

Thanatos

ISSN 2242-6280, vol. 2 1/2013

© Suomalaisen Kuolemantutkimuksen Seura Ry.

VIIDES SURUKONFERENSSI TAMPEREELLA

Ilona Pajari & Jussi Jalonen

Surukonferenssista on tullut kuolemaan liittyvien järjestöjen, alan ammattilaisten ja muiden aiheesta kiinnostuneiden vuosittainen kohtaamispaikka. Tämänvuotinen, järjestyksessään viides konferenssi järjestettiin Tampereella 11. ja 12. huhtikuuta. Konferenssin teemana oli ”Kuolevan ja surevan rinnalla”. Ohjelmaan kuului jo totuttuun tapaan kaikille yhteisiä esitelmiä, työpajoja, kaksi tieteellistä sessiota sekä kokemuspuheenvuoroja.

Ensimmäisessä yhteisluennossa Liisa Salmenperä käsitteli leskeytymistä elämänkaaren eri vaiheissa. Nuoren perheen elämässä korostuvat erityisesti käytännön huolet: taloudellisen ja henkisen tuen puuttuminen lasten kasvatuksessa nousevat omaa suruakin tärkeämmiksi. Keski-iässä on jo haaveiltu yhteisestä omasta ajasta, joka jää nyt tulematta. Ikääntyessä yksin jääminen on vielä konkreettisempaa, vaikka myös kiitollisuus pitkästä yhteisestä elämästä on keskeinen osa kuoleman jälkeisiä tunteita.

Torstain työpajoissa käsiteltiin sairaalan sielunhoitoa, musiikin merkitystä surutyössä sekä valokuvakorttien käyttöä suruterapeuttisessa työssä. Kirjoittajien tehtävänä oli erityisesti tieteellisten sessioiden puheenjohtajuus, joten kerromme ennen kaikkea niistä. Torstain tieteellisessä sessiossa keskityttiin ennen kaikkea lapsen kuolemaan. Tieteenaloja, joiden kautta aihetta lähestyttiin, olivat terveystiede, psykologia ja teologia. Toimin itse tämän ensimmäisen session puheenjohtajana.

Ryhmävertaistuen kysymyksiksi nousivat sen positiiviset puolet: tilaisuus käsitellä asiaa, mutta toisaalta perheiden tilanteiden erilaisuus. Vertailuakin esiintyy: kohtukuolema ongelmallisena kuolemantapauksena tuli esiin oikeastaan joka esitelmässä. Onko kyseessä vauva, sikiö vai jotain muuta? Jos lasta ei ehtinyt tuntea kohdun ulkopuolella, onko suru samanarvoista kuin ehkä jo

muutamana vuoden ikään ehtineen lapsen kuoleman aiheuttama suru? Kastamattoman lapsen kuolemaan suhtautuminen menneinä vuosisatoina kuvasti tilannetta hyvin: kastamattomia ei olisi saanut haudata hautausmaahan. Nykyään asenteet ovat lientyneet ja kastamattomille on olemassa oma hautauskaavansa. Teologian ulkopuolella erottelua tuntuu kuitenkin esiintyvän edelleen.

Kysyin selvennystä selviytymisen käsitteeseen. Anna Liisa Aho kertoi, että tutkimuksissa ei määritellä selviytymistä etukäteen, vaan jokainen tutkimushenkilö saa itse arvioida selviytymistään. Minusta tämä oli tärkeä tieto, ja määritelmän – tai sen puutteen – soisi tulevan tunnetuksi laajemminkin. Onhan arkikielessä selviytyminen jotain, jonka ajatellaan loppuvan joskus ja sitten on selviydytty. Surun tutkimuksessa selviytymisen ajatellaan kuitenkin olevan jatkuva prosessi, joka ei välttämättä pääty koskaan.

Juha Hännisen yhteisluento käsitteli aihetta saattohoito ja omaiset. Suomalainen saattohoito ei ole ihanteellisella tolalla, vaan siinä on parantamisen varaa. Hänninen kertoi, miten kokenut saattohoitoon perehtynyt lääkäri voi omaksua muutamassa kuukaudessa sairaaloiden hoitokulttuurin, johon kuuluvat yhä uudet tutkimukset ja hoidot, vaikka toivoa paranemisesta ei enää ole. ”Lääkärit ovat vaillinaisesti varustettuja kuolemankeskusteluihin.” Hänninen esitti myös kysymyksen, pitkitetäänkö elämää vai kuolinprosessia, kun hoidetaan aina vain. Kuolevan oikeus viimeisiin hetkiin poissa letkuista ja laitteista on Hännisen mukaan tärkeää. Arvokas kuolema sisältää myös sen pohtimisen, mitä haluaisi jälkeen jäävien itsestään tietävän ja mitä haluaisi heille vielä sanoa.

Perjantain ohjelma alkoi kokempusupeenvuoroilla, joita olivat esittämässä konferenssin järjestäjiin kuuluneiden omaisjärjestöjen – Surunauha ry, KÄPY ry, Huoma ry, Suomen nuoret lesket ry – edustajat. Surukonferenssin olennainen piirrehän on, että äänessä eivät ole vain ammattinsa puolesta asiantuntijoiksi nousseet, vaan myös ne, joiden omassa elämässä suru on läsnä. Puhujien kokemukset olivat koskettavia ja toivat ajatuksia mieleen sellaisellekin, joka ei sinänsä kuulu näiden järjestöjen toimintapiiriin ja jolla ei ole akuuttia surua mielessä. Surussa näkyy inhimillinen kokemus paljon laajemminkin kuin vain kuolemaan liittyen.

Norjalaisen kriisipsykologin Atle Dyregrovin luentoon liittyi oikeastaan ainoa konferenssin käytännön ongelma, eikä sekään johtunut järjestäjistä vaan lentoyhtiön toiminnasta. Luennoitsija saapui paikalle myöhässä, mutta tilanne korjattiin siirtämällä lounasta aikaisemmaksi. Sitten pääsimme kuuntelemaan Dyregrovin erittäin mielenkiintoista luentoa surusta ja traumasta. Englanninkielisen luennon ohella saimme suomennetun luentomonisteen, joka helpotti esityksen seuraamista.

”Surun tärkeimpiä piirteitä ovat murheellisuus, ikävä ja menetetyin kaipaus, kun taas trauman tärkeimpiä piirteitä ovat ahdistuneisuus ja jatkuva vaaran tunne.” Tästä Dyregrov siirtyi käsittelemään komplisoitunutta surua, joka on erityisen yleistä väkivaltaisten kuolemien

yhteydessä. Kuoleman äkillisyys ja valmistautumattomuus siihen eivät vielä välttämättä ole itsessään traumaattisia, mutta mitä voimakkaammin henkilö on mukana kuolemassa, varsinkin todistajana, sitä todennäköisemmin kyse on traumaattisesta kokemuksesta. Dyregrov nosti esille myös mielikuvien ahdistavuuden: esimerkiksi tsunamin uhrin tunnistaminen on voinut olla vaikea kokemus, mutta toisaalta todellisuuden näkeminen on vähentänyt kuvitelmia ja auttanut surussa eteenpäin. Luento sisälsi tapauskuvauksia ja pohdintaa myös hoitomuodoista: mihin trauma- ja surureaktioihin olisi puututtava ensin, ja millaisesta traumaongelmasta alun perin on kyse.

Atle Dyregrov piti myös yhden seuravana ohjelmassa olleista työpajoista, aiheena ”Complicated grief in children and youth”. Eva Salila ja kolme muuta Rosen-terapeuttia pitivät työpajan TRE-menetelmästä (*Trauma Releasing Exercises*). Toisen päivän tieteellisen session puheenjohtajana toimi seuramme varapuheenjohtaja Jussi Jalonen. Session esitelmät lähestyivät kuolemaa ja surua terveystieteen, pastoraaliteologian sekä tanssitaiteen kautta. Yhdistävä teema oli jälleen kerran selviytyminen kuoleman tai muun elämänahdingon aiheuttamasta surusta, ja esille tuli varsinkin surun purkamisen aktiiviseen työhön tai toimintaan. Terveystieteen kandidaatti Merita Inki käsitteli esitelmässään isovanhempien surua lapsenlapsen kuoleman jälkeen, jossa esille tuli muun muassa isovanhemmille omistetun erityisen vertaistuen niukkuus. Teologian maisteri Suvi-Maria Saarelainen käsitteli syöpäpotilaksi joutuneita nuoria aikuisia kiinnostavasta näkökulmasta; tutkimuskohteina olleet henkilöt olivat purkaneet sairauden provosoiman tuskansa ylläpitämällä blogeja, joissa käsiteltiin kokemuksia syövän potemisesta. Tanssiterapeutti Silja Ilmosen esitelmä puolestaan lähestyi esittävän taiteen, nimenomaan tanssin, mahdollisuuksia yksilöllisen surun ilmentäjänä, käsitelijänä ja purkajana.

Konferenssin päätösluennon piti psykologian professori Markku Ojanen, joka käsitteli onnellisuuden paradoksaalisuutta. Surukonferenssi on vakiinnuttanut asemansa monipuolisena ja kiinnostavana tapahtumana, jossa kuolemaa ja surua käsitellään sekä ammatillisista, tieteellisistä että henkilökohtaisista näkökulmista. Kuolema on aihe, jossa monitieteisyys on puolipakollista: vain oman alan tietämys riittää harvoin kuoleman aiheuttamien yksilön ja yhteisön reaktioiden ymmärtämiseen. Lisäksi ajatusten vaihtaminen eri alojen ihmisten kesken on erittäin virkistävää.

Aihetta arvosteluun on ainakin yhdessä suhteessa. Nyt syntyi mielikuva, että suru kohtaa vain erittäin tai ainakin melko onnellisia perheitä ja kuoleman aiheuttamat tunteet ovat surun lisäksi lähinnä kaipausta, syyllisyyttä ja ahdistusta. Entä jos perheenjäsenten tai puolisoitten välit ovat olleet todella huonot, ehkä syystä? Muuttuuko suru silloin erityisen traumaattiseksi, vai voiko kuolema olla myös helpotus? Surujärjestöissä ja tutkimuksessa käsitellään varmasti myös näitä kuoleman puolia, mutta nyt ne olivat hyvin pienessä roolissa. Ehkä tämä ajatus jää kytemään vastaisen varalle – onhan kuoleamalla yhtä monet kasvot kuin on kuolevilla ja omaisillakin.

Ilona Pajari, VTT, on sosiaalhistorian tutkija, joka on lähestynyt suomalaisen kuoleman historiaa sekä sodan että rauhan ajan näkökulmista käsin. Hänen tämänhetkinen tutkimusprojektinsa käsittelee hautajaisten historiaa 1800-luvulta nykypäivään.

Jussi Jalonen, FL, on sotahistorian tutkija Tampereen yliopistolta. Hän on kirjoittanut jääkärieversti Eino Polónin elämäkerran "Haavoitettu ritari", ja hänen artikkeleitaan on julkaistu Sotahistoriallisessa Aikakauskirjassa.