



Kuolema kohtaa monia



Yhteensä	0-14 v.	15-64 v.	65- v.
50 568	239	9 989	40 340

- Siunaustilaisuuksia oli vuonna 2012 vajaa 48.000
- Hautajaisiin osallistui 1.727.620 saattajaa.

<https://tilastokeskus.fi/>, <http://sakasti.evl.fi>

Surevan omaisen kohtaaminen



1. Suru
2. Kuolema
3. Kohtaaminen
4. Jaksaminen

1. SURU



- Suru on joukko reaktiota jonkin arvokkaan menetykseen tai menetyksen uhkaan.
- Suru on kotinsa menettänyttä rakkautta.
- Suru ei ole unohtamista vaan muistamista.
- "Jokaisella on oikeus lohduttomaan suruun, oikeus kuolemattomaan rakkauteen."



Suru on joukko reaktioita



sokki, apatia, puhumattomuus, epäusko, äänekkäs protesti, toiminnan jatkaminen kuin ei ymmärtäisi, itku, viha, syyttely, itsesyytökset, ahdistus, pelko, univaikeudet, alakulo, ikävä, kaipaus, turvattomuus, keskittymiskyvyn puute, huomion herättäminen, taantuminen, eristäytyminen, ruumiin oireet: särnyt, vilu, pahoinvointi, kuume, kalpeus, kastelu, ruokahaluttomuus, vatsa- ja rintakivut, laihtuminen

Suru on joukko reaktioita



- Psykologisia
 - Tunne, havainto, ajattelu
 - Syyllisyys, aggressio, avuttomuus, häpeä, pelko
- Fyysisiä
 - Kivut, oireet, aistimukset
- Sosiaalisia
 - Puolisosta leskeksi, lapsesta orvoksi, äidistä lapsensa menettäneeksi..

Surun työ

Salli Saari

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTOI MINUA

- Alussa surun kipu on terävä ja satuttaa.
- Ajatukseen menehtyneestä liittyy aina ajatus kuolemasta.
- Vähitellen kipu muuttuu tylpemmäksi, ajattelemisen ei enää satu.
- Ajatus menehtyneestä ei tuo mieleen kuolemaa vaan kiitollisuutta, että on ollut.



Menetyksen työstäminen

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTOI MINUA

- Ajatus: ymmärtää kuoleman ja menetyksen todellisuus
- Tunne: päästää tunteet irti, sallia itku ja tuska
- Suhde: läsnäolosta muisti- ja mielikuvasuhteeksi
- Uudet alut: kyky voittaa epävarmuus ja turvattomuus, sitoutuminen uusiin suhteisiin
- Suru ja osasurut osaksi elämää: mitä kaikkea on kuoleman myötä kadotettu

Suru on
suostumisen
ja
välttämisen
kampailua.



Surun tehtävä
on näyttää se,
mitä on menettänyt,
se, mitä on jäljellä

ja kirkastaa se,
mikä on vielä mahdollista.



Yksinoikeus omaan suruun

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTOI MINUA

- Suru on vähintään yhtä monimuotoista kuin elämä, kuin me.
- Surun kasvot voivat olla millaiset tahansa eikä niille ole oikeaa ilmettä.
- Jokaisella on yksinoikeus suruunsa, sen laatuun ja syvyyteen - tai keveyteen.
- Usein kaikki entisetkin surut aktivoituvat, toivottavasti myös kaikki entiset selviytymiskeinotkin aktivoituvat.



2. KUOLEMA: Mitä kuolema on?

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTOI MINUA



Mitä kuolema on?

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
ETUUTTA

- umpikuja
- seikkailu
- lepo
- virranpyörre
- tyhjä tila
- uni
- ahmiva peto
- hylätty asumus
- raikas tuulahdus
- lämmin villapaita
- koti
- loppu
- alku
- tyhjiys
- kaksoispiste
- siemen
- Mikä sana kuvaisi sinun mielikuvaasi kuolemasta?

Oma mielikuvani kuolemasta

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
ETUUTTA

Mielikuvaani vaikuttavat:

- Oma kulttuuri ja sen käsitys kuolemasta
- Yhteiskunnalliset käytänteet ja niiden heijastamat arvot
- Sosiaaliset odotukset
- Kasvatus ja kasvuympäristö
- Omat kokemukset: omat pelot, menetykset, toiveet
 - Ikä vaikuttaa: periaatteessa kuolen, todennäköisesti kuolen, varmasti kuolen

Vastakohta vai osa elämää?

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
ETUUTTA

1. Kuolema on elämän vastakohta – elämän tuhovoima, loppu, tyhjiys, vastenmielisyys. Kuolema on syytä piilottaa pois häiritsemästä elämää. Kuolema on vain aikuisten asia, ja vain pakon edessä kohdattava.
2. Kuolema on olennainen osa elämää, kuin joki ja meri, väistämätön ja luja pohja elämän ja sen arvon ymmärtämiselle. Kuolemaa kohtaamme koko ajan ja se on keskeinen osa ihmisyyttä.

Kristillinen käsitys kuolemasta

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
ETUUTTA

- *Luomiskertomus*
- *Vapauta meidät synnin, kuoleman ja pahan vallasta...*
- *Tänä päivänä olet kanssani paratiisissa*
- *Viimeisenä päivänä hän on sinut herättävä*
- Exitus (poistuminen), kirjaa lääkäri, Exodus (perille pääsy, vapautteen pääsy), julistaa pappi



Kristillinen näkemys

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
ETUUTTA

- Kuolema merkitsee ajallisen elämämme päättymistä. Ajallista kuolemaa pahempi ja syvempi on kuitenkin **iankaikkinen** kuolema, joka merkitsee eroa Jumalasta.
- **Kristillisen** käsityksen mukaan kuolema on seurausta **synnistä**. Ihminen voi olla hengellisesti kuollut jo tässä elämässä, mutta iankaikkinen kuolema merkitsee lopullista eroa Jumalasta eli **kadotusta**.
- **Katekismus** opettaa, että joudumme kuoleman hetkellä luopumaan Jumalan meille antamasta ajallisesta elämästä. Pahan tuhovoimat tuntuvat voittavan meidät. Ruumiimme hajoaa, mutta **sielu** odottaa **ylösnousemuksen** päivää, jolloin elävät ja kuolleet kootaan kristillisen **uskon** mukaan Jumalan eteen tuomiolle.

Kristitty kohtaa kuoleman uskossa Kristukseen

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
ETUUTTA

- **Kristukseen** uskovalle kuolema on portti tulevaan elämään. Voimme jättäytyä turvallisesti **taivaallisen Isämme** käsiin, sillä Kristus on voittanut kuoleman.
- **Jumalan Poika** on jo nyt noussut kuolleista esikuvana meille. Mekin saamme Raamatun mukaan uuden, kuolemattoman ruumiin, jonka esikuva on Kristuksen "ylösnousemusruumis". Näin Jumalan alkuperäinen luomistahto toteutuu meissä.
- Kasteessa meidät liitetään Kristuksen kuolemaan ja ylösnousemukseen.



*Elämän näen
pientareelle piirtyvän;
Herra antoi, Herra otti,
kiitos Herran!
Lopulta matkaa
ikäväni ymmärrän,
ihmisen on määrä
kotiin päästä kerran.*

(Siionin virsi 312, Löytty-Pispa)



3. SUREVAN AMMATILLINEN KOHTAAMINEN



Mitkä ovat hankalimpia tilanteita surevan omaisen kohtaamisessa?

Kun ei mene niin kuin Strömssössä

- Kun on vain omainen, ei sureva omainen
- Tulee liian liki
- Ärsyttää
- Omaiset riitelevät
- Oma kiire...
- Käytännön asioiden ja "pyhän" yhteensovittaminen
- Käytäntö ja teoria > ammattilaisuuden haaste

3.1. Työnantajan odotukset: Ammatillinen vuorovaikutus

- Työtä tehdään tavoitellisesti
- Myös vuorovaikutuksen on oltava tavoitteen suuntaista
- Jokainen on vastuussa yhteisössä omasta käyttäytymisestään
- Ammatti-ihminen vastaa vuorovaikutuksesta
- Vaarallista on se, jos kokee ettei voi kantaa vastuuta omista teoistaan, ajatuksistaan ja tunteistaan.
- Persoona työkaluna – sen käyttöä on voitava arvioida

Kirkonpalvelijan työn tavoitteet

Kirkonpalvelijan työn kivijalkana on selkeästi työn tekeminen Suomen evankelis-luterilaisen kirkon palveluksessa. Tämä kirkon työ pohjautuu kirkon oman tunnustuksen mukaiseen perustehtävään, joka on evankeliumin ilosanoman julistamista ihmisille ja kaikille kansoille. Tässä kirkon perustehtävässä on mukana myös kaikki se työ, jota kirkonpalvelija tekee päivittäin omassa seurakunnassaan toimien kirkon hyväksi.

Kirkonpalvelijan eettiset ohjeet 2005

Työn keskeiset arvot ja periaatteet



- elämän kunnioittaminen,
- ihmisarvon mukainen kohtelu,
- oikeudenmukaisuus,
- tasa-arvo,
- vastuullisuus,
- lähimmäisenrakkaus,
- usko,
- yhteiskuntavastuu
- kutsumus

Kirkonpalvelijan eettiset ohjeet 2005

3.2. Surevan odotukset



- Mitä itse odottaisin, mikä on tuntunut hyvältä?



Mikä auttaa?



Kriisissä auttamisen tehtävänä auttaa kasvamaan vaikeuden/ kriisin läpi. Siinä auttaa toisen ihmisen läsnäolo.

- Läsnäolo tuo turvaa
- Puhumalla jäsenyyttä
- Kuulijan kanssa pelot pysyvät kurissa
- Johonkin kuulumisen kantaa
- Välittämisen ilmaukset tärkeitä
- Arjen askareista huolehtiminen



Osanottoni - mitä haluan sillä sanoa?



- *Tunnistan, ymmärrän menetyksesi valtavuuden*
 - Välitän
 - Olen rinnallasi, olen sinua varten
- Kunhan tämä viesti tulee välitetyksi, ei merkitse paljoakaan, miten se tehdään.



Sanattomasti



- Surussa puhutaan paljon muullakin kuin sanoilla.
- Suru näkyy olemuksessa ja käytöksessä, ja surua voi myös hoitaa muutenkin kuin sanoilla.
- Vaikkapa tilan siisteys ja kauneus, kaunis käytös, pienet huolelliset yksityiskohdat tai rituaalit voivat lohduttaa.



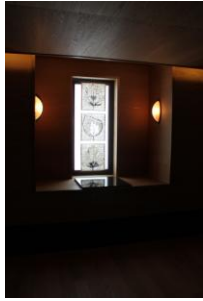
Joitakin Bent Falkin vinkkejä



1. Anna ahistaa:
 - Perustunteiden ja –tarpeiden torjuminen ahdistaa, helpottaa jos ne tunnistaa ja nimeää.
 - Elämän rajallisuus, epävarmuus, hauraus ahdistaa, mutta se on totta, eikä sitä tarvitse lohduttaa pois.
2. Yksinkertaisuus
 - Keskustelun aihe voi olla monimutkainen, keskustelun ei tarvitse olla. Älä odota, että sinun tarvitsi antaa neuvoja tai ratkaista toisen elämää.
 - Voimavarat ovat autettavassa.
On parempi opettaa nälkäistä kalastamaan kuin ruokkia muutamalla kalalla.

3. Kun ei tiedä mitä sanoa, pitää sanoa juuri se
Neuvottomuus on osa todellisuutta ja todellisuus on paras ystävämme.

4. Älä anna voimattomuuden muuttua ongelmaksi
Muutoin sinulla on kaksi ongelmaa yhden sijaan.



5. Lohdutus on siinä, ettei mitään lohdutusta ole

- Tunteet ovat lääke, ei sairaus
- On tarkoituksenmukaista surra, suuttua, pelätä
- Yhteys, tunteiden jakaminen, lohduttaa
- Kriisissä oleva ei tarvitse lohdutusta vaan rakkautta



6. Elämä ei ole oikeudenmukaista eikä epäoikeudenmukaista, se vain on

- Kärsimys ja rangaistus sekoitetaan usein
- Jeesuksen ja kristinuskon malli on toinen: ei ansion mukaan
 - Tuhaajapoika, viinitarhan työntekijät, Mt 5:45 – aurinko niin hyvälle kuin pahoille
- Jumalan apu ei takaa menestystä, vaan sen, että Jumala on kanssamme.



VARO NÄITÄ

- Minä ymmärrän miltä sinusta tuntuu..
- Älä sure!
- Korvaa menetys
- Haluatko olla yksin > Sure yksin
- Ole vahva!
- Pysy kiireisenä!
- Aika parantaa haavat
- Minunkin anoppini...
- Kärsi, kärsi, kirkaamman kruunun saat

Suru on hidas

- Ensimmäinen vuosi on harjoittelua, kaiken kohtaamista ensimmäisen kerran.
- Surun ja osasurujen kohtaaminen vie usein vuosia, samoin turvallisuuden ja voimien palautuminen.

Kunnioita.
Välitä.
Kuuntele.



Lapsi omaisena

- Hyvästelemisen ja saattamisen oikeus
 - Mahdollisuus vaikuttaa ja olla osallisena
 - Vaikeatkin asiat voivat olla siedettäviä, jos saa valmistautua kunnolla ja niistä saa puhua
 - Ulkopuolinen voi tuoda turvan, raamittaa ja säätelee mitä tapahtuu
- Esim. vainajan katsominen tai hautajaiset:
- Kerro, mitä odotettavissa (kylmä, saa koskea..),
 - Tukihenkilön käyttäminen



4. VOIMAVAROJA TYÖHÖN, NÄKÖALOJA ELÄMÄÄN

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTTAVANNA



Tunnettyötä

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTTAVANNA

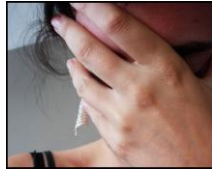
- Väsymys
- Joskus liikuttaa enemmän: vainajan ikä, elämäntilanne tai kuolintapa; tuttu omaisena, lapsi tai nuori vainajana tai saattajana, kohtuuttomalta tuntuvat elämän päätymiset...
- Omaisten vahvat tunteet resonoivat itsessä, yhtä lailla kuin omaisten puuttuminen tai välinpitämättömyys.
- Ainutkertaisuus

Työsuru

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTTAVANNA

Oma jaksaminen surun äärellä ei ole itsestään selvyyttä.

- Kokemusten myötä säätelytaitoa
- Työkavereiden kanssa on hyvä puhua tunteista, myös siitä, että joskus omainen ärsyttää tai että aina ei jaksaa eläytyä toisen murheisiin.
- Omiin tunteisiin on oikeus, mutta ammatti-ihmisenä otan vastuun niistä ja niiden näyttämisestä.



Huolto

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTTAVANNA

- Kuuntele myös itseäsi, osoita lähimmäisenrakkautta myös itsellesi.
- Kysy: Mitä minusta kuolema on? Mikä elämän tarkoitus on? Mihin minä turvaan? Miten hoidan itseäni, ihmissuhteitani, Jumalasuhdettani?



Etuoikeus

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTTAVANNA

- Muistutus elämän katoavaisuudesta, sen arvosta ja pyhyydestä.
- Kuoleman ja surun kohtaaminen voi tuoda suhteellisuudentajua ja armollisuutta omaan asenteeseen, avata silmät elämälle.



Jos minulla vielä olisi aikaa..

ILOA
ELOA
ÄLYÄ
TUOTTAVANNA

- Sanoisin läheisilleni, kuinka tärkeitä he ovat.
- Leikkisin enemmän.
- Ottaisin elämän kevyemmin.
- Rakastelisin enemmän.



