

Ihanteista todellisuuden kohtaamiseen

Yhdysvaltalaisessa yliopistossa professoreiden toivotaan pitävän jäähyväisluentonsa niin kuin se olisi heidän viimeinen kertansa puhua maailmalle. Heitä pyydetään ”pohtimaan oman yksityisen ja ammatillisen elämänsä taivalta” ja puhumaan heille itselleen tärkeistä asioista: mitä haluaisin jättää perinnöksi, jos tämä olisi viimeinen mahdollisuuteni?¹ Monet puhuvat jäähyväisluennolla itseensä ja omiin tutkimuksiinsa liittyen. Vaikka tämä voi kuulostaa itsekkeiseltä, se voi myös auttaa tunnistamaan, että henkilökohtainen elämä vaikuttaa sekä tutkijan motiiveihin että hänen tutkimustensa sisältöön.

OMAN ELÄMÄNHISTORIAN VAIKUTUS TUTKIJAN URAAN

Pastoraalipsykologian yksi keskeinen näkökulma on oman elämänhistorian tunnistaminen ja sen huomioonottaminen niin tutkimuksessa kuin ihmisen auttamisessakin.² Tutkijaksi lähtemisen syyt voivat olla niin laaja-alaisia elämäntehtäviä kuin hyvinkin henkilökohtaisia. Erityisen tärkeitä henkilökohtaisten taustojen tunnistaminen on pastoraalipsykologille.

Omassa elämänhistoriassani olen tunnistanut monia tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet sekä yli-

päänsä tutkijan uralle lähtemiseen että siihen, miten tuo tutkimus on suuntautunut. Ensimmäisenä tekijänä mainitsen syntymisen suuren kolmetoistalapsisen perheen nuorimmaksi lapseksi. Perheemme oli aika tyyppinen itäsuomalainen perhe, jonka lapset olivat syntyneet ennen ja jälkeen talvi- ja jatkosodan. Kamppailu toimeentulosta pienellä maanviljelystilalla oli sodan jälkeen arkipäivää. Taloudellisessa niukkuudessa ja suuressa perheessä eläminen pakotti ottamaan huomioon myös toisen tarpeet ja jakamisen välttämättömyyden. Aineellisen niukkuuden ohella merkittäväksi tekijäksi on mieleeni jäänyt vanhempieni halu lähettää lapset koulutielle paremman tulevaisuuden toivossa: jospa heidän elämänsä olisi helpompaa kuin meidän!

Toiseksi askelmerkiksi kouluttautumisessa sielunhoidon ja häpeän tutkijaksi tunnistan sen, että menetin molemmat vanhempani ollessani oppikoulussa – äidin oppikoulun ensimmäisellä ja isän lukion ensimmäisellä luokalla. Nämä loivat sekä varjon nuoren ihmisen elämään että halun

1 Pausch 2008, 3.

2 Kettunen 2013a, 32–33.

lähteä selviytymistaisteluun elämässä. Samalla ne konkreettisesti todistivat elämän epävarmuudesta ja haavoittuvuudesta. Myönteisessä tapauksessa tuollaiset kokemukset voivat auttaa oivallukseen: elämä on hauras, mutta epävarmuuden ja haavoittuvuudenkin keskellä voi selvitä eikä hylätyksi tulemisella tarvitse olla viimeistä sanaa elämässä.

Kolmanneksi askelmerkiksi voisin nimetä onnistumisten kokemukset opiskelussa ja varhaisessa työelämässä. Ei menetyksissä, haavoittuvuudessa ja hylätyksi tulemisissa ole mitään sankarillista eikä mystisen hyvää. Kukaan ei kestä niitä määräänsä enempää. Elämä olisi voinut kääntyä aivan toisille urille, ellei opiskelun aikana ja varhaisessa työelämässä olisi tullut syviä kokemuksia onnistumisesta ja siitä, että elämä kantaa.

Neljäntenä askelmerkkinä on vuoden opiskelu Unkarissa 1970-luvulla. Siellä tunnistin, mitä alistetuksi, vaiennetuksi ja syrjään sysätyksi tuleminen voi merkitä ihmiselle. Kiersin paljon luterilaisissa seurakunnissa ja kuuntelin yön hiljaisina tunteina pappien kertomuksia vaikeuksistaan. Tällöin aavistin jotakin puhumisen ja toisen kuuntelemisen tärkeydestä ja siitä, miten tärkeää ehdoton vaihtelovollisuus ja sen kunnioittaminen ovat. Kaiken tuon keskellä koin myös sellaista välitetyksi ja rakastetuksi tulemistä, jota vain harvoin kohtaa.

Viidentenä askelmerkkinä on toimiminen Kuopion opiskelijapappina vuosina 1977–1985. Tuolloin työtehtävissäni aktivoituivat lääketieteen ja teologian väliset kysymyksenasettelut, runsas käytännön sielunhoitotyö, siihen kouluttautuminen ja sen tutkiminen. Edellä kuvattua taustaa vasten tämän katsauksen tarkoituksena on piirtää suomalaisen sielunhoidon ja häpeätutkimuksen pitkäaikaisleikkaus 1900-luvun jälkipuoliskolta 2010-luvulle.

IHANTEET VAITODELLISUUS

Tehdessäni 1980-luvulla väitöskirjaa sairaalasielunhoidon ihmiskäsityksestä tutustuin suomalaisen persoonallisuusteoreetikon, filosofin ja psykologin Eino Kailan ajatteluun. Minulle oli merkittävä hänen havaintonsa, että psykologia on ratkaisevasti edistynyt vasta sen jälkeen, kun ”pyrkimys kauniin kuvan saamiseen ihmisestä on väistynyt alastoman totuuden tavoittamisen tieltä”.³ Minussa heräsi ky-

symys, missä määrin tämä oivallus pitää paikkansa myös sielunhoidossa ja sen tutkimuksessa. Väitöskirjani osoitti mielestäni tuon väitteen todeksi. Suomalainen sielunhoito alkoi kehittyä merkittävästi eteenpäin, kun ihanteiden esillä pitämisen sijasta alettiin kommunikoida sen todellisuuden kanssa, missä ihminen eli. Pyrkimys ihanteiden sijasta vuorovaikutukseen ihmisen todellisuuden kanssa on ollut kannustimena kaikessa tutkimustoiminnassani.⁴ Tutkimusteni kantavaksi kysymyksenasetteluksi muotoutui: miten apua tarvitsevaa ihmistä voitaisiin parhaiten auttaa?

Mennäkseen eteenpäin tutkimuksen tehtävänä ei ole varjella kaunista ihannekuvaa asioista ja ilmiöistä. Sen on selvitettävä vaikeakaan todellisuutta ja kerrottava alastonkin totuus. Tärkeää on puhua asioista niiden oikeilla nimillä. Tämä koskee aivan erityisesti ihmisen seksuaalisuutta ja hengellistä elämää. Tutkijan tehtävä ei ole pelokkaasti kysellä, hyväksytäänkö minut, jos päädyn tiettyihin johtopäätöksiin. Tutkijan on uskallettava kysyä ja kyseenalaistaa. Jos uskaltaa etsiä, on uskallettava myös löytää ja perustella löytönsä.

IHANTEISTA IHMISEN ELÄMÄNTILANTEEN KOHTAAMISEEN

1960-luku oli suomalaisen sielunhoidon suuri murrosvuosikymmen. Siihen saakka ajateltiin, että ihmisen idea on etukäteen ”annettu”. On olemassa alkuperäinen ihmisolemus, ja yksilön tehtävä on toteuttaa tuo olemus.⁵ Tärkeitä olivat ihmistä koskevat teoriat, periaatteet ja ihanteet. Kärsimyksen nähtiin johtuvat siitä, ettei Jumalan tarkoittama ihmisen olemus toteutunut tämän olemassaolossa.⁶

Ihanteiden ja todellisuuden välinen jännite näkyi erityisesti 1960-luvun alkupuolella sielunhoitoa kehittäneen Niilo Syvänteen ajattelussa. Periaatteessa hän näki, että sielunhoidon oli välttämätöntä ottaa huomioon myös empiiristen tieteiden, psykologian, sosiologian ja psykoterapian näkemykset ihmisestä. Tämä periaate joutui kuitenkin monesti väistymään, kun Syvänteen törmäsi aikansa kirkollisyhteiskunnalliseen tilanteeseen. Epäluulot psykologiaa ja psykoterapiaa kohtaan olivat kirkon piirissä niin suuret, että hän ajautui välillä lähes kieltämään dynaamisen psykologian ja psykoterapian mer-

kityksen sielunhoidolle. Tällaisessa ristiriitatilanteessa hän saattoi – perimmäisen näkemyksensä vastaisesti – väittää, että sielunhoito voi perustua vain Raamattuun.⁷ Ihanteita ja normeja esillä pitänyt sielunhoito tuli hyvin lähelle kirkon julistusta ja opetusta. Itse asiassa se oli noille alisteinen.

Ihanteista toisenlaiseen todellisuuden kohtaamiseen suomalaisessa sielunhoidossa siirryttiin 1960-luvun lopulla ja 1970-luvun alussa. Tämä paradigman muutos ankkuroitui Irja Kilpeläisen hahmottelemaan uuteen sielunhoidolliseen lähestymistapaan, jota on kutsuttu lähimmäiseskeiseksi sielunhoidoksi. Sen lippulaivaksi tuli Kilpeläisen kirja *Osaammeko kuunnella ja auttaa*.⁸ Olennainen oli se elämäntilanne, jossa apua tarvitseva ihminen eli. Ihmistä ja hänen tarpeitaan ei enää määritelty etukäteen Jumalan sanasta tai kirkon opetuksesta käsin, vaan ne määrittyivät jokaisen ihmisen elämäntilanteesta lähtien.⁹

Ihmiskäsityksen uudennlaiseen painottumiseen vaikutti empiiristen tieteiden ihmiskuva. Psykologia ei ollut enää pelkkä sielunhoidon aputiede, vaan se asetti sielunhoidolle uudennlaisia kysymyksiä. Tiedostamaton sielunelämä ja ihmisen alitajunta eivät olleet tärkeitä vain ihmisen psyykkisen vaan myös hänen hengellisen elämänsä kannalta.¹⁰

Ihmisen elämäntilanteesta lähtevässä sielunhoidossa tehtiin uudennlaisia johtopäätöksiä samasta kirkon uskosta kuin aikaisemminkin. Kaikinpuolista ihmisen hoitamista – ei vain ihmisen hengellistä auttamista – pidettiin seurakunnan uskon ja elämän yhtenä ilmentymänä. Ihminen otettiin oman elämänsä asiantuntijana, eikä sielunhoitaja ollut se, joka ennalta tiesi, mitä ihminen tarvitsi. Auktoriteettisuhteen asemesta korostettiin dialogia, kuuntelemista ja vuorovaikutusta. Dia-gnoosin tilalle tuli dia-logi.¹¹

KOHTI PASTORAALIPSYKOLOGISTA AJATTELUA

Sielunhoidon kehitys on tapahtunut usein jatkumolla teesi-antiteesi-synteesi. Lähes yksinomaan uskonnollisiin kysymyksiin keskittyneen sielunhoidon jälkeen tuli olennaiseksi ihmisen psyykkisessä hädässä auttaminen.¹² Tätä psyykenhoitovaihetta seurasi 1980-luvulla alkanut uudennlaisen sielunhoi-

don teologian ja suomalaisen pastoraalipsykologian nousu. Juuri tuossa vaiheessa aloitin väitöskirjani tekemisen. Sain olla mukana ensimmäisissä sielunhoidon teologian seminaareissa. Niitä pidettiin yhdessä käytännöllisen teologian, systemaattisen teologian ja psykoanalyysin edustajien kanssa. Tämä peruskokoonpano vaikutti siihen, että pastoraalipsykologiassa keskeisiksi tekijöiksi tulivat ihmisen elämäntilanne, kirkon uskontraditio ja ihmisen psykodynamiikka. Nämä kaikki tuli ottaa samanaikaisesti huomioon. Sielunhoidon teologia ei ollut ennalta annettua ja määriteltyä, vaan sitä tehtiin vuorovaikutuksessa näiden eri osa-alueiden kanssa. Pastoraalipsykologian keskeiseksi periaatteeksi muodostui käytännön ja teorian jatkuva vuorovaikutus.¹³

Pastoraalipsykologisen liikkeen syntyminen Suomessa merkitsi myös akateemisen tutkimustoiminnan vilkastumista. Kun aikaisemmin sielunhoitoa oli tutkittu lähinnä historiallisena tai periaatteellisenä kysymyksenä, lisääntyivät nyt empiiriseen lähdemateriaaliin perustuvat tutkimukset.¹⁴ Normatiivinen asenne vaihtui apua hakevan ihmisen elämäntilanteen huomioimiseen. Tätä kautta syntyi paljon uutta kokemustietoa. Tämä traditio jatkuu edelleen pastoraalipsykologisessa tutkimuksessa.

3 Kaila 1964, 23; Kettunen 1990, 188–189.

4 Tämä näkyy väitöskirjan lisäksi muun muassa tutkimuksissani ripistä (Kettunen 1998), diakoniasta (Kettunen 2001), häpeästä (Kettunen 2011, 2014) ja sielunhoidon kokonaisuutena (Kettunen 2013a).

5 Kettunen 1990, 172–173.

6 Kettunen 1990, 173.

7 Kettunen 1990, 176.

8 Kilpeläinen 1969.

9 Kettunen 1990, 317.

10 Kettunen 1990, 317.

11 Kettunen 1990, 318, 330.

12 Kettunen 1990, 160–162.

13 Suomalaisen pastoraalipsykologian synnystä ja luonteesta ks. Kettunen 1994, 9–12, 30–35; Kettunen 2013a, 32–37, 261–263.

14 Suomalaisen pastoraalipsykologian alkuvaiheen tutkimuksesta ks. Heikkilä 2009, 16–18.

PASTORAALIPSYKOLOGISESTA SIELUNHOIDOSTA RAKENTEELLISEEN VAIKUTTAMISEEN

Uuden vuosituhannen alussa pidimme vielä 1980-luvulla alkaneita valtakunnallisia pastoraalipsykologian tutkijaseminaareja Joensuussa. Vähitellen nämä seminaarit hiipuivat, osin henkilövaihdosten takia. Heräsi kysymys, miten toimia, ettei asioiden kehittäminen olisi liian henkilösidonnaista. Siinä tilanteessa otin vuonna 2002 yhteyttä psykoanalyttikko ja pastoraalipsykologian dosentti Matti Hyrckiin. Alkoi pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen suunnittelu ja vuonna 2004 sen toteutus.¹⁵ Vuonna 2016 alkoi nelivuotisen pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen kolmas koulutusryhmä Joensuun/Itä-Suomen yliopiston ja Therapiea-säätiön yhteistyönä. Koulutus on psykoanalyttisessa viitekehyksessä tapahtuva yksilöpsykoterapeutin psykoterapeuttikoulutus, jonka laajuus on 78 opintopistettä, näistä kahdeksan pastoraalipsykologiaa. Koulutuksen ”[k]okonaistavoitteena on ihmisen psyykkisen ja uskonnollisen puolen sisäkkäisyyden analysointi ja ihmisen elämänkaaren ongelmakohtien ja erilaisten auttamistapojen teologinen ja psykologinen reflektointi. – – Tavoitteena on parantaa opiskelijoiden valmiuksia kohdata autettavan uskonnolliseen elämään liittyviä kysymyksiä osana psykoterapiaprosessia.”¹⁶ Tällaista ihmisen uskonnollisten kysymysten käsittelyyn erityisvalmiuksia antavaa psykoterapeuttikoulutusta ei järjestetä muualla Suomessa. Sen kantavana ajatuksena on, että ihmisen hengellinen elämä ei ole vain psyykkisiä prosesseja, mutta jokainen uskonelämän tapahtuma on myös psyykinen.

Liian kapea on käsitys, että pastoraalipsykologia koskisi vain sielunhoitoa ja sen tutkimusta. Pastoraalipsykologia tosin alkoi Yhdysvalloissa sielunhoidon piirissä, mutta on sittemmin laajentunut näkökulmaksi tarkastella kaikkia teologisia, uskonnollisia ja jopa yhteiskunnallisia kysymyksiä.¹⁷ Tästä hyvänä osoituksena ovat Joensuun läntisessä teologiassa toteutettavat soveltavat opinnot. Niissä sielunhoidon kliinistä koulutusmallia on sovellettu sekä paikallisseurakunnissa, sairaaloissa että yhteiskunnan rakenteissa tapahtuvaan työssä oppimiseen.¹⁸

RIPIN IHANNEKUVAN MURTUMINEN

Aihepiiri, jossa kaikkein voimakkaimmin olen tutkimuksissani törmännyt ihanteiden ja todellisuuden väliseen ristiriitaan, koskee rippiä, syllisyyttä ja häpeää. Väitöskirjani lähdemateriaalissa valiteltiin usein, että luterilaisessa kirkossa ei ole rippiä tai sitä käytetään liian vähän. Rippiä oli tutkittu lähes yksinomaan historiallisesti tai tilastollisesti. Sen sijaan meiltä puuttui tutkimus siitä, mitä ripissä tapahtuu.¹⁹ Esimerkkinä käsitteiden sekavuudesta ja sisällöllisestä tietämättömyydestä mainittakoon, kuinka 1990-luvun laman aikana silloinen valtakunnansovittelija Jorma Reini kehotti työttömyydestä kärsiviä ihmisiä ripittäytymään. Ikään kuin työttömyys olisi ollut syllisyyskysymys tai synninpäästö olisi auttanut työttömän ahdistukseen.²⁰ Tässä näkyi, ettei ihmisillä oikeastaan ollut käsitystä siitä, mistä ripissä on kysymys.

Ryhtyessäni 1990-luvun alussa tutkimaan suomalaista rippiä sain monilta sairaalapapeilta hyvin torjuvan vastaanoton. Jälkeenpäin olen tulkinut sen johtuneen juuri epäluulosta, että olisin halunnut tutkimuksellani lisätä ripin käyttöä. Halusin kuitenkin tutkia ihmisten kokemusten avulla ripin auttavuutta. Kun ripin tutkiminen ei onnistunut sielunhoitajien kautta ja se olisi myös eettisesti ollut ongelmallista, ainoaksi mahdollisuudeksi jäi sen tutkiminen kysymällä asiaa suoraan ripittäytyneiltä. Keräsin sanomalehdissä julkaistujen kirjoituspyyntöjen avulla ripittäytyneiden omia kokemuksia ripeistään.²¹ Samalla tulin ilmeisesti ensimmäisenä Suomessa luoneeksi käytännöllisessä teologiassa uuden ja sittemmin varsin paljon käytetyn lähteiden keruumenetelmän.²²

Rippitutkimukseni viesti oli selkeästi kahdenlainen. Rippikokemukset kertoivat, miten merkittävää ihmiselle voi olla synninpäästön ja anteeksiannoksen kokemus. Rippi täysin hengellisenä auttamiskeinona ilman mitään terapeutisia menetelmiä oli monille ihmisille käännteentekevä. Se ei vaikuttanut vain ihmisten hengelliseen vaan myös heidän psyykkiseen hyvinvointiinsa.²³ Kun ihminen koki, että hänen asiansa ovat kunnossa Jumalan edessä, hän monenlaisten vaikeuksien keskellä saattoi hyvin puhuttelevasti todeta: vaikka kukaan ei välittäisi eikä rakastaisi minua, tiedän, että Jumalalle minä riitän.

Toinen rippitutkimuksen viesti oli lähes käänteinen. Lähes puolet (42 %) ei saanut apua ripistä ja anteeksiantamuksesta. Tämä herätti kaksi jatkokysymystä ja tutkimusongelmaa.²⁴

Ensimmäinen jatkokysymys koski anteeksiantamusta ja synninpäästön käyttöä. Varsin monet ripittäytyjät ja ripin vastaanottajat toimivat niin kuin anteeksiantamus auttaisi lähes kaikissa vaikeuksissa. Synninpäästöä saatettiin pyytää ja se julistaa melkein mihin tahansa. Monet olivat jopa sitä mieltä, ettei auttaja saa koskaan kieltäytyä antamasta synninpäästöä, jos sitä häneltä pyydetään. Rippitutkimukseni osoitti, että anteeksiantamus toimii vain terveeseen syyllisyyteen: ihminen tietää toimineensa väärin. Sen sijaan ei ole mitenkään erityisen ansiollista olla koko ajan emotionaalisesti syyllisyydentuntoinen.²⁵ On myös otettava huomioon, mistä ihminen kokee syyllisyyttä. Monesti syyllisyys on vuosien ja vuosikymmenten aikana kertynyt prosessi. Sen juuret ovat syvällä ihmisen psykodynaamikassa. Tällöin anteeksiantamukseen on pitkä prosessi. Sen kuuluu olla pikemminkin vaikea kuin helppo. Toinen ja omaan tutkijanurani ratkaisevasti vaikuttanut rippitutkimuksen jatkokysymys olikin: jospa monet ripittäytyneistä eivät kärsineetkään syyllisyydestä vaan häpeästä?²⁶

HÄPEÄN TUTKIMISEN KIEHTOVUUS JA KIELLETTÄVYYS

Tutkijanurani merkittävimpänä asiana pidän häpeätutkimuksiani ja pääteoksenani tutkimusta *Kätketty ja vaiettu: Suomalainen hengellinen häpeä*.²⁷ Koko häpeän tutkimushanketta ei ilmeisesti koskaan olisi syntynyt ilman *Suomalainen rippi* -tutkimustani.²⁸ Kun pyysin sanomalehtien kautta ihmisiä kirjoittamaan omista rippikokemuksistaan, sain noin 200 kirjettä.²⁹ Kun suomalaisia sitten pyydettiin kirjoittamaan omasta häpeästään, vastauksia tuli yli kaksinkertainen määrä, lähes 450 kirjettä.³⁰ Tällöin aavistin, että tutkimuksen teema oli puhutellut monia. Olen pitänyt tästä aihepiireistä yli kaksisataa esitelmää ja koulutustilaisuutta noin kymmenessä eri maassa ja viidessä maanosassa. Samalla olen taajunnut koskeneeni asiaan, jota en joidenkin mielestä olisi saanut tutkia.

Kootessani rippikokemuksia sekä katolisen kirkon piispa että kirkkoherra pitivät arveluttava-

na ripin tutkimista ripittäytyjien näkökulmasta. Vaikka he perustelivat vastustustaan ripittäytyjän vaitiolovelvollisuudella, he varsinaisesti pyrkivät suojelemaan ripin vastaanottajia ”rippiä koskevia väärää väitteitä vastaan”.³¹ Ortodoksikirkkoherra puolestaan piti synnintunnustuskokemuksista tutkijalle kirjoittamista oman hengellisen tilansa arvioimisena. Hengellisistä kokemuksista puhutaan hänen mukaansa vain rippi-isälle.³² Häpeän tutkimushanketta paheksui voimakkaasti luterilaisen *Kirkko ja kaupunki* -lehden ”Kerettiläinen” kolumnissaan. Luterilainen professorikollega puolestaan kirjelmöi asiasta opetusministeriöön epäillen minun käyttävän hyväksi ihmisten hädänalaista tilaa ja jättävän heidät sitten heitteille.³³

Rippi- ja häpeäkirjeiden kirjoittajien palaute on kuitenkin ollut hyvin toisenlainen. Kirjeissä monet totesivat, miten helpottavaa jo kirjoittaminen on heille ollut. Monet sanoittivat vuosikymmenten takaisia asioita ensimmäistä kertaa ja kokivat sen itselleen tärkeäksi.³⁴ Ripin ja häpeän tutkimuksen vastustus kertoo osaltaan siitä, ettei tähän saakka voimassa pidetystä ihanteellisesta kuvasta ole helppo luopua. Mieluummin säilytettäisiin haavekuva ripistä ja syyllisyyden keskeisyydestä kuin rohjettaisiin

-
- 15 Kettunen 2003, 3–4; Ormio 2009, 41–48; Rantilä & Holopainen 2009, 49–52.
 - 16 PPOS 2014.
 - 17 Kettunen 1994, 25–27, 32–35.
 - 18 Ks. Salomaa 2007, 71–73.
 - 19 Ks. Kettunen 1998, 23–27 ja Kettunen 1991.
 - 20 Kettunen 1998, 13, 21.
 - 21 Kettunen 1998, 78–86.
 - 22 Ks. Heikkilä 2009, 17.
 - 23 Kettunen 1998, 267–269, 495–501.
 - 24 Kettunen 1998, 264–265; Kettunen 2011, 13–14.
 - 25 Kettunen 1998, 512–514; Kettunen 2013a, 189, 214–215.
 - 26 Kettunen 2011, 14.
 - 27 Kettunen 2011.
 - 28 Kettunen 1998.
 - 29 Kettunen 1998, 79.
 - 30 Kettunen 2011, 34.
 - 31 Kettunen 1998, 82. Ripittäytyjää koskeva rippisalaisuus ei historiallisesti ole ongelmaton. Neljäs Lateraanikonkili, joka sanktioi rippisalaisuuden, määräsi epäsuorasti, ettei ripittäytyjä ole oman asiansa suhteen vaitiolovelvollinen: ”Nur der Poenitent darf die Schweigepflicht aufheben.” Gerlitz 1975, 85.
 - 32 Kettunen 1998, 82.
 - 33 Kettunen 2011, 34–35.
 - 34 Kettunen 1998, 84, 88–89; Kettunen 2011, 39–46.

ajatella asioita uudelleen. Ihannekuvan murtuessa todellisuuttakin pitäisi jäsentää uudelleen. Se on monesti raskasta ja haasteellista. Syyllisyyden kohtaaminen on lisäksi paljon helpompaa kuin häpeästä kärsivän auttaminen. Omaksi kutsumukseksi onkin muodostunut niiden ihmisten äänen ja kokemusten anonyymi julkituominen, joiden oma kärsimyksen ja kokemusten ääni ei ole kantautunut julkisuuteen.

Tutkiessani ihmisten uskonnollisia kokemuksia olen pyrkinyt yksilöitten suhteen noudattamaan sie-luhoitajan vaitiolovelvollisuutta (KL 5:2). Sen sijaan olen anonyymisti analysoinut minulle kerrottuja sielunhoidon ja auttamisen ongelmia. Kertomukset syyllisyydestä, häpeästä, kärsimyksestä, epäoikeudenmukaisesta kohtelusta, alistetuksi tulemisesta ja väkivallasta eivät saa tutkimuksessa olla vaiettavia asioita. Pastoraalipsykologian tutkijan tärkeänä tehtävänä on kääntää kärsimyksen kieltä sellaiselle kielelle, jota kirkolliset, poliittiset ja yhteiskunnalliset vastuunkantajat ymmärtävät. Kysymys on pastoraalipsykologisen tutkimuksen sosiaalieettisestä ja sosiaalipoliittisesta vastuusta. Tämän kautta voidaan päästä vastaamaan kysymykseen, miten apua tarvitsevaa ihmistä voidaan parhaiten auttaa.³⁵

HÄPEÄ IHMISEN PERUSKYSYMYKSENÄ

Meidän aikaamme voi hyvin perustellusti nimittää häpeän aikakaudeksi. Läheskään aina emme käytä tätä sanaa, mutta tämän päivän ihmisen perustunnot ilmentävät hyvin usein häpeän tunteita. Häpeän keskeisin kysymys on: kelpaanko minä? Olennaisia asioita ovat itsetunto, itsearvostus, hyväksytyksi tuleminen ja jaksaminen. Nämä kaikki koskettavat syvästi ihmisen tunne-elämää. Näiden rakentuminen tai ehdollistuminen alkaa lapsuuskodista ja sen ihmissuhteista.³⁶

Uskonnollinen yhteisö on monesti lapsuuskodin jatke. Myös yliopisto- ja työelämä, jossa olennaista ovat teot ja suoritukset, ruokkivat häpeän aktivoitumista. Opiskelijan on koko ajan onnistuttava. Tutkijat ja opettajat on valjastettu keskinäiseen kilpailuun. Aina pitäisi olla parempi, onnistuvampi. Olennaista ei ole oleminen vaan teot ja suoritukset. Tämä sama jatkuu läpi työelämän.

Hengellinen häpeä puolestaan on sitä, ettei ih-

minen koe olevansa hyväksytty Jumalan edessä tai uskonnollisessa yhteisössä. Sen pohjimmainen kysymys on: kelpaanko Jumalalle? Olennaista on huomata, että häpeästä kärsivä ei ole välttämättä tehnyt mitään paha. Terve syyllisyys on kausaalista, mutta häpeä ei sitä välttämättä ole. Kun syyllisyys koskee tekojamme, häpeä sattuu koko olemukseemme.

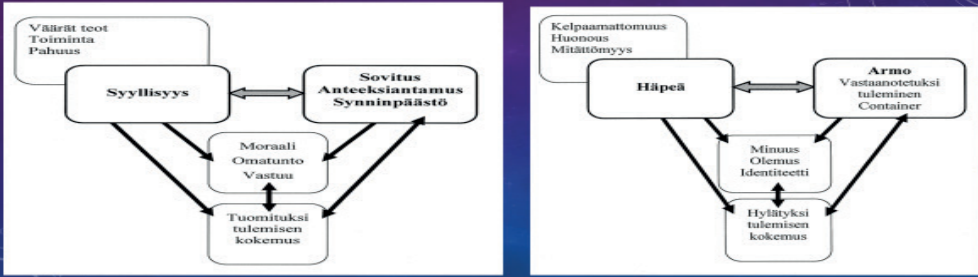
Tämä kaikki aktivoi ihmisessä erään häpeäidentiteetin keskeisen piirteen, halun olla täydellinen. Se on pyrkimys välttää häpeää, tulla kelpaavaksi olemalla täydellinen. Täydellisyyden vaatimus on suuri nimenomaan asiantuntija- ja arvoyhteisöissä, joita edustavat juuri yliopisto ja uskonnolliset yhteisöt. Siksi ne ovat erityisen alttiita synnyttämään häpeää. Omassa riittämättömyyden tunnossaan ihminen voi sitten pyrkiä lunastamaan paikkansa täydellisyyteen pyrkimisellä. Se voi uuvuttaa ääri rajoille.

Myös hengellisessä yhteisössä ihminen voi pyrkiä lunastamaan kelvatuksi tulemisen tarvetta juuri olemalla täydellinen. Tällöin juuri se puoli ihmisessä, joka haluaisi jakaa omaa keskeneräisyyttään, pettymyksiään, hyväksytyksi ja rakastetuksi tulemisen tarpeitaan, voi jäädä syrjään. Tällöin hengellisestä yhteisöstä on vaarassa tulla teeskentelijöitten yhteisö. Silloin esitellään enemmänkin omaa uskoa ja sen jaloutta kuin jaetaan omia riittämättömyyden tunteja. Tämä vaara on erityisesti sellaisissa hengellisissä yhteisöissä, jotka vaalivat korkeaa hengellisyyttä ja moraalia. Tällöin ihanteista tehdään monesti normi. Samalla kun hengelliset yhteisöt ja yliopisto voivat tuottaa ihmiselle häpeää, on huomattava, että nämä samat yhteisöt voivat myös poistaa häpeää tai auttaa ihmistä kestämään sitä. Kysymys on kelpaamisen, arvostamisen ja armahtamisen kulttuurista ja sen edistämisestä.

SYLLISYYDEN JA HÄPEÄN KENTÄT

Tutkijanurani ja teologiani on pääpiirteissään esitettävissä syyllisyyden ja häpeän kenttien avulla (ks. kuva 1). Terveen syyllisyyden kentälle kuuluvat moraalit, omatunto, vastuu, käsitys oikeasta ja väärästä. Siellä on väärin toimivalle tarjolla sovitus ja anteeksiantamus. Häpeä puolestaan liittyy keskeisesti ihmisen olemukseen, minuuteen ja tunne-elämään. Siellä ovat läsnä identiteetin, itsetunnon ja jaksamisen kysymykset. Nämä eivät ole moraalisia vaan

SYLLISYYDEN JA HÄPEÄN KENTÄT



Kuva 1. Syyllisyyden ja häpeän kentät.

syvästi emotionaalisia.³⁷ Nämä molemmat kentät ovat samanaikaisesti olemassa jokaisen elämässä. Meidän traditiomme on vahvasti pitänyt esillä syyllisyyttä, moraalialia, omaatuntoa ja tekemisen kulttuuria. Eivät ne ole huonoja asioita, mutta kukaan ei jaksa ainoastaan niiden varassa. Ei moraalii ketään pelasta.

Suomalaisten syyllisyys ja häpeä liittyvät tutkimusteni mukaan kaikkein voimakkaimmin seksuaalisuuteen ja hengelliseen elämään. Juuri näillä elämänalueilla ihminen voi voimakkaimmin kokea olevansa hyväksytty tai hylätty, vastaanotettu tai torjuttu.³⁸ Häpeätutkimusteni mukaan nykyihmisen perusongelma ei ole syyllisyys. Ihminen ei välttämättä pohdi, mitä paha hän on tehnyt, mitä hänen nyt pitäisi tunnustaa ja saada anteeksi. Paljon olennaisempia ovat elämässä jaksamiseen ja riittä-mättömyyteen liittyvät huolet. Kelvatuksi tulemisen kysymys on tavalla tai toisella mukana kaikessa kanssakäymisessä niin kotona, työelämässä kuin seurakuntien ja uskonnollisten yhteisöjen piirissä.

Kirkon työssä keskiössä ovat useimmiten syyllisyys, sovitus ja anteeksianto. Teologisina käsitteinä synnillä ja sovituksella on aina nähty olevan transsendenttinen viittaussuhde.³⁹ Häpeästä kärsivä voi kokea kärsivänsä transsendenttisen yhteyden puuttumisesta Jumalaan, ikuiseen Sinään ja koko olemassaolonsa perustaan. Tämä voi näkyä esi-

merkiksi rukouselämässä. Hän on turvautunut Jumalaan ja rakentanut elämänsä transsendenttisen todellisuussuhteen varaan, muttei ole saanut mitään vastausta rukouksiinsa. Vastavuoroisuuden tavoittelussaan hän on jäänyt yksin. Tämä kokemus on vastakkainen ihmisen tilanteelle Raamatun luomiskertomuksessa. Jumalan kuvaksi luotuna hän tuli dialogisuhteeseen Jumalan kanssa. Hän sekä saattoi kuulla Jumalan puhuttelun että tulla Jumalan kuulemaksi. Hengellinen häpeä on pohjimmiltaan kokemus siitä, ettei ihminen koe Jumalan kuulevan häntä eikä saa tältä vastausta. Hän pettyy luottamuksessaan ja kokee itsensä huonoksi ja kelpaamattomaksi.

Syyllisyyden ja anteeksiantamuksen paradigma on kirkossa ollut niin vahva, että monet häpeästä kärsivät pyytävät anteeksi. Valitettavasti monet auttavat myös antavat heille anteeksi. Nuo ihmiset

35 Sielunhoitajan puhumisvelvollisuudesta ks. Kettunen 2005, 71–72.

36 Häpeän synnystä ks. Kettunen 2011, 63–70.

37 Syyllisyyden ja häpeän kentistä laajemmin ks. Kettunen 2011, 390–395.

38 Kettunen 1998, 302–303, 321–322; Kettunen 2011, 234–235, 367.

39 Jolkkonen 2007, 354.

pyytävät anteeksi olemassaoloaan ja juuri se heille julistetaan anteeksi. Häpeän primaariuhri on ihminen itse. Tätä ihmisenä olemisen tuskaa ei voida millään tavoin helpottaa synnintunnustuksen tai sovituksen keinoin.⁴⁰ Ihmisellä voi toki samanaikaisesti häpeän kanssa olla myös syyllisyyttä ja vääriä tekoja, joihin liittyy katumusta, syyllisyyttä ja tarvetta hyvitykseen, mutta se on eri asia kuin häpeä. Hänellä voi olla myös eettistä häpeää, joka johtuu väärin tekemisestä. Tällöin häpeää ja syyllisyyttä on käsiteltävä rinnakkain ja peräkkäin. Olemuksellisen häpeän perusta ei ole tekemisessä vaan ihmisen minuudessa ja olemisessa.

Todellinen kärsivän auttaminen voi nousta vain sen tajuamisesta, että syyllisyydestä ja häpeästä kärsivän auttamisessa on toimittava kuin eri kentillä. Vaikka juridis-moraalinen ajattelutapa toimituksellisesti syyllisyyteen, se on jätettävä syrjään, jos halutaan auttaa häpeästä kärsivää. Häntä on lähestyttävä empaattisesti ja hänen emotionaalista todellisuudestaan lähtien. Tällöin nimenomaan sielunhoidollinen ja psykoterapeuttinen apu häpeään ovat ratkaisevan tärkeitä. Paljon suurempien haasteiden edessä on kirkon julistus- ja opetustyö, joka usein keskittyy nimenomaan ihmisen omatunnonelämän tukemiseen. Esimerkiksi jumalanpalveluselämä synninpäästöineen toimii pääsääntöisesti syyllisyyden parissa. Sen sijaan se tarjoaa vähemmän mahdollisuuksia oman minuuden emotionaaliseen rakentumiseen, joka pitäisi tapahtua suhteessa häpeään.⁴¹ Synninpäästöä kuulemassa on todennäköisesti paljon ihmisiä, joiden senhetkiset kipupisteet liittyvät häpeään. Heitä askarruttava kysymys voi olla ”Kelpaanko minä?”, mutta tuohon kysymykseen synninpäästö ei vastaa.

TT Paavo Kettunen (paavo.kettunen@uef.fi) on käytännöllisen teologian professori emeritus. Katsaus perustuu hänen 16.2.2017 Itä-Suomen yliopistossa pitämäänsä jäähyväisluentoon.

40 Capps 1993, 83.

41 Häpeän kysymyksenasettelun kohtaamisesta jumalanpalveluselämässä ks. Kettunen 2013b.

KIRJALLISUUS

- Capps, Donald (1993). *The Depleted Self: Sin in a Narcissistic Age*. Minneapolis, MN: Fortress.
- Gerlitz, Peter (1975). *Beichte. Praktisch Theologisches Handbuch*. Hrsg. von Gert Otto. 2. Auflage. Hamburg: Furche.
- Heikkilä, Markku (2009). Pastoraalipsykologia suomalaisessa yliopistoteologiassa. *Terve sielu terveessä ruumis*. Juhlakirja professori Paavo Kettusen täyttäessä 60 vuotta 27.11.2009. Toim. Hannu Mustakallio. Karjalan teologisen seuran julkaisuja 1. Joensuu: Karjalan teologinen seura.
- Jolkkonen, Jari (2007). Verta vaativa Jumala? Synti- ja sovitussoppi valistuksen kritiikin puristuksessa. *Teologinen Aikakauskirja* 112, 338–356.
- Kaila, Eino (1964). *Persoonallisuus*. 6. painos. Helsinki: Otava.
- Kettunen, Paavo (1990). *Ihmisolemuksen ongelma ja olemassaolon vaikeus: Ihmiskäsitys Suomen evankelisluterilaisen kirkon sairaalasielunhoidon koulutuksessa vuosina 1960–1975*. Diss. Suomalaisen teologisen kirjallisuusseuran julkaisuja 171. Helsinki: STKS.
- Kettunen, Paavo (1991). Ripin asema ja funktio moniarvoisessa yhteiskunnassa. *Teologinen Aikakauskirja* 96, 234–237.
- Kettunen, Paavo (1994). Mitä pastoraalipsykologia on. *Sielunhoidon aikakauskirja* 7. Helsinki: Kirkon koulutuskeskus, Kirkon perheasiain keskus, Kirkon sairaalasielunhoidon keskus, 9–37.
- Kettunen, Paavo (1998). *Suomalainen rippi*. Helsinki: Kirjapaja.
- Kettunen, Paavo (2001). *Leipää vai läsnäoloa? Asiakkaan tarve ja diakoniatyöntekijän työnäky laman puristuksessa*. Kirkon tutkimuskeskus A:76. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus.
- Kettunen, Paavo (2003). Pastoraalipsykologia – ikkuna teologian maailmaan. *Sanansaattaja Joensuun yliopistosta* 2, 3–4.
- Kettunen, Paavo (2005). Salassapito ja puhuminen velvollisuutena. *Kirkko – Taide – Viestintä: Markku Heikkilän juhlakirja*. Toim. Sari Dhima. Helsinki: Suomen kirkkohistoriallinen seura, 57–74.
- Kettunen, Paavo (2011). *Kätetty ja vaiettu: Suomalainen hengellinen häpeä*. Helsinki: Kirjapaja.

- Kettunen, Paavo (2013a). *Auttava kohtaaminen I: Sielunhoidon perusteet ja teologia*. Helsinki: Kirjapaja.
- Kettunen, Paavo (2013b). Kelpaamattoman ihmisen jumalasuhte ja jumalanpalvelus. *Olavin ja Mikaelin jalanjäljissä.: Professori Jyrki Knuutila 60 vuotta*. Toim. Tapani Innanen & Teija Pitkänen & Timo Åvist. Hymnologian ja liturgiikan seuran vuosikirja HYMNOS 2013. Helsinki: Hymnologian ja liturgiikan seura, 99–122.
- Kettunen, Paavo (2014). *Häpeästä hyväksyntään*. Helsinki: Kirjapaja.
- Kilpeläinen, Irja (1969). *Osaammeko kuunnella ja auttaa? Lähimmäiseskeisen sielunhoidon opas*. Helsinki: WSOY.
- Lehtonen, Tommi (1996). *Sovitus. Usko ja filosofia*. Toim. Timo Koistinen & Juha Seppänen. Helsingin yliopiston systemaattisen teologian laitoksen julkaisuja 12. Helsinki: Yliopistopaino.
- McNish, Jill L. (2004). *Transforming Shame: A Pastoral Response*. New York: The Haworth Pastoral Press.
- Ormio, Leena (2009). Pastoraalipsykologinen psykoterapeuttikoulutus 2004–2007. *Psykoterapia* 1–48.
- PPOS (2014). Pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen opetussuunnitelma. Pastoraalipsykologinen aikuisten yksilöpsykoterapeuttikoulutus. Psykoanalyttinen viitekehys 78 op. Hyväksytty Itä-Suomen yliopiston terveystieteiden tiedekunnassa 16.12.2014. Diaarinro: 961/02.09.00.00/2014.
- Pausch, Randy (2009). *Jäähyväisluento*. Suom. Laura Ruutunen. Helsinki: Tammi.
- Räntilä, Jaana & Jussi, Holopainen (2009). 'Kahden maan kansalaisina': Papit psykoterapeutin opissa. *Psykoterapia* 1, 49–52.
- Salomaa, Heikki (2007). *Minustako papiksi? Soveltavia opintoja suorittava teologian opiskelija papin ammattikuvan ja identiteettinsä rakentajana*. Joensuun yliopiston teologisia julkaisuja 17. Joensuu: Joensuun yliopisto, Teologinen tiedekunta.