

"Kaikki murheet lasten on nostettava valoa vasten.

Että aikuiset näkevät miksi lapset itkevät.

Hälvenee vain siten huoli, näkyy kadun valoisampi puoli."

Eppu Nuotio



Vihko on tehty  
Kriisikeskus Mobilen käyttöön.



## ALLE KOULUIKÄISEN LAPSEN SURU



Läheisen ihmisen kuollessa lapsi tarvitsee sinun tukeasi.

Lapsi tarvitsee sinua surunsa kohtaamisessa,  
ymmärtämisessä ja käsittelyssä,  
aivan kuten sinäkin aikuisena tarvitset nyt tukea ja turvaa.

Lapsella on oma tapansa surra.

Tämän vihkon tarkoitus on auttaa sinua ymmärtämään  
lapsen surua ja olemaan hänen tukenaan.

## Miten kerrot lapselle kuolemasta

Kerro lapselle kuolemasta mahdollisimman pian sen jälkeen, kun olet itse saanut tiedon.

Jos kertominen tuntuu sinulle ylivoimaiselta, joku muu läheinen voi kertoa. On kuitenkin tärkeää, että olet lähellä.

Ole lapselle avoin, suora ja rehellinen.

Käytä oikeita sanoja - puhu kuolemasta, älä esimerkiksi pois nukkumisesta.

Anna lapsen reagoida omalla tavallaan – esimerkiksi

- itkeä
- leikkiä, piirtää, kirjoittaa
- olla epäuskoinen ja/tai kiukkuinen.

Anna lapsen kysyä ja vastaa hänelle rehellisesti.

Pohdi asioita hänen kanssaan.

On tärkeää, että lapselle läheinen ja luotettava aikuinen puhuu tapahtuneesta lapsen kanssa.



## Ota lapsi mukaan

Rituaalit, kuten vainajan hyvästely, hautajaiset ja haudalla käyminen tekevät läheisen kuolemasta todellisen. Rituaaleihin osallistuminen auttaa käsittelemään surua sekä kuolemaan liittyviä tunteita ja muistoja ja niiden avulla lapsi voi jättää rakkaalle hyvästit.

Ota lapsi mukaan katsomaan vainajaa, jos hän haluaa

- valmistele lasta vainajan katsomiseen
- vainajan katsominen ja koskeminen tekee tilanteen todellisemmaksi
- hyvästely voi olla hiljainen, oman mielen ajatus, kuiskaus vainajalle tai vaikka kirje, piirustus, esine tai lelu, joka voi jäädä arkuun.

Ota lapsi mukaan hautajaisten suunnitteluun ja hautajaisiin

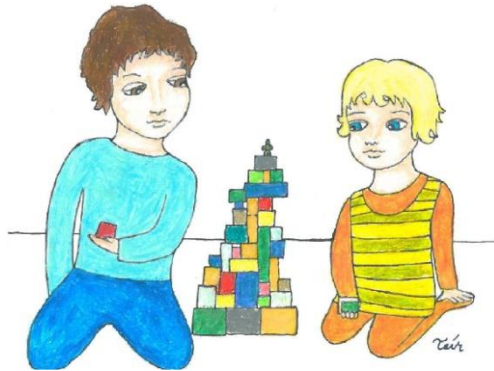
- keskustele hautajaisista lapsen kanssa, vastaa hänen kysymyksiinsä, kerro hautaamisesta tai tuhkaamisesta
- kerro, miltä hautajaisissa näyttää ja mitä siellä tapahtuu
- ota lapsi mukaan hautajaisten suunnitteluun: mitkä olivat vainajan lempivaatteet, kukat, musiikki, ruoka jne.

Lapsen tulisi voida olla hautajaisissa läheisen aikuisen seurassa.

## Ole lähellä ja läsnä

Näytä lapselle, että sureminen ja ikävöiminen ovat sallittuja teille molemmille. Hyväksy lapsen lisääntynyt turvallisuuden- ja läheisyyden tarve. Muistele lapsen kanssa yhdessä vainajaa - katselkaa valokuvia, käykää haudalla, ikävöikää yhdessä sekä muistelkaa myös mukavia ja hauskoja vainajaan liittyviä asioita yhdessä.

Lapsen suru on "raidallista"- välillä lapsi leikkii kuin mitään erityistä ei olisi tapahtunut ja välillä hän on surullinen sekä lohduton. Kuuntele lapsen ajatuksia, keskustele hänen kanssaan, yritä jaksaa vastata samoihin kysymyksiin aina uudelleen. Puhu asioista lapselle ymmärrettävällä kielellä ja tutuilla sanoilla, selitä asioita – anna lapsen puhua myös mahdollisista syyllisydentunteista. Anna lapsen piirtää ja leikkiä kuolemaan liittyviä asioita.



Kodin ja päiväkodin tutut arkirutiinit antavat lapselle turvaa.

Pidä lisäksi kiinni lapselle aikaisemmin asettamistasi ja hänelle jo tutuiksi tulleista rajoista – ne lisäävät myös turvan tunnetta.

## Mitä kuolema on?

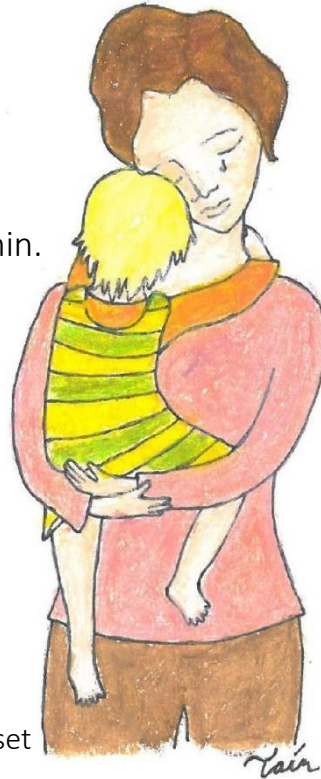
Alle 3-vuotiaalle lapselle kuolema tarkoittaa eroa, mutta sen lopullisuutta alle 3-vuotias lapsi ei ymmärrä. Hän voi kuitenkin reagoida läheisen kuolemaan voimakkaasti ja muistaa sen pitkän aikaa. Pienikin lapsi tietää ja tuntee, että "joku, joka joskus oli, on poissa".

4 – 5 -vuotias ei myöskään pidä kuolemaa lopullisena, vaan hänen mielestään kuollut voi tulla takaisin. Hän ei vielä ymmärrä, että kuolema koskettaa kaikkia ja, että kuolemassa kaikki elintoiminnot loppuvat. Tämän ikäinen lapsi ymmärtää asiat hyvin konkreettisesti - siksi on syytä välttää kiertoilmaisuja, kuten esim. "mummo nukkui pois tai mummo on lähtenyt pitkälle matkalle". Lapsi voi ajatella, että kuolema on rangaistus jostain teosta tai, että hän on itse omilla ajatuksillaan ja / tai toiveillaan saanut kuoleman tapahtumaan (esim. suuttumus tai mustasukkaisuus sisarusta kohtaan).

6 vuotiaasta alkaen lapsi vaiheittain ymmärtää, että kuolema on peruuttamaton ja, että se tarkoittaa kaikkien elintoimintojen lakkaamista - hän voi kuitenkin vielä pitää mahdollisena sitä, että itsekin joskus kuolee. Tämän ikäinen tarvitsee usein yksityiskohtaista tietoa tapahtuneesta sekä hän tarvitsee konkreettisia asioita (vainajan katsominen, hautajaiset, kuvat jne.) surun käsittelyssä.

## Kun olet kertonut lapselle kuolemasta

Kun lapsi kuulee läheisen kuolemasta, saattaa hän jatkaa olemistaan kuin mitään ei olisi tapahtunut. Näkyvät reaktiot voivat tulla myöhemmin.



Tavallisia lapsen reaktioita ovat mm.

- pelko, ahdistus ja/tai epäily, mitä, jos muillekin tapahtuu jotakin?
- kaipaus ja ikävä
- päänsärky, vatsakivut, lihaskivut tai muu fyysinen reagointi
- nukahtamisvaikeudet ja äkilliset heräämiset
- kiukku ja erityistä huomiota vaativa käyttäytyminen
- syyllisyys, itsesyytökset ja häpeä
- haluttomuus lähteä päivähoitoon.

Kun läheinen ihminen kuolee, elämän turvallisuus järkkyy. Lapsi kaipaa nyt tavallista enemmän läheisyyttä, turvaa ja läsnäoloasi.

Lapsi voi myös mm.

- vältellä muita, vetäytyä ja eristäytyä
- käyttäytyä ikäistään nuoremman lapsen tavoin (esimerkiksi kastella tai takertua aikuisiin)
- pohtia kuoleman syytä ja tarkoitusta
- luoda kuvitelmia liittyen vainajaan ja kuolemaan
- suhtautua pessimistisesti tulevaisuuteen ja elämään
- kehittyä ja kypsyä mm. oppia eläytymään enemmän toisen tunteisiin.



Lapsi ilmaisee ja käsittelee suruaan omalla yksilöllisellä tavallaan.