

PUBLICATIONS OF
THE UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND

*Dissertations in Education,
Humanities, and Theology*



UNIVERSITY OF
EASTERN FINLAND

PEPPI SIEVERS

**USKONNOLLISTEN JA HENGELLISTEN KYSYMYSTEN
KÄSITTELY SUOMALAISISSA PSYKOTERAPIOISSA**

*Uskonnollisten ja
hengellisten kysymysten
käsittely suomalaisissa
psykoterapioissa*

PEPPI SIEVERS

*Uskonnollisten ja
hengellisten kysymysten
käsittely suomalaisissa
psykoterapioissa*

Publications of the University of Eastern Finland
Dissertations in Education, Humanities, and Theology
No 89

University of Eastern Finland
Joensuu
2016

Grano Oy

Jyväskylä, 2016

Sarjan toimittaja: Matti Kotiranta

Myynti: Itä-Suomen yliopiston kirjasto

ISBN: 978-952-61-2203-8 (nid.)

ISSNL: 1798-5625

ISSN: 1798-5625

ISBN: 978-952-61-2204-5 (PDF)

ISSN: 1798-5633

Sievers, Peppi

Uskonnollisten ja hengellisten kysymysten käsittely suomalaisissa psykoterapioissa

Joensuu: Itä-Suomen yliopisto, 2016, 254 sivua

Publications of the University of Eastern Finland

Dissertations in Education, Humanities, and Theology; 89

ISBN: 978-952-61-2203-8 (nid.)

ISSNL: 1798-5625

ISSN: 1798-5625

ISBN: 978-952-61-2204-5 (PDF)

ISSN: 1798-5633

TIIVISTELMÄ

Monille omakohtainen hengellisyys tai uskonnollisuus on tärkeä osa elämää. Suomessa kymmenet tuhannet ihmiset käyvät psykoterapiassa vuosittain. On ongelmallista, jos potilas ei hoidossaan voi käsitellä uskonnollisia ja hengellisiä asioitaan, mikäli ne ovat hänelle merkityksellisiä ja tärkeitä. Tämä laadullinen tutkimukseni kartoittaa sitä, miksi tämän aihepiirin käsittely saattaa olla psykoterapiassa jatkuvasti vaikeaa. Kysyn myös sitä, miksi tämä aihepiiri on niin erityislaatuinen. Keskityn psykoterapian erilaisten elementtien, kuten settingin, transferenssin ja vastatransferenssin vaikutuksiin. Psykoterapiasuhde ja psykoterapeutin käsitykset sekä toimintatavat ovat siten tutkimukseni fokuksessa. Tarkasteluun tulevat psykoterapeuttikoulutuksen kolme osatekijää: koulutettavan oma psykoterapia, työnohjaus ja teoriaopinnot. Nämä vaikuttavat psykoterapeutin työskentelyyn.

Yhdistävänä siltana psykoterapian ja teologian maailmojen välillä käytän pastoraalipsykologista ajattelua, jossa toisen kuuntelemisen kautta saatava tieto ihmisen todellisuudesta on keskeistä. Käsitykseni mukaan tämä kokemustieto on olennainen myös psykoterapiassa. Psykoterapian alueen teoreettisina tarkastelukulmina tutkimuksessani ovat psykoanalyttinen brittiläinen objektiivisteoria ja kognitiivisten psykoterapioiden peruskäsitteistö. Tutkimuksessani tarkastelen myös erityistä objektiivisteoreettisen ajattelun haaraa, joka tutkii ihmisen koettua suhteessaoloa Jumalan kanssa.

Haastattelin kahtakymmentä suomalaista kahden yleisimmän viitekehyksen, psykodynaamisen ja kognitiivisen, mukaisen koulutuksen saanutta nimikesuojattua psykoterapeuttia. Haastattelut olivat avoimia ja strukturoimattomia. Analysoin haastatteluja pääasiassa sisällönanalyysin avulla. Tutkimuskysymyksiä oli viisi: 1) Miten psykoterapeuttikoulutusten kolme osatekijää ja psykoterapeuttien omat uskonnolliset tai hengelliset kokemukset vaikuttavat heidän työskentelytapoihinsa? 2) Millä tavalla psykoterapeutit määrittelevät uskonnollisia tai hengellisiä mielensisältöjä ja kuinka paljon näitä aihepiirejä hoidoissa käsitellään? 3) Millä tavalla potilaiden hengellisissä yhteisöissä elämisen kokemukset tulevat psykoterapioissa esiin? 4) Miten psykoterapian setting sekä transferenssin ja vastatransferenssin ilmiöt vaikuttavat työskentelyyn uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa? 5) Millä tavalla psyko-

terapeuttien työskentelytavat ovat muuttuneet uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa työskenneltäessä?

Vaikka kaikki haastattelemanı psykoterapeutit suhtautuivat myönteisesti – tai ainakin neutraalisti – näiden aihepiirien tutkimiseen psykoterapiassa, tuli tutkimustuloksissa esiin kolme erilaista psykoterapeutin tapaa lähestyä potilaansa materiaalia. Olen nimennyt nämä erilaiset tavat Etäiseksi, Tutkivaksi ja Tajuavaksi. Näissä tavoissa lähestyä potilaan materiaalia on myös oleellista hahmottaa kaksi ”rajaa” potilaan aineistossa. Ensimmäinen raja on pelkästään *maallisen* ja *maallis/taivaallisen* välillä. Etäinen psykoterapeutti pysähtyy työskentelyssään tälle rajalle eikä lähde tutkimaan potilaan uskonnollista tai hengellistä ainesta tarkemmin, vaikka potilaan materiaalissa olisikin tarjolla vihjeitä tähän suuntaan. Toinen raja on *maallis/taivaallisen* ja *Pyhäksi koetun* välillä. Tutkiva psykoterapeutti tutkii kaikkea sitä materiaalia, mitä sisältyy *maalliseen* ja *maallis/taivaalliseen*. Tutkivan ja Tajuavan psykoterapeutin työtavat eroavat siinä, miten he suhtautuvat rajaan *maallis/taivaallisen* ja *Pyhäksi koetun* välillä. Tajuava psykoterapeutti kokee tämän alueen sellaiseksi, johon hänellä ei ole psykoterapeuttisin työvälinein asiaa, vaan hän odottaa kunnioittavasti sen ajan, kun hänen potilaansa on tällä alueella, ja palaa psykoterapeuttiseen työskentelyyn sen jälkeen.

Avainsanat: psykoterapia, uskonnollisuus, hengellisyys, pastoraalipsykologia, setting, transferenssi, vastatransferenssi, yhteistyösuhde, transitionaalitila, container

Sievers, Peppi

Encountering religious and spiritual issues in Finnish psychotherapies

Joensuu: University of Eastern Finland, 2016, 254 pages

Publications of the University of Eastern Finland

Dissertations in Education, Humanities, and Theology; 89

ISBN: 978-952-61-2203-8 (nid.)

ISSNL: 1798-5625

ISSN: 1798-5625

ISBN: 978-952-61-2204-5 (PDF)

ISSN: 1798-5633

ABSTRACT

Many consider religious or spiritual issues meaningful and important in their lives. In Finland, tens of thousands of people go through psychotherapy every year. It is considered problematic, if a person in psychotherapy cannot talk about their meaningful and important religious or spiritual concerns. My qualitative research consists of mapping why it is still sometimes so difficult to manage these issues in psychotherapy. I am also studying why this kind of material is so specific in its essence. I focus on the influence of the key elements of psychotherapy, such as setting, transference and countertransference. Thus, the relationship between a psychotherapist and a patient and also the preoccupations and preconceptions of the psychotherapist are at the focus of my research. I will also study three elements of psychotherapist training, namely, the therapist's own psychotherapy, supervision and theory, because these have an influence on the ways a psychotherapist works.

As a combining bridge between psychotherapy and theology, I use pastoral psychology. In pastoral psychology, knowledge gained through experience is crucial in a person's being and when people are helped through listening to them. I think that this knowledge through experience is also crucial in psychotherapy. The theoretical background in my research is the psychoanalytical object relations theory and the core concepts of cognitive psychotherapy. In my research I will also study the specific branch of object relation theory where the main focus is to ponder how people experience their relation to God.

I interviewed twenty certified Finnish psychotherapists in two most general psychotherapy references: psychodynamic and cognitive. The interviews were open and not structured. I analysed these interviews mainly with content analysis. I formulated five research questions: 1) How do the three elements in psychotherapist training and the psychotherapists' own religious or spiritual experiences influence their ways of working? 2) In what ways do psychotherapists define religious and spiritual material, and how much do these themes surface in psychotherapies? 3) In what ways do the patients' experiences in their religious community emerge? 4) How do setting, transference and countertransference influence the way religious and spiritual matters are processed? 5) How have psychotherapists ways of working with religious and spiritual themes changed over the years?

Even though all my informants had a positive – or at least neutral – stance to processing these themes in psychotherapy, three different kinds of psychotherapists' approach appeared in my study. I have called these different approaches Distant, Observing and Realizing. In understanding these different types to manage the patient's material, it is also important to see two different "borderlines" in this kind of patient material. The first borderline lies between *earthly* and *earthly/heavenly*. The Distant Psychotherapist ceases their work at this border, and does not go on exploring the patient's religious or spiritual material at all, even though references to these themes exists in their material. The second borderline lies between *earthly/heavenly* and what is experienced as *Sacred*. The Observing Psychotherapist works with everything that lies in the *earthly* and *earthly/heavenly* domain. There is a difference in working habits between Observing and Realizing psychotherapists in the way they relate to the borderline between *earthly/heavenly* and what is experienced as *Sacred*. The Realizing Psychotherapist experiences this borderline in the way that they have not got anything to do with psychotherapeutic interventions in the area of *Sacred*. They respect this borderline and stop working with psychotherapeutic interventions while their patient stays in this domain of their mind, and continues psychotherapeutic work only after that.

Keywords: psychotherapy, religiosity, spirituality, pastoral psychology, setting, transference, countertransference, working alliance, transitional space, container

Esipuhe

Väitöskirjaprosessin lopetusvaiheessa ei voi muuta kuin huokaista syvään ilosta, kiitollisuudesta ja väsymyksestä. Prosessi, josta tämä syvyyspsykologian ja teologian alueilla liikkuva väitöskirjani on syntynyt, on ajoittain ollut raskas ja vaativa. Tutkimusprosessiin on sen kuluessa osallistunut lukematon joukko ihmisiä. Jotkut ovat osallistuneet prosessiini tietämättään, nimittäin väitöskirjaprosessini aikaisissa viidessä työyhteisöissäni, työnohjauksissa ja psykoterapiapotilaideni kanssa tapahtuneissa kohtaamisissa ja keskusteluissa olen saanut ideoita ja herätteitä tutkimusaiheeni ympärille. Näin voin nimeltä mainiten kiittää vain murto-osaa tähän prosessiini osallistuneista.

Psykoanalyttinen ajatteluni on kehittynyt vuosien kuluessa. Tärkeimpinä elementteinä näen tässä oman koulutuspsykoanalyysini ja säännöllisen työnohjauksen. Siksi kiitän lämpimästi teitä, koulutusanalyttikkoani Turussa, ja kaikkia työnohjaajiani vuosien varrella Turussa, Helsingissä, Joensuussa ja Kuopiossa. Psykoanalyttikkokoulutukseni koulutusryhmälle Therapiea-säätiössä olen kiitollisuudenvelassa siitä, että siinä ryhmässä käydyissä keskusteluissa huomasin tutkimusaiheeni tärkeyden aivan erityisellä tavalla.

Haastattelun tapaa ja sen runkoa sain hioa kokeneen psykoanalyttikon kanssa, kiitos sinulle. Erityisen lämpimästi haluan kiittää haastateltaviani. Ilman osoittamaanne luottamusta minua ja tutkimusaihettani kohtaan sekä valmiuttanne tarkastella omaa toimintaanne psykoterapeutteina ei tutkimukseeni olisi tullut saavutettua syvyyttä. Kiitän myös niitä yhtätoista psykoterapeuttia, jotka ensimmäiseen kirjoituspyyntöni vastasivat. Keväällä 2015 sain haastatella Ilomantsissa koulutusanalyttikko Pentti Ikosta aihepiirini ympärillä olevista asioista, lämmin kiitos tästä.

Tutkimusprosessini ohjaajista professori Paavo Kettunen, pastoraalipsykologian dosentti Matti Hyrck sekä dosentti Jouko Kiiski ovat olleet mukana tutkimukseni alusta alkaen eli kevästä 2011. Uudesta näkökulmasta aihepiiriä lähestyvän ja monitieteellisen tutkimuksen ikeen kantaminen pääosin yksin on ollut ajoittain raskasta ja kuluttavaa. Tämän olen myös ohjaajilleni toistuvasti ilmaissut. Näistä tilanteista huolimatta ohjaajani ovat minun kanssani prosessia jatkaneet. Olisinpa osannut ilmaista arvostukseni ja kiitollisuuteni olemassaolostanne ja tutkimukseni hyväksi tekemästäne työstä yhtä selkeästi kuin ne seikat, joihin olin pettynyt! Matti Hyrckin kuoleman jälkeen syvyyspsykologisen puolen ohjaajaksi tuli loppuvuodesta 2014 emeritusprofessori Jukka Aaltonen. Kaikesta kuljetusta matkasta ja siinä läpikäydyistä kiitän ohjaajiani sydämeni pohjasta. Ilman teitä ei tätä väitöskirjaa olisi olemassa, tai ainakin se olisi erinäköinen kuin nyt.

Väitöskirjaprosessini aikana olen osallistunut lukuisiin tutkijaseminaareihin sekä omassa yliopistossani että valtakunnallisen teologian tohtorikoulun puitteissa. Näistä kohtaamisista olen saanut paljon neuvoja ja näkökohtia tutkimuksen tekemiseen sekä väitöskirjakäsikirjoituksen tekniseen hiomiseen. Kiitos jatko-opiskelijakollegoille!

Käsikirjoituksen työstämiseen ovat prosessin kuluessa osallistuneet äitini YM Kristiina Sievers ja tyttäteni PsK Sonja Sievers. Te olette osallistuneet tähänkin elämäni prosessiin monilla muillakin tavoin, joita on mahdoton pukea sanoiksi. Sydämellinen kiitos kaikesta tästä osallisuudesta, rakkaudesta ja elämän jakamisesta ennen väitöskirjaprosessia, sen aikana ja tulevassakin!

Therapeia-säätiön koulutusanalyttikko, sosiaalipsykologi Riitta Hyrck luki käsikirjoitukseni ennen esitarkastusta. Häneltä sain tärkeitä ja selventäviä kommentteja sekä objektisuhdeteoreettisiin että kielenhuollollisiin asioihin. Tästä erityinen kiitos sinulle, Riitta! Käsikirjoitukseni loppuvaiheen lukijoihin kuuluu professori Marja-Liisa Honkasalo, kiitos kommentteistasi, Maisa!

Käsikirjoitukseni raskaimmat kielioppivirheet ja hankalimmat lauserakenteet olen karsinut FM Pirkko Harju-Hiltusen kommenttien perusteella. Pirkko luki tekstini ennen sen lähettämistä taitettavaksi. Kirjoitan varsin omintakeisella tyylillä, joten kielellisiä virheitä työhöni vielä jäikin. Näistä virheistäni kannan itse täyden vastuun. Pirkolle sydämellinen kiitos talkootyöstä. Englanninkielisen tiivistelmän tarkisti FM Liisa Sandvall. Kiitos, Liisa.

Olen tehnyt tutkimustyötä pääasiassa muiden töideni ohessa pastorina, psykiatrina ja psykoterapeuttina. Joidenkin jaksojen aikana olen kuitenkin saanut keskittyä vähän enemmän tutkimustyöhön. Näissä vaiheissa työtäni ovat tukeneet Itä-Suomen yliopiston filosofinen tiedekunta, Kirkon tutkimuskeskus ja Varhaiskuntoutussäätiö Integrum. Näiden lisäksi Suomalainen lääkäriseura Duodecim tarjosi aktiivisen kirjoitusvaiheen aikana tutkijaviikon Savitaipaleella Viktorinrannan Leena-mökissä tammikuussa 2015 ja Institutum Romanum Finlandiae kaksi viikkoa tutkijapaikalla Villa Lanten Verde-huoneessa Roomassa joulukuussa 2015. Viime mainittuun sain myös stipendin Itä-Suomen yliopiston teologian osastolta. Kaikesta saamastani taloudellisesta tuesta olen kiitollinen.

Olen vakuuttunut, että kaikki elämä tapahtuu Jumalan silmien alla. Siten saamani hengellinen ohjaus on myös ollut merkittävää tämän prosessin aikana. Kiitos siis teille kohtaamani hengelliset ohjaajat Turussa, Tampereella ja retriiteissä eri puolilla Suomea. Säännöllinen jumalanpalveluselämä on myös kantanut minua ja antanut tarvittavaa perspektiiviä. Ilman säännöllistä ehtoollisyhteyttä en olisi jaksanut enkä jaksaisi.

Tutkimusprosessin kuluessa olen saanut tukea, ymmärrystä ja joskus pelkästään tarpeellisen kuuntelevan korvan ihmisiltä eri aloilta ja yhteyksistä. Kiitän rakkaitani, ystäviäni, kavereitani, työkavereitani ja sukulaisiani sekä reaalisissa että myös sosiaalisen median kohtaamisissa. Tärkeäksi elämisen kipujen ja ilojen jakamisen paikaksi minulle ovat muodostuneet ignatiaanisen spiritualiteetin liepeillä tapahtuneet tapaamiset ja erilaiset jaetut hengellisen matkakumppanuuden mahdollisuudet. Näissä keskusteluissa ja yhteisessä jaetussa rukoushiljaisuudessa on tapahtunut paljon!

Sunnuntaina 31.7.2016

Peppi Sievers

Sisällys

TIIVISTELMÄ	v
ABSTRACT	vii
ESIPUHE.....	ix
1 JOHDANTO	1
1.1 Saatteeksi.....	1
1.2 Tutkijan tausta.....	4
1.3 Raportin rakenne.....	8
2 TUTKIMUKSEN TAUSTA	10
2.1 Psykoterapeutin vaikutus siihen mitä hoidossa käsitellään	10
2.2 Psykoterapian pääpiirteiden esittely	11
2.2.1 Psykoterapia ja hengellisyys samanaikaisina ilmiöinä	11
2.2.2 Psykoterapian yleinen olemus	12
2.2.3 Psykoterapian puitteet: setting ja yhteistyösuhde.....	15
2.2.3.1 Abstinenssiperiaate	17
2.2.3.2 Neutraliteettiperiaate.....	19
2.2.3.3 Yhteistyösuhde kognitiivisissa psykoterapioissa	20
2.2.3.4 Settingin yhteneväisyyksiä ja eroja psykoanalyttisessä ja kognitiivisissa psykoterapioissa.....	22
2.2.4 Transferenssi ja vastatransferenssi.....	23
2.2.5 Psykoterapian läpikäyneen kertomus	30
2.3 Psykoterapioiden suhde uskontoon	34
2.3.1 Psykoanalyttinen teoria ja uskonnolliset aiheet psykoterapiassa	34
2.3.2 Uskonnolliset aihepiirit kognitiivisissa psykoterapioissa	37
2.4 Tutkimuksen keskeiset käsitteet.....	38
2.4.1 Käsitteiden esittely	38
2.4.2 Uskonnollisuus	40
2.4.3 Hengellisyys ja spiritualiteetti	41
2.5 Diagnostiikan erot lääketieteessä ja psykoterapiassa.....	44
2.6 Pastoraalipsykologia siltana syvyyspsykologian ja teologian välillä	48
2.7 Skitsoparanoidinen ja depressiivinen positio	52
2.8 Depressiivisen position tuolla puolen: minkälaisena Jumala koetaan?	57
2.9 Aikaisempi tutkimus.....	60
3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	67
3.1 Tutkimustehtävä.....	67
3.2 Tutkimuksen lähdeaineisto	71
3.2.1 Aineistonkeruun prosessi.....	71
3.2.2 Haastattelut.....	73
3.2.3 Haastateltujen taustatiedot.....	76

3.3	Psykoterapeuttien potilasaines	81
3.4	Tutkimusmenetelmä	84
4	PSYKOTERAPEUTTIKOULUTUS JA HAASTATETTAVIEN OMA HENGELLISYYS	86
4.1	Uskonnolliset ja hengelliset sisällöt psykoterapeuttikoulutuksissa	86
4.2	Teoriaopintojen aihepiirit	88
4.3	Työnohjausten sisällöt	95
4.3.1	Uskonnollisista ja hengellisistä kysymyksistä vaikeneminen	97
4.3.2	Työnohjaajan ohjeet ja kommentoinnit	99
4.3.3	Työnohjaus apuna vaikeiden vastatunteiden kanssa	100
4.4	Uskonnollisten ja hengellisten asioiden käsittely koulutushoidoissa	101
4.4.1	Oman koulutushoidon merkitys	101
4.4.2	Psykoterapeuttien omat prosessit	107
4.4.2.1	Kuolemanpelon ja jumalakuvien kanssa työskentely	107
4.4.2.2	Oma uskonnollinen kasvu voimavarana	108
4.4.2.3	Omien vaikeiden kokemusten työstäminen	108
4.5	Psykoterapeutteja itseään kannattelevat uskonnolliset ja hengelliset elementit	111
4.5.1	Psykoterapeutteja kannattelevat hengelliset elementit	111
4.5.2	Salattu korkeampi voima	113
4.5.3	Salattu Jumala	116
4.5.4	Jumala, erityisesti Kristus, kantaa	119
5	PSYKOTERAPEUTTIIEN NÄKEMYKSET USKONNOLLISISTA JA HENGELLISISTÄ TEEMOISTA	121
5.1	Psykoterapeuttien näkemysten yleiset linjat	121
5.2	Uskonnolliset teemat	127
5.3	Hengelliset ja eksistentiaaliset teemat	129
6	TYÖSKENTELY HENGELLISIIN YHTEISÖIHIN LIITTYVISSÄ ASIOISSA	133
6.1	Hengellisiin yhteisöihin liittyvät erityiset piirteet	133
6.2	Tiiviissä hengellisissä yhteisöissä elämisen ja niistä irtautumisen kivut ..	137
7	PSYKOTERAPIASUHDE SEKÄ USKONNOLLISET JA HENGELLISET TEEMAT	147
7.1	Settingiin liittyvät tekijät	147
7.1.1	Tärkeä setting	147
7.1.2	Settingin ylläpito uskonnollisten ja hengellisten teemojen kanssa	150
7.1.3	Ristiriita ammatillisissa rooleissa	153
7.1.3.1	Kirkollisen peruskoulutuksen omaavien psykoterapeuttien rooliristiriita	155
7.1.3.2	Terveystieteiden alalla koulutettujen psykoterapeuttien rooliristiriita ..	159
7.1.3.3	Kahden lääkäri-psykoterapeutin oman hengellisen maailman vaikutus työhön	161
7.1.4	Ohjaaminen hengellisen alan työntekijälle	164
7.1.5	Uskonnolliset symbolit työhuoneessa sekä psykoterapiatyössä	168

7.2	Transferenssi- ja vastatransferenssityön vaikutukset ja muutokset psykoterapiatyössä	171
7.2.1	Transferenssi- ja vastatransferenssi käytännössä	171
7.2.2	Haasteellisiksi koetut transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiot psykoterapiatyössä.....	177
7.2.2.1	Eri tavoin käsityksiltään jyrkkien potilaiden kohtaaminen.....	178
7.2.2.2	Potilaiden kertomien asioiden aiheuttama hämmennys	185
7.2.3	Muutokset psykoterapiatyössä uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa..	190
7.2.3.1	Luottamuksen lisääntyminen omaan työtapaan ja vuorovaikutuksessa olemiseen	192
7.2.3.2	Avartunut mieli ja käsitys.....	196
7.2.3.3	Muutokset työtavoissa, joissa korostuu psykoterapeutin kokemuksellisuus	197
8	PSYKOTERAPEUTTIIEN KOLME ERILAISTA TAPAA LÄHESTYÄ USKONNOLLISTA JA HENGELLISTÄ MATERIAALIA	200
8.1	Työskentelytavat.....	200
8.2	Etäisen psykoterapeutin työskentelytapa	204
8.3	Tutkivan psykoterapeutin työskentelytapa	206
8.4	Tajuavan psykoterapeutin työskentelytapa	207
8.5	Kognitiivinen sekä psykodynaaminen viitekehys ja eri työskentelytavat..	208
9	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS	211
10	JOHTOPÄÄTÖKSET	216
10.1	Keskeiset tutkimustulokset.....	216
10.2	Tutkimukseni esiintuomat haasteet psykoterapiatyölle ja psykoterapeuttikoulutuksille	219
10.3	Jatkotutkimushaasteet	222
	LYHENTEET.....	225
	LÄHTEET.....	226
	LIITTEET	250

KUVIOT

Kuvio 2.	Uskonnollinen, spirituaalinen ja eksistentiaalinen mielensisältö aineistossani.	39
Kuvio 3.	Kategoriat, alakategoriat ja analyysiyksiköt tutkimuksessani.	85
Kuvio 8.	Potilaan mielensisällön erilaiset kolme aluetta ja kaksi "rajaa" psykoterapiatyöskentelyssä.	204

TAULUKOT

Taulukko 3.1.	Haastateltujen sukupuolijakauma ja viitekehys. (N=20)	77
Taulukko 3.2.	Haastateltujen ikäjakauma. (N=20)	77
Taulukko 3.3.	Haastateltujen ilmoitetun psykoterapeuttisen työuran pituus. (N=20)	78
Taulukko 3.4.	Haastateltujen psykoterapeuttien ilmoittamat pohjakoulutukset. (N=20)	79
Taulukko 3.5.	Haastateltujen ilmoittamat psykodynaamisen viitekeh്യksen koulutukset, koulutusyhteisöt ja valmistumisvuodet tai koulutuksen tilanne. (N=11)	80
Taulukko 3.6.	Haastateltujen ilmoittamat kognitiivisen viitekeh്യksen koulutukset, koulutusyhteisöt ja valmistumisvuodet. (N=9)	80
Taulukko 3.7.	Haastateltavien ilmoittamat muut psykoterapiakoulutukset. (N=6) ..	81
Taulukko 3.8.	Psykoterapeuttien hoidossa olleet psykoottiset potilaat. (N=20)	83
Taulukko 4.1.	Uskonnolliset ja hengelliset teemat psykoterapeuttikoulutuksissa. ..	88
Taulukko 4.2.	Haastateltujen näkemykset elämässä vaikuttavasta Jumalasta tai korkeammasta voimasta. (N=8)	113
Taulukko 5.1.	Uskonnollisen ja hengellisen aineksen käsittely psykoterapioissa. Jnkv = jonkin verran. (N=20).	122
Taulukko 7.1.	Peruskoulutuksen ammattiroolin ja psykoterapeutin roolin välinen ristiriita. (N=9).	155
Taulukko 7.2.	Transferenssi- ja vastatransferenssityöskentely yleisellä tasolla. (N=8)	172
Taulukko 7.3.	Psykoterapeutissa heränneet voimakkaat vastatransferenssitunteet (N=6).	178
Taulukko 7.4.	Minkälainen potilaan käyttäytyminen herätti voimakkaita vastatransferenssitunteita? (N=7)	186
Taulukko 7.5.	Psykoterapeuttien työtavoissa tapahtuneet muutokset. (N=17)	191
Taulukko 8.1.	Psykoterapeuttien tavat lähestyä potilaidensa uskonnollista ja hengellistä materiaalia. (N = 20)	200
Taulukko 8.2.	Kognitiivisten ja psykodynaamisten psykoterapeuttien lukumäärät. (N = 20)	209

1 Johdanto

1.1 SAATTEEKSI

Psykodynaamisen psykoterapian perusajatuksena on Sigmund Freudilta (1856–1939) peräisin oleva näkemys, että psykoterapiassa potilas puhuu kaikesta siitä, mitä hänellä on mielessään, sensuroimatta ja valitsematta.¹ Kognitiivisten psykoterapioiden ryhmässä, jota lähestyn tutkimukseni toisena viitekehyksenä, lähdetään samoin liikkeelle potilaan henkilökohtaisesta, ainutkertaisesta kokemuksesta, jota yritetään tarkastella mahdollisimman perusteellisesti.² Psykoterapeutin tehtävä on molemmissa viitekehyksissä auttaa potilastaan tutkimaan ja tarkastelemaan omaa mielensisältöään mahdollisimman avoimesti ja täydesti.

Tämä kaikesta puhumisen mahdollisuus psykoterapiassa on mietityttänyt minua jo pitkään. Valmistuin psykoterapeutiksi Therapiea-säätiön erityistason psykoterapeuttikoulutuksesta vuonna 2004. Olen usein kuullut hoitooni hakeutuvalta potilaalta seuraavan kaltaisia kysymyksiä: ”Pystytkö sinä puhumaan myös uskonnollisista asioista? Pystytkö kuuntelemaan, kun näistä minulle tärkeistä asioistani puhun?” Nämä kysymykset ovat joskus ensimmäisiä, jotka minulle puhelimitse tai sähköpostitse esitetään. Kuulen kysymyksen taustalla potilaan huolen siitä, otanko hänet psykoterapiahuoneessa vastaan aivan kokonaisena, kaikkine niine sisältöineen, joita hänessä on.³ Vai kokeeko hän, että hänen on jätettävä jotakin erityistä ja tärkeää vastaanottohuoneen ulkopuolelle siitä syystä, että minä en koe tällaisten asiasisältöjen tutkimista ja tarkastelua psykoterapian piiriin kuuluvina tai etten osaa niitä käsitellä? Potilas ehkä miettii, kelpaako hän minun hoitooni näiden asioidensa kanssa? Muiden elämän alueiden kysymyksiä, esimerkiksi seksuaalisuuden tai aggressio-problematiikan asioita, ei kokemukseni mukaan ole nostettu samalla tavoin esiin hoitoon hakeutumisen kynnyskysymyksinä. Joitakin kertoja seksuaaliselta suuntautumiseltaan vähemmistöön kuuluvien ihmisten hoitoon hakeutuessa on ilmassa ollut samantapainen kysymys: ”Saanko tulla sinun hoitoosi sellaisena kuin olen? Voitko sinä auttaa psykoterapian keinoin minua tarkastelemaan kaikkea mitä elämässäni on, tuomitsematta ja syyllistämättä?”⁴

Koulutuspsykoanalyttikko (IPA⁵) Pentti Ikonen on toiminut kotimaisen psykoanalyysin kentällä 1950-luvulta alkaen. Hän toteaa:

¹ Freud 1963, 100–103. Tämän väitöskirjani viitteet Freudin teksteihin ovat viittauksia The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud -kokoelmaan vuosilta 1956–1974. Tätä kokoelmaa pidetään Freudin kirjoitusten virallisena laitoksena.

² Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivut.

³ Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivuilla julkaistiin tutkimukseni materiaalityöntö loppuvuodesta 2012. Tässä pyynnössä olen pohtinut tätä samaa asiaa.

⁴ Nissinen 2011, 24.

⁵ IPA on lyhenne sanoista International Psychoanalytical Association. Suomen Psykoanalyttinen Yhdistys on IPA:n jäsenjärjestö.

Totuus on aina totuus jollekin jostakin. Samoin on tiedon laita. Aikoinaan oli ristiriitaa psykoanalyysin ja uskonnon välillä. Näin ei ole enää samalla tavalla. Jos nykyään on ristiriitaa, se johtuu enemmän psykoanalyytikon henkilöstä kuin teoriasta. Kaikkea tietoa ja teoriaa voidaan tutkia myös psykoanalyttiselta kannalta, mutta se ei enempää kumoa kuin vahvistakaan niitä. Lähtökohdana ristiriidalle on ollut Freudin henkilökohtainen ateismi, jota hän toi esille lähes joka paikassa: en ole Mooseksen uskoinen. Kuitenkin hän kävi kirjeenvaihtoa papin kanssa, joka oli hänen ystävänsä. Uskontoon, uskoon, sielunhoitoon liittyvät asiat kiinnostivat häntä.⁶

Ikonen kuvaa painopisteen siirtymistä uskonnollisten asioiden käsittelyn mahdollisuudesta psykoanalyysin teoriasta psykoanalyytikon henkilöön. Ikonen painottaa Freudin kiinnostusta uskontoon ja uskon olemukseen. Freud olikin hyvin kiinnostunut uskonnollisesta vakaumuksesta ja tämän vakaumuksen kanssa elämisestä. Muun muassa kirjeenvaihto protestanttisen pastorin Oskar Pfisterin kanssa on täynnä tätä pohdintaa.⁷ Freud kirjoittaa myös, että uskosta pääsee vapaaksi vain analysoimalla se täysin ja kasvattamalla potilasta tällä tavoin täysin rationaaliseksi olenneksi.⁸ Freudin oma uskonnollinen vakaumus oli ”syntinen pakana” (wicked pagan)⁹, kuten hän itse asian ilmaisee.

Ajattelen samoin kuin Ikonen yllä esittää, että psykoterapian teoriasta riippumatta nykyisin keskeisintä erilaisten mielensisältöjen tarkastelun mahdollisuuteen psykoterapiassa on psykoterapeutti itse. Ajattelen tämän ilmiön koskevan samalla tapaa sekä kognitiivisten psykoterapioiden että psykodynaamisen suunnan edustajia. Psykoterapeutti tekee koko ajan valintoja siitä, mitä hän ottaa potilaansa materiaalista tarkastelun kohteeksi, ja minkä potilaan materiaalin kanssa hän keskittyy työskentelemään. Joskus tämän valinnan ja valintaa seuraavien psykoterapeuttisten interventtioiden kohteena on, mistä potilas puhuu ja toisinaan, mistä hän ei mielellään puhu tai mitä aihepiiriä hän selkeästi välttelee. Näitä työskentelyn valintoja psykoterapeutti tekee sekä tietoisesti että tiedostamattaan.

Voikin ajatella, että nykyinen psykoterapiamaailmassa ajoittain ja paikoitellen esiintyvä vastustus uskonnolliselle ja hengelliselle mielensisällölle ja näiden alueiden tutkimisen ja puhumisen mahdollisuudelle psykoterapiassa on osittain seurausta siitä, että Freudin jälkeiset psykoterapeuttisukupolvet ovat vääristäneet käsitystä sisäisestä settingistä¹⁰, psykoterapian puitteista, jotka ovat psykoterapiaprosessin mahdollistajia. On sekoitettu Freudin henkilökohtainen vakaumus, ateistinen maailmankatso-

⁶ Ormio 2009, 44. Tämä on koulutusvastaava Leena Ormion kirjoitus ensimmäisestä Therapie-säätiön ja Joensuun yliopiston järjestämästä pastoraalipsykologisia aiheita sisältävästä psykoterapeuttikoulutuksesta 2004–2007, jonka päätösseminaarissa Pentti Ikonen puhui.

⁷ Kirjeitä on koottu kirjaan *Psychoanalysis and Faith*, 1963. Freudin kirjeet ovat säilyneet, mutta Pfisterin eivät. Freud teoretisoi uskonnosta ja uskon merkityksestä neljän kirjan verran: *Totem and taboo* 1913, *The future of an illusion* 1927, *Civilization and its discontents* 1930 ja *Moses and monotheism* 1939.

⁸ Wikström 1989, 7.

⁹ *Psychoanalysis and Faith*. 1963, 17.

¹⁰ Psykodynaamisessa hoidossa on sovittuja toimintatapoja, jotka mahdollistavat hoitosuhteen toteutumisen. Psykoterapeutti antaa oman mielensä potilaansa käyttöön tietyillä ehdoilla, sekä ulkoisilla että sisäisillä. Ulkoiset puitteet liittyvät esimerkiksi psykoterapia-ajoista, palkkiosta ja loma-ajoista tehtyihin sopimuksiin.

mus, siihen, että psykoterapeutin tulisi estää potilaansa puhe hengellisyyden tai uskonnollisuuden alueella, jotta psykoterapia pysyisi ”puhtaana ja objektiivisena”. Myös kognitiivisten psykoterapioiden juuri on psykoanalyttisessä teorianmuodostuksessa, josta ne ovat alkaneet eriytyä 1960-luvulta alkaen.¹¹

Freud varoittaa psykoanalytikoita puuttumasta, kääntymästä potilaita millekään omalle suunnalleen. Kääntymisen sijaan hän toivoo analyttikon kykenevän täyteen, vapauttavaan analyysiin potilaan elämän kaikilla tasoilla:

Me analyttikot asetamme tavoitteeksemme potilaan mahdollisimman täydellisen ja syvällisen analyysin, emme tahdo rasittaa häntä katolisen, protestanttisen emmekä sosialistisen seurakunnan jäsenyydellä vaan rikastuttaa häntä hänen omasta sisimmästään lähtien ohjaamalla hänen egoonsa energiaa, joka oli torjunnan vaikutuksesta sitoutunut tiedostamattomaan pois käytettävistä, samoin kuin energiaa, jota ego joutuu turhaan käyttämään torjuntujen ylläpitämiseen.¹²

Freud puhuu tässä kirjoituksessaan *Postscript to The Question of Lay Analysis* vuodelta 1927, psykoanalyysistä sekulaarina pastoraalisena menetelmänä, jossa pyritään tutkimaan ihmisen yksilöllistä psykodynamiikkaa mahdollisimman tarkasti ja laaja-alaisesti.¹³ Koska Freud näki, että tälläkin alueella vaadittiin täyttä analyysia, on oletettava, että hän antoi potilaidensa myös puhua näistä aihepiireistä vapaan assosiaation menetelmällä. Freud suosittelee tässä samassa kirjassaan psykoanalyttisen metodin soveltamista taiteen, uskonnon ja sosiaalisen järjestyksen, siis kaikenlaisen sivistyksen, kehityksen palvelukseen.¹⁴ Edelleen hän korostaa mahdollisimman laaja-alaista psykoanalyttikoiden teoreettista koulutusta, johon sisältyy muun muassa mytologian, uskontopsykologian sekä kirjallisuustieteen aihepiirejä. Freud toteaa, että ilman tietämystä näistä aihepiireistä psykoanalyttikko ei voi käyttää suurta osaa potilaansa materiaalista.¹⁵ Freudin potilashoitojen tapauskertomuksissa on kuvausta, kuinka niissä potilas ja Freud ovat yhdessä tutkineet potilaan uskonnollisuutta ja hengellisyyttä.¹⁶

Oma kiinnostukseni uskonnollisten ja hengellisten kysymysten tarkasteluun psykoterapiatyössä nousee vuosien varrella tekemistäni huomioista, että näitä aihepiirejä ei välttämättä nähdä psykoterapian tarkastelun sisältöihin kuuluvana silloinkaan, kun potilas niitä psykoterapiaansa tuo. Käsitykseni mukaan tämä on psykoterapian kannalta myös selkeästi eettinen ongelma.

¹¹ Psykiatri ja professori Aaron T. Beck koulututtautui ensin psykoanalyttikoksi. Hän huomasi kliinisen työnsä kautta, että klassinen psykoanalyysi auttaa masentuneita harvoin. (Kuusinen 2001, 14.) Beck alkoi tyttärensä Judith Beckin kanssa kehittää masennuksen kognitiivis-behavioraalista mallia havaittuaan, että keskittymällä masentuneen negatiivisiin automaattisiin ajatuksiin saavutetaan toipumista. (Foundation for Cognitive Therapy and Research. Internetaineisto.)

¹² Freud 1959, 256.

¹³ Freud 1959, 256–257.

¹⁴ Freud 1959, 248.

¹⁵ Freud 1959, 246.

¹⁶ Freudin tapausselostuksissa Susimies ja Schreber on molemmissa varsin paljon aineksia siitä, että Freud hoidoissa tutki näiden miesten jumalakuvia, heidän fantasioitaan ja ajatuksiaan suhteessa Jumalaan. (Palmer 1997, 54–59.)

Selvitän tässä tutkimuksessani niitä tekijöitä, jotka sallivat tai estävät potilaan uskonnollisen ja hengellisen aineksen tutkimista ja työstämistä psykoterapiassa. Keskityn psykoterapeutin kouluttautumiseen ja toimintaan psykoterapeuttina sekä psykoterapeutin käsityksiin uskonnollisuudesta ja hengellisyydestä. Myös näissä käsityksissä ja heidän työtavoissaan tapahtuneet muutokset tulevat tutkimukseni keskiöön. Tarkastelen psykoterapiatyön elementtejä, sen settingiä sekä potilaan ja psykoterapeutin välistä vuorovaikutusta. Palaan tutkimuskysymyksiin tarkemmin luvussa 3.1.

1.2 TUTKIJAN TAUSTA

Laadullista ihmistieteiden tutkimusta ei koskaan tehdä tutkijan itsensä ulkopuolelta. Ajattelen tämän koskevan erityisesti aiheita, jotka liikkuvat syvän yksilöllisyyden, henkilökohtaisten merkitysten ja kokemusten alueella. Siten myös esimerkiksi laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin tulee kohdistua koko tutkimusprosessiin.¹⁷ Tutkijan arvomaailman ja käsitysten tunnistaminen ja niiden sisällöistä kertominen kohentavat tutkimuksen luotettavuutta. Tutkija tekee valintoja koko tutkimuksen ajan siitä, minkä hän katsoo olevan kiinnostavaa ja tutkimuskysymyksiin parhaiten vastauksia antavaa. Omalle, psykoterapeuttisen suhteen ilmiöitä esiintuovalle ja niitä analysoivalle tutkimukselleni on ollut tärkeä pohtia näitä tekemiäni valintoja koko prosessin ajan. Samoin momentasoinen eettinen pohdinta vaikutti tekemiini tutkimusvalintoihin. Tekemiini valintoihin vaikuttivat taustani ja elämänhistoriani. Teologi Raija Sollamo korostaa teologian tutkijan osallisuutta tutkimuskohteeseen niin, että pyrkimys täyteen objektiivisuuteen johtaa kuivaan tieteeseen.¹⁸ Täyteen objektiivisuuteen en ole pyrkinyt, eikä se olisi mahdollistakaan.

Miettiessäni polkuani tähän päivään, huomaan kiinnittäväni katseeni erityisesti niihin kohtiin, joissa on ollut erilaisia jännitteitä koulutuksellisen ja ammatillisen urani aikana. Nämä ovat kohtia, joissa olen ollut eri tieteenalojen, ja kunkin tieteenalan sisäisten paineiden ja jännitteiden ristiaallokossa. Psykoanalyttisellä kielellä sanottuna silloin, kun olen liikkunut mielensisäisen transitionaalitilan¹⁹ alueella. Nämä ristiriidat, jännitteet ja paradoksit ovat saaneet minut tarttumaan tutkimukseni aihepiiriin. Tutkimusaiheeni ei olisi jättänyt minua rauhaan ilman syvällistä siihen pureutumista. Tutkimustieni kautta olen etsinyt rajoja sille, mitä Joachim Scharfenberg kuvaa yhtenä pastoraalipsykologian perusongelmana. Tämä perusongelma on ajatus, että meillä ihmisillä on elämässä monia eri rooleja ja niiden keskellä meidän täytyy kuitenkin löytää oma kestävä identiteettimme.²⁰

Olen ensimmäiseltä koulutukseltani lääketieteen lisensiaatti. Valmistuttuani helmikuussa 1993 ajattelin urapolkuni johtavan yleislääkäriksi. Mielessäni itivät silloin ajatukset siitä, että vain näyttöön perustuva lääketiede (Evidence Based Medicine)

¹⁷ Eskola & Suoranta 1998, 152.

¹⁸ Sollamo 1991, 195.

¹⁹ Transitionaalitila on Donald Winnicottin luoma käsite, joka ihmisen kehityksessä liittyy vaiheeseen, jossa lapsi alkaa eriytyä äidistä. Myöhemmin tämä transitionaalitila on ihmisen mielessä ”paikka” kulttuurille, myyteille ja psykoanalyttiselle hoidolle. (Winnicott 1971, 129–132.)

²⁰ Schafenberg 2000, 20–21.

tuottaa meille jotakin tietämisen arvoista ihmisen sairastamisesta, ja tieteestä yleensä. Suhtauduin alentuvasti, ehkä jopa halveksuen, psykiatrian erikoisalaan ja ajattelun psykiatrien puuhastelevan jotakin Oikean Lääketieteen ulkopuolella. Kuitenkin samaan aikaan mielessäni eli kiinnostus psykoanalyysin teoriaan. Olin jo lukioiästä alkaen ahminut kaikki kirjastosta löytämäni Sigmund Freudin teokset. Ehkä näiden ammatillisten haaveideni integraatio oli, että voisin olla jotakin sellaista, mitä kuvittelin vanhanajan kunnanlääkärin olevan: hän tuntee seutunsa ihmiset useamman sukupolven ajalta ja voi kuunnella heidän elämäänsä ja auttaa heitä hyvin kokonaisvaltaisella tavalla.

Työskentelin 1990-luvulla Varsinais-Suomen eri terveyskeskuksissa neljän vuoden ajan. Terveyskeskuslääkärin työ osoittautui kuitenkin joksikin aivan muuksi kuin oma haaveeni. Työpäivät olivat täynnä hyvin lyhyitä, satunnaisia kohtaamisia ilman jatkuvuutta. Potilaiden käyntien syyt vaihtelivat laidasta laitaan, ja omassa mielessäni, hoidettavana oli kymmeniä asioita samanaikaisesti. Kaikissa työpaikoissani oli myös resurssipulaa. Tämä resurssipula näkyi työyhteisöjen stressaantumisena, jonka koin kuormittavana. Ajan kuluessa vastaanotolleni alkoi vähitellen hakeutua enemmän potilaita, joiden pulmat olivat sekaisia, monipolvisia ja kätettyjä. Heissä oli sekä terveyspalveluiden suurkuluttajia että heitä, joilla oli toistuvaa ja tiheää terveyspalveluiden käyttöä monenlaisista, ja ainakin osin epämääräisistä syistä. Koin, että aikaa ei ollut koskaan riittävästi heidän ajatustensa ja pulmiensa tarpeelliseen kuuntelemiseen.

Aloin tehdä vaikeaa työtä sisäisten esteideni purkamiseksi, jotta voisin totella sitä ääntä itsessäni, joka johti minua psykiatrian erikoisalaa kohti. Hakeuduin työhön Vakka-Suomen sairaalaan Uuteenkaupunkiin. Erilaisten sattumusten kautta aloin erikoistua aikuispsykiatriaan vuonna 1998. Samalla kiinnostukseni psykoanalyyttista²¹ psykoterapiaa kohtaan vahvistui entisestään. Hakeuduin samaan aikaan henkilökohtaiseen psykoanalyysiin Therapiea-säätiön koulutuspsykoanalyttikolle.

Psykiatrian erikoistumisen ajanjakso ei ollut ristiriidatonta sekään. Turun psykiatriassa oli tuolloin voimakas biologisen psykiatrian painotus. Tämä oli vieläpä sellainen painotus, että on olemassa vain tämä lähestymistapa. Tähän ei oma ajatusmaailmani taipunut, ja yhteenotot olivat väistämättömiä. Omassa ajattelutavassani biologia ja syvyyspsykologinen ymmärrys eivät sulje toisiaan pois, vaan ne täydentävät kuvaa ihmismielen sairauksista ja häiriöistä. Eheytyksen ja paranemisen ytimessä on henkilön mahdollisuus tulla oman sairautensa sanottavan kanssa kuulluksi ja ymmärretyksi. Ajattelen, että diagnoosi on vain alkukohta merkityksekkäälle ja yksilökohtaiselle hoidolle. Hoidossa on ymmärrettävä potilaan oireen ja sairauden mielekkyys ja merkitys hänelle ja hänen elämäntilanteessaan. Jo Freud puhuu lääketieteen ja psykoanalyttisen ajattelun olemuksellisesta ristiriidasta. Freudin näkemyksen mukaan pelkästään lääketieteellisen koulutuksen saanut auttaja on voimaton neurootikkojen ymmärtämisessä ja hoitamisessa.²²

²¹ Käytän tässä väitöskirjassa sekä psykodynaamisen että psykoanalyttisen psykoterapian käsitteitä puhuessani psykoterapian muodosta, joka juontaa juurensa Freudin kehittämään psykoanalyysin teoriaan.

²² Freud 1959, 230–232.

Valmistuin helmikuussa 2002 psykiatrian erikoislääkäriksi. Vuotta aikaisemmin olin hakeutunut ensimmäiseen psykoterapeuttikoulutukseeni Therapiea-säätiöön. Koulutusyhteisön valinta oli minulle helppoa, ja oikeastaan tein tämän valinnan jo hakeutuessani omaan koulutusanalyysiini. Olin lukenut paljon koulutusyhteisön historiaa ja Therapieassa vaikuttaneiden, etenkin psykiatri Martti ja teologi Aarne Siiralan sekä psykologi Pirkko Siltalan, kirjoituksia, ja viehättynyt niistä välittyvästä maailmankuvasta ja ihmiskäsityksestä, jossa ihminen otetaan hoidossa vastaan kokonaisuutena ruumiinsa, sielunsa ja henkensä kanssa. Sama kokonaisvaltainen käsitys koskee myös psykoterapeutin olemista. Myös yhteisön vaikutus ihmisen elämään ja olemiseen on tulokulma, joka minua on aina viehättänyt. Olin jo silloin etsinyt ammatillista yhteisöä, jossa mahdollistuisi moniäänisyys ja jossa vallitsisi hyvin vähäinen suojautumisen tarve erilaista ja vierasta kohtaan. Tällöin kaikkea elämässä olevaa voisi ajatella, tutkia ja tarkastella sekä omassa mielessään että dialogissa toisten kanssa. Tämä etsintä jatkuu edelleen.

Kulttuuripsykologian dosentti Juhani Ihanus kuvaa Therapiea-säätiön 40 vuotisjuhlakirjassa "therapeialaisuuden" antia juuri siinä, ettei se ole peruuttamattomasti sitoutunut mihinkään suuntaukseen, ideologiaan tai teoriarakennelmaan, vaan on koettanut ylläpitää ja tukea erilaisten näkemysten kohtaamisia.²³ Koulutuspsykoanalyttikko ja pastoraalipsykologian dosentti, TT Matti Hyrck (1942–2014) kuvaa therapeialaisena ihanteena olevan sellainen psykoanalyttikko, joka kohtaa potilaan tämän ainutkertaisista omista lähtökohdista käsin mahdollisimman vapaana tilanteen hallintaan tähtäävistä teoreettisista ennakkonäkemyksistä.²⁴

Oman kokemuskaareni keskellä koen, että tällä tavalla määritetyn therapeialaisuuden ja psykoanalyttikon ihanteen toivoisin olevan edelleen totta. Nämä ihanteet ovat saaneet minutkin valitsemaan Therapiean koulutusyhteisökseni. Kuitenkin vuosien kuluessa (kahdeksan vuotta kahdessa psykoterapeuttikoulutuksessa) olen kokenut, että koulutuksen ja ajattelun todellisuus ei aina ole ollut tällaisen ihmiskäsityksen ja maailmankuvan mukaista. Onko therapeialainen koulutus muuttunut ratkaisevalla tavalla vuosikymmenten kuluessa siten, että tämä Ihanuksen ja Hyrckin kuvaama todellisuus ei ole enää ollut totta pitkään aikaan? Esimerkiksi itse koin, että sellaiset näkemykset tuntuvat olevan sitkeässä, että uskonnollisuuden tai hengellisyyden tarkastelu ei kuulu psykoterapeuttisen käytännön piiriin. Tämä mielensisältöjen jakaminen sallittuihin ja ei-sallittuihin tarkastelun aiheisiin psykoanalyysissa on hämentänyt mieltäni.²⁵ Tällainen hoitoon tuodun materiaalin jakaminen käsiteltävään ja ei-käsiteltävään on myös psykoterapian kannalta eettinen ongelma.

Samalla kuitenkin koulutusyhteisö on osaltaan muokannut identiteettiäni ja herättänyt minut ajattelemaan psykoanalyttista teoriaa tai ihmismieltä holistisesti, niin, että siihen kuuluvat ruumis, sielu ja henki. Valmistuin erityistason psykoterapeutiksi 2004. Minut hyväksyttiin psykoanalyttikkokoulutukseen samana vuonna. Noihin aikoihin olin alkanut yhä enemmän ja syvemmin kiinnostua kristillisestä mystiikasta, jonka löysin hiljaisuuden liikkeessä ja jumalanpalveluselämän kautta.

²³ Ihanus 2000, 141.

²⁴ Hyrck 2003, 28.

²⁵ Kernberg 1996, 1037–1038.

Jumalanpalveluselämän rikkauden löysin hiljalleen 1990-luvun kuluessa ja hiljaisuuden retriittien suurkuluttajaksi etsiydyin 2000-luvun alusta alkaen. Kristilliseen spiritualiteettiin ja mystiikkaan liittyvät asiat elivät siten omassa mielessäni voimakkaasti psykoanalytikkokoulutuksen alkaessa. Monta kertaa keskustelimme koulutusryhmässä varsin kiivaastikin uskonnollisten ja hengellisten asioiden puhumisen mahdollisuudesta tai mahdottomuudesta psykoanalyttisessä hoidossa. Nämäkin keskustelut toivat minua tutkimukseni aihepiiriin äärelle. Olen kirjoittanut lyhyesti Psykoterapia-lehden mielipidepalstalle huomioistani hengellisyyden ahdistavuudesta psykoterapeuteille psykoanalytikkokoulutukseni loppuvaiheessa 2009.²⁶

Teologian opintoni aloitin vähän aralla mielellä Åbo Akademiassa syksyllä 2007. Aran mielen syinä olivat etenkin ruotsin kielellä opiskelu ja teologiaa kohtaan tuntemani arkuus. Tieteenalana teologia vaikutti uudelta, suurelta mantereelta, jota mannerta hallitsevat itselleni aivan tuntemattomat lainalaisuudet. Näiden lainalaisuuksien oppiminen tuntui itselleni mahdottomalta. Sama arkuus systemaattista teologiaa kohtaan elää mielessäni edelleen. Teologiassa erityisesti suhde Deus Absconditus–Deus Revelatus²⁷ (Salattu Jumala–Itsensä ilmoittava Jumala) on mielenkiintoinen ja jännitteitä sisältävä. Mitä voimme todella Jumalasta tietää ja sanoiksi pukea? Emme voi tavoittaa Jumalaa tieteellisen tutkimuksen menetelmin, voimme vain tutkia sitä, mitä Jumala meissä ihmisissä herättää ja mitä koemme ja olemme kokeneet suhteessa Jumalaan. Professori Kettunen tarkentaa hengellisessä elämässä olevaa selittämättömän kohtaamista näin:

Kaikki hengellisessä elämässä ei kuitenkaan ole selitettävissä yksilön tai yhteisön elämänhistoriasta tai ihmisen sisäisestä maailmasta käsin. Jumalan kohtaamiseen kuuluu myös salattu, selittämätön, sanoittamaton ja tutkimaton alue, jonka edessä ihminen pysähtyy. Jumala on paljon enemmän kuin kykenemme ymmärtämään ja kertomaan. Pohjimmiltaan Jumala on salattu, selittämätön ja sanoin kuvaamaton.²⁸

Uskontopsykologian professori (emeritus) Owe Wikströmin mukaan ihminen voi omin neuvoin vain aavistaa jotakin, mutta ei tietää mitään Jumalasta.²⁹ Jumalasta voimme puhua, mutta emme voi tieteellisin menetelmin Jumalaa tutkia tai päätyä tieteellisen tutkimuksen kautta määrittelemään Jumalan ominaisuuksia tai oikeaa oppia.

Yhtäältä minulle lääketieteestä tutut Evidence Based Methods eivät teologiassa toimi, vaan on siedettävä suurempaa epävarmuutta ja pidettävä mahdollisena sitä, että tietomme on vääriä aivan toisella asteikolla kuin aiemmin kohtaamissani tieteissä. Raamatussa Job toteaa: "Olen puhunut mitään ymmärtämättä asioista, joita en käsitä – ne ovat minulle liian ihmeellisiä." (Job 42:3) Toisaalta minulle aiemmin tutut psykoterapeuttinen ajattelu ja ihmisten kohtaamisen ja kuuntelun työ liikkuvat samoilla olemisen alueilla kuin sielunhoidossa. Näissä sielunhoidon kohtaamisissa on siedettävä ei-tietämisen tuskaa ja elämän aiheuttamaa ahdistusta sekä itsessä että toisis-

²⁶ Sievers 2009, 172.

²⁷ Kolb 2002, 449–450.

²⁸ Kettunen 2003, 365.

²⁹ Wikström 2004, 125.

sa.³⁰ Molemmissa kuljetaan ihmisen vierellä ja kanssa. Koin, että yhdistävää teologialle, ja erityisesti pastoraalipsykologialle sekä psykoterapian ajatusmaailmalle on, että liikutaan ihmisen kokemusmaailman alueella, jossa ei sinällään ole väärää tai oikeaa tapaa kokea, ajatella ja tuntea. Tässäkin mielessä liikutaan transitionaalitilan alueella. Myös Matti Hyrck ehdottaa, että ontologisessa mielessä teologiset käsitteet pastoraalipsykologiassa tulisi sijoittaa tälle transitionaalitilan alueelle.³¹

Samaan aikaan 2000-luvun alussa olin innostunut saatuani kontaktin ignatiaaniseen spiritualiteettiin, tähän *Hengellisistä harjoituksista*³² voimansa ammentavaan arkipäivässä elettyyn hengellisyteen. Hengellisten harjoitusten kehittäjä ja katolisen jesuiittaveljestön perustaja Ignatius Loyola (1491–1556) on toiminut minulle eräänlaisena sielunhoitajan esikuvana. Loyola kehitti Hengellisiä harjoituksiaan melkein kaksikymmentä vuotta, ja ne pohjautuvat hänen muistiinpanoihinsa siitä, miten hän on itse kokenut Jumalan. Myös Ignatius Loyolan palava intohimo oli auttaa sieluja. Hän katsoo Hengellisten harjoitusten alkuperustassaan, että ihminen on luotu ylistämään, kunnioittamaan ja palvelemaan Jumalaa koko olemuksellaan.³³ Tämä päämäärä ei kuitenkaan ole ihmiselle selvä, ei ollut 1500-luvulla, eikä ole meidän aikanamme. Ignatius Loyola katsoo, että sielunhoitajan tehtävä on auttaa ihmistä huomaamaan ja toteuttamaan tätä päämäärää elämässään ja elämällään omalla henkilökohtaisella tavallaan. Sielunhoitajan rooli on siten yksi vahva punos identiteettiäni ja yksi punos, joka on johtanut minut tutkimukseni pariin.

Mielestäni ihmisellä on oikeus tulla intensiivisessä psykoterapiassa kuulluksi ja nähdyksi kaikkine puolineen tai ainakin kaikkine niine puolineen, joita hän itse on valmis psykoterapeutin kanssa tarkastelemaan. Näin koen psykoterapeuttisen hoidon olevan omalla tavallaan samalla myös sielullisen kasvun mannerta. Myös amerikkalaisen psykiatrin ja psykoanalyytikon Ana-Maria Rizzuton käsityksen mukaan syvän henkilökohtaisen tason saavuttava psykoterapia aina muuttaa potilaan moraalisia ja uskonnollisia sitoumuksia sekä vaikuttaa henkilön uskomuksiin.³⁴

1.3 RAPORTIN RAKENNE

Väitöskirjassani on teemoja sekä psykoterapian että teologian alalta. Tuon esiin sitä, miten uskonnollista ja hengellistä materiaalia konkreettisella tavalla lähestytään psykoterapiatyössä. Esittelen psykoterapian ja pastoraalipsykologian keskeisimpiä teoreettisia sisältöjä luvussa kaksi. Luvun kaksi alaluvussa 2.2.5 esittelen suomalaisen kirjallisuusesimerkin kautta sitä, miten teoreettisesti esittelemäni uskonnollisuuteen ja hengellisyteen liittyvät transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöt elävät erityisellä tavalla käytännön psykoterapiatyössä. Tämän kertomuksen kautta myös psykote-

³⁰ TT, dosentti Lassi Pruukin mukaan sielunhoitajan tulisi olla ei-tietämisen tilassa. Tämä tarkoittaa sitä, että sielunhoitajan tulee sietää epävarmuutta, kyseenalaistaa omat olettamuksensa ja tietämisensä ja olla mahdollisimman avoin. (Pruuki 2009, 15.)

³¹ Hyrck 2000, 141.

³² de Loyola 1981.

³³ de Loyola 1981, 23–24.

³⁴ Rizzuto 1998a, 75–76, 78.

rapian settingin ylläpidon tärkeys tulee esiin hoidon mahdollistajana. Teorialuvuissa 2.6 ja 2.7 kuvaan lyhyesti jumalakuvaan liittyviä tekijöitä, sekä niitä psykologisia positioita, joiden kautta ihminen elää suhteessa toisiin ihmisiin ja Jumalaan. Sitä ajatusta, että suhteessa Jumalaan olisi olemassa vielä täysin uudenlainen mielen positio, tarkastelen luvussa 2.8.

Luvussa kolme esittelen tutkimukseni menetelmää, tutkimustehtävää ja kuvailen tekemiäni haastatteluja. Tutkimuksen varsinaisia tuloslukuja ovat luvut neljä, viisi, kuusi ja seitsemän. Tulosluvussa neljä esittelen sitä, mitä osatekijöitä liittyy psykoterapeuttien koulutukseen ja taustaan. Koko ajan keskityn siihen, miten nämä ilmiöt vaikuttavat psykoterapeuttien työskentelyyn uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa. Luvun viisi ja seitsemän teoriataustaa olen esitellyt lyhyesti luvussa kaksi. Teoriataustasta kertovat ja tulosluvut on erotettu näin raportin selkeyden vuoksi. Tulosluvuista viisi ja seitsemän olisi tullut varsin mittavia, mikäli suurempi osa teoriataustaa olisi esitelty vasta tässä yhteydessä. Luvussa kuusi tarkastelen psykoterapeuttien työskentelyä niiden potilaiden kanssa, jotka ovat jollakin tavalla työstäneet suhdettaan hengelliseen yhteisöönsä.

Tulosluku seitsemän on keskeisin. Tavallaan aiemmat tulosluvut neljä ja viisi rakentavat pohjaa tälle varsinaisen psykoterapeutti-potilas-suhteen vuorovaikutuksen ilmiöitä esittelevälle luvulle. Tässä luvussa esittelen, miten moninaisella tavalla psykoterapeutin käsitykset, elämänhistoria ja hänen tapansa olla tunnesuhteessa toiseen ihmiseen vaikuttavat mahdollisuuksiin käsitellä ja lähestyä potilaan uskonnollista ja hengellistä ainesta.

Luvut 4–7 on nimetty sisällönanalyysin kautta kehittämieni kategorioiden mukaisesti. Tästä tarkemmin luvussa 3.4.

Luvussa kahdeksan tarkastelen kaikkia tulosluvuissa esitettyjä löydöksiä yhdessä. Tässä luvussa esitän, millä kolmella eri tavalla aineistoni psykoterapeutit lähestyvät potilaiden uskonnollista ja hengellistä materiaalia. Luvussa yhdeksän tarkastelen tutkimukseni luotettavuutta. Väitöskirjani kymmenennessä, viimeisessä luvussa pohdin, miten aineistoni vastaa tutkimuskysymyksiin ja minkälaisia jatkotutkimuskysymyksiä aihepiiristä nousee. Tässä luvussa esitän myös tutkimukseni tuomia haasteita psykoterapeuttikoulutukselle ja kliiniselle psykoterapiatyölle.

2 Tutkimuksen tausta

2.1 PSYKOTERAPEUTIN VAIKUTUS SIIHEN MITÄ HOIDOSSA KÄSITELLÄÄN

Tutkimukseni kohdistuu uskonnollisuuden ja hengellisyyden puhumisen ja tutkimisen mahdollisuuteen suomalaisissa psykoterapioissa. Olisi kohtuullista olettaa, että psykoterapiaan tuleva potilas saa mahdollisuuden käsitellä kaikkea sitä, mitä hänen mielessään on. Siispä myös hengellisiä tai uskonnollisia asioita, silloin, kun ne ovat hänelle merkityksellisiä ja tärkeitä. Potilas voi olettaa, että hänellä on tässäkin suhteessa kyllin hyvä psykoterapeutti.³⁵ Kyllin hyvä psykoterapeutti huomioi myös sen, mistä elämänalueesta potilas ei välttämättä kykene tai halua puhua, vaikka juuri sen mielensisällön aiheet näyttävät aiheuttavan potilaalle pulmia ja tuntuvat rajoittavan potilaan kapasiteetin täyttää käyttämisestä. Katolinen pappi, psykoterapeutti Chris Jenkins kuvaa, että henkilön spiritualiteetin käsittelyn kieltäminen tai sitä kohtaan hyökkääminen kohdistuu tämän henkilön syvimpään olemukseen ja hänen integriteettiinsä, siihen saako henkilö olla olemassa kokonaisena, kaikkine puolineen.³⁶ Jos tällaista kokonaista olemassaoloa ei hoidossa sallita, seuraa häpeää.

Se, että uskonnosta ja politiikasta on ollut vaikea puhua terveydenhuollossa, liittyy Matti Hyrck mielestä pietismin vahvaan perinteeseen. Tämä on Hyrckin mukaan ollut jopa norminomaisesti kiellettyä siksi, että potilaita on haluttu suojata jopa aggressiiviseksi koetuilta käännättämysyrityksiltä.³⁷ Tutkin, miten nämä käsitykset terveydenhuollossa sallituista ja kielletyistä puheenaiheista vaikuttavat uskonnollisen ja hengellisen materiaalin käsittelyyn psykoterapiassa.

Professori Paavo Kettusen rippitutkimuksessa vuodelta 1998 on kuvaus ”Hillevin” kokemuksista psykoterapiassa sekä sielunhoidossa. Hillevi oli kokenut kahden aiemman psykoterapiasuhteensa vaikeina, ja vasta sielunhoitosuhde, jossa myös hänen uskonnolliset kysymyksensä otettiin vakavasti, muutti hänen oloansa kokonaisvaltaisella tavalla. Hillevin kertomuksessa hänen ensimmäisessä psykoterapiasuhteessaan terapeutti oli jopa kieltäytynyt uskonnollisten kysymysten käsittelystä hoidossa.³⁸

Uskonnollisen ja hengellisen mielensisällön laatu ja henkilökohtainen erityisyys ja merkityksellisyys, joka psykoterapiasuhteessa on molemmissa osapuolissa, tulevat tutkimuksessani huomioitaviksi. Potilaiden odotukset siitä, mitä kaikkea psykoterapiassa ymmärretään ja voidaan jakaa, tulee tutkittavaksi. Meissä ihmisissä on voimakas ymmärretyksi tulemisen tarve, ja sitä polttavampi tämä on, mitä tärkeämpiä alueita lähestymme. Psykoterapeutin työssäni olen havainnut, että joskus psykoterapiassa olevalla henkilöllä voi olla toive tulla jopa sanoitta ymmärretyksi.

³⁵ Laajennan Donald Winnicottin 1950-luvulla kehittämää käsitettä ”good enough mother” psykoterapeuttiin. Tällöin psykoterapeutti saa olla inhimillinen, mutta kuitenkin hän reagoi potilaaseensa ja auttaa tätä tutkimaan omaa mieltään riittävällä tavalla. (Winnicott 1971, 149–159.)

³⁶ Jenkins 2011, 29.

³⁷ Hyrck 2014, 15–16.

³⁸ Kettunen 1998, 357–358.

2.2 PSYKOTERAPIAN PÄÄPIIRTEIDEN ESITTELY

2.2.1 Psykoterapia ja hengellisyys samanaikaisina ilmiöinä

Uskonnollisuus, hengellisyys ja psykoterapiahoidossa käyminen elävät meissä ihmisissä samanaikaisina ilmiöinä. *Haastettu kirkko 2008–2011* raportin mukaan vuonna 2011 uskonnollisiin yhteisöihin kuuluttiin seuraavasti: Suomen evankelis-luterilaiseen kirkkoon kuului 77,2 % väestöstä, ortodoksiseen kirkkoon 1,1 % väestöstä ja muihin rekisteröityihin uskonnollisiin yhteisöihin (näistä suurimmat Jehovan todistajat, Suomen vapaakirkko, Katolinen kirkko Suomessa ja Suomen helluntaikirkko) 1,5 % väestöstä.³⁹ Yhteensä hengellisiin yhteisöihin kuului siis 79,8 % suomalaisista. Tämän lisäksi Suomessa on erilaisia uskonnollisia yhteisöjä miltei tuhat.⁴⁰

Vuonna 2011 Kelan erilaisten momenttien mukaisesti (harkinnanvarainen, vaikeavammaisten lääkinnällinen ja kuntoutuspsykoterapia) myönnettyä psykoterapiakuntoutusta sai 21 871 työikäistä ihmistä ja 9 489 nuorta eli yhteensä 31 360 henkilöä.⁴¹ Tämän lisäksi lukuisat potilaat maksavat psykoterapiansa itse. Kuntoutussäätiön selvityksen mukaan jopa valtaosa suomalaisesta psykoterapiasta tehdään yksityissektorilla ilman yhteiskunnan tukea.⁴² Paljon psykoterapeuttisia elementtejä sisältävää potilastyötä tehdään myös julkisella sektorilla: sairaaloissa, poliklinikoilla ja mielen-terveystoimistoissa, Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiössä ja kirkon perheasiainneuvottelukesköksissä.

Helsingin yliopiston käytännöllisen teologian professori Heikki Kotila (1960–2010) kirjoittaa, että jokaisella ihmisellä on jonkinlainen spiritualiteetti.⁴³ Kotila tarkoittaa, että tämä kaikkia ihmisiä koskeva spiritualiteetin käsite tarkoittaa yleisinhimillistä antropologista ominaisuutta, joka näyttäytyy ihmisyyteen kuuluvana piirteenä luoda ja asettaa arvoja.⁴⁴ Luterilaisen historian ja teologian professori Kirsi Stjerna kuvaa, että Lutherin teologian ytimessä on näkemys hengellisyydestä osana ihmisyyttä Jumalan luomana.⁴⁵ Tämä oman henkilökohtaisen spiritualiteetin olemassaolo koskee siten myös psykoterapiassa käyvää henkilöä. Eri asia on, miten he itse tätä määrittelevät ja minkälaisen käsitemaailman kautta. Siten henkilö, joka määrittelee itsensä ateistiksi, saattaa kuitenkin uskoa Voimaan tai Valtaan elämäänsä vaikuttavana tekijänä, kuten Ana-Maria Rizzuto kirjoittaa analysandinsa⁴⁶ kuvailleen hoidossaan: aiemmin itsensä absoluuttiseksi ateistiksi määritellyt naispotilas oivalsi yllätyksekseen psykoanalyysinsä aikana, että hänen elämäänsä sääntelee ja määrittelee ”Power”.⁴⁷ Rizzuton mukaan tämä ateistiksi itsensä määritellyt henkilö huomasi hoitonsa aikana jonkinlaisen yliluonnollisen, teistisen voiman ohjanneen hänen elämäänsä alusta saakka. Näin oma tapa uskoa tai olla uskomatta voi olla merkittävä kaikille ihmisille. Tämä kaiken mielensisällön tutkimisen mahdollisuus psykoterapeuttisessa hoidossa on tärkeä.

³⁹ Haastettu kirkko 2012, 28–31.

⁴⁰ www.uskonnot.fi. Internetaineisto.

⁴¹ Kansaneläkelaitos: Kelan kuntoutustilasto 2011. Internetaineisto.

⁴² Valkonen & Henriksson & Tuulio-Henriksson & Autti-Rämö 2011a, 10.

⁴³ Kotila 2005, 195.

⁴⁴ Kotila 2005, 197.

⁴⁵ Stjerna 2016, 134.

⁴⁶ Analysandi = psykoanalyysissa oleva potilas

⁴⁷ Rizzuto 2001, 204–205.

2.2.2 Psykoterapian yleinen olemus

Keskityn tässä tutkimuksessani potilaan ja psykoterapeutin väliseen suhteeseen ja psykoterapeuttista hoitoa mahdollistavien erilaisten tekijöiden kuvaukseen. Käsitteiden ja työskentelytekniikoiden välillä vallitsee koulukuntaeroja, jotka ovat saaneet alkunsa psykodynaamisessa psykoterapiassa jo Freudin ajalta ja kognitiivisissa psykoterapioissa heti näiden alettua erottautua psykodynaamisista tekniikoista 1960-luvulta alkaen. Näihin historiallisiin eroihin tekniikoissa ja teorioissa en omassa tutkimuksessani paneudu.

Yhdysvaltalainen lääkäri, koulutuspsykoanalyttikko Thomas Ogden on pohtinut psykoanalyysin olemusta. Hän kuvaa psykoanalyysin prosessia elettyinä emotionaalisenä ilmiönä, jota ei sen olemuksen vuoksi voi kääntää, tuottaa siitä transkriptiota, nauhoittaa, ymmärtää, selittää tai pukea sanoiksi.⁴⁸ Tätä sanoiksi pukemista kuitenkin itse yritän tässä tutkimuksessani tehdä. Ajattelen tämän saman mahdottomuuden sanoiksi pukemisen suhteen koskevan viitekehystä riippumatta kaikkea sellaista psykoterapiaa, jossa tutkitaan potilaan mielensisältöjä ja yksilöllisiä merkityksiä vuorovaikutussuhteessa.

Ihmisen lajityypillinen ominaisuus on kyky symboloida ja pukea puheeksi mielen sisältöjään ja välittää toiselle ihmiselle omia tunteitaan. Psykoterapiassa potilas yrittää psykodynaamisen viitekehksen alueella tavoittaa tiedostamatonta mielensisältöään. Koulutuspsykoanalyttikko (IPA) Pentti Ikonen kuvaa psykoterapeutin asennetta ja syytä tähän asenteeseen seuraavasti:

*Psykoterapeutin avun ja asenteen, hänen suhtautumisensa kävijään tulisi olla sellainen, että kävijä voi olla kasvotuksin sen kanssa, mitä hän pyrkii pitämään poissa tietoisuudestaan.*⁴⁹

Ikosen toteamuksessa kiteytyy se, että psykoterapiassa ihminen etsii sitä pahan olonsa aiheuttajaa, jota hänen ei ole helppo kohdata, koska sen kohtaaminen ja prosessoiminen tarkoittaa psyykkisen kivun kohtaamista ja läpikäymistä. Psykoterapeutin asenteen tulee siis olla sellainen, että se mahdollistaa tämän kivuliaan kohtaamisen. Riippumatta psykoterapeutin teoreettisesta viitekehystä, potilas otetaan vastaan niin, että hänellä ymmärretään olevan täysin yksilöllinen historia ja hänen sisäisestä maailmastaan johtuva ainutlaatuinen tapa suhtautua ulkomaailmaan.⁵⁰

Erityyppisissä psykoterapiahoidoissa oleva potilas tavoittelee hoidossa itseymmärryksensä lisääntymistä ja kertoo kuuntelijalle, psykoterapeutille, siitä, mitä hänen mielessään on ja millaisia merkityksiä asioilla ja tapahtumilla juuri hänen yksilöllisessä sisäisessä maailmassaan on nyt ja mitä siellä on ollut. Psykoterapeutti puolestaan yrittää ymmärtää potilaan ilmaisua ja siinä avautuvaa merkitysmaailmaa.⁵¹ Tämä tapahtuu sanojen, kertomusten ja suhteessaolemisen avulla. Sana kivi ei ole itse kivi, vaan se on jokaiselle ihmiselle merkitykseltään vähän erilainen, ja viittaa kiveen.⁵² Tietysti on samalla niin, että sanoilla on jaettava, yhteistä ymmärrystä.

⁴⁸ Ogden 2004, 857.

⁴⁹ Pentti Ikonen Ormion (2009, 45) mukaan.

⁵⁰ Schwab 2007, 55.

⁵¹ Leiman 1999, 43.

⁵² Tuohimaa 2008, 95.

Potilaan kertoma ja viestittämä aines vaikuttaa hoitavaan henkilöön niin, että tämän mieli reagoi viestitettyyn eri tasoilla. Koko psykoterapeuttisen prosessin voidaan ajatella perustuvan tähän vuorovaikutukseen. Psykoterapeuttinen hoito on kahden mielen välistä vuoropuhelua keskittyen toisen osapuolen sisältöjen ja merkitysten tutkimiseen ja jäsentämiseen. Tästä psykoterapian tapahtuman kokonaisvaltaisuudesta psykologi ja psykoterapeutti Leena Lähdeoja kirjoittaa seuraavalla tavalla:

Kokonaisvaltainen, oman persoonallisuuden varassa työskenteleminen merkitsee monta yhtäaikaista tapahtumaa. Se on rauhallista tilan antamista potilaalle, vetäytymistä näennäiseen passiivisuuteen. Se on tarkkaa eläytyvää kuuntelemista, jossa toisaalta seurataan, mitä potilas sanoo ja toisaalta sitä, mitä tunnetta hän ilmaisee koko olemuksellaan. Tämä kokonaisvaltainen kuunteleminen on aistimuksenomainen tapahtuma, joka synnyttää mielikuvia, muistoja ja kokemuksia terapeutissa. Hänen on tärkeää olla avoin näille syntyville mielikuvilleen, punnita niitä tiedollisten ja ammatillisten kokemustensa valossa, ja sitten omassa itsessä tapahtuneen työskentelyn jälkeen vastata potilaalle tavalla, joka siinä tilanteessa, siinä suhteessa tuntuu mielekkäimmältä, ja voi tarjoutua uudeksi askelmaksi potilaan jäsenestyössä.⁵³

Lähdeojan tiivistyksessä kuuluu se, että psykoterapeutti osallistuu prosessiin hyvin aktiivisella tavalla koko olemuksensa ja elämänsähistoriansa kanssa ja kautta, vaikka hän saattaa ulospäin näyttää passiiviselta. Psykoterapeuttinen hoitosuhde on epäsymmetrinen siinä, että kaikki tila ja aika on varattu potilaan mielenmaailman tutkimiseen. Psykoterapeuttinen vuorovaikutus on näin luonteeltaan erilaista kuin muu arkipäiväinen sosiaalinen vuorovaikutus.⁵⁴ Psykoterapian viitekehyksestä riippumatta psykoterapeutti käyttää omaa mieltään työvälineenä, hän kuuntelee, vastaanottaa, vastaa ja tulkitsee potilaan kertomaa oman mielensä kautta. Tämä on aktiivista ja ammatillista toimintaa, johon psykoterapeutti saa tukea teoriakoulutuksestaan, omasta koulutushoidostaan, säännöllisestä työnohjauksesta⁵⁵ ja jatkuvasta omien vastatransferenssitunteiden ja erilaisten muiden vasteidensa työstämisestä. Brittiläinen psykoanalyttikko Wilfred Bion (1897–1979) kirjoittaa jopa niin, että psykoanalyttikon ja potilaan tavatessa syntyy eräänlainen emotionaalinen myrsky molempien osapuolten mielessä, ja tässä tilanteessa analyttikon tehtävä on säilyttää oma mielensä sellaisessa tilassa, että vuorovaikutus hyödyttää potilasta.⁵⁶ Psykoterapeutti tuo työskentelyyn oman panoksensa ja tarjoaa potilaan käyttöön oman kokemuksensa, tietonsa ja taitonsa niin, että hoidolla on todellista merkitystä potilaalle.⁵⁷

⁵³ Lähdeoja 1981, 313.

⁵⁴ Laakso 1987, 1380.

⁵⁵ Matti Hyrck kirjoittaa oman työnohjaajansa sanoista, jotka ovat jääneet soimaan hänen mieleensä: "Psykoanalyysiä ei voi tehdä "käsineet kädessä"! " Hyrck jatkaa: "Analyysisuhde edellyttää analyttikolta uskaltautumista hyvin intiimiin psyykkiseen läsnäoloon. Hän joutuu riisumaan käsineensä ja käärimään vielä hihansakin. Koko persoona on pantava likoon." (Hyrck 2003, 273.)

⁵⁶ Bion 1994b, 321–322.

⁵⁷ Lehtonen 2006, 706.

Hoitosuhteen ilmiöitä ja sen asetelmaa kuvataan erilaisilla käsitteillä kahdessa tutkimukseni psykoterapeuttisessa viitekehyksessä. Kuitenkin eri psykoterapian viitekehysten ja koulukuntien tavoite on sama. Duodecim-seuran ja Suomen Akatemian konsensuslausuma psykoterapiasta sanoo psykoterapian määrittelyssä sen tavoitteesta seuraavaa:

Psykoterapian tavoitteena on poistaa tai lievittää psyykkisiä häiriöitä ja niihin liittyvää kärsimystä, tukea psyykkistä kasvua ja kehitystä sekä lisätä henkilön valmiuksia itse ratkaista ongelmiaan.⁵⁸

Voidaan ajatella, että pidemmissä psykoterapiahoidoissa tulokulma potilaan tilanteeseen on erilainen eri psykoterapian viitekehysten alueella, vaikka tavoite molemmissa onkin yllä mainitun kaltainen. Kognitiivisen viitekehysten hoidoissa potilas yrittää tavoittaa omaa sisäistä tiedonkäsittelyään, kognitioitaan ja metakognitioitaan⁵⁹ uudella tavalla. Kognitiivisten psykoterapioiden kirjossa tärkeää on yhteistyösuhteen laatu ja psykoterapeutin tapa olla tasavertaisessa vuorovaikutussuhteessa potilaan kanssa.⁶⁰ Perusajatuksena kognitiivisen psykoterapiaperheen teorioissa on, että ajatukset ja tunteet liittyvät toisiinsa ja muokkaamalla ajatuksia joustavampaan suuntaan saadaan aikaan muutosta myös tunnekokemuksessa.⁶¹ Tämän työskentelyn kautta saavutetulla uudella näkökulmalla omaan itseen ja itselle tyypilliseen tiedonkäsittelyyn on vaikutuksia henkilön tunne-elämään ja ihmissuhteisiin. Psykodynaamisessa psykoterapiassa tulokulma potilaan tilanteeseen on tunne-elämän ja ihmissuhteissa elämisen tavan tarkastelussa. Näiden merkityksien ja tilanteista, ihmissuhteista, tehtyjen tulkintojen kantamana myös henkilön kognitiivinen tiedonkäsittely muuttuu. Psykiatrian professori (emeritus) ja psykoanalyttikko (IPA) Johannes Lehtosen lausuma psykoterapeutin tehtävästä ja asemasta hoidossa koskee mielestäni kummankin viitekehysten psykoterapeuttia:

Terapeutti ei määrittele, mitä potilas viime kädessä on tai minkälainen hänen pitäisi olla. Terapeutti luo hoitosuhteeseen tilaa, jota potilaalla on mahdollisuus käyttää hyväkseen voidakseen muuttua.⁶²

Psykoterapiassa potilaalla on oikeus tuoda sanalliseen käsittelyyn kaikkea sitä, mitä hänen mielessään on. Samaa oikeutta ei ammatillisesti toimivalla psykoterapeutilla ole. Psykoterapeutilla on tietysti oma arvo- ja käsity maailmansa, mutta hän ei tuo niitä esiin tavallisen vuorovaikutuksen tapaan, vaan tarkastelee potilaansa mielenmaisemaa oman mielensä kautta. Tässä suhteessa katson olevan ongelmallista, mikäli psykoterapeutti ei voi tarjota omaa mieltään potilaansa käyttöön uskonnollisen ja hengellisen aineksen alueella.

⁵⁸ Konsensuslausuma psykoterapiasta. Duodecim ja Suomen Akatemia 2006, 4. Internetaineisto.

⁵⁹ Hakanen 2008, 18.

⁶⁰ Hakanen 2008, 16.

⁶¹ Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivut.

⁶² Lehtonen 2006, 706.

Psykoterapian prosessi on eräässä mielessä luonteeltaan yllätyksellinen ja odottamaton. Sen ottamaa suuntaa ei tiedetä edeltä käsin eikä psykoterapian kuluessakaan. Objektisuhdeteorian piiristä lähtevä brittiläinen koulutuspsykoanalyttikko Patrick Casement on kirjoittanut psykoanalyttisesta tilasta ja sen luomisesta. Hänen mukaansa psykoanalyttikko on analyttisen prosessin palvelija, ei sen hallitsija. Tällainen prosessin palveluksessa oleva psykoanalyttikko on tarvittaessa luja ja responsiivinen erilaisille potilaan tarpeille, mutta muuten tunkeilematon. Casement kuvaa analyttikon tehokkuuden olevan juuri tässä, miten hän oppii seuraamaan prosessia, muttei yritä hallita sitä. Silloin kun tämä analyttinen tila (space) on varattu potilaan käyttöön, se antaa tälle mahdollisuuden kasvaa lähemmäs omaa potentiaaliaan. Tällaisessa tilanteessa analyttisellä prosessilla on ikään kuin oma elämä ja suunta, ja kukaan ei voi ennalta tietää, mihin se vie.⁶³

Wilfred Bion kuvaa psykoterapeutin tapaa kuunnella potilastaan tai olla vuorovaikutuksen osapuolena hänen kanssaan niin, että psykoterapeutin tulisi kuunnella potilastaan ilman muistia, halua tai ymmärrystä.⁶⁴ Silloin psykoanalyttikko keskittyy täysin siihen, mitä potilaassa ja heidän välisessä vuorovaikutuksessaan tapahtuu juuri nyt. Tämä tapahtuu osittain intuition varassa.⁶⁵

2.2.3 Psykoterapian puitteet: setting ja yhteistyösuhde

Psykoterapiatyö tapahtuu sovittujen puitteiden varassa. Näitä puitteita on kirjallisuudessa kutsuttu muun muassa asetelmaksi ja settingiksi. Käytän tässä väitöskirjassa määritelmää setting puhuessani tekijöistä, jotka mahdollistavat psykoterapeutista hoitoa edesauttavat rakenteet ja järjestelyt. Setting toimii psykoterapeutin hoidon sekä yleensäkin potilaan ja psykoterapeutin keskinäisen suhteen mahdollistajana, rajaajana ja ylläpitäjänä. Settingissä on ulkoisia⁶⁶ ja sisäisiä elementtejä, joista tässä tutkimuksessa paneudun enemmän sisäisiin. Psykoterapeutti antaa oman mielensä potilaan käyttöön näillä sovituilta ehdoilla. TT, eetikko Martti Lindqvist (1945–2004) kuvaa ammatillisen auttamisen peruslähtökohtia näin:

On tärkeää tutkia, pohtia ja ymmärtää asioita kiihkottomasti. Se on neutraalisuuden ja objektiivisuuden voima. Asiakkaiden ihmisarvo edellyttää sitä, että he tulevat nähdyksi omana itsenään ja että heidän teoistaan ja niiden seurauksista puhutaan oikeilla nimillä. Tämä toteutuminen edellyttää asiakkaiden kokemuksen ja sisäisen maailman vakavasti ottamista.⁶⁷

Lindqvistin luonnehdinta auttamistyön edellytyksistä koskee myös psykoterapiaa, jossa potilaan kokemus, kertomus ja koko sisäinen maailma otetaan mahdollisimman kiihkottomalla tavalla vastaan sisältää se sitten mitä tahansa.

⁶³ Casement 1990, 164–165.

⁶⁴ Bion 1970, 51–52.

⁶⁵ Bion 1988b, 17–18.

⁶⁶ Settingin ulkoisia tekijöitä ovat sovitut rakenteet koskien esimerkiksi tapaamistiheyttä, tapaamisen kestoa, käyntien peruuntumista, lomaa ja maksamista.

⁶⁷ Lindqvist 2006, 177.

Psykoterapiahoidon puitteista sovitaan ja keskustellaan usein jo yhteisessä hoidon tarpeen ja mahdollisuuksien arviointivaiheessa. Oma tapani psykoterapeuttina on arvioida yhteisen työskentelyn mahdollisuuksia psykoterapiassa 1–4 arviointikäynnin verran. Näillä käynneillä kerron tulevalle potilaalleni myös mahdollisen alkavan psykoterapiahoidon puitteista ja käytännöistä, ja vastaan tarvittaessa potilaan esittämisiin kysymyksiin ammatillisesta koulutuksestani tai yleisistä tavoistani työskennellä.

Avaan seuraavassa psykoterapeuttisen hoidon settingiin kuuluvia piirteitä psykoanalyttisessä ja kognitiivisessa psykoterapiakontekstissa. En pohdi käsitteiden historiaa tai käyttöä erilaisissa koulukunnissa viitekehysten sisällä. Reflektoin näitä aihepiirejä teoreettiselta kannalta siitä näkökulmasta kuin ne tulevat omassa tutkimusaineistossani esiin. Kognitiivisten psykoterapioiden perheen kannalta settingin käsitteiden määrittely on vaikeampaa kuin psykodynaamisissa psykoterapioissa. Tämä johtuu siitä, että kognitiivisten psykoterapioiden perheessä ei ole kaikille kognitiivisen psykoterapian erilaisille muodoille yhteistä peruskäsitteistöä.⁶⁸

Teoreettinen käsitteiden ja tekniikoiden esittely on aina ihanteiden mukaista. Jokainen kliinistä työtä tekevä psykoterapeutti muodostaa yksilöllisen suhteen psykoterapian asetelmaan ja työtapoihin ja tämä suhde muuttuu ajan sekä ammatillisen kokemuksen karttuessa. Koulutusanalytikko (IFPS⁶⁹) Johannes Myyrä korostaa psykoanalyttisen ajattelun elävyyttä ja kokemuksellisuutta:

Psykoanalyttinen tieto voidaan välittää vain kokemuksena. Analyysikokemustahan ei voi saada lukemalla kirjoja. Mikäli psykoanalyttikkojen ajattelu jää vain vanhojen tekstien papukaijamaiseksi toisteluksi ja toisten analyttikkojen hoitokäytäntöjen apinoimiseksi, menetetään omakohtainen uutta luova ajattelu ja psykoanalyysi saadaan tapettua.⁷⁰

Myyrä liittää myöhemmin tekstissään kokemuksellisen alueen tietoon psykoanalyttisen teorian ja tekemisen lisäksi uskon alueen. Kummallakaan näillä alueilla ei voi työskennellä vain matkimalla jotakin toista, vaan on itse elettävä kokemuksellisessa vuorovaikutussuhteessa kyseessä olevan ilmiön kanssa.

Oman tutkimukseni kannalta on kiinnostavaa, näkyykö tämä elävyys ja kokemuksellisuus psykoterapeuttien kertomuksissa ja muodostaako uskonnollinen ja hengellinen mielensisältö jollakin tapaa erityisen alueen psykoterapian asetelman kannalta. Onko potilaan mahdollista tuoda kaikkea mielensisältöään tutkittavaksi ilman psykoterapeutin ohjausta suuntaan tai toiseen? Minua kiinnostaa myös se, miten psykoterapeutin kertyvä ammatillinen kokemus vaikuttaa siihen, miten hän potilaidensa uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa työskentelee.

Tutkimuksessani elää koko ajan se, millä tavoin uskonnollisesta ja hengellisestä mielensisällöstä puhutaan tai miten siitä ei puhuta. Psykoterapeuttien työskentelyyn vaikuttaa se, miten he ovat sisäistäneet oman psykoterapiamuotonsa tekniikat ja nii-

⁶⁸ Kuusinen 2001, 12.

⁶⁹ IFPS on lyhenne sanoista International Federation of Psychoanalytic Societies. Therapiea-yhdistys on IFPS:n jäsenjärjestö.

⁷⁰ Myyrä 2003, 269.

den teorian. Samoin työskentelyyn vaikuttavat erilaisten pohjalla olevien ammatillisten koulutusten vaateet. Lääkäri-psykoterapeutti on työstänyt psykoterapeutin identiteettiään ja toimintatapaansa eri tavalla kuin pappi-psykoterapeutti. Pappi joutuu julkisessa virassa arkityössään miettimään, millä tavalla esimerkiksi jumalanpalveluselämä, sielunhoitajana toimiminen tai retiriittien ohjaaminen vaikuttavat hänen rooliinsa psykoterapiatyössä. Julistaminen ja evankeliumista kertominen ovat papin työssä aina mukana, psykoterapeutti ei kuitenkaan voi toimia niin. Näitä ammatillisten roolien ristiriitoja esittelen alaluvussa 7.1.3.

2.2.3.1 Abstinenssiperiaate

Psykoanalyttisessa psykoterapiassa hoidon fokus on potilaan mielensisällön tutkimisessa. Prosessissa yritetään tavoittaa sitä, mikä on tiedostamatonta ja mistä transferenssisuhteessa saadaan elävää, kokemuksellista ja tämänhetkistä tietoa. Psykoterapeutti auttaa potilaan transferentiaalisten toiveiden, halujen ja tarpeiden tutkimisessa ja jäsentämisessä. Psykoterapeutin tulee pidättäytyä ilmaisemasta tietoa omasta henkilökohtaisesta elämästään, arvomaailmastaan ja asioistaan, jotta potilaan tarpeet, toiveet ja halut tulisivat ilmi ja näkyviksi. Tätä pidättäytymistä kutsutaan abstinenssiksi. Suora tiedon antaminen psykoterapeutista itsestään keskeyttää merkityksen etsimisen siitä, miksi potilas haluaisi asian tietää.

Freud korosti aikanaan erityisesti abstinenssin, pidättäytymisen, olevan tärkeää suhteessa potilaan seksuaaliväritteisiin kiihkeisiin toiveisiin ja purkauksiin.⁷¹ Oman tutkimukseni kannalta psykoterapeutin pidättäytyminen vastaamasta potilaan transferenssitoiveisiin uskonnollisen ja hengellisen mielensisällön alueella on samoin tärkeää. Abstinenssin kannalta psykoterapeutin vastatransferenssin tutkiminen on erityisen tärkeää, jotta hänen toimintansa pysyisi potilaan mielenmaiseman mahdollisimman syvän tarkastelun palveluksessa.

Ana-Maria Rizzuto on useiden vuosikymmenien ajan sekä kliinisessä työssään että tutkijana työskennellyt uskonnollisen mielensisällön erityislaadun parissa ja luonut teoriaa mielensisäisten jumalakuvien kehityksestä. Rizzuto on korostanut, että psykoterapeutin päätehtävä on pyrkiä pääsemään potilaan sisäiseen maailmaan ja auttaa tätä saamaan selkoa tästä maailmastaan, myös uskonnollisen ja hengellisen alueella.⁷² Hän korostaa samoin uskonnollisuuden ja hengellisyyden vääristyneiden ja defensiivisten muotojen tutkimista ja tarkastelua. Itse ajattelen tämän uskonnollisuuden ja hengellisyyden kysymysten vääristyneiden ja defensiivisten sävyjen tarkastelun koskevan myös psykoterapeuttia itseään.

Esimerkiksi Rizzuto varoittaa uskonnollista psykoterapeuttia mahdollisten psykoterapeutin interventioiden, kuten uskonnollisen luettavan tarjoamisesta tai omien uskonnollisten käsitysten esittämisestä. Hän esittää niiden tuovan ehkä hetkellistä helpotusta potilaan prosessissa, mutta ne eivät avaa tietä potilaan kärsimyksen lähteelle. Ne eivät myöskään paljasta niitä potilaan varhaisia vuorovaikutussuhteita, jotka ovat olleet muodostamassa tätä mielikuvamaailmaa. Rizzuto korostaa uskonnollisen alueella monenlaisten transferenssi- ja vastatransferenssiansojen hoitamis-

⁷¹ Freud 1958b, 163–167.

⁷² Rizzuto 2009, 2.

ta niin, että psykoterapian tavoite tarkastella ja tutkia avoimesti ja vapaasti potilaan mieltä säilyy.⁷³ Tähän tavoitteeseen pääsemiseksi psykoterapeutti käyttää muun muassa settingin rakenteita, joiden avulla hän pidättäytyy ilmaisemasta potilaalle omia käsityksiään ja arvoasetelmiaan.

On tärkeä kysymys, missä määrin psykoterapiassa voidaan harjoittaa erilaisia toimintoja ilman, että psykoterapian tarkoitus vaarantuu. Tämä tarkoitus on tarkastella ja jäsentää potilaan mielenmaisemaa. Mikäli erilaisia asioita harjoitetaan yhdessä psykoterapeutin kanssa, se tuo väistämättä näkyväksi psykoterapeutin omaa mielenmaisemaa ja arvomaailmaa. Tämä koskee uskonnollisen ja hengellisen alueella erityisesti rukousta sekä psykoterapeutin omien uskonkäsitysten ilmaisemista, joita molempia asioita potilaat psykoterapeuteilta joskus kysyvät. Psykoterapiassa puhutaan käsitteistä acting out ja acting in, jotka tarkoittavat lyhyesti sitä, että henkilö toimii puhumisen sijasta. Motiivina toimintaan on usein välttely, siis se, että varsinaisesta asiasta puhuminen ja sen tarkastelu on liian vaikeaa ja/tai kivuliasta. Acting out⁷⁴ tapahtuu psykoterapiavastaanoton ulkopuolella ja acting in psykoterapiavastaanoton aikana. Acting out, eli toiminta tarkastelun sijasta, oli tuttua jo Freudille.⁷⁵ Psykoterapeutin kaikenlainen oma toiminnallisuus (siis psykoterapeutin acting in) on aina laadultaan sellaista, joka kaventaa transferenssi-ilmioiden esiin tulon mahdollisuuksia, koska psykoterapeutin reaalinen persoona tulee toiminnan kautta potilaalle näkyvämmäksi.

Psykoanalyttisen brittiläisen objektisuhdeteorian haaran mukaisena abstinenssin ajatuksena on, että psykoterapeutti kantaa huolta potilaastaan, rakastaa tätä kyllin hyvän vanhemmuuden positioista.⁷⁶ Kyllin hyvä äiti on Donald Winnicottin käsite, jonka mukaisesti kyllin hyvä vanhempi deprivoi ja turhauttaa lastaan suhteuttaen toimintaansa lapsen kasvuun, jotta tämä voisi aikanaan luoda kyvyn ratkaista itse omia sisäisiä ongelmiaan. Kyllin hyvä vanhempi ei ylityydytä lapsen tarpeita.⁷⁷ Samaan tapaan psykoterapeutti antaa hoidossa settingin kautta potilaalle kyllin hyvän vanhemmuuden puitteet, joiden turvassa tämän kehitys pääsee etenemään tai käynnistymään uudelleen.

Psykoanalyttisen psykoterapian historiassa psykoterapeutti on joskus mielletty sellaiseksi, että hän on puhumaton ja vaikenee. Psykiatrian professori (emeritus), psykoanalytikko Johannes Lehtonen puhuu psykoterapeutista, joka vaikenemisellaan ikään kuin kääntää selkensä potilaalleen. Hän jättää vaikenemisellaan ja pidättäytymisellään potilaansa yksin tekemään psyykkistä työtä. Lehtonen jatkaa tämän olevan uhkana, jos psykoterapeutti mieltää abstinenssin vaikenemiseksi tai naamioi siihen omia kielteisiä vastatunteitaan.⁷⁸

Psykoterapiaprosessissa monet ilmiöt ovat sisäkkäisiä ja toinen toisiinsa vaikuttavia. Psykiatri ja psykoanalytikko Marita Torsti-Hagman liittää abstinenssi-käsitteeseen tiedostamattoman ja vastatransferenssin ulottuvuuden toteamalla:

⁷³ Rizzuto 2009, 22.

⁷⁴ Näissä acting out -ilmiöissä potilas purkaa transferenssimielikuviaan ja -tunteitaan liiallisessa määrin hoidon ulkopuolella hankalana toimintana tai ihmisuhteita haittaavalla tavalla. (Pylkkänen 2011, 73.)

⁷⁵ Freud 1958a, 150.

⁷⁶ Pylkkänen 2011, 66.

⁷⁷ Winnicott 1971, 13–14.

⁷⁸ Lehtonen 2006, 707.

Abstinenssi ei merkitse ainoastaan potilaan tyydyttämisen välttämistä, vaan ennen kaikkea analyytikon pidättäytymistä toiminnasta siihen asti kunnes hän käsittää omien motivaatioittensa piilotajuksen kirjon ja maltaa toimia ne huomioiden analyttisen prosessin edistymisen suuntaan.⁷⁹

Yksinkertaistettuna tämä ohje tarkoittaa, että psykoanalyytikon ei tule tehdä mitään psykoterapeuttisia interventioita potilaansa mielensisällöstä tai ylipäänsä vuorovaikutuksesta, ennen kuin hän käsittää oman mielensä motivaatioiden laajuuden ja kykenee toimimaan niiden kanssa psykoterapiaprosessin edistämisen suuntaan. Psykoanalyytikon on siis tutkittava omaa mieltään, omia käsityksiään ja omaa vastatransferenssiaan ja saatettava näin omaan tietoisuuteensa sitä, mikä yrittää paeta esiintuloa hänen omassa mielessään ja potilaan mielessä.

2.2.3.2 Neutraliteettiperiaate

Neutraliteetin käsite on vaikeampi kuvattava kuin abstinenssi, koska se liittyy psykoterapeutin tunteisiin, arvoihin ja ajatuksiin sekä näiden asioiden paljastamattomuuteen psykoterapiassa. Tavanomaisessa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa annamme eri tavoin näkyvyyttä arvoillemme. Sen sijaan psykoterapiassa pyritään välttämään psykoterapeutin kannanottoja potilaan suoriin tai epäsuoriin arvoihin.⁸⁰ Psykoterapeutin oman sisäisen maailman paljastuminen tai hänen jollakin tavalla arvottavat kannanottonsa suuntaan tai toiseen potilaan arvoihin ja asenteisiin nähden kaventavat aina transferenssin mahdollisuuksia. Täydellinen neutraalius on tietysti mahdotonta, kun psykoterapeutti on vuorovaikutuksessa potilaansa kanssa. Tämän usein pitkäaikaisen hoitosuhteen kautta psykoterapeutin persoonallinen olemistapa tulee potilaalle hoidon kuluessa hyvinkin tutuksi.⁸¹

Psykoterapeutin vastaanottotila on merkittävä paikka, jossa potilas saa vihjeitä psykoterapeuttinsa arvomaailmasta ja mahdollisesti tämän muusta henkilökohtaisesta elämästä. Tähän paikkaan ja tilaan potilas sijoittaa sekä tietoisia että tiedostamattomia fantasioitaan itsestään ja suhteestaan psykoterapeuttiin.⁸² Psykoterapeutti tietenkin sisustaa työhuoneensa sellaiseksi, että hänellä on siellä mukava työskennellä. Vastaanottotilan sisustus peilaa psykoterapeutin yleistä asennetta hänen potilaitaan kohtaan.⁸³ Aineistossani neljä psykoterapeuttia⁸⁴ mainitsi jotakin vastaanottohuoneen fyysisestä ympäristöstä, ja nimenomaan huoneen esineistön liittymisestä hengelliseen tai uskonnolliseen materiaaliin, ja siitä miten heidän potilaansa olivat näihin asioihin suhtautuneet. Kuvaan tätä tulosluvussa 7.1.5.

Psykoterapiasuhte on erityinen siksi, että psykoterapeutilla on paljon vaikutusvaltaa suhteessa potilaaseen tämän kertoessa omasta elämästään henkilökohtaisella ja avoimella tavalla. Psykoterapian epäsymmetrinen asetelma on omiaan herättämään regressiivisiä ja transferentiaalisia toiveita ja tarpeita. Nämä toiveet ja tarpeet

⁷⁹ Torsti-Hagman 2002, 182.

⁸⁰ Enckell 2012, 33.

⁸¹ Pyökkänen 2011, 68.

⁸² Pyökkänen 2011, 53.

⁸³ Carpelan 1981, 153.

⁸⁴ Haastatellut Pauli, Kati, Pihla ja Pekka.

ovat luonteeltaan intiimejä ja herkkiä. Myös häpeän tunteet heräävät helposti, kun henkilö toivoo tulevansa kokonaisvaltaisella tavalla nähdyksi ja silti hyväksytyksi. Psykoterapiassa ollaan siten erityisen herkällä ja erikoislaatuisella maaperällä, jossa psykoterapeutin sanat ovat paljon vaikuttavampia kuin tavanomaiset tai arkiset kommentoinnit. Näin hoitosuhteen on pohjautettava hyvään ja punnittuun ammattietiikkaan. Potilaan arvostus ja kunnioitus hänen kaikilla elämäalueillaan on tärkeää. Tämä asenne kohdistuu kaikkeen siihen, mitä tämä tuo itsestään esiin. Potilasta ei olla ohjaamassa, käännyttämässä tai neuvomassa suuntaan tai toiseen. Psykoanalyttisen psykoterapian perusajatus on se, että potilas voisi tulla itseksensä, että hänen omat toteutumattomat potentiaalinsa löytyisivät ja toteutuisivat.⁸⁵ Nimenomaan tätä mahdollistetaan neutraliteetin periaatteen avulla.

Therapeia-säätiön koulutuspsykoanalyttikko, psykologi Leena Pylkkänen kirjoittaa:

Terapeutin neutraaliuden voi määritellä siten, että psykoterapeutti pysyy neutraalina uskonnollisten, eettisten ja sosiaalisten arvojen suhteen. Hän ei anna neuvoja eikä ohjeita.⁸⁶

Pylkkänen nostaa esiin erityisesti uskonnollisen mielensisällön, jonka alueella psykoterapeutin on oltava neutraali. Tämä erityinen varovaisuus neutraliteetti-periaatteen vaalimisessa uskonnollisen alueen suhteen psykoterapiassa on oman tutkimukseni kannalta keskeinen.

Psykoterapeutti ratkaisee itse, mitä asioita hän potilaalleen itsestään ei kerro tai kertoo. Neljä aineistoni psykodynaamista psykoterapeuttia⁸⁷ otti haastatteluissa esille julkisen ja yksityisen tiedon rajan, joka näyttäytyy nykyisessä digi-ajassa aivan erilaisena kuin ennen. Sosiaalinen media ja helposti saatavissa oleva tietoinen meistä globaalien pohjoisten ihmisistä rajaa aivan uudella tavalla psykoterapeutin suhdetta siihen, minkä hän voi ajatella pysyvän yksityisenä tietona ja mikä on julkista. Potilaan etsiessä psykoterapeuttia, hän todennäköisesti hakee internetistä mahdollisia nimiä ja tietoja. Internetistä saatava julkinen tieto aiheuttaa uudenlaista muutospainetta suhteessa psykoterapeutin neutraliteettiin.

2.2.3.3 Yhteistyösuhde kognitiivisissa psykoterapioissa

Kaikkia kognitiivisia psykoterapioita koskevia peruskäsitteitä (esimerkiksi settingiin liittyviä käsitteitä) ei kognitiivisessa psykoterapioiden perheessä ole. Tämä vaikuttaa siten myös käsitteiden määrittelyn mahdollisuuksiin omassa tutkimuksessani. Kognitiivisia psykoterapioita on monia erilaisia. Omassa aineistossanikin on kolmen eri kognitiivisessa psykoterapiaperheessä olevan suunnan edustajia: kognitiivisen käyttäytymisterapian, kognitiivisen psykoterapian ja kognitiivis-analyttisen psykoterapian.

⁸⁵ Enckell 2012, 33.

⁸⁶ Pylkkänen 2011, 67.

⁸⁷ Haastatellut Panu, Paul, Pentti ja Pirjo.

Yhteistä kognitiivisille psykoterapioille on tietyt yleiset työskentelyn tavat, kuten tutkiva työote ja terapian tavoitteellisuus.⁸⁸ Näitä ilmiöitä tarkastelen lyhyesti seuraavassa.

Kognitiivisissa psykoterapioissa potilaan lääketieteellinen diagnoosi johdattelee psykoterapian suuntaa ja fokusta.⁸⁹ Työskentelyotteeseen saattaa sisältyä erilaisia tehtäviä, lomakkeiden täyttöö ja konkreettista harjoitteiden (esimerkiksi altistusharjoitukset) tekemistä. Nämä tehtävät ovat fokuoituja sekä asiakkaan että tämän tilanteen mukaisesti.⁹⁰ Yhteisenä ajatuksena erilaisissa kognitiivisen psykoterapian työskentelytavoissa on psykoterapeutin ja potilaan tasavertainen ja tutkiva yhteistyösuhde. Yhteistyösuhdetta kuvataan kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen sivuilla seuraavasti:

Kognitiivinen psykoterapia on yhteispeliä, jossa asiakas ja terapeutti työskentelevät yhdessä määriteltyjen tavoitteiden eteen. Terapeutti perehdyttää asiakkaan valitun hoitomuodon tapaan ymmärtää psyykkisiä vaikeuksia sekä terapian peruskäsitteisiin ja työtapoihin. Näin asiakas ja terapeutti pystyvät tekemään mahdollisimman tasavertaista yhteistyötä. Terapeutti on kuin asiakkaan myötäelävä rinnalla kulkija, joka erityisesti kyselemällä ja yhdessä harjoittelun avulla auttaa asiakasta löytämään joustavampia toimintatapoja ja siten voimaan paremmin.⁹¹

Työskentelytavassa korostuu potilaan opettaminen psykoterapiamenetelmään ja omiin psyykkisiin vaikeuksiinsa. Psykoterapiassa on siten psykoedukaation⁹² elementtejä esillä. Psykoterapeutin roolia korostetaan tasavertaiseksi rinnalla kulkijaksi, ei tietäjäksi tai ohjaajaksi. Psykoterapeutti on aktiivinen kyselijä ja jopa ihmettelijä, joka tarjoaa vaihtoehtoisia merkityksiä potilaan oireille ja käyttäytymiselle.⁹³

Kognitiivisen psykoterapian oppikirjoissa ei varsinaisesti puhuta esimerkiksi neutraliteetin ja abstinenssin kaltaisista käsitteistä. Kuitenkin omassa aineistossani haastattelemani kognitiiviset psykoterapeutit puhuivat neutraliteetista ja esimerkiksi siitä, mitä ja miten he vastasivat potilaan kysymyksiin yksityiselämästään ja etenkin tässä tutkimuksessa tärkeiden uskonnollisen ja hengellisen elämän alueen kysymyksiin. Joskus he vastasivat niihin ja joskus vain psykoanalyttisen psykoterapeutin tavoin kyselivät ja tarkastelivat sitä, miksi asia potilasta kiinnostaa ja minkälaisia merkityksiä tällä asialla potilaalle on. Näin en itse huomannut haastateltavien puheessa viitekehukseen liittyviä eroja settingin osalta.

⁸⁸ Hakanen 2008, 14–16.

⁸⁹ ”Omat sovelluksensa on kehitetty mm. psykoosisairauksien, kaksisuuntaisen mielialahäiriön, pakko-oireisen häiriön, pitkäkestoisen ja toistuvan masennuksen, traumojen, joidenkin persoonallisuushäiriöiden, psykosomaattisten oireiden, riippuvuusongelmien ja unihäiriöiden hoitoon sekä erilaisiin erityiskysymyksiin kuten ikääntyneiden hoitoon, kehitysvammaisten ja neurologisten sairauksien ja oireiden hoitoon.” (Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivut.)

⁹⁰ Hakanen 2008, 17.

⁹¹ Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivut.

⁹² Psykoedukaatio on yksinkertaisesti tiedon antamista sairaudesta tai häiriöstä. Sen tyypillisimmistä piirteistä, syistä ja oireista. Myös siitä, miten sairauden kanssa voi tulla toimeen, miten sen kanssa eletään. (Kuusinen 2011, 40.)

⁹³ Kuusinen 2011, 40–41.

Kognitiivisen psykoterapian kouluttajat VTT Nils Holmberg ja LT Seppo Kähkönen korostavat terapeutista yhteistyösuhdetta, allianssia, ja sen tutkimista erityisesti silloin, kun tässä terapeutisessa yhteistyössä on katkoksia syystä tai toisesta. Psykoterapeutilta vaaditaan heidän mukaansa näissä tilanteissa kykyä metakommunikoida⁹⁴ vuorovaikutukseen liittyviä tekijöitä ja siinä he voivat käyttää omia tunnekokemuksiaan hyväksi. Neutraliteetin tapaisen painotuksen Holmberg ja Kähkönen tuovat esiin korostaessaan, että psykoterapeutin tutkiva asenne vahvistaa potilaan omien kokemusten syvällisempää tutkimista sen sijaan, että psykoterapeutti haastaisi potilasta omaksumaan omia näkökantojaan.⁹⁵ Tämä psykoterapeutin ohje omien tunnekokemusten hyväksikäytöstä työssä tulee hyvin lähelle psykodynaamisen psykoterapian transferenssi-vastatransferenssi työskentelyn käsiteparia.

2.2.3.4 *Settingin yhteneväisyyksiä ja eroja psykoanalyttisessä ja kognitiivisissa psykoterapioissa*

Abstinenssia vastaavaa käyttäytymistä ja asennetta odotetaan kognitiiviseltakin psykoterapeutilta. Esimerkiksi syömishäiriöisten potilaiden sekä persoonallisuushäiriöisten potilaiden kohdalla psykoterapeutin odotetaan pysyvän kärsivällisenä ja empaattisena silloinkin, kun potilas virittää kielteisiä ansoja ja toivoo psykoterapeutinsa käyttäytyvän siten kuin häntä kohtaan on aiemminkin käyttäytytty.⁹⁶ Tämä on potilaan aiemmista ihmissuhteista kumpuavaa, transferentiaalista käyttäytymistä, johon psykoterapeutti vastaa joko kehitystä edistävällä tai estävällä tavalla.

Psykoanalyttinen ja kognitiivinen psykoterapia ovat luonteeltaan erilaisia. Erityisesti se näkyy niissä tähdennyksissä, millä tavalla psykoterapeutin oletetaan toimivan ammatillisesti eettisellä tavalla. Psykoanalyttisessä psykoterapiassa fokus on siinä, mitä potilaan tiedostamattomassa tapahtuu ja tätä yritetään tuoda näkyväksi nykypäivän tasolla. Tavoitteena on aina potilaan tiedostamattoman mielensisällön tuominen tietoisien käsittelyn piiriin. Psykoterapeutti ja potilas eivät yhdessä tee mitään harjoitteita tai tehtäviä. Potilas puhuu asioistaan vapaasti assosioiden ja psykoterapeutti kuuntelee häntä omassa mielessään vapaasti assosioiden. Transferenssi- ja vastatransferenssi- ilmiöiden kanssa työskentely on keskeistä. Kognitiivisessa psykoterapiassa keskeisiä työskentelyn kohteita ovat potilaan haittaa tuottavat ajatukset ja uskomukset ja niihin liittyvät hankalat tunteet.

Settingin ylläpidolla psykoterapiassa on tekemistä transferenssi- ja vastatransferenssi työskentelyn käsitteiden kanssa. Psykoterapiasuhteessa elävät transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöt, joiden vuoksi edellä mainittuja puitteita on psykoterapioissa ylläpidettävä. Tämä on tärkeää, jotta vanhat ja vakiintuneet potilaan käyttäytymis- ja ajatusmallit sekä ihmissuhteet muuttuisivat. Juuri sitä varten potilas on psykoterapiaan tullut.

⁹⁴ Metakommunikaatiosta Holmberg ja Kähkönen antavat esimerkin: "Huomaan, että minulla on vaikea seurata mistä puhut. En ole varma, mutta äänesi vaikuttaa hyvin etäiseltä. Tapahtuuko sinussa nyt jotain erityistä?" (Holmberg & Kähkönen 2012, 56.) Metakommunikaatiossa psykoterapeutti kuuntelee omia vasteitaan ja sitä, mitä hänessä tapahtuu potilaan läsnäolossa.

⁹⁵ Holmberg & Kähkönen 2012, 56–57.

⁹⁶ Syömishäiriö: Charpentier 2008, 276. Persoonallisuushäiriö: Karila 2013a, 219–220.

2.2.4 Transferenssi ja vastatransferenssi

Sana transferenssi on suomennettu tunteensiirtona. Se on epäonnistunut suomenos siinä mielessä, että transferenssissa siirretään paljon muutakin kuin tunteita. Ilmiön kokonaisvaltaisuutta kuvataan seuraavassa määritelmässä suomenkielisestä oppikirjasta *Psykiatria*⁹⁷. Tämä määritelmä ei ota kantaa transferenssin käyttöön eri psykoterapian viitekehyksissä, vaan toteaa ilmiön olevan yleisinhimillinen ja käytettävissä pohjaletuksena kaikenlaisessa psykoterapiassa:

Transferenssilla tarkoitetaan sellaista tiedostamatonta reagointia, jossa siirretään lapsuuden tärkeisiin henkilöihin liittyviä tunteita, odotuksia, kokemuksia ja asenteita nykyhetken ihmisiin ja tilanteisiin. Ihmisten reaktiot toisiinsa eivät selity pelkästään todellisuuden ja todellisten havaintojen perusteella. Jokainen tuo vuorovaikutukseen aikaisempia kokemuksiaan varhaislapsuudesta saakka. (...)

Tunteensiirto on yleisinhimillinen ilmiö ja liittyy osatekijänä kaikkiin ihmissuhteisiin. Psykoterapioissa transferenssi on tärkeä monesta syystä. Jokainen hoitosuhde on omiaan käynnistämään potilaassa lapsenomaisia piirteitä ja odotuksia ja palauttamaan lapsuuden aikaisia kokemuksia. (...)

Psykoterapeuttinen tilanne, sen muodollinen järjestely ja psykoterapeutin anonymiteetti edistävät transferenssin syntyä. (...)

Se on tärkeä informaationlähde, muistamisen muoto, jonka avulla potilas kertoo aikaisemmista kokemuksistaan. Tämän tiedostamattoman toistamisen kautta potilas tuo menneisyytensä psykoterapeuttiseen hoidon kulkuun ja antaa terapeutille tietoa, jota hän ei mitään muuta tietä voi saada.⁹⁸

Määritelmässä näyttäytyy transferenssi-ilmiön monimuotoisuus. Psykoterapiassa tätä ilmiötä käytetään hyväksi. Transferenssissa näkyvät kaikki ne tavat, miten potilasta on kohdeltu tai ainakin se, miten potilas on tämän kohtelun kokenut ja samalla se, minkälaisessa roolissa hän on itse näissä suhteissaan kokenut olevansa. Psykoterapiahoidon aktuaalissa tilanteessa ja tilassa henkilö ikään kuin asettaa transferenssissa esiin sen, millä lailla hän on elänyt ja minkälaisia merkittäviä ihmisuhteita hänellä on ollut.⁹⁹ Sanat ja tietoinen muisti eivät välttämättä tätä kokemusellista tasoa tavoita. Näin transferenssin kautta saatu tieto on välttämätöntä ja joskus jopa autenttisempaa kuin verbaalisesti kerrottu. Psykoterapian settingin järjestelyt (edellä: psykoterapeuttinen tilanne, sen muodollinen järjestely ja psykoterapeutin anonymiteetti) edesauttavat transferenssi-ilmiöiden esiintuloa ja näkyvyyttä. Myös kuva Jumalasta ja se, miten ihminen on elänyt suhteessa Jumalaan voi näyttäytyä transferenssissa.¹⁰⁰

⁹⁷ Psykiatria 2011.

⁹⁸ Aalberg 2007, 764.

⁹⁹ Jones 1991, 30.

¹⁰⁰ Hyrck 2003, 30–31.

Väitöskirjassani avaan psykoanalyttisen teorian määritelmiä transferenssista ja tarkemmin transferenssi- ja vastatransferenssi-käsitteitä siinä laajuudessa kuin tutkimukseni kannalta on aiheellista. Keskityn niihin piirteisiin ja käytäntöihin, jotka ovat merkittäviä oman aineistoni psykoterapeuttien kertomuksissa heidän kohdattaessaan potilaidensa uskonnollista ja hengellistä materiaalia. Aineistossani myös kognitiiviset psykoterapeutit puhuivat työssään näkyvistä transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöistä.

Keskityn tutkimuksessani siihen, mitä psykoterapeutit kertovat kokevansa ollessaan vuorovaikutussuhteessa potilaisiin ja heidän sisäiseen mielenmaailmaansa. Tätä suhteissaolon kokemuksellisuutta tavoittavat erityisesti brittiläisen objektisuhdeteorian teorit ja käsitteet. Näistä avaan erityisesti Melanie Kleinin (1882–1960) ja Wilfred Bionin (1897–1979) määritelmiä: projektiio, projektiivinen identifikaatio ja sisällyttämiskontaineri (container). Myös vastatransferenssi-ilmiö käsitetään hyvin eri tavalla erilaisissa psykoanalyttisissä koulukunnissa.¹⁰¹ Tutkimuksessani keskityn siihen, miten vastatransferenssi-ilmiötä määritellään objektisuhdeteorioiden parissa. Suomalaisista teoreetikoista keskityn myös objektisuhdeteoreettisiin ajattelijoihin, heistä erityisesti Matti Hyrckin teoriaan suhteissaolon perusmielikuvista. Hyrckin teorian ihmismielen objekti- ja subjektimielikuvat ovat siirrettävissä jumalakuvaan.¹⁰²

Freud käytti ensimmäistä kertaa käsitettä transferenssi kuvaillessaan potilaan tunnesuhdetta itseensä tapausselostuksessaan Dorasta vuodelta 1905.¹⁰³ Freudin mukaan transferenssi on suurelta osaltaan tiedostamatonta. Potilas kokee hoitosuhteessa aiemmin kokemaansa uudestaan.¹⁰⁴ Transferenssi tuo tullessaan suhteeseen ja nähtäväksi palan potilaan aidosta kokemusmaailmasta.¹⁰⁵ Transferenssin voimistumiselle hoitosuhteessa on siten annettava aikaa ilman liian nopeita tulkintoja ja interventioita.¹⁰⁶ Potilas odottaa tiedostamattaan, että psykoanalyttikko käyttäytyisi hänen transferentiaalisten toiveidensa tai pelkojensa mukaan, mutta psykoanalyttikko ei toimi niin, jotta psykoterapiaprosessi etenisi.¹⁰⁷ Uskonnollisen ja hengellisen alueella tämä odotus voi näyttäytyä myös sellaisena uhkana, että potilas pelkää psykoterapeutin noudattavan omaa agendaansa ja tuovan jotakin omaansa psykoterapiaan. Esimerkiksi uskova potilas saattaa pelätä, että hänen uskoansa pyritään psykoterapiassa muuttamaan.¹⁰⁸

¹⁰¹ Tällä käsityksellä on vaikutusta siihen, miten psykoterapeutti työskentelee, kokeeko hän olevansa potilaansa sisäisten konfliktien neutraali tutkija, vai syvästi potilaan tunnemaailmaan vuorovaikutuksessa oleva psykoterapiasuhteeseen osallistuja. Veikko Tähkän mukaan Freudin käsityksessä vauva on eräänlaisessa eriytymättömyyden vaiheessa, ja suhde toiseen muotoutuu vasta useiden kuukausien kuluessa. (Tähkä 1996, 45–51.) Melanie Kleinin mukaan vauva on alusta alkaen suhteessa äitiin ja hänen mieleensä alkaa heti muotoutua phantasioita (vertaa luku 2.7 tässä väitöskirjassa) toisesta. (Klein 1975, 248.)

¹⁰² Hyrck 2003, 13–14.

¹⁰³ Freud 1953, 116–119. Doralla oli nuorena aikuisena miehiin kohdistuvaa fobiaa, joka uhkasi hänen naimisiinmenoaan. Freud jäljitti tätä transferenssisuhteen sisällä aina Doran kokemuksiin ja oidipaaliin toiveisiin suhteessa isään. (Freud 1953, 44–48.)

¹⁰⁴ Freud 1957a, 51.

¹⁰⁵ Freud 1958a, 154.

¹⁰⁶ Freud 1958c, 139.

¹⁰⁷ Freud 1963, 454.

¹⁰⁸ Rizzuto 2009, 20–21.

Freud kirjoitti myös jumalan olevan eräänlainen transferenssihahmo. Sellainen hahmo, joka on peräisin lapsen tai oikeammin pienen pojan rakkauden ja ihailun tunteista omaa isää kohtaan. Poika näkee isänsä maailman voimakkaimpana, lempeimpänä ja viisaimpana olentona. Myöhemmin jumalakin on pelkästään korotettu hahmo tästä.¹⁰⁹ Freudin mukaan siis psykoanalyttisessä hoidossa tulisi päästä tästä oidipaalisesta hahmosta eroon, koska sen pohjalla on infantiileja motiiveja. Miten uskoa tulisi käsitellä psykoanalyysissä? – kysymys on myöhemmin askarruttanut monia. Psykoanalyytikko, lääkäri ja jesuiittateologi William W. Meissner (1931–2010) kirjoittaa, että myös psykoanalyttikon pyrkimys saada potilas luopumaan uskonnollisesta vakaumuksesta ja omaksuma jumalaton, ateistinen asenne on omalla tavallaan voimakas vastatransferenttinen reaktio.¹¹⁰ Jotta psykoanalyytikko säilyttäisi neutraliteettinsa, sillä ei tulisi hänelle olla mitään väliä, minkälaisen vakaumuksen tai asenteen potilas omaksuu.¹¹¹ Sekä uskonnollinen että ei-uskonnollinen psykoterapeutti on omien käsitystensä ja arvomaailmansa ”vanki”, ellei hän huolella tarkastele omia näkemyksiään ja sitä, miten ne välittyvät potilaalle.

Freudin jälkeen transferenssi-ilmioitä on tutkittu tavattoman paljon, onhan se psykoterapian tärkein työkalu. Transferenssin käytöstä psykoterapiassa on lukuisia erilaisia käsityksiä, käytäntöjä ja tekniikoita eri koulukunnissa. Näihin teoreettisiin näkökulmiin en tässä teologisessa väitöskirjassani paneudu.

Vastatransferenssista Freud on kirjoittanut vain vähän, miltei olemattomasti. Hän mainitsee vastatransferenssin ainoastaan siinä merkityksessä, että se on psykoanalyttikon analysoimatta jäänyttä tiedostamatonta transferentiaalista materiaalia, joka tuottaa pelkästään vaikeuksia ja esteitä hoitoon. Näistä vaikeuksista ja esteistä on esimerkkinä se, että psykoanalyytikko lähtee toimimaan omien tunteidensa suuntaan, pahimmillaan seksuaaliseen suhteeseen potilaansa kanssa. Freud esittääkin kaikkien tällaisten vastatransferenssitunteiden ilmaantumiseksi itseanalyysin syventämistä.¹¹² Freudin tavoite oli aina mahdollisimman syvä potilaan mielenmaailman analyysi.¹¹³

Vastatransferenssin käytöstä psykoanalyysin arvokkaana työkaluna kirjoitti ensimmäisenä Paula Heimann (1899–1982).¹¹⁴ Hän totesi lyhyessä artikkelissaan vuodelta 1950 näin:

¹⁰⁹ Freud 1955, 243.

¹¹⁰ Ateismi tai ei-uskonnollisuus ei ole sen enempää ”arvovapaata tai puhtaan objektiivista” kuin uskonnollisuuskään.

¹¹¹ Meissner 2009, 228.

¹¹² Freud 1957b, 144–145.

¹¹³ Freud 1959, 256.

¹¹⁴ Paula Heimann oli ensimmäinen, joka julkaisi tästä asiasta artikkelin. Kuitenkin esimerkiksi Freudin aikainen Sándor Ferenczi (1873–1933) puhui paljonkin siitä, miten analyytikossa herää monenlaisia tunteita potilaan herättämänä ja joskus näitä olisi hyvä myös potilaalle ilmaista. Ferenczi kehitti eräänlaista aktiiviterapiaa, jossa hän esimerkiksi oli sillanylitystä pelkäävän potilaansa seurana hänen ylittäessään siltaa. (Lindfors 2014, 20–21.) Samanlaisia altistusharjoituksia tehdään nykyään esimerkiksi kognitiivisessa käyttäytymisterapiassa. Ferenczi oli Melanie Kleinin ensimmäinen analyytikko. (Melanie Klein Trust/Key figures in Klein’s life. Internetaineisto.)

*Näkemykseni on, että analyysitilanteessa potilaan analyytikossa herättämä vastareaktio on yksi hänen kaikkein tärkeimmistä työvälineistään. Analyytikon vastatransferenssi tarjoaa välineen tutkia potilaan tiedostamatonta.*¹¹⁵

Heimann käsitti vastatransferenssi-termin alaiseksi kaikki ne tunteet, mitä analyytikossa herää, kun hän on tekemisissä potilaansa kanssa. Näillä tunteilla ja niiden kanssa työskentelyllä on tärkeä asema psykoanalyytikon työssä.

Vastatransferenssityöskentelyn tärkeyttä psykoterapeuttisessa työssä on myöhemmin korostettu eri tavoin eri koulukunnissa. Myös se vaihtelee paljon, miten psykoterapeutin osallisuus hoitosuhteessa ymmärretään. Tässä on jatkumo, jonka toisessa päässä ego-psykologian piirissä vain potilaan mieli, hänen konfliktinsa egon ja idin välillä on hoidossa tarkastelun kohteena. Tässä psykoterapeutti mielletään lähes pelkästään potilaan neutraalina projektioiden kohteena, tämän sisäisten konfliktien ulkopuolisena tutkijana. Ego-psykologian teoriassa psykoanalytikko hyvin tietoisella tasolla katkaisee yhteyden omaan kokemukseensa, ja vastatransferenssi käsitetään pelkästään psykoanalyytikon omana transferentiaalisena materiaalina, joka tulisi analysoida pois.¹¹⁶ Jatkumon toisessa päässä on objektisuhdeteoreettinen ajattelu, jossa molemmat psykoterapiasuhteen osapuolet vaikuttavat aktiivisesti prosessiin omien mieliensä kautta.¹¹⁷ Fokus kuitenkin säilyy potilaan mielen maailman tutkimisen ja tarkastelun alueella.¹¹⁸

Brittiläinen objektisuhdeteoreettinen ajattelu kumpuaa Melanie Kleinin teorioiden ymmärryksestä ja näiden edelleen kehittämisestä. Klein teki elämäntyönsä pääasiassa lasten psykoanalyysin parissa. Hänen teoriansa vauvan syntymästä alkavasta syvästä objektisuhteisiin hakeutumisesta ja näistä vuorovaikutussuhteista kumpuavasta intensiivisestä mielen sisäisestä elämästä on elävöittänyt ja syventänyt psykoanalyttistä teoriaa. Vauva ei ole tyhjä taulu. Klein näki transferenssi- ja vastatransferenssi-vuorovaikutuksen eräänlaisena laajana ilmiöiden yhdistelmänä (erilaiset ahdistukset, psyyken puolustusmekanismit ja objektisuhteet), joita tutkimalla aikuisenkin psykoanalyysipotilaan mielen sisällöstä saa perustavanlaatuista tietoa tiedostamattoman alueelta.¹¹⁹ Korostaessaan transferenssin keskeistä merkitystä Klein puhuikin siitä "total situation" -tyyppisenä monimuotoisena pakettina.¹²⁰

¹¹⁵ Alkuperäinen teksti: "My thesis is that the analyst's emotional response to his patient within the analytic situation represents one of the most important tools for his work. The analyst's counter-transference is an instrument of research into the patient's unconscious." (Heimann 1950, 81.)

¹¹⁶ Kris 1956, 453.

¹¹⁷ Bion 1994b, 321–322.

¹¹⁸ Psykoanalyttinen ego-psykologia keskittyy mielen sisäisten konfliktien tarkasteluun Freudin esittelemän kolmiportaisen mielenrakenteen tasolla eli idin, egon ja superegon välisissä suhteissa. Id-viättipohjan valtaa ja voimaa yritetään kaventaa egon alueen laajentamisella. Teknisesti psykoanalytikko keskittyy ego-psykologiassa siihen, miten analysandi ratkoo erilaisia uhkia ja sisäisiä konfliktejaan. (Hurvich 2005, 486–487.) Psykoanalyttiset objektisuhdeteoriat määritellään lyhyesti niin, että niiden keskiössä on varhaisten dyadisten suhteiden tarkastelu kehityksellisesti, rakenteellisesti ja geneettisesti sillä tavoin kuin se näyttäytyy transferenssi-vastatransferenssisuhteissa. (Kernberg 2005, 1175.) Psykoanalyysin professori Robert Hinshelwood kuvailee eron vastatransferenssikäsitteissä niin, että ego-psykologiassa analyytikon vastatransferenssi on este konflikti-vapaalle työskentelylle, ja objektisuhdeteoriassa se taas on herkkä analyysin työkalu. (Hinshelwood 1999, 809.)

¹¹⁹ Klein 1987d, 207–208.

¹²⁰ Klein 1987d, 209.

Kleinin teoriassa transferenssi- ja vastatransferenssin alueella tai inhimillisen vuorovaikutuksen alueella on keskeistä projektiivisen identifikaation käsite¹²¹. Tätä käsitettä avaan seuraavassa siinä laajuudessa kuin on tutkimukseni kannalta tarpeellista, jotta aineistoni transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiot tulisivat näkyvämmiksi.

Projektiivinen identifikaatio (PI) on monimuotoinen tiedostamaton psyykkinen tapahtuma, johon liittyy muun muassa mielensisäinen erilaisten "osien" halkominen (split), näiden osien projektio mielensisäiseen objektiin ja tämän muuttuneen objektimielikuvan (objekti + projisoitu ominaisuus) introjektio takaisin.¹²² Pienen vauvan mielessä on tärkeää pitää hyvä ja paha objektimielikuva erillään tosistaan, jotta vauva voi kokea riippuvuutensa hoitajastaan niin, etteivät pahat mielikuvat (tavallisesta, hyvästäkin hoidosta huolimatta vauva joutuu joskus odottamaan tarpeidensa tyydyttämistä ja pettyy) tuhoa hyviä.¹²³ Tätä mielen puolustusmekanismia kutsutaan halkomis (split)-prosesiksi. Sitä edeltää sietämättömän affektin tai yllykkeen kiistäminen.¹²⁴ Vauvan mieleen syntyvät objektimielikuvat Hyvä Äiti ja Paha Äiti. Nämä mielikuvat vaihtelevat vauvan mielessä sen mukaan onko hänen tarpeensa tyydytetty vai ei.¹²⁵ Myöhemminkin yksilö voi halkoa mielestään sekä hyvän että pahan tai egonsa toimintoja, kuten ajattelun kykyä tai erilaisia tunteiden kokoelmia. Seuraavaksi PI:ssa tämä splitattu mielensisältö projisoidaan objektin ominaisuudeksi. Psykoterapiassa tietysti psykoterapeutti on se, johon näitä sisältöjä projisoidaan. Tämä on samalla transferenssi-ilmion peruskuvana.

Projisoitu mielensisältö vaikuttaa vastaanottajan mieleen ja johtaa sen tutkimiseen ja kohtaamiseen etenkin psykoterapiasuhteessa, jossa psykoterapeutti on koulutettu ja harjaantunut tämän materiaalin monipuoliseen työstämiseen. Näin toimien projisoitu mielensisältö tulee työstetyksi eteenpäin. Projisoija on näin tuonut tämänpäiväiselle näyttämölle omat sisäiset mielikuvansa ja tapansa olla suhteessa toiseen. PI:n prosessi jatkuu niin, että projisoija introjisoi eli ottaa takaisin omaan mieleensä alkupe-
räisen objektin + tähän itse projisoimansa mielikuvan tai ominaisuuden. Prosessi on sisäkkäinen, nopea ja tiedostamaton. Kleinin teorianmuodostuksessa PI aikuisiässä käsitetään defensiivisenä ja patologisena prosessina.¹²⁶ Seuraavassa alaluvussa 2.2.5 on käytännön esimerkki potilaan kokemasta projektiivisen identifikaation mekanismeista uskonnollisen ja hengellisen mielensisällön alueella.

¹²¹ Psykoanalyttisessä ajattelussa eri koulukunnissa projektiivisen identifikaation käsite on saanut ristiriitaisen vastaanoton. Esimerkiksi suomalainen psykoanalyysin grand old man, psykiatrian professori Veikko Tähkä (1923–2012) kiteyttää ajatuksiaan käsitteen käytöstä näin: "Ne sisäisten ja vuorovaikutuksellisten prosessien termit ja kuvaukset, jotka osallistuvat ja ovat yhteydessä projektiivisen identifikaation käsitteeseen, koskevat ilman epäilystä tiettyjä hyvin tunnettuja ilmiöitä ja kliinisiä kokemuksia. Silti projektiivisen identifikaation osatermien valinta ja niiden mielivaltainen käyttö, sen huomiotta jättäminen mitä ylimalkaan voi tapahtua kahden erillisen ihmisen välillä samoin kuin käsitteeseen liittyvän ideaation arkaainen ja ylenmäärin konkreettinen luonne näyttävät tekevän tämän käsitteemuodostuksen kestävämmäksi ja epäuskottavaksi pohjana teoreettiselle ajattelulle ja kliiniselle ymmärrykselle. Vastakohtana selkeille ja yksinkertaisille lausumille ja kuvauksille siitä, mitä molemmat osapuolet kokevat psykoanalyttisessä suhteessa, projektiivisen identifikaation kieli on työlästä, kömpelöä ja välittömästi kokemuksesta etäännyttä. Johtuen tämän kielen yhtäläisyyksistä ja yhteyksistä arkaaiseen ideaatioon sen käyttö pyrkii usein lisäksi johtamaan salatieteitten lausumia muistuttaviin hämääriin ilmaisiin, joita vain vihittyjen edellytetään ymmärtävän." (Tähkä 1996, 284–285.)

¹²² Klein 1987c, 183–185.

¹²³ Hyrck 2000, 35.

¹²⁴ Schulman 2002, 163.

¹²⁵ Hyrck 2011, 192.

¹²⁶ Klein 1987c, 187–189.

Wilfred Bion kävi oman toisen koulutushoitonsa Kleinin analyysissä ja kehitti eteenpäin tämän ajatuksia. Bionin teoriassa projektiivisen identifikaation käsite sai tavallisemman merkityksen, jokaisen ihmisen varhaisen vuorovaikutuksen piirteitä ja sävyjä. Bionin teoriassa PI on normaalia preverbaalia kommunikaatiota vauvan ja äidin välillä.¹²⁷ Kehitys voi lähteä kahteen suuntaan, hyvään ja huonoon. Kehityksen suunta riippuu äidin kyvystä toimia sisällyttäjänä (*container*) lapsensa mielensisällöille. Kyllin hyvässä tilanteessa äiti työstää eteenpäin sitä lapselleen sietämätöntä materiaalia, jota lapsi projisoi äitiin. Jollei äiti näin kykene tekemään, vauva jää sietämättömien projektoidensa valtaan ja hänellä ei ole muuta mahdollisuutta kuin lisätä PI:n voimaa ja tiheyttä.¹²⁸ Bion nostaa esille myös käsitteen *reverie*.¹²⁹

Reverie-tilassa äiti kykenee vastaanottamaan ja kantamaan lapsen häneen fantasiaa projisoimia sisältöjä: sietämättömiä itsen ja objektin ominaisuuksia, affekteja sekä prosessoimattomia sensorisia ruumiin tuntemuksia.¹³⁰ Äiti prosessoi näin eteenpäin omia ja lapsensa mielensisältöjä. Hän kantaa näitä projisoituja elementtejä mielessään, kunnes hän itse kykenee ajattelemaan ja ymmärtämään niitä. Arkipäivän tasolla äiti ymmärtää, mikä lapsella on hätänä ja hän voi toimia tämän tiedon mukaan. Samalla lapsi kokee, että sietämättömiä mielensisältöjä voikin joku sietää ja työstää. Lapsi introjisoi takaisin mieleensä sekä äidin työstämän aiemmin itselleen sietämättömän mielensisällön että äidin kyvyn ajatella ja työstää sitä. Toistuuksaan tämä prosessi johtaa siihen, että lapsi alkaa sisäistää itse samaa kykyä kannatella ja luoda yhteyksiä ja merkityksiä asioille. Bion kutsuu tätä merkitysten ajattelun kehittävää kykyä alfa-funktioksi.¹³¹

Bionin ajatuksia sisällyttämisen funktiosta on pidetty yhtenä psykoanalyttisen teorian tärkeimpänä oivalluksena.¹³² Tämän ilmiön katsotaan olevan psykoterapeuttisen työn arkipäivää, johon molemmat osapuolet aktiivisesti osallistuvat. Bionin teoria on toisaalta täynnä aukkoja. Hän kirjoittaa itse, että näin jokainen analyytikko voisi käyttää sitä kieltä ja niitä käsitteitä, joiden käytön ja arvon hän henkilökohtaisesti tuntee. Bionin painotus on näin kokemuksellisuudessa ja käytännön työn kautta oppimisessa.¹³³ Painotus on sellaisessa oppimisessa, joka on jokaiselle yksilöllistä. Bion ei itsekään seurannut kenenkään auktoriteetin jalanjalkia, vaan kulki omia polkujaan.¹³⁴ Bionin mukaan psykoanalytikon tulisi työssään luottaa enemmän emotionaaliseen ilmapiiriin kuin siihen, mitä faktisesti on tapahtunut. Bion kirjoittaa tämän ilmapiirin olevan oikeastaan ainoa tosiasia, johon analyytikko voi työnsä perustaa.¹³⁵

Ana-Maria Rizzuto tarkastelee sellaisen uskovan ihmisen psykoanalyysiä, joka on huolissaan uskostaan ja pelkää hoidon vaikuttavan siihen. Rizzuto kirjoittaa, että tällainen potilas usein toivoo löytävänsä psykoterapeutin samasta uskontokunnasta, jotta hänen uskonkäsityksensä olisivat suojassa. Tähän transferenssiin kuuluvat

¹²⁷ Mitrani 2001, 1086.

¹²⁸ Bion 1988a, 182.

¹²⁹ Bion 1988a, 183–184. Symington & Symington 1996, 168. Ogden 1997, 721.

¹³⁰ Mitrani 2001, 1091.

¹³¹ Bion 1988a, 184–186.

¹³² Riesenberga-Malcolm 2001, 166.

¹³³ Bion 1994a, 315.

¹³⁴ Keski-Luopa 2006, 207.

¹³⁵ Bion 1988b, 17.

epäily psykoterapeutin toiminnasta oman agendansa mukaisesti ja potilaan tiedostamaton ambivalenssi ensinnä kaiken ennallaan pysymisen ja toisaalta muutoksen toiveen suhteen. Potilas saattaa pyytää psykoterapeutin apua uskonsa suojelemisessa. Hän käyttää näin uskontoa defensiivisesti. Rizzuto painottaa, että tähän pyyntöön suostuminen on jo itsessään vastatransferentiaalinen teko. Pyyntöön suostumisen sijaan psykoterapeutin täytyy lempeästi, mutta lujasti, keskustella potilaan peloista ja osoittaa, että:

*Psykoterapiassa emme vastusta uskontoa, vaan autamme ihmistä ymmärtämään uskonnollisia tapojaan ja kokemuksiaan.*¹³⁶

Tässä Rizzuto siis neuvoo psykoterapeuttia huolehtimaan settingistä riippumatta siitä, uskooko hän itse vai ei.¹³⁷

Vastatransferenssityön tekeminen on tärkeää psykoterapeutille, jotta potilaan hoito etenisi. Matti Hyrck kuvaa vastatransferenssiä psykoanalyysissä näin:

*Transferenssin erottamattomana kumppanina toimii vastatransferenssi. Tällä tarkoitetaan niitä tunnelmia ja mielikuvia, joita analyytikossa herää potilastunnin aikana. Tuota materiaalia hänen tulisi käyttää potilaansa hyväksi. Niinpä hänen tulee kuunnella paitsi potilastaan, myös omassa itsessään heräviä tunteita ja mielikuvia. Joskus nämä kertovat potilaasta riippumattomista, vain analyytikon mieltä sillä hetkellä askarruttavista asioista. Analyytikon omat ongelmat vaikeuttavat potilaan ymmärtämistä. Kuitenkin hyvin usein analyytikon omat tunteet ja mielikuvat joko suoraan tai mutkan kautta kertovat myös siitä, mitä potilas sillä hetkellä koko olemuksensa välityksellä tiedostamattaan tuo tunnille. Analyytikon jatkuvana haasteena onkin erottaa omat ongelmansa potilaan ongelmista.*¹³⁸

Hyrckin käsityksessä on erotettavissa sellainen vastatransferenssi, joka johtuu analyytikon omista ongelmista, sellaisesta vastatransferenssityöstä, joka auttaa ymmärtämään potilaan mieltä. Hyrckin kirja *Ihmismieli ja Jumala*¹³⁹ on oikeastaan kokonaisuudessaan kertomus siitä, miten Hyrck potilastyönsä kautta kehittää *suhteessaolon perusmielikuvien teoriaansa*. Tiina-potilaan hoitoonsa tuomat transferenssimielikuvat hänen elämänsä objektsuhteista herättivät psykoanalyytikon vastatransferenssimielikuvia, tunnelmia ja myös tuntemuksia ruumiissa. Ne kertoivat samalla siitä, millainen Tiinan jumalakuva oli ollut, ja mitä sävyjä siihen psykoanalyysin aikana tuli. Amerikkalainen psykoanalyytikko Judith Mitrani kuvaa samoin transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöiden tapahtumista niin, että psykoanalyytikko introjisoi osia potilaan kokemusmaailmasta omaan mieleensä ja nämä osat resonoivat analyytikon oman mielenisällön kanssa, josta seuraa, että analyytikko voi todella kokea sen, miltä potilaasta tuntuu.¹⁴⁰

¹³⁶ Rizzuto 2009, 20.

¹³⁷ Rizzuto 2009, 21.

¹³⁸ Hyrck 2003, 29–30.

¹³⁹ Hyrck 2003.

¹⁴⁰ Mitrani 2001, 194.

Transferenssi ja vastatransferenssi elävät psykoterapiassa sisäkkäisinä ilmiöinä. Hyrcck painottaa tässä vuorovaikutuksessa potilaan transferentiaalisten pyyntöjen tyydyttämisen sijaan hänen pettymyksistä kumpuavan vihansa vastaanottamista, sen kestämistä ja kantamista. Tämän avulla potilaan ja psykoterapeutin välinen sisällyttämisen prosessi pääsee alkuun.¹⁴¹ Tämä tarkoittaa sisällyttämisen funktion käyttöä psykoterapiassa, jotta projisoidut mielensisällöt voivat lievittyä ja sisäistyä siedetyimpinä.

2.2.5 Psykoterapian läpikäyneen kertomus

Väitöskirjassani olen keskittynyt psykoterapeuttien kokemuksiin hoidoissa. Myös potilaiden näkökantaa olisi tärkeä saada esiin. Siksi tuon tässä alaluvussa esiin psykoterapiassa käyneen henkilön autenttista kertomusta siitä, miten transferenssi- ja vastatransferenssitunteet ja erilaiset edellä kuvaamani psyykkiset ilmiöt (projektiivinen identifikaatio, *act in/out*) elävät psykoterapiassa. *Rakkauden kerjäläinen. Unelmat ja todellisuus intensiivisessä psykoanalyttisessa psykoterapiassa*¹⁴² on 50 vuotiaan Hymy Kankaanpään omakohtainen kertomus psykoterapiasta miespuolisen psykoanalyttikon vastaanotolla 1991–1994. Psykoterapiassa kirjoittaja kävi kolme kertaa viikossa. Puhuttelen kirjoittajaa seuraavassa Hymyksi.

Hymyn kirja pohjautuu tarkkoihin, jo psykoterapian aikana tehtyihin muistiinpanoihin. Kirjoittaja kertoo olevansa henkilökohtaisessa uskossa Jeesukseen. Hymy on koulutukseltaan teologian maisteri, elämäntyönsä hän teki uskonnon ja psykologian lehtorina lukiossa. Kirjassaan Hymy prosessoii paljon uskonnollista kasvatustaan. Psykoterapian aikana Hymy käy läpi sitä, miten tämä kasvatusta on vaikuttanut hänen elämäänsä aikuisuuteen asti.

Kirja kuvaa varsin runsaasti uskonnollisuutta sekä dialogisessa suhteessa psykoterapeuttiin että Hymyn päiväkirjamerkinnoissa psykoterapian ajalta. Suurin osa psykoterapeuttisesta ajatusten ja kertomusten `vaihdosta` tapahtuu varsinaisten vastaanottotuntien ulkopuolella mielensisäisenä puheena psykoterapeutille. Hymyn uskonnollisuus näyttäytyy välillä kirjassa niin intiiminä ja henkilökohtaisena, että sitä ei voi psykoterapeuttisesti tutkia. Täällä hän itse asettaa rajoituksen siihen, mitä asioita voi ja mitä ei voi tutkia psykoterapiassa. Psykoterapeutti sanoo hoidon alussa Hymyn kysyessä psykoterapian rajoja:

*Oikeastaan täällä ei ole muita rajoja kuin vain se, että puhutaan kaikista asioista, puhutaan siitä, mitä mieleen tulee. Ei ole olemassa mitään, mistä ei täällä voisi keskustella.*¹⁴³

Psykoterapeutin ja Hymyn keskustelussa palataan usein tähän psykoterapian settingin perussääntöön. Siihen, että psykoterapiassa on tarkoitus puhua kaikesta, mitä potilaalla on mielessä.¹⁴⁴

¹⁴¹ Hyrcck 2014, 158.

¹⁴² Kankaanpää 2002.

¹⁴³ Kankaanpää 2002, 12.

¹⁴⁴ Freud 1963, 100–103.

Kirjassa on intensiivisen transferenssin kuvauksia. Kuten seuraava tilanne: Hymy toivoisi psykoterapeutinsa tarjoavan hänelle konkreettista lohtua ja turvaa ottamalla hänet syliin kuten isä teki silloin, kun Hymy näki pienenä painajaisia. Potilasta pelottaa se, mitä hänen pojalleen Velille tapahtuu elämässä. Psykoterapeutti tarkastelee Hymyn vakaumusta ja Hymyn kykenemättömyyttä tarkastella tätä asiaa hoidossaan. Taas psykoterapeutti palauttaa kaikesta puhumisen perussäännön, potilaan mieleen:

”Hymy on etsimässä johdatusta”, toteaa terapeutin hiljainen ääni. ”Haluaisin tulla syliin!” Vastaa hänelle. ”Niin, isä otti sinut syliin, kun näit painajaisia. Sinä etsit isää, jonka syliin voisit mennä, kun sinua pelottaa. Tunnet ympärilläsi epä-määräistä uhkaa Velin tähden ja uskonnon aseman tähden ja mielesi palaa siihen painajaiseen: huoneeseen vuotaa sumua, joka lähestyy ja ahdistaa.” ”Sumu voi ahdistaa minut vaikka kuolemaan asti, mutta silti se on sydämessäni: omakohtainen usko.” ”Sinä et ole puhunut paljon siitä.” ”Kutsumuksesta?” ”Niin.” ”En ole puhunut, koska olen ajatellut, että se saa sinut kiusaantuneeksi. Sinä et ehkä arvosta sellaisia asioita.” ”Mutta silloin me olemme poikenneet siltä tieltä, joka terapiassa on: että kaikesta puhutaan.”¹⁴⁵

Kertomuksesta välittyy psykoterapeutin valmius tarkastella Hymyn uskonnollisen elämän puolta, mutta Hymy itse ei ole tähän valmis. Hän tulkitsee psykoterapeutin olevan ehkä kiusaantunut hänen uskonnollisesta mielenmaailmastaan, koska psykoterapeutti on kertonut olevansa ei-uskonnollinen.

Kirjoittaja yhdistää uskovaisuuteen luotettavuuden ja toisen ymmärtämisen. Hän käyttää halkomisen (splitting) puolustusmekanismia jakamalla ihmiset erilaisiin kategorioihin ja pitämällä nämä ominaisuudet tiukasti erillään. Samoin hän projisoi näitä splitattuja mielensisältöjä eri ihmisiin ja ihmiskategorioihin.¹⁴⁶ Hymy ihmettelee kirjassaan useissa kohden sitä, miten näitä hyviä asioita on niin paljon hänen ei-uskonnollisissa auttajissaan. Aivan kirjansa lopussa Hymy pohtii:

Olisi hyvin mielenkiintoista keskustella uskovaisen psykoanalyytikon kanssa. Herää kysymys, millainen oma psykoanalytikkoni olisi ollut, jos hän olisi uskossa Jeesukseen. Jos nimittäin hänen luotettavuutensa yhdistettäisiin Vapahtajan luotettavuuden kanssa, tuloksen luulisi olevan aika korkea tasoltaan. Vai menisivätkö siinä puurot ja vellit sekaisin? Toisin sanoen en ole ratkaissut sitä ongelmaa, voisiko pesunkestävä psykoanalytikko olla todellinen kristitty vai sulkevatko nuo pois toisensa.¹⁴⁷

Hymyn hoitokokemuksen luettuani minulle muodostui käsitys siitä, että toivoessaan uskovaista psykoterapeuttia hän oikeastaan jatkaa sitä toivettaan, että joku voisi ym-

¹⁴⁵ Kankaanpää 2002, 177–178.

¹⁴⁶ Kuvailin tätä projektiivisen identifiikaation prosessia teoriasolla edellisessä aluvussa. Vertaa esimerkiksi Klein 1987c, 183–185.

¹⁴⁷ Kankaanpää 2002, 334.

märtää ja hyväksyä hänet sanoitta¹⁴⁸ ja hänen uskonsa olisi näin suojassa. Se olisi suojassa siksi, ettei ihan samanlaista edes tarvitse tarkastella.¹⁴⁹ Hymy ei oman uskonnollisuuden alueellaan juuri siedä sitä, että tätä aluetta tutkitaan ja tarkastellaan huolellisesti psykoterapeuttisen hoidon välineillä. Ehkäpä Hymyn hoidossa ja erityisesti settingin ylläpidon mahdollistamisessa olikin hyvä, että hänellä oli ei-uskovainen psykoanalyytikko. Samoin se, että psykoanalyytikko toi oman ei-uskonnollisuutensa myös potilaalleen esiin, saattoi vaikuttaa hoitosuhdetta edistäen, vaikka oman vakauksen paljastaminen onkin teoriassa neutraliteetti-periaatteen vastaista. Hymyn psykoterapiassa täysin erilaiset uskonkäsitykset mahdollistivat riittävän neutraliteetin ja etäisyyden intensiivisten transferenssi – vastatransferenssitunteiden keskellä.¹⁵⁰

Hymy kävi ennen psykoterapiaansa useita vuosia psykiatrin vastaanotolla, ja tämäkin hoitosuhde jatkui psykoterapian ajan harvakseltaan, tarvittaessa. Puolustusmekanismeista projektiivinen identifikaatio ja acting in/out tulevat seuraavassa esiin.

Hymyn työpaikalla nuoret olivat laittaneet Jeesuksen kuvien viereen puhekupliin lentäviä lauseita. Hymy koki tämän loukkaavan hänen vakaumustaan. Hän aikoi pitää asiasta opetuksellisen ja oppilaiden toimintaa arvostelevan aamunavauksen. Psykoterapeutti halusi tarkastella tätä Hymyn loukkaantumisen kokemusta tarkemmin. Seuraavaa tapahtuu psykoterapiassa:

Odotin, että terapeutti ilman muuta vahvistaisi hengellistä identiteettiäni ja suhtautuisi positiivisesti siihen, että aioin puuttua oppilaiden ajattelemattomuuteen. Niin psykiatri olisi tehnyt. Sen sijaan psykoterapeutti tiedustelee totisin kasvoin: "Miksi loukkaannuit siitä niin kovin?" Minusta tuntuu, että kysymyksellään hän epäilee ammattitaitoani. Hänen suhtautumisensa kuulostaa stereotyyppiseltä ja siltä kuin hänellä olisi ennakoasenteita... Havaitsen selkeästi, ettei terapeutti ymmärrä uskonelämäni arvoja, jotka sentään käyvät yli kaikkien muiden arvojen.¹⁵¹

Kirjoittaja kokee, että psykoterapeutti ei lainkaan ymmärrä häntä tai hänen arvojaan omien ennakoasenteidensa vuoksi. Tässä kohdassa psykoterapeutin kysymys: miksi sinä loukkaannuit siitä niin kovin? on tavallista psykoterapiatyötä, konfrontaation¹⁵² käyttöä. Psykoterapeutti asettuu tässä auttamaan potilastaan tarkastelemaan toimintaansa, mieltään ja asioiden merkityksiä mahdollisimman syvällä tasolla.¹⁵³ Usko on kuitenkin alue, jonka Hymy kokee liian herkiksi tutkittavaksi, tähän ei saa psykoterapian menetelmin kajota:

¹⁴⁸ Tästä ihmisen toiveesta, että olisi olemassa kaikkitydyttävä ja sanoitta ymmärtävä hahmo, kirjoittaa esimerkiksi Hyrcck 2003, 69.

¹⁴⁹ Rizzuto 2009, 20–21.

¹⁵⁰ Amerikkalais tutkimuksessa vuodelta 1992 tutkimustuloksena oli, että paras hoitotulos depression lyhyessä (3 kk) kognitiivisessa psykoterapiassa saatiin, kun uskonnollista potilasta hoiti ei-uskonnollinen psykoterapeutti menetelmällä, jossa oli hengellisiä elementtejä, kuten uskonnollisia mielikuvien ja kielen käyttöä. (Propst & Ostrom & Watkins & Dean & Mashburn 1992, 96.)

¹⁵¹ Kankaanpää 2002, 181.

¹⁵² Konfrontaatio tarkoittaa osoittamista. Sen avulla psykoterapeutti kiinnittää potilaan huomion johonkin seikkaan, josta potilas saattaa olla tietoinen, mutta torjuu tai kieltää sen tai josta hän ei ole tietoinen, mutta se on jo tuloillaan tietoiseksi esitietoisella tasolla. (Mälkönen 2011, 197.)

¹⁵³ Lehtonen 2006, 706.

Masennukseni lisääntyy ja tunnen suunnatonta väsymystä. Mietin, miten pystyisin selittämään asian niin, että hänkin sen käsittäisi. Minusta hän ei malta kuunnella kuuntelevin korvin. Yritin kertoa hänelle pientä sirua työstäni, mutta hän ei ollut vastaanottavainen, minusta hänellä ei ole korvia eikä sydäntä. "Minun on mentävä ajattelemaan tätä asiaa", totean ja päätän istunnon lyhyeen. Nousen ja lähden kättelemättä.¹⁵⁴

Koettu pettymys on suuri. Hymy kokee, ettei psykoterapeutti kuuntele eikä ymmärrä häntä lainkaan. Hän kokee, että mielenmaailmasta ei jaeta hetkellisesti mitään. Hymy kääntää loukkaantuneena selkensä ja katkaisee yhteyden psykoterapeuttiin konkreettisesti lähtemällä kesken vastaanoton. Hymyn toiminta vastaanottotilanteessa on esimerkki acting in – toiminnasta. Psykoterapiassa puhumisen ja mielen tarkastelun sijaan hän kääntyy toisen auttajansa puoleen hakiessaan ymmärrystä ja varaa ajan hoitavalta psykiatriltaan (acting out¹⁵⁵):

Kerroin psykiatrille oppilaiden Jeesuksen kuvan viereen raapustamista vitseistä, pitämästäni päivänavauksesta, väsymyksestä ja masennuksesta. Hän ymmärsi kaiken! Hän piti työtä ihmiselle niin olennaisen tärkeänä asiana, että siitä oli voitava vapaasti puhua terapeutin kanssa, ilman arvostelluksi tulemisen pelkoa. Ei psykiatrikaan ollut uskovainen. Silti hän oli aina tunnustanut työni arvon.¹⁵⁶

Hymyn toinen hoitotaho, hänen psykiatrinnsa kuunteli kertomuksen ja ymmärsi sen sillä tavalla, että Hymyn raivo ja pettymys psykoterapeutin ymmärtämättömyydestä suli pois, ja hän pystyi palaamaan psykoterapeutin luokse puhumaan siitä, mitä hoitossa oli tapahtunut ja mistä hänen raivonsa ylipäänsä johtui. Tapahtunutta selviteltiin psykoterapiassa pitkään.

Pohdintaa ja puhetta uskonnollisuudesta Hymyn elämässä oli kirjassa paljon. Kirjoittaja kertoo, että hän kuitenkin koki tämän alueen purkamisen, tutkimisen ja puhumisen vaikeammaksi kuin muut alueet. Hymyn mahdollisuutta purkaa tätä elämänsä aluetta estivät hänen oletuksensa siitä, että psykoanalyttikko ei voi oman eiuuskonnollisuutensa vuoksi ymmärtää hänen mielensisältöään tai että tämä ei ole siitä lainkaan kiinnostunut. Samoin loukkaantumisherkkyys tämän mielensisällön ympärillä oli muun materiaalin tutkimista korkeampi.

Psykoterapia eheyttää ja jäsentää, selkeyttääkin Hymyn hengellistä olemisen puolta. Psykoterapeutti purkaa Hymyn lukkiutuneita transferenssimalleja kuuntelemalla häntä, olemalla luotettava ja läsnä oleva. Hän palauttaa uudestaan ja uudestaan Hymyä puhumaan tekemisen sijasta. Kun hän johdonmukaisesti pidättäytyy transferenssitouviden tyydyttämisestä psykoterapian settingiä suojelemalla, hän avaa Hymylle mahdollisuuksia muutokseen ja kehitykseen.¹⁵⁷ TT (h.c.) ja sairaalateologi Niilo Syväne (1900–1986) toteaa pohtiessaan psykoterapian olemusta:

¹⁵⁴ Kankaanpää 2002, 182.

¹⁵⁵ Pylkkänen 2011, 73.

¹⁵⁶ Kankaanpää 2002, 184.

¹⁵⁷ Luostarinen 2008, 78.

Psykoterapiassa koetetaan kärsivällisen, säännöllisen, viikkoja, jopa vuosia kestävä hoidon avulla saada syntymään luottavainen ja turvallinen suhde hoidettavaan. Asianomaisen on saatava tuntea, että hänet hyväksytään, ettei häntä arvostella, moitita, tyrannisoida, hallita eikä salakuljeteta johonkin...

Jos psykoterapia onnistuu siten, että syntyy turvallinen ja avoin suhde hoidettavan ja hoitajan välille, muuttuu potilaan kuva Jumalasta usein automaattisesti riippumatta siitä, oliko psykoterapeutti elävässä uskossa vai ei.¹⁵⁸

Syvänteeseen näkemyksen mukaan psykoterapiassa muodostettu suhde hoidettavan ja hoitajan välillä on se, joka kantaa ja muuttaa ihmistä kokonaisvaltaisella tavalla, jopa jumalakuvaan saakka. Syvänteeseen puhuu kärsivällisyydestä ja säännöllisyydestä. Säännöllisyyden ja kärsivällisen työn mahdollistavat psykoterapian puitteet, sen "setting." Nämä puitteet suojaavat sekä potilasta että psykoterapeuttia.

2.3 PSYKOTERAPIOIDEN SUHDE USKONTOON

2.3.1 Psykoanalyttinen teoria ja uskonnolliset aiheet psykoterapiassa

Nyt, yli sata vuotta sen jälkeen, kun Sigmund Freud esitteli psykoanalyttisen teorian, ei psykoanalyttisestä teoriasta voida puhua enää yhtenä ja samanmuotoisena teoriana. Oikeastaan jo Freud kehitti itsekin teorioitaan vuosikymmenten kuluessa, esimerkiksi hänen käsityksensä transferenssi-ilmiöstä muuttui hoidon esteestä sen tärkeimmäksi työkaluksi. Samoin teorioiden eriytyminen ja eri näkökulmien painottaminen alkoivat jo Freudin elämän aikana. Freudin aikainen ja kollega Carl Gustav Jung (1875–1961) näki joitakin psyyken ilmiöitä ja erityisesti uskonnopsykologian eri tavalla kuin Freud. Tämä ristiriita johtikin intensiivisten yhteistyön vuosien jälkeen välirikoon näiden kahden psykoanalyttisen teorian pioneerin välillä. Jungin ajatuksena oli, että uskonnollisuus kumpuaa niin sanotusta kollektiivisesta alitajunnasta, ja sillä on harvoin tekemistä primitiivisen seksuaalisuuden kanssa.¹⁵⁹

Suomessa psykoanalyysin teoriaa opettavissa kahdessa koulutusyhteisössä (Therapeia-säätiön koulutuskeskus ja Suomen Psykoanalyttinen yhdistys) jungilaista ajattelutapaa tai jungilaista analyttisen psykologian teoriaa ei ole systemaattisesti opetettu. Therapeia-säätiön koulutuspsykoanalyttikko Liisa Wahlbeckin mukaan kuitenkin pari vuosikymmentä sitten Jungin ja hänen oppilaittensa tekstejä luettiin jonkin verran psykoanalyysin perusteorioiden yhteydessä.¹⁶⁰ Juhani Ihanus kirjoittaa Therapeian 40 vuotisjuhlakirjassaan, että erityisesti psykologi, koulutuspsykoanalyttikko Päivikki Viinisalo on tuonut jungilaista teoriaa therapeialaiseen opetukseen esittelemällä muun muassa Jungin itsenäisen oppilaan Erich Neumannin (1905–1960) analyttistä psykologiaa. Ihanuksen mukaan Viinisalon kirjoituksissa näkyy myös

¹⁵⁸ Syvänte 1959, 143.

¹⁵⁹ Palmer 1997, 108–112. Palmer käyttää termiä "the collective unconscious".

¹⁶⁰ Wahlbeck 2012, 123.

oletus psykoanalyysin intohimoisesta osallistumisesta inhimillisen tietoisuuden ja kulttuurin kehityksen tutkimiseen.¹⁶¹

Sigmund Freudin suhtautuminen uskontoon ja Jumalaan on ollut torjuva, jopa kielteinen. Erityisesti roomalaiskatolisuus tuntui ärsyttävän tätä juutalaista syntyperää olevaa tiedemiestä, joka kuvasi omaa vakaumustaan ”juutalaisuudeksi ilman uskontoa”.¹⁶² Freud kehitteli teorioitaan uskonnon merkityksestä koko aktiivisen työuransa ajan. Ensimmäinen kirjoitus uskonnon psykologisesta funktiosta on vuodelta 1893, ja viimeisin kirja Freudin kuolinvuodelta 1939.¹⁶³ Muun muassa hänen ajatuksensa uskonnosta universaalina neuroosina, siis primitiivisen seksuaalisuuden torjuntana, laajeni niin, että Freud lopulta näki uskonnonharjoituksen ytimessä oidipuskompleksin ja isänmurhan sekä isän ruumiin syömisen.¹⁶⁴ Freud tavoitteli ajattelussaan uskonnon psyykkis-historiallisia syitä. Ne olisivat hänen ajatuksensa mukaan selittäneet ihmisen tarpeen uskoa.¹⁶⁵ Tähän ajatukseen uskonnon historiallisesta syystä liittyvä idea jumalhahmosta transferentiaalisenä.¹⁶⁶ Siis niin, että jumala on pelkästään lapsuuden isä-mielikuvan siirtymistä aikuisiässä yliluonnolliseen hahmoon, eräänlainen lapsuuden toiveen täyttymys.¹⁶⁷ Freud haluaa kasvattaa ihmisen pois tällaisesta uskonnosta niin, että tämä hakee lohtunsa järjestä toiveajattelun sijaan.¹⁶⁸

Freud näkee psykoanalyysin itsessään toimintana, joka ei ole luonteeltaan sen enempää uskonnollista kuin ei-uskonnollistakaan. Hänen käsityksensä mukaan tiedemiehen on oltava ateisti, vain työntekijä, joka käyttää psykoanalyysin puolueetonta menetelmää kärsivän ihmisen hyväksi.¹⁶⁹ Psykoanalytikko Otto Kernberg kirjoitti vuosituhannen vaihteessa, että Freudin kirjoitusten lyömä leima psykoanalytikkojen ateistisesta asenteesta on vallinnut pitkään, ja vasta nyt tämä traditio on laajemmalla mielessä muuttumassa.¹⁷⁰

Freudin kuoleman jälkeen monet psykoanalytikit ovat pohtineet uskonnon ja psykoanalyysin suhdetta. Keskityn seuraavassa joihinkin englanninkielisiin psyko-

¹⁶¹ Ihanus 2000, 115.

¹⁶² Gay 1996, 28–36. Psykiatri Mikael Enckell kuvaa Freudin suhdetta juutalaisuuteen ristiriitaisena. Enckell kirjoittaa Freudin kieltäneen vaimoaan viettämästä juutalaisia juhlapyyhiä ja Freudin viimeisessä kirjassa Mooses ja monoteismi oli nähtävissä kapina omaa perinnettä kohtaan, toisaalta Freud taas oli tarkka siitä, ettei sivuuttaisi juutalaistaustaansa. (Enckell 1993, 89–90.)

¹⁶³ Wikström 2009b, 140–141.

¹⁶⁴ Palmer 1997, 18–26.

¹⁶⁵ Jones 1991, 34–35.

¹⁶⁶ Freud 1955, 243.

¹⁶⁷ Rizzuto 1998b, xix.

¹⁶⁸ Wikström 1989, 7. Freud katsoi, että tiede ja uskonto ovat ylipäänsä täysin yhteensovittamattomia. Tämä asia käy selkeästi ilmi muun muassa Freudin kirjeenvaihdosta ystävänsä, protestanttisen papin ja psykoanalytikon Oskar Pfisterin kanssa. Pfister ja Freud tapasivat ensimmäistä kertaa 1909, ja heidän pääasiassa kirjeenvaihtona toteutunut ystävyytensä kesti Freudin kuolemaan saakka, kirjeenvaihtoa on säilynyt 28 vuoden ajalta. Miehet keskustelivat kirjeissään psykoanalyysistä, sen varhaisvaiheista, teoriasta ja käytännöstä, potilaista ja kollegoista. Molemmiin puolin esitettiin palautetta ja kritiikkiä toisen kirjoittamisista ja muusta toiminnasta psykoanalyysin saralla. Freud kirjoittaa Pfisterille kertoakseen tälle etukäteen kirjastaan *The Future of an Illusion*. (Psycho-Analysis and Faith: The Letters of Sigmund Freud & Oskar Pfister 1963, 109–110.) Pfisterin ja Freudin ystävyys alkoi, kun Pfister sai luettavakseen Unien tulkinta -kirjan vuonna 1908. Tämä kirja innosti Pfisteriä ja hän alkoi heti soveltaa psykoanalyysin teoriaa sielunhoitotyöhönsä. Lisäksi hän reflektoi näitä kokemuksiaan tutkielmaksi, jonka lähetti Freudille. (Scharfenberg 2000, 42.)

¹⁶⁹ Psycho-Analysis and Faith. 1963, 17.

¹⁷⁰ Kernberg 2000, 452.

analyttisten teorioiden kehittäjiin. Psykoanalyttikko Melanie Kleinin (1882–1960) teorit ihmisen tiedostamattoman fantasiaelämän ja objektisuhteisiin hakeutumisen voimakkaasta psyykeä muokkaavasta vaikutuksesta loivat pohjaa Donald Winnicottin (1896–1971) teorialle. Tässä uskontoon suhtaudutaan myötämielisemmin kuin Kleinin teoriassa.¹⁷¹ Winnicottin teoria transitionaalitilasta, josta hänen mukaansa kaikki luova kumpuaa: taide, uskonto, kulttuuri, on omassa tutkimuksessani keskeinen.¹⁷² Tärkeää Winnicottin teoriassa on nimenomaan transitionaali-ilmiö sinänsä, ja tässä tilassa oleva mahdollisuus luoda uusia symboleita. Suhteessa Jumalaan tämä tarkoittaa, että uskonnollisessa objektissa on sävyjä itsestä, varhaisista objekteista ja Jumalasta objektina.¹⁷³ Winnicottin ajatus uskonnollisesta objektista on siten hyvin erilainen kuin Freudin, joka yhdisti jumalakuvan kiinteästi isä-representaatioon.

Ana-Maria Rizzuto lähti kehittämään transitionaalitilan ja erityisesti transitionaaliobjektin ajatusta. Rizzuton teoriassa ihminen suhtautuu Jumalaan kuten illusooriseen transitionaali-objektiin ja tätä sisäistä mielikuvaa työstetään koko elämän ajan.¹⁷⁴ Rizzuto tiivistää ajatuksiaan niin, että puhuessamme Jumalasta emme oikeastaan voi puhua yleisesti, vaan tulee määritellä, kenen Jumalasta puhumme ja minkälaisessa vaiheessa tämän ihmisen maailmassa tämä jumalakuva elää. Rizzuton mukaan täytyy myös ottaa huomioon se, minkälainen objekti kokevalle subjektille Jumala kulloinkin on.¹⁷⁵

Rizzuto ei ota omassa teoriassaan kantaa siihen, onko Jumala olemassa vai ei. Hän tutkii ihmismielen sisäisiä mielikuvia Jumalasta niillä ihmisillä, jotka uskovat sekä heillä, jotka eivät usko.¹⁷⁶ William W. Meissner toi omaan teoriaansa mukaan yliluonnollisen olemassaolon. Meissner kirjoittaa, että uskossa on mukana transendenttinen elementti, joka on enemmän kuin Eriksonin perusuottamus¹⁷⁷. Se on luova vakuuttuneisuus jostakin, joka on luottamuksen ylittävää ja hyvin merkittävä henkilölle itselleen.¹⁷⁸ Toinen painotus Meissnerilla on, että uskonnollinen näkökulma ihmisessä on nimenomaan yliluonnollinen.¹⁷⁹ Tähän ei siten mikään tiede, ei psykoanalyysikään, voi tuoda tyhjentävää selitystä. Meissnerin näkökulmassa on selkeästi eroteltu se, mihin kysymyksiin psykoanalyttinen teoria voi vastata ja mihin teologia.¹⁸⁰

Psykologi, psykoanalyttikko Moshe Halevi Spero kirjoittaa mielenkiintoisella tavalla siitä, onko Jumala olemassa vai ei. Samoin hän pohtii tämän asian merkityksellisyyttä myös psykoanalyttisen objektisuhdeteorian kannalta. Speron käsityksen mukaan Jumala on uskovalle ihmiselle todellinen, siis muutakin kuin mielensisäinen representaatio. Tämä Jumalan representaatio ei ole Speron mukaan muokkautunut ihmisen vuorovaikutussuhteissa muiden objektirepresentaatioiden tapaan, vaan siinä on mukana ihmisen ulkopuolinen toimija, jota Spero ei kuitenkaan enempää ku-

¹⁷¹ Black 2006, 9–10.

¹⁷² Winnicott 1971, 129–132.

¹⁷³ Eigen 1981, 431.

¹⁷⁴ Rizzuto 1979, 8.

¹⁷⁵ Rizzuto 1979, 52.

¹⁷⁶ Rizzuto 1979, 3–4.

¹⁷⁷ Erikson 1959, 65.

¹⁷⁸ Meissner 1984, 183.

¹⁷⁹ Meissner 1984, 226.

¹⁸⁰ Meissner 2009, 227–229.

vaile.¹⁸¹ Oman tutkimukseni kannalta tämä suhteessaolo Pyhän tai täysin erilaisen Toisen kanssa on merkittävä.

2.3.2 Uskonnolliset aihepiirit kognitiivisissa psykoterapioissa

Kognitiivisten psykoterapioiden perheessä ajatuksena on toimia aina tieteelliseltä, empiiriseltä pohjalta. Tämä toimintatapa jättää uskonnollisuuden ja hengellisyyden asiat teoriassa täysin työskentelyn ulkopuolelle.¹⁸² Erityisesti psykologi Albert Ellis (1913–2007), kognitiivisen rationaalisen-emotiivisen psykoterapiamuodon kehittäjä, on esittänyt kriittisiä näkemyksiä uskonnollisuudesta. Ellisin ajatuksessa henkilön uskonnolliset käsitykset ovat aina mielenterveyttä vastaan ja psykoterapeutin velvollisuus on pyrkiä vapauttamaan potilas niistä.¹⁸³ Albert Ellisin malli nojautuu tietoteoreettisesti oletukseen, että on olemassa ihmisen ulkopuolinen ja objektiivinen todellisuus, jota kohti hänen tulee pyrkiä rationaalisen ajattelun avulla.¹⁸⁴

Kognitiivis-behavioraaliset psykoterapiat mielletään sekulaareiksi, eikä näiden psykoterapiamallien kuvauksissa mainita uskonnollisia tai hengellisiä aiheita tai niiden tarkastelua.¹⁸⁵ Tämä tilanne on kuitenkin muuttunut. Vuonna 2006 tehtiin tutkimus amerikkalaisen kognitiivis-behavioraalisen terapiayhdistyksen jäsenten keskuudessa. Kysely tapahtui internetin kautta, vastaajia oli 262.¹⁸⁶ Puolet vastaajista ilmaisi oman spiritualiteetin olevan heille tärkeää ja merkityksekkästä. Joka viides kyselyyn osallistuneista psykoterapeuteista kertoi kuitenkin, etteivät he koskaan kysy potilailtaan uskonnollisista tai hengellisistä aiheista ja neljäsosa koki epämukavuutta työskennellessään näiden aihepiirien kanssa.¹⁸⁷

Kognitiivisten psykoterapioiden kehityksessä on käynnissä niin sanottu kolmas aalto.¹⁸⁸ Tämän kolmannen aallon kognitiivisiin psykoterapioihin liittyy myös esimerkiksi mindfulness-menetelmien käyttöä. Mindfulness on vallannut alaa kolmannen aallon kognitiivisissa psykoterapioissa 1990-luvulta alkaen.¹⁸⁹ Psykologi ja kognitiivisen psykoterapian kouluttaja Nils Holmberg kuvaa mindfulnessin käsitettä näin:

*Mindfulness'ia kuvataan ei-arvioivana havainnoimisena. Se on mielen kyky havainnoida ilman kritiikkiä. Se ei asetu minkään puolelle eikä mitään vastaan. Se on puolueetonta tarkkaavaisuutta. Se ei jää kiinni mihinkään, jota havainnoidaan. Se vain havaitsee.*¹⁹⁰

¹⁸¹ Spero 1992, xv.

¹⁸² Rosmarin & Green & Pirutinsky & McKay 2013, 425.

¹⁸³ Ellis 1983, 2.

¹⁸⁴ Toskala 2001, 394.

¹⁸⁵ Andersson & Asmundson 2007, 1.

¹⁸⁶ Rosmarin & Green & Pirutinsky & McKay 2013, 426.

¹⁸⁷ Rosmarin & Green & Pirutinsky & McKay 2013, 430.

¹⁸⁸ ”Erityisesti 2000-luvulla on alettu puhua entistä enemmän niin sanotusta kolmannelle kognitiivisten käyttäytymisterapioiden aallosta. Tämän näkemyksen mukaan ensimmäiseen kuuluu ”perinteinen” käyttäytymisterapia, toiseen aaltoon kognitiivinen terapia ja kognitiivinen käyttäytymisterapia. Kolmanteen aaltoon luetaan useita erilaisia lähestymistapoja kuten hyväksymis- ja omistautumisterapia (englanniksi Acceptance and Commitment Therapy, ACT), dialektinen käyttäytymisterapia, funktionaalinen-analyttinen terapia ja erilaiset tietoisuustaitomenetelmät.” (Tuomisto & Lappalainen 2012, 80.)

¹⁸⁹ Andersson, G. & Asmundson, G.J.G. 2007, 2.

¹⁹⁰ Holmberg 2005, 75. Internetaineisto.

Holmberg korostaa mindfulnessin olevan kokemuksellista tietoa ilman arviointia ja arvottamista. Tämä havainnointi on esi-symbolista ja sinällään vaikea kuvata, pu-kea sanoiksi. Asiantilat ja ilmiöt hyväksytään paljaina sinällään ja sellaisina kuin ne ovat. Suomalainen lääkäri, kognitiivinen psykoterapeutti Heidi Roberts korostaa mindfulnessin käyttävän buddhalaisia juuriaan¹⁹¹, koska siinä pyritään vähentämään ilmiöiden tai mielen sisällön kielellistä tarkastelua, selittämistä, käsitteiden luomista tai hierarkioiden rakentamista. Tällä tavoin pyritään ottamaan asiat ”sellaisenaan.”¹⁹² Uskonto on mindfulnessin myötä näin yllättäen palannut psykoterapiakentälle.¹⁹³ Toisaalta suomalaisessa kognitiivisen psykoterapian oppikirjassa korostetaan, että psykoterapiassa käytetyillä mindfulness-tekniikoilla ei ole mitään hengellistä tai uskonnollista puolta.¹⁹⁴ Oman käsitykseni mukaan on pulmallista, mikäli psykoterapiaan otetun menetelmän tai työkalun olemassa olevia uskonnollisia juuria ja vuosituhan-tista käyttöä uskonnollisessa kontekstissa ei lainkaan tunneta tai että nämä juuret yritetään menetelmästä riisua. Omassa aineistossani kolmasosa kognitiivisista psy-koterapeuteista mainitsee mindfulnessin tulon psykoterapian kentälle.

Toinen kognitiivisen psykoterapian kolmannen aallon terapiaryhmään kuuluva tapa työskennellä on hyväksymis- ja omistautumisterapia (HOT). Siihen sisältyy erityinen arvoanalyysi.¹⁹⁵ Tämän arvotyöskentelyn tarkoitus on lisätä joustavuutta suhteessa omaan ajatteluun ja toimintaan, etenkin jos ajattelua ja toimintaa rajoittavat ankarat säännöt ja ehdottomuudet.¹⁹⁶ Arvotyöskentelyssä keskitytään aina potilaan henkilökohtaisiin, psykologisesti merkityksellisiin arvoihin.¹⁹⁷ Voisi siten ajatella, että sekä mindfulness-tekniikoilla että arvotyöskentelyllä olisi merkittävä sija työskenneltäessä uskonnollisesti suuntautuneiden potilaiden kanssa. Erityisesti, mikäli henkilö on kasvanut sellaisessa hengellisessä yhteisössä, jonka arvoja ja käsityksiä hän myöhemmin pohtii ja työstää.

2.4 TUTKIMUKSEN KESKEISET KÄSITTEET

2.4.1 Käsitteiden esittely

Tutkimukseni aineistossa esille tulleita teologisia käsitteitä ovat: uskonnollisuus, hengellisyys, spiritualiteetti ja eksistentiaaliset kysymykset. Kaikki edellä mainitut termit ovat sidoksissa toisiinsa, eivätkä näyttäyty selväpiirteisinä. Käsitteiden käytössä on päällekkäisyyttä ja vaihtelevuutta. Tämä päällekkäisyys tai ilmiöiden sisäkkäisyys näkyi aineistossani selkeästi. En pyri tässä taustaluvussa esittelemään käsitteitä teo-

¹⁹¹ Tohtoriopiskelija Ville Husgafvel kirjoittaa terapiakäytössä olevan mindfulnessin juurien olevan monessa buddhismen perinteessä ja erityisesti näiden nykyaikaisissa, länsimaistetuiissa versioissa. (Husgafvel 2016, 113–115.) Mindfulness on buddhalaisessakin perinteessä vain yksi osa laajempaa henkistä harjoittelua. (Holmberg 2005, 74–76. Internetaineisto.)

¹⁹² Roberts 2011. Internetaineisto.

¹⁹³ Roberts 2011. Internetaineisto.

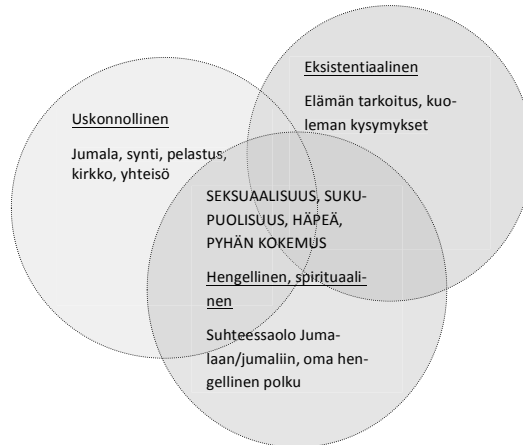
¹⁹⁴ Hakanen 2008, 32. ”Vaikka mindfulnessin tausta on 2500 vuotta harjoitetussa buddhalaisessa psykologiassa ja filosofiassa, käsite ei terapiayhteydessä sisällä hengellistä tai uskonnollista aspektia.” (Riikonen & Toikka 2009, 65. Internetaineisto.)

¹⁹⁵ Lappalainen 2008, 515–517.

¹⁹⁶ Roberts 2011. Internetaineisto.

¹⁹⁷ Lappalainen 2008, 516.

reettiselta kannalta tarkasti, koska jätän tilaa sille, miten ne tutkimusaineistossani tulevat esiin ja miten haastateltavani itse näitä käsitteitä kuvaavat ja määrittelevät. Kuviossa 2 on kuvattuna keskeistä sisältöä siitä, miten haastateltavani määrittivät kutakin mielensisältöä.



Kuvio 2. Uskonnollinen, spirituaalinen ja eksistentiaalinen mielensisältö aineistossani.

Kuvion 2 kunkin teema-alueen mainitut tärkeimmät sisällöt tulevat aineistossani esiin. Väitöskirjassani käsitteen uskonnollisuus alle tulee puhe Jumalasta sekä erilaisista pelastushistoriaan sekä syntikäsitteisiin liittyvistä teemoista. Suoraan kirkollinen ja hengellisiin yhteisöihin, niissä kasvamiseen ja niistä irtautumiseen, liittyvät teemat käsitellään samoin uskonnollisuus- käsitteen alla. Hengelliseksi tai spirituaaliseksi määritän aineistossani sen puheen, mikä kumpuaa transsendenssiin suhteessaolon kokemuksen ympärille. Tämän käsitteen alla on se, mitä ihminen kokee suhteessa Jumalaan tai jumaliin tai erilaisiin elämänvoimiin. Samoin tutkimuksessani se, miten ihminen kokee kulkevasa omaa hengellistä polkuaan, määritetty hengellisyys-käsitteen alle. Aineistossani tulevat esiin myös potilaiden pohtimat eksistentiaaliset kysymykset. Nämä liittyvät erityisesti elämän tarkoituksen pohdintaan ja esimerkiksi kuoleman kysymysten mietintään.

Monilla ihmisen olemisen puolilla voi olla yhteyksiä kaikkiin näihin alueisiin, näistä mainitsen esimerkiksi häpeän kokemukset ja erilaiset seksuaalisuuden ja sukupuoli-suuden kysymykset. Näitä sisältöjä olen sijoittanut kuvion 2 kaikille yhteiseen alueeseen. Näin esimerkiksi seksuaaliset teot tai tietty seksuaalinen orientaatio saattavat herättää häpeää suhteessa Jumalaan ja toiseen ihmiseen - psykoterapeutti mukaan lukien, sekä hengelliseen yhteisöön. Potilaiden häpeän ja kelpaamisen kysymyksiä seksuaalisuuden alueella ja suhteessa omaan hengelliseen yhteisöön kuvailivat aineistossani useat psykoterapeutit. Tutkimukseni kartoittaa myös ihmisen suhdetta Pyhäksi koettuun. Tämän Pyhäksi koetun olen samoin sijoittanut alueelle, jota ei voi rajata yksinomaan uskonnolliseen, hengelliseen tai eksistentiaaliseen kategoriaan. Pyhän kokeminen on tutkimuksessani määritelmä, joka yhdistää teologista ja psykologista toisiinsa. Palaan Pyhäksi koetun määrittelyyn alaluvussa 2.8.

Hengellisyys, spiritualiteetti ja uskonnollisuus ovat käsitteitä, joiden ymmärryksessä on tapahtunut paljon muutoksia vuosikymmenten kuluessa. Käsitteet vaihtelevat tieteenalakohtaisesti, ainakin suomalaisessa kontekstissa. TT Harri Koskelan mukaan perinteisesti teologian piirissä spiritualiteetti määritellään suppeammin ja ainakin uskonnonpedagogiikan, uskonnonpsykologian, uskontososiologian sekä hoitotieteen piirissä laajemmin.¹⁹⁸ Omassa tutkimuksessani spiritualiteetti määrittyy aineistossa laajempaan käsitteeseen.

Psykoterapeutin työssä on merkityksellistä, miten psykoterapeutti jäsentää ja mieltää näitä aihealueita, koska määrittely itsessään voi vaikuttaa hänen työskentelytapoihinsa potilaiden erilaisen mielenisällön kanssa. Psykoterapeutti tekee työtään valitsemalla ja nostamalla esiin potilaan tuomasta materiaalista erilaisia teemoja. Esittelen käsitteitä seuraavassa lyhyesti sillä tasolla, miten ne aineistossani tulevat esiin. En perehdy käsitteiden filosofiaan tai alkuperään, tai käsitteiden käytön muutoksiin historialliselta kannalta.

2.4.2 Uskonnollisuus

Ihmisen uskonnollisuus ilmenee kokemuksina, asenteina, tunteina ja käyttäytymisenä suhteessa uskonnolliseen objektiin. Kulttuuriin sidottuna ja monimuotoisesti elävänä ilmiönä käsite uskonto tai uskonnollinen objekti on kuitenkin vaikea määrittellä. Uppsalan yliopiston uskontopsykologian professori (emeritus) Owe Wikström kiteyttää uskonnon olevan jotakin ulkoista, jota voidaan havainnoida ja mitata käyttäytymisen kautta tai jotain sisäistä, josta voidaan raportoida erilaisina kokemuksina ja elämyksinä.¹⁹⁹ Oma tutkimukseni keskittyy sisäiseen, kokemukselliseen ja siitä koostettuun kertomukseen. Tutkimukseni on näin luonteeltaan kertomusta tulkitseva. Pastoraalipsykologiassa puhutaan kokemustiedosta.²⁰⁰ Tutkimuksessani näitä kokemustiedon tulkinnan tasoja on itse asiassa useita, koska kysyn psykoterapeuttien kokemuksia ja kertomuksia siitä, mitä potilaat ovat heille kertoneet kokeneensa tai kokevansa.

Suomalaisten uskonnollisuus elää ja muotoutuu jatkuvasti.²⁰¹ Uskonnollisuus muovautuu yhteiskunnan ja kulttuurin muuttuessa sosiaalisten normien ja arvojen monimuotoistuuessa. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon nelivuotiskatsauksessa *Haastettu kirkko 2008–2011* kuvataan uskonnollisuuden muutosta muun muassa sen kautta, miten arvot ja moraalikäsitteet ovat muuttuneet viimeisten kolmenkymmenen vuoden kuluessa sallivampaan suuntaan esimerkiksi suhteessa aborttiin, avioeroon, eutanasiaan, homoseksuaalisuuteen, itsemurhaan ja prostituutioon.²⁰² Näin myös psykoterapiahoidoissa olevien ihmisten uskonnollisuus ja hengellisyys elää ja muuttuu jatkuvasti. Psykoterapeuttien on tähän tilanteeseen mukauduttava.

Arvokysymyksistä erityisesti seksuaalietiikan kysymykset punoutuvat usein yhteen uskonnollisten ja hengellisten kysymysten kanssa. Kelpaamisen ja hyväksynnän kysymykset ovat ihmisen ydinalueen kysymyksiä sekä Jumalaan että toiseen ihmi-

¹⁹⁸ Koskela 2011, 28.

¹⁹⁹ Wikström 2009a, 22.

²⁰⁰ Kettunen 2013, 261.

²⁰¹ Kääriäinen & Niemelä & Ketola 2003, 14.

²⁰² Haastettu kirkko 2012, 24–26.

seen ja yhteisöön suuntautuessaan. Liikutaan häpeäkokemusten alueella, kun toivotu vastavuoroisuus ja hyväksyntä eivät toteudu. Kysymyksiä, joissa sukupuoliuus ja hengellisyys punoutuvat yhteen ja saattavat herättää häpeää ovat esimerkiksi: häpeä omasta sukupuolesta, seksuaalisista haluista ja tarpeista, seksuaalinen orientaatio ja yksin eläminen.²⁰³ Paaavo Kettunen kirjoittaa, että ylipäänsä häpeän kohdalla on vaikea päätellä, milloin se liittyy ensi sijassa seksuaalisuuteen, ja milloin hengellisiin ilmiöihin.²⁰⁴

2.4.3 Hengellisyys ja spiritualiteetti

Uskonnollisuuden ja hengellisyyden välinen raja ei ole selkeästi määriteltävissä. Lundin yliopiston uskontopsykologian professori Anton Geels kirjoittaa, että merkittävä joukko ihmisiä nykyajassa koostaa omaa uskonnollisuuttaan ottaen aineksia monista uskonnoista. Nämä ihmiset eivät kuvaa itseään uskonnollisina vaan pikemmin hengellisinä.²⁰⁵

Hengellisyys ja spiritualiteetti ovat vaikeasti määriteltäviä käsitteitä, koska ne kuvaavat jotakin kokemuksellista ja siten kovin subjektiivista. Asioilla, käytännöillä ja kokemuksilla on syviä henkilökohtaisia merkityksiä, jotka eivät välttämättä ole jaettavissa sanojen ja käsitteiden kautta. Owe Wikströmin mukaan spiritualiteetin teologia käsittelee uskon syntymiseen ja syventymiseen liittyviä asioita. Wikströmin mukaan spiritualiteettia voidaan kutsua kokemukselliseksi teologiaksi.²⁰⁶ Aineistossani tämä hengellisyyden kokemuksellisuus, vaikeasti määriteltävissä oleva luonne ja käsitteen laaja-alaisuus tulevat näkyviin.

Helsingin yliopiston käytännöllisen teologian professori Heikki Kotila (1960–2010) kirjoittaa, että hengellisyys, spiritualiteetti tarkoittaa sanana yksinkertaisesti hengellistä elämää, sitä ihmisen persoonallista henkeä, joka suuntautuu ja suhtautuu Jumalaan.²⁰⁷ Professori Kettunen taas painottaa hengellisen elämän todeksi elämisen tapahtuvan aina suhteessa Pyhään, persoonan kohdatessa toisen Persoonan.²⁰⁸ Kettunen korostaa hengelliseen elämään vaikuttavina tekijöinä kolmea todellisuutta: kirkon uskontraditiota, yksilön omaa kehitystä ja kasvuprosessia sekä sitä kulttuurista, sosiaalista ja yhteisöllistä maailmaa, joka on vaikuttanut hänen hengelliseen elämäänsä ja sen muotoutumiseen juuri tietynlaiseksi. Kettunen korostaa kestäväen spiritualiteetin rakentuvan ihmisen kokonaistilanteen jäsentymiselle. Juuri tämän kokonaisuuden kanssa Jumala kommunikoi.²⁰⁹ Hengellisyys on siten monimuotoinen ja ihmistä kokonaisvaltaisesti koskettava olemisen tapa.

Yhdysvaltalainen uskonnon professori Robert Forman on julkaissut vuonna 2004 kirjan *Grassroots Spirituality: What it is, Why it is Here, Where it is going*, jossa hän kuvailee nykyajassa tavallista hengellisyyden muotoa, ruohonjuurihengellisyyttä. Kirja on raportti kvalitatiivisesta tutkimuksesta ja se perustuu 92 informantin haastatte-

²⁰³ Kettunen 2011, 234–306.

²⁰⁴ Kettunen 2014, 144.

²⁰⁵ Geels & Wikström, 2009, 392.

²⁰⁶ Wikström 1995, 28,39.

²⁰⁷ Kotila 2003, 13.

²⁰⁸ Kettunen 2003, 361.

²⁰⁹ Kettunen 2003, 364–365.

luihin.²¹⁰ Kaikki haastateltavat olivat henkilöitä, joille hengellisyys oli tärkeää oma-kohtaisena ja yhteisesti jaettuna elämän dimensiona. Forman arvioi, että noin 19–32 prosentilla amerikkalaisista on henkinen, mutta persoonaton jumalakuva. Hän uskoo tämän arvion pitävän paikkansa myös muissa kehittyneissä teollisuusmaissa.²¹¹ Forman kuvailee tämän ruohonjuurihenkisyyden koostuvan viidestä toisiinsa liittyvästä osatekijästä: 1) Näkemys Jumalasta on pan-en-teistinen²¹². Jumalan käsitetään olevan sekä sisäistyneenä luomakunnassa että sen ulkopuolella. Olemme kaikki osa samaa ykseyttä. 2) Tämä ykseys on ihmisessä sisäsyntyisenä, se muodostaa eräänlaisen syvimmän minuuden. Kuitenkin se on kätkeytynä rationaalisen minän, kognitiivisten aineiden ja arkihuoltemme takana. 3) Ihmisellä on pääsy tähän syvimpään ytimeen vähemmän rationaalisten teiden kautta ja 4) Tähän ”matkaan” sisältyy minuuden muutos, eräänlainen avoin kasvaminen. Prosessiin kuuluu mukaan rationaalisuus, mutta se ei rajoitu rationaalisuuteen. 5) Hengellisyys nähdään prosessina, joka johtaa koko elämän holistiseen organisoitumiseen. Tämä ruohonjuurihengellisyys siis ohjaa henkilön elämää kokonaisuutena.²¹³ Omassa aineistossani usea psykoterapeutti kuvaa omaa hengellisyyttään ja käsityksiään hengellisyydestä tavoilla, joissa on yhtymäkohtia Formanin kuvaamaan ruohonjuurihengellisyyteen.

Eksistentiaaliset kysymykset

TT, dosentti Pauli Annala kertoo termin eksistenssi sananmukaisen käännöksen kuuluvan: ”seisoa/olla ulkopuolella tai erossa” ja filosofisen käännöksen olevan: ”olla alkuperäisestä olemuksestaan erossa”.²¹⁴ TT, dosentti Raili Gothónin mukaan sana eksistenssi eli olemassaolo tulee latinan sanasta *existere*, joka tarkoittaa erottua, nousta esiin, selvitä. Gothónin mukaan eksistentiaalisen alueella ihminen pohtii ja ymmärtää sitä, mitä juuri hänelle merkitsee olla olemassa ihmisenä yleensä ja yksilöllisenä persoonana erityisesti.²¹⁵

Yhdeksän yhdestätoista haastattelemastani psykodynaamisesta psykoterapeutista on kouluttautunut Therapiea-säätiön eritasoisissa koulutuksissa. Therapiea-säätiön perustamisvaiheessa sen teoreettisena taustateorian on ollut klassisen psykoanalyysin rinnalla Martin Heideggerin (1889–1976) filosofisista teorioista kumpuava ek-

²¹⁰ Forman 2004, 8–9.

²¹¹ Forman 2004, 10.

²¹² Pan-en-teismi on sananmukaisesti ”Jumala kaikessa” ja ”kaikki Jumalassa”. Käsite kuvaa Jumalan ja luomakunnan jatkuvaa vuorovaikutusta, jossa kummatkin osapuolet kuitenkin säilyttävät oman identiteettinsä. Pan-en-teismi eroaa oleellisesti käsitteestä panteismi, joka yksinkertaisimmillaan tarkoittaa jumalan olevan yhtä kosmoksen kanssa. (Stanford Encyclopedia of Philosophy. Internetaineisto.) Ekoteologiaan perehtynyt TT Pauliina Kainulainen korostaa panenteismissä olevan keskeistä se, että Jumala on läsnä kaikessa luodussa, mutta samalla paljon enemmän. Jumala on myös luodun tuolla puolen (Kainulainen 2010, 24.)

²¹³ Forman 2004, 50–71.

²¹⁴ Annala 1984, 9.

²¹⁵ Gothóni 2014, 21.

sistentiaali- eli daseinanalyysi²¹⁶ ja antropologinen lääketiede²¹⁷. Eksistentiaaliset kysymykset, kuten maailmassa olemisen²¹⁸ toisten kanssa, tietoisuus kuolemasta ja tästä syntyvä ahdistus ja huoli ovat ihmisen olemiseen kuuluvia. Therapiea-säätiön koulutuksiin on yli 50 vuoden aikana tullut elementtejä muualtakin psykoanalyysin teorioiden kentältä. Kuitenkin tietynlainen kiinnostus eksistentiaaliseen olemiseen puoleen on edelleen koulutuksissa mukana. Eksistentiaalinen ajattelu näkyy esimerkiksi Therapiea-säätiön *Psykotterapia* jäsenlehden eksistentialismin teemanumerossa vuodelta 1984. Johdannossa kuvataan eksistentiaalista psykoterapiaa näin:

*Eksistentiaalisessa psykoterapiassa tähdätään sen ahdistuksen selvittelyyn, mikä koskettaa yksilön olemassa-olon juuria. Eksistentiaalista ahdistusta aiheuttavina perusristiriitoina nähdään kuoleman väistämättömyyden, minuuden rakenteita uhkaavan vapauden, peruseristyneisyyden ja pohjimmaisen tarkoituksettomuuden kokemukset.*²¹⁹

Samassa Therapiean eksistentialismin teemanumerossa Pauli Annala korostaa sitä, että eksistentiaalisesti orientoituneella psykoterapeutilla tulee olla jonkinlainen teoria siitä, mikä on eksistoin suhde olemisen perimmäiseen merkitykseen. Annala lainaa teologi Paul Tillichin, ja päättelee perimmäisen eheytyksen tapahtuman olevan suhteessa olioiden totaliteetin tuolla puolen olevaan Olemiseen, Jumalaan.²²⁰ Edelleen samassa lehdessä psykiatri Heikki Majava painottaa psykoanalytikko Harold Searlsia lainaten ihmisen olevan altis kuoleman ahdistukselle, ellei hän osallistu kokonaisuutena ihmisyksilönä elämän ja ihmiskunnan kokonaisuuteen.²²¹ Eheytyminen, kokonaiseksi tuleminen edellyttää kaikkien olemisen puolien tuntemusta omassa itsessä.

Kolmannen aallon kognitiivisissa psykoterapioissa eksistentiaalisten kysymysten pohdinta on tavallista ja strukturoitua. Erityisesti systemaattista *arvoanalyysiä*²²² käytetään 1990-luvulla kehitetyssä käyttäytymisanalyysin ja käyttäytymisterapian muodossa, jota kutsutaan hyväksymis- ja omistautumisterapiaksi (HOT).²²³ Toisen tyyppisestä arvotyöskentelystä eksistentiaalisen aineksen kanssa kirjoittaa ruotsalainen psykiatri, professori, kognitiivinen psykoterapeutti ja dekkarikirjailija Åsa Nilsonne.

²¹⁶ Therapiea-säätiön perustaja Martti Siirala (1922–2008) asui Sveitsissä 1950-luvulla ja kävi siellä oppianalyysinsä. Hän sai vaikutteita paikallisista oloista. Heideggerin eksistentiaali- eli daseinanalyysi muokkaantui Ludwig Binswangerin ja Medard Bossin kehittämänä eteenpäin niin, että ontologinen (Heideggerilla olemisen tutkimista) siirtyi ontiseksi (Heideggerillä tämä tarkoittaa erityisiä elementtejä), joilla on olemassaolo ja jotka ovat olevia. Binswangerin Dasein-analyysi merkitsi yritystä siirtää ontologia onttille tasolle, kuten psykiatria. Binswanger myös katsoi Daseinin heijastuvan kussakin yksilössä erityisellä tavalla (Ihanus 2000, 27–33.)

²¹⁷ Siiralalle Viktor von Weizsäckerin antropologinen lääketiede on ollut tärkeä sairautta ja hoitoa koskevien käsitysten osalta. Antropologinen lääketiede kuvaa ei-dogmaattista asennoitumista suhteessa sairauden haasteeseen ja sanottavaan (Ihanus 2000, 36–37.)

²¹⁸ Maailmassa olemisen (Dasein) on Heideggerin käsitteiden mukaan elävä relaatiojärjestelmä, josta ihminen kantaa aina huolta. Tämä huoli syntyy ei-olemiseen liittyvästä ahdistuksesta, jonka perusmuotona on kuolema (Kettunen 1990, 71.)

²¹⁹ Majava 1984a, 3.

²²⁰ Annala 1984, 9.

²²¹ Majava 1984b, 25.

²²² Arvoanalyysi on yksilöllinen motivaatioanalyysi, joka tehdään kognitiivisessa psykoterapiassa harjoitteiden ja keskusteleavan vuorovaikutuksen avulla (Tuomisto & Lappalainen 2012, 85.)

²²³ Tuomisto & Lappalainen 2012, 98.

Hänen käsityksensä mukaan eksistentiaalisten kysymysten pohdinta on erillinen asia uskonnosta.²²⁴ Nilsonne näkee, että elämäntavoitteiden pohdinta ja määrittäminen on hyödykästä jokaiselle riippumatta siitä, onko uskonnolla hänelle merkitystä tai ei. Nilssonen käytännöt on kehitetty Mindfulness-ajattelusta.²²⁵

2.5 DIAGNOSTIIKAN EROT LÄÄKETIETEESSÄ JA PSYKOTERAPIASSA

Olen törmännyt diagnostiikan eroihin lääketieteessä ja psykoterapiassa koulutuksieni ja ammatillisen toimintani yhteydessä. Diagnostiikassa näillä eri tieteenaloilla on ratkaisevia eroja. Oman aineistoni kannalta on merkittävää, mistä näkökulmasta psykoterapeutti potilaansa tilannetta tarkastelee. Tämä vaikuttaa samalla siihen, miten psykoterapeutti mieltää omaa toimintaansa, sen rajoja, velvoitteita, vapauksia ja psykoterapian puitteita, settingiä. Psykoterapeutin diagnostinen näkökulma vaikuttaa myös siihen, millä tavalla hän itse kokee osallistuvansa työskentelyyn.

Psykoterapia on ammatillista toimintaa, joka tähtää henkilön psyykkisen toimintakyvyn paranemiseen ja kärsimyksen vähenemiseen.²²⁶ Psykoterapian maailmassa yhdistyvät näin lääketieteellinen diagnostiikka ja psykoterapeuttisen hoidon aikana syntyvä laajempi käsitys siitä, mistä häiriössä tai psyykkisessä sairaudessa on kyse. Näin on ainakin silloin, kun potilas hakee psykoterapiaansa yhteiskunnan tai vakuutusyhtiön tukea. Näiden etuisuuksien saamisen edellytys on, että henkilöllä on diagnostisoitavissa psyykkinen sairaus tai häiriö, jolla on vaikutuksia hänen toimintakykynsä. Esimerkiksi Kelan kuntoutuspsykoterapian hakemista varten henkilöllä tulee olla hoitosuhde psykiatrian erikoislääkäriin, joka tekee diagnoosin ja aloittaa tarvittavan hoidon. Aikaisintaan kolmen kuukauden hoitosuhteen jälkeen psykiatri kirjoittaa B-lausunnon kuntouttavaa psykoterapiaa varten.²²⁷ Potilas etsii itse psykoterapeutin Kelan palveluntuottajaksi rekisteröityneistä psykoterapeuteista.²²⁸ Lääketieteellisen diagnoosin määrittelyn on siten usein tehnyt eri henkilö kuin psykoterapeutti itse. Vaikka lausunnon kirjoittaja olisi psykoterapeutti, alkaa psykoterapiaprosessin alkaessa syvempi ja tarkempi, yksilöllisempi tilanteen selvittely. Psykoterapia on oikeastaan itsessään eräänlaista pitkäaikaista ja jatkuvaa diagnostiikkaprosessia. Hoidon

²²⁴ Nilsonne 2005, 117. Nilsonne kirjoittaa: "Zenbuddhalaisuus ei ole uskonto samassa mielessä kuin kristinusko tai islam vaan pikemminkin hengellistä kehitystä painottava filosofia. Hengellinen kehitys tapahtuu ensisijaisesti mietiskelyn avulla. Toisin kuin juutalaisuudessa, kristinuskossa ja islamissa, siihen ei liity uskonnosta käskyjä tai kieltoja jakelevasta kaikkivaltiaasta jumalasta." (Nilsonne 2005, 16.) Professori Stjerna toteaa eksistentiaalisten kysymysten olevan jokaisen peruskysymyksiä. (Stjerna 2016, 134.)

²²⁵ Nilsonne 2005, 117–121.

²²⁶ Psykoterapian määrittelystä: 1. Psykoterapialla hoidetaan henkilöitä, joilla on psyykkinen häiriö tai psykoterapian keinoin autettavissa oleva muu ongelma. Häiriöllä tai ongelmalla saattaa olla psyykkisten ilmenemismuotojen lisäksi ruumiillisia, vuorovaikutuksellisia ja sosiaalisia ilmenemismuotoja. 2. Psykoterapian tavoitteena on poistaa tai lievittää psyykkisiä häiriöitä ja niihin liittyvää kärsimystä, tukea psyykkistä kasvua ja kehitystä sekä lisätä henkilön valmiuksia itse ratkaista ongelmiaan. (Duodecim ja Suomen Akatemia 2006, 4. Internetaineisto.)

²²⁷ Kansaneläkelaitos. Kuntoutuspsykoterapian ohjeet. Internetaineisto.

²²⁸ Kelan palveluntuottajarekisterissä hakusanalla Aikuisten psykoterapia on 3476 palveluntuottajaa. (Kansaneläkelaitos. Palveluntuottajahaku. Internetaineisto.)

kuluessa tutkitaan, mikä juuri tälle ihmiselle on aiheuttanut häiriötä ja mikä sitä hänen kohdallaan ylläpitää. Tässä suhteessa myös psykoterapeutin arvio potilaan mielen rakentumisen tasosta on oleellinen. Psykoterapeutti tarkastelee sitä, minkälaisia potilaan objektisuhteet ovat olleet ja erityisesti sitä, minkälaisen suhteen hän psykoterapeuttiinsa kehittää.²²⁹ Henkilön psyyken rakentumisen tasoilla – psykoottinen, rajatilatasoinen tai neuroottistasoinen – on merkitystä myös siinä, millä tavalla häntä psykoterapeuttisessa hoidossa lähestytään.²³⁰

Haastatelluista Pirkko Seniori kuvaa käsitystään omasta tehtävästään psykoterapeuttina ja hoitoonsa tulevan potilaan kannalta näin:

Että hänellä on sellaisia ongelmia, voiko sanoa sairauksia, tai hän kokee ne elämänsä rajoittaviksi niin paljon, että hän ei niistä yksin selviä, hän lähtee jonkun kanssa niitä tutkimaan, ja silloin terapia minun mielestä on, terapia on yks sellainen hyvin, että minä olen tehnyt vähän kaikkien kanssa, että minä, diagnoosi on joku, mutta se ei kerro minulle mitään, koska minä olen kiinnostunut siitä ihmisestä. Sen, hänen kielestään, hänen puheestaan, hänen tuntemuksestaan, elämäkokemuksestaan, elämähistoriastaan, jopa edellisen sukupolven ainakin, jollei edellisenkin sukupolven asti, että minä toivon, että se ihminen saisi itse myös oman kokemuksensa ja näkemyksensä ja löytäisi sen oman paikkansa omassa elämähistoriassaan. (Pirkko, 1)

Psykoterapeutti on siis hyvin kokonaisvaltaisella tavalla kiinnostunut potilaansa kertomuksesta ja hänen tavastaan elää elämäänsä. Hän auttaa näin potilastaan tulemaan oman elämänsä kanssa tutuksi. Myös sukupolvien konteksti tulee hyvässä tilanteessa riittävässä määrin kuulluksi ja nähdyksi. Wilfred Bion erottelee lääkärin ja psykoanalyytikon vastaanottoja seuraavasti: Lääkärin vastaanotolla riittää, kun hän toteaa potilaan vaivan aistimuksellisella tavalla ja määrää siihen asianmukaisen hoidon. Psykoanalyytikon vastaanotolla tapahtuu se (mitä Pirkkokin edellä kuvaa), että potilas itse löytää oman vaivansa, sen merkitykset itselleen ja elämälleen. Potilas ja psykoanalytikko ovat Bionin mukaan yhteisellä löytöretkellä, ja molemmat ovat tilanteessa intuitiivisella tavalla kokonaisvaltaisesti läsnä.²³¹ Myös kognitiivisessa terapiassa tarkastellaan potilaan kokonaistilannetta yhdessä potilaan kanssa laajemmin kuin vain pelkän psykiatrisen diagnoosin kannalta. Esimerkiksi näin tehdään hoitosuhteen alun aikana potilaan tilanteen käsitteellistämisen avulla.²³²

Lääketieteessä ja näin myös psykiatrian erikoisalalla on 1990-luvulta alkaen painotettu yhä enemmän Evidence Based Medicine –periaatteita. Nämä periaatteet tarkoittavat käytännössä sitä, että klinikko antaa kaiken käytettävissä olevan evidenssin perusteella ennalta määritellyn diagnoosin mukaisesti asianmukaisimman avun ja

²²⁹ Tähkä 1996, 215.

²³⁰ Tähkä 1996, 213–215.

²³¹ Bion 1970, 6–23.

²³² Käsitteellistäminen on potilaan kanssa tehty hahmotelma, työoletus siitä, mistä tämän ongelmissa on kyse. Käsitteellistäminen lisää tutkivaa ja ymmärtävää asennetta sekä jäsentää hoitosuunnitelmaa. (Karila & Holmberg 2008, 50.)

hoidon kullekin yksittäiselle potilaalle.²³³ Suomenkin käytännöissä tämä on nykyisin vallitseva suunta. Syyskuussa 2015 on olemassa yhteensä 103 Käypä hoito –suositusta eri lääketieteen aloilta, näistä seitsemän psykiatrian alalta.²³⁴ Tällainen suunnattu ”täsmähoito” on kuitenkin psykoterapian maailmassa ongelmallista useammalla tavalla. Koulutuspsykoanalyttikko Ilpo Lahti (IPA) kuvailee EBM-ajattelun ja psykoterapeuttisen ajattelun eroja *Psykoterapia*-lehdessä. Esitän seuraavassa kolme näkökohtaa Lahden artikkelia (Lahti esittää viisi näkökulmaa) mukailleen:

- 1) EBM perustuu täysin diagnooseihin, eikä siinä oteta huomioon niitä pulmallisia ja monimuotoisia oirehdintoja, jotka tuovat yksittäisen potilaan psykoterapiaan. Esimerkiksi tautiluokitus ICD-10:n²³⁵ mukainen diagnoosi F 32.1, keskivaikkea masennus, ei ilmene samalla tapaa kaksikymppisellä Sannalla, jonka masennuksen on laukaissut parisuhteen kariutuminen kuin eläkkeelle jäävällä Sepolla, joka on aina elänyt työllään.
- 2) EBM-periaatteiden vaatimus satunnaistamisesta kontrolliryhmineen ei psykoterapiasuhteissa onnistu. Psykoterapia tapahtuu vuorovaikutussuhteessa, joka on olemukseltaan dynaaminen. Tästä syystä psykoterapiahoitoa on vaikea verrata muihin hoitoihin.
- 3) EBM hoidot ovat manualisoituja ja tarkasti strukturoituja. Pohja-ajatuksena on, että ei ole niin merkityksestä, kuka hoidon antaa. Sen sijaan hoidon spesifisen sisällön oletetaan olevan merkittävää. Psykoterapiassa on kuitenkin aina kyse terapeutin ja potilaan vuorovaikutuksen prosessista, eikä yksisuuntaisesta kliinisestä interventiosta.²³⁶

Psykoterapian todellisuudessa potilaan sairauden diagnosointi on eräässä mielessä toissijainen asia verrattuna somaattisen ja psykiatrisen lääketieteellisen hoidon diagnostiikkaan, missä tehty sairauden diagnoosi määrittää suoraan annettua hoitoa, kuten yllä mainituissa EBM-käytännöissä. Erilaiset näyttöön perustuvat suositukset voivat myös suojata lääkäriä kaikkiin hoitopäätöksiin väistämättä liittyvältä ahdistukselta.²³⁷ Belgialainen psykologian ja psykoanalyysin professori Paul Verhaeghe kirjoittaa psykoterapiassa tehtävästä diagnostiikasta kirjassaan *On being normal and other disorders*.²³⁸ Verhaeghen mukaan psykoterapian diagnostiikka ottaa aina huomioon potilaan tilanteen kokonaisuuden, juuri tämän ihmisen yksilölliset oireet ja hänen elämänsä kontekstin. Tässä diagnostiikassa on tarkastelussa ja etusijalla po-

²³³ Sackett & Richardson & Rosenberg & Haynes 1997.

²³⁴ ”Käypä hoito -suositukset ovat riippumattomia, tutkimusnäyttöön perustuvia kansallisia hoitosuosituksia.” Psykiatrian erikoisalan suosituksia: unettomuus (2008), kaksisuuntainen mielialahäiriö (2013), depressio (2014), syömishäiriöt (2014), traumaperäinen stressihäiriö (2014), skitsofrenia (2015) ja epävakaa persoonallisuus (2015). (Käypä hoito suositukset. Internetaineisto.)

²³⁵ ”Tautiluokitusta ICD-10 käytetään kansainvälisenä ja kansallisena referenssinä muun muassa kliinisessä työssä potilasasiakirjan diagnoosimerkintöjä tehtäessä.” (THL- Tautiluokitus. Internetaineisto.)

²³⁶ Lahti 2004, 213.

²³⁷ Huttunen 2014, 61.

²³⁸ Verhaeghe 2008.

tilaan suhde Toiseen.²³⁹ Psykoterapeutti tarkastelee enemmänkin henkilön suhteessa olemisen tapaa tai tapoja kuin sairauden kategorisia merkkejä ja oireita sinänsä.²⁴⁰

Myös varsinaista psykoterapiaa edeltävillä arviointikäynneillä psykoterapeutti tekee mielessään psyko-diagnostista arviota tulevasta potilaastaan. Hän tekee arvi-
on potilaan kokonaistilanteesta, kuten: avun hakemisen laukaisseet tekijät juuri nyt, tämänhetkinen sairauden diagnoosi (esimerkiksi ICD-10-tautiluokituksen mukaiset diagnoosit, kuten masennus, ahdistus, kaksisuuntainen mielialahäiriö jne.) sekä potilaan psyyken rakenteen taso akselilla: neuroosi, rajatila tai psykoosi. Psykoterapeutti arvioi samalla omia mahdollisuuksiaan työskennellä juuri tämän potilaan kanssa. Therapiea-säätiön koulutusanalyttikko, psykologi Terttu Kuvajan mukaan kliininen kokemus osoittaa, että alkuhaastattelussa voidaan nähdä pienoiskoossa kaikki se, mikä psykoanalyttisessa prosessissa myöhemmin esiintyy.²⁴¹

Kognitiivisen psykoterapian alueella potilaan lääketieteellinen sairauden diagnoosi on psykoanalyttistä psykoterapiaa keskeisempi, koska valmiiksi muotoillut hoitokäytännöt on strukturoitu nimenomaan potilaan psykiatrisen diagnoosin mukaisesti. On erilaisia hoitomalleja masennukselle, ahdistuneisuudelle, skitsofrenialle, syömis-häiriölle... Näissä hoitomalleissa on painopisteenä se, mitä interventioita psykoterapeutin tulee tehdä, eikä niinkään se, miten hän sen tekee.²⁴² Psykoterapeutin henkilöllä ja potilas-psykoterapeutti-suhteella ei nähdä olevan niin suurta merkitystä kuin psykodynaamisen psykoterapian puolella. Tästä näkökulmasta katsoen kognitiivisen psykoterapian lähestymistapa on lähellä EBM-perusteista hoitoa (vertaa kohta 3 edellä). Kuitenkin myös kognitiivisen psykoterapian alueella korostetaan näiden olemassa olevien hoito-ohjemallien joustavaa ja potilaskohtaista käyttöä eikä pelkkää valmiin kaavan jäykkää noudattamista.²⁴³

Lääkäreiden työnohjauksen kehittäjä, psykiatri Juhani Rekola (1927–2011) kirjoittaa seuraavasti erilaisista kohtaamisen tavoista lääketieteessä ja ymmärtävään pyrkivissä tieteissä, kuten psykoterapiassa tai sielunhoidossa:

Auttavassa kohtaamisessa kysymys auttajan peruskoulutuksesta ja ammattinimikkeestä jää usein toisarvoiseksi. Vuorovaikutuksessa on tärkeintä aitous, apua etsivän kunnioittava kuunteleminen ja rehellisyys. (...)

²³⁹ Verhaeghe 2008, 14–17.

²⁴⁰ Medisiinari-lehdessä vuonna 1990 oli teemanumero ”Yleisen lääkäriopin” kurssin opetuksen 10 vuotisesta historiasta. Tällä kurssilla oli luennoimassa myös Martti Siirala. Omasta kokemuksestaan opiskelijana kertoo Kari Kähkönen: ”Martti Siirala on sekä psykoanalyttikko että filosofi, jonka luennot olivat aluksi nuorelle putkessa eläneelle medisiinarille äärimmäisen raskas koettelemus, kun ei ymmärtänyt mitään. Aiemman opiskelun puitteissa ei ollut edes käynyt mielessä, että olisi tärkeä pohdiskella ihmiskuvaa ja niitä viitekehyksiä, joilla elämää jäsenämme, vaan kaikki oli ollut absoluuttista ja itsestään selvää. Martti Siiralan luentojen edetessä avautui vähitellen kokonaan uusi maailma, jossa ihmisestä tuli avoin, elävä ja vuorovaikutuksessa elämän rikkauteen oleva subjekti, jota ei voikaan puristaa luonnontieteen malleihin. Ihminen, joka on määrittelemätön ja vapaa ja jota voidaan erilaisin mallein yrittää ymmärtää mutta ei hallita... Aiempi lineaarinen syy-seuraus-ajattelu muuttui enemmän systeemiseksi työotteeksi. Maailmaa alkoi hahmottaa avoimeksi vuorovaikutussysteemiksi ja ihmisen olennoksi, jota ei enää voi irrottaa yhteyksistään, vaan jonka hahmottaa osana omaa vuorovaikutusverkostoaan. Tällöin työ muuttui hallitsemisen ja kaikkietämisen pakosta vaikuttamisen ja jotakintietämisen iloksi.” (Kähkönen 1990.)

²⁴¹ Kuvaja 2011, 22.

²⁴² Kuusinen 2011, 39.

²⁴³ Holmberg & Kähkönen 2012, 52. Kuusinen 2001, 24.

Hoitavan kohtaamisen työkentillä tulee aina olemaan ajattelutapoja, joissa säännöt, rajat, diagnoosit, erottelut ja nimitykset ovat etualalla. Sitä mukaa kuin ihmisen kohtaaminen, hädässä olevan kuuntelu, opastaminen ja tukeminen tulevat muotoja tärkeämmiksi, kristillisen sielunhoidon ja psykoterapian yhteinen pohja käy yhä ilmeisemmäksi.²⁴⁴

Rekola puhuu kohtaamisen ja aidon kuuntelun tärkeydestä alasta riippumatta sellaisena elementtinä, joka autettavaa hyödyttää ja vie hänen asiaansa eteenpäin. Rekola painottaa suhdetta Toisen kanssa olennaisena elementtinä hoitamisen ja kohtaamisen työssä. Tämä tarkoittaa, että ”Toisen kanssa ja yhdessä on kohdattava perimmäisiä kysymyksiä”.²⁴⁵

2.6 PASTORAALIPSYKOLOGIA SILTANA SYVYYSPSYKOLOGIAN JA TEOLOGIAN VÄLILLÄ

Pastoraalipsykologia on tieteenala, joka väistää määrittelyä. Sanat pastoraali- ja psykologia yhdessä ovat jännitteisiä. Ennen 1960-lukua sielunhoidossa on käytetty psykologiaa aputieteenä, ikään kuin diagnostisoiden sitä maaperää, mihin sielunhoitaja asettaa Jumalan sanan sitten parhaiten kasvamaan.²⁴⁶ Pastoraalipsykologiassa kuitenkin molemmat, sekä teologia että psykologia ovat tasavertaisina tieteinä vuorovaikutuksessa keskenään. Professori Kettunen kuvaa tieteenalaa näin:

Pastoraalipsykologia on ymmärretty teologiseksi tieteenalaksi, jossa raamatullinen traditio ja hengelliset tapahtumat siirretään ja sovelletaan ihmisten nykyiseen elämäntodellisuuteen sillä tavalla, että psykologiset, ennen kaikkea syvyyspsykologiset ja ihmisten välistä vuorovaikutusta koskeva tieto otetaan tulkinnassa huomioon. Siten uskonnollisten ilmiöiden, kirkon opin ja toiminnan ymmärtämishorisontti laajenee, kun ne käsitetään olennaisesti myös persoonallisina prosesseina.²⁴⁷

Tässä Kettusen näkemyksessä pastoraalipsykologisessa asenteessa teologiasta on aina mukana syvästi henkilökohtainen ja vuorovaikutuksellinen sävy. Näin uskonnollisten ilmiöiden ymmärrys tulee lähemmäksi ihmisten kokemusmaailmaa.

Teologiassa pastoraalipsykologinen ajattelutapa on viimeisen vuosisadan aikana noussut yhä enemmän esiin jopa maailmanlaajuisena liikkeenä. Pastoraalipsykologian juuret ovat 1920- ja 1930-luvun Yhdysvalloissa, jossa Anton T. Boisen oli vuonna 1921 mielisairaalan potilaana psykoottisen tilan vuoksi.²⁴⁸ Siellä ollessaan hän koki papin kyllä tietävän paljon uskonnosta, mutta heiltä puuttui kyky keskustella vuoro-

²⁴⁴ Rekola 2000, 193–194.

²⁴⁵ Rekola 2000, 197.

²⁴⁶ Kettunen 2013, 25–26.

²⁴⁷ Kettunen 1994, 26–27.

²⁴⁸ Boisen 1936, 1–2.

vaikutuksellisesti potilaiden kanssa näistä aiheista.²⁴⁹ Papit kyllä puhuivat potilaille, mutta eivät kuunnelleet heitä. Boisen kirjoittaa, omaankin tilanteeseensa vedoten, että mielisairauksien hoitaminen edellyttää usein myös uskonnollisen puolen tunnistamista ja huomioimista.²⁵⁰ Boisenin käsityksen mukaan mielisairauden ja ihmisten uskonnollisten kokemusten yhteydet ovat olleet kauan psykiatrien ja teologien mielenkiinnon ulkopuolella. Mikäli tämä yhteys huomioidaan, on sillä Boisenin mukaan myönteisiä ja kauaskantoisia seurauksia.²⁵¹

Anton Boisen oli etsinyt kauan omaa paikkaansa työelämässä ja toiminut monella alalla (sosiologia, metsätiede, opetusala, pastorin työ). Miltei viisikymppisenä hän palasi työhön tuohon samaiseen mielisairaalaan, jossa hän oli ollut potilaana neljä vuotta aiemmin, nyt sen täysiaikaiseksi sairaalateologiksi.²⁵² Hän alkoi kouluttaa teologian opiskelijoita heidän kliinisen harjoittelunsa aikana sosiologiasta lainatun niin kutsutun ”case study” metodin avulla.²⁵³ Boisen otti elämäntehtäväkseen auttaa pappeja parempaan ihmistuntemukseen.²⁵⁴ Hänen ajatuksenaan koulutuksessa oli, että papin on pyrittävä ymmärtämään kohtaamansa henkilön uskomusten alkupe-
rää, merkitystä ja funktiota henkilön elämässä sekä uskomusten vaikutuksia henki-
lön arvomaailmassa kokonaisuutena.²⁵⁵

Saksalainen vuosikymmeniä pastoraalipsykologiaa harjoittanut Joachim Scharfenberg kuvaa teologi Oskar Pfisteriä, Freudin pitkäaikaista kirjeystävää, ensimmäiseksi todelliseksi pastoraalipsykologiksi.²⁵⁶ Varsinaisesta pastoraalipsykologiasta voidaan Euroopassa puhua kuitenkin vasta 1960- ja 1970-luvuilta alkaen, kun saksalaisessa teologikoulutuksessa alettiin hakea yhä enemmän teorian ja käytännön välistä vuorovaikutusta. Silloin perustettiin ensimmäisiä sielunhoidon kliinisen koulutuksen keskuksia sekä Hannoveriin että Frankfurt am Mainiin.²⁵⁷ Hollannissa ensimmäisen ekumeenisen koulutuskurssin järjesti TT Wybe Zijlstra vuonna 1963 psykiatrian klinikalla.²⁵⁸

Pastoraalipsykologian ytimessä on yritys hahmottaa psykologiaa ja teologiaa niin, että ne nähdään toisiinsa syklisesti yhteenkuuluvina, mutta ei toisiinsa sekaantuvina

²⁴⁹ Boisen kertoo pappien käyneen sunnuntaisin toimittamassa saman messun, jonka he olivat aamulla toimittaneet omassa seurakunnassaan, mutta tämän lisäksi he eivät juuri olleet kontaktissa potilaiden kanssa. Lisäksi eräs pappi saarnasi kohdasta, jossa kehoitetaan repimään houkutusia tarjoava silmä pois. Boisen ajatteli joidenkin potilastovereidensa ottavan tämän käskyn liiankin kirjaimellisesti. (Boisen 1936, 6.)

²⁵⁰ Boisen 1960, 113.

²⁵¹ Boisen 1936, viii–ix.

²⁵² Sairaalateologeja ei ollut aiemmin työskennellyt tässä sairaalassa. Boisen oli kuitenkin sinnikäs kysyessään tuota työpaikkaa tai aivan uudenlaista työmuotoa mielisairaalassa. Boisen sai tähän apua sairaalan ylilääkäriltä tohtori William A. Bryanilta, joka joutui perustelemaan kokoaikaisen sairaalateologin työtä sanomalla, että toisi paikalle vaikka konitohtorin, jos siitä olisi mahdollisesti apua potilaille. (Boisen 1936, 9.)

²⁵³ Nouwen 1968, 50.

²⁵⁴ Kettunen 1994, 14.

²⁵⁵ Boisen 1936, 265–267. Euroopassa niin sanottu pastoraalilääketiede yhdisteli psykologian, psykiatrian ja psykosomaatiikan ajatuksia ja teorioita jo 1800-luvun lopussa. 1900-luvulla Sigmund Freud ja Oskar Pfister toivat Euroopassa pastoraalipsykologiaan psykoanalyttisiä elementtejä. (Scharfenberg 2000, 30–38 ja 41–44.)

²⁵⁶ Scharfenberg 2000, 40.

²⁵⁷ Kettunen 1994, 16–17.

²⁵⁸ Kettunen 1995, 15.

erilaisina tulokulmina ihmiseen.²⁵⁹ Näin ihmisen hengelliset kysymykset ovat aina samalla psykologisia, tai voidaan sanoa ihmisen esittävän ja demonstroivan hengelliset kysymyksensä aina omalla tavallaan psyykkisen koneistonsa kautta. Siten esimerkiksi pastoraalipsykologisessa sielunhoidossa ihminen saa sekä elämänapua että uskonapua.

Pastoraalipsykologia on kiinnostunut Jumalan ja ihmisen suhteesta siitä, mitä tapahtuu tämän suhteen ihmisenpuoleisessa päässä.²⁶⁰ Tällä ei sinänsä oteta mitään kantaa Jumalan olemassaoloon tai Jumalan toimintaan ihmisessä. Pastoraalipsykologiassa voidaan opillisten kysymysten ja vakaumusten ohitse tarkastella ja tutkia sitä, miten ihminen näkee maailman omalla erityislaatuisella tavallaan. Ei ole kysymys oikeista ja vääristä tavoista uskoa, vaan siitä, miten ihminen kokee asioita omalla henkilökohtaisella tavallaan. Pastoraalipsykologia on siten ala, joka liikkuu aina immanentin alueella ja tarkastelee sitä, miten ihminen kokee Jumalan, transsendenssin.

Immanentin ja transsendenssin raja on kiinnostanut myös psykoanalytikoita erityisesti Jumala-konseptin ja sen muotoutumisen kannalta tämän suhteen ihmisenpuoleisessa päässä. William W. Meissner on tutkinut jumalakuvia ja niiden kehittymistä ja kiteyttää seuraavasti:

*Psykoanalyysi on kiinnostunut ainoastaan Jumala-konseptin sisäisestä psyykkisestä realiteetista, ei sen ulkoisesta todellisuudesta; uskomuksen psykologiasta, eikä sen asemasta todellisuudessa.*²⁶¹

Tässä mielessä voidaan ajatella pastoraalipsykologian ja psykoanalyysin, ehkä voidaan sanoa laajemminkin psykoterapian, toimivan saman periaatteen alaisena. Kummassakaan ei oteta kantaa Jumalan olemassaoloon sinänsä. Pastoraalipsykologian mielenkiinto on ihmisen ainutkertaisessa kokemusmaailmassa samaan tapaan kuin psykoterapeuttinen mielenkiintokin. Kummassakaan ei jäädä käsitteiden ja sanojen yleiselle tasolle, vaan niitä avataan ja samalla yritetään tuoda esiin syvästi henkilökohtaisia symboleita, merkityksiä ja metaforia. Näin sekä pastoraalipsykologinen sielunhoitaja että psykoterapeutti luo koko ajan uutta teoriaa siitä, miten juuri tämä ihminen toimii ja käyttäytyy, millaisista sävyistä hänen tämänhetkinen käyttäytymisensä ja uskomuksensa koostuvat. Myös se voi tulla tarkasteluun, miten ihminen uskoo ja mihin psykologisiin tarpeisiin hän tätä uskoaan käyttää ja on käyttänyt.²⁶² Transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöt ovat näiden molempien työntekijöiden tärkeimpiä työvälineitä.

Suomessa itse sana pastoraalipsykologia on ollut käytössä vasta parikymmentä vuotta, mutta pastoraalipsykologista käytännöllistä tutkimustyötä on kirkossamme erityistyöaloilla, kuten perheneuvonnassa ja sairaalasielunhoidossa tehty jo lähes 50 vuotta.²⁶³ Esimerkiksi TT (h.c.) ja sairaalateologi Niilo Syväne (1900–1986), yksi suomalaisen sielunhoitokoulutuksen pioneeri kuvaa 1950-luvun lopulla psykologisen ja hengellisen vuoropuhelua seuraavasti:

²⁵⁹ Scharfenberg 2000, 17–21.

²⁶⁰ Kettunen 2003, 371.

²⁶¹ Meissner 2009, 225.

²⁶² Kettunen 1995, 16.

²⁶³ Aalto & Esko & Virtaniemi 1994, lukijalle-kappale.

*Mutta samalla meidän on huomattava, että uskonnollisen elämän ilmiöt ovat eräs osa inhimillistä sielunelämää ja siinä pätevät samat lainalaisuudet kuin muussakin sielunelämässä. Nämä lait on otettava huomioon ymmärtääksemme oikein uskonnollisen elämän ilmiöitä ja voidaksemme menetellä oikein, kun meidän sielunhoidossa on yritettävä ymmärtää ja auttaa.*²⁶⁴

Näin voidaan ajatella pastoraalipsykologisen asenteen ja käytännön olleen mukana kirkon sielunhoitotyössä jo vuosikymmeniä ennen varsinaisen käsitteen yleistymistä.

Suomen kirkon sielunhoitotyön koulutus on alkanut systemaattisesti 1950- ja 1960-luvuilla ensin perheneuvontatyön ja myöhemmin sairaalasielunhoidon työntekijöiden jatkokoulutukseksi.²⁶⁵ Etenkin sairaalasielunhoidon koulutuksissa luennoivat siinä vaiheessa useat Therapeia-säätiössä vaikuttaneet henkilöt, kuten psykiatrit Juhani Rekola, Sirkka Syväne ja Riitta Juva²⁶⁶ ja teologeista esimerkiksi Irja Kilpeläinen, Risto Nivari, Arne Siirala ja Niilo Syväne.²⁶⁷ Therapeia-säätiö on perustettu 1958.²⁶⁸ Therapeian alkuperäiseen ajatteluun liittyy voimakkaasti antropologinen lääketiede, klassinen psykoanalyysi ja eksistentiaalianalyysi.²⁶⁹ Tämän teoreettisen pohjan kautta ymmärretään, että yksilön sisäisten prosessien tarkastelun lisäksi on tärkeää kuulla ja ymmärtää ihmisen olemassaoloon, sen merkitykseen ja mielekkyyteen liittyviä kysymyksiä ja näiden jäsentymistä ylisukupolvisesti laajemmin kulttuuriin ja yhteisöön. Nämä ovat samalla kysymyksiä, jotka ovat myös pastoraalipsykologian ytimessä.

1990-luvulla Matti Hyrck on kehittänyt pastoraalipsykologisen *suhteessaolon perusmielikuvien teorian*, joka kuvailee ihmisen jumalakuvia, sitä miten ihminen elää suhteessa Jumalaan. Myös se on tärkeää, minkälaisena ihminen kokee itsensä tässä suhteessa. Hyrck havaitsi kliinisessä psykoanalyytikon työssään, että henkilön kokemus ja sisäinen mielikuva Jumalasta ja hänen kokemuksensa varhaisista ihmissuhteista ovat varsin usein vahvasti sidoksissa toisiinsa.²⁷⁰ Hyrck kuvaa tutkimustyönsä alussa aavistelleensa varsin epämääräisesti, miten teologia ja psykoanalyysin teoria voivat itse asiassa kumpikin omalla tavallaan käsitellä samoja inhimillisiä peruskysymyksiä.²⁷¹ Tämä on pastoraalipsykologisen ajattelun ydintä: että sekä ihmisen psyykkistä että hengellistä elämää tarkastellaan yhtenä, jakamattomana kokonaisuutena.²⁷²

Käytännön pastoraalipsykologisessa sielunhoidossa tärkeää on työntekijän oman kohtaamisesta ja kuuntelusta kertyvän kokemustiedon käyttäminen. Tämänkaltaisen sielunhoidon koulutuksessa tätä opetetaan ja ohjataan. Tässä oppimisessa työnohjaus on tärkeää, erityisesti sellainen työnohjaus, jossa työntekijä voi tarkastella, mitä tapahtuu hänen ja autettavan välillä.²⁷³ Pastoraalipsykologista sielunhoitoa ei opita teorian

²⁶⁴ Syväne 1959, 68.

²⁶⁵ Kettunen 1990, 23–27.

²⁶⁶ Kettunen 1990, 86.

²⁶⁷ Siltala 1988, 34, 39.

²⁶⁸ Parland 1987, 12.

²⁶⁹ Rekola 1988, 47. Voidaan myös nähdä, että Martti Siirala halusi perustaa Therapeia-säätiön nimenomaan vaihtoehdoksi klassiselle psykoanalyysille, jota hän piti liian älyllisenä ja todellisuutta harhaisesti omistavana suuntana. (Ihanus 2000, 17–18, 35–37, 41–42.)

²⁷⁰ Hyrck 2003, 31–33.

²⁷¹ Hyrck 2001, 3.

²⁷² Kettunen 2013, 32.

²⁷³ Gothóni 2014, 213–215.

kautta, vaan kohtaamalla ihmisiä ja kuuntelemalla heitä sekä tarkastelemalla, mitä kuuntelijassa itsessään tapahtuu ja mitä hänessä liikkuu näiden kohtaamisten aikana ja herättämänä.²⁷⁴ Tämä tarkoittaa työntekijän omien vastatransferenssi-ilmiöiden tarkastelua ja työstämistä. Teoria ja käytäntö ovat näin jatkuvassa vuoropuhelussa keskenään. Käytännön tasolla tällainen työnohjauksen tapa tulee lähelle psykoterapia-hoitosuhteiden työnohjausta.

Pastoraalipsykoterapian termi ei ole vakiintunut suomalaiseen kielenkäyttöön. Samoin käsitteellisesti on vielä avoin kysymys, missä määrin pastoraalipsykoterapiassa on kysymys psykoterapiasta ja missä määrin sielunhoidosta.²⁷⁵ Professori Kettunen kirjoittaa nykyaikaisen pastoraalipsykologian olevan hedelmällinen tarkastelunäkökulma kaikkeen kirkon työhön. Se ei Kettusen mukaan ole psykologian soveltamista kirkon työhön vaan psykologisten näkökohtien nostamista esiin kaikesta kirkon työstä ja sen opinmuodostuksesta, jotta teologiassa voidaan puhua inhimillisestä kokemuksesta käsin. Näin pastoraalipsykologia on linkki teologisen tiedon ja inhimillisen kokemuksen välillä.²⁷⁶

Sekä pastoraalipsykoterapiassa että pastoraalipsykologisessa käytännön sielunhoitotyössä yritetään löytää sairauden tai hengellisen ongelman merkityksellisyys, sen ainutkertainen asema juuri tämän ihmisen kohdalla. Molemmissa kuuntelemisen töissä kuunnellaan kokonaista ihmistä, hänen kaikkia puoliaan arvostelematta tai tuomitsematta. Kuunteleva henkilö yrittää päästä sisälle kuunneltavansa maailmaan, siihen, mitä se sisältää ja miten henkilö itse sen kokee. Hän antaa tämän tiedon toisen kokemusmaailmasta koskettaa itseään mahdollisimman avoimella tavalla. Näin näissä vuorovaikutuksen prosesseissa sairauden tai ongelman viesti tulee uudella tapaa jäsennellyksi.

2.7 SKITSOPARANOIDINEN JA DEPRESSIIVINEN POSITIO

Melanie Kleinin mukaan ihmisen mielessä on jatkuvasti käynnissä rikas *phantasia*-maailma erilaisten subjekti- ja objekti-mielikuvien välillä. Tämä on itse asiassa objektisuhdeteoreettisen ajattelun pohja. Kleinin mukaan vauvalla on alusta saakka tiedostamaton ymmärrys äidin (objektin) olemassaolosta. Vauva suuntautuu heti syntymän

²⁷⁴ Vertaa Myyrän sanoihin, miten psykoanalyysiä opetellaan: "Psykoanalyttinen tieto voidaan välittää vain kokemuksena. Analyysikokemustahan ei voi saada lukemalla kirjoja. Mikäli psykoanalyttikkojen ajattelu jää vain vanhojen tekstien papukaijamaiseksi toisteluksi ja toisten analyttikkojen hoitokäytäntöjen apinoimiseksi, menetetään omakohtainen uutta luova ajattelu ja psykoanalyysi saadaan tapettua." (Myyrä 2003, 269.)

²⁷⁵ Kettunen 2013, 69.

²⁷⁶ Kettunen 1995, 16.

jälkeen tätä objektia kohti.²⁷⁷ Vauvan imiessä äidin rintaa hänen mielessään syntyy alkukantainen phantasia objektista. Nämä vauvan mielen arkaaiset objektit ovat joko ylimaallisen ihania tai pelottavia ja kauheita.²⁷⁸ Vauvalle ei riitä, että häntä ruokitaan konemaisesti, hän voi hyvin vasta kokiessaan objektin rakastavan häntä. Toive rakastetuksi tulemisesta elää tiedostamattomana fantasiana sisäisessä maailmassa.²⁷⁹

Tälle pohjalle henkilö rakentaa omaa sisäistä mielikuvamaailmaansa. Sisäinen *phantasia*- maailma on aina yksilöllinen, kahden identtisen kaksosenkaan sisäinen maailma ei ole samanlainen. Nämä kleinilaiset phantasiat, mielensisäiset representaatiot, eivät ole samanlaisia kuin tietoiset kuvitelmat tai muistikuvat.²⁸⁰ Ne eivät alussa ole vielä symbolisia mielikuvia, vaan vauva kokee ne konkreettisesti oman ruumiin tuntemuksina. Objekti on hyvä, kun vauvalla on hyvä olo ja paha pahan olon ollessa voitolla. Näiden kaikkein varhaisimpien ja konkreettisempien mielikuvien päälle alkaa muodostua myöhemmin kehityksen kautta subjekti- ja objektirepresentaatioiden maailma.²⁸¹ Mielen rakenne syntyy projektioiden ja introjektoiden kautta.²⁸² Sisäiseen maailmaan syntyy yhä lisää erilaisia objekteja elämän eri vaiheissa. Meille tärkeät ihmiset muuttavat identiteettiämme vielä aikuisinakin. Erityisesti meihin vaikuttaa rakastumisen kokemus, kun sisäistämme rakkaamme, kannamme häntä sydämesämme ja käymme mielessämme keskustelua hänen kanssaan. Nämä kokemukset väistämättä muuttavat sisäistä maailmaamme.²⁸³

Melanie Kleinin objektisuhdeteoriassa ovat tärkeitä käsitteitä kaksi erilaista mielensisäistä positiota – varhaisempi skitsoparanoidinen ja myöhäisempi depressiivinen positio. Näihin positioihin liittyvät niille ominaiset hallitsevat puolustusmekanismit eli defenssit, mielikuvat ja tyydytyksen lähteet.²⁸⁴ Klein käytti sanaa positio, koska nämä mielentilat elävät myös aikuisen mielessä. Kuva mielen sisäisestä subjektista sekä sisäisestä objektista on näissä positioissa erilainen. Tämä objektien sisäistäminen on koko elämän ajan jatkuva tiedostamaton prosessi, joka on kuitenkin vahvimmillaan vauvoilla imemisvaiheessa.²⁸⁵ Yleensä pääasiassa depressiivisessä positioissa toimiva aikuinen voi kriisin tai väsymyksen kohdatessa itselleenkin yllättäen toimia skitsoparanoidisesta positioista käsin. Näin varhaisemmasta tilasta ei luovuta kokonaan sen jälkeen, kun se on läpikäyty ensimmäistä kertaa.²⁸⁶ Varhaisempi tila on ikään kuin tallessa mielen sisällä ja aktivoituu jossain tilanteessa, vaikka sitä olisikin jo työstetty.

²⁷⁷ "My hypothesis is that the infant has an innate unconscious awareness of the existence of the mother." (Klein 1975, 248.) Klein erotti nämä sisäiset phantasiat käyttämällä ph-etuiliitettä erottaakseen sisäiset mielikuvat ja sisäiset tunnesuhteet tietoisemmista fantasioista ja päiväunelmista. Myös juutalainen filosofi Martin Buber kuvaa suhteeseen hakeutumisen keskeisyyttä ihmiselle: "Alussa on yhteys, inhimillisen olennon kategoriana, valmiutena, tarttuvana muotona, sielun mallina, yhteyden apriorina, *myötäsyntyisenä Sinänä*." (Buber 1993, 50.) Buberin käsityksessä jokainen kohtaamme Sinä on yhteydessä kohtaamiseen ikuisen Sinän kanssa: "Jokaisessa ulottuvuudessa, jokaisen meille läsnä olevaksi tulevan kautta, me katsoimme ikuisen Sinän liepeisiin, kussakin me havaitsemme henkäyksen siitä, jokaisen Sinän kautta me puhuttelimme ikuista, jokaisessa ulottuvuudessa sen laadun mukaisesti." (Buber 1993, 29.)

²⁷⁸ Britton 2003, 76.

²⁷⁹ Britton 2003, 111.

²⁸⁰ Hinshelwood 1989, 71–72.

²⁸¹ Hinshelwood 1989, 73.

²⁸² Igra 2006, 20–21.

²⁸³ Hinshelwood 1994, 70.

²⁸⁴ Hyrck 2003, 41.

²⁸⁵ Hinshelwood 1989, 331–332.

²⁸⁶ Hyrck 2009a, 88.

Emme tietenkään osaa sanoa mitään aivan varmaa tai lopullista vauvan mielen rakenteesta. Kuitenkin esimerkiksi Klein löysi näitä ilmiöitä käyttäessään lasten analyseissä leikkiterapiaa. Näissä leikeissä äidin ruumis saattoi olla kaiken hyvän lähde ja toisaalta kateellisen hyökkäyksen kohde.²⁸⁷ Myös esimerkiksi Therapiea-säätiön vaativan erityistason psykoterapeuttikoulutuksiin liittyvästä vauvaobservaatiosta on saatu täsmennystä psykoanalyysin teorian oletuksille.²⁸⁸

Skitsoparanoidinen positio on kehityksellisesti varhaisempi vaihe. Sen perusmielikuva on paha objekti, joka vainoaa egoa sen ulkopuolelta. Skitsoparanoidisessa positiossa subjektin pääasiallisena huolena on oma eloonjääminen ja kaikki muu asettuu suhteeseen tämän tavoitteen kanssa.²⁸⁹ Varhaiset mielikuvat ovat osa-objektitasoisia, ne edustavat vain yhtä puolta lapsen kokemuksesta ja samoin vain yhtä puolta lasta hoitavasta objektista.²⁹⁰ Vauvan mieltä suojaa skitsoidinen lohkomisen (splitting) mekanismi, koska hänen ei vielä ole mahdollista kokea samaa objektia joskus hyväksi ja joskus pahaksi, vaan hyvä ja paha pidetään mahdollisimman selkeästi erillään toisistaan. Mielen sisäinen maailma on mustavalkoinen. Jos vauva on odottanut ruokkivaa rintaa sietämättömän kauan hätäntyen, hän kokee tällaisen rinnan olevan paha. Vauva tulee vihaiseksi ja tuhoaa mielessään pahan rinnan. Sen jälkeen hän rinnan ilmestyessä pelkää sen kostavan tämän tuhoamisen. Tästä vainoahdistuksen kokemuksesta positioon tulee käsite paranoidinen.²⁹¹

Myönteisessä tilanteessa ja toistuvissa hoitotapahtumissa äiti tuottaa lapselle tyydyttäviä kokemuksia, kun hän ruokkii tätä ja vaihtaa kuivaksi, pitää sylissä, katselee vauvaa ja hellii tätä. Äiti siis toimii vauvalle sisällyttäjänä ymmärtäessään vauvan kulloisenkin hädän ja sietäessään tämän paha oloa. Kun vauvalla on näitä hyviä hoitokokemuksia riittävästi mielessään, hän voi erillistyä ulkoisesta äidistä ja sisäistää kuvan rakastavasta äidistä osaksi sisäistä representaatiomaailmaansa.²⁹² Vauva ei näin enää tarvitse ulkoista objektia entisellä tavalla poistamaan paha oloaan. Kyllin myönteisessä tapauksessa lapsi sisäistää mieleensä sellaisia objektikuvia, jotka ovat pääasiassa sovussa toistensa ja oman egon kanssa.

Mikäli lapsen psyykinen kehitys häiriintyy, hän ei tavoita depressiivistä positiota ollenkaan. Tästä syystä hän kokee ja toimii pääasiassa skitsoparanoidisesta positioista käsin. Depressiiviseen positioon siirtyminen on siten kehityksellinen saavutus. Kleinin mukaan lapsi siirtyy depressiiviseen positioon tunnistessaan olevansa äidistä erillinen olento. Hän oivaltaa tällöin saman äidin herättävän sekä rakkauden- että vihantunteita. Ymmärrys omien tekojen vaikutuksista laajenee, esimerkiksi lapsen tehdessä objektille paha, hän tietää tämän myös vahingoittuvan.²⁹³ Tällöin lapsi herää syyllisyyteen omista tuhoisista fantasioistaan ja alkaa myös pelätä objektin me-

²⁸⁷ Hyrck 2006, 244–245.

²⁸⁸ Schulman 2003.

²⁸⁹ Igra 2006, 21.

²⁹⁰ Hyrck 2006, 247.

²⁹¹ Klein käytti käsitettä skitsoparanoidinen positio ensimmäistä kertaa esitelmässään Notes on Some Schizoid Mechanisms British Society of Psychoanalysis – yhdistyksessä loppuvuodesta 1946. (Roth 2001, 32.) Depressiivisen position Klein esitteli esitelmänä The Psychogenesis of Manic-Depressive States British Societylle vuonna 1935. (Temperley 2001, 47.)

²⁹² Klein 1987a, 142–143.

²⁹³ Igra 2006, 22.

netystä.²⁹⁴ Erityisen voimallinen tämä menetyksen pelko on eriytymisvaiheessa, kun kokonaisobjektikuva äidistä ei vielä ole kokonaan sisäistynyt.²⁹⁵ Lapsi liittyy oman hengissä pysymisensä yhä tiukemmin objektin hengissä pysymiseen ja samalla lapsi alkaa kokea kokonaisvaltaista riippuvuutta objektista.²⁹⁶ Depressiiviselle positiolle on tunnusomaista henkilön pyrkimys yhdistää, jäsentää ja integroida kokemuksia. Kun sisäinen ja ulkoinen todellisuus edelleen yhdistyvät, lapsen emotionaalinen tietoisuus kehittyy ja sisäiset objektsuhteet rikastuvat ja monipuolistuvat. Mustavalkoinen ajattelu väljenee.

Matti Hyrck on kirjoissaan pohtinut skitsoparanoidista ja depressiivistä positiota. Ihmisen mielessä on pari: subjekti ja objekti sekä tämän parin muodostama vuorovaikutus. Hyrckin *suhteessaolon perusmielikuvien teoriassa* on kaksi erilaista subjektimielikuvaa: Itseriittoinen ja Riippuvainen. Objektimielikuvia on viisi: Houkuttaja, Hallitsija, Vetäytyjä, Vaatija ja Parantaja. Edellä kuvatut positiot liittyvät tähän niin, että Houkuttajan ja Hallitsijan suhteet Itseriittoiseen ja Riippuvaiseen tapahtuvat skitsoparanoidisen position tasolla ja Vetäytyjän, Vaatijan ja Parantajan suhteet subjektiin depressiivisen position tunnelmissa.²⁹⁷ Postuumisti julkaistussa kirjassaan *Onko Jumala hyvä? Antaako psykoanalyysi vastauksen?* vuodelta 2014 Hyrck nimeää nämä positiot käsitteiksi mustavalkoinen ja huolenpidon mielentila.²⁹⁸ Hyrck kuvaa kirjassaan, millainen mielikuvamaailma on mustavalkoisella ja huolenpidon Jumalalla. Puhuessaan skitsoparanoidisesta positiosta Hyrck painottaa sitä, että kyseessä eivät ole hänen pohdintansa Jumalan psyykkisestä kehitystasosta, vaan:

*Täsmällisempää olisi puhua niistä kristinuskon piirissä muodostuneista Jumalaa koskevista luonnehdinnoista, jotka heijastavat skitsoparanoidisen position mielikuvamaailmaa. Tällaisia sisältyy kristilliseen perinteeseen runsain mitoin.*²⁹⁹

Hyrckin näkemykset skitsoparanoidisesta Jumalasta ovat siten itse asiassa Raamatun erilaisten jumalakuvien ja kristinopin jumalakuvien piirteiden analyysiä siten, kun ne näyttävät kristillisessä perinteessä.

Tämän mustavalkoisen uskonnollisuuden keskeisenä ahdistuksen aiheena on itsestäänselvyden kaltainen perusoletus, että Jumala jakaa ihmiset kahteen ryhmään. Toiset menevät taivaaseen ja toiset helvettiin.³⁰⁰ Ahdistuksessa on paranoidista sävyä henkilön pelätessä joutuvansa kadotettujen joukkoon. Tämä selkeä jako kahteen ryhmään on tyypillinen myös tiiviissä hengellisissä yhteisöissä, jossa oma ryhmä edustaa hyvää (pelastettuja) ja ulkoryhmä omalla tavallaan pahaa ja vältettävää.³⁰¹ Yhteisön

²⁹⁴ Hyrck 2009a, 91.

²⁹⁵ Klein 1987b, 150.

²⁹⁶ Igra 2006, 21.

²⁹⁷ Hyrck 2003, 61–63.

²⁹⁸ Hyrck 2014, 49–50.

²⁹⁹ Hyrck 2009a, 92.

³⁰⁰ Hyrck 2014, 87.

³⁰¹ Linjakumpu 2012, 33. Tästä jaosta mainitsee myös TT Johannes Alaranta kokemuksellisessa kirjassaan: "Vanhoillislestadiolaisen opetuksen mukaan vain "me" pelastumme. Kaikki muut joutuvat helvettiin, tulimereen. Ja oikeasti ihan kaikki. Samaan soppaan menevät niin papit, katoliset, ortodoksit, helluntalaiset, jehovat, amishit ja ihan kaikki kristilliset ja ateistiipiirit. Rajoituksia ei ole. "Vain me" on oikeasti vain me." (Alaranta 2013, 112.)

sisällä on samalla tavalla normit ja säännöt, jotka määrittävät yhteisön identiteettiä ja sitä, millaisena yhteisö haluaa itsensä nähdä ja esittää ulkopuolisille.³⁰² Näillä säännöillä ja normeilla on yhteys siihen, millainen mielentila yhteisön uskonnollisuudessa ja jumalakuvasa on vallalla. Psykoterapiassa näitä asioita saatetaan työstää erityisesti henkilöiden irrottautuessa hengellisistä yhteisöistään. Tarkastelen hengellisiin yhteisöihin liittyvää työskentelyä omassa aineistossani luvussa 6.

Mustavalkoisen mielentilan Jumalan ominaisuudet sävyttävät myös hänen palvelijaansa. Tällä tavalla uskovan ihmisen mielenmaailmaa sävyttää jatkuva taistelu Jumalan ja Saatanan valtakuntien välillä. Rajalinjat ovat selkeät. Uskovalla on kuitenkin osallisuus Jumalan voimaan maagisella tavalla, koska subjektin ja objektin välinen raja on psyykkisessä mielessä häilyvä.³⁰³ Näin uskova kokee voivansa Jumalan voimalla tehdä ihmetekoja ja, että Jumala viisautessaan on antanut hänelle tiedon jumalallisista asioista. Näitä totuuksia hänen on julistettava. Vuorovaikutukselliseen keskusteluun lähteminen tällä tavalla uskovan kanssa on mahdotonta, koska se voisi kyseenalaistaa hänen hallussaan olevan totuuden ehdottoman ja lopullisen luonteen. Tällainen mielenmaisema estää myös mahdollisuuden työskennellä psykoterapeuttisesti, koska hyvän on pysyttävä kokonaan hyvänä ja pahan pahana. Oma ryhmä nähdään kokonaan hyvänä ja ulkopuoliset pahana. Tällaisessa mielenmaisemassa oman toiminnan, käsitysten ja uskomusten samoin kuin jumalakuvasa tai uskonkäsityksen avoin tarkastelu on mahdotonta. Skitsoparanoidisen position objektille, tässä Jumalalle, kuuluu täydellinen hyvyys ja kaikkivaltius, joista ei ole mitään mahdollisuutta tinkiä.³⁰⁴ Myös objektin ja subjektin laadun sekä näiden välisen vuorovaikutuksen tarkastelu tai tutkiminen on mahdotonta.

Huolenpidon mielentilassa tai depressiivisessä positiossa koettu objekti sisällyttää subjektin sietämättömäksi koettua pahaa oloa. Tällaisen objektin, sisällyttävän Jumalan, katse ei pysähdy siihen, mitä ihminen tekee, eikä siihen mihin tai miten tämä uskoo.³⁰⁵ Tällä tavalla sisällytettynä ihmisellä on mahdollisuus ottaa itse vastuu omasta pahasta olostaan ja hän voi luopua projektiomekanismien käytöstä.³⁰⁶ Hän luopuu syyttämästä pahasta olostaan niin Jumalaa kuin kanssaihmissäkin. Tällainen huolenpidon mielentilan Jumala näkee kovankin ulkokuoren alla piilevän inhimillisen kärsimyksen. Siihen hän haluaa kiinnittää varsinaisen huomionsa ja sitä hän haluaa hoitaa. Näin ihmisen teot ja tekemättä jättämiset joutuvat toisarvoiseen asemaan.³⁰⁷

Oman tutkimukseni kannalta on tärkeää, kokeeko psykoterapeutti olevansa huolenpidon mielentilassa ja mikä häntä veisi enemmän tätä positiota kohti. Skitsoparanoidinen ja depressiivinen positio ovat mielensisäisesti kokonaisuuksia, joiden dominanssi vaihtelee koko elämän ajan. Depressiivisen position saavutus ei ole siten millään tavalla pysyvä. Erilaisilla elämänalueilla ja erilaisissa ihmissuhteissa näyttäytyy erilainen kooste skitsoparanoidisen ja depressiivisen position ahdistuksista, puolustusmekanismeista ja vuorovaikutuksen erityislaadusta. Depressiivisen position ydinteema,

³⁰² McGuire 1997, 206.

³⁰³ Hyrck 2009a, 94.

³⁰⁴ Hyrck 2009a, 95.

³⁰⁵ Hyrck 2014, 111.

³⁰⁶ Hyrck 2009a, 95.

³⁰⁷ Hyrck 2014, 112.

sisällytettynä olemisen kokeminen, mahdollistaa subjektin oman sisällyttämiskyvyn kehittymisen ja laajenemisen. Samalla myös jumalakuva muuttuu oleellisesti.³⁰⁸

Depressiivisen position sisällyttämisen seurauksena ihminen ymmärtää paradoksaalisesti enemmän erillisyyttään. Sisällyttäminen on depressiivisen position Parantajän muotoiselle objektille ominainen kyky.³⁰⁹ Skitsoparanoidisen position Jumala tarjoaa ihmiselle symbioottista ykseyttä, jolloin ihminen kokee omistavansa jumalallisia ominaisuuksia. Depressiivisessä positiossa yksilö ymmärtää selkeämmin ihmisen ja Jumalan välisen eron ja kokee sen kokemuksellisesti itsessään.³¹⁰ Tämän oivalluksen seurauksena on muun muassa henkilön luopuminen omista kaikkivoipaisuuden kuvitelmistaan. Hänen ei ole enää myöskään mahdollista asettua toisen tai toisten yläpuolelle. Uskonnollisten yhteisöjen kannalta tämä tarkoittaa, että omalla ryhmällä ei ole eikä voi olla mitään erityistä asemaa Jumalan valtakunnassa.

2.8 DEPRESSIIVISEN POSITION TUOLLA PUOLEN: MINKÄLAISENA JUMALA KOETAAN?

Psykoanalyttisen objektisuhdeteorian näkemyksen mukaan ihminen liikkuu skitso-paranoidisen ja depressiivisen position alueilla koko elämänsä ajan.³¹¹ Depressiivinen positio on näistä kehittyneempi ja sisältää huolen objektin hyvinvoinnista ja subjektin kokemuksellisesti oivalletun riippuvuuden tästä objektista. Tästä havainnosta on seurauksena syyllisyys ja toive, että fantasiassa objektille tehty tuho olisi korjattavissa. Samoin pelätään objektin menettämistä oman pahuuden tähden.

Minua on psykoanalytikkona ja teologina jo vuosia mietityttänyt, onko todellakin niin, että ihmisen suhde Jumalaan on pelkästään samanmuotoinen kuin hänen suhteensa tärkeisiin ihmisobjekteihin? Pysykö suhde tällaisena koko elämän ajan? Samaa asiaa ovat toki pohtineet psykoanalytikit ja teologit minua ennenkin. Muun muassa Ana-Maria Rizzuto kuvaa Jumalaa ihmiselle illusooriseksi transitionaaliobjektiksi, joka kehittyy ja muotoutuu koko elämän ajan.³¹² Kysynkin, muotoutuuko jumalakuva, tämä illusorinen transitionaaliobjekti, joskus sellaiseksi, että tässä mielikuvassa on jotakin muita kuin pelkästään objektisuhteista peräisin olevia sävyjä? Esittelen tässä alaluvussa joitakin näistä pohdinnoista. Keskityn niihin näkökulmiin, jotka tulevat jollakin lailla esille omassa tutkimusaineistossani.

Oma ajatteluni skitsoparanoidisen ja depressiivisen position asemasta suhteessa Jumalaan kiteytyy siihen, miten Jumala on koettavissa sisäisenä objektina. Ajattelen tässä suhteessa olevan paljon myös jotakin, jota emme millään voi pukea sanoiksi, käsit-

³⁰⁸ Hyrcin mukaan sisällyttäminen ei ole mikään helppo temppu. Sisällyttäjän on suostuttava kokemaan jotakin toisen pahasta olost. Tämä edellyttää kykyä asettautua toisen asemaan. (Hyrc 2011, 200.)

³⁰⁹ Hyrc 2011, 200.

³¹⁰ Hyrc 2009a, 98–99. Kettunen 2003, 365.

³¹¹ Britton 2001, 68.

³¹² Rizzuto 1979, 8.

teisiin ja kategorioihin.³¹³ Miellän siinä olevan samanmuotoisia kokemuksen sävyjä kuin Mooseksella palavan pensaan edessä: ”Kun Herra näki hänen tulevan katsomaan, hän huusi pensaasta: ”Mooses, Mooses!” Mooses vastasi: ”Tässä olen.” Herra sanoi: ”Älä tule lähemmäksi! Riisu kengät jalastasi, sillä paikka, jossa seisot, on pyhä.” Herra sanoi vielä: ”Minä olen sinun isäsi Jumala, Abrahamin, Iisakin ja Jaakobin Jumala.” Silloin Mooses peitti kasvonsa, sillä hän pelkäsi katsoa Jumalaa.” (2. Moos. 3:4–6). Tässä Mooses kohtaa Jumalan, joka on jotakin täysin erilaista kuin Mooseksen elämänhistoriassa esiintyneet ihmiset. Mooses kokee Jumalan täysin Toisena, jonka edessä hän ei voi muuta kuin riisua kenkensä. Mooses on sisäisessä maailmassaan kosketuksessa Pyhäksi koettuun.

Mooseksen kokemuksesta Jumalan edessä välittyy se, mitä Winnicottin käsittein potentiaalisessa tilassa parhaimmillaan tapahtuu. Tämä potentiaalinen tila on aikuisen mielessä paikka, mistä kumpuaa mahdollisuus leikille, mielikuvitukselle, kulttuurille, taiteelle, uskonnolle ja mytologialle.³¹⁴ Tämän potentiaalisen tilan kautta on mahdollista kohdata täysin uutta ja erilaista. Se on paikka transitionaali-ilmioille.³¹⁵ Myös Winnicott kutsuu tätä potentiaalista tilaa jopa pyhäksi, koska ainoastaan siellä ihminen voi kokea uutta luovan elämän.³¹⁶

Oman tutkimukseni kannalta on mielenkiintoista, kuinka vakavasti Winnicott suhtautuu tämän potentiaalisen tilan (Pyhäksi koetun) erilaiseen hyväksikäyttöön. Winnicottin mukaan kaikki sellainen aines, joka tulee muualta kuin vauvan omasta mielestä, koetaan vainoavana eikä vauva kykene sitä omin avuin mielessään torjumaan tai työstämään.³¹⁷ Tämä jättää väistämättä jäljen myös aikuiseksi kasvaneen psyykkiseen maailmaan. Oman tutkimukseni kannalta herää kysymys psykoterapeutin kyllin taitavasta toiminnasta hänen työskennellessään potilaiden uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa sekä hänen työskennellessään sen kanssa, minkä potilas mieltää Pyhäksi. Pystyykö psykoterapeutti työskentelyyn, joka kuitenkin mahdollistaa asioiden mahdollisimman perusteellisen tarkastelun – arvottamatta ja syyllistämättä? Työskentely ei kuitenkaan saisi olla luonteeltaan tungettelevaa tai painostavaa kumpaankaan suuntaan, kohti uskonnollisia ja hengellisiä aiheita tai niistä poispäin. Samoin herää ajatus siitä, miten esimerkiksi tiukka uskonnollinen kasvatus voi vaikuttaa lapseen,³¹⁸ ja kuinka sitten psykoterapiassa luodaan sellainen luottamuksellinen suhde, että potilas voi näitä asioita itsessään riittävällä tavalla tarkastella ja avata. Kuinka potilasta autetaan työskentelemään psykoterapiassa niin, ettei hän traumatisoidu edelleen?

³¹³ Niin sanottu apofaattinen kristillinen mystiikka käsittää Jumalan olevan kaikkien ilmaisujen tuolla puolen. Apofaattista mystiikkaa luonnehditaan joskus negatiiviseksi teologiaksi, mutta tämä via negativa ei viittaa kielteisyyteen, tai edes negaatioihin, vaan tietoisuuteen, että Jumala on pohjimmiltaan muuta kuin häntä koskevat ilmaukset. (Lehmijoki-Gardner 2007, 136.)

³¹⁴ Ihanus 1987, 36.

³¹⁵ Winnicott 1971, 135–139.

³¹⁶ Winnicott 1971, 139.

³¹⁷ Winnicott 1971, 137 ja 139.

³¹⁸ TK Janne Villa UUT:n seminaarissa 22.11.2013: ”Lapset ovat aina kaikkein haavoittuvimpia uskonnollisissa yhteisöissä, jotka ovat sairaalla pohjalla tai perheen vanhemmat tai uskonnollinen auktoriteetit käyttävät uskontoa törkeästi väärin. Lapset eivät kykene itse puolustautumaan. Heidän on mahdotonta lähteä yhteisöstä pois. Minne he menisivät? Uskonnonvapauden nimissä on annettu tosi törkeitä juttuja tapahtua. On ajateltu, että se on yhteisön käytäntö, ja se saa vain jatkua. Viranomaiset eivät tunne yhteisöjen käytäntöjä. Lapsille syötetään hirvittäviä, ahdistavia oppeja ja pelotellaan heitä.” (Uskontojen uhrien tuki UUT:n seminaari 22.11.2013. Internetaineisto.)

Brittiläinen psykologi, koulutuspsykoanalyttikko Ronald Britton toteaa ihmisellä olevan eräänlaisen tulevaisuuden depressiivisen position, joka on täynnä toivoa. Itse asiassa se on Brittonin mukaan uskoon perustuva positio, jota ei varsinaisesti koskaan aktuaalisti eletä, sillä jo sen tullessa kuvitelluksi, se muuttuu tavallisemman depressiivisen position kaltaiseksi. Britton yhdistää tämän mystiikkaan ja Raamatun kertomukseen niin, että skitsoparanoidinen positio on erämaa ja tämä tavoittamaton positio on luvattu maa. Kun luvattu maa alkaa realisoitua raamatullisena Israelina, se liikahtaa depressiivisen position alueelle.³¹⁹ Tämä tavoittamaton positio voi olla se mielensisäinen positio, jonka puitteissa ajoittain katsomme Jumalaa, ja olemme suhteessa Jumalaan?

Kleinilaisen psykoanalyttikko Hanna Segalin mukaan depressiivistä positiota ei koskaan saada työstettyä loppuun saakka.³²⁰ Tämä tarkoittaa sitä, ettei mitään uusia positioitakaan siten olisi olemassa. Australialainen psykologi Neil Maizels on sitä vastoin pohtinut, että depressiivisen position työstäminen riittävällä tavalla mahdollistaa erityisen spirituaalisen position. Tätä positiota Maizels kuvaa seuraavasti: spirituaalisessa positiossa elävällä henkilöllä on tunteita kaikesta siitä mitä hän on tuntenut ja tuntee³²¹, hänen emotionaalisessa maailmassaan on virtaavuutta kuten musiikissa³²² ja syvä kokemuksellinen ambivalenssi kokonaisobjektia kohtaan on mahdollinen. Oman tutkimukseni kannalta on mielenkiintoista, että Maizels erottaa spirituaalisessa positiossa eräänlaisen kokonaisobjektin emotionaalisen abstraktin tason, joka on vanhemmista peräisin olevan parentaalisen (transferentiaalisen) tason ulko- ja yläpuolella. Maizels kutsuu tätä objektia Elämäksi (Life).³²³ Jotta mieleen kehittyisi spirituaalinen position mukainen objekti, Maizels tähdentää depressiivisen position riittävää läpityöskentelyä niin, että sisäisiä objekteja arvostetaan ja heille annetaan oikeus olla erilaisia kuin subjekti itse on. Maizelsin mukaan on myös tärkeää, että subjektin ja objektin rajat ovat hyvin selvät, eivätkä ne millään tavalla sulaudu toisiinsa.³²⁴

Matti Hyrckin mukaan myös uskonnollisen mielensisällön alueella ihmisen psyykinen apparaatti, hänen koneistonsa vaikuttaa ratkaisevasti siihen, mitä hän havaitsee tai mitä hän ajattelee. Hyrck kuvaa tätä psyykkistä koneistoa muurina, jonka ihminen rakentaa ympärilleen. Sen huipulle ei voi kiivetä katselemaan maisemia, mutta hän pitää mahdollisena, että muuriin avautuu välillä aukkoja, jotka tarjoavat huikeita aavistuksia mieleemme ulkopuolisen maailman näkymistä.³²⁵ Kysyn, voisivatko nämä psyykkisen koneistomme muurin aukot olla niitä paikkoja, joiden kohdalla myös depressiivinen positio murtuu ja ihminen voi kokea asioita syvästi kokemuksellisina ja vapaina psykologisista prosesseistaan, projektioistaan, introjektioistaan ja defensesseis-

³¹⁹ Britton 2001, 76.

³²⁰ Segal 1964, 74.

³²¹ Maizels kuvaa potilasesimerkin kautta sitä, kuinka psykoanalyysiaan päättävä potilas kykeni kokemaan viimeisen tunnin kaikkia tilanteeseen liittyviä tunteitaan ja koko analyysiä, analyttikkooan, itseään ja elämäänsä kokonaisuutena. (Maizels 2009, 12/28. Internetaineisto.)

³²² Tämä on Maizelsin mukaan tunne-kokemus siitä, että on elänyt elämänsä, eikä vain tieto eletystä elämästä. Tämä tunne-kokemus on joustavaa virtaavuutta kaikkeen elämässä olleeseen ja siinä koettuun. (Maizels 2009, 27/28. Internetaineisto.)

³²³ Maizels 2009, 8/28. Internetaineisto.

³²⁴ Maizels 2009, 21/28. Internetaineisto.

³²⁵ Hyrck 2014, 22.

tään? Näissä aukkopaikoissa ihminen voisi olla vuorovaikutuksessa Pyhän kanssa ilman itseä sekä Pyhää määrittäviä käsitteitä, sanoja ja symboleita. Tällaisissa ”huikean aavistuksen” hetkissä riittäisi: ”minä olen ja Jumala on”?

Saksalainen teologi ja filosofi Rudolf Otto (1869–1937) on kirjoittanut Pyhän olemuksesta pääteoksessaan *Das Heilige* 1917. Tässä teoksessaan Otto tarkasteli uskonnon rationaalisuutta ja irrationaalisuutta.³²⁶ Otto tarkastelee sellaista irrationaalista, joka jää tunteena jäljelle silloin, kun käsite on määritelty. Hän työstää teoriassaan symbolisen aluetta.³²⁷ Nostan seuraavassa esiin näkökulman Otton ajatuksista keskittyen siihen mikä on oman tutkimusaineistoni kannalta oleellista, eli erilaisiin suhteessaolon kokemuksiin Jumalan tai Pyhäksi koetun kanssa.

Otton teoriassa ihmisen suhde Jumalaan tai Jumala objektina on jotakin, jota on mahdoton kuvailla. Jumala objektina on kokonaan toinen, Wholly Other.³²⁸ Tätä suhdetta ja kokemusta kokonaan toisesta ja erityisestä, Otto kutsuu käsitteellä numinous. Tämä numinous ei ole rationaalisella tavalla määriteltävissä, vaan se on löydettävä aina uudestaan omassa kokemusmaailmassa. Sitä ei myöskään voi toiselle opettaa, vaan auttaa ja ohjata toista kokemaan se itsessään, omassa mielessään. Otton mukaan tämä kokemuksellinen voidaan kuitenkin toisen mielessä herättää.³²⁹ Ajattelen, että tämä kokemuksellisuuden herättely ja suhteessa olemisen tarkastelu omassa mielessä on lähellä psykoterapeuttista tapaa tarkastella kaikkea, sekä potilaan että psykoterapeutin mielensisältöä. Tässä psykoterapeutti auttaa ja herättää potilastaan. Tämäkin tapahtuu enemmän irrationaalisen kuin rationaalisen alueella. Mikäli potilaalle on merkittävää tarkastella ja jäsentää myös omaa suhdettaan uskonnolliseen ja hengelliseen, niin psykoterapeutin velvollisuus on auttaa häntä siinä mahdollisimman avoimella tavalla.

2.9 AIKAISEMPI TUTKIMUS

Uskonnon psykologiaa on tutkittu teoreettisessa mielessä varsin paljon vuosikymmenten kuluessa. Viime vuosikymmeninä esimerkiksi Uppsalan yliopiston uskon-
topsykologian professori (emeritus) Owe Wikström on kirjoittanut useita tutkielmia hengellisyyden ja psykoterapian yhteyksistä. 1970-luvulta alkaen on psykoanalyytin psykoterapian tutkimus pohtinut teoreettisesti sitä, miten potilaan uskonnollisuus vaikuttaa ja näkyy hoidoissa. Tämän pohdinnan alkupäätä edustaa psykoanalyytikko, LT Ana-Maria Rizzuto kirjassa *The Birth of the living God*³³⁰ vuodelta 1979, jossa Rizzuto kirjoittaa psykoanalyytikon näkemyksen siitä, miten jumalakuva ihmisen mielessä syntyy, ja loppupäästä voi mainita artikkelikokoelman *Psychoanalysis and Religion in the 21st Century. Competitors or Collaborators*³³¹ vuodelta 2006. Tässä artikkelikokoelmassa kirjoittajat pohtivat esimerkiksi uskonnollisen totuuden olemusta ja psykologi-

³²⁶ Ballard 2000, 22–23.

³²⁷ Otto 1923, foreword by the author to the first english edition.

³²⁸ Otto 1923, 5.

³²⁹ Otto 1923, 7.

³³⁰ Rizzuto 1979.

³³¹ Psychoanalysis and Religion in the 21st Century. Competitors or Collaborators? 2006.

an sekä uskonnollisten totuuksien samanaikaisuutta. Artikkelien kirjoittajat tulevat monen eri uskonnon piiristä.

Vuodesta 1991 Yhdysvalloissa on julkaistu lehteä *The International Journal for the psychology of Religion*. Lehti julkaisee artikkeleita uskonnollisuudesta, uskonnollisesta kehityksestä ja uskonnollisesta kokemuksesta. Suomalaisessa Therapiea-säätiön julkaisemassa *Psykoterapia* lehdessä on viime vuosina ollut artikkeleita uskonnosta ja uskonnollisuudesta, näistä mainitsen Psykoterapia ja uskonto –teemanumeron 3/2012.

Professori Kettunen on tehnyt teologista tutkimusta erityisesti pastoraalipsykologian alalla ja reflektoinut psykoterapeuttisen ajattelun ja uskonnollisuuden, hengellisyyden ja eksistentiaalisten kysymysten yhteyksiä. Kettusen väitöskirja *Ihmisolemuksen ongelma ja olemassaolon vaikeus* vuodelta 1990 käsittelee ihmiskäsitystä sairaalasielunhoidossa vuosina 1960–1975.³³² Kettunen on tutkinut psykoterapian ja sielunhoidon maailmojen keskinäistä vuorovaikutusta laajasti. Hänen yleisempään tietoisuuteen nostama käsite hengellisestä häpeästä kokonaisvaltaisesti ihmistä koskettavana, on tärkeä sekä psykoterapian että sielunhoidon kannalta katsottuna.³³³ Kettunen on tutkinut häpeän ja syyllisyyden vaivaaman ihmisen kohtaamisen laatua ja mahdollisuuksia sekä psykoterapiassa että sielunhoidossa.³³⁴

Kuten olen edellä esitellyt, on teoretisointia aihepiirin ympärillä ollut vuosikymmenten varrella paljon. Myös empiiristä tutkimusta, joka pohjautuu suoraan psykoterapeuttien kertomuksiin työstään ja käytännöstään, on tehty jonkun verran viimeisten vuosikymmenten aikana. Esittelen seuraavassa joitakin suomalaisia opinnäytetöitä, joissa uskonnollisen tai hengellisen mielenisällön ilmenemistä psykoterapian tai psykiatrian aloilla on lähestytty empiirisesti ja laadullisen tutkimuksen näkökulmasta ilmiöitä problematisoiden.

Psykologi ja teologi Pertti Järvinen tutki Åbo Akademiassa teologisessa väitöskirjassaan psykoosien uskonnollista sisältöä 1991.³³⁵ Järvinen seurasi kuuden skitsofreniapotilaan arkista elämää sairaalahoidossa. Hän kuvaa psykoosia täydelliseksi kaaokseksi. Järvinen kiinnitti erityistä huomiota potilaiden uskonnollisisältöiseen puheeseen ja uskonnollisten hahmojen ja symbolien merkitykseen heille. Väitöskirja on deskriptiivinen. Järvinen päätelee muun muassa, että usko Jumalaan voi skitsofreenikolla toimia eräänlaisena transitionaalisenä kokemuksena, jonka kautta henkilö voi saada mielensä kaaosta järjestykseen.³³⁶

Matti Hyrck on suomalaisessa kontekstissa pohtinut eniten syvyyspsykologian ja teologian yhteyksiä. Hänen väitöskirjatutkimuksensa *Mielen kuvat Jumalasta vuoden 1948 kristinopin jumalakuvia psykoanalyttisen teorian valossa* julkaistiin vuonna 1995.³³⁷ Väitös oli 23.3.1996. Hyrck kehitti brittiläistä objektiuhdeteoriaa eteenpäin luomalla suhteessaolon perusmielikuvien teorian (SPT), jonka julkaisi 2003 kirjana *Ihmismieli ja Jumala psykoanalyysin näkökulmasta*.³³⁸ Hyrck integroi teoriansa kautta

³³² Kettunen 1990.

³³³ Kettunen 2011.

³³⁴ Kettunen 2013.

³³⁵ Järvinen 1991.

³³⁶ Järvinen 1991, 49–50.

³³⁷ Hyrck 1995.

³³⁸ Hyrck 2003.

jumalakuvien käsittelyn mahdollisuuden muuhun psykoanalyttiseen hoitotyöhön. Hyrckin teoriaa on käytetty taustateoriana lukuisissa tutkimuksissa. Itsekin tein pro gradu työni haastattelemalla kahdeksaa suomalaista Ignatius Loyolan Hengelliset harjoitukset³³⁹ läpikäynyttä henkilöä. Analysoin Hyrckin suhteessaolon perusmielikuvien teorian kannalta, miten haastateltujen jumalakuvat muuttuivat tuon prosessin aikana.³⁴⁰ Tässä väitöskirja-aineistossani neljä psykoterapeuttia mainitsee käyttäneensä suhteessaolon perusmielikuvien teoriaa psykoterapeutin työssään.

TT Mari Stenlundin teologian väitöskirja vuodelta 2014 käsitteli psykoottisen henkilön oikeutta mielipiteen ja vakaumuksen vapauten suomalaisessa psykiatriassa.³⁴¹ Tutkimuslöydöksenä on, että uskonnon ja politiikan kysymykset ovat usein vaikeista mielenterveyden ongelmista kärsiville keskeisiä ja näiltä alueilta nousee paljonkin teemoja, joita potilaat miettivät. Samaan aikaan mielenterveyspalveluiden ja psykiatrisen hoidon piirissä on tapana pitää uskonto ja politiikka yksityisellä alueella.³⁴² Näistä aihepiireistä ei siis hoidoissa keskustelua käydä. Potilaiden tarve ja heidän kokemansa vastaanotto eivät kohtaa. Tätä eettistä ristiriitaa Stenlund käsitteli sosiiaalietiikan piiriin kuuluvassa tutkimuksessaan deskriptiivisellä tavalla. Stenlundin mukaan psykoottisella potilaalla tulisi myös sairaalahoidon aikana olla mahdollisuus uskonnollisuutensa harjoittamiseen.³⁴³

Tuloksiltaan mielenkiintoinen oman tutkimusaiheeni kannalta on myös Helsingissä tehty kognitiivisen uskontotieteen pro gradu vuodelta 2008. Opinnäytetyö kertoo tutkimukseen osallistuneiden terapeuttien valmiuksista lähteä työskentelemään hypoteettisen potilaan uskonnollisen materiaalin kanssa.³⁴⁴ TM Pia Lange haastatteli opinnäytetyötään varten 11 terapeuttia kolmesta eri viitekehystä. Aineiston keruun haastattelu pohjautui kahden seipitetyn tapausselostuksen esittelyyn ja terapeuttien tekemään uskonnollisen aineksen analyysiin. Langen tutkimuksessa terapeutit huomasivat kyllä potilaan syyllisyyden ja pelon yhteydet uskonnollisuuteen, mutta eivät yhtä lukuun ottamatta olleet kuitenkaan halukkaita paneutumaan hypoteettisessa hoidossa potilaan uskonnolliseen problematiikkaan.³⁴⁵ Lange päättelee:

*Uskonto näyttää olevan hiljainen tabu, jonka edessä terapeutti kokee usein olevansa tietämätön ja voimaton. Uskonnosta ei oikein uskalleta puhua, ja terapeutti näyttää helposti pelkäävän olevansa "ammattitaidoton" uskonnollisten ongelmien edessä.*³⁴⁶

Oman tutkimukseni kannalta on mielenkiintoista muun muassa se, mikä tekee potilaiden uskonnollisesta materiaalista niin erityisen, että sitä ei lähdetä psykoterapi-

³³⁹ Hengelliset harjoitukset on 30 päivän "ohjelma", jonka aikana henkilö käy läpi omaa elämäänsä evankeliumin valossa. Harjoitukset suoritetaan hiljaisuudessa ja päivittäin on keskustelu ohjaajan kanssa niistä asioista, mitä rukouksessa mieleen nousee. Hengellisiä harjoituksia voikin pitää omalla tavallaan pastoraalipsykologisena harjoitteena. (de Loyola 1981, 15–22, Meissner 1999, 82–86, Sievers 2012, 19–20.)

³⁴⁰ Sievers 2010.

³⁴¹ Stenlund 2014.

³⁴² Hyrck 2014, 15–16.

³⁴³ Stenlund 2014, 293–294.

³⁴⁴ Lange 2008.

³⁴⁵ Lange 2008a, 201–202.

³⁴⁶ Lange 2008a, 178.

assa aktiivisesti työstämään, vaikka yhteydet olisivat selkeästi potilaan aineistossa kuultavissa tai tässä tapauksessa nähtävissä.

Toinen omaa tutkimusaiheittani lähellä oleva pro gradu *Psykoterapeuttien kokeimuksia uskonnollisten kysymysten kohtaamisesta terapiatyössä* on TM Tomi Pruukin käytännöllisen teologian opinnäytetyö vuodelta 2014.³⁴⁷ Pruuki haastatteli kymmentä psykoterapeuttia heidän kokemuksistaan potilaiden uskonnollisten aiheiden kanssa. Pruuki havaitsi tutkimuksessaan muun muassa, että uskonnollisia kysymyksiä ei sisällytetä psykoterapeuttikoulutuksiin:

*Jo pelkästään tämän määrällisesti suppean tutkimusjoukon sisältävän tutkimuksen pohjalta vaikuttaa siltä, että hengellisten ja uskonnollisten kysymysten merkitys ja mahdollinen osallisuus koulutuksessa on enemmän riippuvainen vastuussa olevista kouluttajista, heidän sisällöllisistä painotuksistaan ja valinnoistaan kuin itse psykoterapeuttisen viitekehysten koulutusrakenteesta.*³⁴⁸

Pruukin johtopäätöksessä näyttäytyy, että uskonnollisen ja hengellisen aineksen tuonti psykoterapeuttikoulutuksiin on ollut sattumanvaraista ja kouluttajien intresseistä riippuvaista.

Seuraavassa luon katsauksen tutkimuksiin, joita on viime vuosina tehty siitä, miten uskonnollinen, hengellinen tai eksistentiaalinen materiaali näyttäytyy psykoterapiatyössä. Esittelen pääasiassa laadullisen tutkimuksen alueen töitä. Samalla tarkastelen tehtyjä tutkimuksia oman tutkimukseni kannalta.

Amerikkalainen ryhmä tutki kognitiivisen psykoterapian tehokkuutta viidenkymmenenhenkisen uskonnollisen henkilön depression psykoterapiassa 1992. Psykoterapiajakso kesti 3 kuukautta, ja siinä oli 18–20 istuntoa.³⁴⁹ Ryhmän tutkimuslöydöksissä erityisen hengellisyyteen keskittyvän hoitoprotokollan tai manuaalin käytöstä on selkeää hyötyä. Tässä tutkimuksessa tehokkainta oli niiden psykoterapeuttien hoito, jotka eivät kuitenkaan itse olleet uskonnollisia, mutta jotka noudattivat hengellisyyteen keskittyvää manuaalia. Myös tavallisen sielunhoidon (pastoral counseling) hoitoryhmällä oli selkeitä tuloksia depression lievenemisestä. Vertailuryhmänä oli sekä tavallinen kognitiivinen psykoterapia että hoitoa odottavien henkilöiden lista.³⁵⁰

Vuonna 2000 Yhdysvalloissa PhD Eleonora Bartoli teki laajan tutkimuksen, jossa hän yhdisteli määrällistä ja laadullisia tutkimusmenetelmiä. Bartoli lähetti kyselylomakkeen Amerikan psykoanalyttisen yhdistyksen koulutusanalytikoille.³⁵¹ Hän kysyi heidän ajatuksiaan mielenterveyteen liittyvien arvojen ja uskonnollisten ennakkokäsitysten suhteesta ja vaikutuksesta kliiniseen työhön. Tutkimukseen sisältyi kymmenen koulutusanalytikoiden syvähaastattelua. Bartoli löysi haastatteluaineistostaan kaksi erilaista ryhmää sen suhteen, miten nämä käsittelivät potilaidensa uskonnollista materiaalia. 1) Aktiivisesti näitä asioita käsittelevät psykoanalytikit pohtivat paljon sitä, mitä uskonnollisuus merkitsee potilaalle. Vastanneiden mukaan

³⁴⁷ Pruuki 2014.

³⁴⁸ Pruuki 2014, 81.

³⁴⁹ Propst & Ostrom & Watkins & Dean & Mashburn 1992, 95.

³⁵⁰ Propst & Ostrom & Watkins & Dean & Mashburn 1992, 96–97.

³⁵¹ Bartoli 2003, 353–354.

uskonnollisuudessa on osa, joka ei ole psykologisen alueella. 2) Näitä asioita välttävät tai psykologisesti tulkitsevat psykoanalyttikot mielsivät uskonnollisuuden defensiiviseksi tai kompensatoriseksi.³⁵² Omassa tutkimuksessani käsittelen haastatteluaineistoa laajemmin ja tutkin erityisesti sitä, mikä uskonnollisessa materiaalissa on erityistä silloin kun siitä puhutaan tai silloin kun siitä ei puhuta. Bartolin tutkimuksessa haastateltaville esitettiin hypoteettisia potilastapauksia, omissa tutkimuksessani psykoterapeuttien reflektioimat potilastapaukset ja näiden heissä herättämät vasteet ovat aitoja.

Myönteisen kuvan psykoterapeuttien kyvystä kohdata potilaiden eksistentiaalisia kysymyksiä antaa vuonna 2005 julkaistu yhdysvaltalainen tutkimus.³⁵³ Tutkimusryhmä teki laadullisen puhelinhaastattelututkimuksen erilaisissa tarkemmin määrittelemättömissä terapiahoidoissa käyneiden 12 henkilön kokemuksista siitä, miten he olivat kokeneet eksistentiaalisten aiheiden käsittelyn omista hoidoistaan. Tässä tutkimuksessa kaikki informantit kertoivat heidän terapeuttiensa olleen avoimia aihepiirien tarkastelulle. Kuitenkin tilanteita, joissa potilas oli kokenut tämän aihepiirin alueella torjuntaa tai arvostelua, kuvattiin myös. Toisena tutkimustuloksena oli, että useimmiten, kun potilaat olivat puhuneet näistä aihepiireistä hoidoistaan, ne olivat liittyneet elämän merkitykseen, ahdistukseen ja vihaan suhteessa Jumalaan.³⁵⁴ Tässä tutkimuksessa terapian muodot ja terapeuttien pätevyudet olivat heterogeenisiä sekä tarkemmin määrittelemättömiä.

Uskonnollisuuden dimensio osana monikulttuurista työtä psykologisissa hoidoissa on kiinnostanut tutkijoita viime vuosikymmeninä. Neljä amerikkalaista monikulttuurisen counseling- työskentelyn asiantuntijaa tutki sisällönanalyysillä sitä, kuinka paljon kolmessa yhdysvaltalaisessa counseling psychology –tieteenalan lehdessä oli sivuttu uskontoa vuosien 1994 ja 2006 välillä. Tutkijat kävivät läpi 1914 artikkelia, joista 51:ssä oli käsitelty uskontoa jollakin tavalla.³⁵⁵ Tutkijoiden mukaan tämä uskontoa koskevien artikkelien vähäisyys alan lehdissä kertoo pulmista ja esteistä nähdä uskonto yhtenä monikulttuurisuuden osa-alueena. Tämä alue kuitenkin tulisi tutkijaryhmän mukaan huomioida psykologien neuvontatyössä.³⁵⁶

Yhdysvaltalaisessa *Journal of Clinical Psychology* –lehdessä julkaistiin vuonna 2007 teemanumero siitä, minkälaista edistystä uskonnon psykologisen tutkimuksen alueella on tehty viimeisten vuosien aikana. Lehdessä on seitsemän artikkelia, jotka lähestyvät asiaa sekä teorian että käytännön kannalta. Tätä lehden teemanumeroa esittelevä psykologian professori Kenneth Pargament vetää yhteen artikkelien viestiä sanomalla, että hengellisyys ja uskonto ovat elintärkeitä useimmille potilaille ja koko heidän olemukselleen, ja tämän dimension huomiotta jättäminen hoidoissa on heille joskus jopa kohtalokasta.³⁵⁷

Yhdysvaltalainen työryhmä tutki vuonna 2011 seksuaalivähemmistöihin kuuluvien henkilöiden kokemuksia uskonnollisuuden ja hengellisyyden alueella. Informanteina

³⁵² Bartoli 2003, 360–364.

³⁵³ Knox & Catlin & Casper & Schlosser 2005.

³⁵⁴ Knox & Catlin & Casper & Schlosser 2005, 293–297.

³⁵⁵ Schlosser & Foley & Stein & Holmwood 2010, 453.

³⁵⁶ Schlosser & Foley & Stein & Holmwood 2010, 456–459.

³⁵⁷ Pargament & Saunders 2007, 905–906.

oli seitsemän henkilöä, jotka olivat käyneet erilaisissa counseling-hoidoissa.³⁵⁸ Seksuaali- ja sukupuoli-identiteetin kysymysten punoutuminen henkilön uskonnollisiin ja hengellisiin kysymyksiin on tavallista.³⁵⁹ Kaikki seitsemän informanttia olivat kokeneet, että heidän kuuntelijansa oli jollakin tapaa kyvytön auttamaan heitä tutkimaan omaa mielensisältöään seksuaali- ja sukupuoli-asioiden sekä hengellisten aihepiirien risteämiskohdissa.³⁶⁰ Tutkijat miettivät, miten tätä asiaa voisi edesauttaa tulevien counselor-polvien antamissa hoidoissa. He ehdottivat muun muassa tiedon lisäämistä koulutuksissa sekä hoitavien henkilöiden sukupuolisuuteen ja hengellisyyteen liittyvien ennakkoluulojen ja suhtautumistapojen työstämistä.³⁶¹

Psychotherapy Research lehdessä esiteltiin Grounded Theory – tutkimusta 2011. Tutkimusryhmä analysoi 16 erilaisen viitekehyksen koulutuksen saaneen, psykoterapiaa harjoittavan kliinisen psykologin käsityksiä siitä, miten heidän oma hengellinen, uskonnollinen, ateistinen tai agnostinen identiteettinsä vaikuttaa heidän työhönsä psykoterapeutteina.³⁶² Tutkimus tehtiin Yhdysvalloissa. Tutkimuslöydöksenä oli psykologien kokemus oman uskonnollisen tai hengellisen identiteetin monimuotoisuudesta. Lisäksi tutkimukseen osallistuneet psykologit kokivat, että akateeminen ja kliininen koulutus oli antanut heille kovin vähän tukea uskonnollisten ja hengellisten kysymysten käsittelyyn ja jopa vähätellyt näitä asioita.³⁶³ Omaan tutkimukseeni verrattuna näiden informanttien viitekehykset ja ammatilliset taustat olivat heterogeenisiä. Tutkimuksessani tarkastelen omien haastateltavieni näkemyksiä siitä, miten he ovat kokeneet uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa työskentelyn psykoterapeuttikoulutuksien teoria-osuuksissa ja työnohjauksissa. Kartoitan myös heidän ajatuksiaan näiden sisältöjen tarpeellisuudesta.

Osana Uppsalan yliopiston uskontotieteen laitoksen tutkimusprojektia professorit Dagfinn Ulland ja Valerie DeMarinis tekivät etelä-Norjassa laadullisen tutkimuksen vuonna 2013. He tutkivat 12 nuorisopsykiatrian parissa työskentelevän ammatti-ihmisen käsityksiä eksistentiaalisissa kysymyksissä, ja kuinka he käyttävät näitä psykoterapeuttisessa työssään.³⁶⁴ Tutkimuksen informantit kertoivat toiveestaan saada koulutuksessa enemmän tietoa eksistentiaalisista asioista ja tukea sekä apuvälineitä oman hengellisyyden työstämiseen. Ulland ja DeMarinis määrittelivät eksistentiaalisiksi kaiken sen materiaalin, mitä informantit liittivät elämän merkityksen etsintään tai kaipuuseen. Tutkimus keskittyi työntekijöiden omiin näkemyksiin ja niiden vaikutukseen heidän työssään. Näiden tutkijoiden mukaan psykiatrisessa työssä on hedelmällisempää ja avoimempaa puhua eksistentiaalisista kysymyksistä tai maailmankuvasta kuin uskonnollisuudesta tai hengellisyydestä.³⁶⁵ Omaan tutkimukseeni verrattuna tässä tutkimuksessa informantit olivat työskentelytavoiltaan heterogeenisempi ryhmä. Vain osa heistä oli tehnyt varsinaista psykoterapiatyötä, osa psykiatrista hoitotyötä. Merkittävää on tässäkin tutkimuksessa informanttien kokema eksisten-

³⁵⁸ Buser, J. & Goodrich & Luke & Buser, T. 2011, 285.

³⁵⁹ Kettunen 2014, 144.

³⁶⁰ Buser, J. & Goodrich & Luke & Buser, T. 2011, 289–292.

³⁶¹ Buser, J. & Goodrich & Luke & Buser, T. 2011, 296–299.

³⁶² Magaldi-Dopman & Park-Taylor & Ponterotto 2011, 288.

³⁶³ Magaldi-Dopman & Park-Taylor & Ponterotto 2011, 292–296.

³⁶⁴ Ulland & DeMarinis 2014, 586–587.

³⁶⁵ Ulland & DeMarinis 2014, 592.

tiaalisuuteen ja spiritualiteettiin liittyvä teoreettisen tiedon ja käytännön kokemuksen ilmeinen puute.

Hengellisyyden integroiminen psykoterapiaan erilaisin tavoin on viime vuosina kiinnostanut useita kliinisen työn tekijöitä. Esimerkiksi Yhdysvalloissa on julkaistu psykologian professorin Kenneth Pargamentin kristinuskon elementtien integroimisesta psykoterapiaan *Spiritually integrated psychotherapy. Understanding and Addressing the Sacred* vuonna 2007³⁶⁶ ja useiden eritaustaisten kirjoittajien *Spirituality and the therapeutic process – A comprehensive resource from intake to termination*³⁶⁷ vuodelta 2009.

Aiemmin on ollut vallalla Matti Hyrckin kuvaama käsitys:

*Itseen kunnioittava analyttikko ei hevin sekaannu uskonnon maailmaan muutoin kuin korkeintaan osoittamaan sen sairautta ja irrationaalisuutta.*³⁶⁸

Nykyisin kuitenkin kiinnostus uskonnollisten ja hengellisten aihepiirien käsittelyyn psykoterapioissa kokemuksellisella tasolla on virinnyt uudella tavalla. Useat psykoterapioissa hoidetut ja hoidettavat ihmiset kokevat näiden aihepiirien olevan heille tärkeitä ja merkityksekkäitä, ja psykoterapeutit haluavat kehittää mahdollisuuksiaan kohdata potilaidensa tätä puhetta ja näitä kokemuksia. Tutkimukset, joissa on selvitetty psykoterapeuttien antamia hoitoja ja työskentelyä näiden aihepiirien parissa, ovat kuitenkin olleet laadultaan heterogeenisiä. Oma tutkimukseni täyttää tätä tutkimuksellista aukkoa.

³⁶⁶ Pargament 2007.

³⁶⁷ Spirituality and the therapeutic process – A comprehensive resource from intake to termination. 2009.

³⁶⁸ Tuohimetsä 2004, 282. Tämä on Matti Hyrckin haastattelusta Psykoterapia-lehteen.

3 Tutkimuksen toteutus

3.1 TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Tutkimuksessani perehdyn siihen, millä tavalla suomalaisissa yksilön psykoterapia-hoidoissa puhutaan potilaan uskonnollisista tai hengellisistä mielensisällöistä silloin, kun niistä puhutaan. Keskityn tutkimuksessani tarkastelemaan psykoterapeuttien näkemyksiä siitä, mikä heitä estää tai mikä edesauttaa potilaiden uskonnollisen ja hengellisen aineksen tarkastelua. Analysoin tutkimuksessani psykoterapeuttien kokemuksia ja kertomuksia, enkä siten tutki terapiatodellisuutta sinänsä. Tutkin, miten psykoterapeutin käsitykset uskonnollisista ja hengellisistä teemoista vaikuttavat hänen työhönsä. Juhani Ihanus kirjoittaa psykoanalyttikon osuudesta hoidon kontekstissa seuraavalla tavalla:

Analyttikon oma halu ja usko totuuteen on vaikeimmin tulkittavia kokemuksen alueita. Uskonnolliset, moraaliset ja ideologiset kysymykset ovat psykoanalyttisen tilanteen ainesosia, sikäli kuin ne limittyvät ihmisen psyykkisiin ristiriitoihin ja niiden ratkaisuyrityksiin. Psykoanalyysin tehtävänä ei ole tarjota maailmankatsomuksellisia ratkaisuja, mutta käytännössä jokainen psykoanalyttikko muodostaa oman arvomaailmansa rajoissa käsityksensä esimerkiksi psykoanalyysin ja uskonnon välisestä suhteesta.³⁶⁹

Ajattelen, kuten Ihanuskin edellä, että psykoanalyttikko, ja oman käsitykseni mukaan muunkinlaisen viitekehyksen mukaan koulutettu psykoterapeutti, käsittelee työssään potilaan uskonnollista ja hengellistä materiaalia oman sisäisen käsityksensä mukaisesti. Tämä sisäinen käsitys on osaltaan tiedostettu ja osin tiedostamaton. Nimenomaan tätä psykoterapeutin oman käsityksen, asenteiden ja mielikuvien vaikutusta hänen työskentelyynsä tutkin.

Tutkin puhumisen tai puhumattomuuden syitä, sitä edesauttavia ja estäviä tekijöitä. Tarkastelen, millaisia puhumisen mahdollisuuden vaikuttavia tekijöitä on löydettyvissä psykoterapeutista itsestään sekä potilaan ja psykoterapeutin välisestä suhteesta. Psykoterapioiden teoreettiset taustavaikutukset tulevat tarkasteluun. Mikäli psykoterapian teoriataustat jo itsessään sulkevat aihepiirejä käsittelystä, tämä vaikuttaa sekä psykoterapeuttiin että potilaaseen. Tärkeä tulokulma tutkimukseeni on, millä tavalla psykoterapeutit määrittelevät hengellisen ja uskonnollisen mielensisällön. Tämä ehkä hyvinkin kätkeyty ja viitteellinen käsitys vaikuttaa siihen, miten psykoterapeutit työssään kokevat potilaidensa tuoman materiaalin laadun: onko se näihin aihepiireihin sisältyvää vai ei? Ja sallitaanko puhuminen helpommin tietyn kategorian puheelle?

³⁶⁹ Ihanus 2005, 71.

Freudilaisen psykoanalyttisen teorian historiassa uskonto, tai pikemminkin usko ja tiede ovat olleet toisensa poissulkevia elementtejä. Myös kognitiiviset psykoterapiat kumpuavat psykoanalyttisistä teorioista, esimerkiksi ensimmäinen kognitiivinen psykoterapian hoitomalli ja siihen liittyvä teoria on psykoanalyttisen koulutuksen saaneen Aaron Beckin kehittämä 1960-luvulta alkaen.³⁷⁰ Selvitän tutkimuksessani vaikuttavatko suomalaisissa psykoterapeuttisissa hoidoissa edelleen tällaiset virtaukset siten, että niillä on vaikutusta uskonnollisten ja hengellisten asioiden tutkimisen mahdollisuuteen psykoterapioissa. Psykoterapeuttien tulee läpikäydä oma koulutus- hoitonsa, ja on olemassa säännöksiä siitä, kuinka paljon potilashoitujen työnohjauksia eri koulutusten tulee sisältää. On mielenkiintoista nähdä, onko haastateltujen omissa psykoterapiahoidoissa ja työnohjauksissa käsitelty näiden alueiden sisältöjä ja vaikuttaako se kyseessä olevan psykoterapeutin tapaan lähestyä näitä teemoja?

Psykoterapeuttisen hoidon setting on mielenkiintoinen vaikutuksiltaan. Oletan, että erityisesti psykoterapeutin tulkinta abstinenssi- ja neutraliteettiperiaatteen ylläpidon vaatimuksesta hoitosuhteesta vaikuttaa siihen, mitä ja miten terapiahuoneessa on mahdollista tutkia ja puhua erilaisista mielensisällöistä. Mielenkiintoista on, kohtelevatko psykoterapeutit settingin kannalta uskonnollista tai hengellistä mielensisältöä kuten muutakin potilaidensa tuomaa materiaalia, vai onko siinä paljastamisen tai kätkemisen kannalta erityisiä piirteitä. Analysoin haastattelemini psykoterapeuttien mahdollisia settingin muutoksia työuran varrella uskonnollisen ja hengellisen aineksen suhteen.

Tutkimuksessani nousevat käsittelyyn psykoterapeutti–potilas-suhteen transferenssi- ja vastatransferenssi-työskentelyn tärkeys ja merkitys. Miten ikä tai työkokemuksen pituus vaikuttavat psykoterapeuttien käsityksiin ja heidän työskentelytapoihinsa? Psykoterapian historiassa, jo Freudin ajattelussa, on olemassa eräänlainen uskon ja tieteen olemuksellinen yhteensovittamattomuus. Vaikuttaako tämä edelleen käytännön työn tasolla? Mikä kaikki saa psykoterapeutin kokemaan olevansa työssään kyllin hyvä?

Transferenssi-ilmidiöiden piiriin kuuluu jo Freudin oivallus jälkikantaisuudesta, *nachreglichkeit* -ilmidiöstä. Psykoanalyttikko (IPA) ja perheterapian professori (emeritus) Jukka Aaltonen kuvaa tätä jälkikantaisuutta seuraavasti:

*Menneisyyden unhoon painunut tapahtuma saa merkityksensä vasta, kun se yhdistyy johonkin nykyisyyden tapahtumaan, joka saa menneisyyden tapahtuman heräämään ikään kuin eloon.*³⁷¹

Tutkin, miten juuri nykyisyyden hetkissä koetaan sekä uskonnollisia että hengellisiä menneitä tapahtumia ja miten nämä heräävät psykoterapiassa eloon psykoterapeutin puolista vuorovaikutuksen päätä tarkasteltaessa. Fokusoin tutkimukseni siihen, miten nämä tapahtumat – sekä menneet että nykyiset – nousevat psykoterapian kontekstissa esiin ja tarjoutuvat näin tarkasteltaviksi.

Nykyajassa ihminen on hyvin segmentoitunut, ja eri elämän sisällöistä ja aihepiireistä puhutaan eri paikoissa ja eri ammattien edustajille. Papille puhutaan uskon-

³⁷⁰ Kuusinen 2001, 14.

³⁷¹ Aaltonen 2009, 208–209.

nollisista ja hengellisistä asioista, lääkärille ruumiin ja psykiatrille psyyken pulmisista. Mutta minkälainen on psykoterapiahuone? Onko se sellainen paikka, jossa nämä kaikki ihmisen olemisen puolet, koko elämä, voi tulla tarkasteluun? Minkälaisia valmiuksia psykoterapeuteilla on tähän? Psykoterapiaprosessissa psykoterapeutti tekee koko ajan valintoja siitä, mitä asioita hän nostaa potilaansa mielensisällöstä tarkastelun kohteeksi, ja mihin asioihin hän kohdistaa psykoterapian interventioita. Minkälaista apua ja tukea psykoterapeutit kokevat tarvitsevansa tällä alueella? Miten uskonnollisten tai hengellisten kysymysten käsittelyn huomioimista voidaan tuoda esiin psykoterapeuttien koulutuksissa tai työnohjauksen piirissä?

Tutkimukseni fokuksessa on uskonnollisen ja hengellisen mielensisällön laatu. Minkälaista tämä materiaali on? Muodostuuko näistä sisällöistä psykoterapeutin mielessä jotakin erityislaatuista niin, että sitä on vaikea tai erityisen helppo lähestyä? Millaisten ilmiöiden kanssa tämä on tekemisissä? Koetaanko siinä jollakin tapaa Pyhän läsnäolo? Saako Pyhän läsnäolon kokemus, potilaan syvän vakaumuksen alue, aikaan sen, että psykoterapeutti ei voi kajota psykoterapeuttisilla interventioilla tähän alueeseen kuten muuhun mielensisältöön? Miten psykoterapeutit erottavat omissa mielissään jumalakuvat ja Jumalan toisistaan yhteenkuuluviksi, mutta kuitenkin eri asioiksi?³⁷² Millainen on tämä alue, joka ehkä koetaan liian intiiminä ja henkilökohtaisena käsittelyyn psykoterapian instrumenteilla? Mitkä ovat tämän alueen rajat ja määritteleekö potilas vai psykoterapeutti ne? Aineistoni yksi haastateltava kuvailee:

Että ikään kuin olisi kovempi juttu puhua hengellisistä asioista kuin vaikka seksistä. Että se on niin latautunutta yhteiskunnassa. Terapiassahan ihmiset puhuu seksuaalisuudesta kohtalaisen helposti. Mutta tämä hengellisyys sitten ikään kuin se olisi.... Se olisi liian intiimiä ja yksityistä. (Kaarina, 4)

Psykoterapiahuoneissa on jo totuttu puhumaan seksuaalisuudesta. Ehkä jopa oletetaan, että juuri siitä täytyykin puhua, jotta psykoterapia olisi oikealla tasolla liikkuvaa. Uskonnolliset ja hengelliset asiat koetaan ehkä vielä niin intiimeinä yksityisasioina, että niihin ei kukaan ulkopuolinen voi kajota? Paavo Kettunen puhuu hengellisestä hienotunteisuudesta. Tähän hienotunteisuuteen liittyvä terve häpeä ilmenee ihmetyksenä ja kunnioituksena pyhyden edessä. Kettusen mukaan hengellisessä elämässä tämä merkitsee inhimillisen ja jumalallisen välisen kuilun tunnistamista.³⁷³ Tutkimuksessani selvitän, tunnistavatko psykoterapeutit potilaissaan tämän kuilun ja jos tunnistavat, niin miten se heidän työskentelyynsä vaikuttaa.

Psykoanalyttisen psykoterapian tavoite on tehdä tiedostamatonta tietoiseksi potilaan mielessä ja kehittää hänen kykyään itsetarkkailuun.³⁷⁴ Tähän tähtäävät erilaiset

³⁷² "Usko ja suhteessa oleminen transsendenttiseen Jumalaan ilmenee jumalakuvassamme, joka on aina immanenttinen asia. Näin ollen Jumala ja jumalakuva liittyvät toisiinsa, mutta ovat kuitenkin eri asioita. Kristillisen jumalakuvan tarkoitus on kertoa transsendenttisestä Jumalasta, mutta immanenttisuudessaan se ei kuitenkaan ole identtinen Jumalan kanssa. Tässä mielessä se "sijaitsee" ihmisen ja Jumalan välisen suhteen "ihmisenpuoleisessa päässä" ja on siis ihmisen hahmottama käsitys Jumalasta." (Kettunen 2003, 371.)

³⁷³ Kettunen 2014, 46–47.

³⁷⁴ Talvitie 2003, 113–114.

psykoterapian työvälineet, kuten klarifikaatio³⁷⁵, konfrontaatio³⁷⁶ ja tulkinta³⁷⁷. Samoin kognitiivisissa psykoterapioissa tavoitellaan sitä, että potilas tulisi tietoisemmaksi omasta käyttäytymisestään, ajatuksistaan ja tunteistaan. Kognitiivisen psykoterapian työvälineitä ovat muun muassa kognitiivinen restrukturointi³⁷⁸, itsehavainnointi³⁷⁹ ja sokraattinen metodi³⁸⁰. Psykoterapiahoidoissa työskennellään potilaan vastustuksen ja erilaisten puolustusmekanismien läpi näitä koko ajan potilaalle osoittaen.³⁸¹ Psykoanalyttikko ja lääkäri Thomas Ogden mieltää psykoanalyttisen psykoterapian liikkuvan koko ajan siinä jännitteessä, että potilaan kokemuksen totuutta tuodaan esiin ja hänen tarvettaan pysyä tutuissa ja turvallisissa toiminta- ja ajatustavoissa arvostetaan ja kunnioitetaan.³⁸² Psykoterapeutti tekee työtään tässä jännitteessä ja kannattelee prosessia viitekehystä riippumatta. Hän tekee koko ajan valintoja siitä, mihin asioihin hän puuttuu tai jättää puuttumatta sen mukaan, mitä hän ajattelee potilaan kestävän tai mitä hän itse haluaa käsitellä. Myös se vaikuttaa valintaan, mitkä asiat ovat psykoterapeutille teoreettisesti tuttuja. Tämä valinta on mielenkiintoinen; kohdistuuko se samanlaisena kaikkeen potilaan materiaaliin? Uskonnollisen ja hengellisen mielensisällön alueella voi olla aiheita, joita psykoterapeutin tulisi ottaa puheeksi, työskentelyn alle. Nämä sisällöt voivat olla sellaisia asioita ja teemoja, joita potilas välttelee tietoisesti tai tiedostamattaan, mutta jotka kuitenkin vaikuttavat estävästi ja haittaavasti siihen, että hän voisi elää täyden kapasiteettinsa mukaan.

Tutkimustehtävänäni on tutkia empiirisesti sitä, missä määrin suomalaisissa psykodynaamisissa ja kognitiivisissa psykoterapioissa on mahdollista puhua uskonnollisen ja hengellisen alueen asioista. Tarkastelen, miten näistä asioista hoidoissa puhutaan, mikä edesauttaa puhumista ja mikä estää sitä. Tutkimukseni on laadullinen, ilmiöitä kuvaileva ja niitä esiintuova.

Tarkastelen uskonnollisten ja hengellisten aihepiirien laatua ja olemusta tavalla, jota ei ole aiemmin tehty. Samoin uusi näkökulma tutkimuksessani on se, että tarkastelen teologiselta kannalta sitä, minkälaista on uskonnollinen ja hengellinen aines ja miten tätä työestetään ja millainen materiaali jätetään psykoterapiatyössä pois. Tutkimukseni siis liikkuu kokemuksellisen kuvaamisen ja tavoittamisen alueella. En pyytänyt haastateltuja kertomaan ja kuvailemaan teorioita ja oppirakennelmia siitä,

³⁷⁵ Klarifikaatio on eräänlainen selvennys. Tässä terapeutti pyrkii jäsentämään potilaan kokemusta. (Enckell 2012, 48.)

³⁷⁶ Konfrontaatiossa psykoterapeutti pyrkii osoittamaan potilaalle todellisuuden jonkun aspektin merkityksen. (Enckell 2012, 48.)

³⁷⁷ Tulkinnan avulla psykoterapeutti tekee tietoiseksi sitä, mitä potilas on torjunut. Yksinkertaisimmillaan tulkinta on sitä, että terapeutti kuvaa potilaalle ymmärtämystään tämän kertomasta ja kokemasta. (Enckell 2012, 49.)

³⁷⁸ Kognitiivisen restrukturoinnin avulla potilasta opetetaan tunnistamaan ja muokkaamaan haitallista ajatteluaan. (Holmberg & Kähkönen 2012, 77.)

³⁷⁹ Itsehavainnointi kognitiivisessa psykoterapiassa tarkoittaa potilaan opettamista havainnoimaan itseään, esimerkiksi haitalliseksi kokemaansa tunnetta tai toistuvaa ongelmakäyttäytymistä. (Holmberg & Kähkönen 2012, 77.)

³⁸⁰ Sokraattisen metodin avulla potilasta opetetaan arvioimaan ja kyseenalaistamaan uskomuksiaan ja ajatuksiaan sekä näkemään ajatuksissaan olevia vääristymiä ja epäjohdonmukaisuuksia. (Holmberg & Kähkönen 2012, 78.)

³⁸¹ Puolustusmekanismien, defenssien kanssa työskentely vaihtelee paljon psykoanalyttisen psykoterapian eri koulukunnissa. Erityisesti koulukunnittain vaihtelee psykoterapeutin aktiivisuus puolustusmekanismien osoittamiseen ja työstämiseen.

³⁸² Ogden 2005, 11.

miten he työskentelevät ja mitä he ajattelevat uskon merkitsevän potilailleen teoreettisesta näkökulmasta. Sen sijaan pyysin heitä kuvailemaan työtään ja erityisesti sitä, miltä heistä tuntuu työskennellä uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa.

Mielenkiintoista on tutkimuksessani nähdä, onko henkilön suhde Jumalaan joskus sellainen, että siinä ei enää ole merkkejä henkilön aiemmista ihmissuhteista. Voiko suhde Jumalaan vapautua mielen projektioista, introjektioista, identifikaatioista ja defenseseistä, edes jossain määrin? Olisiko mahdollista, ettei tässä suhteessa olisi enää transferentiaalista materiaalia, vaan kyseessä olisi sellainen suhde, jossa Jumala saa olla Jumala ja ihminen on suhteessa tähän Täysin Erilaiseen (Wholly Other)³⁸³ myös aivan erityisellä tavalla. Tutkin, onko aineistossani psykoterapeuttien kertomana viitteitä tällä tavalla koetusta Jumalasta ja tuleeko tällaisesta jumalasuhteesta mahdollinen voimavara psykoterapeutin työssä.

Tutkin myös sitä, miten näitä aihepiirejä on lähestytty psykoterapeuttikoulutuksessa ja työnohjauksissa. Analysoin psykoterapeuttien esittämiä käsityksiä siitä, minäkalaisia tarpeita ja odotuksia heillä olisi ollut uskonnollisten ja hengellisten sisältöjen käsittelyyn koulutuksissaan.

Löytääkseni vastauksia tutkimustehtävään olen muodostanut seuraavat viisi tutkimuskysymystä:

1. Miten psykoterapeuttikoulutusten kolme osatekijää ja psykoterapeuttien omat uskonnolliset tai hengelliset kokemukset vaikuttavat heidän työskentelytapoihinsa?
2. Millä tavalla psykoterapeutit määrittelevät uskonnollisia tai hengellisiä mielensisältöjä ja kuinka paljon näitä aihepiirejä hoidoissa käsitellään?
3. Millä tavalla potilaiden hengellisissä yhteisöissä elämisen kokemukset tulevat psykoterapioissa esiin?
4. Miten psykoterapian setting sekä transferenssin ja vastatransferenssin ilmiöt vaikuttavat työskentelyyn uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa?
5. Millä tavalla psykoterapeuttien työskentelytavat ovat muuttuneet uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa työskenneltäessä?

3.2 TUTKIMUKSEN LÄHDEAINEISTO

3.2.1 Aineistonkeruun prosessi

Tutkimukseni eteneminen ja aineistonkeruu eivät ole olleet lineaarisia, vaan monta kertaa muuttuvia. Näin olen joutunut miettimään koko ajan tutkimuksen kuluessa vaihtoehtoisia toimintatapoja ja strategioita.³⁸⁴

Tutkimuksen alussa oli tarkoitus kerätä aineistoa psykoterapeuttien kirjoitusten kautta. Varsin pitkäkestoinen kysymys tutkimuksen etenemisessä oli aineistopyynnön hiominen niin, että voisin saada mahdollisimman laajan ja edustavan aineiston.

³⁸³ Otto 1923, 5.

³⁸⁴ Kvale 1996, 83–108.

Toivoin saavani kirjoituksia sekä sellaisilta psykoterapeuteilta, jotka käsittelevät uskonnollista ja hengellistä materiaalia psykoterapiaan tarkasteltavaksi kuuluvana aineksena että sellaisilta, jotka mieltävät uskonnollisten ja hengellisten asioiden kuuluvan psykoterapiahuoneen ulkopuolelle. Aineiston keruuseen liittyvä pyyntö täytyi siis saada sellaiseen muotoon, ettei se provosoisi psykoterapeutteja tai saisi heitä puolustuskannalle. Tähän sisältyi paljon tutkimuseettistä pohdintaa sekä oman päätöksentekoprosessini tarkastelua.³⁸⁵ Tätä pohdintaa olen käynyt koko tutkimuksen ajan omassa mielessäni sekä lisäksi tutkimuksen ohjaajien, että käytännöllisen teologian jatkokoulutusseminaariryhmän kanssa.

Syksyllä 2012 lähetin aineistonkeruun kirjoituspyyntöni (liite 1) psykoterapeuteille. Pitäydyin ajatuksessa, että vastaajalla tulisi olla Valviran myöntämä psykoterapeutin ammattinimikkeen käyttöoikeus. Tämän rajauksen tein siksi, että vastaajien joukko ei leviäisi liian heterogeeniseksi. Käytin Pirkanmaan alueen julkista psykoterapeuttihakua³⁸⁶, jonka avulla tavoitin noin 100 psykoterapeuttia. Lähetin kirjoituspyyntöni eteenpäin jäsenistölle välitettäväksi psykoterapiayhdistyksiin Turkuun, Helsinkiin ja Itä-Suomeen. Turun psykoterapiayhdistyksestä sain sähköpostitse tiedon, että pyyntöni on välitetty eteenpäin. Kirjoituspyyntöni julkaistiin Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivuilla³⁸⁷. Se oli esillä Therapiea-säätiön koulutuskeskuksen ilmoitustaululla, sekä Suomen psykiatriyhdistyksen tiedotteessa numero 4/2012. Psykoterapia-lehden numerossa 4/2012 julkaistiin lyhyt aineistonkeruupyntöni.³⁸⁸ Arvioin tavoittaneeni useita satoja psykoterapeutteja, ehkä jopa tuhat, lokakuusta 2012 toukokuuhun 2013.

Sain 11 kirjoitettua vastausta. Olin pettynyt. Vastausprosentti oli vaatimaton, promilleja. Mielestäni tämäkin viittaa siihen, että aihepiirini, uskonnolliset ja hengelliset mielensisällöt psykoterapiassa, on psykoterapeuteille ainakin osittain pulmallinen. He ovat lisäksi kiireisiä, eivätkä ehdi paneutua ja kirjoittaa. Tutkimukseni aineistonkeruuta täytyi sitten miettiä kokonaan uusiksi.

Päätin tehdä haastattelututkimuksen saadakseni tutkimusaineistoa. Aioin haastatella noin kymmentä psykodynaamisen ja kymmentä kognitiivisen viitekehyyksen psykoterapeuttia. Keväällä 2013 lähestyin haastattelupyntöni (liite 2) kanssa noin kuuttakymmentä psykoterapeuttia, joiden yhteystiedot sain olemassa olevien kontaktieni, internetissä olevan psykoterapeuttien yhteyslistan, Kelan palveluntuottaja-haun³⁸⁹ ja Therapiea-säätiön koulutuskeskuksen kautta. Julkisten kanavien kautta saamieni yhteystietojen perusteella lähestyin psykoterapeutteja suoraan sähköpostilla. Therapiea-säätiön koulutuskeskuksen tiettyjen koulutusryhmien (VET ja pastoraalipsykologisia osioita sisältävien psykoterapeuttikoulutuksien) opiskelijoita lähestyin siten, että lähetin haastattelupyntöni Therapiean toimistoon, ja sieltä se toimitettiin eteenpäin kolmen koulutusryhmän yhdyshenkilöiden kautta. Näin noudatimme koulutukseen osallistuneiden tietosuojan toteutumista.

³⁸⁵ Clarkeburn & Mustajoki 2007, 42–44.

³⁸⁶ Pirkanmaan sairaanhoitopiirin terapeuttihaku. Internetaineisto.

³⁸⁷ Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivut.

³⁸⁸ Psykoterapia-lehti 2012, 392.

³⁸⁹ Kansaneläkelaitos. Kuntoutuksen palveluntuottajahaku. Internetaineisto.

Yllätyksekseni haastateltavien mukaan saaminen oli paljon helpompaa kuin kirjoituksilla vastaavien. Noin kolmasosa niistä psykoterapeuteista, joita lähestyin, suostui mukaan tutkimukseen. Haastateltavaksi ilmoittautui myös yksi henkilö, jolla ei kuitenkaan ollut psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeutta, tai ylipäätään psykoterapeutin koulutusta. Hänen kanssaan kävin sähköpostitse intensiivistä keskustelua tutkimukseni rajaamisesta koskemaan nimenomaan nimikesuojattuja psykoterapeuteja. Haastateltuani 20 henkilöä jouduin kahdelle aiemmin haastatteluun suostuneelle ilmoittamaan, että haastatteluja on jo riittävä määrä. Tällä haastateltavien määrällä saavutin aineiston saturaation. Saturaatio laadullisessa tutkimuksessa tarkoittaa sitä, että tiedonantajien lisäys ei enää tuottaisi uutta tietoa tutkimusongelmaan.³⁹⁰

3.2.2 Haastattelut

Tein tutkimushaastattelut huhti-, touko-, kesä-, elo- ja syyskuussa 2013. Haastattelin 9 kognitiivisen viitekehyksen ja 11 psykodynaamisen viitekehyksen mukaisesti koulutettua psykoterapeuttia. Haastatteluissa olin kiinnostunut psykoterapeuttien kertomuksissa siitä, miten he hoitavat potilaitaan ja mitä se heissä herättää erityisesti uskonnollisten ja hengellisten teemojen alueita työstettäessä. Tutkimustani ja haastattelua voisi siten pitää deskriptiivisenä ja fenomenologisena, kokemuksia ja ilmiöitä, kuvaavana.³⁹¹ Yleensä haastattelututkimus on sensitiivinen ja tehokas tapa saada tietoa ihmisten erilaisista elämänkokemuksista, elämismaailmoista ja heidän tavoistaan etsiä merkityksiä omalle toiminnalleen.³⁹²

Ennen haastattelua tarkastin haastateltavan oikeuden psykoterapeutti-nimikkeen käyttöön joko Kelan palveluntuottajahaun tai Valviran terveydenhuoltorekisterin³⁹³ kautta. Lähetin muutamaa päivää ennen sovittua haastattelua sähköpostitse haastateltavalle lyhyen teemalistan tulevan haastattelun aihepiireistä (Liite 3). Haastattelut olivat laadultaan avoimia ja strukturoimattomia.³⁹⁴ Ennalta esitetyn teemalistan olemassaolo rajasi toki haastattelua niin, että ne voitaisiin luokitella suunnatuiksi avoimiksi haastatteluiksi.³⁹⁵ Tein lyhyitä ja tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä, pääasiassa kuitenkin haastateltava kertoi vapaasti assosioiden näkemyksistään teemalistan aihepiireistä. Teemalistasta poiketen pyysin haastateltaviani myös määrittelemään hengellisiä aihepiirejä ja kysyin heiltä myös, onko heidän psykoterapiahoidoissaan ollut käsittelyssä eksistentiaalisia teemoja. Hioin haastattelun muotoa ja teemalistan aiheita kokeneen psykoanalyttikon kanssa tehdyssä koehaastattelussa keväällä 2013.

Monissa haastatteluissa kerronta soljui polveilevana, ja kosketteli haastattelun teemoja usealla eri tasolla samanaikaisesti: psykoterapeutin oman kokemuksellisuuden ja rationaalisen, tiedollisen tason sekä käytännön toimintatapojen kuvaamisen välisellä alueella. Näin sain tietoa siitä, miten haastateltavani ajattelevat sekä minkälaisia sisältöjä ja merkityksiä he psykoterapiasuhteen ilmiöille antavat.³⁹⁶

³⁹⁰ Tuomi & Sarajärvi 2004, 89.

³⁹¹ Silverman 2010, 48.

³⁹² Kvale 2007, 11–23.

³⁹³ Valviran ylläpitämä rekisteri terveydenhuollon ammattihenkilöistä. Julkiterhikki. Internetpalvelu.

³⁹⁴ Lantz 1993, 17.

³⁹⁵ Lantz 1993, 61.

³⁹⁶ Lantz 1993, 18.

Pääsääntöisesti pidättäydyin omien näkökantojeni esittämisestä yrittäen tälläkin tavalla säilyttää tutkijan distanssia³⁹⁷ tutkittavaan asiaan. Kuitenkin joistakin haastateltavan vastauksesta suuntaan tai toiseen innostuessani kerroin joskus omia näkökantojani. Näissä tilanteissa poikkeaman huomattuani, pakotin itseni takaisin haastattelijan ja tutkijan asemaan vastavuoroisemman kollegojen ajatuksenvaihdon sijaan. Useimpien haastateltavien kanssa keskustelin jonkin verran haastattelun aihepiireistä varsinaisen haastattelun jälkeen dialogisemmalla ja epämuodollisemmalla tavalla.

Kahteen aineistoni haastatteluun sisältyy keskustelua tutkimuksen eettisyydestä, ja vastauksien analysoinnin tavasta niin, että haastateltavat halusivat takuun kaikenlaisen tunnistettavuuden poistumisesta. Haastatteleman psykoterapeutit eivät kertooneet minulle sellaisia tietoja, jotka liittyvät heidän potilaidensa ”tapauksiin” yksityiskohtaisesti, vaan haastattelun teemoista kerrottiin yleisluonteisesti. Näin säilytettiin koko ajan haastateltujen potilassuhteiden luottamuksellisuus.

Tein 18 haastattelua kunkin haastateltavan työhuoneessa, yhden haastattelun tein haastateltavan asuinpaikkakunnan yliopiston tiloissa ja yhden haastateltavan kotona. Lyhyin haastattelu on kestoltaan 21 minuuttia ja 22 sekuntia (naispuolinen haastateltava), pisin on 1 tunti 16 minuuttia (miespuolinen haastateltava). Yhteensä haastattelujen kesto on noin 13,5 tuntia. Keskimääräinen haastattelun kesto on 37 minuuttia. Laadullisesti nauhoitukset olivat hyviä ja selkeitä, yhdessä haastattelussa haastateltava puhui ajoittain niin hiljaisella äänellä, että joistakin yksittäisistä sanoista (alle kymmenen sanaa koko haastattelussa) oli vaikea saada selvää. Kahden haastattelun kohdalla haastateltava esitti tarkan ajallisen rajan (puoli tuntia) siitä, kuinka kauan haastattelu sai enimmillään kestää, toinen näistä on aineistoni lyhyin haastattelu. Litterointi tapahtui syksyn 2013 ja kevään 2014 aikana niin, että toukokuun lopussa 2014 sain kaikki haastattelut purettua. Litteroinnissa pyrin mahdollisimman hyvään sanojen ja ilmaisujen tarkkuuteen.

Lyhyimmässä litteroidussa haastattelussa on sanoja 2439 ja pisimmässä 7166. Naisten haastatteluissa on sanoja keskimäärin 3994 ja miesten haastatteluissa 5227. Miespsykoterapeutit olivat siis tutkimuksessani puheliaampia kuin naispsykoterapeutit. Luettavuuden parantamisen vuoksi lyhyet –ööö-, –ääää-, –hmmm-, –yyymmm- ja muut äännähdykset jätin pois, sekä omani että haastateltavien. Omista äännähdyksistäni litteroin selkeät sanat ja joitakin keskeisiä kehottavia äännähdyksiä. Joidenkin haastateltavien sanojen toiston yli kaksi kertaa jätin pois. Litteraatio symboleja tai puheen tauon mittauksia en käyttänyt, koska analyysin kohteena on haastattelun kerrottu sisältö, eikä sinällään tapa kertoa. Litteroiduista haastatteluista tuli kustakin 5–13 sivua tekstiä. Yhteensä aineistoa on 167 sivua.

Psykoteraapiatutkimuksen tai yleensä tutkimuksen kohdalla, jossa tutkitaan hoitokäytäntöjä, aineiston luottamuksellisuus muodostaa erityisen eettisen kysymyksen.³⁹⁸ On tärkeää, että raporttitekstistä ei voi tunnistaa yksittäistä vastaajaa.³⁹⁹ Olen suojellut informanttejani muun muassa väljentämällä tunnistetietoja paikkakuntien ja heidän

³⁹⁷ Grenholm 2006, 167–168.

³⁹⁸ Kuula 2011, 135–136.

³⁹⁹ Silverman 2010, 155

koulutustietojensa osalta.⁴⁰⁰ Haastatteluista olevia otteita olen karkeistanut⁴⁰¹ niin, että mahdolliset tunnistettavuustekijät, paikkojen tai ammattien nimet on poistettu. Olen myös välttänyt useampien tunnistetietojen, kuten viitekehyksen, työkokemuksen pituuden ja ammatillisen peruskoulutuksen liittämistä toisiinsa. Tunnistetietojen jättäminen irralleen toisistaan on suojannut haastateltavia niin, ettei heitä voi tunnistaa tekstistä. Haastateltavat eivät kertoneet suoranaisesti potilaidensa asioista, vaan omista työtavoistaan ja siitä, mitä tämä työskentely heissä herätti. Tällainen yleisluonteisuus nostaa tutkimukseni eettisyyttä. Joissakin tuloslukujen kohdissa olen käyttänyt haastateltavien pseudonyymien tilalla numeroita, jotta haastateltavan peruskoulutuksen ammatti, sukupuoli, viitekehys ja työkokemuksen pituus eivät näy toisiinsa liitettynä tietoina.

Laadullisen tutkimuksen raportointi sisältää usein varsin paljon esimerkkejä (analyysiyksiköitä⁴⁰²), joskus pitkiäkin poimintoja suoraan aineistosta, joita on sitten analysoitu ja tulkittu. Analyysin tulokset eivät aina ole kohteelle millään lailla edullisia tai mairittelevia. Silloin on erityisen tärkeää, ettei lähteitä voi tunnistaa tekstistä. Tästä syystä olen pohtinut, mitä tietoja jätän pois, mitä karkeistan ja mitä jätän raporttiin.⁴⁰³ Psykoterapiamaailmassa, jossa transferenssi- ja vastatransferenssi ovat hoidon työvälineitä, on samoin tärkeää, että mahdolliset väitöskirjaani lukevat haastateltujen potilaat eivät voi tunnistaa tekstistä omaa psykoterapeuttiaan tai omaa tarinaansa.

Mainitsen vielä, että tutkin psykoterapeuttien asenteita ja toimintatapoja heidän työskennellessään. En ole kiinnostunut heidän omasta mahdollisesta uskonkäsityksestään tai vakaumuksestaan. Informantit kuitenkin kertoivat omista taustoistaan ja omasta uskonnollisuudestaan sekä hengellisyydestään haastatteluissa jonkin verran. Tämä liittyy haastatteluissa syntyneeseen hyvään ja luottamukselliseen yhteyteen välillämme. Erityisesti psykoterapeuttien omien henkilökohtaisten asioiden raportoinnissa olen päätenyt varsin niukkaasiintuomiseen.⁴⁰⁴ Tuon esiin psykoterapeuttien omakohtaista kertomusta silloin, kun sillä on selkeä ja aineiston kautta todennettavissa oleva yhteys heidän työskentelytapoihinsa.

Olen karsinut täytesanoja: niinku, sillai, sitte, tota, tuloslukujen sitaateista raportin luettavuuden parantamiseksi. Samoin olen poistanut sitaateista lyhyitä lauseita, joissa haastateltava hakee sanoja tai miettii sanottavansa tarkempaa ilmaisua. Olen muuttanut murteellisia sanoja yleiskieliseen muotoon. Samoin olen poistanut litteeraatiotekstin sitaateista lyhyitä omia kommenttejani, kuten: joo, just, niin, entä sitten. Joskus olen myös toistanut haastateltavan sanoja tai lauseita, nämä olen myös jättänyt pois luettavuuden parantamiseksi. Jos olen jättänyt sitaatista jotakin pois, ilmaisen sen (...) merkinnällä. Jos olen lisännyt otteeseen jonkin selittävän sanan, niin ilmaisen sen [...] merkinnällä. Joissakin sitaateissa on minun kysymyksiäni tai kommenttejani. Merkitsen nämä seuraavasti: P = Peppi ja H = Haastateltava.

⁴⁰⁰ Kuula 2011, 212–213.

⁴⁰¹ Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimat eettiset periaatteet 2002, päivitetty 2012. Internetaineisto.

⁴⁰² Tuomi & Sarajärvi 2004, 112.

⁴⁰³ Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimat eettiset periaatteet 2002, päivitetty 2012. Internetaineisto.

⁴⁰⁴ Kuula 2011, 139.

Kaikki haastattelemani psykoterapeutit suhtautuivat jossakin määrin avoimesti, tai ainakin neutraalisti, siihen, että uskonnollista ja hengellistä materiaalia voi tarkastella ja jäsentää psykoterapiassa. Tämä aineiston vääristyminen tai ainakin kallistuminen myönteisesti asiaan suhtautuvien psykoterapeuttien kertomuksiin huolestutti minua aika ajoin tutkimusprosessin kuluessa. Niinpä lähetin haastattelupyynnöitä myös joillekin sellaisille psykoterapeuteille, joiden tiesin aiemmista kohtaamisistamme suhtautuvan asiaan niin, että psykoterapia ei ole oikea paikka tällaisen materiaalin tutkimiselle. En kuitenkaan saanut näistä yhteydenotoista yhtään psykoterapeuttia haastateltavakseni. Viimeisenä yrityksenä laitoin Suomen Psykiatriyhdistyksen Facebook-sivuille haastattelupyynnön elokuussa 2014 (liite 4). Tämän kyselyn perusteella sain yhden viestin henkilöltä, joka kehotti minua kysymään haastatteluun kolmatta henkilöä. En kuitenkaan lähestynyt suoraan tätä tuntemaani henkilöä, koska tällä tavalla suorasta ja henkilökohtaisesti esitetystä pyynnöstä olisi ehkä ollut vaikea kieltäytyä, vaikka olisi halunnutkin.

3.2.3 Haastateltujen taustatiedot

Haastattelin 11 psykodynaamisen ja 9 kognitiivisen psykoterapian edustajaa, jotka asuivat ympäri Suomea lukuun ottamatta Pohjois-Suomea, vaikka haastattelupyynnöni joillekin siellä asuville psykoterapeuteille lähetin. Useat haastateltavani olivat kuitenkin työskennelleet aiemmin Pohjois-Suomessa, ja näin heillä oli näkemystä esimerkiksi lestadiolaistaustaisten⁴⁰⁵ henkilöiden psykoterapeuttina tai mielenterveysalan työntekijänä toimimisesta, ja joistakin näistä kokemuksistaan he haastatteluisa kertoivat. Kaikki haastateltavani olivat oikeutettuja käyttämään psykoterapeutin ammattinimikettä ja olivat yksilöpsykoterapeutteja.

Olen nimennyt haastateltavat sattumanvaraisesti sukupuolen mukaisilla pseudonyymeillä, suomalaisilla etunimillä: psykodynaamisten psykoterapeuttien haastateltavat alkavat P-kirjaimella: Panu, Paula, Pauli, Pekka, Pentti, Petra, Pihla, Piia, Pirjo, Pirkko ja Pulmu sekä kognitiivisten psykoterapeuttien haastateltavat K-kirjaimella: Kaarina, Kaisa, Kalle, Karita, Katariina, Kati, Kerttu, Kirsi ja Kyllikki. Kenenkään haastateltavan etunimi ei ole yhtenevä tässä tutkimuksessa käytetyn pseudonyymin kanssa. Joissakin tutkimuslukuissa käytän haastateltavien numeroita, jotta tunnistettavuus vähenisi. Erityisesti ammatin, sukupuolen, viitekehyksen ja työkokemuksen pituuden yhdistäminen lisää tunnistettavuutta.

Yhdellä haastateltavalla oli sekä psykodynaamisen että kognitiivisen viitekehyksen koulutus. Hän identifioi itsensä kognitiiviseksi psykoterapeutiksi, joten luokittelin hänet siihen kategoriaan. Haastateltavien sukupuoli ja terapeuttinen viitekehys on esitetty taulukossa 3.1.

⁴⁰⁵ Haastateltavani eivät pääosin erotelleet lestadiolaistaustaisia potilaitaan tarkemmin, vaan puhuivat yleisellä tasolla lestadiolaisista. Jos he mainitsivat lestadiolaisen liikkeen haaran, mainitsen sen tekstissä.

Taulukko 3.1. Haastateltujen sukupuolijakauma ja viitekehys. (N=20)

Sukupuoli	Kognitiivinen viitekehys	Psykodynaaminen viitekehys	Yhteensä
Mies	1	4	5
Nainen	8	7	15
Kaikki	9	11	20

Haastattelemistani psykoterapeuteista kolme neljäsosaa on naisia, kuten Suomen psykoterapeuteista ylipäänsä valtaosa. Esimerkiksi Therapeia-säätiön 2014 valtakunnallisessa psykoterapeuttiluettelossa toiminnastaan ilmoitti 204 psykoterapeuttia, joista vain 34 oli miehiä.⁴⁰⁶ Siten miesten osuus aineistossani, ainakin psykodynaamisen viitekehysten osalta, on jopa yllätyttävästi.

Taulukko 3.2. Haastateltujen ikäjakauma. (N=20)

Ikäryhmät	Kognitiivinen viitekehys	Psykodynaaminen viitekehys	Yhteensä
40–50 v	4	4	8
50–60 v	4	4	8
Yli 60 v	1	3	4
Kaikki	9	11	20

Haastatellut ovat iältään 40 ja 66 vuoden välillä, heidän ikäkeskiarvonsa on 53 vuotta (taulukko 3.2.). Keski-ikä vastaa suomalaisten psykoterapeutti- nimikkeen käyttöön oikeutettujen henkilöiden keski-ikää.⁴⁰⁷ Eri ikäryhmät ovat varsin tasaisesti edustettuina aineistossani molempien psykoterapian viitekehysten osalta.

Taulukossa 3.3. on eritelty haastateltavat psykoterapeuttisen työkokemuksen mukaan. Kaikilla haastateltavilla on useiden vuosien työura takanaan. Joissakin tutkimukseni analyysin kohdissa on merkitsevää, näkyviä eroja psykoterapeuttisen työkokemuksen mukaan. Myöhemmässä tulostekstissä olen käyttänyt seuraavia ”sukunimiä”: Juniori (työkokemus alle 10 v), Seniori (työkokemus 10 – 20 v) ja Supersenioreita (työkokemus yli 20 vuotta). Junioreita aineistossani on 6, Senioreita ja Supersenioreita molempia 7.

⁴⁰⁶ Therapeia-säätiön Psykoterapeuttiluettelo 2014. Internetaineisto.

⁴⁰⁷ Kelan tutkimusosaston selosteessa 74/2011 Psykoterapeutit Suomessa kuvataan Terhikki-rekisterin perusteella psykoterapeuteille tehtyä kyselytutkimusta vuodelta 2009. Tässä selosteessa vastanneiden (N=2134) psykoterapeuttien keski-ikä oli 53 vuotta. (Valkonen & Henriksson & Tuulio-Henriksson & Autti-Rämö 2011b, 7, 10.)

Taulukko 3.3. Haastateltujen ilmoitetun psykoterapeuttisen työuran pituus. (N=20)

Työkokemuksen pituus	Kognitiivinen vk	Psykodynaaminen vk	Yhteensä
Juniori, alle 10 v	4	2	6
Seniори, 10–20 v	2	5	7
Superseniори, yli 20 v	3	4	7
Kaikki	9	11	20

Haastattelemani psykoterapeutit määrittelivät itse, milloin ovat aloittaneet työskenteilyn, joka sisältää psykoterapeuttisia elementtejä.⁴⁰⁸ Jotkut haastatelluista määrittelivät psykoterapiatyökokemuksensa varsin tarkasti alkaneeksi vasta psykoterapeuttikoulutuksen jälkeen, joillekin kaikki työkokemus psykiatrian alueella oli koettu sisältävän psykoterapeuttisia elementtejä. Tarkempi selvyys nimenomaan psykoterapiatyökokemuksen pituuteen olisi tullut kysymällä, koska haastateltava on saanut psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeuden. Haastattelemieni henkilöiden ilmoitettu työkokemus psykoterapiatyökokemuksen alueella vaihteli neljästä 37 vuoteen, ilmoitetut aloitusvuodet olivat 1976 ja 2009. Keskimäärin haastateltavat olivat työskennelleet psykoterapeuttisesti 18 vuoden ajan. Kognitiivisen viitekehyksen ryhmässä Junioreiden ja Senioreiden lukumäärät ovat melkein käänteisiä verrattuna psykodynaamisen viitekehyksen ryhmään. Eli haastattelemieni kognitiivisten psykoterapeuttien ilmoitettu työkokemus on lyhyempi kuin psykodynaamisten psykoterapeuttien.

Monilla mielenterveysalan työntekijöillä psykoterapeuttisen työn aloittaminen liittyy ajallisesti psykoterapeuttikoulutuksen aloittamiseen. Haastateltavien ilmoittamat ensimmäiset erityistason psykoterapeuttikoulutukset alkoivat vuonna 1985 psykodynaamisella puolella ja vuonna 1987 kognitiivisen psykoterapiatyökokemuksen puolella.

Myös julkisella sektorilla työskennellään usein psykoterapeuttisesti, vaikka työntekijällä ei olisikaan erillistä psykoterapeutin koulutusta. Näin saattaa ennen psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeutta kulua useitakin vuosia. Esimerkiksi Pirjo Superseniори kertoo:

No, siis minun työurani on pitkä, se on kolmekymmentä vuotta, että minä olen ollut siis, kiertänyt lähestulkoon nyt kaikki semmoiset paikat, missä psykoterapiatyötäkin tehdään. Tai ainakin missä hoidetaan psykiatrisia potilaita. (Pirjo, 1)

Haastattelemieni psykoterapeuttien ilmoittamia aiempia työnantajia eri puolilla maata ovat psykiatrisen lasten, nuorten että aikuisten sairaala- ja avohoito, Suomen evankelis-luterilainen kirkko, YTHS, erilaiset yhdistykset sekä yksityiset lääkäriasemat. 17 haastateltavaa tekee pää- tai sivutoimisesti psykoterapeutin työtä yksityissektorilla. Niiden kolmen haastattelemani psykoterapeutin toimenkuvaan, jotka eivät työskentele yksityissektorilla, kuuluu psykoterapeuttista työtä omassa virkatyössä.

Taulukossa 3.4. esitän psykoterapeuttien pohjakoulutukset. Psykoterapeuttikoulutusten pohjakoulutusvaatimukset vaihtelevat psykoterapiasuuntauksen ja kou-

⁴⁰⁸ Psykiatrian alan yksiköissä, sekä avo- että sairaalahoidossa työskennellään usein psykoterapeuttisesti, vaikka muodollista psykoterapeuttikoulutusta ei vielä ole aloitettu tai suoritettu loppuun.

lutusyhteisön mukaan. Esimerkkinä mainitsen, että Joensuussa järjestettyyn ylempään erityistason kognitiivisen käyttäytymisterapian koulutukseen 2009–2013 saivat hakea henkilöt, joilla on ammattitutkinto jollakin terveyden- ja sosiaalihuollon alaan liittyvällä sovellutusalueella. Tällaisia ovat esimerkiksi psykologi, psykiatrian tai lastenpsykiatrian erikoislääkäri, sosiaalityöntekijä, psykiatrinen erikoissairaanhoitaja tai AMK-tasoinen sosiaali- tai terveysalan tutkinto.⁴⁰⁹

Taulukko 3.4. Haastateltujen psykoterapeuttien ilmoittamat pohjakoulutukset. (N=20)

Pohjakoulutus	Määrä
Psykiatrinen sh/ Terveydenhoitaja/ Terveystieteen maisteri	6
Aikuis-, nuoriso- tai lastenpsykiatrian erikoislääkäri	4
Psykologi / psykologian lisensiaatti	4
Teologian maisteri	3
Lääkäri, erikoistumaton	1
Sosionomi, nuorisotyönohjaaja	1
Yliopistotutkinto humanistisella alalla	1

Haastateltavat ovat käyneet eritasoisia psykoterapiakoulutuksia, joita ovat erityistaso = ET, ylempi erityistaso = YET ja vaativa erityistaso = VET.⁴¹⁰ Psykoanalyttikkokoulutukset sekä Therapiea-säätiössä että Suomen Psykoanalyttisessä Yhdistyksessä ovat vaativan erityistason koulutuksia. YET-koulutustaso on erillisenä tasona poistunut Valviran luokittelusta 1.6.2006 jälkeen alkaneiden psykoterapeutin koulutusten hyväksymisessä.⁴¹¹ YET-taso ei ole koskaan ollut virallisena tasomäärityksenä TEOn⁴¹² tai Valviran määrityksissä.

Neljällä haastatellulla on psykoterapian koulutuksia sekä ET- että VET-tasolta. Tämän vuoksi taulukoissa 3.5. (psykodynaamisen viitekehyksen koulutukset) on lukumääräisesti enemmän koulutuksia kuin haastateltavia.

⁴⁰⁹ Joensuun yliopiston täydennyskoulutuksen koulutusessite, 2009. Internetaineisto. (Tästä koulutusryhmästä ei tutkimukseeni osallistunut ketään, joten saatoin ottaa sen esimerkiksi.)

⁴¹⁰ Erityistason psykoterapeuttikoulutus on laajuudeltaan 60 opintopistettä ja Vaativan erityistason koulutus 90 opintopistettä. (Valvira, 2005. Internetaineisto.)

⁴¹¹ Valvira 2014. Internetaineisto.

⁴¹² Terveydenhuollon oikeusturvakeskus (TEO) oli aiemmin sosiaali- ja terveysministeriön hallinnon-alalla toimiva viranomaisena. Vuoden 2009 alusta TEO yhdistyi Sosiaali- ja terveydenhuollon tuotevalvontakeskukseen (STTV) muodostaen uuden Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontaviraston (lyhenne Valvira).

Taulukko 3.5. Haastateltujen ilmoittamat psykodynaamisen viitekehyksen koulutukset, koulutusyhteisöt ja valmistumisvuodet tai koulutuksen tilanne. (N=11)

Koulutus	Valmistumisvuodet tai koulutuksen tilanne
Psykoanalyttikko Therapie-säätiö	2009, yhdellä haastateltavalla koulutus kesken
VET, Therapie-säätiö	2004, 2009, 2010, 2012
ET, Therapie-säätiö	1985, 2003, 2005, 2008, 2008
Psykoanalyttikko, Suomen psykoanalyttinen yhdistys	1991
ET, Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskus	1995
ET, Helsingin yliopisto + Vantaan täydennyskoulutuskeskus	2003
ET, Helsingin yliopiston täydennyskoulutuskeskus	2003

Kuten taulukosta 3.5. ilmenee, haastatelluista yksitoista psykodynaamista psykoterapeuttia ilmoittaa olevansa Therapie-säätiön kouluttamia. Näitä koulutuksia on kuitenkin ollut eritasoisia niin, että yhteensä yhdeksän psykoterapeuttia ilmoittaa koulutusyhteisökseen Therapie-säätiön. Yksi haastateltu on Suomen Psykoanalyttisen Yhdistyksen kouluttama ja kolme haastateltua ilmoittaa tutkinnon jostakin yliopistotahon koordinoimasta psykoterapeuttikoulutuksesta.⁴¹³

Taulukko 3.6. Haastateltujen ilmoittamat kognitiivisen viitekehyksen koulutukset, koulutusyhteisöt ja valmistumisvuodet. (N=9)

Koulutus	Valmistumisvuodet
VET, Kognitiivisen psykoterapian yhdistys	1987
ET, Suomen kognitiivisen käyttäytymisterapian yhdistys	2004
VET, Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos + kognitiivisen psykoterapian yhdistys	2009
YET, Itä-Suomen yliopisto	2010
YET, Etelä-Karjalan kesäyliopisto + Kognitiivisen psykoterapian yhdistys	2012, 2012
YET, Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus + Jyväskylän yliopiston psykologian laitos	2012
YET, Jyväskylän yliopisto	2012
ET, Integrum Institute	2013

Taulukossa 3.6. näkyy, että seitsemällä yhdeksästä haastatellusta kognitiivisen psykoterapeutin koulutusyhteisö on joku maamme yliopisto, yhdellä kognitiivisen psykoterapian yhdistys, yhdellä kognitiivisen käyttäytymisterapian yhdistys ja yhdellä Integrum-instituutti. Kognitiivisten psykoterapioiden koulukunnista aineistossani on siten kognitiivisen psykoterapian edustajia seitsemän sekä kognitiivis-analyttisen psykoterapian ja kognitiivisen käyttäytymisterapian edustajia molempia yksi.

Vertaamalla taulukoita 3.5. ja 3.6. on mahdollista havaita, että haastattelemani kognitiivisten psykoterapeuttien valmistumisvuodet ovat tuoreempia kuin psykodynaamisen viitekehyksen omaavien. Sama piirre näkyi taulukossa 3.3. Haastatellut

⁴¹³ Ennen vuotta 2012 koulutusyhteisö saattoi olla joku psykoterapeutteja kouluttava yhteisö yksin.

kognitiiviset psykoterapeutit ilmoittavat psykoterapeuttisen työuransa pituuden huomattavasti pidemmäksi kuin psykoterapeutiksi valmistumisvuosista voisi päätellä.

Monet haastatelluista ovat kouluttautuneet ensin pari- ja perheterapeutiksi ennen yksilöpsykoterapeutin koulutusta, ja saaneet tästä psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeuden. Taulukossa 3.7. on koottuna haastateltujen ilmoittamat muut psykoterapeutti- tai terapiakoulutukset. Yhdellä haastateltavalla on kuvataidepsykoterapeutin koulutus. Haastatellut ilmoittivat muitakin suoritettuja psykoterapeuttikoulutuksia, jotka olen kuitenkin jättänyt pois mahdollisen haastateltavien tunnistettavuuden vuoksi.

Taulukko 3.7. Haastateltavien ilmoittamat muut psykoterapiakoulutukset. (N=6)

Koulutus ja koulutusyhteisö	Valmistumisvuosi
Kuvataidepsykoterapeutin koulutus, Helsingin sairaanhoito-opisto + taideteollinen korkea-koulu	1981
VET-perheterapeutti, Suomen mielenterveysseura	1989
Perhe- ja pariterapeutti, Suomen mielenterveysseura + Väestöliitto	1991
ET-perheterapeutti, Kuopion yliopiston täydennyskoulutuskeskus	1997
VET-perheterapeutti, Oulun yliopisto	1998

3.3 PSYKOTERAPEUTTIIEN POTILASAINES

Kysyin haastattelun aluksi, minkälaisissa konteksteissa ja minkälaiden potilaiden kanssa psykoterapeutit ovat työskennelleet. Haastatellut vastasivat laadullisesti eri tavalla, toiset laajemmin toiset suppeammin. Psykoterapeuttisen työuran pituudella oli tietenkin oma vaikutuksensa hoidettujen potilaiden määrään ja hoitosuhteiden intensiivisyyteen: Kerttu Juniori oli valmistunut psykoterapeutiksi noin puoli vuotta ennen haastattelua, eli hänen hoitosuhteidensa määrä oli vielä varsin vaatimaton, ja siten myös tehty potilaiden tilanteiden psykoterapeuttinen diagnostinen selvittely. Työkokemuksen pituuden toisesta päästä vuosikymmeniä työskennellyt Panu Supersenioreti kertoi hoitaneensa intensiivisen psykoanalyttisen psykoterapian menetelmällä (ainakin kaksi kertaa viikossa 2-4 vuoden ajan) noin 140 aikuisikäistä potilasta.

Nuoria tai nuoria aikuispotilaita olivat hoitaneet kaksitoista haastateltavaa psykoterapeuttisilla työtavoilla erilaisissa työympäristöissä. Haastateltavista Karita kertoi, että nuoret ja nuoret aikuiset ovat yksityisvastaanotolla hänen tärkeintä asiakaskuntaansa, muille haastateltaville työikäiset muodostavat pääasiallisen asiakaskunnan. Viisi haastateltavaa kertoi työskennelleensä tai työskentelevänsä edelleen myös pariskuntien ja perheiden kanssa. Yhdellä psykoterapeutilla on seksuaaliterapeutin koulutus, ja hän on tehnyt myös eripituista seksuaaliterapiaa. Toisella haastateltavalla on seksuaalisen hyväksikäytettyjen tukemiseen tarkoitettu vuoden lisäkoulutus, ja hän on vetänyt hoidollisia ryhmiä seksuaalisen väkivallan uhreille. Yksi haastateltava kertoi työhönsä kuuluvan säännöllisesti myös erilaisia psykoterapia-ryhmiä kognitiivisen psykoterapian viitekehyksellä. Kaikki haastattelemani psykoterapeutit työskentelivät myös tai yksinomaan yksilöpsykoterapian parissa.

Haastateltavien psykoterapeuttien potilaiden ilmoitetut yleisimmät psykiatriset diagnoosit ovat masennus, ahdistus, paniikkihäiriö, pakko-oireet, pelko-oireet, syö-

mishäiriöt, identiteettiin liittyvät pulmat ja erilaiset kriisit. Kolme haastateltavaa mainitsee kaksisuuntaisen mielialahäiriön diagnoosin. Yksi haastattelemani psykoterapeuteista on hoitanut ruumiillisesti sairastuneita. Erityisesti nuorten potilaiden kohdalla psykoterapeutit mainitsevat suisidaalisuuden, dissosiaatio-oireilun ja erilaisten traumojen aiheuttamat vaikeudet psykoterapeuttiseen hoitoon tulon syinä. Yksi haastateltava on vetänyt hoidollisia ryhmiä lapsille, joilla on vaikeuksia tunne- ja sosiaalisen elämän alueella. Päätyössään terveydenhuollon ulkopuolella työskentelevä psykodynaaminen psykoterapeutti kertoi, ettei kaikilla hänen potilaillaan ole lääketieteellistä sairauden tai häiriön diagnoosia. Tämä on mahdollista silloin kun psykoterapiaan ei haeta taloudellista tukea yhteiskunnalta tai vakuutusyhtiöltä.

Psykoterapeuttisessa diagnostiikassa käytetään edelleen kolmiportaista psyyken rakentuneisuuden tason arviota. Tämä henkilön psyyken rakentuneisuuden taso, siis onko hän pääasiassa psykoottis-, rajatila- tai neuroottistasoinen, vaikuttaa siihen, miten hän käyttäytyy ja ylipäänsä elää vuorovaikutussuhteissa toisiin ihmisiin ja itseensä. Kaikki haastattelemani psykoterapeutit käyttivät psykoterapeuttisessa työssään kolmiportaista henkilön psyyken rakentumisen taso -diagnostiikkaa viitekehyyksistä riippumatta. Psykoterapeutit arvioivat koko hoitoprosessin kuluessa sitä, toimivatko heidän potilaansa pääasiassa psykoottis-, rajatila- tai neuroottistasoisesti.⁴¹⁴ Tällä arvioinnilla on vaikutusta siihen, millä tavalla psykoterapeutti potilastaan lähestyy, koska psykoterapian tavoite on uusien kehitysten käynnistäminen ja edistäminen.⁴¹⁵ Aineistossani moni haastateltava kertoo, että potilaiden oireet menevät ristiin eli esimerkiksi pääosin rajatilatasoisesti rakentuneella henkilöllä voi hetkittäin olla psykoottisia läpilyöntejä. Toisaalta rajatilatasoisesti rakentunut henkilö voi tuoda psykoterapeuttiseen hoitoon lähinnä neuroottistasoiset ongelmansa: esimerkiksi masennus- ja ahdistusoireet. Lääketieteellinen oireeseen painottuva diagnoosi ei myöskään ole suoraan rinnastettavissa kolmiportaiseen tasodiagnoosiin, vaan esimerkiksi masennus voi ilmetä neuroottis- tai psykoottistasoisena.

⁴¹⁴ Psykoosille on yhteistä, että henkilön todellisuudentaju on vääristynyt joko suhteessa aikaan, paikkaan tai itseen. Näin psykoosissa henkilön kokemus subjektista ja objektista ei ole eriytynyt riittävällä tavalla, joten psykoottistasoisesti rakentunut henkilö tulkitsee ympäröivää maailmaa ja sisäistä maailmaansa karkeasti väärin harhaluulojen ja aistiharhojen sekä kognitiivisten oireiden vuoksi. (Lönnqvist 2011, 53.) Yksinkertaistaen voidaan todeta, että psykoottinen henkilö ei pysty kaikilta osiltaan erottamaan itseään ulkomaailmasta ja hänen minuutensa pirstoutuu. (Enckell 2012, 28.)

Rajatila-persoonallisuudessa psyykinen kehitys on jollain lailla vääristynyt tai häiriintynyt ennen itse- ja objektikonstanssin saavuttamista. Näin rajatilatasoisesti rakentunut henkilö on riippuvainen ulkoisten objektien psyykkisistä toiminnoista. Hän kyllä kokee toisen ihmisen avaruudellisesti erillisenä, mutta psyykkisessä mielessä hänelle on mahdoton ymmärtää, että toisella on oma erillinen ja yksityinen maailmansa. Rajatilatasoinen henkilö ikään kuin "ottaa" toiselta tarvitsemansa palvelun, toiminnon, funktion; mutta objekti ei hänelle merkitse kokonaista, erillistä ihmistä, jonka kanssa voi olla vastavuoroisessa suhteessa. Psykiatri, professori Veikko Tähkä (1923–2012) kutsuu rajatilassa vallitsevaa objektisuhteen muotoa funktionaaliseksi. (Tähkä 1996, 395–400.) Rajatilatasoisesti rakentunut henkilö käyttää psyyken puolustusmekanismeja luontaisesti niin, että jokainen kohtaaminen on taistelua herruudesta tai häpeästä, elämä on jatkuvaa kilpailua. (Sammallahti 2011, 347.)

Neuroottistasoisella henkilöllä on eriytyneet käsitykset sisäisestä todellisuudesta. Hän kokee tämän erillisen sisäisen todellisuuden olemassaolon sekä itsellään että toisilla. Neuroottistasoisilla henkilöillä on objektikonstanssi saavutettu, eli he kokevat toisen ihmisen itsestään erillisenä. Neuroottistasoisella henkilöllä voi olla sisäisiä työstämättömiä ristiriitoja etenkin rakkaus- tai työelämän alueella. Perinteisesti on ajateltu, että neuroottistasoinen henkilö sopii parhaiten psykoanalyttisen hoidon piiriin, joko psykoanalyysiin tai -terapiaan. (Enckell 2012, 44–45.)

⁴¹⁵ Tähkä 1996, 212–215.

Taulukossa 3.8 esitän haastateltavien hoitamat psykoottiset potilaat. Kymmenellä haastateltavalla eli kuudella psykodynaamisella ja neljällä kognitiivisella psykoterapeutilla ei ole ollut hoidossaan lainkaan psykoottisia potilaita. Näistä kymmenestä yksi psykodynaaminen psykoterapeutti kertoi, että pääosa hänen potilaistaan on ollut neuroottistasoisia, Kelan työikäisille myönnettävää kuntoutuspsykoterapiatukea saavia henkilöitä. Hän ei ottanut muuten kantaa potilaidensa tasodiagnostiikkaan. Yksi psykodynaaminen haastateltava ei vastannut kysymykseen tasodiagnostiikan osalta.

Taulukko 3.8. Psykoterapeuttien hoidossa olleet psykoottiset potilaat. (N=20)

Hoidossa olleet psykoottiset potilaat	Kognitiivinen viitekehys	Psykodynaaminen viitekehys	Yhteensä
Psykoterapiassa	5	4	9
Ei lainkaan	4	6	10
Ei kertonut	-	1	1

Viisi haastateltavaa, kolme psykodynaamista ja kaksi kognitiivista psykoterapeuttia kertoi hoitaneensa psykoottisia potilaita aiemmalla työurallaan julkisen sektorin toimipisteissä. Nämä työt olivat niitä, jotka psykoterapeutit määrittivät sisältävän psykoterapeuttisia elementtejä. Neljä psykodynaamisen suunnan psykoterapeuttia ja viisi kognitiivisen suunnan psykoterapeuttia kertoivat tehneensä varsinaista psykoterapiatyötä joidenkin psykoottisten potilaiden kanssa. Näistä yhdellä kognitiivisella psykoterapeutilla on ollut ”ehkä yksi psykoottinen potilas” yli 20 vuoden psykoterapiatyön aikana, ja toisella 1–2 tällaista potilasta. Supersenioreilla Petralla on ollut 30 vuoden työuran aikana vain 1–2 psykoottisesti oireilevaa potilasta. Supersenioreilla Pirjo kertoi hoitavansa aiemmin ja edelleenkin useampia psykoosipotilaita, mutta ei skitsofreniaa sairastavia.

Haastatteluissa ilmeni, että seitsemällätoista haastattelemani psykoterapeutilla on ollut rajatila-tasoisia potilaita hoidossa. Yhden psykodynaamisen psykoterapeutin potilaista jopa pääosa on ollut tällä tavalla rakentuneita. Yksi haastatelluista psykodynaamisista psykoterapeuteista ei kommentoinut tasodiagnostiikka-kysymystä, ja toinen psykodynaaminen psykoterapeutti sanoi hoitavansa pääosin Kela:n kuntoutuspsykoterapiapotilaita ottamatta enempää kantaa potilaidensa tasodiagnostiikkaan. Kolmas psykodynaaminen psykoterapeutti mielsi, että hoidossa ei niinkään ollut rajatila-potilaita, mutta hän näki narsismin pulmien olevan paljolti esillä omassa potilastyössään. Kaikki haastattelemani kognitiiviset psykoterapeutit kertoivat hoitavansa psykoterapiassa rajatilapotilaita. Ne psykoterapeutit, jotka ovat työskennelleet julkisessa terveydenhuollossa raportoivat, että rajatilatasoisia potilaita on kyllä ollut.

Haastattelemani psykoterapeuttien potilaat ovat siis pääsääntöisesti olleet työikäisiä ja neuroottistasoisesti rakentuneita henkilöitä. Persoonallisuushäiriöisiä, ja etenkin potilaita, joilla on narsistinen persoonallisuushäiriö, on psykoterapiahoidoissa ollut miltei kaikilla psykoterapeuteilla, 17 haastatellulla 20:stä. Psykoottistasoisesti rakentuneita potilaita olivat psykoterapeuttisesti hoitaneet yhdeksän psykoterapeuttia. Potilaiden rakentumisen taso vaikuttaa myös siihen, minkälaisia merkityksiä ja sisältöjä heidän uskonnollisissa ja hengellisissä mielensisällöissään on.

3.4 TUTKIMUSMENETELMÄ

Tutkimukseni on laadullinen. Laadullinen tutkimus antaa vastauksia miksi ja minkäläinen –kysymyksiin, määrällisen tutkimuksen antaessa vastauksia mitä ja kuinka paljon –kysymyksiin.⁴¹⁶ Olen tutkimuksessani kiinnostunut siitä, minkälaisia sisältöjä haastattelemiini psykoterapeutit kertovat työssään olevan heidän työskennellessään potilaidensa uskonnollisten ja hengellisten teemojen parissa. Kuvailen näitä ilmiöitä, ja sidon niitä psykoanalyttisten objektiiviteorioiden ja kognitiivisten psykoterapioiden yhteisiin käsitteisiin. Keskityn siihen, miten nämä ilmiöt näkyvät kliinisessä psykoterapiatyössä haastateltavien kertomusten kautta. Laadullisen tutkimuksen kautta en saa sellaista tutkimusnäyttöä, joka olisi yleistettävissä. Sen sijaan saan laadullisen tutkimuksen avulla syvemmän ja kokonaisvaltaisemman kuvan psykoterapeuttien tavasta työskennellä näiden teemojen kanssa. Nämä haastateltujen kertomusten sisällöt liittyvät menneiden tapahtumien kuvaamiseen, niiden arviointiin ja merkitysten hakemiseen.⁴¹⁷

Aineistoni tutkimusmenetelmää voin kuvailla pääasiassa sisällönanalyysin tekniikan kautta. Sisällönanalyysin toistavassa prosessissa yksityiskohtien ja kokonaisuuden ymmärrys ovat keskenään vuorovaikutuksessa koko analyysivaiheen ajan.⁴¹⁸ Luin ensin litteroimani haastattelut niin, että niistä muodostui mieleeni sekä selkeä kokonaiskuva että tarkka kuva jokaisen yksittäisen haastattelun sisällöstä, teemoista ja haastattelun tavoista kertoa työtavoistaan potilaiden uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa. Käytin laadullisen tutkimuksen kaksiosaista havaintojen pelkistämisen prosessia.⁴¹⁹ Kokosin ensin aihepiirejä raaka-aineistoksi (analyysiyksiköiksi) pelkistämällä. Seuraavassa vaiheessa tein merkitystulkintoja tutkittavasta ilmiöstä.⁴²⁰ Samalla yhdistin analyysiyksiköitä alakategorioiksi ja kategorioiksi. Tutkimukseni lukujen 4–7 otsikot ovat itse asiassa tutkimukseni sisällönerittelyyn⁴²¹ liittyvien kategorioiden mukaisesti nimettyjä. Ja näiden lukujen alaotsikot ovat alakategorioiden mukaan nimettyjä. Poimin haastatteluaineistosta ensin analyysiyksiköitä⁴²². Nämä olivat lyhyitä kokonaisuuksia, joissa haastateltava puhui työtavoistaan, ja kokemuksistaan. Seuraavaksi luokittelin näitä erilaisiin alakategorioihin. Alakategoriat yhdistin edelleen kategorioiksi. Tutkimuksen sisällönanalyysin prosessi kulkee myös toiseen suuntaan, kategorioista takaisin alakategorioihin ja analyysiyksiköihin. Tätä molempiin suuntiin kulkevaa analyysiprosessia esittelen kuviossa 3.

⁴¹⁶ Tuomi & Sarajärvi 2004, 70–72.

⁴¹⁷ Pruuki 2013, 272–273.

⁴¹⁸ Lantz 1993, 73.

⁴¹⁹ Alasuutari 2011, 40–41.

⁴²⁰ Alasuutari 2011, 44.

⁴²¹ Tuomi & Sarajärvi 2004, 106–107.

⁴²² Tuomi & Sarajärvi 2004, 112.

Kategoriat:

- 1) Psykoterapeuttikoulutus ja haastateltavien oma hengellisyys
- 2) Psykoterapeuttien näkemykset uskonnollisista ja hengellisistä teemoista
- 3) Työskentely hengellisiin yhteisöihin liittyvissä asioissa
- 4) Psykoterapiasuhteet ja uskonnolliset ja hengelliset teemat

Analyysiyksiköt:

- 1) "Että siinä mielessä kyllä varmasti se olisi ihan paikallaan, että se jollakin tavalla, otettaisiin samanlaisena yhtenä kokonaisuutena siinä koulutuksessa esiin kuin muutkin. Osa-alue. Että se antaisi välineitä myös meille kohdata, eikä meitä pelottaisi niin kauheasti." (Haastattelu 15,7)
- 2) "Ajattelen sen hengellisyyden hyvin tämmöisenä ihan omaan päähäni sielun ja mielen sisäisenä asiana, johon minä en liitä mitään sellaista ulkoista, että olisi jotain dogmeja tai joku kirja, joka määritteli asioita tai joku ukkeli jossain tai joku buddha jossain istumassa, vaan se on jotain täällä, sillai meissä leijuvaa ja monenlaista, mitä me jokainen koetaan ja ajatellaan eri lailla." (Kaisa, 6)
- 3) "...esimerkiksi viime vuonna minulla oli useampikin lesta-diolainen asiakas ja kun oli paljon lööpeissä näitä siihen liikkeeseen liittyviä juttuja ja muita niin se nousi keskusteluun ja ihmiset paljon pohti sitä ja mitkä oli ne omat kokemukset ja se oma suhde siihen yhteisöön ja mikä oli mediassa totta ja mikä ei ollut totta ja näitä keskusteltiin sitten silloin viime vuonna paljon." (Karita, 3)
- 4) "Mutta että se on tätä, että se Jumalakin on siinä, koska hän on siitä puhunut, mutta että minähän pysyn kaiken aikaa kuitenkin psykoterapeutin roolissa, enkä papin, enkä uskovaisen enkä siis kristityn, kun terapeutina puhun hänelle." (Haastattelu 13,8)

Analyysiyksiköt:

- 1) Uskonnolliset ja hengelliset sisällöt psykoterapeuttikoulutuksissa. Psykoterapeutteja itseään kannattelevat uskonnolliset ja hengelliset elementit.
- 2) Uskonnolliset teemat. Hengelliset teemat.
- 3) Yleiset näkökohdat. Tiiviissä hengellisissä yhteisöissä elämisen kivut.
- 4) Settingiin liittyvät tekijät: settingin tärkeys, settingin ylläpito uskonnollisten ja hengellisten teemojen kanssa, ristiriita ammatillisissa rooleissa, ohjaaminen hengellisen alan työn tekijälle ja uskonnolliset symbolit psykoterapiatyössä. Transferenssi- ja vastatransferenssi työskentelyn vaikutukset ja muutokset työtavoissa: ilmiöt käytännön työssä, haasteelliseksi koetut transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöt ja muutokset psykoterapiatyössä.

Kuvio 3. Kategoriat, alakategoriat ja analyysiyksiköt tutkimuksessani.

Loin tutkimuksessani uudenlaista näkökulmaa siihen, miten psykoterapeutit työssään lähestyvät uskonnollisia tai hengellisiä aihepiirejä. Näiden aihepiirien sisällön ja merkitysten tarkastelu sisällönanalyysin kautta tuo uutta näkökulmaa siihen, miten ihminen kokee oman ja toisen ihmisen uskonnollisen ja hengellisen maailman. Lisäksi tutkin, mikä näissä kokemuksissa on sellaista, jonka voi jakaa toisen kanssa ja mikä on pelkästään yksityistä, liian intiimiä tarkasteltavaksi psykoterapeuttisin välinein. Hienotunteisuus toisen kokemista kohtaan tulee tällä tavalla analysoitavaksi.

4 Psykoterapeuttikoulutus ja haastateltavien oma hengellisyys

4.1 USKONNOLLISET JA HENGELLISET SISÄLLÖT PSYKOTERAPEUTTIKOULUTUKSISSA

Psyko-terapeutin tapaan olla psyko-terapiasuhteessa potilaaseen vaikuttaa olennaisella tavalla se, millaisia kokemuksia hänellä on itsellään ollut suhteessa omaan psyko-terapeuttiin tai -analyttikkoon, työnohjaajiin ja kouluttajiin. Ratkaisevaa on tietysti myös se, millaisella tasolla hän kykenee kasvuhistoriastaan psyko-terapiasaan, työnohjauksissaan ja koulutusryhmässään puhumaan. Samoin psyko-terapeutin käsityksellä omasta uskonnollisesta ja hengellisestä kasvuhistoriasta on merkitystä sen kannalta, miten hän kuuntelee potilaansa uskonnollisten ja hengellisten alueiden kysymyksiä. Tässä luvussa tarkastelen aineistoa edellä mainituista näkökulmista. Esitän myös haastateltavien näkökantoja siitä, mitä he toivoisivat sisältyvän psyko-terapeuttikoulutusten koulutusohjelmiin.

Psyko-terapeuttikoulutukset koostuvat viitekehyksestä riippumatta kolmesta rinnakkain kulkevasta osuudesta. Nämä osuudet ovat teoriaopetus, työnohjaus annettuihin potilashoitoihin ja tulevan psyko-terapeutin oma viitekehyksen mukainen psyko-terapia. Psyko-terapeutin kasvuhistorian ohella nämä kolme koulutuksen osatekijää muovaavat hänen mahdollisuuksiaan käyttää omaa mieltään psyko-terapian työvälineenä.⁴²³ Osatekijät toteutetaan eri koulutusyhteisöissä eri tavoin ja eri tiheyksillä. Esimerkiksi työnohjaus voidaan toteuttaa yksilö- tai ryhmätyönohjauksena.⁴²⁴ Kognitiivisen psyko-terapian koulutuksissa työnohjaus ja jopa koulutettavan oma psyko-terapia on usein nivottu koulutusohjelman sisälle, kuten haastateltavani 18 kertoo.⁴²⁵

Ana-Maria Rizzuto pohti kirjassaan *The Birth of the Living God*, onko Freud vaikuttanut tuleviin psykoanalyttikkojen sukupolviin siten, että he ovat joutuneet jättämään oman uskontonsa koulutusyhteisönsä ulkopuolelle. Hän kysyy tätä sen tähden, että Freudin käsityksen mukaan kypsä aikuinen ihminen ei enää tarvitse uskontoa. Tässä voi siten Rizzuton mukaan käydä niin, että uskonnollisuus dissosioidaan täydellisesti psyko-terapeutin tai -analyttikon koulutuksesta. Rizzuton mukaan tämä on

⁴²³ Pylkkänen 2011, 59.

⁴²⁴ Esimerkiksi kognitiivisen viitekehyksen koulutukseen sisältyvästä työnohjauksesta Tiuraniemi kertoo näin: "Suomalaisessa psyko-terapeuttikoulutuksessa työnohjaus toteutetaan säännöllisenä kahden tunnin istuntona esimerkiksi joka toinen viikko tai maantieteellisten etäisyyksien vuoksi kerran kuussa tapahtuvana pitkänä istuntona. Työnohjaus voi olla yksilö- tai ryhmämuotoista. Koulutuksen aikana on mahdollisuus myös toteuttaa kaksi vuotta työnohjauksesta yksilötyönohjauksena ja kaksi vuotta esimerkiksi 3–5 hengen ryhmätyönohjauksena." (Tiuraniemi 2013, 434.) Omissa psyko-terapiakoulutuksissani Therapeia-säätiössä työnohjaus toteutui kerran viikossa tapahtuvana yksilötyönohjauksena, eikä muita toteuttamisen vaihtoehtoja ollut.

⁴²⁵ Haastattelu 18, 3.

surullista siksi, että näin tulevan psykoanalyytikon kyky käsitellä potilaidensa uskonnollista materiaalia vaikeutuu.⁴²⁶

Kursseja siitä, miten uskonnolliset ja hengelliset kysymykset ja teemat vaikuttavat ihmiseen ja yhteisöön ei tarjota systemaattisesti psykoterapeuttien koulutusohjelmissa Suomessa tai muuallakaan. Esimerkiksi yhdysvaltalainen Brawerin työryhmän tutkimus vuodelta 2002 tarkasteli psykoterapeutin työhön valmistavia kliinisten psykologien koulutuksien sisältöjä sekä Yhdysvalloissa että Kanadassa. Tutkimus koski sitä, onko teoriakoulutuksessa, työnohjauksessa tai tutkimustyössä uskonnollisia ja hengellisiä sisältöjä. Tutkijat saivat 98 vastausta lähettämiinsä 197 kyselyyn.⁴²⁷ Yhteenvetona tutkimusryhmä toteaa, että uskonnollisen ja hengellisen teemoja vierastettiin edelleen akateemisessa ympäristössä. He arvelivat kuitenkin tämän asian olevan muuttumassa, koska koulutuslaitosten opetushenkilökunta ja opiskelijat ovat entistä kiinnostuneempia uskonnollisuuden, hengellisyyden ja psykologian yhteyksistä.⁴²⁸ Toisessa yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa 16 kliinistä psykologia kertoi, että he ovat saaneet hyvin vähän tukea tai opetusta uskonnollisten tai hengellisten aiheiden kanssa työskentelyyn. Psykologit olivat kokeneet, että koulutusyhteisöt suhtautuivat näihin aihepiireihin jopa vähättelevästi.⁴²⁹

Tarkastelen seuraavassa aineistoni psykoterapeuttien kertomuksista, miten uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä oli lähestytty heidän psykoterapeuttikoulutuksensa eri vaiheissa. Analysoin näitä kertomuksia kahdesta psykoterapeuttikoulutuksen tuloskulttuurista: 4.1.2 Teoriaopinnoissa ja 4.1.3 Työnohjauksissa. Työnohjausten sisältöjä erittelen edelleen seuraavasti: 4.1.3.1 Uskonnollisista ja hengellisistä kysymyksistä vaikeutuminen 4.1.3.2 Työnohjaajan antamat ohjeet ja kommentit sekä 4.1.3.3 Työnohjaus psykoterapeutin apuna vaikeiden vastatunteiden kanssa. Psykoterapeuttien kokemuksia omista koulutushoidoistaan tarkastelen alaluvussa 4.4. Olen koonnut tämän luvun teemat taulukkoon 4.1.⁴³⁰

⁴²⁶ Rizzuto 1979, 4–5.

⁴²⁷ Brawer & Handal & Fabricator & Roberts & Wajda-Johnston 2002, 204.

⁴²⁸ Brawer & Handal & Fabricator & Roberts & Wajda-Johnston 2002, 205.

⁴²⁹ Magaldi-Dopman & Park-Taylor & Ponterotto 2011, 292–296.

⁴³⁰ Tässä luvussa neljä on elementtejä, joiden avaamisen yhteydessä tutkittavien mahdollinen tunnistettavuus lisääntyy. Tällaisia ovat esimerkiksi pastoraalipsykologisiin psykoterapeuttikoulutuksiin osallistuneiden psykoterapeuttien tiedot, koulutusyhteisön nimeäminen tai peruskoulutuksien yhdistäminen psykoterapeuttikoulutuksen viitekehykseen ja kliinisen työkokemuksen pituuteen. Tämän vuoksi käytän tässä luvussa haastattelujen numeroita haastateltaville antamieni peitenimien sijaan. Mainitsen myös joitakin koulutusyhteisöjä nimeltä.

Taulukko 4.1. Uskonnolliset ja hengelliset teemat psykoterapeuttikoulutuksissa.

Haastateltava	Teoriaopinnot	Tarvitaanko?	Työnohjaus	Koulutushoito + tilaa?
1	ei	-	ohje: neutraali	ei + tilaa olisi ollut
2	vapaavalinta	-	ei	kyllä
3	ei (kirkon alue)	kyllä + ihmisen peruskysymys	ei	ei + saadun oman uskonnollisen opetuksen ajattelua
4	ei	-	ei + asenteellista	ei + tilaa olisi ollut
5	kyllä	kyllä	ei + käytti työnohjauksen muuhun	kyllä + epäili analyytikon kykyä vastaanottaa
6	ei	-	ei + työnohjaajan kommentti + vaikeat tunteet	ei + tilaa olisi ollut
7	ei + vinjetit	kyllä	julma kommentointi	ei + tilaa olisi ollut + puhuu taustastaan
8	ei	itselle ei, muilta aloilta tulleille kyllä	ei	ei + tilaa olisi ollut + ammatilliset kysymykset
9	ei	-	ei	ei + tilaa olisi ollut
10	yleisilmapiirin taso + vinjetit	-	ei	ei + tilaa olisi ollut + puhuu taustastaan
11	ei	-	ei + ei löytänyt sopivaa työnohjaajaa	ei + tilaa olisi ollut + puhuu taustastaan
12	ei	kyllä	ei + työnohjaajan kommentti	ei + ei olisi ollut tilaa + puhuu taustastaan
13	kyllä	kyllä	roolinpalautus	kyllä
14	ei (vapaavalinta)	-	ei	puhui hoidossa taustastaan
15	ei + vinjetit	kyllä + ihmisen peruskysymys	ei + vaikeat tunteet	kyllä
16	ei	kyllä	vaikeat tunteet	kyllä
17	ei	ei	kyllä	ei + virsistä puhui
18	ei	-	kyllä	ei + tilaa olisi ollut
19	ei	-	vaikeat tunteet	ei + tilaa olisi ollut
20	ei	-	vaikeat tunteet	ei + tilaa olisi ollut

4.2 TEORIAOPINTOJEN AIHEPIIRIT

Psykoterapeuttikoulutuksien teoriakoulutuksen tuntimäärät vaihtelevat Suomessa eri koulutuksissa.⁴³¹ Teoriaopinnot keskittyvät kunkin psykoterapian viitekehyksen psykoterapian teoriaan ja menetelmäopintoihin.⁴³² Uskonnollisuuden, hengellisyyden

⁴³¹ Esimerkiksi kolmessa koulutuksessa on teoriaopintoja ja kuhunkin psykoterapiaan liittyviä menetelmäopintoja seuraavasti: pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen psykodynaamisen psykoterapian teoria- ja menetelmäopintoja 35,5 op (University of Eastern Finland- tiedote 2014, 5/13. Internetaineisto), psykoanalyttisen psykoterapian teoria- ja menetelmäopinnot 32 op (Oulun yliopiston TOPIK-keskuksen tiedote. Internetaineisto), ja kognitiivisen psykoterapian koulutuksessa teoria- ja menetelmäopintoja 400 h (Tampereen yliopiston täydennyskoulutuskeskuksen tiedote. Internetaineisto.)

⁴³² Kognitiivisen psykoterapian kouluttaja PsT Irma Karila kuvaa koulutusta näin: "Psykoterapia-koulutuksen tavoitteena on aluksi opettaa terapiasuunnan mukainen käsitteellistäminen ja keskeiset työtavat ja koulutuksen loppuvaiheessa tukea tulevaa psykoterapeuttia löytämään oma persoonallinen työtyylinsä." (Karila 2013b, 450.)

ja eksistentiaalisten aihepiirien kursseja ei ole koulutuksissa ollut. Suomessa ainoastaan Therapeia-säätiön ja Itä-Suomen yliopiston (Joensuun yliopisto ensimmäisessä koulutuksessa) järjestämään pastoraalipsykologiseen psykoterapeuttikoulutukseen kuuluu suunnitellusti aiheita, jotka liittyvät uskonnollisuuteen ja hengellisyyteen. Vuoden 2016 tammikuussa alkaneessa koulutuksessa näitä on kahdeksan opintopisteen verran. Nämä pastoraalipsykologiset aiheet on integroitu muihin teoria- ja menetelmäopintoihin.⁴³³

Esitin aiemmin haastateltavieni ilmoitetut psykoterapeuttikoulutuksien koulutusyhteisöt taulukoissa 3.5. ja 3.6. Näitä järjestäjätahoja on psykodynaamisella puolella eritasoisissa koulutuksissa yhteensä kuusi ja kognitiivisella puolella yhdeksän. Haastateltavien psykoterapeutiksi valmistumisen vuodet vaihtelevat välillä 1987 ja 2013. Näin ollen haastattelemani psykoterapeutit muodostavat varsin heterogeenisen ryhmän myös koulutuksiensa asiasisältöjen suhteen. Psykoterapeuttikoulutuksien tarkemmat teoriasisällöt eivät ole olleet julkista tietoa ennen näiden koulutuksien siirtymistä yliopistoihin vuoden 2012 alussa. Psykoterapeuttikoulutusten yhtenäistäminen ja saattaminen osaksi julkista koulutusjärjestelmää onkin ollut yksi koulutuksien siirron syy.⁴³⁴ En myöskään pyytänyt haastateltaviani etsimään näitä omia tietojaan ehkä vuosikymmentenkin takaisista koulutuksistaan. Siten en ole voinut tarkastaa asiakirjoista haastattelemini psykoterapeuttien kertomusta heidän koulutuksensa sisällöistä.

Aineistoni psykoterapeuteista neljä viidesosaa⁴³⁵ sanoi, että heidän koulutuksiensa teoriasisällöissä ei ollut lainkaan uskonnollisia tai hengellisiä aiheita. Heistä, jotka näitä aiheita kertoivat koulutuksissa käsitellyn, kaksi on käynyt pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen. Esimerkiksi heistä, joiden koulutuksissa näitä sisältöjä ei ole ollut, Therapeia-säätiön koulutuksessa kouluttautunut haastateltava 3 (Seniori) mainitsee, että psykoterapeuttikoulutus oli enemmän menetelmän ja psykoterapian teorian opiskelua ja ymmärtämistä. Tämä teologin peruskoulutuksen saanut haastateltava myös pohti, että ehkä tällainen uskonnollisen ja hengellisen sisällön tarkastelu yleensä mielletään ainoastaan kirkon tehtäväksi. Haastateltava ihmetteli myös, miksi näiden sisältöjen yhteydessä on näin, koska ne ovat kuitenkin usein ihmisille tärkeitä ja merkityksellisiä?⁴³⁶

Myös muualla maailmassa näitä aihepiirejä on teoriaopinnoissa vain vähän, eikä itsenäisinä kursseina juuri ollenkaan. Edellä mainitun Brawerin tutkimusryhmän tuloksena oli, että 61 prosenttia koulutuksien johtajista ilmoitti uskonnollisia tai hengellisiä aihepiirejä olleen koulutusohjelmissa vuosien varrella silloin tällöin integroituneena muihin koulutuksen teoriasisältöihin, kuten monikulttuurisuuden, eettisyyden ja ammatillisuuden aiheisiin.⁴³⁷ Saksalaisessa tutkimuksessa 2010-luvulta on lähetetty psykoterapeuteille kysely heidän uskonnollisuudestaan ja hengellisyydestään. Tutkimuskyselyssä oli yksi kohta, jossa kysyttiin näiden sisältöjen olemassa-

⁴³³ University of Eastern Finland –tiedote 2014, 5/13. Internetaineisto.

⁴³⁴ Psykoterapiakonsortion loppuraportti 2009, 1. Internetaineisto.

⁴³⁵ Haastattelut 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19 ja 20.

⁴³⁶ Haastattelu 3, 5.

⁴³⁷ Brawer & Handal & Fabricator & Roberts & Wajda-Johnston 2002, 204.

olosta heidän psykoterapeuttikoulutuksissaan. 895 vastauksesta 81 prosenttia ilmoitti näitä teemoja olleen harvoin tai ei koskaan.⁴³⁸

Omassa aineistossani haastatelluista, jotka sanoivat, ettei näitä aihepiirejä psykoterapeuttikoulutuksen teoriasisällöissä ole ollut, haastateltavan 14 (Seniori) vastaus oli ristiriitainen. Hän sanoi siis, että mitään uskonnollista ei teoriaopinnoissa ollut, mutta kertoi kuitenkin, että hänen koulutusryhmässään Therapiea-säätiön teoriakoulutuksen vapaavalintaisessa kahdessa seminaaripäivässä oli ollut Matti Hyrck esittelemässä erilaisia mielensisäisiä jumalakuvia ja sitä, miten nämä elävät ihmisissä ja suomalaisessa kulttuurissa.⁴³⁹ Aihe ei ollut kuitenkaan tälle haastateltavalle avautunut, ja hänen mielestään vapaavalintaisena aiheena olisi voinut olla joitakin muitakin kiinnostavia aiheita, kuten ranskalainen psykoanalyysi.⁴⁴⁰ Haastateltava 2 (Seniori) mainitsee tästä samasta seminaarin aihepiiristä, että se ei koulutuksen aikana hänelle merkinnyt sen enempää, mutta on jälkepäin tullut tärkeäksi ja merkittäväksi psykoterapiatyön kannalta:

Että se on minulle aika vieras aihe ja en ehkä ensin oikein tavoittanut että miten tämä liittyy tähän, mutta taas nyt näen jälkepäin tai koen, että se oli hyvää keskustelua. Että en ehkä olisi sitten löytänyt semmoista jotain omaa tapaa nyt tässä yksityis sektorilla niin kuin lähestyä tai mieltää että minkälaisia sanoituksia, sanoja sille uskonnollisuudelle, henkisyydelle löytyy. (Haastattelu 2, 5)

Psykoterapeutiksi opiskelevan henkilön oma mielenkiinto asioihin vaikuttaa näin voimakkaasti siihen, mitä aiheita hän mieltää koulutuksessa olleen. Jopa niin, että jos ei asia itseä kiinnosta, sitä ei edes luokitella sisällöksi, kuten haastateltava 14 kertoo. Asiat ja aihepiirit saattavat myöhemmin tulla mielekkäiksi, kun psykoterapeutti huomaa, että ne todella tulevat potilastyössä vastaan, kuten haastateltava 2 kertoo.

Suomen psykoanalyttisen yhdistyksen koulutuksen käynyt haastateltava 1 (Superseniore) miettii, että yleisessä tiedossa oli joidenkin kouluttajien myöteamielinen suhtautuminen uskonasioihin, mutta silti näistä aihepiireistä ei koulutuksessa puhuttu. Näistä kouluttajista haastateltava mainitsee Mikael Enckellin, Pentti Ikosen ja Raija Saarisen. Kouluttajien myönteinen suhtautuminen uskonasioihin oli tullut eri tavoin esiin, mutta tämä ei vaikuttanut näkyvällä tavalla koulutuksen sisältöihin.⁴⁴¹

Haastateltava 10 (Superseniore) on käynyt sekä Therapiea-säätiön psykodynaamisen että kognitiivisen psykoterapeuttikoulutuksen. Hän puhuu uskonnollisten ja hen-

⁴³⁸ Hofmann & Walach 2011, 183 ja 187.

⁴³⁹ Opetusjakson tavoitteet: "Kahden opetuskerran puitteissa paneudutaan tutkimaan suhteessaolon perusmielikuvien teorian avulla viiden erilaisen olemukseltaan arkkityypisen jumalakuvan ilmenemistä suomalaisen kulttuuriin sisältyvissä uskonnollisuuden erilaisissa ilmenemismuodoissa. Jumalakuvien oletetaan heijastelevan niitä vastaavien sisäisten objektien ja subjektien (sisäisten vanhempien ja lasten) keskinäisiä tunnetason vuorovaikutusprosesseja. Suhteessaolon perusmielikuvien teoria rakentuu muun muassa Melanie Kleinin, Ronald Fairfairnin ja W. R. Bionin luomalle perustalle. Sisäisten objektien ja subjektien muodostumista seurataan vertailemalla niitä vastaavantyyppisiin jumalasuhteisiin ja erinäisiin muihin kulttuuri-ilmiöihin. Tavoitteena on, että opiskelija voisi valpastua tunnistamaan potilasmateriaalissaan vastaan tulevia uskonnollisuuden erilaisia muotoja ja oppisi hyödyntämään niihin kätkeytyviä usein persoonallisuuden ydinalueita avaavia syviä merkityssisältöjä." (Hyrck 2009b, painotus minun.)

⁴⁴⁰ Haastattelu 14, 9.

⁴⁴¹ Haastattelu 1, 3.

gellisten aihepiirien käsittelyn tulleen esille Therapiea-säätiön koulutuksen yleisilma-
piirissä, mutta ei teoriiasällöissä. Haastateltava mainitsee Pirkko Siltalan ja Martti
Siiralan, joiden koki ilmaisevan teorioissaan ja käsitteissään henkisyiden tai hengel-
lisyiden ilmapiiriä universaalina näkökulmana ihmiseen. Tätä haastateltava kokee
myös Siiralan transfer-käsitteen⁴⁴² ilmaisevan. Sama haastateltava kuvaa, että kog-
nitiivisiin psykoterapioihin on tullut uskonnollisuutta ja yhteyksiä hengellisyteen
mindfulnessin myötä. Haastateltavan mukaan kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan
on tullut Viktor Franklin tarkoituksellisuuden ja tavoitteellisuuden elementtejä ja vie-
läpä hyväksymisen ja omistautumisen terapiassakin on eräänlaisia eksistentiaalisiksi
katsottavia näkemyksiä. Haastateltavan mukaan nämä ilmiöt tulevat esiin nykyisessä
psykoterapiakentässä, ja ovat tavallaan sisäänrakennettuina koulutuksien ohjelmissa,
vaikka eivät teemoissa suoranaisesti muuten näy.⁴⁴³ Mindfulnessin tulosta kogni-
tiivisen psykoterapiaperheen hoitoihin kuvaavat aineistossani lisäksi haastateltavat 7
(Seniori) ja 20 (Juniori). Haastateltava 7 kertoo tämän ajattelun tulleen psykoterapiaan
ja myös psykoterapeuttikoulutuksessa se on tuntunut.⁴⁴⁴ Haastateltava 20 mainitsee,
että hän on itse "hurahtanut" mindfulness-harjoitteiden käyttöön.⁴⁴⁵

Psykoterapeuttikoulutuksissa teoriaan ja menetelmiin tutustutaan kouluttajien
ja koulutettavien potilastapauskertomusten tai erilaisten lyhyiden hoitovinjettien⁴⁴⁶
avulla. Tällaisessa yhteydessä uskonnolliset ja hengelliset sisällöt ovat tulleet esiin
kognitiivisen koulutuksen käyneelle haastateltava 7:lle (Seniori) siten, että alueella,
jossa lestadiolaisia asui paljon, perheterapiakoulutuksessa oli puhuttu uskonasioista
ja niiden vaikutuksesta potilaiden tilanteisiin.⁴⁴⁷ Haastateltava 10:lle (Superseniiori)
on ollut koulutuksessa trauma-psykoterapian sisältöjä käsiteltäessä esillä se, kuin-
ka potilaan usko ja mahdolliset inestikokemukset hengellisen yhteisön piirissä vai-
kuttavat aikuisenkin identiteettiin.⁴⁴⁸ Therapiea-säätiön VET-koulutuksen käyneelle
haastateltava 15 (Superseniiori) kurssikaveri oli tapauselostuksessa ottanut esiin sen,
kuinka uskonnollisuus vaikuttaa oireenmuodostukseen. Aihepiiristä oli keskusteltu
enemmänkin sillä seminaarikerralla. Puheeksi oli otettu myös jumalakuvan muotou-
tuminen ja tämän yhteys superegoon. Aihepiiriin tutustumista varten oli koulutus-
ryhmässä ehdotettu Matti Hyrckin ja Paavo Kettusen kirjoihin tutustumista.⁴⁴⁹

Haastateltavista psykodynaamisen koulutuksen käynyt 11 (Seniori) ja kognitiivisen
koulutuksen käynyt 16 (Superseniiori) mainitsivat, etteivät uskonnolliset tai hengelli-
set teemat tulleet esille seminaareissa edes potilastapausten kautta.⁴⁵⁰ Suomen psyko-

⁴⁴² Martti Siiralan transfer-käsite sisältää sekä yksilön että yhteisön patologiaa. Samoin tähän liittyy
ylisukupolvisten taakkasiirtymien ajatus. Taakkasiirtymien, joita me kaikki kannamme. Siiralan mukaan
jokaisen sairastuneen viestiä on kuunneltava yksilöllisesti. (Siirala 1983.)

⁴⁴³ Haastattelu 10, 4–5. Sama haastateltava jatkaa puhumalla saduista ja myyteistä, lopulta myös
Kalevalasta. Haastateltava kokee niin, että psykoterapian maailma itsessään liikkuu myyttisen, tiedos-
tamattoman, ei-sanallisen ja ei-rationaalisen alueella. Ja näin psykoterapian teorioissakin on jotakin
hengellistä tai eksistentiaalista, joka koulutuksissa välittyi. (Haastattelu 10, 7.)

⁴⁴⁴ Haastattelu 7, 5.

⁴⁴⁵ Haastattelu 20, 8.

⁴⁴⁶ Vinjetit ovat lyhyitä potilastapausesimerkkejä. Vinjetin sisältönä saattaa olla myös potilaan ja psy-
koterapeutin vuorovaikutus jonkin tietyn asian ympärillä.

⁴⁴⁷ Haastattelu 7, 4–5.

⁴⁴⁸ Haastattelu 10, 4.

⁴⁴⁹ Haastattelu 15, 6.

⁴⁵⁰ Haastattelu 11, 4 ja haastattelu 16, 4.

analyttisen yhdistyksen koulutuksen käynyt haastateltava 1 (Superseniore) kertoi, että heidän seminaariryhmänsä tapasi toisiaan koulutuksen jälkeen säännöllisesti post-graduate-ryhmänä, ja siellä tuli yhdellä kerralla puheeksi uskonnollisen yhteisön vaikutus ihmisiin. Ryhmässä oli pohdittu, mitä pahaa erilaiset lahkot ja niissä olevat uskontulkinnat voivat aikaansaada ihmisissä. Haastateltava kertoo, että tässä heidän ryhmässään oli mukana muutama uskontoon kriittisesti suhtautuva kurssikaveri.⁴⁵¹

Aineistoni kaksi haastateltavaa, 5 ja 13 (Juniorit) ovat käyneet Therapiea-säätiön ja Itä-Suomen yliopiston pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen. Heidän vastauksissaan näkyy, että uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä oli käsitelty paljon. Tosin haastateltava 5 mainitsee:

Sehän oli kuitenkin sitten vain sellainen raapaisu tähän maailmaan ja edelleen paljon on jäänyt käsittelyn ulkopuolelle. (Haastattelu 5,3)⁴⁵²

Haastateltava 13 kokemuksessa erityisesti pastoraalipsykologisen aineksen käsittelyn yhteydessä oli painotettu, että psykoterapeutin tulee aina pysyä tässä roolissaan, vaikka potilaalta tulisi minkälaista uskonnollista tai hengellistä materiaalia tahansa. Haastateltava pyrkii psykoterapeutin työssään kuuntelemaan potilaiden kertomusta aina näiden kahden kielen alueella, sekä uskonnollisen että psykologisen. Esimerkkinä hän mainitsee objektisuhteet ihmisiin ja Jumalaan, ja sen, miten häpeä ja syyllisyys näissä näyttäytyvät.⁴⁵³

⁴⁵¹ Haastattelu 1, 3.

⁴⁵² Ensimmäisen pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen (2004–2007) toinen koulutusvas-
taava Leena Ormio kertoo koulutuksen rungosta näin:

- Orientoiva jakso (10 h)
 - Sielunhoidon ja psykoterapian lähihistoria Suomessa
 - Pastoraalipsykologian peruslinjat
 - Pastoraalipsykologisen psykoterapiakoulutuksen tausta ja lähtökohdat
 - Pastoraalipsykologian perusteet: Ihmissuhteiden ja jumalasuhteen sisäkkäisyys
 - Ihmisen psyykkisen kasvun ja jumalakuvaan kehittymisen yhtymäkohtia
 - Ihmisen kasvu ja kehitys (4 h)
 - Perusluottamus ja sen vammat: usko ja epäusko suhteessa Jumalaan
 - Yhteisön/kirkon, pienryhmien ja rituaalien merkitys turvaa tuottavina instituutioina
 - Neuroosit (4 h)
 - Ripin mahdollisuudet ja rajat
 - Syyllisyyden elämyksen tuottamat erilaiset sisäiset tilat
 - Rajatilat (4 h)
 - Jumalan hyvyys, pahuus ja kaikkivoipuus pastoraalipsykologisenä ongelmana
 - Narsismi (4 h)
 - Millaista on ohutnahkaisen ja millaista paksunahkaisen narsismin sävyttämä uskonnollisuus?
- Sisältääkö kristillisen perinteen jumalakuva ohutnahkaisen ja/tai paksunahkaisen narsismin piirteitä?
- Psykoosit (4 h)
 - Psykoosit ja uskonto
 - Ruumiillinen sairastaminen (4 h)
 - Miksi minulle/meille kävi näin? Vakava sairaus/elämäntilanne uskonnollisena kysymyksenä
 - Seksuaalisuus, syömishäiriöt, depressio ja itsetuho (10 h)
 - Kysymys Jumalan sukupuolesta
 - Hylkääkö Jumalakin minut? Helvetinpelko; synti Pyhää Henkeä vastaan
 - Riippuvuus uskonnollisesta yhteisöstä
 - Päätösseminaari (4 h)
 - Uskonto ja psykoanalyysi
- (Ormio 2009, 43.)

⁴⁵³ Haastattelu 13, 8–9. Paavo Kettunen puhuu myös ”pastoraalipsykoterapeutin” erityisestä ominaisuudes-
ta siirtä näiden kahden kielipelin alueella toisesta toiseen potilaan tarpeen mukaan. (Kettunen 2013, 69.)

Aiemmin mainitun Brawerin työryhmän tutkimuksessa 43 prosenttia koulutusohjelmien johtajista raportoi, että heidän koulutusyhteisössään on opiskelijoita, joiden pääasiallinen kiinnostuksen kohde on uskonnollisen sekä hengellisen ja psykologisen yhtymäkohdat. Samoin opiskelijat olivat pyytäneet 20 prosentilta koulutuksien johtajista erityistä kurssia tai seminaaria näistä aihepiireistä.⁴⁵⁴ Columbian yliopiston psykologian opettaja PhD, TM Sally Hage kuvaa, kuinka uskonnollisen tai hengellisen materiaalin jättäminen opetusohjelmien ulkopuolelle voi johtaa merkittäviin seuraamuksiin tulevien potilaiden, sekä yksilöiden että perheiden, hoidoissa.⁴⁵⁵ Hagen tutkimusryhmän mukaan on ehkä tapahtumassa muutos siinä, miten uskonnollista ja hengellistä materiaalia integroitaisiin opetukseen enemmän ja systemaattisemmin.⁴⁵⁶

Omassa aineistossani yhdeksän psykoterapeuttia⁴⁵⁷ kommentoi omaa kokemustaan uskonnollisten ja hengellisten sisältöjen olemassaolon tarpeesta psykoterapeuttikoulutuksessaan. Heistä kaksi haastateltavaa oli sitä mieltä, ettei näitä aiheita tarvitse olla koulutuksissa. Heistä haastateltava 17 (Seniori) ei pitänyt näitä aihepiirejä tarpeellisina, vaikka häntä itseään periaatteessa kiinnostavat kaikenlaiset erilaiset näkemykset.⁴⁵⁸ Nuorisotyönohjaajan koulutuksen käynyt haastateltava 8 kokee, että hänellä itsellään on niin paljon tietoa ja työkokemusta uskonnollisen ja hengellisen alueella, että hänen kohdallaan näitä sisältöjä ei olisi tarvinnut. Hän painottaa kuitenkin, että ehkä joiltakin muilta aloilta tulleille koulutettaville näitä aihepiirejä olisi ollut hyvä käsitellä ja opettaa.⁴⁵⁹

Loput seitsemän haastateltavaa⁴⁶⁰, jotka kommentoivat näiden teemojen tarpeellisuudesta kokivat, että uskonnollisen ja hengellisen aineksen lisääminen psykoterapeuttikoulutuksien ohjelmaan olisi hyödyllistä potilashoitojen kannalta. Samansuuntainen löydös oli norjalaistutkimuksessa vuodelta 2014 ja yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa vuodelta 2011.⁴⁶¹ Therapiea-säätiön koulutuksen käyneet Superseniorit 3 ja 15 puhuvat hengellisten kysymysten olevan tavallaan ihmisen peruskysymyksiä, jolloin niihin olisi syytä myös psykoterapiassa paneutua, jos potilas niin haluaa. Haastateltava 3 mietti:

Kuinka sitä sitten opetettaisiin tai yleensä ottaen opetettaisiin sellaista, joka liittyy ihmisen kokemusmaailmaan? (Haastattelu 3, 5)

Tämä on ongelmallinen näkemys, koska koko psykoterapian olemus liikkuu kokemusmaailman alueella ja niitä sisältöjä opetuksessa kuitenkin on.

Haastateltava 15 puhuu paljonkin psykoterapeuttikoulutuksen opetuksesta ja tarpeesta lisätä niihin uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä. Hänen käsityksensä mu-

⁴⁵⁴ Brawer & Handal & Fabricator & Roberts & Wajda-Johnston 2002, 205.

⁴⁵⁵ Hage 2006, 303.

⁴⁵⁶ Hage työryhmineen esittää, että erilaisissa koulutusten akkreditointi-järjestelmissä Yhdysvalloissa "counseling psychology" toiminnassa on alettu olettaa koulutusohjelman läpäisemistä (infuse) uskonnollisella ja hengellisellä aineksella. (Hage & Hopson & Siegel & Payton & DeFanti 2006, 227.)

⁴⁵⁷ Haastattelut 3, 5, 7, 8, 12, 13, 15, 16 ja 17.

⁴⁵⁸ Haastattelu 17, 5.

⁴⁵⁹ Haastattelu 8, 4.

⁴⁶⁰ Haastattelut 3, 5, 7, 12, 13, 15 ja 16.

⁴⁶¹ Ulland & DeMarinis 2014, 592. Magaldi-Dopman & Park-Taylor & Ponterotto 2011, 292–296.

kaan nämä teemat ovat tavallaan unohdettuja, samaan tapaan kuin aiemmin seksuaalisesta hyväksikäytöstä puhuminen. Haastateltava on itse käynyt lisäkoulutuksen seksuaalisen hyväksikäytön uhrien psykoterapeuttisesta hoidosta ja hän on huomannut tämän lisäkoulutuksen tuoneen paljon valmiuksia kohdata näitä asioita työssään. Hän arvelee, että psykoterapeutit eivät uskalla työskennellä uskonnollisten ja hengellisten asioiden kanssa oman tietämättömyytensä vuoksi.⁴⁶² Hän tarkentaa näin:

Että siinä mielessä kyllä varmasti se olisi ihan paikallaan, että se jollakin tavalla, otettaisi ihan samanlaisena yhtenä kokonaisuutena siinä koulutuksessa esiin kun muutkin. Osa-alue. Että se antaisi välineitä myös meille kohdata, eikä meitä pelottaisi niin kauheasti. P: Nii just. Tulisi niin kuin tutummaksi? H: Tutummaksi, niin. Kauheasti se antaa materiaalia. Kun vaan uskaltaa lähteä sitä yhdessä tutkiin. (Haastattelu 15, 7)

Psykoterapeutti näkee uskonnollisen ja hengellisen materiaalin tavattoman tärkeänä tienä monenlaiseseen mielenisältöön. Hänen näkemyksensä mukaan psykoterapeuttien koulutuksissa tulisi olla näitä aiheita samanlaisina osa-alueina kuin kaikkea muutakin.

Kognitiivisen koulutuksen käyneistä haastateltavista haastateltava numero 12 (Juniori) ennustaa tulevaisuudessa samanlaista muutosta kuin edellä mainittu Sally Hagen työryhmä.⁴⁶³ Tulevaisuudessa näille teemoille on todennäköisesti enemmän tilaa psykoterapiassa ja niiden koulutuksissa.⁴⁶⁴ Haastateltava 16 (Superseniorei) puhuu siitä, että koulutuksessa voisi olla teema, jossa tarkasteltaisiin ihmisen jumalakuvan monimuotoisuutta ja kaikkia niitä merkityksiä, joita uskolla, uskomisella ja Jumalalla voi henkilölle olla. Tämä psykoterapeutti näkee, että tällaisessa koulutuksessa otettaisiin esiin sekä tiedollisia että taidollisia asioita, jotta psykoterapeutit oppisivat, miten näiden asioiden esiintuomista ja käsittelyä voisi edesauttaa.⁴⁶⁵

Seniorei, haastateltava numero 7 on kognitiivisen viitekehyksen psykoterapeutti ja perheterapeutti. Jälkimmäisen koulutuksen aikana sen vapaavalintaisten aiheiden osalta haastateltava oli itse pitänyt erityisosaamisensa alueelta opetuspäivän. Hän sanoo, että kukaan ei kuitenkaan pitänyt vastaavaa opetuspäivää uskonnollisuudesta tai hengellisyydestä. Sama psykoterapeutti kokee, että on ihanaa, kun minä teen tutkimusta tältä alueelta ja hän toivoisi tulevaisuudessa näitä aihepiirejä myös olevan koulutuksessa.⁴⁶⁶ Hän ehdottaa varsin laajasti koulutukseen teemoja ja ideoi, mitä työskentelyä koulutuksessa voisi olla:

Ihan ilman muuta, että jos terapiakoulutuksen aikana vois porukalla miettiä ja jotenkin, ei nyt voi antaa kellekään mitään ohjeita tai valmiuksia, mutta että miettiä sitä, että kun vaikka tulee potilaita joitten niin vakaumus ei ole itsellä tai jotka jotenkin kyseenalaistaa omaa tai terapeutin jotakin arvomaailmaa tai tekemisiä tai muuta sen uskon kautta tai tuota joilla on tällainen uskonnollinen kriisi tai

⁴⁶² Haastattelu 15, 6.

⁴⁶³ Hage & Hopson & Siegel & Payton & DeFanti 2006, 227.

⁴⁶⁴ Haastattelu 12, 7.

⁴⁶⁵ Haastattelu 16, 4.

⁴⁶⁶ Haastattelu 7, 9.

sitten on just niitä, jotka on jääneet pois jostakin uskonnollisista yhteisöistä tai liikkeistä ja tuota siitä on seurannut kaikenlaista niin, että mitä olisi hyvä tietää ja huomioida, että miten puhua... (Haastattelu 7, 9)

Haastateltavan mielessä on, että psykoterapeuttikoulutuksen ryhmässä voisi tarkastella keskustellen erilaisia ilmiöitä, mitä uskonnollisuus ja hengellisyys saavat aikaan ihmisissä ja yhteisöissä ja minkälaisia merkityksiä erilaisilla tapahtumilla on ihmisten elämässä. Hän toivoo, että asioita ja aiheita lähestytään sekä potilaan että psykoterapeutin näkökulmasta.

Pastoraalipsykologisessa psykoterapeuttikoulutuksessa käyneet Juniorit, haastateltavat 5 ja 13 pitivät tärkeänä, että koulutuksissa olisi näitä teemoja enemmän. Haastateltava 5 tietää maailmalla olevan paljon enemmän pastoraalipsykologista näkemystä ja myös koulutuksellista antia. Hän miettii, miten sitä voitaisiin hankkia lisää meille Suomeen. Psykoterapeutti kiteyttää:

Että ihan hirvittävä tarve tällaisesta osaamisesta olisi! (Haastattelu 5, 3)

Haastateltava numero 13 kertoo huomanneensa, että monenlaisilla terapeuteilla (ei siis pelkästään psykoterapeuteilla) on tarve löytää jonkunlaisen henkisyiden ja hengellisyyden kautta uudenlaista syvyyttä tai kokonaisvaltaisuutta kohtaamisiin. Tästä kertoo myös ihmisten hakeutuminen monenlaisten kouluttamattomien terapeuttien hoitoon. Tämä tarve käsitellä uskonnollista ja hengellistä tulisi siis huomioida koulutuksissa ja tarjota psykoterapeuteille välineitä tai sanoja siihen, miten näitä aihepiirejä työstää ja käsitellä. Haastateltava 13 nostaa myös esiin sen, kuinka tärkeää psykoterapeutille olisi tutustua omaan hengellisyyteensä, on se sitten mitä lajia tahansa.⁴⁶⁷ Yhdysvaltalainen tutkijaryhmä, joka tutki sukupuolivähemmistöjen edustajien kokemuksia psykoterapiassa uskonnollisten ja hengellisten aiheiden parissa, suosittelee samoin psykoterapeuteille omien ennakkokäsitysten ja -uskomusten omakohtaista työstämistä potilastyön helpottamiseksi.⁴⁶⁸ Hyvässä tilanteessa siis koulutusyhteisö voisi etsiä, tunnistaa ja jäsentää työvälineitä, sanoja ja symboliikkaa uskonnollisen ja hengellisen alueella, ja näin valmistaa tulevaa psykoterapeuttia työhönsä parhaalla mahdollisella tavalla.

4.3 TYÖNOHJAUSTEN SISÄLLÖT

Koulutusanalyttikko Leila Keski-Luopa pitää työnohjauksen tehtävänä edistää ohjattavan ammatillista kasvua ja auttaa häntä kehittämään ammatillista identiteettiään. Näin työnohjaus asettuu Keski-Luovan mukaan kasvatuksen piiriin kuten psykoterapiakin. Koska työnohjaus on kasvatustyötä, työnohjaajan tulisi olla aina hyvin tietoinen siitä, miten hän vaikuttaa ohjattavaansa ja millaisia asenteita hän omalla käyt-

⁴⁶⁷ Haastattelu 13, 12.

⁴⁶⁸ Buser, J. & Goodrich & Luke & Buser, T. 2011, 296–299.

täytymisellään tälle välittää.⁴⁶⁹ Omassa aineistossani useat psykoterapeutit toimivat myös työnohjaajina. Tässä tutkimuksessani keskityn kuitenkin siihen, minkälaisia kokemuksia heillä on ollut ohjattavan roolissa heidän tuotuaan potilaansa uskonnollista tai hengellistä materiaalia työnohjaukseen. Työnohjauksessa tapahtuva oppiminen on osaksi kokemuksellista luonteeltaan. Siinä tarkastellaan niitä monenlaisia tunteita, joita psykoterapeutissa herää hänen kohdatessaan potilaita. Esimerkiksi, miltä tuntuu joutua potilaan paranoidisen vihan kohteeksi? Miten hän näitä tilanteita sietää ja miten hän vastaa potilaalle?⁴⁷⁰

Psykoterapeuttikoulutusten koulutushoitojen työnohjauksen määrät vaihtelevat koulutuksen viitekehyksen ja myös koulutusyhteisön edellytysten mukaan. Yleisellä tasolla esimerkiksi psykoterapeutin hakiessa Valviran myöntämää oikeutta käyttää psykoterapeutti-nimikettä, tulee työnohjausta olla 100 h eritystason koulutuksessa⁴⁷¹ ja 200 h vaativan eritystason koulutuksessa.⁴⁷² En kysynyt tarkasti omien haastateltavieni työnohjauksien määrää psykoterapeuttikoulutuksen aikana tai sen jälkeen. Haastateltavista kognitiivisen viitekehyksen edustaja 9 (Supersenioreni)⁴⁷³ ja psykodynaamisen suunnan edustaja 15 (Supersenioreni)⁴⁷⁴ korostivat työnohjauksen tärkeyttä psykoterapiatyössä niin, etteivät he itse ainakaan koskaan ole työskennelleet psykoterapian piirissä ilman sitä.⁴⁷⁵ Viimeksi mainittu psykoterapeutti korostaa, ettei tässä työssä voi tulla koskaan valmiiksi, vaan koko ajan oppii uutta ja kehittyy. Haastateltavieni vastauksissa on sisäisiä ristiriitoja koskien työnohjauksessa ilmenneitä sisältöjä. Tämä saattaa liittyä myös haastattelun kuluessa mieleen palanneeseen asiaan. Näin esimerkiksi haastateltava 15 sanoo toisaalta, että näitä aihepiirejä on työnohjauksessa ollut vähän⁴⁷⁶, mutta toisaalta kertoo tuoneensa työnohjaukseen potilastyöstään ainakin sellaisia tilanteita, joissa itsessä on herännyt voimakkaita vastatunteita liittyen potilaan hoitoonsa tuomaan uskonnolliseen materiaaliin.⁴⁷⁷

Aiemmin esittelemässäni Brawerin työryhmän tutkimuksessa koulutuksiin sisältyvissä työnohjauksissa uskonnolliset ja hengelliset sisällöt tulivat esiin enemmän kuin muissa koulutuksen osissa. Vastaajista 77 prosenttia ilmoitti työnohjauksissa olleen näitä sisältöjä. Näitä ei kuitenkaan oltu mitenkään integroitu työnohjaukseen, ja ne tulivat esille lähinnä työnohjattavan aloitteesta tai tarpeen mukaan.⁴⁷⁸

⁴⁶⁹ Keski-Luopa 2001, 62–63.

⁴⁷⁰ Eskelinen 2008, 197–198.

⁴⁷¹ Valviran liitelomake haettaessa psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeutta, ET-koulutus. Internetaineisto.

⁴⁷² Valviran liitelomake haettaessa psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeutta, VET-koulutus. Internetaineisto.

⁴⁷³ Haastattelu 9, 1.

⁴⁷⁴ Haastattelu 15, 6.

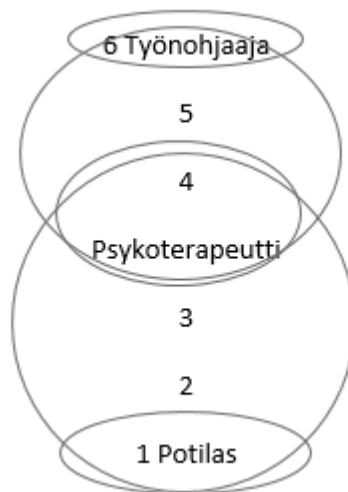
⁴⁷⁵ Työnohjaus mielenterveystyössä on myös lakisääteinen asia. Tosin laissa ja asetuksessa ei määritellä annetun työnohjauksen sisältöjä millään tavalla. Mielenterveyslain (1116/1990) 4§:n kolmannessa momentissa todetaan, että mielenterveyspalvelujen antaminen edellyttää toimivaa työnohjauksen järjestelmää. Mielenterveysasetus (1247/1990) 1§ puolestaan toteaa, että kunnan tai kuntainliiton on toteutettava mielenterveyslain (1116/90) 4§:n 3. momentissa edellytettyä työnohjauksen järjestelmää huolehdittava siitä, että työnohjaus on sisällöltään sellaista, että se edistää henkilöstön valmiuksia antaa väestön tarvitsemia mielenterveyspalveluja.

⁴⁷⁶ Haastattelu 15, 5.

⁴⁷⁷ Haastattelu 15, 6.

⁴⁷⁸ Brawer & Handal & Fabricator & Roberts & Wajda-Johnston 2002, 204.

Psykoterapiatyön työnohjaus on monikerroksellista. Kognitiivisen psykoterapian kouluttaja, PsT Juhani Tiuraniemen mukaan tässä voidaan löytää kuusi tasoa. Kuvaan näitä kuviossa 4.1. Keskeisin taso (kuviossa 1) on ohjattavan psykoterapeutin potilaan tilanne. Työnohjauksen tavoitteena on suunnata ohjattavan huomio potilaaseen ja hänen tekemiinsä valintoihin. Näitä potilaan tilanteita tarkastellaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ilman luokittelua tai vertailua. Seuraavat kaksi tasoa (kuviossa 2 ja 3) liittyvät psykoterapeutin ja potilaan väliseen suhteeseen ja psykoterapian tekniikkaan. Neljäs taso (kuviossa 4) on psykoterapeutissa heränneet tunteet ja toiminnot, siis vastatransferenssin kanssa työskentely. Viidennen tason (kuviossa 5) muodostaa työnohjaajan ja ohjattavan suhde, joka usein heijastaa ohjattavan psykoterapeutin työtilanteessa tapahtuvia asioita.⁴⁷⁹ Kuudes taso (kuviossa 6) on työnohjaajassa itsessään heränneet ajatukset ja tunteet.⁴⁸⁰ Omassa aineistossani on mainintoja tasoista 1–5.



Kuviossa 4.1. on kuvattuna psykoterapiatyön työnohjauksen kuusi tasoa. Kuvio on mukailtu Kognitiivinen psykoterapia –kirjan kuviossa 23.1.⁴⁸¹

Tarkastelen seuraavassa aineistoani kolmelta työnohjaukseen liittyvältä näkökannalta: 4.3.1 Uskonnollisista ja hengellisistä kysymyksistä vaikeneminen. 4.3.2 Työnohjaajan ohjeet ja kommentoinnit ja 4.3.3 Työnohjaus apuna vaikeiden vastatunteiden kanssa.

4.3.1 Uskonnollisista ja hengellisistä kysymyksistä vaikeneminen

Kaksitoista haastateltavaani⁴⁸² kertoi, että heidän työnohjauksissaan ei juuri ole ollut uskonnollisia tai hengellisiä sisältöjä psykoterapeuttikoulutuksen aikana tai sen

⁴⁷⁹ Ungar & Busch de Ahumada 2001, 80.

⁴⁸⁰ Tiuraniemi 2013, 440.

⁴⁸¹ Tiuraniemi 2013, 439.

⁴⁸² Haastattelut 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 14 ja 15.

jälkeen. Heistä haastateltavat 2, 3, 14 ja 15 (kaikki Therapiea-säätiön koulutuksen käyneitä), sanoivat etteivät nämä sisällöt olleet tulleet heidän koulutuspotilaidensa materiaaleissa esiin, joten niitä ei tarvinnut myöskään työnohjaukseen tuoda.⁴⁸³ Haastateltava 3 (Superseniore) mainitsee vielä, että ehkä nämä aiheet mielletään pelkästään teologiien alueeseen kuuluvina, ja sellaisina jäävät pois koulutautumisen piiristä omaan saarekkeeseensa.⁴⁸⁴ Samoin Therapiea-säätiön koulutuksen käynyt haastateltava 4 (Seniore) sanoo uskonnollista ja hengellistä käsitellyn työnohjauksissa hyvin vähän. Tämäkin käsittely oli ollut hänen kokemuksensa mukaan eräällä tavalla psykoanalyttis-teknistä ja niin asenteellista, ettei hän halunnut lähteä asiasta dialogiin työnohjaajan kanssa, vaan siirtyi muihin aihepiireihin, jotka koki sallitummiksi ja helpommiksi puheenaiheiksi.⁴⁸⁵ Tällainen työnohjauksen ilmapiiri joidenkin aihepiirien sopimattomuudesta käsitellyn piiriin voi myöhemmin välittyä potilaalle saakka psykoterapeutin kuljettamana.

Työnohjaussuhteessa on merkittävää, että siinä kehittyi luottamuksellinen ja tukea antava suhde ohjaajan ja ohjattavan välillä. Tällainen luottamussuhde edistää ohjattavan ammatillista kasvua.⁴⁸⁶ Psykoterapeuttikoulutukseen liittyvä työnohjaus luo ohjattavalle ehkä myös erityisen vaikeuden ottaa puheeksi asioita, joista kokee olevansa eri mieltä työnohjaajan kanssa. Ohjattava haluaa ehkä miellyttää työnohjaajaa, koska tämä antaa hänestä koulutusyhteisölle arvion tai lausunnon.⁴⁸⁷ Ohjattava kokee ehkä myös työnohjaajansa roolimallina, jota hän arvostaa sekä tämän taitojen että kokemuksen vuoksi.⁴⁸⁸

Haastateltavista Therapiea-säätiön koulutuksen käyneellä numero 5:llä (Juniori) on teologin peruskoulutus. Hänen kertomuksestaan ilmeni hänen työnohjauksen tarpeensa suuntautuneen muuhun ainekseen, kuten seksuaalisuuden kysymyksiin tai psykoterapian substanssiin. Hänen kertomuksessaan kuultaa selkeä luottamus omaan osaamiseen, asiantuntijuuteen teologian ja uskonnollisen maailman kanssa.⁴⁸⁹ Psykodynaamisen koulutuksen käynyt haastateltava 11 (Seniore) kokee, että hänellä olisi kyllä tarve joidenkin potilaiden osalta puhua heidän uskonnollisuudestaan työnohjauksessa. Tämä ei kuitenkaan ole mahdollista, koska hän toimii psykoterapeuttina pienellä paikkakunnalla ja sellaista työnohjaajaa, jonka kanssa uskonnollisuutta voisi tutkia, on mahdoton löytää. Hän toivoisi työnohjaukselta jäsenystä nimenomaan psykoterapian tekniikan ja menetelmän suhteen (mitä ja miten työskennellä) uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa.⁴⁹⁰

Kognitiivisen koulutuksen käyneistä haastatelluista haastateltavat 6, 8, 9, 10 ja 12 sanoivat lyhyesti, ettei näitä asioita ole työnohjauksissa käsitelty. Heistä haastateltavat 6 (Seniore) ja 12 (Juniori) kertoivat kuitenkin tilanteista, joissa olivat saaneet työnohjaajalta ohjeen tai neuvon liittyen potilaan uskonnolliseen maailmaan tai psykoterapian settingiin.

⁴⁸³ Haastattelu 2, 5; haastattelu 3, 4–5 ja haastattelu 14, 10.

⁴⁸⁴ Haastattelu 3, 4–5.

⁴⁸⁵ Haastattelu 4, 3.

⁴⁸⁶ Keski-Luopa 2001, 71.

⁴⁸⁷ Keski-Luopa 2001, 432–433.

⁴⁸⁸ Kärkkäinen 2013, 27.

⁴⁸⁹ Haastattelu 5, 2 ja 6.

⁴⁹⁰ Haastattelu 11, 4–5.

4.3.2 Työnohjaajan ohjeet ja kommentoinnit

Viisi aineistoni psykoterapeuttia⁴⁹¹ kertoi työnohjaajiensa kommentoinnista uskonnollisen ja hengellisen aihepiirien kanssa työskennellessä. He kertoivat saaneensa ohjeen olla neutraali tai potilaalle tilaa antava tämän materiaalin ollessa kyseessä.⁴⁹² Lisäksi työnohjaaja oli antanut ohjeen, että potilaan uskonnollisuuden laadun (psykoottinen tai ei-psykoottinen) arvioissa kannattaa olla varovainen.⁴⁹³ Viimeksi mainittu haastateltava 12 (Juniori) kertoo, ettei asiasta sen enempää työnohjauksessa keskusteltu, vaan työnohjaajan lyhyen kommentin jälkeen siirryttiin muihin asioihin.⁴⁹⁴ Haastateltava 1 (Superseniorei) kertoo saaneensa työnohjaajalta tai kouluttajalta settingiin ja siinä erityisesti pidättyvyyteen liittyvän ohjeen, jota hän on sen jälkeen noudattanut:

Työnohjaaja tai kouluttaja on sanonut aikanaan, että jos kertoo jotakin [itsestään], niin sitten se on niin kuin avoin ovi, et miksi kertoo tuon ja miksei sitten tuota, että se on sellainen päättymätön sarja sitten, että mihin sitten [lopettaa kertomisen]. (Haastattelu 1, 2)

Ohjeessa on kiteytetty, että psykoterapeutin tulee vastata aina niukasti potilaan kysymyksiin omista asioistaan. Psykoterapeutin näkemyksen mukaan tulee eteen loppumaton kierre omien yksityisasioiden paljastamisessa, ellei näin tee. Toisaalta ohjeen noudattaminen, ettei koskaan kommentoi potilaalle omista asioistaan, saattaa potilaasta tuntua siltä, että nämä asiat ovat ylipäänsä psykoterapian maailmassa kiellettyjä, tai että ne ovat kiellettyjä ainakin tässä hoitosuhteessa. Haastateltava 1 kertoo vielä, että kaikki hänen työnohjaajansa ovat olleet jollakin lailla tekemisissä seurakunnallisen elämän kanssa. Psykoterapeutti pohti haastattelussa myös sitä, että onkohan hän valinnut erityisesti sellaiset työnohjaajat ja vielä niin, että tämä valinta olisi tapahtunut ainakin osaltaan tiedostamattomasti?⁴⁹⁵

Kaksi psykoterapeuttia kertoi työnohjauskokemuksistaan, joissa oli kokenut tulensa työnohjaajan tyrmäämäksi tuomansa potilaan materiaalin tai oman psykoterapiatekniikkansa alueella. Kognitiivisen viitekehyksen koulutuksen käynyt haastateltava 7 (Seniorei) koki työnohjaajansa suhtautuneen julmalla tavalla hänen tuomaansa potilaan materiaaliin ja käyttäytymiseen. Potilas turvautui Raamattuun ja sieltä saatiin elämänohjeisiin:

Minulla oli semmoinen työnohjaaja, hän oli mies ja se, hän oli aika karski välillä, että tykkäsin siitä hänen tyylistään mutta välillä sitten taas en ja minä muistan [potilaan diagnoosi] niin hän sano siinä musta aika rumasti, että no voi helvetti kun pitää aina sieltä Raamatusta kaikki ottaa jotenkin! Että hänellä oli hyvin tämä möinen skeptinen ja aika musta, vähän julma tapa ajatella ja ei se kauheasti sitten houkuttanut minua mitenkään pohtimaan asiaa lisää! (Haastattelu 7,7)

⁴⁹¹ Haastattelut 1, 6, 7, 12 ja 13.

⁴⁹² Haastattelu 6, 4.

⁴⁹³ Haastattelu 12, 6.

⁴⁹⁴ Haastattelu 12, 7.

⁴⁹⁵ Haastattelu 1, 4.

Nämä potilaan tavat etsiä omia elämänohjeitaan Raamatusta olivat työnohjaajan näkemyksen mukaan kovin rajoittavia ja elämälle vieraita. Työnohjaajan ruma ja julma kommentointi ei kuitenkaan houkutellut psykoterapeuttia tarkastelemaan potilaan asiaa sen enempää.⁴⁹⁶ Sama haastateltava kertoo, kuinka hän toisessa ryhmätyönohjauksessaan kuitenkin koki, että siellä on tilaa tarkastella potilaan uskonnollisen yhteisön vaikutuksia ja kaikkia niitä tunteita, mitä nämä asiat psykoterapeutissa herättävät. Haastateltavalla oli siten sellainen tuntuma, että työnohjaajat suhtautuvat hyvin eri tavoin uskonnollisen ja hengellisen aineksen tarkasteluun.

Therapeia-säätiön psykodynaamisen koulutuksen käynyt haastateltava 13 (Juniori) koki työnohjaajansa palauttaneen hänet psykoterapeutin rooliin hänen toisesta ammattiroolistaan teologina. Tämä oli aluksi tuntunut täysin turhulta ja ankaralta palautteelta, mutta myöhemmin psykoterapeutti koki sen hyväksi ja omaa psykoterapeutin rooliaan selkeyttäväksi interventioksi. Psykoterapeutti oli työssään käyttänyt yksiselitteisesti kristillistä mielikuvaa, ja työnohjaaja oli sanonut psykoterapeutin käyneen ”seikkailemassa” tässä kohdassa toisen ammattinsa puolella.⁴⁹⁷

4.3.3 Työnohjaus apuna vaikeiden vastatunteiden kanssa

Juhani Tiuraniemen mukaan työnohjauksen eräs tehtävä on psykoterapeutin omien tunnereaktioiden tarkastelu, ja tätä kautta kehittyvä psykoterapeutin kyky käyttää omia sisäisiä prosessejaan adekvaatteina työvälineinä.⁴⁹⁸ Seitsemän aineistoni psykoterapeuttia⁴⁹⁹ kertoi tilanteista, joissa työnohjausta on käytetty nimenomaan vaikeiden tunteiden ymmärtämisen ja kantamisen apuna. Heistä kaksi, 17 (Seniori, psykodynaaminen) ja 18 (Juniori, kognitiivinen) mainitsivat lyhyesti, että työnohjaukseen viedään asiat, jotka itseä askarruttavat. Kaksi haastateltavaa, 15 ja 19 (Superseniorit) ovat käyneet Therapeia-säätiön koulutuksen ja heidän molempien työnohjaukseen viemät pulmat ovat liittyneet potilaisiin, joiden uskonnollinen yhteisö on tuottanut työskentelyn aikana psykoterapeutissa vastatunteina hämmennystä, avuttomuutta ja turhautumista.⁵⁰⁰ Heistä haastateltava 15 mainitsee myös tavastaan tehdä potilaskäynnin jälkeen jonkun verran muistiinpanoja niistä asioista, jotka häntä askarruttavat. Muistiinpanojaan hän käyttää työnohjauksessa.⁵⁰¹

Työnohjaus auttaa psykoterapeuttia kuulemaan herkemmin sen, mikä liikkuu sekä hänessä itsessään että potilaassa hoitoprosessin aikana.⁵⁰² Kognitiivisen psykoterapeuttikoulutuksen käyneet kolme informanttia⁵⁰³ puhuvat siitä, kuinka psykoterapeutin on tärkeä työnohjauksessa tarkastella omaa itseään ja toimintaansa. Heistä haastateltava 6 puhuu yleisellä tasolla, miten työnohjaukseen voi viedä asioita, jotka ovat pääosin työntekijän omiin vastatunteisiin⁵⁰⁴ liittyviä. Yritin haastattelussa kysyä

⁴⁹⁶ Haastattelu 7, 7.

⁴⁹⁷ Haastattelu 13, 9.

⁴⁹⁸ Tiuraniemi 2013, 438–439. Näitä psykoterapeutin omien prosessien hyödyntämisen ajatuksia voisi myös kuvailla psykodynaamisen teorian vastatransferenssityön hyödyntämisen käsitteellä.

⁴⁹⁹ Haastattelut 6, 15, 16, 17, 18, 19 ja 20.

⁵⁰⁰ Haastattelut 15, 6 ja haastattelu 19, 4.

⁵⁰¹ Haastattelu 15, 6.

⁵⁰² Eskelinen 2008, 198.

⁵⁰³ Haastattelut 6, 16 ja 20.

⁵⁰⁴ Vertaa vastatransferenssi.

haastateltavan omista kokemuksista työnohjattavana, mutta hän siirsi keskustelun toistuvasti yleisemmälle tasolle. Hän mainitsi siitä, että työnohjaajissa saattaa olla paljonkin eroja antaen ymmärtää psykiatrian alalla olevan kirjoittamattomia sääntöjä siitä, mitä potilashoitojen työnohjauksissa on soveliaista ottaa puheeksi ja mitä ei. Hän kertoo, että ei itsekään ole kuitenkaan näitä kokemiaan sääntöjä lähtenyt millään tavalla haastamaan tai testaamaan.⁵⁰⁵ Työnohjaussuhteessa on yleensä pyrkimys pakottomaan ja luontevaan yhteistyöhön, missä hyvässä tilanteessa myös yhteisen työskentelyn esteitä voitaisiin käsitellä.⁵⁰⁶

Supersenioreni, haastateltava 16 (kognitiivinen psykoterapeutti) nostaa esiin psykoterapeutin omien tunteiden ja ennakkokäsityksien kanssa työskentelyn.

Ja sitten näen sen työnohjauksen sellaisena, että siinä voin tuoda sitten sitä, sitä puolta itsessä, jos rupeaa tuntumaan, että hei, että olenko minä itse se este, este jotenkin tämän asian käsittelyyn. Pääsee vähän aukaisemaan sitä, sitä asiaa. (Haastattelu 16, 6)

Tässä psykoterapeutti yrittää työssään mahdollisimman avoimella tavalla lähestyä omaa ajattelutapaansa ja toimintaansa. Hän käyttää työnohjauksen prosessia itsereflektionsa apuna tullakseen tietoisiksi omista asenteistaan ja käsityksistään.⁵⁰⁷ Tämä haastateltava kertoi käyneensä myös parityönohjauksessa kollegansa kanssa. Siellä oli käsitelty erityisesti niitä tilanteita, joissa potilas työsti irtautumistaan hengellisestä yhteisöstään ja sen prosessin kokonaisvaltaisuutta.⁵⁰⁸ Samaan tapaan haastateltava 20 (Juniori, kognitiivinen psykoterapeutti) kuvaa, kuinka hän on saanut avarakatseisen työnohjaajan kanssa pohtia omaa näkemystään uskonnollisen vakaumuksen ja mielenterveyden yhteyksistä. Haastateltavan käsitys asiasta on ollut vastakkainen sen kanssa, minkälaisena hän on mieltänyt uskonnollisten asioiden vastaanoton olevan esimerkiksi psykiatrisessa sairaalassa. Hän kokee saaneensa työnohjauksessa vahvistusta ja tukea omiin käsityksiinsä.⁵⁰⁹

4.4 USKONNOLLISTEN JA HENGELLISTEN ASIOIDEN KÄSITTELY KOULUTUSHOIDOISSA

4.4.1 Oman koulutushoidon merkitys

Freud oli sitä mieltä, että psykoanalyytikon on aina käytävä oma psykoanalyysinsä ennen kuin hän voi toimia toisten analyttikkona.⁵¹⁰ Sigmund Freud lienee ainoa psykoanalyttikko, jonka koulutukseen oma psykoanalyysi ei ole kuulunut. Tosin hän harjoitti itseanalyysiä 1890-luvulla vuosien ajan ja kävi kollegojensa kanssa runsasta

⁵⁰⁵ Haastattelu 6, 4–5.

⁵⁰⁶ Tiuraniemi 2013, 437.

⁵⁰⁷ Keski-Luopa 2001, 62–64. Tiuraniemi 2013, 439.

⁵⁰⁸ Haastattelu 16, 4.

⁵⁰⁹ Haastattelu 20, 4.

⁵¹⁰ Freud 1959, 220.

kirjeenvaihtoa reflektoiden niissä asioitaan ja analysoiden esimerkiksi uniaan.⁵¹¹

Oma koulutuspsykoterapia auttaa psykoterapeuttia luomaan tunnetason yhteyden potilaaseen ja irrottautumaan tästä läsnäolosta sitten kun tilanne on ohi.⁵¹² Ana-Maria Rizzuto sanoo psykoterapeutin omasta hoidosta näin:

*Siinä terapeutti oppii tuntemaan oman luonteenrakenteensa, lapsuuden traumansa ja toiveensa, eritoten ne alueet, joilla hän on haavoittuvainen asiakkaan ei pahaa tarkoittaville loukkauksille. Tämä itsensä tunteminen on edellytys sine qua non minkä tahansa psykoterapian harjoittamiselle.*⁵¹³

Rizzuton mukaan psykoterapeutin oma hoito auttaa häntä kohtaamaan potilaan häneen projisoimia ja kohdistamia tunteita ja loukkauksia. Myöhemmin samassa tekstissä Rizzuto yhdistää psykoterapeutin oman hoidon oleellisella tavalla hänen kykyynsä työskennellä oman vastatransferenssinsa kanssa.⁵¹⁴ Jukka Aaltonen tuo esiin psykoterapeutin oman intensiivisen hoidon ainutlaatuisena mahdollisuutena avoimeen dialogiin kaikkein intiimimpien ajatustensa ja elämystensä kanssa.⁵¹⁵ Samalla tapaa kognitiivisen psykoterapian viitekehyksessä nähdään psykoterapeutin oma koulutusterapia osana sitä prosessia, jossa hän kehittää itsetuntemustaan, omien uskomustensa tunnistamista, kokemustensa vaikutusten tiedostamista ja selkiyttää omaa arvomaailmaansa.⁵¹⁶ Therapiea-säätiön koulutusanalyttikko Riitta Hyrck pitää lisäksi psykoterapeutin oman psykoterapian tai -analyysin tarkoituksena, että koulutettava oppii tunnistamaan itseään ja omia tunteitaan ja osaa erottaa ne potilaan tunteista.⁵¹⁷

Suomessa psykoterapeuttikoulutuksien koulutettavan oman psykoterapian vaatimukset vaihtelevat psykoterapian viitekehyksen ja koulutusyhteisön mukaan. Valviran ohjeissa erityistason psykoterapeuttikoulutuksen oman hoidon tuntimäärä on 80–250⁵¹⁸ ja vaativan erityistason koulutuksissa 140–500⁵¹⁹. Kognitiivisen viitekehyksen joissakin koulutuksissa edellytetty oma 80 tunnin psykoterapia on nivelletty koulutusprosessiin niin, että terapeutti valikoidaan opettajista, kuten haastateltava 18⁵²⁰ (Juniori) kertoo. Tämä kouluttajan ja psykoterapeutin roolin päällekkäisyys voi olla ongelmallista, koska koulutuksessa käyvällä ei välttämättä ole rohkeutta kertoa avoimesti kouluttajapsykoterapeutilleen kaikkea sitä, mitä koulutusprosessi hänessä herättää.

Omista uskonnollisista ja hengellisistä asioista puhutaan myös koulutuspsykoterapioissa. PhD Eleonora Bartolin vuonna 2003 julkaistussa tutkimuksessa kysyttiin amerikkalaisten koulutusanalyttikoiden käsityksiä ja kokemuksia uskonnollisista ja hengellisistä ilmiöistä. Bartolin aineistossa 73 prosenttia vastaajista (N=178) ker-

⁵¹¹ Ihanus 2012, 47–48.

⁵¹² Karila 2013b, 455.

⁵¹³ Rizzuto 2009, 16.

⁵¹⁴ Rizzuto 2009, 17.

⁵¹⁵ Aaltonen 2009, 172.

⁵¹⁶ Kuusinen 2011, 49.

⁵¹⁷ Riitta Hyrckin kommentti väitöskirjani käsikirjoitukseen sähköpostitse 4.1.2016.

⁵¹⁸ Valviran liitelomake haettaessa psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeutta, ET-koulutus.

⁵¹⁹ Valviran liitelomake haettaessa psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeutta, VET-koulutus.

⁵²⁰ Haastattelu 18, 3.

toi puhuneensa omasta vakaumuksestaan tai sen puutteesta koulutushoidossaan.⁵²¹ Oman tilanteen tarkastelulla oli positiivinen yhteys heidän työskentelylleen näiden aiheiden parissa potilastyössä.⁵²²

Koulutushoidon psykoterapeutilla tai -analyytikolla voi olla ratkaiseva merkitys sille, miten tuleva psykoterapeutti työskentelee uskonnollisten teemojen kanssa. Kalifornialainen psykologian professori, koulutusanalyttikko Randall Lehman Sorenson tutki 60 psykoterapeutiksi koulutautuvan opiskelijansa kirjoittamia esseitä siitä, miten uskonnollisia aiheita oli lähestytty heidän psykoterapioissaan ja miten he näitä aiheita itse lähestyivät työssään psykoterapeutina.⁵²³ Sorensonin tutkimuksen mielenkiintoinen tulos oli, että psykoterapeutin oma hoito ja siellä erityisesti hänen psykoterapeuttinsa tapa käsitellä uskonnollisia aiheita oli selkein selittävä tekijä myöhemmälle psykoterapeutin omalle toimintatavalle potilaiden materiaalin kanssa. Tämä koettiin jopa tärkeämpänä vaikuttajana kuin lapsuudenperheen uskonnolliset tai hengelliset käsitykset.⁵²⁴

Matti Hyrck kertoo *Psykoterapia*-lehden haastattelussa omasta psykoanalyysistaan ja nimenomaan uskonnollisten kysymysten käsittelystä:

*Oma analyysi avasi yllättäen uusia näkökulmia myös omaan uskonnollisuuteeni. Tajusin psyykkisten tekijöiden suuren merkityksen murrosiän helvetinpelkoni kehittyemiselle. Ensinnäkin kyse oli murrosikäen erottamattomasti kuuluvasta erillistymis- ja itsenäistymisprosessista. Aikuisuutta tavoittelevan nuoren on jätettävä taakseen lapsuuden enemmän tai vähemmän turvalliset riippuvuussuhteet. Omalla kohdallani turvattomuuden tunteet siirtyivät jumalasuhteeseen. Ne saivat uskonnollisen ilmiön. Koin Jumalan hylkääväksi ja piittaamattomaksi hahmoksi, joka ei hyväksy nuoren ihmisen orastavaa omaa tahtoa. Tuon ajan moralistisessa ilmapiiirissä oli lisäksi itsestään selvää, ettei hän hyväksy myöskään seksuaalisia intohimoja.*⁵²⁵

Hyrck on omassa hoidossaan tutkinut omaa uskonnollisuuttaan psykologisten ilmiöiden näkökulmasta. Mielenkiintoista on se, että teologi kokee yllättävänä, kun hänen uskonnollisuuteensa avautuu psykoanalyysissa uusia näkökulmia. Mielestäni Hyrckin yllätyksessä voi ajatella olleen pohjaoletuksena, ettei psykoanalyysin työskentely ulotu hänen uskonnollisuuteensa. Oletan siis, että hänen psykoanalyttikkonsa on tarjonnut tähän omien psykologisten ja uskonnollisten sävyjen tarkasteluun ja integraatioon tilan ja mahdollisuuden.

Kolme tutkimukseni haastateltavaa⁵²⁶ kertoivat puhuneensa omissa hoidoissaan kasvuhistoriaansa liittyneistä uskonnollisista asioista yleisellä tasolla. Näin esimerkiksi:

⁵²¹ Osa vastauksista oli puutteellisesti täytettyjä. (Bartoli 2003, 353.)

⁵²² Bartoli 2003, 363 (viite 9).

⁵²³ Sorenson 2004, 90–98.

⁵²⁴ Sorenson 2004, 91.

⁵²⁵ Tuohimetsä 2004, 281. Psykoterapia-lehdessä oleva Matti Hyrckin haastattelu.

⁵²⁶ Haastattelut 3, 8 ja 9.

... varmaan sitten omassa historiassa, että sitten kun se uskonnollinen opetus on joskus ollut tietynsortista, niin sitten on täytynyt käydä läpi jotain asioita, voidakseen ajatella että minä ajattelen nyt näin. (Haastattelu 3, 8)

... että olen joskus ollut kirkolla töissä ja niistä kysymyksistä mitä siellä on ja sitten siitä, että miksi olen halunnut lähteä sieltä pois sitten... että niin enemmänkin ammatillisia kysymyksiä [kuin hengellisiä]. (Haastattelu 8, 4)

Haastateltava 3 (Superseniori) on omassa koulutushoidossaan käsitellyt paljonkin sitä, miten vapautua vastaanotetun uskonnollisen opetuksen tuomista sävyistä ja löytää oma tapa ajatella. Haastateltava 8 (Juniori) on käyttänyt koulutushoitoaan selvittääkseen ammatillisia asioitaan sekä kirkolliseen työyhteisöön liittyviä seikkoja.

Edellä mainitut kolme psykoterapeuttia sanoivat kaikki, että heidän koulutuspsykoterapioissaan olisi kyllä ollut tilaa ja mahdollisuus puhua näistä aihepiireistä enemmänkin, mikäli tarvetta tähän olisi ollut. Samoin kokivat ne viisi haastateltavaa⁵²⁷, jotka eivät omasta uskonnollisesta kasvuhistoriastaan sen enempää kertoneet. Heistä haastateltavat Superseniorit 1 ja 19 mainitsivat tulkinneensa omien psykoterapeuttiansa suhtautuneen yleensä uskonnollisuuteen myönteisesti, koska esimerkiksi siiteerasivat Raamattua.⁵²⁸

Haastateltava 5 (Juniori) on koulutukseltaan teologi. Hän kertoi omassa koulutushoidossaan puhuneensa uskonnollisesta mielikuvamaailmastaan jonkin verran. Toisaalta hän epäili psykoterapeuttinsa kykyä vastaanottaa hänen puhettaan, koska tämä ei ollut pohjakoulutukseltaan teologi.⁵²⁹ Haastattelussa informantti sanoo, että tämä asia tietysti kertoo enemmän hänestä itsestään kuin hänen psykoterapeutistaan. Haastateltava liittää tämän itse omaan ylemmydentuntoonsa käsiteltäessä asioita, jotka eivät kuulu psykologian alueeseen, vaan joissa on sävyjä inhimillisen kokemuksen ulkopuolelta, transendenttisesta todellisuudesta.⁵³⁰

Saksalaisten psykoterapeuttien kohdalla 65 prosenttia vastaajista (N=909) ilmoittaa itse uskovansa johonkin korkeampaan voimaan, ja 60 prosenttia vastanneista kokee olevansa uskonnollinen tai spirituaalinen.⁵³¹ Näin voisi ajatella, että suomalaisessakin kontekstissa uskonnollisuus ja hengellisyys olisi omille haastateltavillenikin tärkeää. Tutkimuksessani haastateltavani tuottivatkin yllätyksen siinä, että yleisellä tasolla asiasta puhuneiden kolmen psykoterapeutin⁵³² lisäksi yli puolet haastatelluista⁵³³ kertoi omasta kasvuhistoriastaan varsin paljon uskonnollisten ja hengellisten sävyjen osalta. Yhteensä omasta uskonnollisesta tai hengellisestä kasvuhistoriastaan kertoi siis neljätoista haastateltua. Yllätys tämä oli siinä mielessä, että tästä asiasta en erityisesti haastatteluissa kysynyt, koska tutkimukseni keskittyy psykoterapeuttien toimintaan heidän työssään, eikä heidän omaan uskonnollisuuteensa. Näiden yhdentoista omasta

⁵²⁷ Haastattelut 1, 4, 6, 18 ja 19.

⁵²⁸ Haastattelu 1, 4.

⁵²⁹ Haastattelu 5, 4.

⁵³⁰ Haastattelu 5, 6.

⁵³¹ Hofman & Walach 2011, 186.

⁵³² Haastattelut 3, 8 ja 9.

⁵³³ 11 henkilöä. Haastattelut 2, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 ja 20. Näistä kuusi psykodynaamista ja viisi kognitiivisen psykoterapian edustajaa.

kasvuhistoriastaan kertoneen haastatellun kuvauksissa kymmenen kertoi puhuneensa näistä aihepiireistä koulutushoidoissaan ainakin jonkin verran.

Aineistossani vain haastateltava 12 (kognitiivinen psykoterapeutti) kertoi, että hän koki koulutushoidossaan, ettei tästä oman hengellisyyden kokemuksellisuudesta voinut mainintaa enempää puhua. Hänen psykoterapeuttinsa kyllä kuunteli hänen kertomuksensa, mutta sitä ei lähdetty käsittelemään millään tavalla. Haastateltava kokee, että olisi ollut hienoa, jos psykoterapeutti olisi ymmärtänyt hänen uskonnollisia kokemuksiaan ja niitä olisi voinut hänen kanssaan jollakin tavalla jakaa.⁵³⁴

Oman psykoterapeuttisen hoidon on kokenut hyvin merkittäväksi uskonnollisen ja hengellisen alueella neljä haastateltua.⁵³⁵ Haastateltavat kertovat esimerkiksi näin:

Ja ehkä osin sieltä sitten samastumisesta häneenkin... Että en kokenut mitenkään vaikeana hänen kanssaan tämmöisiä sitten [puhua], vaikka minusta tuntui, että hän taisi jollakin tavalla olla itse uskonnon kanssa tekemisissä, mutta se ei kyllä minun mielestä näkynyt siinä. Niinku että hän oli analyyttikkona [...] ... semmoisen yhteenveto suppeasti omalta kohdalta, että oikeastaan tämä oma analyysi ja analyyttikon koulutus on, musta tuntuu, että helpottanut näiden asioiden käsittelyä versus se aika kun niitä ei ollut. (Haastattelu 2, 5 ja 8)

Tämä psykoanalyttikko niin tota [...] ei koskaan itse aktiivisesti puhunut Jumalasta eikä hengellisyydestä, mutta kuitenkin minä aistin, että hän rukoili minun puolesta. Ja siitä tuli se kokemus, että hän kuuntelee molemmilla korvilla, että hän kuuntelee sillä tavalla minun uskonnollista kokemustani että hän ei vain analysoi sitä psykoanalyttisesti... Että ehkä tämä kokemus on ollut, minä kannan sitä varmaan sillä tavalla myöskin osittain mukanani. (Haastattelu 13, 5)

Haastateltavat 2 (Seniori) ja 13 (Juniori) olivat kokeneet psykoanalyttikkojensa olevan itse jollakin lailla tekemisissä kokemuksellisen hengellisyyden kanssa. Tämä tuntuma oli tuonut tilaa sille, että myös he itse psykoterapeutteina voivat näitä kysymyksiä lähestyä helpommin. Molemmat haastateltavat ovat kokeneet samoin tärkeänä sen, että heidän psykoanalyttikkonsa olivat tästä omasta välittyvästä hengellisyydestään huolimatta toimineet täysin settingin mukaisesti. Eli he olivat säilyttäneet neutraliteettinsa.⁵³⁶

Haastateltava 17 (Seniori) on löytänyt psykoanalyysinsa avulla erilaisen tavan olla lempeämpi itselleen. Hän kertoo, että saattoi puhua hoidossaan merkittävistä virsistä ja siitä kokonaisuudesta omassa elämässään, johon virsien laulaminen on lapsuudessa liittynyt:

Hirveen paljon [analyttikko] kuunteli, hyvin paljon [puhetta virsien laulamiseen liittyvistä lapsuuskokemuksista]... minä olen kuitenkin löytänyt tietyllä tavalla, että kyllä minä olen löytänyt sellaisen armollisemman puolen itsestäni analyysini kautta. (Haastattelu 17, 4)

⁵³⁴ Haastattelu 12, 5–6.

⁵³⁵ Haastattelut 2, 13, 15 ja 17.

⁵³⁶ Haastattelu 2, 5 ja haastattelu 13, 5.

Haastateltavan analyttikko oli kuunnellut paljon sitä, mitä ja miten hänen potilaansa puhui virsien laulamiseen liittyvästä kontekstista. Psykoanalyttikko oli toiminut hänelle hoidossa *containerina*, sisällyttäjänä. Ehkä haastateltavan omassa kokemuksessa armon löytymisestä itseä kohtaan olikin kyseessä prosessi, jossa hän itse tuli ensin nähdyksi uudessa valossa psykoanalyttikon mielessä ja tämä hyväksynnän ja kelpaamisen kokemus tuli sisäistettyä projektiivisen identifikaation mekanismien kautta?⁵³⁷

Haastateltava 15 (Superseniore) liittyy vahvasti yhteen omien koulutushoittojen antamat mahdollisuudet tarkastella omaa hengellisyyttään ja työskentelyään psykoterapeuttina:

Mutta semmoinen on sanottava, omassa terapiassani ja analyysissä minä olen kyllä sitten käynyt tätä omaa suhdettani Jumalaan läpi kyllä ja työstänyt. Että siinä oli kyllä tilaa. Ja siitä minä olen itse asiassa aika tyytyväinen, että mielestäni sitä saanut kyllä käsitellä ihan niin paljon kun vaan halusin, koska minä ajattelen, että se on se tekijä, joka antaa minulle itselle valmiuksia kohdata minun potilaitten, ne hengelliset pulmat ja sen ongelmatiikan mikä liittyy siihen henkisytyteen kautta mystisytyteen, hengellisyyteen. Millä tavalla se sitten ilmeneekin se, miten sitä nimitetään, että. P: Ja ajattelet, että se on vaikuttanut, että miten sinun siinä omassa hoidossa sitä kohdattiin, niin siihen miten sinä työskentelet? H: Kyllä on. Koska sille oli tilaa. Jossa sitten minun analyttikkoni kyllä kannatteli hyvin sitä prosessia, mikä liittyi tämän asian käsittelyyn. Musta tuntu, että minä sain kyllä siinä avoimesti tutkia sitä. Se oli ihan tärkeä kohta. Minä luulen, että se on yksi syy, minkä takia minä en väistele näitä minun lestadiolaispotilaitani enkä minä näitä muitakaan, sitten adventistia ja buddhalaisia ja juutalaisia ja mitä vielä... (Haastattelu 15, 5)

Psykoterapeutin kokemus omassa hoidossa kaiken mahdollisen mielensisällön rauhalliseen tarkasteluun on antanut hänelle valmiuksia toimia itse samalla tavalla psykoterapeuttina. Kokemuksena on ollut, että psykoanalyttikko kannatteli hyvin hänen prosessiaan. Tässä siis esimerkki hyvästä psykoterapeutin toimimisesta sisällyttäjänä potilaalleen.⁵³⁸ Tämä psykoterapeutti sanoo myöhemmin, että näitä asioita oli kipeä analyysissä työstää, mutta että se on samalla ollut kaiken sen kivun arvoista.⁵³⁹ Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa haastateltiin 16 psykoterapeuttia ja heidän suhtautumistaan uskonnolliseen ja hengelliseen. Kaksi haastateltavaa tässä tutkimuksessa koki samaan tapaan oman hengellisen matkan olleen monimuotoinen ja ajoitin kivulias, mutta se oli tehnyt psykoterapeutista sellaisen kun hän oli.⁵⁴⁰

Samaistumisesta oman psykoterapeutin toimintaan ja jopa tämän käyttämiin sanoihin puhuu haastateltava 11 (Seniore). Hän kertoo puhuneensa näistä teemoista hoidossaan melko vähän, mutta muistaa psykoterapeuttinsa sanoneen: ”Tunnen tätä aihepiiriä.” Tämä sama sanonta on tullut mukaan omaankin praktiikkaan.⁵⁴¹

⁵³⁷ Kettunen 2011, 398–399. Aho-Mustonen 2013, 284–285.

⁵³⁸ Bion 1988a, 182. Voidaan ajatella psykoterapeutin olleen potilaansa kanssa myös huolenpidon mielentilassa, jossa toisen asioiden containment mahdollistaa kipeän ja sietämättömän kohtaamista ja läpikäymistä. (Hyrck 2009a, 95.)

⁵³⁹ Haastattelu 15, 8.

⁵⁴⁰ Magaldi-Dopman & Park-Taylor & Ponterotto 2011, 293–294.

⁵⁴¹ Haastattelu 11, 4.

4.4.2 Psykoterapeuttien omat prosessit

Kahdeksan aineistoni psykoterapeuttia kertoivat minulle henkilökohtaisemmalla tavalla omasta suhteestaan uskonnolliseen ja hengelliseen.⁵⁴² He tarkastelivat näiden teemojen dynamiikkaa omassa lapsuudessaan, nuoruudessaan ja nykypäivässään. Nämä psykoterapeutit kertoivat kokemastaan, koska itse näkivät sen vaikuttavan siihen, miten he ajattelevat, tuntevat ja työskentelevät psykoterapiassa. Kaikkien heidän praktiikassa oli myös käsitelty potilaiden uskonnollisia ja hengellisiä aiheita jonkun verran tai paljon. Erottelen psykoterapeuttien kertomuksia seuraavassa kolmelta näkökannalta: 4.4.2.1 Kuolemanpelon ja jumalakuvien kanssa työskentely omassa psykoterapiassa 4.4.2.2 Oma uskonnollinen kasvu voimavarana ja 4.4.2.3 Vaikeiden kokemusten työstäminen.

4.4.2.1 Kuolemanpelon ja jumalakuvien kanssa työskentely

Haastateltava 7 (Seniori) puhui koulutushoidossaan vain vähän uskonnollisista tai hengellisistä aiheista. Haastattelussa hän kuitenkin kertoi melko paljon taustastaan ja kasvustaan nimenomaan tutkimukseni aihepiirien näkökulmasta. Hän kertoi kasvaneensa alueella, jossa asui paljon lestadiolaisia, ja suvussakin on lestadiolaisia. Näillä asioilla on ollut hänen käsityksensä mukaan vaikutusta hänen omaan kasvuunsa. Psykoterapeutti oli opiskeluvuosinaan etsinyt erilaisista opiskelijoiden uskonnollisista yhteisöistä kovasti sitä, miten voisi itse uskoa. Hän sanoo, ettei hänelle ”ole sitä geeniä” suotu.⁵⁴³ Se vähä, mitä haastateltava 7 (Seniori) oli omassa koulutushoidossaan puhunut tutkimukseni aiheista, liittyi kuolemanpelkoon:

Kaikkea ja mietin, niin mietin sitä, että mitä sitten kun kuolee, niin mitä sitten tapahtuu, niin kyllä minä sitä siellä terapiassa mietin, että se kyllä kiusaa minua ja kyllä sitten minua vähä pelottaakin se oma kuolema, että mihin. Että kun minä ajattelen, että sitten minä vaan kuolen ja siitä ei jatku enää mitään missään ja näin, mutta kun ei voi olla varma! (Haastattelu 7, 6)

Tämä psykoterapeutti on työssäänkin hyvin kiinnostunut siitä, miten muut ihmiset mieltävät ja kokevat maailman. Edellä olevan teeman, kuolemaan liittyvät pohdinnat, on laukaissut psykoterapeutin isän kuolema. Psykoterapeutti mieltää itse olevansa vakaumukseltaan agnostikko⁵⁴⁴, mutta juuri tässä kuoleman yhteydessä hän ei voikaan enää olla asiasta aivan varma.

Haastateltava 13 (Juniori) on joutunut tarkastelemaan jumalakuvaansa kriittisesti:

Mullahan sen oman psykoterapiani aikana, niin minulla meni jumalakuva ihan remonttiin. Minä jouduin silloin tutkiin ja noin niin kyseenalastamaan, ampuun alas ja vähän purkaan semmoista kuvastoa, jota minulla oli. Ja siihen liittyy myöskin uskonnollisesta yhteisöstä uloskasvaminen. Oman sisäisen kasvun kautta. (Haastattelu 13, 7)

⁵⁴² Haastattelut 2, 7, 10, 11, 13, 14, 16 ja 20.

⁵⁴³ Haastattelu 7, 10.

⁵⁴⁴ Haastattelu 7, 6.

Ettei se, että on joutunut vuosikymmenten jossain kohtaa sanomaan, että jos tämä on se Jumala, tällainen on se Jumala, tällainen, miten tämä voi olla Jumala? Niin sitten saa olla tai tällaista Jumalaa minä en tartte mihinkään! Että jopa tyyliin Jumalan romuttaminen, jotta Jumala voisi olla enemmän sellainen... (Haastattelu 13, 10)

Tämän haastateltavan puhe on pohdiskelevaa ja usein yleistasolle pyrkivää. Kuitenkin hän puhuu myös mullistavasta henkilökohtaisesta prosessista, joka osui samaa aikaan oman psykoterapian kanssa. Haastateltava kertoo ristiriitaisesti siitä, puhuiiko hän näistä asioista psykoterapiassaan, vai tapahtuiko työstäminen pelkästään hänen omassa mielessään, mutta psykoterapeuttisen prosessin herättämänä ja sen aikana.⁵⁴⁵

4.4.2.2 Oma uskonnollinen kasvu voimavarana

Kaksi haastateltavaani⁵⁴⁶ kertoi omasta uskonnollisesta kasvu ympäristöstään sellaisena, joka on tuottanut heille tukea ja apua. Haastateltava 14 (Seniori) on lapsena ja nuorena osallistunut seurakunnan toimintaan sekä osallistujana että ohjaajan rooleissa. Hän oli saanut siellä hyviä kokemuksia ja johtamistaitojakin.⁵⁴⁷ Haastateltavalle rippikoulu oli ollut pettymys, koska hän koki opetuksen olevan synkkää ja raskasta rippikoulun papin körttiläisyyden ja konfirmoivan papin lestadiolaisuuden vuoksi.⁵⁴⁸ Haastateltava kertoo, että vaikka hän toisaalta koki, ettei hengellisyydestään juuri koulutushoidossaan puhunut, niin toisaalta puhui paljonkin tästä omasta kasvuhistoriastaan ja sen kristillisistä vaikutteista. Hän toteaa painokkaasti, että ne ovat osa hänen kokemusmaailmaansa, ja siksi niistä oli tarpeen puhua!⁵⁴⁹

Haastateltava 20 (Juniori) kertoo lyhyesti omista yhteyksistään erilaisiin hengellisiin yhteisöihin kuuluvien ihmisten kanssa. Näidenkin yhteyksien avulla psykoterapeutti on työstänyt ajatuksiaan hengellisyydestä ja uskonnollisuudesta pidemmän ajan kuluessa. Myös oman isän sairastumisen johdosta hengelliset ja uskonnolliset arvot ovat tulleet lähemmäs. Haastateltava kokee, että kaikesta tästä omasta pohdinnasta on ollut hyötyä potilastyössä. Esimerkiksi silloin, kun hän hoitaa psykoterapiassa tiiviisiin hengellisiin yhteisöihin kuuluneita tai kuuluvia potilaita.⁵⁵⁰

4.4.2.3 Omien vaikeiden kokemusten työstäminen

Neljä haastateltavaa⁵⁵¹ puhuu uskonnollisen ja hengellisen alueen kipeistä kokemuksista kasvuhistoriansa aikana. He puhuvat näistä läpikäymistään konflikteista ja menetyksistä siitä näkökulmasta, miten ne vaikuttavat heidän työhönsä ja suhtautumiseensa potilaisiin. Näitä kokemuksia oli kahdenlaisia. Kaksi haastateltavaa, 2 (Seniori) ja 10 (Superseniorei) kertovat varsin pitkälti kokemuksistaan suhteessa

⁵⁴⁵ Haastateltava mainitsee haastattelun keskivaiheilla, että jumalakuvan ”remontti” tapahtui psykoterapian aikana. Kuitenkin haastattelun loppupuolella hän antaa ymmärtää, ettei rojhennut tätä asiaa tarkastella psykoterapeutin kanssa niin tarkasti kuin toivoi.

⁵⁴⁶ Haastattelu 14 ja 20.

⁵⁴⁷ Haastattelu 14, 6.

⁵⁴⁸ Haastattelu 14, 8–9.

⁵⁴⁹ Haastattelu 14, 9.

⁵⁵⁰ Haastattelu 20, 3–4.

⁵⁵¹ Haastattelu 2, 10, 11 ja 16.

uskontoon nuorena, ja näihin liittyvistä jäsennystyönsä vaiheista. Haastateltavat 11 (Seniори) ja 16 (Superseniори) puhuvat enemmän omista kipeistä kokemuksistaan erilaisen ja vieraan hengellisyyden kanssa.

Haastateltava 10 kertoo, että hänen suvussaan on ollut paljon pappeja ja monet kirkolliset asiat ovat olleet hänelle tuttuja lapsuudessa ja nuoruudessa.⁵⁵² Hän mainitsee myös kouluaikinsa tunnettuja uskonnonopettajia nimeltä kertoen heidän opetuksiensa herättäneen itsessään monenlaista ajatusprosessia ja jännitettä. Lukioaikana tämä jännite oman ajatusmaailman ja saadun opetuksen välillä alkoi tulla entistä ilmeisemmäksi:

Ja siinä tuli, minä ja jotkut hyvät lukioaikaiset ystävät, niin me oltiin enemmän vallankumouksen teologian ja sitten että tämä on tämmönen tapa saada valtaa ja sortaa ihmisiä yhteiskunnassa ja niin edelleen ja kirkosta eroaa [ihmisiä] ja niin edelleen. (Haastattelu 10, 8)

Haastateltava kertoo siitä, että on kauan aikaa ja hyvin omakohtaisesti miettinyt ja jäsentänyt, mitä uskonnollisuus ja hengellisyys merkitsevät ihmiselle ja laajemmin yhteiskunnassa. Hänen oma prosessinsa johti hyvin perinteisen kristillisen kasvatuksen (pyhäkoulu, rippikoulu) jälkeen siihen, että hän alkoi suhtautua kriittisesti kirkkoon.⁵⁵³ Tämä Superseniори-psykoterapeutti korostaa, kuinka omat jäsennykset ja pohdinnat hengellisyyden ympärillä ovat tuottaneet syvempää ymmärrystä siitä, etteivät nämä asiat aina ole helppoja ja yksinkertaisia.⁵⁵⁴

Edelliseen haastateltavaan verrattuna kaksikymmentä vuotta myöhemmin peruskoulunsa käynyt haastateltava 2 (Seniори) puhuu samaan tapaan siitä, kuinka häntä ärsytti koulumaailmassa saatu uskonnollinen opetus:

Ja ehkä myös sitten sieltä 70-luvun koulumaailmasta jokin semmoinen, että se vähän niinkuin annetaan sabluunassa ja hyvin sellaisessa, minä olen ymmärtänyt, että nykyisin kuitenkin pohditaan enemmän, että... Piti nielaista sellanen valmis paketti, että sitten luulen, että minä sen vuoksi pitkän aikaa jotenkin ärsyynnyin, yliärsyynnyin...

Silloin lähinnä se, että semmoset uskonnolliset ikään kuin kiellot, jos niitä on esiintynyt vaikka mielipidepalstoissa tai yhteiskunnallisissa keskusteluissa tai sitten jos tuputetaan sitten brosyyrejä tai kotiovella ollaan. Niin jotenkin ne on herättänyt aika suurta ärtymystä. Aikaisemmin. Mutta minusta tuntuu, että se ei ole enää ihan samalla tavalla latautunut, että... (Haastattelu 2, 3)

Sama psykoterapeutti kertoi puhuneensa vuolaasti näistä aihepiireistä omassa psykoanalyysissään. He olivat myös koulutusanalyysissä tarkastelleet toisen puolesta tietämistä ja toisen maailman masterointia psykoanalyysin piirissä ja sitä, kuinka

⁵⁵² Haastattelu 10, 8.

⁵⁵³ Haastattelu 10, 3 ja 8–9.

⁵⁵⁴ Haastattelu 10, 9.

vahingollista voi toiselle olla, jos tälle tarjoaa sellaista, jota itse pitää oikeana. Näihin keskustelunaiheisiin oli päädytty sen jälkeen, kun analysandi (analyysipotilas) oli kertonut omia tunnelmiaan nähdystä tv-dokumentista:

Olinkohan minä katsonut jonkun dokkarin näistä lähetystyöntekijöistä, jotka menee tämmöisiin alkuperäiskansoihin tuomaan kristinuskoa ja sitten heidän nämä alkuperäiskulttuurin uskomukset on väärä ja että palkitaan ihan taloudellisesti ja ruualla kun he vaihtavat uskonnon ja musta se on aika törkeää kulttuurin hävittämistä, että tämä, että siinä minä näin kanssa, että kuka voi ajatella että on niin oikeassa, että ikäänkuin masteroi toisen mieltä ja maailmaa, että siinä kylä muistan että analyytikon kanssa puhuttiin myös niinku psykoanalyysistä että miten se tietäminen tai masterointi ja semmonen, että tuleeko tarjonneeksi jotain oikeaa ikään kuin tarkoittaen hyvää mutta että kenen kannalta hyvää, että tällaisia keskusteluja muistan, että on käyty. (Haastattelu 2, 5)

Koulutushoidossa on siten tarkennettu sitä, mikä on psykoanalyytikon tehtävä ja rooli. Se ei ole toisen puolesta tietämistä tai tämän ohjaamista johonkin suuntaa, vaan hänen mielenmaailmansa tarkastelemista niin, että se tulee yhä enemmän tietoisien piiriin, kuten psykoanalytikko Pentti Ikonen toteaa.⁵⁵⁵

Haastateltavat 11 (Seniori) ja 16 (Superseniori) kertoivat henkilökohtaisista kokemuksistaan uskonnollisen maailman kanssa ja näiden kokemusten antamasta näkökulmasta työhön. Haastateltava 16 oli kokenut murrosiässä hylkäämisen, kun hänen paras ystävänsä liittyi lestadiolaiseen liikkeeseen, eikä ollut tämän jälkeen haastateltavan kanssa missään tekemisissä. Haastateltava kertoi koulutushoidossaan, miltä tämä oli hänestä tuntunut:

Ja se oli nimenomaan, se viesti oli, että jotenkin minä olen huonompi tai siis semmoinen ihminen, jonka kanssa ei voi olla tekemisissä enää enempää, että. Että sitä, sitä käytiin ja käsiteltiin siellä. (Haastattelu 16, 4)

Tämä haastateltava sanoo ymmärtävänsä yhteisöihin liittyviä asioita tämänkin oman kokemuksensa kautta.⁵⁵⁶ Psykoterapeutti on kokenut hylkäämisen häpeällisenä ja se on tullut tulkituksi oman kelpaamattomuuden kautta.

Haastateltava 11 kertoo laajasti omasta historiastaan erilaisen uskonnollisen ja hengellisen kokemuksellisuuden kannalta. Hän on 15–16-vuotiaana ollut tekemisissä voimakkaan herätyskristillisen nuortenliikkeen kanssa, ja näkee sen jälkeenpäin hyvin ahdistavana ja kielteisenä vaiheena elämässään. Opiskeluaikana hän löysi nykyisen kirkkokuntansa piiriin, jonka kokee ihmisläheisenä ja armollisena yhteisönä. Psykoterapeutti kertoo, että hän on oman historiansa vuoksi saanut ymmärrystä erilaisiin mahdollisiin kipukohtiin uskonnollisuuden ja hengellisyyden kanssa.⁵⁵⁷

⁵⁵⁵ Pentti Ikonen Ormion (2009, 45) mukaan.

⁵⁵⁶ Haastattelu 16, 3.

⁵⁵⁷ Haastattelu 11, 3–4.

Tässä luvussa 4.4 näyttäytyy oman elämänhistorian työstämisen tärkeä merkitys siinä, miten psykoterapeutti lähestyy omia ja toisten asioita. Suorasta jatkumosta omasta hoidosta omiin potilaisiin mainitsee esimerkiksi haastateltava 2. Hän sanoo, että ilman saatua koulutusta ja omaa hoitoa näitä asioita ei oikein voisi edes käsitellä.⁵⁵⁸ Oman elämänhistorian työstäminen tarkoittaa sitä, että kukin psykoterapeutti muodostaa omaa psyykkisen elämän teoriaansa myös suhteessa uskonnolliseen ja hengelliseen. Oman henkilökohtaisen psykologian ja teologian luominen, tai voisi sanoa jopa niiden eläminen todeksi joka päivä, on myös pastoraalipsykologian perusteema.⁵⁵⁹ Paavo Kettusen mukaan ihmisen alkaessa kysellä omien uskomustensa ja teorianmuodostuksensa sävyjä, hän voikin huomata niiden muistuttavan jostakin merkityksellisestä omassa elämänhistoriassa. Näin teologisesti perusteltavissa oleville näkemyksille voi löytyä psykologisesti tunnistettavissa oleva liittymäkohta yksilön elämänhistoriassa.⁵⁶⁰

4.5 PSYKOTERAPEUTTEJA ITSEÄÄN KANNATTELEVAT USKONNOLLISET JA HENGELLISET ELEMENTIT

4.5.1 Psykoterapeutteja kannattelevat hengelliset elementit

TT, eetikko Martti Lindqvist (1945–2004) on sanoittanut toista kuuntelemalla auttavan henkilön tehtävää ja mielenmaisemaa, myös tämän työn varjoja ja vaaroja. Lindqvistin mukaan auttajan tehtävässä ihminen väistämättä vakavoituu ja yksinäistyy, koska hän toimii toisten taakkojen jakajana. Vastapainona tälle mustalle kuilulle Lindqvist näkee, että auttajan on pakko olla yhteydessä omaan koettuun sisäiseen iloonsa, uskoonsa ja valoonsa. Vain tämän yhteyden avulla:

*Auttajan kuva elämästä säilyy kokonaisena ja auttaja pysyy yhteydessä oman elämänsä energioihin.*⁵⁶¹

Joillekin psykoterapeuteille yhteyden saaminen näihin oman elämän energioihin voi tapahtua uskonnollisen tai hengellisen alueella.

Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa 258 psykologia vastasi heidän omaa uskonnollisuuttaan ja hengellisyyttään koskeviin kysymyksiin. Tässä tutkimuksessa yli puolelle vastaajista uskonto oli jossain määrin tärkeä ja 68 prosenttia uskoi jollakin tavalla, vaikka heillä oli myös epäilyksiä.⁵⁶² Tässä tutkimuksessa ei kuitenkaan ollut mainintoja siitä, minkälainen jumalakuva psykologeilla oli tai minkälaiseen Jumalaan he uskoivat. Laajassa saksalaisessa psykoterapeuttien uskonnollisuutta ja hengellisyyttä käsittelevässä tutkimuksessa (895 vastaajaa kognitiivisen, psykodynaamisen ja humanistisen viitekehyksen edustajista) ilmeni noin kahdenkolmasosan (65 prosentin) vastanneista uskovan johonkin korkeampaan voimaan tai yleensä transsendenttisen

⁵⁵⁸ Haastattelu 2, 8.

⁵⁵⁹ Kettunen 1994, 10–12, 18–19.

⁵⁶⁰ Kettunen 1994, 33.

⁵⁶¹ Lindqvist 2006, 185.

⁵⁶² Delaney & Miller & Bisonó 2007, 539–541.

voiman olemassaoloon.⁵⁶³ Vastaajista 57 prosenttia kuvasi itseään joko uskonnollisena tai hengellisenä ihmisenä.⁵⁶⁴

En kysynyt suoraan omien haastateltavieni vakaumuksista tai siitä, uskovatko he Jumalaan tai korkeampaan voimaan. Kuitenkin psykoterapeutit kertoivat myös näistä asioista siitä näkökulmasta, miten heidän uskonkäsityksensä tai henkilökohtaisen kokemustiedon kautta tulleet asiat ovat vaikuttaneet tai vaikuttavat heidän psykoterapiatyöhönsä. Aivan lyhyisiin haastateltavien mainintoihin olemassa olevasta vakaumuksesta tai uskonkäsityksestä⁵⁶⁵ en tässä paneudu. Aineistossani kolme psykoterapeuttia⁵⁶⁶ ei maininnut omasta vakaumuksestaan tai sanoi lyhyesti omaavansa agnostisen näkemyksen. Heistä haastateltava 7 esitti kyllä monia ajatuksia ja pohdintojaan, mitä tapahtuisi, jos hän uskoisi? Haastateltavan käsityksen mukaan koko hänen tapansa nähdä maailma muuttuisi:

*Minun tapani nähdä maailma muuttuisi, minun olisi otettava huomioon myös aina jonkun jumalan tahto tai käsitys asioihin oman ja muiden ihmisten näkemyksen lisäksi?*⁵⁶⁷

Aineistoni kahdeksan psykoterapeuttia⁵⁶⁸ puhui laajemmin siitä, miten he kokevat Jumalan tai elämäänsä ohjaavan rakkauden periaatteen vaikuttavan työskentelyynsä. Tämä voi auttajan mielessä olla Lindqvistin kuvaama yhteys omiin elämän energioihin. Olen koonnut taulukkoon 4.2. haastateltavieni näkemykset Jumalasta tai korkeammasta voimasta. Erityisesti tässä nousee esiin haastateltava 4 (Seniori) kuvaus, koska hän ilmaisi, ettei itse usko Jumalaan tai korkeampaan voimaan, mutta silti kuvailee potilaiden suhteen Jumalaan olevan erityinen alue psykoterapiassa. Hän kokee, että psykoterapiassa on tärkeä tarkastella kaikkea vapaasti, mutta silti potilaan uskonkäsityksen alue on sellaista, johon ei oikein psykoterapian työvälinein puututa.⁵⁶⁹

⁵⁶³ Hofmann & Walach 2011, 183.

⁵⁶⁴ Hofmann & Walach 2011, 186.

⁵⁶⁵ Tällaisia olivat esimerkiksi: "On mulla vakaumus, mutta en siitä toivotta" (Haastattelu 6,3.) "Sellaisiin elämänvoimiin uskon ihmisessä, luonnossa" (Haastattelu 2, 4.) "Oma hengellisyys on osa arkea" (Haastattelu 9,5.).

⁵⁶⁶ Haastattelut 4, 7 ja 16.

⁵⁶⁷ Haastattelu 7, 3.

⁵⁶⁸ Haastattelut 3, 4, 5, 10, 12, 13, 18 ja 20. Neljä psykodynaamista ja neljä kognitiivista psykoterapeuttia.

⁵⁶⁹ Haastattelu 4, 5.

Taulukko 4.2. Haastateltujen näkemykset elämässä vaikuttavasta Jumalasta tai korkeammasta voimasta. (N=8)

Haastateltava	Näkemykset Jumalasta/rakkauden voimista
Haastateltava 3 Superseniorei	Jumala on salattu
Haastateltava 4 Seniorei	Jumalasuhte on erityinen alue psykoterapiassa
Haastateltava 5 Juniorei	Jumala sisällyttäjänä, Containerina. Transsendenttinen todellisuus on, jota ei voi määrittellä
Haastateltava 10 Superseniorei	Jumala on salattu
Haastateltava 12 Juniorei	Rakkaus
Haastateltava 13 Juniorei	Kristus-keskeinen
Haastateltava 18 Juniorei	Kristinuskon kontekstissa rakkaus tärkeä
Haastateltava 20 Juniorei	Korkeamman voiman tuoma turvallinen olo, ei tarvitse määrittellä

Viisi psykoterapeuttia⁵⁷⁰ puhuu selkeämmin kristinuskon jumalakuvasta ja kaksi psykoterapeuttia⁵⁷¹ rakkauden periaatteesta, jota he eivät erityisesti sido mihinkään uskontokuntaan. Näissä kertomuksissa on viitteitä aiemmin esittelemääni Robert Formanin ruohonjuurihengellisyyteen (alaluku 2.4.3).⁵⁷² Yksi kognitiivinen psykoterapeutti⁵⁷³ (Juniorei) puhuu tältä väliltä kristinuskon kontekstista nousevasta rakkaudesta työtään ja elämäänsä ohjaavana arvona. Tälle haastateltavalle rakkaus tulee ilmi siinä, miten hän hyväksyy asioita ja ihmisiä sellaisina kuin he ovat. Hänen työssään rakkaudesta kumpuava hyväksyntä tarkoittaa, että on aivan sama, onko ”toinen henkilö ateisti tai vaikka buddhalainen”. Tapa, jolla haastateltava kohtaa heitä, on samanlaista kaikkien kohdalla riippumatta heidän uskonkäsityksistään tai elämänarvoistaan.⁵⁷⁴

4.5.2 Salattu korkeampi voima

Pentti Ikonen on pohtinut eksistentiaalisen ahdistuksen käsittelyä psykoterapiassa. Ikonen mukaan psykoterapeutti ei voi periaatteessakaan olettaa psykoterapiatyön johdettavan potilaansa eksistentiaalisten ahdistuksien häviämiseen. Sen sijaan tutkivan työn kautta – tässä Ikonen puhuu psykoterapiatyön uskon dimensiosta – voidaan saavuttaa luja luottamus siihen, että eksistentiaalisella ahdistuksella ja siihen liittyvällä kärsimyksellä on ratkaisunsa ja mielekkyytensä.⁵⁷⁵ Ikonen sanoo olevan erityisen tärkeää erottaa psykoterapiatyössä, miten uskon, toivon ja luottamuksen muotoiluja käytetään psyykkisessä maailmassa. Niitä voidaan käyttää joko ahdistuksen peittämiseen ja piilottamiseen tai totuuden rohkeaan kohtaamiseen.⁵⁷⁶ Therapiea-säätiön perustaja Martti Siirala (1922–2008) puhuu myös haastattelussa siitä, miten juuri se ahdistava olisi kunkin kohdattava:

⁵⁷⁰ Haastattelut 3, 4, 5, 10 ja 13.

⁵⁷¹ Haastattelut 12 ja 20.

⁵⁷² Ruohonjuurihengellisyys = grassroots spirituality. Kuvailen käsitettä tutkimukseni luvussa 2.3.3.

⁵⁷³ Haastattelu 18.

⁵⁷⁴ Haastattelu 18, 5.

⁵⁷⁵ Ikonen 2014, 138.

⁵⁷⁶ Ikonen 2014, 139.

Uskon, että ihminen voi elää tyytyväisenä näkemättä elämän ahdistavuutta, mutta en katso, että se on ihmisen itsensä kannalta, hänen elämänsä elämänsä kokonaisvaltaisuuden kannalta, onnellista. Mutta kuten sanoit, hätä ja inhimillinen häviö ovat niin kaukana menestysvaatimusten täyttämästä maailmastamme, ettemme halua nähdä niitä. Hädän kohtaaminen edellyttäisi suostumista ahdistukseen ja sen läpikulkemiseen. Se on epämukavaa, ja tämä riittää siihen, ettei sitä haluta nähdä. Ei, vaikka se merkitsisi oman elämänsä elämänsä syventymistä ja rikastumista.⁵⁷⁷

Sekä Ikonen että Siirala painottavat sitä, että on kuljettava ahdistuksen aiheuttajia kohden ja niiden läpi. Tämä ahdistusten työstäminen, omien ja toisten, ei ole meille mukavaa ja välttellemme sitä.

Haastateltava 20 (Juniori) kertoo nuorena eronneensa luterilaisesta kirkosta oman hengellisyytensä etsimisprosessin aikana. Hän sanoo nykyisin uskovansa johonkin korkeampaan voimaan, jota ei niin tarvitse ymmärtää tai määritellä. Riittää, että itsellä on elämässä ja työssä tavallaan turvallinen olo.⁵⁷⁸ Haastateltava on pohtinut elämän perustavanlaatuisia kysymyksiä oman ja isänsä vakavan sairauden yhteydessä. Hengelliset ja eksistentiaaliset kysymykset olivat nousseet näissä tilanteissa esiin eri tavalla kuin ennen.⁵⁷⁹ Haastateltavan tekemään psykoterapiatyöhön nämä asiat vaikuttavat seuraavasti:

Kyllä minä ajattelen, että ne aina kuitenkin ehkä sitä syvyyttä [tuovat]? Ja sitten jotenkin myös sitä, ajattelen että itselle myös ehkä sitä semmoista rauhoittumista siihen, että kun ne on sellaisia kysymyksiä niin kun ovat, niin tuota ei mulla tarvitse olla myöskään sille asiakkaalle mitään vastauksia. (Haastattelu 20, 4)

Koska psykoterapeutilla itsellään ei ole tarkkoja ja lopullisia vastauksia olemassaolon tai kuoleman kysymyksiin, niin ei tarvitse olla vastauksia potilaidenkaan vastaaviin kysymyksiin. Mutta näitä kysymyksiä voi siitä huolimatta rauhassa itsessä ja toisessa tarkastella ja kuunnella. Psykoterapeutti on käynyt omassa elämänsä elämänsä läpi suhdettaan hengellisiin teemoihin ja tällä tavoin uudistanut jumalakuvaansa. Tästä omasta kokemustiedosta nousee rohkeus ja luottamus olla potilaan rinnalla tämän etsiessä omia totuuksiaan.⁵⁸⁰ Eksistentiaaliin kysymyksiin ei voi toisen puolesta vastata.⁵⁸¹ Sama psykoterapeutti on joskus ohjannut potilaitaan sellaisen psykoterapeutin luokse, jolla on pastoraalipsykologista osaamista. Tämä on tapahtunut silloin, kun potilaalla on ollut kysymyksiä Raamatun tekstien tulkinnasta ja hän on kaivannut selkeästi kantaa ottavaa työtapaa.⁵⁸² Myöskään sielunhoidossa eksistentiaaliin kysymyksiin ei sinänsä "vastata", mutta niiden käsittely on kuitenkin papin ominta työaluetta.⁵⁸³

⁵⁷⁷ Uurtimo 2000, 36.

⁵⁷⁸ Haastattelu 20, 3.

⁵⁷⁹ Haastattelu 20, 3.

⁵⁸⁰ Kettunen 2013, 252.

⁵⁸¹ Ikonen 2014, 138.

⁵⁸² Haastattelu 20, 1–2.

⁵⁸³ Kettunen 2013, 40–42.

Haastateltava 12:lla (Juniori) oli ollut joitakin vuosia sitten hengellinen kokemus, jossa hän tunsi tulleen osalliseksi kaikkia ihmisiä koskevasta ja silti hyvin yksilöllisestä rakkaudesta kokonaisvaltaisella tavalla:

Jonka välikappaleena jotenkin minä voin toimia, joku semmoinen... rakkauden ulottuvuus, joku universaali rakkaus, jotain, mikä jokaiselle ihmiselle voi olla ihan eri. Ihan mitä kukin sillä hetkellä tarvitsee. Vaan silleen, että Jumala on meissä tai itsessä, minä ajattelen, että me ollaan kaikki pelkkää Jumalaa. Että ei meissä oikein mitään muuta olekaan! Että jotenkin vois kuulla sen sisältä ja siihen liittyä paljon semmoinen et kun ihmisten pää on täynnä kaikkea näitä pitäisi ja ei saisi -sääntöjä, että pitäisi olla sitä ja pitäisi olla tätä ja tommoinen ei saa olla ja ei saa tehdä tätä, et jotenkin vois näitä kaikkia ylimääräisiä painolasteja riisua pois. Ja nimenomaan jotenkin sitä alkuperäistä, että saisi sen lapsen viattomuuden takaisin. (Haastattelu 12, 2)

Psykoterapeutin on ollut hankala pukea sanoiksi tai määritteiksi tätä kokemustaan. Kokemus on kuitenkin toisaalta muuttanut hänen työskentelytapansa, vaikka hän samalla sanookin, että työskentelytapa on sama tai olisi samanlainen ilmankin tätä kokemusta. Yritän saada haastateltavaani erittelemään tarkemmin näkemystään, kuten seuraavassa katkelmassa kuuluu:

P: Nii, et se on sellainen sinun oma uskonkäsitys, tai? H: Nii, tai kokemus ehkä enemmänkin. Ku nimenomaan syvästi kokemus, ei käsitys ehkä niinkään vaan semmoinen tuntu. Semmoinen, mikä on tullut jotenkin luonnostaan. P: Jonka koet kuitenkin, että se vaikuttaa sinun työskentelytapaan? H: Kyllä se vaikuttaa. Se vaikuttaa hyvin, se on itse asiassa, minä sitä ajattelin, että miten se hengellisyys vaikuttaa työssä, niin minä ajattelen, että sehän on koko minun työn lähtökohta. Koska se lähtökohta on se rakkaus. Minä ajattelen, että vaikka tekisin varmaan tätä työtä aika samalla tavalla tai olisin tehnyt ilmankin sitä [hengellistä kokemusta, heräämistä rakkauteen] eli ajatellen aina potilaan parasta ja niistä hänen tarpeistaan lähtien, mutta niin jotenkin se on silti ihan erilaista, että minun on, siinä on semmoinen ulottuvuus, josta minulla ei ole aikaisemmin ollut mitään käsitystä, joka ikään kuin sulkee jotenkin syleilynsä sen potilaan. Joku semmoinen, joku rakkaudellisuus siinä on niin toisenlaista. Ja sen minä ajattelin, että se on sen työn lähtökohta minulle. (Haastattelu 12, 3)

Psykoterapeutin vaikeasti sanoiksi puettavassa hengellisyydessä on piirteitä Robert Formanin kuvaamasta ruohonjuurihengellisyydestä. Haastateltavalle on avautunut kokemuksellinen yhteys siihen, että kaikki ihmiset ovat yhtä. Myös käsitys Jumalasta tai haastateltavan kohdalla käsitys universaalista rakkaudesta, persoonattomasta jumalasta, on panenteistinen luonteeltaan.⁵⁸⁴ Tähän ytimeen, tai tuntuun, voi saada yhteyden, kuten psykoterapeutti on kokenut saavansa. Hän kokee itse olevansa osa

⁵⁸⁴ Forman 2004, 10.

tätä yhteyttä. Samalla sama ulottuvuus sulkee piiriinsä kaikki psykoterapeutin potilaat. Formanin mukaan tämä ykseys, yhteys kaikkien kesken, muodostaa ihmisen syvimmän ytimen, joka kuitenkin kätkeytyy arkihuolien, kognitiivisen aineksen ja rationaalisen minän taakse. Tähän ytimeen on pääsy vähemmän rationaalisten teiden kautta.⁵⁸⁵

4.5.3 Salattu Jumala

Neljä aineistoni psykoterapeuttia⁵⁸⁶ puhuu sellaisesta Jumalasta, jonka he mieltävät olemukseltaan salattuna. Tämä käsitys heijastuu siihen, miten he kohtaavat potilaiden puhetta Jumalasta ja tämän vakaumuksesta. Kolmen haastateltavan osalta puhe heijastaa myös heidän omaa suhdettaan Jumalaan. Lisäksi haastateltava 5 puhuu siitä, että ihmisen eksistentiaalisissa kysymyksissä on ainoa mahdollisuus hakea vastausta transsendenttisestä todellisuudesta, jota on kuitenkin mahdoton määrittellä, ja näin Jumala on tässä mielessä salattu.⁵⁸⁷ Myös Suomen evankelis-luterilaisen kirkon virallisen kristinopin mukaan opetetaan, että:

*Järkemme ei voi käsittää Jumalaa. Hänen olemuksensa syvyydet jäävät myös uskovalle salatuiksi.*⁵⁸⁸

Tässä kohdassa yhdistyvät neljän psykoterapeutin ajatukset ja käytössä oleva kristinoppi toisiinsa.

Haastateltava 3 (Supersenioreni, psykodynaaminen) näkee Jumalan sellaisena, jota ei voi käsittää tai pukea sanoiksi. Hän kokee, että sekä omassa suhteessa Jumalaan että kuunnellessa toisten puhetta Jumalasta, on oltava omalla tavallaan nöyrä. Psykoterapeutin kliininen nöyryys voi sisältää kasvua kohti tarkempaa itsetuntemusta, ymmärrystä omista rajoista, itseen suuntautuneiden tunteiden säätelyä ja toiseen suuntautuvien tunteiden tietoista viljelemistä.⁵⁸⁹ Haastateltavani nöyryyden asenne sisältää myös tietämättömyyttä ja kykenemättömyyttä – tosin tähän hän ei koe tarvettakaan – määrittellä asioita tarkasti:

Tai itse asiassa sellainen, minä ajattelen että se on koko semmoinen perusta, sekä tälle työlle että ehkä myös ylipäänsä ajattelulle tästä maailmasta. Että jotenkin ajattelen, että Jumalasta voi sanoa yhä vähemmän jotain, että se on. Että Jumala on jotain mitä me ihmiset emme pysty käsittämään. Ja siitä käsin minä ajattelen sitten, että ihan hirveen nopeasti en kenellekään sitten mene sanomaan, että... P: Että mimmonen se Jumala on? H: Nii-iin...(...) Täytyy olla nöyrä! Nöyrä tässä työssä myöskin. (Haastattelu 3, 8)

Tässä näkemyksessä on piirteitä apofaattisesta teologiasta niin, että Jumala on mahdoton pukea sanoihin tai kategorioihin. Apofaattisen teologian mukaan Jumala on

⁵⁸⁵ Forman 2004, 50–71.

⁵⁸⁶ Haastattelut 3, 4, 10 ja 13.

⁵⁸⁷ Haastattelu 5, 7.

⁵⁸⁸ Katekismus 1999, 34.

⁵⁸⁹ Paine & Sandage & Rupert & Devor & Bronstein 2015, 10.

kaikkien ilmaisujen ulkopuolella.⁵⁹⁰ Pentti Ikonen kirjoittaa, ettei ihminen voi koskaan käsittää tätä Käsittämätöntä, mutta hän voi tulla osalliseksi Käsittämättömästä.⁵⁹¹ Samoin seuraavat kaksi psykoterapeuttien kertomusten poimintaa näyttävät samantapaista suhtautumista Jumalaan salaisuutena, mysteerinä. Tätä mysteeriä ja salaisuutta on kunnioitettava erityisellä tavalla myös psykoterapiassa:

No, en minä nyt ainakaan tietoisessa mielessä; toisen käsitykseen Jumalasta tai sillä lailla niin, eihän en, herranen aika [siihen puutu psykoterapiassa]. Se minun käsitys on, että se on salattu, eikä siihen ole mitään sanomista. Ei mulla ole vastausta siihen, että tietyllä tavalla... Että niihin en mielestäni niin puutu tai et siihen, minä nimitän sitä sen asianomaisen ihmisen jumalakäsitykseksi tai uskon vakaumuksen. (...) ... jos se olisikin oikeasti että se on se hänen vakaumus ja miten tavallaan niin, silloinhan, apua, eihän siihen voi puuttua. (...)... minulle riittää se, että Jumala on salattu. Tuo on se. (Haastattelu 10, 6–7)

Mutta sitten myöskin tässä on tämä uskon mysteeri, eli se spiritualiteetti, jolle on vaikeata edes löytää sanoja. Että tämmöinen, että jos vaan mennään tällä toisella, katsotaan pelkästään tiukasti tällä psykoanalyttisen teorian valossa, työskennellään hyvin kliinisesti, ja niin, joku ero siinä kuitenkin on, että asettuuko toinen, siinä tulee siis myöskin itselle, että se liittyy tähän olemiseen, onko se kokonaisvaltaista? Että siis ne säännöt, että siinä uskonnollisessa kokemuksessa, hengellisessä kokemuksessa on myöskin pala sellaista, että kun minä vaan vähän kerron siitä, niin siinä on yhtä aikaa nämä molemmat puolet läsnä. Että siinä on tämä mysteeri, ja salaisuus, ja sanomaton ja jolle kaikelle ei löydy sanoja ja sitten on tämä hyvin inhimillinen ja tämä mielensisäinen. Ja sillä minä ajattelen itse, että sillä tavalla voi olla asiakkaalle merkitystä ja sillä on ainakin itselle ollut merkitystä. (Haastattelu 13, 10–11)

Ihmisen suhde Jumalaan on sellainen, johon haastateltavat Superseniore 10 (kognitiivinen) ja Juniore 13 (psykodynaaminen) eivät katso voivansa psykoterapian välinein puuttua. Se on henkilölle ainutkertainen kokemuksellinen asia, jota ei edes voi toiselle selittää. Molemmilla haastateltavilla ajattelu- ja toimintatapa lähtee omasta koetusta ymmärryksestä siitä, että Jumala on salattu. Teologi Rudolf Otto puhuu tästä niin, että suhde Jumalaan on suhde kokonaan Toiseen (Wholly Other). Tätä kokonaan Toista ei voi selittää tai pukea määritteiksi, vaan se on löydettävä aina uudestaan omassa kokemusmaailmassa.⁵⁹²

Molemmat psykoterapeutit 10 ja 13 tuovat esiin, että psykoterapiassa toimitaan kahdenlaisella alueella, kun tutkitaan uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä, inhimillisen ja Pyhän alueella samaan aikaan. Psykoterapeutti 10 mainitsee haastattelussa siitä, että on joskus vaikeaa erottaa toisistaan, mikä on todella syvän vakaumuksen aluetta

⁵⁹⁰ Lehmijoki-Gardner 2007, 136.

⁵⁹¹ Ikonen 1994, 28.

⁵⁹² Otto 1923, 5.

ja mikä on enemmän erilaisiin ihmissuhteisiin liittyvää asiaa.⁵⁹³ Paavo Kettunen puhuu tästä asiasta erityisenä pastoraalipsykoterapeutin taitona työskennellä psykoterapiassa kahden kielipelin alueella, sekä psykologisen että uskonnollisen kielen alueella.⁵⁹⁴ Kettunen painottaa, että pastoraalipsykologisesti suuntautunut sielunhoitaja pitää kaiken aikaa mielessään sekä uskonnollista/teologista maailmaa että ihmisen psykologista elämysmaailmaa.⁵⁹⁵ Myös sellaisessa psykoterapiassa, jossa molemmat puolet otetaan todesti vastaan, potilaan ei tarvitse tehdä siirtymää näiden kahden kielen tai käsitemaailman alueella, vaan sen tekee psykoterapeutti. Tätä samaa painottaa haastateltava 13. Ihmisen hengellisiä asioita tutkittaessa ja jäsenettäessä on erityisen tärkeää muistaa kokemuksen kaksi puolta, mysteerin, sanomattoman, salaisuuden puoli ja inhimillisen, mielensisäisen puoli.⁵⁹⁶

Näiden poimintojen lisäksi Jumala-representaatioiden tutkimista psykoterapiassa omalla tavallaan erityisalueena piti psykodynaamiset haastateltavat 13 (Juniori) ja haastateltava 4 (Seniori):

Kuin, se on jotenkin, että jos potilas on siihen valmis, ja avoin ja se on hänen juttunsa lähtee nyrkkeilee Jumalan kanssa, niin se on jees, mutta jos hän ei sitä tee, niin minä rupeisin aktiivisesti ohjaan häntä tutkiin, niin tota se ei oikein oo?... Se on kiellettyä. P: Joo. Niin, että siinä on jotain semmoista... H: Että sen tähden P: Ylimäärästä vähän sen Jumalan ympärillä? Siis? H: Niin. Siinä on P: Ihmisten mielessä? H: Niin, joo... P: Herkkää maaperää? H: Niin se on herkkää maaperää... (Haastattelu 13, 9–10)

Minun tehtävä ei ole lähteä sitä analysoimaan. Että ehkä se on erityistä? Niin kuin ekstra kunnioitusta vaativa alue, jos nyt sanoo näin. (...) Ehkä psykoterapeutin tehtävä ei ole alkaa analysoida Jumalaa tai jumalasuhdetta tai uskontoa ylipäänsä, että? (...) Toki niin että se voi olla tässä yhteisesti katsottavana ja tutkittavana ja... ehkä niin kun muutkin kysymykset, siihen voi tarttua ja näin. Ehkä minä nyt tarkoitin tolla siis ennen kaikkea nyt tällaista jotenkin kyseenalaistavaa tai tämmöistä... P: Sitä psykologisointia? H: Niin. Juuri näin. Jos nyt ymmärretään niin tämmöistä vähän psykologian väärinkäyttöä. (Haastattelu 4, 5–6)

Haastateltava 13, joka on peruskoulutukseltaan teologi, puhuu siitä lähtökohdasta käsin, että hengellisyys merkitsee myös hänelle itselleen paljon. Haastateltavan näkemysten mukaan Jumalan kanssa nyrkkeily – tällä hän tarkoittaa omien jumalakuvien uudistamista ja omien uskonkäsitysten kriittistä tarkastelua – on varsin raskasta. Hän edellyttää potilaansa osoittavan olevansa erityisen valmis ja avoin tähän työskentelyyn ennen kuin hän psykoterapeutina aktiivisesti osallistuu työskentelyyn. Vielä mahdollisempaa on, että hän alkaisi aktiivisella tavalla ohjata potilasta tähän työskentelyyn. Hän kokee sen myös olevan psykoterapian kontekstissa kiellettyä.

⁵⁹³ Haastattelu 10, 6–7.

⁵⁹⁴ Kettunen 2013, 69.

⁵⁹⁵ Kettunen 2013, 262–263.

⁵⁹⁶ Haastattelu 13, 10–11.

Samanlainen tuntuma tähän työskentelyyn psykoterapiassa on haastateltava 4:llä (Seniori), joka kertoi haastattelussa, ettei hän itse usko Jumalaan.⁵⁹⁷ Haastateltava kertoo ajatuksistaan niin, että psykoterapian työskentelyssä on kahdenlaista maaperää, joista toisen alueella voi työskennellä psykoterapian välinein ja toisen alueella ei. Tämän kielletyn alueella hän tarkoittaa työskentelyä, jossa potilaan syvää uskonkäsitystä tai suhdetta Jumalaan katsottaisiin yksinomaan psykologisen ulottuvuuden kautta sitä jollakin tapaa tulkiten ja kyseenalaistaen. Haastateltava on kuullut psykoterapian kentältä tavasta käyttää potilaiden uskonnolliseen ja hengelliseen materiaaliin pelkästään psykologian tulkintahorisonttia.⁵⁹⁸ Itse asiassa tässä haastateltava tavoittelee sellaista raja-linjaa, mikä on tekemisissä hengellisen integriteetin tai hengellisen koskemattomuuden kanssa. Professori Kettunen puhuu hienotunteisuushäpeästä suhteessa toisen uskonkäsitykseen ja vakaumukseen. Niiden yläpuolelle ei voi asettua.⁵⁹⁹

4.5.4 Jumala, erityisesti Kristus, kantaa

Haastatelluista kaksi pappi-psykoterapeuttia⁶⁰⁰ puhuvat siitä, kuinka heidän mielessään yhdistyvät teologiset ja psykologiset käsitteet. He ammentavat myös työhön voimaa tästä omasta kokemuksellisuudestaan. Tämä voima ja eri tieteenalojen käsitteiden integrointi työssä johtaa muuttuneeseen olemisen, kuuntelemisen ja kohtaamisen tapaan. Oman kokemuksellisuuden kautta työskentely ei siis liiku itse puhumisessa tai toimimisessa, vaan enemmänkin kokonaisvaltaisessa olemisessä potilaan kanssa. Yksi aineistoni pappi-psykoterapeutti hahmottaa tapaansa olla potilaiden kanssa:

Minä luulen, että se varsinainen juttu on siinä, että tavallaan sinä olet tässä... Että tämä on nyt jotenkin hyvin henkilökohtaista ja omasta, varmaan niin spiritualiteetista nousevaa, että kyllä minä jonkun kohdalla, kun mulla on semmoinen olo, että kun minä katselen häntä, tämän huokauksen kanssa, ja myötätunnolla, ja kuuntelen sitä kipua ja ahdistusta, niin ja sitä elämän todellisuutta, mistä ihminen kertoo, sanottaa sitä omaa, sitä elämäntarinaa, niin kyllähän minä nyt sitä samalla ajattelen, että yhtä aikaa tässä Kristus katsoo häntä. Ja näin, ei sitä tarvitse (potilaalle) sanoa. Mutta sillä tavalla se on oma usko ja oma teologia mukana. Mutta se on enempi tai jotenkin, se on -ei tekemistä eikä sanomista, vaan enempi sitä olemista. (Haastattelu 13,7)

Psykoterapeutin olemisen tavassa potilaiden kanssa tulee esille oman uskonkäsityksen ja teologian käyttö asiana, joka tuo heille kykyä kuunnella ja vastaanottaa potilaan kipua ja ahdistusta. Matti Hyrck integroi psykologian ja teologian käsitteitä

⁵⁹⁷ Haastattelu 4, 5.

⁵⁹⁸ Haastattelu 4, 1–2.

⁵⁹⁹ "Hengellisessä elämässä hienotunteisuushäpeä liittyy rajojen tunnistamiseen ja kunnioittamiseen. Jumalasuhteessa tämä merkitsee kunnioitusta ja arkuutta Pyhän edessä. Suhteessa toisen ihmisen vakaumukseen se merkitsee hengellisen integriteetin eli toisen ihmisen hengellisen koskemattomuuden kunnioittamista. Jokaisen ihmisen hengellinen elämä ja jumalasuhteet ovat pyhiä, eikä toisella ole oikeutta asettua niiden yläpuolelle. Ne jotka katsovat oikeudekseen arvioida toisen jumalasuhteen laatua, syyllistyvät hengellisen integriteetin loukkaukseen. Pahimmillaan se voi johtaa hengelliseen väkivaltaan." (Kettunen 2013, 226.)

⁶⁰⁰ Haastattelut 5 ja 13.

kiteyttämällä niin, että teologisesti voisi sanoa, että sisällyttämisen funktiota toteuttava äiti toimii vauvalleen Kristuksena.⁶⁰¹ Myöhemmin Hyrck puhui samasta asiasta edelleen tämän sisällyttämisen syvyyttä korostaen. Hänen käsityksensä mukaan, samoin kuin huolenpidon mielentilassa oleva vastasyntynyt hoitava äiti, myös Jumala on kiinnostunut siitä, miksi ihminen kärsii ja siitä, mitä hänen pahan olonsa takana on.⁶⁰² Samoin psykoterapiassa hoitava henkilö toteuttaa toiselle aikuiselle tätä sisällyttämisen funktiota.

Toinen aineistoni pappi-psykoterapeutti kuvailee, miten potilas voi kohdistaa psykoterapeuttiinsa niitä intensiivisiä tunteita, joita hän kokee suhteessa Jumalaan. Kysyin haastateltavalta, mikä häntä psykoterapian prosessissa auttaa näiden potilaan projektioiden vastaanottamisessa ja kantamisessa. Hänen vastauksessaan yhdistyy oman hengellisen elämän ja teologian kantopinta sekä psykoterapeutin ammatillisuus. Psykoterapeutin vastaus on innostunut:

No, sehän on siis se psykoterapian perusprosessi! Että ammattitaito tietysti! Ja jos nyt ajattelee ihan teologisesti, niin sehän on jotenkin kuva rististä. Tämähän on todellisuus siitä, miten Jumala kestää ihmisen vihan kostamatta ja romahtamatta, ja syyllistämättä ja puolustautumatta ja vetäytymättä. Että sehän tämä perusjuttu, tämä container tässä kristinuskossakin, että... Että minkälaisessa suhteessa Jumala on meihin, että eihän sitä tarvii kun muistaa sitä asiaa niin helpottaa! No, en minä tarkoita, että potilaitten viha olisi aina helppo kantaa. Että, mutta, että suhteessa Jumalaan, niin minä en jotenkin millään alalla ahdistu sen asian kanssa. (Haastattelu 5,3)

Tämä pappi-psykoterapeutti kokee saavansa omasta uskonkäsityksestään ja jumalakuvastaan voimia työhönsä. Hän samaistuu siihen kuvaan Jumalasta, että tämä jaksaa kantaa ihmisten kaikki tunteet. Matti Hyrckin suhteessaolon perusmielikkuvien teorian kielellä tämä on kuva *Parantajan* muotoisesta Jumalasta. Hyrckin mukaan tämä on sellainen Jumala, kosminen sisällyttäjä, joka luopui kunniansaan ja tuli Kristuksessa ihmiseksi ottaakseen vastaan ihmiskunnan sietämättömän tuskan omaan sieluunsa ja ruumiiseensa.⁶⁰³ Tämä psykoterapeutin omassa itsessään kokema sisällyttämisen kyvyn kasvu välittyy ehkä potilaalle ja vahvistaa tämän sisäistä Parantajamielikuvaa.⁶⁰⁴ Näin potilaan on turvallista tuoda esiin kaikkia mahdollisia tunteitaan ja omaa kokemuksellisuuttaan hoitosuhteessa psykoterapeutin varassa. Tämä on käsitykseni mukaan siitä, miten psykoterapeutti voi toimia huolenpidon mielentilasta käsin.

⁶⁰¹ Hyrck 1988, 43.

⁶⁰² Hyrck 2014, 111–112.

⁶⁰³ Hyrck 2001, 9.

⁶⁰⁴ Hyrck 2011, 200.

5 Psykoterapeuttien näkemykset uskonnollisista ja hengellisistä teemoista

5.1 PSYKOTERAPEUTTIIEN NÄKEMYSTEN YLEISET LINJAT

Psykoterapeutin käsitteiden määrittely uskonnollisista ja hengellisistä aiheista vaikuttaa hänen tapansa työskennellä potilaiden tuottaman materiaalin kanssa. Mikäli psykoterapeutti ajattelee, että kaikki mielensisältö on oikeastaan jossain mielessä hengellisistä, hän ei myöskään rajoita tai edes tarkemmin määrittele, mitä ja mistä hänen potilaansa kulloinkin puhuu. Jos hengellinen tai uskonnollinen mielletään vain tietynlaisten sanojen, määritteiden ja käsitteiden käytöksi, psykoterapeutti voi rajata kyseistä materiaalia psykoterapeuttisesta työskentelystä selkeämmin, jos hän näin haluaa jostakin syystä toimia.

Psykoterapeutti tekee koko ajan valintoja siitä, mihin potilaan tuottamaan materiaaliin hän kiinnittää huomionsa, ja mitä potilaan kertomaa tai väistelemää hän tuo tarkemman yhteisen tarkastelun ja työskentelyn kohteeksi, sen valokeilaan. Psykoterapeutti päättää hoidossa sen, mille teema-alueelle hän tarkastelua ja yhteistä työntekoa vie. Pekka Juniori kuvaa tätä asiaa näin:

Kyllä tämmöinen, psykoterapeutin mielessähän lähtee menemään paljon kaikenlaista, sellaistaikin, mitä ei tässä käsittelyyn sitten niin oteta. (Pekka, 2)

Pekan kokemuksen mukaan psykoterapeutin mielessä liikkuu kaikenlaista, mutta hän valitsee, mitä hän siitä nostaa käsittelyyn ja mitä ei. Tarkastelun kohteeksi otettavien teema-alueiden valinta tapahtuu osin tietoisesti, osin tiedostamattomasti. Tähän valintaan vaikuttavat psykoterapeutin omat ennakkokäsitykset ja ajatukset, ja se mistä materiaalista hän on kiinnostunut, myös huomaamattaan. Näin esimerkiksi Pulmu Superseniorei kertoo:

Minulla tulee nyt muuten assosiaatio, että kyllähän unissa tulee näitä: uskonnollista symboliikkaa, piruja ja enkeleitä, ja että niihin usein potilaat ei liitä, se on se hyvä ja paha enemmän. Siinä ei lähdetä puhumaan semmoisista uskonnollisista. (Pulmu, 2)

Pulmu Superseniorein potilaat ovat nähneet unia, joissa on ollut piruja ja enkeleitä. Psykoterapeutti on kuitenkin kokenut, että potilaat ovat assosioineet näihin uniinsa pitäen niitä pelkästään hyvän ja pahan taisteluna, siis enemmän eksistentiaalisina teemoina kuin uskonnollisina. Molemmat tulkinnan kentät olisivat teoriassa mahdollisia, kuten psykoterapeutti itsekkin toteaa. Pulmun työskentelyssä uskonnolliset ja hengelliset teemat tulevat yleensä vähän esiin. Norjalaistutkimuksessa tuli esiin,

että psykiatrian alan työntekijät kokevat hedelmällisemmäksi lähestymistavaksi, jos potilaiden kanssa käytetään käsitteitä eksistentiaalinen ja maailmankuvaan liittyvä kuin uskonnollinen tai hengellinen.⁶⁰⁶

Aineistoni kaikki psykoterapeutit kertoivat, että hengellisen ja uskonnollisen aihepiirejä on tullut esiin heidän hoidoissaan. Esitän taulukossa 5.1. yhteenvedon uskonnollisen ja hengellisen materiaalin esiintymisestä aineistossani.

Taulukko 5.1. Uskonnollisen ja hengellisen aineksen käsittely psykoterapioissa. Jnkv = jonkin verran. (N=20).

Haastateltava	Materiaali määrällisesti	Kirkon työntekijät ja ammatteihin opiskelevat	Psykoterapiaprosessi itsessään hengellinen	Jumalakovien kanssa työskentely
Panu SS	paljon	+		+
Paula S	jnkv	+	+	+
Pauli S	vähän			+
Pekka J	paljon, ristiriitainen	+		+(SPT)
Pentti S	jnkv		+	
Petra SS	vähän			
Pihla S	jnkv			
Piia J	paljon, ristiriitainen	+		+(SPT)
Pirjo SS	jnkv	+	+	+(SPT)
Pirkko S	jnkv	+		
Pulmu SS	vähän			
Kaarina S	jnkv			
Kaisa S	paljon			
Karita J	paljon	+		
Katariina J	jnkv			
Kati SS	jnkv			
Kalle SS	paljon	+	+	+(SPT)
Kerttu J	vähän, ristiriitainen		+	
Kirsi SS	jnkv			+
Kyllikki J	jnkv			+
Kaikki		8	5	9

Vaihtelua aihepiirien esiintymisessä on ollut paljon. Neljän psykoterapeutin⁶⁰⁶ hoidoissa uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä on tullut puhuttavaksi ja tutkittavaksi vähän. Puolet psykoterapeuteista⁶⁰⁷ sanoo näitä asioita tulevan hoidoissa esiin jonkin verran, silloin tällöin tai ajoittain. Kuuden psykoterapeutin⁶⁰⁸ hoidoissa näitä aihepiirejä on tullut työstettäväksi paljon. Esimerkiksi niillä psykoterapeuteilla, jotka ovat työskennelleet alueilla, joilla lestadiolaisen liikkeen haaroihin kuuluvia henkilöitä asuu paljon, on ollut uskonnollisia tai hengellisiä asioita hoidoissa runsaasti esillä. Heistä Kaisa Seniori kertoo:

⁶⁰⁵ Ulland & DeMarinis 2014, 592.

⁶⁰⁶ Kerttu Juniori, Petra Superseniore, Pauli Seniori ja Pulmu Superseniore.

⁶⁰⁷ Paula Seniori, Pihla Seniori, Pentti Seniori, Pirjo Superseniore, Pirkko Seniori, Kaarina Seniori, Katariina Juniori, Kati Superseniore, Kirsi Superseniore ja Kyllikki Juniori.

⁶⁰⁸ Kaisa Seniori, Karita Juniori, Kalle Superseniore, Panu Superseniore, Piia Juniori ja Pekka Juniori.

Mutta sitten aika vähän he käytti meidän ei-lestadiolaisten palveluja, mutta sitten siitä uskosta irrottautuneita ihmisiä senkin edestä [hakeutui hoitoon]. (Kaisa, 2)

Kaisan potilashoidoissa on näkynyt selvästi se, että hän on työskennellyt lestadiolaisella alueella. Ei-lestadiolaisen työntekijän hoitoon on tullut vähän lestadiolaisessa liikkeessä pysyneitä, mutta sitäkin enemmän heitä, jotka ovat irtautuneet liikkeestä. Saattaa olla helpompi tutkia ja jäsentää sitä, mikä on ajankohtaisesti erityisen kipeää, sellaisen henkilön kanssa, jolla koetaan olevan kokemuksellisesti etäisyyttä jäsennettävään asiaan. Merkittävää tässä vastaanotossa on potilaan kokemus siitä, hyväksytäänkö hänet hoitoon ja hoidossa kaikkine puolineen vai ei. Käsitteissä – uskonnollisuus – hengellisyys – on monta tasoa, jotka voivat olla toistensa kanssa ristiriidassa. Tällainen jännitteisyys tulee lähdemateriaalissani esiin esimerkiksi näin:

Vaan silleen, että Jumala on meissä tai itsessä, minä ajattelen, että me ollaan kaikki pelkkää Jumalaa. Että ei meissä oikein mitään muuta olekaan! (Haastateltava 12, 2)

Minä itse esimerkiksi vähän rajaon pois terapiasta... on justinsa tämmöiset uskontoon liittyvät kysymykset, jotain näistä elämän tarkoituksesta tai onko Jumalaa olemassa tai muuta... (Haastateltava 12, 2)

Niin siis, että sehän on myöskin yllättävää, että miten vähän ne sitten saattaa olla esillä siinä psykoterapiassa, ne hengelliset kysymykset... (Piia, 2)

Että sehän on tämä perusjuttu tässä, tämä container tässä kristinuskossakin... Että minkälaisessa suhteessa Jumala on meihin... (Piia, 3)

Se hengellisyys on. Ja se on joka ikisessä ihmisessä, hengellisyys... (Pekka, 4)

Jose ei potilas sitä [uskonnollista sisältöä] itse ota puheeksi, eikä aktiivisesti tuo tähän ääneen, niin en hirveän paljo lähde myöskään kyselemään... (Pekka, 6)

Tämä kolmen psykoterapeutin kertomassa näyttäytyvä ristiriita liittyy toisaalta siihen, miten he kokevat oman hengellisyytensä ja toisaalta siihen, miten he määrittelevät käsitteitä uskonnollisuus ja hengellisyys. Juniori-haastateltavat 12 ja Piia kokevat molemmat, että heillä on omakohtainen pohja, kokemustietoa, hengellisyydestä ja tämä toimii perustana sille, miten he yleensä käsittävät hengellisyyden. Haastateltava 12 kokee, että kaikki ihmiset ja asiat ovat yhteydessä Jumalaan. Hänen kokemuksensa on piirteitä Robert Formanin ruohonjuurihengellisyydestä, jota kuvailen alaluvussa 2.4.3. Haastateltava 12 kuitenkin erottelee ja rajaa työssään tarkastelun piiristä selkeästi uskonnolliset aihepiirit. Piialla on käsitys, että Jumala on suhteessa kaikkiin ihmisiin ja sisällyttää, siis kantaa ja prosessoi kaikkien ihmisten vaikeita ja kipeitä asioita siten, että tämä transsendenttinen todellisuus on koko ajan olemassa. Samalla Piia kuitenkin sanoo, että suoranaisesti hengellisiä ja uskonnollisia aihepiirejä on

hoidoissa vähän puheenaiheina. Pekka Juniorin kokemusmaailmassa hengellisyys kuuluu jokaiseen ihmiseen, mutta hän ei silti koe, että uskonnollisista aiheista puhuttaisiin paljon hoidoissa.

Jos hengellisyttä ja uskonnollisuutta käsiteltäisiin siltä kannalta, että se liittyy jokaiseen ihmiseen, ja Jumala mielletäisiin koko ajan läsnä olevana ja kaikkeen osallistuvana, niin silloinhan psykoterapeutti mieltäisi, että myös hoidoissa puhutaan paljon ja päivittäin myös hengellisistä teemoista? Kuitenkin esimerkiksi edellä esitellyt kolme psykoterapeuttia rajaavat pois psykoterapian piiristä sellaisen puheen, jossa käytetään selkeästi uskonnollisia termejä ja käsitteitä.

Aineistossani kaksitoista psykoterapeuttia⁶⁰⁹ kertoo, että heidän käsityksensä mukaan jonkunlainen hengellisyys on osa ihmisyyttä tai sillä tavalla osa elämää, ettei sitä oikein voi hoidoissa jättää puhumatta tai tarkastelematta, ainakin jos potilas itse ottaa aihepiirin esiin. Usealle aineistoni psykoterapeuteille hengelliset ja uskonnolliset mielensisällöt tarjoavat tien monenlaiseseen muuhun mielensisäiseen materiaaliin. Se tuo myös mukanaan rikasta transferenssimateriaalia,⁶¹⁰ samoin kuin suhtautumista nykypäivän ihmisiin, vaikka perheenjäseniin, saatetaan työstää erityisesti jouluun liittyvien mielikuvien, pyhän perheenkäsittelyn kautta.⁶¹¹ Paula Seniorin työssä uskonnollisuus on toiminut lähtökohtana moneen asiaan:

Musta se voi olla se uskonnollisuus, kun se voi polveilla niin moneen suuntaan, hirveän moneen suuntaan. Se voi olla yksi... niin, yksi tosi hedelmällinen lähtökohta, vaikka mihin. (Paula, 8)

Joillekin aineistoni psykoterapeuteille on ammatillisten verkostojen kautta hakeutunut paljon kirkon työntekijöitä psykoterapiaan. Esimerkiksi Panu Superseniorei kertoo, että noin kolmasosalla hänen potilaistaan on tätä kautta kosketus uskoon tai he ovat aktiivisia jossakin uskonnollisessa yhteisössä. Piia Juniori ja Pekka Juniori kertovat, että kaikilla heidän hoidossaan olleilla psykoterapiapotilailla on jonkinlainen kosketus uskonnolliseen todellisuuteen. Lähinnä heidän potilaidensa elämässä hengellisyys on ollut arkeen kuuluvaa ja kannattelevaa. Mielenkiintoinen seikka on, että sekä Piia että Pekka kertovat kuitenkin varsinaisten uskonnollisten asioiden olevan melko harvoin varsinaisina puheenaiheina psykoterapioissa. Uskonnollisilla asioilla he tarkoittavat esimerkiksi selkeästi nimettyjen käsitteiden käyttöä tai hyvin tietoista jumalakuvien kanssa työskentelyä. Kaarina Seniori ja Pekka Juniori pohtivat uskonnollisuuden ja hengellisyyden olevan niin harvoin puheenaiheina psykoterapiassa, koska tarkasteltavat aiheet painottuvat usein henkilön ongelmallisina koettuihin elämänalueisiin.⁶¹² Potilasta vahvistavat ja kannattelevat asiat jäävät siten laajemman psykoterapiatyöskentelyn ulkopuolelle.

⁶⁰⁹ Kaarina Seniori, Kaisa Seniori, Kati Superseniorei, Kerttu Juniori, Panu Superseniorei, Paula Seniori, Piia Juniori, Pihla Seniori, Pekka Juniori, Pentti Seniori, Pirjo Superseniorei ja Pirkko Seniori.

⁶¹⁰ Pirjo Superseniorei.

⁶¹¹ Pirkko Seniori.

⁶¹² Kaarina Seniori, 7 ja Pekka Juniori, 2.

Kolme kognitiivisen viitekehyksen⁶¹³ ja neljä psykodynaamisen viitekehyksen⁶¹⁴ psykoterapeutit kertoivat, että heidän potilaansa ovat kyselleet psykoterapeutilta eri tavoin, voiko uskonnollisista ja hengellisistä aihepiireistä puhua hoidossa lainkaan. Tämä ilmeni kahdenlaisina kysymyksinä: Ensiksi potilaat halusivat tietää, onko heidän hengellinen vakaumuksensa este psykoterapiahoidolle. Toiseksi jotkut potilaat olivat epä tietoisia, voivatko hengelliset ja uskonnolliset asiat yleensä tulla psykoterapiassa esiin. He liittivät tämän kysymyksen psykoterapian viitekehyksen teoriataustaan tai psykoterapeutin henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. Ensimmäisen kaltaisia potilaiden kysymyksiä arviointivaiheessa tai hoidon alussa siitä, onko heidän vakaumuksensa este psykoterapiahoidolle, ovat olleet esimerkiksi:

”Haittaako se, kun minä olen lestadiolainen?” (Pirjo, 3)

Psykoterapiahoitoon tulevalla potilaalla oli huoli siitä, onko hän tervetullut hoitoon kaikkine omine puolineen, ja hyväksyykö psykoterapeutti hänet hoitoonsa näine kaikkine sisältöineen. Kysymys liikkuu häpeäkokemuksen alueella. Potilaan kysymys oli pohjimmiltaan seuraava: ”Kelpaanko minä tällaisena?” Parhaassa tapauksessa psykoterapia auttaa näiden häpeäkokemusten lievenemisessä, jos hoito on kyllin kokonaisvaltaista. Huonoimmassa mahdollisessa tilanteessa potilaan häpeäkokemukset vahvistuvat, ellei psykoterapeutti kykene vastaanottamaan potilastaan kokonaisvaltaisella tavalla, kaikkien hänelle tärkeiden elämänasioiden kanssa. Kyllikki Juniori miettii tuomitsemisen ja arvottamisen asenteesta näin:

Se ihmisten tuomitseminen ehkä, niin tuota sen enempiä kuin se on sen oikeus, niin ei se nyt varsinkaan minunkaan oikeus... Toivon, että ihmiset voi tulla niitten asioiden kanssa, että myös sitten on se nyt aika surullinen asia, ja minä ajattelen, että on ylipäättään aika surullista se, että joku joutuu kysymään sen, että onko este se, että mulla on joku hengellinen vakaumus. (Kyllikki, 8)

Kyllikki Juniorin potilaalla on ollut omassa hengellisessä yhteisössään kipeitä kokemuksia, joita hän toivoisi voitavan tutkia psykoterapiassa. Potilas ei ole kuitenkaan varma, voiko tulla hoitoon kaikkien asioidensa kanssa, vai loukataanko häntä mahdollisesti lisää tuomitsemalla tai jättämällä joitakin asioita pois käsittelyn piiristä. Ensimmäiseen Joensuun yliopiston ja Therapiea-säätiön pastoraalipsykologiseen psykoterapeuttikoulutukseen osallistunut anonyymi psykoterapeutti kuvaa sellaista vastaanoton asennetta, joka ei arvota tai tuomitse potilasta:

Mielestäni on tärkeää hyväksyä sekä ihminen että hänen uskonsa – miten ahdas, dogmaattinen, elämänkielteen tai neuroottinen se onkaan. Vasta hyväksynnän jälkeen voi työstää uskon takana olevia kysymyksiä. Jumala-suhteeseen ja uskonnolliseen kokemukseen peilautuu myös paljon muuta.⁶¹⁵

⁶¹³ Karita Juniori, Kirsi Superseniore ja Kyllikki Juniori.

⁶¹⁴ Panu Superseniore, Pauli Seniore, Pihla Seniore ja Pirjo Superseniore.

⁶¹⁵ Ormio 2009, 47.

Tämä nimetön psykoterapeutti korostaa sitä, että potilaan oikeus on tulla psykoterapiaan juuri sellaisena kuin hän on. Potilaan uskomuksia ja käsityksiä ei psykoterapiassa arvostella tai tuomita, niitä sen sijaan tarkastellaan perinpohjaisesti. Tämä tarkastelu voi kuitenkin tapahtua vasta sitten, kun potilas on kokenut tullessaan psykoterapeutin hyväksymäksi kaikkine puolineen.

Therapeia-säätiön koulutusanalyttikko, psykologi Kristiina Saraneva katsoo, että aina potilaan esittäessä tällaisia kysymyksiä hoidon alussa, on kyse defensiivisestä toiminnasta. Saranevan mukaan näin on etenkin silloin, jos uskovainen potilas hakeutuu psykoterapiaan teologisen koulutuksen saaneelle psykoterapeutille.⁶¹⁶

Itse näen psykoterapian alan työkokemukseni kautta, että hoitoon hakeutuvan uskovaisenkin potilaan kysymykset pohjautuvat varsin moniin motiiveihin, toiveisiin ja tarpeisiin suhteessa psykoterapiaan ja psykoterapeuttiin. Esitän näitä seuraavassa kaksi: A) Voin nähdä defensiivisenä potilaan kysymykset silloin, kun hän etsii sellaista psykoterapeuttia, jonka toivoisi ajattelevan niin samalla tapaa kuin potilas itse, että mielensisällön psykoterapeuttinen tutkiminen olisi tarpeetonta. Taustatoiveena on, että eihän jaetusti ja sanoitta ymmärrettyä sen tarkemmin edes tarvitse jakaa.⁶¹⁷ Oman käsitykseni mukaan potilaan toive täydelliseen ja jopa sanattomaan psykoterapeutin ymmärrykseen liittyy varsin usein muihinkin mielensisältöihin. Matti Hyrck kirjoittaa tästä kaikkikytydyttävästä ja kaikkivoivasta hahmosta yleisinhimillisenä tiedostamattomana mielikuvahahmona.⁶¹⁸ B) Toisaalta omat uskovaiset psykoterapia-potilaani ovat joskus tulleet hoitoon hyvin ei-defensiivisesti ja avoimesti sellaisella toiveella ja tarpeella, että juuri tätä mielensisältöä, uskonnollista ja hengellistä, olisi mahdollista tutkia ja jäsentää mahdollisimman perusteellisesti. Potilas on silloin siis hakeutunut erityisesti asiantuntijan hoitoon. Sellaisen asiantuntijan, jonka hoidossa voi tätä materiaalia työstää perinpohjaisesti.

Potilaiden kysymykseen, voivatko hengelliset ja uskonnolliset asiat tulla psykoterapiahoitossa esiin, liittyy toisaalta psykoterapian teoriatausta tai psykoterapeutin omaisuudet. Useimmiten näihin kysymyksiin oli syynä potilaan ajatus, että psykologia ja uskonto ovat yhteen sovittamattomia tai heillä oli ollut aiempia kokemuksia, joissa terveydenhuollon ammatti-ihmiset olivat jollakin lailla tyrmänneet potilaan uskonnolliset tai hengelliset kysymykset. Neljä psykodynaamisen viitekehyksen edustajaa⁶¹⁹ sekä yksi kognitiivisista psykoterapeuteista⁶²⁰ kertoivat potilaidensa tuoneen esiin aiempia kielteisiä kokemuksia psykologian ja psykiatrian alueelta, kuten Pihla Seniori kertoo:

No, ne varmaan, terapiapotilaat saattavat kysyä, että voiko puhua tämmöisistä. Asioista tai tämmöisistä kokemuksista. Hyvistä tai huonoista. Ja vähän huomaat, että he vähän kokeilevat kepillä jäätä, että tuota pystyykö tuo kuuntelemaan ja

⁶¹⁶ Saraneva 2012, 246.

⁶¹⁷ Tarkastelin alaluvussa 2.2.5 uskonnollisen Hymy Kankaanpään kokemuksia psykoterapiassaan. Hoidossa ilmeni useita tilanteita, joissa hänen toiveenaan olisi ollut yhtä uskonnollinen psykoterapeutti kuin hän itse on. Tällä tavalla olisi tullut sanoitta ymmärrettyä. Hymy pohtii, onko se mahdollista, että psykoterapeutti olisi uskonnollinen? (Kankaanpää 2002, 334.)

⁶¹⁸ Hyrck 2003, 69.

⁶¹⁹ Panu Superseniorei, 2; Pauli Seniori, 2 ja 6; Piia Juniori, 4 ja Pihla Seniori, 1.

⁶²⁰ Kati Superseniorei, 5.

joku potilas on voinut kertoa, että hän on esimerkiksi psykiatrille joskus puhunut, joka on sitten todennut, että uskonto sairastuttaa ja sitten he on kokenu tällöisen törmäyksen aikaisemmin ja sitä varten tästä varovasti kysyvät, että voiko puhua. (Pihla, 1)

Pihlan psykoterapiaan tulevat potilaat ovat olleet huolissaan ja epävarmoja siitä, voivatko he puhua omista uskonnollisista ja hengellisistä asioistaan ja kokemuksistaan sekä siitä, miten psykoterapeutti niihin suhtautuu. Heidän huolenaiheensa on ollut, tulevatko he hoidossa kuulluiksi vai tyrmätyiksi.

Kaksi psykodynaamisen psykoterapian edustajaa, Panu Superseniore ja Pauli Seniore kertoivat potilaidensa joskus aiemmin kokeneen, että heidän puheitaan uskota tai uskonnosta on tulkittu neuroottisina oireina tai tulkittu pelkästään psykologisiin käsittein.⁶²¹ Tällä tavalla on pysäytetty asian sisältöjen ja merkitysten syvempi tarkastelu. Piia Juniore kertoo potilaalleen sanotun aiemmassa terapiassa, että tuota asiaa sinun täytyy mennä muualle puhumaan.⁶²² Kati Superseniore pohtii potilaidensa joskus kertoneen, että aiemmissa terapioissa nämä asiat on suljettu pois keskustelusta.⁶²³

5.2 USKONNOLLISET TEEMAT

Selkeästi uskonnollisista, ja erityisesti kristinuskoon kuuluvien termien ja käsitteiden käytöstä hoidoissa kertoivat yhdeksän psykoterapeuttia⁶²⁴. Tällaisia kysymyksiä olivat syntikäsite, erilaiset synninteot ja syllisyys, ripittäytyminen, armo, omatunnon kysymykset, pelastuksen olemus: mikä meidät pelastaa ja mistä, ja sen pohdinta, onko Jumala olemassa. Myös teodikean⁶²⁵ pulmaa mietittiin ja kysyttiin psykoterapeuteilta.

Omassa tutkimusaineistossani psykoterapeutit kertovat hoitaneensa evankelis-luterilaisen kirkon omien herätysliikkeiden parista, etenkin lestadiolaisen liikkeen eri haarojen piiristä, irrottautuneita henkilöitä. Näistä hoitosuhteista mainitsee kuusitoista psykoterapeuttia⁶²⁶ kahdestakymmenestä haastatellusta. Viisitoista psykoterapeuttia mainitsee lestadiolaisista potilaista suoraan ja yksi psykoterapeutti mainitsee tiedon tasolla olevansa jonkin verran perillä lestadiolaisista tavoista uskoa. Toinen hengellinen yhteisö, josta irrottautuneiden henkilöiden hoidoista psykoterapeutit erityisesti mainitsevat, on Jehovan todistajat. Uskonnollisiin yhteisöihin kuulumisen asioista, niissä kasvamisesta ja niistä irtautumisen kokemuksien kertomuksista psykoterapia-hoidoissa kerron seuraavassa luvussa 6.

⁶²¹ Panu 2 ja Pauli 3.

⁶²² Piia 4.

⁶²³ Kati 5.

⁶²⁴ Paula Seniore, Pekka Juniore, Pihla Seniore, Pirkko Seniore, Kaarina Seniore, Kalle Superseniore, Kerttu Juniore, Kirsi Superseniore ja Kyllikki Juniore.

⁶²⁵ Teodikean ongelma koskee sitä, miksi Jumala sallii pahan olemassaolon, jos hän on kaikkivaltias. (Denzler & Lohner & Graf et al. 2006, 491.)

⁶²⁶ Panu Superseniore, Paula Seniore, Pauli Seniore, Pekka Juniore, Pentti Seniore, Pihla Seniore, Piia Juniore, Pirjo Superseniore, Pulmu Superseniore, Kaarina Seniore, Kaisa Seniore, Karita Juniore, Kalle Superseniore, Kerttu Juniore, Kirsi Superseniore ja Kyllikki Juniore.

Usea haasteltavani kertoi hoidoissaan olleen eri tavalla fundamentalistisesti uskovia potilaita, joita heidän on ollut vaikea hoitaa psykoterapeuttisten interventioiden avulla. Psykoterapeutit rinnastavat tällaisen voimakkaan uskon politiikkaan tai rasistiseen maailmankatsomukseen siten, että kaikkia hyvin intensiivisiä ja voimakkaita vakaumuksia on yhtä vaikea lähestyä psykoterapeuttisilla menetelmillä. Psykoterapian tarkoituksena on tarkastella omia näkemyksiä, ajatuksia ja tunteita uusista näkökulmista. Tämä edellyttää potilaalta avoimuutta ja joustavuutta suhteessa omiin ajatuksiin, tunteisiin ja käyttäytymiseen. Hänen on voitava hyväksyä uuden näkökulman mahdollisuus. Potilaan tulee sietää käyttäytymisensä, tunteidensa ja elämänhistoriansa konfrontaatiota⁶²⁷ ja tulkintaa⁶²⁸. Syvät, vakaumukselliset ajatukset ja uskomukset herättävät useammin psykoterapeutissa erilaisia vastatransferenssi-ilmioita. Fundamentalistinen ajattelu koskettaa kaikkia silloin, kun me pelkäämme erilaisuutta ja alamme käyttäytyä dogmaattisella tavalla.⁶²⁹ Erilaisia hoitosuhteissa ilmeneviä transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmioita fundamentalistisesti uskovien potilaiden kanssa kuvaan omassa luvussa 7.2.2.

Kolme psykodynaamista psykoterapeuttia näki jumalakuvan punoutuvan yliminän kehitykseen.⁶³⁰ Panu Supersenioren hoidoissa myös vaativa ja ankara hengellisyys on muuttunut psykoterapeuttisen hoidon myötä:

Niillä, joilla on ollut sellainen tiukka yliminä, ankara ja vaativa, niin semmoinen armollisuus ja... hyväksyminen. Tai he itse hyväksyy [itsensä]. Sellainen tiukkuus väljenee [hoidon myötä]. (Panu, 6)

Panu Supersenioreni on usean vuosikymmenen työkokemuksen pohjalta havainnut, että hoidon myötä potilaissa muuttuvat samaan aikaan sekä mielen kuvat Jumalasta että potilaan näkemys itsestään. Myös yliminän ankaruus tai vaativuus itseä kohtaan väljenee. Armon olemus tulee hoitosuhteessa konkreettisesti koetuksi, mikäli potilas tulee hoidossa nähdyksi uudella tavalla.⁶³¹ Pirjo Supersenioreni kertoo omana käsityksenään jumalakuvien ja yliminän kehityksen olevan tiiviissä yhteydessä toisiinsa.⁶³² William Meissner kirjoittaa, että psykoanalyttisen hoidon tavoitteeksi voisikin asettaa sen, että potilaan jumalakuva muokkautuu ja irtautuu neuroottisuudesta.⁶³³

Kahdeksan psykoterapeuttia⁶³⁴ kertoo hoitaneensa teologeja sekä muita kirkon työntekijöitä ja kirkolliseen ammattiin opiskelevia henkilöitä. Nämä kirkollisten henkilöiden psykoterapiahoitot näyttävät painottuvan psykoanalyttisen viitekehyksen omaaville psykoterapeuteille. Poikkeuksena ovat Karita Junioreni ja Kalle Supersenioreni.

⁶²⁷ Konfrontaatio on psykoterapian väline, jolla pyritään näyttämään todellisuuden jonkun aspektin merkitys. Konfrontaatiota käytetään erityisesti potilaan suojautuessa kieltämisellä. (Enckell 2012, 48.)

⁶²⁸ Tulkinta on psykoterapian väline, jolla pyritään tekemään torjuttua mielensisältöä tietoiseksi. (Enckell 2012, 49.)

⁶²⁹ Brooke 2000, 147.

⁶³⁰ Panu Supersenioreni, Pauli Senioreni ja Pirjo Supersenioreni.

⁶³¹ Kettunen 2011, 402.

⁶³² Pirjo 7.

⁶³³ Meissner 2009, 228.

⁶³⁴ Panu Supersenioreni, Paula Senioreni, Piia Junioreni, Pekka Junioreni, Pirjo Supersenioreni, Pirkko Senioreni, Kalle Supersenioreni ja Karita Junioreni.

Kirkolliseen ammattiin opiskelijoiden kysymykset ovat olleet oman vakaumuksen etsimistä ja omasta kasvuympäristöstä irrottautumista niin, että omat uskonnolliset kysymykset ovat hoidoissa tulleet pohdittaviksi.

Kirkkoon työyhteisönä ja sen ongelmiin, erityisesti ihmisten välisten konfliktien hengellistämiseen⁶³⁵ ja tämän asian käsittelyyn psykoterapiassa viittasi aineistossani kolme Supersenioreita haastateltavaa.⁶³⁶ Esimerkiksi tällaisia voivat olla ristiriidat opillisissa kysymyksissä, ja niiden ilmentyminen työyhteisön työnjaossa, kuten naispuolisen pastorin kanssa työskentely alttarilla tai pappien kiista oikeasta opista. Teologioiden ja kirkon muiden työntekijöiden kysymykset ovat liittyneet työssä jaksamiseen sekä työyhteisöön ja jopa hallinnollisiin asioihin. Kalle Supersenioreita haastateltavat ovat mietineet työnteon rajauksia ja omien puolien pitämistä. Kallen hoidossa on ollut potilaita, jotka työnantaja on lähettänyt psykoterapiaan työssä ilmenneiden opillisten ja hallinnollisten riitojen vuoksi. Näitä kysymyksiä Kalle kutsuu enemmän kirkollisiksi kuin uskonnollisiksi.⁶³⁷

Tutkimukseni haastateltavat mainitsivat hoitaneensa kristinuskon ulkopuolisten yhteisöjen jäsenistä Jehovan todistajia, mormoneja, idän uskontoista ammentavia, bahai-uskoisia ja maaäitiin uskovia sekä erilaisiin luonnonuskontojen rituaaleja noudattavia potilaita. Kaarina Seniori⁶³⁸ mainitsi kohdanneensa aiemmin julkisella sektorilla nuorisopsykiatrian yksikössä joitakin Saatanan palvojia. Kaksi kognitiivista viitekehystä edustavaa haastateltavaani, Kaisa Seniori⁶³⁹ ja Kalle Supersenioreita⁶⁴⁰ pohtivat yleisellä tasolla erilaisten idän uskontojen, kuten buddhalaisuudesta peräisin olevan mindfulnessin suosiota ja käyttöä kognitiivisissa psykoterapioissa. Omakohtaisesta mindfulness-tekniikoiden käytöstä, näiden tekniikoiden buddhalaiset juuret tunnistuen, mainitsi lisäksi Kyllikki Juniori.⁶⁴¹ Pentti mainitsi ateistiksi itsensä tunnustautuneen potilaansa tutkineen omia käsityksiään ja niiden alkuperää suhteessa isäänsä, jonka koki uskovan luonnontieteisiin uskonnon tapaan.⁶⁴²

5.3 HENGELLISET JA EKSISTENTIAALISET TEEMAT

Uskonnollisuuden ja hengellisyyden välinen rajanveto ei ole helppoa. Tutkimusaineistossani Kaisa Seniori kuvaa ajatuksiaan hengellisyyden määrittelystä näin:

Ajattelen sen hengellisyyden hyvin tämmöisenä ihan omaan päähäni sielun ja mielen sisäisenä asiana, johon minä en liitä mitään sellaista ulkoista, että olisi jotain

⁶³⁵ Hengellistämällä tarkoitan sitä, että ristiriitojen taustalla olevat psykologiset ilmiöt, kuten yksilön sisäinen psykodynaamikka sekä ryhmädynamiikka sivuutetaan, ja konfliktitilanteissa työntekijää kohdellaan pelkästään hengellisyyden kautta. "Tilanteiden hengellistäminen mahdollistaa ihmisen asenteiden, näkemysten tai mielipiteiden hengellisen arvioinnin." (Linjakumpu 2015, 228.)

⁶³⁶ Kalle Supersenioreita, Petra Supersenioreita ja Panu Supersenioreita.

⁶³⁷ Kalle 6.

⁶³⁸ Kaarina 6.

⁶³⁹ Kaisa 5.

⁶⁴⁰ Kalle 5, 7.

⁶⁴¹ Kyllikki 8.

⁶⁴² Pentti 11.

dogmeja tai joku kirja, joka määritteli asioita tai joku ukkeli jossain tai joku buddha jossain istumassa, vaan se on jotain täällä, sillai meissä leijuvaa ja monenlaista, mitä me jokainen koetaan ja ajatellaan eri lailla. (Kaisa, 6)

Kaisa Seniori määrittelee hengellisyyden vapaana dogmeista, uskonnollisista kirjoista ja jumalhahmoista. Se on jotakin sisäistä, jokaisessa leijuvaa ja jokaiselle ihmiselle ainutkertaista. Kaisan kuvailema hengellisyys on yleisinhimillistä, ihmisen piirrettä luoda ja asettaa arvoja.⁶⁴³ Kaisalle hengellisyys sisältää sekä koettua että ajateltua, kokemustietoa ja rationaalista sisältöä. Kaisa Seniori ei myöskään kuvaa itseään uskonnollisena, mutta hengellisenä kylläkin. Tässä on viitteitä Robert Formanin kuvaamaan ruohonjuuri-hengellisyyteen.⁶⁴⁴

Itse psykoterapiaprosessin jollakin tavalla hengellisenä prosessina kuvasi viisi psykoterapeuttia⁶⁴⁵. Pirjo Superseniorei kertoi ajatuksistaan, että sekä uskonto ja psykoterapia molemmat tapahtuvat mielessä transitionaalitilan alueella.⁶⁴⁶ Teoreettisesti transitionaalitila on paikka, missä ulkoisista tapahtumista ja asioista tulee kokemuksellisesti koettuja, siellä mielen sisäinen ja ulkoinen realiteetti ovat olemassa yhtä aikaa, keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Donald Winnicott ei selitä, miten prosessi lapsen uninallesta vie henkilön esimerkiksi lukemaan ja luomaan merkkiteoksia. Hänelle riittää, että tämä kehitys on olemassa.⁶⁴⁷ Transitionaalitila on se mielen alue, missä kokemustieto syntyy. Jeffrey Rubin liittää samoin hengelliset kokemukset tapahtuviksi tässä ulkomaailman ja itsen kohtaamispaikassa, joten ne eivät ole pelkästään selfin saavutuksia.⁶⁴⁸

Pentti Seniorin kertomuksessa psykoterapia on itsessään ihmisen hengellisyyttä kokonaisvaltaisesti rakentava.⁶⁴⁹ Kalle Superseniorei ja Paula Seniori kokevat psykoterapian olevan mielen sisäisen persoonallisuuden kasvun palveluksessa tavoilla, jotka eivät ole ihmiselle lainkaan selviä. Jumala on salattu – on Kallen perusajatus, ja tästä lähtee tapahtumaan kasvua, jota ei ihminen kykene selittämään.⁶⁵⁰ Paulan kokemusmaailmassa psykoterapiaprosessissa vaikuttavat eräänlaiset luomisvoimat, jotka auttavat kasvuun.⁶⁵¹ Haastateltava 12 on itse kokenut hengellisen kokemuksen, jonka perusteella hän koki kaiken muuttuneen elämässään ja olemisessaan. Haastateltava on kokemuksensa jälkeen tuntenut olevansa eräällä tavalla universaalien rakkauden välittäjä, myös työssään psykoterapeuttina.⁶⁵² Tätä muutosta psykoterapeutin työtaivoissa tarkastelen alaluvussa 7.2.3.3. Psykoterapeuttien käsityksiä niistä uskonnollisista tai hengellisistä elementeistä, jotka heitä työssä tukevat ja auttavat, tarkastelin alaluvussa 4.5.

⁶⁴³ Kotila 2005, 197.

⁶⁴⁴ Forman 2004, 10.

⁶⁴⁵ Kalle Superseniorei, Kerttu Juniorei, Paula Seniori, Pentti Seniori ja Pirjo Superseniorei.

⁶⁴⁶ Pirjo 7.

⁶⁴⁷ Winnicott 1971, 102–103.

⁶⁴⁸ Rubin 2006, 139.

⁶⁴⁹ Pentti 12.

⁶⁵⁰ Kalle 6–7.

⁶⁵¹ Paula 4.

⁶⁵² Haastattelu 12, 2.

Millainen tai minkä sisältöinen jumalakuva ihmisellä oli ollut tai on, oli tarkaste-
lun kohteena yhdeksän psykoterapeutin⁶⁵³ vastaanottohuoneissa. Matti Hyrckin ke-
hittämän *suhteessaolon perusmielikuvien teorian*⁶⁵⁴ avulla potilaidensa jumalakuvien
kanssa olivat työskennelleet hoidoissa Piia Juniori, Kalle Superseniorei, Pekka Juniori
ja Pirjo Superseniorei. Tämä tapa työskennellä näyttää siten olevan enemmän psyko-
dynamisten psykoterapeuttien työtapa (Kalle Supersenioreilla on molempien viiteke-
hysten koulutus). Tämä onkin luontevaa, koska SPT on psykoanalyttinen objektisuh-
deteoria. Tällaisia jumalakuvien sisältöjä ovat olleet esimerkiksi sadistinen Jumala⁶⁵⁵,
jonka koetaan kiusaavan ihmistä aiheuttaen kärsimystä. Myös turvallinen/suojeleva
Jumala versus ankara/tuomitseva Jumala⁶⁵⁶ on ollut käsittelyssä. Jumalakuvien si-
sältöjen tarkastelu koettiin samalla hyvin herkäksi maaperäksi psykoterapeuttisessa
työskentelyssä, eräänlaiseksi erityisalueeksi.

Eksistentiaaliset teemat

Aineistossani kahdeksan haastateltavaa⁶⁵⁷ kertoi, että hoidoissa on tullut esiin sellaisia
kysymyksiä, jotka he itse määrittelivät eksistentiaalisiksi. Tällaisia ovat olleet elämän
tarkoituksen ja mielekkyyden pohdinta. Katariina Juniori mainitsee, että sitten, kun
psykoterapiassa on elämää rajaavat tekijät pääosin työstetty, voidaan potilaan kanssa
keskittyä tarkoituksen ja tavoitteiden etsimiseen laajemminkin.⁶⁵⁸ Kognitiivisen psy-
koterapian työskentely suuntautuu siten eteenpäin. Tällainen *arvoanalyysi* on kog-
nitiivisen psykoterapian työtapa asiakkaan psykologisen joustavuuden lisäämiseksi
erityisessä hyväksymis- ja omistautumisterapiassa (HOT-terapiassa).⁶⁵⁹

Pihla Seniorin potilaat ovat miettineet, miksi yleensä elää ja mikä on oman elä-
män tarkoitus. He myös pohtivat, onko olemassa Jumala tai joku voima, jolla on val-
taa tähän näkyvään maailmaan.⁶⁶⁰ Kärsimyksen kanssa eläminen on tullut esiin Petra
Superseniorein potilailla. Petra pohtii yleensä hengellisen ja eksistentiaalisen suhdetta:

*Semmoinen syvä kysymys jostakin elämän merkityksestä, jossa sitten oikeasti se
kysymys on siinä, että miten minä ymmärrän tämän inhimillisen elämäni ja mah-
dollisesti suhteen Jumalaan... Että jossa se oikeastaan se hengellisyys on juuri sen
semmoisen kipeän ja syvän ilmi tulemista. (Petra, 7)*

Petra Superseniorei miettii hengellisyydessä olevan jonkinlaisen ihmisen syvän ulot-
tuvuuden. Tämä hengellisyys on yhteydessä ihmisen aidoimpiin ja syvimpiin ky-

⁶⁵³ Panu Superseniorei, Paula Seniori, Pauli Seniori, Piia Juniori, Pekka Juniori, Pirjo Superseniorei, Kalle
Superseniorei, Kirsi Superseniorei ja Kyllikki Juniori.

⁶⁵⁴ Ihmisen varhaiset objektisuhteet vaikuttavat siihen, millainen kuva hänellä muodostuu itsestään ja
objektistaan, ja näiden välisestä monimuotoisesta vuorovaikutuksesta. Hyrckin mukaan nämä suhteet-
saolon tavat heijastuvat myös jumalasuhteeseen. (Hyrck 2003, 56–64.)

⁶⁵⁵ Haastattelu 5, 2.

⁶⁵⁶ Haastattelu 15, 7.

⁶⁵⁷ Paula Seniori, Petra Superseniorei, Pihla Seniori, Pulmu Superseniorei, Kati Superseniorei, Kirsi
Superseniorei, Katariina Juniori ja Kyllikki Juniori.

⁶⁵⁸ Katariina 2–3.

⁶⁵⁹ Arvoanalyysi on yksilöllinen motivaatioanalyysi, joka tehdään kognitiivisessa psykoterapiassa har-
joitteiden ja keskusteleavan vuorovaikutuksen avulla. (Tuomisto & Lappalainen 2012, 84–85.)

⁶⁶⁰ Pihla 3.

symyksiin riippumatta siitä, suuntautuuko kysymys jumalolentoon vai pelkästään elämän ymmärrykseen. Ruotsalainen psykoanalyttikko Hans Reiland kirjoittaa Jumalan olevan ihmiselle sellainen sisäinen Sinä, jota ei edes voi paljastaa toiselle. Reiland näkee tämän sisäisen ytimen olevan eniten sitä aitoa, mikä ihminen on. Tämän yhteytensä kautta ihminen on myös eniten läsnäoleva nykyhetkessä.⁶⁶¹

Aineistossani psykoterapeutit kertovat, että heidän potilaillaan on ollut eksistentiaalista pohdintaa erityisesti heidän kohdatessaan kuolemaa lähipiirissään tai heidän miettiessään yleensä elämän tarkoitusta ja erityisesti oman elämän merkitystä. Kuudella psykoterapeutilla⁶⁶² on ollut potilaita, jotka ovat miettineet kuolemaa ja sen erityisiä sisältöjä heille itselleen. Paula Seniorin kertomuksessa näyttäytyi myös potilaiden huoli siitä, mitä heistä jää jäljelle kuoleman jälkeen. Paulan potilaat korostivat tyytyväisyyttä omasta generatiivisuudesta⁶⁶³ elämässä yleensä.⁶⁶⁴ Kirsi Supersenioreni on auttanut potilastaan tutkimaan, mitä tämä ajattelee tapahtuvan kuolemassa ja sen jälkeen.⁶⁶⁵ Iäkästä potilasta psykoterapiassa hoitanut Kyllikki Junioreni kertoo, että tämän potilaan suhtautuminen kuolemaan oli erilainen kuin nuoremmilla. Hänellä se oli jo kovasti taivaan kotiin kaipaava.⁶⁶⁶

⁶⁶¹ Reiland 2004, 84.

⁶⁶² Paula Seniori, Petra Supersenioreni, Pihla Seniori, Kati Supersenioreni, Kirsi Supersenioreni ja Kyllikki Junioreni.

⁶⁶³ Generatiivisuus on Erik H. Eriksonin (1902–1994) käsite, joka tarkoittaa huolenpitoa ja vastuullisuutta tulevista sukupolvista. Tämä toteutuu Eriksonin mukaan perheessä (vanhemmuudessa), opettamisessa ja ohjaamisessa (mentoroinnissa) ja monissa muissa toiminnoissa, joiden tavoitteena on luoda hyvinvointia ja merkityksiä nuoremmille sukupolville ja jättää myönteinen, tulevaisuuteen kantava perintö. (Marcia 2014, 169–170.)

⁶⁶⁴ Paula 4.

⁶⁶⁵ Kirsi 1, 5.

⁶⁶⁶ Kyllikki 6.

6 Työskentely hengellisiin yhteisöihin liittyvissä asioissa

6.1 HENGELLISIIN YHTEISÖIHIN LIITTYVÄT ERITYISET PIIRTEET

Monenlaiset ristiriidat, ambivalenssi ja ongelmat ihmisten erilaisissa yhteisöissä ovat varsin tavallisia työskentelyn kohteita ja jäsentämisen aiheita psykoterapioissa. Aineistossani kaikki psykoterapeutit kertoivat työskennelleensä potilaidensa uskonnollisissa ja hengellisissä yhteisöissä ilmenneiden asioiden kanssa. 17 haastateltavaa mainitsee erityisesti lestadiolaisen liikkeen eri haarat. Kolme psykoterapeuttia⁶⁶⁷ ei sano lestadiolaistaustaisista potilaista mitään. Jehovan todistajat -taustaisista potilaista mainitsee viisi psykoterapeuttia.⁶⁶⁸ Muita haastateltujen mainitsemia yksittäisiä hengellisiä yhteisöjä ovat helluntaiseurakunta, Adventtikirkko ja Vapaakirkko. Aineistossani Piia Juniore kertoo, että hänelle olisi tulossa kirkon herätysliiketaustaisia potilaita psykoterapiaan koko ajan enemmän kuin hän voi ottaa. Piian kokemuksen mukaan he ovat useimmiten naisia, jotka ovat jollakin tavalla traumatisoituneita omilla yhteisöissään.⁶⁶⁹

Aineistossani psykoterapeutit kertovat työskentelystään potilaidensa kokemuksien kanssa heidän erilaisissa hengellisissä ja uskonnollisissa yhteisöissään. Uskonnollisissa yhteisöissä olemiseen liittyy samanaikaisesti paljon hyviä ja huonoja puolia.⁶⁷⁰ Psykoterapiaan tullaan yleensä puhumaan ja jäsentämään sitä, mikä elämässä on pulmallista. Siten uskonnollisiin ja hengellisiin yhteisöihin liittyvä materiaali aineistossani keskittyy myöskin kuvaamaan sitä, mikä on ollut sekä potilaille että psykoterapeuteille pulmallista ja vaikeaa. Yhteisöissä elämisen positiivisista puolista⁶⁷¹ tulee aineistossani vain vähän materiaalia esiin. Haastateltavat mainitsevat potilaidensa kertoneen hengellisestä yhteisöstään myös kotina ja tukena.⁶⁷² Yhteisö on myös ollut elämään kuuluva asia, josta ei sen kummemmin tarvitse psykoterapiassa puhua, koska siihen ei liity mitään pulmia.

Ihminen voi kuulua moneen itselleen merkitykselliseen yhteisöön. Nämä yhteisöt ovat enemmän mielen sisäisiä rakenteita kuin pelkästään konkreettisiin toimintoihin tai vuorovaikutukseen liittyviä. Ylipäänsä yhteisöt ovat rakenteita, joissa kyky nähdä yhteiset, jaetut merkitykset, ylläpitää yhteisyyden tunnetta.⁶⁷³ Eläminen uskonnollisen liikkeen jäsenenä edellyttää siihen sosiaalistumista, mikä parhaimmillaan avaa

⁶⁶⁷ Petra Superseniore, Kati Superseniore ja Katariina Juniore.

⁶⁶⁸ Katariina Juniore, Kirsi Superseniore, Panu Superseniore, Pirjo Superseniore ja Pirkko Seniore.

⁶⁶⁹ Piia 3–4.

⁶⁷⁰ Hurtig & Laitinen 2006, 193.

⁶⁷¹ Kristillisten hengellisten yhteisöjen väkivaltaa tutkinut dosentti Aini Linjakumpu kirjoittaa uskonnollisten yhteisöjen olevan ”paradoksiyhteisöjä”. Jotta väkivalta olisi näissä yhteisöissä mahdollinen, on siellä oltava myös paljon hyvää, muuten ne hajoaisivat. (Linjakumpu 2015, 12–13.)

⁶⁷² Haastattelu 12, 9.

⁶⁷³ Hautamäki 2005, 8–9.

väylän uudelleen, myönteisen hengellisen elämän rakentamiseen. Samalla tämä sosiaalistuminen kuitenkin antaa mahdollisuuden myös kielteisiksi tulkittavien asioiden tapahtumiselle.⁶⁷⁴

Åbo Akademin uskontohistorian professori Helmer Ringgren (1917–2012) kirjoittaa kaiken uskonnon olevan olemukseltaan yhteyttä luovaa. Ringgrenin mukaan ihmisen uskonnolliselle käyttäytymiselle yhteisön olemassaolo on oleellinen:

*Yksilöllä voi olla uskonnollisia mielipiteitä aivan yksityisestikin, mutta heti kun on kysymyksessä uskonnollinen käyttäytyminen, tulevat kanssaihmiset, ryhmä, yhteiskunta, mukaan kuvaan. Uskonto ei toimi uskontona, ennen kuin sen omaksuu joku yhteisö.*⁶⁷⁵

Yhteisössä toteutamme uskonnollisia rituaaleja ja käyttäytymistä. Näiden yhdessä toteutettujen uskonnollisten rituaalien ja käytäntöjen kautta liitymme Pyhään.⁶⁷⁶ Erilaiset yhteisön toimittamat rituaalit tekevät uskonnollista kokemusta konkreettiseksi, ja niiden avulla yhteisö lujittaa yhteisöllisyyttään ja toisaalta niiden kautta yksittäiset jäsenet liittyvät itsensä ryhmään ja sen yhteisiin tavoitteisiin.⁶⁷⁷ Kokemuksellinen ulottuvuus on yhteisössä merkityksenkäs sekä yksittäisen ihmisen että ryhmän rakentumisen kannalta.⁶⁷⁸ Paavo Kettunen kirjoittaa uskonnollisen yhteisön olevan psyykkisessä mielessä lapsuuskodin, ihmisen ensimmäisen yhteisön, jatke. Kodissa henkilö voi saada syvään juurtuneen kokemuksen siitä, ettei oikeastaan saisi olla olemassa sellaisena kuin on. Näin myös uskonnollisessa yhteisössä on suuri mahdollisuus erilaisille häpeäkokemuksille, kelpaamattomuuden kokemuksille yhteisön normien edessä sekä sisäisessä mielikuvamaailmassa että konkreettisissa suhteissa toisiin ihmisiin.⁶⁷⁹

Pentti Ikonen kirjoittaa yhteisöihin kuulumisen ja sen oppiin ja sääntöihin sitoutumisen tärkeydestä monella tasolla. Ikosen mukaan yhteisössä vallitsevien oppien ja sääntöjen on tarkoitus auttaa yksilöä hänen omassa elämisen yrityksessään. Jos näitä sääntöjä rikkoo, seurauksena on ikäviä asioita. Ensinnäkin yhteisön ulkopuolella eläminen on vaikeaa itsessään, koska mitkään totutut säännöt eivät ole enää voimassa. Toiseksi yhteisö rankaisee säännöistä poikkeavaa, pahimmillaan sääntöjen rikkoja suljetaan koko yhteisön ulkopuolelle ja hänet todetaan yhteisölle kelpaamattomaksi. Ikonen toteaa sääntöjen rikkomuksesta yleensä:

⁶⁷⁴ Linjakumpu 2015, 89.

⁶⁷⁵ Ringgren 1972, 119.

⁶⁷⁶ Uskontotieteen professori Veikko Anttonen määrittelee seuraavasti: ”Pyhä on kielellinen ilmaus ”asioille, esineille ja ilmiöille, jotka on erotettu muista kielen luonnollisessa järjestelmässä samaan kategoriaan kuuluvista asioista ja jotka on asetettu sääntöjen, määräysten ja kieltojen alaiseksi erityisiä symbolistis-kulttuurisia tarkoituksia ja niiden toteuttamiseksi organisoituja rituaalisia toimenpiteitä varten.” (Anttonen 1996, 91.)

⁶⁷⁷ Linjakumpu 2012, 32–33.

⁶⁷⁸ McGuire 1997, 15–16.

⁶⁷⁹ Kettunen 2011, 182.

*Poikkeaminen yhteisön, toisin sanoen sen johtajien ja määräysvaltaa käyttävien hyväksymältä elämisen yrityksen tieltä on aina vaarallista, tapahtuipa se missä hengessä tahansa. Se voi merkitä vapautta ja mahdollisuutta uuden ja paremman tien luomiseen, mutta myös vaaraa tulla leimatuksi hävettävillä tavoilla mieleltään häiriintyneeksi, a- tai antisosiaaliseksi tai vähintään omituiseksi.*⁶⁸⁰

Ikosen toteamassa ilmenee myös se vaihtoehto, että yhteisön sääntöjen rikkominen ja sen seuraukset voivat henkilön kohdalla olla myös tie vapauteen ja paremman tien luomiseen, mutta toisaalta mahdollisuus on samoin häpeän ja yksinäisyyden suuntaan, joka nakertaa ihmisen itsearvostusta.⁶⁸¹

Tavallaan ristiriidattomasti myönteisenä ja hyvänä asiana hengellisestä yhteisöstä kertovat vain kaksi haastateltavaa.⁶⁸² Paikallisen seurakunnan muodostama yhteisö oli tullut Paula Seniorin potilaalle tärkeäksi psykoterapeuttisen hoidon kuluessa:

Että sitten se [uskonto] voi olla hyvinkin tärkeä hyvää tuova asia elämässä. (...) on yks psykoosipotilas, pitkät ajat ollut, nuori aikuinen, että hänelle kyllä se on semmoinen nimenomaan että löytää sitä rauhoittumista ja osallistuu nuorten aikuisten kirkollisiin tapahtumiin, erilaisiin retkiin, ja pidempiinkin retkiin että hän on sieltä löytänyt niitä ihmissuhteita myöskin ja ihan semmoista tavallaan tai myös apua irrottautua vanhemmista, että siinä on tullut ystäviä, joiden kanssa hän on voinut keskustella, tai seurakunnan työntekijöitä. Että esimerkiksi hänen suhteensa uskontoon on musta semmoinen siinä, että hänhän ei kamppaile... (...) Ja hänen kohdallaan minä ajattelen, että kun on paljon paranoiaa ja epäluottamusta ihmisiin, että sieltä on löytynyt sellainen hyvä maailma, että mihin hän voi luottaa ja niihin ihmisiin ja sosiaalisesti liittyä ja sitä omaa identiteettiään vahvistaa, että "minä kuulun tähän"... Ja että on tällaista kodin ulkopuolista, ikään kuin ikänsä mukaista menemistä. Monella tapaa, ehkä vähän kuntouttavaakin samalla. Että monella tapaa hyvää tuonut hänen elämänsä. Että minä ajattelen, että ennen psykoterapiaa hän oli liian epäluuloinen lähteäkseen sitten oikein mihinkään. Tähän uskonnolliseen paikkaan, niin sieltä löytyi sit kuitenkin tämmöinen hänelle sopiva, oma hyvä maailma. (Paula, 6)

Paulan potilas on pitkän psykoterapeuttisen hoidon aikana yhä enemmän rohkaisunut etsimään uskonnollista yhteisöä, jossa hän voi toimia ja viihtyä. Hän on etsinyt sellaista yhteisöä, johon hän kokee kuuluvansa, ja joka on vastaanottanut hänet lämpimästi. Tällainen lämpimästi vastaanotetuksi tuleminen voimaannuttaa, saa tuntemaan itsensä arvokkaaksi ja auttaa liittymään uuteen yhteisöön.⁶⁸³ Paulan potilaalla on ollut ennen hoitoa niin vaikeita paranoidisia pelkoja, että se on estänyt miltei kokonaan hänen liittymisensä mihinkään sosiaalisiin yhteyksiin. Yhteisön löytyminen ja potilaan juurtuminen siihen on auttanut häntä myös irrottautumaan vanhemmistaan,

⁶⁸⁰ Ikonen 2014, 124–125.

⁶⁸¹ Kettunen 2014, 92–93.

⁶⁸² Paula Seniori ja Katariina Juniori.

⁶⁸³ Kettunen 2014, 86–87.

ja monessa mielessä kuntouttanut häntä iän mukaiseen toimintaan. Katariina Juniori mainitsee potilaidensa kertoneen seurakunnan Krito-ryhmien⁶⁸⁴ annista tavallaan ristiriidattomasti hyvänä.⁶⁸⁵

Kati ja Petra Supersenioreit eivät nimeä mitään erityistä hengellistä yhteisöä tai ryhmää, vaan puhuvat potilaiden vaikeuksista suhteessa uskoon ja omaan hengelliseen yhteisöön, sen sääntöihin ja kaavoihin:

Tai kun ajattelee jotain semmoista hengellistä kasvua missä nuoret ihmiset jotenkin kamppailee sellaisen kysymyksen kanssa missä hyväksyykö Jumala tällaisen? ... "Aito elämä" eikä se, että on jotain kaavoja tai ... Joku sanoo, että tämä tämmöinen on nyt sitten syntä, ja... Että minusta tuntuu, että jotkut nuoret jotka painiskelee näissä hengellisissä piireissä joutuu käymään ihan vaikeimman kautta jotain, josta tuntuu että ei nyt ehkä tarttis. (Petra, 8)

Sitten nousee mieleen tämmöinen joka pohtii sitä omaa jo olemassa olevaa hengellistä yhteisöään, niin hänellä on hyvin ristiriitainen suhtautuminen siihen ja näiden eri puolia on tarkasteltu siinä, et se, että mihinkä hän tarvitsee, mitä hän toivoo ja mitä hän haluaa, mutta myöskin jotenkin ne asiat, mitkä hän itse kokee jotenkin hankalina; ettei esimerkiksi minkäänlainen kritiikki mahdollistu, ja tavallaan heidän omat nuoruusikäiset lapset kapinoi tota uskonnollista yhteisöä vastaan ja mitä se on herättänyt hänessä ja kun hänellä itselläänkin on vähän samanlaisia ajatuksia, mutta haluaa kuitenkin tietyllä tavalla pitää kiinni siitä. En tiedä onko se oikein sanottu, mutta uskonnollisesta perinnöstä, minkä hän on taas omilta vanhemmiltaan aikanaan saanut. Mutta hän on monellakin tavalla miettinyt myöskin sitten tämän uskonnollisen yhteisön vaikutuksia elämään muutenkin. (Kati, 2–3)

Molemmat kokeneet psykoterapeutit ovat potilastyössään kuulleet potilaidensa kamppailevan omien hengellisten yhteisöjensä kanssa monella tasolla. Suhde yhteisöön on ambivalentti. Petran potilaat ovat tarkastelleet omaa olemistaan, arvojaan ja käsityksiään suhteessa yhteisöön ja Jumalaan. Petra on havainnut joidenkin potilaidensa käyneen läpi kipeitä asioita. Hänen mielestään niitä ei olisi tarvinnut niin vaikealla tavalla työstää. Heidän kysymyksinään ovat olleet seuraavat: Hyväksyykö Jumala synnin teon ja syntisen ihmisen? Onko elämässä oltava kaavoja ja sääntöjä? Kuka näitä kaavoja määrittelee?

Kati Superseniorein potilas on pohtinut uskonnollista perintöään suhteessa vanhempiinsa ja lapsiinsa. Katin potilas miettii, mikä yhteisössä on hänelle sellaista, josta hän haluaa pitää kiinni, ja mikä siinä on vaikeaa ja pulmallista. Yhteisössä ei sallita lainkaan kritiikkiä, ja potilaan teini-ikäiset lapset kapinoivat yhteisöä vastaan tavoilla, jotka potilas osittain itsekin ajatuksissaan jakaa. Potilas on ikään kuin kahden tulen välissä teini-ikäisten lastensa ja yhteisönsä suhteen. On itse ratkaistava, miten

⁶⁸⁴ Krito tulee sanoista kristillinen toipumistyö. Krito-työn ydintä ovat seurakunnissa toimivat Krito-ryhmät, vertaisryhmät, jotka tarjoavat mahdollisuuden käydä läpi oman elämän kipukohtia. (Kansan Raamattuseuran internetsivut.)

⁶⁸⁵ Katariina 3.

yhteisön kanssa toimii. Yleensä erityisesti liikkeestä erkaantuvien jäsenten kritiikki on sellaista, jota ei yhteisössä sallita.⁶⁸⁶

6.2 TIIVISSÄ HENGELLISISSÄ YHTEISÖISSÄ ELÄMISEN JA NIISTÄ IRTAUTUMISEN KIVUT

Aineistossani psykoterapeutit puhuivat enimmäkseen lestadiolaistaustaisten henkilöiden kokemuksista psykoterapiassa erottelematta sen enempää, mikä lestadiolaisuuden haara on ollut kyseessä. Seuraavassa kuvaan näitä ilmiöitä. Luvun loppuksi kerron psykoterapeuttien kokemuksista Jehovan todistaja -taustaisten potilaiden kanssa.

Tutkija, YTT Johanna Hurtig kirjoittaa hengellisen väkivallan olleen yhteiskunnassamme vaiettu ja tunnistamaton asia pitkään. Vasta viime vuosina asia on nousut yhteiskunnalliseen keskusteluun.⁶⁸⁷ Media ja yleisempi keskustelu yhteiskunnassa ovat asioita, jotka nostattavat erilaisia ilmiöitä esille jäsennettäviksi kuulijoiden ja lukijoiden mielissä. Omassa aineistossani kolme psykoterapeuttia⁶⁸⁸ mainitsee, kuinka 2000-luvun uutisointi lestadiolaisen liikkeen aiemmin vaietuista ilmiöistä on tuonut heidän potilaidensa mieleen oman yhteisössä traumatisoitumisensa ja ambivalentit kokemuksensa ja näiden kokemusten työstämisen tärkeyden. Vaiettuja teemoja ovat olleet lasten seksuaalinen hyväksikäyttö⁶⁸⁹ ja hengellinen väkivalta, erityisesti niin sanotuissa hoitokokouksissa⁶⁹⁰. Karita Juniori kertoo työstään:

Esimerkiksi viime vuonna minulla oli useampikin lestadiolainen asiakas ja kun oli paljon lööpeissä näitä siihen liikkeeseen liittyviä juttuja ja muita niin se nousi keskusteluun ja ihmiset paljon pohti sitä ja mitkä oli ne omat kokemukset ja se oma suhde siihen yhteisöön ja mikä oli mediassa totta ja mikä ei ollut totta ja näitä keskusteltiin sitten silloin viime vuonna paljon. (Karita, 3)

Karita Juniorin potilaat olivat pohtineet median esittämää kuvaa monelta kannalta ja täten myös omaa suhdettaan yhteisöön. Samoin median luoman kuvan totuudellisuutta oli pohdittu, ja sitä kuinka negatiivisesti painottuneen kuvan lestadiolaisuudesta media antaa.

Kyllikki Juniorin potilas oli hoitoon tullessaan ollut epävarma siitä, voiko hän yleensä tulla hoitoon lestadiolaiseen liikkeeseen kuulumisensa kanssa. Kyllikki liitti tämän potilaan huolenaiheen yhdeltä osaltaan siihen, että juuri edeltävänä vuonna julkisuudessa oli ollut niin paljon esillä liikkeeseen liittyvät ikävät ja aiemmin vaietut

⁶⁸⁶ Linjakumpu 2015, 214.

⁶⁸⁷ Hurtig 2013, 151.

⁶⁸⁸ Kaisa, Karita ja Kyllikki.

⁶⁸⁹ Hurtig 2013, 164–177.

⁶⁹⁰ Linjakumpu 2012.

asiat.⁶⁹¹ Potilas siis mielti sitä, onko psykoterapeutin mieleen muodostunut julkisuuden vuoksi niin kielteinen kuva lestadiolaisuudesta, ettei hän voisi edes ottaa lestadiolaista potilasta hoitoonsa. Kyllikki Juniori kertoo vielä, kuinka lestadiolaispotilaan tuleminen vastaanotolle sai hänet jättämään varpaankynnet lakkaamatta kesäaikana, jottei loukkaisi potilastaan.⁶⁹² Kyllikki jatkaa, että ehkä hän olisi muutenkin jättänyt lakkaamisen tekemättä, mutta kuitenkin hänen ajatuksillaan potilaan yhteisön tavoista oli myös vaikutusta asiaan. Psykoterapeutinkin mielessä oli näin kysymys siitä, miten toinen osapuoli ottaa hänet vastaan, ja miten psykoterapeutin toiminta saattaa vaikuttaa voimakkaasti potilaaseen. Kyllikki Juniori ei tästä omassa mielessään tapahtuneesta neuvottelusta potilaalleen maininnut.

Toisaalta, jos psykoterapeutti liian pitkälle mukauttaa toimintaansa ennakoita sen mukaan, mitä hän ajattelee potilaansa kokevan, jää pois mahdollisuus erilaisten potilaan tapojen ja ajattelutapojen konfrontoituihin. Kaisa Seniorin ulkoinen olemus oli saanut lestadiolaisen nuoren tunnistamaan ja ilmaisemaan kateuden tunteitaan:

[Paikkakunnalla] ainakin yks tyttö sano, että hän voi minulle sanoo, kun hän ei voi sitä kauheasti sanoa kotona, mutta hän voi minulle sanoo, että hänellä käy kateeksi kun minä voin käyttää meikkiä ja värjätä hiuksia. (Kaisa, 2)

Kaisan nuori potilas ei voinut itse käyttää meikkiä, sillä vanhoillislestadiolaisuudessa sydämen usko näkyy ulkoisina merkkeinä. Näitä ulkoisia uskovaisen merkkejä ovat esimerkiksi: ei meikkejä, ei korvakoruja, ei tatuointeja ja miehillä lyhyet hiukset.⁶⁹³

Käsitysten muuttuminen ja arvojen jäsentyminen psykoterapiatyössä koskee samalla tavalla psykoterapeuttia kuin potilasta. Pirjo Superseniorei kertoo omien käsityksiensä lestadiolaisuudesta muuttuneen varsin paljon sinä aikana, kun hänellä on ollut lähes kymmenen vuotta hoidossa lestadiolainen potilas:

Mutta kyllä minä lestadiolaisuuteen, mulla on muuttunut ihan huomattavasti erilaiseksi käsitykset, ennen mä ajattelin, että se on IHAN sairasta, kunnes sitten tosiaan tämä minun [diagnoosi] potilas aloitti hoidon. (Pirjo, 9)

Muutos on tapahtunut hyväksynnän suuntaan. Pirjo Superseniorei on ennen pitänyt lestadiolaisen liikkeen oppia ja monia toimintoja sairaina. Psykoterapeutin käsityksiin liikkeestä vaikuttivat myös mediassa esiin nousseet seikat lasten seksuaalisesta hyväksikäytöstä ja se, mitä potilas toi hoidossaan esiin omasta suhtautumisestaan näihin asioihin.⁶⁹⁴ Psykoterapeutin suhtautuminen liikkeeseen oli muuttunut samalla, kun hän koki potilaansa edistyneen hyvin psykoterapiassaan.⁶⁹⁵

⁶⁹¹ Kyllikki, 2. Esimerkiksi TT Johannes Alaranta kirjoittaa kokemuksellisessa kirjassaan julkisuudesta näin: "Kuuhuntaa riitti koko vuodeksi [2011]. Aina kun edellinen uutinen väistyi, tuli uusi. Esimerkiksi Kotimaan luetuimpien uutisten listalla oli koko ajan jotakin vanhoillislestadiolaisuuteen liittyvää." (Alaranta 2013, 64.)

⁶⁹² Kyllikki Juniori 8.

⁶⁹³ Alaranta 2013, 18.

⁶⁹⁴ Pirjo 5–6.

⁶⁹⁵ Pirjo 9.

Tällä tavalla kuvataan vanhoillislestadiolaisuuteen syntymästä saakka kasvamista Omat polut - etnisten lestadiolaisten kertomuksia ja kokemuksia -blogissa:

Syntyminen vl-perheeseen ja kasvu vl-arvomaailmassa ja yhteisössä tekee meistä erityislaatuisia, ihmisiä, joilla vanhoillislestadiolaisuus on tavalla tai toisella pyssyvä osa identiteettiä. Toisella enemmän, toisella vähemmän. Uskovaiseen kotiin syntymällä me olemme liitetyt yhteisöön ja siitä tulee väijäämättä osa minuutta. Vanhoillislestadiolainen identiteetti voi laimentua, mutta jollakin tavalla sitä joutuu kuljettamaan mukanaan läpi elämänsä. Se kulkee mukana omien näkemysten ja maailmankuvan kehityksessä ja sitä tarkastelee eri kannalta eri vaiheissa. Se on viisainta hyväksyä yhtenä osana muuttuvaa itseä.⁶⁹⁶

Tiiviiseen hengelliseen yhteisöön syntyminen, ja siinä kasvaminen muokkaa ihmistä monella tapaa, hänen identiteettiään sekä jumala- ja maailmankuvaansa. Yhteisöön liittyvissä ilmiöissä on syvän ambivalenssin sävyjä. Uskonnollinen yhteisö on professori Kettusen mukaan monesti lapsuuskodin jatke, sillä uskonnollisen kodin las-ten toinen sosiaalinen vuorovaikutuskenttä ja yhteisö on usein seurakunta tai muu hengellinen yhteisö.⁶⁹⁷ Näin sama henkilölle tärkeä yhteisö, joka tuottaa turvaa, läheisyyttä ja rakkautta, voi tuottaa myös kipua, syyllisyyttä ja häpeää. Sekä tiiviiseen hengelliseen yhteisöön jääminen että siitä irtautuminen, aiheuttavat monen tasoista pohdintaa omien arvojen, käyttäytymisen ja ihmissuhteiden kannalta. Omassa aineistossani kolme psykoterapeuttia puhuu potilaidensa yhteisöön kuulumisesta ambivalenttina ilmiönä:

Sillä tavalla tietysti yritän sitä, että potilas itse saisi määritellä sitä, että mikä se on jotenkin sen seurakunnan merkitys, että mikä siinä on hyvää ja toimivaa ja mikä hänelle on vaikeata ja eihän se kaikki mikä on vaikeata, niin ei se välttämättä liity hengellisyyteen ollenkaan vaan se voi olla täysin sosiaalinen ilmiö. (Kaarina, 7)

Se on osalle ollut hirveen turvallinen ja lämmin, semmoinen koti, hengellinen koti ja he on ollu hyvin kiitollisia ja he noudattaa niitä, myöskin näitä ohjeita ja sit osalle se on ollut ahdistavaa ja osa on lähtenyt pois, osa on kipuillut jotenkin näissä. (Kerttu, 8)

⁶⁹⁶ Omat polut – etnisten lestadiolaisten kertomuksia ja kokemuksia on blogi, jonka esittelyteksti on seuraava: "Olemme ryhmä nykyisiä ja entisiä vanhoillislestadiolaisia lähinnä pääkaupunkiseudulta. Tahdomme nimittää itseämme "etnisiksi" vanhoillislestadiolaisiksi, sillä oikeastaan vain lestadiolainen yhteisö kasvuympäristönä yhdistää meitä, muutoin hyvinkin erilaisia ihmisiä. Omat Polut tarjoaa foorumin kaikille kiinnostuneille tuoda esiin näkemyksiä vanhoillislestadiolaisuudesta, sisältä ja ulkoa, ennen ja nyt. Blogin perustaminen lähti siitä, että meitä yhdistää kiinnostus hengellisyyteen, kristinuskoon ja oman herätysliikkeen toimintaan sekä opetukseen. Haluamme lisätä avointa ja ennen kaikkea asiakeskeistä keskustelua." (Omat polut– etnisten lestadiolaisten kertomuksia ja kokemuksia. Internetaineisto.)

⁶⁹⁷ Kettunen 2011, 182.

On esimerkiksi sellaisia ihmisiä, jotka on jotenkin ottamassa etäisyyttä siihen yhteisöön, mutta se ei näyttäydy mitenkään helppona asiana, kun se on kuitenkin myös se turva ja se mihin on kasvanut, että se on myös, edustaa sitä turvaa ja hyvää, mutta tuota sitten siinä on paljon niitä sellaisia ristiriitaisuuksia. (Kyllikki, 1)

Ambivalenssi koskee koko olemista ja elämistä yhteisössä: kasvamista, omien arvojen luomista, oppia ja sääntöjä. Koko sosiaalisen elämän kenttä on sidoksissa yhteisöön, kuten Kaarina sanoo. Jos yhteisöstä lähdetään, kuten Kertun ja Kyllikin potilaat, irtaudutaan siitä, mikä on ollut kokemuksellisesti koti. Turvallinen ja lämmin koti, mutta kuten muutkin kodit, sellainen koti, jossa elämään sisältyy myös ristiriitoja ja kipuja. Hengellinen koti voidaan kokea lapsuuskodin jatkeena.⁶⁹⁸ Tällaisesta tiiviistä yhteisöstä lähteminenkin voi liittyä juuri yhteisöllisyyden ongelmiin. Yhteisöstä erkaantuessa tapahtuu ero sekä maallisesta että hengellisestä yhteydestä. Tämä hengellinen yhteys on henkilölle ehkä ollut hänen koko elämänsä ajan olemukseltaan se ainoa mahdollinen.⁶⁹⁹ TT Johannes Alaranta on kirjoittanut omasta yhteisöstä irrottautumisen prosessistaan kirjan.⁷⁰⁰ Alarannan mukaan erityisen vaikeaksi irrottautumisen liikkeestä tekevät juuri sosiaaliset suhteet. Hänen näkemyksensä mukaan siksi on helpompaa:

ajautua virran mukana ja toimia liikkeessä omaksutun koodiston vaatimalla tavalla, vaikka se tekisi pahaa ihmisen psyykelle.⁷⁰¹

Panu Superseniörin ja Pauli Seniorin hoidossa oleville lestadiolaisille potilaille on ollut tärkeää tarkastella sitä, miten usko ja suhde Jumalaan vaikuttavat omaan vaa-
tivuuteen ja yliminän kehitykseen, ja se, mikä tässä on ollut yhteisön ja kasvuympäristön vaikutusta.⁷⁰² Panun hoidossa on ollut myös Jehovan todistajia ja Vapaakirkon jäseniä. Heidän hoidoissaan Panu on nähnyt ja kuullut, että jo ylipäänsä puhumisen tai jakamisen mahdollisuus jonkun ulkopuolisen kanssa omaan yhteisöön liittyvistä asioista, voi helpottaa oloa.⁷⁰³

Kalle Superseniörin on työskennellyt uransa alkupuolella Pohjois-Suomessa alueella, jossa asui paljon lestadiolaisia. Kallen näkemyksen mukaan lestadiolaisessa liikkeessä oli kiellettyä hakea itselleen tai perheelleen psykoterapeuttista apua vielä 1980- ja 1990-luvuilla. Kallen pitkän työkokemuksen mukaan tämä asia on ratkaisevasti muuttunut ja hän katsoo, että nykyisin lestadiolaistaustaisen potilaan yhteisö ei vastusta avun hakemista. Kalle Superseniörin psykoterapiaan on hakeutunut myös sellaisia potilaita, joita yhteisön rippi-isä on sinne kehottanut.⁷⁰⁴ Kaisa Seniori kertoo myös työskennelleensä aiemmin lestadiolais-alueella. Hän on kokenut, etteivät liikkeeseen kuuluvat hakeutuneet psykoterapiaan ei-lestadiolaiselle psykoterapeutille.

⁶⁹⁸ Brummer & Hägglund 1981, 150–152.

⁶⁹⁹ Linjakumpu 2015, 213.

⁷⁰⁰ Alaranta 2013.

⁷⁰¹ Alaranta 2013, 9.

⁷⁰² Panu 3 ja Pauli 2.

⁷⁰³ Panu 2.

⁷⁰⁴ Kalle 1–3.

Tämä ei-lestadiolaisuus tuli heti ulkonäöstä selväksi, koska Kaisalla on lyhyet hiukset ja hän meikkaa.⁷⁰⁵ Sitäkin enemmän oli liikkeestä irrottautuneita potilaita, jotka halusivat psykoterapiassa jäsentää omaa tarinaansa ja ihmissuhteitaan uudenaikaisessa elämäntilanteessa:

Että ihan tommoisena tulossyynäkin ja siinä, että mitä he kertoo, että mikä se heidän tarina on, niin sitten se vaikeus löytää se paikka siinä ei-lestadiolaisessa ympäristössä ja ennen kaikkea ne suhteet siihen perheeseen ja lähipiiriin, jonka he on sitten... josta heidät monesti hylättiin sitten. (Kaisa, 1)

Kaisan luokse psykoterapiaan on tullut potilaita, joiden hoitoon hakeutumisen syynä on ollut tarve jäsentää omaa tarinaa sekä menneisyyden että tulevaisuuden osalta nimenomaan suhteessa hengelliseen yhteisöön. Potilas on tarkastellut elämäänsä ja kasvuolojaan yhteisössä ja irtaantumisen jälkeistä aikaa yhteisön ulkopuolella aivan uusien sääntöjen ja käsitysten keskellä.⁷⁰⁶ On varsin tavallista, että nimenomaan elämän muutostilanteissa hakeudutaan psykoterapeuttisen avun piiriin.

Uskonnollisen liikkeen sisällä tapahtuneesta seksuaalisesta hyväksikäytöstä laajemmin psykoterapiassa käsiteltynä teemana mainitsevat vain Pirjo Superseniore⁷⁰⁷ ja Kalle Superseniore. Heistä Kalle sanoo näin:

Sitten oma juttunsa; on näitä, jotka tulee näistä trauma-asioista, et on tavallaan se luottamus ja riippuvaisuus, joka kuuluu siihen uskossa olemiseen, niin sitä on käytetty hyväksi. Että on useasti semmoisia, ihan aikuisia, joilla on seksuaalisen hyväksikäytön historiaa, joissa kytkeytyy se, että tavallaan joku kirkon tai yhteisön ihminen on sitä luottamusta, mikä syntyy sieltä niin, joka on käyttänyt nuoren ihmisen kanssa väärin ja tämmöisiä. Muistuu ihan parikin semmoista tuoreesti mieleen, että tämän tyyppisiä kysymyksiä myös. (Kalle, 3)

Kallen potilaiden luottamusta yhteisön edustajaan on käytetty väärin. Hengelliset merkitykset, auktoriteetin valta, toisen tarpeiden asettaminen omien tarpeiden edelle ja vääryyksistä vaikeneminen pitkänkin aikaa liittyvät seksuaaliseen hyväksikäyttöön uskonnollisissa yhteisöissä.⁷⁰⁸ Seksuaalinen hyväksikäyttö uskonnollisessa yhteisössä on ilmiö, jolla on enemmän tekemistä vallan ja luottamuksen kanssa kuin seksuaalisuuden kanssa sinänsä.⁷⁰⁹

⁷⁰⁵ Kaisa 2.

⁷⁰⁶ Vertaa Ikonen 2014, 124–125.

⁷⁰⁷ Pirjo 7.

⁷⁰⁸ Hurtig 2013, 172–173.

⁷⁰⁹ Hurtig 2013, 296.

Lestadiolaisen liikkeen ehkäisykiellosta ja sen nostattamista tunteista itsessään puhuvat aineistoni neljä psykoterapeuttia (kolme naista ja yksi mies).⁷¹⁰ Haastateltava 11, Kyllikki Juniori ja Kerttu Juniori kertovat hoitaneensa sekä fyysisesti että psyykkisesti uupuneita isojen lestadiolaisten perheiden äitejä, jotka kokivat liikkeen ehkäisykiellon ristiriitaisena, mutta eivät silti voineet uhmata yhteisön opetusta. Erityisesti heidän potilaansa toivat esiin sen, että olisi vaikea istua seuroissa ja joutua huomion kohteeksi, kun lapsia ei koko ajan olekaan tulossa. Kaikki kolme naispuolista psykoterapeuttia ovat näitä potilaitaan, väsyneitä äitejä, konfrontoineet. Esimerkiksi joskus he ovat maininneet äidin velvollisuudesta pitää huolta itsestään ja hyvinvoinnistaan, jotta jo syntyneet lapset saisivat riittävää äidin huolenpitoa.⁷¹¹ Haastateltava 11 on pohjakoulutukseltaan lääkäri ja hän kertoo aiemmin urallaan hoitaneensa paljonkin lestadiolaistaustaisia naisia äitiys- ja ehkäisyneuvolassa. Siellä hän otti aina äidin tilanteen puheeksi, jos hänellä heräsi siitä huoli. Jotkut näistä potilaista eivät asiasta lainkaan puhuneet, ja saattoivat vastata esimerkiksi näin:

... semmoinen, että kyllä Jumala antaa voiman sitten ja lapset on Jumalan lahja ja Jumala antaa voiman sitten siihen. (Haastattelu 11, 6)

Kaikki lestadiolaisen liikkeen ehkäisykieltoa työssään kohdanneet psykoterapeutit sanoivat sen herättäneen heissä voimakkaita avuttomuuden ja turhautuneisuuden tunteita. Erityisesti asia oli herättänyt näitä tunteita naispuolisissa psykoterapeuteissa.

Lääkäri-psykoterapeutti, haastateltava 14 kertoo kirjoittaneensa lestadiolaispotilaalle kuntoutuslausunnon psykoterapian jatkamista varten kolmanneksi vuodeksi. Haastateltava oli innostunut ja hyvillä mielin siitä, kuinka potilas oli edistynyt psykoterapiassaan. Vuotta aiemmin samassa tilanteessa potilaan käsitykset tietyistä elämänsä liittyvistä asioista, kuten ehkäisystä, olivat olleet ehdottoman tiukkoja ja kielteisiä. Ne olivat olleet yhdenmukaisia yhteisön opetuksien kanssa. Haastattelemani lääkärin mukaan psykoterapiatyön ansiosta potilaan ahdistus- ja masennusoireet olivat lieventyneet ja hän oli kyennyt tekemään ehkäisyyn liittyviä päätöksiä miehensä kanssa ensimmäisen lapsen jälkeen. Pariskunta jatkoi myös elämäänsä yhteisössä, vaikka he kokivatkin yhteisön tarkkailun ahdistavaksi.⁷¹² Lääkäri näki myös potilaan valmistumisen maisteriksi olevan sidoksissa tähän päätökseen ehkäisystä, koska toistuvasti raskaana, kuormittuneena ja psyykkisesti oirehtivana potilas ei todennäköisesti olisi jaksanut viedä opintojaan loppuun.⁷¹³

⁷¹⁰ Haastattelu11, Kerttu Juniori, Kyllikki Juniori ja Haastattelu 14. Johannes Alaranta kertoo ehkäisyasiasta vanhoillislestadiolaisuudessa näin: "Vanhoillislestadiolainen virallinen opetus on yhä se, että kaikki ehkäisy on syntiä. Tämä opetus ei ole aivan poikkeuksellinen eikä myöskään aivan uusi. Silti se on vahingollinen aina silloin, kun siitä tehdään autuuden ehto ja Jumalan valtakunnan pääsyvaatimus. Raamatusta ei löydy mitään yksiselitteistä kantaa ehkäisyyn. Ehkäisykielto on ihmisten keksimä kieltö." (Alaranta 2013, 120.)

⁷¹¹ Kyllikki 5–6, Kerttu 9 ja haastattelu 11, 8.

⁷¹² Alarannan mukaan vanhoillislestadiolaisessa liikkeessä erityisesti toiset naiset tarkkailevat toisten naisten mahankasvua. (Alaranta 2013, 107.)

⁷¹³ Haastattelu 14, 3–4.

Kuusi aineistoni psykoterapeuttia mainitsee hoitaneensa potilaita, jotka ovat irtautuneet yhteisöstään tai pohtineet muuten suhdettaan lestadiolaiseen liikkeeseen.⁷¹⁴ Heistä Kaarina Seniori erottelee nämä kysymykset sosiaalisiksi tai vain yhteisöön liittyviksi eikä lainkaan hengellisiksi. Kaarinan käsityksen mukaan yhteisöstä irtautunut henkilö saattaa jo psykoterapiaan tullessaan olla ratkonut irtautumiseen liittyvät hengelliset kysymykset, mutta tähän liittyvät sosiaaliset suhteet ovat vielä selvittämättä.⁷¹⁵ Tällaisessa psykoterapeutin rajauksessa jää mahdollisesti tärkeä potilaan kokemusmaailman osa hoidon ulottumattomiin. Karita Juniorin ja Kirsi Supersenioren potilaat ovat pohdiskelleet sitä, eroavatko yhteisöstä vai eivät. Näihin pohdintoihin on sisältynyt ristiriitoja, jonkunlaista uhkaa ja vaikeutta.⁷¹⁶ Pekka Juniori liittyy potilaiden pohdinnat erillistymiseen ja itsenäistymiseen yleensä, sellaiseen kasvamiseen, jossa löytyy henkilön oma ääni ja hän voi seistä omilla jaloillaan. Tässä prosessissa on väistämättä pohdittava myös omaa suhdetta yhteisöön, jos sellainen on elämään tiiviisti kuulunut.⁷¹⁷

Irtautuminen yhteisöstä voi olla todella psyykeä mullistavaa. Paula Seniori kertoo näin:

Sitten minusta paljon psykoosipotilaissa on ollut, tai sitten vaan minä olen törmännyt näihin tämmöisistä aika tiukoista uskonnollisista yhteisöistä irrottautuneisiin henkilöihin, lähinnä nyt vanhoillislestadiolaisuus tuntuisi olevan sellainen, että siinä on joutunut törmäämään siihen syyllisyyteen ja kauhuun, miten se irrottautuminen, että jollakin tapaa se kokemus, että siinä menettää minuutensa ja identiteettinsä ja sitten myös se suru, että joutuu luopumaan perheestä ja läheisistä, koska on katsonut että se ei, ettei halua sillä tavalla elää kuin se yhteisö olettaisi ja siinä usein minun mielestä on ollut vaikeita pakko-oireita tai lähes psykoottisia episodeja. (Paula, 1–2)

Paula on hoitanut jopa psykoosiin asti johtaneita potilaiden yhteisöistä irrottautumisia. Potilaat ovat menettäneet minuutensa, identiteettinsä ja läheisensä. Yhteisö on mielletty Jumalan valtakunnaksi ja siitä ulosheitettyä uhkaa perimmäinen hylätyksi tulo ja yksin jääminen.⁷¹⁸ Paulan joidenkin potilaiden psyyke ei ole kestänyt tätä irrottautumisen kauhua, vaan heille on tullut psykoottisia episodeja. Kalle Supersenioreilla on ollut samoin hoidossa nuoria henkilöitä, jotka ovat erkaantuneet nuoruusiässä lestadiolaisista liikkeistä. Kalle kutsuu heidän tilannettaan jossain mielessä rajatilan tyyppiseksi, jossa heillä on identiteettinsä rakentamisen kanssa pulmia. Kallen potilailla on ollut yhteisöstä irrottautumisen syynä myös seksuaalisuuden ilmentämisen ja perhekuvion väliset ristiriidat.⁷¹⁹

Uskonnollinen homoseksuaalinen nainen oli kokenut tullessaan oman vanhoillislestadiolaisen yhteisönsä torjumaksi. Potilas oli tätä asiaa työstänyt Pulmu Supersenioren

⁷¹⁴ Paula Seniori, Kaarina Seniori, Karita Juniori, Kalle Supersenioreilla, Pekka Juniori ja Kirsi Supersenioreilla.

⁷¹⁵ Kaarina Seniori 7.

⁷¹⁶ Karita Juniori 2 ja Kirsi Supersenioreilla 2.

⁷¹⁷ Pekka Juniori 5–6.

⁷¹⁸ Hyrck 2014, 94–95.

⁷¹⁹ Kalle Supersenioreilla 2.

hoidossa.⁷²⁰ Pulmu sanoo potilaansa olleen hyvin uskonnollinen, ja yhteisön torjunta oli ollut hänelle aikanaan hyvin merkityksellinen. Tämä vuosikymmenten takainen torjunta oli edelleen potilaalle varsin kipeä asia.⁷²¹ Pulmu Superseniorin hoidoissa olevat henkilöt puhuvat hyvin vähän uskonnollisista ja hengellisistä teemoista. Pulmu sanoo haastattelussa mielenkiintoisella tavalla, että nämäkään potilaan kokemukset hengellisen yhteisönsä kanssa eivät varsinaisesti hänen mielestään olleet uskonnollisia tai hengellisiä olemukseltaan, vaan liittyivät ainoastaan potilaan historiaan ja eräällä tavalla hänen kelpaamisen kokemuksiinsa.⁷²² Todennäköisesti kuitenkin potilaan mielen maailmassa nämä aiheet eivät ole näin erillään toisistaan, vaan punoutuvat yhteen kelpaamisen kysymyksiksi itselle, yhteisölle ja Jumalalle sellaisena kuin hän on.⁷²³ Se ulottuvuus, että potilas voi kokea syvää kelpaamattomuutta Jumalan ja yhteisönsä edessä, jää kokonaan tarkastelematta tällaisissa psykoterapeutin rajauksissa.

Politiikantutkija, dosentti Aini Linjakumpu kirjoittaa, että sekä vanhoillislestadiolaisessa että Jehovan todistajat -liikkeissä ei tueta homoseksuaalista identiteettiä ja näin homoseksuaali joutuu etsimään identiteettiään ilman yhteisön hyväksyntää.⁷²⁴ Johannes Alarannan mukaan homoseksuaalisuus on perinteisen vanhoillislestadiolaisen ajattelun mukaan itsestään perkeleestä. Näin myös myönteinen suhtautuminen homoseksuaalisuuteen on synneistä kauheimpia.⁷²⁵

Henkilö saattaa joutua pohtimaan seksuaalisen orientaationsa, ja kokonaisidentiteettinsä sekä hengellisen yhteisönsä yhteensovittamista hyvin intensiivisellä tavalla, mikäli hän kokee näissä ristiriitaa. Yhteisöissä esiin tuodut kielteiset määritelmät homoseksuaalisuudesta vaikeuttavat omien homoseksuaalisten tunteiden nimeämistä ja samastumista muihin homoseksuaalisesti suuntautuneisiin, ja tällä on puolestaan vaikutuksensa identiteetin kehitykseen.⁷²⁶ Sama jännitteisyys voidaan kokea, kun henkilö etsii ammattiapua. Lestadiolaistaustainen Riku Karppinen kirjoittaa blogissaan oman hengellisen yhteisönsä ja seksuaalisen orientaation kanssa elämisestä:

Oma uskonkäsitteykseni joutui ensimmäistä kertaa kunnolla koetukselle kun suostuin tajuamaan, että seksuaalinen suuntautumiseni on pahasti ristiriidassa sen kanssa mihin uskon. Seksuaalinen kiinnostukseni kohdistui ainoastaan kanssani samaa sukupuolta oleviin ihmisiin. Se tuntui väärältä ja pahalta. En ymmärtänyt,

⁷²⁰ Pulmu, Supersenior, 2.

⁷²¹ Kirkkososiologi TT Hanna Salomäki on tehnyt eri uskonnollisten liikkeiden kesäjuhlilla kyselyn suhtautumisesta muun muassa homoseksuaalisuuteen. Vanhoillislestadiolaisuuden suvisuoroissa 92 prosenttia tutkituista ei pitänyt "homoseksuaalisuutta koskaan hyväksyttävänä". Rukoilevaisten kesäjuhlilla sama prosenttiosuus oli 94 prosenttia ja herättäjäjuhlilla 20 prosenttia. (Salomäki 2010, 338.) TT Eetu Kejoson mukaan vanhoillislestadiolaisuudessa vieroksutaan homoseksuaalisuutta ja saman sukupuolen edustajien avoliittoja eräällä lailla vastakulttuurisesti "tavalliseen" suomalaiseen väestöön nähden. (Kejonen 2014, 162.)

⁷²² Pulmu Supersenior, 3. Paavo Kettunen kirjoittaa: "Jos homoseksuaalisuus nähdään identiteetin kysymyksenä, sitä ei mielestäni voida tarkastella vain moraalin tai etiikan asiana. Identiteetissä on kysymys ihmisen kokonaisvaltaisesta suuntautumisesta kaikkeen. Se ei ole vain käyttäytymistä vaan koskettaa syvästi ihmisen koko olemusta. Tämän ajattelutavan mukaan homoseksuaalisuuden torjunta on koko ihmisen torjuntaa." (Kettunen 2007, 223.)

⁷²³ Nissilä 2009, 9.

⁷²⁴ Linjakumpu 2015, 122.

⁷²⁵ Alaranta 2013, 23.

⁷²⁶ Nissinen 2011, 16.

mistä tämä pahuus oli minuun tullut ja miksi se oli minussa. En minä halunnut minussa sellaista olevan. Se oli vastoin kaikkea sitä mitä minulle oli opetettu ja mihin olin kasvanut uskomaan.

Se oli todella vaikea tilanne. Koin, että maailmassa ei ole yhtä ainutta ihmistä, kenelle voisin tästä puhua. Ei löydy lestadiolaista, joka ymmärtäisi seksuaalisuuttani, eikä taas sitten ammattiauttajaa, joka ymmärtäisi uskonkäsitystäni. Tällaisessa ristiriitatilanteessa eläminen vei toki sitten romahdukseen ja pitkille sairauslomille.”⁷²⁷

Karppisen kokemuksessa on monta kerrosta: nuoren henkilön seksuaalinen orientaatio, yhteisössä kuultu oppi ja sen normit. Karppisen kirjoituksessa näkyy myös oletus, että ammattiauttaja ei kykenisi jäsentämään hänen lestadiolaista taustaansa tai laajemminkin Karppisen uskonkäsitystä. Karppinen siis olettaa, että nämä asiat eivät ole ollenkaan tuttuja psykoterapeuteille tai hän olettaa heillä olevan hoitoa rajoittavia ennakkokäsityksiä lestadiolaisuudesta.⁷²⁸ Karppinen myös olettaa, ettei oman yhteisön piirissä olisi ollut henkilöä, jonka kanssa voisi jakaa homoseksuaalisen orientaation kanssa elämiseen liittyviä asioita. Karppinen yritti ratkaista oman jännitteensä ”tappamalla” Jumalan, mutta hänen Jumalansa ei kuollut, vaan hänen jumalakuvansa ja kirkkokäsityksensä muuttuivat kokonaisvaltaisella tavalla.

Viisi psykoterapeuttia kertoo hoitaneensa Jehovan todistajia.⁷²⁹ Heistä Panu Supersenioreni mainitsee, että hänellä on ollut psykoterapiassa useitakin Jehovan todistajiin kuuluvia henkilöitä, vaikka hän ei itse tähän yhteisöön kuulukaan.⁷³⁰ Pirkko Seniorin ja Paula Seniorin psykoterapiahoidoissa ilmeni voimakkaita transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöitä Jehovan todistajat –taustaisten potilaiden kanssa, tätä analysoin luvussa 7.2.2. Oman yhteisön paheksunnasta ja jopa jäsenen poissulkemisesta kertoo Katariina:

⁷²⁷ Karppinen 2013. Internetaineisto. Dosentti Kalervo Nissilä toteaa homoseksuaalisesta orientaatiosta ja hengellisestä yhteisöstä seuraavaa: ”Aidosti sielunhoidollinen kohtaaminen, yhteys, läsnäolo, jakaminen ja vastavuoroinen elämysten tason tavoittava kanssakäyminen on homoseksuaalin henkilön – ehkä vielä useammin miehen kuin naisen – ystäväpiirissä ja uskonyhteisössä harvinainen poikkeus. Eli homoseksuaalisuuttaan tiedostava henkilö joutuu tavallisesti etsimään uudet uskon- ja muut ystävät. Muutos on tunnetusti yhdelle ja samalle ihmiselle ylivoimainen. Liian usein hän traumatisoituu uskonnollis-seksuaalisessa kehityksessään. Tällaisten henkisten ja hengellisten vammautumisten ennakoimisessa, estämisessä ja korjaamisessa kaikilla uskonnollisilla yhteisöillä on kollektiivinen vastuu.” (Nissilä 2009, 8.)

⁷²⁸ Yhdysvaltalaisen Buserin tutkimusryhmäntekemässä tutkimuksessa tutkimustuloksena oli samoin, että psykoterapeutit eivät oikein osaa auttaa potilaita, joiden seksuaalisen orientaation ja hengellisyyden asiat risteävät. (Buser, J. & Goodrich & Luke & Buser, T. 2011, 289–292.)

⁷²⁹ Katariina Juniori, Kirsi Supersenioreni, Panu Supersenioreni, Paula Seniori ja Pirkko Seniori.

⁷³⁰ Panu Supersenioreni, 2. Teologi Aila Ruohon tutkimuksessa Jehovan todistajista irtautuneista 64 henkilön haastatteluihin haastateltava Pihla kertoo omasta mielenterveysongelmastaan: ”Mutta mitään ammattiapuuta en saanut enkä osannut edes hakea tai kaivata, koska Jehovan todistajat suhtautuvat hyvin epäluuloisesti niin sanottuun ”maailmalliseen” ammattiapuun, he katsovat sen heikentävän uskoa ja etteivät ammattiauttajat Jehovan todistajiin kuulumattomina kykene ymmärtämään Jehovan todistajana olemista ja taustaa.” (Ruoho 2015, 161.)

Jehovan todistajat esimerkiksi, ja minä olen ymmärtänyt, että siellä on tietyt sen mukaiset käyttäytymisohjeet, ja tavat olla, yhteisönä aika tiivis. (...) Minulla on muutamia nuoria asiakkaita, jotka on käyttäytyneet oman kertomansa mukaan niin, että se yhteisö on paheksunut, esimerkiksi tai ulossulkenut, ja sekin on ollut monenlainen kokemus, syvä kokemus, ja on, että jo se, että on tiiviisti ja suoja-sa ja sitten tapahtuu jotakin ja sitten sinä joudutkin sen yhteisön ulkopuolelle. (Katariina, 3)

Katariinan potilaat ovat käyttäytyneet yhteisön sääntöjen vastaisesti, ja yhteisö on osoittanut paheksuntaansa tai jopa sulkenut henkilön sen ulkopuolelle.⁷³¹ Jehovan todistajissa edellytetään, ettei erotetun tai eronneen jäsenen kanssa olla missään tekemisissä.⁷³² Yhteisöstä erottamiseen liittyy myös arvaamattomuus niin, ettei erotettu ole ehtinyt ennakoida tilanteen vaatimia asioita.⁷³³ Kirsi Superseniörin Jehovan todistajiin kuulunut potilas oli pohtinut omaa kelpaamistaan ja riittävyytään yhteisölle:

”Voinko olla mukana yhteisössä, jos en täytä sen asettamia kriteerejä?”⁷³⁴

Kirsin näkemyksen mukaan sama kelpaamisen kysymys näyttäytyi tämän potilaan kohdalla hänen kaikissa muissakin ihmissuhteissaan.

⁷³¹ ”Erottaminen = Virallinen toimenpide, jolla rikkoja suljetaan jonkin yhteisön tai järjestön ulkopuolelle. Uskonnollisissa yhteisöissä se on periaate ja niille luonnostaan kuuluva oikeus, ja se voidaan rinnastaa poliittisten ja kansallisten elinten valtaan määrätä kuolemanrangaistus, karkottaa maasta ja kieltää jäsenyys. Jumalan seurakunnassa sitä käytetään järjestön opillisen ja moraalisen puhtauden säilyttämiseksi. Tämän vallan käyttäminen on välttämätöntä järjestön, varsinkin kristillisen seurakunnan, olemassaolon jatkumiselle. Seurakunnan täytyy pysyä puhtaana ja säilyttää Jumalan suosio, jotta hän voisi käyttää sitä ja jotta se voisi edustaa häntä. Muutoin Jumala erottaisi eli karsisi pois koko seurakunnan.” (II 2:5; 1Ko 5:5, 6.) (Jehovan todistajat. Vartiotornin verkkokirjasto. Opaskirja. Internetaineisto.)

⁷³² Kettunen 2014, 92.

⁷³³ Linjakumpu 2015, 215–216. Teologi Aila Ruohon Jehovan todistajista irtaantuneiden kokemuksien tutkimukseen osallistunut Anu kertoo poikaystävänsä M:n tilanteesta näin: ”Irtautumisprosessi kävi todella nopeasti ja rymähtäen, joten M jäi tyhjän päälle. Lahkon ulkopuolisiakaan kontakteja ei hirveästi ollut, sillä ystäväpiiri ynnä muu sellainen jäivät todistajiin. Järkytys ajoi hänet työkyvyttömäksi, eli koulu jäi silloin kesken. Koko elämä meni siis oikeastaan uusiksi, ei kotia, ei sosiaalisia suhteita, ei koulua, ei työtä, ei mitään. Jo aiemmat mielenterveydelliset ongelmat pahenivat ja M joutui osastolle.” (Ruoho 2015, 348.)

⁷³⁴ Kirsi Superseniöri 5.

7 Psykoterapiasuhteet sekä uskonnolliset ja hengelliset teemat

7.1 SETTINGIIN LIITTYVÄT TEKIJÄT

7.1.1 Tärkeä setting

Tässä luvussa tarkastelen settingin elementtejä tutkimusaineistossani. Uskonnollisen ja hengellisen mielensisällön tutkimiseen ja siitä puhumiseen vaikuttaa psykoterapeutin määrittelemät hoidon puitteet. Tämä vaikuttaa siihen, mitä aineista potilas voi tuoda psykoterapiaan ja mitä ei. Psykoterapeutin käsitys settingistä vaikuttaa hänen valintoihinsa silloin, kun hän ottaa potilaan tuomasta materiaalista jotain tarkemmin työstettäväksi. Lisäksi psykoterapeutin työskentelytapaan vaikuttaa se, millaisissa omissa asioissaan hän noudattaa abstinenssia ja neutraliteettia tiukasti ja milloin taas väljemmin. Oman tutkimukseni kannalta on merkittävää, kokevatko psykoterapeutit uskonnollisen ja hengellisen mielensisällön jotenkin erityisellä tavalla ja noudattelevatko sen kanssa siksi erityisen tiukasti settingin periaatteita.

Kaikki haastattelemani psykoterapeutit pitivät psykoterapian puitteista huolehtimista tärkeänä psykoterapeutin tehtävänä. Puitteiden tärkeydestä kertoi suoraan ilmaisten kuusitoista haastattelemaani psykoterapeuttia. Neljä psykoterapeuttia kertoi viitteellisemmin settingin olemassaolon ja huolehtimisen tärkeydestä mahdollistamassa psykoterapeuttista hoitoa.⁷³⁵ He eivät maininneet esimerkiksi puitteisiin liittyviä käsitteitä: neutraliteettia, abstinenssia tai yhteistyösuhdetta. Kuitenkin hekin kertoivat toimintatavoistaan puitteiden ylläpitämiseksi uskonnollisissa ja hengellisissä aiheissa yleistasolla liikkuvien potilasesimerkkien avulla. Esimerkiksi Paula Seniori kertoi tilanteen, jossa hän oli poikennut tavallisesta neutraliteetistaan kehottamalla kotiinsa eristäytyvää psykoterapiapotilastaan käymään jumalanpalveluksessa. Ajatus messussa vierailemisesta oli tullut potilaan mieleen ja tätä oli työstetty psykoterapian kuluessa paljon, mutta viimeinen kehoitus osallistua tuli psykoterapeutilta.⁷³⁶

Perusajatus siitä, että psykoterapian aika ja tila on varattu potilaan mielensisällön tutkimiseen epäsymmetrisellä tavalla settingin suojaamana, tuli esille sekä psykodynaamisten että kognitiivisten psykoterapeuttien kertomuksissa. Tällöin psykoterapeutti pidättäytyy paljastamasta hoitoon kuulumatonta tietoa itsestään.⁷³⁷ Selkeimmin settingin tärkeydestä hoidon mahdollistajana ja tämän funktion vuoksi jopa eräänlaisesta puitteiden pyhydestä puhuu Pirkko Seniori:

⁷³⁵ Paula Seniori, Pentti Seniori, Pulmu Superseniore ja Kyllikki Juniori.

⁷³⁶ Paula 7.

⁷³⁷ Pylkkänen 2011, 44.

Mutta setting on, minun mielestä se on semmoinen tietynlainen, siinä on se pyhyys. Että kun sen jaksaa, jaksaa ja pystyy pitämään turvallisena, niin se on tärkein pointti... (Pirkko, 6)

Pirkon kuvauksessa settingistä pyhyiden kantajana kuvautuu vaikeasti sanoiksi puettava ihmetys siitä, kuinka psykoterapia aina toimii, jos settingistä jaksaa pitää huolellisesti kiinni.⁷³⁸ Tähän asenteeseen sisältyy ajatus, että psykoterapeutti kokee toisen henkilön, potilaansa, sellaisena kokonaisuutena, jota ei voi hallita tai kontrolloida. Toinen ihminen koetaan mysteerinä.⁷³⁹ Pirkko jatkaa kertomustaan siitä, kuinka potilas saattaa kaikin voimin yrittää tuhota ja hyökätä settingiä vastaan omien transferenssikokemustensa vuoksi. Tällöin psykoterapeutin tärkeä tehtävä on pitää setting luotettavasti turvallisena ja kestäväenä, jotta työskentely mahdollistuisi.⁷⁴⁰ Tässä työskentelyssä auttaa myös se, että psykoterapeutti on tietoinen omista ahdistuksistaan ja ottaa ne myös omikseen. Hänen ei tarvitse projisoida, idealisoida tai halveksua toista.⁷⁴¹

Pauli Seniori korostaa, että psykoterapiaan itsessään ei saa tulla mystisiä tai hengellisiä elementtejä. Pauli kertoo, että hänelle on puitteiden kannalta työssä tärkeää, että psykoterapia pysyy psykoterapiana:

Mutta ehkä kyllä koen, että itsessään psykoterapiat tai ainakin mitä minä edustan psykoanalyttinen psykoterapia, tämä ei itsessään, tämä yhteistyösuhde, tämä terapia, ei saa hengellistyä tai mystifioitua, että se on minusta selkeää ja ehdotonta. (Pauli, 5)

Pauli korostaa asennetta, jossa potilaan tuomaa materiaalia tutkitaan ja tarkastellaan, mutta kuitenkin säilytetään psykoterapian perustehtävä tiedostamattoman tuomisesta tietoiseen käsittelyyn. Paulille on tärkeää, että omalla tavallaan psykologian ja hengellisen alueen asioita ei sekoiteta toisiinsa tai tulkita toistensa kautta. Hän on kuullut tilanteista, joissa potilaat ovat kertoneet aiemmin tapahtuneesta hengellisten asioidensa suorasta psykologisoimisesta mielenterveyshoidoissa ja vastavuoroisesti psykologisten asioidensa hengellistämisestä.⁷⁴² Esimerkiksi niin, että potilaan uskonnolliseen yhteisöön kuuluminen on välittömästi saanut yleistä psykologista tulkinallista sisältöä, joka on perustunut yksinomaan psykoterapeutin ennakkokäsityksiin tästä nimenomaisesta yhteisöstä.⁷⁴³

⁷³⁸ Psykologi Elisha Goldstein liittää tällaiseen arkipäivän keskellä tapahtuvaan pyhyiden kokemukseen seuraavia elementtejä: yhteyden kokemuksen transendenttiseen ja toiseen ihmiseen, tunnekokemuksen kiitollisuudesta, ihmetyksestä, siunauksesta, armosta ja syvästä sisäisestä rauhan tunteesta. (Goldstein 2007, 1002.)

⁷³⁹ Schwab 2007, 52.

⁷⁴⁰ Pirkko 6. Vertaa esimerkkinä Hymy Kankaanpään kirjan psykoterapiakokemuksesta alaluvussa 2.2.5. Myös Rizzuto tähdentää settingin tärkeyttä uskonnollisen materiaalin kanssa. (Rizzuto 2009, 21.)

⁷⁴¹ Brooke 2000, 157.

⁷⁴² "Hengellistäminen tarkoittaa erilaisten asioiden, näkemysten ja toimintojen saattamista hengellisen arvioinnin kohteeksi." (Linjakumpu 2015, 225.)

⁷⁴³ Pauli 2.

Myös kognitiiviset psykoterapeutit korostivat haastatteluissa, että psykoterapian puitteet ovat tärkeitä, ja näin psykoterapeutin omat asiat tai minkäänlainen psykoterapeutin oma agenda ei kuulu psykoterapiaan. Näissä settingin puitteissa psykoterapia tapahtuu. Esimerkiksi Kalle Superseniorei sanoo:

En käännytä pois enkä tykö, että ei ole semmoista tieteellistä missioo eikä ateistista missioo eikä sen kummemmin uskonnollista missioo. (Kalle, 7)

Kallelle on tärkeää se, että psykoterapia pysyisi mahdollisimman vapaana tilana potilaan mielensisällöille. Kalle pohtii haastattelussa myös erilaisia psykoterapia-maailman oppirakennelmia, koulukuntia ja ideologioita, joiden noudattamisesta voi psykoterapiatyössä samoin tulla eräänlainen psykoterapeutin missio.⁷⁴⁴ Yleensä kognitiivisissa psykoterapioissa psykoterapeutin omaa itsetuntemusta ja omien uskomustensa tunnistamista sekä oman arvomaailman selkiyttämistä pidetään tärkeänä, jotta psykoterapiasuhte olisi mahdollisimman hedelmällinen.⁷⁴⁵

Kati Superseniorei korostaa työssään psykoterapeutina sitä, että kaikenlaisten mielen ilmiöiden ja asioiden on tultava aina selkeästi esiin potilaan tuottamassa aineksessa, ennen kuin siihen voi psykoterapian työvälinein tarttua:

Ja sitten taas toisaalta en minä itse oikeasti aktiivisesti ole hengellisiä kysymyksiä nostanut esille, koska minä ajattelen, että tavallaan niitten keskeisten kysymysten nostaminen on potilaan asia. (Kati, 5)

Tämä Katin kommentti liittyy tilanteeseen, jossa hän tavanomaisista työtavoistaan poiketen oli nostanut ”pikkusen aktiivisesti” potilaansa kuolemankäsitteitä esiin tämän kohdattua työyhteisössään itsemurhatilanteen. Tämä psykoterapeutin kyselemällä tekemä aihepiirin esiin nosto oli johtanut siihen, että Katin potilas oli aktiivisemmin tutkinut omaa suhtautumistaan kuolemaan ja uskoon. Tapa, jossa psykoterapeutti osallistuu aihepiirin esiin nostamiseen yhteistyössä potilaan kanssa, on siten myös tavallinen.⁷⁴⁶

Samanlainen ajatus siitä, että asian tai ilmiön on aina jollakin tapaa esiinnyttävä potilaan materiaalissa, ennen kuin siihen voi psykoterapeutin menetelmin puuttua, ilmeni kaikkien haastattelemini psykoterapeuttien kertomuksissa. On aina potilaan asia tuoda puheenaihe tai näkökulma psykoterapiaan ja tarkasteltavaksi. Myös psykoterapia-asiakkaiden hoidosta vuonna 2007 tehdyn amerikkalaistutkimuksen yhtenä löydöksenä oli, että potilaat (n=12) hyötyivät hoidosta parhaiten silloin, jos he itse nostivat uskonnolliset tai hengelliset asiat käsittelyyn erityyppisissä psykoterapiahoidoissaan.⁷⁴⁷ Joissakin kognitiivisen psykoterapian suunnissa hoidon alussa olevaan

⁷⁴⁴ Kalle 10.

⁷⁴⁵ Kuusinen 2011, 49.

⁷⁴⁶ Knox & Catlin & Casper & Schlosser 2005, 295.

⁷⁴⁷ Knox & Catlin & Casper & Schlosser 2005, 294–295, 299.

potilaan tilanteen käsitteellistämiseen⁷⁴⁸ kuuluu strukturoidumpi haastatteluvaihe, johon voi liittyä suoraan arvoihin ja vakaumuksiin liittyviä kysymyksiä. Tällaisten kartoitusten käytöstä työssään kertoivat Katariina Juniori ja Kaarina Seniori.

Tarkastelen seuraavassa, miten haastatteleman psykoterapeutit kertoivat noudattavansa psykoterapian asetelman periaatteita työssään uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa. Käsittelem aineistoani tarkemmin neljältä näkökannalta: 7.1.2 Puitteiden ylläpito työssä yleensä 7.1.3 Ristiriita ammatillisissa rooleissa. 7.1.4 Ohjaaminen hengellisen alan työntekijälle. 7.1.5 Uskonnollisten ja hengellisten symbolien ja metaforien esilläolo työhuoneessa sekä psykoterapiatyössä.

7.1.2 Settingin ylläpito uskonnollisten ja hengellisten teemojen kanssa

Aineistossani seitsemän psykoterapeuttia⁷⁴⁹ kertoo antavansa alkuhaastattelujen yhteydessä instruktioita siitä, miten psykoterapiassa keskitytään potilaan mielensisältöön ja miten psykoterapeutti ei kerro omista asioistaan. Heistä Panu Superseniorei sanoo seuraavasti:

Minä annan alussa kaikille sen instruktioita, että tämä on sillä tavalla yksipuolista, että minä en itsestäni kerro, enkä omista ajatuksistani, sellaisista, jotka koen, että on minun asioita. (Panu, 6)

Panu korostaa psykoterapian tapahtuvan epäsymmetrisesti. Panu kertoo olevansa varsin tarkka siinä, ettei ala ollenkaan vastata potilaiden kysymyksiin omasta yksityiselämästään tai taustoistaan. Hän kokee tämän tarkan pidättyväisyytensä olevan osittain persoonaan liittyvä asia ja toisaalta sellainen korostus, joka on aikanaan tullut opituksi psykoterapeuttikoulutuksessa.⁷⁵⁰ Poikkeuksen tästä pidättyvyydestään Panu tekee silloin, jos potilas on hakenut internetistä julkista tietoa hänen osallistumisestaan kirkolliseen elämään ja kysyy psykoterapiatunnilla tästä. Tällöin Panu kertoo asiasta sen verran kuin julkinen tieto paljastaa.⁷⁵¹

Pauli Seniorin vastaanottohuoneessa potilaat ovat kysyneet alkuvaiheessa hänen käsityksiään uskonnollisista asioista. Pauli on liittännyt tämän kyselyn yleisemmin siihen, että potilas kysyy, hyväksytäänkö hänet hoitoon kaikkine puolineen. Potilas tarkastelee, miten hänet otetaan vastaan ja miten hän kokee psykoterapeuttinsa suhtautuvan uskonnollisiin ja hengellisiin aihepiireihin. Tämä on eräänlaista testaamista siitä, voiko psykoterapeutti puhua näistäkin asioista.⁷⁵² Näissä tilanteissa Pauli on

⁷⁴⁸ Käsitteellistäminen on potilaan kanssa tehty hahmotelma, työoletus siitä, mistä tämän ongelmassa on kyse. Käsitteellistäminen lisää tutkivaa ja ymmärtävää asennetta sekä jäsentää hoitosuunnitelmaa. (Karila & Holmberg 2008, 50.)

⁷⁴⁹ Kaarina Seniori, Kaisa Seniori, Kirsi Superseniorei, Panu Superseniorei, Pauli Seniori, Pihla Seniori ja Pirjo Superseniorei.

⁷⁵⁰ Panu 2.

⁷⁵¹ Panu 2.

⁷⁵² Saraneva 2012, 246. Sosiaalipsykologi, psykoterapeutti Jussi Nissinen kirjoittaa homo- tai biseksuaalisen ihmisen hoitoon hakeutumisen ilmiöstä näin: "Moni kertoo suuntautumisestaan aluksi rivien välissä ja tutkailee, miten tulee kuulluksi. Avoimen kertomisenkin jälkeen moni kuuntelee tarkkaan, millaisin äänenpainoin auttaja eri asioista puhuu, mihin asioihin hän tarttuu, mitä hän painottaa ja mitkä asiat hän ohittaa." (Nissinen 2011, 24.) Sama testaamisen ilmapiiri voi koskea ihmistä, joka miettii psykoterapeutin suhtautumista uskonnollisiin aiheisiin.

vastannut vain sillä olevan psykoterapiahoidossa merkitystä, mitä potilas itse näistä asioista ajattelee ja mikä on potilaan oma suhtautuminen kyseiseen asiaan.⁷⁵³

Pihla Seniorin vastaanotolla on käynyt potilaita, jotka kysyvät hoitoon tullessaan, voiko uskonnollisista ja hengellisistäkin aihepiireistä hoidossa puhua. Silloin Pihla tarkentaa, että hoidossa puhutaan:

”Niistä tunteista, kokemuksista, ajatuksista, mitä sinulla on.” (Pihla, 8)

Pihlan työtavassa on tärkeää, että fokus pysyy potilaan mielenmaiseman tarkastelussa. Hän myös korostaa näkemystä, että hän yrittää aina pysytellä hoidossa siinä, mikä on potilaalle henkilökohtaisesti ja kokemuksellisesti tärkeää eikä esimerkiksi lähde tarkastelemaan teoreettisempaa tai opillisempaa pohdintaa yleistasolla, joka johtaa pois henkilökohtaisesta asioiden käsittelystä.⁷⁵⁴ Uskonnollista ja hengellistä puhetta voidaan käyttää defensiivisesti psykoterapiassa niin, että puhe siirretään yleisiin tai teoreettisiin asioihin.⁷⁵⁵ Ana-Maria Rizzuto varoittaa tästä psykoterapian sudenkuopasta etenkin silloin, kun sekä potilas että psykoterapeutti jakavat uskonnollisen taustan ja elämäntavan. Uskovan psykoterapeutin voi olla silloin vaikea paljastaa asiakkaan kaikkein synkimpiä ja eriskummallisimpia kokemuksia jumaluuden kanssa.⁷⁵⁶

Kaarina Seniorin alkuhaastattelun kysymyspakettiin, siis potilaan tilanteen kognitiiviseen käsitteellistämiseen⁷⁵⁷, kuuluu joskus myös uskonnollisen ja hengellisen alueen kysymyksiä. Kaarina pohdiskeli tutkimushaastattelussa omaa poikkeavaa toimintaansa näiden alueiden osalta niin, että nämä kysymykset eivät hänellä kuitenkaan aina kuulu hoidon alun tilanteen käsitteellistämiseen. Hän arveli, että tämä on yleisempi yhteiskunnallinen trendi, jota itsekin tulee noudatettua, siis ettei uskonnollisen ja hengellisen alueen teemoista olekaan niin helppoa ja vaivatonta puhua kuin esimerkiksi seksuaalisuuden teemoista. Kaarina korostaa toisaalta sitä, että nämä ovat tavallisia ja usein potilaille tärkeitä asioita, mutta kuitenkin niiden käsittelyyn liittyy hankaluutta, jota on omassa mielessä vaikea tavoittaa.⁷⁵⁸

Settingin kohdalla on selkeitä eroja sen suhteen, mitä psykoterapeutti kertoo henkilökohtaisista asioistaan potilaalle. Oleellista tässä asiassa on, mitä psykoterapeutin elämänavuutta potilaan kysymykset koskettavat. Uudet potilaat ovat joskus kysyneet Kaisa Seniorilta: ”oletko kotoisin sieltä ja sieltä kun puhut noin?” Kaisa kertoo vastanneensa näihin kysymyksiin suoraan olevansa ”sieltä perukalta” ja nimenneensä pienen kotipaikkakuntansa, koska hän ajattelee sen olevan yhteistä jaettavaa kokemusta potilaan kanssa ja tällaisena vahvistaa syntyvää kontaktia. Kotipaikkakunnaltansa Kaisa kertoo myös saaneensa tuntumaa siihen, miten lestadiolaisessa yhteisössä ele-

⁷⁵³ Pauli 4.

⁷⁵⁴ Pihla 8.

⁷⁵⁵ Tämä mahdollisuus defensiiviseen yleistasolla tapahtuvaan puhumiseen koskee tietenkin mitä tahansa muutakin mielen- ja elämänsisältöä.

⁷⁵⁶ Rizzuto 2009, 22.

⁷⁵⁷ Käsitteellistäminen on potilaan kanssa tehty hahmotelma, työoletus siitä, mistä tämän ongelmissa on kyse. Käsitteellistäminen lisää tutkivaa ja ymmärtävää asennetta sekä jäsentää hoitosuunnitelmaa. (Karila & Holmberg 2008, 50.)

⁷⁵⁸ Kaarina 4.

tään.⁷⁵⁹ Sen sijaan Kaisan toiminnassa esimerkiksi potilaan kysymykseen kirkkoon kuulumisesta hän sanoo vastaavansa ennemmin vastakysymyksellä: ”mistä sinulle tuli mieleen kysyä tätä?” Lähinnä Kaisa ajattelee, että tämä vastakysymys vie potilaan mielenkiinnon takaisin hänen omaan elämäänsä niin, että potilas jopa sivuuttaisi hänelle tekemänsä kysymyksen. Kaisa jatkaa vastaavansa siten kuin asia on, jos potilas jatkaa kysymistä.⁷⁶⁰

Kirsi Superseniorin työtavat vaihtelevat sen suhteen, miten hän vastaa potilaiden kysymyksiin omista asioistaan. Hänen mielestään on tärkeää kuulostella myös potilaan hoidon tilannetta. Tästä tunteiden ja vaistojen varassa tapahtuvasta valinnastaan Kirsi kertoo:

Että se on vähän semmoinen intuition asia, että mikä syntyy. Että jotenkin varmaan siinä vuorovaikutuksessa ja siinä kun on kontaktissa sen ihmisen kanssa, mikä on... en minä osaa sitä selittää sen enempää, se on vaan se tunne, mikä itselle tulee, että nyt. (Kirsi, 7)

Kirsi jatkaa kertomusta siitä, että hänen omassa psykoterapeutin työssään varmuus kertoa itsestään joitakin asioita ja joitakin taas ei, on kasvanut ajan kanssa. Hän luottaa yhä enemmän omaan ammattitaitoonsa, ikäänsä ja kokemukseensa intuition lähteenä.⁷⁶¹ Psykoanalyttikko Pekka Kiviranta korostaa pidättyvyyttä suhteessa potilaan neuvomiseen ja muihin suoriin interventioihin, mutta sanoo, ettei näistä aina voi pidättäytyä. Silloin psykoterapeutin tahdikkaus ja ammatillinen osaaminen on erityisen tiukoilla. Kivirannan mukaan aina ennen vastaamista on kuitenkin syytä tutkia niitä perusteita, joista käsin potilas kysymyksensä tekee.⁷⁶² Itse ajattelen, että samoin psykoterapeutin on tärkeää pohtia huolella oman vastaamisensa perusteita.

Pirjo Superseniorilla on tapana pitää 2–3 alkuhaastattelua ennen kirjallisen psykoterapiasopimuksen tekoa. Pirjo antaa potilaille mahdollisuuden kysyä hänen ammatillisista asioistaan, kuten esimerkiksi hänen koulutuksistaan. Pirjo kertoo:

Minä tiedän, että se [psykoterapeutin uskonnollisuus] voi olla myös ratkaiseva asia joillekin potilaille, mutta siitä huolimatta minä pyrin pitämään sen, minä sanon aina yleensä niin, että tämä kuuluu siihen henkilökohtaisten, intiimien asioiden joukkoon, kuten esimerkiksi seksuaalisuus, että toivon, että ymmärrät, että en halua kertoa vakaumustani. (Pirjo, 3)

Pirjo tekee selkeän rajauksen siinä, mitä hän kertoo potilaille. Erityisesti seksuaalisuuden ja uskonnollisen vakaumuksen alueet ovat hänelle sellaista, joista hän ei toivo potilaiden kysyvän. Pirjo kertoo vastaavansa potilaalle tämän kysyessä uskonnollisesta vakaumuksesta esimerkiksi näin:

⁷⁵⁹ Kaisa 2.

⁷⁶⁰ Kaisa 9.

⁷⁶¹ Kirsi 5.

⁷⁶² Kiviranta 1988, 250–251.

”Että tota, se ei ole tässä, minä voin vakuuttaa, että se ei ole tässä terapiassa kuitenkaan se oleellinen asia, vaan riippumatta siitä, mikä se minulla on, niin se mitä sinä haluat kertoa siitä omasta hengellisyydestäsi tai hengellisistä, uskon asioista, niin ne on kaikki sallittuja ja tervetulleita ja me yhdessä niitä pyritään ymmärtämään ja tutkimaan.” (Pirjo, 3)

Pirjon tarkennuksessa on selkeästi nähtävissä psykoterapian perustava epäsymmetrisyys: kaikki tila ja aika on varattu potilaan mielensisällön ja kokemusmaailman tutkimiseen, ja on toisarvoista, miten psykoterapeutti ajattelee tai mihin hän itse uskoo. Todellinen tieto psykoterapeutin käsityksistä ja asioista kaventaa transferenssin mahdollisuuksia. Pirjon mielestä on tärkeää, että psykoterapeutilla on avoin mieli vastaanottaa kaikkea sitä, mitä potilas tuo psykoterapeuttiseen käsittelyyn. Pirjo jatkaa seuraavasti:

Kyllä minä uskoisin, että aina minä olen yrittänyt ainakin tietoisesti ylläpitää semmoista avaramielistä humaania otetta tässä työssä, että kaikki on sallittua, että voi ja pitääkin puhua mielensisällöstä, mitä mieleen tulee. Että en tiedä sitten, että onko silleen oikeasti ollut auki? ... Että kai se on niin, että niin pitkälle voi potilas tulla, kun terapeutilla on mieli auki. Että se voi ottaa vastaan, potilaat vaistoavat kauhean nopeasti, jos joku asia menee sille alueelle, että toi ei... kuule, ei kuule, eikä ymmärrä. (Pirjo, 8)

Pirjon näkemyksessä psykoterapeutin tärkeä työväline on oma mieli ja sen avoinna pitäminen, jotta koko psykoterapian aika ja tila tulisi potilaan käyttöön mahdollisimman laaja-alaisesti kaikilla elämäalueilla. Pirjolle myös oman mielen työstäminen, vastatransferenssityö, on tärkeää. Hän kokee, että tällöin mieli pysyy avoimena ja vastaanottavaisena.

Kolme psykodynaamista psykoterapeuttia⁷⁶³ ottaa esiin internetin ja sosiaalisen median ja sieltä psykoterapeutista saatavan tiedon asiana, joka vaikuttaa psykoterapian asetelmaan selkeästi. Kaikki kolme erottavat internetistä ja sosiaalisesta mediasta saatavan tiedon julkiseksi ja siitä he myös keskustelivat potilaidensa kanssa esiin tulleen tiedon tasolla, mikäli potilas heiltä tästä asiasta kysyi. Nämä tiedot liittyivät psykoterapeuttien vastaanotto toimintaan, kuten miellelyhtymiin psykoterapeutin toiminimestä, psykoterapeutin osallistumiseen kirkolliseen elämään tai hänen koulutuksellisiin tietoihinsa. Kaikissa tapauksissa potilaat olivat saaneet näitä tietoja google-hakukoneen kautta.

7.1.3 Ristiriita ammatillisissa rooleissa

Eri ammattirooleissa kohdataan ihminen eri tavalla ja eri ammattirooleilla on tähän kohtaamiseen erilaisia vaateita ja käytäntöjä. Syy siihen, miksi ihminen tulee eri työntekijöiden puheille, on erilainen eri ammattiteissa ja tehtävissä. Näin myös kohdattavan tilanteen selvittely, kuten psykoterapiassa tapahtuva diagnostiikka tai poti-

⁷⁶³ Panu Superseniore, Pauli Seniore ja Pirjo Superseniore.

laan tilanteen arviointi ja selvittely on hyvin erilaista kuin lääketieteessä. Näitä eroja kuvailin teoreettisesti luvussa 2.5. Erilaista on myös se, miten eri ammattirooleissa toimitaan.

Seuraavassa näyttäytyy, millä tavalla pastori-psykoterapeutit ovat mieltäneet toimintatapojen eroja työskennellessään erilaisissa konteksteissa. Joensuun yliopiston ja Therapeia-säätiön yhteistyönä järjestämässä ensimmäisessä pastoraalipsykologisessa psykoterapeuttikoulutuksessa vuosina 2004–2007 kouluttautuneet pastorit Jaana Räntilä ja Jussi Holopainen kertovat koulutuskokemuksistaan *Psykoteraapia-lehden* numerossa 1/2009. Räntilä kertoo tämän kaltaisen psykoterapeuttikoulutuksen mahdollistaneen hänelle itselleen enemmän sietämättömän kohtaamista ja kannattelua ilman liian nopeita interventioita. Räntilä pohtii artikkelissa sielunhoidon ja psykoterapian yhteneväisyyksiä ja eroja. Hän kokee, että kirkon haasteena ihmisten auttajana on nopean tyynnyttämisen ja mielensisällön tutkimisen eron tajuaminen.⁷⁶⁴

Tämä onkin merkittävä työskentelytapojen ero. Tyynnyttäminen tapahtuu nopeasti, mutta lopettaa samalla kohdattavan kertomuksen vastaanottamisen ja kantamisen. Siinä kuulija ei vastaanota toisen kertomusta, vaan projisoi mielensisällön takaisin.⁷⁶⁵ Sen sijaan autettavan mielensisältöä voi kantaa, tutkia ja tarkastella, kun sen vastaanottaja kestää ja kykenee sitä ajattelemaan. TT (h.c.), suomalaisen sairaalasielunhoidon pioneeri Niilo Syväne (1900–1986) on kirjoittanut kyvystä asettautua kuuntelemaan ja vastaanottamaan toista.⁷⁶⁶ Syväne liittyy kuuntelijan kyvyttömyyden todella kuunnella ja kantaa toisen asiaa siihen, että kuuntelija ei itse asiassa siedä itsessään sitä, ettei tiedä tai osaa auttaa. Tästä lähtökohdasta käsin hän alkaa tarjota liian nopeita lohdutuksia.⁷⁶⁷

Holopainen kuvaa psykoterapeuttikoulutuksen antaneen hänelle tilaa ja rytmin, joka mahdollistaa oman mielen vapaan assosiaation psykoterapeutina. Tällainen tilan luominen vapaalle assosiaatiolle vaatii psykoterapeutin elävän ja keskittyneen läsnäolon.⁷⁶⁸ On tärkeää huolellisesti arvioida transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöiden itsessä esiin nostamaa ainesta, ja sitä, mitä psykoterapeutti välittää muodossa tai toisessa potilaalleen kaikesta siitä, mitä hänen mielessään liikkuu.

Aineistoni psykoterapeuteista yhdeksän (peruskoulutukseltaan kolme teologia, kolme lääkäriä, yksi sairaanhoitaja, yksi terveydenhoitaja ja yksi nuorisotyönohjaaja) kuvailivat kokemiaan ristiriitoja ammatillisen peruskoulutuksensa vaateiden ja psykoterapeutin työn jännitteessä.⁷⁶⁹ Haastattelemani psykologit eivät maininneet kokeneensa ristiriitoja uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa erilaisissa ammattirooleissaan. Ainoastaan yksi psykologi puhui asiasta liittyen julkisen sektorin työhön ja siellä tehtäviin potilasasiakirjamerkintöihin. Olen koontanut ammattirooleissa koetut ristiriidat taulukkoon 7.1.

⁷⁶⁴ Räntilä & Holopainen 2009, 50.

⁷⁶⁵ Vertaa pastoraalipsykologian perustajan Anton T. Boisenin kokemusta mielisairaalan potilaana: papit kyllä toimittavat messun sairaalassa, mutta eivät juuri ole kontaktissa potilaiden kanssa. (Boisen 1936, 6.)

⁷⁶⁶ Syväne 1965, 93–97.

⁷⁶⁷ Syväne 1965, 96–97.

⁷⁶⁸ Räntilä & Holopainen 2009, 52. Lähdeoja 1981, 313.

⁷⁶⁹ Haastattelut 1, 3, 5, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 17 ja 18.

Taulukko 7.1. Peruskoulutuksen ammattiroolin ja psykoterapeutin roolin välinen ristiriita. (N=9).

	Ammatillinen peruskoulutus	Ristiriita/jännite
3	Teologi/pappi	Potilas mietti, oliko psykoterapeutilla agenda ja tämä puolestaan sai psykoterapeutin miettimään, mitä psykoterapiassa tarjotaan? Oman ajattelun vapaus tärkeä, ja sama koskee potilaita
5	Teologi/pappi	Messussa pappina ja psykoterapiassa psykoterapeutina
8	Nuorisotyönohjaaja	Psykoterapeutti ei edusta mitään arvomaailmaa tai esimerkiksi kirkkoa
11	Lääkäri	Kahden potilaan kanssa ”jakanut” kristillistä näkemystä
12	Lääkäri	Lääketieteellisessä on painotettu, että uskonnollisista aiheista ei voi puhua potilaiden kanssa. Kertonut kahdelle potilaalleen omasta hengellisestä kokemuksesta
13	Teologi/pappi	Psykoterapiaa tehdessä on pysyttävä psykoterapeutin roolissa
14	Lääkäri	Jännitteinen kuva arvomaailmaansa jollain tavalla esiin tuovasta psykoterapeutista
17	Terveystenhoitaja	Psykoterapeutin työssä ei voi olla mitenkään fundamentalistinen tai ehdoton omien arvojensa kanssa
18	Sairaanhoitaja	Psykoterapeutti toimii eri tavoin kuin sairaanhoitaja

Erilaisten ammattiroolien vaateet liittyvät settingin ylläpitoon, siihen mitä psykoterapeutti rajaa pois käsittelystä sekä siihen, mitä hän katsoo omista asioistaan olevan sopivaa ilmaista potilaalle. Näistä pulmallisista ammattirooliensa ristiriidoista kertoivat aineistossani erityisesti teologit ja lääkärit. Käytän seuraavassa aineiston sitaatteja anonymisti viitaten haastateltaviin heidän peruskoulutuksensa kautta.⁷⁷⁰ Olen myös yhdistänyt kaikki lääkärit samaan luokkaan riippumatta mahdollisesta erikoistumisesta. Viittaan tässä osiossa kuhunkin haastatteluun numerolla.

7.1.3.1 Kirkollisen peruskoulutuksen omaavien psykoterapeuttien rooliristiriita⁷⁷¹

Haastatteleistani psykoterapeuteista kolme on teologeja, ja heillä kaikilla on pappisvihkimys. Kaikki pastorit mainitsivat jotakin elementtejä liittyen psykoterapeutin roolin ja papin roolin erottamiseen psykoterapiatyössä. Psykoterapeutti, jolla on nuorisotyöntekijän peruskoulutus, pohti aineistossani myös tätä roolien erottamista. Matti Hyrck kertoo omasta kokemuksestaan teologian opintojen ajalta 1960-luvulla näin:

⁷⁷⁰ Haastateltavien tunnistettavuus nousee, kun tunnistetietoja yhdistellään: ammatin, viitekehyksen ja työkokemuksen pituuden osalta, siksi karkeistan tunnistetietoja. (Karkeistamisesta: Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimat eettiset periaatteet 2002, päivitetty 2012. Internetaineisto.)

⁷⁷¹ Teologin maisterin tutkinto on akateeminen ja nuorisotyönohjaajan koulutus ammattikorkeakoulututkinto. Tutkimuksessani käytän käsitettä ”kirkollinen koulutus”, koska aineistoni kaikilla teologeilla on pappisvihkimys, ja samoin nuorisotyönohjaaja on työskennellyt kirkon piirissä. Tässä tutkimuksessa käytän käsitettä pappi-psykoterapeutti kolmesta aineistoni teologin peruskoulutuksen saaneesta psykoterapeutista.

Teologisissa opinnoissani ei missään vaiheessa puhuttu mitään uskon ja inhimillisen tunne- ja mielikuvamaailman välisestä mahdollisesta suhteesta. Päinvastoin, yleisenä suuntauksena oli varoittaa sekoittamasta toisiinsa teologiaa ja psykologiaa. Sanottiin, että ne ovat kaksi aivan erillistä aluetta, jotka pilaavat toisensa, ellei niiden anneta toimia omilla ehdoillaan ja omista lähtökohdistaan käsin.⁷⁷²

Siten ainakin 1960-luvulla uskonnollisen ja hengellisen alue on pidetty teologian opetuksessa selkeästi erillään psykologisista asioista. Sen sijaan opetus teologisessa tiedekunnassa tänä päivänä on toisenlaista. Esimerkiksi professori Kettunen kertoo opettavansa pastoraalipsykologian kurssilla niin, että jokainen hengellinen tapahtuma on myös psykologinen.⁷⁷³

Aineistoni pappi-psykoterapeutit ja nuorisotyönohjaaja-psykoterapeutit reflektivat eri ammattiroolejaan lähinnä sanaa julistavan ja kirkkoa edustavan näkökulman kautta. He eivät pohtineet eri roolien jännitteitä niinkään sielunhoitajan roolista käsin. Yliopistonlehtori, dosentti Jouko Kiiskan tutkimuksen mukaan papit kokevat sielunhoidon haasteeksi sen, että seurakuntalaiset eivät tule pappien puheille ongelmiensa kanssa. Kiiski pohtii, koetaanko pappi yleensäkin enemmän opettajana ja puhujana kuin ihmisten ongelmien kuuntelijana, ja tästä syystä sielunhoitoa käytetään vähän?⁷⁷⁴ Kettusen mukaan suomalainen sielunhoito on siirtynyt julistavasta, keerygmaattisesta sielunhoidosta diakoniseen suuntaan 1960-luvulta lähtien.⁷⁷⁵ Diakonisessa sielunhoidossa uskonnollinen viitekehys on vain osa sitä kysymyksenasettelua, jolla sielunhoidossa kohdattavan ihmisen kokonaistilannetta jäsennetään.⁷⁷⁶

Eräs haastateltava pappi kertoi potilaansa pohtineen pitkään, mitä merkitsee, että hänen psykoterapeuttinsa on pohjakoulutukseltaan teologi. Potilas mietti, olisiko psykoterapeutilla pappeuden vuoksi joku piilotettu agenda, jonka tämä pikkuhiljaa syöttäisi potilaalle.⁷⁷⁷ Tähän liittyy transferenssi- ja vastatransferenssipohdintoja, joita käsittelen seuraavassa alaluvussa. Haastateltava jatkaa pohdintaa siitä, voiko psykoterapeutilla olla työssään jonkunlainen agenda:

Minä ajattelen, että hengelliset kysymykset voi olla niitä kysymyksiä, tästä luottamuksesta... P: Tuleeko hyväksytyksi? H: Joo, niin. Ja todella tuleeko kuulluksi siitä omasta lähtökohdastaan käsin. Eikä sitten, että terapeutilla olisi joku semmoinen agenda, että jotain tässä nyt lähdetään tekemään, mikä ei olisi sen asiakkaan kannalta hänelle, hänen kannaltaan... Että minun mielestä sen täytyy lähteä siitä, että ihminen tulee jonkun kysymyksen kanssa ja hänen täytyy voida luottaa siihen, että sitä kysymystä tarkastellaan siltä kannalta, jossa hän tulee kuulluksi, eikä niin, että siihen tarjotaan jotain. (Haastattelu 3, 4)

⁷⁷² Hyrck 2003, 26.

⁷⁷³ Kettunen 2013, 39–43.

⁷⁷⁴ Kiiski 2009, 234.

⁷⁷⁵ Kettunen 1990, 251.

⁷⁷⁶ Kettunen 2013, 66.

⁷⁷⁷ Rizzuto 2009, 20–21.

Tärkeää tälle psykoterapeutille on, että psykoterapian fokus säilyy koko ajan potilaassa, eikä tälle tarjota mitään hänen tilanteensa ulkopuolelta tai hänen ohitse. Psykoterapeutin työotteessa hengelliset kysymykset saattavat olla niitä, joiden kautta potilas eräällä tavalla antautuu kysymään: "Tulenko näine asioineni kuulluksi psykoterapiassa, vai joudunko jonkinlaisen tyrkyttämisen tai käännättämisen kohteeksi?" Psykoterapeutin oman agendan, käsityksen tai vakaumuksen tarjoaminen tai tyrkyttämisen potilaalle on perustaltaan juuri neutraliteetti-periaatteen kysymys. Erityisesti näitä seikkoja joutuvat työstämään ne psykoterapeutit, jotka tekevät psykoterapeutin työtään kirkon virassa ja viitekehyksessä. Sielunhoidon periaatteisiin kuuluu samaan tapaan ajatus, että ihmistä tuetaan hänen hengellisissä ja psyykkisissä kysymyksissään ilman kysymyksiä kirkkoon kuulumisesta tai uskonnollisesta vakaumuksesta.⁷⁷⁸

Aineistossani kaksi pastoria kertoi, että heidän potilaansa tietävät heidän olevan pappeja, ja että tällä saattaa olla merkitystä potilaiden hakeutumiselle nimenomaisesti heidän hoitoonsa. Matti Hyrck kirjoittaa uskonnon ja psyykkisen maailman yhteyden löytymisen eduista seuraavasti:

*Oikein ymmärrettyinä uskonto tarjoaisi kanavan potilaan keskeisten psyykkis-eksistentiaalisten kysymysten erityisen syvälliseen ymmärtämiseen.*⁷⁷⁹

Aineistossani molemmat pappi-psykoterapeutit korostivat kokeneensa, että heidän on tärkeää pysyä psykoterapeutin roolissa, eikä siirtyä papin rooliin. Tätä on samoin korostettu psykoterapeuttien koulutuksessa:

Että tota ja silloin minä suhtauduin [kouluttajan] rajauksiin, kun se oli aika tiukka, että tästä kuitenkin, [kouluttaja sanoi], että sinä olet psykoterapeutin roolissa piste, vaikka mitä uskonnollista kokemusta tulee. (Haastattelu 13, 8)

Haastateltavalle psykoterapeutille on selvää, että työssä täytyy erottaa selkeästi papin ja psykoterapeutin rooli toisistaan kuten koulutuksessakin on korostettu. Alun perin kouluttajan tiukka rajaus oli herättänyt haastateltavassa hämmennystä, mutta työkokemuksen kertyessä se alkoi tuntua oikealta. Sama haastateltava korostaa psykoterapeutin roolissa pysymisen tärkeyttä silloinkin, kun potilas puhuu Jumalasta:

Mutta että se on tätä, että se Jumalakin on siinä, koska hän on siitä puhunut, mutta että minähän pysyn kaiken aikaa kuitenkin psykoterapeutin roolissa, enkä papin, enkä uskovaisten enkä siis kristityn, kun terapeutina puhun hänelle. (Haastattelu 13, 8)

Psykoterapeutti on kyllä kuullut, että potilas puhuu Jumalasta, mutta hän ei lähde sellaiseen uskonnolliseen puheeseen, jossa jaettaisiin käsityksiä esimerkiksi Jumalan olemuksesta tai vaikutuksesta hänenkin elämässään. Tällainen jakaminen ei ole psykoterapeutille mahdollista. Pappi-psykoterapeutti joutuu kohtaamaan oman

⁷⁷⁸ Kettunen 2013, 18.

⁷⁷⁹ Hyrck 2014, 35.

identiteettiongelmansa liittyen hänen kulloiseenkin rooliinsa.⁷⁸⁰ Aineistossani sama psykoterapeutti pohtii puitteisiin ja ammatilliseen peruskoulutukseen liittyvää näkökulmaa näin:

Ei-teologi-psykoanalyttikko voisi olla ehkä aktiivisempi ja rohkeampi kyselemään potilaan hengellisen elämän ulkoisista asioista, kuten tämän hengellisestä yhteisöstä tai idealisoidusta jumalakuvasta. (Haastattelu 13, 6)

Haastateltavalla tämä liittyy ajatukseen, että teologi-psykoterapeutti voi tietää henkilökohtaisten kokemuksensa pohjalta, kuinka syvästi koskettavia ihmiselle voivat olla esimerkiksi jumalakuvan työstämisen asiat ainakin idealisoitujen aspektien osalta.⁷⁸¹ Tässä näyttäytyy psykoterapeutin omien asioiden työstämisen tärkeys myös uskonnollisen ja hengellisen aineksen osalta. Ellei psykoterapeutti työstä omia asioitaan riittävällä tavalla, saattaa näitä hänelle liian herkkiä ja kipeitä alueita tulla psykoterapiatyön kannalta liikaa.

Toinen pappi-psykoterapeutti on pohtinut samoin puitteiden rajoja ja toiminnan mahdollisuuksia erilaisissa konteksteissa. Hänelle on selvää, että psykoterapiassa ei harjoiteta uskontoa, mutta myös hänen hoidossaan olevat potilaat voivat tulla rukoilemaan hänen kanssaan messussa:

Että minä olen pappi ja minä olen papin roolissa siellä [messussa] ja siinä sitten minä toimin papin roolissa ja papin rooliin kuuluu se rukoileminen yhdessä ihmisten kanssa. Mutta sitten kun minä olen terapeutin roolissa ja vaikka me molemmat tiedetään, että nämä roolit on olemassa minun persoonassa niin ne on toiminnassa eri konteksteissa ja settingeissä. (Haastattelu 5, 4–5)

Tämä pappi-psykoterapeutti mainitsee, että potilaan messussa käymisestä ja juuri psykoterapeutin kanssa rukoilemisesta siellä, on puhuttu tarvittaessa jälkepäin psykoterapiassa. Silloin on tarkasteltu tämän toiminnan merkityksiä ja sisältöjä potilaille. Potilaiden hakeutuminen messussa juuri psykoterapeuttinsa kanssa rukoilemaan oli aluksi ollut tälle papille vaikea asia, mutta hän oli työstänyt asiaa mielessään ja eri roolit ja niiden mukaan toimiminen olivat näin jäsentyneet.

Aineistossani on yksi kirkon nuorisotyönohjaajan koulutuksen käynyt psykoterapeutti. Hän kertoo tekevänsä varsin tarkan rajan psykoterapeutin roolissa toimimisen kanssa suhteessa kirkkoon ja ylipäätään omaan arvomaailmaansa. Oman arvomaailman, hengellisen käsityksen tai kirkon ”edustus” ei kuulu psykoterapeutin toimintaan:

Ja kyllä minä itse psykoterapeuttina ajattelen, että psykoterapia psykoterapiana, ja että minä en missään tapauksessa psykoterapeuttina edusta mitään arvomaailmaa, enkä mitään hengellisiä kysymyksiä enkä kirkkoa, et vaikka minulla on tämä koulutus, niin minä en ole mielestäni sen edustaja vaan minä olen psykoterapeutti. (Haastattelu 8, 6)

⁷⁸⁰ Kettunen 2013, 70.

⁷⁸¹ Rizzuto 2009, 23.

Mitä vähemmän näkyvyyttä psykoterapeutti antaa omalle reaalille persoonalleen, sitä enemmän on mahdollisuutta transferenssille.⁷⁸² Kirkon työssä toimiessaan psykoterapeutti on tältä osin myös julkinen hahmo ja hänen reaalinen persoonansa tulee näin näkyvämmäksi. Kaikki aineistoni psykoterapeutit, joilla on kirkollinen koulutus, ovat pohtineet paljon ammattiroolejaan erilaisissa konteksteissa ja työtehtävissä. He ovat työstäneet sitä, miten eri roolien mukaisesti toimitaan ja millaiset puitteet ovat missäkin tehtävässä. Heille on ollut tärkeää tehdä näitä asioita tietoisiksi omassa mielessään, jotta toiminta työssä tapahtuisi ammatillisesti ja eettisesti. Näin potilaallekin jää vapaus löytää oma arvomaailmansa ja käsityksensä. Yksi pappi-psykoterapeutti kertoi arvostavansa itse kovasti sitä, että hän voi ajatella vapaasti uskonnollisia ja hengellisiä kysymyksiä ja samalla voi tehdä tilaa sille, että sama ajattelun vapaus koskee hänen potilaitaan.⁷⁸³

Pappi-psykoterapeuteista kaksi⁷⁸⁴ pohdiskelee, minkälaista voisi olla sellainen psykoterapia, jossa olisi pastoraalipsykologisia elementtejä. He pohtivat erityisesti settingin merkitystä. Muun muassa sitä, että psykoterapia on tärkeää pitää psykoterapiana ainakin ilman mitään uskonnon yhteistä harjoittamista. Eihän psykoterapiassa harjoiteta minkään muunkaan elämänalueen toimintaa. Psykoterapiassa puhutaan potilaan esille nostamista asioista, siellä ei toimita. Tässä suhteessa myös psykodynaaminen psykoterapia ja kognitiivisen psykoterapiaperheen erilaiset suuntaukset eroavat toisistaan selkeästi. Kognitiivisissa psykoterapioissa tehdään myös erilaisia harjoitteita, siis toimitaan pelkän puhumisen sijaan.

Pappi-psykoterapeutit pitivät myös psykoterapian rajanvetoa sielunhoitoterapiaan tärkeänä. Samoin kuin rajanvetoa sellaiseen terapiatyöhön, joka sisältää yhteistä rukousta tai yhdessä tutkittavaa tai jaettavaa uskonnollista materiaalia. Tämä rajaus onkin erityisen tärkeä, sillä esimerkiksi sielunhoitoterapialla ei ole mitään vakiintunutta asemaa Suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa tai laajemmin yhteiskunnassa. Suomen sielunhoitoterapeutit ry:n mukaan sielunhoitoterapia on terapiatyötä kristilliseltä arvoperustalta, jonka koulutusta on alettu Suomessa tarjota vuodesta 2000.⁷⁸⁵ Sielunhoitoterapeutin koulutusta tarjoavat Suomessa useat herätyskristilliset tahot. Sielunhoitoterapia on siinä mielessä pulmallinen auttamistyön muoto, että sillä ei ole mitään virallista asemaa kirkon tai yhteiskunnan piirissä, joten myös virallinen valvonta puuttuu sekä sielunhoitoterapian koulutuksista että sen harjoittamisesta. Ongelmallisuutta lisää vielä sielunhoitoterapeuteja sitovien vaitiolovelvollisuussäännöksiin puuttuminen.⁷⁸⁶

7.1.3.2 Terveystieteiden alalla koulutettujen psykoterapeuttien rooliristiriita

Aineistoni psykoterapeuteista viisi on pohjakoulutukseltaan lääkäreitä. Heistä kolme kertoo haastatteluissa settingin ja ammattiroolien yhteyksistä.⁷⁸⁷ Aineistossani yksi sairaanhoitaja pohdiskelee sitä, miten pohjakoulutuksen määrittelemästä roolista

⁷⁸² Kiviranta 1988, 241, 257.

⁷⁸³ Haastattelu 3, 6.

⁷⁸⁴ Haastattelu 5, 8 ja haastattelu 13, 8.

⁷⁸⁵ Suomen sielunhoitoterapeutit ry:n internetsivut.

⁷⁸⁶ Kettunen 2013, 70–71.

⁷⁸⁷ Haastattelut 11, 12 ja 14.

on ollut vaikea päästä eroon toiminnan ja mielensisällön tarkastelun jännitteessä.⁷⁸⁸ Omaa pohdintaansa ammattiroolien ja puitteiden yhteyksistä psykoterapiassa selvittävät yleisemmällä tasolla lisäksi yksi psykologi ja yksi terveydenhoitaja.

Psykologi-psykoterapeutti, joka työskentelee pääosin julkisella sektorilla muussa kuin psykoterapiatyössä mainitsee terveydenhuollon byrokratian säätelevistä vaikutuksista hoitoon. Uskonnollisista seikoista ei saa mainita potilaskertomuksissa, koska ne luokitellaan niin sanottuihin arkaluontoiisiin tietoihin.⁷⁸⁹ Sama haastateltava kertoo, että tästä seikasta on joskus koitunut hankaluutta, jos uskonnollisuus on potilaan elämässä merkityksellinen.⁷⁹⁰ Silloin tämä oleellinen tieto ei välity potilasta hoitaville muille työntekijöille.

Aineistossani terveydenhoitaja-psykoterapeutti pohti yleisemmällä tasolla psykoterapeutin abstinenssia. Hänen näkökantansa on, että psykoterapeutin työssä ei voi olla millään alueella ehdoton tai fundamentalistinen omassa ajatus- ja arvomaailmassaan. Psykoterapeutin täytyy pitää oma mielensä hyvin avoimena ja asettautua kuulemaan kunkin potilaan yksilöllinen tarina, ja antaa sen vaikuttaa itseensä:

Minun mielestä se ei, minulla on juuri tämä sana, mikään fundamentalisti tässä työssä ei voi olla... Koska tässä täytyy antaa sanojen elää ja sanojen koskettaa ja tuntua. Niin, ja jokaisella on kuitenkin se oma ainutkertainen ja ainutlaatuinen tapahtuma ja kokemus... Mutta että oikein semmoista oppia ei voi, että minä koen, että siinä se ihmisen kohtaaminen on siinä se mitä, ja kuitenkin jokainen kerta on aina uusi, että sitten ei tiedä kuitenkaan mitä se tuo tullessaan. (Haastattelu 17, 7)

Tässä psykoterapeutti antaa psykoterapian tilan, oman mielensä avoimesti potilaan käyttöön riippumatta omista arvoistaan. Psykoterapeutti on sitä mieltä, että liian ehdoton psykoterapeutin oma arvomaailma tai oppijärjestelmä estää vapaan työskentelyn hänen puoleltaan.⁷⁹¹ Psykoterapiaprosessi on tässä avoin ja yllätyksellinen, sen suuntaa ei edeltä tiedetä eikä voida tietää.⁷⁹²

Ajatukset eri ammattiroolien vaikutuksesta psykoterapeutin työhön ja toimintaan ovat monimutkaisia ja ristiriitaisia. Haastatteluissa yksi lääkäri-psykoterapeutti oli kiinnostunut tutkimuskentekijän, minun, ammattirooleista ja niiden vaikutuksesta psykoterapeutin työhöni. Haastateltavan oletuksena oli, että potilaiden on helpompi puhua uskonnollisen ja hengellisen alueen sisällöistä kanssani, jos potilaani ovat tietoisia myös teologian alan koulutuksestani.⁷⁹³ Toisaalta sama psykoterapeutti oli juuri haastattelussa pohtinut potilasesimerkin avulla sitä, kuinka uhkaava ja pelot-

⁷⁸⁸ Haastattelu 18, 4.

⁷⁸⁹ Henkilötietolain 11 §:ssä mainittuja arkaluonteisia tietoja (rotu, etninen alkuperä, henkilön yhteiskunnallinen, poliittinen tai uskonnollinen vakaumus, ammattiliittoon kuuluminen, rikollinen teko, rangaistus tai muu rikoksen seuraamus, vammaisuus, seksuaalinen suuntautuneisuus tai käyttäytyminen, sosiaalihuollon palveluiden käyttö sekä sosiaalietuudet) saadaan potilasasiakirjoihin merkitä vain, jos ne ovat välttämättömiä potilaan hoidon järjestämisen tai toteuttamisen kannalta. (Potilasasiakirjojen laatiminen ja käsittely. Opas terveydenhuollolle. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012: 4, 46.)

⁷⁹⁰ Haastattelu 6, 2.

⁷⁹¹ Vertaa Leiman 1999, 40.

⁷⁹² Casement 1990, 4–6.

⁷⁹³ Haastattelu 12, 14.

tava yhdistelmä potilaalle oli ollut transferenssissa ilmennyt kuva psykoterapeutista, joka olisi uskovainen ja vieläpä saarnaisi, siis ilmentäisi uskoa ja omaa arvomaailmaansa julkisesti.⁷⁹⁴

Yksi aineistoni lääkäri-psykoterapeutti puhuu paljon omista lähtökohdistaan suhteessa settingiin. Hän pohtii lääketieteellisen peruskoulutuksen vaikutusta omiin käsityksiinsä. Psykoterapeutti on sitä mieltä, että nämä omat kokemukset vaikuttavat paljon siihen, mitä ja miten potilaiden kanssa voi puhua uskonnollisista ja hengellisistä aiheista. Psykoterapeutti mainitsee lääkäri-profession asettamista puitteista ja tämän suhteesta myöhempään psykoterapeutin ammattirooliin ja puitteisiin siinä tällä tavalla:

Mutta sitten mitä minä ajattelen, että pidetään, miten minä itse esimerkiksi vähän rajaan pois terapiasta, mitä minä en ota aktiivisesti esille, on justinsa tämmöiset uskontoon liittyvät kysymykset, jostain näistä elämän tarkoituksesta tai onko Jumalaa olemassa tai muuta, joissa minä olen itse tietoisesti, se on koulutuksen tuomaa, että sitä on jotenkin opetettu pitämään hyvin erillään, ei terapiakoulutuksessa vaan ihan lääkärikoulutuksessa ja jotenkin siihen on vaan itsellä tullut semmoinen käsitys itse asiassa, että se täytyy pitää erillään. (Haastattelu 12, 2)

Minun mielestä se on opetettu ihan, että niitä ei, ne ei kuulu tähän ja ne pidetään, että jokaisen uskonkäsitykset on heidän omiaan ja niitä ei saa tuoda julki erityisesti. (Haastattelu 12, 8)

Tämä lääkäri-psykoterapeutti on kokenut, että lääkärikoulutuksen aikana on opetettu tai välitetty asennetta, jossa vallitsee jopa molemminpuolinen abstinenssi. Näin välitetyssä säännössä tuodaan julki, ettei lääkärin oma arvomaailma saa tulla esille, mutta sääntö koskee eräällä tavalla myös potilasta. Lääkäri ei saa kysyä tai nostaa esiin uskonkäsitysten alueelta aktiivisesti mitään.⁷⁹⁵ Tähän alueeseen suhtaudutaan siis eri tavalla kuin muihin potilaan asioihin, kuten ihmissuhteisiin, työasioihin tai seksuaalisuuteen. Oman tutkimukseni kannalta on mielenkiintoista, miksi näin on. Mikä tekee uskonnollisen ja hengellisen alueen sisällöistä näin erityisen intiimejä? Sairauskertomuksen kannalta on myös niin, että terveydenhuoltoalan työntekijälle ei tule ongelmalliseksi, kirjaako ylös tätä tietoa, jos tietoa ei ole koskaan edes saanut.

7.1.3.3 Kahden lääkäri-psykoterapeutin oman hengellisen maailman vaikutus työhön

Mielenkiintoisen poikkeuksen tiukkaan neutraliteetti- ja abstinenssi-periaatteeseen tekevät aineistossani kaksi lääkäri-psykoterapeuttia. Molemmat ovat jakaneet potilaidensa kanssa omaan uskonkäsitykseensä tai omaan hengelliseen kokemukseensa

⁷⁹⁴ Haastattelu 12, 14.

⁷⁹⁵ Hyrcck 2014, 15–16. Tomi Pruukin pro gradussa ilmenee samansuuntaisesti se, että lääkärikoulutuksen saaneet kolme haastateltavaa (n=10) kokivat saaneensa vähiten valmiuksia pohjakoulutuksensa kohdata potilaidensa uskonnollisia kysymyksiä. (Pruuki 2014, 76–77.) Psykiatrian professori Hannu Lauerma kirjoittaa: ”Läketieteen opetuksessa hallitseva ihmisenäkemyks on materialistinen eikä potilaiden hengellisiin kokemuksiin yleensä oteta kantaa.” (Lauerma 2000, 2705. Internetaineisto.)

liittyviä seikkoja.⁷⁹⁶ Toisen lääkäri-psykoterapeutin ajattelussa tapahtui syvä ja perustavanlaatuinen muutos hänen koettuaan hengellisen kokemuksen joitakin vuosia sitten. Psykoterapeutin on ollut vaikea pukea kokemustaan sanoiksi, lähinnä hän koki olevansa yhtä maailman kanssa ja olevansa universaalin rakkauden täyttämä.⁷⁹⁷ Tämä rakkaudella täytyminen oli yhtäkkinen kokemus.⁷⁹⁸ Tätä rakkautta hän on kokemuksensa jälkeen välittänyt eteenpäin. Käsittelen seuraavassa, miten oma ja kokonaisvaltainen hengellinen kokemus muutti tämän psykoterapeutin käsitystä psykoterapian puitteista: mikä on sallittua ottaa puheeksi, ja mikä on uudella tavalla sallittua toiminnan tasolla.

Aiemmin psykoterapeutti koki työssään, että uskonnolliset asiat on suljettava pois käsittelystä kokonaan tavalla, jonka hän oli lääkärikoulutuksen aikana oppinut:

Että aikaisemmin, ennen tätä kokemusta niin, kun jotkut hengelliset asiat tuli puheeksi niin minä sanoin: "Minä en tiedä." Minä sanoin, että tämä on semmoinen osa-alue, mihin minulla ei ole oikein mitään sanottavaa. (Haastattelu 12, 5)

Oman hengellisen kokemuksensa jälkeen hän suhtautuu avoimesti kaikkeen materiaaliin, mitä potilas tuo hoidossa esille:

Mutta nyt on jotenkin hyvin erilaista se, kun minä liikun ikään kun niin luontevasti näissä kaikissa ulottuvuuksissa. (Haastattelu 12, 5)

Miten psykoterapeutti mieltää sen, mitä potilashoidoissa voi käsitellä ja mitä ei, muuttui suuresti. Hän ei enää erottele, millaista potilaan materiaalia hän nostaa psykoterapeutin käsittelyn piiriin, vaan tarkastelee kaikkea potilaan tuomaa etsien siitä potilaalle jollakin tasolla merkittäviä sisältöjä. Psykoterapeutti kuuntelee avoimemmalla korvalla. Hän kertoo kokemuksessaan olleen olennaista, että siinä syntyi jonkunlainen "samuuden tunne" kaiken olevaisen ja elävän kanssa. Tälle psykoterapeutille on kokemuksellisuuden kautta tullut mahdolliseksi liikkua helposti ja vaivattomasti kahden erilaisen kielipelin alueella, sekä uskonnollisten että psykologisten käsitteiden maailmoissa.⁷⁹⁹

Sama psykoterapeutti kertoo myös kahdesti kertoneensa potilaalleen tästä omasta hengellisestä kokemuksestaan. Hän mainitsee sanoneensa potilaalle, että tämä on nyt lääkärin roolin ulkopuolella tapahtuvaa ja sitten kertonut. Psykoterapeutti kertoo:

Näihin liittyi molempiin tällainen läheisen kuolema, josta ei ole toipunut, että jotenkin musta tuntuu lohduttavalta se, että minä saatoin kertoa, että minä olen saanut näin voimakkaan henkilökohtaisen, että minä olen päässyt näkemään sinne toiselle puolelle. Että minä tiedän, että me ei edes tässä olla kokonaan, että me ollaan vaan osa, meidän sielu on oikeasti, elää suureksi osaksi tälläkin hetkellä,

⁷⁹⁶ Haastattelut 11, 5 ja haastattelu 12, 4 ja 10.

⁷⁹⁷ Vertaa Foremanin ruohonjuurihengellisyys luvussa 2.4.3.

⁷⁹⁸ Haastattelu 12, 4.

⁷⁹⁹ Kettunen 2013, 69.

elää siinä ajattomuudessa. Ja siitä on vaan ikäänkun osa meissä tässä. Mutta sitä oli lohdullista näille läheisensä menettäneille kertoa. (Haastattelu 12, 4)

Molemmat hänen potilaistaan, joille hän kokemuksestaan puhui, olivat menettäneet läheisensä lähivuosina ja menetys oli laukaissut heissä pitkittyneen surun jälkeisen masennuksen. Psykoterapeutti mainitsi, että hän halusi kertoa tämän juuri näille pitkäaikaisille potilailleen eräänlaisena toivon välittäjänä, koska hänen omassa kokemuksessaan välittyi yhteyden tunne kaikkien ihmisten välillä, myös ajallisessa mielessä. Psykoterapeutti oli itse kokenut päässeensä ikään kuin katsomaan ”sinne toiselle puolelle” viitaten kuolemanjälkeiseen olotilaan sitä kuitenkaan mihinkään oppirakennelmiin tai käsitteisiin pukematta. Psykoterapeutti koki myös, että molempien potilaiden voinnissa tapahtui jonkinlainen muutos tämän jakamisen jälkeen.

Aineistoni toinen lääkäri-psykoterapeutti oli puhunut kahdelle potilaalleen settingin ohitse tai oman setting-käsityksestään ja tavallisesta käytännöstään poiketen. Hän kertoo:

Ja sitten muistan parikin kertaa, että olen, jostakin tämmöisestä on ollut puhe, niin heittänyt, silloin kun tuntuu, että on semmoinen potilas, jolla on tarve selvästi ikään kuin jollakin omalla tekemisellään hakea jotain, vähän lunastusta jostakin, tai jotain jollakin lailla oikeutusta itselleen tai että jos hänen kanssaan on uskonnollisista kysymyksistä ollut puhe ja tavallaan, että se puhe liikkuu siinä niin, kahdelle ihmiselle muistan,... niin olen sanonut: ”Ku mulla on sellainen tuntu, että sinä koko ajan haet tämmöistä, omalla tekemiselläsi yrität jotenkin tämmöistä sovitusta hakea. Että miten kun minulla on semmoinen tuntu, että eikö se homma ole jo hoidettu?” Jolloin muistan molemmat, on ensin hämmästynyt ja sitten ruvennut nauramaan. Että: ”Enpä ole koskaan tullut ajatelleeksi tuolta kannalta.” Jolloin sitten vähän on ollut semmoinen, että toisaalta, että nyt minä tietoisesti hypin omien rajojeni yli, mutta kun on semmoinen ihminen, jonka on tuntenut; niin kyllä tämän pystyy. P: Että se vie jotain [eteenpäin]? H: Nimenomaan, se palvelee tarkoitustaan. (Haastattelu 11, 5)

Tämä psykoterapeutti on ollut tietoinen siitä, että hän esittää potilaalle jotakin, joka on poikkeama abstinenssista ja neutraliteetista. Psykoterapeutti myös pohti haastattelussa sitä, että oman käsityksensä mukaan ainakaan puhdasoppista tällainen tekniikka ei ole, mutta se voi silti joskus olla perusteltua.⁸⁰⁰ Hän luotti intuitioonsa siinä, että nämä valitut potilaat, jotka hän jo tunsu hyvin ja potilaat tunsivat hänet, kestävät hänen omasta uskonkäsityksestä lähtevän puheensa, ja että tämä jakaminen vie heidän prosessiaan eteenpäin.

Tässä psykoterapeutin kertomassa sekä psykoterapeutti itse että molemmat potilaat jakoivat uskon arvoja ja käsitteitä. Tällainen jaetun alueen esiintuominen voi olla yhteistyösuhdetta ja potilaan prosessia eteenpäin vievä. Toisaalta tilanteeseen sisältyy samalla mahdollisuus, että psykoterapiaprosessi pysähtyy tai vaikeutuu psy-

⁸⁰⁰ Vertaa Brooke 2000, 146–147.

koterapeutin intervention vuoksi.⁸⁰¹ Se voi pysähtyä siksi, että psykoterapeutti on itse kiinnittynyt tiettyyn jaettuun tulkintakehykseen ja näin tavallaan sulkenut mielensä muilta mahdollisilta tulkintavaihtoehdoilta.⁸⁰² Psykoterapiassa tapahtuvia transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöitä tulisi tarkastella huolellisesti. Näin psykoterapeutin mielessä tapahtuva kokonaistilanteen harkinta on olennaisen tärkeää. Psykoterapeutti punnitsi mielessään sitä, miksi ja ketä varten hän poikkesi psykoterapian abstinenssin ja neutraliteetin vaateista. Ana-Maria Rizzuto ohjaa psykoterapeutteja näin:

Kun terapeutilla ja asiakkaalla on yhteinen uskonnollinen tausta ja elämäntapa, syntyy useita vastatransferenttisia kiusauksia, jotka on voitettava. Ensimmäinen on kiusaus luoda tunne "meistä" uskovina, ei terapeutina ja asiakkaana. Sellainen uskonnollinen "me" on vaarassa työntää asiakkaan mielen tutkimisen syrjään ja luoda väärän yhteenkuuluvuuden tunteen, johon saattaa liittyä tunne, että terapeutin ja asiakkaan samankaltaisuus tekee asiakkaasta erityisen. Terapeutin ei tarvitse kieltää uskonnollista asennoitumistaan, jos se on asiakkaan tiedossa, mutta hänen on joka hetki oltava valppaana, jotta transferenttinen uskonnollinen "me" ei pääse sekoittamaan terapeutista prosessia.⁸⁰³

Rizzuto painottaa edelleen psykoterapian perustehtävän tärkeyttä. Psykoterapeutin on huolehdittava, että hän ei ajaudu potilaansa kanssa sivuun potilaan tiedostamattoman mielen tutkimisesta jaetun transferenssi-vastatransferenssi-sisällön vuoksi, vaan että hän pysyy settingin vaatimissa puitteissa, koko ajan samalla työstäen omia asenteitaan ja suhtautumistaan potilaisiin.

7.1.4 Ohjaaminen hengellisen alan työntekijälle

Kolme aineistoni psykoterapeuttia⁸⁰⁴ ei haastattelussa mainitse siitä, ovatko he lähettäneet potilaita hengellisen alan työntekijöille. Heistä Pekka Juniori on tottunut työskentelemään paljonkin potilaiden uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa. Petra Supersenioren hoidossa olevat potilaat eivät juurikaan käsittele näitä teemoja, ja Pirkko Seniorin työssä niitä on ollut vain vähän esillä. Kati Superseniorei ei muistanut aivan varmasti, onko hän tällä tavalla ohjannut potilaitaan toiselle työntekijälle. Mutta jos niin on tapahtunut, niin se oli opiskelijapastorin luokse, koska tätä potilasta askarruttivat oppilliset ja vakaumukselliset kysymykset.⁸⁰⁵

Viisi psykoterapeuttia⁸⁰⁶ kertoo siitä, että he eivät ole lähettäneet potilaitaan eteenpäin näissä asioissa. Heistä Pentti Seniori pohti haastattelussa sitä, että on hyvä kuitenkin tietää oppilaitos- ja sairaalapastoreiden olemassaolosta. Heille potilaan voi tarvittaessa helposti ohjata puhumaan asioista, jotka häntä uskonnollisen ja hengellisen alueella askarruttavat. Tässä ohjaamisessa Penttiä helpottaa myös se, että hän tuntee alueensa oppilaitos- ja sairaalapastoreita.

⁸⁰¹ Rizzuto 2009, 21–22.

⁸⁰² Leiman 1999, 40.

⁸⁰³ Rizzuto 2009, 22.

⁸⁰⁴ Petra Superseniorei, Pekka Juniori ja Pirkko Seniori.

⁸⁰⁵ Kati Superseniorei 3.

⁸⁰⁶ Pauli Seniori, Piia Juniori, Pentti Seniori, Kirsi Superseniorei ja Pulmu Superseniorei.

Tarkastelen seuraavassa kappaleessa yhdentoista aineistoni psykoterapeutin⁸⁰⁷ kertomaa hengellisen alan työntekijälle ohjaamista ja ohjaamisen syitä kolmelta näkökannalta: ohjaamista ennen varsinaisen psykoterapian aloittamista, psykoterapian aikana tapahtuvaa ohjausta ja viimeiseksi samanaikaista psykoterapiaa ja sielunhoitoa.

Lääkäri-psykoterapeuttien vastaanotolle sekä esimerkiksi YTHS:n, mielenterveys-toimistojen ja psykiatrinen poliklinikoiden muidenkin työntekijöiden (psykologien, sosiaalityöntekijöiden ja sairaanhoitajien) vastaanotoilla käydään psykoterapian hyödyllisyyden ja tarpeen arvioissa ennen varsinaista psykoterapiaan hakeutumista. Tällä jaksolla arvioidaan erilaisten hoitovaihtoehtojen tarvetta ja hyötyä. Kela määrittää tätä psykoterapiaa edeltävää jaksoa ainakin kolmen kuukauden mittaiseksi diagnoosin saamisen jälkeen, mikäli henkilö hakee psykoterapiaansa Kelan tukea.⁸⁰⁸

Psykoterapeuttisen hoidon sopivuuden arviointivaiheessa ohjauksia hengellisen alan työntekijälle ovat tehneet kolme psykoterapeuttia.⁸⁰⁹ Panu Supersenioreni mainitsee, ettei hän ole edes ottanut psykoterapiaan ihmisiä, joiden pulma on selkeästi uskonnollisen kamppailun tai jopa kriisin muotoinen. Intensiivisen psykoterapian sijaan hän on ohjannut tällaisia henkilöitä ensisijaisesti sielunhoidolliseen keskusteluun.⁸¹⁰ Paula ja Kaisa Seniori kertovat, että he ovat joskus ohjanneet potilaita arviointijaksolta sellaisen psykoterapeuttien psykoterapiaan, joilla on teologin pohjakoulutus. Näin on tehty, jos potilaan kysymykset ovat liikkuneet paljon uskonnollisen alueella, ja potilas on ilmaissut toiveensa nimenomaan näiden asioiden mahdollisimman tarkkaan käsittelyyn psykoterapiassa.⁸¹¹ He ovat siten lähettäneet potilaan erityisen asiantuntijan hoitoon.

Karita Juniorin hoidossa olevilla potilailla on ollut paljon uskonnollisten ja hengellisten aihepiirien käsittelyä. Hän kertoo ohjaavansa potilaan hengellisen alan työntekijälle kahdenlaisessa tilanteessa:

Että se on ehkä, että sitä voi pohtia vaikka sen pastorin kanssa. Niitä teologisia kysymyksiä, että minuun mielestä ne ei ole terapian ydinkysymyksiä. Ja sit se, että minä en halua ottaa jotenkin henkilökohtaisesti kantaa niihin. (Karita, 6)

Karitan toimintatavassa näkyy yhtäältä, että hän oikeastaan suojelee psykoterapian settingiä ohjaamalla potilaan puhumaan vuorovaikutteisemmalla tavalla tiedollisista ja opillisista teologisista asioista ja sellaisista kysymyksistä, joihin potilas toivoo suoraa keskustelukumppanin kannanottoa ja näkemysten jakamista. Toisaalta Karitan tavasta ohjata potilaitaan tällä tavalla puhumaan tietyistä asioista toisaalle, voi potilaille välittyä tunne siitä, ettei psykoterapeutti halua tai kykene keskustelemaan näistä aihepiireistä.

Katariina Juniorin hoidossa olevilla potilailla on ollut jonkin verran esillä uskonnolliset ja hengelliset teemat. Katariina mainitsee ohjaavansa potilaita hengellisen alueen työntekijän luo, mikäli potilaan kysymykset liikkuvat hänen toimintaansa ja olemista häiritsevän jumalakuvan alueella:

⁸⁰⁷ Panu Supersenioreni, Paula Seniori, Kaisa Seniori, Karita Juniori, Katariina Juniori, Pihla Seniori, Pirjo Supersenioreni, Kerttu Juniori, Kyllikki Jumiori, Kalle Supersenioreni ja Kaarina Seniori.

⁸⁰⁸ Kansaneläkelaitos. Kuntoutuspsykoterapiaan hakeutumisen ohje. Internetaineisto.

⁸⁰⁹ Panu Supersenioreni, Paula Seniori ja Kaisa Seniori.

⁸¹⁰ Panu 5.

⁸¹¹ Paula 3–4 ja Kaisa 4.

Niin se, että jos jonkun jumalakuva on kauhean rankaiseva ja sen vaikutus siihen ahdistukseen, itsetuhoisuuteen, syyllisyyteen, häpeään, niin on... niin, minun ajatus on, että olisi tuotava se tuska, mikä tuntuu tulevan niistä omista ajatuksista ja käsityksistä, niin tulisi käsiteltyä sellaisen kanssa, jolla on tietoa ja käsitys siitä laajemmin kun minulla. (Katariina, 1–2)

Katariina mainitsee ohjaavansa potilaan hengellisen alueen työntekijälle silloin, kun oma ymmärrys asiasta ei riitä tai silloin, kun psykoterapeutin koulutus ei anna mitään vastauksia potilaan tuoman materiaalin työstämiseen. Katariinan kertomassa tilanteessa potilas ehkä toivoo myös synninpäästön kaltaista interventiota, jos syyllisyys tuottaa tuskaa. Sekä Karitan että Katariinan työtavassa näkyy, että he kyllä yleensä tutkivat potilaidensa uskonnollista ja hengellistä materiaalia. Kuitenkin potilaan toivossa vuorovaikutteisempaa työtapaa, auttajan suurempaa omien käsitysten avaamista ja uskonkysymysten jakamista, he ohjaavat potilaan hengellisen alueen työntekijän puheille. Tällainen molempien alueiden työskentely on mahdollista myös erityisen pastoraalipsykologisen psykoterapeutin vastaanotolla. Pastoraalipsykologisella psykoterapeutilla on koulutuksensa perusteella mahdollisuus työskennellä sisäistyneellä tavalla myös potilaan uskonnollisten kysymysten parissa.⁸¹²

Psykodynaamiset psykoterapeutit Pihla Seniori ja Pirjo Superseniorei, joiden vastaanotoilla on käsitelty jonkin verran uskonnollisia ja hengellisiä teemoja, kuvaavat samantapaista työtettä. He työskentelevät potilaiden materiaalin kanssa yleensä, mutta jos potilaalla on esimerkiksi opinsisällöllisiä asioita, joihin tämä toivoo kannanottoa tai vastavuoroisempaa (abstinenssista poikkeavaa) työ-otetta, niin heidät on ohjattu hengellisen alueen työntekijän puheille. Pihla kertoo ohjanneensa syyllisyyden vaivaamia potilaita joskus ripittäytymään ja saamaan synninpäästön, jos työskentely psykoterapiassa ei ole potilasta auttanut ja häntä ovat vaivanneet kysymykset, mikä on oikein ja mikä väärin.⁸¹³ Pihla ei mainitse, mitä psykoterapiassa tapahtui näiden ohjauksien jälkeen.

Paavo Kettusen tekemässä sielunhoidon alueen rippitutkimuksessa vuodelta 1998 tuli esiin, että seksuaalisuuteen liittyvä hätä ja ahdistus on jopa suurin ryhmä, jonka vuoksi ihmiset hakeutuvat sielunhoitajan luokse ripittäytymään.⁸¹⁴ Kettunen painottaa, että seksuaalisuuteen liittyvän syyllisyyden kohtaaminen pelkän synnintunnustuksen ja synninpäästön avulla auttaa harvoin ripittäytyjää. Sen sijaan vuorovaikutuksellisuus voi toimia:

Jos rakkaudettomuus, pettymys, torjutuksi tuleminen, itseään tai toista vastaan toimiminen on tapahtunut "suhteessa", myös vapautumisen tulee tapahtua "suhteessa", mutta nyt niin, että siinä toteutuu jotakin olennaisesti toisin. Erityisen merkityksellistä tämä vuorovaikutuksessa tapahtuva jakaminen näyttää olevan silloin, jos tilanteeseen liittyy asianomaisella myös häpeää.⁸¹⁵

⁸¹² Kettunen 2013, 69, 263.

⁸¹³ Pihla 5.

⁸¹⁴ Kettunen 1998, 302–303, 321–322.

⁸¹⁵ Kettunen 1998, 321.

Sielunhoidon kontekstissa on tärkeää, miten ripin kuuntelija vastaanottaa ripittäytymisen kertomuksen ja erityisesti se, miten kuuntelija vastaanottaa koko ihmisen antaen hänelle tilaa purkaa kertomustaan. Avun saaminen sielun hätään ei tapahdu nopeasti syntien tunnustamisella ja synninpäästöllä, vaan hädän lieventyminen edellyttää kokonaisvaltaisesti ihmisen kohtaamista kaiken hänen sisältönsä kanssa. Tämä sama vastaanotto tapahtuu myös psykoterapiassa. Optimaalisessa tilanteessa sekä psykoterapiassa että sielunhoidossa henkilö voi kokea tulleen vastaanotetuksi kaikkine puolinsa, ei arvostelluksi tai tuomituksi.

Kolme psykoterapeuttia kertoi tilanteista, joissa potilaalla oli käynnissä samanlaisesti psykoterapian kanssa jonkinlainen hengellinen ohjaus tai sielunhoito. Kaikki kolme olivat kognitiivisia psykoterapeutteja: Kalle Superseniore, Kerttu Juniore ja Kyllikki Juniore. Kertun työssä uskonnollisia ja hengellisiä asioita oli käsitelty yleisesti ottaen vähän, Kyllikin jonkin verran ja Kallen paljon.

Kalle on hoitanut psykoterapiassa potilaita, joilla on ollut jatkuva suhde rippi-isään tai -äitiin. Näiden potilaiden hoidoissa jotkut puheenaiheet ovat olleet sellaisia, jotka potilas itse on rajannut pois psykoterapiasta.⁸¹⁶

”Tästä minä en puhu sinulle, minä puhun rippi-isälle.” (Kalle, 3)

Kalle kertoo näiden teemojen joskus olleen sellaisia, että potilas on kertonut jonkun asian vaivaavan häntä, mutta kieltäytynyt sen tarkemmasta käsittelystä psykoterapiassa. Kalle on osoittanut hyväksyvänsä tämän potilaan tekemän rajauksen. Usein näissä tilanteissa on ollut kyse selkeästä ripittäytymisen ja synninpäästön saamisen tarpeesta. Esimerkiksi ortodoksisessa kirkossa oletetaan, että henkilöllä on aina olemassa rippi-isä, joka seuraa ripittäytymisen elämää.⁸¹⁷ Näin on luonnollista, että he voivat psykoterapiansa aikana käydä myös rippi-isän tai -äidin puheilla.⁸¹⁸

Kalle jatkaa pohdintaansa siitä, onko tällainen potilaan tekemä raja psykoterapian tavoitteiden kannalta hyvä vai huono asia. Hän mainitsee lestadiolaisen yhteisön, ja siellä ilmenevän sisäisen tunnustamisen sekä tähän liittyvät pulmat tai ristiriitaisuudet.⁸¹⁹ Kallen masentunut lestadiolaispotilas kärsi selkeästi identiteettipulmista, joihin sekoittui seksuaalisuuden alueen ongelmia suhteessa yhteisön saarnamieheen. Potilas ei pystynyt tuomaan näitä asioita avoimesti esiin psykoterapiassaan vaan ”koteloi” niitä. Kalle ei tarkemmin erittele, mitä tämä asia hänessä itsessään herätti ja

⁸¹⁶ Ortodoksisen seurakunnan kirkkoherra Rauno Pietarinen kiinnitti huomionsa professori Kettusen rippitutkimuksen kirjoituspyyntöön vuonna 1993. Pietarisen käsityksen mukaan ortodoksisen perinteeseen ei kuulu omien hengellisten kokemusten julkinen esittäminen. Nämä asiat kuuluvat ainoastaan rippi-isän kanssa puhuttaviksi. (Kettunen 1998, 82 ja 85–86.)

⁸¹⁷ Kettunen 2013, 104.

⁸¹⁸ Merras 1992, 88. Suomen ortodoksisen kirkon internetsivut.

⁸¹⁹ Tämä liittyy lestadiolaisessa käytännössä olevaan sovintorippiin. ”Sovintorippiä käytetään silloin, kun pyydetään anteeksi toiselta ihmiseltä, kun on sanottu kovasti tai muuten pahoitettu hänen mieltään.” (Kettunen 1998, 134.) Tämän käytännön tekee pulmalliseksi se, että anteeksisaaduista asioista ei puhuta ulkopuolisille. Samoin anteeksiantamisen epäminen ei ole käytännössä mahdollista. Asian monimutkaisuus ja pulmallisuus liittyy esimerkiksi lapsen seksuaalisen hyväksikäytön tilanteisiin, joissa tekijä pyytää tekoaan uhrilta anteeksi ja tämän on anteeksi annettava, jonka jälkeen uhri ei voi asiasta puhua ”rippisalaisuuden” vuoksi. (Hurtig 2013, 247–252.)

miten hän tämän potilaansa kanssa psykoterapiassa toimi.⁸²⁰

Kerttu Juniorin psykoterapiassa on ollut potilaita, jotka ovat samaan aikaan käyneet sielunhoitajalla. He ovat käyneet sielunhoidossa jo psykoterapian alussa, joten Kerttu ei ole heitä varsinaisesti ohjannut sielunhoitajien luokse. Kertun hoidossa potilaiden uskonnolliset ja hengelliset sisällöt ovat olleet vähän esillä. Kerttu on kokenut potilaiden käymisen sielunhoitajalla rinnakkain psykoterapian kanssa sujuneen ongelmitta. Tämä on hänen mielestään pelkästään hyvä asia, koska hän on kokenut, ettei hänellä itsellään ole ollut juuri mitään annettavaa uskonnollisissa tai hengellisissä kysymyksissä.⁸²¹

Kyllikki Juniori on ohjannut potilaan keskustelemaan muutaman kerran pastoraalipsykologisen psykoterapeuttikoulutuksen käyneen psykoterapeutin luokse keskellä tämän omaa psykoterapiaa. Potilaalla oli kysymyksiä, jotka liittyivät suoraan Raamatun teksteihin ja niiden tulkintoihin, ja hän oli toivonut kannanottoa ihmiseltä, jolla oli myös teologista tietämystä. Toinen tilanne, jossa Kyllikki on ohjannut potilaansa papin puheille, on ollut lapsen menetyksen yhteydessä.⁸²²

Kaarina Seniori on työssään käyttänyt erilaisia käytäntöjä hengellisen alueen työntekijöiden kanssa. Kaarinan hoidossa käsitellään uskonnollisen ja hengellisen alueen mielensisältöjä yleensä ottaen jonkin verran. Kaarina oli kutsunut sairaalapapin mukaan istuntoon potilaan ja itsensä kanssa, koska potilaalla oli vaikeita kysymyksiä, miten hän voisi noudattaa Lars Leevi Lestadiuksen kirjoituksia elämässään, ja miten näiden toimintojen kautta mahdollistuu omakohtainen pelastus. Kaarinan toiveena oli, että potilas voisi saada oppineemman perustelun siihen, miten hän voisi ajatella monipuolisemmin. Yhteisistunto oli ollut kuitenkin pettymys potilaalle, koska sairaalapappi oli nainen. Potilaan käsitykseen papeudesta tämä asia ei ollenkaan sopinut.⁸²³ Tässä psykoterapeutti odotti tehdyn intervention vievän potilaan ajattelua tiettyyn suuntaan, siinä mielessä tämä tapa oli puitteiden määrittelemästä toimintatavasta poikkeava.

Kaarinan vastaanotolla on käynyt arviointivaiheessa potilaita, joiden kanssa hän on tunnustellut, millainen hoito tai kohtaaminen potilaalle olisi parhaalla mahdollisella tavalla hyödyksi ja tarpeen. Olisiko se enemmän sielunhoitoa tai esirukouksellistakin toimintaa psykoterapian sijaan.⁸²⁴

7.1.5 Uskonnolliset symbolit työhuoneessa sekä psykoterapiatyössä

Aineistossani kahdeksan haastateltua, viisi psykodynaamista⁸²⁵ ja kolme kognitiivista⁸²⁶ psykoterapeuttia, puhuu erilaisten kristillisten symbolien ilmenemisestä psykoterapiatyössään. Tällaisia ovat olleet Raamattu, ikonit vastaanottohuoneessa, virret ja joulun nostattamien aiheiden käsittely psykoterapiassa. Näitä aiheita en itse erityisesti haastattelussa kysynyt, vaan ne tulivat spontaanisti esiin. Jotkut maininnat

⁸²⁰ Kalle 4.

⁸²¹ Kerttu 5.

⁸²² Kyllikki 1–2.

⁸²³ Kaarina 1–2.

⁸²⁴ Kaarina 3.

⁸²⁵ Panu Superseniore, Pihla Seniori, Pekka Juniori, Pirkko Seniori ja Pulmu Superseniore.

⁸²⁶ Kati Superseniore, Kirsi Superseniore ja Kyllikki Juniori.

Raamatusta liittyivät psykoterapeutin omaan taustaan, kuten Raamatun lukukilpailusta voitettuun viivaimen ala-asteella koulussa⁸²⁷ tai serkun Unkariin ja Itä-Saksaan salakuljettamiin Raamattuihin⁸²⁸.

Raamattu mainittiin erityisesti sellaisena jaettuna yhteisenä varastona, jonka vertaukset ja kertomukset ovat kulttuurissamme tuttuja ja näin helposti ymmärrettäviä.⁸²⁹ Panu Superseniorin kertomuksessa hänen oman koulutushoitonsa analyttikko siteerasi joskus Raamattua.⁸³⁰ Panun mielestä koulutushoidossa oli tilaa kaikenlaiselle mielensisällölle, eikä mitään tarvinnut sulkea pois käsittelyn piiristä. Kyllikki Juniori on ottanut työssään esiin Raamatusta esimerkiksi rakkauden kaksoiskäskyn korostaessaan omien tarpeiden⁸³¹ oikeutusta potilaille, jotka muuten eivät "näyttäytyä niin hirveen uskonnollisina." Kyllikki käytti tätä tunnettuna tietona siitä, että vasta sitten voi hyväksyä muita ihmisiä ja elää heidän kanssaan, kun ensiksi rakastaa ja hyväksyy itsensä.⁸³²

Pirkko Seniori kertoo, että joulukuun ja erityisesti Pyhän perhe sekä Raamatusta nousevat teemat tuovat materiaalia hoitotilanteeseen:

Ja sitten minä olen jotenkin, minä tutkisin just niin, minä ajattelin, että joulukuun on yksin semmoinen aika tärkeä, siinä on musta semmoinen triadi, joka on hyvin tärkeä sillä lailla just sen Pyhän perheen... Että se on minun mielestä aika tärkeä sillä, minä koen, että on tärkeä, että vietetään joulukuun, siinä peilataan sitä ihmisen senhetkistä objektisuhde-, suhdetta vanhempiin, tai miten kokee, että sen minä koen, se on hyvin tärkeä. (Pirkko, 1)

Että se on semmoinen, että siellä, Raamattuhan on sanoja täynnä ja sanoja ja sanontoja täynnä, että minusta se on arvokas kirja siinä mielessä. Että minä käytän sitä sillain sanana. (Pirkko, 3)

Pirkon työtapaan kuuluu, että hän ottaa symboleja ja metaforia Raamatusta ja kristillisestä perinteestä. Ne ovat asioita, jotka potilasta ovat puhutelleet ja jotka ovat tuttuja potilaalle sekä psykoterapeutille. Pirkko tarkastelee sitä, mitä nämä tutut vertaukset ja esimerkiksi mielikuvat joulukuusta tuovat potilaan mieleen hänen menneistä sekä nykyisistä ihmissuhteistaan. Raamattu ja tradition kuvat ovat tässä portteina ihmisen mieleen, muistoihin ja erilaisiin suhteessaolon kokemuksiin. Joulukuun tapahtumien kerroksellisesta merkityksestä on kirjoittanut brittiläinen koulutusanalyttikko David Millar. Millarin mukaan joulukuun kertoo myyttisestä todellisuudesta: vanha isä, nuori äiti ja ahne murhanhimoisen kuningas. Joulukuun on kertomus syntymästä ja toivosta, mutta samalla vauvan kuoleman uhasta.⁸³³

⁸²⁷ Kyllikki 7.

⁸²⁸ Kalle 9.

⁸²⁹ Pirkko 3.

⁸³⁰ Panu 4.

⁸³¹ "Opettaja, mikä on lain suurin käsky?" Jeesus vastasi: "Rakasta Herraa, Jumalaasi, koko sydämeästäsi, koko sielustasi ja mielestäsi. Tämä on käskyistä suurin ja tärkein. Toinen yhtä tärkeä on tämä: Rakasta lähimmäistäsi niin kuin itseäsi." (Mt. 22:36–39.).

⁸³² Kyllikki 7.

⁸³³ Millar 2006, 98–99.

Pirkon työtavassa myös virret ovat sellaisia, joita hän käyttää työssä eräänlaisina herättäjinä. Pirkolle itselleen virret ovat olleet tärkeitä lapsuudesta saakka, koska hänen isoäitinsä veisasi paljon. Psykoterapeutin oman mielen käyttö, menneisyyden ja nykyisyyden, mahdollistuu avaralla tavalla työssäänkin, kaikkea mahdollista mieleen nousevaa voi työssä käyttää apuna. Jopa näin:

Mulla saattaa joku virsi ruveta soimaan mielessä terapiatunnilla, että se on sel-laista, ett sit minä, et se on semmoinen tutkiva, että minä käytän sitä siihen, että Mitä nyt? Mitä nyt tapahtuu? P: Miten käytät sitä? H: No, ehkä sitä just, että miksi juuri tällainen virsi tulee! P: Niinku omana prosessina? H: Omana prosessina. Omana, että mikä se on? Joskus minä voin jopa vaikka kysäistä, että minulle nousi tällainen, niin se saattaa liittyä hyvinkin sen ihmisen varhaislapsuuteen ja lapsuu-teen. Mutta hänellä saattaa kuitenkin olla ihan eri tunne mikä minulla onkaan sii-hen liittyen. Mutta siinä on joku merkittävyys, siinä on joku merkitys. (Pirkko, 2–3)

Pirkko on oppinut käyttämään kaikkea omaa mielensisältöään transferenssi/vastatransferenssityön palveluksessa. Potilaan kohtaamisen herättämänä hänen mieleensä tulee virsi, ja hän ainakin valpastuu tutkimaan, mitä se merkitsee ja kertoo juuri tämän hoitosuhteen ja potilaan kannalta. Joskus Pirkko käyttää mieleensä tullutta virttä niin, että mainitsee siitä potilaalle, joskus ei. Psykoterapiasuhteessa molemmat osapuolet vaikuttavat yhteiseen prosessiin. Analyttikko Thomas Ogden puhuu analyttisestä kolmannesta. Tämä analyttinen kolmas on yhteinen ja yllättävä luomus.⁸³⁴ Tällä käsitteellä on yhteyksiä Donald Winnicottin transitionaalitilan tai potentiaalisen tilan käsitteeseen. Psykoanalyttisessä tilanteessa potilaan ja psykoanalyttikon välille kehkeytyy jaettu psyykinen tila, joka on ainutkertainen ja molempien osapuolien yhteistyössä luoma.⁸³⁵

Virsiä olivat potilaidensa kanssa veisanneet Kirsi Superseniore ja Kyllikki Juniori. Kirsi oli laulanut virsiä muussa työssä kuin psykoterapiatyössä, psykiatrisessa osastohoidossa lapsipotilaansa kanssa. Viimeksi mainitussa tilanteessa tutut virret olivat tuoneet turvallisuuden ja turvan tunnetta pienelle tytölle.⁸³⁶ Kyllikki veisasi virsiä iäkkään potilaansa kanssa tämän viimeisellä psykoterapiakäynnillä. He lauloivat molempien ulkoa osaamat ”Ystävä sä lapsien” ja ”Kun on turva Jumalassa”. Potilas oli tätä toivonut ja Kyllikin mielestä se sopi aivan hyvin hyvästijätön käynnille.⁸³⁷

Vastaanoton sisustus on asia, joka omalta osaltaan kertoo psykoterapeutin arvoista ja käsityksistä. Ympäristö, jossa työskentelemme, kertoo meistä itsestämme.⁸³⁸ Potilaat tekevät huomioita vastaanottotilasta, kuten Pekka Juniori on kokenut tapahtuvan:

⁸³⁴ Intersubjektiiivinen analyttinen kolmas (Ogden 1994).

⁸³⁵ Mälkönen 2011, 188.

⁸³⁶ Kirsi 3.

⁸³⁷ Kyllikki 6–7.

⁸³⁸ Pylkkänen 2011, 53.

Mutta sitten, jos tullaan tähän huoneeseen, niin kyllähän tietysti näistä ikonista, parista sellaisesta ja minä luulen, että ihmiset, esimerkiksi potilaat, kai nyt sitten intuitiivisesti aistii, myöskin tiedostamattaan havainnoi, että minä luulen, että heille on tullut kuitenkin joku käsitys siitä minun spiritualiteetista. Vaikka sitä minä en ole sanonut. Tämä on minun ajatukseni. Ja kokemuksenikin. (Pekka, 4)

Pekan työhuoneessa on esillä ikoneita ja muuta kristillistä esineistöä. Hän tiedostaa tämän esineistön välittävän potilaille ja muillekin huoneessa kävijöille jotakin hänen omasta arvomaailmastaan ja spiritualiteetistaan. Pekka kertoo joskus ottavansa kämmenristin käteensä ja sen kanssa kuuntelevansa potilaan asiaa.⁸³⁹ Tämä on varsin voimakas vastatransferentiaalinen ele, jota Pekka ei haastattelussa lainkaan problematisoi.

Kati Superseniorin toisen osa-aikaisen työntekijän kanssa jaetussa työhuoneessa oli ikoni, josta potilas oli kysynyt, onko sillä jotakin merkitystä Katin oman uskonnollisen vakaumuksen kannalta.⁸⁴⁰ Pihlan työhuoneessa on myös ikoneita. Hän kertoo sen olleen joillekin potilaille portti tai eräänlainen lupa käsitellä uskonnollista ja hengellistä aiheita psykoterapiassa. Toisaalta Pihla Seniori pohtii ikonien joskus herättäneen yhteistyötä estäviä mielikuvia niissä potilaissa, joilla on ollut kielteisiä käsityksiä uskonnollisuudesta, koska ikonien kautta välittyy Pihlan oletettu myönteinen suhtautuminen uskonnollisuuteen. Tätäkin asiaa Pihla on pyrkinyt potilaidensa kanssa tutkimaan ja tarkastelemaan.⁸⁴¹

Työtilassa tarvitaan tietty määrä neutraalisuutta, koska potilas sijoittaa siihen sekä tiedostettuja että tiedostamattomia fantasioita itsestään ja odotuksistaan suhteessa terapeuttiin.⁸⁴² Psykoterapeutin työtilaansa valitsemat esineet kertovat hänen todellisesta olemuksestaan, ja näin ne saattavat myös kaventaa potilaan mahdollisuutta käyttää psykoterapeuttia sekä koko psykoterapeutista tilaa ja suhdetta transferenssin palveluksessa.⁸⁴³ Mitä esineitä ja symboleja psykoterapeutti työtilaansa tuokaan, hänen on oltava valmis tarkastelemaan tarvittaessa potilaansa kanssa niihin liittyviä fantasioita, käsityksiä ja odotuksia.

7.2 TRANSFERENSSI- JA VASTATRANSFERENSSITYÖN VAIKUTUKSET JA MUUTOKSET PSYKOTERAPIATYÖSSÄ

7.2.1 Transferenssi- ja vastatransferenssi käytännössä

Brittiläinen psykoanalyysin professori Robert Dayles Hinshelwood, joka edustaa objektisuhdeteoriaa, kuvaa psykoterapeutin muuttunutta tehtävää seuraavasti:

⁸³⁹ Pekka 6.

⁸⁴⁰ Kati 2.

⁸⁴¹ Pihla 1–2.

⁸⁴² Pylkkänen 2011, 53.

⁸⁴³ Freudin työhuoneessa oli noin kaksituhatta pienoispatsasta, joista jotkut olivat myös selkeästi uskonnollisia. Freud itse ei koskaan ilmaissut, mitä patsaat hänelle merkitsivät. Kun Freudin oli lähdettävä Lontooseen natsien vuoksi juuri ennen sotaa, niin pienoispatsaat pakattiin mukaan. Freud osti ensimmäisen patsaan noin puoli vuotta isänsä kuoleman jälkeen. Patsaiden on spekuloitu symboloineen Freudille isää ja tämän suhdetta Näkymättömään. (Wikström 2004, 251–254.)

Kuten Freud sanoi kirjassaan Unien Tulkinta 100 v sitten, on tehtävämme oppia tuntemaan ja ymmärtämään sellaista, mikä on arvoituksellista ja tuntematonta. Pitkä matka alkoi v 1899 melko älyperäisellä unisymbolien tutkimisella. Tänä päivänä se on johtanut siihen, kun kaksi yhteistyökumppania pyrkivät intuitiivisesti ymmärtämään hetkestä hetkeen tässä ja nyt tapahtuvaa vuorovaikutusta ja yrittävät oppia siitä. Yritämme ymmärtää analyttisen tilanteen tämänhetkisyttä sekä niitä projektoiden ja introjektoiden rakennelmia, jotka toimivat analyysitilanteessa sekä kommunikaationa että defensesseinä.⁸⁴⁵

Hinshelwoodin kuvaus tiivistää psykoterapian tehtäväksi tiedostamattoman tekemisen tietoiseksi tässä ja nyt -tilanteissa potilaan ja psykoanalyttikon keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Kuvauksessa käy ilmi sekin, että samat ilmiöt toimivat sekä hoidon edistäjinä että sen estäjinä, ja että näihin ilmiöihin osallistuvat molemmat osapuolet aktiivisella tavalla.

Eri tavoin yleistä transferenssi- ja vastatransferenssityöskentelyä näiden aihepiirien parissa kuvailevat aineistossani kahdeksan psykoterapeuttia.⁸⁴⁶ Olen koonnut nämä kertomukset taulukkoon 6.2. Taulukossa olen jättänyt teologi-psykoterapeuttien tutkimuksessa annetut etunimet pois anonyymiyden vuoksi.

Taulukko 7.2. Transferenssi- ja vastatransferenssityöskentely yleisellä tasolla. (N=8)

Haastateltava	Transferenssi- ja vastatransferenssityön yleinen olemus psykoterapiassa
Pauli S	Sisällyttäminen tärkeää, on suostuttava transferenssi-objektiksi. Onko psykoterapeutilla agenda?
Pekka J	Sisällyttäminen tärkeää, psykoterapeutin hyväksyvä ja arvottoman läsnäolo
Pirkko SS	Sisällyttäminen tärkeää, potilaat laittavat joskus psykoterapeutin jumalan asemaan
Haastateltava 3	Moniulotteinen työskentely, kun potilaalle selvisi, että psykoterapeutti on teologi
Haastateltava 5	Sisällyttäminen tärkeää, saa voimaa työhön Parantajan muotoisesta jumalamielikuvasta
Haastateltava 13	Potilas "testasi", sietääkö teologi-psykoterapeutti potilaan ateismin?
Kirsi SS	Transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiot ovat sisäkkäisiä
Pentti S	Transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiot ovat sisäkkäisiä. Erilainen työskentely eri potilaiden kanssa

Psykoterapeuteista Pauli Seniori sanoo selkeimmin transferenssi-ilmion kuuluvan psykoterapeutin työnkuvaan kaiken potilaan materiaalin kanssa. Tähän työhän on vaan lähdeittävä. Pauli antaa ymmärtää, ettei transferenssi-objektina oleminen ole välttämättä helppoa tai vaivatonta, vaan tehtävään on tietoisesti "suostuttava":

Niin, kyllä tässä on ollut suostuttava niin sanotusti transferenssi-objektiksi. (Pauli, 5)

Paulin kokemuksessa transferenssi-objektiksi suostumisessa tulee ilmi se, että on suostuttava sisällyttämään toisen mielensisältöjä. Tämä tehtävä ei ole helppo, koska

⁸⁴⁴ Hinshelwood 2001, 23.

⁸⁴⁵ Pauli Seniori, Pekka Juniori, Haastateltava 5, Haastateltava 3, Haastateltava 13, Pentti Seniori, Kirsi Superseniore ja Pirkko Superseniore.

se edellyttää toisen asemaan asettautumista ja hänen kärsimyksensä kokemista.⁸⁴⁶ Transferenssin ilmi tuleminen ei ole mitenkään itsestäänselvä asia. Transferenssi on tiedostamattoman ilmaisu, jota psykoterapeutti yrittää tavoittaa omien vastatunteidensa kautta. Näihin potilaan transferenssisuhteessa psykoterapeuttiin projisoimiin objektimielikuviin ei ole aina helppo suostua. Potilas saattaa kohdella transferenssissa objektiaan tavoilla, jotka eivät välttämättä ollenkaan vastaa tämän reaalisia ominaisuuksia. Hoitosuhteen edistyessä suotuisalla tavalla psykoterapeutin mielessä alkavat elää potilaan elämän menneet ja nykyiset, ulkoiset ja sisäistyneet objektit.⁸⁴⁷ Pekka Juniori kiteyttää psykoterapeutin roolin olevan osallistuva monella eri tasolla. Hän kokee psykoterapian vuorovaikutuksessa tapahtuvan paljon myös ilman sanoja tai symboleita. Tiedostamaton taso on hoitosuhteessa olennainen.⁸⁴⁸

Nii ja jos ajatellaan ihan tämmöistä projektiivisen identifikaation tunteen, tai siis tässähän alitajunnat keskustele, ja tässä hoitosuhteessa aina jonkun aikaa tunteet siirtyy, niin onhan se sama asia hengellisyyden kanssa, että minä ajattelen, että se sillä tasolla tapahtuva vuorovaikutus on hyvin pitkälle ilman sanoja, eleitä, ei edes symboleita, minä koen sen itse tämmöisenä kannattelun funktiona, saumattoman kannattelun funktiona enemmän kuin aktiivisena. (Pekka, 11)

Kannattelun funktio näyttäytyy myös Pekalle tärkeänä. Se toteutuu enemmänkin psykoterapeutin olemisessa kuin minkään asian tekemisessä aktiivisesti.⁸⁴⁹ Pekka mainitsee, että tämä kannattelun funktio psykoterapiassa tapahtuu samalla tavalla myös hengellisen mielensisällön alueella.

Aineistoni pappi-psykoterapeutti pitää samoin psykoterapeutin toimintaa kuuntelevana ja kannattelevana. Psykoterapeutti ajattelee, että potilas kokee papin edustavan tavallaan myös Jumalaa hoitosuhteessa. Hoidossa potilaan Jumalan suuntaan kohdistamat tunteet saattavat olla negatiivisesti värittyneitä:

Ja että sitä vihaa sitten sitä Jumalaa kohtaan, joka niin epäoikeudenmukaisesti kohtelee, niin sitä sitten siinä kuuntelen sitten. Samalla kun kuuntelen sitä muutakin vihaa sitten. P: Joo. H: Tai kuuntelen ja vastaanotan. Että ehkä siinä se että minä olen myöskin pappi, että se viha Jumalaa kohtaan että sitä voi papille, joka jossakin mielessä ihmisen mielessä saattaa edustaa myös Jumalaa, niin että sitten olen se kohde siinä. Voin sitä ottaa vastaan ja sitten kannatella sitä vaikeata tunnetta siinä. (Haastattelu 5, 3)

Mielenkiintoista on, että potilas tietää psykoterapeuttinsa olevan peruskoulutukseltaan teologi ja silti voi tuoda esiin intensiivisiä negatiivisen suuntaisia tunteita Jumalaa kohtaan. Tämä on esimerkki siitä, kuinka psykoterapeutti toimii sisällyttäjänä potilaalleen ja vastaanottaa hänen projektioitaan ja työstää niitä eteenpäin.⁸⁵⁰

⁸⁴⁶ Hyrck 2011, 200.

⁸⁴⁷ Kulish 2014, 843–846.

⁸⁴⁸ Pentti Ikonen Ormion (2009, 45) mukaan.

⁸⁴⁹ Bion 1988b, 18.

⁸⁵⁰ Hyrck 2014, 158.

Kahden haastateltavan⁸⁵¹ kertomuksessa tulee esille hoitoa aloittelevan potilaan pelkoa ja arvelua siitä, onko psykoterapeutilla joku salainen agenda tai hoidossa it-sessään jonkunlainen uskonnollisen manipulaation mahdollisuus.⁸⁵² Aineistossani pappi-psykoterapeutin potilas oli huolissaan siitä, sisältyykö teologin antamaan psykoterapiaan joku agenda, ollaanko hänelle tyrkyttämässä jotakin itsen ulkopuolelta. Kuvasin tätä edellisessä alaluvussa 7.1.2. Tämä prosessi, jossa potilas miettii psykoterapeutin pohjakoulutuksen merkitystä, on monipolvinen. Psykoterapeutti kertoo potilaan hoitoon tulon ajatuksista:

Että sitten kun hän kuuli että minä olen teologi niin minä kysyin että mitä sinä siitä ajattelet, että onko se sinun kannalta hankala asia tai minkälainen asia se on. Niin kyllähän hänellä ensin oli semmoinen olo, että onko minulla joku agenda tässä. Että onko minulla joku tällöinen juttu, jota minä sitten hänelle tarjoilisin. Mutta tämä, siihen on liittynyt vähän muunkinlaisia agendoja mitä minulla saattaisi olla. Että, mutta et se jotenkin aika mukavasti siitä lähti. Että hänelle oli kuitenkin mahdollista jotenkin luottaa siihen, että vaikka hän nyt eri tavalla ajattelisi kuin mitä hän ehkä ajattelee minun ajattelevan, et hänen on mahdollista ajatella että en minä hänelle ole jotain tyrkyttämässä. Mutta että hänen kanssaan oli tällöistä pohdintaa että kun olen teologi niin mitä se sitten merkitsee. Mutta sinänsä minä koen, että siinä kohtaa oli minusta ihan mielenkiintoista jotenkin miettiä hänen kanssaan sitä, että miten hän jotenkin olettaa tai ajattelee, että mikä se minun... P: Että mikä se agenda vois olla sitten? H: Niin. Josta sitten taas päästään jotenkin eteenpäin. Että minkälaiset ne hänen ajatuksensa siitä sitten on, että mihin hän joutuu jonkun ihmisen kanssa, johon hän lähtee jotenkin vähän tukeutumaan. Että ehkä se minun ajatus siinä sitten, et myös tällöinen uskonnollisuuteen liittyvä kysymys liittyy jotenkin siihen vuorovaikutukseen ja siihen miten on mahdollista jotenkin asettua toisen ihmisen varaan tai lähteä luottamaan toiseen. (Haastattelu 3,3)

Hoitoa aloitettaessa psykoterapeutti oli kuulostellut, miten potilas suhtautuu hänen (teologin) pohjakoulutukseensa. Tämän jälkeen hän on päätenyt tarkastelemaan kokonaistilannetta, johon potilas on psykoterapian alkaessa hakeutumassa: potilas on asettumassa toisen ihmisen varaan ja tuomassa omia herkkiä asioitaan toisen ihmisen nähtäväksi. Uskonnollisuus, tai se, mitä teologin koulutus potilaalle edustaa, edellyttää potilaalta suurempaa luottamusta toisen ihmisen varaan asettumisessa, hoitosuhteeseen uskaltautumisessa.

Potilaan transferenssin yhteydessä herää psykoterapeutin vastatransferenssi:

Toki terapeutillakin on oma näkemyksensä asioista mutta sitä hän joutuu koko ajan korjaamaan tai miettimään, että näinkö se nyt sitten on, että. Ehkä se myös jossain hengellisissä kysymyksissä on niin, että joutuu korjaamaan jotain tapaansa ajatella, että...

P: Niin, että potilaatkin terapeuttia kasvattavat?

⁸⁵¹ Haastattelu 3, 3 ja Pauli 3.

⁸⁵² Rizzuto 2009, 20.

H: Tai opettavat. Joo, ihan taatusti. Niin, että ehkä se, monella tavalla se ajatus, siitä että psykoterapeutin täytyy olla jotenkin avoin tai valmis jotenkin miettimään niitä omia lähtökohtiansa, että. Mikä nyt ei tietenkään ole aina hirveen helppoa. Kai meillä kaikilla on joku ajatus siitä, miten asiat on tai mistä ne lähtee tai mistä ne johtuu, että... Niin mutta että ainakin noin parhaassa mahdollisessa tilanteessa olisi niin, että se vuoropuhelu tuottaa jotain sellaista elävää, jossa kummallakin on mahdollisuus vähän saada itsellensä. (Haastattelu 3,4)

Potilaan kysymykset ja kokemus yhdessä työskentelystä herättävät psykoterapeutin pohtimaan omia näkemyksiään ja käsityksiään myös hengellisissä kysymyksissä. Haastateltava kokee, että oman ajattelun ja käsityksien katselu, niiden näkeminen, siis psykoterapeutin oma vastatransferenssityö ei ole aina helppoa. Parhaimmillaan työ on kuitenkin tyydyttävää, mikäli vuorovaikutus tuottaa jotakin uutta ja elävää molemmille osapuolille. Psykoterapeutin käsitykset ja ajattelu muuttuvat. Voidaan ajatella psykoterapeutin käyttävän mielensisäistä *reverietään*⁸⁵³.

Aineistoni pappi-psykoterapeuteista yksi kertoo työskennelleensä potilaansa kanssa puolentoista vuoden ajan. Tässä psykoterapiassa oli ajoittain tullut esille potilaan uskonnollinen kokemusmaailma, mutta psykoterapeutti ei ollut lähtenyt sitä aktiivisesti tutkimaan. Hän oli kuitenkin mielessään ajatellut potilaan kertomaa Matti Hyrckin suhteessaolon perusmielikuvien teorian kautta ja sen varassa oli tehnyt potilaan kertomuksesta tarkentavia kysymyksiä. Hän oli tästä interventiostaan kokenut potilaansa vaan suojautuvan enemmän, ja tämän asian tarkastelu loppui siihen.⁸⁵⁴ Psykoterapeutti tarkasteli mielessään myös potilaansa rajoja suhteessa Jumalaan ja toisiin ihmisiin, ja hän koki tämän potilaansa menevän hoidossaan aavistuksen eteenpäin näissä asioissa. Kuitenkaan näitä teemoja ei hoidossa juuri sanallisesti tarkasteltu. Tässä psykoterapeutti pohti oman osaamisensa olevan puutteellista, koska kokemus psykoterapeutina on vielä lyhyt ja potilaita on ollut vähän.⁸⁵⁵ Muuten psykoterapeutti kertoo hänellä olevan sen verran tietoa ja kokemuksellista ymmärrystä erilaisesta uskonnollisesta ja hengellisestä maailmasta, ettei hän ahdistu potilaiden kertomuksista vaan voi olla levollisesti ja hiljaa heidän kanssaan.⁸⁵⁶ Niilo Syväne kuvaa levollisen vaitiolon, hiljaisuuden luovan erikoislaatuisen, aktiivisen ja voimantäyteisen hiljaisuuden. Tämä hiljaisuus luo auttajan luokse tulleele tilan ja vapauden lähteä liikkeelle siitä, mistä hän sillä hetkellä haluaa ja voi lähteä liikkeelle.⁸⁵⁷ Paavo Kettusen mukaan hiljaisuus auttaa ihmistä tuntemaan paremmin tiedostamatonta sielunelämänsä, omaa kaipuutaan, toiveitaan, ikäväänsä ja itsessä olevia sekä luovia että destruktiivisia voimia.⁸⁵⁸

Samana pappi-psykoterapeutin toinen potilas oli kertonut olevansa ateisti. Psykoterapeutti koki tämän liittyvän siihen, että potilas testasi hänen kykyään sietää hänen ateismiaan. Potilas oli aiemmin ilmaissut, että hänen on hyvä olla psykoterapeutin huoneessa, että siellä on "levollista olla ja hyvä hengittää". Potilas toden-

⁸⁵³ Bion 1988a, 182–183. Symington & Symington 1996, 168. Ogden 1997, 721.

⁸⁵⁴ Haastattelu 13, 2–3.

⁸⁵⁵ Haastattelu 13, 3–4.

⁸⁵⁶ Haastattelu 13, 3.

⁸⁵⁷ Syväne 1965, 93–94.

⁸⁵⁸ Kettunen 1993, 414.

näköisesti koki olonsa riittävän turvalliseksi nostaakseen esiin myös asioita, joista hän olettaa psykoterapeutin ajattelevan toisin. Psykoterapeutti sanoo, että potilaan kertoma asia ateismista tässä psykoterapian kontekstissa oli lähinnä herättänyt hänessä mielenkiintoa ja kiinnostusta, ja asiaa oli lähdetty tarkastelemaan laajemmin.⁸⁵⁹

Pentti Seniorin kertomus transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöistä hoidossa on kaksijakoinen. Toisen potilaan pitkässä psykoterapiassa oli tutkittu paljonkin transferentiaalista materiaalia liittyen potilaan suhteeseen isäänsä ja nimenomaan tämän käsitykseen maailmasta ja uskonnon paikasta isän elämässä. Potilas oli kokenut isänsä uskovan lähinnä luonnontieteisiin, ja isän usko vaikutti varsin paljon myös potilaan elämään ja olemiseen. Isä saattoi esimerkiksi saarnata ruokapöydässä erilaisista luonnontieteellisistä ilmiöistä. Psykoterapiassa ilmeni taustalla olevan muun muassa potilaan huolen ja pelon siitä, mitä itselle tapahtuu, jos ajattelee ja uskoo eri tavalla kuin isä? Transferenssi oli tullut potilaan ja psykoterapeutin väliseen suhteeseen ja näyttäytynyt selkeästi potilaan unessa, jossa potilas näki psykoterapeuttinsa olevan televisiossa esiintyvä maallikkosaarnaaja. Potilaan mielestä olisi varsin pelottavaa, jos niin oikeasti tapahtuisi.⁸⁶⁰ Tämä uni oli tarjonnut mahdollisuuden työskennellä asian kanssa psykoterapiassa. Pentti kertoi, että he olivat työstäneet tätä unesta lähtenyt tarinaa juuri haastattelupäivän aamuna.⁸⁶¹

Pentti Seniori alkoi miettiä haastattelussa jo päättynyttä psykoterapiaa, jossa hän ei ollut kiinnittänyt huomiota potilaan uskonnolliseen ja hengelliseen materiaaliin, vaikka viitteitä siihen materiaalissa olikin. Pentti sanoi, että ehkä uskonnollisuus olisi tuonut potilaalle jopa ulospääsyt vaikeaksi koetusta elämäntilanteesta:

Että hänellä esimerkiksi se olisi voinut olla se uskonto, suhde uskoon, muuttaa sitä hänen totuuttaan. Ja tarjota ulospääsyä siitä henkisestä umpikujasta, missä hän oli. Ja kun oma psykoterapia ei pystynyt sitä tarjoamaan. Mutta tämä on tällainen varovainen arvaus. (Pentti, 4–5)

Pentin mukaan hänen potilaallaan oli paljonkin juuria Karjalaan ja ortodoksisuuteen. Näitä asioita oli tarkasteltu hoidossa sillä tavalla, että ne olivat tulleet esiin, kuten esimerkiksi karjalaisten isovanhempien pakolaisuus Suomessa ja se, mitä Pentti kutsui ylisukupolviseksi traumaattisuudeksi. Pentin potilas oli tuonut hyvin paljon erilaista materiaalia hoitoonsa ja psykoterapeutti oli huomionnut näitä eri teemojen pilkahduksia, mutta ei ollut kaikkeen mahdolliseen tarjoutuvaan voinut tarttua. Pentti sanookin, että tämä potilas olisi tarvinnut vielä pitkän hoidon, jotta hengellisyyden ja myös seksuaalisuuden alue olisi voinut tulla perinpohjaiseen tarkasteluun.

Kirsi Superseniörin potilas oli pohtinut, miten hänen suhteensa ihmisiin ja Jumalaan on samanmuotoinen. Kirsi mainitsee, ettei oikein muista, miten keskustelu psykoterapiassa tähän eteni. Hän oli kuunnellut ja tehnyt tarkentavia kysymyksiä. Potilas oli kertonut ihmissuhteissaan ja jumalasuhteissaan olevista samansuuntaisista ilmiöistä. Potilas suoritti omalla tavallaan näitä suhteitaan pitämällä niitä omalta puolel-

⁸⁵⁹ Haastattelu 13,4.

⁸⁶⁰ Pentti 3.

⁸⁶¹ Pentti 7.

taan elossa, vireinä ja lämpiminä. Kirsillä oli tarkoitus jatkaa tämän aihepiirin tarkastelua seuraavilla kerroilla erityisesti siltä kannalta, miten samanlaiselta potilaan kertomuksessa kuulosti hänen tapansa olla suhteessa sekä Jumalaan että ihmisiin.⁸⁶²

Pirkko Supersenioren mielestä on tärkeää kuunnella, mitä potilas tuottaa hoitoonsa ja minkälaiseen asemaan hän psykoterapeuttinsa laittaa. Pirkko puhuu potilaan positiivisista tunteista ja odotuksista suhteessa jumalhahmoon näin:

Koska minun mielestä se on siinä transferenssissa, ja se on hyvin tärkeä tutkia siinä. Koska monta kertaa saattaa olla, että potilas asettaa terapeutin jumalan asentoon, että luulee, että minä olen se pelastaja, pelastaja ja jumala, mitä minä en suinkaan ole, sille ihmiselle. Vaan hänen täytyy itse kuitenkin ottaa vastuu omasta elämästään. Että sellainen puoli myös, mutta ehkä sitä säilöö jollain lailla myös itsessään, että on tämä idealisaatio; ideaalipuoli ja mitä on vielä kieltänyt itsessään, mitä ei rohkene ihan ottaa, sitä kaikkea omaatuntoaan itselleen. (Pirkko, 2)

Pirkko kertoo siitä työhön liittyvästä ominaisuudesta, jossa psykoterapeutti joutuu työssään kantamaan ja kohtaamaan potilaiden erilaisia itsestään pois projisoimia puolia ja osia, kunnes tämä pystyy niitä kohtaamaan ja katsomaan, ottamaan takaisin omikseen. Tämä on projektiivisen identifikaation prosessin kuvausta.⁸⁶³ Pirkko Supersenioreni mainitsee omasta vastatransferenssityöstään näin:

Mutta silti minulle voi tulla joku asia, mutta en minä sitä sillai lähde, tutkin sitä itsessäni, mutta en minä sitä välttämättä potilaalle palauta, että katsotaan, jos-sain vaiheessa hän itekin huomaa, että jotain on. Että se kuitenkin se herää tiedostamatta, herää ensin minussa joku ajatus. Hyvän ja pahan taistelusta vaikka. (Pirkko, 2)

Pirkko työskentelee vastatransferenssin kanssa. Hänen kokemuksensa mukaan voi olla niin, että oivallus tai aihepiiri saattaa olla ensin psykoterapeutin mielessä, ja vasta kun se alkaa tulla potilaan tietoisuuden piiriin ja selkeämmin hänen tuomaansa materiaaliin, sitä aletaan työstää esimerkiksi konfrontoimalla tai tulkitsemalla. Asia ikään kuin kehkeytyy esiin vuorovaikutuksessa hoidon tässä ja nyt -tilanteessa.⁸⁶⁴ Työskentely on vastavuoroista ja oivalluksille annetaan aikaa muotoutua ja tulla esiin.

7.2.2 Haasteellisiksi koetut transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöt psykoterapiatyössä

Eri tavoin haasteellisia transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöitä kuvaili aineistosani yksitoista psykoterapeuttia.⁸⁶⁵ Nämä ilmiöt olen luokitellut kahteen ryhmään, joita tarkastelen seuraavassa: 7.2.2.1 Eri tavoin käsityksiltään järkkymättömien potilaiden kohtaamien ja 7.2.2.2 Potilaiden kertomien asioiden aiheuttama hämmennys.

⁸⁶² Kirsi 2.

⁸⁶³ Bion 1988a, 182.

⁸⁶⁴ Bion 1988b, 18; Mitrani 2001, 1098–1099.

⁸⁶⁵ Panu Supersenioreni, Paula Senioreni, Pentti Senioreni, Petra Supersenioreni, Pihla Senioreni, Pirjo Supersenioreni, Pirkko Senioreni, Kaarina Senioreni, Kalle Supersenioreni, Kaisa Senioreni ja Karita Junioreni.

7.2.2.1 Eri tavoin käsityksiltään jyrkkien potilaiden kohtaaminen

Kuusi aineistoni psykoterapeuttia⁸⁶⁷ kuvaili transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöitä kohdatessaan eri tavoin käsityksiltään jyrkkiä potilaita. Esitän yhteenvedon näistä taulukossa 7.3.

Taulukko 7.3. Psykoterapeutissa heränneet voimakkaat vastatransferenssitunteet (N=6).

Haastateltava	Mikä herätti psykoterapeutissa voimakkaita vastatransferenssi-tunteita?
Panu SS	Muitakin sisältöjä kuin uskonnolliset asiat, kuten rasismi tai ihmisyyttä vastaan esitetyt näkemykset
Paula S	Jehovan todistaja –potilaan lapsensa hoitotoimenpiteestä kieltäytyminen herätti psykoterapeutissa tunteita, jotka johtivat työntekijän vaihtamiseen
Pihla S	Herätyskristillistä taustoista (erityisesti vapaat suunnat) olevien potilaiden kanssa joskus vaikea tai jopa mahdoton työskennellä psykoterapeuttisesti
Pirjo SS	Jyrkät uskonkäsitykset, joihin ei pääse psykoterapian välinein pureutumaan. Kertoo epäonnistuneen potilashoidon, joka herätti monimuotoisia vastatransferenssi-tunteita itsessä
Pirkko S	Kertoo lyhyestä potilashoidosta, jossa potilaan monimuotoiset transferenssi-ilmiöt heräsivät nopeasti, ja psykoterapeutti koki avuttomuutta niiden kantamisessa ja niihin vastaamisessa
Karita J	Muitakin sisältöjä kuin uskonnolliset asiat, kuten rasismi tai ihmisyyttä vastaan esitetyt näkemykset

Näitä näkemyksiltään jyrkkiä ja ehdottomia potilaita on ollut vaikea hoitaa psykoterapeuttisesti, koska asioita ja teemoja ei ole voitu lainkaan tarkastella uudesta ja erilaisesta näkökulmasta. Psykoterapeuttisen työskentelytavan mukaan tutkitaan ja haastetaan potilaan sisäisiä malleja siten, että uudenlaiset kokemukset itsestä ja toisesta tulevat mahdollisiksi.⁸⁶⁷

Neljä aineistoni psykoterapeuttia⁸⁶⁸ kertoivat tilanteista, joissa potilaan uskonkäsityksien vuoksi psykoterapeuttinen tutkiva työ oli ollut mahdotonta. Panu Superseniore ja Karita Juniori kuvasivat tilanteita, joissa potilaan arvomaailma on täysin vastakkainen psykoterapeutin arvomaailman kanssa. Näissä tilanteissa psykoterapeuteissa on herännyt heidän omista arvoistaan ja käsityksistään kumpuavia vastatransferenssitunteita ja hämmennystä.⁸⁶⁹ Molemmat psykoterapeutit tuovat esiin, että tämä arvojen vastakkaisuus ei rajoitu pelkästään uskonnolliseen tai hengelliseen vaan myös poliittisiin tai ylipäänsä maailmankatsomuksellisiin arvoihin, kuten esimerkiksi ihmisyyttä vastaan esitetyt tai rasistiset näkemykset. Karita kertoo esimerkin:

No, joku semmoinen teema, missä itse kokisi, että se on jotenkin yleisesti ihmisyyttä, ihmisarvoa vastaan tai jotain sellaista minkä asiakas toisi, niin se vois olla semmoinen, että se olis vaikea, hyvin vaikea lähteä työstämään ja tutkimaan, et ahaa, mielenkiintoista, että sinä ajattelet -tyyliin, että jotakin mitä: kaikki nekerit pitäisi ampua tai jotain muuta. Niin ne on ehkä semmoisia, että siinä huomaa sen, että toki jokaisessa meissä varmaan nämä omat arvot vaikuttaa. (Karita, 7)

⁸⁶⁶ Karita Juniori, Panu Superseniore, Paula Seniori, Pihla Seniori, Pirjo Superseniore ja Pirkko Seniori.

⁸⁶⁷ Kuusinen 2011, 49.

⁸⁶⁸ Panu Superseniore, Pihla Seniori, Pirjo Superseniore ja Karita Juniori.

⁸⁶⁹ Panu 5.

Karita Juniorin on vaikea lähteä tutkimaan ja tarkastelemaan potilaan mielenmaise-
maa ja käsityksiä silloin, kun ne ovat täysin vastoin hänen omia arvojaan tai joitakin
ihmisryhmiä selkeästi syrjiviä. Karita mainitsee kuitenkin, ettei hänellä yleensä ole
ongelmallista kuunnella potilaiden käsityksiä asioista, koska ne ovat potilaan käsi-
tyksiä, eivätkä sinällään loukkaa hänen omiaan. Karita sanoo, että hän ikään kuin
valpastuu siitä, jos potilas on jollakin tavalla ”ääri-ihminen”:

*Mutta sitten minä ajattelen, että se ei ole pelkästään uskonnollisuus, että voihan
se olla vaikka poliittinen ääri-, että sit se herättää sen, että minä jään jotenkin eri
tavalla kuulostelemaan, että miksi tämä ihminen ajattelee näin tiukasti ja onko se
oikeasti niin kapea ja rajattu ja onko tässä joku syy ja onko tässä historiassa joku
vai onko hän oppinut, kasvanut siinä kulttuurissa, ajattelumallissa vai miksi se on
niin tiukka? Että sitten herättää ehkä sen semmoisen kysymyksen, että mikä tämä
juttu on ja miksi? (Karita, 3)*

Karitassa potilaan hoitoonsa näkyville tuoma transferenssimaailma, Kleinin sanoin
total situation,⁸⁷⁰ herättää psykoterapeutin valppaaksi. Hän kiinnostuu siitä, mikä on
potilaan tiukkuuden tai rajatun ilmiön takana. Siihen saattaa vaikuttaa esimerkiki-
si, miten henkilö on kasvanut ja minkälaisessa ympäristössä hän elää. Karita tekee
työtään psykoterapeutina ollen tarkkana ja valppaana sen suhteen, mitä hänen ja
potilaan välillä tapahtuu. Kognitiivisen psykoterapian alueella puhutaan psykoterapeu-
tint metakognitiivisista taidoista.⁸⁷¹

Pirjo Superseniore sanoo jo etukäteen vähän aristelevansa sitä, minkälainen po-
tilaan sisäinen uskonnollinen maailma on:

*Huoh, on niin, tossa vähän mainitsinkin, niin kyllä rehellisesti sanottuna, että jos
on ihan tavallinen ev.lut., että jos minä sanon näin, niin tavallaan sitaateissa, niin
kyllä se aina vähän helpottaa, että koska siinä on sitten aina tietysti se vaara, että
jos on ihan fanaattinen uskonnon suhteen, ja jotenkin semmoinen aika ortodoksi-
nen jotenkin sen, ehdoton jotenkin, että niin ei päästä käsittelemään niitä asioita,
se aina vähän pelottaa. Että siinä törmätään sellaiseen muuriin, että ”minä en
vaan päästä eteenpäin mihinkään”, se aina ja aina vaan kilpistyy siihen fanaatti-
suuteen. Ja sieltä ei löydy mitään semmoista aluetta, jota kautta voisi sitä lähestyä.
Ne transferenssitulkinnat ei mene läpi ja ei ota tulta ja vaikka vääntäisi itsensä
solmuun, ja se ei edisty. Että se etukäteen vähän ahdistaa, että jos sieltä löytyy
semmoista. (Pirjo, 9)*

Pirjolla on ollut psykoterapiatyössä hyvin jyrkkiä uskonkäsityksiä omaavien potilai-
den kanssa hankaluuksia ja vaikeutta, jota hänen itsensä on ollut vaikea sietää. Hän
on ollut turhautunut siihen, että vaikka mitä hän on koettanut ja millaisia tulkintoja

⁸⁷⁰ Klein 1987d, 209.

⁸⁷¹ Metakognitiivisilla taidoilla tarkoitetaan, että psykoterapeutin ollessa vuorovaikutuksessa potilaansa kanssa hän pystyy käsitteellistämään ja pukemaan sanoiksi kokemustaan siitä, mitä heidän välillään tapahtuu. (Karila 2013b, 456–458.)

tehnyt, niin ne eivät vie prosessia eteenpäin. Hän ei ole mitään kautta päässyt lähestymään potilaan mielenmaisemaa niin, että prosessi lähtisi liikkeelle. Tästä on seurannut, että psykoterapeutti on ollut ahdistunut ja jännittynyt uuden potilaan tullessa hoitoon. Hän on miettinyt, ”mitä sieltä tulee eteen ja pääseekö hän kunnolla työskentelemään”. Ana-Maria Rizzuto on työssään havainnut tällaisten potilaiden oppineen käyttämään uskontoa välttääkseen näkemästä joitakin puolia itsessään. Tämä sama tapa toimia jatkuu psykoterapiassakin. Potilaat toivovat psykoterapeutilta neuvoja ja ohjausta eivätkä oman sisäisen maailmansa tutkimista. Rizzuton ohje psykoterapeutille tällaisten transferenssi/vastatransferenssi-ilmioiden kanssa on seuraava:

Vastatransferenttiset tunteet saattavat olla voimakkaita, koska terapeutti tuntee tulevansa hyväksikäytetyksi ja ohitetuksi terapeutina. On tärkeää sietää tällaisia tunteita ja olla reagoimatta niiden pohjalta. Terapeutin tehtävä on lempeästi auttaa asiakasta tiedostamaan, mitä hän on tekemässä, paljastamaan pelko vastuunottamisesta, häpeän, syällisyyden ja riippuvuuden tunteita tai alistumisen tarvetta, jotka aiheuttavat hänen käyttöksensä terapiassa. Terapian alussa tämä on ensimmäinen ja olennaisin tehtävä: auttaa asiakasta astumaan terapeuttiseen liittoon, jonka turvin hän voi riittävästi luottaa terapeutin apua tarjoaviin ja kunnioitaviin aikomuksiin, niin että hän uskaltautuu avaamaan kaikki elämänsä alueet psykologiselle tutkimukselle.⁸⁷²

Rizzuto ohjaa psykoterapeuttia pitämään kiinni psykoterapeuttisesta tehtävästä, joka on potilaan kaikkien elämänalueiden sisällön tutkimista ja jäsentämistä riittävän turvalliseksi koetussa vuorovaikutuksessa. Kun tällainen luottamus on saavutettu, potilaan on mahdollista avata kaikkia elämänsä alueita psykoterapiatyölle.

Pihla Seniori puhui yleisemmällä tasolla siitä, millä tavalla hän oli kokenut hankalaksi erilaisista uskonnollisista ja kulttuuristaustoista olevien potilaiden kanssa työskentelyn. Osa näistä hoitosuhteista oli lyhyempiä ja supportiivisempia julkisen terveydenhuollon puitteissa tapahtuvia, joissa Pihla kuitenkin tapasi potilasta säännöllisesti noin kerran viikossa puolen vuoden tai vuoden ajan. Lestadiolaistaustaisten potilaiden on ollut Pihlan kokemuksen mukaan joskus vaikea tarkastella ajatuksiaan uudesta näkökulmasta.⁸⁷³ Pihla työskentelee herätyskristillisistä yhteisöistä peräisin olevien potilaiden kanssa erityisen varovaisesti. Hän on kokenut vapaiden suuntien edustajien puhuvan asioistaan pelkästään hengellisin sanoin ja käsittein, jolloin niihin ei voi psykologisin keinoin tarttua. Tämä herättää hänessä avuttomuuden ja turhautumisen tunteita.⁸⁷⁴ Pihla kertoo, miten hän itse on kokenut Vapaakirkon hengellisyyden:

Niin samalla tavalla, että jos ajatus on, että ihmisen sisällä koko ajan tämmöinen Jumala ja persoonallinen paha -joku Paholainen taistelee keskenään, ja mitkä meidän ajatukset on sitten Jumalasta ja mitkä on Paholaisesta, että ei saa ajatella tämmöisiä. Tietyt ajatukset pitää torjua pois, ne tulee Paholaisesta ja niitä ei saa

⁸⁷² Rizzuto 2009, 20–21.

⁸⁷³ Pihla 2.

⁸⁷⁴ Pihla 2–3.

ajatella, puhumattakaan sitten vielä, minä olen nähnyt näitä tällaisia eksorsisteja, ihmisestä rukouksella karkotetaan riivaajia ja näitä tällaisia Pyhällä Hengellä täyttymiskokemuksia, jossa ihmiset sitten ennustaa ja puhuu kielillä ja kaikkea tällaista, niin siinä liikutaan semmoisessa maailmassa, että sitä ei ajattelee että ei siihen tällaisella psykologisella ajattelulla, niin ei niillä, ne ei kohtaa. Ja jotenkin, että jos ihminen elää tällaisessa maailmassa, uskoo siihen, niin kyllähän se kahlitsee sitten häntä, mitä hän pystyy työntekijälle tai psykoterapeutille puhumaan. Että jos minä sanon, että eihän ihminen voi ajatuksiaan valita ja ne kaikki kertoo jotakin ja kaikki on tärkeitä. Ja niiden ajatusten voi antaa tai tunteiden voi antaa tulla ja niistä voi puhua ja jos ihminen valmiiksi ajattelee, että osa niistä on lähtöisin jostakin Pahasta, jota pitää vastustaa niin... P: Nii, jos se johtaa siihen, että niitä ei voi ajatella? H: Niitä ei voi ajatella! Ne on pahoja, ei saa ajatella! Että jotenkin tekisi mieli tappaa tuo ihminen tai jotakin, että se on Pahasta ja semmoinen pitää torjua, niin eihän silloin, tällainen työskentely on mahdotonta. (Pihla, 6–7)

Pihla tarkastelee sitä, minkälaista on sellainen mielensisältö, jota ylipäänsä voi psykoterapian välinein tutkia. Nämä potilaiden tilanteeseen tuomat rajoitukset herättävät samalla työntekijässä voimakkaita tunteita, ja hän haluaisi konfrontoida potilasta sanomalla tälle oman näkemyksensä: ”kaikkea voi ajatella ja tuntee, ja kaikesta voi myös puhua”. Tähän ei kuitenkaan ole mahdollisuutta, mikäli potilas on vakaasti käsityksessään, että vaikeat ja pahat ajatukset sekä tunteet tulevat Pahasta ja niitä ajateltaessa sekä kokiessa niiden valta lisääntyy. Näin niitä on mahdoton käsitellä psykologisesti ja tarkastella ajatuksiaan uudesta näkökulmasta. Uskomuksista ja käsityksistä tulee ikään kuin muuri, joka estää psyykkisen työskentelyn täysin.⁸⁷⁵ Pihla on kokenut näin olevan kaikissa niissä tilanteissa, joissa potilaan edustamassa hengellisyydessä on tarkasti määritelty mikä on hyvää ja mikä pahaa, mikä on oikein ja mikä väärin. Näihin sisältöihin ei pääse psykologisin menetelmin käsiksi.⁸⁷⁶ Potilaan uskonnollisuus liikkuu mustavalkoisen mielentilan maisemissa. Silloin henkilö ei voi lähteä ollenkaan keskustelemaan näkemyksistään, koska uhkana on omien käsitysten tai totuuksien ehdottoman ja lopullisen luonteen järkkäminen.⁸⁷⁷

Tarkoilla määrittelyillä siitä, mikä on hyvää ja mikä pahaa, oikein tai väärin, luodaan rajanvetoa oman yhteisön ja ulkomaailman välille. Näin oma ryhmä edustaa hyvää ja ulkopuolinen maailma pahaa ja vältettävää.⁸⁷⁸ Tässäkin sekoittuvat uskonnollisuus ja psykologis-sosiaaliset teemat keskenään. Paavo Kettunen puhuu tässä yhteydessä psykoterapeutin kyvystä autettavansa eduksi. Tämä kyky on liikkumista joustavasti kahden kielipelin välillä, uskonnollisen ja psykologisen käsitteistön alueilla. Kettunen korostaa erityisesti tällaisen kyvyn olevan ominaista pastoraalipsykoterapeuteille, jolloin psykoterapeutti itse siirtyy kielestä toiseen, eikä tämä tehtävä jää autettavalle.⁸⁷⁹ Kahden kielipelin välillä liikkuminen tarkoittaa sitä, että psykote-

⁸⁷⁵ Pihla 7.

⁸⁷⁶ Pihla 7.

⁸⁷⁷ Hyrck 2009a, 94–95.

⁸⁷⁸ McGuire 1997, 85.

⁸⁷⁹ Kettunen 2013, 69–70, 263.

rapeutti itse koko ajan mielessään ajattelee, mitä teologiset asiat merkitsevät psykologisesti ja psykologiset teologisessa mielessä.⁸⁸⁰

Voidaan ajatella myös niin, että henkilön erotellessa hyvin tiukasti heidät meistä, hyvät ja pahat toisistaan, hän liikkuu itse skitsoparanoidisten objekti-mielikuvien alueella.⁸⁸¹ Ehkä sellainen kuuntelija, joka osaa kulkea joustavasti erilaisten kielipeli-alueella, liikkuu itse pääasiassa depressiivisen mielentilan tunnelmissa ja käyttää sisällyttämiskykyään. Tässä huolenpidon mielentilassa auttaja kykenee näkemään jotakin siitä pahasta olost, joka on skitsoparanoidisessa positiossa olevan henkilön erottelun ja pahan olon takana.

Hengellisten käsitysten takaa ja alta voi paljastua asioita, joilla ei varsinaisesti ole tekemistä hengellisyyden kanssa vaan enemmänkin yhteisön, ihmissuhteiden ja seksuaalisten tarpeiden kanssa. Näitä ei kuitenkaan välttämättä päästä aina psykoterapiassa käsittelemään, kuten Pihla edellä kertoo. Pihla on varovainen työssään ja pyrkii ymmärtämään tarkemmin, jos hengellisen yhteisön kasvuympäristö rajoitukseen ja sääntöineen on tuottanut potilaalle pinttyneitä käsityksiä niin, ettei potilas voi psykoterapiassa puhua vapaasti kaikesta siitä, mistä toisaalta haluaisi, liittyen esimerkiksi merkitykselliseksi koetun yhteisönsä tapoihin ja käsityksiin.⁸⁸²

Pirjo Superseniore ja Pirkko Seniori ovat kohdanneet työssään uskonnollisen alueen transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöitä, jotka ovat vaikuttaneet heihin itseensä voimakkaasti. Näiden potilassuhteiden ilmiöitä ovat molemmat tutkineet itsessään ja Pirjo kertoo käyttäneensä myös työnohjausta hoidon päätyttyä. Pirjo kertoo hoidon kestäneen kaksi vuotta. Hänen käsityksensä mukaan hoidon hyöty oli huono:

Minusta se veti vesiperän koko hoito ihan siinä, että tämä potilas koki, että minä en ole uskossa. Että minä en voi ymmärtää tätä hänen jumalasuhdettaan. Ja sitten [haastateltavan kysymys minulle], kun hän oli tässä [... paikallinen uskonnollinen liike] ja hän, voi sanoa, että oli Jumala ja Jeesus ja N.N. [liikkeen johtohahmoja]. Se oli se hänen järjestyksensä. Ja hän ei yhtään antanut pidellä sitä. P: Käsitellä? H: Sitä ei voinut tutkia. Koska se oli nostettu... P: Nii, pyhä? H: Pyhäksi jalustalle. Ja se oli mahdotonta. Ja hän koki minun kysymykseni, vaikka minä mitä kautta yritin lähestyä sitä asiaa, niin hän koki ne tungettelevaksi ja loukkaaviksi." Että näin käy kun minä asetan kyseenalaiseksi hänen uskonsa." (Pirjo, 4)

Pirjo koetti työskennellä potilaansa materiaalin kanssa psykoterapeuttisesti konfrontoiden, kysellen ja tulkiten tämän mielenmaisemaa ja merkityksiä, mutta potilas oli kokenut nämä interventiot tungetteleviksi ja hänen arvojaan kyseenalaistaviksi. Potilas oli nostanut mielessään paikallisen karismaattisen liikkeen johtohahmon jalustalle niin, ettei häntä tai hänen toimintaansa voinut lainkaan tarkastella kriittisesti. Ei myöskään ollut mahdollista tarkastella, mitä potilas koki suhteessaan tähän idealisoituun hahmoon. Tilanne nostatti psykoterapeutin mielessä hankalia vastatunteita, hän muun muassa alkoi miettiä, oliko jo alun perin tehnyt virhearvion

⁸⁸⁰ Kettunen 2013, 262–263.

⁸⁸¹ Hyrck 2009a, 93.

⁸⁸² Pihla 2.

arviointivaiheen haastatteluissa ottaessaan potilaan hoitoon. Vastatunteistaan psykoterapeutti sanoo:

Niin tämä oli aika, voi sanoa, että minun vastatransferenssitunteet oli varmasti sellaisia, jotka sitten varmaan jollain lailla välittyi myös siihen hoitosuhteeseen. Jota minä en voinut enää estää välittymästä. Vaikka minä yritin. Että minä vähän tunnen siitä myös syyllisyyttä, että se suhde, hoitosuhde päättyi kahteen vuoteen, ja minun mielestä tämä minun potilaani ei saanut siitä oikeastaan mitään irti. Hän oli kommunikaatiokyvyiltäänkin myös vähän heikohko, että hänellä ei ollut tämmöistä oivalluspotentiaalia kauheasti, eikä kyvykkään antautua psykodynaamiseen työkentelyyn alun perinkään, että minä en ehkä häntä haastatellut tarpeeksi hyvin, että minä jossain vaiheessa vähä kaduin, että minä olin hänet ottanut, että minulla alkoi tulla myöskin niin tämmöisiä negatiivisia tunteita häntä kohtaan siinä mielessä, että ne oli kaikki minun vastatunteita tietenkään. Huoh, tämä... se on semmoinen, voisiko sanoa, epäonnistumisen kokemus kyllä. Näissä hengellisissä kysymyksissä, että hän koki, että minä en ymmärrä häntä, koska minä en ole uskovainen. Että hän teki sen päätelmän, että minä en oo, minä en sanonut sitä tietenkään, enkä kertonut alun perinkään, mutta hän teki sen päätelmän. "Että jos sinä olisit uskovainen, niin sinä sanoisit noin." P: Nii, ja sinä olisit sitten saman mielinen? H: Joo, se oli tämmöinen. Kurja kokemus varmaan vähän molemmille. (Pirjo, 4–5)

Pirjo Supersenioreni on kokenut epäonnistumisen tämän potilaan kohdalla. Hänelle tuli tunne, että hän ei ole osannut riittävällä tavalla auttaa potilasta, vaikka miten yritti. Pirjo kertoo myös noudattaneensa settingin vaatimusta siinä, ettei ole itse asiassa kertonut potilaalle omaa uskonkäsitystään, mutta tämä on kuitenkin tehnyt päätelmän, että psykoterapeutti ei ole uskovainen. Tämä on vuorostaan vaikuttanut voimakkaasti siihen, mitä potilas voi psykoterapeutilta vastaanottaa ja mitä hän odottaa psykoterapeutin hänen tilanteestaan ylipäänsä ymmärtävän. Potilas on kokenut, että vain samanmielinen uskonasian suhteen voisi häntä oikealla tavalla ymmärtää. Tämä potilaan asenne on vienyt psykoterapeutin vastatransferenssitunteita edelleen suuntaan, josta ei ole enää ollut ulospääsyä. Niin hoitosuhde on päätetty, ja psykoterapeutille on jäänyt tunne, että tästä kaksivuotisesta hoidosta ei ollut potilaalle juuri mitään hyötyä. Voidaan myös olettaa, että erilaisten ajattelutapojen paljastuminen tälle potilaalle missä tahansa asiassa olisi johtanut hoidolliseen umpikujaan.

Myös Pirkko Supersenioreni kertoo kokemastaan hoitosuhteen epäonnistumisesta:

Minä en tiedä, minulle tuli nyt mieleen yksi Jehovan todistaja, joka oli lähtenyt siitä omasta uskostaan. Nii minä koin jotenkin, oman riittämättömyyteni ehkä tai siten sen transferenssi, hänen varhaislapsuuden kokemuksistaan tuli niin vaikeasti saavutettavia, että hän ei jatkanutkaan kovin pitkään sitä terapiaa, että hän lähti. No, hän meni omille teilleen, et siinä oli ne molemmat, että ei koskaan, siinä oli niin suuri ristiriita sieltä kotoa, perheessä, että äiti ryyppäsi itsensä hengiltä. Ja isä kanto viinaa kotiin ja sallittiin se ja äiti tuhoutui. Ja vielä isä jotenkin esitti ihan muuta tämän potilaan mielestä. Mitä sit olikaan? Että sitten semmoista salailua ja vaikenemista, että sen minä koin aika vaikeaksi. Että minä en, minä en osannut

siinä jotenkin tai ehkä siinä oli, että en osannut olla siinä. Siinä oli niin paljon ris-tiriitoja. P: Jotenkin sekaisin asiat? H: Joo, kyllä. (Pirkko 3–4)

Tässä potilaan elämässä oli juuri tapahtunut iso muutos hänen irtauduttuaan tiivi-istä uskonnollisesta yhteisöstään, jossa jo hänen lapsuudenperheensä oli mukana. Todennäköisesti jo irtautuminen toi potilaan mieleen vaikeita transferenssitunteita omia vanhempiaan kohtaan ja muistoja siitä, millaista heidän elämänsä oli ollut tiivi-in uskonnollisuuden kuljissa takana. Myös potilaan muistot kuolleesta äidistä herä-sivät suhteessa naispuoliseen ja ehkä jopa äidin ikäiseen psykoterapeuttiin. Kaikkien suhteiden katkaiseminen⁸⁸³ hengelliseen yhteisöön ja tämän prosessin aiheuttama myrskykin oli elävänä potilaan mielessä.⁸⁸⁴ Potilas toi nämä kaikki elämän tapahtu-mat ja transferenssikokemukset psykoterapiaansa. Psykoterapeutti koki, ettei hän oikein osannut olla potilaan monimuotoisesti vaikeiden tunteiden kanssa. Pirkko sa-noo haastattelussa myöhemmin kiihtyneenä:

Nii, minä en tiedä mikä se, mikä siinä sitten, tai sitten se oli ne hänen projektiot, ne projektiot oli niin voimakkaita siitä kuolleesta äidistä, että ne tuli siihen, siihen transferenssiin niin voimakkaina, että minä näen sen ehkä kuitenkin näin. (...) Mutta siinä oli jotenkin niin sellainen, että minäkin olin niin, että minä en tuntenut siinä sitä ehkä oikeata, kun hän oli, minä en löytänyt oikeita sanoja siihen! (Pirkko, 5)

Pirkon potilaan monimuotoiset transferenssi-ilmiot, heränneet intensiiviset pro-jektiot ovat olleet psykoterapeutille näin tuoreessa vaiheessa liian vaikeita kantaa. Molemmat psykoterapian osapuolet ovat olleet liian keskellä emotionaalista turbu-lenssia.⁸⁸⁵ Pirkko koki, ettei hän osannut edes olla potilaan kanssa, eikä osannut auttaa häntä, eikä löytänyt oikeanlaisia sanoja. Hengelliset ja uskonnolliset mielensisällöt eivät ole muusta mielensisällöstä erillisiä asioita, vaan tulivat hoitosuhteeseen mo-nimuotoisena mylläkkänä sisältäen potilaan kasvuhistorian perheessä ja tiukassa uskonnollisessa yhteisössä sekä kaikki koetut ja menetetyt ihmissuhteet.

Paula Seniori kertoi tilanteesta, joka oli sattunut hänen työskennellessään julkisen terveydenhuollon piirissä. Hänellä oli tässä hoitosuhteessa ollut vaikeita vastatransfe-renssitunteita. Paula oli kohdannut Jehovan todistajiin kuuluvan yksinhuoltajanaisen supportiivisessa terapiasuhteessa julkisella sektorilla.⁸⁸⁶ Naisen lapsen somaattinen

⁸⁸³ Pirkko 3–4.

⁸⁸⁴ Jos henkilö on kuulunut syntymästään saakka hengelliseen yhteisöön, on hän sosiaalistunut yhteisöön merkittävällä tavalla. Lapsi on kokenut ulkopuolisen maailman merkityksellisten toisten kautta, vanhempiensa ja muiden läheisten kautta. Hän on näin omaksunut heidän roolinsa ja asenteensa. Tämä primaarisosialisaatio muokkaa ihmisen tulevaa elämää ehkä voimakkaammin kuin mikään muu elämänvaihe sen jälkeen. (Linjakumpu 2015, 99–103.) Eroaminen tällaisesta yhteisöstä on kokonaisvaltaisesti ihmistä ja hänen elämänpiiriään ravisuttava. (Linjakumpu 2015, 213.)

⁸⁸⁵ Ungar & Busch de Ahumada 2001, 80. Wilfred Bion kirjoittaa jopa niin, että psykoanalyytikon ja potilaan tavatessa syntyy eräänlainen emotionaalinen myrsky molempien osapuolten mielessä, ja tässä tilanteessa analyytikon tehtävä on säilyttää oma mielensä sellaisessa tilassa, että vuorovaikutus hyödyttää potilasta. (Bion 1994b, 321–322.) Joskus tässä psykoterapeutin mieleen syttyvässä myrskyssä on niin paljon elementtejä, että sitä ei jaksa kannatella.

⁸⁸⁶ Paula 1–2.

terveydentilanne oli vaikea ja äiti kieltäytyi tarvittavista hoitotoimenpiteistä.⁸⁸⁷ Paula kertoo kokeneensa silloin, työuransa alussa ja ennen psykoterapeuttikoulutustaan, tilanteen vaikeana:

Että sen koin, että se tuntu ärsyttävältä ja pahalta ja huolestuttavalta. Ja siinä minun oli hyvin vaikea ymmärtää, että yleensä jotenkin se, yleensä joku mielekkyys siihen, mikä se onkaan sen uskon, suhde uskontoon potilaalla, mutta... Että oli se mikä vaan, niin minä hyväksyn sen, kun tavoittaa sen mielekkyuden, mutta tässä... Sen minä muistan, että se oli kyllä hirmu hankala kyllä... (Paula, 1)

Paula on ollut huolissaan lapsen terveydentilasta, ja hän koki, ettei ymmärrä lapsen äidin toimintaa ja tämän uskonkäsityksen aiheuttamia rajoituksia omaan ja lapsensa elämään. Lapsen tarvitsemassa toimenpiteessä ei ollut kyseessä välitön hengenvaara, vaikka se olisikin lapsen terveydentilaa edistänyt huomattavalla tavalla. Paula koki työntekijänä, ettei tavoittanut naisen käsitysten ja toiminnan mielekkyyttä. Hän oli yleensä kokenut mielekkyuden tavoittamisen helpottavan omia tunteitaan. Paula kertoi, että tässä tilanteessa hänen ja potilaan välille kehittyi jännitteinen ja ehkä jopa aggressiivinenkin ilmapiiri, ja hän pohti vuorovaikutustaan potilaan kanssa sekä työryhmässään että työnohjauksessa. Asia ratkaistiin vaihtamalla työntekijää. Toinen työntekijä oli Paulan käsityksen mukaan itse uskonnollinen ja ehkä jopa saman uskontokunnan piiristä.⁸⁸⁸ Paula kertoo tämän tapauksen sattuneen oman ammatillisen uran alussa, silloin kun myös hänen oma suhtautumisensa uskontoon oli vielä paljolti työstämättä. Hän ajattelee, että nykyisellä tietämyksellä ja kokemuksella (sisältäen muun muassa koulutusanalyysin ja psykoanalyttikkokoulutuksen) hän kykenisi suhtautumaan potilaan näkemyksiin toisella tavalla.⁸⁸⁹

7.2.2.2 Potilaiden kertomien asioiden aiheuttama hämmennys

Erityyppisistä potilaiden esiin tuomien tai kyselemien asioiden aiheuttamasta hämmennyksestä tai häkeltymisestä kertoivat aineistossani neljä informanttia.⁸⁹⁰ Erityisesti kirkollisten aihepiirien herättämistä vastatransferenssi-ilmiöistä puhuivat haastatteluisia lisäksi kolme kokenutta psykoterapeuttia.⁸⁹¹ Nämä asiat olen koonnut taulukkoon 7.4.

⁸⁸⁷ ”Jehovan todistajat nivovat terveyden ja sairauden kysymykset selvästi hengellisyyteen. Terveysongelmat ja jopa kysymys kuolemasta liittyvät Aatamin ja Eevan paratiisissa olemiseen ja syntiinlankeemukseen... Sairaudet ovat näin ajatellen syntiinlankeemuksen tuotos. Niistä eroon pääseminen vaatii raamatullista lähestymistapaa, eli ei ole samantekevää, millä tavoin sairauksia hoidetaan.” (Linjakumpu 2015, 152.)

⁸⁸⁸ Paula 2.

⁸⁸⁹ Paula 2–3.

⁸⁹⁰ Kaarina Seniori, Kaisa Seniori, Pentti Seniori ja Pirjo Supersenioreni.

⁸⁹¹ Kalle Supersenioreni, Panu Supersenioreni ja Petra Supersenioreni.

Taulukko 7.4. Minkälainen potilaan käyttäytyminen herätti voimakkaita vastatransferenssitunteita? (N=7)

Haastateltava	Minkälainen potilaan käyttäytyminen/kysymys herätti voimakkaita vastatransferenssitunteita?
Kaarina S	Potilas kysyy psykoterapeutin hengellisyydestä. Epäsymmetrisyys kärsii
Kaisa S	Potilaan näkemys siitä, että hän on seksiaddikti ja syntinen, vaikka psykoterapeutin mielestä hän käyttäytyy, kuten ihan "normaali" nuori mies
Pirjo SS	Potilaan kysymys hengellisyydestä saa kiemurtelemaan. Potilas tunkeutuu yksityiseen
Pentti S	Psykoosiin joutuneen potilaan toiminnan mielekkyyden ymmärtäminen
Panu SS	Naispappuus näyttää kirkon täydellisen rappion
Petra SS	Naispappuus
Kalle SS	Kirkolliset ilmiöt: työyhteisön ongelmat. Parisuhteissa ilmenevä alistaminen ja nöyryyttäminen "uskovaisen osana"

Kaarina Seniori mainitsee häkellyttävistä vastatransferenssitunteista silloin, kun psykoterapeuttisessa hoitosuhteessa oleva potilas kysyy hänen omasta hengellisyydestään. Kaarina rinnastaa kysymykset siihen, että potilas kysyisi psykoterapeutin mahdollisista itsetuhoajatuksista. Tällainen kysymys menee liian intiimille alueelle ja Kaarina kokee sen poikkeavan hoitotilanteen epäsymmetrisyydestä.⁸⁹² Kaarina liittää kokemaansa hämmentyneisyyteen myös sen, ettei hän ole saanut uskonnollisiin ja hengellisiin sisältöihin mitään koulutusta, vaan joutuu toimimaan maalaisjärjellä.⁸⁹³ Samoin Pirjo Superseniorei kuvailee kokevansa epämukavuuden tunteita potilaan kysyessä hänen omasta hengellisyydestään. Tunne on samantapainen, jos potilas kyselee seksuaalisuuden alueen asioista:

Että minä koitan sen vähän kierrellen ja kaarrellen tuntien lievää epämukavuutta. Että kyllä minä huomaan, että se on semmoinen asia, joka laittaa vähän kiemurtelemaan, vaikka sitä kuinka yrittäisi olla siinä ammatillinen, siinä kohtaa. (Pirjo, 3)

Mutta minun uskonnollisuuteni taikka seksuaalisuuteni, ei ole julkista tietoa. (...) Että siinähan tulee semmoinen tunne, että potilas tunkeutuu johonkin semmoiselle alueelle, mihin ei, en haluaisi hänen tunkeutuvan, minuun yksityisyyteen. Se siinä varmaan tekee sen kiusallisen olon. (Pirjo, 4)

Pirjo vetää työssään selkeää rajaa siihen, mikä on julkista tietoa (saatavissa esimerkiksi internetin kautta) ja mikä yksityistä. Hän kokee potilaan tunkeutumisen yksityisille alueille epämukavana. Pirjo kokee myös settingin, abstinenssin suojelemisen työssä hyvin tärkeäksi, jotta potilaan transferenssimielikuville jää tilaa myös uskonnollisuuden ja hengellisyyden alueella.⁸⁹⁴ Pirjo korostaa työssään laaja-alaista vastaanottavaisuuden asennetta erilaisia hengellisyyden muotoja kohtaan. Aktuaalinen tieto psykoterapeutin käsityksistä ja vakaumuksesta kapeuttaisi mahdollisuutta tähän asenteeseen.⁸⁹⁵

⁸⁹² Kaarina 3.

⁸⁹³ Kaarina 2.

⁸⁹⁴ Rizzuto 2009, 22.

⁸⁹⁵ Pirjo 4.

Pentti Seniori puhuu haastattelussa monitahoisesti siitä, mikä hänen mielestään olisi potilastyössä mahdollisesti vaikeaa kohdata. Tällaisia olisivat potilaan kokemukset, joiden mielekkyyttä hän ei lainkaan tavoita. Hän kertoo, miten vaikea hänen oli saada yhteys potilaaseen tämän vaikean mielenterveyshäiriön, psykoosin tai hysteerisen tilan vuoksi. Pentti mainitsee, kuinka aiemmin hänen urallaan sairaalassa oli potilaita, jotka olivat menneet psykoosiin tai jopa katatoniseen⁸⁹⁶ tilaan. Pentti puhuu potilaasta, joka hänen arvionsa mukaan oli sairastunut uskonnollisen yhteisön aiheuttamien paineiden vuoksi:

Joku, joka meni psykoosiin tai katatoniaan ihan, jolla oli tämmöinen mittava tehtävä, käydä ovelta ovelle ja tavallaan... mutta en minä tiedä, siinäkin se on aina, aina yrittää, tai siis saada selville, että mikä siinä on se juoni, siinä uskonnollisuudessa ja sehän on niissä kai semmoinen suorittaminen. Taivaspaikkojen ja sielujen ostaminen. (...)

Mutta sellainen potilas, joka voi olla vaikeasti lähestyttävä, on tietenkin joku varsin hysteerisessä tilassa, ja siinä sekottuu vaikka kaikki uskontojen, kaikki niin ettei siitä ota kukaan muukaan, uskonvelikään eikä -sisarkaan selkoa eikä tolkkua. Minä luulen, eikä kukaan. Että kai siitä on lupa vähä ahdistua? Mitä tälle nyt tehdä? P: Joo. Että semmoista ihan... Voimattomuus- tai neuvottomuuden tuntua? Vaikeiden sairauksien edessä? H: On. Kyllä. Kyllä. (Pentti, 7)

Pentti yritti omassa mielessään selvittää potilaan toiminnan mielekkyyttä, mutta ei onnistunut tässä. Näitä mahdollisia mielekkyyden tavoittamisen suuntia on ainakin kaksi: potilaalta odotetun tehtävän mittavuus itsessään (useiden tuntien työmäärä viikottain) tai sitten se, mitä uskonnollisen yhteisön edellyttämä toiminta (ylipäänsä toiminnan mieli/järki) oli potilaassa ja myöhemmin Pentissä herättänyt. Pentti kertoo kokeneensa avuttomuuden ja voimattomuuden tunteita näissä tilanteissa, vaikka haastattelussa se olin minä, joka nämä tunteet puin sanoiksi. Tilanteet olivat olleet Pentille ahdistavia nimenomaan potilaan uskonnollisen ajatusmaailman tavoittamattomuuden vuoksi. Pentillä ei ollut tarkkaa tiedollista näkemystä siitä, mitä katatoniseen tilaan joutuneen potilaan uskonyhteisön rituaaleihin ja tehtäviin kuului, mutta Pentti arvioi juuri näiden tekijöiden vaikuttaneen ratkaisevalla tavalla potilaan tilanteeseen.⁸⁹⁷

Pentti myös arvioi toisen potilaansa kohdalla, että uskonveli tai -sisar olisi ehkä vähän tarkemmin ymmärtänyt tämän käyttäytymistä, mutta ei kuitenkaan hänkään täysin. Näin siis myös tämän psykoterapeutin mielessä elää ajatus, että uskonnollisesti suuntautuneet ihmiset ovat automaattisesti samanmielisiä suhteessa kaikkiin uskonasioihin ja uskonnollisiin ilmiöihin.

⁸⁹⁶ "Katatonian on lihasjäykkyystila (esim. skitsofrenian tai masennuksen oireena; esim. katatoninen jäykkyys, katatoninen kiihtyneisyys, katatoninen patsasmaisuus tai katatoninen sulkutila)." (Partonen & Lönnqvist 1999, 374.)

⁸⁹⁷ Esimerkiksi Jehovan todistajan suositellaan tekevän saarnaamistyötä eli "tienraivausta" ovelta ovelle. Osa-aikainen tienraivaaja käyttää 30 tai 50 tuntia kuukaudessa saarnaamistyöhön, vakituinen tienraivaaja 70 tuntia ja erikoistienraivaaja vähintään 130 tuntia. (Ruoho 2015, 146.)

Kaisa Seniori kertoo, että joskus potilaiden uskonnolliset asiat herättivät hänessä hämmennystä. Erityisesti Kaisa miettii sitä, miten erilaisten hengellisten yhteisöjen tai koetun Jumalan määräysvalta näkyy potilaiden elämässä asioissa, jotka kuuluvat hänen oman käsityksensä mukaan normaaliin kehitykseen ja tavalliseen elämään. Hän kertoo esimerkin:

Tämä nuorehko mies, jolla ei ollut minkäänlaisia seurustelusuhteita eikä muuta ja hän oli sitten, päätyi kattomaan hyvin paljo nettipornoa tai hän tuli sen takia, että hän on seksiaddikti ja kun käytiin sitä läpi, niin sitten kyllä selvisi, että minun vinkkelistä hän kävi ihan normaalimääriä joskus katsomaan jotakin pornovideota ja ei edes joka viikko. Mutta aina välillä ja niin, mutta se oli hänelle semmoinen, että hän ei voinut kerta kaikkiaan, hän ajatteli, että se on sellainen... P: Syntisyyden kanssa? H: Niin, että hän on riippuvainen ja se on synty ja minä olin, minulla oli ihan sisäisesti epätoivoinen olo. Ja sitten masturbointi oli hänelle kanssa sitten, että ei missään nimessä. Että miki tuon uskon tai Jumalan tai jonkun pitää nyt tulla tähän väliin sotkemaan, että kun nuori mies, joka kuulostaa ihan terveeltä ja toimii ihan kuin terve tuon ikäinen nuori mies toimii silloin kun ei ole sitä parisuhdetta, niin miksi pitää tulla tämmöinen, että nyt minä olen sairas? P: Nii. H: Ja syntinen ja... Ja että minun on ihan turha sitä hänelle tulkuttaa, kun hänellä on kuitenkin se oma, oma vakaumus siitä. (...)

Mutta että kyllä välillä just näitä herää, että ylipäätään, että mieltä itse tämä tai että mitä sinä itse ajattelet! Eikä se mitä siellä Raamatussa sanotaan. Tai mitä... Niissä välillä huomaan, että minulle tulee vähän semmoinen... Ärtymys välillä! Huokaamme yhdessä. Että... Mutta sitten samalla myös se, että no, en minä voi tietää, että... Ja voihan se olla, että minä oon nyt sitten... tai tulisin uskoon yhtäkkiä, niin minäkin ajattelisin noin. Nauraa. (Kaisa 3–4)

Kaisa kokee monenlaisia vastatransferenssitunteita potilaansa kanssa. Hän peilaa potilaan käsityksiä ja näkemyksiä omiinsa. Hän haluaisi tälle ”tulkuttaa” (tuputtaa, painottaa) sitä, kuinka potilaan käyttäytyminen ja seksuaalisten paineiden purkaminen parisuhteen ulkopuolella eläessä tällä tapaa on ”ihan luvallista ja normaalia”. Kuitenkin Kaisa on samalla tietoinen siitä, että ei sellainen painottaminen omista näkemyksistä auta potilasta, jolla on syvälle iskostunut käsitys oman toiminnan vääränlaisuudesta Jumalan, yhteisön ja Raamatun edessä. Kaisalla on toive, että potilas ajattelisi itse ja määrittelisi toimintansa laadun oman ajattelunsa kautta eikä uskomustensa kautta.

Kaisa kertoo yleisemmästä suhtautumisestaan potilaiden uskonnollisuuteen:

Niin minä suhtaudun hyvin suopeasti. Se missä mulla tulee se, se negatiivisempi olo, on just ne missä ihminen ajattelee olevansa arvoton ja huono ja syntinen ja paha, jostakin syistä mitkä... P: On ihan normaaleja ja tavallisia? H: Niin. No, sanotaan nyt, varmaan tavallisin on homoseksuaalisuus tai sitten esiaviollinen seksi. Niin, minä ajattelen, että voi että, miksi tuon ihmisen pitää kärsiä siksi, kun tämä on ihan normaalia ja sitten hän on jostakin, sen uskon kautta sitten saanut tämöisiä [käsityksiä]. P: Että se on väärin? H: Niin. (Kaisa, 4)

Kaisa Seniori on työkokemuksensa kautta nähnyt, että uskonnolliset asiat ja seksuaalisuuden asiat kytkeytyvät usein toisiinsa ja luovat potilaille hänen mielestään turhia kokemuksia siitä, että he ovat syntisiä, huonoja ja arvottomia.

Panu ja Petra Superseniorin hoidossa on ollut potilaita, joiden näkemykset naispappeudesta olivat herättäneet psykoterapeuteissa vastatransferenssitunteita. Panun kaksi potilasta olivat puhuneet vuolaasti kirkon täydellisestä rappiosta, joka tälläkin tavalla ilmeni. Panu koki potilaiden puheen vaikeana kuunnella, koska omassa suvussa oli juuri vihitty naispuolinen pappi, ja Panu oli tätä asiaa itse paljon pohtinut. Omaan elämäänsä liittyvää yhteyttä ei Panu kuitenkaan tuonut potilailleen esiin. Potilaiden hoidoissa asia myös menetti vahvaa lataustaan, kun heidän olonsa kokonaisvaltaisella tavalla helpotti.⁸⁹⁸ Petra Superseniorin haastattelussa on maininta naispappeuden aiheuttamista vastatunteista siinä, että hän ei psykoterapeutina lähde omia käsityksiään potilaalle tarjoamaan ja näistä käsityksistä riitelemään, vaikka itse olisikin potilaansa kanssa hyvin eri mieltä. Petra korostaa, että näissä kohdissa, joissa hän kokee olevansa selkeästi eri mieltä potilaansa kanssa, asiaa täytyy käydä omassa mielessä erityisen huolella läpi.⁸⁹⁹

Kalle Superseniorin hoidossa on ollut potilaita, joiden kertomasta oli välittynyt kirkollisiin asioihin ja eri tavalla pulmien hengellistämiseen⁹⁰⁰ liittyviä vuorovaikutuskuvioita. Nämä kerrotut asiat olivat herättäneet psykoterapeutissa voimakkaitakin vastatransferenssitunteita. Kallen potilaan tilanne oli Kallen näkemyksen mukaan enemmän työyhteisöllinen. Siinä potilas oli määritelty tämän työorganisaatioissa ”sairaaksi” ja lähetetty tämän vuoksi psykoterapiahoitoon. Tämä kokonaistilanne sai Kallen vihaiseksi ja hän joutui paljonkin miettimään omia tunteitaan:

Tulee mieleen yks pitkä psykoterapiaprosessi, jossa XX-organisaation virassa oleva työntekijä joutui avoimeen riitaan XX-organisaation kanssa ja silloin muistan, että se oli semmoinen, joka työllisti, pisti omankin pään, silloin se hankala oli lähinnä, että siinä hänen myötä kävi hirveän vihaseksi, että terveysasiaksi panna semmoinen, että mikä, missä nämä rajat menee? (Kalle, 6)

Kalle kokee ahdistuvansa myös silloin, kun potilas perustelee ”suostumistaan” kaltoinkohteluun uskonnollisella vakaumuksella. Että tämä rooli nyt vaan on potilaan ”osa”:

Toiset, mitä tulee mieleen, jossa itse on jotenkin... että tuota hämmentynyt ja joutunut ristiriitaan tai syyllisyyttä tai aitoo hämmennystä, on semmoinen, jos ihminen vahvasti selittää uskonnollisella vakaumuksella ja kielellä asioita, jotka itse näkee ihmistenvälisiksi. He ajaa itsensä semmoisiin asemiin, perustelee sen sillä uskonnollisella kielellä. Esimerkiksi, miten sitä sanoisi, nöyrään tai alistettuun, nöyrytettyyn alistettuun asemaan suostuu siksi, että nämä kuuluu ja perustelee silleen sen, että hän siinä toteuttaa kristillistä vakaumustaan. Nämä on minulle vaikeita.

⁸⁹⁸ Panu 4–5.

⁸⁹⁹ Petra 6.

⁹⁰⁰ ”Asioiden hengellistämisen kautta vallan ja väkivallan prosessit voivat ulottua mihin tahansa asiaan ja kehen tahansa ihmiseen.” (Linjakumpu 2015, 229.)

Minä olen hyvin, suoraan sanoen ne on ahdistavia ja siinä joutuu miettimään aika lailla, että hyväksynkö minä sen vakaumuksen ja oonko minä sitä mieltä, että no, näin voi uskoa vaiko olenko minä enemmän uskollinen sille, että tavallaan näkee sen kärsimyksen aiheutuvan siitä, no, suhteesta, eikä näistä uskonnollisista asioista siinä mielessä tai se ei oo... Että se on enemmän lähtöisin puolisoista kuin Jumalasta. Jos sen näin sanos. Tai että se on enemmän lähtöisin N. N:n taidoista olla esimies kuin Jumalasta. Ja se avun hakija sanoo, että tämä on Jumalan minulle antama osa ja minun tulee tyytyä tähän; niin nämä on vaikeita! Ja niissä itsekkin on aidosti hämmentynyt. (Kalle, 6)

Kallen vastatunteet ovat samantapaisia kuin edellä kuvaamani Kaisan tunteet suhteessa itsensä pahaksi ja syntiseksi kokevaan potilaaseen. Potilas ajattelee Jumalan tai yhteisönsä paheksuvan hänen käyttäytymistään, joka kuitenkin on psykoterapeutin näkemyksen mukaan normaalia tai tavallista.⁹⁰¹ Kalle ahdistuu, ärtyy, hämmentyy ja kantaa syyllisyyttäkin, kun hän kuuntelee potilaitaan, jotka kärsivät sellaisissa alistetuissa asemissa, joihin liittyy uskonnollisuus.⁹⁰² Psykoterapeutti kuulee potilaan kertomuksen takana vaikuttavan enemmänkin ihmissuhteet ja vallankäyttö näissä suhteissa kuin uskonnolliset tai hengelliset asiat sinänsä. Rajat ja vastuunkanto ovat potilaan kokemuksena epäselviä. Kuka ohjaa potilaan käsityksiä ja käyttäytymistä? Rajojen epäselvyys siirtyy usein myös psykoterapiasuhteeseen. Kalle pohtii, ottaisiko jollakin lailla konfrontoiden kantaa havaitsemaansa potilaan kuvioon vai jättäisikö sen silleen? Tämä tuottaa hämmennystä ja ahdistusta. Amerikkalainen psykodynaaminen psykoterapeutti, psykologian professori Roger Brooke korostaa psykoterapeuttien asenteessa uudenlaista suhtautumista tiukkaan neutraliteettiin niin, että väkivaltaisia uskonnollisia käsityksiä tulisi hoidossa konfrontoida.⁹⁰³

7.2.3 Muutokset psykoterapiatyössä uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa

Aineistossani kaksi psykoterapeuttia⁹⁰⁴ kertoo, ettei heidän tavassaan tehdä psykoterapiatyötä uskonnollisen ja hengellisen aineiston kanssa ole tapahtunut muutoksia työuran aikana. Heistä Karita Juniori, jonka potilailla on ollut paljon näitä aihepiirejä esillä, kertoo, että hänen psykoterapeutin uransa on ollut niin lyhyt, että muutoksia työtavoissa ei ole vielä ehtinyt tapahtua.⁹⁰⁵ Pulmu Supersenioren hoidossa olleilla potilailla on ollut vähän näitä teemoja esillä. Pulmu totesi haastattelussa lyhyesti, että hänen työtapansa eivät ole muuttuneet.⁹⁰⁶

Aineistossani työtapojen muutoksien kuvailu on moniulotteista ja näihin muutoksiin liittyy useita sävyjä. Seitsemäntoista haastateltavaa kertoivat muutoksen työvoissaan koskeneen työskentelyä kaikenlaisen potilaan materiaalin kanssa. Keskityn

⁹⁰¹ Kaisa 3–4.

⁹⁰² Kallen potilaat ovat kokeneet hengellistä väkivaltaa. Se määritellään henkiseksi väkivallaksi, johon liittyy uskonnollinen ulottuvuus. (Linjakumpu 2015, 61.)

⁹⁰³ Brooke 2000, 146.

⁹⁰⁴ Karita Juniori ja Pulmu Supersenioreni.

⁹⁰⁵ Karita 6–7.

⁹⁰⁶ Pulmu 2.

tässä raportissa psykoterapeuttien työtapojen muutoksiin potilaidensa uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa. Käsitykseni mukaan näiden muutosten tarkastelu on merkittävää ja tuo omalta osaltaan esiin sitä, kuinka työkokemuksen karttuminen ja omien käsitysten muokkaantuminen psykoterapeutteihin vaikuttaa. Esittelen näitä muutoksia koottuna taulukossa 7.5.

Taulukko 7.5. *Psykoterapeuttien työtavoissa tapahtuneet muutokset. (N=17)*

	Muutoksen lyhyt kuvaus
Kaisa S	Ei tarvitse enää niin luottaa käsikirjaan ja/tai tiedolliseen tietoon, vaan voi kuulostella potilaan yksilöllisiä merkityksiä. Luovempi tapa tehdä työtä
Katariina J	Ei tarvitse hätäntyä enää siitä, mitä kuulee. Toimintayllykkeet vähentyneet, joten voi rauhassa kuunnella potilasta
Kati SS	Ei tarvitse enää niin luottaa käsikirjaan ja/tai tiedolliseen tietoon, vaan voi kuulostella potilaan yksilöllisiä merkityksiä. Luovempi tapa tehdä työtä
Kirsi SS	Rohkeus ottaa asioita esiin ja kysellä niistä potilaalta
Kyllikki J	Voidaan olla ihan rauhassa tilanteessa, jossa kuunnellaan ja tutkitaan asioita. Ei tarvitse tietää tiedollisesti asioista
Pauli S	Oman itsen kanssa voi psykoterapiatilanteessa olla suhteellisen rauhassa
Petra SS	Psykoterapia etenee vuorovaikutuksena, ja siinä voi olla luovalla tavalla läsnä
Pihla S	Ei tarvitse enää niin luottaa käsikirjaan ja/tai tiedolliseen tietoon, vaan voi kuulostella potilaan yksilöllisiä merkityksiä. Luovempi tapa tehdä työtä
Pirkko S	Potilaalle voi antaa enemmän tilaa "olemiseen", koska psykoterapeutti luottaa omaan kokemukseensa ja läsnäolonsa
Panu SS	Kokemuksesta on syntynyt kyky kuunnella avoimemmalla mielellä potilaan asioita
Pekka J	Huomioi enemmän, mitä tapahtuu psykoterapiaistunnon aikana omassa sekä potilaan ruumiissa ja työskentelee tämän kautta
Piia J	"Syvyys puhuttaa syvyyttä" –tunnelma. Kun itse on enemmän auki asioidensa kanssa, on myös avoimempi toiselle
Kaarina S	Suhtautuu uskonnolliseen ja hengelliseen materiaaliin kiihottomammin
Kalle SS	Luokitteli aiemmin selkeämmin uskonnollisen materiaalin pois psykoterapian piiristä. Nyt ei enää oletästä huolissaan, vaan puhuu kaikesta
Paula S	Ymmärrys ja kunnioitus toisen ihmisen tapoja, ratkaisuja ja valintoja kohtaan on noussut. Aiemmin ehkä johdatteli uskonnollisesta muihin aiheisiin, nykyään kiinnostuu
Pirjo SS	Omien hengellisten asioiden käsittelyn jälkeen on avoimempi toistenkin hengellisille asioille
Kerttu J	Kokee välittävänsä universaalia rakkautta oman hengellisen kokemuksen jälkeen, ja tämä on nykyisin kaiken työskentelyn pohja

Keskityn seuraavassa avaamaan niitä muutoksia, jotka liittyvät uskonnollisten ja hengellisten aihepiirien käsittelyyn. Olen luokitellut kuvatut muutokset kolmeen ryhmään: 7.2.3.1 Luottamuksen lisääntyminen omaan työtapaan ja vuorovaikutuksessa olemiseen 7.2.3.2 Avartunut mieli ja käsitys sekä 7.2.3.3 Muutokset, joissa korostuu psykoterapeutin kokemuksellisuus.

7.2.3.1 Luottamuksen lisääntyminen omaan työtapaan ja vuorovaikutuksessa olemiseen

Yhdeksän psykoterapeuttia⁹⁰⁷ kertoi työtapojen muutoksen liittyvän luottamuksen ja turvallisuuden tunteen lisääntymiseen työssä. Pirkko Seniorin hoidossa olleilla potilailla olivat uskonnolliset ja hengelliset teemat olleet jonkin verran esillä. Pirkko vastasi kysymykseeni ensin, että eivät hänen työtapansa ole muuttuneet näiden teemojen käsittelyn osalta. Tarkensin asiaa, koska Pirkko oli haastattelussa aiemmin maininnut jonkunlaisesta avartumisesta omassa työskentelyssään. Hän vastasi näin:

Ehkä se avartuminen on sillä tavalla, että rohkenee antaa ihmiselle enemmän tilaa, potilaalle enemmän tilaa siihen olemiseen siinä terapiassa, että ehkä jotain sellaista. (...) P: Mistä sinä ajattelet, että se johtuu? H: Heh, no ehkä se johtuu ihan omasta kokemuksesta. (...) Ja toisaalta, et luottaa siihen omaan tapaan, omaan itseensä, että itsehän minä olen siinä läsnä koko ajan toisen kanssa, nii että luottaa siihen omaan itseensä ehken enemmän. (Pirkko, 6)

Työkokemuksensa lisääntyessä Pirkko luottaa yhä enemmän sekä omaan työskentelytapaansa että omaan kykyynsä olla hoitotilanteessa potilaan kanssa läsnä niin, että hän huomaa, mitä vuorovaikutuksessa hänen ja potilaan välillä on tapahtumassa.⁹⁰⁸

Psykoterapeuteista Kaisa Seniorin, Kati Superseniörin ja Pihla Seniorin kertomassa oli samantapaisia piirteitä. Heidän työtavoissaan on tapahtunut muutosta niin, että psykoterapeutin nojaaminen tiedolliseen tasoon on vähentynyt, ja potilaan ilmiöille antamiin henkilökohtaisiin merkityksiin ja sisältöihin on keskitytty yhä enemmän:

Niin minä muistan, että minä olin kauhean, että minä kyselin hirveästi ihan senkin takia, että minua kauheasti kiinnosti kuulla, että miten ne lestadiolaiset ihan oikeasti elää ja on. Että onko ihan totta, että niillä on tämmöistä ja tämmöistä, ja jotenkin, että se; en minä usko, että se ei mene mitenkään liiallisuuksiin, mutta uteliaisuus-sana tuli mieleen nyt, nykyään en ole niinkään, että ei minun tartte tavallaan "urkkia", mitä sen ihmisen siihen uskonnollisuuteen sisältyy, vaan enemmän minä ehkä, luulisin että minä maltan vähän rauhassa kuunnella mitä hän kertoo ja enemmän tarkastella sitä. (Kaisa, 8)

Yks muutos varmaan mikä on tullut työskentelytavoissa, on varmasti se, että minä enemmän, tai ehkä se alku oli jotenkin, kaikki ne opilliset kysymykset oli enemmän mielessä ja erilaiset agendat ja muut, mutta ehkä yhä enemmän on tullut semmoista kuuntelemista, kuulemisen kykyä, ja myöskin ehkä enemmän sen terapiasuhteen tutkimista, että mitä ilmiöitä ja asioita siinä nousee esille. Mutta että minä ajattelen, että joku semmoinen levollisuus myöskin, että tulee hyvin monenlaisia erilaisia asioita, niin niitä voi rauhassa lähteä tutkailemaan. On niistä tietoa tai ei niistä ole tietoa, mutta että lähtee tutkimaan. (Kati, 4)

⁹⁰⁷ Kaisa Seniori, Katariina Juniori, Kati Superseniörin, Kirsi Superseniörin, Kyllikki Juniori, Pauli Seniori, Petra Superseniörin, Pihla Seniori ja Pirkko Seniori.

⁹⁰⁸ Vertaa reverie-funktio. (Bion 1988a, 182–183. Symington & Symington 1996, 168. Ogden 1997, 721.)

Kati kertoo, että psykoterapeuttikoulutuksen jälkeen oli aluksi tärkeää työskennellä käsikirjan ja erilaisten agendojen tai protokollien mukaan, mutta myöhemmin työtapo muuttui levollisemmaksi ja joustavammaksi. Samaa kuvaa myös PsT, kognitiivisen psykoterapian kouluttaja Irma Karila. Karilan mukaan aloittelevan ja kokeneen psykoterapeutin erona on, että aloitteleva psykoterapeutti yrittää edetä käsikirjan mukaan, kun taas kokenut toimii intuitiivisemmin ja reagoi terapiatilanteen vihjeisiin tässä ja nyt soveltaen opittuja työtapoja luovemmalla tavalla. Karilan mukaan kokenut psykoterapeutti ei ehkä edes löydä sanoja työtapansa kuvailuun, koska se perustuu kokonaistilanteen hallintaan.⁹⁰⁹ Sielunhoitajan kohdatessa autettaviaan tilanne on samantapainen. On opittu teorioita, sekä pastoraalisia että psykologisia, mutta kohtaamisen tilanteessa nämä on unohdettava. Suomalaisen lähimmäiseskeisen sielunhoidon kehittäjä, teologi Irja Kilpeläinen (1911–1999) kuvaa tätä kohtaamisen tapaa jopa luonnonmenetelmänä. On kuitenkin tarvittu kymmenien vuosien työ, jotta tähän oivallukseen, kohtaamisen tapaan, on päästy.⁹¹⁰

Aineistossani Pihla Seniori puhuu teorian ”unohtamisesta” näin:

Mutta että tavallaan sitä myöden, kun kokemusta on tullut lisää, niin ei ole niin suurta tarvetta kysyä kuin alkuvuosina, että ikään kun, että sopiiko tämä nyt käsikirjaan ja saako tämmöistä tehdä ja. P: Joo. H: Et varmaan ensimmäiset vuodet on enemmän semmoista ollut kyllä. Että onko tämä nyt ihan puhdasoppista? Mitä minun kuuluisi tässä tilanteessa sanoa? Että nyt uskaltaa enemmän luottaa itseensä ja johonkin semmoiseen spontaaniin. Mikä siinä tilanteessa tulee mieleen, sillä tavalla varmaan vapaampi. (Pihla, 6)

Kaikki kolme psykoterapeuttia ovat siirtyneet tiedolliselta tasolta siihen, minkälaisia merkityksiä potilaat itse kertomilleen asioille ja ilmiöille antavat. Vuorovaikutuksessa oleminen ja sen tutkiminen on ajanut teoreettisen tiedon ja psykoterapian tekniikoiden ja valmiiden protokollien aivan tarkan noudattamisen ohitse. PsL, koulutusanalyttikko Pirjo Lehtovuori tutki 70 psykoterapeutin käsitystä omasta ammatillisesta kehityksestään ja henkilökohtaisista piirteistään lisensiaatintutkimuksessaan vuodelta 2002. Lehtovuoren mukaan suomalaiset, hyvin pitkälle koulutetut psykoterapeutit, kokivat sekä omien että potilaiden tunnereaktioiden käsittelyn ja teoreettisen ymmärryksen lisääntyvän selkeästi.⁹¹¹ Omassa aineistossani tämä näkyy muun muassa siinä, että teorian ja tekniikan puhdasoppisuudesta ei olla kokemuksen kerääntyessä samaan tapaan huolissaan kuin uran alkupuolella. Työkokemuksen karttuessa on ehkä myös koettu, että potilaiden pulmat ja heidän tarvitsemansa hoito on monimuotoista.⁹¹² Asioiden ja tapahtumien tietäminen sinänsä ei ole merkityksellistä, kuten Kaisa kuvailee. Uteliaisuus on muuttunut mielenkiinnoksi, eikä enää ole merkitystä sillä, tietääkö psykoterapeutti faktisesti asian vai ei.⁹¹³ Kaisa ja Pihla jatkavat:

⁹⁰⁹ Karila 2013b, 450.

⁹¹⁰ Kilpeläinen 1969, 24–25.

⁹¹¹ Lehtovuori 2003, 183.

⁹¹² Karila 2013b, 451.

⁹¹³ Myös Wilfred Bion korostaa emotionaalista ilmapiiriä asioiden faktisen tietämisen sijaan. Tämä emotionaalinen ilmiö on ainoa tosiasia, jolle psykoanalyttikko voi työnsä perustaa. (Bion 1988b, 17.)

Ja sen, että minua ei kiinnosta, tai enää, tai se ei kohdistu siihen, että mitä ne jotkut, vaikka jos on XX-liike tai mikä hyvänsä, että mitä siellä tehdään ja miten, vaan ennen kaikkea se, että mitä ne asiat merkitsee jollekin ihmiselle ja miten ne vaikuttaa hänen elämäänsä ja tuota ja heijastuu kaikkeen hänen ihmissuhteisiin tai tekemisiin tai arvomaailmaan tai selityksiin itsestä tai... Joo, että on se sillai muuttanut. (Kaisa, 8)

Ja vielä ehkä se, että yksi muutos mikä oli se, että nyt minä voin olla jotenkin paljon vapaampi kyselemään sitten jos ei pelkää sitä, että potilas ilmoittaa vaikka, että kuulun tähän ja tähän yhteisöön, että kysyä, että mitä sitten? (Pihla, 9)

Psykoteraapeutit voivat vapaammin ilmaista myös sen, etteivät he tiedä kaikkea. He ovat rohkeampia kysymään potilaan merkityksiä ja sisältöjä. Tämä toteutuu etenkin silloin, kun potilaan ilmaisema maailma on psykoterautille täysin vieras ja tuntematon.

Viisi psykoterauttia⁹¹⁴ kuvailee edelleen työtavassaan tapahtunutta muutosta luottamuksen lisääntymisen kautta. Heistä Petra Superseniore ja Pauli Seniore sanoittavat muutosta näin:

Että ehkä sitten luottaa siihen omaan tapaansa myöskin tehdä työtä. Enemmän kun silloin joskus nuorempana. Ja ehkä vähän tällöinen ajatus siitä, että tämä on aika luovaa, semmoinen luova prosessi, missä jotenkin ne tilanteet menee vähän sillee just siinä vuoropuhelussa, se on... Ne menee johonkin suuntaan ja jotain minussa herää ja sit minä sanon jotain ja sit se taas kulkee eteenpäin. Ehkä minä ajattelen, että tällöinen uusi uskallus luovemmin jotenkin tehdä työtä niin olisi se muutos. (...) Että sitten voi sanoo jotenkin mitä joku asia minussa herättää. Ja vähän tarjota sitä ja kysyä että miltä tämä tai tämä taas siinä asiakkaassa tuntuu tai. (Petra, 6)

Ee, ehkä tavallaan sellainen iso muutos, että... Niin kun koen, että eri tavalla kun joskus aikaisemmin, niin voi olla jotenkin suht rauhassa... oman itsen kanssa terapiatilanteessa. (Pauli, 4)

Petran ja Paulin työtavan muutoksessa näkyy se psykoterautilin olemisen tapa, mistä Bion puhui lyhyessä artikkelissaan *Notes on memory and desire* vuodelta 1967. Bionin käsityksen mukaan psykoterautilin olemisen tavassa on tärkeää, että hän keskittyy täydesti tässä ja nyt –tapahtumiin eli siihen, mitä tapahtuu potilaan ja psykoterautilin välisessä suhteessa.⁹¹⁵ Psykoterautili työskentelee tarkastelemalla koko ajan, mitä vuorovaikutuksessa kehkeytyy eli kuten Petra sanoo, psykoterautilin työ on luovaa ja yhdessä potilaan kanssa tuotettua.⁹¹⁶ Pauli toteaa lyhyesti, että hänen psykoterautilinasuhteissaan on tapahtunut suuri muutos. Hänestä on tärkeää, että hän voi olla nykyisin rauhassa itsensä kanssa entistä paremmin potilaiden seurassa. Ollessaan

⁹¹⁴ Pauli Seniore, Petra Superseniore, Katariina Juniore, Kirsi Superseniore ja Kyllikki Juniore.

⁹¹⁵ Bion 1988b, 17.

⁹¹⁶ Petra 6.

rauhallinen hän voi sisällyttää potilaan ahdistuksia ja myös potilas saattaa sisällyttää itseensä tämän hänen kykynsä.⁹¹⁷

Katariina Juniorin, Kirsi Superseniörin ja Kyllikki Juniorin vastauksissa oli saman tyyppisiä korostuksia, että psykoterapiatyön tekemiseen on tullut rauhallisuutta ja luottamusta työkokemuksen kautta:

Siis se on näin, oma käsitykseni ja tuntemukseni, että tulee iän myöten rauhallisemmaksi kuulla kaikkia, mutta se voi liittyä siihen myöskin, että on kokemusta, ettei tarvii hätäntyä asioista. Vaan voi rauhassa olla niitten äärellä. Ihan minkä asian, kaikki, käydä asioitten ääreen; mitä nuorempi on ollut, sen enemmän olen varmaan hätkähdellyt ja miettinyt, että mitä mun pitäisi tehdä ja sanoo, millä lailla olla missäkin vähän erilaisemmassa tilanteessa kun vakitilanteet. (...) Semmoinen vakaus ja turvallisuus lisääntynyt iän myötä. Ja varmaan oma, omissa persoonan rakenteissa just semmoinen, että on ollut aina vähän sellainen, sanon nyt vähän näin karrikoiden, että sairaanhoitajamainen, nyt toimitaan! Niin siitä roolista ja siitä minäkuvasta on tultu enemmän tänne psykoterapeutin rooliin. P: Nii, ett nyt kuunnellaan! H: Nyt kuunnellaan, ei tarvii, voidaan olla rauhassa. Ei tarvii kaivaa mitään aseptiikka-välineitä esiin. (Katariina, 4)

Katariina on pohtinut erilaisten ammattirooliensa vaikutusta toimintaansa ja työstänyt sitä, millä tavalla psykoterapeutin rooli poikkeaa esimerkiksi sairaanhoitajan roolista. Painopiste on siirtynyt kuuntelemiseen ja olemiseen eikä sen etsimiseen, että mitä nyt tekisi tai sanoisi. Kirsi Superseniörin toiminnassa muutos on tapahtunut siihen suuntaan, että voi rauhallisemmin ottaa asioita esiin ja kysyä niiden sisältöjä ja merkityksiä suoraan potilaalta. Hänessä on kasvanut luottamus siihen, että prosessi etenee:

No, voisiko sanoa, että on tullut rohkeammaksi ottamaan näitä asioita esille ja puhua niistä ja minä luulen, että se tulee, jopa ajattelisin iän myötä sitten, että rohkeus moneen muuhunkin asiaan on sitten (...) Esimerkiksi se, että mikä merkitys sillä jollakin uskolla sille ihmiselle on ja tällöisiä asioita. (Kirsi, 5)

Myös Kyllikki Juniori tuntee muuttuneensa sen suhteen, että kykenee olemaan rauhassa potilaansa kanssa ja tarkastelemaan yhdessä esiin tulleita asioita ja ilmiöitä:

No varmaan ainakin sillä tavalla, että en luule tietäväni niin paljon kun silloin nuorempana. Että varmaan se sellainen, ehkä jos nyt ajattelee ihan tätä tämän päiväistä työtä niin jotenkin minä luotan kyllä hyvin siihen, että ollaan ihan rauhassa. Eikä hötkyillä. Ja kuunnellaan ja tutkitaan yhdessä asioita, että ei tarvii olla se tietäjä. P: Joo. H: Että toki nyt joku teoria-pohja olla, mutta on se jotenkin, se että kyllä minä ajattelen, että ehkä tämä aina vähän enempi omana itsenään tekee sitä työtään kun mitä silloin ja luottaa itseensä vähän paremmin kuitenkin. Ja sitten jos on niitä asioita minkä kanssa ei luota niin sen voipi sanoo myös ääneen. (Kyllikki, 5)

⁹¹⁷ Mitrani 2001, 1099–1100.

Kyllikin muuttuneessa työtavassa asiat ja ilmiöt eivät tule uhkaaviksi psykoterapeutille itselleen tai vuorovaikutukselle. Molemmat hoitosuhteen osapuolet voivat olla rauhassa ja katsoa, mitä alkaa muotoutua. Jos jotain ei tiedä, niin tämänkin tietämättömyytensä kanssa voi olla ja jopa sanoittaa asiaa potilaalle. Opittu teoretieto on taustalla, mutta se ei hallitse työskentelyä. Kyllikki on kehittänyt työtyylin, joka sopii hänelle. Hänellä on kokemusperäistä tietoa psykoterapian toimivuudesta ja omasta osaamisestaan.⁹¹⁸

7.2.3.2 *Avartunut mieli ja käsitys*

Viisi aineistoni psykoterapeuttia⁹¹⁹ kuvaili työtavoissaan tapahtunutta muutosta. Heidän oma mielensä ja käsityskykynsä olivat avartuneet iän ja ammatillisen kokemuksen kautta. Panu Supersenioren kokemus muutoksesta on:

Minä luulen, että se on kulkenut käsi kädessä tällaisen kokemuksen kanssa, että on tullut kokemusta ja ymmärrystä ja suhtautuu avoimemmin kaikkeen tai kuuntelee avoimemmalla korvalla tai kolmannella korvalla. Et se...Että ei.... Ei yksin nämä uskonnolliset asiat, vaan ylipäätään. Tällainen kehittynyt, muutenkin näkemys siihen moraaliin ja kaikkeen. (Panu, 4)

Kuuntelu ”kolmannella korvalla”, avoimesti, on psykoanalyttikon ja potilaan olemista vuorovaikutuksessa uudella tavalla, virittäytyneenä toistensa mielensisältöihin. Psykoanalyttikko Thomas Ogden puhuu intersubjektiivisesta kolmannesta (analytic third). Tällä käsitteellä on yhteyksiä Donald Winnicottin transitionaalitilan tai potentiaalisen tilan käsitteeseen.⁹²⁰ Psykoanalyttisessä tilanteessa potilaan ja psykoanalyttikon välille kehkeytyy jaettu psyykkinen tila, joka on ainutkertainen ja molempien osapuolien yhteistyössä luoma.⁹²¹ Molemmat osapuolet osallistuvat prosessiin ja heidän käsityksensä muuttuvat. Piia Juniorin kokemuksissa tilanne on samantapainen potilaan kanssa luodussa prosessissa, jossa kaksi mieltä virittäytyy toisiinsa:

Ehkä jollakin lailla sitten on, on myös enemmän avoin myös senkin kentän kanssa, että potilaille tulee mahdolliseksi avautua siitäkin. Et jos nyt ajattelee, että syvyys puhuttaa syvyyttä niinku terapiassa tapahtuu, niin ehkä jotenkin on tapahtunut itsessä sellaista avautumista, joka sitten suo potilaillekin sen mahdollisuuden olla näitten kysymysten kanssa läsnä siinä. (Piia, 6)

Hyvin lyhyesti työtavoissaan tapahtuneita muutoksia käsittelevät Kaarina Seniori, Pekka Juniori ja Kalle Superseniore. Kaarina mainitsee, että hänen suhtautumisensa uskonnolliseen ja hengelliseen sisältöön on aikaisempaa kiihottomampaa. Hänen mielestään psykoterapiassa on puhuttava siitä, mistä kenkä puristaa ja jos se on hen-

⁹¹⁸ Karila 2013b, 451.

⁹¹⁹ Panu Superseniore, Pekka Juniori, Piia Juniori, Kaarina Seniori ja Kalle Superseniore.

⁹²⁰ Transitionaalitila Winnicott 1971, 105. Intersubjektiivinen analyttinen kolmas Ogden 1994.

⁹²¹ Mälkönen 2011, 188. Vertaa myös Bionin käsite reverie. (Bion 1988a, 183–184. Symington & Symington 1996, 168. Ogden 1997, 721.)

gellinen kysymys, niin siitä puhutaan.⁹²² Pekka Juniori oli taas entistä enemmän alkanut huomioida, mitä potilaan ja omassa ruumiissa tapahtuu vastaanoton aikana, ja mitä nämä vasteet kertovat psykoterapeutille.⁹²³ Pekka kiinnittää tähän huomiota myös, kun potilas puhuu uskonnollisesta ja hengellisestä materiaalista. Meillä Suomessa ruumiillisuudesta psykoterapiassa on kirjoittanut muun muassa Pirkko Siltala.⁹²⁴ Kalle Superseniorin työtapojen muutos liittyy siihen, miten hän on määritellyt potilaan aineistoa ja mikä kuuluu psykoterapian kehykseen ja mikä ei:

Työtavat on muuttunut vuosien varrella. Tavallaan jotenkin ennen teki sitä rajapintaa tavallaan selkeämmäksi, että mikä on uskonnollinen kysymys ja mikä on ei-uskonnollinen kysymys; ja oli hyvin varovainen sillä lailla, että ei ota edes niihin mitään kantaa. Tai et ne ei kuulu, mutta että nyt jotenkin se huoli on lientynyt. (Kalle, 3)

Kalle Superseniorin työtapa on selkeästi muuttunut uskonnollisen ja hengellisen materiaalin käsittelyn alueella. Hänelle ei enää ole niin merkityksenkästä se, millaiseen luokkaan tai kategoriaan potilaan tuoma aines kuuluu, vaan kaikesta potilaan tuomasta materiaalista voi psykoterapiassa puhua.

7.2.3.3 Muutokset työtavoissa, joissa korostuu psykoterapeutin kokemuksellisuus

Paula Seniorin, Pirjo Superseniorin ja haastateltava 12 Juniorin kertomuksessa työtapojen muutoksessa korostui omakohtaisesti koettu muutosta edesauttava tekijä. Aiemmin tässä samassa luvussa kuvailin Paula Seniorin kokemusta uransa alkutai-paleella Jehovan todistaja -potilaan kanssa (alaluvussa 7.2.2.1). Paula kertoo tämän esimerkin kautta muutoksista omassa työtavassa näin:

Joo, olen kyllä vakuuttunut siitä ja joskus koen vähän semmoista ammatillista nolouttakin, mutta toki olin aika aloittelija, aloitin sitten siinä. Ja ehkä minä ajattelen myös, että itselläni oli enemmän kesken hahmottaa oma suhde uskontoon. Mutta jo siihenkin että... että kyllä minä nyt varmasti kokisin ja toimisin eri tavalla, että uskon että pystyisin ihmisen puolella olemaan, hänen totuutta etsimään, hänen... Kunnioittamaan niitä hänen ratkaisujaan. Niin että yhdessä voidaan ymmärtää se miksi tai mitä hän on valinnut. (Paula, 3)

Että jos nyt sanoo, että en nykyisellään mitenkään kaihda tai jotenkin ehkä ajattelen, tai musta tuntuu, että varmaan joskus nuorena [työntekijänä] ehkä vähän jo johdattelin muuhun suuntaankin sitten jopa, mikä ei tietenkään tee oikeutta potilaalle, mutta minä ajattelen, että nykyisin enemmän herättää sen kiinnostuksen, että mitä tai mistä puhutaan. (Paula, 8)

⁹²² Kaarina 5.

⁹²³ Pekka 12.

⁹²⁴ Siltala 2011.

Paulan työtapojen muutoksessa on monta kerrosta: psykoterapeutin oma suhde uskontoon, ammattiuran vaihe, potilaan materiaalin luokittelu ja jopa tietynlaisen materiaalin sulkeminen pois käsittelyn piiristä sekä se, miten potilaan kanssa ylipäänsä on vuorovaikutuksessa. Paulan työtavassa on muuttunut myös se, herättävätkö potilaan erilaiset näkemykset itsessä voimakkaita vastatunteita vai eivät. Tähän on vaikuttanut muun muassa se, että psykoterapeutti on työstänyt omaa suhdettaan uskontoon. Hän on aiemmin urallaan jopa johdatellut potilaan puhumaan muista aihepiireistä.

Pirjo Supersenioreti kertoo, että muutama vuosi sitten päättynyt oma psykoanalyysi on muuttanut paljon hänen työtapojaan:

Minä jotenkin, en nyt varmasti liioittele, jos minä sanon, että sen jälkeen, kun minä uskalsin niitä ihan omia hengellisiä asioitani käsitellä, niin ehkä minä tulin myös enemmän auki myös potilaitteni niin hengellisille tarpeille ja asioille. Että kyllä minä uskon, että se on ainakin ollut iso muutos. (...) Ja se on tosi helpottavaa, että saattoi puhua. Asioista, joita ei nyt ihan kelle tahansa puhu, tietysti muitakin asioita on semmoisia, mutta että se oli kuitenkin semmoinen... Kipeitä asioita siis joutui miettimään. (Pirjo, 8)

Omien hengellisten ja uskonnollisten asioiden jäsentymisen ja ymmärryksen lisääntyminen omassa hoidossa, kokemuksellisesti, on saanut psykoterapeutin avoimemmiksi potilaiden asioille. Pirjon mielestä näitä asioita ei ollut kuitenkaan mitenkään helppo puhua omassa hoidossa. Tämänkin tajuaminen kokemuksen kautta on eri asia kuin sen teoreettinen tai tekninen tietäminen.

Haastateltava 12 Juniorin työtavoissa on tapahtunut perustavanlaatuinen muutos, kun hän koki joitain vuosia sitten omakohtaisen hengellisen kokemuksen. Haastateltava koki itsessään aina olleen hengellisyyden ulottuvuuden aukeamisen tavalla, jota hän ei osaa pukea sanoiksi tai käsitteiksi. Tällä kokemuksella on myös suuri vaikutus hänen tapaansa tehdä psykoterapiatyötä:

Että se jotenkin aukesi ja on tullut se, tosiaan se taju, mutta se on tuonut niin paljon semmoista tullessaan, että minä esimerkiksi ihan itsestään selvästi uskon ihmeisiin. Niinpä ihminen, joka vaikka 50 vuotta koko tähänastisen elämänsä on ollut masentunut, niin minä voin sanoa hänelle, että sinä voit toipua ihan kokonaan. Ja jotenkin se usko siihen, että ihmiset toipuu ja usko siihen, että voi tapahtua mitä vaan ja jotenkin semmoinen, minä koen hyvin voimakkaasti, se rakkaudellisuus, se kuitenkin välittyy. Niin minä arvelen, että sillä on aika paljon merkitystä sille, että minun potilaat toipuu. Ja siinä ei tarvii millään tavalla puhua mistään uskonnollisesta eikä hengellisestä, vaan se tunne ihan vaan sen... mikä se sitten on, jonkun sen tekemisen tavan myötä. (...) Minä nykyään suurinta osaa minun terapiapotilaista hyvin sydämellisesti halaan kun ne tulee ja kun ne lähtee. Itse asiassa siitä on muodostunut semmoinen, jonka mä ajattelen, että se on aika tärkeä osa sitä, meidän hoitokulttuurissa hirveästi pelätään kosketusta. Minä olen monelle näille minuun potilaillekin sanonut, että tämä on aikaisemmin ollut ihan kiellettyä, että saa halata tai sitten mä saatan koskettaa jossakin välissä. Ja minä on todennu, että se on tosi tärkeä. Että siinä on jotain niin semmoista yleisinhimillistä lämpöä,

paitsi se välittäminen välittyi, niin siinä jotenkin siirtyi minun mielestä sitä jotain rakkaudellisuutta. (Haastateltava 12, 11)

Haastateltavan toimintatapa on oleellisesti muuttunut. Hän voi sanoa pitkään sairastaneelle potilaalleen tämän voivan toipua ja toipumisia on myös tapahtunut. Psykoterapeutti ajattelee sen olevan seurausta hänen muuttuneesta olemisen tavastaan. Myös koskettamisen tavassa on eroa entiseen. Muutos on tapahtunut siinä, mitä hän kokee välittävänsä potilailleen, ja millä tavalla hän on vuorovaikutuksessa. Hän kokee välittävänsä rakkaudellisuutta ja voi myös koskettaa potilasta halaamalla tätä. Muutos ei ole tapahtunut ulkoisissa psykoterapian puitteissa, vaan psykoterapeutin mielessä, vaikka hän potilailleenkin on sanonut sääntöjen muuttuneen koskettamisen suhteen. Myöhemmin haastattelussa haastateltava 12 mainitsee, että hän potilaskoh-
taisesti aina harkitsee sitä, voiko hän halata vai ei.

Psykoterapian käytännöissä, sekä psykodynaamisen että kognitiivisen viitekehyksen puitteissa, on yleensä suositus, että potilaita ei kosketa enempää kuin muodollisen kädenpuristuksen verran.⁹²⁵ Kosketuksen välttämisen suositus suojaa potilaita väärinkäytöksiltä. Amerikkalaisen psykologian professori Edward W. L. Smithin mukaan psykoterapeutin tulisi olla hyvin tietoinen siitä, miksi hän koskettaa potilastaan. Hänellä tulisi olla ymmärrys siitä, mitä kosketus merkitsee hänelle itselleen sekä hänen potilaalleen. Lisäksi päätöksen koskettaa potilasta tulisi perustua johonkin tiedostettuun teoreettiseen näkökohtaan. Smithin mukaan psykoterapian kontekstissa kosketus on voimakas ja potentiaalisesti haitallinen kommunikaation muoto.⁹²⁶

⁹²⁵ Stenzel & Rupert 2004, 333.

⁹²⁶ Smith 1998, 41.

8 Psykoterapeuttien kolme erilaista tapaa lähestyä uskonnollista ja hengellistä materiaalia

8.1 TYÖSKENTELYTAVAT

Psykoterapeuttien tavat työskennellä uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa vaihtelevat paljon, kuten olen edellä analyysiluvuissa 4–7 esitellyt. Kyseessä on monimuotoinen asia, johon työntekijän teoreettinen käsitys psykoterapian olemuksesta, settingistä ja uskonnollisen sekä hengellisen mielensisällön määrittelystä selkeästi vaikuttavat. Myös psykoterapeuttikoulutuksen kolme eri osatekijää vaikuttavat siihen, miten psykoterapeutti käyttää omaa mieltään instrumenttina uskonnollisten ja hengellisten aihepiirien parissa työskennellessään. Lisäksi työtavat uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa muuttuvat ammattikokemuksen karttuessa.

Olen hahmotellut aineistoni perusteella kolme erilaista tapaa, joilla psykoterapeutit lähestyvät potilaidensa uskonnollista ja hengellistä materiaalia. Nimesin näitä tapoja noudattavat psykoterapeutit Etäisiksi, Tutkiviksi ja Tajuaviksi. Nämä ryhmät on koottu taulukkoon 8.1. Haastateltavien numerot on järjestetty sen mukaisesti, kuinka selkeästi heidän työskentelytapansa kyseessä olevaan ryhmään kuuluu.

Taulukko 8.1. Psykoterapeuttien tavat lähestyä potilaidensa uskonnollista ja hengellistä materiaalia. (N = 20)

	Etäiset	Tutkivat	Tajuavat
Haastateltavat	19, 6, 9, 12	1, 2, 14, 11, 15, 17, 7, 18, 8, 16, 20	4, 13, 3, 5, 10
Yhteensä	4	11	5

Tässä luokituksessa olen joutunut pelkistämään psykoterapeuttien työskentelytapoja, jotta luokittelu ylipäänsä olisi mahdollista. Jotkut aineistoni psykoterapeuteista kuvaavat ristiriitaisesti työskentelyään näiden asioiden kanssa, kuten olen kuvannut muun muassa alaluvussa 5.1. Tämä liittyy osittain siihen, että informantit määrittelivät hengellisyyttä ja uskonnollisuutta hyvin erilaisina asioina. Uskonnollisuus on selkeämmin puhetta tietyillä käsitteillä ja määritteillä, kuten puhetta syntikäsitteistä, erilaisista synninteoista ja syyllisyydestä, ripittäytymisestä, armosta, omatunnon kysymyksistä, pelastuksen olemuksesta: mikä meidät pelastaa ja mistä, ja sen pohdintaa, onko Jumala yleensä olemassa. Hengellisyys tai spiritualiteetti mielletään toisaalta jokaisessa ihmisessä eläväksi ominaisuudeksi, jolla tämä etsii ja luo omia

arvojaan, ja toisaalta hyvin tietoiseksi kristillisen identiteetin rakentamiseksi ja uskon harjoittamiseksi.⁹²⁷ Useiden psykoterapeuttien työtavat ovat myös vuosien kuluessa muuttuneet paljon, kuten kuvailin alaluvussa 7.2.3. On voinut tapahtua siirtymistä työskentelytavasta toiseen. Keskityn tässä tutkimustuloksiani kokoavasti esittelevässä luvussa esittelemään sitä, miten psykoterapeutit kertoivat työskentelevänsä haastatteluhetkellä.

Ajattelen psykoterapeuttien työskentelytapojen uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa kulkevan jatkumolla, jonka toisessa päässä on tapa kategorisesti kieltää tämän mielensisällön pohdinta ja tarkastelu psykoterapian kontekstissa.⁹²⁸ Aineistoni on siinä mielessä vinoutunut, että en saanut haastateltavakseni yhtään psykoterapeuttia, joka kategorisesti kieltäisi näiden aihepiirien käsittelyn. Yritin useita kertoja tavoittaa myös psykoterapeutteja, joiden tiesin suhtautuvan kriittisesti näiden aineksien tarkasteluun psykoterapiassa. En kuitenkaan saanut haastateltavakseni yhtään tällä tavalla toimivaa psykoterapeuttia. Kuitenkin myös aineistossani oli löydettävissä eroja työskentelytavoissa ja käsityksissä luokittelun pohjaksi.

Aineistossani Etäiset psykoterapeutit pitivät selkeää rajaa siinä, että he itse eivät koskaan ainakaan nosta potilaan materiaalista mitään uskonnolliseen tai hengelliseen liittyvää lähempään tarkasteluun, vaikka potilaan materiaalia voisi lähteä tarkastelemaan tähänkin suuntaan. Tästä esimerkkinä Pulmu Superseniorin potilaan näkemä uni piruista ja enkeleistä (alaluku 5.1), jota psykoterapeutti lähti tarkastelemaan enemmän eksistentiaalisena hyvän ja pahan taisteluna, vaikka psykoterapeutti itsekin totesi uskonnollisen kontekstin olleen työskentelyn taustalle myös mahdollinen.⁹²⁹

Jatkumon keskellä on sellainen työskentelytapa, jossa tarkastellaan tätä mielensisältöä samaan tapaan kuin mitä muuta potilaan materiaalia tahansa, erittelemättä ja luokittelematta sitä erityiseen lokeroon tai kategoriaan. Tätä ryhmää kutsun Tutkiviksi psykoterapeuteiksi.

Äärimmäisenä jatkumolla sijaitsevat psykoterapeutit, jotka kyllä työstävät kaikkea mielensisältöä, jonka potilas liittää uskonnollisuuteen ja hengellisyyteen omassa elämässään. Sen lisäksi he pysähtyvät kunnioittavalla tavalla, jos tunnistavat potilaansa viiptyvän oman uskonkäsityksensä ytimessä. Psykoterapeutti tunnistaa potilaansa olevan jollain tavoin tekemisissä Pyhäksi koetun kanssa, eikä puutu tähän kokemiseen psykoterapian välinein. Hän kunnioittaa silloin toisen ihmisen hengellistä integriteettiä. Heitä kutsun tutkimuksessani Tajuaviksi psykoterapeuteiksi. Professori Kettunen tarkastelee tätä hengellisen integriteetin tajua häpeän erityisen sävyn, hienotunteisuushäpeän käsitteen avulla. Hienotunteisuushäpeä liittyy Kettusen mukaan toisen rajojen tunnistamiseen ja niiden kunnioittamiseen. Uskonnollisessa ja hengellisessä kontekstissa tämä tarkoittaa kunnioitusta ja ihmetystä Pyhyiden edessä.⁹³⁰

⁹²⁷ Kotila 2005, 195, 197.

⁹²⁸ Matti Hyrck sanoo Psykoterapia-lehden haastattelussa, että seuraavanlainen käsitys on ollut vallalla psykoanalyttisen käytännön puolella pitkään: "...itseään kunnioittava analyttikko ei hevin sekaannu uskonnon maailmaan muutoin kuin korkeintaan osoittamaan sen sairautta ja irrationaalisuutta." (Tuohimetsä 2004, 282. Tämä on Matti Hyrckin haastattelusta Psykoterapia-lehteen.)

⁹²⁹ Pulmu 2. Myös Pia Langen opinnäytetyön haastateltavat, yhtä lukuunottamatta, olisivat psykoterapiassa sivuuttaneet potilaan oireiden uskonnollisten syiden tarkastelun. (Lange 2008a, 201–202.)

⁹³⁰ Kettunen 2011, 106–107.

Kolme aineistoni psykoterapeuttia on selkeästi Etäisten psykoterapeuttien ryhmässä uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa työskennellessään.⁹³¹ Haastateltava 12:n työskentelytapa on sen sijaan voimakkaassa muutostilassa psykoterapeutin koettua joitakin vuosia sitten itse syvän hengellisen kokemuksen. Hänen työskentelyssään on aineksia myös Tutkivasta työskentelytavasta. Sijoitin haastateltava 12:n kuitenkin Etäisten psykoterapeuttien ryhmään, koska hän kertoi haastattelussa toistuvasti sulkevansa psykoterapiassa käsittelystä pois potilaan uskonnollisen ja hengellisen aineksen ja tekevänsä tämän rajaamisen hyvin tietoisella tavalla. Hän kokee, että lääkärin peruskoulutus on osaltaan muovannut tätä toimintatapaa, tätä kuvailin alaluvussa 7.1.3.2. Etäisiä psykoterapeutteja on aineistossani siten yhteensä neljä.⁹³² Etäisten psykoterapeuttien työkokemuksien pituudet olivat: 2 Supersenioria, 1 Seniori ja 1 Juniori. Etäisten psykoterapeuttien ryhmässä oli 2 lääkäriä, 1 psykologi ja 1 psykoterapeutti, jonka pohjakoulutus on humanistisen alan yliopistotutkinto

Tutkivien ryhmään kuuluu yksitoista⁹³³ ja Tajuavien ryhmään viisi psykoterapeuttia⁹³⁴. Tutkivien psykoterapeuttien työkokemuksien pituudet olivat: 3 Supersenioria, 5 Senioria ja 3 Junioria. Tutkivien ryhmässä oli 5 psykiatrista sairaanhoitajaa/terveydenhoitajaa, 3 lääkäriä, 2 psykologia ja 1 nuorisotyönohjaaja. Tajuavien psykoterapeuttien ryhmässä olivat kaikki aineistossani olevaa 3 teologia, 1 psykologi ja 1 terveystieteiden maisteri. Tajuavien psykoterapeuttien työkokemuksien pituudet olivat: 2 Supersenioria 1 Seniori ja 2 Junioria. Molemmat aineistoni pastoraalipsykologisia osia sisältäneen psykoterapeuttikoulutuksen käyneet ovat tässä ryhmässä. He ovat työkokemuksensa suhteen Junioreita, koska näitä koulutuksia on järjestetty vasta vuodesta 2004 alkaen.

Kuviossa 8 on esitelty erilaiset mielensisällöt psykoterapiatyön kannalta. Kuviossa on kolme sisäkkäistä aihepiiriä 3, 2 ja 1 sekä näitä erottavat kaksi rajaa A ja B:

- Kuvion ytimenä on alue 1. Tämä kuvaa aluetta, joka on ihmisessä Pyhä. Se on kajoamaton ja koskematon. Siellä sijaitsee ihmisen syvimmän uskonkäsitteen ja vakaumuksen alue. Tätä suhdetta ja kokemusta kokonaan toisesta ja erityisestä, Rudolf Otto kutsuu käsitteellä numinous. Tämä numinous ei ole rationaalisella tavalla määriteltävissä, vaan se on löydettävä aina uudestaan omassa kokemusmaailmassa. Sitä ei myöskään voi toiselle opettaa, vaan auttaa ja ohjata toista kokemaan se itsessään, omassa mielessään.⁹³⁵ Tämä syvällä henkilökohtaisella tavalla Pyhäksi koettu voi olla

⁹³¹ Haastattelut: Kognitiiviset: 6 Seniori, 9 Supersenioreita ja Psykodynaaminen: 19 Supersenioreita.

⁹³² Psykoterapeutti 12 kertoo kokevansa psykoterapiatyön käytäntöjen olevan yleisemminkin muuttumassa. Hän toivoo myös oman toimintatapansa muuttuvan siihen suuntaan, että voisi itse aktiivisemmin ottaa kantaa potilaan uskonnollisiin ja hengellisiin aiheisiin. (Haastattelu 12, 7.)

⁹³³ Haastattelut: Psykodynaamiset: 1 Supersenioreita, 2 Senioria, 14 Senioria, 11 Senioria, 15 Supersenioreita, 17 Senioria ja kognitiiviset: 7 Senioria, 18 Junioria, 8 Junioria, 16 Supersenioreita ja 20 Junioria.

⁹³⁴ Haastattelut: Psykodynaamiset: 4 Senioria, 13 Junioria, 3 Supersenioreita, 5 Junioria ja kognitiivinen: 10 Supersenioreita.

⁹³⁵ Otto 1923, 5–7.

Persoonaa tai persoonaton, teistinen tai toisenlainen voima tai henki.⁹³⁶

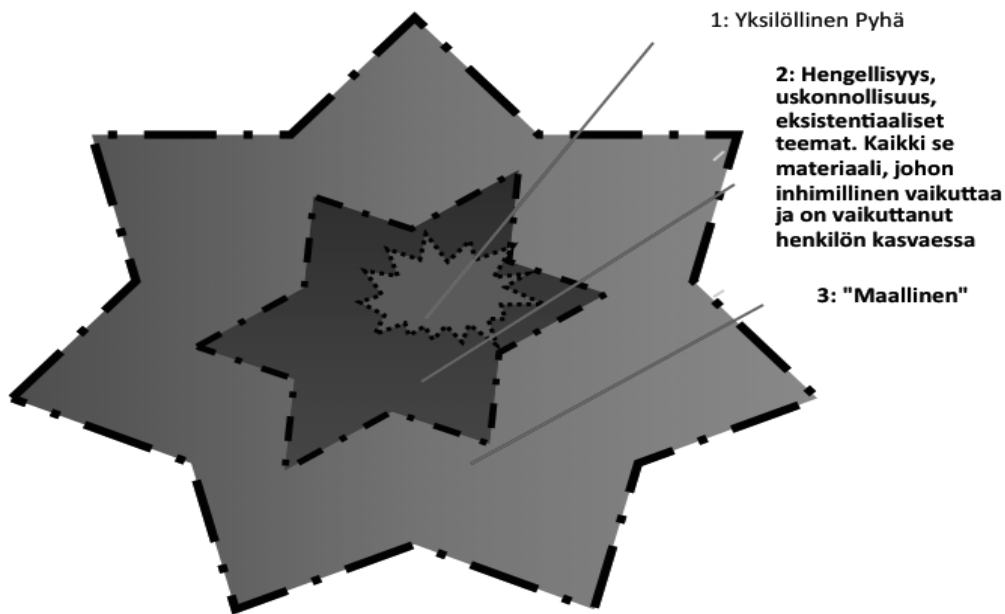
- Alueella 2 on kaikki sellainen mielensisältö, jossa sekaantuvat toisiinsa maallinen ja taivaallinen. Tämä on jumalakuvan ja kaikenlaisten inhimillisten yhteisöjen vaikutuksen aluetta ihmisen nykypäivässä ja menneisyydessä. Tämän alueella voidaan tarkastella sitä, miten ihminen uskoo ja minkälaisia kokemuksia hänellä on Jumalasta. Sitä voidaan kutsua jumalasuhteen ihmisenpuoleiseksi pääksi.⁹³⁷ Esimerkiksi Matti Hyrckin suhteessaolon mielikuvien teorialla voidaan kuvata näitä ihmismielen erilaisia objektisuhteita (vertaa alaluku 2.7).⁹³⁸ Tätä mielensisältöä voidaan myös pitää ”toisena päänä kahden kielipelin⁹³⁹” työskentelyssä, joka on pastoraalipsykoterapeutin ominta työskentelyn aluetta.
- Alue 3 kuvaa kaikkea sitä maallista, mitä ihmisen elämässä on ollut ja on. Tämä on sitä, mitä on tapahtunut ja tapahtuu henkilön ihmissuhteissa, kasvuhistoriassa, rakkaussuhteissa ja seksuaalisuuden eri osa-alueilla. Perinteisesti on ajateltu tämän alue kolmen olevan selkeimmin psykoterapeutin työskentelyn aluetta.
- Raja A on alueiden 1 ja 2 välillä ja raja B on alueiden 2 ja 3 välillä. Nämä rajat eivät ole suoraviivaisia tai suljettuja vaan polveilevat ja päästävät lävitseen ainesta molempiin suuntiin, koska ihmisen mieli on dynaaminen ja elävä. Tajuava psykoterapeutti pysäyttää psykoterapeutin työskentelyn rajaan A, eli silloin, kun hän huomaa potilaansa olevan kosketuksissa Pyhäksi koetun kanssa. Raja B erottaa toisistaan maallisen ja maallis/taivaallisen. Tämä raja on se, jonka pastoraalipsykoterapeutti ylittää työskentellessään sekä potilaansa psykologisen että hengellisen tai uskonnollisen aineksen kanssa.

⁹³⁶ Paavo Kettunen kirjoittaa: ”Pyhän kohtaaminen ei ole tietynlaisen uskon kohtaamista, vaan persoonan, Pyhän kohtaamista.” (Kettunen 2003, 361.) Psykoanalytikko Hans Reiland kuvaa Jumalan olevan ihmiselle sellainen sisäinen Sinä, jota ei edes voi paljastaa toiselle. Reiland näkee tämän sisäisen ytimen olevan eniten sitä aitoa, mikä ihminen on. (Reiland 2004, 84.) Donald Winnicott kutsuu potentiaalista tilaa tai transitionaalitilaa jopa pyhäksi, koska ainoastaan siellä ihminen voi kokea uutta luovan elämän. (Winnicott 1971, 139.)

⁹³⁷ Kettunen 2003, 371. Meissner 2009, 225.

⁹³⁸ Hyrck 2003, 56–63.

⁹³⁹ Kettunen 2013, 69.



Kuvio 8. Potilaan mielensisällön erilaiset kolme aluetta ja kaksi "raja" psykoterapiatyöskentelyssä.

Esittelen seuraavassa psykoterapeutin kolme erilaista tapaa työskennellä potilaan uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa. Alaluvussa 8.5 vertailen erilaisia työtapoja psykodynaamisen ja kognitiivisten psykoterapioiden kannalta.

8.2 ETÄISEN PSYKOTERAPEUTIN TYÖSKENTELYTAPA

Etäinen psykoterapeutti tunnistaa selkeästi rajan B alueiden 3 ja 2 välillä, ja pysyttelee työskentelyssä pääasiassa maallisen puolella. Hän välttelee potilaan kertomaa uskonnollista ja hengellistä materiaalia⁹⁴⁰ tai ei ainakaan tartu tähän materiaaliin psykoterapeuttisen työskentelyn instrumentein, vaikka viitteitä siihen vilahtaisikin potilaan puheessa.⁹⁴¹ Hän saattaa ihmetellä välillä itsekkin, miksi juuri näiden aiheiden käsittelyyn liittyy hankaluutta nostaa niitä esiin muun aineksen tapaan esimerkiksi alkuhaastattelussa, vaikka hän tietää toisaalta uskonnollisen ja hengellisen elämisen sisällön olevan potilaille usein merkityksellistä ja tärkeää.⁹⁴² Joskus kyseisiin asioihin etäisellä tavalla suhtautuva psykoterapeutti saattaa itse aktiivisesti nostaa esiin näitä kysymyksiä, mikäli aihepiiri on jollakin tavalla akuutisti pinnalla potilaan elämässä ja tulee selvästi esiin psykoterapiatilanteessa.⁹⁴³ Näin tapahtuu kuitenkin vain poik-

⁹⁴⁰ Haastattelu 19, 2.

⁹⁴¹ Haastattelu 12, 5.

⁹⁴² Haastattelu 6, 4.

⁹⁴³ Haastattelu 9, 5.

keustapauksissa. Samoin Etäisesti työskentelevä psykoterapeutti liittää potilaan uskonnollisiin yhteisöjen ilmiöihin vähemmän uskonnollisen ja hengellisen elämän sävyjä. Etäinen psykoterapeutti saattaa näin määritellä potilaan uskonnollisesta tiiviistä yhteisöstä irtautumisen kokemukset pelkästään sosiaalisiin suhteisiin liittyviksi⁹⁴⁴ tai potilaan kokemuksen yhteisön torjunnasta seksuaalisen suuntautumisen vuoksi ainoastaan kasvuhistorian psykologisena tapahtumana⁹⁴⁵. Potilaan kertomusta ei siten kuunnella kokonaisvaltaisesti, vaan erittelevästi luokitellen. Tämä työskentelytapa on pulmallinen siinä suhteessa, että potilaalle saattavat kuitenkin myös esimerkiksi jumalasuhteeseen liittyvät asiat olla hyvin merkittäviä hengellisestä yhteisöstä irtottautumisen prosessissa.⁹⁴⁶ Samoin oman hengellisen yhteisön osoittama torjunta seksuaalisen orientaation vuoksi voi kytkeytyä henkilön koko identiteettiin ja uskonnokäsitykseen niin, että näiden luokittelu erilaisiin alueisiin ei ole potilaan kokemusmaailmassa mahdollista. Mikäli potilas ei voi tätä kokemustaan kokonaisvaltaisesti hoidossaan käsitellä, se voi tuoda mukanaan torjunnan kokemuksen toistumisen.⁹⁴⁷

Etäisesti uskonnollisten ja hengellisten aiheiden kanssa työskentelevät psykoterapeutit ovat lähettäneet potilaitaan vaihtelevasti hengellisen alan työntekijöille. Kaksi heistä ei tätä ole juurikaan tehnyt⁹⁴⁸, yksi on kerran kutsunut papin yhteiseen neuvotteluun⁹⁴⁹ ja yksi⁹⁵⁰ kokee helpottavana, jos hänen psykoterapiapotilaansa käy sielunhoidossa tai hengellisessä ohjauksessa, koska hän itse kokee, ettei hänellä ole näissä kysymyksissä mitään annettavaa potilaille.

Etäisellä tavalla työskentelevien neljän psykoterapeutin työskentelytavat ovat muussakin mielessä etäisiä, he eivät kertoneet esimerkiksi potilaiden herättämistä vastatransferenssitunteista tai siitä, mitä heissä itsessään herää hoitotilanteissa esiin tulevan uskonnollisen tai hengellisen materiaalin kanssa. Yksi psykoterapeutti tästä ryhmästä oli vienyt työhohjaukseen potilaan uskonnollista ja hengellistä materiaalia, mutta työhohjaaja ei ollut asiaa tutkinut tai tarkastellut yhtä kommenttia enempää.⁹⁵¹ Haastateltava 6 oli myös saanut työhohjaajaltaan yleistason ohjeen olla neutraali tämän materiaalin kanssa. Kukaan Etäisellä tavalla työskentelevistä ei ollut puhunut koulutushoidoissaan omista uskonnollisista tai hengellisistä kysymyksistään. Haastateltava 12 koki aineistossani ainoana, ettei koulutushoidossa olisi myöskään ollut mahdollisuutta tällaiselle käsittelylle. Etäisellä tavalla työskentelevistä psykoterapeuteista haastateltava 12 oli ainoa, jonka mielestä uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä olisi tarpeellista lisätä psykoterapeuttikoulutusten sisältöihin. Haastateltava 12 ennusti, että tulevaisuudessa näihin sisältöihin kiinnitetään enemmän huomiota. Samanlaista kehitystä on ennustanut myös Sally Hagen tutkijaryhmä.⁹⁵²

⁹⁴⁴ Haastattelu 6, 7.

⁹⁴⁵ Haastattelu 19, 2.

⁹⁴⁶ Linjakumpu 2015, 213.

⁹⁴⁷ Kettunen 2011, 234–306. Kettunen 2014, 144.

⁹⁴⁸ Haastattelut 9 ja 19.

⁹⁴⁹ Haastattelu 6, 1–2.

⁹⁵⁰ Haastattelu 12, 5.

⁹⁵¹ Haastattelu 12.

⁹⁵² Hage & Hopson & Siegel & Payton & DeFanti 2006, 227.

8.3 TUTKIVAN PSYKOTERAPEUTIN TYÖSKENTELYTAPA

Olen luokitellut aineistossani yksitoista psykoterapeuttia Tutkivien ryhmään. Tutkiva psykoterapeutti työskentelee psykoterapian välineillä maallisen alueella 3 ja kaiken sen alueella, missä kasvaminen ja henkilön nykyinen elämä sekoittuu uskonnolliseen ja hengelliseen, eli alueella 2. Tutkivan psykoterapeutin työskentelyssä ei välttämättä tunnisteta rajan B rajanomaisuutta näiden kahden alueen välillä. Tutkivat psykoterapeutit työskentelevät niin, että potilaan maallisen elämän asiat voivat tulla psykoterapiassa kuulluiksi samoin kuin hänen uskonnolliset ja hengelliset asiansa sekä lapsuuden ajalta että nykyisissä ihmissuhteissa. Kaikki nämä alueet tulevat tarkasteluun ja tutkittaviksi psykoterapiassa. Näiden asioiden henkilökohtaista sisältöä ja merkityksellisyyttä tarkastellaan kuten mitä tahansa muutakin mielensisältöä. Tutkivien ryhmän psykoterapeuteille potilaan uskonnollisuus tai hengellisyys voi toimia lähtökohtana ”vaikka mihin muihin sisältöihin”⁹⁵³ tai näiden alueiden teemat voivat tuoda mukanaan paljon transferenssimateriaalia⁹⁵⁴. Tutkiva psykoterapeutti työskentelee joustavasti kahden kielipelin alueella, sekä psykologisen että uskonnollisen aineksen kanssa.

Kaikki kuusi psykoterapeuttia⁹⁵⁵, jotka kertoivat omista tavallista voimakkaamista vastatransferenssitunteistaan heidän hoitaessaan eri tavalla jyrkän arvomaailman tai maailmankatsomuksen omaavia potilaita, kuului tähän Tutkivien psykoterapeuttien ryhmään. Nämä tilanteet saattoivat herättää psykoterapeutissa eräänlaisen lisää-valpastumisen⁹⁵⁶ tai voimakkaitakin turhautumisen tunteita, kun mikään tehty psykoterapeuttinen interventio ei vie potilaan tilannetta eteenpäin⁹⁵⁷. Voimakkaista vastatransferenssitunteista kertoneista kuudesta psykoterapeutista viisi on psykodynaamisen suunnan edustajia.

Tutkivien psykoterapeuttien ryhmästä viisi informanttia⁹⁵⁸ oli työstänyt työhajaajansa kanssa vaikeita vastatransferenssitunteitaan nimenomaan potilaidensa uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa. Näistä viidestä informantista kolme on kognitiivisen psykoterapian edustajia. Tämän ryhmän psykoterapeutit lähettivät myös potilaan hengellisen alan työntekijälle tarvittaessa. Näistä lähettämistä kertoo kahdeksan Tutkivien psykoterapeuttien ryhmään kuuluvaa, neljä psykodynaamista ja neljä kognitiivisten psykoterapioiden edustajaa.⁹⁵⁹ Lähettämistä hengellisen alan työntekijälle tapahtui varsinkin silloin, kun potilaan koettiin tarvitsevan enemmän vuorovaikutteista jakamista teologian kysymyksissä⁹⁶⁰ tai suoranaista ripittäytymistä.⁹⁶¹

⁹⁵³ Haastattelu 2, 8.

⁹⁵⁴ Haastattelu 15, 3.

⁹⁵⁵ Haastattelut 1, 2, 8, 11, 15 ja 17.

⁹⁵⁶ Haastattelu 8, 3.

⁹⁵⁷ Haastattelu 15, 9.

⁹⁵⁸ Haastattelut 15, 16, 17, 18 ja 20.

⁹⁵⁹ Haastattelut 1, 2, 7, 8, 11, 15, 18 ja 20.

⁹⁶⁰ Haastattelu 18, 1–2.

⁹⁶¹ Haastattelu 11, 5.

8.4 TAJUAVAN PSYKOTERAPEUTIN TYÖSKENTELYTAPA

Tajuavien psykoterapeuttien ryhmän löytyminen aineistossani oli minulle täysin odottamaton yllätys. En myöskään haastatteluissa erityisesti kysynyt psykoterapeuttien käsityksestä Jumalan tai Pyhäksi koetun olemuksesta. Luokittelin aineistossani viisi psykoterapeuttia Tajuavien ryhmään. He työskentelevät potilaidensa kaikilla alueilla kolme, kaksi ja yksi. Hekään (kuten eivät Tutkivatkaan psykoterapeutit) eivät siten koe rajaa B sellaiseksi, että se rajaisi heidän psykoterapeuttista työskentelyään. Tutkivat ja Tajuavat psykoterapeutit liikkuvat joustavasti kahden kielen, sekä uskonnollisen että psykologisen kielen alueella.

Lisäksi tämän ryhmän psykoterapeuttien työskentelytavalle on yhteistä, että he tunnistavat rajan A ja tavallaan pysähtyvät kunnioittavasti tämän rajan taakse odottamaan, että voisivat jatkaa psykoterapeuttista työskentelyä sen jälkeen, kun potilas taas palaa syvän uskonkokemuksensa alueeltaan. Nämä potilaan viipymiset oman uskonkäsityksensä ytimessä saattavat olla hyvinkin lyhyitä. Professori Kettunen kirjoittaa psykologisen ja henkilökohtaisen hengellisyyden suhteesta niin, että kaikki hengellisessä elämässä oleva ei ole selitettävissä yksilön tai yhteisön elämänhistoriasta tai ihmisen sisäisestä maailmasta käsin. Jumalan kohtaamisen laadusta Kettunen jatkaa:

Jumalan kohtaamiseen kuuluu myös salattu, selittämätön, sanoittamaton ja tutkimaton alue, jonka edessä ihminen pysähtyy. Jumala on paljon enemmän kuin kykenemme ymmärtämään ja kertomaan. Pohjimmiltaan Jumala on salattu, selittämätön ja sanoin kuvaamaton.⁹⁶²

Kun ihminen on kosketuksissa siihen, minkä hän kokee Pyhäksi, hän eräällä tavalla hiljenee ja pysähtyy. Tajuavan ryhmän psykoterapeuteilla on ymmärrys tätä toisen kokemasta ja hänet pysähdyttävästä transsendenttisestä todellisuudesta. Haastateltava 3 kokee työssään, että potilaan ollessa oman uskonkäsityksensä ytimessä, on työntekijänä oltava nöyrä.⁹⁶³ Tällä nöyryydellä hän tarkoittaa asennetta, jossa ei oikeastaan toisen jumalakuvaa voi määritellä tai pukea sanoiksi. Myös haastateltavat 10 ja 13 kuvailevat kunkin ihmisen jumalakäsityksen sellaiseksi, jota ei voi vangita psykologisin tai uskonnollisin käsittein.⁹⁶⁴ Haastateltava 5 saa jumalakuvastaan voimaa sekä omaan elämäänsä että psykoterapeutin työhönsä. Haastateltava samastuu siihen kuvaan Jumalasta, että tämä jaksaa kantaa ihmisten kaikki tunteet. Matti Hyrckin suhteessaolon perusmielikuvien teorian kielellä tämä on kuva *Parantajän* muotoisesta Jumalasta.⁹⁶⁵ Hyrckin mukaan tämä on sellainen Jumala, kosminen sisällyttäjä, joka luopui kunniastaan ja tuli Kristuksessa ihmiseksi ottaakseen vastaan ihmiskunnan sietämättömän tuskan omaan sieluunsa ja ruumiiseensa.⁹⁶⁶ Tämä on

⁹⁶² Kettunen 2003, 365.

⁹⁶³ Haastattelu 3, 8. Psykoterapeutin ”kliininen nöyryys” voi sisältää kasvua kohti tarkempaa itsetuntemusta, ymmärrystä omista rajoista, itseen suuntautuneiden tunteiden säätelyä ja toiseen suuntautuvien tunteiden tietoista viljelemistä. (Paine & Sandage & Rupert & Devor & Bronstein 2015, 10.)

⁹⁶⁴ Haastattelu 10, 6–7 ja haastattelu 13, 10–11. Myös yhdysvaltalainen PhD Eleonora Bartolin tutkimuksessa osa haastatteluista koulutusanalyytikoista näki asian samalla tavoin. (Bartoli 2003, 360–364.)

⁹⁶⁵ Hyrck 2003, 277–278.

⁹⁶⁶ Hyrck 2001, 9. Hyrck 2003, 308–315.

käsitykseni mukaan sitä, miten psykoterapeutti voi toimia huolenpidon mielentilasta (vertaa alaluku 2.7) käsin.⁹⁶⁷

Erityisellä tavalla potilaiden kokemuksiin yhteydestä Pyhän kanssa näyttäytyy haastateltava 4 kuvaus. Hän ilmaisi haastattelussa, ettei itse usko Jumalaan tai korkeampaan voimaan, mutta silti kuvailee potilaiden suhteen Jumalaan olevan erityinen alue psykoterapiassa. Hän kokee, että psykoterapiassa on tärkeä tarkastella kaikkea vapaasti, mutta silti potilaan uskonkäsityksen alue on sellaista, johon ei oikein psykoterapian työvälinein puututa. Hän sanoo tämän alueen vaativan ”ekstrakunnioitusta” psykoterapeutin taholta.⁹⁶⁸

Tajuavan työtavan ryhmään kuuluneista psykoterapeuteista neljä kommentoivat työohjauksen sisältöjä. Haastateltava 3 (Supersenioreni) mainitsee, että ehkä nämä aiheet mielletään pelkästään teologiien alueeseen kuuluvina, ja sellaisina jäävät pois psykoterapeuttikoulutuksen työohjauksesta omaan saarekkeeseensa.⁹⁶⁹ Haastateltava 4 (Senioreni) sanoo uskonnollista ja hengellistä käsitellyn työohjauksissa hyvin vähän. Tämäkin käsittely oli ollut hänen kokemuksensa mukaan eräällä tavalla psykoanalyttis-teknistä ja tällä tavalla niin asenteellista, ettei haastateltava halunnut lähteä asiasta dialogiin työohjaajan kanssa, vaan siirtyi muihin aihepiireihin, jotka koki itse sallitummiksi ja helpommiksi puheenaiheiksi.⁹⁷⁰ Haastateltavista numero 5:llä (Junioreni) on teologin peruskoulutus. Hänen kertomuksestaan ilmeni hänen työohjauksen tarpeensa suuntautuneen muuhun ainekseen, kuten seksuaalisuuden kysymyksiin tai psykoterapian substanssiin.⁹⁷¹ Haastateltava 10 sanoi lyhyesti, että uskonnollista tai hengellistä ei hänen työohjauksissaan ole käsitelty. Haastateltava 13 (Junioreni) koki työohjaajansa palauttaneen hänet psykoterapeutin rooliin hänen toisesta ammattiroolistaan teologina. Tämä oli aluksi tuntunut täysin turhalta ja ankaralta palautteelta, mutta myöhemmin psykoterapeutti koki sen hyväksi ja omaa psykoterapeutin rooliaan selkeyttäväksi interventioksi.⁹⁷²

8.5 KOGNITIIVINEN SEKÄ PSYKODYNAAMINEN VIITEKEHYS JA ERI TYÖSKENTELYTAVAT

Etäisistä psykoterapeuteista kolme oli kognitiivisen ja yksi psykodynaamisen viitekehysten edustaja. Tutkivien ryhmässä oli kuusi psykodynaamista ja viisi kognitiivista psykoterapeuttia ja Tajuavien ryhmässä neljä psykodynaamisen suunnan edustajaa ja yksi kognitiivisen viitekehysten edustaja.⁹⁷³ Viime mainitulla oli aineistossani ainoana molempien viitekehysten koulutus. Nämä tiedot on koottu taulukkoon 8.2.

⁹⁶⁷ Hyrcck 2009a, 95. Hyrcck 2011, 200. Hyrcck 2014, 111–112.

⁹⁶⁸ Haastattelu 4, 5. Myös Kristiina Saraneva kirjoittaa, että jumala on potilaalle psyykinen realiteetti, ja siksi sitä tulee kunnioittaa. (Saraneva 2012, 247–248.)

⁹⁶⁹ Haastattelu 3, 4–5.

⁹⁷⁰ Haastattelu 4, 3.

⁹⁷¹ Haastattelu 5, 2 ja 6.

⁹⁷² Haastattelu 13, 9.

⁹⁷³ Kaikilla Tajuavan työtavan ryhmän psykoterapeuteilla psykodynaaminen koulutus on käyty Therapeia-säätiössä. Myös haastateltava 10, jolla on molempien viitekehysten koulutus, on käynyt psykodynaamisen koulutuksensa Therapeiassa. Tämä ei sinänsä kerro vielä siitä, onko koulutusyhteisöjen suhteen eroa, koska yhdeksän aineistoni psykoterapeuttia on kouluttautunut Therapeia-säätiössä ja ainoastaan kaksi muissa koulutusyhteisöissä.

Taulukko 8.2. Kognitiivisten ja psykodynaamisten psykoterapeuttien lukumäärät. (N = 20)

	Etäiset	Tutkivat	Tajuavat
Kognitiiviset psykoterapeutit	3	5	1 (molempien viitekehysten koulutus)
Psykodynaamiset psykoterapeutit	1	6	4
Yhteensä	4	11	5

Tutkimukseni valossa näyttää siltä, että psykodynaamiset psykoterapeutit kokevat toisen ihmisen kokemusta Pyhästä intiiminä ja psykoterapian interventioiden kannalta kajoamattomana alueena enemmän kuin kognitiivisten psykoterapioiden edustajat. Etäisten psykoterapeuttien ryhmän kognitiivisten psykoterapeuttien painotus viittaa myös psykoterapioiden viitekehysten lähestymistapojen eroon. Perusajatuksena kognitiivisen psykoterapiaperheen hoidoissa on se, että ajatukset ja tunteet liittyvät toisiinsa ja muokkaamalla ajatuksia joustavampaan suuntaan saadaan aikaan muutosta myös tunnekokemuksessa.⁹⁷⁴ Potilaan ajatuksia ja toimintatapoja analysoidaan varsin konkreettisella tavalla esimerkiksi käsitteellistämisen avulla. Käsitteellistäminen tehdään usein fläppitaululle.⁹⁷⁵ Psykoterapiassa tehdään myös yhdessä erilaisia harjoitteita. Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivuilla kuvataan työskentelytapaa näin:

*Terapeutti perehdyttää asiakkaan valitun hoitomuodon tapaan ymmärtää psyykkisiä vaikeuksia sekä terapian peruskäsitteisiin ja työtapoihin. Näin asiakas ja terapeutti pystyvät tekemään mahdollisimman tasavertaista yhteistyötä.*⁹⁷⁶

Työtapa kognitiivisen psykoterapiaperheen hoidoissa etenee niin päin, että potilasta opetetaan ymmärtämään sairauttaan ja psyykkisiä vaikeuksiaan valitun psykoterapiamuodon mukaisesti. Kognitiivisen perheen psykoterapeutti on aktiivinen kyselijä ja jopa ihmettelijä, joka tarjoaa vaihtoehtoisia merkityksiä potilaan oireille ja käyttäytymiselle.⁹⁷⁷ Psykoterapiassa tapahtuu siten tavallaan liike siihen suuntaan, että potilaan pulmat nimetään ja kategorisoidaan viitekehysten teoriaraamiin sopiviksi.

Psykodynaamisessa psykoterapiassa tulokulma potilaan tilanteeseen on tunne-elämän ja ihmissuhteissa elämisen tavan tarkastelussa. Potilaan transferenssisuhde psykoterapeuttiin on ensisijainen hoidon työkalu. Hoitosuhteen vuorovaikutus on siten erilainen. Psykodynaaminen psykoterapeutti elää tunnesuhteessa potilaaseensa, ja yrittää tavoittaa tämän sisäistä maailmaa ja hänen merkityksiään. Leena Lähdeoja kuvaa psykoterapeutin asennetta näin:

Pidättyvyydestä käsin terapeutin huolenpito potilasta kohtaan on toisenlaista kuin muiden. Hän ei puutu asioihin, ei ohjaa, ei neuvo, vaan antaa tilaa, ottaa vastaan, kulkee mukana, elää yhdessä, auttaa löytämään, tarvittaessa selventää. Hän luot-

⁹⁷⁴ Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivut.

⁹⁷⁵ Käsitteellistäminen on potilaan kanssa tehty hahmotelma, työoletus siitä, mistä tämän ongelmassa on kyse. (Karila & Holmberg 2008, 50.)

⁹⁷⁶ Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen internetsivut.

⁹⁷⁷ Kuusinen 2011, 40–41.

*taa siihen, että potilas tekee itse omat päätelmänsä ja ratkaisunsa ja että potilas voi kasvaa yhä vaikeamman ja syvemmän vastuun omaksumisessa omasta elämästä.*⁹⁷⁸

Näin psykodynaamisessa psykoterapiassa koetetaan saada potilaalle itselleen mahdollisimman syvä ymmärrys hänen sisäisestä maailmastaan. Hoidossa tavoitellaan ymmärrystä siitä, mitä asiat ja erilaiset objektit juuri hänelle ja hänen elämässään merkitsevät. Psykoterapian liike tapahtuu kategorioista poispäin.

Itse ajattelen tästä viitekehysten erosta tutkimukseni valossa niin, että psykodynaaminen psykoterapeutti on vapaampi pääsemään yhteyteen potilaansa mielenmaailman sisällön kanssa. Psykodynaamisessa psykoterapiassa ei ohjata potilasta tiettyjen käsitteiden tai teorioiden maailmaan. Silloin on tilaa myös sille, että potilas voi viipyä oman jumalasuhteensa ytimessä, vaikka tälle ei löytyisikään mitään sanoja tai ilmaisuja. Rudolf Otton mukaan toiselle ihmiselle ei voi suoraan opettaa, neuvoa tai ohjata, millainen hänen numinous-kokemuksensa on, mutta toista voi herätellä itse kokemaan tätä.⁹⁷⁹ Käsitykseni mukaan Tajuava psykoterapeutti tekee juuri tätä.

⁹⁷⁸ Lähdeoja 1981, 311.

⁹⁷⁹ Otto 1923, 7.

9 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole asteikkoja tai mittareita toisin kuin määrällisen tutkimuksen arviointiin. Luotettavuuden arvioinnin tulee tästä syystä kohdistua koko tutkimusprosessiin.⁹⁸⁰ Tutkimuseettinen neuvottelukunta määrittelee tutkimusprosessin avoimuuden kuuluvan tieteellisen tiedon julkaisemiseen.⁹⁸¹ Tähän avoimuuteen pyrkien olen omassa tutkimusprosessissani avannut mahdollisimman tarkasti sitä määrittäneet teoreettiset ja menetelmälliset käytännöt sekä aineiston analyysin eri vaiheet. Tällä tavalla lukija voi itse arvioida käyttämäni teoreettisten näkökulmien, menetelmien ja aineistosta tehtyjen johtopäätösten sisäistä loogisuutta ja johdonmukaisuutta.⁹⁸² Tätä olen pyrkinyt varmistamaan lisäksi sillä, että olen ottanut lähdeaineistosta varsin paljon suoria sitaatteja tutkimusraporttiini. Näin lukija itse voi verifioida tekemäni johtopäätökset ja arvioida päätyisikö hän sitaattien pohjalta samoihin päätelmiin.

En ole pyrkinyt tässä laadullisessa tutkimuksessani löytämään objektiivisia tai yleistettävissä olevia totuuksia psykoterapian tai pastoraalipsykologian alueelta. Olen sen sijaan esittänyt niitä sävyjä, joita liittyy uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa työskentelyyn psykoterapiassa tutkimalla psykoterapian teoreettista settingiä sekä potilaan ja psykoterapeutin välistä suhdetta ja heidän vuorovaikutustaan psykoterapeutin näkökulmasta katsoen. Haastattelemani psykoterapeutit ovat kertoneet omista kokemuksistaan nouseita näkökulmia. He ovat kuvanneet potilaidensa kertomia kokemuksia ja sitä, mitä tuntemuksia, muistoja ja mielteitä nämä potilaiden kertomukset ovat heissä itsessään herättäneet. Kyseinen tutkimus kohdistuu siten ihmisten suhteeseen omaan elämäntodellisuuteensa ja heidän kokemuksilleen antamiin merkityksiin.⁹⁸³

Vaikka suoranaiseen yleistettävyyteen ei laadullisessa tutkimuksessa päästä, voidaan kuitenkin myös laadullisen tutkimuksen tulosten ajatella koskevan laajemminkin niitä ilmiöitä, joita on tutkittu.⁹⁸⁴ Tämä tulosten laajentaminen perustuu siihen, että tutkimuksessa esille nousevien ilmiöiden selitysmallit kumpuavat mahdollisimman hyvin sen perustana olleesta empiirisestä aineistosta. Tämä tulosten vahvistuvuus laadullisessa tutkimuksessa tarkoittaa, että tehdyt tulkinnat saavat tukea toisista vastaavia ilmiöitä tarkastelleista tutkimuksista.⁹⁸⁵ Olen ottanut tätä näkökulmaa huomioon siten, että olen verrannut empiirisen aineiston pohjalta nousevia johtopäätöksiä muihin tutkimuksiin etsien samalla selittäviä tekijöitä näissä ilmeneville eroille ja yhteneväisyyksille.

⁹⁸⁰ Eskola & Suoranta 1998, 152.

⁹⁸¹ Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012, 6. Internetaineisto.

⁹⁸² Eskola & Suoranta 1998, 156–158.

⁹⁸³ Laine 2001, 26–27.

⁹⁸⁴ Alasuutari 2011, 244–247.

⁹⁸⁵ Eskola & Suoranta 1998, 153.

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden arvio keskittyy tutkijan omien käsitysten ja tehtyjen tutkimusvalintojen mahdollisimman tarkkaan avaamiseen. Olen paneutunut tähän tutkimusprosessin luotettavuuden arvioinnin näkökulmaan jo tutkimuksen johdantokappaleessa, jossa olen tarkastellut omaa arvomaailmaani, ammattikoulutusteni vaikutuksia ja muodostamiani käsityksiä suhteessa psykoterapiaan ja teologiaan ja teologiassa erityisesti pastoraalipsykologiaan. Olen jättänyt oman kokemuksellisen uskonnollisuuteni ja hengellisyyteni vaikutuksen tarkastelun tähän lukuun. Oma uskoni sellaiseen Jumalaan, jonka kanssa eletään syvässä, elävässä, persoonallisessa ja molemminpuolisessa vuorovaikutussuhteessa, on varmasti vaikuttanut oleellisella tavalla tutkimusprosessiini. Jo se, että olen lähtenyt asiaa näin perusteellisesti tutkimaan, juontaa juurensa kipuun, jota koen kuullessani entisten ja nykyisten psykoterapiapotilaiden kertomuksia, ettei heidän uskonnollisen tai hengellisen maailmansa tarkastelu ole mahtunut psykoterapiaan, kuten mikä tahansa muu mielensisältö. Tällainen rajaava vastaanotto on kapeuttanut heidän prosessiaan, ja he ovat ehkä joutuneet hakeutumaan uuteen psykoterapiaan. Tämä oma uskonnollisuuteni on vaikuttanut minuun tutkijana. Toisaalta olen pyrkinyt ottamaan tutkijalta vaadittua etäisyyttä tutkimuskohteeseeni ja olen mielestäni kyennyt tarkastelemaan myös sitä, miten uskoa, uskonnollisuutta ja hengellisyyttä käytetään vääristyneesti, defensiivisesti ja manipulatiivisesti. En myöskään ottanut haastateltavakseni sellaisia psykoterapeutteja, jotka tunsin henkilökohtaisella tasolla tai heitä, joiden kanssa olin aiemmin puhunut tutkimukseni teema-alueista vuorovaikutteisesti.

Olen selvittänyt tutkimukseni luotettavuutta myös aineistonkeruuprosessiin liittyen alaluvussa 3.2.1. Aineistossani on sellainen vinouma, että kaikki haastattelemani psykoterapeutit suhtautuvat melko myönteisesti – tai ainakin neutraalisti – uskonnollisen ja hengellisen aineksen tarkasteluun psykoterapiassa. Tutkimukseni luotettavuutta ja kokonaisuutta näiden aihepiirien tarkastelusta ja käsittelystä psykoterapioissa olisi laajentanut se, että olisin saanut haastateltavakseni myös näiden aihepiirien tarkasteluun ja jäsentelyyn psykoterapiassa kriittisesti suhtautuvia psykoterapeutteja. Yritin useita kertoja tällaisia psykoterapeutteja tavoittaa siinä onnistumatta. Ajattelen, että kriittisesti näiden aiheiden tarkasteluun suhtautuva psykoterapeutti olisi tuonut tutkimukseeni perusteluitaan siihen, miksi näitä asioita ei voi hoitoon tuoda. Olisi ollut mielenkiintoista kuulla, ovatko perustelut enemmän psykoterapian teoriaan ja historiaan vai psykoterapeuttiin itseensä liittyviä.

Toinen tutkimuksessani ilmenevä epäsymmetrisyys liittyy psykoterapioiden viitekehysiin ja tässä erityisesti psykodynaamisen psykoterapian painotuksiin. Se, että kognitiiviset psykoterapiat ovat varsin heterogeeninen ryhmä, on vaikuttanut selkeästi tutkimukseeni. Näin on esimerkiksi ollut mahdoton määrittellä kaikille yhteisiä kognitiivisen psykoterapian peruskäsitteitä, jotka koskisivat psykoterapian settingiä ja potilaan sekä psykoterapeutin välistä suhdetta samalla tapaa kuin psykodynaamisen psykoterapian osalta.

Haastatteluihin perustuvan tutkimukseni luotettavuuden pohjana on, että haastateltavani ovat olleet rehellisiä. Itse asiassa täytyy olettaa, että haastattelemini psykoterapeuttien potilaat ovat myös olleet kertomuksissaan rehellisiä. Näinhän tietenkin yleensä psykoterapiassa on. Onneksi kokemustiedon alueella ei voidakaan löytää objektiivisia totuuksia vaan kunkin ihmisen kokemustieto on subjektiivisella tavalla

hänelle totta. Wilfred Bionin mukaan psykoterapian ilmapiiri on ainoa tosiseikka, johon psykoterapeutti voi työskentelynsä perustaa.⁹⁸⁶ Myös pastoraalipsykologian teorianmuodostuksessa tämä kokemustieto on keskeinen elementti.⁹⁸⁷

Omaista mielestäni tekemiäni haastattelujen ilmapiiri oli luottamuksellinen ja rehellinen. Yhteys haastateltaviin syntyi nopeasti. Ammattitaitoni psykiatrian erikoislääkärinä ja psykoterapeuttina toi haastatteluihin luontevaa ja rauhallista ilmapiiriä. Tällä ammattitaidolla tarkoitan sitä, että osaan haastatella ihmisiä heille tärkeistä ja merkityksellisistä aiheista. Ja sellaisistakin aiheista, joista yleensä on vaikea puhua. Suurin osa haastatelluista oli myös selkeästi kiinnostunut tutkimukseni aihepiireistä ja toi tämän haastattelussa esiin. Heidän kiinnostuksensa ja innostuksensa herätti minussakin samoja tunteita. Tämä innostuneisuus viritti myös haastattelujen tunnelmaa positiiviseen suuntaan.

Haastateltavat olivat tietoisia kaikista ammatillisista koulutuksistani. Muutama heistä kysyi minulta, miten itse koen näiden aiheiden kanssa työskentelyn. Näistä aiheista keskustelin useiden haastateltavien kanssa vuorovaikutuksellisemmalla tavalla varsinaisten haastattelujen jälkeen. Jotkut haastateltavat kysyivät viitteellisemmin sitä, miten itse mahdan uskonnollisuutta ja hengellisyyttä teologi-psykoterapeuttina käsitellä. Erityisesti koin tämän kysymyksen liikkuvan sen alueella, ymmärrätkö itse riittäväällä tavalla oman uskovaisuuteni vaikuttavan työhöni? Esimerkiksi haastateltava 17 painotti, ettei tätä työtä tehdessä voi mikään fundamentalisti olla.⁹⁸⁸ Lääkäripsykoterapeutti, haastateltava 14 kysyi työskentelytavoistani, ja erityisesti siitä, miten papin työn julkinen olemus vaikuttaa psykoterapeutin työhöni. Tässä oli myös ristiriitaisuutta siinä, että haastateltava mielsi toisaalta olevan potilaille hyväksi, jos he tietävät minun olevan pappi ja toisaalta hän oli juuri potilasvinjetin kautta tuonut esille sitä kuinka pelottavaa potilaalle olisi uskoansa esiintuova psykoterapeutti.⁹⁸⁹ Tämä kertonee myös tutkimieni ilmiöiden monimuotoisuudesta ja jännitteisyydestä.

Usea haastateltava kertoi, että haastattelupyynnöni oli herättänyt heidät ajattelemaan ja pohtimaan uskonnollisen, ja hengellisen materiaalin moninaisuutta psykoterapiassa. Kaksi psykoterapeuttia kertoi keskustelleensa juuri haastattelupäivänä potilaiden kanssa näistä teemoista.⁹⁹⁰ Siten tutkimuksellani oli suoraakin herättävää vaikutusta tutkia ja jäsentää omia ajatuksia ja suhtautumista näihin aihepiireihin. Monet psykoterapeutit kokevat, että mielenkiinto ja innostus psykologian ja teologian alueiden vuorovaikutukseen toinen toisensa kanssa on selkeästi kasvanut meilläkin viime vuosien kuluessa.

Jos nyt tekisin uudelleen tutkimushaastatteluja, niin kysyisin joitakin psykoterapeuttien koulutuksiin liittyviä asiatietoja tarkemmin. Tällaisia olisivat esimerkiksi psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeuden tarkka vuosiluku. Sen lisäksi pyytäisin heitä vielä tarkemmin erittelemään, kuinka kauan he ovat työskennelleet niin, että työssä on ollut mukana psykoterapeuttisia elementtejä ja toisaalta, kuinka kauan he ovat työskennelleet nimikesuojattuina psykoterapeutteina. Näin vertailu todellisen

⁹⁸⁶ Bion 1988b, 17.

⁹⁸⁷ Kettunen 1994, 9–11.

⁹⁸⁸ Haastattelu 17, 7.

⁹⁸⁹ Haastattelu 14, 3.

⁹⁹⁰ Haastattelut 14 ja 16.

tehdyn psykoterapiatyön osalta olisi tullut luotettavammaksi.

Haastattelemieni kognitiivisten psykoterapeuttien koulutustausta on heterogeenisempi kuin psykodynaamisten psykoterapeuttien (vertaa taulukot 3.5 ja 3.6). Haastateltujen joukossa on kognitiivis-behavioraalisen, kognitiivisen ja kognitiivis-analyttisen psykoterapian edustajia. Haastattelemieni kognitiivisten psykoterapeuttien koulutusyhteisöt olivat myös heterogeenisiä – vain kaksi psykoterapeuttia ilmoitti täsmälleen saman koulutusyhteisön. Jos haastattelisin uudelleen psykoterapeutteja, niin ottaisin tämän asian edelleen tarkempaan jäsentelyyn tai keskittyisin ehkä yhteen kognitiivisten psykoterapioiden perheen viitekehykseen. Mielenkiintoinen seikka haastatteluissa kuitenkin oli, että kaikkien haastateltavien käyttämä termistö ja käsitteet psykoterapiasta olivat samoja riippumatta viitekehyksestä. Tämä liittyyne myös siihen, että kahdeksalla haastattelemallani kognitiivisella psykoterapeutilla on terveydenhuoltoalan peruskoulutus. Ihmisen persoonallisuuden sekä mielen kehitys kuvataan terveydenhuoltoalan koulutuksissa käsittein ja termein, jotka juontavat juurensa psykoanalyttiseen teoriaan.

Kolmas asia, jota olisi haastatteluissa pitänyt tarkemmin eritellä, ovat uskonnolliset ja hengelliset aiheet. Käsittelin näitä teemoja haastattelussa liiaksi yhtenä kokonaisuutena. Nimenomaan uskonnollisuus on se käsite, joka eriytyy varsin selvästi. Tätä tarkkarajaista uskonnollisuutta (puhetta Jumalasta, synnistä, sovituksista, dogmeista ja oikeasta opista) psykoterapeutit ovat jopa selkeästi rajanneet pois käsittelyn piiristä työssään, vaikka toisaalta ajattelevatkin eräänlaisen hengellisyyden kuuluvan ihmisen ominaisuuksiin yleensä ja siten kaikkeen arkiseen elämään. Näin nähtynä sitä olisi jopa mahdoton rajata pois käsittelystä. Haastateltavani ovat siten haastattelun kuluessa puhuneet työtavoistaan erilaisista näkökulmista käsin, ja tästä on ajoittain syntynyt sisäistä ristiriitaa kertomukseen. Tämän pulman olen kuitenkin huolellisella sisällönanalyysillä kyennyt ohittamaan niin, että aineistossani uskonnolliset, ja hengelliset teemat on eritelty (vertaa luku 5.1). Myös norjalaistutkijoiden mukaan psykiatrisessa työssä on hedelmällisempää ja avoimempaa puhua eksistentiaalisista kysymyksistä tai maailmankuvasta kuin uskonnollisuudesta tai hengellisyydestä.⁹⁹¹

Tutkimukseni luotettavuuden arvioissa aineiston analyysiprosessi nousee keskeiselle sijalle. Avointen haastattelujen luonteeseen kuuluu, että siinä ei ole selkeitä kysymys – vastaus – sekvenssejä, vaan kerronta on polveilevaa, pohtivaa ja entisiin teemoihin uudessa valossa palaavaa. Annoin haastatteluissa informanteille myös selkeästi aikaa ja tilaa hakea sanoja ja ajatella sanottavaansa. Tällä tavalla tehtyyn haastatteluun tulee väistämättä myös enemmän ristiriitoja ja jännitteitä, koska asiat ja tapahtumat palaavat vähitellen haastateltavan mieleen. Oman sukupuoleni vaikutus haastatteluihin ilmeni niin, että miespsykoterapeuteille annoin naisia enemmän aikaa ja tilaa puhua näkemyksistään. Aineistoni miespsykoterapeuttien haastattelut ovat pidempiä (naisten haastatteluissa keskimäärin 3994 sanaa ja miesten 5227).

Aineistoni polveilevuus vaikutti niin, että sisällönanalyysin analyysiyksiköitä, alakategorioita ja kategorioita on täytynyt todella etsiä tekstin lomasta. Myös psykoterapian olemus, se, että molemmat osapuolet vaikuttavat aktiivisesti prosessiin, tuo sen

⁹⁹¹ Ulland & DeMarinis 2014, 592.

tarkasteluun ja tutkimukseen omaa vaikeuttaan. Psykoterapia on Thomas Ogdenin mukaan eletty emotionaalinen ilmiö, jota ei sen olemuksen vuoksi voi kääntää, tuottaa siitä transkriptiota, nauhoittaa, ymmärtää, selittää tai pukea sitä sanoiksi.⁹⁹² Tätä sanoiksi pukemista olen kuitenkin tutkimuksessani tehnyt.

Ajattelen, että haastattelujen ja niiden analyysin osalta omat ammatilliset koulutukseni lääketieteen ja teologian alalta sekä työkokemukseni psykiatrina ja psykoterapeuttina ovat olleet tutkimukselle eduksi. Osaan ammattitaitoni kautta myös kysyä asioista, jotka ovat komplisoituja. Oletan myös huomaavani erilaisia psykoterapian teoriaan ja käytäntöön liittyviä seikkoja tarkemmin kuin sellainen tutkija, jolla ei vastaavaa ammatillista taustaa ole. Olen keskittynyt aineiston analyysiprosessissa kuitenkin siihen, mitä haastateltava sanoo enkä siihen, miten muistan hänen asian sanoneen. Tekemäni analyysiprosessi on kuitenkin tästä polveilevuudesta huolimatta tai juuri siitä syystä ollut kattava ja perusteellinen. Ensinnäkin litteroin haastattelut itse, ja toisaalta luin skriptit huolellisesti niin, että minulle muodostui sekä selkeä kokonaiskuva aineistosta että selkeä kuva jokaisesta yksittäisestä haastattelusta. Poimin yksittäin erilaiset analyysiyksiköt oman alakategoriansa alle. Tarkastin vielä sen, että samaa analyysiyksikköä ei tullut luokitelluksi useampaan alakategoriaan. Tämä oli välillä varsin haastavaa, koska psykoterapiaprosessissa esimerkiksi settingin vaatimukset liittyvät läheisellä tavalla transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöihin.

⁹⁹² Ogden 2004, 857.

10 Johtopäätökset

10.1 KESKEISET TUTKIMUSTULOKSET

Olen edellä selvittänyt, miten suomalaiset psykoterapeutit käsittelevät potilaidensa uskonnollista ja hengellistä materiaalia. Kyseisen aineksen käsittely on monitahoista, kuten kaiken muunkin materiaalin työstäminen psykoterapiassa. Psykoterapiaprosessin aikana tapahtuu asioita monella eri tasolla ja psykoterapeutti osallistuu itse aktiivisesti tähän vuorovaikutukseen. Psykoterapeutti tekee koko ajan ratkaisuja ja valintoja siitä, mitä hän nostaa potilaansa materiaalista yhteisen tarkastelun kohteeksi. Osa hänen valinnoistaan ovat tietoisia ja osa tiedostamattomia. Mitä vapaammin psykoterapeutti pystyy käsittelemään kaikkea omaa mielensisältöään, sitä syvemmin hän voi myös osallistua potilaansa mielenmaiseman tarkasteluun vapaan assosiaation periaatteella. Psykoterapeutin työskentelyn kehittämistä ajatellen olisi aina parempi, mitä tietoisemmalla tavalla ja tasolla oman itsensä suhteen hän työskentelee.

Johdantoluvussa lainasin koulutusanalyttikko Pentti Ikosen sanoja uskonnollisen aineksen ja psykoterapian suhteesta. Ikosen näkemyksen mukaan uskonnollisten ja hengellisten aiheiden käsittelyn mahdollisuus psykoterapiassa liittyy nykyisin enemmän psykoterapeutin henkilöön kuin hänen edustamaansa teoreettiseen viitekehukseen. Oma tutkimukseni on vahvistanut tätä näkemystä. Tutkimustulosteni mukaan on perusteltua väittää, että psykoterapeutin on oleellisen tärkeää olla mahdollisimman tietoinen, mitä kaikkea hänessä itsessään uskonnollinen ja hengellinen materiaali ja mielensisällöt nostavat esiin. Se on tärkeää, koska näiden käsitystensä ja näkemystensä perusteella hän tekee valintoja työssään ja yleensä ottaen työskentelee. Oman uskonnollisuuden ja hengellisyyden tarkastelu ja näihin kysymyksiin liittyvien aineksien jäsentely on siten tärkeää myös psykoterapeutille.

Kaikki haastattelemani psykoterapeutit suhtautuivat myönteisellä tai ainakin neutraalilla tavalla siihen, että uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä voi tarkastella hoidoissa. En saanut haastateltavakseni yhtään psykoterapeuttia, joka suhtautuu näihin aihepiireihin psykoterapiatyössä kategorisella tavalla kielteisesti. Ajattelen, että heillä olisi myös tutkimukseni yhteydessä ollut tilaisuus perustella näkökantojaan siitä, miksi näitä aihepiirejä ei voi tuoda psykoterapiaan. Aineistoni on siis tässä suhteessa vinoutunut, ja vinouma puolestaan vaikuttaa siihen, millä tavalla tutkimukseni tuo psykoterapiahoitojen ilmiötä esiin. Tästä aineistoni vinoutumasta huolimatta tutkimustuloksissa on nähtävissä selkeästi eri tavalla näitä aihepiirejä lähestyviä työtapoja.

Väitöskirjassani esittelin tiiviillä tavalla tutkimukseeni liittyvien psykoterapeuttien viitekehysten tärkeimpiä käsitteitä ja määritteitä sekä psykoterapian olemusta. Keskityin kuvailemaan psykoterapian olemusta sellaisena kuin se omassa aineistosani tulee esiin. Psykoanalyttisen psykoterapian osalta keskityin brittiläisen objektiivisuhdeteorian esittelyyn. Tämä lähestymistapa korostaa ihmisen olevan objektiivisuhteeseen hakeutuva syntymästä saakka. Samoin objektiivisuhdeteoreettisessa ajattelussa

on tärkeää psykoterapeutin aktiivinen osallistuminen vuorovaikutukseen. Aineistoni kognitiiviset psykoterapeutit määrittivät psykoterapian puitteita ja vuorovaikutusta myös käsittein, jotka ovat peräisin psykoanalyttisesta psykoterapiasta. Tämä johtuu osaksi siitä, että kognitiivisen psykoterapian perheen erilaisilla psykoterapian muodoilla ei ole yhteisiä omia käsitteitä. Osaksi tämä johtuu siitä, että useissa terveydenhuoltoalan ammatillisissa peruskoulutuksissa ihmisen psyykkistä kasvua ja kehitystä kuvataan käsittein ja termein, jotka ovat peräisin psykoanalyttisesta teoriasta.

Psykoterapian eetokseen kuuluu, että potilas voi puhua ja hänen edellytetäänkin puhuvan vapaasti kaikesta siitä, mitä hänen mielessään liikkuu, riippumatta siitä, mitä hänen psykoterapeuttinsa kyseisistä aihepiireistä ajattelee, tuntee ja kokee. Ideaalissa tilanteessa psykoterapeutti on potilaansa apuna kaikessa hänen mielensisältöjensä jäsentämisessä ja tutkimisessa. Joidenkin aihepiirien kategorinen rajaaminen käsitteilyn piiristä on siten selkeästi vastoin psykoterapian peruseetosta. Samalla se on hoidon kannalta eettinen ongelma, jos potilaan on jätettävä joitakin omaan olemiseensa tiiviisti liittyviä asioita pois psykoterapian piiristä. Samalla lailla olisi pulmallista, jos psykoterapeutti ei voisi toimia potilaan apuna esimerkiksi tämän sukupuolisuuden alueen asioiden tai jonkun tietyn ihmissuhteen jäsentämisessä omista kipeistä kokemuksistaan ja ennakkokäsityksiin johtuen. Tästä syystä on ollut mielekästä tuoda esiin ilmiöitä, jotka liittyvät uskonnollisten ja hengellisten aihepiirien esiintuomiseen ja tarkasteluun psykoterapiassa. On ollut tärkeä tutkia niitä ilmiöitä, jotka liittyvät psykoterapeuttien vaikeuteen tarkastella näitä aihepiirejä potilaansa materiaalissa. Tutkimuksessani käytin seuraavaa viittä tutkimuskysymystä:

1. Miten psykoterapeuttikoulutusten kolme osatekijää ja psykoterapeuttien omat uskonnolliset tai hengelliset kokemukset vaikuttavat heidän työskentelytapoihinsa?
2. Millä tavalla psykoterapeutit määrittelevät uskonnollisia tai hengellisiä mielensisältöjä ja kuinka paljon näitä aihepiirejä hoidoissa käsitellään?
3. Millä tavalla potilaiden hengellisissä yhteisöissä elämisen kokemukset tulevat psykoterapioissa esiin?
4. Miten psykoterapian setting sekä transferenssin ja vastatransferenssin ilmiöt vaikuttavat työskentelyyn uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa?
5. Millä tavalla psykoterapeuttien työskentelytavat ovat muuttuneet uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa työskenneltäessä?

Tutkimani ilmiöt tapahtuvat sisäkkäisesti ja toinen toisiinsa vaikuttaen niin, etten voi tarkkaan osoittaa, mikä on syy ja mikä on seuraus. Tämä vaikeus osoittaa selkeitä kausaalisuhteita siirtyi myös kirjalliseen raporttiini niin, että en voi sanoa vastanneeni tutkimuskysymykseen N yksinomaan ja rajatusti tietyssä luvussa Y, vaan löydökset levittyvät kaikkiin tuloslukuihin. Tavallaan myös tulosluvut neljä ja viisi silloittavat ja valmistavat maaperää luvulle seitsemän, jonka katson olevan tutkimuksessani keskeisin. Kaikki tulosluvut liittyvät näin kiinteästi toisiinsa.

Pääasiassa vastasin tutkimuskysymykseen numero yksi luvussa neljä, jossa esittelin psykoterapeuttikoulutuksien uskonnollisen ja hengellisen aineksen sisältöjä ja

näiden aiheiden käsittelyä koulutushoitajien työnohjauksissa. Psykoterapeutit ovat kokeneet, että uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä on käsitelty vähän heidän kolmi-osaaisessa psykoterapeuttikoulutuksessaan. Kyseessä on pitkäaikainen trendi, koska aineistoni psykoterapeuttien valmistumisvuodet olivat välillä 1985 ja 2013. Sama ilmiö on näkyvissä sekä psykodynaamisten että kognitiivisten psykoterapeuttien koulutuksissa. Oma aineistoni on liian pieni varsinaisten yleistysten tekemiseen, mutta aineistoni psykoterapeuttien kertomukset kertovat kuitenkin kahdestakymmenestä psykoterapeuttien läpikäymästä koulutuksesta. Poikkeuksen tähän trendiin vähäisestä uskonnollisen ja hengellisen aineksen opetusmäärästä tekevät kahden psykoterapeutin koulutukset. He osallistuivat Itä-Suomen yliopiston ja Therapiea-säätiön yhdessä järjestämään psykoterapeuttikoulutukseen, jossa oli mukana pastoraalipsykologisia sisältöjä. Toinen informanteistani tosin totesi, että tuossakin koulutuksessa näitä aihepiirejä ehdittiin vain raapaista pinnalta.

Selvitin myös, millaisia toiveita ja odotuksia psykoterapeuteilla oli näiden aiheiden esilläoloon koulutuksissa ja työnohjauksissa. Enemmistö aineistoni psykoterapeuteista toivoi, että uskonnollista ja hengellistä sisältöä olisi koulutuksissa enemmän. Toiveet liittyivät sekä teorianäytämiseen että taidollisiin asioihin. He toivoivat myös mahdollisuutta puhua kollegojen kesken näistä aihepiireistä luottamuksellisesti ja työnohjauksellisesti. Näen näihin toiveisiin vastaamisen tulevaisuudessa psykoterapeutteja kouluttavien yhteisöjen perus- ja jatkokoulutushaasteena.

Luvussa viisi tarkastelin tutkimuskysymystä kaksi, eli sitä, miten haastateltavani määrittelevät uskonnollista ja hengellistä materiaalia ja kuinka paljon he ovat itse työskennelleet näiden aihepiirien kanssa. Aineistossani nousi erityisalueena esiin tutkimuskysymys kolme, eli psykoterapeuttien työskentely potilaiden tiiviiden hengellisten yhteisöjen kanssa. Näitä ilmiöitä tarkastelin luvussa kuusi. Mielestäni erityinen tutkimustulos oli, että potilaiden suhde tiiviisiin hengellisiin yhteisöihin oli yleensä ymmärretty psykoterapeuttisessa työskentelyssä heidän elämäänsä hyvin kokonaisvaltaisesti koskettavana kokemuksena.

Tutkimuskysymykseen neljä vastasin pääosin väitöskirjani luvussa seitsemän. Tässä luvussa tulee esiin psykoterapiaprosessien monimuotoisuus. Olen tuonut tässä luvussa esiin tutkimukseni aihepiireihin liittyvää syvää kokemuksellisuutta. Yleensä potilaan psykoterapiaan tuomat asiat herättävät myös psykoterapeutin mielen aktiivisesti liikkeelle. Silloin hänen omat asiansa, kuten hänen kasvuunsa ja elämänsä historiaansa liittyvät kokemuksensa heräävät eloon jälkikantoisuuden herättäminä. Nämä muistot ja mielikuvat saattavat vaikuttaa voimakkaastikin psykoterapeutin mieleen ja jopa hänen kykyynsä tehdä työtä. Psykoterapeutin tehtävä on silloin selvittää tätä omaa kokonaisvaltaista vastatransferenssiaan, jotta hän kykenisi työskentelemään potilaan kanssa parhaalla mahdollisella tavalla ja aina tämän prosessia edistäen.

Tutkimuskysymykseen numero viisi, eli psykoterapeuttien kokemaan muutokseen omissa työtavoissaan uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa keskityin alaluvussa 7.2.3. Työtapojen muutoksen kartoittaminen on tärkeää siksi, että se voi auttaa kehittämään työkaluja tulevien psykoterapeuttien käyttöön uskonnollisen ja hengellisen aineksen kanssa työskenneltäessä. Työtavat ja psykoterapiatyö muuttuvat alati sekä psykoterapeutin oman elämänsä historian että jokaisen potilaan myötä, mikä tuli esille kaikissa tulosluvuissa. Psykoterapia on elävää ja vuorovaikutuksellista toiminta-

taa, joka haastaa sen tekijää tarkastelemaan ja jäsentämään omia käsityksiään ja oletuksiaan jatkuvasti.

Persoonallisen Pyhän kanssa yhteydessä oleminen nousi tutkimuksessani erityisesti esiin. Tätä Pyhää en lähtenyt tutkimuksessani määrittelemään, koska kokemus on aina yksilöllinen. Haastateltavat kertoivat siitä, miten he itse kokevat Pyhän ja millä tavalla he lähestyvät potilaidensa kokemuksia Pyhän kanssa. Joidenkin haastateltavien kertomuksessa psykoterapia itsessään tai sen tärkeät elementit tuntuivat kokemuksellisesti pyhinä. Monen haastatellun oma kokemus persoonallisen Pyhän kanssa tekemisissä olostani mahdollisti ymmärryksen toisenkin kokemuksen syvyydestä. Tämä toisen hengellisen integriteetin kunnioitus ei näkemykseni mukaan rajoittanut muita mielensisältöjä psykoterapeuttisen käsittelyn piiristä.

10.2 TUTKIMUKSENI ESIINTUOMAT HAASTEET PSYKOTERAPIATYÖLLE JA PSYKOTERAPEUTTI- KOULUTUKSILLE

Tutkimukseni on tuonut esille, että potilaan uskonnollisia ja hengellisiä aiheita käsitellään vaihtelevalla tavalla suomalaisissa psykoterapioissa. Psykoterapeuttisesta settingistä huolehtiminen on erityisen tärkeä uskonnollisen, ja hengellisen materiaalin kanssa työskenneltäessä, koska nämä aihepiirit nostattavat usein voimakkaita tunteita molemmissa hoitosuhteen osapuolissa suuntaan tai toiseen. Psykoterapeutin oma suhtautuminen uskonasioihin tarjoaa psykoterapiatyölle mahdollisen ansan sekä silloin, kun hän itse uskoo että silloin, kun hän itse ei usko. Näissä molemmissa tilanteissa psykoterapeutti voi kytkeä oman mielensä liian kiinteästi tiettyyn tulkintahorisonttiin. Tämä estää ilmiöiden tarkastelun uudesta, tämän oman tulkintahorisontin ulkopuolisesta näkökulmasta.

Settingin osalta on yhtä suuri ongelma, jos psykoterapeutti kertoo potilaalle, että hänellä on uskonvakaumus tai että hänellä ei ole. Kumpikaan näistä vakaumuksista ei ole arvovapaa tai neutraali. Uskovan psykoterapeutin ongelma settingin suhteen on käsitykseni mukaan se, että hän olettaa tuntevansa potilaan uskonnollista ja hengellistä maailmaa tämän yksilöllisiin merkityksiin tutustumatta. Samalla tapaa tämä oletus tuttuudesta voi vaikuttaa potilaaseen niin, että hän kokee tarkemman merkitysten tarkastelun tarpeettomana. Tätä asetelmaa potilas voi myös käyttää defensiivisesti. Uskovan psykoterapeutin ja uskovan potilaan kohdalla on siten mahdollista, että syntyy me-olemme-yhtä –muotoinen suhde, jossa asioiden ja ilmiöiden kriittinen tarkastelu on mahdotonta. Silloin on myös mahdollista, että psykoterapeutti tarjoaa luettavaa tai tarkasteltavaa (oletetusti) jaetun uskonkäsityksen alueelta. Tämä on uskovan psykoterapeutin vastatransferentiaalinen ansa. Ei-uskovan psykoterapeutin vastatransferentiaalinen ansa taas on ääripäässään se, että hän pyrkisi ohjaamaan potilastaan luopumaan vakaumuksestaan ja omaksumaan hoidon kuluessa ateistisen asenteen.

Kaksi edellä kuvattua vastatransferentiaalista ansaa ovat ääripäitä. Psykoterapiatyössä teemme kuitenkin virheitä ja lankeamme erilaisiin ansoihin, ja näihinkin ansoihin lankeamisia olen myös tässä tutkimuksessa esitellyt. Työskentely

herättää tunteita myös psykoterapeutissa. Mitä perusteellisemmin psykoterapeutti tunnistaa kaikkea sitä, mitä hänessä itsessään hoitokontaktissa tapahtuu, sitä vastaanottavaisempi ja kokonaisempi hän on työssään. Siksi psykoterapeutin on työskenneltävä jatkuvasti oman mielensä ja erityisesti vastatransferenssinsa kanssa. Tämä on tärkeää, jotta näihin psykoterapeuttisen vuorovaikutuksen ansoihin lankeaminen olisi vähäisempää tai ainakin lyhytaikaisempaa. Tätä jatkuvaa oman vastatransferenssielämän tarkastelua edeltää psykoterapeutin oman transferentiaalisen materiaalin riittävä läpikäynti omassa psykoterapiassa ja sen jälkeenkin joko työnohjauksessa tai tarvittaessa jatkohoidossa, mikäli omat esiin nousseet ongelmat estävät psykoterapiatyöskentelyä.

Tutkimustulosteni perusteella korostuu näin psykoterapeutin työskentely itsensä kanssa. Asetan etualalle uskonnollisen ja hengellisen materiaalin transferentiaalisen ja psykoterapeutin kasvuhistoriaan liittyvän aineksen riittävän työstämisen tärkeyden, jotta hän voi pitää oman työvälineensä, mielensä, mahdollisimman avoimena potilaan kaikenlaisen materiaalin tarkastelulle. Samoin sen tarkastelu, mistä tulevat omien käsitysten ja määritteiden ainekset, on merkityksellistä. Näin toimittaessa ei ole väliä, minkälainen psykoterapeutin oma uskonkäsitys ja ymmärrys uskonasioista on.

Psykoterapeuttikoulutuksissa ei aineistoni mukaan ole tiedollisesti tai taidollisesti käsitelty uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä. Koulutushoitojen ilmapiirissä on sitä vastoin koettu, että näistä kysymyksistä on ollut mahdollista tarpeen mukaan puhua. Ainoastaan yksi informanteistani koki, että hänen koulutushoidossaan ei tähän ollut tai olisi ollut tilaa. Usein koulutushoitojen psykoterapeutit tai -analyttikot ovat samoja senioreita, joilla nuoremmat koulutettavat käyvät omien potilashoitajensa työnohjauksissa. He tosin käyvät eri henkilöllä omassa psykoterapiassa ja työnohjauksessa. Tässä tapahtuu mielenkiintoinen siirtymä niin, että vain viisi informanttiani kertoivat saaneensa jollakin lailla itseään ja työtään tukevaa palautetta tai ohjausta työnohjaajalta. Haastateltavat kertoivat jopa sellaisista kokemuksista, että he olivat pahoittaneet mielensä työnohjaajan kommentoinnista heidän sinne tuomaansa ainekseen ja kokeneet tämän eräänlaisena torjuntana. Sen jälkeen he olivat siirtyneet muihin, sallitumpiin puheenaiheisiin. On mahdollista, että tämä ilmiö kertoo siitä, että uskonnollisia ja hengellisiä teemoja opitaan vierastamaan psykoterapeuttikoulutuksen aikana.

Teoriaopinnoissa ei ole ollut uskonnollisia tai hengellisiä aihepiirejä lukuun ottamatta Itä-Suomen yliopiston (ensimmäisen koulutuksen aikana vielä Joensuun yliopisto) ja Therapiea-säätiön yhteistyössä toteuttamia psykoterapeuttikoulutuksia, joissa on integroitu mukaan pastoraalipsykologisia sisältöjä kahdeksan opintopisteen verran. Kolmas pastoraalipsykologinen psykoterapeuttikoulutus alkoi tammikuussa 2016. Lisäksi aineistoni kahdella informantilla oli vapaavalintaisten seminaarien sisältönä ollut Matti Hyrckin suhteessaolon perusmielikuvien teorian esittelyä.

Tiedon tarve tiiviiden hengellisten yhteisöjen vaikutuksesta ihmisen kasvuun, kehitykseen ja käsityksiin monella elämän alueella on ilmeinen. Ihmiset hakeutuvat paljon psykoterapeuttiseen hoitoon myös irtauduttuaan näistä yhteisöistä. Hengellisten yhteisöjen elämän varjopuolista on viime vuosina julkaistu monia suomenkielisiä tutkimuksia. Myös seksuaalisuuden kysymykset ja yhteisössä eläminen ovat usein sidoksissa toisiinsa. Häpeän problematiikka on uskonnollisten ja hengellisten kysymysten kohdalla samoin ilmeinen. Potilaiden kysymyksenä on usein: "Kelpaanko minä? Kelpaanko toiselle, itselleni, Jumalalle, yhteisölleni?"

Aineistossani tuli esiin pitkän työkokemuksen omaavien psykoterapeuttien tarve tutustua uskonnollisiin ja hengellisiin aihepiireihin sekä tiedollisen että taidollisen koulutuksen puitteissa. Haastateltavat esittivät myös toiveen foorumeista, joissa voisi keskustella ja jakaa kokemuksia luottamuksellisesti ja työnohjauksellisesti näistä aihepiireistä potilaiden ja ylipäänsä ihmisten elämässä. Näen tässä selkeän tarpeen psykoterapeuttien täydennyskoulutukselle. Uskonnollisen ja hengellisen aineksen pohtimiselle on selkeä kysyntä psykoterapiaan hakeutuvien ihmisten keskuudessa. Ne psykoterapeutit, joilla on teologin peruskoulutus, kertoivat kysynnän olevan suurta tällä alueella. Heille olisi hakeutumassa koko ajan enemmän potilaita kuin heidän on mahdollista ottaa vastaan.

Psykoterapeuttikoulutukset ovat siirtyneet yliopistojen vastuulle vuoden 2012 alusta lukien. Yliopistot järjestävät koulutuksia yhteistyössä aikaisemmin psykoterapeutteja kouluttaneiden koulutusyhteisöjen kanssa. Koulutusten järjestämistä edeltää kilpailutus. Uskonnollisten ja hengellisten aihepiirien integrointi opetussuunnitelmiin voi tulevaisuudessa lisääntyä, koska kiinnostus näiden aihepiirien olemassaoloon psykoterapeuttikoulutuksissa on kasvanut. Omassa tutkimuksessani kahdeksan psykoterapeuttia oli sitä mieltä, että näitä aihepiirejä olisi hyvä olla jossain määrin psykoterapeuttikoulutusten teoriaopetuksessa.

Uskonnollisten ja hengellisten teemojen integroiminen psykoterapeuttikoulutusten sisältöihin edellyttää tietotaitoa. Tätä tietotaitoa on jo valmiiksi teologisessa yliopistokoulutuksessa ja myös uskontotieteen alalla. Itä-Suomen yliopiston ja Therapieasäätiön psykoterapeuttikoulutus, jossa on integroituna pastoraalipsykologiaa osuuk- sia, on tässä suhteessa edelläkävijä. Aloitteen koulutuksen käynnistämiseksi tekivät Paavo Kettunen ja Matti Hyrck.

Vuoden 2011 toukokuussa aloitti toimintansa valtakunnallinen yliopistojen psykoterapeuttikoulutusten konsortio. Tämä on psykiatrian, lastenpsykiatrian, nuorisopsykiatrian ja psykologian oppiaineiden yhteistyöelin. Konsortion tarkoitus on seurata psykoterapeuttikoulutusten toteutumista ja pyrkiä siihen, että erilaisia koulutuksia on tarjolla valtakunnallisesti.⁹⁹³ Tämä konsortio määrittelee, että psykoterapeuttikoulutusta järjestävässä yliopistossa tulee olla lääketieteellisen tai psykologian alan koulutusvastuu. Lääketieteen ja psykologian lisäksi psykoterapeuttikoulutuksen suunnitteluun ja toteutukseen osallistuvista oppiaineiden edustajista ei konsortiolla ole suosituksia. Olisi kuitenkin luontevaa, että niissä yliopistoissa, joissa on edellä mainittujen lääketieteen ja/tai psykologian koulutusvastuun lisäksi teologinen koulutusvastuu (Helsingin yliopisto, Itä-Suomen yliopisto ja Åbo Akademi), otettaisiin se mukaan psykoterapeuttikoulutuksien suunnitteluun ja toteutukseen aiempaa systemaattisemmin. Toistaiseksi näin on toimittu vain Itä-Suomen yliopistossa, jonka psykoterapeuttikoulutuksen johtoryhmässä on myös teologian edustus.

⁹⁹³ Jyväskylän yliopiston psykoterapian opetus- ja tutkimuskeskus. Valtakunnallinen yliopistojen psykoterapeuttikoulutuskeskus. Internetaineisto.

10.3 JATKOTUTKIMUSHAASTEET

Tämä tutkimus tuo esille psykoterapiatutkimuksen tärkeyttä sen osalta, miten uskonnollisia ja hengellisiä aihepiirejä tutkitaan ja työstetään suomalaisessa psykoterapiassa. Psykoterapian tutkimus tulisi kuulua kiinteästi sen kehittämiseen käytännön työn ja psykoterapeuttikoulutuksen alueilla. Psykoterapeuttikoulutusten siirryttyä yliopistojen vastuulle vuonna 2012 niitä velvoittaa myös laadunvalvonta. Yliopistollisen opetuksen on aina perustuttava tieteelliseen tutkimukseen.

Jokainen tämän oman tutkimukseni psykoterapiasuhteen elementti: uskonnollisen ja hengellisen kysymysten määrittely, setting sekä transferenssi/vastatransferenssi-ilmiöiden monimuotoinen esiintyminen tarvitsisi oikeastaan oman laadullisen, ilmiöitä esiin nostavan tutkimuksensa. Erityisesti psykoterapeutin mielessään jatkuvasti tekemä vastatransferenssityö on mielenkiintoinen jatkotutkimushaaste. Se vaikuttaa paljon siihen, mitä asioita ja millä tavalla näitä asioita psykoterapiassa käsitellään. Uskonnollinen ja hengellinen materiaali herättää psykoterapiasuhteen molemmissa osapuolissa voimakkaitakin tunnereaktioita, erilaisia odotuksia, defensiivisyyttä ja pettymyksiä. Oman uskonnollisuuden ja hengellisyyden paljastaminen toiselle on erityisen intiimiä. Silloin on tärkeää, miten kyseinen puhe otetaan vastaan.

Vastatransferenssi määrittää myös osaltaan sen, miten psykoterapeutti kokee settingin, eli abstinenssin ja neutraliteetin vaateet. Vastatransferenssitunteiden kokonaisvaltainen käsittely psykoterapeutin mielessä on mielenkiintoinen prosessi. Kiinnostavaa tässä on se, millä perusteella psykoterapeutti päättää, verbalisoiko hän näitä vasteitaan potilaalle vai ei. Lisäksi olisi kiinnostavaa tietää, viekö psykoterapeutti tutkimukseni aihepiireihin liittyviä vasteitaan tai ylipäänsä vastatransferenssityöskentelyään työnohjaukseen. Voisiko työnohjaajan kykyä työskennellä uskonnollisen ja hengellisen materiaalin kanssa kehittää? Näitä teemoja voisi tutkia käytännön kliinisessä potilastyössä ja työnohjauksissa.

Olisi myös hedelmällistä tutkia tarkemmin psykoterapeutin ammatillisen peruskoulutuksen vaikutusta hänen työtapoihinsa. Omassa aineistossani lääkärit ja teologit olivat pohtineet eniten oman peruskoulutuksensa ja psykoterapeutin roolin välisiä jännitteitä. Näiden ammattiryhmien vertailu toisi nähtäväksi, mitä eri ammattiryhmien psykoterapeuteilla voisi olla toisilleen annettavaa moniammatillisten psykoterapeuttikoulutuksien aikana.

Transferenssi- ja vastatransferenssi-ilmiöiden luonne ja monella tasolla liikkuva defensiivisyys oman toiminnan tarkastelussa myös korkeammalla, koulutusyhteisön tasolla, on kiinnostava ilmiö. Erityisesti omakin koulutusyhteisöni, Therapiea-säätiö, on tässä suhteessa mielenkiintoinen. Martti Siirala perusti Therapiea-säätiön vaihtoehtona klassiselle psykoanalyysille, ja säätiön alkuvaiheissa toiminnassa oli mukana useitakin teologeja. Alkuperäinen therapeialainen idea on ollut, että ihminen on kohdattava kokonaisvaltaisesti ja ylisukupolvisesti, ja niin, että koko elämänkonteksti, ruumis, sielu ja henki tulevat huomioiduksi, nähdyksi ja kuulluksi. Mielenkiintoinen tutkimusaihe olisi siten, minkälainen tämä alkuperäinen suunnitelma koulutuksien asiasisällöistä on ollut ja on nykyään. Erityisesti olisi syytä tutkia onko hengellisyyden ja uskonnollisten kysymysten opiskelun ja tarkastelun tilalle tullut klassisen psykoanalyysin teoriaa vai muuta sisältöä? Näitä sisältöjä voitaisiin tutkia koulutusohjelmi-

en sisältöjä tarkastelemalla. Laadullista näkökulmaa tähän tutkimukseen toisivat 145 Therapeian eri analyytikkokoulutuksista valmistuneen⁹⁹⁴ joukossa tehdyt haastattelut.

Tutkimuksessani tulee potilaan näkökulma varsin vähän esiin, eikä oikeastaan ollenkaan suoraan heidän kertomanaan lukuun ottamatta lyhyttä analyysiani Hymy Kankaanpään omasta psykoterapiasta, josta hän kertoo kirjassaan. Potilaan näkökulmaa täytyisi siten tutkia ja tarkastella omassa tutkimuksessaan. Tutkimuksen aiheena voisi olla, miten he ovat kokeneet uskonnollisen ja hengellisen aineksen tulleen vastaanotetuksi psykoterapiassaan. Lisäksi olisi syytä kysyä, ovatko he valinneet psykoterapeuttinsa sillä perusteella, että voivat hänelle puhua uskonnollisesta ja hengellisestä elämästään ja tarkastella sitä hänen kanssaan.

Aineistossani tuli esiin se, että tarvetta tiiviiden hengellisten yhteisöjen lähipiirissä eläneiden ihmisten psykoterapiaan on paljon. Ihmiset irtaantuvat yhteisöstään ja myös luovat uudenlaisia suhteita yhteisöönsä. Nämä prosessit koskettavat syvältä ihmisten sosiaalisia suhteita ja hengellistä elämää. Erillinen tutkimusaiheensa olisi siten näiden sisältöjen tarkastelu ja sen selvittäminen, miten niitä psykoterapioissa työstetään ja olisiko tarvetta tiedon ja taidon lisäämiseen myös tällä alueella. Myös seksuaalivähemmistöihin ja tiiviisiin hengellisiin yhteisöihin kuuluvien ihmisten asiat ovat psykoterapiatyön kannalta erityinen alueensa. Onko psykoterapeuteilla valmiuksia hoitaa niitä ihmisiä, jotka ovat tulleet hengellisen yhteisönsä torjumaksi tai jopa hylkäämäksi seksuaalisen orientaationsa vuoksi?

Psykiatrian alueelta potilaiden uskonnollisuus ja hengellisyys erilaisten sairauksien yhteydessä olisi tutkittavien ilmiöiden joukossa. Voidaanko vetää suorja johtopäätöksiä siitä, että esimerkiksi psykoottisen ihmisen uskonnollisuus on aina myös vääristynyttä? Vai voiko uskonnollisuus toimia joskus myös voimavarana ihmiselle, jonka mieli on pirstoutunut, kuten Pertti Järvisen väitöstutkimus osaltaan osoitti. Myös psykoterapeutin vastatransferenssi tällaisessa tilanteessa on mielenkiintoinen. Vaikuttaako psykoterapeutin tekemä tasodiagnostiikka (psykoosi-, rajatila- vai neuroottistasoinen henkilö) siihen, millä tavalla hän kohtaa potilaansa uskonnollista tai hengellistä puhetta?

Psykoterapiaan hakeutumisen vaihe on erityinen suhteessa uskonnollisiin ja hengellisiin aiheisiin. Onko yleistä, että psykoterapian arviointivaiheessa käydään keskustelua siitä, miten psykoterapeutti näiden aihepiirien kanssa yleensä työskentelee? Jos tällaista keskustelua psykoterapian arviointivaiheessa käydään, olisi kiinnostavaa tietää, mitä psykoterapeutti siinä tilanteessa kertoo työtavoistaan ja itsestään. Tässä keskustelussa on kyse suoraan settingin määrittelystä.

Mindfulness-ajattelun integroituminen kognitiiviseen psykoterapiaan siten, että kaikki hengellinen on yritetty karsia pois, on jännittävä ilmiö. Mindfulness on yksi meditaation muoto, jonka juuret ovat buddhalaisuudessa. Näen pulmallisena ilmiön, jossa psykoterapian käyttöön otetun menetelmän tai työkalun historiallinen juuri ohitetaan tai sivuutetaan. Jatkotutkimushaasteena on, miten tietoisuustaitoja työskentelynsä ottanut psykoterapeutti näitä menetelmän uskonnollisia juuria lähestyy ja onko menetelmän uskonnollisella alkuperällä mitään merkitystä hänelle. Teologin

⁹⁹⁴ Therapeia-säätiön internetsivut. Vuoden 2011 elokuuhun mennessä valmistuneiden psykoanalytikoitten määrä on 145.

näkökulmasta on mielenkiintoista se, miksi idästä tuleva perinne on hyväksytty osaksi kognitiivista psykoterapiaa ja samalla koetaan selkeää vierastamista kaikkea tutusta kristillisestä perinteestä nousevaa kohtaan? Kristillisessä perinteessä on myös syviä mietiskelyn ja kontemplatiivisen rukouksen traditioita.

Lyhenteet

EBM	Evidence Based Medicine
ET	Erityistason psykoterapeutti
HOT	Hyväksymis- ja omistautumisterapia
IFPS	International Federation of Psychoanalytic Societies
IPA	International Psychoanalytical Association
KELA	Kansaneläkelaitos
PI	Projektiivinen identifikaatio
SPT	Suhteessaolon perusmielikuvien teoria
STKS	Suomalainen teologinen kirjallisuusseura
STKSJ	Suomalaisen teologisen kirjallisuusseuran julkaisuja
TA	Teologinen aikakauskirja
TEO	Terveystieteiden tutkimuskeskus
YET	Ylemmän erityistason psykoterapeutti
Valvira	Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto
VET	Vaativan erityistason psykoterapeutti

Lähteet

HAASTATTELUT:

- Haastattelu 1: 21.4.2013
- Haastattelu 2: 15.5.2013
- Haastattelu 3: 15.5.2013
- Haastattelu 4: 16.5.2013
- Haastattelu 5: 16.5.2013
- Haastattelu 6: 22.5.2013
- Haastattelu 7: 23.5.2013
- Haastattelu 8: 29.5.2013
- Haastattelu 9: 29.5.2013
- Haastattelu 10: 30.5.2013
- Haastattelu 11: 3.6.2013
- Haastattelu 12: 16.6.2013
- Haastattelu 13: 19.6.2013
- Haastattelu 14: 19.6.2013
- Haastattelu 15: 19.6.2013
- Haastattelu 16: 25.6.2013
- Haastattelu 17: 5.9.2013
- Haastattelu 18: 6.9.2013
- Haastattelu 19: 6.9.2013
- Haastattelu 20: 12.9.2013

MUUT LÄHTEET:

Katekismus

1999 Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kristinoppi. Hyväksytty kirkolliskokouksessa vuonna 1999. Helsinki: Edita.

Mielenterveysasetus (1247/1990) 1 §.

Mielenterveyslaki (1116/1990) 4 § 3. momentti.

KIRJALLISUUS

Aalberg, Veikko

2007 Psykodynaamiset yksilöpsykoterapiat. – Psykiatria. Toim. Lönnkvist, Jouko et al. Helsinki: Duodecim kustannus. 763–770.

Aalto, Kirsti & Esko, Martti & Virtaniemi, Matti-Pekka

1994 Lukijalle. – Sielunhoidon aikakauskirja 7. Helsinki: Hakapaino. 5–6.

Aaltonen, Jukka

2009 Leijan varjo. Esseitä psykoterapian ulottuvuuksista. Helsinki: Therapiea-säätiö.

Aho-Mustonen, Päivi

2013 Armosta. – *Psykoterapia* 32 (4). 277–287.

Alaranta, Johannes

2013 Erään prosessin kuvaus. Omakustanne.

Alasuutari, Pertti

2011 Laadullinen tutkimus 2.0. Neljäs uudistettu painos. Ensimmäinen painos 1993. Tampere: Vastapaino.

Andersson, G. & Asmundson, G.J.G.

2007 Editorial: CBT and religion. – *Cognitive Behaviour Therapy*, 35, 1–2.

Annala, Pauli

1984 Eksistenssifilosofian ja psykoterapian juuret. – *Psykoterapia* 1–2. 4–9.

Anttonen, Veikko

1996 Ihmisen ja maan rajat: ”Pyhä” kulttuurisena kategoriana. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Ballard, Steven

2000 Rudolf Otto and the Synthesis of the Rational and the Non-Rational in the Idea of the Holy. Frankfurt am Main: Peter Lang.

Bartoli, Eleonora

2003 Psychoanalytic practice and the religious patient: A current perspective. – *Bulletin of the Menninger Clinic*. 347–366.

Bion, Wilfred

1970 Attention and interpretation. London: Karnac Books.

1988a A theory of thinking. – *Melanie Klein today*, Vol I, ed. Spillius, Elizabeth. London: Routledge. 178–186. Ensimmäistä kertaa julkaistu 1961 *International Journal of Psychoanalysis*, 43, 306–310.

1988b Notes on memory and desire. – *Melanie Klein today*, Vol II, ed. Spillius, Elizabeth. London: Routledge. 17–21. Ensimmäistä kertaa julkaistu 1967 *The Psychoanalytic Forum*, 2: 272–273, 279–280.

1994a Evidence.– *Clinical Seminars and Other Works*. London: Karnac Books. 312–320. Ensimmäistä kertaa julkaistu 1976 *Bulletin of the British Psycho-Analytical Society* – lehdessä.

1994b Making the best of a bad job. – *Clinical Seminars and Other Works*. London: Karnac Books. 321–331. Ensimmäistä kertaa julkaistu 1976 *Bulletin of the British Psycho-Analytical Society* – lehdessä.

Black, David

2006 Introduction. – *Psychoanalysis and Religion in the 21st Century*. New York: Routledge. 1–20.

Boisen, Anton T.

1936 *The Exploration of the Inner World. A Study of Mental Disorder and Religious Experience*. New York: Harper & Brothers.

1960 *Out of the depths*. New York: Harper & Brothers.

Brawer, Peter A. & Handal, Paul J. & Fabricatore, Anthony N. & Roberts, Rafael & Wajda-Johnston, A.

2002 Training and Education in Religion/Spirituality Within APA-Accredited Clinical Psychology Programs. – *Professional psychology; Research and Practice*. Vol. 33, No. 2. 203–206.

Britton, Ronald

2001 Beyond the depressive position: $Ps(n+1)$. – *Kleinian Theory. A Contemporary Perspective*. Edited by Bronstein, Catalina. London and Philadelphia: Whurr Publishers. 63–76.

2003 *Sex, death and the superego. Experiences in psychoanalysis*. London: Karnac Books.

Brooke, Roger

2000 Emissaries from the underworld. Psychotherapy's challenge to Christian fundamentalism. – *The Psychology of Mature Spirituality. Integrity, Wisdom, Transcendence*. Edited by Young-Eisendrath, Polly and Miller, Melvin E. London and New York: Routledge. 145–159.

Brummer, Matti & Hägglund, Tor-Björn

1981 Uskonnollinen protestiliike Suomessa. Psykoanalyttinen tutkielma lestadiolaisuudesta. – *Luoda vai lyödä. Suomen nuorisopsykiatrisen yhdistyksen vuosikirja III*. Jyväskylä: Suomen nuorisopsykiatrisen yhdistys ry. 135–168.

Buber, Martin

1993 *Minä ja Sinä*. Suomennos Pietilä, Jukka. Juva: WSOY.

Buser, Juleen K. & Goodrich, Kristopher M. & Luke, Melissa & Buser, Trevor J.

2011 A Narratology of Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Clients' Experiences Addressing Religious and Spiritual Issues in Counseling. – *Journal of LGBT Issues in Counseling*. 5. 282–303.

Carpelan, Henrik

1981 On the Importance of the Setting in the Psychoanalytic Situation. – *Scandinavian Psychoanalytic Review*. 4. 151–160.

Casement, Patrick

1990 Further learning from the patient. The analytic space and process. London: Routledge.

Charpentier, Pia

2008 Syömishäiriöt. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 271–292.

Clarkeburn, Henriikka & Mustajoki, Arto

2007 Tutkijan arkipäivän etiikka. Tampere: Vastapaino.

Delaney, Harold D. & Miller, William R. & Bisonó, Ana M.

2007 Religiosity and Spirituality Among Psychologists: A Survey of Clinician Members of the American Psychological Association. – Professional Psychology: Research and Practice. Vol. 38, No. 5, 538–546.

de Loyola, Ignatius

1981 Hengellisiä harjoituksia. Suomennos ja kommentaari Teinonen, Seppo A.. Helsinki: STKSJ 128.

Denzler, G. & Lohner, A. & Graf, W. et al

2006 Religionslexikonet. Stockholm: Forum.

Eigen, Michael

1981 The Area of Faith in Winnicott, Lacan and Bion. – International Journal of Psychoanalysis. 62. 413–433.

Ellis, Albert

1983 The case against religiosity. New York, NY: Institute for Rational Emotive Therapy.

Enckell, Henrik

2012 Psykoanalyysi ja psykoanalyttiset terapiat. – Psykoterapiat. Toim. Huttunen, Matti O. & Kalska, Hely. Helsinki: Duodecim kustannus. 26–50.

Enckell, Mikael

1993 Missä Jumala on? Esseitä juutalaisista aiheista. Sahlgrens.

Erikson, Erik

1959 Identity and the Life Cycle. New York: International University Press.

Eskelinen, Marjatta

2008 Teroittaako työnohjaus työkalua? – Kohti vastavuoroisuutta. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Toim. Antikainen, Risto & Ranta, Mauri. Helsinki: Duodecim kustannus. 195–209.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha

1998 Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino. E-kirja.

Forman, Robert

- 2004 *Grassroots Spirituality: What it is, Why it is Here, Where it is going*. Exeter: Imprint Academic.

Freud, Sigmund

- 1953 *Fragment of an Analysis of a Case of Hysteria*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume VII (1905). London: The Hogarth Press. 7–122. Alkuperäisteos: Bruchstück Einer Hysterie-analyse 1905.
- 1955 *Some Reflections on Schoolboy Psychology*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIII (1913–1914). London: The Hogarth Press. 241–244. Alkuperäisteos: Zur Psychologie Des Gymnasiesten 1914.
- 1957a *Fifth Lecture*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XI (1910). London: The Hogarth Press. 49–55. Alkuperäisteos: Über Psychoanalyse 1909.
- 1957b *The Future Prospects of Psycho-analytic Therapy*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XI (1910). London: The Hogarth Press. 141–151. Alkuperäisteos: Die Zukünftigen Chancen der psychoanalytischen Therapie 1910.
- 1958a *Remembering, Repeating and Working-through. (Further Recommendations on the Technique of Psycho-analysis II)*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XII (1911–1913). London: The Hogarth Press. 147–156. Alkuperäisteos: Weitere Ratschläge zur Technik der Psychoanalyse (II): Erinnern, Wiederholen und Durcharbeiten 1914.
- 1958b *Observations on Transference-love*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XII (1911–1913). London: The Hogarth Press. 159–171. Alkuperäisteos: Bemerkungen Über Die Übertragungsliebe 1915.
- 1958c *On Beginning the Treatment. (Further recommendations on the Technique of Psycho-analysis I)*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XII (1911–1913). London: The Hogarth Press. 147–156. Alkuperäisteos: Weitere Ratschläge zur Technik der Psychoanalyse I: Zur Einleitung der Behandlung 1913.
- 1959 *The Question of Lay Analysis. Conversations with an impartial person*. – The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XX (1917–1926). London: The Hogarth Press. 179–258. Alkuperäisteos: Die Frage Der Laienanalyse 1926 ja Nachwort zur Frage Der Laienanalyse 1927.
- 1963 *Introductory Lectures on Psycho-analysis (Part III)*. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XVI (1916–1917). London: The Hogarth Press. Alkuperäisteos: Vorlesungen Zur Einführung In Die Psychoanalyse I–II 1916, III 1917.

Gay, Peter

- 1996 *Freud*. Suomennos Rutanen, Mirja. Keuruu: Otava.

Geels, Anton & Wikström, Owe

2009 Henkisyys ajassamme. – Uskonnollinen ihminen. Suomennos Takkula, Kai. Helsinki: Kirjapaja. 391–452.

Goldstein, Elisha David

2007 Sacred Moments: Implications on Well-Being and Stress. – Journal of Clinical Psychology, Vol. 63(10), 1001–1019.

Gothóni, Raili

2014 Auttava kohtaaminen II. Sielunhoidon menetelmät ja käytäntö. Helsinki: Kirjapaja.

Grenholm, Carl-Henrik

2006 Att förstå religion; Metoder för teologisk forskning. Lund: Studentlitteratur.

Haastettu kirkko

2012 Haastettu kirkko. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2008–2011. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 115. Tampere.

Hage, Sally M.

2006 A Closer Look at the Role of Spirituality in Psychology Training Programs. – Professional Psychology: Research and Practice. Vol. 37, No. 3, 303–310.

Hage, Sally M. & Hopson, Amy & Siegel, Matthew & Payton, Gregory & DeFanti, Elisabeth

2006 Multicultural Training in Spirituality: An Interdisciplinary Review. – Counseling and Values. Volume 50. 217–234.

Hakanen, Armi

2008 Kognitiivisen psykoterapian luonne ja kehityshistoria. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 14–38.

Hautamäki, Aimo

2005 Johdanto. – Yhteisöllisyyden paluu. Toim. Hautamäki, Antti & Lehtonen, Tommi & Sihvo, Juha & Tuomi, Ilkka & Vaaranen, Heli & Veijola, Soile. Helsinki: Gaudeamus. 7–13.

Heimann, Paula

1950 On Counter-transference. – International Journal of Psychoanalysis. 31. 81–84.

Hinshelwood, Robert Dayles

1989 A dictionary of Kleinian thought. London: Free Association Books.

1994 Clinical Klein. London: Free Association Press.

1999 Countertransference. – International Journal of Psychoanalysis. London: 80: 797–818.

2001 Kleiniläinen psykoanalyysi Kleinin jälkeen. – Psykoterapia. 1/2001. Suomennos Lilja, Anna & Tuohimetsä, Martti. 11–23. Esitys on pidetty Inter-Psyko Oy:n koulutuspäivillä 1.10–2.10.1999.

Hofmann, Liane & Walach Liane

2011 Spirituality and religiosity in psychotherapy – A representative survey among German psychotherapists. – *Psychotherapy Research*. 21 (2). 179–192.

Holmberg, Nils & Kähkönen, Seppo

2012 Kognitiivinen psykoterapia. – *Psykoterapiat*. Toim. Huttunen, Matti O. & Kalska, Hely. Helsinki: Duodecim kustannus. 51–78.

Hurtig, Johanna

2013 Taivaan taimet. Uskonnollinen yhteisöllisyys ja väkivalta. Tampere: Vastapaino.

Hurtig, Johanna & Laitinen, Merja

2006 Varjojen jäljillä. – Pahan kosketus. Ihmisyden ja auttamistyön varjojen jäljillä. Toim. Laitinen, Merja & Hurtig, Johanna. Jyväskylä: PS-kustannus. 192–198.

Hurvich, Marvin S.

2005 Ego Psychology. – *International Dictionary of Psychoanalysis*. Editor in chief: De Mijolla, Alain. Thomson Gale. 486–487.

Husgafvel, Ville

2016 On the Buddhist roots of contemporary non-religious mindfulness practice: Moving beyond sectarian and essentialist approaches. – *Temenos. Nordic Journal of Comparative Religion*. Vol. 52, No 1. 87–126.

Huttunen, Matti O.

2014 *Psykiatrin palaset*. Helsinki: Duodecim kustannus.

Hyrck, Matti

1988 Maaninen, skitsoparanoidinen vai reparaatiivinen jumala? – *Psykoterapia* 4–5. 38–45.

1995 Mielen kuvat Jumalasta – psykoanalyttisen objektsuhdeteorian näkökulma jumala-suhteen mielikuvamaailmaan Suomen ev. lut. kirkon v. 1948 Kristinopin tarjoaman ai-neiston valossa. Diss. Helsinki.

2000 Missä ihminen ja Jumala kohtaavat toisensa? *TA* 2, 105. vuosikerta. 140–142.

2001 Suhteessaolon perusmielikuvien teoria. – *Psykoterapia*, 1. 2–10.

2003 Ihmismieli ja Jumala psykoanalyysin näkökulmasta. Helsinki: Kirjapaja.

2009a Jumala ja ihminen skitsoparanoidisessa ja depressiivisessä positiossa. – *Terve sie-lu terveessä ruumiissa*. Juhlakirja professori Paavo Kettusen täyttäässä 60 vuotta 27.11.2009. Joensuu: Karjalan teologinen seura. 87–101.

2009b Psykoanalyttikkokoulutuksen vapaavalintaisen opetusjakson esite. *Therapeia-säätiön koulutuskeskus*. (Tekijän hallussa).

2011 Inhimillinen seksuaalisuus jumalallisena ongelmana. – *Saanko olla totta? Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. 191–205.

2014 Onko Jumala hyvä? Antaako psykoanalyysi vastauksen? Helsinki: *Therapeia-säätiö*.

Hyrck, Riitta

- 2000 Pakoon, pakoon aina vain... – Kuvaus persoonallisuuden patologisesta organisaatiosta. – Psykoterapia 2. 32–49.
- 2006 Sisäinen ja ulkoinen todellisuus. Postkleinilainen näkökulma. – Psykoanalyysin isät ja äidit. Teoreettisia näkökulmia. Toim. Mälkönen, Kristiina & Sammallahti, Pirkko & Saraneva, Kristiina & Sitolahti, Terttu. Helsinki: Therapeia-säätiö. 243–271.
- 2016 Sähköpostikommentti väitöskirjani käsikirjoitukseen 4.1.2016.

Igra, Ludvig

- 2006 Muutoksia sisäisessä maailmassa. Suomenno Rasilainen, Arja. Helsinki: Therapeia-säätiö.

Ihanus, Juhani

- 1987 Kauneus ja kuvotus. Luovuuden, kirjallisuuden ja taiteen psykologiasta kirjoitettua. Helsinki: Gaudeamus.
- 2000 Vastaanottoja. Therapeia 40 vuotta. Helsinki: Therapeia-säätiö.
- 2005 Järjen äänestä minäkertomuksiin. Psykyen ja psykoterapioiden muodonmuutoksia. Helsinki: Yliopistopaino.
- 2012 *Unien tulkinnan* vastaanotosta ja uudelleentulkinnasta. – Psykoterapia 31(1), 47–72.

Ikonen, Pentti

- 1994 Tieto, usko ja psykologia. – Ortodoksinen kulttuuri 1-2. 28–33.
- 2014 Mayan huntu ja muita kirjoituksia. Helsinki: Helsingin psykoterapiayhdistys.

Jenkins, Chris

- 2011 When Clients' Spirituality Is Denied in Therapy. – Exploring Therapy, Spirituality and Healing. Edited by William West. New York: Palgrave Macmillan. 28–47.

Jones, James W.

- 1991 Contemporary Psychoanalysis & Religion. Transference and transcendence. New Haven and London: Yale University Press.

Järvinen, Pertti

- 1991 Psykos och religion: psykodynamiska mekanismer och rollpsykologiska processer bakom religiösa föreställningar hos psykotiker. Diss. Åbo Akademis förlag.

Kainulainen, Pauliina

- 2010 Missä sielu lepää. Helsinki: Kirjapaja.

Kankaanpää, Hymy

- 2002 Rakkauden kerjäläinen. Unelmat ja todellisuus intensiivisessä psykoanalyttisessa psykoterapiassa. Helsinki: Tammi.

Karila, Irma

- 2013a Skeematerapia persoonallisuushäiriöissä. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 202–221.
- 2013b Terapeutin jaksaminen. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 445–459.

Karila, Irma & Holmberg, Nils

- 2008 Käsitteellistäminen ja keskeiset työtavat. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 50–70.

Kejonen, Eetu

- 2014 Sexualitet i en brytningstid. En etisk analys av två finländska väckelserörelsers syn på samhälle, kyrka och homosexualitet åren 1970–2011. Diss. Åbo: Åbo Akademis Förlag.

Kernberg, Otto F.

- 1996 Thirty methods to destroy the creativity of psychoanalytic candidates. – International Journal of Psychoanalysis, 77. 1031–1040.
- 2000 Psychoanalytic Perspectives on the Religious Experience. – American Journal of Psychotherapy, Vol. 54, No. 4. 452–476.
- 2005 Object relations theory. – International Dictionary of Psychoanalysis. Editor in chief: De Mijolla, Alain. Thomson Gale. 1175–1177.

Keski-Luopa, Leila

- 2001 Työnohjaus vai superviisaus. Työnohjausprosessin filosofisten ja kehityspsykologisten perusteiden tarkastelua. Helsinki: Metanoia Instituutti.
- 2006 Wilfred R. Bionin psykoanalyttinen ajattelu ja hänen teoriansa ajattelun kehittymisestä. – Psykoanalyysin isät ja äidit. Teoreettisia näkökulmia. Helsinki: Therapiae-säätiö. 204–243.

Kettunen, Paavo

- 1990 Ihmisolemuksen ongelma ja olemassaolon vaikeus. Ihmiskäsitys Suomen evankelisluterilaisen kirkon sairaalasielunhoidon koulutuksessa vuosina 1960–1975. STKS 171. Diss. Helsinki.
- 1993 Hiljaisuuden retriitit ja meditaatio pastoraalipsykologisena kysymyksenä. – TA 5. 407–422.
- 1994 Mitä pastoraalipsykologia on. Pastoraalipsykologia ja suomalainen konteksti. – Sielunhoidon aikakauskirja 7. Helsinki: Hakapaino. 9–37.
- 1995 Pastoraalipsykologiassa yhdistyvät teologia ja psykologia. Esipuhe suomenkieliseen laitokseen. – Kohti kokonaista ihmistä. Wybe Zijlstra. Suomennos Kuusniemi, Mikko. Helsinki: Kirjapaja. (Alkuperäisteos: Op Zoek Naar Een Nieuwe Horizon Handboek voor klinische vorming 1989.) 13–20.
- 1998 Suomalainen rippi. Helsinki: Kirjapaja.
- 2003 Hengellinen kokemus ja ihmisen kokonaisvaltaisuus. – Spiritualiteetin käsikirja. Toim. Häyrynen, Seppo & Kotila, Heikki & Vatanen, Osmo. Helsinki: Kirjapaja. 361–379.

- 2007 Homoseksuaalisuus pastoraalisena kysymyksenä. – Homoseksuaalisuus Raamatussa ja kirkon opetuksessa. Toim. Saarelma, Antti. Tampere: Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 101. 216–232.
- 2011 Kätketty ja vaiettu. Suomalainen hengellinen häpeä. Helsinki: Kirjapaja.
- 2013 Auttava kohtaaminen I. Sielunhoidon perusteet ja teologia. Helsinki: Kirjapaja.
- 2014 Häpeästä hyväksyntään. Helsinki: Kirjapaja.

Kiiski, Jouko

- 2009 Sielunhoito. Helsinki: Edita.

Kilpeläinen, Irja

- 1969 Osaammeko kuunnella ja auttaa. Lähimmäiseskeisen sielunhoitomenetelmän opas. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Kiviranta, Pekka

- 1988 Distanssi ja abstinenssi. – Mahdollisuuksien kuuleminen. Toim. Roine, Mikko & Eskola, Antti. Helsinki: Therapiea-säätiö. 239–260.

Klein, Melanie

- 1975 Our Adult World and its Roots in infancy. – Envy and Gratitude and Other Works 1946–1963. Ensimmäisen kerran julkaistu 1959. 247–263.
- 1987a The Psychogenesis of Manic-Depressive States. – The selected Melanie Klein. Edited by Juliet Mitchell. New York: The Free Press. 116–145. Tämän esitelmän Klein piti British Societylle vuonna 1935.
- 1987b Mourning and Its Relation to Manic-Depressive States. – The selected Melanie Klein. Edited by Juliet Mitchell. New York: The Free Press. 146–174. Tämä artikkeli on julkaistu International Journal of Psychoanalysis -lehdessä Vol 21, 1940: 125–153.
- 1987c Notes on Some Schizoid Mechanisms. – The selected Melanie Klein. Edited by Juliet Mitchell. New York: The Free Press. 176–200. Tämä on esitelmä, jonka Melanie Klein piti British Society of Psychoanalysis -yhdistyksessä loppuvuodesta 1946. Klein lisäsi viitteitä esitelmäänsä 1952.
- 1987d The Origin of Transference. – The selected Melanie Klein. Edited by Juliet Mitchell. New York: The Free Press. 201–210. Tämä artikkeli on julkaistu ensimmäisen kerran International Journal of Psychoanalysis 1952 Vol. xxxiii, 433–8.

Knox, Sarah & Catlin, Lynn & Casper, Margaret & Schlosser, Lewis Z.

- 2005 Addressing religion and spirituality in psychotherapy: clients' perspectives. – Psychotherapy Research. 15:3, 287–303.

Kognitiivinen psykoterapia

- 2008 Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus.

Kolb, Robert

- 2002 Luther on the theology of the Cross. – Lutheran Quarterly Volume XVI. 443–466.

Koskela, Harri

2011 Lapseni elää aina sydämessäni. Lapsen menetyksen merkitys vanhemman spiritualiteetin muotoutumisessa. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 114. Diss. Itä-Suomen yliopisto.

Kotila, Heikki

2003 Spiritualiteetti – ajankohtainen näkökulma. – Spiritualiteetin käsikirja. Toim. Häyrynen, Seppo & Kotila, Heikki & Vatanen, Osmo. Helsinki: Kirjapaja. 13–23.

2005 Spiritus Dei in naribus meis: Spiritualiteetin käsite aikamme uskonnollisuuden tulkina. – TA 110, 195–204.

Kris, Ernst

1956 On some vicissitudes of insight in psycho-analysis. – International Journal of Psychoanalysis 37, 445–455.

Kulish, Nancy

2014 The patient's objects in the analyst's mind. –The Psychoanalytic Quarterly. Volume LXXXIII, 4. 843–869.

Kuula, Arja

2011 Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Kuusinen, Kirsti-Liisa

2001 Yleiskatsaus kognitiivisiin terapioihin. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 12–24.

2011 Terapeuttinen vuorovaikutus. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 39–49.

Kuvaja, Terttu

2011 Psykoanalyttisen hoidon aloittaminen: haastattelu ja arviointiprosessi. – Terapeutin huoneessa. Kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Toim. Klemelä, Esko & Mälkönen, Kristiina & Samallahti, Pirkko. Helsinki: Therapie-säätiö. 21–41.

Kvale, Steinar

1996 Interviews: An Introduction to Qualitative Research Interviewing. London: Sage Publications.

2007 Doing Interviews. London: Sage Publications.

Kähkönen, Kari

1990 Opiskelijan kuvaus omasta kokemuksesta Yleinen lääkärioppi-kurssilta. – Medisiinari. Helsingin yliopiston lääketieteen opiskelijoiden lehti.

Kärkkäinen, Maj-Lis

2013 Työnohjaus psykiatrisessa erikoissanhoidossa. Laadullinen haastattelututkimus. Diss. University of Eastern Finland/Health sciences.

Kääriäinen, Kimmo & Niemelä, Kati & Ketola, Kimmo

2003 Moderni kirkkokansa. Suomalaisten uskonnollisuus uudella vuosituhannella. Jyväskylä: Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 82. Tampere.

Laakso, Maija-Liisa

1987 Rajojen asettaminen psykoanalyttisessa psykoterapiassa. – Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim 103. 1379–1386.

Lahti, Ilpo

2004 Onko Evidence Based Medicine Prokusteen vuode psykoanalyttiselle psykoterapialle? – Psykoterapia 23 (3). 211–216.

Laine, Timo

2001 Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. – Ikkunoita tutkimusmetodeihin II, Toim. Aaltola, Juhani & Valli, Raine. Jyväskylä: PS-kustannus. 26–43.

Lange, Pia

2008 Jumalasta puhuminen hämmentää psykoterapeuttia. Pro gradu. Helsingin yliopisto/Teologinen tiedekunta.

2008a Syyllisyys ja uskonto psykoterapian ongelmina. – Uskonto ja ihmismieli. Johdatus kognitiiviseen uskontotieteeseen. Toim. Ketola, Kimmo & Pyysiäinen, Ilkka & Sjöblom, Tom. Helsinki: Gaudeamus. 176–204.

Lantz, Annika

1993 Intervjumetodik. Lund: Studentlitteratur.

Lappalainen, Raimo

2008 Hyväksymis- ja omistautumisterapia. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 510–527.

Lehmijoki-Gardner, Maiju

2007 Kristillinen mystiikka. Helsinki: Kirjapaja.

Lehtonen, Johannes

2006 Psykoanalyttisen psykoterapian ajankohtaisia kysymyksiä. – Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim. 122: 703–710.

Lehtovuori, Pirjo

2003 Psykoterapeuttien kokemuksia ammatillisesta kehityksestä ja henkilökohtaisesta elämästä. – Psykoterapia 22 (3). 178–187.

Leiman, Mikael

1999 Teoria ja empiiriset yleistyksiset elävän ymmärtämisen esteenä psykoterapiassa. – Psykoterapia-lehti. 3. 38–44.

Lindfors, Kristiina

- 2014 Sándor Ferenczi. Psykoanalyysin toisinajattelija, ihmisläheisen psykoterapiatutkimuksen edelläkävijä. – *Psykoterapia* 33 (1). 16–29.

Lindqvist, Martti

- 2006 Paha, ymmärtämisen rajat ja auttajan varjo. – Pahan kosketus. Ihmisyyden ja auttamistyön varjojen jäljillä. Toim. Laitinen, Merja & Hurtig, Johanna. Juva: PS-kustannus. 168–190.

Linjakumpu, Aini

- 2012 Haavoittunut yhteisö. Hoitokokoukset vanhoillislestadiolaisuudessa. Tampere: Vastapaino.
2015 Uskonnon varjot. Hengellinen väkivalta kristillisissä yhteisöissä. Tampere: Vastapaino.

Luostarinen, Salme

- 2008 Rakkauden kerjäläinen – Transferensseja intensiivisessä psykoanalyttisessä psykoterapiassa. – Kohti vastavuoroisuutta. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Toim. Antikainen, Risto & Ranta, Mauri. Helsinki: Duodecim kustannus. 71–88.

Lähdeoja, Leena

- 1981 Terapeuttisen työn voimanlähteet. – *Psykoterapia* 2. Teoria ja käytäntö. Toim. Siltala, Pirkko. Espoo: Weilin-Göös. 309–325.

Lönnqvist, Jouko

- 2011 Mielenterveyden häiriöiden luokittelu ja diagnostiikka. – *Psykiatria*. Toim. Lönnqvist, Jouko & Henriksson, Markus & Marttunen, Mauri & Partonen, Timo. Helsinki: Duodecim kustannus. 47–68.

Magaldi-Dopman, Danielle & Park-Taylor, Jennie & Ponterotto, Joseph G

- 2011 Psychotherapists' spiritual, religious, atheist or agnostic identity and their practice of psychotherapy: A grounded theory study. – *Psychotherapy Research*. 21:3. 286–303.

Majava, Heikki

- 1984a Eksistentialismi ja psykoterapia. – *Psykoterapia* 1–2. 3.
1984b Eksitenssianalyysi psykoositerapiassa. – *Psykoterapia* 1–2. 22–25.
1994 *Psykiatria ja psykoterapia*. – *Psykoterapia* 2. 47–49.

Marcia, James E

- 2014 From Industry to Integrity. – *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 14:3, 165–176.

McGuire, Meredith B.

- 1997 *Religion. The Social Context*. Belmont: Wadsworth Publishing Company.

Meissner, W.W.

- 1984 *Psychoanalysis and Religious Experience*. New Haven, CT and London: Yale University Press.
- 1999 *To the Greater Glory – A Psychological study of Ignatian Spirituality*. Milwaukee: Marquette University Press.
- 2009 *The God Question in Psychoanalysis*. – *Psychoanalytic Psychology*. American Psychological Association, 26 (2). 210–233.

Merras, Merja

- 1992 *Ortodoksinen elämäntapa*. Heinävesi: Valamon luostari.

Millar, David

- 2006 *The Christmas Story. A psychoanalytic enquiry*. – *Psychoanalysis and Religion in the 21st Century. Competitors or Collaborators?* Edit. Black, David M. London: Routledge. 97–114.

Mitrani, Judith

- 2001 "Taking the transference": Some technical implications in three papers by Bion. – *International Journal of Psychoanalysis*. 82. 1085–1104.

Myyrä, Johannes

- 2003 *Päästä meidät pahasta*. – *Psykoterapia* 22 (4). 268–275.

Mälkönen, Kristiina

- 2011 *Tulkinta ja sitä edistävät tekijät*. – *Terapeutin huoneessa. Kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä*. Toim. Klemelä, Esko & Mälkönen, Kristiina & Sammallahti, Pirkko. Helsinki: Therapie-säätiö. 179–222.

Nilsonne, Åsa

- 2005 *Kuka ohjaa elämääsi? Tietoisuustaidot arjen apuna*. Helsinki: Edita.

Nissilä, Kalervo

- 2009 *Homoseksuaalisuus ja ihmiskuva. Pastoraalipsykologinen näkökulma*. – *Homoseksuaalisuus kristillisessä ihmiskuvassa ja lainsäädännössä*. Toim. Saarelma, Antti. Tampere: Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 105. 8–21.

Nissinen, Jussi

- 2011 *Luottamuksen rakentuminen moninaisuutta kunnioittaen*. – *Saanko olla totta? Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. 11–32.

Nouwen, Henry J.M.

- 1968 *Anton T. Boisen and theology through living human documents*. – *Pastoral Psychology*, 19, (7). 49–63.

Ogden, Thomas

- 1994 The analytic third – Working with intersubjective clinical facts. –International Journal of Psychoanalysis, 75. 3–20.
- 1997 Reverie and metaphor. Some thoughts on how I work as a psychoanalyst. – International Journal of Psychoanalysis, 78. 719–732.
- 2004 This art of psychoanalysis. Dreaming undreamt dreams and interrupted cries. – International Journal of Psychoanalysis, 85. 857–877.
- 2005 What I would not part with? – Fort da (Journal of the Northern California Society for Psychoanalytic Psychology), II (2), 8–17.

Ormio, Leena

- 2009 Pastoraalipsykologinen psykoterapiakoulutus 2004–2007. Therapeiasäätiön koulutuskeskuksen ja Joensuun yliopiston pilottihanke. – Psykoterapia, 28(1). 41–48.

Otto, Rudolf

- 1923 The Idea of the Holy. London: Oxford University Press.

Paine, David R. & Sandage, Steven J. & Rupert, David & Devor, Nancy G. & Bronstein, Miriam

- 2015 Humility as a Psychotherapeutic Virtue: Spiritual, Philosophical and Psychological Foundations. – Journal of Spirituality in Mental Health. 17: 3–25.

Palmer, Michael

- 1997 Freud and Jung on religion. London: Routledge.

Pargament, Kenneth

- 2007 Spiritually Integrated Psychotherapy. New York: The Guilford Press.

Pargament, Kenneth I. & Saunders, Stephen M.

- 2007 Introduction to the Special Issue on Spirituality and Psychotherapy. – Journal of Clinical Psychology. Vol. 63 (10). 903–907.

Parland, Oskar

- 1987 Psykiatria ja sen tieteiden välinen asema. – Psykoterapia 1/1987. 4–15.

Partonen, Timo & Lönnqvist, Jouko

- 1999 Psykiatrian käsitteitä. – Psykiatria. Toim. Lönnqvist, Jouko & Heikkinen, Martti & Henriksson, Markus & Marttunen, Mauri & Partonen, Timo. Helsinki: Duodecim kustannus. 732–740.

Propst, Rebecca L. & Ostrom, Richard & Watkins, Philip & Dean, Terri & Mashburn, David

- 1992 Comparative efficacy of religious and non-religious therapy for the treatment of clinical depression in religious individuals. – Journal of Counseling and Clinical Psychology, 60, 94–103.

Pruuki, Lassi

- 2009 Dialogisuus sielunhoidossa. –Sielunhoidon aikakauskirja 21. Dialogi. Kirkon sairaala-sielunhoito & Kirkon perheasiat & Kirkon koulutuskeskus. 9–22.
- 2013 Ei papiksi ilman kutsumusta. Narratiivinen tutkimus teologian maistereiden suhteesta kirkon virkaan osana elämän- ja opiskeluprosessia. – Teologiksi kasvamassa. Koulutusalan valinta, opiskeluprosessi ja ammattiin suuntautuminen. Toim. Niemelä, Kati & Salminen, Veli-Matti. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 118. 269–288.

Pruuki, Tomi

- 2014 Psykoterapeuttien kokemuksia uskonnollisten kysymysten kohtaamisesta psykoterapiatyössä. Pro gradu. Helsingin yliopisto/teologinen tiedekunta.

Psychoanalysis and Faith

- 1963 The Letters of Sigmund Freud & Oskar Pfister. Edited by Heinrich Meng and Ernst L. Freud. New York: Basic Books.

Psychoanalysis and Religion in the 21st Century. Competitors or Collaborators?

- 2006 Edited by David M. Black. London and New York: Routledge.

Psykiatria

- 2011 Toim. Lönnqvist, Jouko & Henriksson, Markus & Marttunen, Mauri & Partonen, Timo. Helsinki: Duodecim kustannus.

Psykoterapia-lehti

- 2012 Lehden numerossa 4/2012 julkaistiin lyhyt aineistopyyntöni.

Pykkänen, Leena

- 2011 Psykoanalyttisen psykoterapian aloittaminen: Psykoanalyttisen asetelman luomisprosessi. Terapeutin huoneessa. Kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Toim. Klemelä, Esko & Mälkönen, Kristiina & Sammallahti, Pirkko. Helsinki: Therapie-säätiö. 42–80.

Reiland, Hans

- 2004 The object beyond objects and the sacred. – The Scandinavian Psychoanalytic Review, 27:2, 78–86.

Rekola, Juhani

- 1988 Piirteitä Therapiean seminaarin vaiheista. – Psykoterapia 2–3. 47–50. Julkaistu ensimmäisen kerran Psykoterapia -lehden edeltäjän Therapie-monisteen vuoden 1965 numerossa.
- 2000 Sairas elämänsä keskellä. Kirjoituksia antropologisesta sairauskäsityksestä. Helsinki: Therapie-säätiö.

Riesenberg-Malcolm, Ruth

- 2001 Bion's theory of containment. – Kleinian theory. A Contemporary Perspective. Ed. Bronstein, Catalina. London: Whurr Publishers. 165–180.

Ringgren, Helmer

- 1972 Uskonnon muoto ja funktio. (Alkuperäisteos: Religionens form och funktion 1968.) Suomensalminen, Aulikki. Helsinki: Gaudeamus.

Rizzuto, Ana-Maria

- 1979 The Birth of the Living God. Chicago: The University of Chicago Press.
- 1998a Psychoanalytic Psychotherapy and Pastoral Guidance. – The Journal of Pastoral Care. Vol. 52, No. 1. 69–78.
- 1998b Why did Freud reject God? A psychodynamic interpretation. New Haven, CT: Yale University Press.
- 2001 Religious Development Beyond the Modern Paradigm Discussion: The Psychoanalytic Point of View. – The International Journal for the Psychology of Religion. 11(3), 201–214.
- 2009 Mielensisäiset objektit ja niiden synnyttämät mielikuvat. Painamaton suomennos konferenssisitelmästä: Eksistenssiellensiel – religiös söken. Pohjoismaainen psykoterapia- ja sielunhoitokonferenssi Modum Bad, Norja 23.-26.9.2009. Suomensalminen von Bruun, Heli. 37 s. Tekijän hallussa.

Rosmarin, David H. & Gren, Dovid & Pirutinsky, Steven & McKay, Dean

- 2013 Attitudes Toward Spirituality/Religion Among Members of the Association for Behavioral and Cognitive Therapies. – Professional Psychology: Research and Practice. Vol. 44, No. 6, 424–433.

Roth, Priscilla

- 2001 The paranoid-schizoid position. – Kleinian Theory. A Contemporary Perspective. Edited by Bronstein, Catalina. London: Whurr Publishers. 32–46.

Rubin, Jeffrey B.

- 2006 Psychoanalysis and Spirituality. – Psychoanalysis and Religion in the 21st Century. Competitors or Collaborators? Edit. Black, David M. London: Routledge. 132–153.

Ruoho, Aila

- 2015 Vartiotornin varjossa. Toisenlainen totuus jehovantodistajuudesta. Atena kustannus.

Räntilä, Jaana & Holopainen, Jussi

- 2009 "Kahden maan kansalaisina". Papit psykoterapeutin opissa. – Psykoterapia 28 (1). 49–52.

Sackett, D. L. & Richardson, W. S. & Rosenberg, W. & Haynes, R. B.

- 1997 How to Practice & Teach EBM. London: Churchill, Livingstone.

Salomäki, Hanna

- 2010 Herätysliikkeisiin sitoutuminen ja osallistuminen. Diss. Jyväskylän yliopisto, sosiologia. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 113. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus.

Sammallahti, Pirkko

- 2011 Puolustuksen puheenvuoro. – Terapeutin huoneessa. Kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Toim. Klemelä, Esko & Mälkönen, Kristiina ja Sammallahti, Pirkko. Helsinki: Therapiea-säätiö. 337–355.

Saraneva, Kristiina

- 2012 Psykoanalyttinen keskustelu uskonnosta. – Psykoterapia 31 (3). 246–264.

Schafenberg, Joachim

- 2000 Johdatus pastoraalipsykologiaan. Helsingin yliopisto: Käytännöllisen teologian laitoksen julkaisuja 98. Helsinki.

Schlosser, Lewis Z. & Foley, Pamela F. & Stein, Ellyn Poltrock & Holmwood, Jason R.

- 2010 Why Does Counseling Psychology Exclude Religion? A Content Analysis and Methodological Critique. – Handbook of multicultural counseling. Third edition. Ed. Ponterotto, Joseph G. & Casas, Manuel J. & Suzuki, Lisa A. & Alexander, Charlene M. USA: Sage publications. 453–465.

Schulman, Gustav

- 2002 Sietämättömän kestämisestä eheytymiseen. Objektin sisällyttämiskyky ja trauman integrointi. – Trauman monet kasvot. Psykkinen trauma sisäisenä kokemuksena. Helsinki: Therapiea-säätiö. 162–187.

Schulman, Marja

- 2003 Vauvahavannointi – oppia observoimalla. Helsinki: Therapiea-säätiö.

Schwab, Donald F.

- 2007 Therapist as Priest. The Spiritual Dimensions of a Therapeutic Relationship. South Bend: Cloverdale Books.

Segal, Hanna

- 1964 Introduction to the Work of Melanie Klein. London: Hogarth Press.

Sievers, Peppi

- 2009 Miksi potilaan hengellisyys ahdistaa terapeuttia? – Psykoterapia 2/2009 (keskustelupalsta). 172.
- 2010 Längtan att komma närmare Gud. Retreatdeltagares erfarenheter av den ignatianska spiritualiteten. Avhandling pro gradu i praktisk teologi. Åbo Akademi.
- 2012 Kaipaus Jumalan luo. Pieni opaskirja ignatiaanisisista retriiteistä. Kangasala: Sinapinsiemen ry.

Siirala, Martti

1983 Schizophrenia: A human situation. – From transfer to transference. Helsinki: Therapeia Foundation. 11–36.

Siltala, Pirkko

1988 Therapeian koulutuskeskus historiallisissa ja kulttuurisissa yhteyksissä. – Psykoterapia 2-3/1988. 34–46.

2011 Ruumiillisuus psykoanalyysissa ja psykoterapiassa. – Terapeutin huoneessa. Kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Toim. Klemelä, Esko & Mälkönen, Kristiina & Samallahti, Pirkko. Helsinki: Therapeia-säätiö. 223–289.

Silverman, David

2010 Doing Qualitative research. A Practical Handbook. Third edition. First edition published 2000. London: Sage Publications.

Smith, Edward W. L.

1998 A taxonomy and ethics of touch. – Touch in psychotherapy: Theory, research, and practice. Ed. E. W. L. Smith, P. R. Clance, & S. Imes. New York: Guilford Press. 36–51.

Sollamo, Raija

1991 Tieteen ykseys ja tieteen rajat. Teologin ja naistutkijan visio. TA 3. 193–199.

Sorenson, Randall Lehmann

2004 Minding Spirituality. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja

2012 Potilasasiakirjojen laatiminen ja käsittely. Opas terveydenhuollolle.

Spero, Moshe Halevi

1992 Religious objects as psychological structures: A critical integration of object relations theory, psychotherapy, and Judaism. Chicago: University of Chicago Press.

Spirituality and the therapeutic process – A comprehensive resource from intake to termination

2009 Edited by Aten, Jamie D. & Leach, Mark M. Washington DC: American Psychological Association.

Stenlund, Mari

2014 Freedom of delusion – Interdisciplinary views concerning freedom of belief and opinion meet the individual with psychosis. Diss. Helsinki.

Stenzel, Cheryl L. & Rupert, Patricia A.

2004 Psychologists' use of touch in individual psychotherapy. – Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. Vol. 41, No. 3, 332–345.

Stjerna, Kirsi

2016 Olemme kaikki hengellisiä: luterilainen armon spiritualiteetti. – Armon horisontit. Huomisen luterilaisuus. Helsinki: Kirjapaja. 133–148.

Symington, Neville & Symington, Joan

1996 The Clinical Thinking of Wilfred Bion. London: Routledge.

Syvänne, Niilo

1959 Pappi vai lääkäri. Keskustelua sielunhoidosta ja sairaudesta. Porvoo: Werner Söderström osakeyhtiö.

1965 Keskustelu ja yhteys. Sielunhoidollisen keskustelun aakkosia. Porvoo: Werner Söderström osakeyhtiö.

Talvitie, Vesa

2003 Millä tavalla tiedostamaton on olemassa? – Psykoterapia 22 (2). 107–116.

Temperley, Jane

2001 The depressive position. – Kleinian Theory. A Contemporary Perspective. Edited by Bronstein, Catalina. London: Whurr Publishers. 47–62.

Tiuraniemi, Juhani

2013 Psykoterapian työnohjaus. – Kognitiivinen psykoterapia. Helsinki: Duodecim kustannus. 434–444.

Torsti-Hagman, Marita

2002 Analyytikon asenne piilotajuntaan ja sen vaikutus analyttiseen prosessiin. – Näkemisestä näkemiseen. Pirkko Siltalan juhlakirja. Toim. Lindqvist, Marja & Koskenpato, Tarja & Meronen, Petri & Välkki, Tuomo. Helsinki: Therapiea-säätiö. 179–197.

Toskala, Antero

2001 Kognitiivisten psykoterapioiden historia. – Kognitiivinen psykoterapia. Toim. Kähkönen, Seppo & Karila, Irma & Holmberg, Nils. Helsinki: Duodecim kustannus. 388–399.

Tuohimaa, Anne

2008 Dynaaminen psykoterapia ja psyykinen työ. – Kohti vastavuoroisuutta. Toim. Antikainen, Risto & Ranta, Mauri. Helsinki: Duodecim kustannus. 89–105.

Tuohimetsä, Matti

2004 Matti Hyrkin haastattelu. – Psykoterapia 23 (4). 280–285.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli

2004 Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi.

Tuomisto, Martti T. & Lappalainen, Raimo

2012 Kognitiivinen käyttäytymisterapia. – Psykoterapiat. Toim. Huttunen, Matti O. & Kalska, Hely. Helsinki: Duodecim kustannus. 80–101.

Tähkä, Veikko

1996 Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen. Helsinki: WSOY.

Ulland, Dagfinn & DeMarinis, Valerie

2014 Understanding and working with existential information in a Norwegian adolescent psychiatry context: a need and a challenge. – *Mental health, Religion & Culture*, 17:6, 582–593.

Ungar, Virginia R. & Busch de Ahumada, Luisa

2001 Supervision: A Container–Contained Approach.– *The International Journal of Psychoanalysis*. 82: 71–81.

Uurtimo, Yrjö

2000 On puhuttava siitä mistä vaikenemme. Martti Siiralan ajatuksia elämästä. Helsinki: Tammi.

Wahlbeck, Liisa

2012 ”Jungilaisuus” Therapeiassa. Subjektiiivinen näkökulma, faktaa sekä Päivikki Viinisalon haastattelu.– *Psykoteraapia* 31 (1), 123–125.

Valkonen, Jukka & Henriksson, Mikko & Tuulio-Henriksson, Annamari & Autti-Rämö, Ilona

2011a Eri sektorit psykoterapiapalvelujen tuottajina. – *Kuntoutus* 3, 5–11.

2011b Psykoterapeutit Suomessa. Psykoterapiapalvelut ja niiden järjestäminen. Kelan tutkimusosasto, sosiaali- ja terveysturvan selosteita 74/2011.

Verhaeghe, Paul

2008 *On being Normal and Other Disorders*. London: Karnac Books.

Wikström, Owe

1989 Sigmund Freuds religionskritik. – *Religion & Samhälle*. 1989:6, numero 44.

1995 Häikäisevä pimeys. Näkökulmia hengelliseen ohjaukseen. Suomennos Rissanen, Vuokko ja Paavo. Helsinki: Kirjaneliö.

2004 Pyhän salaisuus. Kätkeyty todellisuus ja nykyaika. Suomennos Räsänen, Oili. Helsinki: Kirjapaja.

2009a Johdanto/Uskonnon määrittelemisestä. – *Uskonnollinen ihminen*. (Alkuperäisteos: Den religiösa människan. En introduction till religionspsykologin). Suomennos Takkula, Kai. Helsinki: Kirjapaja. 17–52.

2009b Dynaaminen psykologia ja uskonto. – *Uskonnollinen ihminen*. Johdatus uskontopsykologiaan. (Alkuperäisteos: Den religiösa människan. En introduction till religionspsykologin). Suomennos Takkula, Kai. Helsinki: Kirjapaja. 129–196.

Winnicott, Donald W.
1971 Playing and reality. London: Routledge.

INTERNETAINEISTO

- Foundation for Cognitive Therapy and Research. <https://www.beckinstitute.org/about-beck/our-history/history-of-cognitive-therapy/>. (luettu 21.5.2016.)
- Holmberg, Nils. 2005. Zen, mindfulness ja vaeltava mieli. – Kognitiivisen psykoterapian verkkolehti. 72–93. <http://www.kognitiivinenpsykoterapia.fi/verkkolehti/2005/ktzen.pdf>. (luettu 5.8.2015.)
- Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa. Päivitetty 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. (luettu 4.12.2015.)
- Itä-Suomen yliopisto –tiedote pastoraalipsykologisesta psykoterapeuttikoulutuksesta. https://www2.uef.fi/documents/2136787/2196652/OPSpastoraalipsykologinen_julkaisuverio.pdf/08e7dcdf-9834-4047-91d4-18cabb14f595. (luettu 12.10.2015.)
- Jehovan todistajat. Vartiotornin verkkokirjasto. Opaskirja. <http://wol.jw.org/fi/wol/d/r16/lp-fi/1200001462>. (luettu 17.8.2015.)
- Joensuun yliopisto, 2004: Pastoraalipsykologisen erityistason psykoterapiakoulutus alkoi. www.joensuu.fi/lehdisto_2004/msg00325.html. (luettu 24.2.2012.)
- Joensuun yliopiston täydennyskoulutuskeskus, 2009: http://www.kakkt.fi/Resources/yet_esite_2009-2013_kopioit.pdf. (luettu 30.4.2014.)
- Jyväskylän yliopiston psykoterapian opetus- ja tutkimuskeskus. Valtakunnallinen yliopistojen psykoterapeuttikoulutuskonsortio. <https://www.jyu.fi/ytk/laitokset/psykologia/psykoterapiaklinikka/psykoterapeuttikoulutus/Valtakunnallinen%20yliopistojen%20psykoterapeuttikoulutuskonsortio>. (luettu 2.1.2016.)
- Kansan raamattuseuran internetsivut. http://www.kansanraamattuseura.fi/sinulle/toiminta/elamanvaiheissa/kristillinen_toipumistyo_krito/krito-ryhma. (luettu 6.2.2016.)

Kansaneläkelaitos

- Kuntoutustilasto. [http://uudistuva.kela.fi/it/kelasto/kelasto.nsf/alias/Kunto_11_pdf/\\$File/Kunto_11.pdf](http://uudistuva.kela.fi/it/kelasto/kelasto.nsf/alias/Kunto_11_pdf/$File/Kunto_11.pdf). (luettu 12.9.2014.)
- Kuntoutuspsykoterapiaan hakeutumisen ohje. http://www.kela.fi/tyoikaisille_kuntoutuspsykoterapia. (luettu 10.5.2015.)
- Palveluntuottajahaku. <https://easiointi.kela.fi/ePTKHaku/alku/haku.faces>. (luettu 21.5.2013.)
- Karppinen, Riku. 2013. Blogi-kirjoitus: Usko on minulle taas voimavara eikä rasite. <https://www.kotimaa24.fi/usko-on-minulle-taas-voimavara-eikae-rasite/>. (luettu 19.8.2015.)
- Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen sivut. <http://www.kognitiivinenpsykoterapia.fi/?p=1999> (luettu 25.11.2012.)
- Konsensuslausuma psykoterapiasta. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim ja Suomen Akatemia. 2006. <http://www.duodecim.fi/kotisivut/docs/f1474374480/lausuma06.pdf> (luettu 10.5.2015.)

- Käypä hoito suositukset. http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset?p_auth=NwvvsfqY&p_p_id=KH2014suositukset_WAR_KH2014suosituksetportlet&p_p_lifecycle=1&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1. (luettu 26.9.2015.)
- Lauerma, Hannu 2000. Uskonnollinen kokemus vai psykiatrinen oire? – Duodecim-lehti, 116. <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo91931.pdf>. 2704–2709. (luettu 27.5.2016.)
- Maizels, Neil. 2009. Beyond the depressive Position - towards a Spritual position. Working Through, Or Beyond The DepressivePosition? (Achievements and Defences of the Spiritual Position, and the Heart's Content.) http://www.academia.edu/4117519/Beyond_the_depressive_Position_-_towards_a_Spritual_position. 1–28. (luettu 2.10.2015.)
- Melanie Klein Trust. Key figures in Klein's life. <http://www.melanie-klein-trust.org.uk/key-figures?filter=S%E1ndor>. (luettu 10.10.2015.)
- Omat polut – etnisten lestadiolaisten kertomuksia ja kokemuksia. <https://freepathways.wordpress.com/omat-polut-network/>. (luettu 14.8.2015.)
- Oulun yliopiston TOPIK- keskuksen esite alkavasta psykodynaamisesta psykoterapeuttikoulutuksesta 2016-2020. <http://www oulu.fi/sites/default/files/Esite%20psykodynaaminen.pdf>. (luettu 12.10.2015.)
- Pirkanmaan sairaanhoitopiirin terapeuttihaku. <http://www.pshp.fi/default.aspx?contentid=5142> (luettu 5.11.2012.)
- Psykoterapiakonsortion loppuraportti. 2009. http://www.helsinki.fi/psykoterapeuttikoulutus/Loppuraportti_valtakunnallinen_2009.pdf. (luettu 8.11.2015.)
- Riikonen, Esa & Toikka, Minna. 2009. Psykoterapeutin mindfulness- taidot. Kognitiivisen psykoterapian verkkolehti. 63–85. <http://www.kognitiivinenpsykoterapia.fi/verkkoleh-ti/2009/veresaminna.pdf>. (luettu 17.6.2016.)
- Roberts, Heidi. 2011. Tuoko mindfulness hengellisyiden psykoterapiaan? Teologia.fi-sivusto. <http://teologia.fi/artikkelit/uskontojen-valiset-suhteet/691-tuoko-mindfulness-hengellisyiden-psykoterapiaan>. (luettu 5.8.2015.)
- Stanford Encyclopedia of philosophy. <http://plato.stanford.edu/entries/panentheism/#ConExp>. (luettu 20.9.2014.)
- Suomen ortodoksisen kirkon internet-sivut. <http://www.ort.fi/kirkkotutuksi/kirkkoon-liittyminen>. (luettu 8.6.2015.)
- Suomen sielunhoitoterapeutit ry. <http://www.suomensielunhoitoterapeutit.fi/?sid=23>. (luettu 5.8.2015.)
- Tampereen yliopiston täydennyskoulutuksen tiedote alkavasta kognitiivisesta psykoterapeuttikoulutuksesta 2015-2019. <http://taydennyskoulutus.uta.fi/2014/09/tulossa-kognitiivisen-psykoterapian-psykoterapeuttikoulutus-2014-2018-86-op-tampere/>. (luettu 12.10.2015.)

Therapeia-säätiö

2014. Psykoterapeuttiluettelo. http://www.therapeia-saatio.fi/psykoterapianeuvonta_ja_psykot-er/psykoterapeuttiluettelo-2014/ (luettu 30.4.14.)
2016. Psykoterapeuttikoulutukset. <http://www.therapeia-saatio.fi/psykoterapeuttikoulutukset/> (luettu 3.1.2016.)

THL-Tautiluokitus. <https://koodistopalvelu.kanta.fi/codeserver/pages/classification-view-page.xhtml?classificationKey=23> (luettu 12.6.2016.)

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimat eettiset periaatteet. <http://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakkoarviointi-ihmistieteiss%C3%A4/periaatteet> (luettu 20.3.2015.)

www.uskonnot.fi. **Uskonnot Suomessa** – palvelu on Kirkon tutkimuskeskuksen yhdessä Uusien uskonnollisten liikkeiden tutkijaverkosto USVA ry:n kanssa toteuttama hanke, jonka tarkoituksena on kerätä ja ylläpitää tietokantaa Suomessa toimivista ja toimineista uskonnollisista yhteisöistä. (luettu 13.9.2014.)

Uskontojen uhrien tuki UUT:n seminaari 22.11.2013. http://johanneksenpoika.fi/uut_seminaari_2013/janne_villa.html. (luettu 25.9.2015.)

Valvira

Liitelomake haettaessa psykoterapeutti-nimikkeen käyttö-oikeutta, ET-koulutus. http://www.valvira.fi/documents/14444/37132/Psykoterapiakoulutuksen_ET.pdf (luettu 20.10.2015.)

Liitelomake haettaessa psykoterapeutti-nimikkeen käyttö-oikeutta, VET-koulutus. http://www.valvira.fi/documents/14444/37132/Psykoterapiakoulutuksen_ET.pdf (luettu 20.10.2015.)

Psykoterapeuttikoulutuksen opintopisteet. http://www.valvira.fi/luvat/ammattioikeudet/hakemusohjeet/suomessa_koulutetut/psykoterapeutit/koulutuksen_hyvaksymisperusteet (luettu 22.2.2014.)

Psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeuden tarkistus. Julkiterhikki. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen rekisteri. <http://wol.jw.org/fi/wol/d/r16/lp-fi/1102012154?q=tienraivaaja&p=par>. (haastattelimieni psykoterapeuttien oikeudet käyttää nimikettä tarkastettu useita kertoja ennen haastatteluja kesällä 2013.)

Psykoterapeutti-nimikkeen käyttöoikeuksista. http://www.valvira.fi/luvat/ammattioikeudet/hakemusohjeet/suomessa_koulutetut/psykoterapeutit (luettu 22.2.2014.)

Liitteet

LIITE 1: KIRJOITUSPYYNTÖ

KIRJOITA USKONNOSTA PSYKOTERAPIASSA!

Itä-Suomen yliopistossa teologian osastolla on käynnistymässä hanke, jossa tutkitaan uskonnollisten mielensisältöjen käsittelyä psykoterapioissa. Itse teen tässä hankkeessa väitöskirjaa. Tutkimukseni kuuluu käytännöllisen teologian alueeseen Itä-Suomen yliopiston filosofisen tiedekunnan teologian osastolla. Ohjaajani ovat käytännöllisen teologian professori Paavo Kettunen sekä psykoanalyytikko, pastoraalipsykologian dosentti, TT Matti Hyrck.

Psykoterapiakoulutuksen ollessa murrosvaiheessa sen siirryttyä yliopistoihin vuoden 2012 alusta, on merkittävää saada tietoa siitä, miten uskonnollisia aiheita käsitellään psykoterapioissa. Pyydän, että sinä psykoterapeutti-nimikettä käyttämään oikeutettu psykoterapeutti osallistuisit tutkimukseeni kirjoittamalla omista kokemuksistasi psykoterapioiden antajana. Olen kiinnostunut siitä, miten itse psykoterapeutina tätä aihepiiriä lähestyt, miltä se sinusta itsestäsi tuntuu psykoterapiatyötä tehdessäsi.

Voit kirjoittaa vapaasti, mutta toivon, että koskettelet seuraavia teemoja:

- Omat ajatuksesi, käsityksesi ja tunteesi, kun potilas ottaa esille uskonnollisia asioita.
- Toimintatapasi silloin, kun potilas haluaa tutkia uskonnollista mielensisältöään.
- Psykoterapian settingin vaikutukset uskonnollisten asioiden käsittelyyn hoidossa.
- Uskonnollisten asioiden käsittely omassa koulutushoidossasi, psykoterapiakoulutuksessasi ja työnohjauksessa.
- Toimintatapojesi mahdolliset muutokset asiakkaan uskonnollisten kysymysten käsittelyssä psykoterapeutti-urasi aikana
- Uskonnollisuuden ja psykoterapian herättämät kysymykset omassa elämässäsi yleensä.
- Hengellisen yhteisön (omasi ja potilaan) ja suomalaisen asenneilmaston vaikutus toimintatapoihisi.

Liitä kirjoitukseen taustatiedoiksi ikäsi, sukupuolesi, psykoterapeutiksi valmistumisvuotesi ja koulutusyhteisön nimi, sekä myös pohjakoulutuksesi. Samoin kerro, mikä on psykoterapeuttinen viitekehyses. Mikäli voit osallistua myöhemmin myös mahdolliseen haastatteluun, laita mukaan yhteystietosi. Tietoja käsitellään ja säilytetään luottamuksellisesti. Mahdollinen tunnistettavuus poistetaan tulostekstistä. Kerättyä tutkimusmateriaalia voidaan käyttää myös muihin hankkeen tutkimuksiin Itä-Suomen yliopiston filosofisen tiedekunnan teologian osastolla, mutta tällöinkään henkilöllisyytesi ei paljastu.

Lähetä kirjoituksesi huhtikuun 2013 loppuun mennessä joko sähköisesti: psykoterapeutti.tutkimus@uef.fi tai postitse: Kohmankaari 2 E 27 33310 Tampere. Voit myös kysyä lisätietoja sähköpostitse edellä mainitun osoitteen kautta.

Peppi Sievers Itä-Suomen yliopiston teologian jatko-opiskelija, psykiatrian erikoislääkäri, psykoterapeutti, psykoanalyttikko (IFPS), TM, pastori

LIITE 2: HAASTATELUPYYNTÖ. LÄHETETTY SÄHKÖPOSTIN LIITTEENÄ.

HEI PSYKOTERAPEUTTI!

Itä-Suomen yliopistossa teologian osastolla on käynnistymässä hanke, jossa tutkitaan uskonnollisten mielensisältöjen käsittelyä psykoterapioissa. Itse teen tässä hankkeessa väitöskirjaa. Tutkimukseni kuuluu käytännöllisen teologian alueeseen Itä-Suomen yliopiston filosofisen tiedekunnan teologian osastolla. Ohjaajani ovat käytännöllisen teologian professori Paavo Kettunen sekä psykoanalyttikko, pastoraalipsykologian dosentti, TT Matti Hyrck.

Psykoterapiakoulutuksen ollessa murrosvaiheessa sen siirryttyä yliopistoihin vuoden 2012 alusta, on merkittävää saada tietoa siitä, miten uskonnollisia aiheita käsitellään psykoterapioissa. Pyydän, että sinä psykoterapeutti-nimikettä käyttämään oikeutettu psykoterapeutti osallistuisit tutkimukseeni omista kokemuksistasi psykoterapioiden antajana. Olen kiinnostunut siitä, miten itse psykoterapeuttina tätä aihepiiriä lähestyt, miltä se sinusta itsestäsi tuntuu psykoterapiatyötä tehdessäsi.

Voisitko osallistua tutkimukseeni? Haastattelun merkeissä. Haastattelu kestää noin tunnin. Palkkiota en voi maksaa, mutta tulen haastattelemaan sinua haluamaasi paikkaan sovittuna aikana. Muutama päivä ennen haastattelua lähetän sinulle lyhyen teemalistan aiheista.

Tietoja käsitellään ja säilytetään luottamuksellisesti. Mahdollinen tunnistettavuus poistetaan tulostekstistä. Kerättyä tutkimusmateriaalia voidaan käyttää myös muihin hankkeen tutkimuksiin Itä-Suomen yliopiston filosofisen tiedekunnan teologian osastolla, mutta tällöinkään henkilöllisyytesi ei paljastu.

Peppi Sievers Itä-Suomen yliopiston teologian jatko-opiskelija, psykiatrian erikoislääkäri, psykoterapeutti, psykoanalyttikko (IFPS), TM, pastori peppi.sievers@fimnet.fi p. 044 5389039

LIITE 3: HAASTATTELUN TEEMALISTA

- Kerro, minkälaiset asiat miellät uskonnolliseksi mielensisällöksi.
- Kuvaile omia ajatuksiasi, käsityksiäsi ja tunteitasi, kun potilas ottaa esille uskonnollisia asioita.
- Toimintatapasi silloin, kun potilas haluaa tutkia uskonnollista mielensisältöään.
- Miten näet psykoterapian `settingin` hengellisten asioiden yhteydessä?
- Miten uskonnollisia asioita käsiteltiin omassa koulutushoidossasi, psykoterapiakoulutuksessasi ja työnohjauksessasi?
- Mahdolliset muutokset tavassasi kohdata potilaan uskonnollisia asioita oman psykoterapeutin urasi aikana?
- Psykoterapian ja hengellisyyden herättämät kysymykset omassa elämässäsi yleensä.
- Mahdollisen hengellisen yhteisön (omasi ja potilaan) vaikutus toimintatapoihisi.

LIITE 4: ILMOITUKSENI SUOMEN PSYKIATRIYHDISTYKSEN SULJETUILLA SIVUILLA FACEBOOKISSA 23.8.2014

Hei!

Olen koulutukseltani psykiatri, psykoanalyttikko ja teologi. Tarvitsisin muutaman haastateltavan väitöskirjatutkimustani varten. Teen pastoraalipsykologista (käytännöllisen teologian alalaji) tutkimusta Itä-Suomen yliopistoon siitä, miten psykoterapeutit käsittelevät työssään potilaidensa hengellistä materiaalia. Ja myös sitä, millaisia perusteita heillä on omaan toimintaansa. En siis ole kiinnostunut psykoterapeuttien omasta uskonelämästä tai vakaumuksesta/vakaumuksettomuudesta, vaan ainoastaan heidän tavoistaan työskennellä.

Tällä hetkellä aineistossani on riittävästi haastatteluja psykoterapeuteilta, joiden työskentelyalueeseen hengelliset aihepiirit enemmän tai vähemmän kuuluvat. Jotta aineistoni rikastuisi, tarvitsisin myös kriittisesti asiaan suhtautuvien psykoterapeuttien näkemyksiä.

Eli jos olet psykoterapeutti-nimikkeen käyttöön oikeutettu psykodynaaminen tai kognitiivinen psykoterapeutti ja haluaisit osallistua tutkimukseeni, niin lähetä yksityisviestiä. Käsittelemme aineistoa ehdottoman luottamuksellisesti, ja kaikki mahdolliset tunnistetiedot hämäämme raportissa. Haastattelu kestää noin tunnin, mitään korvausta en voi tästä maksaa, toki tulen tekemään haastattelua toivomaasi paikkaan ennalta sovittuna aikana. Muutama päivä ennen haastattelua lähetän lyhyen teemalistan aihepiiristä.

**PUBLICATIONS OF THE UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND
DISSERTATIONS IN EDUCATION, HUMANITIES, AND THEOLOGY**

1. Taru Viinikainen. *Taipuuko "akrobaatti Aleksandra"? Nimikekonstruktio ja nimikkeen taipuminen lehtikielessä 1900-luvulta 2000-luvulle.* 2010.
2. Pekka Metso. *Divine Presence in the Eucharistic Theology of Nicholas Cabasilas.* 2010.
3. Pekka Kilpeläinen. *In Search of a Postcategorical Utopia. James Baldwin and the Politics of 'Race' and Sexuality.* 2010.
4. Leena Vartiainen. *Yhteisöllinen käsityö. Verkostoja, taitoja ja yhteisiä elämyksiä.* 2010.
5. Alexandra Simon-López. *Hypersurrealism. Surrealist Literary Hypertexts.* 2010.
6. Merja Sagulin. *Jälkiä ajan hiekassa. Kontekstuaalinen tutkimus Daniel Defoen Robinson Crusoen suomenkielisten adaptaatioiden aatteellisista ja kirjallisista traditioista sekä subjektikäsitteistä.* 2010.
7. Pirkko Pollari. *Vapaan sivistystyön kieltenopettajien pedagogiset ratkaisut ja käytännöt teknologiaa hyödyntävässä vieraiden kielten opetuksessa.* 2010.
8. Ulla Piela. *Kansanparannuksen kerrotut merkitykset Pohjois-Karjalassa 1800- ja 1900-luvuilla.* 2010.
9. Lea Meriläinen. *Language Transfer in the Written English of Finnish Students.* 2010.
10. Kati Aho-Mustonen. *Group Psychoeducation for Forensic Long-term Patients with Schizophrenia.* 2011.
11. Anne-Maria Nupponen. *»Savon murre» savolaiskorvin. Kansa murteen havainnointi.* 2011.
12. Teemu Valtonen. *An Insight into Collaborative Learning with ICT: Teachers' and Students' Perspectives.* 2011.
13. Teemu Kakkuri. *Evankelinen liike kirkossa ja yhteiskunnassa 1944-1963. Aktiivinen uudistusliike ja konservatiivinen sopeutuja.* 2011.
14. Riitta Kärkkäinen. *Doing Better? Children's and Their Parents' and Teachers' Perceptions of the Malleability of the Child's Academic Competences.* 2011.
15. Jouko Kiiski. *Suomalainen avioero 2000-luvun alussa. Miksi avioliitto puretaan, miten ero koetaan ja miten siitä selviydytään.* 2011.
16. Liisa Timonen. *Kansainvälisty tai väisty? Tapaustutkimus kansainvälisyysosaamisen ja kulttuurienvälisen oppimisen merkityksenannoista oppijan, opettajan ja korkeakoulutoimijan pedagogisen suhteen rajaamissa kohtaamisen tiloissa.* 2011.
17. Matti Vääntinen. *Oikeasti hyvä numero. Oppilaiden arvioinnin totuudet ja totuustuotanto rinnakkaiskoulusta yhtenäiskouluun.* 2011.
18. Merja Ylönen. *Aikuiset opin poluilla. Oppimistukikeskuksen asiakkaiden opiskelukokemuksista ja kouluttautumishalukkuudelle merkityksellisistä tekijöistä.* 2011.
19. Kirsi Pankarinkangas. *Leskien keski-ikässä tai myöhemmällä iällä solmimat uudet avioliitot. Seurantatutkimus.* 2011.
20. Olavi Leino. *Oppisopimusopiskelijan oppimisen henkilökohtaistaminen ja oppimismahdollisuudet työpaikalla.* 2011.

21. Kristiina Abdallah. *Translators in Production Networks. Reflections on Agency, Quality and Ethics*. 2012.
22. Riina Kokkonen. *Mittarissa lapsen keho ja vanhemmuus – tervettä lasta sekä ”hyvää” ja ”huonoa” vanhemmuutta koskevia tulkintoja nyky-Suomessa*. 2012.
23. Ari Sivenius. *Aikuislukion eetos opettajien merkityksenantojen valossa*. 2012.
24. Kamal Sbiri. *Voices from the Margin. Rethinking History, Identity, and Belonging in the Contemporary North African Anglophone Novel*. 2012.
25. Ville Sassi. *Uudenlaisen pahan unohdettu historia. Arvohistoriallinen tutkimus 1980-luvun suomalaisen romaanin pahan tematiikasta ja ”pahan koulukunta” –vuosikymmenmääritteen muodostumisesta kirjallisuusjärjestelmässä*. 2012.
26. Merja Hyytiäinen. *Integroiden, segregoiden ja osallistaen. Kolmen vaikeasti kehitysvammaisen oppilaan opiskelu yleisopetuksessa ja koulupolku esiopetuksesta toiselle asteelle*. 2012.
27. Hanna Mikkola. *”Tänään työ on kauneus on ruumis on laihuus.” Feministinen luenta syömishäiriöiden ja naissukupuolen kytköksistä suomalaisissa syömishäiriöromaanissa*. 2012.
28. Aino Äikäs. *Toiselta asteelta eteenpäin. Narratiivinen tutkimus vaikeavammaisen nuoren aikuisen koulutuksesta ja työllistymisestä*. 2012.
29. Maija Korhonen. *Yrittäjyyttä ja yrittäjämäisyyttä kaikille? Uusliberalistinen hallinta, koulutettavuus ja sosiaaliset erot peruskoulun yrittäjyyskasvatuksessa*. 2012.
30. Päivikki Ronkainen. *Yhteinen tehtävä. Muutoksen avaama kehittämissyrkimys opettajayhteisössä*. 2012.
31. Kalevi Paldanius. *Eläinlääkärin ammatti-identiteetti, asiakasvuorovaikutuksen jännitteiden hallinta ja kliinisen päättelyn yhteenkietoutuminen sekapraktiikassa*. 2012.
32. Kari Korolainen. *Koristelun kuvailu. Kategorisoinnin analyysi*. 2012.
33. Maija Metsämäki. *Influencing through Language. Studies in L2 Debate*. 2012.
34. Pål Lauritzen. *Conceptual and Procedural Knowledge of Mathematical Functions*. 2012.
35. Eeva Raunistola-Juutinen. *Äiti ja nunna – Kirkkojen maailmanneuvoston naisten vuosikymmenen ortodoksiset naiskuvat*. 2012.
36. Marja-Liisa Kakkonen. *Learning Entrepreneurial Competences in an International Undergraduate Degree Programme. A Follow-Up Study*. 2012.
37. Outi Sipilä. *Esiliina aikansa kehyksissä – moniaikaista tekstiilikulttuuria ja representaatioita kodista, perheestä, puhtaudesta ja käsityöstä 1900-luvun alkupuolen Suomessa*. 2012.
38. Seija Jeskanen. *Piina vai pelastus? Portfolio aineenopettajaopiskelijoiden ammatillisen kehittymisen välineenä*. 2012.
39. Reijo Virolainen. *Evankeliumin asialla - Kurt Frörin käsitys evankelisesta kasvatuksesta ja opetuksesta Saksassa 1930-luvulta 1970-luvulle*. 2013.
40. Katarzyna Szal. *Finnish Literature in Poland, Polish Literature in Finland – Comparative Reception Study from a Hermeneutic Perspective*. 2013.
41. Eeva-Liisa Ahtiainen. *Kansainvälistymisen ja laadunvarmistuksen yhteys ammattikorkeakoulun asiakirjateksteissä. Tapaustutkimus*. 2013.
42. Jorma Pitkänen. *Fides Directa – Fides Reflexa. Jonas Laguksen käsitys vanhurskauttavasta uskosta*. 2013.
43. Riitta Rajasuu. *Kuopiossa, Oulussa ja Turussa vuosina 1725–1744 ja 1825–1844 syntyneiden kastenimet*. 2013.

44. Irina Karvonen. *Pyhän Aleksanteri Syväriläisen koulukunta – 1500-luvun luostarihistoriaa vai 1800-luvun venäläiskansallista tulkintaa?* 2013.
45. Meri Kytö. *Kotiin kuuluvaa. Yksityisen ja yhteisen kaupunkiaänitilan risteymät.* 2013.
46. Jörg Weber. *Die Idee von der Mystagogie Jesu im geistigen Menschen: Einführung in die »christliche Theosophie« des Corpus Areopagiticum.* 2013.
47. Tuija, Lukin. *Motivaatio matematiikan opiskelussa – seurantatutkimus motivaatiotehokäytöstä ja niiden välisistä yhteyksistä yläkoulun aikana.* 2013.
48. Virpi Kaukio. *Sateenkaari lätäkössä. Kuvitellun ja kerrotun ympäristöestetiikka.* 2013.
49. Susanna Pöntinen. *Tieto- ja viestintäteknologian opetuskäytön kulttuurin diskursiivinen muotoutuminen luokanopettajaopiskelijoiden puheessa.* 2013.
50. Maria Takala-Roszczenko. *The 'Latin' within the 'Greek': The Feast of the Holy Eucharist in the Context of Ruthenian Eastern Rite Liturgical Evolution in the 16th–18th Centuries.* 2013
51. Erkki Nieminen. *Henki vastaan alkoholi: AA-toiminnan synty ja kehitys Lahdessa 1950-1995.* 2014.
52. Jani Kaasinen. *Perinnerakentaminen käsitteenä ja osana teknologiakasvatusta - opettajaopiskelijoiden käsitykset, käsitysten jäsenyisyys ja muutos perinnerakentamisen opintojakson aikana.* 2014.
53. Gerson Lameck Mgya. *Spiritual gifts: A sociorhetorical interpretation of 1 cor 12–14.* 2014.
54. Pauli Kallio. *Esimiehen muuttuvat identiteetit: Narratiivinen tutkimus keskijohdon identiteeteistä ja samastumisesta organisaatiomurroksessa.* 2014.
55. Sirpa Tokola-Kemppi. *Psykoanalyttisen psykoterapian merkityksiä kirjailijahaastattelujen valossa.* 2014.
56. Dhuana Affleck. *How does Dialogical Self Theory appear in the light of Cognitive Analytic Therapy? Two approaches to the self.* 2014.
57. Teemu Ratinen. *Torjuttu Jumalan lahja. Yksilön kamppailu häpeällistä seksuaalisuutta vastaan.* 2014.
58. Päivi Löfman. *Tapaustutkimus itseohjautuvuudesta sairaanhoitajakoulutuksen eri vaiheissa.* 2014.
59. Päivi Kujamäki. *Yhteisenä tavoitteena opetuksen eheyttäminen. Osallistava toimintatutkimus luokanopettajille.* 2014.
60. Henriikka Vartiainen. *Principles for Design-Oriented Pedagogy for Learning from and with Museum Objects.* 2014.
61. Päivi Kaakkunen. *Lukudiplomin avulla lukemaan houkutteleva yläkoulussa. Lukudiplomin kehittämistutkimus perusopetuksen vuosiluokilla 7–9.* 2014.
62. Jari Kukkonen. *Scaffolding inquiry in science education by means of computer supported collaborative learning : pupils' and teacher students' experiences.* 2015.
63. Petteri Nieminen. *Unified theory of creationism – Argumentation, experiential thinking and emerging doctrine.* 2015.
64. Esa Asikainen. *"Me olemme postipaketteja": tutkimus Helsingin vammaiskuljetuksesta vuosina 2002-2007.* 2015.
65. Anna Logrén. *Taiteilijapuheen moniäänisyys. Tutkimus mediavälitteisen ja (kuva) taiteilijalähtöisen taiteilijapuheen muotoutumisesta.* 2015.
66. Päivi Virkki. *Varhaiskasvatus toimijuuden ja osallisuuden edistäjänä.* 2015.

67. Terhi Nevalainen. *Pinkit piikkikorot. Chick lit -kirjallisuuden postfeministiset sisällöt ja lukijat niiden merkityksellistäjinä*. 2015.
68. Soile Tikkanen. *Development of an empathic stance. Dialogical sequence analysis (DSA) of a single case during clinical child neurological assessment procedures*. 2015.
69. Erja Laakkonen. *Aikuisuuden kulttuuriset kuvat 25-35-vuotiaiden naisten haastattelupuheissa ja naistenlehtiteksteissä*. 2015.
70. Wu Enqin. *What Does Design Expose? A Comparative Study of Finnish Modern Furniture and Chinese Ming-style Furniture*. 2015.
71. Vuokko Malinen. *Uuspari. Uusperheen parisuhde ja koulutuksellisen intervention mahdollisuudet sen tukemiseen*. 2015.
72. Juhana Venäläinen. *Yhteisen talous: tutkimus jälkiteollisen kapitalismin kulttuurisesta sommittumasta*. 2015.
73. Johanna Hokkanen. *Kotien lääkekasvatus*. 2015.
74. Eveline Omagano Anyolo. *Implementing Education for Sustainable Development in Namibia: A Case of Three Senior Secondary Schools*. 2015.
75. Satu Tuomainen. *Recognition and Student Perceptions of Non-formal and Informal Learning of English for Specific Purposes in a University Context*. 2015.
76. Jari Ruotsalainen. *Iholle kaiverrettu. Tatuoimisen kulttuurinen murros Suomessa*. 2015.
77. Sanna Hillberg. *Relativization in Scottish Standard English: a corpus-based study on newspaper language*. 2015.
78. Virpi Turunen. *Pellavalangan neulonta kotineulekoneella*. 2015.
79. Emilia Valkonen. *"Me myymme ja markkinoimme kursseja" Markkinaorientaation piirteet kansalaisopistoissa*. 2015.
80. Petri Haapa. *Suomalainen peruskoulun rehtori koulun tietokonepohjaisen hallinto-ohjelman käyttäjänä*. 2016.
81. Helena Valkeapää. *Maahanmuuttaja-afgaanien kotitalouden toiminta ja akkulturaatio*. 2016.
82. Airi Hakkarainen. *Matematiikan ja lukemisen vaikeuksien yhteys toisen asteen koulutuspolkuun ja jatko-opintoihin tai työelämään sijoittumiseen*. 2016.
83. Maria Kok. *Varjon kieliopillistuminen. Itse-sanan paradigman rakenne ja merkityksenkehitys itäisessä itämerensuomessa*. 2016.
84. Päivi Vesala. *Koulupihan merkitys alakoulun oppilaille. Lapsen ja ympäristön vastavuoroisen suhteen analyysi*. 2016.
85. Izabela Czerniak. *Anglo-Scandinavian Language Contacts and Word Order Change in Early English*. 2016.
86. Serja Turunen. *Matkalla musiikkiin. Fenomenologinen tutkimus peruskoulun 3.-4.-luokkalaisten taidemusiikin kuuntelukokemuksista koulun musiikkikasvatustekstissä*. 2016.
87. Minna Parkko. *Stailaaminen: työtehtävät, osaaminen ja sijoittuminen*. 2016.
88. Kaisa Pihlainen. *Merkityksellisyyttä, vastuullisuutta ja uuden luomista – Erityistä tukea tarvitsevan lapsen ja vanhemman toiminnasta teknologiakerhossa*. 2016.
89. Peppi Sievers. *Uskonnollisten ja hengellisten kysymysten käsittely suomalaisissa psykoterapioissa*. 2016.

PEPPI SIEVERS

Psykoteroapioiden maailmassa potilaiden uskonnolliset ja hengelliset kysymykset saattavat jäädä yhä käsittelemättä, vaikka potilas toisikin näitä aiheita hoitonsa piiriin. Tutkimukseni tarkastelee tätä ilmiötä psykoterapiasuhteen elementtien ja psykoterapeutin omien käsitysten kannalta. Pohdin asiaa myös psykoterapeuttikoulutusten sisältöjen näkökulmasta.



UNIVERSITY OF
EASTERN FINLAND

uef.fi

**PUBLICATIONS OF
THE UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND**
Dissertations in Education, Humanities, and Theology

ISBN 978-952-61-2203-8
ISSN 1798-5625