

📺 Porno kristittyjen hengellisyyden ja läheisten ihmissuhteiden haasteena

Tiivistelmä

Tässä artikkelissa tarkastelen, millä tavoin pornonkäyttö on vaikuttanut pornoa käyttävien ja sitä käyttäneiden suomalaisten kristittyjen kokemukseen heidän hengellisestä elämästään ja parisuhteestaan. Vaikka moni kristitty kuluttaa pornoa, sen käyttö on uskonnollisesti tabu. Artikkelin tulokset perustuvat nettikyselyn avulla maaliskuussa 2018 kerättyyn aineistoon (N=505). Tulokset osoittavat, että pornonkäytöllä on merkittäviä vaikutuksia kristittyjen hengelliseen elämään ja parisuhteeseen. Eniten pornonkäyttö on synnyttänyt häpeää, syyllisyyttä ja kokemusta kelpaamattomuudesta, jotka etäännyttävät ihmistä Jumalasta ja seurakunnasta. Lisäksi pornonkäyttö on etäännyttänyt kristittyjä omasta puolisoista, sekä aiheuttanut parisuhteeseen surua ja loukkaantumisen tunteita psyykkisesti ja seksuaalisesti. Tämä seksuaalisuuden näkökulma ei suomalaisessa tutkimuksessa ole aiemmin noussut esille. Toisaalta aineistosta nousi esiin myös neutraaleja ja armoon sidottuja vaikutuksia.

Avainsanat: pornografia, pornonkäyttö, kristillisuus, jumalasuhteet, parisuhteet, syyllisyys, häpeä

Johdanto

Suomalaisilla on häpeätutkijoiden mukaan kaksi aihepiiriä, joista on kaikkein vaikeinta puhua. Nämä ovat seksuaalisuus ja oma hengellinen elämä, jotka molemmat ovat ihmistä syvältä koskettavia asioita. (Kettunen, 2004, 17.) Puhumisen vaikeus näihin liittyen voi johtua sekä hienotunteisuus-häpeästä että nolous-häpeästä. Hienotunteisuus-häpeä estää puhumisen siksi, että seksuaalisuus ja hengellinen elämä koetaan niin henkilökohtaisiksi ja pyhiksi, ettei niitä haluta levitellä. Nolous-häpeä puolestaan liittyy siihen, että toisille on vaikea avautua sellaisista syvästi henkilökohtaisina koetuista asioista, joissa tulee ”läpinähdyksi”. (Kettunen, 2004, 18.)

Seksuaalisuuden ja hengellisyyden teemat näkyvät voimakkaasti myös sielunhoidossa. Paavo Kettusen rippiä ja sielunhoitoa koskeva tutkimus vuodelta 1998 osoittaa, että yleisimpiä syitä ripittäytymiselle ovat syntisyyden kokemus, anteeksiantamus, ahdistus, neuroottinen syyllisyys ja mielenterveysongelmat, sekä seksuaalisuuteen ja seksuaaliseen käyttäytymiseen liittyvät ahdistus ja syyllisyys (Kettunen, 1998, 265–290). Vaikka seksuaalisuus nähdään nykyään luonnollisena biologisena tarpeena, kulkevat ahdistus ja syyllisyys yhä monen ihmisen mukana, sillä kirkon ja uskontojen ankara suhtautuminen seksuaalisuuteen on jättänyt jälkensä myös nykyaikaan. Useat seksuaalisuutta koskevat viestit kulkevat ihmisille edelleen uskonnollisten instituutioiden ja auktoriteettien kautta. (Hunt & Jung, 2009, 156–167.) Yksilön kokemus itsestä sukupuolisena ja seksuaalisena olentona onkin aina sidoksissa ympäröivän kulttuurin käsityksiin ja arvostuksiin (Ratinen, 2014, 15).

Edellä mainitut ahdistus ja syyllisyys ovat nähtävissä selkeästi pornon kohdalla, sillä pornoa ja sen käyttöä säätelevät kulttuuriset ja moraaliset normit pornonkäytön lisääntyneestä hyväksymisestä huolimatta. Lajityyppinä pornon voidaan katsoa edustavan niin sanottua ruumisgenreä, joka pyrkii herättämään katsojissaan fyysisiä reaktioita, erityisesti seksuaalista kiihottumista. (Paasonen, 2011, 84–103.) Samoin pornoa on lajityyppinä määritelty kulttuurisen, taiteellisen ja yhteiskunnallisen arvon puutteen kautta. Tällöin on painotettu eroa pornon ja erotiikan välillä: siinä missä erotiikka voi olla taidetta, pornografia määrittyy roskaksi ja saastaksi. Näin ollen pornon kuluttaminen on nähty häpeällisenä toimintana, jota ihmiset eivät helposti myönnä harjoittavansa. (Paasonen, 2011, 84–103.) Erityisesti tämä häpeällisyys näkyy kristillisissä yhteisöissä, joissa pornoa yleisesti vastustetaan ja pidetään

seksuaalisena syntinä (Paasonen, 2015, 10). Samoin kristillisissä yhteisöissä itsetyydytys liitetään usein juutalaiskristillisessä perinteessä painotettuun Onanian syntiin, jossa siemennesteen maahan heittäminen on rinnastettu saastaisiin ja väriin seksuaaliakteihin, jotka ovat irrallaan lisääntymisestä. (Laqueur, 2003, 64, 210–233.)

Kristinusko ja siihen liittyvät käytänteet voivatkin jo itsessään toimia häpeän tunteita synnyttävänä instituutina (Pattison, 2000, 220–223). Uskonnollisessa yhteisössä elävä voi kokea ristiriitaa omassa yhteisössään arvostettujen ja julkisuudessa esillä olevien seksuaalisten ihanteiden välillä, ja oma seksuaalinen toiminta tai halu voi näyttäytyä häpeällisenä (Kettunen, 2014, 131, 139). Kansainväliset tutkimukset osoittavatkin, että henkilöt, jotka uskonnollisesta vakaumuksesta huolimatta katsovat pornoa, kokevat syvää syyllisyyttä siitä, että he toimivat omaa moraaliaan vastaan suhteessa avioliiton ulkopuoliseen himoon ja itsetyydytykseen (Perry & Whitehead, 2019, 52). Nämä seksuaaliset halut ja teot muodostuvat myös keskeisiksi arvioitaessa ihmisen jumalasuhdetta. Jumalan uskotaan kontrolloivan erityisesti ihmisen seksuaalisuutta ja arvioivan sen pohjalta, kelpaako ihminen hengellisesti. Tällöin ihmisen seksuaalielämästä tulee jumalasuhteen laadun kriteeri. (Kettunen, 2014, 143–144.)

Tässä artikkelissa selvitän suomalaisten kristittyjen pornonkäyttöä hengellisestä ja ihmisten välisestä näkökulmasta käsin. Kristityllä tarkoitan ihmistä, joka identifioi itse itsensä kristityksi. Hengellisellä näkökulmalla tarkoitan huomion kiinnittämistä pornonkäytön vaikutuksiin henkilön uskonnollisessa kokemusmaailmassa. Ihmisten välinen näkökulma puolestaan kiinnittää huomion pornonkäytön vaikutuksiin henkilön lähisuhteissa. Artikkelissa vastaan kysymykseen: Millä tavoin pornonkäyttö on vaikuttanut kyselyyn vastanneiden kristittyjen kokemukseen omasta hengellisestä elämästä ja parisuhteesta?

Pornonkäytön aiheuttama hengellinen ja psyykkinen kamppailu

Juutalaiskristillisessä kulttuurissa seksuaalisuus ja häpeä nivoutuvat tiiviisti toisiinsa. Etenkin länsimaissa seksuaalisuus on kirkkojen vaikutuksesta rajattu yksityisyyden alueelle, ja seksi on pyritty sitomaan avioliiton kaltaisiin, sosiaalisesti säädeltyihin viitekehyksiin. Hyväksyttävän seksuaalisen käytöksen rajoja on kontrolloitu julkisen häpäisemisen uhan avulla. (Paasonen, 2011,

84–103.) Reformaation jälkeisessä Suomessa valtio ja kirkko kontrolloivat sukupuoliikäyttäytymistä absoluuttisen sukupuolimoraalin hengessä. Avioliiton ulkopuolisista ja esiaviolisista seksuaalisuhteista rangaistiin kirkkolainsäädännön puolella vuoteen 1868 asti, ja myös yleisessä lainsäädännössä erilaisista sanktioista luovuttiin vasta vuoden 1929 avioliittolain myötä. (Ratinen, 2014, 70–71.)

Evankelis-luterilaista kirkkoa pidetään myös nykyään paljon seksuaalikielteisempänä kuin mitä se suomalaisessa todellisuudessa on. Kirkon tai uskonnollisen yhteisön säännöt seksuaalikäyttäytymistä koskien voivat yhä edelleen synnyttää ristiriidan yhteisön normien ja oman käyttäytymisen välillä. Tämä näkyy erityisesti autoritaarisissa uskonnollisissa liikkeissä, joissa häpeä liittyy usein seksuaalisuuteen. Jos yksilö ei elä yhteisön määrittelemien seksuaalisten normien mukaisesti, tulkitaan se helposti eroksi Jumalasta, ja häpeässä elämiseksi. (Kettunen, 2011, 264, 280.)

Tämän kaltainen, seksuaalisuutta vahvasti normittava uskonnollisuus, jolle on tyypillistä vahvat kiellot, heijastuu helposti yksilön jumalasuhteeseen. Kun ihminen ei pysty käyttäytymään seksuaalielämässään uskonnollisen yhteisön normien mukaisesti, muodostuu seksuaalisesta häpeästä myös hengellinen häpeä. Toisin sanoen ihmisen kokiessa kelpaamattomuutta seksuaalisesti, kokee hän samalla kelpaamattomuutta ja torjutuksi tulemista myös Jumalan edessä. Tämä torjunta konkretisoituu häpeänä. (Kettunen, 2014, 140–145.)

Seksuaaliseen käyttäytymiseen (esim. pornonkäyttö) liittyvän häpeän erityispiirre on, että ihminen voi kokea seksuaalisesta toiminnastaan samanaikaisesti sekä syyllisyyttä että häpeää. Syyllisyyden aiheuttajana voi tällöin olla itse seksuaalinen teko, ja tekojensa perusteella ihminen alkaa hävetä itseään. Tällöin syyllisyys seuraa ihmisen kokemasta väärin tekemisestä ja häpeä siitä, että ihminen on rikkonut omia tai yhteisönsä normeja vastaan. (Kettunen, 2011, 267.) Häpeän ja syyllisyyden välinen ero onkin merkittävä. Syyllisyys koskettaa konkreettista tekoa, mutta häpeä koskettaa koko ihmisen olemusta. (Kettunen, 2004, 14.) Häpeä onkin usein myös sosiaalinen tunne, joka suhteutuu kulttuuriin ja ympäristöön, painottuen sosiaalisten sääntöjen rikkomiseen tai niiden noudattamisessa epäonnistumiseen (Myllyviita, 2020, 32, 56).

Syyllisyyden ja häpeän kokemusta pornonkäytöstä lisää kristittyjen kohdalla se, että tutkimusten mukaan uskonnolliset ihmiset kokevat ei uskonnollisia ihmisiä helpommin pornonkäytön ei hyväksyttynä. Lisäksi uskonnolliset

ihmiset kokevat pornonkäytön vahingoittavan omia seksuaalisia arvojaan ja moraaliaan, josta syntyy kognitiivinen ristiriita omien seksuaalisten arvojen ja seksuaalisen käyttäytymisen välille. Tämä voi johtaa uskonnolliseen ja hengelliseen kamppailuun, joka voidaan jakaa kolmeen eri osaan: jumalalliseen kamppailuun, moraaliseen kamppailuun ja ihmisten väliseen kamppailuun. (Grubbs ym., 2016, 1735.)

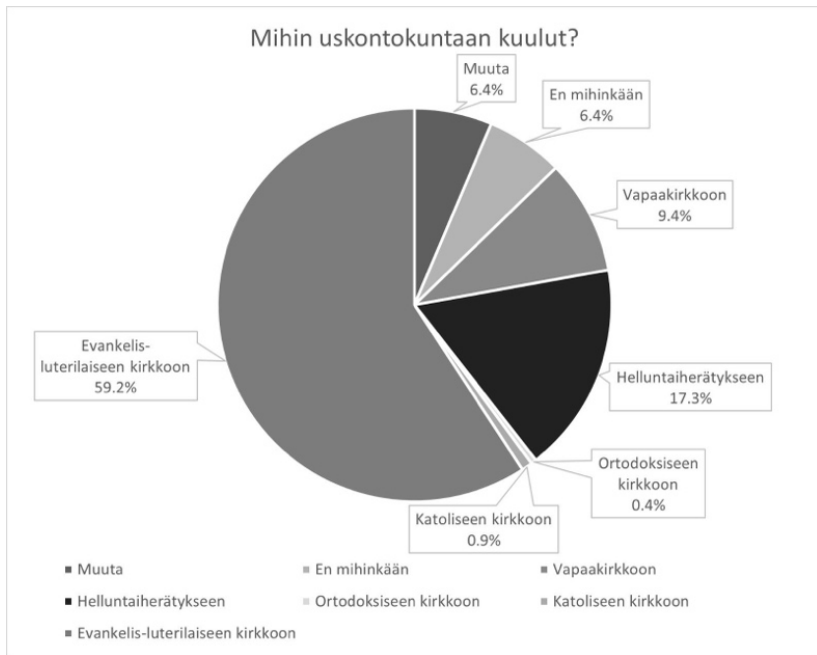
Jumalalliset kamppailut ovat niitä, joita ihmiset kokevat suhteessa jumaluuteen. Kamppailuihin voi liittyä viha tai pettymys Jumalaa kohtaan, ristiriidan tunne jumaluuden kanssa, Jumalan näkeminen julmana tai kaukaisena, sekä tunne Jumalan petoksesta tai rangaistuksesta. Empiiriset tutkimukset osoittavatkin, että murtunut suhde jumaluuteen on usein seurausta pornografian käytöstä tai pornoriippuvuudesta, sillä yksilöt saattavat kokea jumalallisia kamppailuja itse tekemänsä moraalisen rikkomuksen seurauksena. (Grubbs ym., 2016, 1735.)

Moraalinen kamppailu puolestaan liittyy ihmisen havaitsemaan ristiriitaan ja jännitteeseen käyttäytymisensä ja omien hengellisten arvojensa ja periaatteidensa välillä. Tällöin pornoa kuluttava ihminen kokee huolta ja syyllisyyttä omaa moraaliaan vastaan rikkomisesta, sekä usein jopa liiallista syyllisyyttä havaitusta väärinkäytöksestä. Moraalinen kamppailu on usein yhteydessä myös koettuun pornoriippuvuuteen, sillä pornonkäyttöä seuraava moraalinen ahdistus ja hengellinen kamppailu lisäävät yksilön kokemusta pornon hallitsevuudesta omassa elämässä. (Grubbs ym., 2016, 1735.)

Ihmisten väliseen uskonnolliseen ja hengelliseen kamppailuun liittyy puolestaan pornonkäytön aiheuttamat ristiriidat muiden ihmisten kanssa. Vaikka tutkimukset pornonkäytön vaikutuksista ihmissuhteisiin ovat osittain rajallisia, niin tutkimuskentältä löytyy paljon näyttöä siitä, että pornonkäyttö liittyy liberaalimpiin seksuaalisiin arvoihin, vähentyneeseen seksuaaliseen tyytyväisyyteen oman partnerin kanssa, sekä lisääntyneeseen riskiin solmia avioliiton ulkopuolisia suhteita. (Grubbs ym., 2016, 1735.)

Tutkimusaineisto

Keräsin tutkimusaineiston maaliskuussa 2018 nettikyselyllä, joka julkaistiin valikoidusti eri verkkosivustoilla, kuten keskustelupalstoilla ja erilaisissa Facebook-ryhmissä, kuten Uskovaiset nuoret ja Suomi24. Saatetekstin avulla sekä linkin jakoa kohdentamalla ja valikoimalla tavoittelin vastaajiksi itsensä



Kuvio 1. Mihin uskontokuntaan kuulut? (n=456)

kristityiksi luokittelevia, pornoa katsovia tai pornoa katsoneita miehiä ja naisia. Pyrin varmistamaan kohderyhmän oikeellisuuden käyttämällä itse kyselyssä sekä kyselyn saatetekstissä seuraavaa muotoilua: ”Oletko kristitty mies tai nainen? Katsotko pornoa, tai oletko joskus aiemmin elämässäsi katsonut pornoa?”.

Kyselyyn vastasi kaikkiaan 505 itsensä kristityiksi luokittelevaa henkilöä, joista miehiä oli 59 % (N=298) ja naisia 41 % (N=207). Kuten kuvio 1. osoittaa, lähes 60 % vastaajista kuului evankelis-luterilaiseen kirkkoon. Lisäksi vastaajissa oli runsaasti vapaisiin suuntiin kuuluvia henkilöitä. Kyselyyn vastanneista yli puolet koki saaneensa vaikutteita herätysliikkeistä, joista Sley ja Kansanlähetyksen olivat vahvimmin edustettuina.

Nettikyselyssä oli neljä osiota. Ensimmäisessä osiossa kartoitin vastaajien taustatietoja kuten sukupuolta, ikää, siviilisäätystä ja hengellistä viitekehystä.

Toisessa osassa kartoitin vastaajien pornonkäyttötottumuksia ja pornonkäytön esiintyvyyttä strukturoitujen kysymysten kautta. Kolmas osio koostui pornonkäyttöä koskevista avoimista kysymyksistä, joiden avulla kartoitin pornonkäytön syitä ja perusteluja, sekä pornonkäytön seurauksena syntyneitä ajatuksia, kokemuksia ja tunteita. Neljäs osio puolestaan koostui pornoa koskevista väittämistä, joihin vastaajat vastasivat Likertin asteikolla (1–5). Vastausten ääripäissä olivat kohdat ” ehdottomasti samaa mieltä” ja ” ehdottomasti eri mieltä”.

Tässä artikkelissa olen käyttänyt aineistona seuraavista avoimista kysymyksistä saamiani vastauksia, jotka liittyvät pornonkäytön synnyttämiin ajatuksiin, kokemuksiin ja tunteisiin: Millaisia ajatuksia ja tunteita porno sinussa herättää? Kuvaille miten pornonkäyttö on vaikuttanut elämääsi? Lisäksi olen hyödyntänyt väittämiä, jotka keskittyvät pornonkäytön ja hengellisyyden sekä pornonkäytön ja parisuhteen välisiin vaikutuksiin. Tutkimukseni ei aineistonkeruutapansa takia pyri yleistettävyyteen, vaan pyrkii ensisijaisesti hakemaan ja tutkimaan niiden kristittyjen henkilöiden kokemuksia, joita pornonkäyttö ilmiönä koskettaa.

Tutkimusaineiston analyysi

Laadullinen tutkimusote sopii hyvin erityisesti sellaisten tutkimuskohteiden selvittämiseen, joista ei vielä tiedetä paljon sekä asenteiden ja uskomusten tutkimiseen (Aira, 2005, 1073–77). Sisällönanalyysiä hyödyntäen olen tarkastellut avovastausten aineistoa eritellen, yhtäläisyyksiä ja eroja etsien sekä tiivistäen. Sisällönanalyysi on tekstianalyysia, ja menetelmää hyödyntäen olen pilkkonut avointen kysymysten kautta keräämäni aineistoa pienempiin osiin, käsitteellistänyt niitä ja lopuksi järjestänyt ne uudelleen uudenlaiseksi kokonaisuudeksi metodille tyypillisellä tavalla (ks. Tuomi & Sarajärvi, 2002, 105, 109–116).

Sisällönanalyysin muodoista olen hyödyntänyt erityisesti teemoittelua. Teemoittelun avulla olen poiminut avointen kysymysten vastauksista runsaimmin esiintyviä mainintoja liittäen pornonkäytön aiheuttamiin ajatuksiin, tunteisiin ja kokemuksiin. Nämä keskeisimmät maininnat olen jakanut erilaisiin ryhmiin ja muodostanut niistä pornoa ja sen vaikutuksia käsitteleviä teemoja perustuen mainintojen määrälliseen esiintyvyyteen aineistossa. Tuoksissa esittämäni kategoriat ovat syntyneet siis teemoittelulle tyypilliseen

Teeman nimi	Esiintyvyys aineistossa	Keskeiset teemat
Jumalalle kelpaamattomuuden ja vieraantumisen teema	107	Kokemus omasta kelpaamattomuudesta Jumalalle pornonkäytön seurauksena / kokemus, että porno vie kauemmas Jumalasta ja seurakunnasta
Häpeän, syntisyyden ja syyllisyyden teema	99	Kokee pornonkäytön seurauksena häpeää ja syyllisyyttä / kokee pornonkäytön syntinä
Parisuhteen ja seksuaalisuuden teema	82	Kokee, että porno on vaikuttanut kielteisesti parisuhteeseen ja kokemukseen seksuaalisuudesta/seksistä
Neutraaliuden ja armon teema	74	Kokemus pornonkäytön vaikuttamattomuudesta sekä Jumalan armosta

Taulukko 1. Aineiston keskeiset teemat

tapaan analyysin tuloksena, paikantaen tutkimusongelman kannalta olennaiset aiheet eli teemat (ks. Eskola & Suoranta, 2008, 174–180).

Analyysin myötä muodostui neljä pääteemaa, jotka kuvaavat vastaajien kokemuksia pornonkäytön vaikutuksista omaan hengelliseen elämään sekä lähisuhteisiin. Teemat on esitelty taulukossa 1. Teemojen esiintyvyys aineistossa kertoo siitä, kuinka monessa vastauksessa kyseistä teemaa käytetään.

Jumalalle kelpaamattomuuden ja vieraantumisen teema

Teemana Jumalalle kelpaamattomuus ja vieraantuminen muodostuivat kokemuksista, joissa vastaajat sanoittivat pornonkäyttönsä aiheuttamia vaikutuksia suhteessa Jumalaan ja seurakuntaan. Keskeistä oli kokemus omasta kelpaamattomuudesta Jumalan ja seurakunnan edessä. Kelpaamattomuuden ja vieraantumisen teema on pornonkäytön vaikutuksia käsittelevien tekstien keskeisin elementti, joka mainitaan aineistossa 107 kertaa.

Kelpaamattomuus liittyi myös kokemukseen siitä, että porno tuli salata, kuten käy ilmi erään vastaajan sanoituksesta: ”Minulla on salaisuuksia, joita kannan, ja koen niistä taakkaa. Koen epäonnistuneeni todella syvästi kristittyinä, koska käytän pornoa. En koe kelpaavani Jumalallekaan.” Kuten lainaus

osoittaa, pornoa käyttävät kristityt kokevat Jumalan edessä kelpaamattomuutta ja huonommuutta, koska uskovat Jumalan tuomitsevan pornoa käyttävän ihmisen.

Avovastausten perusteella vastaajat kuvailevat myös ajautuneensa kauemmas Jumalasta pornonkäyttönsä seurauksena. He myös kokevat, että Jumala on pettynyt. Tätä kokemusta sanoitetaan esimerkiksi seuraavasti:

Vaikea lähteä seurakuntaan ja Jumala tuntuu etäiseltä. Välttelyn palvelutehtäviä usein. Vaikka aina pyydänkin syntejäni anteeksi, en tiedä uskonko saavani anteeksi. Tiedostan tekeväni tahallani vääryyttä, joten en tiedä miten Jeesus siihen suhtautuu. Ehkä pelkään, etten kelpaa tällaisena.

Kuten lainauksesta käy ilmi, pornonkäyttö saa ihmisen kokemaan, ettei hän kelpaa Jumalalle väärin tekojensa tähden, ja että nuo teot eivät ole anteeksiannettavissa. Tämä myös etäännyttää ihmistä tunnetasolla Jumalasta. Jumalasta etäännyminen näkyy myös aineistoni väittämässä (n=256). Väittämän ”olen kokenut Jumalan etäisemmäksi katsottuani pornoa” kanssa ehdottomasti / jokseenkin samaa mieltä oli 53 % vastaajista. Näitä vastaajien kokemuksia tukevat myös tutkimukset, joiden mukaan pornografian runsas kulutus erityisesti uskonnollisilla henkilöillä liittyy vahvasti syyllisyyteen, häpeään ja muihin vaikeisiin tunteisiin. Nämä tunteet vetävät ihmisiä pois hengellisistä yhteisöistä, ja tätä kautta ne heikentävät kiinnostusta uskonnolliseen ja hengelliseen toimintaan (Perry & Hayward, 2017, 1762).

Osa vastaajista koki, että Jumala oli jättänyt heidät yksin ongelman kanssa, eikä tarjonnut apua tai ulospääsyä tilanteesta. Eräs osallistuja sanoittaa ajatuksiaan näin:

Lankeaminen taas aiheutti vahvaa häpeän ja epäonnistumisen tunnetta ja sai minut huutamaan ja itkemään usein Jumalan puoleen, miksei Hän voi antaa minun olla tarpeeksi vahva voittamaan näitä kiusauksia.

Pornonkäyttö siis saa vastaajat huutamaan Jumalan puoleen. Toisaalta moni vastaaja sanoittaa, kuinka ei halua pornoa käytettyään tulla Jumalan eteen, koska ei omasta mielestään enää ansaitse Jumalan armoa. He kokevat itsensä epäkelvoiksi palvelemaan Jumalaa kuten seuraavasta lainauksesta käy ilmi:

Koen sen heikentävän jumalasuhdettani, koska koen etten ansaitse anteeksiantoa ja armoa, koska en kykene tarpeeksi voimakkaaseen katumukseen enkä parannuksen tekoon. Tuntuu valheelliselta pyytää anteeksiantoa, jos samalla tiedän etten kykene tai aio täysin luopua pornosta.

Aineistoesimerkki, kuten moni muukin vastaus, kuvailee, kuinka pornonkäyttö on kipukohta omassa jumalasuhteessa, ja kuinka se vaikuttaa omanarvontunteeseen. Osassa vastauksista sanoitettiin myös henkilökohtaista kokemusta epäonnistumisesta. Nämä kokemukset peilautuvat vahvasti moraaliseen kamppailuun, jossa ihminen kokee jumalallisia kamppailuja itse tekemänsä moraalisen rikkomuksen seurauksena (Grubbs ym., 2016, 1735).

Määrällisen osuuden tarkastelu osoittaa, että pornonkäytön vaikutukset jumalasuhteeseen näkyvät selkeästi myös väittämässä, sillä väittämän ”pornonkäyttö vaikuttaa / vaikutti jumalasuhteeseeni” kanssa ehdottomasti / jokseenkin samaa mieltä oli 66 % vastaajista. Lisäksi reilut 50 % vastaajista koki pornonkäytön vaikuttaneen kielteisesti omaan rukouselämäänsä. Avovastauksen tarkastelu myös osoittaa yhteyden pornon ja henkilökohtaisen uskon kriisin välillä, kuten eräs vastaaja sanoittaa: ”Pornonkäyttö aiheutti paljon syyllisyyden tunteita ja uskonkriisejä. Välillä ei tuntunut edes kovin syylliseltä ja pelkäsi, että meinaako menettää uskonsa.” Toinen puolestaan kytkee pornon käytön rukoushalukkuuteen kirjoittamalla: ”Jumalasuhte oli heikko kun katsoin pornoa, häpesin enkä halunnut rukoilla.” Lainaukset osoittavat, kuinka pornonkäyttö heikentää vastaajien suhdetta Jumalaan. Erityisesti nuoret aikuiset kokevat nettipornon katsomisen haittaavan omaa hengellisyyttään ja jumalasuhdettaan.

Suurimmalla osalla vastaajista vahva syyllisyys kietoutuu myös yhteen syntisyyden kokemuksen kanssa, ja kokemus pornonkäytöstä ja sen negatiivisista vaikutuksista korostuu jumalasuhteen lisäksi suhteessa itseen ja muihin ihmisiin. Myös kansainväliset tutkimukset osoittavat, että pornografian runsas katselu sukupuolesta riippumatta lisää ihmisen uskonnollisia epäilyjä, vähentää pornoa katsovien henkilöiden uskonnollisen uskon merkitystä, rukoustiheyttä, jumalanpalvelukseen osallistumista ja koettua Jumalan läheisyyttä (Perry & Hayward, 2017, 1757). Tutkijat uskovat, että nuoret voivat kokea pornonkäytöstään jonkinasteista pakonomaista, patologista syyllisyyttä, joka johtuu syvästi vakiintuneiden, uskonnollisten vakaumusten rikkomisesta (Perry & Hayward, 2017, 1761).

Häpeän, syyllisyyden ja syntisyyden teema

Häpeän, syyllisyyden ja syntisyyden teema, joka sai aineistossa 99 mainintaa, sisältää kuvauksia, joissa vastaajat ovat kokeneet syvää häpeää ja syyllisyyttä omasta pornonkäytöstään suhteessa itseen ja toisiin. Lisäksi vastaajat ovat kokeneet syntisyyttä, joka usein kietoutuu yhteen häpeän ja syyllisyyden tunteiden kanssa.

Synnin kanssa rinnakkaisina, sekä syyllisyyttä ja häpeää ruokkivina asioina mainittiin myös ajatukset pornosta ”saastaisena, likaisena ja ällöttävänä”, jonain sellaisena, josta ihminen ”joutuu ripittäytymään yksin”. Ajatus omasta kelpaamattomuudesta käy ilmi esimerkiksi seuraavasta aineistolainauksesta: ”Tuntuu, että olen syntinen saasta, enkä kulje sillä tiellä, joka kantaa hyvää hedelmää taivasten valtakuntaa varten.” Vastaajat siis kokevat, että kelvataksaan Jumalalle heidän tulisi tehdä hyviä tekoja ja välttää ripittäytymistä vaativia, saastaisia asioita.

Vastaajien mukaan pornonkäytön aiheuttamat negatiiviset tunteet ovatkin eristäneet heitä muista ihmisistä sekä vaikuttaneet kielteisesti omaan tunne-elämään ja käyttäytymiseen. Eräs vastaaja sanoittaa kokemustaan seuraavasti: ”Se on eristänyt vähän muista ihmisistä, tuottanut häpeää ja syyllisyyttä. Masentanut ja johtanut siihen että oleelliset asiat eivät ole niin hyvin sujuneet.” Vastaajan kuvaamat masennuksen, häpeän ja syyllisyyden tunteet ovatkin tyypillisiä pornonkäytön seurauksia. Erityisesti syyllisyyden tunto korostuu monissa vastauksissa, kuten seuraavassa: ”Välillä on kova syyllisyyden tunto, tuntuu niin että Jumala ei ikinä anna anteeksi.” Erityisesti vahvasti uskonnolliset ihmiset kokevatkin helposti pornonkäytön moraalisesti vääränä ja omien arvojen vastaisena. Tällöin pornonkäyttö aiheuttaa omantunnontuskia ja johtaa usein äärimmäiseen syyllisyyteen, joka johtuu syvästi juurtuneiden uskonnollisten tai moraalisten vakaumusten rikkomisesta. Äärimmäinen syyllisyys puolestaan heikentää ihmisen sosiaalista toimintaa, koska syyllisyyttä kokeva ihminen alkaa vetäytyä sekä fyysisesti että psyykkisesti läheisistä ystävistä ja perheestä. (Perry & Snawder, 2017, 1749.) Samoin käy häpeäkokemusten kohdalla, sillä jatkuvasti toistuessaan häpeäkokemukset muuttavat ihmisen käsitystä itsestään vahvistamalla tuomitsevaa, itsekritiittistä ja mitätöivää sisäistä puhetta sekä lisäämällä itseinhoa ja vertailua muihin (Myllyviita, 2020, 84, 86).

Avovastausten analyysi osoittaa, miten edellä mainitut häpeä ja eristäytyminen kietoutuvat toisiinsa kuten käy ilmi seuraavista sanoista: ”Pornon käytöllä on ollut negatiivinen vaikutus elämässäni. Tunnen jatkuvasti häpeää asiasta ja joskus en kehtaa lähteä seurakuntaan kun koen itseni huonommaksi kuin muut uskovat.” Ymmärrys seurakuntayhteyden haasteista syvenee toisen vastauksen myötä, jossa sanoitetaan: ”Seurakuntayhteydessä ei uskaltanut palvella näkyvästi ihmisten edessä, koska häpesi syntiä jota teen, ja ajattelin että en ole kelvollinen palvelemaan ja opettamaan.” Vastaukset osoittavat, kuinka omista teoista koettu häpeä saa ihmisen ajattelemaan, että myös muut tuomitsevat hänet. Tämän seurauksena häpeästä kärsivä ihminen alkaa usein vetäytymään emotionaalisesti, sekä eristäytymään kaikista sosiaalisista kontakteista (Myllyviita 2020, 94, 95, 101).

Jumalasuhteen lisäksi häpeä siis synnyttää kelpaamattomuuden kokemusta myös suhteessa omaan uskonnolliseen yhteisöön. Häpeää tunteva kokee arvottomuutta ja riittämättömyyttä suhteessa muihin. Uskonnollisesta yhteisöstä huokuva tuomitsevuus saa ihmisen uskomaan, että hän on tekojensa tähden ihmisenä vääränlainen ja arvoton. (Myllyviita, 2020, 22.) Kun tähän yhdistää pornonkäytöstä seuraavan sisäisen häpeän, jolloin ihminen näkee itsensä pahana ja virheellisenä myös ilman ulkopuolisen yhteisön tuomiota, kokee ihminen häpeää, jossa hän tulkitsee koko maailman kääntyvän häntä vastaan (Myllyviita, 2020, 22, 32).

Erityisen voimakkaasti häpeään liittyvät itseinhon, tuomitsevuuden ja riskitiriidan kokemukset näyttävät liittyvän naisten pornonkäyttöön. Eräs naispuolinen vastaaja sanoittaa kokemustaan seuraavasti: ”Koin paljon häpeää pornon käytöstäni ja vertailin itseäni muihin ja ajattelin, ettei kukaan muu uskova nainen varmasti kamppaile saman asian kanssa. Uskovat miehet ehkä, mutta eivät naiset. Olin likainen, tahrattu, menetetty tapaus.” Vastauksessa korostuu oman käytöksen vertailu muihin, erityisesti miehiin, jolloin oma huonommuus peilautuu myös suhteessa sukupuoleen.

Sukupuolen lisäksi erityisen suuri häpeä omasta pornonkäytöstä linkittyy vastauksiin, joissa pornoa käyttävä ihminen on vastuullisessa roolissa seurakunnassa, kuten seuraavassa lainauksessa: ”Aina kun on mainittu synti seurakunnassa, ensimmäinen mielleyhtymä on ollut porno. Kyvyttömyys olla koskaan täysin ilman on aiheuttanut syvää häpeää varsinkin pastoriksi opiskellessa ja työhön mennessä.” Vastaajan kuvaamassa tilanteessa häpeää pornonkäytöstä lisäävät yhteisön asettamat sosiaaliset normit ja odotukset. Nämä

ovat usein voimakkaita juuri työntekijöiden kohdalla. Heidän odotetaan olevan jotakin enemmän kuin muut: täydellisempiä ja parempia hengellisessä ja seksuaalisessa elämässään ja esikuvallisia jumalasuhteessaan. Lisäksi erityisesti pastoreihin liitetään usein ajatus esimerkillisyydestä, ja heiltä vaaditaan muilta korkeampaa moraalialia. (Kettunen, 2014, 97, 98.)

Moraali ja siihen liittyvät arvostelmat ovatkin yksi asia, joka synnyttää ihmisessä kokemusta syntisyydestä. Osa vastaajista koki oman jumalasuhteensa muuttuneen pinnalliseksi. Häpeän, syyllisyyden ja syntisyyden teemassa korostuivatkin myös vastaukset, joissa pornoa käyttävät kristityt kokivat olevansa väärien tekojensa tähden syntisiä ja Jumalan tuomion alla kuten vastaajan sanat osoittavat: ”Oma syntisyyteni tuli minulle uudella tapaa näkyväksi ja kokemuksen tasolla todemmaksi. Pelkäsin Jumalan tuomiota. Koin, etten voi jatkaa pornon katselua ja samaan aikaan sanoa itseäni uskovaiseksi. Usko ja porno eivät sovi samaan elämään.” Vastaajien kuvailemat kokemukset Jumalan tuomion alla olemisesta linkittyvät vahvasti Matti Hyrckin kuvaamaan ihmisen sisäiseen, vaatijahamoiseen jumalakuvaan, jossa se, mikä itselle näyttäytyy inhottavana itsen osana, on este myös hyväksyvän jumalasuhteen muodostumiselle. Hyrckin mukaan vaatijahamoinen jumalakuva tekeekin ihmisestä pelkästään pahan ja syyllisen, jonkin sellaisen, mitä Jumalan pyhyys ei kestä (Hyrck, 1995, 260; Hyrck, 2003, 244). Kristillisen opin mukaan ihmiskunta on syntinen, siis vieraantunut ja erossa Jumalasta. Kirkkoisä Augustinus kirjoitti aikanaan, kuinka ihmiset osoittautuivat kykenemättömiksi tekemään sitä hyvää, mitä he haluaisivat tehdä ja sen sijaan tekevät pahoja asioita, joita he eivät halua tehdä. Arkikielessä taas sana synti tarkoittaa jotain moraalista epäonnistumista tai moraalitonta tekoa. (McGrath, 2015, 84.)

Jumalan tuomion pelossa elämisen lisäksi vastauksissa korostui vaikeus päästä eroon omasta käytöksestä ja oman käytöksen yhteys syntiin, jota eräs vastaaja kuvailee seuraavasti:

Olen ties kuinka monta kertaa luvannut Jumalalle, että tämännäpäiväinen kerta on viimeinen, mutta kuitenkin olen ehkä jollakin tavalla tiennyt valehtelevani. Katselua aloittaessani tiedän toimivani väärin ja vahingollisesti, mutta sysään tunteen sivuun; jälkikäteen kaduttaa.

Tämän kaltainen pohdinta tietoisesta väärintoimimisesta linkittyi tiiviisti vastaajan käsitykseen synnistä. Syntisyyden merkitys näkyi myös aineiston

väittämässä. Väittämän ”olen kokenut itseni syntiseksi katsottuani pornoa” kanssa ehdottomasti / jokseenkin samaa mieltä oli 82 % vastaajista. Tämä nivoutuu yhteen kristinuskon syntikäsitteilyn kanssa, jonka mukaan ihmisen on vaikea päästä eroon synnistä omin voimin sen jälkeen, kun synty on saanut otteen ihmisestä (McGrath, 2015, 85). Kyseessä voidaan katsoa olevan ns. moraalisen ristiriidan teoria, jonka mukaan moraalista vakaumustaan pornografian kautta rikkovat ihmiset kokevat todennäköisemmin häpeää ja kognitiivista ristiriitaa. Tämä voi johtaa siihen, että he joko vetäytyvät sosiaalisista suhteista ja toiminnasta tai pitävät niitä vähemmän nautinnollisina kuin aiemmin (Grubbs & Perry, 2019, 30).

Parisuhteen ja seksuaalisuuden teema

Parisuhteen ja seksuaalisuuden teema, jossa keskeistä oli kokemus pornonkäytön kielteisistä vaikutuksista parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen, sai kolmanneksi eniten mainintoja (82). Useat parisuhteessa olevat vastaajat kuvivat, kuinka pornonkäyttö oli etäännyttänyt heitä omasta puolisoista sekä aiheuttanut paljon loukkaantumisen tunteita.

Vastaajat sanoittivat moninaisia haasteita, joita parisuhteessa oli ilmennyt epäluottamuksesta pettämiseen asti. Eräs vastaaja sanoitti kokemuksiaan näin:

Pornonkäyttö on tuhonnut ja pilannut elämäni ... Parisuhteeseen se toi syvän epäluottamuksen ja haavoittamisen puolisoani kohtaan ja etäännytti meitä seksuaalisesti, psyykkisesti ja henkisesti toisistamme.

Vastaajien kuvaama etäännyminen omasta puolisoista sekä oman puolison pettäminen pornonkäytön seurauksena eivät ole poikkeavia, sillä pornografian katselu liittyy usein alempaan avioliiton onnellisuuteen ja suurempaan avioeron tai avioliiton ulkopuolisen suhteen todennäköisyyteen (Perry & Whitehead, 2019, 52). Tämä näkyy myös aineistoni väittämässä. Vastaajista 31 % oli ehdottomasti tai jokseenkin samaa mieltä väittämän ”olen kokenut halua avioliiton ulkopuolisiin suhteisiin katsottuani pornoa” kanssa. Lisäksi tutkimukset osoittavat, että ne ihmiset, jotka kävivät kirkossa viikoittain tai useammin ja katselivat pornoa, ilmoittivat todennäköisemmin avioerosta, avioliiton ulkopuolisista suhteista ja avioliiton onnellisuuden vähenemisestä kuin ne, jotka eivät käyneet viikoittain kirkossa.

Osallistujat sanoittivat kokevansa moraalista ristiriitaa ja sen seurauksia sekä parisuhteessa että laajemminkin elämänhallinnassa kuten seuraava lainaus osoittaa:

Tunsin häpeää, arvottomuutta, epäonnistumista, pettymystä, epätoivoa, turhautumista, katkeruutta, itsetuhoisuutta, kyllästymistä, katumusta – ja aina uudestaan himoa, josta ei päässyt eroon. Toimintani loukkasi vaimoani syvästi ja tietoisuus siitä, että saatoin taas olla samoilla teillä edellisen kysymiskerran ja parannuksenteon jälkeen, vaikutti hänen kykyynsä antaa aitoon seksiin kanssani. Tunsin eläväni kahta elämää ja kehittyväni salailun mestariksi. En kokenut olevani kristittynä minkään arvoinen, vaikka ulkoisesti tein vaikutuksen moniin.

Vastaus osoittaa, kuinka pornonkäyttö vaikuttaa kokonaisvaltaisesti ihmisen hyvinvointiin, aiheuttaen syvää arvottomuutta, häpeää ja koettua epäonnistumista paitsi parisuhteessa, myös suhteessa kristittynä elämiseen. Lisäksi avovastauksista kävi ilmi, että sekä naiset että miehet kokivat pornonkäytön vaikuttavan kielteisesti erityisesti parisuhdeseksiin. Ilmiönä vastaajien kokemukset liittyvät moraaliseen ristiriitaan, jonka seurauksena omia arvojaan vastaan rikkovalle ihmisellä on taipumus vetäytyä myös sosiaalisista suhteista (Perry & Whitehead, 2019, 53).

Vastaajat kuvailivat myös sitä, kuinka pornonkäyttö näkyy arvostuksen ja ihailun vähenemisenä omaa kumppania kohtaan, pornon ajattelemisena parisuhdeseksin aikana sekä puolison esineellistämisenä. Tätä sanoitettiin esimerkiksi näin: ”kyllä useammin tulee seksiä harrastaessa ajateltua erilaisia videoita kuin siinä vieressä olevaa tyyppiä” sekä ”Hyljeksin 15 vuotta hieman ylipainoista vaimoani, kun hän ei näyttänyt pornotähdeltä.” Vastaukset osoittavat, kuinka pornossa nähty kuvasto voi vaikuttaa pornoa käyttävän ihmisen ajatuksiin ja jopa käytökseen. Pornonkäytön negatiivisista vaikutuksista parisuhteeseen kertovat myös tutkimukset, joiden mukaan erityisesti miehen pakonomainen seksuaalinen käyttäytyminen aiheuttaa usein vaimolle trauman ja siihen liittyvää syvää ahdistusta (Steffens & Rennie, 2006, 247–267). Pornografian ongelmakäyttö korreloi negatiivisesti myös pornoa käyttävien miesten puolisoiden itsetuntoon, parisuhteen laatuun ja seksuaaliseen tyytyväisyyteen (Stewart & Szymanski, 2012, 257–271).

Lisäksi aineistossa löytyi runsaasti mainintoja pornonkäytön vaikutuksista omaan seksuaalisuuteen, joka linkittyi osalla vastaajista myös parisuhdeseksiin. Tämä pornon ”maalaama” kuva seksistä ja seksuaalisuudesta näyttäytyi erilaisten fetissien, pakkomielteiden ja seksistisen ajattelun kautta, kuten seuraavista lainauksista käy ilmi:

Ne vuodet, kun olin seksuaalisesti addiktoitunut, elin eristyksissä muista. Eristyneisyys varmasti lisäsi itse ongelmaa, ja porno piti häpeän vankina. Minulla oli niin outoja haluja/fetissejä, että pelkäsin olevani normaalin ihmisyyhteyden/avioliiton ulkopuolelle tuomittu. Porno on jättänyt syviä haavoja mieleeni ja tunteisiini, koska vaikka pornon käytön lopettaisi, kuvat säilyvät mielessä ja unissa pitkään.

Erityisesti miehillä pornon vaikutukset seksuaalisuuteen näkyivät selkeästi myös väittämässä. Väittämän ”ajatukseni naisista on muuttunut pornonkäytön seurauksena” kanssa ehdottomasti / jokseenkin samaa mieltä oli 54 % miehistä. Eräs vastaaja myös pohti lesbopornon herättäneen kiinnostuksen naisia kohtaan: tämä kokemus itsessään oli tuomittavaa ja samalla se vähensi kiinnostusta seksiin miesten kanssa. Nämä pornonkäytön aiheuttamat muutokset omassa seksuaalisessa käytöksessä ja ajattelussa, jotka sotivat omaa arvomaailmaa vastaan, ovat omiaan aiheuttamaan vahvaa patologista häpeää, joka on usein ihmisen reaktio tilanteelle, jossa hän kokee oman minäkäsityksensä, yhteenkuuluvuuden tunteen ja hyväksytyksi tulemisen olevan uhattuina (Myllyviita, 2020, 56). Koettu häpeä puolestaan ruokkii entisestään pornon käyttöä, sillä riippuvuusikäyttäytyminen häpeän välttelykeinona auttaa ihmistä turruttamaan häpeän hetkellisesti (Myllyviita, 2020, 125–126).

Neutraaliuden ja armon teema

Neutraaliuden ja armon teema mainittiin aineistossa 74 kertaa. Teema pitää sisällään vastaukset, joissa pornonkäytön ei nähty vaikuttaneen omaan elämään juuri lainkaan tai joissa Jumalan armon nähtiin peittävän alleen pornonkäytön aiheuttamat negatiiviset tunteet ja seuraukset. Neutraaliutta painottavissa teksteissä painottui usein pornonkäytön vähäisyys.

Vaikutuksettomuuden syyksi nähtiin toisinaan myös se, että pornonkäytön ei ajateltu lähtökohtaisesti olevan huono, vaan täysin hyväksyttävä asia, kuten seuraava vastaaja kirjoittaa:

En koe sen vaikuttaneen hirveästi, muuten kuin niihin seksikikkoihin, joita olen oppinut. Käsitykseni mukaan lähes jokainen on katsonut joskus pornoa, joten miksi tehdä siitä niin isoa asiaa. En ole koskaan pyytänyt Jumalalta anteeksi pornon katsomistani. En katso sen olevan pelastusoppiin kuuluva asia. Toki Jumala varmaan toivoisi etten katsoisi pornoa, mutta niin Hän toivoisi etten tekisi montaa muutakaan asiaa (kuten syntiä, mitä jokainen tekee päivittäin).

Vastauksesta käy ilmi, että niin sanottu ongelmaton suhtautuminen pornoon näyttäisi johtavan vähemmän negatiivisiin vaikutuksiin. Pornonkäytön hyväksyminen suhteessa omaan vakaumukseen näkyikin monella vastaajalla, sillä väittämiin vastanneista 41 % oli ehdottomasti / jokseenkin samaa mieltä väittämän ”ajattelen, että olen kunnan kristitty, vaikka käytän pornoa” kanssa. Vastaava neutraali sävy tulee esiin tutkimuksissa, joiden mukaan pornonkäyttö ei vaikuta negatiivisesti esimerkiksi parisuhdetyytyväisyyteen niillä miehillä ja naisilla, jotka hyväksyvät pornonkäytön (Maas ym., 2018, 772–782).

Neutraali puhetapa oli vallalla myös niissä vastauksissa, joissa Jumala nähtiin armollisena ja anteeksiantavana suhteessa ihmisen pornonkäyttöön, kuten alla olevan vastaajan kohdalla:

En tunnista vaikutuksia oikeastaan mihinkään suuntaan tai sitten ne ovat sen verran pieniä, että niitä ei oikein ole havaitsevinaan. Olen kärsinyt syyllisyyttä jossain määrin pornon katselusta, mutta en enää nykyään. Jumala rakastaa minua siitakin huolimatta, että katselen pornoa.

Edellisen kaltaisissa, armoa painottavissa vastauksissa korostuukin se, kuinka Jumalaan keskittyminen tai Jumalan lähelle tuleminen on ollut vaikeaa pornonkäytön takia, mutta kuinka toisaalta ihminen on pornon käyttönsä seurauksena kokenut niin vahvaa syntisyyttä, että on tästä syystä lähestynyt Jumalaa.

Aineiston analyysi myös osoittaa, että toisinaan ihminen on kokenut olevansa armon ja anteeksiannon tarpeessa. Ymmärrys pornon vaikutuksesta

omaan kristillisyyteen sisältää myös prosessinomaisia kokemuksia, kuten käy ilmi esimerkiksi seuraavasta lainauksesta:

En halunnut ajatella Jumalaa, sillä ajattelin että hän on minuun pettynyt.

Myöhemmin kuulin opetusta armosta joka on Jeesuksen vuoksi meille annettu ansaitsematon suosio, ja oivalsin että Jumala rakastaa minua. Kun tuomio ja synnin välttelyyn keskittyminen väheni, väheni myös tarve katsoa pornoa. Synti saa voimansa laista, ja omat voimat ei ihmisellä riitä vaan tarvitsemme apua, pelastajaa.

Vastaajan sanoissa, samoin kuin armon teemassa ylipäättään, korostuu ajatus siitä, että lopulta Jumalan rakkaus ja täysi hyväksyntä kuuluvat jokaiselle. Osa vastauksista sanoitti syyllisyyden olevan prosessi, jossa vaihtelivat kokemus omasta syyllisyydestä ja Jumalan armosta. Tässä prosessissa koettiin tarvittavan toisinaan myös apua ja tukea. Myös Ratinen nostaa väitöskirjassaan esiin sen, että moni kristitty on elämässään käynyt läpi seksuaalisuuteensa liittyvän kehityskulun, jossa torjuva jumalakuva on muuttunut pikkuhiljaa kokemukseksi armahtavasta Jumalasta (Ratinen, 2014, 253).

Jumalakuva muutosta kuvataan aineistossa moninaisesti. Omaa syntisyyttä ja haastavia tunteita sanoitettiin muun muassa seuraavasti:

Lankeaminen taas aiheutti vahvaa häpeän ja epäonnistumisen tunnetta ja sai minut huutamaan ja itkemään usein Jumalan puoleen, miksei Hän voi antaa minun olla tarpeeksi vahva voittamaan näitä kiusauksia. Tämä siis toisaalta hankaloitti suhdettani Jumalaan ja itseeni, mutta toisaalta koen, että vähittäinen matka Jumalan kanssa tämän asian kanssa painimisen suhteen on kasvattanut minua paljon ja se on opettanut minulle sekä itsestäni että Jumalasta.

Toinen vastaaja painotti armon kokemusta sanoen:

On toisaalta tullut nöyrä suhtautuminen toisiin, ja Jumalan armo on korostunut. Enää en ole yhtä tuomitseva kuin ennen, vaan ymmärrän toistenkin heikkoutta. Jumalan edessä olen Jeesuksen työn tähden syyttömäksi julistettu ja puhdas, ja siihen identiteettiin haluan itsekini kasvaa, vaikka ymmärrän inhimillisen heikkouteni tässä asiassa.

Vastauksissa näkyvät voimakkaasti syyllisenä ja armahdettuna oleminen, samoin kuin Matti Hyrckin parantajaksi tai sijaiskantajaksi nimeämä jumala-kuva. Hyrckin mukaan nimenomaan parantajana nähty Jumala kestää ihmisen tarvitsevuuden kostamatta ja romahtamatta, ja pyrkii auttamaan ihmistä löytämään elämänsä enemmän tyydytystä, iloa ja onnea (Hyrck, 1995, 260–261). Tietyllä tapaa kokemus armosta vapauttaa siis ihmisen myös häpeästä ja syyllisyydestä. Häpeän perusdynamikka – hyväksytyksi tai torjutuksi tulemisen peruskokemus- tiivistyy kysymykseen siitä, millä tavalla ja millaisena ihminen tulee nähdyksi ja hyväksytyksi (Ratinen, 2014, 44). Armo puolestaan ohittaa tuon kysymyksen ja toteaa: tule sellaisena kuin olet.

Tästä armon näkökulmasta huolimatta alle puolet vastaajista (46 %) oli samaa mieltä väittämän ”ajattelen, että Jumala antaa minulle anteeksi, vaikka katsoisin pornoa jatkuvasti” kanssa. Useat tutkimukset osoittavatkin, että häpeä ja syyllisyys pornonkäytöstä on voimakkainta niillä henkilöillä, jotka kokevat itsensä erittäin uskonnollisiksi. Jos oma uskonnollisuuden aste ei ole korkea, ei henkilö koe pornoa moraalisesti niin tuomittavaksi tai vääräksi, kuin itsensä erittäin uskonnolliseksi luokitteleva ihminen. Tämä vähentää myös seksuaalisen ja uskonnollisen häpeän syntymistä suhteessa pornonkäyttöön. (Carboneau, 2018.)

Tutkimuksissa on myös havaittu, että jos ihminen ei ole sopusoinnussa oman pornonkäyttönsä ja omien arvojensa kanssa, on ihmisellä taipumus lievittää omaa dissonanssin tunnetta joko muuttamalla käyttäytymistään tai selittämällä pois jonkin uskomuksensa merkitystä. Tämän teorian kautta tarkasteltuna yksilö saattaa siis kokea sitä vähemmän syyllisyyttä, mitä enemmän pornografiaa hän kuluttaa, sillä suurempia määriä pornografiaa kuluttavat henkilöt ovat todennäköisesti vakuuttaneet itsensä siitä, ettei heidän pitäisi tuntea syyllisyyttä. Muussa tapauksessa he olisivat lopettaneet pornonkäyttönsä tai vähentäneet sitä. (Bennett ym., 2019, 647–667.)

Johtopäätökset

Tämän artikkelin tavoitteena oli selvittää sitä, millä tavoin pornonkäyttö on vaikuttanut kyselyyn vastanneiden kristittyjen kokemukseen omasta hengellisestä elämästä ja parisuhteesta. Tutkimukseen pyrittiin saamaan vastaajiksi joko pornoa nykyään tai aiemmin käyttäneitä, itsensä kristityiksi identifioivia miehiä ja naisia. Tutkimuksen perusteella nähdään, että suomalaiset kristityt

kokevat oman pornonkäyttönsä tuottavan yllättävänkin negatiivisia vaikutuksia omaan elämäänsä. Tutkimuksen tulokset ovat varsin samansuuntaisia useiden kansainvälisten tutkimusten kanssa, jotka osoittavat, että itsensä uskonnollisiksi luokittelevat ihmiset kokevat muita helpommin pornonkäyttöään häpeää ja syyllisyyttä, sekä kokevat sen vaikuttaneen negatiivisesti omaan elämäänsä ja parisuhteeseensa (Perry & Hayward, 2017, 1760–1761).

Tulosten valossa voidaan todeta, että kristittyjen pornonkäytöllä on isoja vaikutuksia kristittyjen hengelliseen elämään ja parisuhteeseen. Pornonkäyttö aiheuttaa häpeää, syyllisyyttä ja kokemusta kelpaamattomuudesta. Nämä kaikki puolestaan saavat ihmisen eristäytymään ja etäännyttävät ihmistä Jumalasta ja muista ihmisistä, kuten omasta puolisoista.

Eniten pornonkäyttö on synnyttänyt tähän tutkimukseen vastanneissa ihmisissä kokemusta kelpaamattomuudesta ja vieraantumista Jumalasta. Tutkimukseni vahvistaa, että syyllisyyden, häpeän ja syntisyyden kokemusta pornonkäytöstä lisää kristittyjen kohdalla se, että oma pornonkäyttö koetaan moraalisesti vääränä ja omien arvojen vastaisena. Vastaajien kokemuksissa on paljon samaa kuin Ratisen väitöskirjassaan esiin nostamassa ”vaatijahahmoisessa” jumalakuvassa, jossa vaatijahahmoisen Jumalan määrittämässä vuorovaikutusmallissa seksuaalisuudesta tulee jatkuvasti anteeksipyydettävä ja vältettävä este Jumalan ja ihmisen välille (Ratinen, 2014, 124). Pornonkäytön aiheuttama häpeä sai vastaajat myös eristäytymään lähisuhteista ja omasta uskonnollisesta yhteisöstä, sekä kokemaan, että he ovat Jumalan tuomion alla. Tulokseni linkittyvät vahvasti hienotunteisuus- ja nolaushäpeään (ks. Kettunen, 2004, 18), sekä etenkin protestanttisen teologian sisällä korostettuun ajatukseen, ettei ihmisen keskeinen uskonnollinen kysymys suhteessa Jumalaan ole välttämättä vääristä teoista koettu syyllisyys, vaan kokemus itsestä kelpaamattomana, unohdettuna ja torjuttuna, siis häpeällisenä (ks. Ratinen, 2014, 44).

Edellä mainittujen tunteiden ja kokemusten lisäksi pornonkäytöllä nähtiin olevan iso vaikutus parisuhteeseen ja seksielämään. Suomalaisessa tutkimuksessa tämä näkökulma ei ole aikaisemmin noussut esille. Pornonkäytön koettiin etäännyttäneen omasta puolisoista sekä aiheuttaneen surua ja loukkaantumisen tunteita psyykkisesti ja seksuaalisesti. Pornonkäytön kerrottiin myös lisänneen seksistisiä ajatuksia vastakkaisesta sukupuolesta sekä vähentäneen arvostusta ja ihailua omaa kumppania kohtaan. Samoin ongelmaksi koettiin se, että pornonkäyttö sai ihmisen ajattelemaan pornoa ja pornogra-

fista kuvastoa parisuhdeseksin aikana sekä esineellistämään omaa kumppania seksin aikana ja sen jälkeen.

Aineistosta nousi esiin myös neutraaleja ja armoon sidottuja vaikutuksia. Ne ihmiset, jotka kokivat pornonkäyttönsä olevan vaikutuksiltaan neutraalia, ts. vaikutuksetonta, olivat usein samoja, jotka mainitsivat käyttävänsä pornoa vain vähän. Lisäksi vastauksissa korostui lähtökohtaisesti myönteinen suhtautuminen pornoon, jolloin vastaajat eivät kokeneet sisäistä ristiriitaa omien arvojensa ja pornonkäyttönsä välillä, eivätkä näin ollen myöskään häpeän tai syyllisyyden tunteita. Tällaisissa vastauksissa myös Jumala nähtiin armollisena ja anteeksiantavana suhteessa ihmisen pornonkäyttöön. Armo korostui erityisesti niillä vastaajilla, jotka kokivat pornonkäytöstään häpeää ja syyllisyyttä, mutta jotka olivat prosessin myötä kokeneet armon vapauttavan vaikutuksen.

Tutkimuksen tulosten perusteella voidaan ajatella, että jatkuvasti lisääntyvä pornonkäyttö näkyy ja tulee yhä enenevässä määrin näkymään myös seurakuntien ja kirkkojen sielunhoidollisessa työssä ja perheneuvonnassa, kun ihmiset tulevat hakemaan keskustelua kokiessaan synninhätää, syyllisyyttä, parisuhdeongelmia, kelpaamattomuutta ja häpeää oman pornonkäyttönsä takia. Erityisesti häpeä on usein ymmärretty ihmisen uskonnollista elämää haittaavana tunteena, johon sielunhoidon tulisi tarjota helpotusta ja tukea, sekä rakentaa häpeäntunnetta helpottavia vuorovaikutussuhteita (Kettunen, 1998, 265–290; Kettunen, 2011, 264, 280; Ratinen, 2014, 45). Tutkimukseni on osoittanut, kuinka vahvaa häpeää erityisesti pornonkäyttö aiheuttaa kristittyjen elämässä, ja kuinka kristityt kokevat olevansa arvottomia tai kykenemättömiä lähestymään Jumalaa ollessaan vahvasti sidottuina kokemaansa häpeään ja syyllisyyteen, jotka nousevat omasta seksuaalisesta käytöksestä.

Kirjallisuus

- Aira, M. (2005). Laadullisen tutkimuksen arviointi. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim*, 121(10), 1073–77.
- Bennett, M., LoPresti, B. J., McGloin, R., & Denes, A. (2019). The desire for porn and partner? Investigating the role of scripts in affectionate communication, sexual desire, and pornography consumption and guilt in young adults' romantic relationships. *Western Journal of Communication*, 83(5), 647–667. <https://doi.org/10.1080/10570314.2018.1564934>
- Carboneau, R. (2018). *Religiosity, moral disapproval, shame and pornography use: Assessing the relationship between shame and sexual behaviors*. Lynchburg, VA: Liberty University.
- Dines, G, Jensen, R, & Russo, A. (1998).

- Pornography. The production and consumption of inequality.* New York and London: Routledge.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (2008). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen.* (8.p.) Tampere: Vastapaino.
- Grubbs, J., Exline, J., Pargament, K., Volk, F., & Lindberg, M. (2016). Internet pornography use, perceived addiction, and religious/spiritual struggles. *Archives of Sexual Behavior, 46*(6), 1733–1745. <https://doi.org/10.1007/s10508-016-0772-9>
- Grubbs, J. & Perry, S. (2019). Moral incongruence and pornography use: A critical review and integration. *The Journal of Sex Research, 56*(1), 29–37, <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1427204>
- Hunt, M. E. & Jung, P. B. (2009). "Good sex" and religion: A feminist overview. *Journal of Sex Research, 46*(2–3), 156–167. <https://doi.org/10.1080/00224490902747685>
- Hyrck, M. (1995). *Mielenkuvat Jumalasta. Psykoanalyttisen objektsuhdeteorian näkökulmia jumalasuhteen mielikuvamaailmaan Suomen ev.lut kirkon v.1948 Kristinopin tarjoaman aineiston valossa.* Helsinki: Therapeiasäätiö.
- Hyrck, M. (2003). *Ihmismieli ja Jumala psykoanalyysin valossa.* Helsinki: Kirjapaja.
- Jantzen, G. M. (2005). Good sex: Beyond private pleasure. – P. B. Jung, M. E. Hunt & R. Balakrishnan (toim.), *Good sex: Feminist perspectives from the world's religions.* New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 3–14.
- Jensen, R. (2010). Pornography is what the end of the world looks like. – K. Boyle (toim.), *Everyday pornography.* London; New York, NY: Routledge.
- Jokinen, A., Juhila, K., & Suoninen, E. (2016). *Diskurssianalyysi: teoriat, peruskäsitteet ja käyttö.* Tampere: Vastapaino.
- Jokinen, A., Juhila, K., & Suoninen, E. (1999). *Diskurssianalyysi liikkeessä.* Tampere: Vastapaino.
- Kettunen, P. (2004). Spiritualiteetti syyllisyyden ja häpeän perustuksessa. *Diakonian tutkimus, 1*, 9–22.
- Kettunen, P. (2011). *Kätettyä ja vaiettu. Suomalainen hengellinen häpeä.* Helsinki: Kirjapaja.
- Kettunen, P. (2014). *Häpeästä hyväksyntään.* Helsinki: Kirjapaja.
- Kontula, O. (2008). *Halu & intohimo: Tietoa suomalaisesta seksistä.* Helsinki: Otava.
- Laqueur, T. (2003). *Solitary sex: A cultural history of masturbation.* New York: Zone Books.
- Loftus, D. (2002). *Watching sex: How men really respond to pornography.* New York: Thunder's Mouth Press.
- Maas, M. K., Vasilenko S. A., & Willoughby, B. J. (2018). A dyadic approach to pornography use and relationship satisfaction among heterosexual couples: The role of pornography acceptance and anxious attachment. *The Journal of Sex Research, 55*(6). <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1440281>
- McDowell, J. (2016). *The Porn phenomenon. The Impact of pornography in the digital age.* A Barna Report.
- McGrath, A. (2015). *Christianity: An introduction.* (3.p.) New York: Wiley.
- Miller, W. I. (1997). *The Anatomy of disgust.* Cambridge: Harvard University Press.
- Morgan, R. (1980). Theory and practice: Pornography and rape. – Lederer, L. (toim.), *Take back the night: Women on pornography.* New York: Morrow.
- Nikunen, K., Paasonen, S., & Saarenmaa, L. (toim.) (2005). *Jokapäiväinen pornomme. Media, seksuaalisuus ja populaarikulttuuri.* Tampere: Vastapaino.
- Ogas, O. & Gaddam, S. (2012). *A billion wicked thoughts: What the internet tells us about sexual relationships.* New York: Random House.
- Paasonen, S. (2011). Kielletyn hedelmän haju: Häpeä, ällötys ja pornografia. – S. Kainulainen & V. Parente-Capcová (toim.), *Häpeä vähän! Näkökulmia häpeään.* Turku: Utukirjat, 84–103.
- Paasonen, S. (2015) *Pornosta.* Turku: Eetos.
- Pattison, S. (2000) *Shame: Theory, therapy and theology.* Cambridge: Cambridge University Press.
- Perry, S. (2019). *Addicted to lust. Pornography*

- in the lives of conservative protestants*. Oxford University Press.
- Perry, S. L. (2017). Not practicing what you preach: Religion and incongruence between pornography beliefs and usage. *The Journal of Sex Research*, 55(3), 369–380. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1333569>
- Perry, S. L. & Hayward, G. M (2017). Seeing is (not) believing: How viewing pornography shapes the religious lives of young Americans. *Social forces*, 95(4), 1757–1788. <https://doi.org/10.1093/sf/sow106>
- Perry, S. L. & Whitehead, A. L (2019). Only bad for believers? Religion, pornography use, and sexual satisfaction among American men. *Journal of Sex Research*, 56(1), 50–61. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1423017>
- Perry, S. L & Snawder, K. J. (2017). Pornography, religion, and parent-child relationship quality. *Archives of Sexual Behavior*, 46(6), 1747–1761. <https://doi.org/10.1007/s10508-016-0927-8>
- Pornography and Sexual Violence. Evidence of the Links*. 1988 London: Everywoman Ltd.
- Ratinen, T. (2014). *Torjuttu Jumalan lahja*. (Väitöskirja, Itä-Suomen yliopisto).
- Steffens, B. A. & Rennie, R. L. (2006). The traumatic nature of disclosure for wives of sexual addicts. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 13(2-3), 247–267. <https://doi.org/10.1080/10720160600870802>
- Stewart, D. N. & Szymanski, D.M. (2012). Young adult women's reports of their male romantic partner's pornography use as a correlate of their self-esteem, relationship quality, and sexual satisfaction. *Sex Roles*, 67(5–6), 257–271. <https://doi.org/10.1007/s11199-012-0164-0>
- Tuomi, J. & Sarajarvi, A. (2002). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.