahtumista jonka seurauksia tässä tutkimuksessa tutkitaan lähinnä työhön liittyvien käytäntöjen ja poissaolojen sekä työn ja työyhteisön merkityksen näkökulmasta.

Osahankkeessa on haastateltu fokus-, kaksin- ja yksinhaastatteluilla eri aloilla työskenteleviä ihmisiä, ja kysytty heidän kokemuksiaan kuolemansairaana läheisensä hoitoon osallistumisesta ja kuolemaan liittyvän surun ja stressin käsittelystä. Missä määrin tämä prosessi on aiheuttanut poissaolon tarvetta ja missä määrin työssäkäynti on tukenut surusta toipumista ja arkeen palaamista? Mikä merkitys työllä ja työyhteisöllä on ollut? Onko työyhteisö ollut myötätuntoinen?

Tulosten pohjalta hahmotellaan työelämään sopivia käytäntöjä, jotka takaavat työn ja läheisen kuoleman aiheuttavan suruntyön yhteensovittamisen sekä onnistuneen työhön ja arkeen paluun. Samalla arvioidaan muiden maiden käytäntöjä ja kokemuksia. Kiinnostava esimerkki on Ruotsin närståendepenning (omaishoivaraha), jonka perusteella työntekijä voi olla työstä pois ja saada poissaolon ajalta sairausvakuutuksen kautta korvausta osallistuessaan terminaalivaiheessa olevan läheisensä saattohoitoon. Työssäkäyvän omaisen rooli vakavasti sairaan läheisen saattohoitoon osallistujana voi aiheuttaa ylikuormitusta ja uupumusta. Myös muissa maissa on läheisen saattohoitoon ja kuolemaan liittyviä työssäkäyvien omaisten roolia helpottavia käytäntöjä, joita tutkimuksessa esitellään.

Suomessa kuolee vuosittain hieman yli 50 000 henkilöä (v. 2012 yhteensä 51 737), joten kuolema kohtaa monin tavoin myös työssäkäyviä, joiden perheenjäsen tai muu läheinen kuolee joko äkillisesti tai vakavan sairauden seurauksena. Surutyön kokemukset ilmenevät hyvinvoinnin muutoksina, stressinä ja masennuksena ja voivat heikentää joko hetkellisesti tai pitempiaikaisesti työkykyä ja työssä suoriutumista. Monilla työpaikoilla kuolema ja surutyö ovat tabuaiheita, jotka kuuluvat yksityiselämän kriisitilanteisiin. Englannissa ja Kanadassa on tuotu esille uudenlaista näkemystä ja tarkasteltu kuoleman ja surun problematiikkaa myös työelämän organisaatioiden ja johtamisen näkökulmasta. Tämän pohjalta on kehitetty työpaikoille sopivia 'kuoleman ja surutyön johtamisen' toimintamalleja.

Myös Suomessa on työelämän käytäntöjä (joustavat työajat, hoivavapaa, Varhaisen välittämisen malli), joita voidaan soveltaa henkilöstön jäsenten osallistuessa läheisensä saattohoitoon ja surusta toipumiseen. Parhaimmillaan ne ovat osoitus myötätuntoisesta henkilöstöpolitiikasta ja merkki välittämisen työkuulttuurista. Myös uusia käytäntöjä tulee kehittää ja oppia muiden maiden esimerkeistä. On tärkeää, että työpaikan jäsenet kokevat tulevansa tasapuolisesti ja hyvin kohdelluiksi näissä elämänsä kriisitilanteissa, joiden vaikutukset läikkyvät monin tavoin myös työelämän tilanteisiin.

## Järjestäjien esittely

**Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry** on valtakunnallinen vertaistukijärjestö kaikille, jotka kokevat olevansa henkirikoksen uhrin läheisiä. Huoma tarjoaa vertaistukea tukihenkilötoiminnan, paikallisten vertaistukiryhmien, valtakunnallisten vertaistukiviikonloppujen, keskustelusivujen ja erilaisten tapahtumien avulla. Merkittävin tapahtuma, jossa muistetaan henkirikoksessa menetettyjä läheisiä, järjestetään vuosittain eri puolilla Suomea 2. lokakuuta kansainvälisenä väkivallattomuuden päivänä. Tapahtuma kantaa nimeä "Ruusu henkirikoksen uhrien muistoksi". Lisää tietoa yhdistyksestä ja tulevista tapahtumista [www.huoma.fi](http://www.huoma.fi)

**KÄPY- Lapsikuolemaperheet ry** on vertaistukiyhdistys, joka tukee kuoleman kautta lapsensa menettäneitä perheitä, lapsen kuolintavasta ja iästä riippumatta. Lapsi on olemassa kun raskaus on alkanut, eikä lapsivanhempisuuhde pääty täysi-ikäisyyteenkään. Aina kun lapsi on kuollut ennen vanhempaa, on kyse lapsen kuolemasta. Tukea tarjoamme mm. tukipuhelimen, tukihenkilöiden sekä ympäri Suomea kokoontuvien vertaistukiryhmien avulla. Toimintaa toteutetaan valtakunnallisesti toimiston työntekijöiden ja vapaaehtoisten yhteistyönä. Lisätietoa [www.kapy.fi](http://www.kapy.fi)

**Suomen nuoret lesket ry** on työikäisten leskien vertaistukiyhdistys, joka on perustettu vuonna 2009. Yhdistys järjestää vertaistukitoimintaa leskille ja heidän lapsilleen ja antaa neuvontaa ja ohjausta leskeyteen liittyvien asioiden hoidossa. Suomen nuoret lesket ry pyrkii vaikuttamaan leskien ja leskiperheiden oikeudelliseen ja taloudelliseen asemaan liittyviin epäkohtiin. Yhdistys myös kouluttaa ja toimii kokemusasiantuntijana leskeyteen liittyvissä asioissa. Tärkeimmät toimintamuodot ovat: vertaistukiryhmät, vertaistukiviikonloput, verkko-yhteisö, vertaistukipuhelin ja vaikuttamistoiminta. Toiminta on uskonnollisesti, aatteellisesti ja poliittisesti sitoutumatonta. Toiminta on tasa-arvoista avoliitosta ja avioliitosta leskeytyneiden sekä lapsellisten ja lapsettomien leskien kesken. Lisätietoja: [www.nuoretlesket.fi](http://www.nuoretlesket.fi)

**Terveystieteiden yksikkö** on kansanterveyden monitieteinen koulutus- ja tutkimusyksikkö, jossa tutkitaan muun muassa hoitamisen, terveyden ja ihmisen hyvän olon perusteita, terveyteen vaikuttavia tekijöitä, terveyden edistämisen ja tautien ehkäisyn keinoja ja vaikuttavuutta. Yksikössä on jo pitkään tutkittu erityisesti hoitotieteessä, kuolemaa, surua ja selviytymistä eri näkökulmista. Yksiköstä valmistuu terveystieteiden kandidaatteja ja maistereita. Yksikön opetus ja tutkimus on leimallisesti kansainvälistä. Yksiköllä on sekä kansainvälinen maisteriohjelma että kansainvälinen tohtorinkoulutusohjelma. Useat tutkimushankkeet toteutetaan yhteistyössä eri maiden tutkimuslaitosten ja yliopistojen kanssa.

**Suomalaisen Kuolemantutkimuksen Seura Ry** perustettiin Helsingissä 28.3.2011 tarkoituksenaan edistää suomalaista kuolemaan liittyvää tutkimusta sekä koulutusta akateemisesta tutkimuksesta käytännön työhön. Ylläpidämme tutkijoiden ja muiden aihepiirin parissa työskentelevien välistä verkostoa, joka mahdollistaa tieteiden välisen dialogin sekä yhteistyön, esimerkiksi yhteisiä projekteja silmällä pitäen. Seura julkaisee Thanatos-verkkolehteä ([www.thanatos-journal.com](http://www.thanatos-journal.com)), joka on saanut tieteellisiä julkaisuja arvioivan Julkaisuforumin luokituksen 1."

**Suomen Mielenterveysseura** on kansanterveys- ja kansalaisjärjestö, joka edistää mielen hyvinvointia, tekee ehkäisevää mielenterveysystyötä, tukee vaikeissa elämäntilanteissa ja kehittää uutta. Mielenterveysseuran toiminnan perustana on näkemys mielenterveydestä yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan voimavarana. Fiksu satsaa mielenterveyteen - [mielenterveysseura.fi](http://mielenterveysseura.fi)

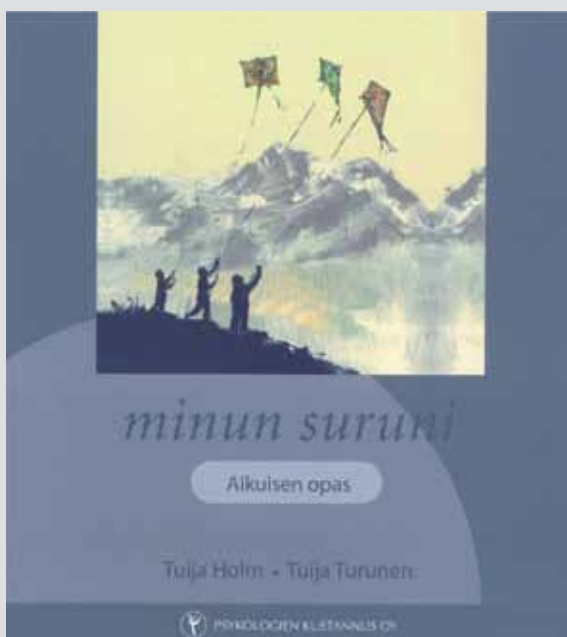
Tuija Holm – Tuija Turunen

# Minun suruni

Aikuisen opas

Surutyökirja lapsille ja varhaisnuorille

21€/kirja



Työväline läheisensä menettäneille lapsille ja varhaisnuorille sekä heidän rinnallaan kulkeville aikuisille. Lukutaitoisille lapsille tarkoitettun surutyökirjan avulla lapsi voi nimetä tunteitaan ja saada vahvistusta oman elämänsä jatkumiseen. Työkirjaa voi täyttää vaikka menetyksestä olisi pitkäkin aika. Aikuisille tarkoitettussa oppaassa on tietoa lapsen kuolemankäsityksestä ja suruprosessista.

Kirjoittajat:

**Tuija Holm**, kehitys- ja kasvatopsykologian erikoispsykologi, erityistason kriisi- ja traumapsykoterapeutti, työskentelee perheneuvolassa.

**Tuija Turunen**, psykologi, erityistason kriisi- ja traumapsykoterapeutti, työskentelee keskussairaalan lasten- ja nuorisopsykiatrian yksikössä.

2. uud. painos, 2008

Aikuisen opas, ISBN 978-951-9263-78-6, nid., 46 s., 21 €

Työkirja, ISBN 978-951-9263-79-3, nid., 56 s., 21 €



Tilaukset verkkokaupasta:  
[www.hogrefe.fi](http://www.hogrefe.fi)

**HOGREFE**  
PSYKOLOGIEN KUSTANNUS



Hogrefe Psykologien Kustannus  
Kaisaniemenkatu 10 · 00100 Helsinki · (09) 612 6060  
myynti@hogrefe.fi · [www.hogrefe.fi](http://www.hogrefe.fi)



“Sovittelu Antaa Uuden Mahdollisuuden”  
Vakavien rikosten jälkisoittelu 2013-2016

## JÄLKISOVITTELU – MAHDOLLISUUS UHRILLE

Usein uhrin tai omaisen mieltä vaivaa kysymys siitä, mikä oli rikoksen syy, miksi se tapahtui. Jälkisoittelun tavoitteena ei niinkään ole asian sopiminen, vaan ihmisuhteet ja tunteet huomioon ottavan osallistavan dialogin kautta pyrkiä tukemaan muutosta ja osapuolten voimaantumista.

Rikoksen uhri tai henkirikoksen uhrin omaisen

- saa mahdollisuuden keskustella tapahtuneesta, siihen liittyvistä tunteista ja ajatuksista
- saa tietoa rikokseen liittyvistä tapahtumista
- voi purkaa ahdistusta, pelkoa ja vihaa

Mahdollinen soittelu ei vaikuta tekijän saamaan tuomioon eikä sen pituuteen. Kyseessä on ennen kaikkea vapaaehtoinen ja luottamuksellinen trauman purkuprosessi, joka valmistellaan huolellisesti erillistapaamisissa ennen mahdollista yhteistapaamista

Tutkimuksissa soittelun hyötyjä uhrille tai omaiselle ovat olleet: kuulluksi tulemisen kokemus, pelon ja vihan tunteiden vähentyminen, kokemus itsemääräämisoikeudesta ja luottamus ihmisiin palautuvat, tekijä näyttäytyy ihmisenä ei hirviönä, itsetuhoisuus vähenee.

Jälkisoittelu tarjoaa rikoksen uhrille tai henkirikoksen uhrin omaiselle mahdollisuuden harkita tekijän kohtaamista oikeudenkäynnin ja tuomion jälkeen. Kohtaamisen ensisijaisena tavoitteena on käsitellä rikoksen aiheuttamia haittoja kahden puolueettoman soittelijan välityksellä ja ohjauksessa.



### Lisätietoja

Projektipäällikkö Arja Konttila  
puh. 050 4408 699  
email arja.konttila@kritis.fi





# Mistory

-KAIKILLA MEILLÄ ON OMA TARINA-

Muistelemisella sekä muistojen ja surun jakamisella on suuri merkitys kun käymme läpi surua, jonka läheisen kuolema on aiheuttanut. Olemme luoneet Mistoryn muistosivut juuri tämän vuoksi.

Mistory on paikka:

elämäntarinoille

muistoille

muistamiselle

yhteiselle surulle

[www.mistory.fi](http://www.mistory.fi)







[www.surut.fi](http://www.surut.fi)



**HUOMA**  
Henkirikoksen uhrien läheiset ry

Puusepänkatu 4, 90130 Oulu, puh. 050 304 3332  
[info\(at\)huoma.fi](mailto:info(at)huoma.fi), [www.huoma.fi](http://www.huoma.fi)



**KÄPY**  
Lapsikuolema-  
perheet ry  
Vertaistukea suruun

Pyhäjärvenkatu 5B, 33200 Tampere, puh. 045 652 4395  
[toimisto\(at\)kapy.fi](mailto:toimisto(at)kapy.fi), [www.kapy.fi](http://www.kapy.fi)



Matarankatu 6, 40100 Jyväskylä, puh. 044 300 6477  
[toimisto\(at\)nuoretlesket.fi](mailto:toimisto(at)nuoretlesket.fi), [www.nuoretlesket.fi](http://www.nuoretlesket.fi)



**TAMPEREEN  
YLIOPISTO**

Terveystieteiden yksikkö 33014 Tampereen yliopisto  
[www.uta.fi/hes](http://www.uta.fi/hes)



Suomalaisen  
**kuolemantutkimuksen**  
Seura Ry.

[www.kuolemantutkimus.com](http://www.kuolemantutkimus.com)

**SUOMEN  
MIELEN-  
TERVEYS-  
SEURA**

Maistraatinportti 4 A, 00240 Helsinki  
[www.mielenterveysseura.fi](http://www.mielenterveysseura.fi)