

SISÄLLYS

<i>Johdanto</i>	7
-----------------------	---

OSA 1

Isä ja poika

<i>1. luku: Elokuu 2019</i>	17
<i>2. luku: Syksy 2020</i>	23
<i>3. luku: Lapsen suru</i>	29
<i>4. luku: Lokakuu 2021</i>	37
<i>5. luku: Käsittämätön kuolema</i>	43

OSA 2

Perhe

<i>6. luku: Vuodet 2007–2009</i>	53
<i>7. luku: Vuodet 2014–2017</i>	57

OSA 3

Syöpä

<i>8. luku: Vuodet 2017–2018</i>	77
<i>9. luku: Syöpäperheet</i>	89
<i>10. luku: Syyskuu 2018 – helmikuu 2019</i>	99
<i>11. luku: Maaliskuu–kesäkuu 2019</i>	129
<i>12. luku: Saattohoito 2019</i>	153

OSA 4

Suru ja sen käsittely

<i>13. luku: Heinäkuu 2019</i>	167
<i>14. luku: Kuollut elää tarinoissa</i>	175
<i>15. luku: Yksilöllinen suru</i>	183
<i>16. luku: Leikki on lapsen kieli</i>	191
<i>17. luku: Joulukuu 2021</i>	211
<i>18. luku: Helmikuu–huhtikuu 2022</i>	217
<i>19. luku: Äidin muisto säilyy</i>	227
<i>Jälkisanat ja kiitokset</i>	231
<i>Lähteet</i>	233

JOHDANTO

Olisi pitänyt matkustaa Turkuun ja sopia tapaaminen.

Puhuin Maria Hakkalan kanssa puhelimesta syyskuussa 2018. Tein hänestä jutun Helsingin Sanomiin, mutta en ole koskaan tavannut häntä kasvokkain. Puhuin hänen kanssaan siitä, miten hän valmistautuu kuolemaansa, jonka hän tiesi olevan edessä. Itkimme vähän yhdessä.

Maria kuoli kesken kaiken. Hän kuoli 34-vuotiaana, kun hänen pieni poikansa oli juuri täyttänyt kolme.

Tämä kirja on tarina lapsen surusta, kun hän menettää äitinsä liian varhain. Tämä on myös tarina äidin surusta. Hän menettää pienen lapsensa kuollessaan. Tarina kertoo myös isän ja puolison ja muiden läheisten surusta.

Maria jätti minulle testamentin. Maria oli pyytänyt äidiltään Seijalta, että tämä kysyisi minulta, voisiko hänen blogitekstejään ja tarinaansa käyttää kirjan pohjana. En osannut heti sanoa mitään, mutta lupasin selvittää asiaa. Ei kuolleen ihmisen toivomusta voinut tuosta vain ohittaa.

Maria aloitti vuonna 2018 The Syöpä Show -blogin levinneestä ihosyövästään, johon hän tulisi kuolemaan. Hän oli muutama vuo-

si aiemmin mennyt naimisiin Antin kanssa, jonka kanssa hän oli seurustellut jo yli kymmenen vuotta. Heille syntyi odotettu poikavauva vuonna 2016. Marialla oli ihana perhe, ja hän oli onnellinen. Yhtäkkiä hän joutuisi luopumaan kaikesta, ja hänen pieni poikansa joutuisi luopumaan äidistään.

Maria sanoi kuolinvuoteellaan monta kertaa toivovansa, että hänen läheisensä kertoisivat hänen pojalleen, minkälainen ihminen hän oli. Hän toivoi hartaasti, että hänen poikansa muistaisi hänet ainakin kuvista ja tarinoistaan ja saisi tietää, kuinka paljon hän rakasti poikaansa.

Antille Maria myös sanoi toivovansa, että tämä kertoisi muillekin ihmisille, millainen hän oli. Maria oli kirjoituksissaan avoin, mutta hän vietti paljon aikaa vain perheensä kanssa. Kaikille ystävilleenkään hän ei halunnut näyttää joitakin puoliaan itsestään.

Minulle Antti kertoi kaljusta naisesta, johon hän aikanaan rakastui. Siitä, miten kaksi hyvin erilaista ihmistä alkoi viihtyä yhdessä. Siitä, kuinka Maria suunnitteli asioita ja vihasi yllätyksiä. Maria rakasti perinteitä, vaikka oli myös itsenäinen nainen. Isot perinteiset häät ja lapsi vasta naimisiinmenon jälkeen olivat Marialle tärkeitä.

Maria teki asioita, suunnitteli, listasi ja kirjoitti muistiin. Kaikesta jatkuvasta puuhaamisesta huolimatta Maria osasi myös vain olla. Hän nautti televisiosarjojen katselusta, ja he saattoivat seurusteluaikana Antin kanssa lojua sohvalla koko päivän katsomassa jotakin koukuttavaa sarjaa. Samalla intohimolla hän luki kirjoja.

Vanhemmilleen Maria oli perheen ainut tyttölapsi. Hän oli lapses-
ta asti iloinen pärjääjä, joka piti heikompien puolia. Hän menestyi myös koulussa hyvin. Koko lapsuutensa ja nuoruutensa hän pelasi

lentopalloa, jota hänen isänsä valmensi. Maria oli isälleen loppuun asti prinsessa, jonka kuolema oli hyvin vaikea hyväksyä. Siksi Rauli ei halunnut antaa haastattelua tähän kirjaan. Myöskään Marian veljet eivät pystyneet puhumaan kuolleesta siskostaan.

Maria sairasti alopeciaa varhaisteini-ikäisestä asti. Hänen hiuksensa, kulmakarvansa ja ripsensä lähtivät aika ajoin joko laikkuina tai välillä kokonaan. Sairaus ei masentanut Mariaa, mutta joskus teini-ikäisenä hän oli sanonut äidilleen, ettei sen takia varmaan löydä koskaan miestä itselleen.

Toisin kävi.

Mariaa jäivät kaipaamaan kaksi erityistä miestä: Antti ja Aleks.

Vaikka tämän kirjan runkona on Marian tarina, minä kuvaan erityisesti Aleksin surua. Sitä, miten vaikea pienen pojan on ollut oppia suremaan äitiään ja kuinka hän on tarvinnut apua tunteiden tunnistamisessa ja käsittelyssä.

Aleksi oli yksivuotias, kun hänen äitinsä sairastui. Äiti leikattiin, ja hän oli sairaalassa. Lopulta syöpä levisi. Perhe keskittyi äidin sairauteen. Nuori isä joutui kovaan paikkaan.

Kun Aleks täytti kolme, äiti kuoli. Hän ehti onneksi saada turvallisen vauvavuoden, joka varmasti kantaa häntä trauman yli.

Haastatteleman lastenpsykiatri Riikka Tolsa-Saloheimo kuvaa hienosti alle kolmivuotiaan kokemusta surun mereksi. Pieni lapsi ei enää muista tapahtumia äidin kanssa, mutta hän muistaa kosketuksen, äänet, tunnelman ja tuoksut. Jopa aikuisen on vaikea käsittää kuoleman peruuttamattomuutta. Pieni lapsi toivoo pitkään, että kuollut äiti tai isä tulisi takaisin kotiin. Aleksikaan ei ole oikein osannut itkeä tai surra. Hän on ollut hämillään, halunnut kontrolloida ja ollut vihainen.

Menetin itse puolisoni ja silloin alaikäisten lasteni isän ollessani 46-vuotias. Muistan hyvin, kuinka vaikeaa oli ymmärtää ja hyväksyä, ettei kuollut perheenjäsen tule enää kotiin. Ajattelin monta kertaa, että hän on vain matkalla ja pian ovelta kuuluu taas tuttu tervehdys.

Jos aikuisen on vaikeaa välillä uskoa kuolemaa todeksi, miten vaikeaa se on pienelle lapselle, jonka maailmassa moni mielikuvituksellinen asia voi olla totta. Lapsi, joka uskoo vielä keijuihin, tonttuihin ja merihirviöihin, voi hyvin ajatella, että kuollut herää henkiin.

Omat lapseni olivat isänsä kuollessa 16-, 14- ja 11-vuotiaita. Muistan hyvin, miten ahdistavaa oli, kun nuorin kysyi kerran: ”Miksi juuri meille kävi näin?” Hän pelkäsi pitkään, että varmaan minulekin pian sattuu jotain. Oli turhaa sanoa, etten minä voi kuolla, sillä kuolihan isäkin.

Kuoleman ääressä on vain hyväksyttävä, että kaikkea ei voi käsittää.

Perhe- ja psykoterapeutti Florence Schmitt sanoi haastattelussa, että kuolema on aluksi vain kuori tai laatikko. Se täyttyy pikkuhiljaa niillä tunteilla ja asioilla, joita se meille tarkoittaa. Pienelle lapselle tarina on tärkeä, ja kuollut äiti tai isä on aina osa lapsen tarinaa.

Schmitt on tehnyt merkittävää käytännön työtä psykoterapeutti- ja tutkijana selvittäessään pienten lasten perheiden selviytymistä, kun toinen vanhemmista sairastuu syöpään. Hän on koordinoanut kuolemassa olevan isän kaverit rakentamaan valmiiksi perheen keskeneräisen omakotitalon, auttanut ostamaan auton Saksasta ja saanut vanhemmat kertomaan lapsilleen rakkaustarinansa. Hän oli auttamassa myös Mariaa, Anttia ja Aleksia sekä Marian vanhempia Seijaa ja Raulia kohtaamaan tilannetta, jota kukaan heistä ei olisi halunnut kohdata.

Schmittin väitöstutkimuksen mukaan lapsiperheen selviäminen jommankumman vanhemman sairastuessa syöpään on yllättävän hyvä. Perheet selviävät yleensä, jos vanhemmilla on hyvät välit keskenään eikä sairas vanhempi tai hänen puolisonsa masennu. Kansainvälisissä lastenpsykiatrisissa tutkimuksissa on todettu molempien vanhempien masennuksella olevan kielteisiä vaikutuksia lasten mielenterveyteen ja yleiseen selviytymiseen.

Uskon ajatukseen, että minuus on hukassa, jos ei muista lapsuuttaan. Suurin osa ihmisistä haluaa muistaa ja haluaa olla osa tarinaa alusta asti. Ihminen haluaa tietää, mistä hän tulee. Lapsuuden vaikeilla kokemuksilla voi olla kauaskantoisia vaikutuksia koko ihmisen loppuelämään. Kaikki lapset eivät tietenkään tarvitse ammattiapua suruunsa tai sen käsittelyyn. Kaikki lapset tarvitsevat kuitenkin läheisiä ja turvallisia aikuisia vaikeiden tunteidensa kohtaamiseen.

Leskeksi jää Suomessa vuosittain 20 000 ihmistä, joista noin 1 600:lla on alaikäisiä lapsia. Heidän on kaikkien opittava suremaan. Tässä kirjassa käyn läpi myös niitä keinoja, joilla pientä lasta voi auttaa, kun hän menettää äitinsä tai isänsä. Samalla käsittelen lapsen surua yleisesti. Käyn lyhyesti läpi, miten pieni lapsi suree menetystään ja mitä hän kuolemasta ylipäätään voi ymmärtää. Miten pieni lapsi voi oppia suremaan ja käsittelemään menetystään, joka on hänelle täydellinen mysteeri?

Olen haastatellut kirjaani kahta lasten psykoterapeuttia ja käyn läpi, miten leikki terapiassa voi auttaa lasta. Kirja ei ole kattava teos erilaisista terapiamuodoista, vaan siinä käsitellään yleisesti, miten lapsen mieli toimii ja minkälaiset asiat voivat auttaa lasta kehittymään ikätasoaan vastaavalla tavalla. En käsittele kirjassa erilaisia

muita traumaattisia kokemuksia, joita lapset voivat tietysti myös kokea. Keskityn siihen, kun pieni lapsi menettää toisen vanhempansa. Itsemurhat, vakavat onnettomuudet ja muut isot kriisit jätän tässä yhteydessä käsittelemättä. Turun yliopistossa on kuitenkin alkamassa laaja FinnBrain-hanke, jossa käsitellään erilaisia kielteisiä lapsuuden kokemuksia (adverse childhood experiences, ACE) ja niiden vaikutuksia lapsen kehitykseen ja aina aikuisuuteen asti.

Marian uurna on haudattu hänen kotikaupunkinsa Vilppulan muistolehtoon. Maria itse toivoi, että hän jäisi sinne, jos vaikka Antin ja Aleksin elämä vie joskus Turusta pois. Ainakin vanhemmat ovat lähellä, ja Antilla ja Aleksilla on syy tulla Vilppulaan aina välillä.

Kukaan ei voi varmasti tietää, miten Aleksin elämä tulevaisuudessa etenee. Selvää on, että hän kantaa aina kuollutta äitiään ja tämän muistoa mukanaan jollakin tavalla. Itse uskon, että Aleks oppii suremaan ja puhumaan kuolleesta äidistään. Hänellä on kaikki edellytykset ja apu oppia käsittelemään vaikeita tunteitaan.

”Äiti, herää! Äiti, me tultiin!” Aleks hihkui sairaalan ovella, kun hän meni katsomaan kuollutta äitiään heinäkuussa 2019.

”Isi, minua pelottaa äiti. Minä autan äitiä!” hän jatkoi, kunnes tajusi, ettei äiti vastannut.

”Mummi, miksi mun äidin piti kuolla?”

Seija-mummikaan ei osannut vastata.

Uskon myös, että Aleks tulee muistamaan äitinsä ihan konkreettisena hahmona, ei vain hänen rakkauttaan, kosketustaan ja tunnetta äidistä. Äidin kuolema on pienelle lapselle niin vahva muisto, että se voi hyvin piirtyä kolmivuotiaan mieleen. Aleks voi hyvin muistaa äidin sairaalasängyssä, pyörätuolissa tai ehkä kuolleen, vähän

pelottavan ja muuttuneen äidin. Joka tapauksessa äiti on olemassa hänen tunnemuistissaan. Lisäksi Aleksilla on äidistään paljon kuvia, tarinoita, kirjoituksia, kirjeitä ja esimerkiksi tämä kirja.

Helsingissä 14. marraskuuta 2022

Katarina Malmberg