
SUREVA LAPSI KOULUSSA

Opas surevan lapsen tukemiseen alakoulussa

Heikki Rähä
Mira Lähderinne
Päivi Hyttinen

Opinnäytetyö

Ammattikorkeakoulututkinto



Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Heikki Räihä, Mira Lähderinne ja Päivi Hyttinen	
Työn nimi Sureva lapsi koulussa – Opas surevan lapsen tukemiseen alakoulussa	
Päiväys 13.12.2010	Sivumäärä/Liitteet 29/3
Ohjaaja(t) Mira Polón ja Sirpa Kärnä	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kirkonsalmen koulu ja Iisalmen Seurakunta	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Kirkonsalmen koulun opettajilla oli tarve lisätiedolle surevan lapsen tukemisesta. Opettajat olivat kokeneet itsensä epävarmoiksi kohdatessaan surevan lapsen työssään. Toiminnallisena opinnäytetyönä tehtiin tuotteistettu opas opettajille antamaan heille tiedollista ja menetelmällistä tukea surevan lapsen tukemiseen. Lapsella on oikeus saada tukea kokonaisvaltaisesti ja koulun tehtävänä on osallistua tuen tarjoamiseen. Opinnäytetyön tavoitteina oli yhtenäistää opettajien käytäntöä sosiaalisen tuen tarjoamisessa lapselle, tukea opettajia surureaktioiden tunnistamiseen ja varhaiseen puuttumiseen sekä tukea koulun ja kodin välistä yhteistyötä.</p> <p>Opas valmistettiin Jämsän ja Mannisen (2000) osaamisen tuotteistamisen prosessin mukaisesti. Prosessi sisältää viisi vaihetta: kehittämistarpeen tunnistaminen, ideavaihe, tuotteen luonnosteluvaihe, kehittälyvaihe sekä viimeistelyvaihe. Selvitimme toimeksiantajan kehittämistarpeita tekemällä ryhmähaastattelun koululla, jonka pohjalta laadimme oppaan. Opinnäytetyö sisältää kaksi osuutta: raportointiosuuden ja oppaan. Raportointiosuudessa kuvataan opinnäytetyöprosessin etenemistä sekä teoreettiset lähtökohdat.</p> <p>Opas sisältää tietoa yleisimmistä surua aiheuttavista tekijöistä lapsen elämässä, kriisin vaiheista sekä surureaktioista. Lisäksi oppaassa on työmenetelmiä, joita opettajat voivat käyttää surevan lapsen tukemiseen. Opas sisältää myös tärkeimpiä paikallisia ja valtakunnallisia yhteystietoja, joihin koulu voi ottaa tarvittaessa yhteyttä. Opas liitettiin osaksi Iisalmen Seurakunnan projektia. Projektin tarkoituksena oli jakaa surulaatikot ja oppaat kaikille Iisalmen alueen kouluille ja lisätä opettajien valmiutta surevien lasten tukemisessa.</p> <p>Kirkonsalmen koulun opettajat ja seurakunnan työntekijät pitivät opasta käytännöllisenä ja ajankohtaisena. Opas toimii yhtenäistävänä työvälineenä alakoulujen opettajille, joka antaa heille varmuutta kohdata ja tukea surevaa lasta. Opinnäytetyön aloittama kehitystyö voisi jatkua yläkouluille oppaalla, jossa keskityttäisiin sosiaalisen tuen tarjoamiseen surevalle nuorelle.</p>	
Avainsanat Sosiaalinen tuki, kriisit, suru, lapset, opettajat, koulu, tuotteistaminen	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Author(s) Heikki Räihä, Mira Lähderinne and Päivi Hyttinen			
Title of Thesis A grieving child in school – A guide book to support a grieving child in elementary school			
Date	13.12.2010	Pages/Appendices	29/3
Supervisor(s) Mira Polón and Sirpa Kärnä			
Project/Partners Kirkonsalmi elementary school and Congregation of Iisalmi			
<p>Abstract</p> <p>The teachers of Kirkonsalmi elementary school had the need to have more information of how to support a grieving child. The teachers had felt themselves uncertain when facing a grieving child in their work. The intention of this thesis was to produce a guide book for the teachers of the elementary school. The purpose of the guide book is to give teachers informative and methodological support for supporting grieving children. The child has the right to be supported and the school has to participate in providing support. The object of the thesis was to standardize the teachers working methods in socially supporting children, to aid teachers in recognition of grief reactions and to encourage teachers to increase the partnership between school and home.</p> <p>The guide book was produced by following the know-how productization process of Jämsä and Manninen (2000). This process includes five stages: recognizing the need for development, idea stage, sketching of the product, development stage and finalisation stage. During the process interviews were made to determine what the teachers wanted to be included in the guide book. The thesis has two parts: the report and the guide book. The progression of the thesis and its theoretical basis are described in the report.</p> <p>The guide book contains information on the most common causes of grief in a child's life, the stages of crisis as well as on grief reactions. The guide book also has a section of methods that teachers can use to support a grieving child. There is also the most important local and national contact information available in the guide book which the school can contact if needed. The guide book is included as a part into a regional project of the congregation of Iisalmi which the goal of which is to standardize the readiness in the schools of supporting grieving children.</p> <p>The teachers of Kirkonsalmi elementary school and the employees of the congregation of Iisalmi felt that the guide book is both useful and of current interest. The guide book works as a standardizing method which gives the teachers confidence to support grieving children. The development began by this thesis could continue in secondary school with a guide book that would be focused in giving social support to grieving youth.</p>			
Keywords Social support, crisis, grief, children, teachers, school, productization			

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO.....	6
2 SOSIAALINEN TUKI	9
3 KRIISIN VAIHEET JA SUREMINEN	10
4 VARHAINEN PUUTTUMINEN.....	14
5 TUOTTEISTETTU OPAS OPETTAJILLE	15
5.1 Kehittämistarpeen tunnistaminen.....	16
5.2 Ideavaihe.....	17
5.3 Oppaan luonnostelu.....	18
5.4 Oppaan kehittäminen.....	20
5.5 Oppaan viimeistely	23
6 POHDINTA.....	25
LÄHTEET.....	28

LIITTEET

Liite 1 Teemahaastattelurunko

Liite 2 Haastattelujen tulokset

Liite 3 Opas surevan lapsen tukemiseen alakoulussa

1 JOHDANTO

Surevan henkilön tukeminen on haastavaa, varsinkin kun sureva on lapsi. Aihe on tärkeä ja ajankohtainen sosiaali- ja terveysalalla. Sosiaalisen tuen tarjoaminen surevalle lapselle on kehityshaasteena myös kouluissa. Tämä haaste ilmenee käytännössä siten, että kaikilla opettajilla ei ole yhtenäistä työkäytäntöä ja kokemusta surevan lapsen tukemisesta. Yhtenä syynä tähän on, että opettajankoulutuksessa ei laajemmin käsitellä tuen tarjoamista. Opettajilla on vahva pedagogisen osaamisen antama valmius kohdata sureva lapsi. Silti varmuus tuen tarjoamiseen tulee opettajien henkilökohtaisista ja yksilöllisistä kokemuksista sekä vapaaehtoisesta lisäkoulutuksesta. Myös opettajien henkilökohtainen kiinnostus aiheeseen vaikuttaa olennaisesti tuen tarjoamiseen.

Tutkimusten mukaan (Katalin 2009 & Dyregrov 1993) lähes kaikki opettajat ovat kohdanneet surevan lapsen omassa luokassaan jossakin vaiheessa uraansa. He ovat kokeneet itsensä epävarmaksi kohdatessaan lapsen surua. Lisäksi opettajat ovat tunteneet itsensä valmistautumattomiksi käsittelemään suruun liittyviä teemoja luokassaan. Näistä syistä on muodostunut käytännöksi, että sureva lapsi siirretään ammattihenkilöltä toiselle, esimerkiksi opettajalta koulukuraattorille.

Opinnäytetyömme toimeksiantaja on Kirkonsalmen koulu, jota edustaa koulun rehtori Heikki Rönkkö. Toimeksiantajalla oli tarve saada lisätietoa ja työmenetelmiä surevan lapsen tukemiseen. Liitimme työn osaksi Kirkonsalmen koulun kriisisuunnitelmaa ja surulaatikkoo. Surulaatikkoo käytetään apuna surutilanteiden käsittelyssä sekä hartaushetkissä ja se sisältää niihin tarvittavia välineitä. Toimeksiantajamme kehittämistarpeena oli koulun surulaatikon kehittäminen luomalla koululle yhtenäinen menetelmä surevan lapsen tukemisesta.

Toimeksiantajamme Kirkonsalmen koulu on Iisalmen kaupungin vanhin alakoulu, joka aloitti toimintansa vuonna 1877. Koulu on nykyaikainen ja viihtyisä oppimisympäristö. Luokkahuoneita on yhteensä 12, joiden lisäksi koulussa on myös erityistilat, esimerkiksi ATK- ja luonnontieteiden -luokka. Välineistönsä ansiosta koulu tarjoaa mahdollisuuden monipuoliseen opiskeluun. (Kirkonsalmen koulu 2010.)

Lukuvuotena 2009–2010 koulussa on 241 oppilasta. Koulussa on 12 luokanopettajaa, yksi jokaista perusopetusluokkaa varten. Lisäksi koululla toimii erityisopettaja, englannin opettaja sekä tuntiopettajana toimiva ortodoksiopettaja. (Kirkonsalmen koulu 2010.) Toimeksiantajamme muodostaa opinnäytetyömme kontekstin, johon

sisältyy kolme keskeistä käsitettä: koulu, opettaja ja lapsi.

Koululla tarkoitamme työssämme alakoulua, jonka järjestämä perusopetus antaa mahdollisuuden monipuoliseen kasvuun, oppimiseen ja terveen itsetunnon kehittymiseen (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 12). Jaraston ja Sinervon mukaan (1998, 145) koulu on tärkeä tekijä lapsen elämässä ja sen merkitys vaihtelee sen mukaan, millaisia lapsen muut sosiaaliset suhteet ovat. Myös Katakinin tutkimuksen mukaan (2009, 6) koulu on surevan lapsen kannalta kodin lisäksi tärkein paikka, koska se tarjoaa lapselle turvallisuutta ja normaaleja rutiineja arjessa.

Opettajalla tarkoitamme työssämme kasvatustieteiden maisteritason suorittaneita, tai vastaavalla pätevyydellä toimivia alakoulun opettajia (Opettajankoulutus Suomessa, 2009). Jaraston ja Sinervon mukaan (1998, 152) he ovat koululaisen maailmassa hyvin keskeisessä roolissa. Opettajat opettavat luokalleen lähes kaikkia oppiaineita ja siksi he tuntevat luokkansa lapset kouluympäristössä parhaiten. Heidän tehtävänä on opettamisen ohella kasvattaa ja tukea lapsen holistista kehitystä. He ovat lisäksi yksiä tärkeimmistä aikuisista surevan lapsen tukijana. Myös opettajat itse pitävät omaa rooliaan tärkeänä surevan lapsen elämässä (Katakin 2009, 6).

Lapsella tarkoitamme opinnäytetyössämme alakouluikäistä, eli 7–12-vuoden ikäistä lasta. Jaraston ja Sinervon mukaan (1998, 28) tämä ikävaihe on erittäin rikas kehitystapahtuma. Ikävaiheen aikana ekaluokkalaisesta lapsesta kehittyy esimurrosikäinen nuori, joka luo omaa identiteettiään ja maailmankuvaansa uudella tavalla. Käytimme käsitettä lapsi oppilaan sijasta, koska halusimme, että lapsi ymmärretään kokonaisvaltaisena yksilönä eikä vain osana luokkaansa.

Toimeksiantajamme surulaatikkoa kehittämällä saimme yhteistyökumppaniksi Iisalmen Seurakunnan, jonka työntekijät järjestävät Iisalmen kouluilla suruaiheisia oppitunteja. Seurakunnan edustajina toimivat nuorisotyönohjaaja Pirjo Mäenpää-Ronkainen ja pappi Kati Ahomaa. Seurakunnan yhteistyö opinnäytetyössämme koostui prosessin loppuvaiheilla oppaan arvioinnissa ja markkinoinnissa.

Opinnäytetyömme ohjaava periaate oli lapsen huomioiminen ja tukeminen kouluympäristössä kokonaisvaltaisena yksilönä. Lapsen tukemisen näkökulmasta on tärkeää, että opettajilla olisi riittävästi tietoa ja menetelmiä tarjota tukea lapselle. Vastasimme toimeksiantajamme kehitystarpeeseen tekemällä toiminnallisena opinnäytetyönä oppaan opettajille. Tarkoituksenamme oli antaa opettajille tiedollista ja menetelmällistä tukea surevan lapsen tukemiseen. Näin opettajat saavat varmuutta surevan lapsen

tukemiseen, jotta hänen suruprosessinsa etenisi luonnollisesti. Tarjosimme ratkaisua ajankohtaiseen kehittämistarpeeseen oppaan muodossa ja välittöminä hyödynsaajina olivat opettajat.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli, että oppaamme muodostuisi luontevaksi osaksi Kirkonsalmen koulun työmenetelmää surevan lapsen tukemisessa sekä tukea opettajia surevan lapsen oireiden tunnistamiseen ja varhaiseen puuttumiseen. Tällöin lapsi saa tarvitsemansa tuen tutulta ja turvalliselta aikuiselta. Tavoitteena oli myös tukea koulun ja kodin välistä yhteistyötä, kannustamalla opettajia olemaan enemmän yhteydessä surevan lapsen kotiin. Lisäksi oppaamme yleistettävyyks oli meille tärkeä tavoite, jotta se olisi siirrettävissä muihin alakouluihin. Opinnäytetyömme välillisiä hyödynsaajia ovat lapset ja heidän perheensä.

Opinnäytetyömme on kaksiosainen ja oppaan lisäksi työhömmme kuuluu raporttiosuus. Opasta valmistaessamme etenimme Jämsän ja Mannisen (2000) tuotteistamisprosessin vaiheiden mukaan ja prosessin aikana teimme tiedonhankinnan Kirkonsalmen koulun opettajien kehittämistarpeista surevan lapsen tukemisessa. Opinnäytetyömme teoreettisina lähtökohtina ovat sosiaalinen tuki, kriisin vaiheet ja sureminen sekä varhainen puuttuminen. Sosiaalialan näkökulmaa tuomme esille sosiaalisen tuen muodossa. Lisäksi painotamme varhaisen puuttumisen näkökulmaa.

2 SOSIAALINEN TUKI

Sosiaalinen tuki on yhteisön yksilöille ja ryhmille tarjoamaa apua, jonka avulla he voivat selviytyä negatiivisista elämäntapahtumista. Sosiaalinen tuki on aina ihmisten välistä vuorovaikutusta ja sillä on viisi muotoa: aineellinen tuki, toiminnallinen tuki, tiedollinen tuki, emotionaalinen tuki ja henkinen tuki. Tuki voi olla epäsuoraa järjestelmän kautta annettua tukea, tai suoraa vuorovaikutukseen pohjautuvaa tukea. (Kumpusalo 1991, 13–15.)

Aineellinen tuki on rahallisia tai materiaalisia apuvälineitä. Toiminnallisella tuella tarkoitetaan palvelua, kuljetusta ja kuntoutusta. Tiedolliseen tukeen sisältyy muun muassa neuvoa, opastusta, opetusta ja harjoitusta. Emotionaalisella tuella puolestaan tarkoitetaan empatiaa, rakkautta ja kannustusta. Henkinen tuki tarkoittaa yhteistä aatetta tai uskontoa. (Kumpusalo 1991, 13–15.)

Sosiaalisen tuen avulla toteutuu lapsen kokonaisvaltainen huomioiminen ja tukeminen. Tuen muodoista tiedollinen ja emotionaalinen tuki muodostavat opinnäytetyömme ohjaavan näkökulman, sillä ne kattavat kaiken luokassa tarjottavan tuen. Aineellinen, toiminnallinen ja henkinen tuki eivät ole opinnäytetyömme kannalta tarpeellisia. Koska kouluympäristö on yhteisönä pieni, vuorovaikutus on suoraa ja tuki persoonallista sekä vuorovaikutukseen pohjautuvaa. Tuen antajina ovat sekä opettajat että muut lapset. (Kumpusalo 1991, 13–15.)

Sosiaalinen tuki on opinnäytetyömme keskeisin näkökulma. Kumpusalon mukaan (1991, 80–81) tuen saaminen on olennaista surusta selviytymisessä ja surevat kokevat tuen saamisen tärkeänä. Mikäli sureva kokee, ettei tukea ole saatavilla, saattaa tämä vaikuttaa kielteisesti kriisistä selviytymiseen. Sosiaalinen tuki edistää menetyksestä puhumista ja puhuminen tekee tapahtuman ymmärrettävämmäksi ja vähemmän ylivoimaiseksi surevalle itselleen.

3 KRIISIN VAIHEET JA SUREMINEN

Opinnäytetyömme keskeisiä käsitteitä ovat kriisi ja sureminen, joihin kuuluvat suremisen tehtävät ja lasten surureaktiot. Yhdistimme nämä kaksi käsitettä, koska suru ja menetys lapsen elämässä ovat aina kriisejä. Suremisen tehtävät, jotka ovat opinnäytetyömme kannalta suremisen olennaisinta sisältöä, ovat selkeästi rinnastettavissa kriisin vaiheisiin ja ne etenevät yhtäläisesti. Kriisin vaiheiden ja suremisen yhdistämistä tuki myös lukemamme kirjallisuus, jossa molemmat kuvataan samankaltaisina. Esimerkiksi Erjannin ja Paunonen-Ilmosen mukaan (2004, 17) ”suru- ja kriisiteorioiden vaiheiden määrät poikkeavat toisistaan eri teorioissa, mutta teorioiden sisällöissä ei juurikaan ole eroja”.

Kriisin vaiheet ovat Saaren (2000, 42–67) mukaan sokki- (1), reaktio- (2), työstämis- ja käsittely- (3), sekä uudelleen orientoitumisen vaihe (4). Nämä vaiheet etenevät järjestyksessä ja uuden vaiheen alkaminen edellyttää edellisen päättymistä. Vaiheiden kesto riippuu yksilöllisistä tekijöistä ja voi vaihdella suurestikin (Maikkula, Heikkinen ja Södervall 2000, 136–137). Kriisin vaiheiden etenemiseen ovat verrattavissa suremisen tehtävät. Nämä voidaan jakaa menetyksen todellisuuden ymmärtämiseen ja hyväksymiseen, tuskan kokemiseen, ympäristöön sopeutumiseen ja muistelemiseen. (Erkkilä, Holmberg, Niemelä ja Ylönen 2003, 31–32.)

Sokkivaihe (1) alkaa välittömästi tapahtuman jälkeen ja kestää lyhyestä hetkestä muutamiin vuorokausiin. Tämän vaiheen ensimmäinen reaktio on psyykinen sokki, jolloin lapsen kokema tai kuulema tapahtuma ei tunnu todelliselta. Lapsi voi olla yllätynyt, sekaisin ja voi reagoida tavallisesta poikkeavalla tavalla. Hän on usein myös lamaantunut ja järkyttynyt, sekä saattaa kieltää tapahtuneen. Tämä suojaa häntä sellaiselta tiedolta, jota hän ei sillä hetkellä pysty käsittelemään. Usein tässä vaiheessa lapsi elää surun aiheuttamaa tapahtumaa yhä uudelleen. Suremisen tehtävänä on sokkivaiheen tavoin, että lapsi ymmärtää tapahtuman todellisuuden ja hyväksyy sen olevan totta. (Saari 2000, 42–67; Maikkula ym. 2000, 136–137; Erkkilä ym. 2003, 31–32.)

Sokkivaihetta seuraa reaktiovaihe (2), joka voi kestää useita viikkoja. Vaihe voi alkaa vasta, kun kriisin joutunut lapsi alkaa käsittää tapahtuneen. Tämän vaiheen alkaminen edellyttää myös, että vaara- ja uhkatilanteet ovat ohi ja lapsi tuntee olevansa turvassa. Hän ei ole enää niin sekaisin ja hän reagoi tapahtuneeseen. Reaktiovaihe voi olla hyvin tuskallinen ja suremisen tehtävänä tuskan kokeminen on verrattavissa tähän vaiheeseen. Lapsi käy läpi tapahtuman erilaisia jälkioireita ja hänen tulisi saada

halutessaan keskustella tapahtuneesta. Tässä vaiheessa lapsen itsesyytökset tai syytökset toisia kohtaan saattavat aiheuttaa esimerkiksi voimakasta vihaa. (Saari 2000, 42–67; Maikkula ym. 2000, 136–137; Erkkilä ym. 2003, 31–32.)

Työstämis- ja käsittelyvaihe (3) alkaa, kun lapsi vähitellen tottuu tilanteeseen ja tämän vaiheen kesto vaihtelee puolesta vuodesta vuoteen. Hän alkaa hyväksyä tapahtuneen, keskittyä arjen askareisiin ja pikku hiljaa kiinnostuu tulevaisuudesta. Hän käsittelee tilannetta ja pääsee lopulta kriisin yli. Työstämis- ja käsittelyvaiheessa lapsi ei enää välttämättä halua tai jaksa keskustella tapahtuneesta ja aiempien vaiheiden tyyppilliset reaktiot saattavat nousta uudelleen pintaan. Suremisen tehtävänä ympäristöön sopeutuminen vastaa tätä vaihetta. (Saari 2000, 42–67; Maikkula ym. 2000, 136–137; Erkkilä ym. 2003, 31–32.)

Uudelleen orientoitumisen vaihe (4) alkaa, kun lapsi on oppinut elämään menetyksen ja surun kanssa. Kokemansa perusteella ja aikuisten avustuksella lapsi luo uuden perustan elämälleen. Tämän vaiheen tärkein asia on, että lapsi oppii hyväksymään tapahtuneen. Uudet kiinnostuksen kohteet astuvat vähitellen menetettyjen tilalle, järkkynyt itsetunto palautuu ja tunteet käydään läpi. Uudelleen orientoitumisen vaiheen tavoin suremisen tehtävä, muistelu ei oikeastaan koskaan pääty. (Saari 2000, 42–67; Maikkula ym. 2000, 136–137; Erkkilä ym. 2003, 31–32.)

Suremisen käsitteeseen kuuluu tärkeänä osana myös surureaktiot. Poijulan (2002, 43–49) mukaan surureaktiot voidaan jakaa psykologisiin, sosiaalisiin ja fyysisiin reaktioihin. Psykologisia surureaktioita ovat tunteeseen, ajatteluun ja havaintoon liittyvät reaktiot. Tunnereaktioita ovat muun muassa surullisuus, kärsimys, paniikki, pelko ja turvattomuus. Ajatteluun liittyviä surureaktioita ovat epäusko, hämmentyneisyys, keskittymiskyvyttömyys ja pettyneisyys. Havaintoihin liittyviä reaktioita ovat epätodellisuuden tunne, itsensä ja ympäristön kokeminen epätodellisena, sekä näkö- tai kuuloharhat. Sosiaaliset surureaktiot ovat käyttäytymisessä näkyviä surureaktioita, esimerkiksi levoton yliaktiivisuus, ylivalppaus, sosiaalinen vetäytyminen ja poissaoleva käyttäytyminen. Fyysisiä surureaktioita voivat olla esimerkiksi aloitekyvyn ja kiinnostuksen puute, motivaation väheneminen, huonontunut keskittymiskyky, heikentynyt ajattelu-toiminta ja häiriöt ruokahalussa. Voimakkaampia reaktioita voivat olla esimerkiksi syömishäiriöt.

Erityisesti lapsilla havaittavia reaktioita ovat Poijulan (2002, 143) mukaan ahdistus, univaikeudet, surullisuus, ikävä ja kaipaus, viha, huomion tarve, syyllisyys ja itsesyytökset ja psykosomaattiset oireet (vatsakivut, kuume ja päänsärky). Suru voi ilmetä

myös koulusuoriutumisen heikkenemisenä, rangaistushakuisuutena, tappelemisena, sekä itseä vahingoittavana käyttäytymisenä. Erkkilän ym. (2003, 22–23) mukaan survien lasten oireita ovat itkuisuus, vetäytyminen ja kehon fyysinen jännittyneisyys. Lapsilla saattaa ilmetä myös esineiden heittäilyä ja puhumisesta kieltäytymistä. Vuorovaikutuskyvyn ja -halun vähäisyys, sekä alakuloisuus voivat myös olla yleisimpiä oireita. Hieman vanhemmilla lapsilla suruun voi liittyä pakenemiskäyttäytymistä, esimerkiksi harrastuksiin ja kaverimaailmaan. Tämä pakeneminen auttaa pitämään todelliset tunteet piilossa ja näin surutyön eteneminen siirtyy. Myös Bowlby (1998, 288–289) kuvailee samanlaisia surureaktioita, mutta lisäksi lapsen surun käsittelyyn voi kuulua voimakkaita itsesyytöksiä sekä vihaa, ja vanhemman kuoleman yhteydessä samaistumista kuolleeseen vanhempaan. Myös Dyregrovin (1993, 17–27) ja Erkkilän ym. (2003, 22–23) mukaan lapset reagoivat suruun kokonaisvaltaisesti. Edellä mainituissa lähteissä kuvatut surureaktiot ovat hyvin samankaltaisia toistensa kanssa ja esimerkiksi Dyregrov (1993) viittaa Bowlbyn (1998) tutkimukseen kuvaamiensa surureaktioiden lähteenä.

Surureaktioihin voidaan liittää myös Kübbler-Rossin ja Kesslerin (2006, 22) surun viisi vaihetta, jotka ovat kieltäminen, viha, kaupanteko, masennus ja hyväksyminen. Nämä surun vaiheet eivät kuitenkaan ole kriisin vaiheiden kaltainen vaihemalli vaan ne kuvaavat enemmänkin voimakkaita tunnereaktioita. Surun vaiheet eivät etene tietyssä järjestyksessä, vaan vaiheiden paikat voivat vaihdella yksilöllisesti koko suremisen ajan. Lisäksi kaikki eivät koe kaikkia surun vaiheita kuvatulla tavalla tai lainkaan.

Kieltämisessä lapsi tiedostaa tapahtuneen, mutta ei kykene vielä hyväksymään sitä todeksi. Tapahtuma on liikaa lapsen psyykelle ja kieltämällä hän saa hetkellistä helpotusta tuskaansa. Kieltäminen auttaa säätelemään tunteiden etenemistä, jolloin mieli ei joudu käsittelemään liiallista tunnemyrskyä vähässä ajassa. Viha on suruprosessin tärkeä osa, jossa lapsi päästää aiemmin torjumansa tunteet pinnalle. On tärkeää, ettei suuttumukselle yritetä löytää syytä, eikä sitä saisi tuomita. Vihan jälkeinen kaupanteko auttaa ajatuksia siirtymään suremisessa eteenpäin. Huomio siirtyy nykyhetkeen ja esiin tuleva suru voi olla syvempää kuin aiemmin. Kaupanteko luo myös uskoa, että lapsi voi palauttaa järjestyksen menetyksen aiheuttamiin arjen muutoksiin. Kaupanteon jälkeen voi alkaa masennus, joka on luonnollinen reaktio suuren menetyksen jälkeen. Masennus on suojamekanismi, joka antaa lapselle aikaa sopeutua menetyksen aiheuttamiin muutoksiin. Masennus katoaa sitten, kun se on täyttänyt tarkoituksensa menetyksen käsittelyssä. Suruprosessin edetessä tulee vastaan hyväksyminen, jossa lapsi kykenee viimein hyväksymään tapahtuneen ja sopeutumaan menetyksen jälkeiseen arkeen. Aluksi lapsi saattaa kaivata mennyttä, mutta ajan ku-

luessa hän alkaa hyväksyä menetyksen tuomat muutokset. (Kübbler-Ross & Kessler 2006, 22–45.)

Käsittelimme opinnäytetyössämme surua aiheuttavia tekijöitä. Näitä tekijöitä työsämme ovat vanhempien eroaminen, menetys kuoleman kautta, vakava sairastuminen, mukaan lukien mielenterveys- ja päihdeongelmat perheessä, perheväkivalta, lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö, huostaanotot ja sijoitukset sekä työttömyys. Kuolemaan liittyvällä menetyksellä tarkoitamme lapselle merkityksellisen henkilön, esimerkiksi perheenjäsenen, sukulaisen, läheisen ystävän tai naapurin kuolemaa tai lemmikkieläimen menetystä. Perheenjäsenen vakavalla sairastumisella tarkoitamme mitä tahansa sairautta, jolla on merkittäviä ja pitkäkestoisia vaikutuksia perheen arkeen. Myös perheenjäsenen työttömyys saattaa aiheuttaa perheelle kriisin, riippuen perheen taloudellisesta tilanteesta ja siitä, kuinka vanhemmat kokevat tilanteen.

Surua aiheuttavana tekijänä menetys kuoleman kautta nousi esille käyttämistämme tutkimuksista (Dyregrov 1993 & Katalin 2009). Aihetta rajatessamme tekijöiksi nousivat lisäksi vanhempien eroaminen, vakava sairastuminen perheessä, mielenterveys- ja päihdeongelmat, perheväkivalta ja lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö. Opettajien haastatteluista tulivat ilmi kuoleman, avioeron ja vakavan sairastumisen lisäksi huostaanotot ja sijoitukset sekä työttömyys perheessä. Nämä syyt valitsimme, koska halusimme käsitellä oppaassa mahdollisimman kattavasti nykyajan yleisimpiä surua aiheuttavia tekijöitä lapsen elämässä. Tekijöistä päihdeongelmat, perheväkivalta ja lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö lisättiin haastattelujen jälkeen, koska ne ovat yleisiä ja ajankohtaisia aiheita.

4 VARHAINEN PUUTTUMINEN

Varhaisella puuttumisella (Varpu) tarkoitamme lastensuojelulain (13.4.2007/417) velvoittamaa ennaltaehkäisevää toimintaa, jolla pyritään havaitsemaan ongelmat ja löytämään niille ratkaisu mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Varhainen puuttuminen on ennaltaehkäisevää ja kuntouttavaa toimintaa. Sillä tarkoitetaan lisäksi tapahumasarjaa, joka käynnistyy, kun huoli herää lapsen elämänkulussa. (Huhtanen 2007, 28–29.) Varpu-hankkeen mukaan varhainen puuttuminen on tärkeää, koska ongelmien ei tulisi antaa kasautua vaan ehkäisevä toiminta tulisi aloittaa mahdollisimman aikaisin. Tämä toiminta tehdään pääasiassa yhteistyössä lapsen vanhempien kanssa. (Varpu – Tukea ajoissa.)

Varhainen puuttuminen tarkoittaa opinnäytetyössämme lapsen surureaktioiden tunnistamista ja puuttumista mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, esimerkiksi ottamalla yhteyttä kotiin huolen herätessä. Tämä edellyttää koulun ja kodin välistä yhteistyötä, jotta varhainen puuttuminen olisi edes mahdollista. Avoin yhteistyö kodin kanssa helpottaa lapsen tukemista kouluympäristössä. Ennaltaehkäisevässä ja varhaisessa vaiheessa puuttuminen edistää sosiaalisen tuen tarjoamista lapselle.

5 TUOTTEISTETTU OPAS OPETTAJILLE

Teimme toiminnallisena opinnäytetyönä oppaan surevan lapsen tukemiseen. Etenimme Jämsän ja Mannisen (2000, 28) kuvaileman tuotteistamisprosessin mukaisesti. Tämä prosessi etenee tunnistetusta kehittämistarpeesta osaamiseen tuotteistamiseen, jonka tuloksena saadaan aikaan käyttövalmis tuote (ks. kuvio 1). Tähän prosessiin sisältyy viisi vaihetta, joiden avulla tuotteistimme menetelmäoppaan. Nämä vaiheet ovat ongelmien ja kehittämistarpeiden tunnistaminen (1), ideavaihe (2), tuotteen luonnostelu (3), tuotteen kehittäminen (4) ja tuotteen viimeistely (5). Prosessin eteneminen ei edellytä edellisen vaiheen päättymistä ja vaiheet voivat edetä limittäin.

Ongelmien ja kehittämistarpeiden tunnistamisen vaiheessa (1) varmistetaan, onko olemassa tarve, jonka ratkaisemista tuotekehitys auttaa. Ideavaiheessa (2) valitaan sellainen ratkaisu, jolla voidaan vastata tarpeeseen ja laaditaan tuotekonsepti. Luonnosteluvaiheessa (3) luodaan tuotteen tekemiselle tuotekuvaus ja tähän vaiheeseen sisältyy tiedonhankinta, jonka pohjalta laaditaan tuotteelle sisältö. Kehittelyvaihe (4) sisältää varsinaisen tekemisvaiheen ja tuotteen kehittelyn, jonka tuloksena saadaan aikaan mallikappale tuotteesta. Tämä vaihe sisältää myös tuotteen esitestaamisen. Viimeistelyvaiheessa (5) tuotetta korjataan ja sen yksityiskohtia viimeistellään. Lopputuloksena saadaan aikaan käyttövalmis tuote. (Jämsä & Manninen 2000, 85.)



KUVIO 1. Uuden tuotteen kehittäminen (Jämsä & Manninen. 2000, 30).

5.1 Kehittämistarpeen tunnistaminen

Työelämäkokemuksiemme pohjalta havaitsimme kehittämistarpeen surevan lapsen tukemisessa sosiaalialalla. Havaitsimme, että tämä on haastavaa, koska lasta tulisi samanaikaisesti tukea ja auttaa pääsemään eteenpäin surussaan sekä antaa aikaa ja tilaa suremiselle. Toisaalta lapsen surun voi helposti ohittaa, sillä kaikki lapset eivät oirehdi suruaan näkyvästi ja he eivät osaa näyttää tuen tarvetta samalla tavoin kuin aikuiset. Erityisen haastavaa surevan tukeminen on mielestämme silloin, kun surun on aiheuttanut kuolema.

Kehittämistarpeen tunnistamisen jälkeen perehdyimme aiheesta tehtyihin tutkimuksiin. Tämän pohjalta aloimme pohtia opinnäytetyömme kontekstia. Katalinin tutkimuksesta (2009, 6) havaitsimme, että kehittämistarve on erityisen suuri kouluilla, koska aihetta ei laajemmin käsitellä opettajankoulutuksessa. Tämän vuoksi aloimme etsiä toimeksiantajaa Iisalmen alakouluista ja Kirkonsalmen koulun rehtori oli kiinnostunut aiheesta.

Saatuamme toimeksiantajan päätimme tehdä esiselvityksen koulun opettajille. Esiselvityksen tarkoituksena oli esitellä opinnäytetyömme aihe ja selvittää opettajien kehittämistarpeita. Teimme esiselvityksen koulun yhteissuunnittelutuntien aikana ja kysyimme opettajilta alustavia ehdotuksia opinnäytetyöllemme. Tämän jälkeen suunnittelimme opinnäytetyötämme yhdessä toimeksiantajan kanssa kouluympäristön kontekstiin sopivaksi.

Opinnäytetyön lähtökohtana oli surevan lapsen tukeminen ja ohjaavaksi näkökulmaksi valitsimme sosiaalisen tuen, koska se on kouluympäristöön sopiva keino tarjota tukea lapselle. Lapsella on oikeus saada tukea kokonaisvaltaisesti suremiseen. Koululla on velvollisuus tarjota tukea lapselle ja lapsen oma opettaja on paras henkilö tukemaan häntä. Sosiaalinen tuki mahdollistaa kokonaisvaltaisen tuen tarjoamisen lapselle.

Päätimme tehdä opinnäytetyömme tuotteen yhdistämään toimeksiantajamme surulaatikkaa ja kriisisuunnitelmaa. Näiden välineiden yhdistäminen, laajentaminen ja päivittäminen yhtenäistävät opettajien toimintatapaa surevan lapsen tukemisessa. Surulaatikko sisälsi aikaisemmin hartaushetkiin tarkoitettuja välineitä ja sitä käytettiin koululla tapahtuneissa surutilanteissa, hartaushetkissä sekä pyhäinpäivän opetuksen suunnittelussa. Esimerkiksi pyhäinpäivänä surulaatikkaa käytetään apuna lasten kuolleiden läheisten muistelemisessa ja keskustelemisessä.

5.2 Ideavaihe

Kehittämistarpeen varmistumisen ja aiheen rajaamisen jälkeen suunnittelimme, millainen tuote sopisi parhaiten vastaamaan kehittämistarpeeseen. Mielestämme tuote olisi voinut olla kolmenlainen: opas, video tai tilaisuus. Opas olisi voinut olla kansio, johon olisi koottu surevan lapsen tukemiseen liittyvää materiaalia ja menetelmiä. Video olisi sisältänyt lyhyen tietopaketin ja perehdytyksen menetelmiin. Tilaisuus puolestaan olisi ollut koulutuspäivä surevan lapsen tukemisesta ja siihen käytettävistä menetelmistä. Tarkastelimme näiden kolmen tuotteen toteutusvaihtoehdon hyötyjä ja haittoja (ks. Jämsä & Manninen 2000, 40).

Kaikki tuotevaihtoehdot antavat tietoa ja varmuutta opettajille surevan lapsen tukemisesta ja niiden erot tulevat esille tuotteen eduissa ja elinkaareissa. Koulutustilaisuuden suurin etu on suora kontakti kohderyhmään, joka mahdollistaa dialogisuuden. Tilaisuuden haittoina ovat kustannuskysymykset, sillä koulutustilaisuuteen tarvitaan erillinen tila ja ammattilaiskouluttaja. Videon etuina ovat menetelmien esittämisen käytännöllisyys, mutta suora kontakti kohderyhmään puuttuu ja se edellyttäisi tietoteknillisten välineiden vuokraamista. Opas puolestaan olisi helposti päivitettävissä, nopeasti saatavilla ja helppokäyttöinen, mutta se edellyttää tarkkaa kieli- ja ulkoasun suunnittelua. Opasta tehdessä täytyy kiinnittää paljon huomiota tekstin tiivistämiseen, helppolukuisuuteen ja kuvitukseen. Jos opas ei ole helppolukuinen, saattaa se vaikuttaa käyttöasteeseen ja elinkaareen negatiivisesti.

Tuotteen käytännöllisyyden ja pitkän elinkaaren kannalta valitsimme tuotevaihtoehdoksi oppaan. Opas mahdollistaa kriisisuunnitelman ja surulaatikon yhdistämisen. Huomioimme myös oppaan valinnassa sen, että se oli helpommin siirrettävissä muihin kouluihin. Lisäperusteina oppaan valintaan oli, ettei meillä ole tarpeeksi vahvaa kokemusperustaa ja emme ole päteviä pitämään lapsen surusta koulutuspäivää. Videon toteuttaminen olisi puolestaan ollut mahdollinen, mutta päädyimme arvioinnissamme siihen lopputulokseen, että opas sopi paremmin toimeksiantajan käyttötarkoituksiin. Valittuamme tuotevaihtoehdon, suunnittelimme tuotekonseptin. Oppaan aihekokonaisuudet sisälsivät tässä vaiheessa aiemmista tutkimuksista ja esiselvityksestä esille nousseita kokonaisuuksia.

Oppaan aiheita olivat tässä vaiheessa:

- surun ja kriisin vaiheet
- suremisen tehtävät
- yleisimmät surureaktiot
- surevan lapsen kohtaaminen ja tukeminen
- hyväksi havaittuja työmenetelmiä
- tärkeitä yhteystietoja ja lähteitä.

5.3 Oppaan luonnostelu

Tuotekonseptin valmistumisen jälkeen siirryimme oppaan luonnosteluvaiheeseen. Suunnittelimme ja toteutimme tiedonhankinnan oppaamme tekemistä ohjaavista näkökohdista ja tekijöistä. Tiedonhankinnan tarkoituksena oli kerätä tarvittava aineisto Kirkonsalmen koululta, sillä oppaan tekemisen kannalta tarvitsimme tietoa opettajien kehittämistarpeista. Oppaan laadun kannalta tiedonhankinta oli tärkeää, sillä oppaan lopullinen sisältö perustui sen tuloksiin (ks. Jämsä & Manninen 2000, 43, 51–52).

Valitsimme tiedonhankintaan kvalitatiivisen, eli laadullisen tutkimusmenetelmän, koska opinnäytetyömme kannalta tutkittava ilmiö perustui opettajien kokemuksiin ja mielipiteisiin. Yksilöllisistä kokemuksista olisi ollut hankalampaa kerätä tietoa määrällisellä tutkimusmenetelmällä. Laadullinen tutkimusasetelma oli parempi valinta, koska tavoitteena oli toteuttaa kohderyhmän näkemyksiin pohjautuva idea (ks. Vilkkä & Airaksinen 2003, 63).

Toteutimme tiedonhankinnan teemahaastatteluina, sillä sen kautta saimme syvällisempää tietoa opettajien kokemuksista ja se oli vapaampi tapa kerätä aineistoa (ks. Hirsjärvi & Hurme 2000, 47). Teemahaastattelun teemat pohjautuivat kirjallisuudesta esille nousseisiin aihekokonaisuuksiin ja suunnittelimme niiden alle kattavan määrän kysymyksiä (ks. liite 1.). Toimeksiantajan toiveesta ja aikataulusta johtuen toteutimme haastattelut yhden yhteissuunnittelutunnin aikana ryhmähaastatteluina. Jaoimme opettajat kahteen haastateltavaan ryhmään: 1–3-luokkien ja 4–6-luokkien opettajiin. Perusteena tähän ryhmäjakoon oli, että saisimme syvällisempää tietoa eri-ikäisten lasten tukemisessa huomioitavista näkökulmista. Tämän vuoksi alempien ja ylempien luokkien opettajien oli hyvä keskustella keskenään omina ryhminään.

Haastatteluissa käytimme nauhuria, jotta pystyimme keskittymään paremmin haastattelutilanteeseen. Ryhmähaastattelun ja nauhurin käyttäminen osoittautuivat toimivaksi ratkaisuksi ja kerättävän tiedon kannalta opettajat saivat tukea toistensa ajatuksista. Haastattelutilanteessa syntyi dialogisuutta ja siksi pääsimme keskustelussa syvemmälle tasolle. Haastattelutilanne kesti yhteensä hieman yli tunnin ja molemmat ryhmät lopettivat lähes samaan aikaan.

Litteroimme haastattelumateriaalin ja analysoimme sen soveltaen Tuomen ja Sarajärven (2009, 95) kuvailemaa aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Aloitimme analyysin pelkistämällä tiedonhankinnan kannalta olennaiset ilmaukset. Pelkistämisen jälkeen etsimme samankaltaisuuksia ja yhdistäviä tekijöitä pelkistetyistä ilmauksista, yhdistäen samaa asiaa sisältävät pelkistykset. Samankaltaisuuksien etsimisen jälkeen ryhmittelimme pelkistykset yhdistävien nimittäjien alle ja nimesimme muodostuneet alaluokat. Osa näistä alaluokista oli toisia laajempia kokonaisuuksia, esimerkiksi luokka ”muiden oppilaiden tuen tarve luokkayhteisössä” on huomattavasti vähemmän edustettu kuin luokka ”surun käsittely luokassa”. Alaluokkien muodostamisen jälkeen etsimme alaluokille yhdistäviä yläluokkia ja kaikkia yhdistävä yhteinen tekijä (ks. liite 2.).

Analyysin tuloksena saimme selville, että opettajat olivat kohdanneet surutilanteita luokassaan ja he olivat kokeneet tilanteet haastaviksi. Opettajien mielestä tilanteiden käsittelyä vaikeutti esimerkiksi ajanpuute (ks. liite 2.). Lisäksi heidän mukaansa opettajankoulutuksessa ei käsitellä aihetta lainkaan. Osa opettajista oli kokeneita surevan lapsen tukemisessa ja hyödynsimme heidän kokemuksiinsa pohjautunutta tietoa oppaan toteutuksessa. Opettajien kokemuksista nousi esille surua aiheuttavia tekijöitä, joita emme aiemmin ottaneet huomioon. Nämä olivat työttömyys perheessä, lapsen huostaanotot ja sijoitukset. Haastatteluista nousi esille myös, ettei lapsen iällä ole suurta merkitystä surun oireiluun vaan se riippuu enemmän lapsen persoonasta. Opettajien kokemukset surevan lapsen kohtaamisesta ja tukemisesta, yleisimmät surua aiheuttavat tekijät ja surun ilmeneminen lapsesta vastasivat Katalinin (2009, 31–36) aiheesta tekemän tutkimuksen tuloksia.

Analyysin lopputuloksena saimme tietoa opettajien kehittämistarpeista ja toiveista opasta kohtaan, jotka huomioimme lopullisten sisältöjen valinnassa. Opettajien kehittämistarpeena oli tiivis tietopaketti kriisin vaiheista, suremisesta, surua aiheuttavista tekijöistä ja surureaktioista. Oppaan pääasialliseksi sisällöksi haluttiin käytännön menetelmiä, joten siirsimme painotuksen työmenetelmiin. Myös oppaan ulkoasusta esitettiin ideoita ja lähdeluettelon sijaan opettajat halusivat aiheeseen liittyvät lähteet

aiheen yhteyteen. Opettajat toivoivat myös ulkoasuun käytännöllisyyttä, esimerkiksi oppaan sivujen irrotettavuuden ja kopioitavuuden mahdollisuus koettiin tärkeänä.

Tässä vaiheessa saimme mukaan yhteistyökumppanin, Iisalmen Seurakunnan, jonka rooli korostui viimeistelyvaiheessa oppaan esitestaamisessa, arvioinnissa ja markkinoinnissa. Yhteistyö seurakunnan kanssa alkoi yhteydenotostamme nuorisotyönohjaajaan Pirjo Mäenpää-Ronkaiseen, joka kiinnostui opinnäytetyöstämme. Sovimme alustavasti, että seurakunnan työntekijät arvioisivat ja antaisivat palautetta oppaastamme sen valmistuttua. Tämän arvioinnin tuottama asiantuntijatieto kehitti oppaan laatua, sillä seurakunnalla on tämän aihealueen asiantuntijoita. Lisäksi työntekijät ehdottivat, että opas liitettäisiin osaksi seurakunnan projektia, joka toteutetaan loppuvuodesta 2010.

Tiedonhankinnan tulosten perusteella valikoimme oppaaseen liitettävät sisällöt. Oppaan alkuun liitimme teoriaa kriisin vaiheista ja suremisesta, lasten sureaktoista, yleisimmistä surun aiheuttajista ja surevan tukemisessa huomioitavia tärkeitä seikkoja. Tiiviin tieto-osion jälkeen suurin osa oppaan sisällöstä oli käytännön menetelmiä surevan lapsen tukemiseen. Menetelmien valinnassa pohdimme niiden käytännöllisyyttä kouluympäristössä, huomioiden sekä ajankäytön, materiaalien ja kohdejoukon koon. Menetelmien jälkeen oppaaseen laitoimme tärkeitä yhteystietoja, joihin opettaja voi ottaa tarvittaessa yhteyttä, sekä vanhemmille tarkoitetun kriisin vaiheiden ja suremisen tiivistelmän.

5.4 Oppaan kehittäminen

Valittuamme oppaan tyylin ja asiasisällöt luonnosteluvaiheessa tehdyn tiedonhankinnan perusteella siirryimme tuotteen kehittämissä vaiheeseen (ks. liite 2.). Laadimme oppaan asiasisällöistä alustavan jäsentelyn, jossa painotimme sisällön selkeyttä ja loogista etenemistä. Oppaaseen muodostui johdantokappaleen lisäksi kolme selkeää kokonaisuutta, jotka ovat 1. kirjallisuuteen pohjautuvat osio, 2. työmenetelmät ja 3. liitteet. Koulun ja kodin väliselle yhteistyölle ei ole omaa otsikkoa vaan se on sisällytetty muihin aiheisiin.

Alustavan jäsentelyn järjestys:

1. Kirjallisuuteen pohjautuva osio
 - o surua aiheuttavia tekijöitä lapsen elämässä
 - o lasten yleisimmät surureaktiot
 - o kriisin vaiheet ja suremisen eteneminen
 - o surevan lapsen kohtaaminen ja tukeminen
 - o johdatus työmenetelmien käyttämiseen
2. Työmenetelmät
3. Liitteet
 - o lähteet työmenetelmistä
 - o kotiin kopioitava tiivistelmä kriisin vaiheista ja suremisen etenemisestä
 - o tärkeitä yhteystietoja

Tiedonhankinnan perusteella valitsimme oppaan toteutustavaksi kansion. Oppaan päivittämisen, täydentämisen ja sivujen kopioimisen mahdollistavat kansion sisältämät muovitaskut. Oppaan osiot selkeytimme eri kokonaisuuksiksi, käyttämällä eri osiossa erivärisiä papereita. Selkeyttämisessä käytimme myös lihavoitua tekstiä painottamaan sisällön ydinasioita. Lisäksi kuvitimme opasta käyttämällä aiheeseen sopivia lasten piirustuksia. Oppaan kuvitukseen osallistuneet lapset olivat tekijöiden lähipiiriin kuuluvia.

Kirjallisuuteen pohjautuvassa osiossa (1) liitimme malliksi osan Kirkonsalmen koulun kriisisuunnitelmaa. Täydensimme ja laajensimme kokonaisuutta käyttämällä kirjallisuutta, tutkimuksia ja tekemiämme opettajien haastatteluja. Dyregrovin (1993) tutkimusta käytimme lähteenä lasten yleisimpien surureaktioiden kuvaamisessa sekä surevan lapsen kohtaamista ja tukemisesta käsittelevässä osiossa. Surureaktioihin lisäsimme tietoa myös Dyregrovin ja Raundalenin (1997) ja Poijulan (2002) teoksista. Koulun kriisisuunnitelman kriisin vaiheita täydensimme Saaren (2003) ja Maikkulan ym. (2000) teorialla, ja lisäsimme suremisen tehtävät Erkkilän ym. (2003) kuvailemana. Kriisin eri vaiheisiin kuuluvia surureaktioita täydensimme myös Kübler-Rossin ja Kesslerin (2006) kuvailemilla surureaktioilla. Erjannin ja Paunonen-Ilmosen (2004) teosta käytimme surevan lapsen kohtaamisen ja tukemisen osiossa. Kussakin aiheessa käytetyt lähteet ovat merkitty aiheen loppuun.

Teimme osiosta selkeän, tiiviin ja helposti luettavan tietopaketin. Selkeyttämisessä käytimme lyhyitä ja ytimekkäitä tekstikappaleita ja luettelointia. Tämä auttoi jäsentämään tekstiä selkeämmäksi ja käytimme luetteloinnissa Kirkonsalmen koulun kriisisuunnitelman tyyliä. Erityisesti surevan lapsen kohtaamisen ja tukemisen osion luet-

teloinnissa painotimme lapsen opastamisen, ohjaamisen, kannustamisen ja empatian tärkeyttä. Tähän osaan käytimme vihreää paperia erottaaksemme sen selvästi menetelmä-osiosta, ja emme käyttäneet lainkaan kuvia.

Työmenetelmät osio (2) koostuu 18:sta eri menetelmästä ja ne sisältävät kuvataiteellista, musikaalista tai tunneilmaisua, rooliharjoituksia, kaunokirjallisuutta sekä sosiaalista vuorovaikutusta. Menetelmät valikoimme niiden toimivuuden perusteella ja ne perustuvat sosiaalisen tuen muodoista tiedolliseen tukeen. Jokainen menetelmä on pohjimmiltaan sosiaaliseen vuorovaikutukseen perustuvaa harjoitusta. Lisäksi sovelsimme niitä kouluympäristöön sopiviksi. Osa menetelmistä on selkeästi yksilö- tai ryhmäharjoituksia, ja osa on sovellettavissa molempiin. Erityisesti ryhmäharjoitukset suunnittelimme tukemaan luokan yhteisöllisyyttä. Laadimme menetelmät siten, että opettajat voivat halutessaan helposti sisällyttää ne oppiaineisiin. Menetelmien alkuperäisinä lähteinä käytimme Peltolan ja Vilppolan (2009) sekä Erkkilän, Holmbergin, Niemelän ja Ylösen (2003) teoksia ja yksittäisten työmenetelmien lähteet on kuvattu kaikkien työmenetelmien esittelemisen jälkeen.

Jokainen työmenetelmä sisältää tavoitteet ja ohjeistuksen sekä kestoajan ja tarvittavat välineet. Jokainen työmenetelmä on kuvattu mahdollisimman selkeästi ja tiiviisti käyttämällä luettelointia. Kuvaamisessa painotimme lapsen kuulemisen, välittämisen, empatian ja kannustamisen tärkeyttä. Ilman opettajan aitoa kiinnostusta lapsen auttamiseen menetelmät eivät välttämättä toimi toivotulla tavalla. Menetelmissä on varaa erilaisille sovellutuksille ja helppokäyttöisyyden kannalta ne ovat omissa muovitasakuissaan. Menetelmät voivat toimia koulun ja kodin välisen yhteistyön kehittämisen apuvälineinä ja siten edistää varhaista puuttumista. Esimerkiksi kouluviikon aloittaminen nallekorttien avulla saattaa tuoda lapsen surutilanteen opettajan huomioon ja hän voi ottaa huolen puheeksi lapsen vanhempien kanssa. Työmenetelmät osio erotettiin oppaassa muista osioista käyttämällä sinistä paperia ja aiheeseen sopivia kuvia.

Liitteissä (3) luetteloiimme työmenetelmien lähteet ja tärkeimmät yhteystiedot. Yhteystietoihin keräsimme surutilanteiden kannalta tärkeimmät alueelliset ja valtakunnalliset puhelinnumerot, joihin koulu voi ottaa tarvittaessa yhteyttä. Lisäksi yhteystiedot voidaan kopioida kotiin vietäviksi. Lapsen kotiin vietäväksi tarkoitettu kriisin vaiheiden ja suremisen tiivistelmä on pelkistetty versio oppaan alussa olevasta tietopakelistä. Liitteet ovat valkoisella pohjalla ilman kuvitusta.

Oppaan mallikappaleen valmistuttua, suunnittelimme arvioinnin siten, että annoimme oppaan Kirkonsalmen koulun opettajille sekä seurakunnan edustajille arvioitavaksi. Oppaan mukana olivat arvioinnin kysymykset, jotka suunnittelimme vapaamuotoisiksi. Seurakunnan edustajille lähetimme samat kysymykset sähköpostilla. Sovimme myös, että vapaata palautetta saa kirjoittaa suoraan oppaaseen. Sovimme oppaan arviointiin kaksi kuukautta aikaa, jonka jälkeen haimme palautteet. Arvioinnin kysymykset olivat:

- Miten käytännöllinen opas mielestäsi on?
 - Jos opas ei ole mielestäsi käytännöllinen, mitä siinä pitäisi muuttaa?
 - Haluaisitko lisätietoa jostakin?
 - Mitä poistaisit oppaasta?
- Miten aiot hyödyntää opasta työssäsi?
 - Vastaako opas odotuksiasi?
- Miltä oppaan visuaalisuus mielestäsi vaikuttaa?
- Muuta palautetta oppaasta?

5.5 Oppaan viimeistely

Saatuamme palautteet, aloimme suunnitella lopullista opasta. Palautteiden perusteella toimeksiantajamme ja yhteistyökumppanimme pitivät opasta hyödyllisenä ja ajankohtaisena. Työmenetelmät koettiin käytännönläheisiksi sekä oppiaineisiin soveltuviksi. Lisätietoviitteet ja ajantasaiset yhteystiedot olivat käytännöllisiä. Hyviksi asioiksi koettiin myös oppaan yhteensopivuus koulun kriisisuunnitelman ja surulaatikon kanssa.

Kehittämisehdotuksina nousi oppaan ulkoasuun ja sisältöön liittyviä asioita. Ulkoasuun liittyen käyttämämme kuvat olivat epäselviä ja himmeitä sekä kieliopillisia korjauksia ehdotettiin. Sisällöllisesti seurakunta toivoi lisää kaunokirjallisia lähteitä ja uskonnollista näkökulmaa. Myös oppaan johdantoon ehdotettiin täydennystä.

Palautteiden pohjalta viimeistelimme oppaan lopulliseen muotoonsa ja toteutimme kehittämisehdotukset, mutta emme ottaneet uskonnollista näkökulmaa mukaan oppaaseen. Perusteena tähän oli opinnäytetyömme konteksti, eli uskonnollisesti puolueeton kouluympäristö. Kaikki opettajat eivät välttämättä halua antaa tukea uskonnollisesta näkökulmasta. Opasta voi halutessaan täydentää ja käyttää uskonnollisesta näkökulmasta. Lisäksi oppaan siirrettävyys muihin ympäristöihin helpottuu uskonnollisen neutraaliuden vuoksi.

Alkuperäisen suunnitelman sijaan oppaamme tulee osana Iisalmen Seurakunnan projektia kaikille Iisalmen seudun alakouluille, joita on yhteensä 11. Tämän projektin tarkoituksena on valmistaa ja jakaa surulaatikot kaikille Iisalmen seudun kouluille ja oppilaitoksille. Kirkonsalmen koululla oli ainoana kouluna Iisalmissa käytössään surulaatikko ja tämän vuoksi seurakunnan työntekijät ottivat projektissaan mallia siitä. Oppaastamme tuli luonteva osa surulaatikkoa, koska se oli suunniteltu osaksi Kirkonsalmen koulun surulaatikkoa.

Iisalmen Seurakunta hoiti markkinoinnin, joka liittyi surulaatikoiden jakamiseen ja Iisalmen sivistystoimi tuki seurakunnan projektia. Savonia-ammattikorkeakoulun, Iisalmen yksikkö osallistui kustantamalla kaikki jaettavat oppaat. Oppaat jaetaan surulaatikoiden mukana opinnäytetyömme valmistuttua. Surulaatikoiden ja oppaiden jakamisesta on oletettavasti tulossa myös artikkeli paikallislehteen, sillä sitä kautta lasten vanhempia on helpointa tiedottaa surulaatikoista.

Oppaamme oli markkinoitu seurakunnan toimesta kahdelle kustantajalle, Lasten keskus Oy:lle ja PTK – poikien ja tyttöjen keskukselle. Opas oli mennyt kustannustyöryhmän käsiteltäväksi. He pitivät oppaasta, mutta eivät pitäneet sen kustantamista tällä hetkellä ajankohtaisena. Syynä tähän on, että he ovat kustantaneet paljon aiheeseen liittyvää materiaalia.

6 POHDINTA

Opinnäytetyöllemme asetetuista tavoitteista yleistettävyyks toteutui, sillä seurakunnan projektin seurauksena oppaamme jaettiin kaikille lisälmen alueen alakouluille. Pohdimme kuitenkin, että emme voi olla varmoja, muodostuuko oppaasta luonteva osa kouluilla käytettävää menetelmää surevan lapsen tukemisessa. Vaikka opas jaettiin kaikille kouluille, emme esitelleet sitä kuin Kirkonsalmen koululle. Emme myös voi olla varmoja edistääkö oppaamme varhaista puuttumista. Siihen liittyen koulun ja kodin välistä yhteistyötä on vaikea edistää tekemällämme oppaalla ja se voi toteutua vasta pitkällä aikavälillä ja opettajien aktiivisuudella.

Arvioimme oppaamme palautteiden perusteella hyödylliseksi ja ajankohtaiseksi, mutta siinä on paljon kehitettävää. Olisimme voineet korostaa koulun ja kodin välisen yhteistyön tärkeyttä, esimerkiksi konkreettisin menetelmin, joilla opettajat voisivat kehittää yhteistyötä lapsen huoltajien kanssa. Huoltajien kanssa tehtävän yhteistyön merkitys korostuu esimerkiksi lapsen surureaktioiden erottamisessa hänen normaalia käyttäytymisestään. Lapset voivat oireilla joko koulussa tai kotona eri tavoin, tai olla oireilematta. Surureaktiot saattavat lisäksi vaikuttaa lapsen ikätasoon kuuluvalta normaalilta käyttäytymiseltä. Opettajat eivät aina edes tiedä tapahtuneesta, ilman vanhempien yhteydenottoa ja silloin lapsen tukeminen on mahdotonta. Lapsella on kuitenkin oikeus saada kokonaisvaltaista tukea suruunsa ja tämä ei onnistu, ellei koulun ja kodin välinen yhteistyö toimi.

Olisimme voineet huomioida oppaassa lasten sukupuolten välisiä eroja, sekä surevan lapsen kohtaamisen ja huomioimisen näkökulmasta, että työmenetelmien valinnassa. Sukupuolisensitiivisyyden huomioiminen on ajankohtainen ja tärkeä aihe, joka tulisi eettisesti huomioida kasvatustyössä. Tämän vuoksi olisimme voineet ottaa sukupuolisensitiivisyyttä näkökulmana mukaan opinnäytetyöhömmme.

Vaikka palautteiden perusteella oppaassa esiteltyt työmenetelmät olivat käytännöllisiä, pohdimme, että olisimme voineet etsiä menetelmiä monipuolisemmin. Olisimme esimerkiksi voineet etsiä menetelmiä useammasta eri lähteestä ja hyödyntää kansainvälisiä lähteitä. Tällöin menetelmät olisivat voineet olla kouluympäristöön paremmin soveltuvia. Lisäksi olisimme voineet tuoda sukupuolisensitiivisen näkökulman esille erilaisten menetelmien muodossa.

Pohdimme, että olisimme voineet hakea palautetta laajemmin lisälmen alueelta. Esimerkiksi olisimme voineet viedä oppaan arvioitavaksi sellaiseen kouluun, joka ei ole osallistunut opinnäytetyöprosessiimme lainkaan. Tällöin olisimme saaneet enemmän objektiivista palautetta ja olisimme voineet kehittää opastamme. Olisimme myös voineet hakea palautetta toimeksiantajaltamme erilaisella tavalla. Esimerkiksi viemällä koululle useamman oppaan arvioitavaksi ja suunnittelemalla palautelomakkeen, jonka jokainen opettaja olisi täyttänyt henkilökohtaisesti. Myös oppaan esittely ja palautteen hakeminen yhteissuunnittelutuntien yhteydessä olisi ollut toimiva tapa saada arviointia.

Oppaan suunnittelussa ja toteutuksessa painotimme sen siirrettävyyttä ja mielestämme lopputulos on siirrettävissä mihin tahansa kouluympäristöön. Oppaan liittämisen osaksi seurakunnan alueellista kehittämisprojektia vahvisti oppaan siirrettävyyttä. Alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen oppaamme tulee kaikille lisälmen seudun kouluille yhden koulun sijasta. Mielestämme opasta voidaan lisäksi hyödyntää muissakin ympäristöissä, esimerkiksi lastensuojeluyksiköissä ja esiopetuksessa.

Arvioimme oppaan luotettavuutta sen siirrettävyyden ja saadun palautteen perusteella. Luotettavuutta tuki, että huomioimme opettajien kehittämistarpeet oppaassa. Käyttämämme lähteet ovat tunnettuja ja luotettavia, ja hyödynsimme myös niiden alkuperäislähteitä. Myös oppaan siirrettävyys tuki oppaan luotettavuutta. Oppaan luotettavuutta heikensi, että emme huomioineet riittävästi kansainvälisiä lähteitä. Olisimme voineet haastatella opettajien lisäksi surevan lapsen tukemisen asiantuntijaa, esimerkiksi koulupsykologia. Tällöin olisimme saaneet oppaan luotettavuutta edistävää asiantuntijatietoa ja menetelmiä. Haastattelun kohderyhmää valitessamme pidimme kuitenkin tärkeämpänä oppaan tulevien käyttäjien kehittämis ehdotuksia.

Oppaan elinkaarta edistää, että se on kaikilla lisälmen alueen kouluilla. Tämä nostaa oppaan käyttöastetta. Oppaan helppo päivittäminen lisää elinkaarta. Riskinä on, että jos kouluilla ei erikseen nimetä oppaalle päivittäjää, sen päivitys saattaa jäädä tekemättä. Elinkaarta pidentävät myös mahdolliset jatkotutkimukset ja kehitystyö. Havaitsimme opinnäytetyöprosessimme edetessä monia jatkotutkimus ja -kehitystarpeita. Oppaasta voisi tehdä oman version yläkoululle, jossa keskityttäisiin sosiaalisen tuen tarjoamiseen surevalle nuorelle. Lisäksi opas, jossa huomioidaan erilaiset kulttuurilliset ja uskonnolliset taustat voisi olla hyödyllinen. Muita aiheita voisivat olla opas surevalle perheelle, jossa tuettaisiin koko perheen jaksamista, ja opas päiväkotiin, jossa huomioitaisiin pienten lasten tarpeet surun kohdatessa. Pohdimme, että oppaamme

käyttöastetta ja toimivuutta voitaisiin tutkia muutaman vuoden kuluttua jatkotutkimuksena ja tämän pohjalta opasta voisi kehittää eteenpäin.

Pohdimme opinnäytetyöprosessimme ajan, mikä merkitys työllämme on toimeksiantajalle ja lisälmen alueelle. Suurin merkitys on, että se yhtenäistää opettajien työkäytäntöä ja valmiutta surevan lapsen tukemiseen. Lisäksi opas antaa opettajille varmuutta surevan lapsen kohtaamiseen ja tukemiseen. Opettajien työkäytännön yhtenäistäminen tasavertaistaa lasten asemaa ja mahdollisuutta tuen saamiseen lisälmen alueella.

Opinnäytetyöprosessillamme toimme tärkeää ja ajankohtaista aihetta näkyvämmäksi lisälmen alueella. Opinnäytetyömme avasi arvokeskustelua surevan lapsen sosiaalisen tuen tarpeesta kouluympäristössä. Tämä aihe sai myös paikallista medianäkyvyyttä ammattikorkeakoulun, seurakunnan ja koulutoimen välisenä yhteistyönä tehdyn alueellisen kehittämistyön muodossa. Kouluilla tarvittaisiin lisää sosiaaliohjauksellista näkökulmaa. Esimerkiksi koulusosionomin toimiminen koulussa edistäisi lapsen kokonaisvaltaista huomioimista ja opettajat voisivat keskittyä enemmän opetus- ja kasvatustyöhön.

Opinnäytetyöprosessimme antoi meille valmiutta ja varmuutta kehittämistyöhön. Sosionomin (AMK) osaamiseen kuuluu kehittämistyö ja koimme, että antoi meille keinoja sen tekemiseen. Prosessista opimme myös, miten tärkeää on puuttua havaitsemiin työelämän kehittämistarpeisiin. Aiheemme antoi varmuutta ja menetelmiä kohdata ja tukea surevaa lasta, koska oppaamme on sovellettavissa myös sosiaalialan yksiköihin.

LÄHTEET

Bowlby, J. 1998. Loss, sadness and depression – Attachment and Loss 3. United Kingdoms: CPI Mackays.

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

Dyregrov, A. & Raundalen, M. 1997. Sureva lapsi ja koulu. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Erjanti, H. & Paunonen-Ilmonen, M. 2004. Suru ja surevat – surevien hoitotyön perusteet. Porvoo: WSOY.

Erkkilä, J., Holmberg, T., Niemelä, S. & Ylönen, H. 2003. Surevan lapsen kanssa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417 Finlex. 2010. [viitattu 18.1.2010]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu – teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Huhtanen, K. 2007. Kun huoli herää – varhainen puuttuminen koulussa. Juva: WS Bookwell Oy.

Jarasto, P. & Sinervo, N. 1998. Kouluikäisen lapsen maailma. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen – sosiaali- ja terveysalalla. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy.

Katalkin, R. 2009. Kuoleman käsittely ja lapsen surun kohtaaminen alakoulussa opettajan näkökulmasta [viitattu 15.12.2009]. Saatavissa: https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/19844/URN_NBN_fi_jyu-200904011228.pdf?sequence=1

Kirkonsalmen koulu. 2010. Iisalmen kaupunki [viitattu 12.1.2010]. Saatavissa: <http://www.iisalmi.fi/?DeptID=24790>

Kumpusalo, E. 1991. Sosiaalinen tuki, huolenpito ja terveys. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

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

Maikkula, S., Heikkinen, R-L. & Södervall, R. 2001. Kriisiasiakkaan auttaminen. Teoksessa Saarelainen, R., Stengård, E. & Vuori-Kemilä, A. (toim.). Mielenterveys- ja päihdetyö – yhteistyötä ja kumppanuutta. Porvoo: WSOY.

Opettajankoulutus Suomessa. 2009 [viitattu 14.1.2010]. Saatavissa: <http://www.sool.fi/okopa/luok.html>

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004 Opetushallitus. 2004 [viitattu 12.1.2010.] Saatavissa: http://www02.oph.fi/ops/perusopetus/pops_web.pdf

Peltola, H. & Vilppola, M. 2009. Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Jyväskylän ammattikorkeakoulu sosiaali- ja terveysala. Opinnäytetyö. Theseus-tietokanta [viitattu 5.5.2010]. Saatavissa: <https://publications.theseus.fi/handle/10024/17791>

Pojjula, S. 2002. Surutyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Saari, S. 2000. Kuin salama kirkaalta taivaalta – Kriisit ja niistä selviytyminen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Varpu – tukea ajoissa [viitattu 19.1.2010]. Saatavissa: <http://www.varpu.fi/index.phtml?s=677>

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

TEEMAHAASTATTELURUNKO

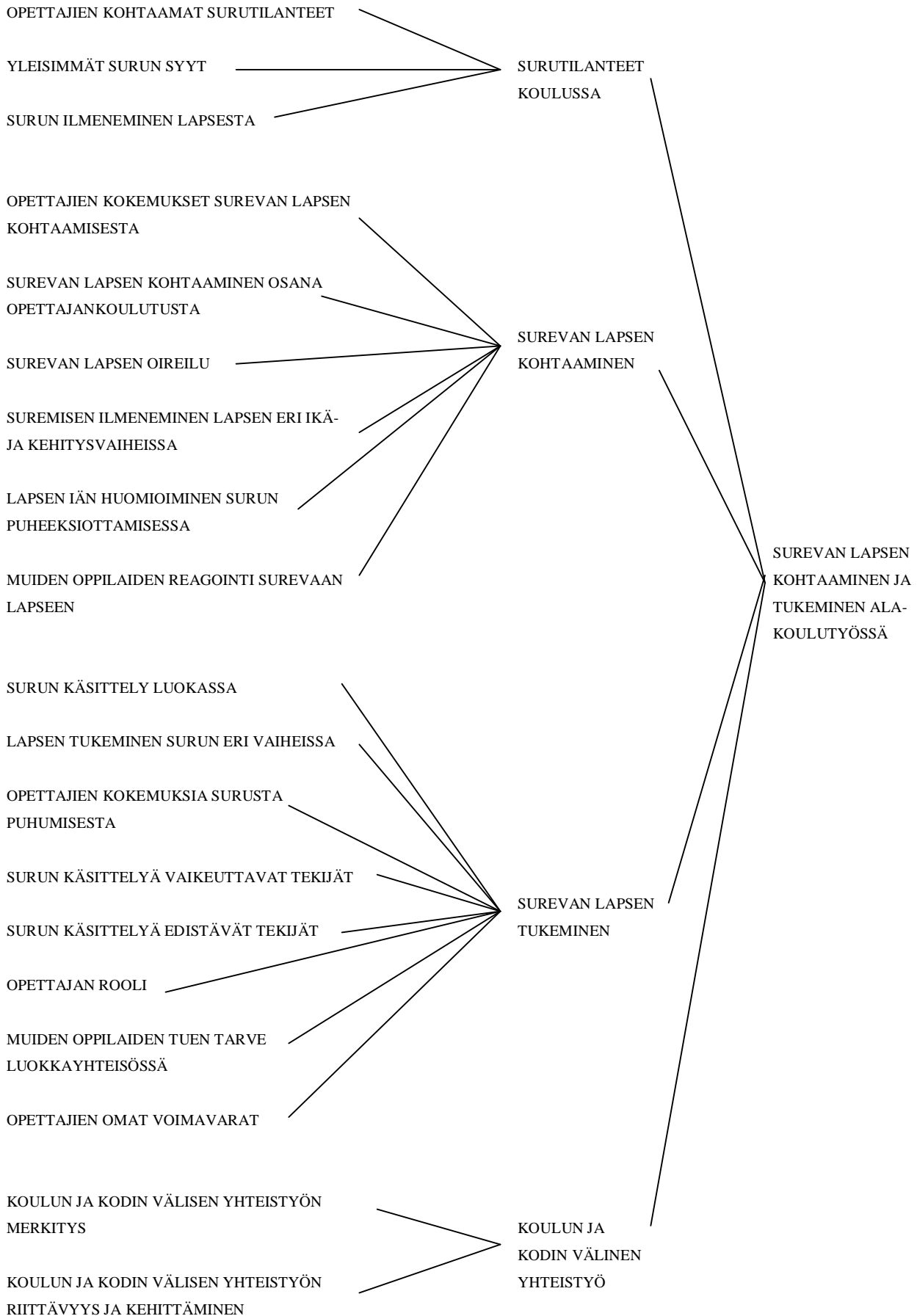
Alustavat teemat

- opettajan taustatiedot (haastattelun alussa jokainen esittäytyy ja kertoo seuraavat asiat...)
 - o työkokemus
 - § kerro lyhyesti työkokemuksestasi
 - o aiheen kohtaaminen
 - § oletko aiemmin kohdannut surua luokassasi?
- surutilanteet koulussa
 - o minkälaisia surutilanteita on ollut koulussa
 - § minkälaisia surutilanteita on ollut teidän luokassanne?
 - o mitkä ovat yleisimpiä surun aiheuttajia
 - § mitkä ovat olleet näiden surutilanteiden yleisimpiä syitä?
 - § onko joku syy ollut selvästi muita yleisempi?
 - o miten suru ilmenee lapsesta
 - § miten opettajana erotat surun lapsesta?
- surevan lapsen kohtaaminen
 - o miten opettajat ovat kokeneet surevan lapsen kohtaamisen
 - § onko surevan lapsen kohtaaminen ollut helppoa tai vaikeaa?
 - o onko opettajan yksilöllisellä taustalla merkitystä surevan lapsen kohtaamiseen ja tukemiseen
 - § koetko, että aiemmilla kokemuksillasi on ollut vaikutusta surevan lapsen kohtaamiseen?
 - o onko opettajilla riittävästi tietoa, kuinka kohdata sureva lapsi ja tukea häntä
 - § koetko, että koulutuksesi on antanut sinulle riittävästi tietoa surevan lapsen kohtaamisesta ja tukemisesta?
 - o miten surevan lapsen oireilun tunnistaa
 - § miten sureva lapsi oireilee luokassa ja miten sen voi tunnistaa?
 - o ilmeneminen lapsen eri ikävaiheissa
 - § ovatko eri-ikäisillä lapsilla erilaiset oireet/reaktiot?
 - § jos on, niin miten ne eroavat toisistaan?
 - o kuinka muut lapset kohtaavat surevan lapsen
 - § miten luokan toiset oppilaat reagoivat surevaan lapseen?

- surevan lapsen tukeminen
 - o miten lapsen surua käsitellään
 - § miten surua on käsitelty luokassasi?
 - o minkälaisilla menetelmillä surua on käsitelty
 - § mitä menetelmiä olet käyttänyt luokassasi?
 - o kuinka tukea lasta surun eri vaiheissa
 - § miten pitkään oppilasta tulisi tukea surussa?
 - § miten surun käsittely muuttuu ajan myötä?
 - o miten lapsen kanssa keskustellaan surusta
 - § miten olet ottanut surun puheeksi lapselle?
 - § oletko kokenut sen hankalaksi?
 - § vaikuttaako lapsen ikä puheeksiottamiseen?
 - o surun käsittelyä vaikeuttavat tekijät
 - § mitkä asiat vaikeuttavat surun käsittelyä oppilaan kanssa?
 - o surun käsittelyä edistävät tekijät
 - § mitkä asiat edistävät surun käsittelyä oppilaan kanssa?
 - o minkälaiseksi opettajat kokevat oman roolinsa surevan lapsen tukemisessa
 - § mitä mieltä olet opettajan roolista surevan lapsen tukemisessa?
 - § riittääkö koulutuksesi antama tieto tämän roolin täyttymiseen?
 - o koulun ja kodin välisen yhteistyön vaikutus lapsen tukemisessa
 - § minkälaiseksi koet koulun ja kodin välisen yhteistyön surevan lapsen tukemisessa?
 - § onko yhteistyö riittävää?
 - § miten yhteistyötä voisi kehittää?
 - o kuinka opettaja voisi tukea muuta luokkaa
 - § koetko, että muu luokka tarvitsisi tukea?
 - § miten voisit tarjota sitä?
 - o opettajan omat voimavarat (mistä opettaja saa tukea)
 - § mistä saat itse tukea näissä tilanteissa?
 - § onko tuki ja opastus riittävää?

- oppaan sisältö
 - o minkälaisia odotuksia oppaalta on
 - § mitä odotat oppaalta?
 - o mitä oppaan tulisi sisältää (näytetään alustava sisältö)
 - § mitä oppaan tulisi sinun mielestäsi sisältää?
 - o miten oppaasta voisi saada mahdollisimman käytännöllisen
 - § miten oppaasta saisi mahdollisimman käytännöllisen?
 - § miten aiot itse hyödyntää opasta?

HAASTATTELUJEN TULOKSET



Opettajien kohtaamat surutilanteet	<ul style="list-style-type: none"> • Lapsen läheisen kuolema • Oppilaan kuolema (joko samassa luokassa tai koulussa) • Lapsen omaisen murha • Lapsen itsemurha • Itsemurhayritykset (lapsen ja vanhemman) • Lemmikin kuolema • Avioerot • Vakavat sairastumiset (lapsen ja vanhemman)
Yleisimmät surun syyt	<ul style="list-style-type: none"> • Oppilaan tai omaisen kuolema • Avioerot • Vanhempien työttömyys • Mielenterveysongelmat perheessä • Lapsi sijaisperheestä tai perhekodista
Surun ilmeneminen lapsesta	<ul style="list-style-type: none"> • Haluaa olla omissa oloissaan eikä jaksaa keskittyä koulunkäyntiin • Ei halua puhua surusta • Haluaa arjen jatkuvan normaalina • Ei oirehdi ulkoisesti • On tavallisesti koulussa • Käytös muuttuu päinvastaiseksi • Häiriökäytös oppitunneilla • Oppimistulosten romahtaminen • Suru ei aina näy välittömästi vaan voi ilmetä vasta vuosien kuluttua • Vetäytyy seurasta ja on alakuloinen • Avioeroa ei välttämättä huomaa lapsesta (ero voi olla helpotus) • Voi reagoida voimakkaasti

	<ul style="list-style-type: none"> • Lapsi voi keskittyä kouluun paremmin ja tuntea koulun turvapaikaksi • Lapsen avunhuuto voi ilmetä esimerkiksi kirjoitelmista
Opettajien kokemukset surevan lapsen kohtaamisesta	<ul style="list-style-type: none"> • Kahdenkeskinen keskustelu lapsen kanssa on helpompaa • Tieto tapahtuneesta auttaa valmistautumaan ja vanhempien antama tieto on ratkaisevaa • Tutun lapsen kohtaaminen helpompaa • Tilanteen vastavuoroisuus tärkeää • Kohtaaminen ja erityisesti ennakkovalmistautuminen on hankalaa • Kohtaamisesta jää voimaton olo • Kohtaamisessa täytyy olla varovainen • Luokan perusrutiinit olisi hyvä säilyttää • Lapsen tuntemuksien tarkastelu on tärkeää • Yllättävän tilanteen kohtaaminen vaikeaa, koska ei voi valmistautua • Heti tapahtuneen jälkeen ei kannata käsitellä tilannetta
Surevan lapsen kohtaaminen osana opettajan koulutusta	<ul style="list-style-type: none"> • Surevan lapsen kohtaamista ja tukemista ei käsitellä • Vanhempien ja perheen huomiointia ei käsitellä
Surevan lapsen oireilu	<ul style="list-style-type: none"> • Lapsella on poissaoloja ja hän voi joutua poissaolokierteeseen • Käyttäytyy omituisesti • Lapsi voi mennä lukkoon, esimerkiksi piiloutua pulpetin alle

	<ul style="list-style-type: none"> • Lapsi voi käyttäytyä aggressiivisesti
Suremisen ilmeneminen lapsen eri ikä- ja kehitysvaiheissa	<ul style="list-style-type: none"> • Riippuu enemmän lapsen persoonasta ja perhekulttuurista • Ilmeneminen riippuu tapahtuneesta, esimerkiksi kuoleman tavasta • Pienemmät lapset eivät ymmärrä kuoleman lopullisuutta ja isommat suhtautuvat eri tavalla • Pienet lapset kertovat enemmän kotiasioistaan ja isommat tukeutuvat kavereihin • Pienemmät lapset turvautuvat isompia enemmän opettajaan
Lapsen iän huomioiminen surun puheeksi ottamisessa	<ul style="list-style-type: none"> • Lapsen ikä vaikuttaa asian puheeksi ottamiseen (eri-ikäiset lapset käsittävät tilanteet eri tavoin) • Lapsen persoona vaikuttaa ikää enemmän • Puheeksi ottaminen riippuu enemmän siitä, kuinka tuttu lapsi on opettajalle
Muiden oppilaiden reagointi surevaan lapseen	<ul style="list-style-type: none"> • Riippuu siitä, mitä muulle luokalle on kerrottu ja miten • Osa lapsista on uteliaita Huhuja kiertää luokissa ja niiden leviäminen täytyy estää • Joissain luokissa asiasta ei keskustella lainkaan • Osa lapsista välttelee surevaa ja osa osoittaa empatiaa ja ymmärrystä • Nykyään muu luokka ei reagoi yhtä paljon kuin ennen • Lapsia ei ole kiusattu suremisen takia vaan tuettu

	<ul style="list-style-type: none"> • Luokan yhteisöllisyys vahvistui
Surun käsittely luokassa	<ul style="list-style-type: none"> • Kirjallisuuden ja satujen kautta • Hartaushetkien kautta • Lapsia oli rauhoiteltu ja turvallisuudentunnetta oli luotu • Tapahtuneesta oli puhuttu suoraan ja huhut siten pysäytetty • Tapahtuneen tosiasiat täytyy kertoa, mutta syitä ei • Lasten kehitystaso oli huomioitu asiasta kerrottaessa • Lapsia oli kannustettu avoimeen keskusteluun ja huolista puhumiseen • Kotien yksityisyyttä kunnioitettu ja siksi asiasta ei aina voi tiedottaa koteihin • Asiat olivat tulleet esille spontaanisti • Opettajat olivat suunnitelleet asiaa palaverissa • Asiasta keskustelu helpompaa jos opettaja on ensin keskustellut lapsen ja vanhempien kanssa • Koulukuraattori, koulupsykologi ja seurakunnan työntekijät olivat käyneet pitämässä oppitunteja aiheesta • Muun luokan tiedottaminen ennen surevan lapsen palaamista kouluun oli helpottanut asiasta puhumista
Lapsen tukeminen surun eri vaiheissa	<ul style="list-style-type: none"> • Lapsen ja omaisten toive tulee huomioida tuen tarjoamisessa • Opettajien aika ja ammattitaito eivät riitä • Surun jatkuessa lapsi ohjataan ammattiauttajalle

	<ul style="list-style-type: none"> • Surua ei käsitellä useita viikkoja
Opettajien kokemuksia surusta puhumisesta	<ul style="list-style-type: none"> • Ensimmäisellä kerralla erittäin vaikeaa • Kokemuksen myötä helpottuu, mutta siihen ei totu koskaan • Suuremmissa tapauksissa tarvitaan kriisiryhmän apua • Opettajan rehellisyys ja aitous ovat tärkeitä
Surun käsittelyä vaikeuttavat tekijät	<ul style="list-style-type: none"> • Suru voi olla liian lähellä opettajaa • Opettajakin voi joutua kriisiin tapahtuneen seurauksena • Ristiriidat koulun ja kodin välillä, esimerkiksi huoltajan luvan puuttuminen vaikeuttaa asiasta keskustelemista • Muulle luokalle puhuminen on helpompaa kuin surevalle itselleen • Opettajien tietämättömyys tapahtuneesta sekä väärät tiedot vaikeuttavat käsittelyä
Surun käsittelyä edistävät tekijät	<ul style="list-style-type: none"> • Opettajan ja lapsen välinen luottamus ja avoimuus • Koulun ja kodin välisen yhteistyön toimivuus • Opettajien lisäkoulutukset • Kriisisuunnitelman sisältämä tieto lapsi kriisistä • Lapsen vertaistuki, esimerkiksi avioerotilanteissa
Opettajan rooli surevan lapsen tukemisessa	<ul style="list-style-type: none"> • Opettaja on tärkeässä aikuisen roolissa • Opettajan tulee olla ymmärtäväinen ja luoda lapselle turvallisuutta • Opettajan tulee ymmärtää oman

	<p>ammattitaidon rajat, esimerkiksi terapeutteja ei saa leikkiä</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ammattiauttajalle tulee osata ohjata ajoissa • Perheen rooli on tärkeämpi
Muiden oppilaiden tuen tarve luokkayhteisössä	<ul style="list-style-type: none"> • Muu luokka tarvitsee vähemmän tukea • Tapahtunutta ei saa lietsota vaan turvallisuus tulee säilyttää • Tapahtunutta täytyy käsitellä tapauskohtaisesti
Opettajien omat voimavarat	<ul style="list-style-type: none"> • Muiden opettajien tuki ja yhteistyö on tärkeää • Koulupsykologilta, koulukuraattorilta ja terveydenhoitajalta on usein kysytty neuvoa • Opettajien lähiverkosto ja koti auttaa jaksamaan • Opettajan omat voimavarat tulee tiedostaa • Kriisitilanteissa voi pyytää sairaalolomaa
Koulun ja kodin välisen yhteistyön merkitys surevan lapsen tukemisessa	<ul style="list-style-type: none"> • Yhteistyö ja molemminpuolinen luottamus on tärkeää • Huoltajien toiveita tulee kunnioittaa • Yhteistyö riippuu pitkälti perheestä • Perhe voi salata ongelmia • Osa perheistä luottaa opettajaan paljon ja kertovat esimerkiksi avioerosta opettajalle ennen kuin kertovat lapselleen • Joskus asioista puhutaan vasta vuosien kuluttua
Koulun ja kodin välisen yhteistyön riittävyys ja kehittäminen	<ul style="list-style-type: none"> • Aikapula vaikeuttaa yhteistyön kehittämistä • Yhteistyön laatu riippuu opettajan

	<p>ja perheen persoonallisuudesta</p> <ul style="list-style-type: none">• Koulun on tärkeää tiedottaa perheisiin tapahtuneesta• Perheitä tulee kannustaa avoimuuteen• Opettajan täytyy kunnioittaa perheen yksityisyyttä, eikä perheitä voi pakottaa yhteistyöhön• Tämän hetkinen yhteistyö ei riitä
--	---



OPAS SUREVAN LAPSEN TUKEMI- SEEN ALAKOULUSSA

OPPAAN KÄYTTÄJÄLLE

Tämä opas on tarkoitettu Sinulle, joka olet kohdannut surevan lapsen.

Opas sisältää lyhyen osan, johon on tiivistetty kirjallisuuteen pohjautuvaa tietoa suruprosessista, lasten yleisimmistä surureaktioista, sekä asioita, joita Sinun tulisi huomioida tukea tarjottaessa.

Kirjallisuuteen pohjautuvan osan jälkeen on esitelty useita menetelmiä, joita voit käyttää surevan lapsen tukemiseen. Menetelmät on tarkoitettu lyhytkestoisiksi ja helposti arjessa käytettäviksi. Menetelmiä voit hyödyntää niin yksittäisten oppilaiden kuin koko luokankin kanssa. Tämä kansio on suunniteltu siten, että voit halutessasi täydentää ja päivittää sisältöjä.

Tämä opas on toteutettu Savonia-ammattikorkeakoulun Iisalmen yksikön, sosiaalialan koulutusohjelman opinnäytetyönä. Osa oppaan menetelmistä on tekijöiden soveltamia, jotta ne ovat sopivampia kouluympäristöön. Erityiskiihtokset oppaan kuvituksesta: Miitu (6-v.), Kristian (8-v.), Mette (9-v.), Sonya (10-v.) ja Stina (16-v.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana on Kirkonsalmen koulu, Iisalmessa.

Iisalmi 13.12.2010

Sosionomiopiskelijat

© Hyttinen Päivi, Lähderinne Mira ja Rähä Heikki



Lohduttaminen ei tarvitse suuria sanoja, ei valmiita vastauksia.

Tärkeintä on vain mennä lähellä.

Välittää.

Minulla on aikaa ja minua koskettaa se, mitä sinulle kuuluu.

~Hilja Aaltonen~

OPPAAN SISÄLTÖ

Surua aiheuttavia tekijöitä lapsen elämässä.....	2
Lasten yleisimmät surureaktiot.....	3
Kriisin vaiheet ja suremisen eteneminen.....	6
Surevan lapsen kohtaaminen ja tukeminen.....	11
Työmenetelmiä surevan lapsen tukemiseen.....	15

TYÖMENETELMÄT

Roolileikit ja käsinuket.....	16
Surukirja.....	17
Lähtämätön kirje.....	19
Missä minun suruni tuntuu.....	21
Sadutus.....	23
Kuun pimeä ja valoisa puoli.....	24
Sureva sydän.....	25
Minun suruni.....	26
Minä pelkään.....	27
Surujana.....	28
Laastaripakki.....	29
Naamari.....	30
Voima-aurinko.....	31
Rakas muistoni.....	32
Elämäni omakuva.....	33
Minä tunnen	34
Erilaiset tunnetilat.....	35
Tunteiden ja surun käsittelyä tarinoiden kautta.....	36

LIITTEET

Luettelo ja lähteet työmenetelmistä
Kriisin vaiheet ja suremisen eteneminen (tiivistelmä kotiin)
Tärkeitä yhteystietoja

SURUA AIHEUTTAVIA TEKIJÖITÄ LAPSEN ELÄMÄSSÄ

Opettajien on nykyaikana hyvä varautua kohtaamaan monenlaisia surua aiheuttavia ilmiöitä luokassaan. Näihin on tärkeää varautua, sillä lapset oireilevat eri tavoilla erilaisiin kriiseihin. Kaikki lapset ovat kuitenkin yksilöllisiä, eivätkä reagoi kriiseihin samalla tavalla tai lainkaan. Kriisien laaja-alainen tunteminen auttaa opettajaa valitsemaan oikeanlaisia menetelmiä lasta tukeakseen. Joskus kriisi voi olla lapsen elämässä niin vakava, että opettajan ainoa vaihtoehto lapsen tukemiseen on ohjata lapsi ja perhe toisen tuen piiriin.

1. Läheisen kuolema
 - Lapsi määrittelee itse läheisen henkilön ja henkilön merkitystä ei saa vähätellä, muuten ohittaa lapsen surun.
 - Myös lemmikin kuolema voi olla lapselle erittäin merkityksellistä.
2. Avioero
3. Vakava sairastuminen perheessä
4. Mielen terveysongelmat perheessä
5. Päihdeongelmat perheessä
 - Lastensuojeluilmoitusvelvollisuus!
6. Perheväkivalta
 - Lastensuojeluilmoitusvelvollisuus!
7. Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö
 - Lastensuojeluilmoitusvelvollisuus!
8. Huostaanotot ja sijoitukset
9. Työttömyys

LASTEN YLEISIMMÄT SURUREAKTIOT

Lapset reagoivat suruun aina yksilöllisellä tavalla ja surureaktioiden tunnistaminen on tärkeää, jotta opettajat osaavat huomioida niitä ja tarjota sopivaa tukea lapselle. Suru ei kuitenkaan aina ilmene lapsesta dramaattisella tavalla tai välittömästi; se voi ilmetä vasta vuosien päästä. Lapsen surureaktiot voidaan jakaa välittömiin reaktioihin ja jälkireaktioihin.

Lapsen surureaktioihin ja niiden työstämiseen vaikuttavat surun aiheuttaman tapahtuman olosuhteet ja lapsen ikä, kypsyys, persoonallisuus ja tilanteiden hallintakyky sekä ympäristön vaikutukset. Lapsen surureaktioihin vaikuttaa myös läheisesti perhekulttuuri, eli se miten lapsen perheessä suhtaudutaan suruun ja suremiseen. Joskus voi näyttää siltä, ettei lapsi reagoi suruun lainkaan, mutta tuen tarjoaminen on silti olennaista. Näin lapselle tulee sellainen tunne, että opettaja on läsnä tukeakseen häntä. Lapsi voi myös reagoida suruun hakemalla koulusta turvapaikkaa ja olemalla koulussa aikaisempaa keskittyneempi.

Välittömiä reaktioita

- shokki ja epäusko
- pelko ja vastustus
- apatia ja lamaannus
- tavallisten toimien jatkaminen entiseen tapaan

Jälkireaktioita

- ahdistus ja haavoittuvuus
- voimakkaat muistikuvat
- unihäiriöt
- murhe ja kaipaus
- masentuneisuus
- ärtyisyys, viha ja huomionhakuisuus
- syyllisyyden tunto, itsesyytökset ja häpeä
- kouluvaikeudet (tunnilla häiriköinti, poissaolot ja oppimisvaikeudet yms.)
- somaattiset oireet
- ongelmat suhteessa muihin oppilaisiin
- rangaistushakuinen käyttäytyminen
- mahdollisesti regressiivinen käyttäytyminen (esimerkiksi lapsi menee lukkoon tai piiloutuu pulpetin alle).

Lähteet, joista saa lisätietoa:

- è *Sureva lapsi ja koulu. Atle Dyregrov ja Magne Raundalen. 1997.*
- è *Lapsen suru. Atle Dyregrov. 1993.*
- è *Surutyö. Soili Poijula. 2002*

KRIISIN VAIHEET JA SUREMISEN ETENEMINEN

Opettaja voi joutua kohtaamaan luokassaan lapsen, jota on kohdannut kriisi. Suru ja menetys lapsen elämässä ovat aina kriisejä. Kriisin osa-alueista suru liittyy läheisesti traumaattiseen kriisiin ja siksi opettajan on hyvä tuntea traumaattisen kriisin määritelmä, sen vaiheet ja eteneminen. Näin voidaan tarjota tukea lapselle kriisin eri vaiheissa.

Täytyy muistaa, että kriisi ja sureminen etenevät ja painottuvat aina yksilöllisesti. Jos näyttää siltä, että lapsen sureminen ei etene ja sen oireet pitkittyvät, on syytä ohjata lapsi ammattiauttajan luokse, jossa hänen tilanteensa kartotetaan ja tarvittaessa hän saa muuta apua.

Oppaassa edellä esitetyt surua aiheuttavat tekijät lukeutuvat traumaattiseen kriisiin. Suru lapsen elämässä ei aina liity kuolemaan vaan myös muihin traumaattisiin tapahtumiin. Esimerkiksi vanhempien avioero voi olla traumaattinen kriisi lapselle.

Lapsen surulla ja suremisella on myös neljä tehtävää, jotka tapahtuvat kriisin vaiheiden rinnalla. Nämä tehtävät ovat 1. menetyksen todellisuuden ymmärtäminen ja hyväksyminen, 2. tuskan kokeminen, 3. sopeutuminen ympäristöön ja 4. muistelu. Suremisen tehtävien tunteminen on tärkeää oikeanlaisen tuen tarjoamisen kannalta.

Traumaattinen kriisi voidaan jakaa neljään eri vaiheeseen:

- sokkivaihe
- reaktiovaihe
- käsittely- ja työstämisvaihe
- uudelleen suuntautumisen vaihe.

SOKKIVAIHE

(kesto: lyhyestä hetkestä muutamiin vuorokausiin)

Sokkivaihe alkaa välittömästi tapahtuman jälkeen. Lapsi voi olla yllättynyt, sekaisin ja voi reagoida tavallisesta käytöksestään poikkeavalla tavalla. Lapsi on usein lamaantunut ja järkyttynyt, sekä saattaa kieltää tapahtuneen. Kieltäminen ja järkytys suojaavat lapsen mieltä sellaiselta tiedolta, jota hän ei sillä hetkellä pysty käsittelemään. Tämä takaa toimintakyvyn säilymisen. Usein tässä vaiheessa lapsi elää surun aiheuttamaa tapahtumaa yhä uudelleen ja uudelleen. Sokkivaiheessa suremisen tehtävänä on, että lapsi ymmärtää tapahtuman todellisuuden ja hyväksyy sen olevan totta.

Sokkivaiheelle on tyypillistä:

- muuttunut tietoisuus
- epätodellinen ja unenomainen olotila
- tunteiden puuttuminen
- puuttuva kyky tehdä päätöksiä
- yliaktiivisuus
- järkytys, paniikki ja hysteria
- lamaannus ja apatia, sekä ruumiilliset reaktiot, esim. oksentelu, ripuli, hengityksen nopeutuminen.

Sokkivaiheessa on olennaista:

- ottaa vastaan ja hyväksyä lapsen kokema järkytys
- pitää kriisiin joutuneesta lapsesta hyvää huolta
- tiedostaa, että tässä vaiheessa on normaalia, jos lapsi kieltää tapahtuneen
- luoda turvallisuuden tunnetta rauhallisella käyttäytymisellä
- antaa mahdollisuus kysymyksille ja vastata niihin omien tietojen ja taitojen mukaan
- ymmärtää, että katsekontakti on tärkeää, sillä se herättää luottamusta ja välittämistä
- muistaa, että runsas puhuminen ei ole välttämätöntä vaan rauhallinen läsnäolo riittää.

REAKTIOVAIHE

(kesto: voi kestää viikkoja)

Sokkivaihetta seuraa reaktiovaihe ja nämä kaksi muodostavat kriisin akuutin vaiheen. Reaktiovaihe voi alkaa vasta kun kriisiin joutunut lapsi alkaa käsitellä tapahtuneen. Lapsi ei ole enää yhtä sekavassa mielentilassa ja hän reagoi tapahtuneeseen. Reaktiovaihe voi olla hyvin tuskallinen ja tämän vaiheen surmisen tehtävänä onkin tuskan kokeminen. Lapsi käy läpi tapahtuman jälkioireita, jotka voivat ilmetä erilaisina. Tässä vaiheessa lapsen itsesyytökset tai syytökset toisia kohtaan saattavat aiheuttaa esimerkiksi voimakasta vihaa. Surutyön edetessä vihan tunne saattaa tulla vastaan monta kertaa mitä erilaisimmissa muodoissa. Reaktiovaiheen tarkoitus on, että lapsi tulee tietoiseksi siitä, mitä, miksi ja miten kaikki on tapahtunut, ja mitä se merkitsee hänelle ja hänen elämälleen. Reaktiot ovat usein rajuja, mutta luonnollisia.

Tunnereaktiot:

- suru (itkuisuus)
- pelko, ahdistus
- vihan tunne
- syyllisyys, itsesyytökset.

Somaattiset reaktiot:

- vapina
- pahoinvointi
- sydämentykytys
- väsymys
- univaikeudet, unettomuus.

Reaktiovaiheessa on olennaista huomioida, että:

- lapsi saa halutessaan puhua tapahtuneesta
- lapsen arkirutiinit säilytetään koulussa
- lapsen tukeminen tässä vaiheessa on erittäin tärkeää
- opettajalta vaaditaan hienovaraisuutta ja ymmärrystä lasta kohtaan
- mikäli lapselle tulee vihan tunteita, niin tunnetta ei saa tukahduttaa vaan lapsen tulee antaa olla vihainen
- kaikki tunteet ovat sallittuja.

KÄSITTELY- JA TYÖSTÄMISVAIHE

(kesto: puolesta vuodesta vuoteen)

Käsittely- ja työstämisvaihe alkaa, kun lapsi vähitellen tottuu tilanteeseen. Hän alkaa hyväksyä tapahtuneen ja keskittyä arjen askareisiin. Lapsi alkaa hiljalleen kiinnostua tulevaisuudestaan. Hän käsittelee tilannetta ja pääsee lopulta kriisin yli. Tässä vaiheessa aiempien vaiheiden tyypilliset reaktiot saattavat nousta uudelleen pintaan. Käsittely- ja työstämisvaiheen tarkoituksena on luopuminen entisestä, pelkojen ja traumojen kokoaminen mieleensä sekä uuden ennakoiminen ja siihen sopeutuminen. Tässä vaiheessa suremisen tehtävänä on ympäristöön sopeutuminen.

Oireet ja tuntemukset vähenevät, mutta suru vaikuttaa edelleen ja vaatii yhä aktiivista työskentelyä.

Yleisimpiä oireita ovat:

- muisti- ja keskittymisvaikeudet
- tilanteen uudelleen kokeminen
- mieleen tunkeutuvat muistot
- levottomuus
- vaikeudet ihmissuhteissa; esimerkiksi ärtyisyys, vetäytyminen
- mahdollinen masennus.

Käsittely- ja työstämisvaiheessa on olennaista huomioida, että:

- tuen tarjoaminen jatkuu
- tärkeintä on keskustelu ja aktiivinen kuunteleminen
- asennoituminen on positiivista ja tukea antavaa
- asian käsitteleminen merkitsee tunteiden pukemista sanoiksi.

UUDELLEEN SUUNTAUTUMISEN VAIHE

(kesto: ei oikeastaan koskaan pääty)

Uudelleen suuntautumisen vaihe alkaa, kun lapsi on oppinut elämään menetyksen ja surun kanssa. Kokemansa perusteella ja aikuisten avustuksella lapsi luo uuden perustan elämälleen. Tämän vaiheen tärkein asia on, että lapsi oppii hyväksymään tapahtuneen. Hän voi kriisin jälkeen olla henkisesti aiempaa vahvempi ja paremmin valmistautunut kohtaamaan mahdollisia myöhempiä kriisejä. Kriisin läpikäyminen on samalla luonut perustan jatkaa elämää eteenpäin. Uudet kiinnostuksen kohteet astuvat vähitellen menetettyjen tilalle. Järkkynyt itsetunto palautuu hiljalleen ja tunteet käydään läpi. Uudelleen suuntautumisen vaiheessa suremisen tehtävänä on muistelu ja lapsi ei välttämättä enää tarvitse erityistä tukea.

Lähteet, joista saa lisätietoa:

- è *Suru ja surevat – surevien hoitotyön perusteet. Helena Erjanti ja Marita Paunonen-Ilmonen. 2004.*
- è *Suru ja surutyö. Elisabeth Kübler-Ross ja David Kessler. 2006.*
- è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*
- è *Kriisiasiakkaan auttaminen. Sirkku Maikkula, Riitta-Liisa Heikkinen ja Riitta Södervall. 2001. (Teoksessa Mielenterveys- ja päihdetyö – yhteistyötä ja kumppanuutta.)*
- è *Kuin salama kirkkaalta taivaalta – Kriisit ja niistä selviytyminen. Salli Saari. 2000.*

SUREVAN LAPSEN KOHTAAMINEN JA TUKEMINEN

Surevan lapsen kohtaamisessa ja tuen tarjoamisessa täytyy muistaa, ettei tuen antajan tarvitse olla koulutettu terapeutti. Opettajan oma persoona ja aito läsnäolo sekä kiinnostus riittävät tuen tarjoamiseen. Opettajat ovat lapsen arjessa erittäin tärkeässä roolissa ja siksi onkin tärkeää, että opettajat luovat yhdessä lapsen huoltajien kanssa turvallisen perustan lapsen suremiselle.

Surevan lapsen kohtaamisen ennakkovalmistelu voi tuntua vaikealta ja viedä paljon aikaa ja voimia, mutta se on kuitenkin tärkeä osa kohtaamista ja tuen tarjoamista. Jos lapsen kohtaama suru koskettaa myös opettajaa liian läheltä ja hän voi kokea tämän vuoksi olonsa voimattomaksi, on tämä täysin luonnollista. Opettajan täytyy kuitenkin pystyä käsittelemään tapahtunut tilanne ja oma suhtautumisensa lapsen suruun, ennen kuin hän voi tarjota tukea lapselle. Opettajan tulee arvioida omat voimavaransa tilanteessa ja tarvittaessa hakea lisätukea itselleen.

Vältä näitä surevan lapsen kohtaamisessa ja tuen tarjoamisessa

- Sokkivaiheessa ei vielä kannata käsitellä surua
- Vältä fraaseja, sillä ne yleensä suututtavat ja loukkaavat surevaa lasta
- Luovu kätteettomista lupauksista, kritisoinnista ja käskyjen antamisesta
- Luovu surkuttelusta ja säälistä, sillä sureva lapsi ei kaipaa niitä

Surevan lapsen kohtaamisen periaatteita

- Älä ohita lapsen surua vaan ole rohkea ja tartu tilanteeseen.
- Surua tulee käsitellä aina sen tullessa esille, sen käsittelyä ei saa lykätä.
- Ole kiinnostunut lapsen tilanteesta ja ole aidosti läsnä tilanteessa.
- Jos mahdollista, järjestä aikaa keskustella lapsen kanssa hänen tullessaan kouluun tapahtuneen jälkeen.
- Surevaa lasta kohdattaessa kahdenkeskinen keskustelu on helpompaa.
- Kerro lapselle, ettei hänen ole pakko keskustella surusta, ellei hän halua eikä hänen ole pakko vastata surua koskeviin kysymyksiin.
- Tarjoa lapselle empatiaa, älä sympatiaa.
- Ole lapsen käytettävissä tarpeeksi kauan ja kiireettömästi.
- Anna tilaa surevan lapsen reaktioille ja tunteille.
- Anna lapselle mahdollisuus poistua luokasta tarpeen vaatiessa.
- Kunnioita lapsen surua ja ota lapsen suru vastaan sellaisenaan.
- Kohtaa lapsi yksilönä ja muista, että ei ole vääränlaista tapaa surra.
- Ole aito, avoin ja kuuntele lasta aktiivisesti.
- Tarjoa myötätuntoa, mutta kunnioita omaa, sekä lapsen intymiteettiä.
- Ole yhteydessä lapsen kotiin ja tarjoa tukea, mutta viime kädessä yhteistyö on kiinni vanhemmista.
- Ota huomioon vanhempien toivomukset surun käsittelystä.
- Anna lapselle mahdollisuus soittaa kotiin, jos hänen tarvitsee.

Surevan lapsen tukemisen periaatteita

- Huomioi lapsen ikä ja kehitystaso.
- Ota vastaan ja hyväksy lapsen suru.
- Muista, että lapsen surutyö vaatii aikaa ja rauhoittumista.
- Anna lapsen surra ja elää ikänsä mukaisesti surun keskellä.
- Muista, että surussaan lapsi tarvitsee lähelleen turvallisen aikuisen.
- Huomioi myös muu luokka.
- Tue luokan yhteisöllisyyttä.
- Vältä abstrakteja ilmauksia (esimerkiksi "hän nukkui pois") ja käytä lapselle tuttuja ilmauksia.
- Kerro lapselle totuus tapahtuneesta huomioiden lapsen ikä ja kehitystaso, mutta vältä liikoja yksityiskohtia.
- Ole valmis palaamaan asiaan aina lapsen halutessa.
- Rohkaise lasta ja hänen vanhempiaan näyttämään omat tunteensa.
- Jos syytöksiä tai itsesyytöksiä tulee esille lapsen puheista, ole valmis keskustelemaan niistä lapsen kanssa.
- Ole valmis vastaamaan lapsen lisääntyneeseen turvallisuuden tarpeeseen.
- Tarvittaessa kehoita lapsen vanhempia välttämään lapsen turhia poissaoloja koulusta, sillä arkirutiinien säilyminen auttaa suremisessa.
- Ohjaa perhe tarpeen vaatiessa perheneuvolaan tai muun avun piiriin.

Opettajan itsestään huolehtimisen tärkeitä seikkoja

- Varaudu omiin tunnepurkauksiin.
- Puhu paineistasi työtovereille tai ystäville.
- Muista, että voidaksesi tukea lasta sinun tulee huolehtia itsestäsi.
- Älä ota liikaa tekemistä yhdelle kertaa.
- Jaa vastuuta vertaistesi kanssa.
- Ota yhteyttä ammattiauttajaan sellaisissa tapauksissa, jotka koskettavat itseäsi ja muita erityisen voimakkaasti.
- Muista, ettet voi kantaa lapsen surua vaan sinun on tuettava lasta oman surunsa ilmaisussa.
- Hanki tietoa surevan lapsen kohtaamisesta vertaisilta tai muilta työntekijöiltä, jotka kohtaavat työssään surua (esimerkiksi koulukuraattori tai terveydenhoitaja).

Lähteet, joista saa lisätietoa:

è *Lapsen suru. Atle Dyregrov. 1993.*

è *Suru ja surevat – surevien hoitotyön perusteet. Helena Erjanti ja Marita Paunonen-Ilmonen. 2004.*

TYÖMENETELMIÄ SUREVAN LAPSEN TUKEMISEEN

Opettajat voivat käyttää seuraavia työmenetelmiä auttaakseen lasta pukemaan surunsa sanoiksi ja siten käsittelemään surua. Ne ovat tukena sekä lapselle että opettajalle ja ne auttavat tunteiden käsittelyssä ja jakamisessa. Traumaattisessa kriisissä lapsen voimat eivät aina riitä uuden oppimiseen ja arjessa jaksamiseen, joten menetelmien avulla opettajat voivat auttaa lasta purkamaan tunteitaan ja tarjota uudenlaisia selviytymismalleja.

Opettajan on hyvä varautua ennalta ja käsitellä omia tunteitaan ennen kuin alkaa työstää lasten tuntemuksia. Aikuisen rooli surevan lapsen tukemisessa on ottaa vastaan kaikki lapsen tunteet menemättä itse lukkoon, varsinkin silloin, jos menetys on lähellä myös aikuista itseään. Menetelmiä valitessa opettajan tulee huomioida lapsen kehitystaso, ikä ja aikaisemmat kokemukset, jotta niistä olisi paras mahdollinen hyöty. Lisäksi jokainen opettaja voi valita itselleen parhaimmin sopivia menetelmiä ja muokata niitä mielensä mukaan, kunhan tavoite säilyy samanlaisena. Opettajat voivat myös halutessaan liittää niitä oppiaineiden sisältöihin.

Opettajat voivat myös kopioida ja antaa menetelmiä lapsen mukana kotiin, tehtäviksi vanhempien kanssa.

Lähde, josta saa lisätietoa:

è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*

ROOLILEIKIT / KÄSINUKET (kesto: 45 min)

Tarvitset: Käsinnukkeja/pehmoleluja/roolivaatteita

Leiki lapsen kanssa erilaisia roolileikkejä. Roolileikeillä ja näyttelemisellä voidaan lähestyä kipeitä asioita ja antaa lapsen purkaa niihin liittyviä tunteita. Opettaja voi esimerkiksi laatia näytelmän, joka on samankaltainen lapsen menetyksen kanssa ja lapset voivat sitten improvisoiden näyttellä sen erilaisten roolien avulla. Näin lapset voivat käsitellä suruaan objektiivisemmin, turvallisen välimatkan päästä. Tämä helpottaa myös kysymysten esittämistä surusta aikuiselle.

Käsinukeilla opettaja voi keskustella lapsen kanssa surusta tai menetyksestä, sillä lapsen voi olla helpompi puhua vaikeista asioista käsinukelle tai käsinuken kautta, kuin opettajalle. Myös pehmoleluja voi käyttää "turvahahmoina". Käsinukeilla voi myös tehdä roolileikkien ja näyttelemisen kaltaisia nukketeatteriesityksiä.

Vinkkejä ja ohjeita

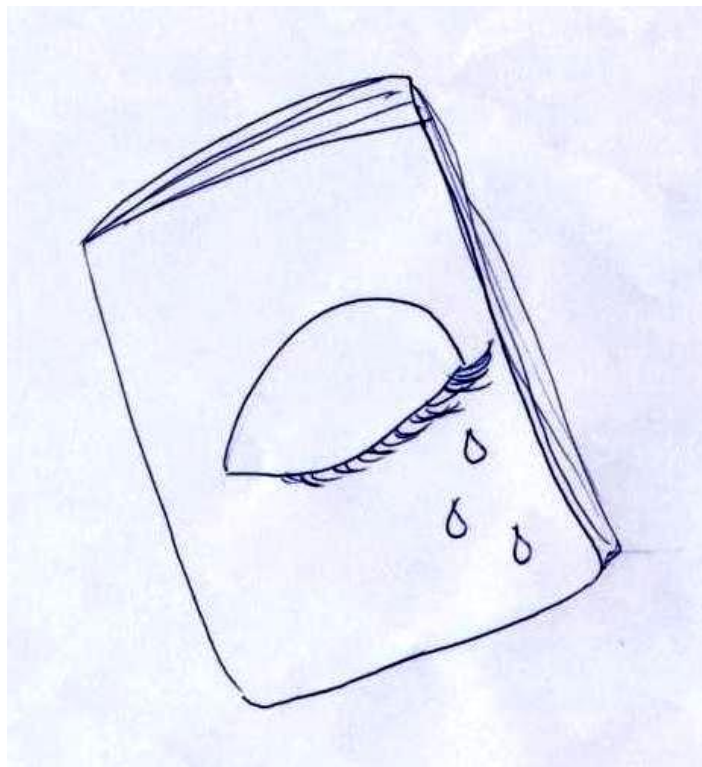
- Käytä mieluiten eläinhahmoja, jolloin lapset voivat käsitellä tilannetta metaforilla ja pienen välimatkan takaa.
- Anna lapsen esittää kanssasi tai jatkaa aloittamaasi esitystä.
- Tee esityksestä selviytymistarina, jolloin esityksessä korostuu usko tulevaisuuteen ja toivo.
- Laadi esityksestä sellainen, että lapsen tunteiden käsittely korostuu siitä.
- Jotta lapsen olisi helpompi samastua hahmoihin, laadi niille samankaltainen tausta kuin lapsella.

SURUKIRJA (kesto: vaihtelee suuresti)

Tarvitset: Vihko, erilaisia kyniä ja tusseja, lehtiä ja valokuvia

Surukirjan ajatuksena on, että lapsi saa kirjoittaa omaan surukirjaansa suruun liittyviä ajatuksia, tunteita, muistoja ja kaikkia sellaisia asioita, joita lapsi ei halua sanoa ääneen. Surukirjaa käyttämällä opettaja voi auttaa lasta työstämään menetystään ja siihen liittyviä tunteita, sekä etenemään suruprosessissaan. On myös tärkeää, että lapsi voi ottaa surukirjansa esille milloin vain ja kirjoittaa siihen, tai puhua sen sisällöstä opettajan kanssa.

Lapsi voi kuljettaa surukirjaa aina mukanaan ja täyttää sitä koulussa ja kotona. Surukirjaa voidaan täyttää myös yhdessä opettajan tai jonkun muun aikuisen kanssa ja sitä voidaan katsella yhdessä tai keskustella sen sisällöstä. Kirjaan voidaan piirtää, maalata tai vaikka liimata kuvia lehdistä. Surukirja voi olla päiväkirjan tapainen.



Surukirjan mahdollisia aiheita ja teemoja

- oma suru
- jotain, jota olisit aina halunnut sanoa, mutta et ole koskaan uskaltanut
- kuva hautajaisista
- mitä ja millainen menetys on minulle
- muisto menetetyistä henkilöstä, menetetyistä ajoista tai asioista
- mitä jäi mieleen kun joku kuoli
- tilanne kun sain kuulla menetyksestä
- mistä pidin eniten menetetyssä henkilössä
- paras/huonoin muistoni menetetyistä henkilöstä tai asioista
- elämäni paras ja huonoin hetki.

LÄHETTÄMÄTÖN KIRJE (kesto: 30–60 min)

Tarvitset: Kyniä, paperia sekä kirjekuoria + muuta materiaalia mahdollisuuksien mukaan

Lähtämättömän kirjeen tarkoituksena on kirjoittaa kirje surutilanteessa. Kirjeeseen kirjoitetaan asioita, joita ei ole koskaan uskaltanut tai ehtinyt sanoa ja se on tarkoitettu "annettavaksi" menetetyille henkilölle tai esimerkiksi eronneille vanhemmille. Kirjettä ei kuitenkaan koskaan lähetetä vaan se suljetaan kirjekuoreen ja se hävitetään tai piilotetaan. Kirjeeseen voi kirjoittaa, piirtää tai leikata kuvia lehdistä.

Kirjettä kirjoittaessaan lapsi käsittelee omia tunteitaan ja selkeyttää niitä itselleen. Tämä auttaa lasta suruprosessin etenemisessä. Tästä tehtävästä voidaan myös keskustella lapsen/lasten kanssa tilanteen niin vaatiessa.



Kirjeeseen voi kirjoittaa esimerkiksi

- jäähyväiset menetetylle henkilölle
- jotain mitä olisi aina halunnut sanoa
- omia mahdollisia salaisuuksia tai paljastuksia, joita olisi halunnut kertoa menetetylle
- piirtää kuva tai maalata menetetylle
- kirjoittaa tarina tai runo menetetylle
- miltä lapsesta tuntuu tällä hetkellä (esimerkiksi onko ikävä)
- kirjoittaa lapsen omista tuntemuksista (esimerkiksi vihan tai pelon tunteet)
- parhaita muistoja menetetystä
- mitä on erityisesti jäänyt kaipaamaan
- mitä toivoisi tulevalta.

MISSÄ MINUN SURUNI TUNTUU (kesto: noin 30 min)

Tarvitset: Kynä, paperia ja värejä

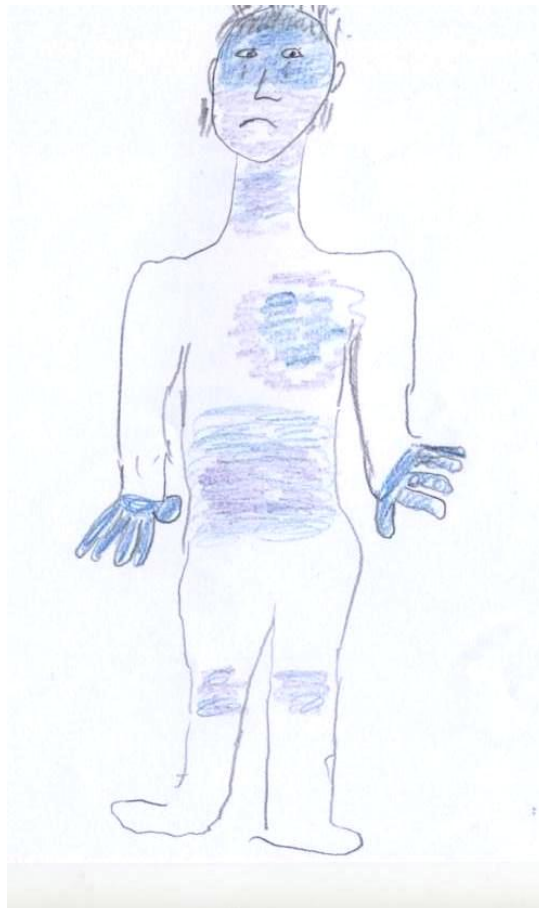
Tämän työmenetelmän tarkoituksena on saada lapsi kertomaan piirustuksen kautta, missä hänen surunsa tuntuu ja kuinka voimakkaana. Näin lapsi myös käsittelee omia tunteitaan ja opettaja voi seurata, miten surulliseksi lapsi kokee itsensä. Tehtävän voi myös toistaa tarvittaessa tietyn väliajan jälkeen ja näin opettaja voi arvioida lapsen suremisen etenemistä.

- Pyydä lasta piirtämään kokovartalokuva itsestään piirustuspaperille ja värittämään sinisellä se osa itsestä, joka on surun vallassa.
- Lapsi voi kuvata surun voimakkuutta esimerkiksi eri sävyisillä sinisillä.
- Keskustele piirtämisen jälkeen lapsen kanssa piirustuksesta ja lapsen surusta.

Tätä harjoitusta voi myös soveltaa muihin tunteisiin, kuten vihaan ja pelkoon, mutta myös positiivisiin tunteisiin. Tällöin lapset oppivat tunteiden tunnistamista ja hallitsemista.

Edellä mainitun harjoituksen voi myös tehdä hieman erilaisena. Tällöin se kestää pidempään (noin 60 min) ja piirtämisen/värittämisen jälkeen käytävä keskustelu on tärkeää harjoituksen toimivuuden kannalta.

- Pyydä lasta makaamaan ison kaava-arkki paperin päällä ja lapsen kehon ääri viivat piirretään paperille.
- Ohjaa lasta leikkaamaan kehon kuva irti ja piirtämään sille kasvot.
- Tämän jälkeen lapsi värittää tai piirtää, missä kohti kehoa erilaiset tunteet tuntuvat (kuten onnellisuus, viha, jännitys, yksinäisyys, kaipuu tai pelko).
- Pyydä lasta valitsemaan jokaiselle tunteelle oma väri ja juttele lapsen kanssa, mikä on tällä hetkellä se tunne, jota hän tuntee useimmiten ja eniten.



SADUTUS (kesto: vaihtelee suuresti ryhmän koosta ja toteuttamistavasta riippuen)

Tarvitset: Kynä ja paperia + vaihtoehtoisesti nauhuri

Sadutuksessa on tarkoituksena saada lapsi kertomaan tarina mielikuvitustaan käyttämällä. Opettaja kirjaa sadun ylös sellaisenaan, muuttamatta sanaakaan. Tarkentavia kysymyksiä voi kuitenkin kysyä. Satua ei saa ohjata ollenkaan ja sen pituus vaihtelee muutamasta lauseesta useaan sivuun. Sadutusta voi toteuttaa yhden lapsen tai koko luokan kanssa ja sen aihe sovitaan alussa yhdessä.

Sadutus etenee seuraavasti

- Pyydä lasta/lapsia kertomaan tarina
- Saduttaja kuuntelee ja kirjaa kaiken ylös puuttumatta tarinan kulkuun
- Saduttaja lukee lapsen kertoman tarinan ääneen
- Lapsi saa vielä muuttaa kertomaansa tarinaa niin halutessaan
- Lopuksi valmis tarina luetaan kaikille ääneen

Koko luokan kanssa tehtäessä sadutetaan vuoronperään kaikkia lapsia, jotka istuvat esimerkiksi ringissä ja muut kuuntelevat samalla tarinan etenemistä. Jokainen lapsi saa tehdä muutoksia itse kertomaansa osaan, ei muiden. Koko luokan kanssa toteutettaessa sadutus tukee luokan yhteisöllisyyttä.

KUUN PIMEÄ JA VALOISA PUOLI (kesto: noin 45 min)

Tarvitset: Taulu ja liidut tai paperia ja kyniä

Harjoituksen tarkoituksena on toimia enimmäkseen keskustelun avaajana. Tällöin opettaja pääsee keskustelemaan lasten kanssa elämän hyvistä ja huonoista asioista, ja tätä kautta opettaja voi puhua luokkansa kanssa surusta luonnollisella tavalla elämän huonojen asioiden yhteydessä. Myös lapset voivat ottaa halutessaan puheeksi omia surutilanteitaan. Keskustelussa voi ilmetä myös sellaisia lasten surutilanteita, joista opettaja ei ole ollut tietoinen.

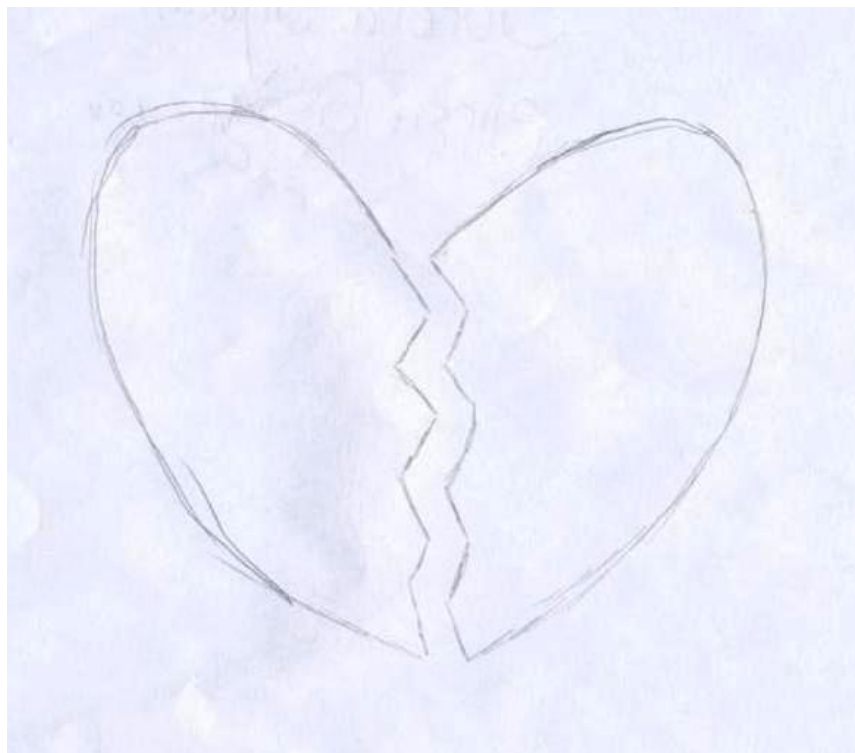
- Jaa liitutaulu kahtia, niin että toiselle puolelle tulee kuun varjoisa puoli ja toiselle puolelle valoisa puoli.
- Sammuta luokkahuoneesta valot ja neuvo lapsia kävelemään ympäri luokkaa ja miettimään sellaisia asioita, joista tulee paha mieli.
- Sopivan ajan kuluttua laita valot päälle ja kirjaa lasten kertomia asioita kuun varjoisalle puolelle (lapset voivat myös itse kirjoittaa taululle).
- Toista tämä tarvittaessa useita kertoja.
- Sitten sama toistetaan valojen ollessa päällä lasten miettiessä asioita, joista tulee hyvä mieli.
- Lopuksi keskustele taululla olevista asioista lasten kanssa.
- Lisäksi lapset voivat askarrella keskustelun jälkeen omat kuunsa, jonka molemmille puolille tulee heidän omia asioita, joista tulee hyvä tai paha mieli.

SUREVA SYDÄN (kesto: noin 30 min)

Tarvitset: Kynän, värikyniä, kartonkia ja sakset

Tarkoituksena on saada lapsi arvioimaan ja tiedostamaan omaa suruaan. Tehtävän avulla opettaja voi keskustella lapsen kanssa. Lisäksi opettaja voi tehtävällä arvioida lapsen suremisen etenemistä. Tällä menetelmällä lapselle konkretisoituu oma suru.

- Pyydä lasta leikkaamaan itselleen kartongista sydän ja värittämään siihen sen kokoinen ja värinen alue kuin hän tuntee surunsa olevan sillä hetkellä.
- Keskustele lapsen kanssa hänen surustaan.
- Toista tehtävä sopivan ajan kuluttua, jolloin nähdään onko lapsen tunteissa tapahtunut muutoksia.



MINUN SURUNI (kesto: noin 15–30 min)

Tarvitset: -

Tällä harjoituksella luokan jokainen lapsi pääsee kuvailemaan omaa suruaan haluamallaan tavalla. Näin suru konkretisoituu lapselle itselleen ja kuunnellessaan muiden surukäsityksiä/-kokemuksia, lapselle avautuu uudenlaisia näkemyksiä suruun.

- Ohjaa lapset istumaan rinkiin.
- Aloita kierros sanomalla "Minun suruni on... , koska... ".
- Surua voi kuvata monin eri tavoin, esimerkiksi adjektiiveilla, eläimillä, äänillä, esineillä ja liikkeillä.
- Tämän jälkeen kaikki lapset kuvailevat vuorollaan omaa suruaan.

Esimerkiksi

- Minun suruni on kuin aalto, koska...
- Minun suruni on musta, koska...
- Minun suruni on kuin sininen elefantti, koska...



MINÄ PELKÄÄN (kesto: noin 20 min)

Tarvitset: Paperia ja kyniä

Tämän harjoituksen tarkoituksena on, että lapset kertovat ja käsittelevät omia pelkojaan. Ihmisillä on monenlaisia pelkoja ja opettajan on muistutettava lapsia, ettei niissä ole mitään hävettävää.

Opettaja neuvoo lapsia kirjoittamaan paperille omia pelkojaan, joita heillä on ollut esimerkiksi viimeisten kuukausien, viikkojen tai päivien aikana. Pelkoja voidaan sitten käydä läpi pareittain, pienryhmissä tai koko luokan ja opettajan kanssa yhdessä. Lasten ei ole pakko kertoa kaikkia pelkojaan muille.

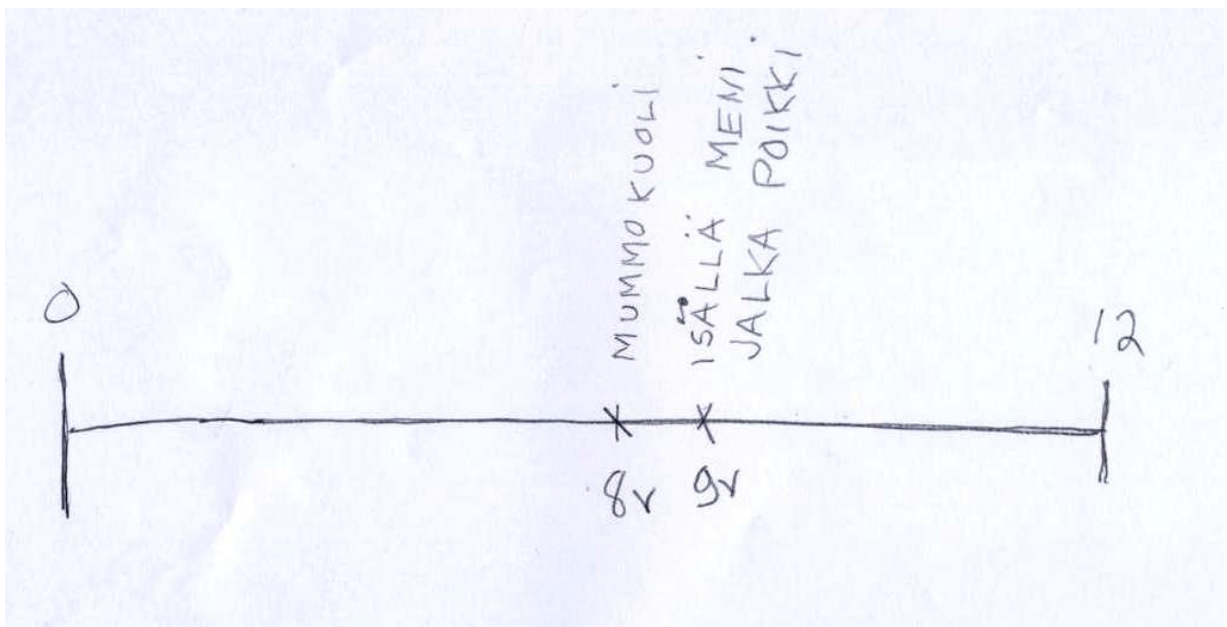


SURUJANA (kesto: 20–45 min)

Tarvitset: Paperia, kynän ja viivoittimen

Surujanana tarkoituksena on saada lapsi hahmottamaan ja muistelemaan elämänsä surutilanteita sekä menetyksiä ja miltä sillä hetkellä tuntui. Surujana sopii käytettäväksi erityisesti silloin kun lapsi on kokenut useita menetyksiä. Tämä harjoitus sopii paremmin vanhemmille lapsille.

- Pyydä lasta piirtämään paperille jana, joka kuvaa hänen elämänsä syntymästä nykyhetkeen.
- Pyydä lasta merkitsemään janalle hänen ikänsä ja mitä hän on silloin menettänyt.
- Lasta voi ohjata miettimään sekä pieniä että suuria menetyksiä.
- Keskustele lapsen kanssa siitä, miltä hänestä tuntui silloin, kun menetys tapahtui ja mikä silloin auttoi lasta jaksamaan eteenpäin.

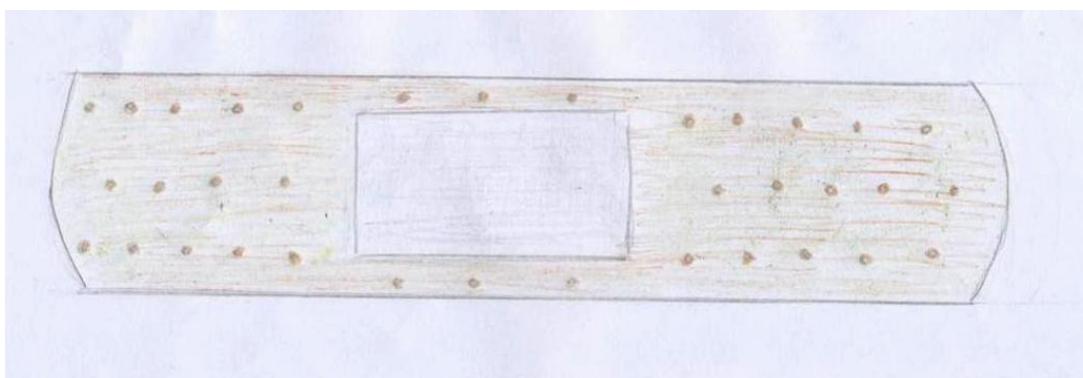


LAASTARIPAKKI (kesto: noin 30 min)

Tarvitset: Laastaripaketti (tai laastareita ja jokin rasia) ja tusseja + liimaa, väripaperia, hileitä, tarroja yms.

Laastaripakin tarkoituksena on auttaa lasta löytämään uudenlaisia selviytymiskeinoja suruunsa. Laastari toimii vertauskuvallisena asiana, jonka lapsi ymmärtää parantavana voimana. Tarvittaessa opettaja voi auttaa lasta miettimään voimavaroja itselleen tarkentavilla kysymyksillä (kuten "auttavatko kaverit sinua jaksamaan?").

- Anna lapselle laastaripaketti ja ohjaa lasta koristelemaan se mieleisellään tavalla.
- Ota sen jälkeen esille laastareita ja keskustele lapsen kanssa, mitkä ovat sellaisia asioita, jotka auttavat lasta jaksamaan eteenpäin ja huolehtimaan itsestään.
- Kirjoita jokainen lapsen mieleen tuleva asia laastareihin ja anna lapsen laittaa laastari laatikkoonsa.
- Käy lopuksi läpi kaikki lapsen mieleen tulleet voimavarat laastareiden avulla ja anna laastaripakki lapselle mukaan.

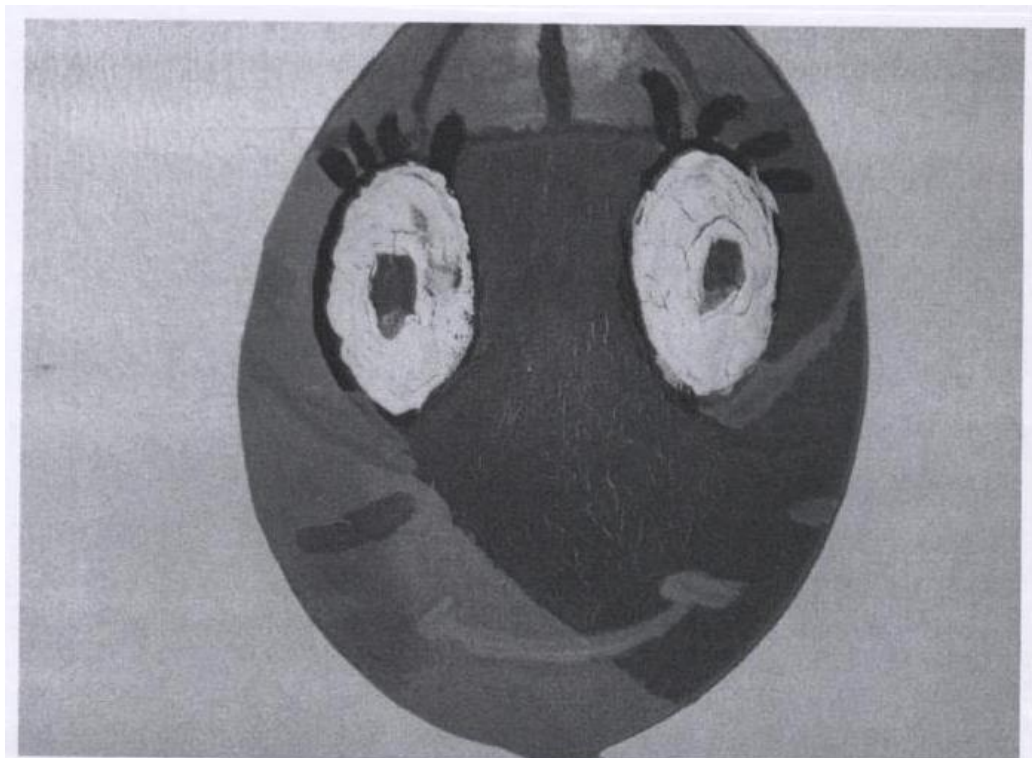


NAAMARI (kesto: 45–90 min)

Tarvitset: Kartonkia, pahvia tai aaltopahvia + saksia, kuminauhaa sekä koristeluun valitut materiaalit ja liima

Naamarin tarkoituksena on toimia piilona/suojana, jonka takaa lapset voivat puhua vaikeistakin asioista. Lapsia voi rohkaista käyttämään naamaria aina kun heidän on vaikea puhua jostakin asiasta. Naamaria voi vaihtoehtoisesti käyttää myös oppaan muiden menetelmien toteutuksessa.

- Ohjaa lapsia suunnittelemaan haluamansa naamarit, jonka taakse he haluaisivat piiloutua.
- Neuvo lapsia tekemään naamari kartongista, pahvista tai aaltopahvista ja koristelemaan se mieleisekseen.
- Lopuksi naamariin solmitaan kuminauha lapsen pään mittojen mukaan.



VOIMA-AURINKO (kesto: noin 30 min)

Tarvitset: Paperia tai kartonkia ja kyniä

Voima-auringon tekemisen yhteydessä lapsi miettii omia voimavarojaan ja jaksamista tukevia asioita elämässään. Tämä harjoitus auttaa lasta suru-prosessissa muistuttamalla häntä elämän hyvistä asioista ja tukee hänen jaksamistaan.

- Pyydä lasta piirtämään paperille tai kartongille aurinko.
- Pyydä lasta pohtimaan elämänsä hyviä ja voimaa antavia asioita.
- Ohjaa kirjoittamaan auringon säteisiin näitä asioita.
- Keskustele lapsen kanssa näistä voimavaroista.



RAKAS MUISTONI (kesto: vähintään 45 min)

Tarvitset: Paperia, vesivärejä, puuvärejä, tusseja, vahaliituja, hiiliä sekä lasten tuomaa musiikkia

Tämän harjoituksen tarkoituksena on musiikin avulla herättää lasten muistoja ja saada heidät muistelemaan. Harjoituksen kannalta olisi tärkeää, että lapset toisivat itse kuunneltavan musiikin, sillä se on heille merkityksellisempää. Tämä harjoitus sopii paremmin käytettäväksi silloin, kun menetyksestä on kulunut jo jonkin aikaa.

- Kuunnelkaa yhdessä lasten tuomaa musiikkia.
- Pyydä lapsia miettimään musiikin aikana jokin rakas muisto.
- Musiikin kuuntelun jälkeen ohjaa lapsia piirtämään/maalaamaan haluamallaan tekniikalla kuva mieleen tulleesta muistosta.
- Lopuksi keskustelkaa yhdessä lasten piirtämistä muistoista.



ELÄMÄNI OMAKUVA (kesto: noin 45 min)

Tarvitset: Paperia, kyniä ja tusseja + erilaisia värejä

Tämän harjoituksen tarkoituksena on saada lapsi pohtimaan omaa tämän hetkistä elämäntilannettaan ja miettimään omaa jaksamistaan tukevia asioita. Suruprosessin etenemisen kannalta tämä harjoitus auttaa lasta käsittelemään tapahtuman tuomia muutoksia hänen elämäänsä ja näin se auttaa lasta käsittämään nykytilanteen paremmin.

- Pyydä lasta piirtämään paperin keskelle omakuva ja sen ympärille lapselle sillä hetkellä tärkeitä ihmisiä ja asioita.
- Keskustele lapsen kanssa piirustuksesta.
- Tehtävän voi myös toistaa sopivan ajan kuluttua ja nähdä, onko lapsen tilanne muuttunut.

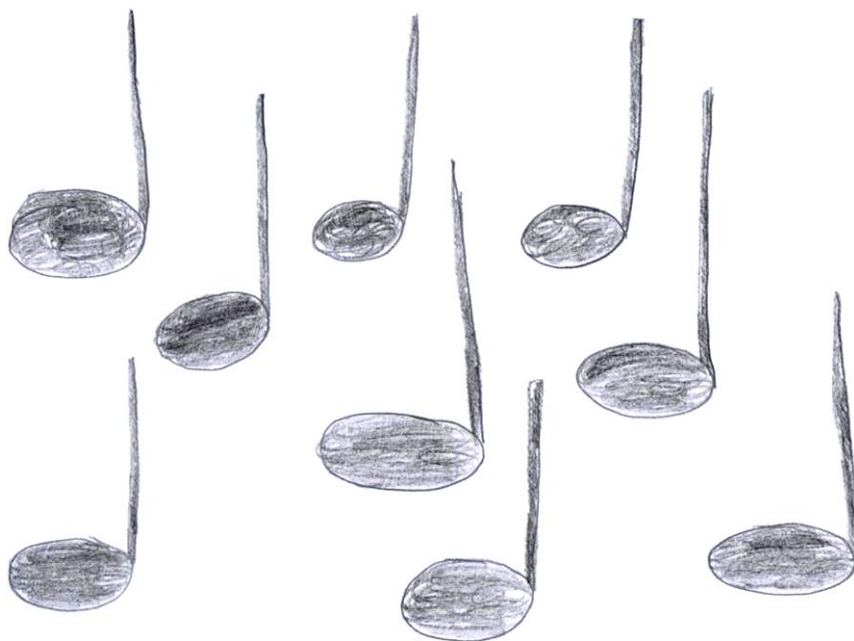


MINÄ TUNNEN (kesto: noin 20 min)

Tarvitset: Musiikkia (esimerkiksi klassista musiikkia)

Minä tunnen - harjoituksessa lapset saadaan musiikin avulla miettimään ja tarkastelemaan omia tunteitaan. Suruprosessissa tämä auttaa lasta pohtimaan ja käsittelemään omia tunteitaan. Opettaja voi ohjata musiikin herättämiä tunteita tilanteeseen sopivan musiikkivalinnalla.

- Laita valitsemasi musiikki soimaan.
- Pyydä lapsia ottamaan mahdollisimman rento asento ja keskittymään musiikin kuunteluun, hengittämiseen, sydämen sykkeeseen ja omaan kehoon.
- Pyydä lapsia sulkemaan silmät ja keskittymään omiin tunteisiinsa, joita musiikki herättää.
- Kuuntelemisen jälkeen keskustelkaa yhdessä musiikin herättämistä tunteista.



ERILAISET TUNNETILAT (kesto: 15–30 min)

Tarvitset: Liitutaulun ja liituja

Harjoituksella opettajan on helppo ottaa erilaiset tunteet puheeksi ja auttaa lapsia tunteiden käsittelyssä. Suruprosessissa lapsi pystyy ottamaan esille surun aiheuttamia tunteita ja siten tunnistamaan ja käsittelemään niitä. Tämän harjoituksen kautta voi nousta esille sellaisia surutilanteita, joista opettaja ei ollut edes tietoinen. Tätä harjoitusta olisi hyvä käyttää aika ajoin, myös ennaltaehkäisevässä mielessä.

- Pyydä lapsia luettelemaan erilaisia tunnetiloja laidasta laitaan.
- Kirjaa lasten luettelemat tunteet taululle.
- Keskustelkaa lopuksi kaikista esiin tulleista tunteista (esimerkiksi milloin kukin on viimeksi tuntenut kyseistä tunnetta ja miltä se tuntui).

Tämän harjoituksen yhteydessä voi käyttää myös nalle-kortteja tai tämän harjoituksen voi tehdä kokonaan niillä.

Nalle-kortit ovat Pesäpuu ry:n tuote ja ne voi tilata verkkokaupasta, osoitteesta: <http://www.pesapuu.org/index.php>

TUNTEIDEN JA SURUN KÄSITTELYÄ TARINOIDEN KAUTTA

Sadut ja tarinat toimivat erinomaisina johdatuksina tunteista keskusteluun. Tarinoiden kautta lapset voivat samastua roolihahmoihin ja saada uudenlaisia näkemyksiä suruun ja suremiseen. Tarinat auttavat lasta myös puhumaan ja käsittelemään vaikeista asioista turvallisen välimatkan päästä.

Opettaja voi lukea tarinan luokassa tai antaa sen lapsille kotiin luettavaksi. Tärkeintä on kuitenkin tarinan lukemisen jälkeinen keskustelu. Seuraavaksi on lista kirjoista ja tarinoista, joissa käsitellään surua ja tunteita. Opettajat voivat halutessaan myös valita muitakin kirjoja luettavaksi.

Pesäpuu ry:n vuonna 2003 julkaisema Ville Vilkastuksen tunneseikkailu kertoo Ville-nimisestä gorillanpoikasesta, jolla on tunnemyrskyinen päivä. Kirjassa käsitellään monipuolisesti erilaisia tunteita ja tämä auttaa lasta käsittelemään erilaisia tunteita. Lisäksi kirja ohjeistaa, kuinka lapsen kannattaa toimia hätätilanteissa. Kirjan lopussa annetaan ohjeita tunnetarinan käyttöön. Kirja on erityisen hyvä tunteiden käsittelyn ennaltaehkäisevänä muotona.

Mäyrän jäähyväislahja (Susan Varley, 1984) kertoo tarinan vanhasta ja viisaasta mäyrästä, joka tietää pian kuolevansa. Kaikki kyläläiset rakastavat vanhaa mäyrää ja mäyrä opettaa heille, että elämä jatkuu. Kirja käsittelee teemana jäähyväisten jättämistä ja muistojen jäämistä elämään. Kirjan avulla voidaan keskustella kuolemasta ja siitä, mitä tunteita ja ajatuksia se lapsissa herättää.

Kuinka pikkuelefantti parani suuresta surustaan (Monika Weitze, 1999) on kirja, joka kertoo pienestä vaaleanpunaisesta elefantista, joka joutuu eroamaan parhaasta ystävästään. Tarina kertoo ystävän menettämisestä ja kaipaamisesta, jota läpikäymällä löytää sydämestään tilaa uusille asioille.

Nalle pilvennukka kaipaa ystävää (Leea Mähönen, 1995) on kirja lapselle, joka on kokenut menetyksen. Tarinassa kerrotaan menetyksestä, toivosta ja odotuksesta sekä ystävydestä ja surusta. Kirjan avulla voi keskustella lapsen kanssa turvallisessa ilmapiirissä hämmentävistäkin tunteista. Kirjan lopussa on myös lapselle tarkoitettuja pohdinta-kysymyksiä.

Kirjassa Marianne muistelee mummoa (Bettina Egger, 1987) Mariannen mummo on kuollut ja hän suree mummoa muistelemalla yhteisiä aikoja. Kirjan tavoitteena on auttaa aikuisia ja lapsia puhumaan yhdessä kuolemaan liittyvistä asioista. Kirja rohkaisee lapsia ilmaisemaan tunteitaan rehellisesti.

Kirja Surusaappaat (Päivi Franzon, 2006) kertoo tarinan, jossa pieni poika Eemi viettää paljon aikaa mummonsa kanssa, kunnes mummo sairastuu ja kuolee. Kirjassa käsitellään menetystä sairauden kautta ja menetystä seuraavaa surua.

Petterin koiranpentu (Irmelin Sandman Lilius, 1995) käsittelee lemmikkieläimen kuolemaa.

Kirjassa Hei vaan, mummi (Annu Liikkanen, 1998) Alman mummi kuolee ja Alma käsittelee mummin kuolemaa muistelemalla.

Vanha elefantti (Laurence Bourguignon, 2005) on tarina eläinystävyyksistä, joista toinen kuolee. Kirja kertoo kuoleman lähestymisestä ja läheisen poismenosta.

Tyttö ja naakkapuu (Riitta Jalonen, 2004) kertoo tarinan pienen tytön isän kuolemasta ja sen aiheuttamista elämänmuutoksista.

Jospa ukki nukkuukin? (Hanna Ranssi-Matikainen, 2002) kertoo konkreettisesti ukin kuolemasta ja elämän jatkumisesta läheisen kuoleman jälkeen. Kirjan loppuun on sijoitettu asiantuntijaosio, joka kertoo surevan lapsen lohduttamisesta.

Pikkusuden kaksi kotia (Eyen Cecile, 2005) kertoo pikkusudesta, jonka isä on muuttanut toiseen kotiin. Kirjassa käsitellään avioeroa ja sitä, että lapsella on avioeronkin jälkeen molemmat vanhemmat ja kaksi kotia.

Nähdään taas, isä! (Brigitte Veninger, 1995) - kirja käsittelee Tommin vanhempien avioeroa. Nalle kertoo Tommille tarinan pikku karhusta, emokarhusta ja isä karhusta, joka palaa aina omaan pesäänsä.



LUETTELO JA LÄHTEET TYÖMENETELMISTÄ

Roolileikit ja käsinuket (kesto: 45 min)

è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*

Surukirja (kesto: vaihtelee suuresti)

è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*

è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Lähtämätön kirje (kesto: 30–60 min)

è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*

Missä minun suruni tuntuu – piirros (kesto: noin 30 min)

è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*

Sadutus (kesto: vaihtelee suuresti, riippuen ryhmän koosta ja toteuttamistavasta)

è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Kuun pimeä ja valoisa puoli (kesto: noin 45 min)

è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Sureva sydän (kesto: noin 30 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Minun suruni (kesto: 15–30 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Minä pelkään (kesto: noin 20 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Surujana (kesto: 20–45 min)

- è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*
- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Laastari pakki (kesto: noin 30 min)

- è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*

Naamari (kesto: 45–90 min)

- è *Oppaan tekijöiden koulutuksessa opetettu menetelmä*

Voima-aurinko (kesto: noin 30 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Rakas muistoni (kesto: vähintään 45 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Elämäni omakuva (kesto: noin 45 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Minä tunnen (kesto: noin 20 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

Erilaiset tunnetilat (kesto: 15–30 min)

- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*
- è *Nalle-kortit voi tilata Pesäpuu ry:n verkkokaupasta (<http://www.pesapuu.org/index.php>)*

Tunteiden ja surun käsittelyä tarinoiden kautta

- è *Surevan lapsen kanssa. Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä ja Hilikka Ylönen. 2003.*
- è *Luovat ja toiminnalliset menetelmät surevan lapsen tukena – Ohjaajan materiaalia lasten sururyhmiin. Heidi Peltola ja Margareetta Vilppola. 2009.*

KRIISIN VAIHEET JA SUREMISEN ETENEMINEN – TIETOA KOTIIN

Suru ja menetys lapsen elämässä ovat aina kriisi ja ne eivät aina liity kuolemaan, vaan myös muihin tapahtumiin (esimerkiksi vanhempien avioeroon tai jonkun läheisen sairastumiseen). Kriisi ja sureminen etenevät ja painottuvat aina hyvin yksilöllisesti. Jos lapsi ei pääse surustaan ylitse ja oireet pitkittyvät, on syytä ohjata lapsi ammattiauttajan luokse, jossa hänen tilanteensa kartotetaan ja tarvittaessa hän saa muuta apua.

Lapsen surulla ja suremisella on olemassa myös neljä tehtävää, jotka etenevät kriisin vaiheiden mukaan. Nämä tehtävät ovat menetyksen todellisuuden ymmärtäminen ja hyväksyminen, tuskan kokeminen, sopeutuminen ympäristöön ja muistelu. Myös suremisen tehtävien tunteminen on tärkeää oikeanlaisen tuen tarjoamisen kannalta.

SOKKIVAIHE alkaa välittömästi tapahtuman jälkeen ja kestää lyhyestä hetkestä muutamiin vuorokausiin. Lapsi voi olla yllättynyt, sekaisin ja voi reagoida usein tavallisesta poikkeavalla tavalla. Lapsi on usein lamaantunut ja järkyttynyt, sekä saattaa kieltää tapahtuneen. Tämä suojaa häntä sellaiselta tiedolta, jota hän ei sillä hetkellä pysty käsittelemään. Usein tässä vaiheessa lapsi elää surun aiheuttamaa tapahtumaa yhä uudelleen. Sokkivaiheessa suremisen tehtävänä on, että lapsi ymmärtää tapahtuman todellisuuden ja hyväksyy sen olevan totta.

Sokkivaihetta seuraa REAKTIOVAIHE, joka voi kestää viikkoja. Vaihe voi alkaa vasta, kun kriisiin joutunut lapsi alkaa käsittää tapahtuneen. Lapsi ei ole enää niin sekaisin ja hän reagoi tapahtuneeseen. Reaktiovaihe voi olla hyvin tuskallinen ja suremisen tehtävänä onkin tuskan kokeminen. Lapsi käy läpi tapahtuman erilaisia jälkioireita. Tässä vaiheessa lapsen itsesyytökset tai syytökset toisia kohtaan saattavat aiheuttaa esimerkiksi voimakasta vihaa. Surutyön edetessä eri vaiheissa viha saattaa tulla vastaan monta kertaa. Reaktiot ovat usein rajuja, mutta luonnollisia. Kaikki tunteet ovat sallittuja.

KÄSITTELY- JA TYÖSTÄMISVAIHE alkaa, kun lapsi vähitellen tottuu tilanteeseen ja tämän vaiheen kesto vaihtelee puolesta vuodesta vuoteen. Hän alkaa hyväksyä tapahtuneen ja keskittyä arjen askareisiin ja pikku hiljaa kiinnostuu tulevaisuudesta. Hän käsittelee tilannetta ja pääsee lopulta kriisin yli. Aiempien vaiheiden tyypilliset reaktiot saattavat nousta uudelleen pintaan. Tässä vaiheessa suremisen tehtävänä on ympäristöön sopeutuminen.

UUDELLEEN SUUNTAUTUMISEN VAIHE alkaa, kun lapsi on oppinut elämään menetyksen ja surun kanssa. Kokemansa perusteella ja aikuisten avustuksella lapsi luo uuden perustan elämälleen. Tämän vaiheen tärkein asia on, että lapsi oppii hyväksymään tapahtuneen. Uudet kiinnostuksen kohteet astuvat vähitellen menetettyjen tilalle. Järkkynyt itsetunto palautuu vähitellen ja tunteet käydään läpi. Uudelleen suuntautumisen vaiheessa suremisen tehtävänä on muistelu ja tämä vaihe ei oikeastaan koskaan pääty.

TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA

Iisalmen sairaala

- 017 272 23 46 (Päivystys)
- 017 272 20 00 (Vaihde)

Iisalmen seurakunta

- 017 83 351

Vaihde klo 9–15

Päivystävä pappi 044 733 52 53

Iisalmen terveyskeskus

- 017 272 42 24 (Päivystys)
- 017 272 41 (Vaihde)

Junailijan perhekeskus

- 017 272 34 56
- 040 830 26 60
- 040 830 26 59 (Sosiaalityöntekijä Sami Savonen)
- 040 830 2755 (Lapsiperheiden kotipalvelu)

Kirkon palveleva puhelin

- 01019 0071

Koulukuraattori Anne Roponen

- 017 272 32 60
- 0400 540 037

Lasten ja nuorten palvelut

- 017 272 36 60 (Toimisto)

Lastensuojelun päivystys

- 040 543 49 35

Ilmoituksen lastensuojeluntarpeesta voi tehdä: ma–pe, klo 8.00–15.30

Virka-ajan ulkopuolella kiireelliset asiat hätäkeskukseen 112.

MLL Lasten ja nuorten puhelin ja netti

- 116 111
- <http://www.mll.fi/nuorille/nuortennetti/>

Rikosuhripäivystys (Kuopion palvelupiste)

- 017 262 77 38 (Eila Kersalo ja Minna Piippo)

Sosiaalipalvelut

- 017 272 3360 (Neuvonta)

Sosiaalipäivystys

- 040 830 26 18 (Sosiaalipäivystäjä Ari Pulkka)
- 040 830 26 19 (Sosiaalipäivystäjä Tiina Auhtola)

Viikonloppuisin (pe klo 16 – ma klo 8), arkisin (ma–to klo 16–22) sekä juhlapäyhinä

Arkiöisin (ma–pe, klo 22–8) sosiaalipäivystys hoidetaan ns. varallaolona kuntien sosiaalityöntekijöiden toimesta. Tällöin yhteyden saa soittamalla hätäkeskukseen 112.

Suomen mielenterveysseuran Kuopion kriisikeskus

- 017 262 77 38

Suomen mielenterveysseuran valtakunnallinen kriisikeskus

- 01019 5202

Ma–pe 9.00–6.00

La 15.00–6.00

Su 15.00–22.00

Yleinen hätänumero

- 112

Ylä-Savon Ensi- ja turvakotiyhdistys ry.

- 050 371 42 08 (Avopalveluohjaaja Erja Heiskanen)

www.savonia.fi

