

# Läheisensä menettäneen lapsen tai nuoren suru

Surukonferenssi 12.4.2019

Kati Kärkkäinen

Sosiaalipsykologi, työnohjaaja

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

# Mitä rakastaminen arjessa oikein on?

Tiedän ja tunnen, että

- minun olemassaoloni ilahduttaa häntä.
- olemme toisillemme tärkeitä.
- hän haluaa minulle hyvää.

On yleensä kiva olla hänen kanssaan yhdessä ja tehdä asioita yhdessä.



Rakkauden rinnalla on vaihteleva määrä muun sävyisiä tunteita ja käytännön ristiriitoja.

Koska rakkaus on monimuotoista ja monenlaisia tunteita sisältävää, niin rakkauden kohteen menettämisestä juontuva suru on sekin väistämättä monimuotoista.

Millaisen kokonaisuuden osaksi  
tämä menetys asettuu?

Kuinka paljon arjen normaaliudesta murenee?

# Kehityksen kannalta

## Suojaavia tekijöitä

- turvalliset, pysyvät ja hyvinvoivat aikuiset
- hyvä suhde vanhempiin
- huolehtiva kasvatuskulttuuri
- lapsen omat vahvuudet, kokemus omasta pärjäämisestä
- hyvä terveys, terveelliset elämäntavat
- ystävät, hyvät sosiaaliset taidot
- erityisongelmien asianmukainen huomiointi: päiväkotit, koulu
- ikätasoisien tietojen ja ymmärryksen saaminen, kun perheessä tai itsellä on vaikeuksia tai sairauksia

## Riskiä tuottavia tekijöitä

- raskauden aikaiset ongelmat
- vanhempien mielenterveys- ja päihdeongelmat, vakava sairaus
- kaltoinkohtelu, perheväkivalta
- haitalliset kasvatustavat
- kuormittavat elämäntapahtumat
- perherakenteen haavoittuvuus
- kiusaaminen, kiusatuksi joutuminen
- lapsen fyysiset sairaudet, oppimisvaikeudet
- vanhempien matala koulutustaso
- riskitekijöiden kasautuminen riskinä sinällään

# Kuka kuoli?

- vanhempi
- sisarus, jonka kanssa jaettu arkea vs. raskauden aikainen kuolema
- isovanhempi, serkku, täti, setä
- ystävä
- päiväkotitai luokkakaveri
- opettaja, harrastusvetäjä

Miten kuoli?




Kuva: Pixabay

# Mahdollisia tunteita, kun tärkeä ihminen kuolee



surullisuus  
pelko  
turvattomuus  
hämmennys  
syyllisyys  
yksinäisyys  
tunne, ettei ymmärretä  
tyhjiys  
välinpitämättömyys  
toivottomuus



kaipaus  
ikävä



Miksi?  
Jos vain...

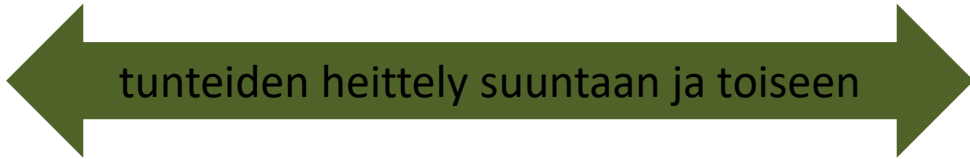


viha  
kiukku  
ärtymys  
kateus



helpotus  
huojennus

*jos hän kärsi  
ennen  
kuolemaansa*



tunteiden heittäminen suuntaan ja toiseen

# Vivahteikkaampaa tunnemaista

turvattomuus  
avuttomuus  
huojennus  
alakuloisuus  
helpotus  
kaipaus  
ikävä  
surumielisyys  
pelko  
levollisuus  
tyyneys  
rauhallisuus  
ahdistus  
hämmennys  
epätoden tuntu  
salailu

tunteiden heittäminen  
viha  
suuttumus  
katkeruus  
kiukku  
ärtymys  
pettymys  
raivo  
kiitollisuus yhteisestä  
rakkaus  
kateus  
hylätyksi tuleminen  
yksinäisyys  
tunne, ettei ymmärretä  
eristäytyminen/eristykseen  
joutuminen  
puhumisen tarve

tarve omaan työhöön  
irrationaalisuus  
häpeä  
huonomuus  
halu suojella ja tukea läheisiä  
miksi-kysymykset  
"jossittelu"  
tarkoituksettomuus  
tyhjä  
merkityksettömyys  
epätoivo  
lamaannus  
välipitämättömyys  
toivottomuus  
syyllisyys  
ilon pilkahdukset



# Reagoinnin tasoja menetyksessä

- tunteet
- ajatukset
- keho
- käyttäytyminen

pienillä:  
"raidallisuus",  
surahtaminen

# Aikuisten aliarviointia lapsista

Lapset eivät  
huomaa  
mitään.

Lapsille ei  
tarvitse kertoa  
koko totuutta.

Lapsi tajuaa  
traumaattiset  
tapahtumat vain  
pinnallisesti ja unohtaa  
ne helposti.

**Fakta:**  
Lapsilla on  
uskomaton kyky  
työstää vaikeita ja  
järkyttäviä asioita,  
kun heille luodaan  
siihen hyvät  
olosuhteet.

# Yksilönkehityksen myötä

- lyhtytietoisuudesta valokeilatietoisuuteen
- tiiviistä ”kaiken tutkailusta” suunnattuun tarkkaavuuteen
- hetkessä elämisen rinnalle itsesäätely ja toiminnan ohjaus
- tapahtumamuistojen rinnalle tarinallinen muisti
- kohti kielen merkityksellisyyttä

Gopnik, Alison (2010) Filosofinen vauva. Mitä lasten mieli kertoo totuudesta, rakkaudesta ja elämän tarkoituksesta.

# Käsitys kuolemasta

