

KRISTINUSKO JA AFFEKTISÄÄTELYN NORMIT
UUDEN TESTAMENTIN TEKSTISSÄ SEKÄ
PSYKOTERAPEUTTIEN RAPORTOIMINA

Elina Nurminen
Uskontotieteen pro gradu -tutkielma
Teologinen tiedekunta
Marraskuu 2013

HELSINGIN YLIOPISTO – HELSINGFORS UNIVERSITET

Tiedekunta/Osasto – Fakultet/Sektion Teologinen tiedekunta		Laitos – Institution Uskontotieteen laitos	
Tekijä – Författare Elina Nurminen			
Työn nimi – Arbetets titel Kristinusko ja affektisäätelyn normit Uuden testamentin tekstissä ja psykoterapeuttien raportoimina			
Oppiaine – Läroämne Uskontotiede			
Työn laji – Arbetets art Pro gradu -tutkielma		Aika – Datum Marraskuu 2013	Sivumäärä – Sidoantal 121
Tiivistelmä – Referat <p>Tutkimuksessa tarkasteltiin kristillisiä affekteihin liittyviä normeja ja niiden vaikutusta psykoterapia-asiakkaiden affektisäätelyyn psykoanalyttisen mentalisaatioteorian näkökulmasta. Ensimmäiseksi pohdittiin sitä, miten teoriaa voitaisiin soveltaa kristinuskon tarkasteluun. Mentalisaatiolla viitattiin yksilön kykyyn nähdä mielessään omia ja toisten mentaalisia tiloja. Toiseksi tutkimuksessa määriteltiin kristillisiä affekteihin liittyviä normeja Uuden testamentin tekstin avulla. Kolmanneksi yhdeltä kognitiiviselta psykoterapeutilta, yhdeltä psykoanalytikolta ja yhdeltä kirkon perheneuvojalta kysyttiin heidän kokemuksiaan affektinormien esiintyvyydestä psykoterapiakontektissa. Lisäksi terapeuteilta tiedusteltiin normien vaikutusta asiakkaiden mentalisoituun affektiivisuuteen eli affektien tunnistamiseen, muokkaamiseen ja ilmaisemiseen.</p> <p>Kristinuskon mentalisaatioteoreettisessa tarkastelussa käytettiin apuna muun muassa neurotieteellisiä tutkimustuloksia. Uuden testamentin sisältöä erittelemällä muodostettiin inhimillisiin affekteihin liittyvien tekstikohtien pohjalta affektiteemoja, jotka jaettiin kolmeen kategoriaan: tekoihin verrattuihin affekteihin, kieltoihin kokea jokin affekti sekä kehotuksiin kokea jokin affekti. Tutkimuksen toinen analyysi toteutettiin kartoittamalla kyselylomakkeen avulla psykoterapeuttien kokemuksia normien esiintymisestä psykoterapiassa, sekä erittelemällä ja kuvaamalla saatuja vastauksia. Tutkimus on laadullinen kartoitus aihepiiristä, eikä sen perusteella voida tehdä tilastollisia yleistyksiä.</p> <p>Tutkimuksen teoreettisena tuloksena kuvattiin mentalisaatioteorian soveltamista kristinuskon tarkasteluun neljästä näkökulmasta: usko mentaalisia tiloja kokevaan Jumalaan edellyttää yksilön kykyä mentalisaatioon, mentalisaatiokyvyn taustalla oleva kiintymystyyli määrittää ihmissuhteiden tavoin myös jumalasuhdetta, uskonnosta puhuttaessa tulisi pyrkiä mentalisoivaan, "ei-tietävään" asenteeseen, ja kristillisten yhteisöjen merkitys affektinormien välittäjänä tulisi huomioida. Uuden testamentin tekstissä kahta affektia verrattiin tekoon: viha rinnastettiin murhaan ja seksuaalinen himo aviorikokseen. Lisäksi tekstin perusteella muodostettiin 22 erilaista affekteihin liittyvää kieltoteemaa kuten kielto pelätä ja 25 kehotusteemaa kuten kehotus rakastaa lähimmäistä. Kaikki psykoterapeutit olivat kohdanneet asiakkaita, jotka olivat verranneet vihaa ja seksuaalista himoa tekoon. 47:stä affektikiellosta ja -kehotuksesta vain yksi ei ollut esiintynyt psykoterapeuttien asiakassuhteissa. Jokainen tutkittavista oli kohdannut suhteellisen usein kiellot kokea vihaa, seksuaalista himoa ja ylpeyttä, sekä kehotukset kunnioittaa omia vanhempia ja puolisoa. Kuvauksissa kristillisiksi ymmärrettyjen normien vaikutuksesta asiakkaiden mentalisoituun affektiivisuuteen korostuivat lähes yksinomaan vaikeudet tunnistaa, muokata ja ilmaista vihan ja seksuaalisen himon affekteja. Affektien tukahduttaminen saattoi ilmetä esimerkiksi sekundaarisina affekteina tai somaattisena oireiluna.</p>			
Avainsanat – Nyckelord Normit, affektit, Uusi testamentti, psykoterapia, mentalisaatio, affektiivisuus			
Säilytyspaikka – Förvaringställe Helsingin yliopiston kirjasto, Keskustakampuksen kirjasto, Teologia			

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	1
1.1. Tutkimuksen aihe ja tavoitteet	1
1.2. Tutkimuksen merkitys.....	4
1.3. Aikaisempi tutkimus aiheesta	9
2. TOOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KÄSITTEET	13
2.1. Peter Fonagy ja mentalisaatio-käsite.....	13
2.2. Affektin psykoanalyttinen määritelmä.....	17
2.3. Mentalisoitu affektiivisuus.....	20
3. NÄKÖKULMIA MENTALISAATIOTEORIAN SOVELTAMISEEN.....	24
3.1. Mentalisaatiokyky jumaluskon edellytyksenä	25
3.2. Kiintymystyyli määrittää jumalasuhtetta	26
3.3. Ihanteena mentalisoiva asenne uskonnosta puhuttaessa	29
3.4. Kristilliset yhteisöt ja affektit.....	30
4. UUDESSA TESTAMENTISSA ESIINTYVÄT AFFEKTINORMIT	32
4.1. Uuden testamentin sisällönanalyysi hypoteesien muodostamisessa	33
4.2. Analysoitavan tekstimateriaalin rajaukset	34
4.3. Tekoihin verratut kielletyt affektit	37
4.4. Kiellot tuntea jotakin.....	39
4.5. Kehotukset tuntea jotakin.....	50
4.6. Analyysimateriaalin kritiikki 1/2	59
5. AFFEKTINORMIEN ILMENEMINEN PSYKOTERAPIASSA	62
5.1. Kolmen psykoterapeutin kuvaukset 'todellisen elämän' esimerkkeinä	62
5.2. Kiellettyihin tekoihin verratut affektit psykoterapiakontektissa	65
5.3. Kiellettyinä kuvatut affektit psykoterapiakontektissa	66
5.4. Ideaaleina kuvatut affektit psykoterapiassa	72
5.5. Affektisäätelyyn liittyvien normien vaikutus affektien tunnistamiseen	78
5.6. Affektisäätelyyn liittyvien normien vaikutus affektien muokkaamiseen	80
5.7. Affektisäätelyyn liittyvien normien vaikutus affektien ilmaisemiseen.....	83
5.8. Analyysimateriaalin kritiikki 2/2	85
6. YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET	89

7. LÄHDE- JA KIRJALLISUUSLUETTELO.....	98
7.1. Lähteet	98
7.2. Kirjallisuus	98
7.3. Internet-lähteet	105
8. LIITE: KYSELYLOMAKE PSYKOTERAPEUTEILLE.....	105

1. JOHDANTO

Kohtaamiset transsendenttien eli tuonpuoleisten olentojen kanssa voivat ihmissuhteiden tavoin synnyttää, muokata ja ylläpitää tunteita. Uskontososiologian professorien Ole Riisin ja Linda Woodheadin mukaan kulttuuriset ja kollektiiviset symbolit eivät kuitenkaan automaattisesti vaikuta inhimilliseen tunne-elämään, vaan myös henkilökohtaisella valikoinnilla ja torjunnalla on merkitystä. (2010, 7–8.) Tunteiden hallintaa voidaan kuitenkin kuvata yhdeksi kulttuurin tärkeistä tehtävistä. Filosofian professori Loyal Rue onkin todennut kulttuurin määrittävän sääntöjä siitä, milloin tiettyjen tunteiden osoittaminen on sopivaa tai sopimatonta. (Rue 2005, 78–124; Seiwart 2009, 230–235.) Kulttuurin suhde tunteisiin ei ole neutraali. Ruen sanoin: kulttuuri moralisoi tunne-elämää.

1.1. Tutkimuksen aihe ja tavoitteet

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella kristillisen kulttuurin suhdetta tunteisiin määrittämällä aluksi tunteisiin liittyviä kristillisiä normeja Uuden testamentin tekstin avulla sekä kartoittamalla näiden normien mahdollista vaikutusta psykoterapia-asiakkaiden tunteidensäätelyyn. Tähän tavoitteeseen edetään muodostamalla ensin teoreettinen viitekehys psykoanalyttista mentalisaatioteoriaa soveltaen. Tutkimuksen tarkoituksena on lisätä tietoisuutta affekteihin eli tunneprosesseihin liittyvien kannanottojen olemassaolosta keskeisessä kristillisessä tekstissä sekä kartoittaa näiden mahdollista vaikutusta kliiniseen mielenterveystyön arkeen.

Koska mentalisaatioteoriaa ei aikaisemmin ole sovellettu suomalaisessa uskontotieteessä, on teoreettisen kivijalan rakentaminen tutkimuksen keskeinen tavoite ja työn luonne sinänsä myös teoreettinen. Ensimmäinen kolmesta tutkimuskysymyksestä kuuluukin, kuinka uskontoa voitaisiin lähestyä mentalisaatioteorian näkökulmasta käsin. Mentalisaatioteorialla tarkoitetaan

brittiläisen psykiatrin ja psykoanalyytikon Peter Fonagyn ja hänen kollegojensa kehittämää näkemyksiä, joiden mukaan mentalisaatiokyvyllä, eli kyvyllä ymmärtää ja tulkita omia ja toisten tunteita, toiveita, haluja ja uskomuksia, on keskeinen merkitys yksilön kehitykselle ja hyvinvoinnille. Mentalisaation käsite viittaa siis yksilön metakognitiiviseen kykyyn tunnistaa omia ja toisten mielen sisältöjä. (Kalland 2006, 377.) Mentalisaatiota käsitellään tarkemmin luvussa 2.1. Työn kannalta keskeistä on myös mentalisaatioteorian näkökulmien perustelu aikakaudella, jolla ympäristötekijät usein nähdään toissijaisina biologis-geneettisiin vaikuttimiin verrattuna (Fonagy ym. 2002, 97–100). Näihin perusteisiin palataan tutkimuksen merkitystä koskevassa luvussa 1.2.

Keskeisimpänä terminä tässä tutkimuksessa on mentalisoitu affektiivisuus, joka kuvaa spesifisti tunteisiin liittyvää mentalisaatiokykyä. Se ilmentää sitä mahdollisuutta, joka yksilöllä on muuttaa ja säädellä omia affektiivisiä kokemuksiaan tunnistamalla, muokkaamalla ja ilmaisemalla tunteitaan. (Fonagy ym. 2002, 435–440.) Mentalisoidun affektiivisuuden tarkempaan määrittelyyn palataan luvussa 2.3. Koska mentalisaatiokyvyn juuret ulottuvat lapsuuden kiintymyssuhteisiin, on myös kiintymys yksi tutkimuksen keskeisistä käsitteistä. Sillä viitataan voimakkaaseen tunnesiteeseen, joka muodostuu esimerkiksi lapsen ja häntä hoitavan henkilön, yleensä vanhemman välille (Bowlby 1969, 371–374). Mentalisaatiokyvyn, kiintymystyylin ja jumalaukon välisiä yhteyksiä käsitellään luvussa 3. Tutkimuksessa olennainen käsite on myös affekti, joka tässä ymmärretään koko affektiivisen prosessin, eli myös emootiot ja tunteet kattavaksi yläkäsitteeksi. Tällainen prosessi saa alkunsa ruumiillisesta tarvejännityksestä, josta nouseva kiihotus yhdessä sopivan tiedostamattoman representaation kanssa laukaisee emotionaalisen vasteen kuten vihan tai ilon. Tunne on puolestaan yksilön tietoinen havainto emotionaalisesta vasteesta, johon yhdistyvät yksilölliset muisti- ja mielikuvat. Affekti ilmenee siis mielen ja ruumiin rajapinnalla. (Matthis 2000, 215–227; Enckell 2005, 22–30; Äärelä 2009, 98–107.) Affektin käsitteeseen palataan tarkemmin luvussa 2.2.

Toisena tutkimuskysymyksenä tarkastellaan, minkälaisia affekteihin liittyviä normeja kristinuskoon saattaisi sisältyä. Normeilla viitataan tässä niihin sääntöihin ja ohjeisiin, jotka kuvastavat sitä, mitkä affektit nähdään tavoiteltavina ja mitkä ei. Tarkoituksena on muodostaa hypoteettisia oletuksia, jotka auttavat edelleen suuntaamaan tiedonhakua ja muodostamaan spesifimpiä kysymyksiä normien esiintymisestä psykoterapia-asiakkaiden mielessä. Kysymykseen

vastatessa aineistona toimii koko Uuden testamentin teksti, josta sisältöä erittelemällä etsitään kannanottoja liittyen inhimillisiin affekteihin. Uuden testamentin käyttämistä aineistona voidaan perustella sen keskeisellä merkityksellä kristinuskon ohjeellisena tekstikokoelmana eli kaanonina. Analyysin pohjalta muodostettuja affektikieltojen ja -kehotusten teemoja voidaan kutsua kristinuskoon liittyviksi affektisäätelyn normeiksi. Kyse on normeista, sillä kannanotot voidaan nähdä eräänlaisena tekstissä kuvattuna affektisäätelyn ideaalina. Normatiiviset lauseet ilmenevätkin aineistossa usein juuri kieltämisenä, nuhteluna tai vastaavasti kehotuksina. (Alasuutari 1999, 224–225; Kalliopuska 2005, 137–138.) Tekstianalyysin kulkua ja käytettyä metodia käsitellään luvussa 4.1.

Lopuksi uskonnon vaikutusta affekteihin tarkastellaan suhteessa mielenterveystyöhön, sillä psykoterapiakontekstissa affektien pohtiminen on erityisen tärkeää. Jokaisen psykoterapiamuodon tavoitteena on muokata asiakkaan suhdetta omiin affekteihinsa (Fonagy ym. 2002, 441). Kolmantena tutkimuskysymyksenä onkin, voivatko uskonnollisessa tekstissä ilmenevät affekteihin liittyvät kannanotot vaikuttaa psykoterapia-asiakkaiden mentalisoituun affektiivisuuteen psykoterapeuttien näkökulmasta. Tällöin siis havainnoidaan, aktualisoituvatko kristilliset affekteihin liittyvät normit joidenkin psykoterapia-asiakkaiden hoidossa. Näkökulmana on kolmen eri koulukuntaa edustavan psykoterapeutin kokemukset asiakkaidensa uskonnollisuudesta. Kartoittamalla kristillisten normien vaikutusta psykoterapiaan nähdään häivähdyksiä siitä, minkälaisissa yhteyksissä uskonnollisten kysymysten ja yksilön affektiiivisten kokemusten suhdetta saatetaan pohtia psykoterapiassa. Terapeuttien kokemuksiin liittyvän analyysin vaiheita ja siinä käytettyä metodia kuvataan luvussa 5.1.

Tutkimushenkilöinä toimivien kolmen psykoterapeutin teoreettiset ja menetelmälliset lähtökohdat ovat keskenään jokseenkin erilaisia. Tässä tutkimuksessa käytetyt käsitteet pohjautuvat kuitenkin pääosin psykoanalyttiseen tutkimusperinteeseen. Siitä huolimatta, että psykoanalyysin parissa analysandeista eli analyysissä kävijöistä usein puhutaankin potilaina, käytetään tässä kuitenkin termiä asiakas. Sanamuutos on mielekäs, sillä potilaista voidaan psykoanalyysistä irrallaan puhua useimmiten vain rajoitetuissa konteksteissa kuten sairaalassa. Poikkeuksena tässä tekstissä ovat tilanteet, joissa taustakirjallisuudessa käytetään sanaa potilas. Samoin psykoanalyttinen käsite affekti saattaa toisinaan korvautua emotion tai tunteen käsitteellä, mikäli nämä korostuvat taustakirjallisuudessa.

Psykonalyttisen hoitomenetelmän suhteesta uskonnollisiin kysymyksiin voidaan todeta, että analyytikon tehtävänä on vahvistaa analysandin psyykkistä autonomiaa, eikä hänen tulisi ottaa kantaa analysandin moraalisiin tai eettisiin pohdintoihin. Analytikko ei neuvo, opeta tai ohjeista vaan pyrkii luomaan mahdollisuuden tutkia analysandin psyykkistä todellisuutta avoimesti. Psykoanalyysissä keskeistä onkin niin sanottu tutkimuksellinen asenne, joka merkitsee pyrkimystä tietää, ymmärtää sekä oivaltaa yhteyksiä ja muotoilla selityksiä. Tavoitteena on auttaa analysandia tuomalla helpotusta kärsimystä aiheuttaviin psyykkisiin ristiriitoihin. Moraalikysymyksiä lähestytään analyysissä ensisijassa siitä näkökulmasta, tukevatko analysandin asenteet hänen peruspyrkimyksiään vai rajoittavatko ne niitä ja aiheuttavat siten kärsimystä. (Kotkavirta 2009, 288–290; 304.) Tutkijana haluan tässä työssä pyrkiä edellä kuvattuun tutkimukselliseen asenteeseen, avoimeen uteliaisuuteen ja mielenkiintoon tutkittavaa ilmiötä kohtaan. Psykologina toivoisin voivani tarkastella tutkimusobjektiani niin sanotun mentalisoivan asenteen puitteissa: eri näkökulmia avoimesti tarkastellen ja monimerkityksellisyyden hyväksyen (Allen 2013, 194, 218, 240).

1.2. Tutkimuksen merkitys

Tämän tutkimuksen merkitys tieteelliselle diskurssille voidaan jakaa kolmeen osaan: ensimmäinen näistä on psykoanalyttisen mentalisaatioteorian soveltaminen uskontotieteeseen ja sitä myötä myös neurotieteellisten tulosten hyödyntämisen ihmistieteiden tutkimusperinteessä. Toiseksi tutkimuksessa keskitytään affekteihin, jotka ovat viime vuosikymmeninä tulleet laiminlyödyiksi uskontotieteellisessä tutkimuksessa. Kolmantena pyrkimyksenä on osallistua uskontotieteen ja mielenterveystyön väliseen dialogiin. Seuraavaksi käsitellään näitä perusteluja tarkemmin.

Ensimmäinen argumentti pohjautuu psykoanalyysin ja neurotieteen yhteiselle näyttämölle, joka uskontotieteellisessä tutkimuksessa on vielä verrattain tuntematon alue. Neurobiologiset havainnot yksilön kokemusten ja ympäristön vaikutuksista aivojen rakenteeseen ja toimintaan ovat nimittäin luoneet jalansijaa myös psykoanalyysille: mekaaniseen biologiseen determinismiin pohjautuvat

käsitykset ovat korvautumassa kokonaisvaltaisemmalla näkökulmalla, joka korostaa aivojen muovautuvuutta ja muutosvalmiutta sekä aivojen ja ympäristön välistä vuorovaikutusta. (Lehtonen 2006, 396–397.) Esimerkkinä voidaan mainita neurobiologi ja nobelisti Erik Kandelin tutkimustulokset, joiden mukaan kehitykselliset ja sosiaaliset tekijät vaikuttavat geenien ilmentymiseen ja että oppiminen muokkaa tätä vaikutusta (1998, 460). Hän onkin peräänkuuluttanut neurobiologian, kognitiivisen psykologian ja psykoanalyysin yhdistämistä uuden ja syvemmän ymmärryksen luomiseksi ihmismielestä (1999, 522). Erityisesti tunne-elämän merkityksen korostuminen aivojen toiminnassa on tarjonnut psykoanalyysille mahdollisuuden hyödyntää neurobiologisia tutkimustuloksia omalla alallaan (Lehtonen 2009, 162). Psykoanalyttinen ja neurobiologinen malli tunteista vastaavatkin suurelta osin toisiaan: kummassakin tunne-elämä nähdään tapahtumaketjuna, joka alkaa fysiologisista tuntemuksista kuten seksuaalisista impulsseista. Affekti puolestaan havaitaan mielessä tietynä tunteena.

Toisaalta neurologisella tutkimuksella on pitkät perinteet myös psykoanalyysissä, toimihan psykoanalyysin perustaja, itävaltalainen lääkäri ja tutkija Sigmund Freudkin (1856–1939) yli kaksikymmentä vuotta neurologina ja ehti ennen psykoanalyysin kehittämistä kirjoittaa yli 200 neurotieteellistä julkaisua. Freudin jälkeisellä ajalta alkanutta tieteiden välistä syvempää kuilua on kurottu umpeen 1990-luvulta lähtien. Näitä uusia tutkimuksia on kuvattu neuropsykoanalyttisiksi. (Takalo 2009, 132, 147.)

Aivotutkimuksen ja psykoanalyysin yhdistäminen on teoreettista yhteensovittamista tai sen puutetta, sillä käytännön hoitotyö rakentuu samojen kliinisten periaatteiden varaan kuten aiemminkin: kahden henkilön molemminpuolisen työn eikä jonkin ulkoohjautuvan tekijän varaan. Psykoanalyysin tavoitteena on avata sitä kokemuksellista todellisuutta, joka tulee esiin tunteiden kautta, kun taas neurobiologi kiinnittää huomionsa neuraalisiin rakenteisiin ja toimintoihin, jotka toimivat tunteiden ehtona. (Enckell 2009, 181–183.) Pohjimmiltaan psykoanalyysi on ihmistiede, joka on kiinnostunut merkityksistä, kun taas luonnontieteellisessä neurotieteessä pyrkimyksenä on löytää kausaalisia ehtoja (Enckell 2009, 179–180). Psykologi Tatu Teräväinen on myös huomauttanut, että neuropsykoanalyysi on kiehtovuudestaan huolimatta usein unohtanut psykoanalyysin varsinaisen päätutkimuskohteen eli dynaamisen tiedostamattoman, jota on vaikea empiirisesti mitata. Teräväinen näkee tämän syynä esimerkiksi psykoanalyytikko André Greenin (1927–2012)

neuropsykoanalyysiä kohtaan esittämälle kritiikille. (Green 2005, 261–276; Teräväinen 2012, 48–49.) Jääkin vielä nähtäväksi, mikä aivotutkimuksen anti tulee olemaan käytännön hoitotyölle tulevassa (Lehtonen 2009, 168–169). Suomalainen psykoanalyttikko Henrik Enckell on kuvannut seuraavalla tavalla mielestään ideaalia suhtautumista neurotieteen ja psykoanalyysin suhteeseen: välttyäkseen näivettymisen riskiltä, ihmisen tulisi kyetä sekä koskemattomuuteen että vaikuttamiseen (2009, 179–180, 192). Psykoanalyttinen mentalisaatioteoria voi tarjota tähän hyvän lähtökohdan.

Mentalisaatioteoria on uusi näkökulma uskontopsykologiassa, jossa neurotieteiden huomioiminen on pääasiassa jäänyt kognitiivisen uskontotieteen osaksi. Sekä kognitiivisessa uskontotieteessä että neuropsykoanalyysissä ja mentalisaatioteoriassa viitataan samoihin neurotieteilijöihin, joiden tutkimustulokset ovat mullistaneet muun muassa affektitutkimusta. Esimerkiksi tunnetun neurologin Antonio Damasion työn merkitys korostuu niin kognitiivisessa uskontotieteessä (mm. Lange 2008, 190–191), mentalisaatioteoriassa (Fonagy ym. 2002, 77–88) kuin neuropsykoanalyysiäkin kuvaavassa kirjallisuudessa (mm. Lehtonen 2006, 396–406). Sekä Damasio että psykoanalyysi tutkivat subjektiivista kokemusta (Enckell 2005, 25). Mentalisaatioteoriassa nähdään Damasion työn merkitys psykoanalyysille sen viitatessa muun muassa itsen neurobiologiseen perustaan, erityisesti itsen ja tunteiden väliseen suhteeseen. (Damasio 1994, 236–244; Fonagy ym., 2002, 77–82.) Samoin neurotieteilijä Joseph E. LeDouxin työhön viitataan kaikissa näissä tutkimuslinjoissa (mm. Fonagy ym. 2002, 74–77; Lehtonen 2006, 396–406; Lange 2008, 188).

Mentalisaatioteorian puitteissa Fonagy ja kollegat ovat kritisoineet behavioraalisen genetiikan tutkimuksia ja niistä seurannutta psykososiaalisten mallien korvautumista geneettis-biologisella viitekehyksellä. Heidän mukaansa erityisesti kiintymyssuhteen reduktio perustuu behavioraalis-geneettisten tutkimusten väärin päätelmiin, mihin liittyy esimerkiksi ympäristötekijöiden arviointi ilman suoria ympäristötekijöiden mittauksia käyttämällä vaikkapa vain vanhempien arvioita itsestään ja lapsistaan. Fonagyn mukaan behavioraalinen genetiikka tutkii ”väärää” ympäristöä: tärkeämpää kuin ympäristö on lapsen kokemus ympäristöstä. (2002, 109–115.) Mentalisaatioteorian soveltaminen uskontotieteissä on uusi mutta varteenotettava lähestymistapa, sillä uusien kognitiivisten teorioiden tapaan siinä huomioidaan neuropsykologiset tutkimukset

kiintopisteen pysyessä kuitenkin psyko-sosiaalisissa tekijöissä, kuten ympäristön vaikutuksessa mentalisaatiokyvyn kehittymiseen. Mentalisaatioteorian tarkempaan kuvaukseen palataan luvussa 2.

Tutkielman merkityksen puolesta argumentoitaessa voidaan toiseksi mainita tiedemaailmassa vallalla ollut tendenssi jättää uskonnon emotionaalinen puoli lähes huomiotta. 1970-luvulla sosiaalitieteiden lingvistinen käänne korosti kieltä ja rationaalisuutta, minkä vaikutuksesta uskontoa ja kulttuuria alettiin tarkastella merkkijärjestelminä, joita voitaisiin koodata erillään niiden sosiaalisista ja affektiivisistä konteksteista. Uskomuksia painottava tutkimus on ollut niin vakiintunut akateemisessa diskurssissa, että termejä ”uskonus” ja ”uskonto” on usein käytetty toistensa synonyymeina. Kognitiotiede ja neurotieteellinen tutkimus ovat osaltaan kuitenkin edesauttaneet kiinnostuksen hiljattaista elpymistä uskonnon emotionaalista puolta kohtaan. Osa tästä tutkimuksesta on kääntänyt pääläelleen käsityksemme kognitiosta: aisti- ja tunnekokemus näyttäisikin olevan ensisijainen suhteessa käsitteellis-lingvistiseen luokitteluun sekä abstraktiin päättelyyn. (Riis & Woodhead 2010, 1–4.) Uranuurtajana alalla on ollut muun muassa Damasio, jonka tutkimukset aivovauriopotilaille ovat osoittaneet, että mikäli potilaalta esimerkiksi etuotsalohkoon kohdistuneen vamman vuoksi puuttuu emootiot, myös järkevä päättely on estynyt (1994, 53–54, 78). Damasion mukaan René Descartes erehtyi väittäessään sielun ja ruumiin olevan erillisiä, ja että juuri emootioiden tehtävänä on yhdistää ihmisen tietoisuuteen keho ja eloon jäämiseen liittyvä säätely (1994, 114–123, 247–252). Neurologisten löydösten lisäksi myös esimerkiksi fenomenologiset lähestymistavat ovat innostaneet affektien tutkimiseen pysyessään avoimina sosiaalisen kokemuksen laajuudelle (Riis & Woodhead 2010, 4).¹ Psykoanalyysin näkökulmasta muutos on suotuista, sillä rationaalisuuden ei voida nähdä olevan ylivoimainen suhteessa ihmisielen irrationaalisuuteen (Jurist 2005, 426).

Yhden mentalisaatioteorian kehittäjän, psykologian professori Elliot Juristin mukaan kulttuurien ja arvojen vaikutusta affektien säätelyyn on tutkittu erittäin vähän, vaikka säätelyn standardit vaihtelevatkin kulttuurista toiseen (2005, 442). Esimerkiksi saksalaisen psykoanalyytikon Edith Jacobsonin (1897–1978)

¹ Esimerkkinä kiinnostuksen heräämisestä voitaisiin mainita uskontotieteen ja historian professori John Corriganin toimittamat ”*Emotion and Religion: A Critical Assessment and Annotated Bibliography*” (Crump, Kloos & Corrigan 2000), ”*Religion and Emotion: Approaches and Interpretations*” (2004) sekä ”*The Oxford Handbook of Religion and Emotion*” (2008), joissa alan tutkijat tarkastelevat laaja-alaisesti uskontojen ja tunne-elämän välisiä yhteyksiä muun muassa erilaisten uskonnollisten traditioiden näkökulmasta.

mukaan superegolle eli moraalinormit sisältävälle yliminälle ulkoisen menestyksen tai epäonnistumisen sijaan on merkittävämpää, millainen tasapaino sen moraalisten sääntöjen ja egon eli tietoisien minän ilmentymien välisessä suhteessa vallitsee. Egon säätelyyn vaikuttaa siten aina arvot, joita yksilö ei koskaan täysin määritä itse. (1964, 132; 1971, 77). Kulttuuriin liittyvien tekijöiden tutkiminen onkin Juristin mukaan erittäin kiireinen tavoite affektisäätelyn ymmärtämiseksi. (2005; 439, 442.)

Kolmantena argumenttina todetaan, että mielenterveystyötä tekevien on hyvä olla tietoisia siitä, miten uskonto saattaa vaikuttaa asiakkaan affekteihin. Kuitenkin tieteellinen uskonnontutkimus on varsin tuntematon ala monille psykologeille. Siitä huolimatta, että uskontopsykologiaa edistäneisiin tieteilijöihin kuuluu monia 1900-luvun merkittävimpiä psykologeja, ei psykologian perusteoksissa useinkaan mainita näiden henkilöiden kiinnostusta uskontoa kohtaan. Tämä saattaa johtua siitä, että psykologian tekstikirjoissa usein vältellään uskontoon ja politiikkaan liittyviä aiheita, jotka helposti herättävät erimielisyyksiä tai torjuntaa. (Wulff 1991, vii.)

Toisaalta, huolimatta psykologi ja filosofi William Jamesin (1842–1910) tieteenalan varhaisvaiheessa kirjoittamasta klassikkoteoksesta ”*The Varieties of Religious Experience*” (1902), on uskonnon symbolinen arvo jäänyt muutoinkin vähälle huomiolle psykologian parissa. 1920-luvulle tultaessa esimerkiksi behaviorismin johtohahmolle psykologi John B. Watsonille (1878–1958) uskonto näyttäytyi tieteen vastakohtana, joka iskostetaan ihmiseen pelolla ja jota ylläpidetään uskonnollisten auktoriteettien avulla (Watson 1928, 79–80). Vaikka terapeutina Freud puolestaan oli kiinnostunut uskonnollisuudesta yksilön elämässä, oli hänen mielenkiintonsa enemmän uskonnon alkuperässä (Wulff 1997, 279). Freud etsi uskonnollisista rituaaleista yhtymäkohtia neuroottisiin rituaaleihin ja teki päätelmän, että uskonto voidaan nähdä universaalina pakkoneuroosina niin kuin neuroosiakin voidaan kuvata vääristyneenä, yksityisenä uskontona (1907/1941, 129). Psykoanalyysin piirissä täysin päinvastaista näkemystä edusti myöhemmin esimerkiksi sveitsiläinen psykiatri ja analyttisen psykologian isä Carl Gustav Jung (1875–1961), jonka mukaan sielu on ”luonnostaan uskonnollinen”, ja etääntyminen tästä sielun perustavasta luonteesta aiheuttaa neurooseja (1985, 12). Hänelle uskonnollinen symboli oli psykologisesti totta (1952/1956, 7). Ottaen esimerkkeinä huomioon nämä psykologiatieteen alkutaipaleen moninaiset uskontokäsitykset sekä

uskontopsykologisen tiedon tuntemattomuuden psykologien ja psykoterapeuttien keskuudessa, on tämänkin tutkimuksen tarkoituksena oltava tieteellisen uskontotutkimuksen ja psykologian integroiminen, sillan rakentaminen uskontotieteen, psykologian ja psykoterapiatutkimuksen välille.

Mielenterveystyö on tärkeää yhteiskunnan toimivuuden mutta myös erityisesti yksilöiden ja perheiden elämänlaadun ja terveyden kannalta, inhimillisen kärsimyksen vähentämiseksi. On tärkeää tuntea niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat hoidon onnistumiseen. Tässä tutkimuksessa kartoitetaan, ovatko kristinuskoon liittyvät kannanotot suhteessa affekteihin tällaisia tekijöitä. Tutkimus ei ole tilastollisesti yleistettävissä, mutta parhaassa tapauksessa se voi herättää keskustelua ja kiinnostusta aihetta kohtaan niin uskontotieteen kuin psykologian ja psykoterapiatutkimuksenkin alalla työskentelevissä. Työllä on merkitys, mikäli edes yksi klinikko voi kokea tutkimuksen antoisaksi omia asiakaskontakteja pohtiessaan. Psykiatri Matti O. Huttusen mukaan uskonto voi määrittää potilaalle sen, millaiset ajatukset ovat sairaita, normaaleja tai hengellisesti terveitä (2007, 435). Tämä pätee myös affekteihin. Psykiatrisissa ja psykologisissa konteksteissa käsitellään usein affektiivisiä kokemuksia, jolloin pyritään vaikuttamaan myös asiakkaan kykyyn säädellä omia affektejaan (Fonagy ym. 2002, 441). On tärkeää tutkia, millä tavalla uskonto saattaa vaikuttaa näihin affekteihin, jotta sen merkitys voitaisiin tunnistaa psykoterapiakontekstissa. Uskonnon ja mielenterveyden välisen yhteyden onkin todettu olevan yksi uskontotieteen tulevaisuuden kysymyksistä (Antola 2004, 299).

1.3. Aikaisempi tutkimus aiheesta

Kuten aiemmin mainittiin, mentalisaatioteoriaa ei ole aikaisemmin sovellettu suomalaisen uskonnollisuuden tutkimiseen. Myöskään kansainvälisissä julkaisuissa varsinaista psykoanalyttista mentalisaatioteoriaa ei ole vielä hyödynnetty uskonnollisten ilmiöiden tutkimisessa. Tutkittaessa mentalisaatiokyvyn ja uskon yhteyttä neurologisin menetelmin tutkimuskohteena ei ole ollut uskonnon ja affektien välinen suhde vaan mentalisaatiotaitojen yhteys kykyyn muodostaa jumalarepresentaatioita. Näitä tutkimuksia käsitellään

teoreettisen viitekehyksen yhteydessä luvussa 3.1. Samoin yhdysvaltalaisen psykologin ja psykiatrian professorin Jon Allenin näkemyksiä mentalisaatiokyvyn ja kiintymystyylin yhteyksistä jumalaukseen tarkastellaan myöhemmin luvussa 3.2.

Psykoterapiatutkimuksessa kristinuskoon liittyvien affektikieltojen ja -kehotusten vaikutus asiakkaan affektisäätelyyn on myös taustateoriasta riippumatta varsin tuntematon näkökulma. Aiempia tutkimuksia tarkasteltaessa voidaan kuitenkin perehtyä joihinkin yleisempiin uskonnon ja psykoterapian tai uskonnon ja affektien välistä suhdetta koskeviin tutkielmiin. Pääasiallisiksi näkökulmiksi otetaan tässä kaksi tutkimusta, joista ensimmäisessä tarkastellaan psykoanalyttikkojen kokemuksia asiakkaiden uskonnollisuudesta. Toinen tutkimus on toteutettu kognitiivisen uskontotieteen puitteissa, ja sen keskiössä on uskonnollinen syyllisyys psykoterapian ongelmana. Lopuksi tarkastellaan vielä lyhyesti uskonnolliseen häpeään ja syyllisyyteen liittyviä tutkimuksia, joiden tavoitteisiin on kuulunut myös syyllisyyden affektin tarkempaa määrittelyä.

Victoria Grönlund on psykologian pro gradu -työssään ”*Trosfrågor i psykoterapi. Psykoterapeuters syn på religionens roll i psykoanalytisk psykoterapi*” (2005) tutkinut psykoanalyttikkojen kokemuksia asiakkaiden uskonnollisuudesta. Hän raportoi jokaisen seitsemästä haastattelemaansa psykoanalyttikosta kohdanneen uskonnollisia aiheita psykoterapiassa. Analyttikkojen mukaan uskonnollisia teemoja ei silti tule kovin usein esiin: jotkut analysandit eivät koskaan ota aiheita esiin, toisille uskonnolliset teemat muodostavat keskeisen problematiikan. Viisi analyttikkoa toi esiin myös sellaiset potilaat, jotka soittavat etsien samalla tavalla uskovaa psykoterapeuttia ja tiedustelevat analyttikon omaa uskonnollista vakaumusta. Psykoterapioiden aikana analyttikot olivat kohdanneet potilaiden pohdintoja siitä, uskoako vai ei, uskon kaipaamista tai sen vastustamista, normeihin liittyviä kysymyksiä, turvallisuuteen ja elämän tarkoitukseen liittyviä teemoja, eksistentiaalisia pohdintoja sekä omantunnon ongelmia. Joillain potilailla oli ollut syyllisyyden tunteita tai konflikteja seurakunnassa sekä kuolemanpelkoa, toiset olivat puhuneet lapsen rippikoulusta tai kasteesta, kirkkoon liittymisestä tai eroamisesta tai takaisin paluusta kirkkoon. Jotkut potilaat olivat kokeneet, ettei uskovainen saisi kärsiä psyykkisistä ongelmista, jolloin he kyseenalaistivat oman oikeutuksensa kutsua itseään uskovaiksi. Grönlundin haastattelemat psykoanalyttikot olivat myös kohdanneet potilaita, joilla oli ollut pelottavia kokemuksia uskonnollisesta

painostuksesta tai jotka kokivat olevansa liian sidottuja johonkin uskonnolliseen yhteisöön. Uskonto esiintyi myös tuen, turvan, lohdun ja jaksamisen lähteenä. (2005, 46–51.)

Voidaan havaita, että Grönlundin tutkimuksessa esiinnoisseista teemoista affekteihin liittyivät esimerkiksi syyllisyys ja kuolemanpelko. Normien pohtimista hän ei eritellyt tarkemmin, jolloin päätelmiä ei voida tehdä siitä, liittyivätkö jotkin normeihin sisältyvät kysymykset myös affekteihin. Vaikka Grönlundin tutkimuksesta ei pienen otoksen vuoksi voida päätellä jokaisen psykoterapeutin kohtaavan uskonnollisia pohdintoja työssään, viittaavat tulokset kuitenkin siihen, että uskonnolliset kysymykset aktualisoituvat myös psykoterapiassa.

Pia M. Lange (2008) on kognitiivisen uskontotieteen näkökulmasta tutkinut uskonnollista syyllisyyttä psykoterapian ongelmana. Eri koulukuntia edustavien 11 psykoterapeutin haastattaluista kävi ilmi, että kaikki haastatellut tunnistivat lukemistaan kahdesta tapauskertomuksesta syyllisyyden ja uskonnon yhteyden. Kuitenkin vain yksi terapeuteista ilmaisi vastaavanlaisessa tilanteessa yrittävänsä käsitellä ongelmaa uskonnon yhteydessä. Tämä kognitiivis-analyttinen terapeutti kuvasi mahdollisuutta integroida uskonto eri tavoin omaan itseen. Langen mukaan esimerkiksi pelkkä uskonnollisia representaatioita sisältävien asiakkaan kuulemien äänien käsittely ei kognitiivisen teorian valossa ole riittävää: jotta asiakas pääsisi eroon häiritsevistä uskonnollisista syyllisyydestä, tulisi syyllisyydestä puhua teologisessa kontekstissa, sillä syyllisyyden nähdään olevan neuraalisesti ”kiinni” alkuperäisessä yhteydessään. Langen mukaan emootioita ei voida käsitellä ilman niiden kognitiivisia sisältöjä, ja psykoterapeutin tehtävänä olisi vaikuttaa uskonnollisten representaatioiden sisältöihin tarjoamalla rakentavampia merkityksiä. Psykoanalyysiä hän kritisoi siitä, ettei analyysiin behavioraalisten menetelmien tavoin kuulu aktiivinen harjoittaminen esimerkiksi toistojen avulla, jolloin uudet niin sanotut emotionaaliset merkit voisivat syntyä ja aivojen muokkautuvuutta hyödyntää. Lange ei varsinaisesti kuvaa, mitä teologisessa kontekstissa ja teologisin termein puhuminen käytännössä merkitsee. Hän toteaa, etteivät kaikki asiakkaat myöskään välttämättä halua muuttaa uskonnollisia emootioitaan, ja vaihtoehtona tälle hän ehdottaa epäsuorempaa ja neutraalimpaa vaikuttamistapaa. Lange kuvaa uskontoa monelle terapeutille vaikeasti lähestyttäväksi aiheeksi erityisesti silloin, kun uskontoon liittyy ongelmallisia tunteita. (2008, 176–204.)

Pohdittaessa Langen tutkimusta psykoanalyttisesta perspektiivistä, voidaan todeta, että psykoanalyysissä jostakin affektista eroon pääseminen on jokseenkin vierasta retoriikkaa, ja hoidon tavoite määritellään usein pikemminkin ymmärryksen lisäämiseksi negatiivisia affekteja tutkimalla. Tämän ajatellaan helpottavan lopulta myös oirehtimista. Eri psykoterapimuotojen voidaan sanoa olevan kiinnostuneita erilaisista syy-yhteyksistä: psykoanalyysissä ollaan kiinnostuttu etäisistä ja rakenteellisista syistä, käyttäytymisterapiassa pyrkimyksenä on muuttaa potilaan suhdetta laukaisevaan ärsykkeeseen. Kognitiivisessa terapiassa puolestaan tutkitaan psykologisia mekanismeja, jotka tuottavat oireen. Tämä ei merkitse sitä, etteivätkö erilaiset selitykset voisi kaikki olla tosia. (Talvitie 2008, 179–180.) Psykoanalyysi poikkeaa kuitenkin muista hoitomuodoista ja muista affektien tutkimusmalleista ratkaisevasti siinä, että se pitää suuressa arvossa kykyä hyväksyä ja ymmärtää myös negatiivisia affekteja (Jurist 2005, 441). Langen tutkimuksesta voidaan kuitenkin havaita, että asiakkaan uskontoon liittyvistä, hankalaksi koetuista affekteista puhuminen on psykoterapeuteillekin hyvin haastavaa.

Uskonnollista syyllisyyttä ja häpeää on tutkinut myös teologian professori Paavo Kettunen, joskin hänen tutkimuksensa eivät sijoitu psykoterapiatyön kenttään. Kartoittaessaan suomalaisten kokemuksia ripittäytymisestä Kettunen huomasi tutkimukseen vastanneiden raportoivan syyllisyyttä ja ahdistusta liittyen muun muassa jumalasuhteeseen ja seksuaalisuuteen. Lisäksi hengellisistä kysymyksistä ripittäytyttyä seksuaalisuus liittyi usein myös siihen. (1998, 265, 302–303, 320.) Tutkittuaan häpeää Kettunen huomauttaa, että syyllisyydessä keskeistä ovat ihmisen teot ja toiminta, kun taas korostettaessa häpeää keskiöön nousevat koko ihmisen olemus ja minuus, jolloin syntisyydellä tarkoitetaan muuta kuin ihmisen tekosyntejä (2011, 16). Tämä on olennainen huomio pohdittaessa affektitutkimusta, jolloin uskonnolliset normit liittyvät myös ihmisen sisäiseen todellisuuteen, eivät ainoastaan tekoihin tai käyttäytymiseen.

2. TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KÄSITTEET

Ennen ensimmäiseen tutkimuskysymykseen paneutumista, siis siihen, kuinka uskontoa voitaisiin mentalisaatioteoreettisesti lähestyä, on teoreettisten oletusten muodostamiselle luotava kehys. Aluksi syvennyttään tarkemmin mentalisaatioteoriaan sekä mentalisaation käsitteeseen. Toiseksi kuvataan tutkimukseen valikoitua affektiivisiä prosesseja koskevaa psykoanalyttista käsitteistöä. Tämän jälkeen havainnollistetaan mentalisaatioteoriaan keskeisesti liittyvän mentalisoidun affektiivisuuden merkitystä terminä ja käytännön esimerkein.

2.1. Peter Fonagy ja mentalisaatio-käsite

Tämän tutkielman teoreettisena lähtökohtana on Peter Fonagyn, György Gergelyn, Elliot Juristin sekä Mary Targetin vuonna 2002 julkaisema kirja ”*Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*”. Se esittelee teorian affektisäätelystä ja mentalisaatiosta väittäen, että psykologista itseä eli itseä mentaalisenä toimijana määrittää eniten kyky lukea omia ja toisten sisäisiä tiloja kuten toiveita, haluja ja affekteja. Mentalisaatioteorian isänä pidetään Fonagya, joka toimii professorina University College Londonissa (Freud Memorial Professor of Psychoanalysis) sekä Anna Freud Centerin johtajana. Kollegoineen hän on soveltanut mentalisaatio-käsitettä kehityspsykologiaan ja kiintymyssuhdeteoriaan² 1990-luvulta lähtien. Muun muassa professorikollegansa, psykiatri ja psykoterapeutti Anthony Batemanin kanssa Fonagy on yhdistänyt teoriaa psykoterapeuttiseen ja psykoanalyttiseen

² Brittiläinen psykologi, psykiatri ja psykoanalyttikko John Bowlby (1907–1990) kehitti kiintymyssuhdeteorian selittääkseen ihmisen taipumusta muodostaa voimakkaita tunnesiteitä toisiin sekä kokea ahdistusta, mikäli nämä siteet katkeavat tai ovat uhattuina. Tällaista kiintymystä kuvaa esimerkiksi lapsen hakeutuminen kiintymyshenkilön läheisyyteen pelottavissa tilanteissa. Teorian mukaan varhaiset turvallisuuden ja turvattomuuden kokemukset vaikuttavat yksilön kiintymystyyliin, jolla on yhteys myös myöhempiin ihmissuhteisiin. (Bowlby 1969, 207–208, 371–374, 378; 1973, 3–24.) Amerikkalais-kanadalaisen kehityspsykologin Mary Ainsworthin (1913–1999) vierastilannemenetelmästä tuli keskeinen tapa arvioida 9–18 kuukautta vanhojen lasten ja heidän vanhempiensa välistä kiintymyssuhdetta. (Ainsworth & Bell 1970, 49–67; Ainsworth 1978.)

työskentelyyn kehittämällä hoitomalleja erityisesti rajatilahäiriön eli epävakaan persoonallisuuden hoitoon (mm. Bateman & Fonagy 2004; Bateman & Fonagy 2006). Tällöin menetelmän psykoterapeuttinen orientaatio on sijoittunut jonnekin psykodynaamisen ja kognitiivisen terapian välimaastoon (Bateman & Fonagy 2012, xv). Vuonna 2012 julkaistiin mentalisoinnin käsikirja, joka sisältää ohjeita myös esimerkiksi depression ja syömishäiriön hoitoon mentalisointia hyödyntäen (Bateman & Fonagy).

Mentalisaatio-käsitteen juuret ovat sekä kiintymyssuhdeteoriassa että psykoanalyttisessä teoriassa (Kalland 2006, 380). Kaikkien mentalisaatiotaitoja kuvaavien psykoanalyttisten termien taustalla on Freudin alkuperäinen käsite ”Bindung” eli linkittäminen (Freud, 1895/1966, 368). Erottaessaan niin sanotut primaariset ja sekundaariset prosessit eli tiedostamattomat mielihyväperiaatetta noudattavat prosessit ja tiedostetummat realiteettiperiaatetta noudattavat psyyken prosessit³ toisistaan, Freud kuvasi ”Bindungia” laadulliseksi muutokseksi fyysisestä eli suorasta linkittämisestä psyykkiseen eli assosiatiiviseen linkittämiseen⁴. (Freud 1911/1943, 231–234; Fonagy ym. 2002, 27–28.) Psykoanalyttisessä kirjallisuudessa varsinainen mentalisaatio-käsite esiintyi ensimmäisen kerran Ranskassa 1960-luvun lopussa psykosomatiikkaan liittyvissä tutkimuksissa (Marty 1968, 246–249; Lecours & Bouchard 1997, 855–875).

Fonagy kollegoineen viittaa mentalisaatiolla metakognitiiviseen kykyyn nähdä mielessään omia ja toisten mentaalaisia tiloja. Tämä kyky auttaa ajattelemaan ja tunnistamaan omia ja toisten tunteita, uskomuksia, toiveita ja tarpeita sekä niitä yhteyksiä, joita sisäisillä tiloilla on käyttäytymiseen (Kalland 2006, 377). Voidaankin sanoa, että mentalisaatiokyvyllä on sekä itsereflektiivinen että intersubjektillinen eli ihmisten välisiin suhteisiin liittyvä puoli, mikä ihanteellisessa tapauksessa auttaa yksilöä erottamaan sisäisen ja ulkoisen todellisuuden toisistaan (Fonagy ym. 2002, 25). Pyrkimys mentalisaatioon voidaan nähdä kehitystä suojaavana tekijänä: toisen mielen ymmärtäminen auttaa

³ Mielihyväperiaatteen mukaan psyykkisten prosessien tavoitteena on mielihyvän saavuttaminen ja epämiellyttävien kokemusten välttäminen ja torjuminen. Freudin mukaan näiden primarien prosessien ilmentymiä kuten unien näkemistä voidaan pitää jäännöksinä ihmisen kehitysvaiheesta, jossa mielihyväperiaatetta noudattavat prosessit olivat ainoa psyykkisten prosessien muoto. Tarpeiden jäädessä tyydyttymättä ja koettuaan pettymyksen ihminen joutui luopumaan hallusinatorisesta keinosta ainoana tapana löytää tyydytystä: hänen täytyi omien tarpeidensa lisäksi ottaa huomioon myös ympäristö ja sopeutua sen realiteetteihin. Näin syntyi psyykkisen toiminnan uusi periaate eli realiteettiperiaate, jolloin ihmisen täytyi huomioida myös se, mikä on todellista, vaikka se olisikin ollut epämiellyttävää. (1911/1943, 231–234.)

⁴ Muutos fyysisestä psyykkiseen linkittämiseen kuvaa mekanismia, jossa primääristen prosessien niin sanottu vapaa energia linkittyy tai sidotaan ideoihin eli representaatioihin. Tämä mahdollistaa ajattelun ja on ominaista sekundaarisille prosesseille. (1911/1943, 231–234.)

näkemään hänen käyttäytymisensäkin mielekkäänä ja sitä kautta ennustettavana, mikä puolestaan luo turvallisuutta. Mentalisaatio voi olla tiedostamatonta tai tietoista ja aktiivista pohdintaa (Kalland 2006, 377). Mentalisaatiokykyyn viitataan myös termillä reflektiivinen funktio, joka on operationalisoitu käsite niistä psykologisista prosesseista, jotka ovat mentaalisatiokyvyn takana ja siten arvioitavissa tai mitattavissa. Reflektiivistä kykyä arvioidaan haastattelun avulla. Menetelmän ovat kehittäneet Peter Fonagy, Mary Target, Howard Steele ja Miriam Steele, ja sen käyttö perustuu Adult Attachment Interview (AAI) -haastatteluun, jonka avulla tutkitaan varhaisia kiintymys- ja hoivakokemuksia. (Fonagy ym. 1998; Kalland 2006, 387.)

Kyky mentalisoida opitaan lapsena varhaisissa sosiaalisissa suhteissa. Voidakseen oppia affektien tunnistamista ja säätelyä, vauva tarvitsee kokemuksen itsestään toisen mielessä olevana, tuntevana ja ajattelevana yksilönä. Voidaankin sanoa, että mentalisaatiokyvyn esiaste on se, kun hoivaaja viestii vauvalle ymmärtävänsä, miltä tästä tuntuu. Hoivaaja ja vauva jakavat tällöin huomionkohteet ja tunnetilan. Fonagyn mukaan seuraava mentalisoinnin aste on teleologinen vaihe, jolloin vauva noin kahdeksan kuukauden iässä havaitsee, että sama aikuinen suhtautuu eri tavoin eri asioihin, ja että eri aikuiset suhtautuvat eri tavoin samoihin asioihin. Teleologisessa vaiheessa vauva kokee tavoitteellisiksi niitä asioita ja tapahtumia, jotka ovat fysiologisesti havaittavissa. Aluksi tämä koskee sekä asioita että ihmisiä. Mentalisaatiokyvyn kehittyminen edellyttää kuitenkin teleologisen vaiheen saavuttamisen lisäksi siitä luopumista, niin että lapsi ymmärtää vain ihmisillä, ei esineillä, olevan mielen sisäisiä tiloja. Vauvan oppiessa, että hoivaaja huolehtii hänen affektiensa säätelystä, hän oppii samalla turvautumaan toiseen. Vanhemman mentalisaatiokyky auttaa siis lasta kiinnittymään turvallisesti vanhempaansa. Mikäli hoiva perustuukin hoivaajan omiin sisäisiin tiloihin, vauvan kokemus itsestään vaurioituu. Tällöin lapsi itsensä sijaan löytää hoivaajansa, mikä Fonagyn mukaan johtaa kokemukseen itseen kuulumattomista tunteista ja ajatuksista, niin sanottuun ”vieras itse -kokemukseen”. Syntyessään kukaan ei siis kykene säätelämään omia affektejaan, mutta hoitajan avulla lapsi oppii, ettei kiihtymystilasta seuraa selviytymiskeinojen jäsentymättömyyttä ja kaaosta. Ensimmäisen ikävuoden loppuun mennessä lapsen käytös on jo tarkoituksenmukaista ja perustuu tiettyihin odotuksiin. (Fonagy ym. 2002, 31–34, 37, 197–198; Kalland 2006, 381–386.)

Mentalisaatiosta ollaan kiinnostuttu myös muilla sovellusaloilla. Termiä on hyödynnetty muun muassa kognitiivisen psykologian kirjallisuudessa (mm. Morton & Frith 1995, 363–364). Joissain psykologisissa ja neurotieteellisissä tutkimuksissa mentalisaatioon on viitattu myös mentalisoinnin käsitteellä (mm. Mitchell 2009, 1309). Myös mentalisaatioteorian sisällä esimerkiksi Allen suosii käsitettä mentalisointi (mm. Allen 2013). Mentalisaatiokykyyn viittaaville taidoille on eri tieteenaloilla myös muita termejä: sosiaalipsykologian piirissä on kiinnostuttu yhä enenevässä määrin niin sanotusta sosiaalisesta kognitiosta, joka mentalisaation tavoin viittaa luontaiseen kykyymme ymmärtää itsellämme ja toisilla ihmisillä olevan mieli, jonka sisältämät uskomukset ja halut ohjaavat toimintaamme (Vesala 2004, 215–221; Pyysiäinen 2006, 107). Psykologi Justin L. Barrett on kognitiotieteen näkökulmasta esittänyt ihmisaivoissa olevan mentaalaisia työkaluja, joista erityisen tärkeä on agentin tunnistaja: se luokittaa havaitun kohteen toimijaksi, jota motivoi omat sisäiset tilat kuten uskomukset ja halut (2004, 4). Kognitiotieteessä on käytetty myös käsitettä mielen havaitseminen (mind perception) (Waytz ym. 2010, 1). Kehityspsykologiassa reflektiiviseen funktioon viitataan käsitteellä mielen teoria (Fonagy ym. 2002, 24). Populaarikulttuurissa kiinnostus toisen mielen ymmärtämiseen ja lukemiseen on havaittavissa erilaisissa rikossarjoissa, joissa tutkijat pyrkivät ymmärtämään rikollisten mieltä. Esimerkkinä voitaisiin mainita vuodesta 2008 alkaen esitetty CBS:n sarja ”The Mentalist” eli ”Mentalisti”, jossa entinen TV-meedio toimii poliisin konsulttina ja paljastaa rikokset poikkeuksellisen tarkkanäköisyytensä avulla.

Palataksemme psykoanalyysin pariin, Peter Fonagyn ja hänen kollegojensa teorian vahvuudeksi voidaan todeta kiintymyssuhdeteorian, psykoanalyysin sekä uusimman neurotieteen tulosten integroiminen, ja näiden tulosten hyödyntäminen mielenterveyspalvelujen kehittämisessä psykoterapiakentällä. Mentalisaatiokyvyn liittäminen kiintymyssuhteisiin luo hyvin erilaisen näkökulman kuin käyttäytymistieteiden käsitteet. Reflektiivistä funktiota tarkastellaan nimittäin helposti kognitiivisesti, vaikka olisi huomioitava, että kiintymyssuhteet ovat affektiivisiä siteitä (Jurist 2005, 428).

2.2. Affektin psykoanalyttinen määritelmä

Siitä, miten käsitteitä tunne, emootio ja affekti käytetään, ei psykoanalyttisessä kirjallisuudessa ole yksimielisyyttä (Äärelä 2009, 98–99). Jo Freud muutti käsitystään affekteista useaan otteeseen, eikä hän koskaan käsitellyt affekteja vain niiden itsensä vuoksi. Ensimmäisen tendenssinsä mukaan hän näki affektit energian purkaumina sekä viettien psyykkisinä ilmentyminä, mikä johti hänen käsityksensä ristiriitaan tiedostamattomien viettien ja tiedostettujen affektien välillä (Freud 1915a/1946, 255–266; Fonagy ym. 2002, 82–83). Freud myös epäili, ettei affektiivisiä kokemuksia ole mahdollista muokata: esimerkiksi unissa vain piiloajatuksiin liittyvät miellesisällöt muuttuvat tunnetilan säilyessä ennallaan (1900/1914, 330). Kirjoittaessaan myöhemmin, että affektit saattavat toimia eräänlaisina minään kohdistuvina signaaleja, Freud ikään kuin implisiittisesti tunnisti säätelyn mahdollisuuden: voitaisiin väittää, että ahdistus on yllyke siihen, että säätelyä tarvitaan. Tällöin Freud näki affektit ainakin jossain määrin egon kontrollin kohteena. (Freud 1926, 65–70; Jurist 2005, 438.) Affektiteorioiden puutetta on usein harmiteltu psykoanalyysin piirissä, ja teorioiden vähäisyys onkin mielenkiintoinen ilmiö ottaen huomioon sen painoarvon, joka affekteilla on kliinisessä käytännössä sekä potilaan ja analyytikon välisessä suhteessa. (Fonagy ym. 2002, 82; Döll-Hentschker 2008, 446.)

Tässä työssä seurataan psykiatrian ylilääkärin Erkki Äärelän esimerkkiä ymmärtää affekti yläkäsitteenä, joka viittaa koko affektiiviseen prosessiin alkaen sen ilmenemisestä ruumiin tasolla ja edeten kohti yksilön tiedostettua tunnetta. Affektiivisen prosessin määrittelyssä hyödynnetään myös Enckellin näkemyksiä, jotka ovat paljolti yhteneväisiä Äärelän mallin kanssa. Käsitejärjestelmässä affektien voidaan sanoa olevan toimintaa ruumiin tasolla, sillä tunne saa alkunsa aina ruumiillisesta tarpeesta tai vaihtoehtoisesti impulssista, jonka pohjalla on ruumiillinen tarve. Affekti on siten purkautumisilmiö, joka voidaan joko tuntea tai supressoida eli tukahduttaa. Sitä ei kuitenkaan voida torjua, vaan se ilmenee tai on jostain syystä estynyt ilmenemään. (Freud 1915a/1946, 255–266; 1915b/1946, 264–303; Enckell 2005, 22–30; Äärelä 2009, 98–107.) Affekti-käsite on tässä tutkimuksessa siis varsin laaja.

Määritettäessä emotionin merkitystä affektiivisessä prosessissa, voidaan tiivistäen todeta, että tietyt primitiiviset ja tiedostamattomat representaatiot tai fantasiat, jotka ovat peräisin varhaisista tyydytys- ja turhautumiskokemuksista hoitavan henkilön kanssa, voivat ruumiillisesta tarvejännityksestä lähtöisin olevan tietyn kiihotuksen kohdatessaan laukaista emotionaalisen vasteen. Tämä vaste esiintyy ruumiin näyttämöllä. Emootio merkitsee siis affektiivisen prosessin laukaisemaa motoristen, autonomisten sekä humoraalisten eli elimistön nesteisiin liittyvien vasteiden yhdistelmää. Koska emootio toimii autonomisen hermoston alaisuudessa, sillä on neuraalinen perusta keskushermostossa. Emotionaalisia vasteita, joista esimerkkeinä voidaan mainita vaikkapa ilo, viha ja yllätys, on rajattu määrä, ja ne ovat kaikilla yksilöillä samanlaisia. Emotionaaliset vasteet ovat siis reaktiotapoja, joita luonnonvalinnan voidaan ajatella suosineen. (Enckell 2005, 23–29; Äärelä 2009, 98–99.) Freud käytti tietyn kiihotuksen ja representaation yhteensopivuudesta avainmetaforaa (Freud 1900/1914, 453).⁵ Sekä Enckell että Äärelä ovat kiinnittäneet huomiota siihen, että myös Damasio, luultavasti Freudin ilmaisusta tietämättömänä, käyttää vastaavaa avaimen ja lukon vertauskuvaa yksilön tavasta reagoida tiettyyn ärsykkeiden yhdistelmään tietyllä tavalla. Äärelän mukaan emotionaalisen vasteen syntymiselle on edellytyksenä myös tietynlainen vireystila. (Damasio 2003, 57–58; Enckell 2005, 24; Äärelä 2009, 98–99.)

Määrittelyä jatkettaessa voidaan todeta, että tunne on yksilön tietoinen havainto emotionaalisesta vasteesta, ja se yhdistyy yksilöllisiin muisti- ja mielikuviin (Matthis 2000, 215–227). Tunteet ovat siten sisäisen todellisuuden aisti, jonka kohteena ovat ruumiilliset prosessit: mikäli affektit muuttuvat tunteiksi, ne voidaan nähdä aistimuksina, jotka ovat verrattavissa muihin aistihavaintoihin kuten nähtyyn tai kuultuun. Vaikka affekti aistitaankin suoraan, tunne saa muotonsa ja sisältönsä vasta saatavilla olevista representaatioista, jotka tekevät ruumiilliset prosessit hallittavammiksi. Kaikille samankaltaiset emootiot voi toinen yksilö tunnistaa, kun taas tunne on objektiivisen tunnistamisen ja havaitsemisen tavoittamattomissa, ellei tunnetta kokeva itse siitä kerro: havainto

⁵ Tässä tutkimuksessa on viitattu Freudin saksankielisen teoksen ”Die Traumdeutung” 1914 ilmestyneeseen neljänteen painokseen, jossa Freud käytti piilotajunnan mielikuvia symboloivasta avaimesta termiä ”Innervationschlüssel” (1900/1914, 453), joka laukaisee tunnetilojen ilmentymät. Erkki Purasen suomentamassa ”Unien tulkinta” -teoksessa tämä on ilmaistu toteamalla, että piilotajunnan miellesisältö laukaisee tunnetilojen ilmentymien eli liikkeiden ja umpieritystoimintojen hermotukset, jolloin innervaatioavain-metafora on suomennoksessa jätetty kokonaan pois (2010, 484).

emootiosta eli tunne on ainutlaatuinen, koska sille psyykkisen muodon antavat representaatiot ovat yksilöllisiä. Tunteen voidaan siten sanoa olevan konstruktio. (Enckell 2005, 23–29; Äärelä 2009, 98–99.)

Affektien luonnetta kuvattaessa on hyvä perehtyä vielä muutamaa keskeiseen näkökulmaan: Psykoanalyttikko Charles Brennerin (1914–2008) mukaan affektit koostuvat aina sekä mielihyvän tai -pahan kokemuksesta että jostain ideationaalisesta eli ajatuksellisesta sisällöstä. Esimerkiksi miellyttävältä tuntuvan tyytyväisyyden affektin ideationaaliseen sisältöön täytyisi kuulua jonkinlainen ajatus siitä, että yksilö on tyytyväinen tilanteeseen sellaisena, kuin se on. Yhtenä kriteerinä affektien määrittelyssä on Brennerin mukaan myös mielihyvän tai mielihyvän intensiivisyys. Esimerkiksi huoli on affekti, jonka epämiellyttävyyden intensiivisyydeltään vähäisempi kuin kauhun. (1991, 307–308.) Psykologian professori Jerome Kagan on kehottanut tarkastelemaan myös samojen affektien erilaisia tiloja: jotkut affektit voivat olla akuutteja muutoksia käytöksessä ja fysiologiassa liittyen johonkin yllätykseen, kun taas toiset ovat pidempiaikaisia, yksilön kokemuksista kumpuavia kroonisia tiloja. Kolmanneksi on huomioitava yksilön temperamenttiin pohjautuvat haavoittuvuudet kokea tiettyjä affektiivisia tiloja. (1991, 109.)

Psykoanalyttisia affektiteorioita laajasti käsitellyt psykoanalyttikko Ruth Stein (1947–2010) on lisäksi määritellyt kaksi affektiivisen toiminnan periaatetta: periaate A liittyy tunteiden artikulointiin eli nimeämiseen, mikä mahdollistaa affektin kokemisen mahdollisimman rikkaasti ja autenttisesti. Periaate B tuo puolestaan esiin ne rajat, joissa affektit voidaan kokea: silloin, kun affekti on liian tuskallinen ja sietämätön koettavaksi, on hyödyllisempää saada siihen etäisyyttä, jotta traumaattiset tilat tai sietämätön kipu voidaan estää. Yksilön minän eheyttä saattaa joissain tilanteissa siis myös suojella jonkin affektin artikuloimattomuus. Toisinaan artikuloimattomuus myös vahvistaa affektia, niin että yksilö voi viipyä affektissa sanoittamatta sitä heti. Psykoanalyttikon herkkyys arvioida näiden kahden periaatteen eli tiedon saamisen sekä kipu-mielihyvä -dimension vuorottelua on keskeinen hoidon onnistumisen kannalta. (1998, 211–227.)

Filosofian ja psykologian parissa affektit nähdään yleensä joko kognitioon integroituneina tai itsenäisinä, jopa rationaaliselle ajattelulle vastakkaisina ja kontrolloimattomina voimina. Peter Fonagyn ja hänen kollegoidensa tavoitteena on ollut yhdistää nämä kaksi affektiteorioiden päätraditioita. Joidenkin teoreetikoiden pitäessä säätelyobjektina affektia itsessään,

kiintymyssuhdeteoreetikoille ja psykoanalytikoille säätelyn kohde on monimutkaisempi: affektisäätelyn nähdään liittyvän itsen säätelyyn. Toisin sanoen affektisäätelyllä on myös tärkeä rooli lasten siirtyessä yhteissäätelystä itsensä säätelyyn tilaan. (Fonagy ym. 2002, 64–65.) Seuraavaksi tarkastellaan sitä, miten mentalisaatioteoriassa on kuvattu affektisäätelyä.

2.3. Mentalisoitu affektiivisuus

Fonagyn ja hänen kollegojensa mukaan affektisäätely tarkoittaa prosessia, jossa mentaalisia tilanteita käsitellään toimijan kokemusmaailmasta käsin (Fonagy ym. 2002, 435.) Se merkitsee yksilön kykyä muokata omia affektiivisiä tilojaan (Fonagy ym. 2002, 4). Affektisäätelyä tapahtuu eri tasoilla: alemmalla tasolla on usein tiedostamaton pyrkimys muuttaa tunnetilaa nopeasti esimerkiksi vaaratilanteessa, jolloin säätely edesauttaa yksilön selviytymistä. Tätä tasoa voidaan verrata homeostaasiin eli elimistön sisäiseen tasapainotilaan, ja sen olemassaolosta on saatu todisteita neurotieteen avulla (mm. Damasio 1994, 131–134; 2003, 29–34; Fonagy ym. 2002, 95).⁶ Toisella tasolla affektisäätely tapahtuu tietoisesti suhteessa muihin, jolloin säätely auttaa käsittelemään affekteja ja esimerkiksi kertomaan niistä sen sijaan että yksilö toimisi niiden mukaan. Itsensä säätely voidaan tässä nähdä korkeampana, muuttuneena affektisäätelyn muotona: mitä paremmin yksilö kykenee säätämään affektejaan, sitä lähempänä tämä säätely on itsensä säätelyä. (Fonagy ym. 2002, 95–96, 435.)

Affektisäätelyssä tulisi olla kognitiivinen myötävaikuttaja kuten arviointi tai tarkkaavaisuus. Fonagyn ja hänen kollegojensa näkemykset eroavat kuitenkin perinteisistä psykologisista ja filosofisista affektiteorioista, joissa kognition nähdään olevan affektin yläpuolella: heidän mukaansa affektisäätelyyn kuuluu kyky pysyä tunnetilassa tai päästä takaisin siihen samanaikaisesti, kun yksilö miettii kyseistä affektia. Tätä affektisäätelyn muotoa kutsutaan mentalisoiduksi affektiivisuudeksi. Tällöin aikuinen kykenee olemaan tietoinen omista affekteistaan, jolloin hän voi ymmärtää omien tunnetilojensa merkityksen. Kyse ei

⁶ Vaikka Damasio käyttää termiä homeostaasi, on hän kuvannut homeodynamiikan käsitteen sopivan vielä tätäkin paremmin asiayhteyteen, sillä homeodynamiikka kiinteän tasapainotilan sijaan viittaa sopeutumista tavoittelevaan prosessiin (2003, 302).

kuitenkaan ole vain tilasta tai prosessista, vaan mentalisoitu affektiivisuus on läheisessä yhteydessä ihmisen luonnetyyppiin. Se sisältää tuttuuden ja eräänlaisen mukavuuden tunteen yksilön suhteessa omiin subjektiivisiin kokemuksiinsa. Tällainen kokemuksellinen ymmärtäminen nähdään psykoterapiassa yleisestikin tavoiteltavana. Sille vastakkainen lähestymistapa on affektien älyllinen pohtiminen eli intellektualisaatio sekä abstrakti itseymmärrys. Mentalisoidun affektiivisuuden käsitteelle on erityistä se, että se muokkaamisen lisäksi pitää sisällään myös uudelleenarvioinnin: mentalisoitu affektiivisuus saattaa johdattaa yksilöä antamaan uuden merkityksen samalle affektille, ei vain luomaan uusia. Vaikka tavoitteena onkin positiivisen affektikokemuksen edistäminen, on tärkeää oppia hyväksymään myös negatiiviset affektit ja selviämään niiden kanssa. (Fonagy ym. 2002, 95–96; 435–436.)

Käytännössä mentalisoitu affektiivisuus eli lyhyemmin ilmaistuna affektiivisuus voidaan jakaa kolmeen perusosaan: affektien tunnistamiseen, muokkaamiseen ja ilmaisemiseen. Lisäksi jokaisella affektiivisuuden osa-alueella on sekä perusmuoto että monimutkaisempi muoto. Eri osa-alueet ovat riippuvaisia toisistaan, niin että affektin tunnistaminen eli tiedostaminen edeltää affektin muokkaamista tai säätelystä, ja affektin ilmaiseminen puolestaan on riippuvainen siitä, miten affektia on muokattu. (Fonagy ym. 2002, 437.) Jotta affektiivisuus voidaan hahmottaa konkreettisemmin, on sen elementtejä käsiteltävä hieman tarkemmin. Näitä yksityiskohtia hyödynnetään tutkimuksen toisessa analyysissä, kun pohditaan niiden ilmenemistä psykoterapiassa ja suhteessa uskontoon.

Affektien tunnistamisen perusmuoto on affektien nimeäminen eli sen perusemootion nimeäminen, jonka yksilö kokee. Jotkut potilaat saattavat järjestelmällisesti vältellä affektiansa nimeämistä tai joissain tapauksissa jättää huomiotta tietyt affektit. Tämä huomiotta jättäminen on eri asia kuin kokea epämiellyttäväksi jostakin affektista puhuminen. Jo affektien nimeäminen on monimutkaista, sillä yksilö saattaa olla hämmentynyt siitä, tuntee ko hän yhden tai toisen affektin vai kenties näiden yhdistelmän. Affektien tunnistamisen kompleksisempi muoto liittyy affektien erottamiseen eli joidenkin affektien välisiin yhteyksiin. Nämä yhteydet voivat joskus olla ikään kuin piilossa, niin että yksilö esimerkiksi vihastuessaan saattaa muuttuakin vaikkapa ahdistuneeksi. Jotkut yhteydet voivat olla epätavallisempia: joku saattaa esimerkiksi selittää

vihansa nopeasti pois keskittymällä sympaattisesti tai jopa lämpimästi siihen henkilöön, joka sai hänet vihastumaan. (Fonagy ym. 2002, 437–438.)

Affektien muokkaaminen on perusmuodossaan affektin muuttamista. Affektia voidaan tällöin säädellä joko lisäävästi tai vähentävästi, jolloin esimerkiksi sen intensiivisyyttä tai kestoja voidaan muuttaa. Muokkaaminen voi merkitä myös affektin ylläpitämistä, jotta affekti voitaisiin täysin kokea. Esimerkiksi surua pakenevalle olisi hyödyllistä affektin vähentämisen sijaan pysytellä siinä oppiakseen sietämään surun tunnetta. Affektiivisuuden monimutkaisempi muoto sisältää affektien uudelleen arvioinnin, jolloin yksilö antaa uusia tulkintoja affektien merkityksille. Tämä edellyttää yksilön käsitystä omien affektiivisten kokemustensa monimutkaisuudesta. Yksilö esimerkiksi ymmärtää, kuinka hänen taipumuksensa kokea jokin affekti tietyllä tavalla ulottuu hänen varhaisiin vuorovaikutussuhteisiinsa ja kokemuksiinsa. (Fonagy ym. 2002, 438.) Hänen representationaalisessa maailmassaan tietyn affektin kokemiseen ei esimerkiksi olla rohkaistu (Jurist 2005, 431). Affektin muokkaaminen uudelleenarvioimalla merkitsisi tällöin omien kokemusten ja historian huomioon ottamista. (Fonagy ym. 2002, 438).

Affektiivisuuden kolmas osa-alue on affektien ilmaiseminen. Alkeellisin ilmaisun taso on kyky tehdä valinta sen välillä, ilmaistako affekti vai ei. Ilmaiseminen ei kuitenkaan välttämättä merkitse affektin ulkoista ilmaisua, vaan on tärkeää pitää arvossa affektien ilmaisemista myös sisäisesti tai kommunikaatiossa. Sisäinen ilmaiseminen merkitsee omien affektien itsereflektiivistä ja introspektiivistä ymmärtämistä sekä yksilön tietoisuutta omista affekteistaan sellaisina, kuin ne ovat edustettuina hänen mielessään (Fonagy ym. 2002, 297–298). Toisinaan valinta olla ilmaisematta affekti voi olla hyödyllinen strategia organismille, jos ulkoinen ilmaisu ei ole suotavaa. Psykoterapia voidaan nähdä kokeilukenttänä ilmaista sisäisiä tunteita ulkoiseen maailmaan nähden turvallisemmassa ympäristössä. Tällöin terapeutti voi olla kuin leikkisä vanhempi, joka kannustaa mielikuvituksen käyttöön affektien säätelämisessä. Potilaan kyky ilmaista tunteitaan sisäisesti voidaan nähdä psykoterapian edistymisen merkinä. Tärkeintä on potilaan kyky tehdä valintoja erilaisten ilmaisutapojen välillä. Monimutkaisempi affektien ilmaisun muoto on affektien viestiminen eli tunneilmaisu kommunikaation muotona. Tällöin ei ole kyse vain ulkoisesta ilmaisusta vaan affektien käsittelystä dialogisessa suhteessa toisiin, jolloin yksilö tiedostaa ja huomioi muut ihmiset affekteja ilmaistessaan. Tällöin hän myös

odottaa, että muut ymmärtämisen lisäksi reagoivat hänen affektiinsa. Affektien viestimiseen liittykin jotain itsetietoista, mikä heijastuu intiimien ja sosiaalisten suhteiden arvostamisena. (Fonagy ym. 2002, 439–440.)

Mentalisoitu affektiivisuus viittaa siis siihen, kuinka mentalisaatio muokkaa affektien säätelemistä. Se kuvaa inhimillistä tarvetta ymmärtää ja tulkita affekteja, jolloin yksilö voi saavuttaa monimuotoisemman ymmärryksen omista affektiivisista kokemuksistaan. Käsitelmäärityksiä voidaan vielä selkeyttää toteamalla, että mentalisaatio viittaa omaa mieltä kohtaan olevaan kiinnostukseen yleisesti, kun taas affektiivisuus koskee kiinnostusta tiettyä mielen aluetta eli affekteja kohtaan. Kaikki mentalisaatio ei siis liity affektiivisiin kokemuksiin. Lasten kyky affektisäätelyyn kehittyy ensimmäisen elinvuoden toisella puoliskolla, mikä luo pohjan noin 4–5 vuoden iässä kehittyvälle mentalisaatiokyvyille. Mentalisaatiokyky puolestaan edistää uudenlaisen affektien ja itsen säätelykyvyn eli mentalisoidun affektiivisuuden syntymistä. (Fonagy ym. 2002, 436; Jurist 2005, 428.) Mentalisoitu affektiivisuus viittaa aikuisikäisten kykyyn säädellä affektejaan, ja sen tehtävänä on ylittää muistin erehtyvällisyys ja defenssit eli mielen puolustusmekanismit, joiden vaikutuksesta yksilö ei välttämättä tiedosta sitä, miten mennyt historia vaikuttaa hänen emotionaalisiin vasteisiinsa (Jurist 2005, 437).

Affektisäätelyn käsite esiteltiin psykoanalyysille alun perin kehityksellisestä näkökulmasta, joka keskittyy hoivaajan merkitykseen affektisäätelyn oppimisessa. Sekä psykoanalyttinen ihmisten välisiä suhteita korostava objektisuhdeteoria että kiintymyssuhdeteoria käyttävät käsitettä havainnollistamaan tervettä itseä kontrastina patologiselle itselle, jolta puuttuu kyky säädellä affekteja ja itseä. (Jurist 2005, 427–428, 438.) Näiden näkökulmien ansiosta Freudin ajattelun toinen tendenssi, käsitys affekteista eräänlaisina kontrolloitavina signaaleina on kukoistanut viime vuosina. Mentalisaatioteorian piirissä ei kuitenkaan hylätä kumpaakaan tendenssiä, vaikka tutkimuksen painopiste onkin enemmän toisen tendenssin mukainen. Affektien sisäistä puolta eli säätelyn homeostaasiin verrattua ulottuvuutta voidaan tarkastella esimerkiksi soveltamalla Damasion käsityksiä somaattisista merkitysijöistä eli mielikuviin liitetystä ruumiillisista tiloista: Damasion mukaan aivot ymmärtääkseen affektien sisäistä kokemista jatkuvasti tutkailevat sitä, mitä ruumiissa tapahtuu (1994, 173–175). Damasio tuo biologisesta näkökulmasta esiin sen, että affektien säätelyprosessit eivät välttämättä aina ole egon kontrolloitavissa. Tämä näkemys ei sulje pois sitä, että

affekteja voidaan silti stimuloida ulkoisesti. Freudille affektit olivat sekä fyysikaalisia että mentaalisia. (Fonagy ym. 2002, 84–86.)

Jurist on todennut mentalisoidun affektiivisuuden käsitteen olevan olennainen psykoanalyysille. Koska affektit koetaan sekä todellisten että kuviteltujen menneiden kokemusten kautta, on affektiivisuuden käsitteen avulla helpompi ymmärtää, miten yksilön representationaalinen maailma voi vaikuttaa hänen affekteihinsa. Vaikka affektiivisuus onkin uusi käsite psykoanalyysissa, se liittyy ongelmiin, joista on puhuttu jo pitkään. (Jurist 2005, 427–428.) Psykoanalytikoilla on paljon kokemusta affektiivisuuden haasteista: me emme aina tiedä, mitä tunnemme, voimme erehtyä affektiemme laadusta ja voimme tuntea erilaisia tai jopa toisilleen vastakkaisia affekteja yhtä aikaa. Kuitenkin psykoanalyttisen hoidon tavoite tulee aina olla affektisäätelyn helpottaminen ja ylläpito. Täten affektisäätelyn voidaan sanoa olevan analyysin tuottaman muutoksen ytimessä. (Fonagy ym. 2002, 87.) Psykoanalyysi onkin kehittymässä suuntaan, jossa hoidon tavoite käsitteellistetään affektisäätelyn parantumisenä. Affektiivisuuden käsite selkeyttää tätä ja täyttää tarpeen, joka jo aiemmassa kirjallisuudessa ja käytännön työssä on vakiintunut. (Jurist 2005, 440.)

3. NÄKÖKULMIA MENTALISAATIOTEORIAN SOVELTAMISEEN

Tapa ajatella edellyttää jonkin mallin (Enckell 2005, 22). Tässä työssä mentalisaatiokyvyn ja kristinuskon suhdetta lähestytään neljästä näkökulmasta käsin. Ensimmäiseksi tarkastellaan lyhyesti mentalisaatioon liittyvien taitojen yhteyttä jumaluskon esiintyvyyteen. Tässä turvaudutaan yksinomaan muutamien neurotieteellisten tulosten esittämiseen. Toisena tarkastelukulmana ovat kiintymystyyli, joiden oletetaan heijastuvan ihmissuhteiden lisäksi myös jumalasuhteeseen. Samalla esitetään myös suomalaisen psykoanalyttikon ja teologin Matti Hyrckin luokittelu erilaisista jumalakuvista, jotka heijastelevat ihmisen suhteessa olemisen muotoja. Kolmantena todetaan niin sanotun mentalisoivan asenteen eli ”ei-tietävän” suhtautumisen olevan tärkeä uskonnosta puhuttaessa. Neljäntenä pohditaan vielä yhteisöjen merkitystä affekteja koskevien normien määrittäjinä rajaten yhteisöjen vaikutus affektisäätelyyn kuitenkin

tutkimuksen ulkopuolelle. Pyrkimyksenä on kuvata ja yhdistää niitä malleja, joiden avulla kristillistä uskoa persoonalliseen Jumalaan voitaisiin tarkastella mentalisaatiokykyyn liittyvin käsittein. Kuten Enckell on todennut, käsitteellinen systeemi voi olla älyllinen tutkimusväline, jonka avulla yritetään hahmottaa todellisuutta. Psykoanalyysissä tällaista pyrkimystä määrittää malli kutsutaan metapsykologiaksi. On muistettava, että metapsykologista mallia esitettäessä ei väitetä, että mieli käytännössä toimii juuri näin. Metapsykologinen malli pikemminkin osoittaa mahdollisen tavan ajatella. (Enckell 2005, 22.)

3.1. Mentalisaatiokyky jumalauskon edellytyksenä

Mentalisaatiokyky edellyttää siis sen ymmärtämistä, että itsellä ja toisella on aktiivisesti työskentelevä mieli (Kalland 2006, 377). Tämän voidaan nähdä olevan edellytyksenä myös kristinuskon jumalauskolle, jossa Jumala nähdään intentionaalisenä toimijana, jolla on omat toiveet, tunteet ja tahto. Kognitiivisen uskontotieteilijän Ilkka Pyysiäisen mukaan myös jumalarepresentaatiot aktivoivat sosiaalisen kognition siinä missä muunkinlaiset persoonarepresentaatiot. (2006, 113.) Neurokuvannustutkimukset ovatkin osoittaneet, että Jumalan ajatteleva ja rukoileminen aktivoivat samoja aivoalueita, jotka on yhdistetty mentalisaatioon (Kapogiannis & Barbey ym. 2009, 4876; Schjoedt & Stødkilde-Jørgensen ym. 2009, 201–204). Jumalan mieltä tarkastellessaan aikuisilla voidaan siten ajatella olevan myös taipumus samoihin mentalisaatiovääristymiin kuin päätellessään toisten ihmisten mielen sisältöjä.

Olettaen, että mentalisaatiokyky tukee yliluonnollisiin olentoihin liittyviä mentaalaisia representaatioita, mentalisaatiovajeet puolestaan heikentävät intuitiivista taipumusta uskoa yliluonnollisiin agentteihin eli toimijoihin. Mentalisaatiovajeet yhdistetään usein autismin kirjon oireyhtymiin, ja niitä esiintyy enemmän miehillä kuin naisilla (Baron-Cohen & Wheelwright 2004, 163; Crespi & Badcock 2008, 241, 258). Tutkimuksissa onkin havaittu, että autismin kirjon häiriöt redusoivat uskoa Jumalaan, ja että välittäjänä tässä suhteessa on kyky mentalisaatioon. Mentalisaation on havaittu myös selittävän jumalauskon vähäisempää esiintymistä miesten kuin naisten keskuudessa, mikä aikaisemmin on nähty kyseenalaisena väittämänä. Vaikka mentalisaatiokyky onkin

jumalaukon edellytys, ei mentalisaatiokyvystä kuitenkaan välttämättä seuraa jumalaukkoa. (Norenzayan & Gervais & Trzesniewski 2012, 1.)

3.2. Kiintymystyyli määrittää jumalasuhdetta

Koska mentalisaatiokyvyn kehitykselliset juuret ulottuvat varhaisiin kiintymyssuhteisiin, ei mentalisaatiota koskaan voida tarkastella niistä irrallaan. Tämän tutkielman taustaoletuksena onkin, että varhaiset vuorovaikutuskokemukset voivat vaikuttaa myös jumalasuhteeseen, joka aktivoi samoja mentalisaatiomalleja ja niiden vääristymiä kuin ihmistenkin väliset suhteet. Lähtökohtana on ajatus siitä, että kiintymystyyli on yksi vaikuttavista tekijöistä jumalasuhteessa, ei tokikaan sen ainut määrittävä tekijä. Yhdysvaltalainen psykologi ja psykiatrian professori Jon Allen on teoksessaan ”*Restoring Mentalizing in Attachment Relationships. Treating Trauma with Plain old Therapy*” käyttänyt termiä mentalisointi kuvatessaan kiintymyssuhdeteorian näkökulmasta psykoterapiassa esiintulevia eksistentiaalis-spirituaalisia teemoja (2013, 232–240). Seuraavaksi esitettävät kuvaukset kiintymyssuhteen ja jumalasuhteen välisestä yhteydestä pohjautuvat pääosin niihin teoreettisiin muotoiluihin, joihin Allen näkemyksensä perustaa.

Psykoanalyttikko Ana-Maria Rizzuton mukaan kaikki länsimaiset lapset muodostavat jumalarepresentaation. Rizzutonin kliiniset tutkimukset osoittavat, että nämä mentaaliset representaatiot Jumalasta ovat yhteydessä kokemuksiin, joita yksilöllä on omien vanhempiensa kanssa. Lapsi ymmärtää Jumalan vanhempien kaltaisena mutta mahtavampana. (1979, 45, 208.) Psykologian professori Lee Kirckpatrick on tähdentänyt, että jumalasuhteeseen liittyvä kiintymyksen käsite ei ole pelkkä metafora ihmisten havaittavissa olevista suhteista vaan on kyse todellisesta kiintymyssuhteesta, joka toimii samalla tavoin kuin suhteet vanhempiin yksilön lapsuudessa. Kirkpatrick kutsuu inhimillisten kiintymysmallien soveltamista uskontoon niin sanotuksi vastaavuuspoluksi. (Kirckpatrick 2005, 73, 127). Allenin mukaan myös traumaattiset kiintymyssuhteet voivat siten olla rinnasteisia teistisissä ja luonnollisissa eli inhimillisissä perheissä, niin että esimerkiksi kiintymyssuhteessa koetusta traumasta voi seurata kokemus Jumalasta hylkäävänä, mikä voi osaltaan tukea

ihmisen yksinjäämisen tunnetta emotionaalisesti sietämättömässä kivussa. Antropomorfismi eli ihmisenkaltaistaminen edellyttää siis aina mentalisointia, ja ihminen inhimillistää maailmaa silloinkin, kun näihin representaatioihin liittyy epäinhimillisiä ja ihmisarvoa halventavia piirteitä kuten traumaattisissa kiintymyssuhteissa usein on. (Allen 2013, 234.) Toisaalta Kirckpatrickin mukaan toinen kehityksellinen tie uskontoon voi kulkea kompensaation kautta, jolloin jumalauskuon liittyy keskeisesti turvallisuuden etsiminen yksilön koettua inhimilliset kiintymyssuhteensa tyydyttämättömiksi (Kirkpatrick 2005, 127). Kliininen psykologi Paul Pruyser onkin todennut teistisen perheen tekevän sen, missä luonnollinen perhe epäonnistuu. Perheestä huolimatta yksilön tarpeet kuten rakkauden ja hoivan kaipuu pysyvät kuitenkin samoina, samoin yksilön omat kontribuutiot kuten kuuliaisuus pysyvät samoina perheestä huolimatta. (1974, 159.) Jumalasuhdetta voi siis motivoida sekä turvallinen että turvaton kiintymyssuhde.

Suomalainen psykoanalyttikko Matti Hyrck on teologian väitöskirjassaan ”*Mielen kuvat Jumalasta*” tutkinut erilaisia piilotajuntaisia suhteessaolon mielikuvia, jotka väistämättä ohjaavat myös yksilön tapaa mieltää Jumala. Tarkastelemme tässä viittä sisäistä objektia eli ihmisen sisäistä mielikuvaa Sinästä, tunnetasolla merkittävästä toisesta ihmisestä. Nämä mielikuvat vastaavat Hyrckin mukaan myös erilaisia jumalakuvan muotoja. Ihminen saa näissä kuvissa sisäisen subjektin eli sisäisen Minän roolin, joka kuvaa hänen suhdettaan toiseen ja jonka perustyyppit ovat läheisyyttä kaipaava Riippuvainen sekä vapautta kaipaava Itseriittoinen. (1995, 58, 82; 1998, 61.)

Sisäinen subjekti, Riippuvainen voi ensinnäkin kokea Jumalan kaikki hänen tarpeensa tyydyttävänä Houkuttajana, jonka kanssa yhteensulautuminen vastaa vauvan tulkintaa äidistä ravinnon ja täydellisen tyydytyksen lähteenä. Uskonnollisena mielikuvana tämä on kuin taivas, jossa ”Jumala pyyhkii kaikki kyynleet ihmisen silmistä”. Toisaalta Houkuttaja voi tuottaa subjektille kuoleman, oman erillisyyden menettämisen, ja imeä tämän itseensä. Ero Houkuttajasta voi merkitä riippuvaiselle subjektille myös täydellistä hylkäämistä ja yksinjäämistä.

Toiseksi Jumala voi näyttäytyä valtaistuimellaan istuvana Hallitsijana, jonka tavoitteena on hallinnoida Itseriittoisen sisäistä maailmaa tarjoamalla siihen tarkan struktuurin ja järjestyksen. Mielikuvissa keskeistä on ”valta, voima ja kunnia”, jolloin Itseriittoinen voi kokea Hallitsijan autoritaarisena, ihailtavana hahmona.

Aisti-impulssien vastustaminen on tärkeässä roolissa, jolloin seksi nähdään synneistä pahimpana. Noudattamalla Herra Sebaotin lakia sekä puhdistautumalla ja hylkäämällä syntinsä subjekti ”Herran soturina” saa tämän suosion. Rikkomalla lakia hän puolestaan joutuu tuomion ja vihan alaiseksi, jolloin Jumalan julmuus kulminoituu ikuisen kärsimyksen uhkana. Itseriittoiselle voi tosin nousta kapinamieli, jolloin hänen usein kuvataan ylpistyvän: tällöin hän haluaa itse olla valtias ja kiistää riippuvuutensa niin Jumalasta kuin luonnostakin.

Kolmanneksi Jumala voidaan mieltää Vetäytyjänä, jonka emotionaalinen suhde subjektiin on etäinen. Riippuvainen kärsii tällaisessa suhteessa, kun taas Itseriittoinen on tyytyväinen voidessaan vastata itse omista asioistaan ja säilyttää itsemääräämisoikeutensa. Riippuvaisen ja Vetäytyjän välinen suhde on kaipuuta täynnä, kun taas Itseriittoinen sijoittaa Jumalan mielellään taivaaseen, jolloin kaikenlainen läheisyys tuntuisi ahdistavalta ja tunkeilevalta. Hyrckin mukaan tämä jumalakuva yleistyi valistusajalla ja on Suomessa lähes vallitseva.

Neljäntenä Jumala voi esiintyä mielessä ankarana Vaatijana, joka syyttää ja syyllistää subjektiä tämän aggressiivisista impulsseista. Kun Hallitsijalle valta on tärkeää, Vaatijalle moraalit on kaiken ydin. Jumala on tällöin ”Oikeus, Totuus ja Vanhurskaus”, johon voi kokea yhteyttä vain parannuksen kautta. Vaatijan antama anteeksianto voi monelle olla helpottavaa, mutta toisaalta se on aina myös ehdollista. Parannukseen kykenemätön ei siten voi vakuuttua saamastaan armosta. (Hyrck 1995, 66–127; 1998, 62–69.)

Houkuttaja ja Hallitsija ovat sikäli primitiivisimpiä objekteja, että ne sijoittavat pahan ja hyvän objektimielikuvat mahdollisimman kauas toisistaan luoden näin mustavalkoisen maailmankuvan. Vaatija puolestaan voi tarjota anteeksiantoa, mutta tällöin subjekti on itse vastuussa kaikesta pahasta. Viimeisimpänä jumalakuvana onkin Hyrckin mukaan Parantaja, joka kestää subjektin siihen kohdistaman aggression ja muuttaa sen siedettävämpään muotoon rankaisematta tai hylkäämättä subjektiä. Parantaja auttaa subjektiä kohtaamaan realiteetit, mutta ei syytä häntä. Esimerkkinä tästä voitaisiin mainita Tuhlaajapojan isä, joka ei vaatinut anteeksipyyntöä vaan otti poikansa vastaan sellaisena, kuin tämä oli. Tällainen jumalakuva voi olla Kristus, joka ratkaisi pahan ongelman kärsimällä ehdoitta ihmisen puolesta. Hyrckin mukaan kaikki viisi edellä kuvattua sisäistä objektiä elävät rinnakkain ihmisen mielessä ja voivat saada eri muodon eri suhteissa. Kuitenkin jokin sisäinen objekti hallitsee yksilön sisäistä maailmaa enemmän kuin toiset. (1995, 127–140; 1998, 69–71.)

Hyrckin tavoin Allen erottelee eri aikakausien uskonnollisia mielikuvia nähdessään valistusajan järkeä korostavan narratiivin suosivan autonomiaa transsendenttiin koetun yhteyden sijaan: tällöin valitaan tieteellinen selitys ja irrottaudutaan samalla myös kaikenlaisista transsendenteista turvallisen kiintymyksen lähteistä. Allen myös näkee Freudin suhteessa uskontoon välttelevän kiintymyksen piirteitä huolimatta tämän arvostuksesta inhimillisiä suhteita kohtaan. (Allen 2013, 236.)

Yksilön kiintymyssuhde Jumalaan eroaa ihmisten välisistä suhteista keskeisesti siten, että toisin kuin Jumala, ihminen voidaan suoraan havaita. Lisäksi Jumala on korotettu kiintymyshahmo, ihmistä vahvempi ja aina tavoitettavissa. Kirkpatrickin mukaan juuri kristinusko tarjoaa parhaan Jumalaan liittyvän kiintymysprototyypin. (2005, 73.) Kuten aiemmin mainittiin, myös Jumalan mentaalisten tilojen attributointi eli mielen sisältöjen mentalisointi edellyttää teistisen jumalakuvan, persoonallisen Jumalan eli kokijan. Voidaan toki kysyä, eikö yksilö saattaisi sijoittaa omia fantasioitaan esimerkiksi alkujumaluuden luonteesta vaikkapa deistiseen luojajumalaan, joka ei vaikuta maailman tapahtumiin. Tällaisesta asetelmasta saattaisi tulla miellelyhtymä esimerkiksi Hyrckin kuvaamaan Vetäytyjään. On kuitenkin mainittava, että myös psyyken rakenteiden suhdetta uskontoon kommentoinut brittiläinen psykologi ja psykoanalyytikko John Carl Flügel (1884–1955) totesi Jumalan olevan kaikista hahmoista sopivin puhuttaessa superegon projektioista: koska omia vanhempia edustavana super-isänä Jumala on ylivertaisin superegon representaatio, on myös kapina häntä vastaan jossain määrin äärimmäisintä kapinaa. (1945, 167, 186, 294.) Suuren osan suomalaisista kuuluessa johonkin kristilliseen kirkkokuntaan, erityisesti Suomen evankelis-luterilaiseen kirkkoon, on uskonnon lähestyminen kristinuskon näkökulmasta varsin mielekäs tutkittaessa suomalaisten uskonnollisuutta mentalisaatioteorian avulla.

3.3. Ihanteena mentalisoiva asenne uskonnosta puhuttaessa

Allenin mukaan mentalisoiva asenne ei missään muussa psykoterapeuttisessa tilanteessa ole niin olennainen kuin puhuttaessa uskonnosta. Tällainen asenne merkitsee ”ei-tietävää” suhtautumista erilaisia kokemuksia kohtaan. Se on kykyä

mielikuvitukselliseen ajatteluun sekä monimerkityksellisyyden ja epävarmuuden sietämistä. Allenin mukaan mentalisointikapasiteettimme perustuukin kykyyn tarkastella asioita monesta eri näkökulmasta. (Allen 2013, 194, 218, 238–240.) Tässä työssä mielenkiinnon kohteena on kristillisten normien vaikutus asiakkaan mentalisoivaan asenteeseen ja sen ylläpitämiseen pohdittaessa hänen omia affektejaan.

Allen toteaa, että vaikka kaikki asiakkaat eivät pohdi uskonnollisia teemoja, on aihepiiri kuitenkin kaikille psykoterapeuteille relevantti heidän työskennellessään erilaisten asiakkaiden kanssa. Myös psykoterapeuttien olisi hyvä pyrkiä mentalisoivaan asenteeseen suhteessa uskontoon ja eksistentiaalis-spirituuaalisiin kysymyksiin, jotka esimerkiksi traumatisoituneiden potilaiden kanssa työskennellessä usein väistämättä tulevat esiin. Tällaisia kysymyksiä voivat olla esimerkiksi merkityksettömyyden kokemus ja luottamuksen menettäminen toisiin ihmisiin. Allen toteaa, etteivät mielenterveyden asiantuntijat ole uskonnollisia auktoriteetteja, eivätkä he voi tarjota ratkaisuja sellaisiin uskontoon liittyviin kysymyksiin, joita on vuosituhansia pohdittu niin filosofian kuin teologiankin parissa. Psykoterapeutit voivat kuitenkin auttaa traumatisoituneita potilaita ajattelemaan ja puhumaan uskonnollisista teemoista, jos ne ovat heidän mielessään. Omassa työssään Allen on kuvannut mentalisoivan asenteen omaksumista itselleen vapauttavana. (Allen 2013, 217–218, 232, 238, 244–245.)

3.4. Kristilliset yhteisöt ja affektit

Tämän työn puitteissa ei kattavasti voida kuvata kristinuskon suhdetta affekteihin sen eri historiallisissa vaiheissa saati erilaisten kirkkokuntien tai liikkeiden sisällä, vaan kuvaus tapahtuu Uuden testamentin tekstin avulla. Voidaan kuitenkin todeta, että kristinuskon suhde affekteihin on historian saatossa ollut monella tapaa ristiriitainen. Fonagy kollegoineen on nähnyt mentalisaatioteorian kannalta olennaiseksi mainita varhaiseen kristinuskoon suuresti vaikuttaneen stoalaisen filosofian, joka piti affekteja väärinä päätelminä ja vääristyneinä voimina, jotka johtavat ihmiset harhaan. Myös kristinuskoon siirtyi käsitys affekteista ja ruumiista kielteisinä. Esimerkiksi filosofian professori Ronald De Sousa on kiinnittänyt huomiota siihen, että seitsemästä kuolemansynnistä ainoastaan ahneus

ei ole affekti. Ylpeys, himo, kateus, mässäily, viha ja laiskuus kuuluvat kaikki De Sousan mukaan affektiivisiin ilmiöihin. Niin sanotuista kardinaalihyveistä puolestaan kolme neljästä liittyy emotionaalisten houkutusten vastustamiseen: harkitsevuus, mielenlujuus ja itsehillintä, jolloin ulkopuolelle jää vain oikeudenmukaisuus. Stoalaisella filosofialla on ollut todellisia seurauksia kulttuurimme itseymmärrykselle. (De Sousa 1987, 17; Fonagy ym. 2002, 68–69.) Tunteen ja järjen välinen dikotomia on saanut tukea kristinuskosta, jossa ”sydän” nähdään tiedon työssijana, ja tunteiden harjaannuttaminen on osa tiedon ja totuuden etsintää (Riis & Woodhead 2010, 15).

Pyysiäisen mukaan ihmisen ja niin sanotun intuitionvastaisen agentin suhde ei voi olla vain kahdenvälinen, vaan siihen liittyy aina myös yhteisö (2006, 113). Näin oletetaan myös tässä tutkimuksessa. Uskontososiologit Riis ja Woodhead ovat kehittäneet käsitteen emotionaaliset hallintojärjestelmät kuvatakseen tällaista emotionaalisten toimijoiden ja yhteiskunnan vuorovaikutuksellista suhdetta. Hallintojärjestelmät muokkaavat sitä, mitä yksilöt tuntevat ja miten he tuntevat sen, ja ne myös säätelevät sitä, miten yksilöt ilmaisevat tunteensa eli niitä sosiaalisten suhteiden muotoja, jotka ovat heille mahdollisia. Emootioiden voidaankin siten sanoa mukailevan sosiaalista normia. Uskonnolliset järjestelmät määrittelevät, säätelevät ja vahvistavat niitä standardeja, joiden mukaan toiset emootiot nähdään parempina ja toiset huonompina. Riisin ja Woodheadin mukaan uskonnolliset ihmiset oppivat toistamaan sellaisia emotionaalisia kuvioita, jotka heidän uskontonsa hyväksyvät ja jotka ovat heidän omien yhteisöjensä määräämiä. (Riis & Woodhead 2010, 6–11.)

On huomioitava, että Uuden testamentin teksti ei pysty kuvaamaan niitä lukemattomia erilaisia tulkintoja, joita erilaiset yhteisöt antavat tekstiin sisältyville affekteihin liittyville kielloille ja kehotuksille. Myöskään kysyttäessä psykoterapeuteilta heidän kokemuksiaan asiakkaidensa suhteesta kristinuskoon liittyviin affektikielloihin ja -kehotuksiin, ei tämän tutkimuksen tarkoituksena ole kartoittaa niitä mahdollisia välittäviä tekijöitä, jotka nousevat tietyn yhteisön tai opin tulkinnan parista. Johtuen otoksen pienuudesta, tämä saattaisi myös tuottaa vääristyneitä yleistyksiä, vaikka yksittäisten terapeuttien kuvaukset pitävätkin sisällään kokemuksen satojen ja tuhansien asiakkaiden kanssa työskentelystä. Psykoterapeuttien kokemuksia erilaisten yhteisöjen vaikutuksista ei siis tässä tutkimuksessa tiedustella, minkä vuoksi yhteisöjen vaikutusta ei myöskään kyselylomakkeessa mainittu osana taustateoriaa. Teologian professori Paavo

Kettunen on kuitenkin todennut, että tunteiden ei-moraalista luonnetta ei uskonnollisissa yhteisöissä ole välttämättä ymmärretty. Kettusen laajassa häpeätutkimuksessa paljon vastauksia tuli vapaista suunnista, uuspietistisistä liikkeistä ja yleensäkin autoritaarisista uskonnollisista piireistä. Vapaiden suuntien edustajista (12%) lähes kaikki olivat helluntalaisia (11%). Kettusen mukaan hengellistä häpeää koetaan erityisesti yhteisöissä, joissa on esimerkiksi tyypillistä pitää moraalien ja etiikan kysymyksissä tärkeänä lähes yksinomaan seksuaalielämän aluetta (2011, 40, 93, 198, 204).

4. UUDESSA TESTAMENTISSA ESIINTYVÄT AFFEKTINORMIT

Tämän tutkielman analyysiaineisto jakautuu kahteen osaan. Ensimmäisen osan muodostaa Uuden testamentin teksti ja spesifimmin affekteihin liittyviä kieltoja ja kehotuksia koskevat tekstiosuudet, jotka tekstiä läpi luettaessa nousivat esiin. Analyysin tarkoituksena on havainnollistaa sitä, että kristinuskon keskeisimpään tekstiin sisältyy kannanottoja liittyen ihmisen tunne-elämään. Kannanottojen etsiminen sisältää täten lähtöoletuksen, että Uuden testamentin suhde affekteihin on arvottava, minkä puolesta puhuu arkikielestäkin tutuksi tulleet fraasit kuten kehoitus rakastaa lähimmäistä niin kuin itseään. Rakastamista pidetään siis tavoiteltavana ja ideaalina affektina suhteessa lähimmäiseen. Analyysi havainnollistaa jatkotutkimuksen tärkeyttä selvittäessä sitä, ovatko Uuteen testamenttiin sisältyvät kannanotot joillekin psykoterapia-asiakkaille haasteellisia heidän pyrkiessään mentalisoitua affektiivisuuteen. Tekstianalyysi toimii siis jonkinlaisena hypoteettisena kartastona kuljettaessa syvemmälle aihepiirin tarkastelussa. Tuloksia hyödynnetäänkin tutkimuksen toisessa analyysissä, jossa affektinormien esiintyvyyttä psykoterapia-asiakkaiden mielessä tiedustellaan kolmelta psykoterapeutilta.

4.1. Uuden testamentin sisällönanalyysi hypoteesien muodostamisessa

Kuten usein laadullisessa tutkimuksessa, tässäkin tutkielmassa aineisto on valmiiksi kirjoitettu: sen muodostaa Uuden testamentin tekstin suomenkielinen käännös vuodelta 1992. Teksti luettiin kokonaisuudessaan läpi Suomen evankelis-luterilaisen kirkon internetsivuilta. Analyysimenetelmänä oli sisällönanalyysi eli sisällön erittelemine. Tekstistä etsittiin tällöin affekteihin liittyviä imperatiivisia kehotuksia ja kieltoja sekä affekteja kommentoivia toteamuksia, jotka on kohdistettu suoraan lukijalle tai todettu yleisesti esimerkiksi monikon ensimmäisessä persoonassa.

Laadulliselle tutkimukselle tyypillinen prosessiluonne (Eskola & Suoranta 2000, 16–17) konkretisoitui, kun aineistosta lukemisen alkuvaiheessa voitiin välittömästi havaita kolme erilaista affekteihin liittyvää kategoriaa. Tämä muutti tutkimussuunnitelmaa ja aineiston käsittelytapaa, niin että analyysi aloitettiin alusta jakamalla löydetty tekstiosuudet suoraan näihin kategorioihin: kiellettyihin tekoihin verrattuihin affekteihin, kieltoihin tuntee jokin affekti sekä kehotuksiin tuntee jokin affekti. Tekstin sisältöä analysoimalla pyrittiin jakamaan löydetty tekstiosuudet kuhunkin kategoriaan, kuvaamaan näitä kohtia teemasanoilla sekä muodostamaan lopulta yläkäsitteet teemoille. Löydetystä materiaalista pyrittiin siis muodostamaan kategorioittain affekteihin liittyviä ydinteemoja, jotka kattavat kaikki aiheeseen liittyvät alaluokat. Aineiston luokittelu pohjautui paljolti tutkijan omaan päättelyyn. (Metsämuuronen 2005, 229, 235–238.) Sisällönanalyysin tarkoituksena oli muodostaa eräänlaisia hypoteesejä siitä, minkälaisia affekteihin liittyviä kieltoja ja kehotuksia myös joillain psykoterapia-asiakkailta saattaisi mielessään olla. Koska tekstiaineisto on varsin suuri, on tarkasteltava vielä tarkemmin niitä rajauksia, joilla osa affekteihin liittyvistä kohdista suljettiin analyysin ulkopuolelle. Osa teemoista sisällytettiin suoraan tuloksiin myös ilman varsinaista analyysiä, jolloin tekstin lukeminen toimi eräänlaisena varmenteena teemojen esiintyvyydelle.

4.2. Analysoitavan tekstimateriaalin rajaukset

Mutta meidän, jotka kuulumme päivälle, on pysyttävä raittiina: meidän on pukeuduttava uskon ja rakkauden haarniskaan ja otettava kypäräksemme pelastuksen toivo. (1. Tess. 5:8)

Tässä jakeessa mainitaan kaksi affektia: toivo ja rakkaus. Näistä toivo on rajattu varsinaisen sisällönanalyysin ulkopuolelle ja otettu suoraan mukaan teematuloksiin: toivo muun muassa kuolemanjälkeisestä elämästä on yksi Uuden testamentin punaisen langan olennaisimmista säikeistä, minkä vuoksi analyysia oli tarpeetonta laajentaa toivosta kertovien tekstikohtien käsittelyllä. Pääasiassa kaikki jumalasuhteeseen liittyvät affektiteemat kuten Jumalan rakastaminen on muodostettu ilman varsinaista analyysiä tutkijan oman ennakkoarvion perusteella, jolloin näiden teemojen esiintyvyyttä testattiin tekstiä läpi luettaessa. Tämä tarkoittaa sitä, että näiden teemojen osalta tutkijalla ei ole hallussaan luettelo kaikista kyseisiä teemoja koskevista tekstikohdista. Jokaista teemaa demonstroidaan kuitenkin aina tekstiaineistosta valikoitujen esimerkkien avulla. Ottaen huomioon aineiston laajuuden myös muita rajauksia on tehtävä.

Uudessa testamentissa kuvattujen esikuvien jättäminen pois analyysistä on yksi selkeistä käsiteltävän aineiston rajauksista, jolloin niitä ei ole teemoiteltu lainkaan. Tällöin on kyse suorista kehotuksista ottaa esikuvaksi Uudessa testamentissa esiintyvien henkilöiden tai esimerkiksi Jumalan kokemusmaailma:

Pitäkää siis Jumalaa esikuvananne, olettehan hänen rakkaita lapsiaan. Rakkaus ohjatkoon elämäänne, onhan Kristuskin rakastanut meitä ja antanut meidän tähtemme itsensä lahjaksi, hyvältä tuoksuvaksi uhriksi Jumalalle. (Ef. 5:1–2)

Analyysin ulkopuolelle jää kokonaan myös tekstissä esiintyvien henkilöiden sekä sen kirjoittajien omien affektien kuvailu, ellei kyse ole yleisemmistä memuotoisista kehotuksista. Esimerkiksi seuraavissa jakeissa on kuvattu monia affekteja, joita ei kuitenkaan voida nähdä lukijalle osoitetuiksi varsinaisiksi kehotuksiksi tai kielloiksi:

Nyt minun kuitenkin täytyy lähettää teidän luoksenne veljemme Epafroditos, työ- ja taistelutoverini. Hän on myös teidän lähettinne, joka tuli palvelemaan minua ollessani avun tarpeessa, ja hän on *ikäväinnyt* teitä kaikkia ja ollut *huolissaan* siitä, että te olette kuulleet hänen sairastuneen. Sairas hän todella oli, aivan kuolemaisillaan, mutta Jumala armahti häntä, eikä vain häntä vaan myös minua, etten saisi uutta *surua* entisten lisäksi. Olen sitäkin *innokkaampi* lähettämään hänet takaisin, jotta te saisitte *ilon* nähdä hänet jälleen ja että itsekkin voisin olla *huolettomampi*. (Fil. 2: 25–28.)

Voidaan toki kyseenalaistaa, eivätkö tekstin lukijan ja sen kirjoittajan kokemusten kommentointi ole sisällöllisesti yhtä arvokkaita. Validiteetin lisäämiseksi on kuitenkin selkeämpää jättää nämä kohdat pois niiden tilannesidonnaisuuden ja spesifiyden vuoksi. On kuitenkin huomioitava, että myös varsinaiset kehotukset ja kiellot ovat useimmiten hyvin tilannesidonnaisia, esimerkiksi Jeesuksen kehottaessa opetuslapsia olemaan pelkäämättä myrskyssä (Matt.18:23–27). Teologi Hjalmar Sundénin rooliteorian puitteissa voitaisiinkin olettaa, että lukija tekstiin eläytyessään voi huomaamattaan joutua myös kirjoittajan rooliin (Sundén 1959, 54–61). Tällöin lukija saattaisi kenties säädellä omia affektejaan sellaisten tekstikohtien avulla, jotka eivät sisälly tähän analyysiin tai edes kuvaa suoria viittauksia affektiivisiin kokemuksiin. Koska analyysin tavoitteena on selvittää pelkästään tekstistä nousevia affektien säätelyyn liittyviä kannanottoja, voidaan kieltoja ja kehotuksia pitää läpinäkyvimpinä merkkeinä näistä.

Ilmaisut Jumalan persoonallisuudesta tai vaikutuksesta ihmisen affekteihin jäävät pois analyysistä, sillä tutkimuksessa keskeisellä sijalla on ihmisen oma pyrkimys säädellä affektejaan sekä siihen liittyvät kannanotot. Tällöin ei huomioida esimerkiksi Jumalan kuvaamista masentuneiden rohkaisijana (2. Kor. 7:6) tai lohdun tuojana:

Hän rohkaisee meitä kaikissa ahdingoissamme, niin että me häneltä saamamme lohdutuksen voimalla jaksamme lohduttaa muita ahdingossa olevia. (2. Kor. 1:4)

Toki on huomioitava, että lukija näiden tekstikohtien kautta saattaisi kenties säädellä affektejaan jumalamielikuvansa avulla pyrkimällä esimerkiksi vähentämään masennuksen affektia. Tekstianalyysin tavoitteena on kuitenkin kartoittaa eri affekteihin liittyviä kannanottoja, ei niinkään tekstiä mahdollisena suorana affektisäätelyn lähteenä. Yksilön oman affektisäätelyn alueella liikuttaessa myöskään kehotukset vaikuttaa muiden affekteihin eivät kuulu analyysin piiriin. Tällaisiin kehotuksiin kuuluisi esimerkiksi neuvo isille olla aina moittimatta lapsiaan, etteivät he masentuisi (Kol. 3:21).

Affektiteemojen ulkopuolelle jää myös käyttäytymisen ja puheen hillintään, toisin sanoen affektien ilmaisuun liittyviä tekstikohtia, jotka eivät ota kantaa yksittäisiin affekteihin vaan kuvaavat yleisemmin esimerkiksi itsehillintää affektisäätelyn ihanteena: seurakunnan kaitsijan täytyy olla itsensä hillitsevä (Tit. 1:8), samoin ihanteellinen nainen hillitsee itsensä ja on kuuliainen (1. Tim. 2:8–

15). Myöskin oma kieli on hillittävä pahoista sanoista (1. Piet. 3:10). Itsehillinnän kuvataan kuuluvan myös ”hengen hedelmiin”, jotka ovat vastakkaisia ominaisuuksia ihmisen omasta itsekkästä luonnosta peräisin oleville haluille (Gal. 5:16, 22–23). Päinvastoin ilmaistuna:

Sillä siellä, missä kateus ja riidanhalu vallitsevat, on myös hillittömyyttä ja kaikenlaista pahaa. (Jaak. 2:3)

Orjille osoitettua kehotusta pelätä ja kunnioittaa maallisia isäntiään ja palvella heitä vilpittömin sydämin (Ef. 6:5), olivat he sitten lempeitä tai epäoikeudenmukaisia (1. Piet. 2:18), ei ole sisällytetty analyysiin. Tätä voidaan perustella sillä, että suomalaisessa yhteiskunnassa orjien affektisäätely ei ole ajankohtainen teema orjuuden laittomuusluonteen vuoksi. Myöskään kieltoa rakastaa valhetta ei ole otettu mukaan analyysiin sen affektiivisesta elementistä huolimatta, sillä ilmaus viittaa monimutkaisuudessaan pikemminkin asenteeseen (Ilm. 22:15). Kryptisyytensä vuoksi kieltoa on verrattain vaikea havainnollistaa konkreettisenä kieltona kokea jokin affekti.

On huomioitava, että Uudessa testamentissa otetaan kantaa affektien lisäksi myös moniin muihin mielen sisältöihin kuten ajatuksiin ja asenteisiin. Tekstissä esiintyy esimerkiksi kehotuksia kärsivällisyyteen (Kol. 1:11), rohkeuteen ja kestävyys (Hepr. 10:35–36). Myös näillä kielloilla ja kehotuksilla saattaisi hypoteettisesti olla merkitystä yksilön suhtautumisessa omiin affekteihinsa. Tällaiset pohdinnat eivät kuitenkaan ulotu tämän tutkimuksen aihepiiriin.

Koska tutkimuksen kohteena on suomenkielinen, kaikkien saatavilla oleva Uuden testamentin teksti, ei sen taustaan, alkuperäisiin sanamuotoihin tai erilaisiin käännöksiin syvennyttä tässä työssä. On toki huomioitava, että tulokset saattaisivat olla erilaisia, mikäli tekstien historiallinen tausta tunnettaisiin. Toisaalta ei voida olettaa, että jokaisella Uuden testamentin lukijalla on teologian tai eksegetiikan tuntemusta. Vaarana tässä tarkastelutavassa on, että alkuperäisteksteihin ja eksegetiikkaan perehtyneiden lukijoiden tietämys sivuutetaan, ja että käsitys affekteihin liittyvistä kielloista ja kehotuksista jää hyvin kirjaimelliseksi. On kuitenkin huomioitava, että esimerkiksi joissain uskonnollisissa yhteisöissä ei lainkaan hyväksytä historiallis-kriittisiä kannanottoja osaksi Uuden testamentin tulkintaa. Toisaalta eri yhteisöjen omia opetuksia, jotka vaikuttavat tapaan ymmärtää tekstiä, ei myöskään voida tämän työn puitteissa käsitellä. Tässä sisällönanalyysissä ei siis tutkita kieltojen ja

kehotusten historiallista kontekstia tai niiden erilaisia tulkintoja nykyaikana, vaikka tekstin merkitys saattaisikin näyttäytyä tällöin eri valossa.

Mentalisoidun affektiivisuuden kolmen elementin, tunteiden tunnistamisen, muokkaamisen ja ilmaisemisen näkökulmasta Uuden testamentin sisällönanalyysi kytkeytyy kenties vahvimmin affektien muokkaamiseen: ottamalla kantaa eri affekteihin tekstin voidaan nähdä kehottavan tietyn affektin voimistamiseen tai heikentämiseen. Tutkimuksen laajempaan kiinnostuksen kohteena on kuitenkin kieltojen ja kehotusten mahdollinen vaikutus monella eri säätelyn alueella. Tämä tulee esiin myöhemmin psykoterapeuteille osoitetussa kyselyssä.

Tekstianalyysissä ei ole laskettu esiintymien frekvenssejä, sillä toisinaan samassakin jakeessa tai kappaleessa saattaa olla sama kehotus tai kielto useaan kertaan. Frekvenssit huomioidaan laveammin kuitenkin siten, että vain kerran mainitut kiellot tai kehotukset esitellään tulosten loppupuolella. Siirryttäessä seuraavaksi tutkimuksen tuloksiin esitetään affektisäätelyyn liittyvät tekstikohdat kategorioittain, niin että ensimmäiseksi tarkastellaan tekoihin verrattuja affekteja, jotka kuvataan kielletyiksi, toiseksi paneudutaan kieltoihin kokea jokin affekti ja kolmanneksi kehotuksiin kokea jokin affekti.

4.3. Tekoihin verratut kielletyt affektit

Kiellettyihin tekoihin verrataan Uudessa testamentissa kahta affektia, vihaa ja seksuaalista himoa. Nämä kummatkin mainitaan Matteuksen evankeliumin Vuorisaarnassa. Lisäksi vihaan teon kaltaisena viitataan vielä ensimmäisessä Johanneksen kirjeessä.

Vuorisaarnassa Jeesus vertaa veljen vihaamista viidennen käskyn rikkomiseen:

Teille on opetettu tämä isille annettu käsky: 'Älä tapa.' Se, joka tappaa, on ansainnut oikeuden tuomion. Mutta minä sanon teille: jokainen, joka on vihoissaan veljelleen, on ansainnut oikeuden tuomion. Samoin jokainen, joka sanoo veljelleen: 'Senkin hölmö', on ansainnut Suuren neuvoston tuomion, ja se, joka sanoo: 'Sinä hullu', on ansainnut helvetin tulen. (Matt.5:21–22)

Tällöin vihan affektin rangaistavuutta verrataan tappamisesta saatavaan oikeuden tuomioon. Vihoissaan olevaa kehoitetaan samassa tekstiyhteydessä myös

pyrkimään sopuun (Matt. 5:23–26). Ensimmäisessä Johanneksen kirjeessä vihaa verrataan vielä suuremmin ihmisen hengen riistämiseen:

Jokainen, joka vihaa veljeään, on murhaaja, ja te tiedätte, ettei iankaikkinen elämä voi pysyä yhdessäkään murhaajassa. (1. Joh. 3:15)

Viha kytkeytyy tässä kuolemanjälkeiseen elämään, niin että vihaaminen ja mahdollisuus iankaikkiseen elämään nähdään toisilleen vastakkaisina. Tekstikohta esiintyy toisten rakastamiseen liittyvien kehotusten yhteydessä (1. Joh. 3:11–17), jolloin rakkauden puute nähdään kuoleman vallassa olemisena. Jokaisen kuvataan olevan myös velvollinen laittamaan henkensä alttiiksi toisen puolesta ja auttamaan sellaista, jonka toimeentulo ei ole turvattu: sydämen sulkeminen puutetta kokevalta nähdään esteenä Jumalan rakkauden pysymiselle ihmissydämessä. Rakkauden ja vihan affektit asetetaan tässä siis vastakkaisiksi kokemuksiksi, jolloin veljeään vihaava rinnastetaan murhaajaan.

Kannanotto seksuaaliseen himoon sisältyy Vuorisaarnaan, jolloin sitä verrataan aviorikoksen tekemiseen:

Teille on opetettu tämä käsky: 'Älä tee aviorikosta.' Mutta minä sanon teille: jokainen, joka katsoo naista niin, että alkaa himoita häntä, on sydämessään jo tehnyt aviorikoksen hänen kanssaan. (Matt. 5: 27)

Verrattaessa seksuaalisen himon affektia aviorikokseen tekstissä esiintyy kuvaus viettelevän ruumiinosan tuhoamisesta ihmisen pelastumiseksi:

Jos oikea silmäsi viettelee sinua, repäise se irti ja heitä pois. Onhan sinulle parempi, että menetät vain yhden osan ruumiistasi, kuin että koko ruumiisi joutuu helvettiin. Ja jos oikea kätesi viettelee sinua, hakkaa se poikki ja heitä pois. Onhan sinulle parempi, että menetät vain yhden jäsenen, kuin että koko ruumiisi joutuu helvettiin. (Matt 5: 29–30)

Himon affektin syntyminen liitetään näköaistiin, naisen katsomiseen tietyllä tavalla, jolloin tekstissä kuvataan myös aistimuksesta vastaavan elimen eli silmän tuhoamista affektista irrottautumiseksi. Pyrkimys tuhota jotain, joka kuuluu omaan ruumiiseen, on keino välttää aistimuksesta ja himon affektista seuraava uhka, eli koko ruumiin joutuminen helvettiin. Vaikka tekstin kirjaimellinen lukeminen ei tee oikeutta sen alkuperäismuodolle tai kirjoittamisajankohdan retorisisille tendensseille, voidaan tässä yhteydessä palata tunteen määritelmään sisäisen todellisuuden aistina: tunne on tietoinen havainto siitä, mitä ruumiissa tapahtuu, nähdyn tavoin myös tunne on aistimus. Oman ruumiinosan tuhoaminen

onkin voimakas kuvaus pyrkimyksestä eliminoida affektiivisiä kokemuksia, jotka pohjimmiltaan ovat syvällä ihmisen tiedostamattomassa, auttamattomasti osana ihmisen ruumista. Näihin pohdintoihin palataan luvussa 6.

Seksuaalisen himon affektiin verrattavan kielletyn teon, aviorikoksen, kuvattiin tapahtuvan ihmisen ”sydämessä”. Toisinaan Uuden testamentin tekstistä välittyy yleisemminkin kuva ”sydäimestä” pahojen tekojen lähteenä:

Juuri ihmisen sisältä, sydäimestä, lähevät pahat ajatukset, ja niiden mukana siveettömyys, varkaudet, murhat, aviorikokset, ahneus, häijyys, vilppi, irstaus, pahansuopuus, herjaus, ylpeys ja uhmamieli. Kaikki tämä paha tulee ihmisen sisältä ja saastuttaa hänet. (Mark.7: 21–23)

Voidaan havaita, että vihan ja seksuaalisen himon affekteja kuvataan erityisesti Vuorisaarnassa tekoihin verrattavina kiellettyinä kokemuksina. Esimerkiksi aviorikoksen tekemiseen rinnastetuista seksuaalisen himon affekteista ja niihin liittyvistä aistimuksista irrottautumista verrataan voimakkaalla kielikuvalla oman silmän tai käden irrottamiseen. Viha puolestaan liitetään murhaamiseen, jonka vastakohtana on rakkaus ja sopu. Voidaan ajatella, että tekstiin sisältyy kuva vihasta ja seksuaalisen himon affektista erityisen kiellettyinä.

4.4. Kiellot tuntea jotakin

Tutkittaessa tekstiin sisältyviä yleisempiä kieltoja kokea jokin affekti voitiin muotoilla 22 erilaista affekteihin liittyvää kieltoteemaa. Ilman varsinaista analyttistä tarkastelua ensimmäiseksi teemaksi valikoitui Jumalan vihaaminen. Se mainitaan esimerkiksi Roomalaiskirjeen ensimmäisessä luvussa olevassa listassa, jossa luetellaan negatiivisina pidettyjä ominaisuuksia, affekteja ja tekoja:

He ovat täynnä kaikenlaista vääryyttä, halpamaisuutta, ahneutta ja pahuutta, täynnä kateutta, murhanhimoa, riitaisuutta, petollisuutta ja pahansuopuutta, he panettelevat ja parjaavat, vihaavat Jumalaa, ovat röyhkeitä ja pöyhkeitä, rehenteleviä ja pahanilkisiä, vanhemmilleen tottelemattomia, ymmärtämättömiä ja epäluotettavia, rakkaudettomia ja säälimättömiä. (Room. 1:29–31)

Näiden jakeiden perusteella muodostui muitakin yksittäisiä teemoja, jotka esitellään myöhemmässä vaiheessa analyysiä. Tekstissä todetaan ”Jumalan

säätäneen, että ne, jotka käyttäytyvät tällä tavoin, ovat ansainneet kuoleman” (Room. 1:32), mikä kertoo kannanoton voimakkuudesta. Jumalaa kohtaan tunnettu viha rinnastetaan maailman rakastamiseen:

Te uskottomat! Ettekö tiedä, että rakkaus maailmaan on vihaa Jumalaa kohtaan? Joka tahtoo olla maailman ystävä, asettuu Jumalan viholliseksi. (Jaak. 4:4)

Toinen kieltojen kategoriaan sisällytetty kieltonormi on Jumalan halveksiminen:

-- varsinkin niiden, jotka seuraavat saastaisia ruumiin haluja ja halveksivat Herraa ja hänen valtaansa. Nuo itseään täynnä olevat röyhkimykset eivät kaihda herjaamasta henkivaltojakaan. (2. Piet. 2:10)

Toisessa kohtaa myös halveksunta asetetaan jakaumalle, jossa joko Jumalaa tai mammonaa halveksitaan ja vihataan: tätä perustellaan sillä, että kukaan ei voi palvella kahta herraa (Matt. 6:24).

Kolmas suoraan analyysituloksiin sisällytetty teema on Jumalan tai Jeesuksen häpeäminen:

Joka tämän uskottoman ja syntisen sukupolven keskellä häpeää minua ja minun sanojani, sitä on Ihmisen Poika häpeävä, kun hän tulee Isänsä kirkkaudessa pyhien enkelien kanssa. (Mark. 8:38)

Tässäkin kielteistä affektia Jumalaa kohtaan käsitellään kuolemanjälkeisen elämän yhteydessä, niin että Jumalaan kohdistuvan kielteisen affektin nähdään johtavan yksilön tuhoon tuonpuoleisessa, tässä tapauksessa vastaavan affektin eli häpeän toistumiseen Jumalan puolelta. Kolme ensimmäistä teemaa liittyvät siis affekteihin, jotka kohdistuvat Jumalaan ja jotka nähdään kielteisinä. Pääasiallinen sisällönanalyysi kohdistui jumalasuhteen ulkopuolisten affektiteemojen etsimiseen, jotka kuitenkin lähes poikkeuksetta aina kytkeytyvät hengellisiin yhteyksiin.

Ilman varsinaista frekvenssilaskentaakin voidaan huomata, että tämän kategorian affekteista kielto pelätä esiintyy Uudessa testamentissa tiheimmin. Kieltomuodot ovat usein hyvin kontekstisidonnaisissa yhteyksissä:

Eräänä yönä Herra sanoi näyssä Paavalille: ’Älä pelkää, vaan puhu edelleen, älä vaikene.’ (Ap.t. 18:9.)

Toisinaan pelko yhdistetään epäuskoon, jolloin se nähdään merkinä uskon puutteesta:

’Miksi te noin pelkätte, vähäuskoiset?’ Jeesus sanoi. Sitten hän nousi ja nuhteli tuulta ja aaltoja, ja tuli aivan tyven. (Matt. 8:26)

Yleismerkityksellisempänä pelon kohteena mainitaan esimerkiksi pelko siitä, mitä ihmisen tulisi puhua jouduttuaan uskonsa tähden viranomaisten eteen, kuten aiemmin mainitussa Apostolien tekojen kohdassa, jossa Paavalille puhutaan näyssä. Näihin sisältyy myös huolen affekti liittyen siihen, mitä viranomaisten edessä puhuisi (mm. Matt. 10:19), eikä tällaista huolta siksi erikseen ole otettu analyysin teemoissa huomioon. Myös pelko ihmisiä kohtaan voidaan nähdä spesifinä pelon kohteena:

Minä sanon teille, ystäväilleni: Älkää pelätkö niitä, jotka tappavat ruumiin mutta joiden valta ei ulotu sen pitemmälle. (Luuk. 12:4.)

Lisäksi pelon teemaan voidaan yhdistää säikähdyksen ja hätäannuksen tuntemukset. Tällaiset viittaukset liittyvät muun muassa kehotukseen olla säikähtämättä, mikäli joku sanoo Herran päivän koittaneen (2. Tess. 2:1) tai Jeesuksen neuvoon olla hätäntymättä, kun kuulee sodista ja levottomuuksista, jotka kuuluvat lopun aikoihin (Luuk. 21:9). Säikähdys liittyy Uuden testamentin kertomuksissa usein henkilöiden nopeaan reaktioon, joka seuraa jotakin tapahtumaa, ja johon esimerkiksi Jeesus usein vastaa kehotuksella olla pelkäämättä:

Kaikki he näkivät hänet ja säikähtivät. Mutta samassa Jeesus jo puhui heille: ’Pysykää rauhallisina, minä tässä olen. Älkää pelätkö.’ (Mark. 6:50)

Kehotus olla pelkäämättä erottuu siis selkeästi omaksi teemakseen, vaikka pelon kohteet ja kontekstilliset yhteydet vaihtelevatkin tekstissä. Turvallisuus nähdään tekstissä pelon puutteena:

Älkää juosko rahan perässä, vaan tyytykää siihen, mitä teillä on. Jumala on itse sanonut: --Minä en sinua jätä, en koskaan sinua hylkää. Sen tähden me voimme turvallisin mielin sanoa: --Herra on minun auttajani, siksi en pelkää. Mitä voisi ihminen minulle tehdä? (Hepr. 13:5–6)

Sanamuoto ”sen tähden” viittaa myöhemmin analyysissä käsiteltävään kehotukseen olla tyytyväinen siihen, mitä on, sekä välttämään rahan perässä

juoksemista, sillä Jumala ei jätä eikä hylkää ihmistä. Tässä turvallisuus nousee siis ajatuksesta Jumalan hylkäämättömyydestä, jota voitaisiin mahdollisesti tarkastella myös kiintymyssuhteiden ja kiintymysturvallisuuden näkökulmasta: kun kiintymysobjekti ei hylkää, yksilön ei tarvitse pelätä. Toisaalta pelottomuutta perustellaan tekstissä myös sillä, että Jumala on ihmisen auttaja. Pelon vastakohtaksi asetetaan rakkaus:

--Pelkoa ei rakkaudessa ole, vaan täydellinen rakkaus karkottaa pelon. Pelossahan on jo rangaitusta; se, joka pelkää, ei ole tullut täydelliseksi rakkaudessa. (1. Joh. 17–18)

Viidentenä teemana on kielto huolehtia ja murehtia arkisia asioita:

Älkää siis murehtiko: 'Mitä me nyt syömme?' tai 'Mitä me juomme?' tai 'Mistä me saamme vaatteet?' Tätä kaikkea pakanat tavoittelevat. Teidän taivaallinen Isänne tietää kyllä, että te tarvitsette kaikkea tätä. Etsikää ennen kaikkea Jumalan valtakuntaa ja hänen vanhurskasta tahtoaan, niin teille annetaan kaikki tämäkin. Älkää siis huolehtiko huomispäivästä, se pitää kyllä itsestään huolen. Kullekin päivälle riittävät sen omat murheet. (Matt. 6:31-35)

Arkisiksi asioiksi on tässä määritelty tekstissä mainitut ravinto ja vaatteet, sillä ne ovat ihmisen jokapäiväisiä perustarpeita. Kontrastina arkisista asioista huolehtimiselle on pelastukseen johtava murhe:

Jumalan mielen mukainen murhe saa aikaan parannuksen, jota ei tarvitse katua, sillä se johtaa pelastukseen. Maallinen murhe sen sijaan tuottaa kuoleman. (2. Kor. 7:10)

Tekstissä esimerkkinä Jumalan mielen mukaisesta murheesta mainitaan Paavalin kirjeen tuoma suru, joka johti korinttilaisten mielenmuutokseen: he alkoivat muun muassa pelätä ja ikävöidä kirjeen lähettäjiä (2. Kor. 7: 8–13). Jumalan mielen mukaista murhetta ei ole myöhemmin eritelty omaksi teemakseen, sillä sen voidaan nähdä viittaavan katumuksen kaltaiseen affektiin, jota käsitellään kehotusteemoissa. Kieltoon olla kokematta huolen affektia liittyy jossain kohdin myös Jumalan tieto ihmisen tarpeista eli Jumalaan turvautuminen huolen affektin säätelemiseksi, mikä ei sinänsä kuulu tämän tutkimuksen piiriin (1. Piet. 5:7).

Kielto tuntea ylpeyttä muodostaa seuraavan teeman:

Kuka antaa sinulle erikoisaseman? Onko sinulla mitään, mitä et ole saanut lahjaksi? Jos kerran olet saanut kaiken lahjaksi, miksi ylpeilet niin kuin se olisi omaa ansiotasi? (1. Kor. 4: 7)

Kielto ylpeillä ikään kuin jokin olisi omaa ansiota saa toisaalta eri merkityksen tekstikohdassa, jossa kehoitetaan ylpeilemään omista teoista:

Kukin tutkikoon vain omia tekojaan. Silloin hän voi ylpeillä vain siitä, mitä hän itse on, vertaamalla itseään toiseen. Jokaisen on kannettava oma kuormansa. (Gal. 6:4–5)

Kyseistä kohtaa ei kuitenkaan ole sisällytetty analyysissä myöhemmin käsiteltäviin kehotuksiin, sillä se näyttää viittaavan pikemminkin kieltoon verrata itseään toiseen kuin kehotukseen ylpeillä. Tekstit kuvaavat hyvin niitä ristiriitoja, joita samoihin affekteihin liittyviin kannanottoihin voi sisältyä. Tässä ylpeilyn kohdetta rajoitetaan. Edelleen affektin kohdetta on rajoitettu, niin että Jumalasta on luvallista ylpeillä:

Näin toteutuu tämä kirjoitus: 'Joka ylpeilee, ylpeilköön Herrasta.' (Kor. 1:31)

Tämä kehotus on myöhemmin sisällytetty Jumalasta iloitsemisen teemaan, jolloin sitä ei ole erikseen mainittu. Vaara tuntea haitallista ylpeyttä voi liittyä esimerkiksi omaisuuteen:

Varoita niitä, jotka tässä maailmassa ovat rikkaita, etteivät he ylpeilisi eivätkä panisi toivoaan epävarmaan rikkauteen, vaan Jumalaan, joka antaa kaikkea runsain mitoin nautittavaksemme. (1. Tim. 6:17)

Tässäkin kohdassa rikkaus, eli aiemmin mammonaksi kutsuttu omaisuus ja Jumala asetetaan toisilleen vastakkaisiksi kohteiksi ihmisen affekteille. Ylpeyteen liittyy myös kielto kerskailla, eli jonkinlaisen kielto ilmaista ylpeyttä:

Mutta nyt te kerskutte ja rehentelette. Kaikki tuollainen kerskailu on pahasta. (Jaak. 4:16)

Ylpeyden vastakohtana kuvataan usein myös nöyryyttä (mm. Jaak. 4:6; 1. Piet. 5:5), joka analyysin seuraavassa vaiheessa on mainittu affekteihin liittyvänä kehotuksena.

Kuten tekoihin verratuista affekteista, myös affekteihin yleisesti liitettyistä kielloista on löydettävissä vihan tema:

Joka väittää olevansa valossa mutta vihaa veljeään, on yhä pimeydessä. Joka rakastaa veljeään, pysyy valossa, eikä hänessä ole mitään, mikä veisi lankeemukseen. Mutta se, joka vihaa veljeään, on pimeydessä. Hän vaeltaa pimeässä eikä tiedä, minne on menossa, sillä pimeys on sokaissut hänen silmänsä. (1. Joh. 2:9-11)

Vihamielisyyttä kuvataan myös ”lihan” eli ihmisen itsekkään luonnon aikaansaannokseksi (Gal. 5:16, 20). Vastakohtana tälle on ”hengen hedelmiksi”

kutsutut ominaisuudet kuten rakkaus (Gal. 5:22). Vihan teemaan on sisällytetty murhanhimo (Room. 1:29) ja kiukku:

Hylätkää kaikki katkeruus, kiukku, viha, riitely ja herjaaminen, kaikkinaisen pahuus.” (Ef. 4:31)

Myös leppymättömyys sisältyy vihan teemaan (2. Tim. 3:3). Se kuvaa vihan affektin temporaalista puolta eli sitä, kun affekti säilyy muuttumattomana. Tekstissä esiintyvät kehotukset pyrkiä sovintoon, sovinnollisuuteen, sopuun ja yksimielisyyteen kuvaavat samoin vihaan liitettyä ihanteellista käyttäytymistä:

Vaikka vihastuttekin, älkää tehkö syntiä. Sopikaa riitanne, ennen kuin aurinko laskee. (Ef. 4:26)

Tähän voidaan liittää useat kehotukset anteeksiantoon, jota voidaan pitää tekstin mukaan toivottavana yksilön kokiessa vääryyttä:

Jos te annatte toisille ihmisille anteeksi heidän rikkomuksensa, antaa myös taivaallinen Isänne teille anteeksi. Mutta jos te ette anna anteeksi toisille, ei Isännekään anna anteeksi teidän rikkomuksianne. (Matt. 6:14-15)

Kuten verrattaessa vihan affektia murhaan ja kielletäessä ikuisen elämän pysyminen vihaa kokevassa, anteeksi antamiseenkin viitataan ehtona sille, että itse saa anteeksi omat rikkomuksensa. Viha on keskeinen teema affektikielloissa, ja ihanteellista suhtautumista siihen kuvataan monin eri tavoin Uudessa testamentissa.

Kielto himoita on vaikeakäsitteinen ja voi merkitä hyvin eri asioita eri tekstikohdissa. Usein se kielletään kuitenkin yleisellä tasolla ilman tarkempia määrittelyjä, osana ihmisessä olevaa kielteistä luontoa:

Sen opetuksen mukaan teidän tulee hylätä entinen elämäntapanne ja vanha minänne, joka on petollisten himojensa vuoksi tuhon oma. (Ef. 4:22)

Selvää on kuitenkin, että himo usein liittyy seksuaaliseen ja omasta ruumiista nousevaan himoon, kuten oli myös ensimmäisen kategorian aviorikokseen verrattavan seksuaalin himon kohdalla.

Pukekaa yllenne Herra Jeesus Kristus älkääkä hemmotelko ruumistanne, niin että annatte sen haluille vallan. (Room. 13:14)

Himo mainitaan myös intohimojen paheksuntana (Kol. 3:5). Himo saman sukupuolen edustajaa kohtaan muodostaa puolestaan oman teemansa, jota käsitellään myöhemmässä vaiheessa analyysia. Seuraavassa tekstissä himoa kuvataan ruokailutilanteissa ja yhteisillä aterioilla:

- Heistä on nautinto mässäillä keskellä kirkasta päivää. Häpeällisesti ja iljettävästi he ruokkivat himojaan ollessaan aterialla teidän kanssanne. Himokkain silmin he katsovat naisia eivätkä saa synninteosta kyllikseen. He viekoittelevat ihmisiä, jotka eivät vielä ole varmalla pohjalla, ja ahneudessa he ovat mestareita. Nuo kirotut! (2. Piet.2: 13–14)

Tässä analyysissä edellä kuvatut kielletyt himon muodot tiivistetään teemanimikkeeksi ”Seksuaalinen ja omaan ruumiillisuuteen liittyvä himo”. Vaikka himoa onkin tämänkaltaisen sisällönanalyysin pohjalta vaikea tarkasti määrittellä, näyttäisi se kuitenkin usein liittyvän näihin aihepiireihin.

Mutta elleivät he jaksaa hillitä itseään, menkööt naimisiin, sillä on parempi mennä naimisiin kuin palaa himon tullessa. (1. Kor. 7:9)

Tätä tukee myös ensimmäisen kategorian suurempi kuvaus himon seksuaalisesta luonteesta. Rahanhimon (1. Tim. 6:10) ja seurakunnan johtajien voitonhimon paheksunta (1. Piet. 5:2) kytkeytyvät pikemminkin ihmisen haluihin kuin affekteihin.

Yhtenä selkeänä teemana affektikielloissa on kielto kadehtia:

Emme saa tavoitella turhaa kunniaa emmekä ärsyttää ja kadehtia toisiamme. (Gal. 4:26)

Katkera kateus ja riidanhalu yhdistetään ihmisestä tulevaan, pahojen henkien viisauteen, joka on vastakkainen ylhäältä tulevalle, rakentavalle ja armahtavaiselle viisaudelle (Jaak. 3:12–18). Kymmenenneksi teemaksi on valittu vielä erikseen katkeruus:

Pitäkää huoli siitä, ettei yksikään hukkaa Jumalan armoa eikä mikään katkeruuden verso pääse kasvamaan ja tuottamaan turmiota, sillä yksikin sellainen saastuttaa monet. (Hepr. 12:15)

Rakkauteen liittyvänä teemana tekstissä tuomitaan myös se, että toinen ihminen tai asia olisi rakkaampi kuin Jumala. Vaikka tällaiset kohdat osittain liittyvät jumalasuhteeseenkin, on ne otettu tarkastelun kohteeksi niiden muiden ulottuvuuksien vuoksi, sillä ne liittyvät myös ihmisten välisissä suhteissa ilmeneviin affekteihin ja niiden merkitykseen.

Joka rakastaa isäänsä tai äitiänsä enemmän kuin minua, ei kelpaa minulle, eikä se, joka rakastaa poikaansa tai tyttärensä enemmän kuin minua, kelpaa minulle. Joka ei ota ristiään ja seuraa minua, se ei kelpaa minulle. Joka varjelee elämäänsä, kadottaa sen, mutta joka elämänsä minun tähteni kadottaa, on sen löytävä. (Matt. 10:37-39)

Viimeisten päivien vaikeina aikoina ihmisten kuvataan rakastavan myös enemmän nautintoja kuin Jumalaa (2. Tim. 3:4). Se, että rakastaisi Jumalaa vähemmän kuin toisia ihmisiä tai asioita kuten nautintoja, on käänteinen kehotukselle rakastaa Jumalaa yli kaiken, mitä käsitellään myöhemmin omana teemanaan kehotuksissa tuntea jotakin. Aikaisemmissa teemoissa Jumalan rakastaminen asetettiin maailman (Jaak. 4:4) ja mammonan (Matt. 6:24) rakastamisen vastakohtaksi.

Omaksi vihaa sivuuttavaksi teemakseen on valittu myös kiihkoilu. Siihen viitataan riitelyn (Room. 13:13), kateuden (Jaak. 4:2) ja himon (1. Tess. 4:5) yhteydessä. Ensimmäisessä Timoteuksen kirjeessä kehoitetaan välttämään nuoruuden kiihkoa (2:22). Myös kiihkoilu mainitaan ”lihan” aikaansaannoksena (Gal. 5:20). Kiihkoa on vaikea määritellä sisällöllisesti, mutta tässä sitä tarkastellaan eräänlaisena mielen sisäisenä kiihtymystilana, joka liittyy kielteisinä pidetyistä asioista kiihtymiseen.

Myös kielto lannistua esiintyy Uudessa testamentissa:

Siksi pyydän teitä olemaan lannistumatta, vaikka minä saan teidän tähtenne kärsiä vainoa. Se koituu teidän kunniaksenne. (Ef. 3:13)

Yleisemmällä tasolla kehotusta olla lannistumatta kuvaa Jeesuksen vertaus leskivaimosta, joka lopulta sai väärämielisen tuomarin ratkaisemaan asiansa pyytämällä apua tarpeeksi usein:

Jeesus esitti opetuslapsille vertauksen opettaakseen, että aina tulee rukoilla, koskaan lannistumatta. (Luuk. 18:1)

Kehotus olla lannistumatta nivoutuu myös yhteen sen toivon kanssa, että ehdinkoa seuraa ikuinen kirkkaus (2. Kor. 14–18). Tässäkin kielto liitetään siis kuolemanjälkeiseen elämään.

Rakkaudettomuuden teema esiintyy kuvauksessa lopun ajan ihmisistä (2. Tim. 3:3) sekä jo aiemmin mainitussa listauksessa, jossa käsitellään vääryyden ja jumalattomuuden ilmentymiä (Room. 1:18,31). Samoista jakeista voidaan sisällöllisten merkitysten perusteella teemaan lisätä myös säälimättömyys. Siten rakkaudettomuuden teema sivuaa myös empatiaan liittyviä tunnesisältöjä.

Loput kieltoteemoista on muodostettu pääasiassa yksittäisten tekstikohtien perusteella. Himo oman sukupuolen edustajaa kohtaan on yksi aiemmin kuvattuun seksuaaliseen himoon linkittyvä teema, joka tulee esiin analyysin alussa mainitussa Roomalaiskirjeessä ennen vääryyden ja jumalattomuuden ilmentymiä kuvaavaa luetteloa:

Sen vuoksi Jumala on jättänyt heidät mielihalujensa valtaan sellaiseen saastaisuuteen, että he keskinäisissä suhteissaan häpäisevät oman ruumiinsa. He ovat vaihtaneet Jumalan totuuden valheeseen, he ovat kunnioittaneet ja palvelleet luotua eivätkä Luojaa -- olkoon hän ikuisesti ylistetty, aamen. Siksi Jumala on jättänyt heidät häpeällisten himojen valtaan. Naiset ovat vaihtaneet luonnollisen sukupuoliyhteyden luonnonvastaiseen, ja miehet ovat samoin luopuneet luonnollisesta yhteydestä naisiin ja heissä on syttynyt himo toisiaan kohtaan. Miehet ovat harhautuneet harjoittamaan keskenään säädyttömyyttä ja saavat ansaitsemansa palkan. Koska he eivät ole antaneet arvoa Jumalan tuntemiselle, on Jumala jättänyt heidät arvottomien ajatusten valtaan, tekemään sellaista mikä ei sovi. (Room. 1:24–28)

Seksuaalista himoa oman sukupuolen edustajaa kohtaan luonnehditaan voimakkain termein häpeälliseksi ja luonnonvastaiseksi. Ensimmäisessä Korinttilaiskirjeessä paheksutaan myös miesten kanssa makaavia miehiä (6:9), mikä viittaa enemmän seksuaaliseen aktiin kuin suoranaisesti seksuaaliseen affektiin.

Kehotus olla masentumatta muistuttaa aiemmin mainittua lannistumattomuuden ihannetta:

Te olette unohtaneet tämän sanan, joka rohkaisee teitä kuin isä poikiaan: -- Älä väheksy, poikani, Herran kuritusta, älä masennu, kun hän ojentaa sinua -- jota Herra rakastaa, sitä hän kurittaa, hän lyö jokaista, jonka pojakseen ottaa. (Hepr. 2:5-6)

Muita yksittäisistä kohdista nousevia teemoja on muun muassa suru:

Tahdomme, veljet, teidän olevan selvillä siitä, mitä tapahtuu kuoleman uneen nukkuville, jotta ette surisi niin kuin nuo toiset, joilla ei ole toivoa. (1. Tess. 4:13)

Tässä kehotus olla surematta linkittyy kuolemanjälkeiseen toivoon, jolloin ihmistä kielletään suremasta kuolleita muiden tavoin.

Analyysissä tuli esiin myös yksittäinen levottomuuden teema:

Älköön sydämenne olko levoton. Uskokaa Jumalaan ja uskokaa minuun. Minun Isäni kodissa on monta huonetta -- enhän minä muuten sanoisi, että menen valmistamaan teille asuinsijan. (Joh. 14:1–2)

Samassa luvussa esiintyvää kieltoa kokea epätoivoa sävyttää vastaavanlainen rauhattomuuden tunnelma. Kummatkin kohdat liittyvät Jeesuksen puheeseen omasta poislähdöstään:

Minä jätän teille rauhan. Oman rauhani minä annan teille, en sellaista jonka maailma antaa. Olkaa rohkeat, älkää vaipuko epätoivoon. Kuulittehan, mitä sanoin: minä menen pois, mutta tulen taas teidän luoksenne. Jos rakastaisitte minua, te iloitsisitte siitä, että minä menen Isän luo, sillä Isä on minua suurempi. (Joh. 14:27–28)

Epätoivon vastapoolina on myöhemmin käsiteltävissä kehotuksissa ilmenevä toivon teema.

Muita teemoja ovat kiittämättömyys (2. Tim. 3:2), joka tässä tulkitaan kiitollisuuden puutteeksi sekä tyytymättömyys omaan osaan (Juud. 1:16). Viimeisenä kieltona analyysiin sisällytettiin kielto empiä Jumalan tahdon tekemisessä:

Siksi, rakkaat ystävät, niin kuin olette aina totelleet minua, kun olen ollut luonanne, totelkaa vielä enemmän nyt, kun olen poissa: tehkää peläten ja vavisten työtä pelastuaksenne. Jumala saa teissä aikaan sen, että tahdotte tehdä ja myös teette niin kuin on hänen hyvä tarkoituksensa. Tehkää kaikki nurisematta ja empimättä, jotta olisitte moitteettomia ja puhtaita, nuhteettomia Jumalan lapsia tämän kieroutuneen ja turmeltuneen sukukunnan keskellä. Te loistatte siinä kuin tähdet taivaalla. (Fil. 2:12-15)

Affekteihin liittyvistä kielloista voidaan havaita, että useita kieltoja perustellaan kuolemanjälkeisillä seurauksilla: näin on esimerkiksi Jumalan häpeämisen ja lähimmäisen vihaamisen kohdalla. Voidaan spekuloida, millainen painoarvo affekteihin liittyvillä normeilla on tällöin yksilölle, joka peilaa omia affektejaan suhteessa Uuden testamentin käsityksiin hyvinä ja huonoina pidetyistä affekteista ja niiden seurauksista.

Seuraavassa taulukossa (taulukko 1) on esitelty affekteihin liittyvät kiellot teemoittain. Numerot havainnollistavat teemojen määrää, ei esiintymisjärjestystä tai frekvenssivertailua.

TAULUKKO 1. Uudessa testamentissa esiintyvät kielletyiksi kuvatut affektit.

Nro	Teema
1	Jumalan vihaaminen
2	Jumalan halveksiminen
3	Jumalan häpeäminen
4	Pelko
5	Huoli ja murhe arkisista asioista
6	Ylpeys
7	Viha
8	Seksuaalinen ja omaan ruumiillisuuteen liittyvä himo
9	Kateus
10	Katkeruus
11	Toisten ihmisten tai asioiden rakastaminen enemmän kuin Jumalan
12	Kiihko
13	Lannistuminen
14	Rakkaudettomuus ja säälimättömyys
15	Seksuaalinen himo omaa sukupuolta kohtaan
16	Masennus
17	Kuolleiden sureminen vailla toivoa
18	Levottomuus
19	Epätoivo
20	Kiittämättömyys
21	Tyytymättömyys omaan osaan
22	Empiminen Jumalan tahdon tekemisessä

4.5. Kehotukset tuntea jotakin

Uuden testamentin tekstianalyysin perusteella voitiin muodostaa 25 erilaista affekteihin liittyvää teemaa, joita tekstissä kuvataan ideaaleina. Ensimmäiseksi esitellään ne teemat, jotka otettiin mukaan tuloksiin ilman varsinaista analyysiä ja joiden esiintyvyyttä testattiin tekstiä luettaessa. Näistä ensimmäinen on kehotus toivoon, joka liitetään monesti uskoon ja transsendenttiin todellisuuteen:

Usko on sen todellisuutta, mitä toivotaan, sen näkemistä, mitä ei nähdä. (Hepr. 11:1)

Myös toivoa kuvataan suhteessa kuolemanjälkeiseen elämään:

Kristus on avannut meille pääsyn tähän armoon, jossa nyt lujasti pysymme. Me riemuitsemme siitä toivosta, että pääsemme Jumalan kirkkauteen. (Room. 5:2)

Toinen ennen sisällönanalyysiä muodostetuista teemoista on Jumalan rakastaminen, joka mainitaan tärkeimpänä kaikista käskyistä:

Jeesus vastasi: 'Rakasta Herraa, Jumalaasi, koko sydäimestäsi, koko sielustasi ja mielestäsi. Tämä on käskyistä suurin ja tärkein. (Matt. 22:37–38)

Tekstissä kuvataan lähimmäisen rakastamista toisena yhtä tärkeänä käskynä (Matt 22:39). Tähän palataan myöhemmässä vaiheessa analyysiä.

Myös kolmas kehotusteema liittyy Jumalaa kohtaan koettaviin affekteihin, Jumalan kunnioittamiseen:

Isä itse ei tuomitse ketään, vaan hän on antanut kaiken tuomiovallan Pojalle, jotta kaikki kunnioittaisivat Poikaa niin kuin he kunnioittavat Isää. Se, joka ei kunnioita Poikaa, ei kunnioita myöskään Isää, joka on hänet lähettänyt. (Joh. 5:22)

Jumalan kuvataan myös kuulevan vain sellaisia ihmisiä, jotka kunnioittavat häntä ja elävät hänen tahtonsa mukaisesti (Joh. 9:31). Jumalan kunnioittamisen vastakohtana viitataan luodun kunnioittamiseen (Room. 1:25), joka mainitaan samaa sukupuolta olevien seksuaalisuhteiden yhteydessä (Room. 1:26–27).

Jumalasta iloitseminen ja kiitollisuus Jumalaa kohtaan muodostavat neljännen teeman:

Kiittäkää iloiten Isää, joka on tehnyt teidät kelpoiksi saamaan pyhille kuuluvan perintöosan valon valtakunnasta. (Kol. 1:12).

Jumalasta iloitsemista kuvataankin usein juuri ilona Kristuksen tuomasta sovitukselta:

Eikä siinä vielä kaikki. Me saamme myös riemuita Jumalastamme, kun nyt olemme vastaanottaneet Herramme Jeesuksen Kristuksen valmistaman sovituksen. (Room. 5:11)

Tähän teemaan sisältyy aiemmin mainittu kehotus ylpeillä Jumalasta, mikä on vastakohtainen yleisemmälle kiellolle tuntea ylpeyttä (2. Kor. 10:17). Lisäksi kiitollisuus muodostaa vastakohtan kielloissa mainitulle kiittämättömyydelle.

Viidentenä teemana voidaan mainita pahojen tekojen katuminen:

Katukaa siis syntejänne, jotta ne pyyhittäisiin pois. (Apt. 3:19)

Syntien katuminen on keskeinen Uuden testamentin kehotusteemoista, sillä siihen liittyy lupaus anteeksiannosta, joka perustuu Jeesuksen kuolemaan (Room. 5:8). Käänteisesti, katumukseen liittyy myös anteeksianto muille ihmisille:

Ja anna meille velkamme anteeksi, niin kuin mekin annamme anteeksi niille, jotka ovat meille velassa. (Matt. 6:12)

Kuudentena ja viimeisenä suoraan analyysin tuloksiin liitettynä teemana on kehotus pelätä Jumalaa:

Herra siis voi pelastaa koetuksesta ne, jotka häntä pelkävät, mutta jumalattomien hän antaa rangaistuksen alaisina odottaa tuomion päivää. (2. Piet. 2:9)

Mentalisaatioteoriassa keskeisessä osassa oleva kiintymys yhdistetään seuraavissa jakeissa jumalanpelkoon ja rakkauteen:

Pyrkikää sen vuoksi osoittamaan uskossanne lujutta, lujudessa oikeaa tietoa, tiedossa itsehillintää, itsehillinnässä kestävyyttä, kestävyudessa jumalanpelkoa, jumalanpelossa keskinäistä kiintymystä, kiintymyksessä rakkautta. (2. Piet. 2: 5-7)

Siihen, mitä tällainen retoriikka merkitsee, ei tämän analyysin puitteissa voida syvemmin perehtyä. Jumalanpelko yhdistetään tässä ihmisten välisiin suhteisiin, minkä merkitystä ei tekstissä kuitenkaan tarkemmin selitetä.

Varsinaisen sisällönanalyysin tuloksena voidaan todeta, että huomattavasti suurin ja erittäin runsas määrä Uuden testamentin kehotuksia tuntee jotakin liittyvä lähimmäisen rakastamiseen:

Älkää olko kenellekään mitään velkaa, paitsi että rakastatte toisianne. Joka rakastaa toista, on täyttänyt lain vaatimukset. Käskyt 'Älä tee aviorikosta', 'Älä tapa', 'Älä varasta', 'Älä himoitse', samoin kaikki muutkin, voidaan koota tähän sanaan: 'Rakasta lähimmäistäsi niin kuin itseäsi.' Rakkaus ei tee lähimmäiselle mitään pahaa. Näin rakkaus toteuttaa koko lain. (Room. 13:8–10)

Lähimmäisen rakastamista kuvataan siis hyvin keskeiseksi ja muut käskyt kokoavaksi kehotukseksi, samoin se pitää sisällään muita tämän analyysin teemoja kuten kiellon himoita. Myös seuraavassa rakkautta kuvaavassa tekstissä toistuu useat muut analyysissä esille tulleet teemat:

Rakkaus on kärsivällinen, rakkaus on lempeä. Rakkaus ei kadehdi, ei kersku, ei pöyhkeile, ei käyttäydy sopimattomasti, ei etsi omaa etuaan, ei katkeroidu, ei muistele kärsimäänsä pahaa, ei iloitse vääryydestä vaan iloitsee totuuden voittaessa. Kaiken se kestää, kaikessa uskoo, kaikessa toivoo, kaiken se kärsii. (1. Kor. 13:4–7)

Näistä kateus, ylpeyteen mahdollisesti liittyvä kerskuminen ja pöyhkeily, katkeruus ja toivo on jo mainittu erillisinä teemoina. Analyysin edetessä käsitellään myös kehotusta iloon. Jo aikaisemmin todettiin, että lähimmäisen rakastamista kuvataan tekstissä yhtä tärkeänä käskynä kuin Jumalan rakastamista (Matt. 22:37–39). Toisen ihmisen rakastamiseen liittyvä kehotus kytkeytyy myös siihen, miten Jumalaa on kuvattu:

Joka ei rakasta, ei ole oppinut tuntemaan Jumalaa, sillä Jumala on rakkaus. (1. Joh. 4:8)

Rakastamaan kehotetaan myös silloin, kun ei saa vastarakkautta, tai kun joku suorastaan vihaa tai parjaa:

Mutta teille, jotka minua kuulette, minä sanon: Rakastakaa vihamiehiänne, tehkää hyvää niille, jotka teitä vihaavat. Siunatkaa niitä, jotka teitä kiroavat, rukoilkaa niiden puolesta, jotka parjaavat teitä. (Luuk. 6:27–28)

Toisena analyysin pohjalta nousevana teemana on ilo. Yleisten iloon ja iloisuuteen liittyvien kehotusten lisäksi spesifimpänä ilon kohteena mainitaan usein vainoista ja vaikeuksista iloitseminen:

Autuaita olette te, kun teitä Ihmisen Pojan tähden vihataan ja herjataan, kun ihmiset erottavat teidät keskuudestaan ja inhoavat teidän nimeännekin. Iloitkaa silloin, hypykkää riemusta, sillä palkka, jonka te taivaassa saatte, on suuri. Samoinhan tekivät heidän isänsä profeetoille. (Luuk. 6:22–23)

Tässä ilokin linkittyy kuolemanjälkeiseen elämään ja toivoon, sekä toisaalta profeettojen nostamiseen esikuvan kaltaisiksi, mitä ei sinänsä ole otettu analyttisen tarkastelun kohteeksi. Vaikeuksista iloitsemista perustellaan toivon saavuttamisella:

Me riemuitsemme jopa ahdingosta, sillä tiedämme, että ahdinko saa aikaan kestävyyttä, kestävyys auttaa selviytymään koetuksesta ja koetuksesta selviytyminen antaa toivoa. (Room. 5:3–4)

Ilo saattaa spesifisti myös liittyä siihen, että nimi on merkitty taivaan kirjaan (Luuk. 10:20) tai esimerkiksi kehotukseen auttaa köyhiä iloisin mielin (Room. 12:8).

Seuraavassa tekstissä mainittu myötätunto toisia kohtaan muodostaa oman teemansa:

Jos kerran yhteys Kristukseen rohkaisee ja hänen rakkautensa suo lohdutusta, jos Henki meitä yhdistää ja jos tuntemme hellyyttä ja myötätuntoa toisiimme kohtaan, niin tehkää minun iloni täydelliseksi ja olkaa yksimielisiä. Liittäköön teitä toisiinne rakkaus, sopu ja sama mieli. (Fil. 2:1–2)

Myötätunto yhdistetään tässä yksimielisyyteen, rakkauteen ja sopuun: se nähdään edellytyksenä niille. Erityisesti yksimielisyys toistuu myötätuntoon liittyvissä teemoissa (mm. 1. Piet. 3:8). Empatiaan kytkeytyvässä myötätunnossa pyrkimyksenä on halu samaistua toisen tunnetilaan. Tämän vuoksi teemaa nimitetäänkin myötätunnon ja toisen tunnetilaan samaistumisen teemaksi.

Iloitkaa iloitsevien kanssa, itkekää itkevien kanssa. Olkaa keskenänne yksimielisiä. Älkää pitäkö itseänne muita parempina, vaan asettukaa vähäosaisten rinnalle. Älkää olko omasta mielestänne viisaita. (Room. 12:15)

Voidaan huomauttaa, että empatiakyky ja toisen tunnetilaan samastuminen edellyttävät mentalisaatiotaitoja, kykyä lukea toisen tunnetilaa.

Kehotus kunnioittaa äitiä ja isää on neljäs käsky ja esiintyy Uudessa testamentissäkin verrattain usein.

Jeesus vastasi heille: ”Miksi te itse rikotte Jumalan käskyä perinnäissäännöillänne? Jumala on sanonut: ’Kunnioita isääsi ja äitiäsi’ ja ’Joka kiroaa isäänsä tai äitiään, häntä rangaistakoon

kuolemalla'. Mutta te opetatte, että jos joku sanoo isälleen tai äidilleen: 'Sen, mitä sinun piti minulta saada, olen luvannut uhrilahjaksi', hänen ei enää tarvitse kunnioittaa isäänsä tai äitiänsä. Näin te olette perinnäissäännöllänne tehneet tyhjäksi Jumalan sanan. (Matt. 15: 3-6)

Jumalan kunnioittamisen lisäksi kunnioittamisen kohteena ovat siis myös omat vanhemmat. Lapsia kehoitetaan myös esimerkiksi tottelemaan vanhempiaan (mm. Kol. 3:20).

Affekteihin liittyvissä kielloissa mainittiin tyytymättömyys omaan osaan, ja tässäkin kohden kehoitus muodostaa vastapoolin kiellon teemalle. Tyytyväisyyteen liittyy esimerkiksi omaisuus:

Älkää juosko rahan perässä, vaan tyytykää siihen, mitä teillä on. Jumala on itse sanonut: -- Minä en sinua jätä, en koskaan sinua hylkää. (Hepr. 13:5)

Tyytyväisyys yhdistyy myös kieltoon murehtia tiettyjä arkisia asioita:

Kun meillä on ruoka ja vaatteet, saamme olla tyytyväisiä. (1. Tim. 6:8)

Nuorempien tulisi tyytyä myös asemaansa vanhempien alaisiana (1. Piet. 5:5) ja opetuslapsen samaan kuin opettaja (Matt. 10:25).

Miehille on Uudessa testamentissa osoitettu oma kehoitus, jonka mukaan heidän tulee rakastaa vaimojaan:

Miehet, rakastakaa vaimoanne niin kuin Kristuskin rakasti seurakuntaa ja antoi henkensä sen puolesta pyhittääkseen sen. Hän pesi sen puhtaaksi vedellä ja sanalla voidakseen asettaa sen eteensä kirkkaana, pyhänä ja moitteettomana, vailla tahraa, ryppyä tai virhettä. Samoin aviomiehenkin velvollisuus on rakastaa vaimoaan niin kuin omaa ruumistaan. Joka rakastaa vaimoan, rakastaa itseään. (Ef. 5:25-28)

Vaimon rakastamiseen viitataan symbioottisena velvollisuutena, jolloin vaimoa kohtaan tunnettu affekti on samalla omalle itselle osoitettu. Miehiä kielletään myös kohtelemasta vaimoja tylästi (Kol. 3:19). Vaimon rakastamisen teema yhdistyy kehoitukseen kunnioittaa vaimoa, jolloin vaimoja kuvataan miehiään heikompana mutta miehen tavoin armon ja elämän perillisenä:

Samoin te, miehet, eläkää vaimonne kanssa ymmärtäväisesti, muistaen, että hän on heikompi osapuoli. Osoittakaa hänelle kunnioitusta, sillä hän on yhtä lailla armon ja elämän perillinen. Näin ei mikään tule esteeksi rukouksillenne. (1. Piet. 3:7)

Myös naisille on osoitettu oma kehoituksensa suhteessa miehiin:

Mutta se koskee myös kaikkia teitä: jokaisen tulee rakastaa vaimoaan niin kuin itseään, ja vaimon tulee kunnioittaa miestänsä. (Ef. 5:33)

Lukija voi arvailla, liittyykö kunnioitus tekstissä ihanteellisena pidettyyn asetelmaan naisesta miehen tahdolle alisteisena, mitä verrataan Kristuksen ja seurakunnan suhteeseen:

Vaimot, suostukaa miehenne tahtoon niin kuin Herran tahtoon, sillä mies on vaimonsa pää, niin kuin Kristus on seurakunnan pää; onhan hän seurakunnan, oman ruumiinsa, pelastaja. Niin kuin seurakunta alistuu Kristuksen tahtoon, niin myös vaimon tulee kaikessa alistua miehensä tahtoon. (Ef. 5:23-24)

Tätä teemaa kuvaa siis naisen kunnioitus suhteessa mieheen. Siihen liittyy myös kuva ihanteellisesta naisesta vaatimattomana (1. Tim. 2:9) ja miehelleen kuuliaisena (1. Piet. 3:1).

Vaikka kunnioittaminen on mainittu jo puolisoitten välisiä affekteja käsiteltäessä sekä aikaisemmin Jumalan ja omien vanhempien kunnioittamisena, muodostaa se myös oman yleisemmän teemansa:

Osoittakaa toisillenne lämmintä veljesrakkautta, kunnioittakaa kilvan toistanne. (Room. 12:10)

Viittaus keisarin kunnioittamiseen (1. Piet. 2:17) on puolestaan yhdistetty väärintekijälle osoitettuun kehotukseen pelätä esivaltaa (Room.13:4). Teemaa nimetään tässä esivallan kunnioittamiseksi. Oman teemansa muodostaa myös erityinen kunnioitus ja rakkaus, jota tulisi osoittaa seurakunnan johtajia kohtaan (mm. 1. Tess. 5:12). Yksittäisenä mainintana esiintyy kunnioitus, jota tulisi tuntea leskivaimoja kohtaan (1. Tim. 4:3). Kunnioittamista koskevia teemoja on siis seitsemän erilaista, ja mikäli vaimon ja miehen kunnioittaminen lasketaan erikseen, jopa kahdeksan.

Innokkuuden affekti mainitaan muutamaa otteeseen Uuden testamentin tekstissä. Siihen kehoitetaan velttouden sijaan, minkä jälkeen samassa jakeessa toivotaan Hengen tulen palamista lukijoissa (Room. 12:11). Innokkuus mainitaan tässä yhteydessä siis uskoon viitaten. Oma kutsumus kehoitetaan myös innokkaasti vahvistamaan lankeamuksen estämiseksi ja pääsyksi iankaikkiseen valtakuntaan (2. Piet. 1:10).

Nöyryyden teema on vastapoolina kiellolle olla ylpeä, ja nöyryyden luokittelemista affektiksi perustellaankin tässä juuri sen vastakkaisella luonteella suhteessa ylpeyden affektiin:

- Jumala on ylpeitä vastaan, mutta nöyrille hän antaa armon. (Jaak. 4:6)

Muihin teemoihin nähden ristiriitainen kehoitus löytyy Juudaan kirjeestä, jossa kehoitettaessa ensin armahtamaan niitä, jotka epäilevät, (Juud. 1:22), käsketään sitten inhoamaan sellaisia ihmisiä, joita ei voi pelastaa:

Pelastakaa ne, jotka voitte, temmatkaa heidät tulesta! Toisia taas säälikää kavahtaen heitä, inhotkaa jopa heidän ruumiinsa tahraamaa vaatetta. (Juud. 1:23)

Mikäli toiset voidaan ymmärtää juuri niiksi, joita ei voida pelastaa, määritellään teema sääliksi ja inhoksi niitä kohtaan, joita ei pystytä pelastamaan. Verrattuna esimerkiksi vihollisen rakastamiseen, tämä teema kuvaa hyvin vastakkaista affektisisältöä.

Edellä mainitun teeman sekä leskivaimojen kunnioittamiseen liittyvän kehotuksen lisäksi yksittäisiin Uudessa testamentissa oleviin mainintoihin perustuu muun muassa luottavaisuus:

Kristus sen sijaan on Poika, jonka haltuun on uskottu Jumalan koko rakennus. Tämä rakennus olemme me, kunhan loppuun saakka säilytämme rohkeutemme ja luottavaisin ja iloisin mielin tuomme julki toivomme. (Hepr. 3:6.)

Teemaa nimitetään tässä luottavaisuudeksi toivon julkituomisessa. Se liittyy ilon ja toivon teemoihin. Myös kehoitus vihata pahaa muodostaa oman teemansa:

Olkoon rakkautenne vilpittöntä. Vihatkaa pahaa, pysykää kiinni hyvässä. (Room. 12:9)

Ensimmäisessä Korinttilaiskirjeessä kommentoidaan puolestaan seurakunnassa ilmenevää haureutta ja kehoitetaan suruun haureuden tähden:

Olen kuullut, että teidän keskuudessanne on haureutta, jopa sellaista mitä ei tavata edes pakanakansojen parissa: eräskin elää äitipuolensa kanssa. Ja te vielä pöyhkeilette, vaikka teillä olisi ollut syytä surra ja erottaa joukostanne mies, joka on syyllistynyt tuollaiseen. (1. Kor. 5:1–2)

Näiden jakeiden sisältö voidaan tulkita kehotukseksi suruun haureuden tähden. Samassa Korinttilaiskirjeen luvussa mainitaan myös kehoitus hävetä pitkittyneitä

riitoja ja kysytään, mikseivät korinttilaiset mieluummin anna riistää itseltään. Oikeudenkäynti veljeä vastaan, vieläpä epäuskoisten edessä nähdään häpeänä:

Mutta kun teillä on riitaa maallisista asioista, te otatte tuomareiksi sellaisia, joille seurakunnassa ei anneta mitään arvoa. Saisitte hävetä! Eikö omassa joukossanne ole yhtäkään viisasta, joka pystyisi ratkaisemaan kahden veljen välisen riidan? (1. Kor. 6:4–5)

Kehotus häpeämään ratkaisematonta riitaa muodostaa teeman näiden jakeiden pohjalta. On pohdittava, miten yleistasoisia nämä yksittäiset kohdat ovat, ja kuinka paljon on kyse myös tietyn seurakunnan tilanteen esimerkistä. Toisaalta varsinkin kehotus hävetä riitaa on suora ja kantaaottava. Vaikka tällaiset kehotukset eivät vähäisestä esiintyvyydestään ja tilannesidonnaisuudesta johtuen muodosta keskeistä sisältöä Uuden testamentin kehotuksista, täyttävät ne muutoin analyysin kriteerit: ne ovat lukijalle osoitettuja kehotuksia tuntea jotakin.

Viimeisin kehotusten teema on paradoksaalinen ja poikkeaa huomattavasti aiemmin mainituista, sillä se on kehotus tuntea jotain muuta kuin tuntee. Teemaa nimitetään tässä pyrkimykseksi vastakkaiseen tunnetilaan. Taulukossa 2, jossa kehotusteemat on esitelty, siitä on poikkeuksellisesti annettu myös oma esimerkkinsä teeman havainnoillistamiseksi.

Sanon teille, veljet: aika on käymässä vähiin. Siksi niidenkin, joilla on vaimo, on nyt elettävä kuin heillä ei vaimoa olisikaan, surevien on oltava kuin he eivät surisi ja iloitsevien kuin eivät iloitsisi; niiden, jotka ostavat jotakin, on oltava kuin eivät saisi pitää ostamaansa, ja niiden, jotka käyttävät hyödykseen sitä mitä tässä maailmassa on, on oltava kuin eivät saisi siitä mitään hyötyä. Tämä nykyinen maailmamme on näet katoamassa. (1. Kor. 7:29–31)

Surevien tulisi siis olla kuin he eivät surisi ja iloitsevien kuin he eivät iloitsisi. Teemaan kiteytyy lopunajan odotus. Samantyylinen kehotus alhaiselle veljelle olla ylpeä saamastaan korkeasta arvosta, sekä rikkaalle osoitettu kehotus olla ylpeä alennuksestaan, perustuu katoavuudesta muistuttamiseen ja sisältää sinänsä paradoksin: rikaskin on ”lakastuva kesken kukoistavien toimiensa” (Jaak. 1:9–11). Seuraavassa jakeessa positiivisten tuntemusten vaihtuminen negatiivisiin rinnastetaan nöyrytykseen:

Tuntekaa kurjuutenne, surkaa ja itkekää! Käännyköön naurunne murheeksi, ilonne masennukseksi. Nöyrytkää Herran edessä, niin hän on teidät korottava. (Jaak. 4:9)

Taulukossa 2 on koottu kehotukset tuntea jotakin listaksi. Teemojen järjestys ei kuvaa tarkkoja frekvenssejä vaan teemojen määrää, vaikka esimerkiksi eniten

tekstissä esiintynyt rakkaus onkin listan alkupuolella heti suoraan mukaan otettujen teemojen jälkeen, ja yksittäisiin kohtiin perustuvat teemat mainitaan vasta listan lopussa.

TAULUKKO 2. Uudessa testamentissa esiintyvät ideaaleina kuvatut affektit.

Nro	Teema
1	Toivo
2	Jumalan rakastaminen
3	Jumalan kunnioittaminen
4	Jumalasta iloitseminen ja kiitollisuus Jumalaa kohtaan
5	Syntien katuminen
6	Jumalanpelko
7	Lähimmäisen rakastaminen
8	Ilo
9	Myötätunto, toisen tunnetilan jakaminen
10	Äidin ja isän kunnioittaminen
11	Tyytyväisyys
12	Miehen rakkaus ja kunnioitus vaimoan kohtaan
13	Vaimon kunnioitus miestänsä kohtaan
14	Toisten ihmisten kunnioittaminen
15	Esivallan kunnioittaminen
16	Erityinen rakkaus ja kunnioitus seurakunnan johtajia kohtaan
17	Leskivaimojen kunnioittaminen
18	Innokkuus
19	Nöyryys
20	Sääli ja inho niitä kohtaan, joita ei voi pelastaa
21	Luottavaisuus toivon julkituomisessa
22	Pahan vihaaminen
23	Suru seurakunnassa ilmenevän haureuden tähden
24	Häpeä pitkittyneistä riidoista
25	Pyrkimys vastakkaiseen tunnetilaan: ”Tuntekaa kurjuutenne, surkaa ja itkekää! Kääntyköön naurunne murheeksi, ilonne masennukseksi. Nöyrtykää Herran edessä, niin hän on teidät korottava.” (Jaak. 4:9)

Voidaan sanoa, että Uudessa testamentissa on huomattava määrä kehotuksia tuntea jotakin, muokata omaa sisäistä maailmaansa:

Teidän tulee uudistua mieleltänne ja hengeltänne ja pukea ylleen uusi ihminen, joka on luotu sellaiseksi kuin Jumala tahtoo, elämään oikeuden ja totuuden mukaista, pyhää elämää. (Ef. 4: 23–24)

Useat affektiteemat liittyvät toisiinsa tai ovat vastapoleina kielloille: esimerkiksi kielloksi olla tyytymätön on vastakkainen kehotukselle olla tyytyväinen. Kieltojen tavoin myös useat kehotukset liitetään kuolemanjälkeiseen elämään, esimerkiksi toivo Jumalan kirkkauteen pääsemisestä ja ilo taivaassa saatavasta palkasta. Uuden testamentin sisällönanalyysiin voidaan todeta osoittaneen, että tekstiin sisältyy lukuisia kannanottoja liittyen erilaisiin affekteihin.

4.6. Analyysimateriaalin kritiikki 1/2

Uuden testamentin sisällönanalyysin tekee erityisen haastavaksi se, että psykoanalyttisiin affektiteorioihin ei useinkaan sisälly tarkkaa listausta siitä, mitkä kokemukset voidaan määritellä affekteiksi. Voidaan esimerkiksi kyseenalaistaa, onko nöyryys affekti: tässä nöyryyteen liittyvää teemaa perusteltiin sen vastakohtaisuudella ylpeyden affektille. Analyysiin sisältyvät tulkinnat affekteihin liittyvistä viittauksista ovat siis hyvin tutkijasidonnaisia. Samoin teemojen rajaaminen ja erilaisten tekstikohtien yhdistäminen teemanimikkeiksi riippuvat tutkijan omasta arvioinnista. Esimerkiksi kehoitus ylpeillä Jumalasta sisällytettiin iloitsemisen ja kiitollisuuden teemaan, vaikka se olisi toisaalta voinut muodostaa myös oman teemansa. Toisaalta analyysin riippuvuus tutkijan arviosta on nimenomaan tyyppillistä laadulliselle tutkimukselle.

Vaikka Uutta testamenttia tutkimalla voidaankin havaita, että sen suhde affekteihin ei suinkaan ole neutraali, ei kuitenkaan voida tietää, vaikuttavatko nämä tekstinsisäiset normit joidenkin psykoterapia-asiakkaiden käsitykseen affekteista ja mikäli vaikuttavat, missä kohden vaikutukset ovat yhdenmukaiset opin kanssa. Suoraan tekstin perusteella ei siis voida tehdä suoria päätelmiä sen erilaisista tulkinnoista tai vaikutuksista ihmismieleen, vaikka tämä olisikin

mielenkiinnon kohteena. Antropologi Pascal Boyer on kuvannut virheelliseksi ”teologismiksi” uskonnontulkintaa, jossa tutkija pitää ihmisten uskomuksia deduktiivisina johdannaisina tietyistä teorioista ja maailmankatsomuksista. Tällöin unohtuu se, että jokainen ihminen itse omassa mielessään muodostaa uskomuksensa. Mikäli Uuden testamentin kieltojen ja kehotusten oletettaisiin suoraan kirjan sivuilta siirtyvän terapeutin huoneeseen, olisi tämä tutkielma virheellisen teologismien ilmentymä. Boyerin mukaan uskonnollisille käsitteille on pikemminkin tyypillistä kompleksisuus: ne ovat avoimia monenlaisille tulkinnoille, eivätkä uskovatkaan usein ole varmoja siitä, miten niitä lopulta tulisi tulkita oikein (Boyer 1994, 48–49, 229–230; Pyysiäinen 2006, 35–36). Pyysiäisen mukaan uskontotieteessä tulisi erilaisten uskonnollisten oppien sijaan tutkia ihmisten todellista elämää. Vaikka teologisia opinkohtia määritelläänkin uskonnollisissa teksteissä, saavat uskonnolliset opit lopulta merkityksensä ja tulkintansa vasta ihmisen mielessä, eikä lukijan tulkintaa tai sen vaikutusta häneen siten voida mekaanisesti ennustaa. Uskontotieteen tutkimuskohteena ei ole uskonto vaan ihminen. (Pyysiäinen, 2004, 233–239; 2006, 19.)

Tekstin ja uskomusten ristiriitaista suhdetta ihmismielen toimintaan kuvaa myös psykologi Justin L. Barrettin tutkimukset, jotka ovat osoittaneet, että ihmisten jumalarepresentaatiot ovat erilaisia myös heidän omassa teoreettis-reflektiivisissä ja käytännön uskomuksissaan: tutkittuaan Pohjois-Intian hinduja ja yhdysvaltalaisia kristittyjä hän havaitsi, että tiedostetuista, vilpittömistä teologisista uskomuksista huolimatta tutkittavien tiedostamattomat, niin sanotut ei-reflektiiviset uskomukset Jumalasta pitivät usein sisällään antropomorfisia ominaisuuksia. Näin esimerkiksi reflektiivinen uskomus Jumalan olemisesta kaikkialla yhtä aikaa saattaa nopeassa päättelyssä muuttua ajatukseksi Jumalasta liikkumassa paikasta toiseen ihmisen tavoin. Barrett selittää ilmiötä mentaalisilla työkaluilla, jotka tiedostamattomassa ja nopeassa prosessoinnissa voivat toimia vapaasti. Tällöin niitä ei ohjaile uskonnolliseen oppiin pohjautuvat, harkinnan kautta syntyneet uskomukset, jotka ovat yhdenmukaisempia maailman uskontojen virallisten oppien kanssa. Vaikuttaakin siltä, että reflektiivisten, teologisten käsitteiden integriteettiä on vaikea säilyttää nopeassa, reaaliaikaisessa ongelmanratkaisussa. (Barrett & Keil 1996, 219; Barrett 1998, 616; 2004, 10–11)

Teoreettiset oletukset ihmisen eettisen ja moraalisen arviointikyvyn perustumisesta johonkin yliluonnolliseen tai tieteellisten selitysten tavoittamattomissa olevaan kykyyn on ristiriidassa myös psykoanalyysin kanssa.

Ihmisen moraalisia motiiveja tulisi tutkia aina yksilön omien kokemusten tasolla eikä psykologista selitystasoa tulisi redusoida myöskään pelkästään lajin säilymiseen liittyvien tekijöiden tarkasteluun, jolloin yksilön oman psyykkisen todellisuuden ymmärtäminen jää sivuun. (Kotkavirta 2009, 295.) Toteuttaakseen tarkoituksensa on tämänkin tutkielman mentävä tekstiä pidemmälle, sillä pelkän tekstianalyysin perusteella ei voida tehdä johtopäätöksiä kristilliseen tekstiin sisältyvien kannanottojen mahdollisesta vaikutuksesta mielenterveystyössä. Affekteihin liittyvät normit ovat saattaneet siirtyä myös esimerkiksi sukupolvelta toiselle, jolloin tekstin merkitys saattaa olla vähäisempi.

Tekstianalyysi voi kuitenkin toimia eräänlaisena hypoteettisena suuntaviittana tutkittaessa sen ilmentymiä käytännön elämässä. Tekstin itsensä eli Raamatun mukaan eettinen elämäntapa on väistämätön seuraus jumalaukosta (Kuula 2004, 223). Edellä esitetyt tekstianalyysin tulokset voivat osoittaa affekteihin liittyvien normien olemassaolon kristinuskon pyhänä pidetyssä tekstissä sekä kuvata näiden normien sisältöä. Lisäksi ne voivat toimia pohjana affekteihin liittyvien normien tarkemmalle tutkimiselle mielenterveystyön kontekstissa, kuten on tämän tutkielman toisessa analyysissä. Normien mahdollisen alkuperän kuvaaminen uskontopsykologisessa tutkimuksessa tarjoaa myös aihepiiriä vähemmän tunteville klinikoille mahdollisuuden tarkastella ja ymmärtää ilmiötä syvemmin, mikäli he kohtaavat affektisäätelyn normeja kuvaavia asiakkaita hoitokontekstissa. Kenties tämä auttaa klinikoita myös heidän pyrkimyksessään ymmärtää niitä asiakkaan affekteihin liittyviä teologisia konteksteja, joihin Langekin tutkimuksessaan viittasi.

Affektien luokittelussa voidaan tukeutua niiden yhteisiin henkilöstä riippumattomiin ominaisuuksiin, mutta kun yritetään ymmärtää tiettyä yksilöä, tämä on psykoanalyysissä toissijainen kiinnostuksen kohde (Brenner 1991, 308). Tässä työssä tukeudutaan pääosin kuitenkin affektien yhteisiin ominaisuuksiin. Siten Uuden testamentin tekstiä analysoitaessa erilaiset affektiteemat kuvaavat paljolti affektiiviseen prosessiin kuuluvia emotionaalisia vasteita. Näiden perustan ajatellaan kuitenkin olevan ruumiissa. Psykoterapeuttien kuvauksissa yksilöllisyydelle on enemmän tilaa, jolloin affektiivinen prosessi tulee tarkastelluksi kokonaisvaltaisemmin. On kuitenkin otettava huomioon, että asiakkaiden anonymiteetin suojeleminen saattaa rajoittaa asiakkaiden yksilöllisten representaatioiden kuvaamista tutkimuksessa.

5. AFFEKTINORMIEN ILMENEMINEN PSYKOTERAPIASSA

Toisen analyysiaineiston keräämisessä hyödynnettiin tekstin pohjalta muodostettuja affektiteemoja sekä mentalisoidun affektiivisuuden käsitettä. Aineisto koostuu kolmen psykoterapeutin vastauksista kirjalliseen kyselylomakkeeseen, eikä sen perusteella ole tarkoitus tehdä tilastollisia yleistyksiä. Pikemminkin on kyse kolmesta tapaustutkimuksesta, jotka kuvaavat ilmiötä rajoitetusti, omasta kokemuksestaan käsin. Analyysin tarkoituksena on kartoittaa, ilmenevätkö kristinuskoon liittyvät affektinormit psykoterapiassa ja vaikuttavatko ne mahdollisesti psykoterapia-asiakkaiden mentalisoituun affektiivisuuteen.

5.1. Kolmen psykoterapeutin kuvaukset 'todellisen elämän' esimerkkeinä

Jotta voitaisiin tehdä päätelmiä siitä, kohtaavatko psykoterapeutit työssään kristittyjä asiakkaita, joihin affekteihin liittyvät Uuden testamentin normit vaikuttavat, on kysyttävä sitä heiltä itseltään. Kriteereinä psykoterapeuttien valinnalle oli psykologin ammattinimike sekä vaativan erityistason psykoterapiakoulutus.⁷ Aineiston määrittämisessä käytettiin harkinnanvaraista otantaa, jonka apuna toimivat internetistä löytyvät psykoterapeuttiluettelot, internethaut liittyen mahdollisiin tutkimushenkilöihin sekä neuvonannon kysyminen tutkijan eri kollegatahoilta. Kaikki tutkimushenkilöt olivat tutkijalle kuitenkin ennestään tuntemattomia, mikä toi otantaan myös satunnaisuutta. Tutkijalla ei missään vaiheessa ollut tietoa tutkittavien mahdollisesta aiemmasta kiinnostuksesta uskontotieteellisiä teemoja kohtaan. Etukäteistiedot saattoivat liittyä esimerkiksi tutkittavien työteliäisyyteen, mikä oli edellytyksenä laajaan

⁷ Vaativan erityistason psykoterapeuttikoulutuksen (VET) kesto on noin kuusi vuotta. Sitä alempi koulutus määritellään ylempään erityistason koulutukseksi (YET), joka kestää neljä vuotta. Erityistason psykoterapiakoulutus (ET) on kestoaltaan kolme vuotta. Psykoterapiakoulutuksen siirtyessä yliopistoihin, on kouluttajapätevyyden määrittäminen jäänyt vuoden 2012 alusta yliopistojen päätettäväksi, eikä Valvira ole enää rekisteröinyt VET-pätyvyyksiä. Täten tämän tutkielman aineiston valinnassa kriteereinä toimineet psykoterapeuttien nimikkeet kuuluvat vielä vanhan määrittelysystemin piiriin.

tutkimukseen vastaamiselle. Kaikki tutkittavat raportoivat kyselyn taustatietoja koskevassa osuudessa, etteivät he olleet koskaan saaneet koulutusta uskonnollisten teemojen käsittelyyn psykoterapiassa. Voidaan olettaa tämän vastaavan tilannetta yleisemminkin psykoterapiakentällä, jolloin uskonnollisiin teemoihin perehdytään hyvin harvoin kliiniseen työhön valmentavissa koulutuksissa. Tämä piirre lisää otoksen reliabiliteettiä.

Ensimmäinen tutkimushenkilö on psykoanalyttikko. Psykoanalyttikon valinta yhdeksi tutkittavista on perusteltua, sillä kaikki analyttikot ainakin jossain määrin edustavat samoja teoriaperinteitä kuin tutkimus itse. Psykoanalyttikko raportoi työskennelleensä psykoterapeuttina 15–20 vuotta, kun työhistorian pituutta kysyttiin viiden vuoden tarkkuudella. Otettaessa huomioon koko kliinisen työhistorian pituus mukaan lukien psykologina toimiminen, oli hän tehnyt kliinistä työtä yhteensä 25–30 vuotta. Tutkimukseen osallistuneen psykoanalyttikon hoitosuhteet olivat kestoltaan keskimäärin kolmivuotisia.

Toiseksi tutkimushenkilöksi valikoitui kognitiivinen psykoterapeutti. Valinta perustui tutkijan omaan oletukseen psykoterapiamuodon yleisyydestä dynaamisten hoitojen ohella, jolloin tutkimukseen voitaisiin paremmin integroida kokemuksia eri suuntausten näkökulmista. Tutkimuksen kognitiivinen psykoterapeutti raportoi työskennelleensä psykoterapeuttina 25–30 vuotta. Samoin tutkittavan koko kliinisen uran pituus mukaan lukien työ psykologina sijoittui aikavälille 25–30 vuotta. Hän kuvasi hoitosuhteidensa kestävän keskimäärin noin 2,5 vuotta vaihteluvälin ollessa puolesta vuodesta seitsemään vuoteen.

Kolmanneksi valittiin kirkon perheneuvojana toimiva perheterapeutti, sillä Perheasiain neuvottelukeskukset ovat Suomessa merkittävä palvelujen tarjoaja pariterapeuttisissa kysymyksissä ja perheiden ongelmatilanteissa. Lisäperusteena perheneuvojan mukaanottamiselle voidaan todeta psykoterapiapalvelujen maksuttomuus, mikä mahdollistaa hoitoon hakeutumisen taloudellisista edellytyksistä tai kuntoutustuesta riippumatta. Tutkimuksen perheneuvoja kuvasi työskennelleensä psykoterapeuttina 20–25 vuotta ja tehneensä kliinistä työtä yhteensä 25–30 vuotta. Hän raportoi asiakassuhteidensa keston vaihtelevan suuresti. Yksilöhoitojen hän totesi kestävän keskimäärin kaksi vuotta ja pariterapioiden puolesta vuodesta puoleentoista vuoteen. Kaksi ensimmäistä tutkimushenkilöä edustavat siis erityyppistä yksilötyötä tekeviä psykoterapeutteja kun taas kolmas työskentelee myös pariskuntien kanssa.

Psykoterapeuteilta tiedusteltiin 18.6.2013 heidän mahdollisuuttaan osallistua kyselyyn elokuun alussa 2013. Sähköposteissa kuvattiin aluksi tutkittavien valikoitumista, minkä vuoksi niitä ei ole nähtävissä tässä tutkielmassa vastaajien anonyymiteetin suojelemiseksi. Lisäksi viesteissä kerrottiin tutkimuksen aiheesta ja toteutuksesta. Viestien liitteenä oli kyselylomake, jonka tutkittavat saivat postitse, mikäli päättäisivät osallistua tutkimukseen. Tutkittavien anonyymiteettiä pyrittiin lisäämään toteamalla, ettei heidän ikäänsä, sukupuoltaan tai asuinpaikkakuntaansa tulla mainitsemaan tutkimuksessa. Tutkittavien henkilöllisyys jäisi yksin tutkijan tietoon. Kaikki tutkimukseen valitut ilmaisivat suostumuksensa, ja kirjallinen kyselylomake lähetettiin heille 5.8.2013.

Kyselyn johdannoksi psykoterapeutit saivat lomakkeen mukana kuvauksen tutkimuksen aikaisemmista vaiheista, perustietoja mentalisaatioteoriasta sekä selonteon siitä, miten teoriaa oltiin sovellettu uskonnon tarkasteluun. Edellä esiteltujen psykoterapeuttien taustatietojen kuten koulutuksen ja työuran pituuden jälkeen psykoterapeuteilta tiedusteltiin tekstianalyysin pohjalta muodostettujen affektiteemojen esiintymistä asiakkaiden hoitoprosesseissa. Kartoituksessa apuna toimi Likertin asteikko, joka kuvasi sitä, kuinka usein tietyt affektiteemat tulevat hoidoissa puheeksi ajatellen koko psykoterapeuttien mennyttä ja nykyistä asiakaskuntaa. Vastausvaihtoehtoina oli ei koskaan (1), harvoin (2), silloin tällöin (3), usein (4) ja hyvin usein (5). Tällaisella ordinaaliasteikolla voitiin kuvata esiintyvyyden yleisyyden järjestystä, vaikkakaan eri psykoterapeuttien vastausten välisiä varsinaisia eroja eikä myöskään yksittäisten terapeuttien vastausten välisiä tarkkoja etäisyyksiä kuten normien esiintyvyyksien frekvenssieroja voitu mitata (Karjalainen, 2004). Affektiteemojen esiintyvyyteen liittyvät tulokset esitetään luvuissa 5.2.–5.4.

Tämän jälkeen lomakkeen rakenne määräytyi affektiivisuuden kolmen ulottuvuuden eli tunnistamisen, muokkaamisen ja ilmaisemisen mukaan. Psykoterapeutteja pyydettiin kolmen avoimen kysymyksen pohjalta pohtimaan, miten affektinormit saattavat vaikuttaa eri affektiivisuuden muotoihin. Apuna tässä toimi kysymyksiin liitetyt kuvaukset affektiivisuuden eri osa-alueista, jolloin psykoterapeutteja pyydettiin heijastelemaan vastauksiaan myös suhteessa aiemmin kysytyihin spesifeihin affektiteemoihin. Vastauksia avoimiin kysymyksiin käsitellään erittelemällä, kuvaamalla ja vertailemalla niiden sisältöä. Nämä tulokset esitellään luvuissa 5.5–5.7. Lopuksi psykoterapeuteilla oli mahdollisuus kommentoida tutkimusta ja sen aihetta sekä lomaketta vapaasti,

mihin palataan muun muassa analyysimateriaalin kritiikkiä käsittelevässä luvussa 5.8. Vastauksia pyydettiin 19.8. mennessä, mutta johtuen tutkittavien kiireistä, aineisto oli kokonaisuudessaan koottu 2.9.2013. Tutkimuslomake on nähtävissä liitteenä luvussa 8. Seuraavaksi esitellään kyselytutkimuksen tulokset, niin että aluksi kartoitetaan kategorioittain spesifien normien esiintyvyyttä, minkä jälkeen tutustutaan psykoterapeuttien kokemuksiin normien vaikutuksesta asiakkaiden mentalisoidun affektiivisuuden eri osa-alueisiin.

5.2. Kiellettyihin tekoihin verratut affektit psykoterapiakontektissa

Kaikki kolme psykoterapeuttia olivat työssään kohdanneet tilanteita, jolloin asiakas oli verrannut kiellettyinä kokemaansa affektia kiellettyyn tekoon. Nämä normit liittyivät tekstianalyysin pohjalta vihaan, jota verrattiin murhaan (Matt.5:21–22; 1. Joh. 3:15), sekä seksuaaliseen himoon, jota verrattiin aviorikokseen eli seksuaaliseen aktiin (Matt. 5: 27). Vihan vertaaminen tekoon sijoittui vaihteluvälille 2–4, kun sitä mitattiin akselilla ei koskaan (1)–hyvin usein (5): perheneuvoja koki kohdanneensa tällaisia tilanteita harvoin (2), kognitiivinen psykoterapeutti silloin tällöin (3) ja psykoanalyytikko usein (4). Perheneuvoja ja kognitiivinen psykoterapeutti olivat silloin tällöin (3) kohdanneet tilanteita, joissa asiakas oli verrannut seksuaalista himoa seksuaaliseen aktiin eli aviorikokseen. Psykoanalyytikko oli kohdannut vastaavia tilanteita hyvin usein (5).

Kognitiivinen psykoterapeutti valitsi siis kummankin muuttujan, sekä vihan että seksuaalisen himon kohdalla saman, asteikon keskivaiheilla olevan vastausvaihtoehdon. Seksuaaliseen himoon liittyvässä muuttujassa perheneuvoja ja psykoanalyytikko valitsivat kummatkin hieman yleisempää esiintyvyyttä kuvaavan vaihtoehdon vihaan verrattuna. Vastausten perusteella voidaan havaita, että vihan ja seksuaalisen himon affektit saattavat joidenkin asiakkaiden mielessä vastata tekoja, jotka kuvataan erityisen kielletyiksi kuten aviorikos ja julmiksi kuten murha tai tappaminen. Seuraava taulukko havainnollistaa vastausten vaihtelua.

TAULUKKO 3. Psykoterapeuttien kokemukset asiakkaiden kristillisten affektisääätelyyn liittyvien normien esiintyvyydestä, jolloin asiakas psykoterapiakontekstissa vertaa kiellettyä affektia kiellettyyn tekoon. P= Perheneuvoja, A= Psykoanalyttikko, K= Kognitiivinen psykoterapeutti. 1= ei koskaan, 2= harvoin, 3= silloin tällöin, 4= usein, 5= hyvin usein.

Kiellettyihin tekoihin verratut affektit	1	2	3	4	5
Viha		P	K	A	
Seksuaalinen himo			PK		A

5.3. Kiellettyinä kuvatut affektit psykoterapiakontekstissa

Tiedusteltaessa psykoterapeuttien kokemuksia affekteihin liittyvien kieltonormien esiintymisestä hoitokontekstissa oli jokainen tekstianalyysin 22:sta affektiteemasta aina vähintään yhdelle psykoterapeutille tuttu. Yhtenäisimmät vastaukset olivat vihan affektiin liittyvän normin kohdalla: kaikki kolme psykoterapeuttia raportoivat kohdanneensa asiakassuhteissaan usein (4) vihaan liittyviä kieltonormeja, kun esiintyvyyttä tiedusteltiin asteikolla ei koskaan (1)–hyvin usein (5). Tutkimuksen psykoanalyttikko valitsi siis vihaan yleisemmin liittyvän muuttujan kohdalla saman vastausvaihtoehdon kuin kysyttäessä, miten usein vihaa verrataan tekoon. Perheneuvoja ja kognitiivinen terapeutti valitsivat yleisemmän kieltomuuttujan kohdalla tiheämpää esiintyvyyttä kuvaavan vastausvaihtoehdon kuin tekoon verratun vihan affektin kohdalla.

Jumalaan kohdistuvista kielletyistä affekteista perheneuvoja ja kognitiivinen psykoterapeutti kokivat Jumalan vihaamisen kieltoon liittyvän normin esiintyvän asiakkaiden mielessä harvoin (2). Psykoanalyttikko raportoi kohdanneensa kiellon esiintyvän hoidoissa silloin tällöin (3). Kaikilla psykoterapeuteilla oli siis havaintoja siitä, että asiakas oli kokenut kielteisenä myös Jumalaa kohtaan tunnettavan vihan. Perheneuvoja ja kognitiivinen psykoterapeutti eivät olleet kohdanneet Jumalan halveksimiseen tai häpeämiseen liittyvien kieltojen esiintyvän psykoterapiassa (1). Psykoanalyttikolle tällaisia tilanteita oli tullut halveksimisen osalta vastaan harvoin (2) ja häpeämiseen liittyvän kiellon osalta

silloin tällöin (3). Psykoanalyttikko valitsi siis Jumalan häpeämiseen ja vihaamiseen liittyvien muuttujien kohdalla saman asteikon keskivaiheilla olevan vastausvaihtoehdon. Halveksimiseen liittyvän muuttujan kohdalla hän valitsi hieman vähäisempää esiintyvyyttä kuvaavan vaihtoehdon.

Kielto kokea pelkoa oli esiintynyt psykoterapiahoidoissa vaihteluvälillä harvoin (2)–hyvin usein (5). Tällöin kognitiivinen psykoterapeutti oli kohdannut asiakkaiden kuvaamaa kieltoa tuntea pelkoa harvoin (2), perheneuvoja silloin tällöin (3) ja psykoanalyttikko hyvin usein (5). Pelon kieltonormin esiintyvyyttä psykoterapiahoidoissa voidaan pohtia sen valossa, että tekstianalyysin mukaan kielto pelätä oli selvästi yleisin affekteihin liittyvä kielto Uudessa testamentissa, vaikka kieltojen esiintyvyyden tarkkoja frekvenssejä ei laskettukaan. Kuitenkin terapeutit keskimäärin valitsivat suurempaa esiintyvyyttä kuvaavan vastausvaihtoehdon esimerkiksi vihan kohdalla. Kielto tuntea huolta ja murhetta arkisista asioista esiintyi kaikkien psykoterapeuttien raportoimana vastaavalla tavalla kuin kielto pelätä, eli kognitiivisen psykoterapeutin mukaan harvoin (2), perheneuvojan mukaan silloin tällöin (3) ja psykoanalyttikon mukaan hyvin usein (5). Kielto tuntea ylpeyttä oli puolestaan esiintynyt psykoanalyttikon ja kognitiivisen psykoterapeutin mukaan silloin tällöin (3), kun taas perheneuvoja koki kohdanneensa ylpeyteen liittyvän kieltonormin usein (4). Kielto tuntea ylpeyttä sijoittui siis jokaisen psykoterapeutin mukaan asteikon keskivaiheille tai loppupäähän.

Samoin kiellettyinä pidetyn seksuaalisen ja omaan ruumiillisuuteen liittyvän himon esiintyvyyttä kuvattiin asteikon keskivaiheille ja loppupäähän sijoittuvilla vastauksilla, jolloin kognitiivisen psykoterapeutin ja perheneuvojan mukaan normi ilmeni psykoterapeuttisissa hoidoissa silloin tällöin (3). Psykoanalyttikko oli puolestaan kohdannut kiellon esiintyvän hoidoissa hyvin usein (5). Jokainen psykoterapeutti valitsi siis omalta osaltaan saman vastausvaihtoehdon kuvatessaan seksuaaliseen himoon liittyvän yleisen kieltonormin ja tekoon eli aviorikokseen verrattuun seksuaalisen himon affektiin liittyvän kieltonormin esiintyvyyttä. Kielto tuntea seksuaalista himoa samaa sukupuolta kohtaan esiintyi puolestaan kognitiivisen terapeutin ja perheneuvojan mukaan hoidoissa harvoin (2), kun taas psykoanalyttikko oli kohdannut affektikiellon silloin tällöin (3). Saman sukupuolen edustajaa kohtaan tunnetun himon kohdalla valittiin siis useammin asteikon alkupäässä oleva hieman harvempaa esiintyvyyttä kuvaava

vastausvaihtoehto kuin seksuaaliseen himoon yleisemmin liittyvän muuttujan ja seksuaalista himoa tekoon vertaavan kieltonormin kohdalla.

Kognitiivinen psykoterapeutti oli kohdannut harvoin (2) kateuteen liittyvää affektikieltoa, kun taas sekä perheneuvoja että psykoanalyttikko olivat kohdanneet kiellon usein (4). Perheneuvoja ja psykoanalyttikko olivat samoin kohdanneet usein (4) kiellon tuntea katkeruutta, jolloin kognitiivinen terapeutti raportoi, ettei ollut koskaan (1) kohdannut kyseistä affektikieltoa psykoterapiassa. Kognitiivinen psykoterapeutti ei ollut havainnoinut omissa asiakaskontakteissaan myöskään kieltoa tuntea kiihkoa tai lannistumista, kun taas sekä perheneuvoja että psykoanalyttikko olivat kohdanneet kiellot silloin tällöin (3). Perheneuvoja ja kognitiivinen psykoterapeutti eivät olleet koskaan (1) kohdanneet asiakasta, joka olisi kuvannut kieltoa rakastaa muita ihmisiä tai asioita enemmän kuin Jumalaa. Psykoanalyttikko oli kohdannut kyseisen affektikiellon silloin tällöin (3). Kielto tuntea rakkaudettomuutta ja säälimättömyyttä oli esiintynyt harvoin (2) psykoanalyttikon ja kognitiivisen psykoterapeutin hoitosuhteissa, kun taas perheneuvoja oli kohdannut kiellon silloin tällöin (3).

Suurin vaihteluväli oli affektikielloissa, joita kognitiivinen psykoterapeutti ei ollut koskaan (1) kohdannut hoitokontekstissa, ja jotka psykoanalyttikko raportoi kohdanneensa hyvin usein (5). Näitä olivat masennus, kuolleiden sureminen vailla toivoa, levottomuus, epätoivo ja tyytymättömyys omaan osaan. Tällä dimensiolla perheneuvojan vastaukset sijoittuivat pääosin lähemmäs psykoanalyttikon vastausvalintoja, jolloin hän raportoi kohdanneensa usein (4) kiellon tuntea masennusta, levottomuutta tai tyytymättömyyttä omaan osaan. Muissa kohden hänen vastauksensa sijoittuivat asteikon keskiosaan, jolloin hän koki silloin tällöin (3) kohdanneensa kiellon surra kuolleita vailla toivoa sekä tuntea epätoivoa. Perheneuvoja ei puolestaan koskaan (1) ollut kohdannut asiakassuhteissaan kieltoa empiä Jumalan tahdon tekemisessä, kun taas psykoanalyttikko oli kohdannut tällaisen kiellon hyvin usein (5). Tällöin kognitiivisen psykoterapeutin vastaus sijoittui asteikon keskiosaan, sillä hän oli kohdannut kyseisen affektikiellon silloin tällöin (3). Jokainen näistä suurella vaihteluvälillä esiintyvistä affektiteemasta perustui yksittäisiin mainintoihin Uudessa testamentissa. Tällaisia teemoja olivat siis masennus, kuolleiden sureminen vailla toivoa, levottomuus, epätoivo, tyytymättömyys omaan osaan sekä empiminen Jumalan tahdon tekemisessä.

Tarkasteltaessa niitä affektinormeja, jotka kognitiivisen terapeutin mukaan esiintyivät asteikon loppupäässä, voidaan havaita hänen raportoineen ainoastaan vihan affektikiellon esiintyneen asiakaskontakteissa usein (4). Hänen muut vastauksensa sijoittuivat asteikon alkupäähän ja keskivaiheille, niin että silloin tällöin (3) esiintyviä affektikieltoja olivat kiellot tuntee ylpeyttä, seksuaalista himoa ja empimistä Jumalan tahdon tekemisessä. Näistä empiminen Jumalan tahdon tekemisessä perustui tekstianalyyysissä yksittäiseen kohtaan. Kognitiivisen terapeutin asiakassuhteissa harvoin (2) esiintyivät kiello vihat Jumalaa, kiello pelätä ja tuntee huolta ja murhetta arkisista asioista, kiello tuntee kateutta, rakkaudettomuutta tai säälimättömyyttä sekä kiello tuntee himoa omaa sukupuolta kohtaan. Muut affektinormit eivät olleet esiintyneet hänen psykoterapia-asiakkaidensa hoidoissa. Kognitiivinen psykoterapeutti ei ollut siis koskaan (1) kohdannut psykoterapiakontektissa asiakkaidensa pohtivan kielloa halveksia tai hävetä Jumalaa, kielloa tuntee katkeruutta tai rakastaa enemmän toisia ihmisiä ja asioita kuin Jumalaa, kielloa tuntee kiihkoa, lannistumista ja masennusta, kielloa surra kuolleita vailla toivoa sekä kielloa tuntee levottomuutta, epätoivoa, kiittämättömyyttä ja tyytymättömyyttä omaan osaan. Näistä kuusi viimeiseksi mainittua teemaa perustuvat Uudessa testamentissa vain kerran mainittuihin affekteihin.

Perheneuvoja valitsi useamman muuttujan kohdalla vastausvaihtoehdon, joka kuvasi normien esiintymistä hoitokontektissa usein (4). Näitä muuttujia olivat kiellot tuntee ylpeyttä, vihaa, kateutta, katkeruutta, masennusta, levottomuutta ja tyytymättömyyttä omaan osaan. Kun kognitiivinen terapeutti ei ollut koskaan ollut asiakaskontakteissaan kohdannut pohdintaa kielloista tuntee katkeruutta, masennusta, levottomuutta ja tyytymättömyyttä omaan osaan, valitsi perheneuvoja näiden normien kohdalla asteikon loppupäässä olevat, keskimääräistä yleisempää esiintyvyyttä kuvaavat vastausvaihtoehdot. Silloin tällöin (3) perheneuvoja oli havainnut hoitokontektissä esiintyvän kiellot tuntee pelkoa, huolta ja murhetta arkisista asioista, kiellot kokea seksuaalista himoa, kiihkoa, lannistumista, rakkaudettomuutta ja säälimättömyyttä, kiellon surra kuolleita vailla toivoa sekä kiellon tuntee epätoivoa ja kiittämättömyyttä. Harvoin (2) esiintyviä affektikieltoja olivat hänen mukaansa Jumalan vihaamisen kiello sekä kiello tuntee himoa omaa sukupuolta kohtaan. Perheneuvoja ei ollut koskaan (1) kohdannut kielloa halveksia tai hävetä Jumalaa, kielloa rakastaa toisia ihmisiä tai asioita enemmän kuin Jumalaa tai kielloa empiä Jumalan tahdon tekemisessä.

Voidaan havaita, että jokainen näistä teemoista, joita perheneuvojan hoidoissa ei ollut lainkaan ilmennyt, liittyi jollain tavalla jumalasuhteeseen. Näistä kieltoempiä Jumalan tahdon tekemisessä oli esiintynyt tekstianalyysissä vain kerran.

Psykoanalyytikon mukaan hoidoissa esiintyi hyvin usein (5) kiellot pelätä ja kokea huolta ja murhetta arkisista asioista, kielto tuntea seksuaalista himoa, kielto kokea masennusta, kielto surra kuolleita ilman toivoa, sekä kiellot tuntea levottomuutta, epätoivoa, tyytymättömyyttä omaan osaan ja empimistä Jumalan tahdon tekemisessä. Usein (4) esiintyviä affektikieltoja olivat hänen mukaansa kiellot tuntea vihaa, kateutta, katkeruutta ja kiittämättömyyttä. Silloin tällöin (3) psykoanalytikko koki esiintyvän kiellon vihata ja hävetä Jumalaa, kiellon tuntea ylpeyttä ja rakastaa muita ihmisiä tai asioita enemmän kuin Jumalaa, sekä kiellot tuntea kiihkoa, lannistumista ja seksuaalista himoa omaa sukupuolta kohtaan. Harvoin (2) esiintyviä kieltoja olivat hänen mukaansa kielto halveksia Jumalaa ja kielto tuntea rakkaudettomuutta ja säälimättömyyttä. Psykoanalyytikon hoitosuhteissa jokainen affektikielto oli tullut esiin, jolloin hän ei raportoinut yhtäkään ei koskaan (1) vastausta liittyen kieltojen esiintyvyyteen.

Voidaan havaita, että joiltain osin vastausten vaihtelu on suurehkoa: vaihteluvälin pituuksien keskiarvo on 2,4. Tutkimuksen rajoituksiin ja vastausten tulkinnan haasteisiin palataan luvussa 5.8. Kaikkien affektikieltojen voidaan tiivistäen todeta olleen aktuaaleja joissain tämän kyselyn kattavista psykoterapiahoidoista. Kaikkien psykoterapeuttien mielestä kielto vihata esiintyy verrattain usein hoitokontektissa. Asteikon keskivaiheeseen ja loppupäähän sijoittuvat jokaisen psykoterapeutin mukaan myös kiellot tuntea ylpeyttä sekä seksuaalista ja omaan ruumiillisuuteen liittyvää himoa. Seuraavassa taulukossa (taulukko 4) on esitetty eri affektikieltojen esiintyvyyden vaihtelut psykoterapiahoidoissa.

TAULUKKO 4. Psykoterapeuttien kokemukset kristinuskoon liittyvien affektikieltojen esiintyvyydestä asiakkaiden mielessä hoitokontekstissa. P= Perheneuvoja, A= Psykoanalyttikko, K= Kognitiivinen psykoterapeutti. 1= ei koskaan, 2= harvoin, 3= silloin tällöin, 4= usein, 5= hyvin usein.

Kiellettyinä kuvatut affektit	1	2	3	4	5
Jumalan vihaaminen		PK	A		
Jumalan halveksiminen	PK	A			
Jumalan häpeäminen	PK		A		
Pelko		K	P		A
Huoli ja murhe arkisista asioista		K	P		A
Ylpeys			AK	P	
Viha				PAK	
Seksuaalinen ja omaan ruumiillisuuteen liittyvä himo			PK		A
Kateus		K		PA	
Katkeruus	K			PA	
Toisten ihmisten tai asioiden rakastaminen enemmän kuin Jumalan	PK		A		
Kiihko	K		PA		
Lannistuminen	K		PA		
Rakkaudettomuus ja säälimättömyys		AK	P		
Seksuaalinen himo omaa sukupuolta kohtaan		PK	A		
Masennus	K			P	A
Kuolleiden sureminen vailla toivoa	K		P		A
Levottomuus	K			P	A
Epätoivo	K		P		A
Kiittämättömyys	K		P	A	
Tyytymättömyys omaan osaan	K			P	A
Empiminen Jumalan tahdon tekemisessä	P		K		A

5.4. Ideaalina kuvatut affektit psykoterapiassa

Yhteensä 25:stä affektikehotuksesta vain yksi oli sellainen, jota kukaan psykoterapeuteista ei ollut kohdannut hoitokontekstissa. Tämä normi oli leskivaimojen kunnioittaminen, minkä voidaan spekuloida johtuvan esimerkiksi aikakauteen ja kulttuuriin liittyvistä tekijöistä nyky-Suomessa. Myöskään sattuman vaikutusta ei voida sulkea pois näytteen ollessa pieni. Tekstianalyysin pohjalta muodostetuista affektisäätelyyn liittyvistä kehotusnormeista 24 oli esiintynyt psykoterapiahoidoissa.

Psykoterapiakontekstissa asiakkaat olivat perheneuvojan ja psykoanalyytikon mukaan usein (4) kokeneet toivon kristillisesti ideaaliksi affektiksi. Kognitiivisen psykoterapeutin asiakassuhteissa kehotus oli esiintynyt harvoin (2). Toivon tavoin suoraan Jumalaan kohdistuviin affekteihin liittyvät normit olivat esiintyneet kaikissa psykoterapioissa lukuun ottamatta kehotuksia rakastaa ja pelätä Jumalaa, joista ensimmäinen eli Jumalan rakastamisen normi ei ollut tullut esiin (1) kognitiivisen psykoterapeutin asiakaskontakteissa ja jälkimmäinen eli jumalanpelon normi ei ollut esiintynyt (1) perheneuvojan asiakassuhteissa. Perheneuvoja oli havainnut Jumalan rakastamiseen liittyvän normin esiintyvän harvoin (2) ja psykoanalyytikko usein (4). Kehotus pelätä Jumalaa oli esiintynyt hoitokonteksteissa hyvin vaihdellen: kognitiivinen psykoterapeutti oli kohdannut normin harvoin (2), ja psykoanalyytikon asiakassuhteissa normi oli toistunut hyvin usein (5). Jumalanpelon kehotusnormi esiintyi siis koko asteikon kattavalla vaihteluvälillä ei koskaan (1) –hyvin usein (5). Kehotuksen kunnioittaa Jumalaa olivat perheneuvoja ja kognitiivinen terapeutti kohdanneet harvoin (2), kun taas psykoanalyytikko oli kohdannut kehotusnormin hyvin usein (5). Jumalasta iloittamisen ja Jumalaa kohtaan tunnettavan kiitollisuuden affektinormi esiintyi perheneuvojan mukaan hoidoissa harvoin (2). Psykoanalyytikko ja kognitiivinen psykoterapeutti olivat kohdanneet normin silloin tällöin (3). Syntien katumisen affektinormi oli kognitiivisen psykoterapeutin kokemuksissa esiintynyt harvoin (2). Perheneuvoja ja psykoanalyytikko olivat kohdanneet kyseisen kehotusteman silloin tällöin (3).

Kehotus rakastaa lähimmäistä oli tullut esiin kaikkien psykoterapeuttien asiakassuhteissa vaihteluvälillä harvoin (2)–usein (4). Kognitiivisen psykoterapeutin asiakassuhteissa normi oli tullut esiin harvoin (2),

psykoanalyttikon kontakteissa silloin tällöin (3) ja perheneuvojan kontakteissa usein (4). Tekstianalyysissä rakastamisen normi esiintyi kehotuksista selvästi useimmin, vaikka tarkkoja frekvenssejä ei laskettukaan. Toinen ihmisten välisiin suhteisiin liittyvä normi, kehoitus tuntee myötätuntoa ja jakaa toisen tunnetila oli kognitiiviselle terapeutille tullut vastaan harvoin (2), psykoanalyttikolle silloin tällöin (3) ja perheneuvojalle hyvin usein (5). Kuten jo tekstianalyysin yhteydessä todettiin, myötätunnon kokemus edellyttää mentalisaatiokykyä eli kykyä ymmärtää toisen mielen sisältöjä.

Kokemus ilosta ideaalina affektina oli kognitiivisen terapeutin suhteissa esiintynyt harvoin (2), psykoanalyttikon suhteissa silloin tällöin (3) ja perheneuvojan asiakassuhteissa puolestaan usein (4). Omiin vanhempiin kohdistuva äidin ja isän kunnioittamisen ihanne puolestaan oli esiintynyt psykoanalyttikon ja kognitiivisen terapeutin mukaan silloin tällöin (3). Perheneuvoja oli kohdannut tällaisia tilanteita usein (4). Vanhempien kunnioittamiseen liittyvän normin esiintyvyyttä kuvattiin siis asteikon keskivaiheille ja loppupäähän sijoittuvilla vastauksilla. Kognitiivinen psykoterapeutti oli kohdannut harvoin (2) asiakkaita, jotka olivat kuvanneet tyytyväisyyden affektia kristillisesti ideaalina, psykoanalyttikko oli kohdannut tällaisia asiakkaita silloin tällöin (3) ja perheneuvoja usein (4).

Sekä miehen rakkaus ja kunnioitus vaimoan kohtaan että vaimon kunnioitus miestänsä kohtaan saivat muuttujina samat arvot kunkin psykoterapeutin kohdalla: psykoanalyttikon ja kognitiivisen terapeutin mukaan kehotukset esiintyvät psykoterapiassa silloin tällöin (3) ja perheneuvojan mukaan hyvin usein (5). Toisten ihmisten kunnioittamiseen yleisemmin liittyvä normi esiintyi kognitiivisen terapeutin mukaan hoidoissa harvoin (2), perheneuvojan ja psykoanalyttikon mukaan usein (4). Myös esivallan kunnioittamiseen liittyvä kehoitusnormi oli esiintynyt kaikkien psykoterapeuttien asiakassuhteissa, niin että perheneuvojan ja kognitiivisen psykoterapeutin asiakkaat olivat tuoneet kyseisen normin esiin harvoin (2) ja psykoanalyttikon usein (4). Kysyttäessä seurakunnan johtajia kohtaan koettavaan erityiseen rakkauteen ja kunnioitukseen liittyvästä affektinormista, perheneuvoja ei ollut kohdannut kehotusta koskaan (1). Psykoanalyttikolle normi oli tullut vastaan harvoin (2), kun taas kognitiivinen psykoterapeutti oli havainnut normin esiintyvän silloin tällöin (3). Kunnioitus seurakunnan johtajia kohtaan oli leskivaimojen kunnioittamiseen liittyvän

kehotuksen lisäksi ainoa kunnioitukseen liittyvä normi, joka ei ollut esiintynyt kaikkien psykoterapeuttien asiakassuhteissa.

Kehotus innokkuuteen oli kognitiiviselle psykoterapeutille vieras, jolloin hän ei ollut koskaan (1) kohdannut sitä hoitokontekstissa. Psykoanalyttikko oli kohdannut innokkuuden ideaalin harvoin (2), perheneuvoja silloin tällöin (3). Myöskään kehotus nöyryyteen ei ollut (1) esiintynyt kognitiivisen psykoterapeutin asiakassuhteissa. Perheneuvoja oli kohdannut kyseisen affektinormin silloin tällöin (3) ja psykoanalyttikko usein (4). Kehotus tuntee sääliä ja inhoa niitä kohtaan, joita ei voi pelastaa, oli perheneuvojan ja kognitiivisen terapeutin mukaan esiintynyt hoidoissa harvoin (2) ja psykoanalyttikon mukaan silloin tällöin (3).

Luottavaisuus toivon julkituomisessa sekä kehotus vihata pahaä eivät olleet tulleet ilmi missään kognitiivisen psykoterapeutin hoitosuhteessa, kun taas perheneuvoja ja psykoanalyttikko raportoivat kohdanneensa normit silloin tällöin (3). Suru seurakunnassa ilmenevän haureuden tähden oli tullut esiin vain psykoanalyttikon hoitosuhteissa, joskin myös hän raportoi normin esiintyvän harvoin (2). Kognitiivinen terapeutti ja perheneuvoja eivät olleet koskaan (1) kohdanneet kyseistä affektikehotusta asiakassuhteissaan. Kehotus kokea häpeää pitkittyneistä riidoista ei ollut esiintynyt kognitiivisen psykoterapeutin hoitosuhteissa, kun taas psykoanalyttikko oli kohdannut normin silloin tällöin (3) ja perheneuvoja usein (4). Pyrkimys vastakkaiseen tunnetilaan oli esiintynyt kehotusnormina kaikkien terapeuttien hoitosuhteissa, niin että kognitiivinen terapeutti oli kohdannut affektikehotuksen harvoin (2) ja perheneuvoja ja analyttikko usein (4).

Kognitiivisen psykoterapeutin mukaan minkään affektikehotuksen esiintyvyyttä asiakassuhteissa ei voida kuvata vastausvaihtoehdoilla usein (4) tai hyvin usein (5). Kuitenkin hänen vastauksensa myös kieltoteemoissa vihaa lukuun ottamatta sijoittuivat asteikon alku- ja keskivaiheeseen. Kognitiivisen psykoterapeutin mukaan psykoterapiassa esiintyy silloin tällöin (3) kehotusnormeja, jotka liittyvät Jumalasta iloittamiseen ja Jumalaa kohtaan tunnettuun kiittolisuuteen, äidin ja isän kunnioittamiseen, miehen rakkauteen ja kunnioitukseen vaimoan kohtaan sekä vaimon kunnioitukseen miestänsä kohtaan sekä erityiseen rakkauteen ja kunnioitukseen seurakunnan johtajia kohtaan. Ottamatta lukuun Jumalaa kohtaan tunnettuja myönteisiä affekteja kognitiivinen terapeutti valitsi yleisintä esiintyvyyttä kuvaavan vaihtoehdon ihmisten kunnioittamiseen liittyvien

muuttujien kohdalla. Nämä kunnioitettavat henkilöt olivat äiti ja isä, aviomies ja vaimo sekä seurakunnan johtajat. Kognitiivinen psykoterapeutti raportoi asiakassuhteissaan ilmenneen lisäksi harvoin (2) kehotuksen toivon tuntemiseen, Jumalan kunnioittamiseen, syntien katumiseen, jumalanpelkoon, lähimmäisen rakastamiseen, iloon, myötätuntoon ja tyytyväisyyteen. Samoin harvoin (2) esiintyivät yleinen kehotus kunnioittaa toista, esivallan kunnioittaminen, sääli ja inho niitä kohtaan, joita ei voi pelastaa sekä ideaali pyrkiä vastakkaiseen tunnetilaan. Kognitiivinen psykoterapeutti ei ollut (1) työssään kohdannut affektikehotuksia liittyen Jumalan rakastamiseen, leskivaimojen kunnioittamiseen, innokkuuteen, nöyryyteen, luottavaisuuteen toivon julkituomisessa, pahan vihaamiseen, suruun seurakunnassa ilmenevän haureuden tähden tai häpeään pitkittyneistä riidoista. Näistä teemoista vain kehotus rakastaa Jumalaa sekä kehotukset olla nöyrä ja innokas eivät pohjautuneet tekstianalyysissä yksittäisten mainintojen perusteella muotoiltuihin normeihin.

Perheneuvoja oli asiakassuhteissaan hyvin usein (5) kohdannut tilanteita, joissa asiakkaaseen oli vaikuttanut kehotus myötätuntoon eli toisen tunnetilan jakamiseen sekä kehotukset miehelle rakastaa ja kunnioittaa vaimoaan ja kehotus vaimolle kunnioittaa miestänsä. Nämä olivat ainoat affekteihin liittyvät normit, joiden esiintyvyyttä perheneuvoja kuvasi kyseisellä vastausvaihtoehdolla, sillä affektikielloista hän ei kuvannut yhdenkään teeman esiintyvän hyvin usein (5). Kehotusnormeista usein (4) olivat esiintyneet kehotukset tuntea toivoa, rakastaa lähimmäistä, tuntea iloa ja tyytyväisyyttä, sekä kehotukset kunnioittaa äitiä ja isää, kunnioittaa toisia ihmisiä, hävetä pitkittyneitä riitoja ja pyrkiä vastakkaiseen tunnetilaan. Perheneuvoja oli kohdannut silloin tällöin (3) kehotusnormin katua syntejä, kehotukset kokea innokkuutta, nöyryyttä sekä luottavaisuutta toivon julkituomisessa sekä kehotuksen vihata paha. Harvoin (2) hän oli kohdannut kehotusnormin rakastaa ja kunnioittaa Jumalaa sekä iloita Jumalasta ja olla hänelle kiitollinen, kehotuksen kunnioittaa esivaltaa ja sääliä ja inhota niitä, joita ei voi pelastaa. Perheneuvoja ei ollut koskaan (1) työssään kohdannut asiakkaita, jotka pohtisivat kristillisinä affektinormeina jumalanpelkoa, erityistä rakkautta ja kunnioitusta seurakunnan johtajia kohtaan, leskivaimojen kunnioittamista tai surua seurakunnassa ilmenevän haureuden tähden. Näistä jumalanpelkoon ja seurakunnan johtajien kunnioittamiseen liittyvät teemat pohjautuivat useammin kuin kerran tekstissä mainittuihin affektikehotuksiin. Kun kognitiivinen terapeutti valitsi seurakunnan johtajien kunnioittamiseen liittyvän muuttujan kohdalla

vastausvaihtoehdon silloin tällöin (3), joka oli hänen antamissaan muuttujan arvoissa korkeimpien joukossa, ei perheneuvoja koskaan ollut kohdannut kyseisestä kehotusta hoitokontekstissa.

Kuten edellä mainittiin, perheneuvoja ei koskaan (1) ollut kohdannut Jumalan kunnioittamiseen ja jumalanpelkoon liittyviä affektinormeja. Psykoanalyytikko oli puolestaan havainnut näiden kahden normin esiintyvän asiakassuhteissaan hyvin usein (5). Psykoanalyytikko raportoi siis kahden kehotuksen esiintyneen hyvin usein (5), kun kieltojen kohdalla hyvin usein (5) esiintyi hänen mukaansa yhdeksän affektikieltoa. Psykoanalyytikko raportoi usein (4) esiintyneiksi normeiksi kehotukset toivon, Jumalan rakastamiseen, toisten ihmisten ja esivallan kunnioittamiseen ja nöyryyteen sekä kehotuksen pyrkiä vastakkaiseen tunnetilaan. Silloin tällöin (3) hän raportoi esiintyvän kehotuksen Jumalasta iloitsemiseen ja kiitollisuuteen Jumalaa kohtaan sekä kehotukset syntien katumiseen ja lähimmäisen rakastamiseen, iloon, myötätuntoon ja tyytyväisyyteen, äidin ja isän kunnioittamiseen, miehen rakkauteen ja kunnioitukseen vaimoan kohtaan ja vaimon kunnioitukseen miestänsä kohtaan. Lisäksi silloin tällöin (3) esiintyivät kehotukset sääliin ja inhoon niitä kohtaan, joita ei voi pelastaa, luottavaisuuteen toivon julkituomisessa, pahan vihaamiseen ja häpeään pitkittyneistä riidoista. Harvoin psykoterapiassa esiintyneitä kehotusnormeja olivat psykoanalyytikon mukaan erityinen rakkaus ja kunnioitus seurakunnan johtajia kohtaan, innokkuus ja suru seurakunnassa ilmenevän haureuden tähden. Myöskään psykoanalyytikko ei ollut (1) kohdannut leskivaimojen kunnioittamiseen liittyvän kehotusnormin esiintyvän psykoterapiassa.

Affekteihin liittyvien kehotusnormien vaihteluvälien pituuksien keskiarvo on 2, joka on 0,4 pienempi kuin kieltojen kohdalla. Vastausten hajonta oli siis hieman vähäisempää kehotusten kohdalla. Seuraavilla sivuilla esitelty taulukko havainnollistaa eri affektikehotusten vaihtelua psykoterapeuttien mukaan.

TAULUKKO 5. Psykoterapeuttien kokemukset kristinuskoon liittyvien affektikehotusten esiintyvyydestä asiakkaiden mielessä hoitokontekstissa. P= Perheneuvoja, A= Psykoanalyttikko, K= Kognitiivinen psykoterapeutti. 1= ei koskaan, 2= harvoin, 3= silloin tällöin, 4= usein, 5= hyvin usein.

Affektit, joihin kehoitetaan	1	2	3	4	5
Toivo		K		PA	
Jumalan rakastaminen	K	P		A	
Jumalan kunnioittaminen		PK			A
Jumalasta iloitseminen ja kiitollisuus Jumalaa kohtaan		P	AK		
Syntien katuminen		K	PA		
Jumalanpelko	P	K			A
Lähimmäisen rakastaminen		K	A	P	
Ilo		K	A	P	
Myötätunto, toisen tunnetilan jakaminen		K	A		P
Äidin ja isän kunnioittaminen			AK	P	
Tyytyväisyys		K	A	P	
Miehen rakkaus ja kunnioitus vaimoaan kohtaan			AK		P
Vaimon kunnioitus miestänsä kohtaan			AK		P
Toisten ihmisten kunnioittaminen		K		PA	
Esivallan kunnioittaminen		PK		A	
Eriyinen rakkaus ja kunnioitus seurakunnan johtajia kohtaan	P	A	K		
Leskivaimojen kunnioittaminen	PAK				
Innokkuus	K	A	P		
Nöyryys	K		P	A	
Sääli ja inho niitä kohtaan, joita ei voi pelastaa		PK	A		
Luottavaisuus toivon julkituomisessa	K		PA		
Pahan vihaaminen	K		PA		

Affektit, joihin kehoitetaan (jatkuu)	1	2	3	4	5
Suru seurakunnassa ilmenevän haureuden tähden	PK	A			
Häpeä pitkittyneistä riidoista	K		A	P	
Pyrkimys vastakkaiseen tunnetilaan: ”Tuntekaa kurjuutenne, surkaa ja itkekää! Kääntyköön naurunne murheeksi, ilonne masennukseksi. Nöyrytkää Herran edessä, niin hän on teidät korottava.” (Jaak. 4:9)		K		PA	

Seuraavaksi siirrytään tarkastelemaan kristinuskoon liittyvien affektinormien mahdollista vaikutusta psykoterapia-asiakkaiden mentalisoidun affektiivisuuden eri osa-alueisiin psykoterapeuttien näkökulmasta.

5.5. Affektisäätelyyn liittyvien normien vaikutus affektien tunnistamiseen

”Kristillisten arvojen ja normien kieltämien tunteiden lähestyminen psykoterapiassa herättää monesti voimakastakin ahdistusta ja primäärisen tunnetilan kokemiselta suojaavia sekundaarisia tunteita.” Näin kirjoittaa kognitiivinen psykoterapeutti. Hän on hoitosuhteissaan havainnut, että kenties useimmin esiintuleva affektien tunnistamisen vaikeus asiakkailta, joilla on kristillinen vakaumus, liittyy kielteisiksi ymmärrettyihin tunteisiin auktoriteettejä kohtaan. Tällaisiksi kristillisen arvopohjan mukaisiksi auktoriteeteiksi hän kuvaa Jumalaa, äitiä ja isää, sekä seurakunnan johtajia ja muita seurakunnan auktoriteettejä. Auktoriteettejä kohtaan koettavia kiellettyjä tunteita ovat viha, rakkaudettomuus ja epäily, joita asiakkaan on tällöin vaikeaa tunnistaa, tunnustaa ja reflektoida arvioimatta, kuten terapeutti kuvaa. Tämä tunnistamisen vaikeus on tullut esiin erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten kanssa työskenneltäessä. Tiedusteltaessa aikaisemmin spesifejä affektikehotuksia kognitiivinen psykoterapeutti kuvasi vastaavien teemojen esiintyvyyttä yleisiksi. Näitä teemoja olivat esimerkiksi kehoitus kunnioittaa äitiä ja isää sekä kehoitus tuntea erityistä rakkautta ja kunnioitusta seurakunnan johtajia kohtaan. Esimerkkinä asiakkaiden

kuvaamista sekundaaritunteista hän mainitsee surun, jota asiakas voi kertoa tuntevansa tultuaan väärin kohdelluksi tai loukatuksi. Tällöin adaptiivinen viha, primaaritunne, voi olla hyvin vaikeasti tavoiteltavissa. Haastavaa asiakkaille on myös tunnistaa ja ymmärtää kiellettyihin tunteisiin liittyvän tai näiden tunteiden herättämän pelon sekä primaaritunteiden välistä kytkentää.

Perheneuvojan mukaan hyvin monissa asiakastilanteissa esiintyy normeja, jotka tulevat vastaan ”kuin muuri”. Mikäli taustalla vaikuttavat todella jäykät normit, vaikeuttavat ne samalla kaikkien asiakkaan tilanteeseen liittyvien mahdollisten tunteiden tunnistamista ja sanoittamista. Perheneuvoja kuvaa pyrkimystä tehdä edes aukkoja tähän muuriin, jotta voitaisiin päästä mahdollisiin primaaritunteisiin käsiksi. Terapeutin tulee hänen mukaansa olla silloin hyvin sensitiivinen ja kertoa empaattisesti yleisellä tasolla, minkälaisia tunteita kyseisessä tilanteessa voi kokea. Perheneuvoja kuvaa hoitosuhteen alkuvaiheeseessa ylipäättään monelle asiakkaalle olevan vaikeaa tunnistaa ja nimetä tunteitaan. He voivat kuvata olevansa ainoastaan ahdistuneita tai vihaisia, jolloin näyttää siltä, ettei muita tunteita ilmene. Tällöin asiakkaat eivät kuvaa esimerkiksi surua tai pelkoa siitä, mitä heille tai itselle saattaisi tapahtua, mikäli ero tulisi. Monet asiakkaat ja erityisesti miehet kuvaavat tunnetilaansa alussa ”yleisenä vitutuksena” osaamatta määritellä sitä, mitä kaikkea kyseinen tunnetila saattaa sisältää. Perheneuvoja kokee tällöin terapeutin tehtäväksi houkutella asiakasta erottamaan huoli kiukusta sekä suru masennuksesta, epätoivosta ja toivottomuudesta. Hän kuvaa asiakkaiden monesti tuovan esille erilaisia tapoja suhtautua tiettyihin affekteihin. Näiden suhtautumistapojen taustalla hän usein kokee olevan juuri kristillisiä sekä yhteiskuntaan ja perhetaustaan liittyviä normeja.

Psykoanalyttikko lähestyy aihetta tapauskertomuksen muodossa. Kyseessä on vaikeahoitoinen keski-ikää lähestyvä potilas, jolla on ollut pitkään psykoosin ongelmia. Potilas oli tullut nuorena uskoon jouduttuaan psykoosiin, johon hän ei pitkään aikaan saanut minkäänlaista hoitoa. Hän pärjäsi oireistaan huolimatta arjessa mutta eli sisäisesti epärealistisessa maailmassa kuvitellen olevansa Jumalan lähettiläs maan päällä. Psykoanalyttikko kuvaa potilaalla olleen vaikeutta tunnistaa omia tunteitaan, jolloin hän oli kuvannut Jumalan puhuvan kauttaan ja elävänsä Jumalan johdatuksessa. Psykoterapian kestänyt useampia vuosia, potilas oli hiljalleen saanut kokemuksen itsestään subjektina, joka tuntee omat tunteensa eikä saa niitä ulkoavaruudesta Jumalalta. Psykoanalyttikko kuvaa omien tunteiden tunnistamista järjestyväksi kokemukseksi potilaalle. Potilas

joutui ottamaan vastuun omasta elämästään ja omista tunteistaan sekä myöntämään olevansa inhimillinen. Hän oli laajemminkin alannut tunnistaa omia mielen sisältöjään kuten halujaan ja tarpeitaan, jotka hän koki kielletyiksi. Näistä erityisesti seksuaaliset tunteet olivat täysin tukahdutetut. Potilas alkoi oivaltaa hänellä olevan oikeus omiin tunteisiinsa, jolloin hän sanoitti Jumalan luoneen myös hänelle seksuaaliset halut. Ennen radikaalia edistystä affektien mentalisoinnissa psykoanalytikko kuvasi potilaan olleen täysin avuton tunnistamaan ja käsittelemään omia tunteitaan.

Voidaan havaita, että psykoterapeutit kuvasivat kristinuskosta kumpuavien affektinormien ilmenevän esimerkiksi vaikeutena tunnistaa vihan ja seksuaalisen himon affekteja psykoterapiakontekstissa. Tällöin vaikkapa vihan primaaritunne saattaa korvautua surulla. Myös affektin kohteella voi olla merkitystä: kognitiivinen psykoterapeutti raportoi erityisesti uskonnollisiin auktoriteetteihin tai omiin vanhempiin kohdistuvien kielteisiksi koettujen affektien tunnistamisen olevan haastavaa joillekin psykoterapia-asiakkaille. Kielletyt affektit saattavat myös herättää asiakkaisissa pelkoa tai affekteihin saattaa liittyä pelon kokemus. Tämän pelon yhteyttä primaaritunteeseen voi olla myös hankalaa tunnistaa. Perheneuvoja kuvasi psykoterapeutin tehtäväksi tehdä aukkoja siihen muuriin, jonka tiukat normit joskus muodostavat. Tällöin psykoterapeutti voi hienotunteisesti ilmaista asiakkaalle, minkälaisia affekteja ihmiset saattavat vastaavissa tilanteissa kokea, jotta affektien tunnistaminen helpottuisi. Kuten psykoanalytikon esimerkistä voidaan havaita, tie affektien tunnistamiseen voi olla pitkä ja haastava asiakkaan kärsiessä vakavista psyykkisistä ongelmista.

5.6. Affektisäätelyyn liittyvien normien vaikutus affektien muokkaamiseen

Kysyttäessä asiakkaiden kristillisten normien vaikutusta heidän kykyynsä muokata affektejaan toteaa kognitiivinen psykoterapeutti erityisesti vihan ja suuttumuksen aiheuttavan haasteita asiakkailleen: psykoterapiassa näiden affektien adaptiivisuuden ymmärtäminen on osoittautunut toistuvasti vaikeaksi kristillisille asiakkaille. ”Olen saanut sen käsityksen, että monet asiakkaani ovat kristillisyyteen vedoten ymmärtäneet vihan yksiselitteisesti ja kontekstistaan riippumattomasti vääräksi tunteeksi, jota ei saisi olla”, hän toteaa. Erityisesti tämä

näky suhteessa joihinkin auktoriteetteihin, joita terapeutti kuvasi aiemmin. Joskus vihan affektiin liittyvä kielto on tullut kristillisten asiakkaiden hoidossa esteeksi omaksua eriytyneempi käsitys affekteista ja hyväksyä se, että viha välittömänä tuntemuksena on riippumaton tietoisesta tahdosta ja siten myös normien ja tahdonalaisen moraalien ulottumattomissa. Terapeutti toteaa, että ymmärrettäessä viha kristillisyyden pohjalta kielletyksi tunteeksi, on tällä seurauksia tunteen ja toiminnan erottamiselle: käsitys vihasta vääränä tunteena liittyy vaikeuteen erottaa toisistaan tuntemus tai tunne niiden motivoimasta toiminnasta tai teosta. Tämä ilmiö oli havaittavissa myös spesifien teemakysymysten kohdalla, jolloin kaikki psykoterapeutit raportoivat kohdanneensa hoitokontektissa asiakkaita, jotka olivat verranneet vihan affektia tekoon.

Kognitiivinen terapeutti kuvaa psykoterapeutina omaksuneensa käsityksen perustunteiden adaptiivisesta ja funktionaalisesta luonteesta. Tällaisen käsityksen mukaan tunteet tuottaessaan välitöntä ja tärkeää tietoa asioiden merkityksistä palvelevat psyykkistä kehitystä ja eloonjäämistä. Esimerkiksi pelko tuottaa tietoa jonkin asian vaarallisuudesta, ja viha kertoo väärin kohdelluksi tulemisesta. Kognitiivinen terapeutti toteaa, että ”ehkä juuri vihaa koskien tällaisen käsityksen tarkastelemisellekin saattaa kristilliseen arvopohjaan sitoutuneen terapia-asiakkaan mielessä rakentua normatiivinen kielto tai este”. Tähän esteeseen liittyen asiakkaan on vaikeaa tai mahdotonta tarkastella metakognitiivisesti myös omaa, normatiivista käsitystään ”vain” käsityksenä. Kun asiakas on rakentanut uutta merkitystä aiemmin kielletyksi ymmärtämälleen tunteelle, on tämä yleensä myös merkinnyt samalla kristillisten normien uudelleentulkintaa. Kognitiivinen terapeutti kuvaa tätä ilmiötä voitavan karkeasti ilmaistuna ymmärtää normien tulkinnan muuttumisena ”tuomitsevasta” ”armollisempaan” suuntaan. Tähän on usein myös kytkeytynyt kristillisten auktoriteettien kunnioittamiseen liittyvän normin uudelleentulkintaa.

Myös perheneuvoja kuvaa monien asiakkaidensa kokevan, ettei heillä olisi oikeutta olla vihainen. Lisäksi hän mainitsee asiakkaiden joskus tuntevan, että heidän tulisi olla kiitollinen erinäisistä asioista. Perheneuvoja toteaa tällaisten normien olevan läsnä sekä pari- että yksilötyöskentelyssä pitkin matkaa. Hän kertoo lähtevänsä tällöin työskentelemään asiakkaiden kanssa esimerkiksi sukupuun avulla. Asiakkaiden kanssa pohditaan, minkälaisia kristillisiä tai muita normeja he ovat perineet omasta lapsuudenperheestään, ja kuinka paljon normit

vaikuttavat heidän nykyisessä parisuhteessaan ja kyvyssään sallia itselleen tiettyjä tunteita. ”Jos vuorovaikutus on jo riittävän turvallinen, useimmiten asiakkaillani on kyky lähteä muokkaamaan affektejaan autetusti”, eli terapeutin avustuksella. Perheneuvojan mukaan hänen asiakkaansa siis kykenevät erilaisista kristinuskoon pohjautuvista affektisäätelyyn liittyvistä normeista huolimatta muokkaamaan affektejaan, mikäli psykoterapiasuhte on tarpeeksi turvallinen.

Psykoanalyytikon mukaan hänen esimerkkipotilaansa hoidossa affektien neutralisoinnista ja ”muokkautumisesta” kertoo potilaalle tullut kokemus oikeudestaan hengellisyyteen ilman syyllisyyttä. Potilaan hyväksyntä omia seksuaalisia tunteitaan kohtaan on vähitellen lisääntynyt, jolloin esimerkiksi masturbaatiosta on tullut mahdollista. Kuitenkin seksuaalinen läheisyys toisen ihmisen kanssa on potilaalle vielä mahdotonta. Potilaan aikaisempiin seksikokemuksiin ei ollut liittynyt mielihyvää vaan pelkoa ja synnintuntoa. Jumala näyttäytyi tällöin ankarana, rankaisevana ja tuomitsevana. Kuitenkin potilaan jumalakäsitys oli muuttunut hoidon aikana neutraalimmaksi, jolloin potilas ei enää nähnyt Jumalaa niin rankaisevana kuin psykoterapiaprosessin alussa. Syyllisyyden tunteet ovat olleet potilaalle hyvin ongelmallisia muillakin elämänalueilla, jolloin hän ei ole voinut ilman syyllisyyden kokemusta tehdä mitään niin sanottuja maallisia asioita. Ainoita syyllisyydestä vapaita toimintoja ovat olleet rukoileminen ja Raamatun lukeminen.

Kuvausten perusteella voidaan todeta, että erityisesti vihan affektin muokkaaminen saattaa olla vaikeaa niille psykoterapia-asiakkaille, jotka kristillisten normien pohjalta ymmärtävät vihan kielletyksi affektiksi. Turvallinen psykoterapiasuhte voi auttaa vihan affektin muokkaamisessa, mutta toisinaan normit voivat joidenkin asiakkaiden kohdalla osoittautua myös esteeksi edes tarkastella avoimesti omaa käsitystä vihan affektin luonteesta. Toisinaan asiakkaat saattavat tuoda esiin myös esimerkiksi kehotusnormin olla kiitollinen eri asioista. Tapausesimerkissä, jossa seksuaaliset affektit kytkeytyivät ankarasti asiakkaan kristillisiin normeihin voitiin havaita, että sisäinen kielto kokea jokin affekti saattaa aiheuttaa asiakkaalle valtavaa syyllisyyttä affektin ilmetessä. Seksuaalisten affektien muuttuessa hyväksyttymmiksi myös potilaan jumalakäsitys muuttui vähemmän ankaraksi hoidon aikana. Uusien merkitysten antaminen affekteille saattaa sisältää myös kristillisten normien uudelleentulkintaa.

5.7. Affektisäätelyyn liittyvien normien vaikutus affektien ilmaisemiseen

Tiedusteltaessa psykoterapeuteilta heidän kokemuksiaan asiakkaidensa kristillisten normien vaikutuksesta affektien ilmaisemiseen kognitiivinen psykoterapeutti kirjoittaa useampienkin kristillistä vakaumusta kuvanneiden potilaidensa kertoneen vaikeudesta puhua toiselle ihmiselle nimenomaan omista tunteistaan. Tähän on liittynyt laajemminkin omista mielen sisäisistä prosesseista ja sisällöistä puhuminen, esimerkiksi omista havainnoista ja mielipiteistä kertominen. Tämän vaikeuden terapeutti on ymmärtänyt liittyvän eräänlaiseen kristityn ihanteena olevaan vaatimattomuuteen, jolloin tavoitteena on olla ”ylentämättä itseään” ja välttää ylpeyden syntiä. Hän on havainnut joillain asiakkailtaan olleen näissä tilanteissa käsitys oman mielen tutkimisesta jonkinlaisena itserakkautena ja itsekeskeisyytenä, joka ei kristitylle ole suotavaa.

Kognitiivinen psykoterapeutti reflektoi omia vastauksiaan huomaten, että on tähän asti kuvannut niitä vaikeuksia, joita hänen kristilliseen vakaumukseen sitoutuneilla psykoterapia-asiakkailtaan on näyttänyt olevan omien tai toisten tunteiden metakognitiivisessa tarkastelussa. Hän toteaa toisaalta myös havainneensa kristillisen arvopohjan todennäköisesti tehneen asiakkaille myös helpommaksi sekä tunnistaa että tunnustaa tai ilmaista joitain niin sanottuja myönteisiä ja lämpimiä tunteita, jotka kristillisyyden läpäisemässä kulttuurissamme nähdään suotaviksi. ”Esimerkiksi kiitollisuuden tietoinen tunteminen ja ilmaiseminen on ehkä helpompaa tunnustuksellisesti kristityille asiakkailleni kuin muille.”

Perheneuvoja palaa pohdinnoissaan vihan affektin ääreen. Hänen mukaansa viha on erityisen haastava affekti puhuttaessa tunneilmaisusta: varsinkin naisille viha on ”vaikea pala”. Esimerkiksi miehen oltua uskon, on naisen usein vaikea kokea vihan tunnetta. Tähän liittyy myös pelko jätetyksi tulemisesta. Perheneuvoja kuvaa oleellisen tunnekokemuksen jäävän silloin tavoittamatta, jolloin hänestä on usein tuntunut, että vihaisuuden ilmaiseminen ei ole ainoastaan kiellettyä vaan asiakkaalla on myös sisäisesti eräänlainen kielto päällä. Lisäksi perheneuvoja mainitsee syyllisyyden ja häpeän tunteet, joita saattaa olla vaikeaa näyttää. Hän ei kuitenkaan tarkkaan kuvaa sitä, miten näiden affektien ilmaiseminen vaikeutuu psykoterapiassa suhteessa kristillisiin normeihin. Mahdollisesti joidenkin normien rikkominen saattaa aiheuttaa psykoterapia-

asiakkaissa syyllisyyttä ja häpeää. Perheneuvojan kokemusten mukaan asiakkaat ovat kuitenkin usein kykeneviä sisäisesti kokemaan syyllisyyttä ja häpeää, mikä tulee esiin terapian edetessä ja psykoterapeutin tuodessa esiin syyllisyyden ja häpeän mahdollisina muutoksen ja prosessoinnin estäjinä. Syyllisyys on usein helpompi tunnistaa kuin häpeä, samoin monien on helpompi puhua syyllisyydestä kuin häpeästä. ”Tällöin tarvitaan suurta empatiaa ymmärtää, että häpeän tunteen sanoittaminen voi tuntua mahdottomalta.”

Psykoanalyttikko toteaa uskonnollisten potilaiden usein kärsivän psykosomaattisista oireista affektien tukahduttamisen vuoksi. Hän selittää tätä niin sanotun ”ankaran yliminän” avulla, minkä voidaan ymmärtää merkitsevän yksilön sisäistämiä ankaria normeja. Myös tapausesimerkin potilas oli aluksi hyvin vahvasti somatisoiva. Psykoanalyttikko toteaa potilaan somatisoivan nykyisin vähemmän ja puhuvan enemmän tunteistaan. Kuitenkin hän näkee potilaan mentalisointikyvyn olevan vasta kehittymässä. Psykoterapiahoidon tavoitteena on analyttikon mukaan opettaa asiakkaita käsittelemään tunteitaan mielellisesti ruumiillisen oireilun sijaan. Hän kuvaa vihaan ja seksuaalisuuteen liittyvien tunteiden olevan potilaille usein vaikeita, jolloin ne monesti ovat kokonaan poissa hoidon alkuvaiheessa. Näihin tunteisiin liittyy paljon häpeää, syyllisyyttä ja torjuntaa. Voidaan pohtia, liittyivätkö myös perheneuvojan kuvaamat häpeän ja syyllisyyden kokemukset vihaan tai seksuaalisuuteen. Näin saattaisi olla hänen kuvatessaan esimerkiksi naisen suhdetta vihaansa miehen oltua uskonon. Psykoanalyttikko toteaa psykoterapiahoidon tavoitteena olevan päästä puhumaan näistä tunteista, jotka tuntuvat niin kovin vaikeilta ja joihin liittyy muitakin vaikeita affektikokemuksia kuten syyllisyyttä ja häpeää.

Kognitiivinen psykoterapeutti totesi affektien ilmaisemisen olevan joillekin psykoterapia-asiakkaille hankalaa heidän pitäessään oman mielen tarkastelua itsekeskeisyytenä tai ylpeytenä. Toisaalta joidenkin myönteisten affektien kuten kiitollisuuden ilmaiseminen voi myös olla kristilliseen vakaumukseen sitoutuneille asiakkaille tavallista helpompaa. Sekä perheneuvoja että psykoanalyttikko palaavat vielä vihan affektin pariin, sillä viha vaikuttaa olevan joillekin uskonnollisille psykoterapia-asiakkaille erityisen hankala ilmaista. Vihan tavoin myös seksuaalisuuteen liittyviin affekteihin kytkeytyy häpeää, syyllisyyttä ja torjuntaa. Uskonnollisille asiakkaille näyttää olevan tyypillistä myös oireilla somaattisesti, mikäli kielletyt affektit tukahdetaan. Psykoterapiassa pyritään tiedostamaan näitä vaikeiksi koettuja affekteja, jotta psykosomaattista oireilua

voitaisiin vähentää. Tällöin tiedostetut affektit voitaisiin ilmaista puheessa. Tutkimuksen tuloksista voidaan havaita kristinuskoon liittyvien affektinormien tulleen puheeksi jokaisen kolmen psykoterapeutin asiakassuhteissa, jolloin psykoterapeutit kuvasivat normien myös vaikuttavan asiakkaiden affektisäätelyyn.

5.8. Analyysimateriaalin kritiikki 2/2

Tutkimuksessa käytettyjä menetelmiä arvioitaessa on huomautettava, ettei Likertin asteikolla mitattavien vastausten vaihtelua voida yksiselitteisesti kuvata. Vaihtelu saattaa kertoa esimerkiksi eri vastausvaihtoehtojen erilaisista subjektiivisista tulkinnoista. Käsitteet ”silloin tällöin” tai vaikkapa ”usein” eivät ole tarkkoja määreitä vaan jokaisen tutkittavan itse määriteltävissä. Kenties yhden tutkittavan ”usein” saattaa konkreettisine frekvenssieroina vastata toisen tutkittavan ”silloin tällöin” -vastausta. Psykoterapeuttien vastauksia verrattaessa vastausten vaihteluun saattaa liittyä myös erilainen vastaustyyli, jolloin jotkut tutkittavat voivat olla varovaisempia vastauksia antaessaan. Tällöin esimerkiksi tiettyyn muuttajaan liittyvien vastausten vaihtelun tarkasteleminen ei tarjoa kovin luotettavaa tietoa. Voidaan myös pohtia, pysyivätkö tutkittavien käsitykset eri vastausluokkien välisistä eroista samoina siirryttäessä kysymyksestä toiseen, minkä vuoksi edes toteamus siitä, että tutkittava olisi valinnut saman vastausvaihtoehdon useiden muuttujien kohdalla, saattaa olla harhaanjohtava. On siis pohdittava, onko vastausten merkitys tutkittaville niin konkreettinen, että esimerkiksi yhden vastausluokan eroa eri muuttujien välillä voitaisiin pitää merkityksellisenä. Vastauksia analysoitaessa on kyseenalaistettava, pysyivätkö tutkimuksessa tehdyt päätelmät ordinaaliasteikon asettamien rajojen sisäpuolella. Toisaalta ei voida myöskään sanoa, etteivätkö esimerkiksi vastausvaihtoehtojen subjektiiviset tulkintaerot olisi säilyneet kysymyksestä toiseen hyvinkin konkreettisine. Kuitenkin myös otoksen pienuus rajoittaa sille tehtäviä toimenpiteitä sekä johtopäätösten muotoilua, niin että esimerkiksi ei-parametristen testien käyttäminen vaikkapa jakauman normaalisuuden tutkimiseksi ei toisi luotettavaa lisätietoa vastausten vaihtelusta.

Ilman jokaiseen yksittäiseen normiin liittyvää käytännön esimerkkiä on myös vaikeaa määrittää sitä, millä tavoin normit ovat tulleet esiin

psykoterapiahoidoissa. Kenties joihinkin vastauksiin sisältyy enemmän asiakkaiden eksplisiittisiä pohdintoja ja toisiin taas enemmän psykoterapeuttien omaa tulkintaa normin alkuperästä. Toisaalta tutkimuksessa tiedusteltiin nimenomaan tilanteita, joissa asiakas on pohtinut kristinuskosta kumpuavia normeja suhteessa erilaisiin tunnetiloihin. Myös kognitiivinen psykoterapeutti tutkimuksesta antamassaan palautteessa ilmaisi viitanneensa vastauksissaan vain tällaisiin tilanteisiin. Koska tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa kristillisten affektinormien esiintyvyyttä mielenterveystyön kontekstissa, saatiin asteikkokyselyn avulla riittävä tieto siitä, aktualisoituvatko normit ylipäätään psykoterapiahoidoissa.

On syytä pohtia, mikä merkitys psykoterapiaan hakeutumisen syyllä on suhteessa terapiassa käsiteltäviin aiheisiin esimerkiksi perheneuvonnassa, jolloin asiakkaiden taustalla usein on kriisi perheessä tai parisuhteessa. Kenties kognitiiviselle terapeutille hoitokontekstissa vieraaksi jäänyt mutta perheneuvojan usein esiintyvänä kuvaama normi liittyen katkeruuden affektiin on erityisen haastava vaikkapa kumppanin uskottomuudesta keskusteltaessa ja pyrittäessä parisuhteen jatkamiseen. Samoin puolisoitten välisen kunnioituksen ja rakkauden normit saattavat pariterapiassa olla muita psykoterapiamuotoja enemmän keskiössä. Psykoanalytikko totesi kyselypalautteessaan vastausten riippuvan myös siitä, minkä tasoinen häiriö on kyseessä, sillä asiakkaiden uskonnollisuus värityy usein sen mukaan. Tässä tutkimuksessa hän oli valinnut näkökulmaksi tapausesimerkin potilaasta, jolla oli vakavia psyykkisiä vaikeuksia.

Koska perheneuvonta on monilla paikkakunnilla suurin pariterapiapalveluja tuottava organisaatio, ei kirkon perheneuvontaan keskimääräisesti oletettu hakeutuvan uskonnollisempia asiakkaita kuin muuallekaan. Tästä ei kuitenkaan ole tutkimuksellista tietoa tai varmuutta. Silti tutkimuksen perheneuvoja ei myöskään esimerkiksi tutkimusta koskevassa palauteosiossa kokenut tarpeelliseksi raportoida tällaista tendenssiä. Mikäli perheneuvontaan hakeutuisikin keskimääräistä enemmän uskonnollisia asiakkaita, olisi tämä tutkimuksen kannalta myös etu, kun tarkastellaan nimenomaan asiakkaita, jotka kuvaavat normien suhdetta omaan affektisäätelyynsä. Vaarana tässä olisi se, että ilmiön yleisyyteen liittyvien pohdintojen validiteetti vääristyisi. On kuitenkin huomautettava, että perheneuvojan vastauksista ei heijastunut suurempi normien esiintyvyys kuin muidenkaan vastausvalinnoista, vaikka Likertin asteikolla valittuja muuttujien arvoja ei voidakaan suoraan rinnastaa toisiinsa.

Vaikka asiakkaiden taustayhteisöjä ei tässä tutkielmassa kartoitettu, voivat myös erilaisten yhteisöjen painotukset näkyä eri psykoterapeuttien kokemuksissa. Kognitiivinen psykoterapeutti kuvasi palautteessaan merkittävän osan tiedostettua kristillistä arvomaailmaa tunnustavista asiakkaistaan kuuluvan tai kuuluneen vanhoillislestadiolaiseen herätysliikkeeseen. Hänen mukaansa jotkin normatiiviset kysymykset myös tunteisiin liittyen saattavat kyseisessä herätysliikkeessä olla mahdollisesti enemmän esillä kuin monissa muissa kristillisissä yhteisöissä. Tämä saattoi vaikuttaa joihinkin hänen vastauksiinsa, mikä toisaalta kuvaa kliinisen kenttätöön todellisuutta: affekteihin liittyvät normit eivät ole riippumattomia yksilön taustayhteisöstä.

Perheneuvoja ei kommentoinut lomaketta kyselyn jälkeen. Kognitiivinen terapeutti kuvasi kokevansa epävarmuutta siitä, oliko hän tavoittanut oikein kysymysten idean. Hän kuvasi myös tietämystään Peter Fonagyn ajattelusta pinnalliseksi, jolloin erityisesti Fonagyn tapa kuvata ja luokitella kykyä ilmaista tunteita oli hänelle hieman epäselvä. Myös psykoanalytikko kuvasi vaikeaksi rajata vastauksiaan, sillä hän koki kyselyn varsin laajaksi. Palautteen perusteella voidaan todeta, että mikäli kyselyä kehitettäisiin edelleen, tulisi sen kysymyksiä kenties rajata tarkemmin, sillä tutkimuksessa kartoitettava ilmiö on laaja. Samoin affektien ilmaisemista osana mentalisoitua affektiivisuutta tulisi kuvata selkeämmin.

Kognitiivinen psykoterapeutti kuvasi palautteessaan myös jääneensä pohtimaan sitä, millä tavoin hän psykoterapeuttina voi ”ylipäätään tavoittaa nimenomaan kristinuskoon pohjautuvien normatiivisten käsitysten vaikutusta terapia-asiakkaiden kykyyn ylläpitää mentalisoiva asenne”. Hän kertoi ajattelevansa kristillisten arvojen olevan niin syvästi ja monipuolisesti kulttuuriin ja sen arvoperustaan kutoutuneita, että jokainen ihminen kantaa niitä mukanaan tavalla tai toisella riippumatta siitä, onko hän tunnustuksellinen tai vakaumuksellinen kristitty. Kuten edellä todettiin, kognitiivinen psykoterapeutti tarkensi viitanneensa vastauksissaan niihin terapia-asiakkaisiin, jotka psykoterapiahoidon kuluessa olivat selkeästi tuoneet esille oman suhteensa kristinuskoon ja pohtineet affekteihin liittyviä kysymyksiä terapiassa nimenomaan kristillisten normien tai arvojen kannalta. Tämä oli myös tutkijan toive kyselyä laadittaessa, jolloin tutkittavien huoli vastausten rajaamisesta ei pääasiassa ollut havaittavissa tutkimustuloksissa, vaan vastaukset liittyivät tutkittavaan aiheeseen.

On otettava huomioon, että klinikot näkevät potilaiden affektit havainnoitsijan diagnostisesta, objektiivisesta näkökulmasta, mikä täytyy erottaa affektin subjektiivisesta kokemisesta. Näin esimerkiksi pakko-oireisesta häiriöstä kärsivät potilaat kuvatessaan ahdistusta puhuvat eri asiasta kuin klinikko käyttäessään termiä ahdistus diagnostisessa tarkoituksessa, johon liittyy myös hypoteettisia oletuksia affektin rakenteesta muulloinkin kuin sen esiintyessä tiettyinä hetkenä. (Kagan 1991, 109–126.) Siten voidaan pohtia, onnistuuko tämä tutkimus kuvaamaan asiakkaiden kokemusmaailmaa vai onko tutkimusasetelma jo lähtökohdiltaan suopea ulkopuolisille tulkinnoille, psykoterapeuttien määritelmille asiakkaiden omien kokemusten kustannuksella. Koska psykoterapeuttien kokemukset kuitenkin perustuvat nimenomaan kohtaamisiin asiakkaiden kanssa sekä asiakkaiden kertomuksiin ja hoitoprosessiin, voidaan näytettä pitää asiakkaiden kokemuksia välittävänä. Koska psykoterapeutit laajan kokemuksensa pohjalta voivat parhaiten kertoa, miten relevantteja uskonnolliset normit suhteessa affektien käsittelyyn psykoterapiassa ovat, on heidän kokemuksensa sopiva näkökulma ilmiön kartoittamiseen, varsinkin, kun otos on pieni.

Tutkimustulokset eivät ole mentalisaatio-käsitteen kannalta suoraan yleistettävissä mihin tahansa psykoterapiasuhteeseen, jossa uskonnon ja affektisäätelyn välisiä yhteyksiä tarkastellaan. Mentalisaatioon vaikuttaa nimittäin sekä kontekstuaaliset tekijät että spesifit kiintymyssuhteet, jolloin mentalisaatiotaidot voivat samallakin yksilöllä vaihdella kiintymyssuhteesta toiseen tai jopa saman suhteen sisällä. (Luyten, Fonagy, Lowyck & Vermote 2012, 51–52.) Verrattain voidaan todeta Hyrcin kuvaamien sisäisten objektien saavan eri muodon eri suhteissa ja elävän osittain myös rinnakkain (1998, 71). Potilas-terapeutti-dyadeissa kummankin osapuolen mentalisaatiotaso määrittää lisäksi toisen osapuolen kykyä mentalisoida, toisin sanoen psykoterapeutin oma kyky mentalisoida määrittää asiakkaan mentalisaatiotaitojen tasoa, samoin potilaan mentalisaatotasoa vaikuttaa terapeutin omaan (Diamond, Stovall-McClough, Clarkin & Levy 2003, 253–254). Koska mentalisaatiotaitojen arvioiminen pelkästään yhden kontekstin tai suhteen perusteella voi olla harhaanjohtavaa, on klinikoiden tärkeää havainnoida asiakkaan mentalisaatiotaitoja tämän puhussa myös muista ihmissuhteistaan (Luyten, Fonagy, Lowyck & Vermote 2012, 51–52). Tutkittujen psykoterapeuttien kokemusten pohjautuessa lukuisiin eri asiakassuhteisiin voidaan tuloksia pitää kannustimena tutkia aihepiiriä lisää.

6. YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen alussa väitettiin, että kulttuuri moralisoi ihmisen tunne-elämää (Rue 2005, 78–124). Myös kristilliseen oppiin sisältyy arvottavia näkemyksiä eri affektien luonteesta: sikäli, kun kristillisiä normeja havainnoidaan Uuden testamentin valossa, kristinuskon suhde affekteihin ei ole neutraali tai ei-moralisoiva. Tämän tutkielman tavoitteena oli tarkastella kristinuskon ja affektien välistä suhdetta vastaamalla kolmeen tutkimuskysymykseen, jotka kaikki pyrkivät integroimaan uskontotieteellistä tutkimusta psykologiaan ja käytännön psykoterapiatyöhön. Ensimmäiseksi kuvattiin sitä, miten psykoanalyttistä mentalisaatioteoriaa voitaisiin soveltaa uskonnon tutkimiseen. Toiseksi pyrittiin määrittelemään kristillisiä affekteihin liittyviä normeja Uuden testamentin tekstin avulla. Kolmanneksi kartoitettiin näiden spesifien normien esiintyvyyttä psykoterapiakontektissa sekä niiden vaikutusta psykoterapia-asiakkaiden mentalisoituun affektiivisuuteen kolmen psykoterapeutin näkökulmasta. Tutkimustulokset viittaavat siihen, että Uudessa testamentissa esiintyvät lukuisat affektinormit toistuvat joidenkin psykoterapia-asiakkaiden pohdinnoissa, jolloin normit saattavat vaikuttaa myös asiakkaiden kykyyn säädellä affektejaan. Erityisesti vihan ja seksuaalisen himon affektit olivat olleet hankalia joillekin tutkittavien asiakkaille. Huolimatta näytteen pienuudesta voitaisiin varovasti väittää, että kysymys affekteihin liittyvistä kristillisistä normeista on psykoterapiahoitojen kannalta relevantti tutkimusaihe niin uskontotieteessä kuin psykologiassakin.

Tutkimuksen teoreettinen osuus perustui mentalisaatioteoriaan, jota ei aikaisemmin oltu sovellettu uskonnon tutkimiseen Suomessa. Mentalisaation todettiin merkitsevän yksilön kykyä ymmärtää omia ja toisten affekteja, ajatuksia, toiveita ja haluja (Kalland 2006, 377). Mentalisoitu affektiivisuus puolestaan viittaa spesifisti affektien mentalisointiin, joka heijastuu taitona tunnistaa, muokata ja ilmaista affekteja (Fonagy ym. 2002, 435–440). Koska mentalisaatio kuvaa yksilön kykyä havainnoida omia ja toisten mielen sisältöjä, oli ensimmäinen kristinuskoon liittyvä tarkastelukulma mentalisaatiokyvyn ymmärtäminen jumalauskon edellytyksenä: voidakseen attribuoida Jumalan

mentaalisia tiloja, on yksilöllä oltava kykyä mentalisointiin. Toiseksi mentalisaatiokyvyn kehittymisen taustalla olevan kiintymystyylin oletettiin ihmissuhteiden tavoin määrittävän myös suhdetta Jumalaan. Kolmantena teoreettisena huomiona viitattiin mentalisoivaan eli ”ei-tietävään” asenteeseen tavoiteltavana suhtautumistapana puhuttaessa uskonnollisista ja eksistentiaalisista aiheista psykoterapiassa. Neljänneksi todettiin myös yhteisöjen vaikuttavan yksilön käsityksiin soveliaista tavoista säädellä affektejaan, vaikka tähän ei voitukaan tämän tutkimuksen puitteissa perehtyä. Mentalisaatioteorian voidaan sanoa soveltuneen kristinuskon tarkasteluun, sillä Jumalan mielen sisältöjen mentalisointi edellyttää käsityksen Jumalasta toimijana, jolla on mentaalisia tiloja kuten toiveita ja haluja. Lisäksi mentalisoidun affektiivisuuden käsitteen avulla voitiin jäsentää uskonnollisten normien ja affektien suhdetta myöhemmässä vaiheessa tutkimusta.

Uuden testamentin affekteihin liittyvät kannanotot jaettiin jo analyysivaiheessa kolmeen kategoriaan: kiellettyihin tekoihin verrattuihin affekteihin, kieltoihin kokea jokin affekti sekä kehotuksiin kokea jokin affekti. Kiellettyihin tekoihin verrattiin tekstissa kahta affektia, joista ensimmäinen oli ihmisen hengen riistämiseen verrattu vihan affekti ja toinen aviorikoksen tekemiseen verrattu seksuaalisuuteen ja omaan ruumiillisuuteen liittyvä himon affekti. Tekstistä voitiin lisäksi löytää 22 eri affekteihin liittyvää kieltoteemaa. Esimerkiksi pelko, huoli ja ylpeys kuvattiin tekstissä kielteisinä affekteina. Ideaaleina pidettyjä affekteja voitiin ryhmitellä 25 eri teemaksi. Näitä olivat muun muassa kehotukset rakastaa lähimmäistä, kehotus tuntee iloa sekä kehotus kunnioittaa isää ja äitiä.

Kristillisten affektinormien esiintyvyyttä kliinisessä hoitokontektissa kartoitettiin tiedustelemalla kolmen psykoterapeutin kokemuksia aiheesta. Tutkittaviin kuuluivat psykoanalyttikko, kognitiivinen psykoterapeutti sekä kirkon perheneuvojana toimiva psykoterapeutti. Kaikki terapeutit olivat hoitosuhteissaan kohdanneet tilanteita, joissa asiakas oli verrannut vihaa tai seksuaalista himoa kiellettyyn tekoon. Kaikki terapeutit olivat suhteellisen usein kohdanneet asiakassuhteissaan myös vihaan ja seksuaaliseen himoon liittyvät kiellot yleisemmällä tasolla sekä kiellon kokea ylpeyttä. Jokainen kieltonormi oli tullut esiin vähintään yhden terapeutin asiakassuhteissa. Kehotusnormeista ainoastaan kehotus kunnioittaa leskivaimoja ei ollut esiintynyt psykoterapioissa. Suhteellisen usein raportoitiin asiakkaiden pohtineen kehotuksia kunnioittaa omaa puolisoa ja vanhempia.

Lopuksi tutkimuksessa tiedusteltiin vielä affekteihin liittyvien normien vaikutusta psykoterapia-asiakkaiden mentalisoidun affektiivisuuden eri osa-alueisiin eli affektien tunnistamiseen, muokkaamiseen ja ilmaisemiseen. Näissä kuvauksissa psykoterapeutit raportoivat lähes yksinomaan vihan ja seksuaalisen himon affekteihin liittyvistä säätelyn vaikeuksista. Kielletyiksi ymmärrettyjen affektien käsittelemisen todettiin usein herättävän kristilliseen vakaumukseen sitoutuneissa asiakkaissa ahdistusta ja primaarisen affektin kokemiselta suojaavia sekundaarisia affekteja. Tällöin asiakkaat esimerkiksi loukatuksi tultuaan saattoivat adaptiivisen vihan sijaan kuvata surun affektia. Kognitiivisen terapeutin mukaan asiakkaiden saattaa olla myös hankalaa tiedostaa kiellettyihin affekteihin liittyvän tai niiden herättämän pelon yhteyttä primaariseen affektiin. Hänen kokemuksissaan affektien tunnistamisen vaikeus liittyy erityisesti uskonnollisia auktoriteetteja kuten Jumalaa, omia vanhempia tai seurakunnan johtajia kohtaan tunnettuihin, kielteisiksi ymmärrettyihin affekteihin kuten vihaan.

Kuten jo mainittiin, kristinuskoon liittyvien affektinormien kuvattiin myös vaikeuttavan seksuaalisen himon affektin tunnistamista. Psykoanalyytikon raportoimassa tapauskertomuksessa erään vaikeista psykoottistasoisista ongelmista kärsineen potilaan hoidossa oli tapahtunut merkittävä muutos, kun hän oli ymmärtänyt kokevansa subjektiivisesti omat affektinsa sen sijaan, että saisi ne suoraan Jumalalta. Tämä oli potilaalle järäyttävä kokemus, sillä hän joutui nyt ottamaan vastuun omasta elämästään ja omista affekteistaan. Potilaalle syntyi myös kokemus itsestään seksuaalisena, inhimillisenä ihmisenä. Tällainen affektien tunnistaminen vaati kyseisen potilaan kohdalla vuosien psykoterapityön. Perheneuvoja kuvasi terapeutin tehtäväksi tehdä edes ”aukkoja” siihen muuriin, jonka vahvat kristilliset normit voivat muodostaa. Tällöin terapeutti voi affektin tunnistamisen helpottamiseksi esimerkiksi kertoa, minkälaisia affekteja kysyisessä tilanteessa usein koetaan.

Psykoterapeuttien kuvausten perusteella erityisesti vihan affektin muokkaaminen saattaa olla joillekin kristityille asiakkaille hankalaa. Kognitiivisen terapeutin mukaan monet asiakkaat olivat kristillisten normien pohjalta ymmärtäneet juuri vihan kontekstista riippumattamasti vääräksi affektiksi, jolloin vihaa välittömänä tuntemuksena ei pystytä tarkastelemaan tahdonalaisen moraalin ulottumattomissa olevana. Asiakkaille saattaa siis oman vihakäsityksen metakognitiiviselle tarkastelemisellekin rakentua mielessä normatiivinen este, jolloin ei voida pohtia ajatusta siitä, että viha suojelisi ihmisen

psykyttä tämän tultua väärin kohdelluksi. Mikäli asiakkaan kokemus affektin merkityksestä muuttuu, tulkitaan usein myös kristillistä normia uudelleen. Psykoanalyttikon kuvaamassa tapauskertomuksessa myös potilaan jumalakuva muuttui vähemmän ankaraksi hoidon aikana, kun hän alkoi hyväksyä omia seksuaalisia affektejaan. Affektin muokkaamisessa saattaa perheneuvojan mukaan auttaa turvallinen suhde terapeuttiin. Perheneuvojan kuvauksissa ilmeni myös kiitollisuuden normi, joka saattoi esiintyä vaatimuksena asiakkaan mielessä.

Myös affektien ilmaisemiseen kuvattiin vaikuttavan erityisesti vihaan ja seksuaaliseen himoon liittyvät kieltonormit. Perheneuvojan mukaan vihan ilmaiseminen on erityisen hankalaa naisille. Kognitiivisen psykoterapeutin mukaan jotkut kristityt potilaat olivat kuvanneet omista affekteistaan ja muistakin kokemuksistaan puhumista ylipäättään vaikeaksi, minkä terapeutti oli ymmärtänyt viittaavan oman mielen tarkastelun ymmärtämiseen kristillisen vaatimattomuuden vastaisena itsekeskeisyytenä ja ylpeytenä. Toisaalta joidenkin myönteisinä koettujen affektien kuten kiitollisuuden ilmaiseminen saattaa kognitiivien terapeutin mukaan olla kristillisen vakaumuksen omaksuneille asiakkaille keskimääräistä helpompaa. Psykoanalyttikko kuvasi sekä vihaan että seksuaaliseen himoon liittyvän usein häpeää, syyllisyyttä ja torjuntaa. Myös hänen raportoinnissaan tapauskertomuksesta oli havaittavissa potilaan voimakas kokemus syyllisyydestä, joka liittyi kiellettyinä koettuihin affekteihin. Psykoanalyttikon mukaan uskonnollisille asiakkaille on tyypillistä oireilla somaattisesti, mikäli kielletyt affektit on tukahdutettu. Kun vaikeat affektit voidaan tiedostaa psykoterapiassa, mahdollistaa tämä myös niistä puhumisen ruumiillisen oireilun sijaan.

Kuten Grönlundin tutkimuksessa, myös tässä tutkielmassa jokainen kolmesta psykoterapeutista oli kohdannut asiakkaita, jotka olivat pohtineet hoitokontekstissa uskonnollisia teemoja. Syyllisyyden affekti ilmeni tässä tutkimuksessa liittyen kielletyiksi koettujen affektien ilmenemiseen. Kuten Kettusen tutkimuksessa, syyllisyys yhdistettiin esimerkiksi seksuaaliseen himoon. Grönlundin mainitsema kuolemanpelko ei erikseen tullut esille esimerkiksi pelkoon liittyvän affektinormin tarkempana kuvauksena, vaan kyselytutkimuksen vastauksissa painottuivat seksuaalisen himon ja vihan affektit. Tämä ei toki merkitse, etteikö kuolemanpelko mahdollisesti olisi joskus tullut esiin myös tutkittavien asiakassuhteissa, sillä pelon kieltonormiin liittyviä affektien kohteita ei spesifisti tässä tiedusteltu. Langen tutkimuksessaan kuvaama erityinen vaikeus

käsitellä uskontoa ei myöskään tullut esiin psykoterapeuttien kuvauksista. Toisaalta tämän tutkimuksen painopisteenä ei ollut tapa puhua uskonnosta joko mielenterveyden tai teologian”kontekstissa”, jolloin uskonnosta puhumisen haastavuutta ei erikseen kysytty eikä myöskään käsitteellistetty näiden kahden diskurssin välisenä valintana. Esimerkiksi perheneuvoja kuvasi erityistä empatiaa, jota terapeutin tulisi osoittaa vaikeista affekteista puhuttaessa.

Voidaan havaita, että psykoterapeuttien kuvauksissa korostuivat ne kiellot, joita Uuden testamentin tekstissä verrataan tekoihin: kiellot kokea vihaa sekä seksuaalista himoa. Tässä tutkimuksessa ei kuitenkaan voitu tehdä johtopäätöksiä siitä, miksi juuri nämä kaksi affektia painottuivat pohdittaessa kristillisten normien vaikutusta yksilön suhteessa omiin affekteihinsa. Tekstissä niiden merkitys korostuu viittauksissa tekojenkaltaisuuteen. Toisaalta lähes kaikki muutkin Uudessa testamentissa esiintyvät affektinormit olivat tulleet esiin psykoterapiahoidoissa, vaikka vihan ja himon lisäksi vain kiitollisuuden yhteys mentalisoituun affektiivisuuteen mainittiin, toisaalta käskynomaisena ja toisaalta affektin ilmaisemisen helpottumisena.

Tämän tutkimuksen perusteella ei voida myöskään tehdä kausaalipäätelmiä normien ja niiden ilmenemisen välisistä suorista yhteyksistä: välittävinä tekijöinä saattavat kenties olla vaikkapa yksilön kiintymystyyli, mentalisaatiotaidot laajemminkin, erilaiset kristilliset yhteisöt ja niiden tulkinnat opista sekä esimerkiksi psykoterapia-asiakkaan psyykkisten ongelmien taso. Tutkimus antaa ainoastaan viitteitä siitä, että sekä tekstissä että psykoterapiakontekstissa saattaa esiintyä samoja kristillisiksi määriteltyjä affekteihin liittyviä normeja. Toisaalta esimerkiksi tekstissä useimmin mainittu kielto kokea pelkoa tai kehotus rakastaa lähimmäistä eivät korostuneet psykoterapeuttien vastauksissa, ja seurakunnan johtajien kunnioittaminen ilmeni kenties useimmin kognitiivisen psykoterapeutin hoitosuhteissa, vaikka se tekstissä ei esiintyvyystiheydeltään korostunutkaan erityisesti. Psykoterapeutit eivät kuitenkaan maininneet myöskään erikseen sellaisia affekteihin liittyviä normeja, jotka eivät olisi sisältyneet tekstiin. On silti muistettava, että tässä esitetyt tulokset ovat vain suuntaa-antavia näytteitä, eikä niiden perusteella voida tehdä tilastollisia yleistyksiä.

Tässä tutkimuksessa affektien lähtökohtana kuvattiin ruumiillisia tarpeita. Purkautumisilmiönä affekteja ei voida torjua: ne joko tunnetaan tai tukahdutetaan. (Freud 1915a/1946, 255–266; 1915b/1946, 264–303; Enckell 2005, 22–30; Äärelä 2009, 98–107.) Vuorisaarnaan sisältyvä vertaus seksuaalisen himon affektista

aviorikoksena kuvaa affektin syntymistä näköaistin kautta, katsomalla naista tietyllä tavalla (Matt 5: 29–30). Affektin torjumista kuvataan tekstissä viettelevän silmän eli aistinelimen irtirepäisynä tai viettelevän käden irtihakkaamisena. Kuvaus seksuaalisen himon torjumisesta suuntautuu ulkoisten stimulanttien sijaan omaan ruumiiseen. Affekti on siis osana ihmisen ruumista, josta se voidaan repiä tai hakata irti muun ruumiin pelastamiseksi helvetiltä. Sikäli, kun affekteja tarkastellaan purkautumisilmiöinä, joita ei voida torjua, on kuvaus oman ruumiinosan tuhoamisesta lohduton: se kuvaa toivotonta kamppailua jotain sellaista vastaan, joka kuuluu omaan ruumiiseen. Samoin se kuvaa oman itsen tuhoamista, vaikka pyrkimyksenä onkin säästyminen lopulliselta tuholta. Samantapainen kuvaus kamppailusta omaa itseä vastaan tulee esiin myös Paavalin vertauksessa juoksukilpailusta, jossa hän kohdistaa iskuja omaan ruumiiseensa ja pakottaa sen tottelemaan, jottei häntä, joka on kutsunut muita kilpailuun, hylättäisi (1. Kor. 9:24–27). Tässä kohden voidaan palata psykoanalyysin ja moraalikysymysten suhteeseen: on pohdittava sitä, tukevatko analysandin asenteet hänen peruspyrkimyksiään vai rajoittavatko ne niitä kohtuuttoman paljon ja aiheuttavat siten kärsimystä (Kotkavirta 2009, 289).

On huomioitava, että tutkimuksen affektikäsitteen vertaaminen tekstiin perustuu pelkkien suomenkielisten, kirjaimellisten sanamuotojen tarkasteluun, eikä siihen, miten teksti esimerkiksi eri yhteisöissä ymmärretään tai minkälaisia vertauskuvia siihen liitetään. Affektien ja tekojen erottaminen toisistaan on käytännössä kuitenkin merkittävä rajanveto yksilön itsensä mutta myös toisten kannalta. Toisella tasolla tapahtuva affektisäätely kuvaa nimenomaan sitä, miten affekteja voidaan käsitellä puhumalla niistä eikä toimimalla niiden mukaan (Fonagy ym. 2002, 95–96, 435). Esimerkiksi oman vihan affektin tarkastelemisella on hyvin erilainen merkitys kuin ilmaisemalla affekti teossa, toista ihmistä satuttamalla. Tekstissä nämä kaksi nähdään kuitenkin yhtä tuomittavina. Kognitiivinen psykoterapeutti oli havainnut, että juuri käsitys vihasta vääränä tunteena liittyy usein vaikeuteen erottaa toisistaan affekti ja sen motivoima teko.

Freudille Uuden testamentin käsky rakastaa lähimmäistä niin kuin itseä näyttäytyi psyykkisesti epärealistisena vaatimuksena: hän vetosi sanontaan *homo homini lupus*, ihminen on ihmiselle susi. Koska ihmisellä on primaari aggressiotaipumus, myös lähimmäinen voi käyttää hyväksi toisen työpanosta, tehdä seksuaalista väkivaltaa tai nöyryyttää, jolloin häntä vastaan on myös

puolustauduttava. Rakkauden käsky voi siis olla vaarallinen niitä lähimmäisiä ajatellen, jotka eivät kohtele yksilöä hyvin. Vaikka kulttuurin tehtävänä on kontrolloida ihmisen aggressiotaipumusta, kuvasi Freud rakkauden käskyn kuitenkin rajoittavan mahdollisuuksia ilmaista aggressiota terveellä tavalla: jos aggressio kielletään, voi se tulla esiin hallitsemattomammin ja väkivaltaisemmin. Freudin mukaan mikään ei ole niin ristiriitaista alkuperäisen ihmisluonnon kanssa kuin seksuaalielämän rajoittaminen ja käsky rakastaa lähimmäistä niin kuin itseään (Freud 1930, 80–82; Kotkavirta 2009, 304.) Vaikka esimerkiksi tukahdutettu viha tai aggressio ei ilmenisikään tekona, voi vihan affektin tukahduttaminen aiheuttaa yksilölle itselleen kärsimystä, jos se normatiivisten estojen vuoksi ilmenee somaattisesti, eikä affektia pystytä käsittelemään mielellisesti. Se, että yksilö kykenee muokkaamaan affektejaan edellyttää myös niiden tunnistamista, kykyä tarkastella niitä vapaasti. Mentalisoivan asenteen omaksuminen omia affekteja kohtaan merkitsee kykyä havainnoida niitä muistakin kuin moraalisesta aspektista käsin.

Ottaen huomioon, että 47:stä affekteihin liittyvästä normista vain yksi ei ollut esiintynyt joissain tutkimuksen psykoterapeuttien asiakassuhteista, ja että jokainen kolmesta psykoterapeutista oli lisäksi kohdannut sekä vihaa että seksuaalista himoa verrattavan tekoon, voidaan todeta kysymyksen affekteihin liittyvistä normeista olevan tämän näytteen perusteella relevantti psykoterapiakontekstissa. Normien vaikutusta psykoterapia-asiakkaiden mentalisoituun affektiivisuuteen tulisi siten tutkia vielä tarkemmin. Kyse ei ole pelkästä tutkimuksellisesta mielenkiinnosta: psykoterapiahoidoissa ja niiden onnistumisessa on kyse paitsi taloudellisista hyödyistä kuten työkyvyn palautumisesta ja ylläpitämisestä mutta myös subjektiivisen kärsimyksen vähentämisestä. Psykoterapialla voi olla kauskantoiset seuraukset suhteessa yksilön hyvinvointiin, kykyyn muodostaa ihmissuhteita ja pärjätä omien affektiivisten kokemustensa kanssa.

Tämän tutkimuksen kartoituksenomaisuus tarjoaa monia mahdollisuuksia tuloksia syventävälle jatkotutkimukselle: ensinnäkin, mikäli affektikieltojen ja -kehotusten tarkat frekvenssit laskettaisiin tekstistä, voitaisiin uskontotieteellisestä näkökulmasta verrata niiden esiintyvyyttä tekstissä ja psykoterapiahoidoissa. Otoksen ollessa suurempi, voitaisiin mahdollisesti esittää myös tilastollisia yleistyksiä normien esiintyvyydestä psykoterapiakontekstissa. Tällöinkin erityistä huomiota tulisi kiinnittää tutkimuksen validiteettiin, sillä uskonnollisia normeja saattaa olla vaikea erottaa omaksi alueekseen: ne saattavat kytkeytyä vahvasti

kulttuuriin tai ne voivat mahdollisesti liittyä spesifisti tiettyyn yhteisöön. Jumalasta iloitsemisen ja Jumalaa kohtaan tunnettavan kiitollisuuden teema voitaisiin kenties jakaa erillisiksi kehotusnormeiksi, sillä kaksi tutkimuksen terapeuttia kuvasivat kiitollisuutta erikseen.

Toisaalta aiheen laajuuden vuoksi tulevia tutkimuksia voitaisiin rajata myös yksittäisiin affekteihin, jotka tutkimuksessa ilmenivät vahvimmin: näitä ovat esimerkiksi viha, seksuaalinen himo, ylpeys sekä vanhempien ja puolison kunnioittaminen. Syvennyttäessä yksittäisiin affekteihin esimerkiksi kognitiivisen psykoterapeutin kuvaama, kenties yleisimmin hänen asiakassuhteissaan esiintynyt hankaluus tunnistaa affekteja saattaisi tarjota yhden jatkotutkimusaiheen: terapeutti kuvasi, että erityisesti uskonnollisia auktoriteetteja kuten Jumalaa, omia vanhempia ja seurakunnan johtajia kohtaan tunnetut kielletyiksi ymmärretyt affektit kuten viha ovat erityisen hankalia tunnistaa. Tällaisten affektien tunnistamisen vaikeus oli ilmennyt varsinkin nuorilla ja nuorilla aikuisilla. Pohdittaessa uskonnon ja kiintymyssuhteiden välistä yhteyttä voidaan havaita, että Bowlbyn mukaan nuoruudessa ja aikuisuudessa kiintymyskäyttäytymistä voidaan mitata suhteessa uskonnolliseen ryhmään, joka saattaa muodostaa joko alisteisen kiintymysobjektin tai pääasiallisen ”kiintymyshahmon”. Hänen mukaansa on myös todennäköistä, että jotakin ryhmää kohtaan muodostettavalle kiintymykselle toimii välittäjänä henkilö, jolla on merkittävä asema ryhmässä. (Bowlby 1969, 207–208.) Tällaisia voisivat siis olla juuri seurakunnan johtajat tai muut seurakunnan auktoriteetit. Voitaisiinkin selvittää, saattaisiko kiintymyksellä ja sen laadulla olla yhteys esimerkiksi seurakunnan johtajia kohtaan tunnettujen kielteisiksi koettujen affektien tunnistamiseen. On otettava kuitenkin huomioon se, että perheneuvoja ei ollut koskaan kohdannut kyseistä normia asiakassuhteissaan, ja psykoanalyttikkokin raportoi kohdanneensa sen harvoin. Voidaan pohtia, onko normin yleisellä esiintyvyydellä kognitiivisen terapeutin asiakassuhteissa yhteys siihen, että suurin osa hänen uskovaisista asiakkaistaan on kuulunut vanhoillislestadiolaiseen herätysliikkeeseen. Tällaisia päätelmiä ei tutkimuksen perusteella kuitenkaan voida tehdä.

Vihan ja seksuaalisen himon affektin tutkiminen puolestaan olisi jatkumoa sen aihepiirin tarkastelulle, jota jo Freud kuvasi pohtiessaan ”ahdistavaa kulttuuriamme” (Freud 1930). Teoreettisen tutkimuksen lisäksi erityisen arvokkaita ovat ne tarkastelut, joissa pyritään kehittämään psykoterapiahoitoja ja tutkimaan sitä, miten uskonnolliset normit voivat vaikuttaa hoidon tuloksiin.

Tällöin tutkimuksessa tulisi soveltaa standardoituja psykologisia mittareita ja pyrkiä muodostamaan reliaabeleja tutkimusasetelmia. Toivottavasti myös mentalisaatioteoriaa voitaisiin hyödyntää yhä syvemmän ymmärryksen luomiseksi aihepiiristä. Samoin toivon, että voisin joskus löytää omat jatkotutkimuskysymykseni perehtyäkseni syvemmin niihin haasteisiin ja mahdollisuuksiin, jotka liittyvät kulttuuristen normien ja affektien mentalisoinnin suhteeseen.

Uskonto on monelle hyvin henkilökohtainen teema. Näin intiimin aihepiirin lähestyminen tieteen näkökulmasta on haastavaa. Uskontotieteen professori Jeppe Sinding Jensen on kuvannut uskonnon tutkimisen vaikeutta toteamalla, että niin sanottu ulkoinen uskonto ei ole ainut uskontoon sisältyvä ulottuvuus: uskonto on aina myös jotain sisäistä (2009, 131). Psykoterapiatutkimuksessa tämä haastavuus lisääntyy, sillä psykoterapiassa tarkastellaan nimenomaan asiakkaan sisäistä todellisuutta. Psykoterapia-asiakkaiden voidaan sanoa etsivän apua sellaisilta, jotka ovat halukkaita pitämään heidän mieltään mielessään (Fonagy ym. 2002, 1). Tässä tutkimuksessa havaittiin Uuteen testamenttiin sisältyvän monia affekteihin liittyviä kannanottoja, jotka toistuvat joidenkin psykoterapia-asiakkaiden suhtautumisessa omiin affektiivisiin kokemuksiinsa: ne voivat olla ”vaikea pala”, kuten tutkimuksen perheneuvoja totesi. Tekstin perusteella asiakas saattaisi pohtia affekteja jopa suhteessa kuolemanjälkeiseen elämään. Psykoterapeutin on oltava tällöin erityisen hienotunteinen ja empaattinen sekä omaksuttava mentalisoiva asenne asiakkaan uskonnollisuutta kohtaan, kyky tarkastella ilmiötä eri näkökulmista ja hyväksyä monimerkityksellisyys.

Damasion mukaan, jos jokin voi paljastaa olemassaolomme samanaikaisen pienuuden ja suuruuden, se on tunteet (2003, 7). Myös jokaisen psykoterapian tavoitteena on muuttaa asiakkaan suhdetta omiin affekteihinsa: juuri tätä mahdollisuutta mentalisoitu affektiivisuus kuvaa. Kuitenkin myös niille, jotka kykenevät affektiivisuuteen, merkitsee pyrkimys affektien tunnistamiseen, muokkaamiseen ja ilmaisemiseen jatkuvaa ponnistelua. (Fonagy ym. 2002, 441.) Ottaen huomioon sen, kuinka vaikeaa omien affektiivisten tilojen ja kokemusten ymmärtäminen on, Fonagy ja kollegat ovat väittäneet mentalisoidun affektiivisuuden mahdollistavan ihmiselle ihmisyyden –ironisesti ilmaistuna, mahdollisuuden tulla jopa vielä inhimillisemmäksi (2002, 96). Tämä merkitsee myös pyrkimystä hyväksyä omat affektiiviset kokemukset osana inhimillistä ruumista ja mieltä.

7. LÄHDE- JA KIRJALLISUUSLUETTELO

7.1. Lähteet

Uusi testamentti, käännös vuodelta 1992,
[<http://www.evl.fi/raamattu/1992/UT.html>].
Vastaukset kyselytutkimukseen, 3 kpl. Tekijän hallussa, Jyväskylä.

7.2. Kirjallisuus

Ainsworth, Mary D. Salter
1978 *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.

Ainsworth Mary D. Salter & Bell, Silvia M.
1970 Attachment, Exploration, and Separation: Illustrated by the Behavior of One-Year-Olds in a Strange Situation. *Child Development*, 41(1), 49–67.

Alasuutari, Pertti
1999 *Laadullinen tutkimus*. Tampere: Vastapaino.

Allen, Jon G.
2013 *Restoring Mentalizing in Attachment Relationships: Treating Trauma with Plain Old Therapy*. Arlington: American Psychiatric Publishing.

Antola, Päivikki
2004 Uskonto, Minä, Tiede, Uskontotiede. Tom Sjöblom & Terhi Utriainen (toim.) *Mikä ihmeen uskonto? Suomalaisten tutkijoiden puheenvuoroja uskonnosta*. Helsinki: Helsingin yliopiston uskontotieteen laitos. 289–310.

Baron-Cohen, Simon & Wheelwright, Sally
2004 The Empathy Quotient: An Investigation of Adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and Normal Sex Differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(2), 163–175.

Barrett, Justin L. & Keil, Frank
1996 Conceptualizing a non-natural entity: Anthropomorphism in god concepts. *Cognitive Psychology*, 31(3), 219–247.

Barrett, Justin L.
1998 Cognitive constraints on Hindu concepts of the divine. *Journal for the scientific study of religion*, 37 (4), 608–619.
2004 *Why Would Anyone Believe in God?* Lanham: AltaMira Press.

- Bateman, Anthony W. & Fonagy, Peter
 2004 *Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: Mentalization-Based Treatment*. Oxford: University Press.
 2006 *Mentalization-Based Treatment for Borderline Personality Disorder: A Practical Guide*. Oxford: University Press.
- Bateman, Anthony W. & Fonagy, Peter (toim.)
 2012 *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. Washington: American Psychiatric Publishing.
- Bowlby, John
 1969 *Attachment and Loss. 1, Attachment*. London: Hogarth.
 1973 *Attachment and Loss. 2, Separation: Anxiety and Anger*. London: Hogarth.
- Boyer, Pascal
 1994 *The Naturalness of Religious Ideas*. Berkeley: University of California Press.
- Brenner, Charles
 1991 A psychoanalytic Theory of Affects. *Journal of the American Psychoanalytical Association*, 39S, 305–314.
- Corrigan, John (toim.)
 2004 *Religion and Emotion: Approaches and Interpretations*. Oxford: Oxford University Press.
 2008 *The Oxford Handbook of Religion and Emotion*. Oxford: Oxford University Press.
- Crespi, Bernard & Badcock, Christopher
 2008 Psychosis and autism as diametrical disorders of the social brain. *Behavioral and Brain Sciences*, 31, 241–320.
- Crump, Erik & Kloos, John & Corrigan, John
 2000 *Emotion and Religion: A Critical Assessment and Annotated Bibliography*. John Corrigan (toim.) Westport: Greenwood Press.
- Damasio, Antonio R.
 1994 *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*. New York: Grosset.
 2003 *Looking for Spinoza: Joy, Sorrow, and the Feeling Brain*. Orlando: Harcourt.
- Diamond, Diana & Stovall-McClough & Clarkin, John F. & Levy, Kenneth N.
 2003 Patient-therapist attachment in the treatment of borderline personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 67(3), 227–259.
- Döll-Hentschker, Susanne
 2008 Psychoanalytische Affekttheorie(n) heute – eine historische Annäherung. *Psychologie in Österreich*, 5, 446–455.

- Enckell, Henrik
 2005 On the metapsychology of affects. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 28(1), 22–30.
- 2009 Neuropsykoanalyysi – mahdollisuus vai mahdottomuus? Minna Juutilainen & Ari Takalo (toim.) *Freudin jalanjäljillä*. Helsinki: Teos. 174–193.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha
 2000 *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Flügel, John Carl
 1945 *Man, Morals and Society. A Psycho-analytical Study*. London: Duckworth.
- Fonagy, Peter & Gergely, György & Jurist, Elliot & Target, Mary
 2002 *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. New York: Other Press.
- Freud, Sigmund
 1895/1966 Project for scientific psychology. *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud. Vol. 1, (1886-1899): Pre-psycho-analytic publications and Unpublished drafts*. James Strachey (kään.) London: Hogarth. 283–397.
- 1900/1914 *Die Traumdeutung*. Wien: Franz Deuticke.
- 1907/1941 Zwangshandlungen und Religionsausübungen. *Gesammelte Werke* (7). London: Imago Publishing. 129–139.
- 1911/1943 Formulierung über die zwei Prinzipien des psychischen Geschehens. *Gesammelte Werke* (8). London: Imago Publishing. 230–238.
- 1915a/1946 Die Verdrängung. *Gesammelte Werke*, (10). London: Imago Publishing. 248–261.
- 1915b/1946 Das Unbewusste. *Gesammelte Werke*, (10). London: Imago Publishing. 264–303.
- 1926 *Hemmung, Symptom und Angst*. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- 1930 Das Unbehagen in der Kultur. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- 2010 *Unien Tulkinta*. Erkki Puranen (suom.) Helsinki: Gummerus.
- Green, André
 2005 *Key Ideas for a Contemporary Psychoanalysis – Misrecognition and Recognition of the Unconscious*. London: Routledge
- Grönlund, Victoria
 2005 *Trosfrågor i psykoterapi. Psykoterapeuters syn på religionens roll i psykoanalytisk psykoterapi*. Psykologian pro gradu –tutkielma. Åbo Akademi.
- Huttunen, Matti O.
 2007 Lääkäri, potilas ja potilaan uskonto. *Duodecim*, 123, 434–436.

Hyrck, Matti

1995 *Mielen kuvat Jumalasta. Psykoanalyttisen objektiuhdeteorian näkökulma jumalasuhteen mielikuvamaailmaan Suomen ev.lut. kirkon v. 1948 Kristinopin tarjoaman aineiston valossa.* Teologian väitöskirja. Helsingin yliopisto.

1998 Ihmismieli ja Jumalan kokeminen. *Keskusteleva Psykologia*. Helsinki: Tulevaisuuden Ystävät. 61–72.

Jacobson, Edith

1964 *The Self and the Object World*. Madison: International Universities Press.

1971 *Depression. Comparative Studies of Normal, Neurotic, and Psychotic Conditions*. New York: International Universities Press.

James, William

1902 *The Varieties of Religious Experience. A Study in Human Nature, Being the Gifford Lectures on Natural Religion Delivered at Edinburgh in 1901–1902*. London: Longmans, Green & Co.

Jensen, Jeppe Sinding

2009 Religion as the unintended product of brain: functions in the 'standard cognitive science of religion model': on Pascal Boyer, *Religion explained* (2001) and Ilkka Pyysiäinen, *How religions works* (2003). Michael Stausberg (toim.) *Contemporary theories of religion. A critical companion*. Lontoo: Routledge. 129–155.

Jung, Carl Gustav

1952/1956 Symbols of Transformation: an analysis of the prelude to a case of schizophrenia. *The Collected Works of C. G. Jung, (5)*. Sir Herbert Read, Michael Fordham & Gerhard Adler (toim.) R. F. C. Hull. (kään. eng.) London: Routledge.

1982/1985 *Unia, ajatuksia, muistikuvia*. Aniela Jaffé (toim.) Mirja Rutanen (suom.) Juva: WSOY.

Jurist, Elliot L.

2005 Mentalized Affectivity. *Psychoanalytic Psychology*, 22(3), 426–444.

Kagan, Jerome

1991 A Conceptual Analysis of The Affects. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 39S, 109–126.

Kalland, Mirjam

2006 Mentalisaatio, reflektiivinen kyky ja psykoanalyysi Peter Fonagyn ajattelussa. *Psykoanalyysin isät ja äidit*. Helsinki: Therapie-säätiö. 377–395.

Kalliopuska, Mirja

2005 *Psykologian sanasto*. Helsinki: Otava.

Kandel, Eric R.

1998 A New Intellectual Framework for Psychiatry. *The American Journal of Psychiatry*, 155(4), 457–469.

1999 Biology and the Future of Psychoanalysis: A New Intellectual Framework for Psychiatry Revisited. *The American Journal of Psychiatry*, 156(4), 505-524.

Kapogiannis, Dimitrios & Barbey, Aron K. & Su, Michael & Zamboni, Giovanna & Krueger, Frank & Grafman, Jordan

2009 Cognitive and neural foundations of religious belief. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 106(12), 4876–4881.

Karjalainen, Leila

2004 *Tilastomatematiikka*. Jyväskylä: Gummerus.

Ketola, Kimmo & Pyysiäinen Ilkka & Sjöblom, Tom

2008 Johdanto. Kimmo Ketola, Ilkka Pyysiäinen, & Tom Sjöblom (toim.) *Uskonto ja ihmismieli. Johdatus kognitiiviseen uskontotieteeseen*, Helsinki: Gaudeamus. 11–30.

Kettunen, Paavo

1998 *Suomalainen rippi*. Helsinki: Kirjapaja.

2011 *Kätetty ja vaiettu*. Helsinki: Kirjapaja

Kirkpatrick, Lee A.

2005 *Attachment, Evolution and the Psychology of Religion*. New York: The Guilford Press.

Kotkavirta, Jussi

2009 Psykoanalyttinen näkökulma eettisiin ja moraalisiin kysymyksiin. Minna Juutilainen & Ari Takalo (toim.) *Freudin jalanjäljillä*. Helsinki: Teos. 286–307.

Kuula, Kari

2004 *Hyvä, paha ja synti. Johdatus Raamatun etiikkaan*. Helsinki: Kirjapaja.

Lange, Pia M.

2008 Syyllisyys ja uskonto psykoterapian ongelmina. Kimmo Ketola, Ilkka Pyysiäinen, & Tom Sjöblom (toim.) *Uskonto ja ihmismieli. Johdatus kognitiiviseen uskontotieteeseen*. Helsinki: Gaudeamus. 176–204.

Lecours, Serge & Bouchard, Marc-André

1997 Dimensions of mentalization: Outlining levels of psychic transformation. *International Journal of Psycho-Analysis*, 78, 855-875.

- Lehtonen, Johannes
 2006 Aivotutkimus ja psykoanalyysi. *Psykoanalyysin isät ja äidit*. Helsinki: Therapeia-säätiö. 396–409.
- 2009 Aivotutkimuksen ja psykoanalyysin rajankäyntiä. Minna Juutilainen & Ari Takalo (toim.) *Freudin jalanjäljillä*. Helsinki: Teos. 161–173.
- Luyten, Patrick & Fonagy, Peter & Lowyck, Benedicte & Vermote, Rudi
 2012 Assessment of Mentalization. Anthony W. Bateman & Peter Fonagy (toim.) *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. Washington: American Psychiatric Publishing. 43–65.
- Marty, Pierre
 1969 A major process of somatization: The progressive disorganization. *International Journal of Psycho-Analysis*, 49(2), 246–249.
- Matthis, Iréne
 2000 Sketch for a metapsychology of affect. *International Journal of Psycho-Analysis*, 81(2), 215–227.
- Metsämuuronen, Jari
 2005 Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus.
- Mitchell, Jason P.
 2009 Inferences about mental states. *Philosophical Transactions of the Royal Society*, 364, 1309–1316.
- Morton, John & Frith, Uta
 1995 Causal modeling: A Structural approach to developmental psychology. Dante Cicchetti & Donald J. Cohen (toim.) *Developmental Psychopathology, Vol. 1. Theory and Methods*. New York: John Wiley. 357–390.
- Pyysiäinen, Ilkka
 2004 Uskontotiede käyttäytymistieteenä. Tom Sjöblom & Terhi Utriainen (toim.) *Mikä ihmeen uskonto? Suomalaisten tutkijoiden puheenvuoroja uskonnosta*. Helsinki: Helsingin yliopiston uskontotieteen laitos. 233–246.
- 2006 *jumalten keinu. kiertoajelu uskontotieteessä*. Helsinki: Gaudeamus.
- Riis, Ole & Woodhead, Linda
 2010 *A Sociology of Religious Emotion*. Oxford: University Press.
- Rizzuto, Ana-Maria
 1979 *The Birth of the Living God: A Psychoanalytical Study*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rue, Loyal D.
 2005 *Religion is not about God: how spiritual traditions nurture our biological nature and what to expect when they fail*. New Brunswick: Rutgers University Press.

- Stein, Ruth
1998 Two Principles of Functioning of the Affects. *American Journal of Psychoanalysis*, 58, 211–230.
- Schjoedt, Uffe & Stødkilde-Jørgensen, Hans & Geertz Armin W. & Torben E & Lund & Roepstorff, Andreas
2009 Highly religious participants recruit areas of social cognition in personal prayer. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 4(2), 199–207.
- Seiwart, Hubert
2009 Theory of religion as myth: on Loyal Rue, *Religion is not about God* (2005). *Contemporary theories of religion. A critical companion*. Michael Stausberg (toim.) Lontoo: Routledge. 221–241.
- Sundén, Hjalmar
1959 *Religion och rollerna: ett psykologiskt studium av fromheten*. Tukholma: Svenska Kyrkans Diakonistyrelsens Bokförlag.
- Takalo, Ari
2009 Freud neurologina ja psykoanalyttikkona: psykoanalyysin ja neurotieteiden historiallinen yhteys. Minna Juutilainen & Ari Takalo (toim.) *Freudin jalanjäljillä*. Helsinki: Teos. 131–160.
- Talvitie, Vesa
2008 Kognitiivinen neurotiede, psykologinen selittäminen ja psykoterapia. *Psykologia* (3), 168–182.
- Teräväinen, Tatu
2012 *Psykoanalyysi ja kuollut äiti-ilmiö –(r)ajan suhde infanttiin amnesian aikaiseen traumaan*. Psykologian pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Vesala, Kari Mikko
2004 Sosiaalipsykologinen näkökulma uskontoon. Tom Sjöblom & Terhi Utriainen (toim.) *Mikä ihmeen uskonto? Suomalaisten tutkijoiden puheenvuoroja uskonnosta*. Helsinki: Helsingin yliopiston uskontotieteen laitos. 215–232.
- Watson, John B.
1928 *The Ways of Behaviorism*. New York: Harper & Brothers.
- Waytz, Adam & Gray, Kurt & Epley, Nicholas & Wegner, Daniel M.
2010 Causes and consequences of mind perception. *Trends in cognitive sciences*, 14(8), 383–383.
- Wulff, David M.
1991 *Psychology and religion. Classic and temporary views*. New York: John Wiley & Sons.
- Äärelä, Erkki
2009 Psykoanalyttinen affektin malli ja ruumiilliset oireet. *Psykoterapia*, 28(2), 98–107.

7.3. Internet-lähteet

Fonagy, Peter & Target, Mary & Steele, Howard & Steele, Miriam
1998 *Reflective-functioning Manual. Version 5. For Application to Adult Attachment Inter-views.* [<http://mentalizacion.com.ar/images/notas/Reflective%20Functioning%20Manual.pdf>]. Luettu 22.5.2013.

Norenzayan, Ara & Gervais, Will M. & Trzesniewski, Kali H.
2012 *Mentalizing Deficits Constrain Belief in a Personal God.*
[<http://www.plosone.org/article/info:doi/10.1371/journal.pone.0036880>].
Luettu 11.2.2013.

8. LIITE: KYSELYLOMAKE PSYKOTERAPEUTEILLE

KYSELYLOMAKE PSYKOTERAPEUTEILLE KRISTINUSKOON LIITTYVIEN NORMIEN VAIKUTUKSESTA ASIAKKAIDEN TUNTEIDENSÄÄTELYYN

Saatekirje

Tämä kysely on laadittu uskontotieteen pro gradu-työhöni kuuluvan aineiston keräämiseksi. Pro graduni kuuluu teologian maisteriohjelmaan, jota suoritan Helsingin yliopistossa. Aikaisemmin olen valmistunut psykologian maisteriksi Jyväskylän yliopistosta ja saanut psykologin ammattinimikkeen. Mielenkiintoni näihin kahteen opinalaan heijastuu tutkimuksessani.

Tutkimuslomake pitää sisällään kolme osiota, joihin vastataan rastittamalla omaa kokemusta vastaava kohta, sekä neljä avointa kysymystä. Kysymykset koskevat aikuisikäisiä asiakkaita. Vastaamisen helpottamiseksi on sivuilla 2–3 kuvattu pro gradu-tutkimuksen kulkua ja taustateoriaa. Lisäksi osa teoriasta käsitellään avointen kysymysten yhteydessä. Ennen varsinaista kyselyä esitetään sivulla 4 muutamia taustakysymyksiä liittyen mm. työhistoriasi pituuteen. Vastaajan työskentelypaikkakuntaa, ikää tai sukupuolta ei tulla mainitsemaan anonymiteetin takaamiseksi pienen aineiston käsittelyssä. Vastaajan henkilöllisyys jää yksin minun tietooni.

Pyydän Sinua kirjoittamaan vastauksesi suoraan tähän kyselyyn sekä lähettämään lomakevihon minulle oheisessa kirjekuoressa 19.08.2013 mennessä. Siltä varalta, että tarvitset vastaamiseen lisätilaa, liitteenä on kolme tyhjää arkkia. Voit kirjoittaa vastauksesi avoimiin kysymyksiin myös tietokoneella ja liittää tulosteet lomakkeeseen. Mikäli sinulle tulee kysymyksiä lomakkeesta tai tutkimuksestani, vastaan mielelläni. Koska lomake lähetetään vain kolmelle psykoterapeutille, ovat juuri Sinun vastauksesi minulle erittäin arvokkaita ja tärkeitä. Olen todella kiitollinen vaivannäöstäsi ja osallistumisesta tutkimukseeni!

Yst.terv., Elina Nurminen

Tutkimuksen ja taustateorian esittely

Tutkimukseni taustateoriana on Peter Fonagyn ja hänen kollegojensa kehittämä mentalisaatioteoria, jonka keskeiset tukipilarit ovat psykoanalyysi, kiintymyssuhdeteoria, kehityspsykologia sekä neurotiede. Fonagy kollegoineen viittaa mentalisaatiolla metakognitiiviseen kykyyn nähdä mielessään omia ja toisten mentaalisia tiloja. Tämä kyky auttaa ajattelemaan ja tunnistamaan omia ja toisten tunteita, uskomuksia, toiveita ja tarpeita sekä niitä yhteyksiä, joita sisäisillä tiloilla on käyttäytymiseen (Kalland 2006, 377). Graduni ensimmäinen tutkimuskysymys liittyykin teoreettisen taustan muotoiluun, jolloin olen kuvannut mentalisaatioteoriaa sekä sen soveltuvuutta kristinuskon tarkasteluun. Tähän on sisältynyt mentalisaatiokyvyn tarkasteleminen jumaluskon edellytyksenä, sillä kristinuskossa Jumala nähdään intentionaalisenä toimijana, jolla on omat toiveet, tunteet ja tahto. Aikaisemmissa tutkimuksissa on esimerkiksi havaittu, että Jumalan ajatteleminen ja rukoileminen aktivoivat samoja aivoalueita, jotka on yhdistetty mentalisaatioon (Kapogiannis ym. 2009, 4876; Schjoedt ym. 2009, 201–204). Toisena huomiona voidaan mainita, että teorian mukaan mentalisaatiokyvyn juuret ulottuvat varhaisiin kiintymyssuhteisiin. Tällöin tutkimuksen oletuksena on, että varhaiset vuorovaikutuskokemukset voivat vaikuttaa myös jumalasuhteeseen, joka aktivoi samoja mentalisaatiomalleja ja niiden vääristymiä kuin ihmistenkin väliset suhteet (Barrett & Keil 1996; Fonagy ym. 2002, 37; Allen 2013, 217–254; 240). Kolmantena mentalisaatioteorian ja kristinuskon välisen suhteen tarkastelukulmana on niin sanottu mentalisoiva asenne, joka merkitsee ”ei-tietävää” ja ”ei-tuomisevaa” suhtautumista erilaisiin kokemuksiin (Allen 2013, 217–254). Tutkimuksen tarkoituksena on havainnollistaa, vaikuttavatko kristinuskosta kumpuavat, affekteihin liittyvät normit tämän mentalisoivan asenteen ylläpitämiseen psykoterapiakontektissa. Normilla tarkoitetaan ohjenuoraa, joka voi ilmetä esimerkiksi yhteisesti sovittuna sääntönä tai odotuksena (Kalliopuska 2005, 137).

Teoreettiseen pohdintaan on kuulunut myös affekti-käsitteen muotoilu. Tässä työssä affektiivisen prosessin alku nähdään ruumiillisissa tarpeissa tai impulseissa, joiden taustalla on ruumiillinen tarve. Emotionaaliset vasteet kuten ilo tai suru puolestaan havaitaan tunteissa, joissa emotioon yhdistyy kunkin

yksilön omat muistot ja mielikuvat. Affekti-sana käsittää siis koko affektiivisen prosessin, ja sen merkitys on tässä tutkimuksessa varsin laaja. (Enckell 2005, 22–30; Äärelä 2009, 98–207.) Toinen keskeinen käsite on Fonagyn ja hänen kollegojensa määrittelemä mentalisoitu affektiivisuus, joka tarkoittaa tunteidensäätelyn muotoa, jossa yksilö ihanteellisesti kykenee pohtimaan omia affektejaan samalla, kun kokee ne. Mentalisoitu affektiivisuus merkitsee käytännössä tunteiden tunnistamista, muokkaamista ja ilmaisemista. Nämä eri affektiivisuuden muodot voidaan kukin jakaa vielä perusmuotoon ja monimutkaisempaan muotoon, joihin palataan avoimissa kysymyksissä tarkemmin. (Fonagy ym. 2002, 435–440.)

Toisena tutkimuskysymyksenäni on ollut havainnoida affekteihin liittyviä normeja, jotka ilmenevät kristinuskon sisällä. Tähän kysymykseen olen vastannut Uuden testamentin sisällönanalyysillä, jolloin olen lukemalla Uuden testamentin läpi hakenut affektiteemoja kolmeen eri kategoriaan: affektit, joita verrataan kiellettyihin tekoihin; kiellot kokea jokin affekti sekä kehotukset kokea jokin affekti. Usein normatiiviset lauseet ilmenevät aineistossa juuri kieltämisenä, nuhteluna tai vastaavasti kehotuksina (Alasuutari 1999, 224–225). Tarkoituksena on havainnollistaa sitä, että Uuden testamentin näkemys affekteista on arvottava: jotkut tunteet nähdään parempina tai huonompina kuin toiset. Sisällönanalyysin tuloksista voitiinkin havaita, että Uuden testamentin teksti pitää sisällään monia erilaisia kannanottoja ihmisen tunne-elämään. Analyysin tarkoituksena oli luoda pohjaa ja ennakkokäsityksiä myöhemmälle tutkimukselle liittyen siihen, miten tällaiset normit käytännön psykoterapiatyössä mahdollisesti ilmenevät. Näitä tuloksia hyödynnän myös tässä kyselyssä.

Kolmantena tutkimukseni aiheena on tiedustella kolmelta eri koulukuntia edustavalta psykoterapeutilta, ovatko he kohdanneet Ut:n sisällönanalyysin pohjalta kuvattuja normeja suhteessa aikuisten asiakkaidensa tunteidensäätelyyn, tarkemmin sanottuna heidän mentalisoituun affektiivisuuteensa. Tutkimukseen olen halunnut pyytää yhtä psykoanalyttikkoa, yhtä kognitiivista psykoterapeuttia sekä yhtä Perheasiain neuvottelukeskuksen perheneuvojaa. Kriteerinäni on lisäksi ollut, että jokaisella terapeutilla on psykologin taustakoulutus. Koska tutkittavien joukko on verrattain pieni ja pikemminkin näytteenomainen, on tarkoituksena lähinnä kartoittaa ilmiötä psykoterapiakontektissa mahdollisia jatkotutkimuksia

ajatellen. Toiveenani on, että tutkimus toisi lisäymmärrystä siihen, miten uskonto voi vaikuttaa psykoterapiaprosessiin. Pro gradussani olen todennut tutkimuksellani olevan merkitystä, mikäli yksikin klinikko voi saada siitä pohdittavaa suhteessa omiin asiakaskontakteihinsa. Tehdessäni tutkimusta pyrin myös itse mentalisoivaan asenteeseen suhteessa tutkimuskohteeseeni: avoimuuteen ja uteliaisuuteen.

Kyselyyn vastaajan perustiedot

Ole hyvä ja vastaa seuraaviin taustakysymyksiin merkitsemällä rasti (x) oikeaan kohtaan.

1. Minkälainen on psykoterapeuttinen suuntautumisesi?

Psykoanalyttinen _____ Kognitiivinen _____

Perhe- ja pariterapeuttinen _____

2. Miten pitkään olet toiminut psykoterapeuttina?

alle 5 vuotta _____ 5–10 vuotta _____ 10–15 vuotta _____

15–20 vuotta _____ 20–25 vuotta _____ 25–30 vuotta _____

30–35 vuotta _____ yli 35 vuotta _____

3. Miten pitkään olet tehnyt kliinistä työtä yhteensä (mukaan lukien psykologina)?

alle 5 vuotta _____ 5–10 vuotta _____ 10–15 vuotta _____

15–20 vuotta _____ 20–25 vuotta _____ 25–30 vuotta _____

30–35 vuotta _____ yli 35 vuotta _____

4. Miten pitkiä hoitosuhteesi asiakkaiden kanssa keskimäärin ovat?

5. Oletko koskaan saanut koulutusta liittyen uskonnollisiin kysymyksiin psykoterapiassa?

En ole _____

Kyllä olen _____

6. Mikäli vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, minkälaisesta koulutuksesta oli tällöin kyse?

Uuden testamentin affekteihin liittyvät kiellot ja kehotukset

Tässä osiossa (kohdat A, B ja C) pyydän Sinua tarkastelemaan Uuden testamentin sisällönanalyysin pohjalta muodostamiani kieltojen ja kehotusten teemoja ja pohtimaan, ovatko Sinun asiakkaasi koskaan maininneet hoitokontekstissa tällaisia kieltoja ja kehotuksia liittyen erilaisiin affekteihin. Vastatessasi voit arvioida, kuinka usein normeista on puhuttu terapiassa *koko mennyttä ja nykyistä asiakaskuntaasi ajatellen*, niin että niiden taustalla näyttäisi olevan kristillisiksi kuvatut arvot. Tämä osio on jaettu siten, että lyhyehkö kysely A kartoittaa ensin sitä, miten usein olet kohdannut puhetta tekoihin verratuista kielletyistä affekteista. Tämä pohjautuu Uuden testamentin kohtiin, joissa esimerkiksi seksuaalista himoa verrataan aviorikoksen tekemiseen ja vihan affektia ihmisen tappamiseen. Osion A affektiteemat esiintyvät myös muissa yhteyksissä, mutta tässä kohden painopiste on nimenomaan tekojen kaltaisuudessa, johon asiakas on saattanut puheissaan viitata. Osiossa B tiedustellaan sitä, kuinka usein olet kohdannut listattuina oleviin affekteihin liittyviä, kristillisistä arvoista kumpuavia asiakkaan mielessä olevia kieltoja kokea jokin affekti. Osiossa C keskitytään vastaaviin kehotuksiin kokea jokin affekti.

A) Ole hyvä ja täytä seuraava kysely sen mukaan, kuinka usein olet työssäsi kohdannut asiakkaan, joka on pohtinut seuraaviin affekteihin liittyviä kristinuskosta kumpuavia kieltoja kokea kyseistä tunnetilaa verraten sitä pahoihin tekoihin. Merkitse rastilla (x).

1–Ei koskaan

2–Harvoin

3–Silloin tällöin

4–Usein

5–Hyvin usein

Kiellettyihin tekoihin verratut affektit	1	2	3	4	5
Viha					
Seksuaalinen himo					

B) Ole hyvä ja täytä seuraava kysely sen mukaan, kuinka usein olet työssäsi kohdannut asiakkaan, joka on pohtinut seuraavia kristinuskosta kumpuavia kieltoja kokea kyseistä tunnetilaa. Merkitse rastilla (x).

1–Ei koskaan

2–Harvoin

3–Silloin tällöin

4–Usein

5–Hyvin usein

Kiellettyinä kuvatut affektit	1	2	3	4	5
Jumalan vihaaminen					
Jumalan halveksiminen					
Jumalan häpeäminen					
Pelko					
Huoli ja murhe arkisista asioista					

Kiellettyinä kuvatut affektit (jatkuu)	1	2	3	4	5
Ylpeys					
Viha					
Seksuaalinen ja omaan ruumiillisuuteen liittyvä himo					
Kateus					
Katkeruus					
Toisten ihmisten tai asioiden rakastaminen enemmän kuin Jumalan					
Kiihko					
Lannistuminen					
Rakkaudettomuus ja säälimättömyys					
Seksuaalinen himo omaa sukupuolta kohtaan					
Masennus					
Kuolleiden sureminen vailla toivoa					
Levottomuus					
Epätoivo					
Kiittämättömyys					
Tyytymättömyys omaan osaan					
Empiminen Jumalan tahdon tekemisessä					

C) Ole hyvä ja täytä seuraava kysely sen mukaan, kuinka usein olet työssäsi kohdannut asiakkaan, joka on pohtinut seuraavia kristinuskosta kumpuavia kehotuksia kokea kysyisiä tunnetiloja. Merkitse rastilla (x).

1–Ei koskaan

2–Harvoin

3–Silloin tällöin

4–Usein

5–Hyvin usein

Affektit, joihin kehotetaan	1	2	3	4	5
Toivo					
Jumalan rakastaminen					
Jumalan kunnioittaminen					
Jumalasta iloitseminen ja kiitollisuus Jumalaa kohtaan					
Syntien katuminen					
Jumalanpelko					
Lähimmäisen rakastaminen					
Ilo					
Myötätunto, toisen tunnetilan jakaminen					
Äidin ja isän kunnioittaminen					
Tyytyväisyys					
Miehen rakkaus ja kunnioitus vaimoan kohtaan					
Vaimon kunnioitus miestään kohtaan					
Toisten ihmisten kunnioittaminen					
Esivallan kunnioittaminen					
Eriytinen rakkaus ja kunnioitus seurakunnan johtajia kohtaan					
Leskivaimojen kunnioittaminen					
Innokkuus					
Nöyryys					

Affektit, joihin kehoitetaan (jatkuu)	1	2	3	4	5
Sääli ja inho niitä kohtaan, joita ei voi pelastaa					
Luottavaisuus toivon julkituomisessa					
Pahan vihaaminen					
Suru seurakunnassa ilmenevän haureuden tähden					
Häpeä pitkittyneistä riidoista					
Pyrkimys vastakkaiseen tunnetilaan: ”Tuntekaa kurjuutenne, surkaa ja itkekää! Kääntyköön naurunne murheeksi, ilonne masennukseksi. Nöyrytkää Herran edessä, niin hän on teidät korottava.” (Jaak. 4:9)					

Seuraavassa osiossa (D–F) tarkastellaan sitä, miten edellä kuvatut affekteihin liittyvät normit saattavat vaikuttaa asiakkaiden mentalisoituun affektiivisuuteen. Mentalisoitu affektiivisuus merkitsee kykyä olla tietoinen omista tunteistaan, jolloin yksilö voi ymmärtää omien tunnetilojensa merkityksen. Kyse ei kuitenkaan ole vain tilasta tai prosessista, vaan mentalisoitu affektiivisuus on läheisessä yhteydessä ihmisen luonnetyyppiin. Se sisältää tuttuuden ja eräänlaisen mukavuuden tunteen yksilön suhteessa omiin subjektiivisiin kokemuksiinsa. Tällainen kokemuksellinen ymmärtäminen nähdään psykoterapiassa yleisestikin tavoiteltavana. *Käytännössä mentalisoitu affektiivisuus eli lyhyemmin ilmaistuna affektiivisuus voidaan jakaa kolmeen osa-alueeseen: affektien tunnistamiseen, muokkaamiseen ja ilmaisemiseen.* (Fonagy ym. 2002, 95–96, 435–436.) Kyselyn seuraava osio jakautuu näiden kolmen eri affektiivisuuden elementin varaan, niin että niitä kuvataan yksitellen kunkin kysymyksen alussa. Voit heijastella vastauksiasi edellä kuvattuihin kieltoihin ja kehotuksiin, jotka huomasit kohdanneesi joidenkin asiakkaidesi kuvaamina. Voit kuitenkin myös mainita, jos jotkin muut kristilliset normit tai arvot ovat mielestäsi olleet keskeisemmällä sijalla asiakkaiden affektisäätelyssä.

D) Ole hyvä ja lue ensin lyhyehkö teksti mentalisoidusta affektiivisuudesta, joka ilmenee kykynä tunnistaa affekteja. Pohdi sitten, ovatko affekteihin liittyvät, kristillisistä arvoista kumpuavat normit vaikuttaneet joidenkin asiakkaittesi kykyyn tunnistaa affektejaan. Ota huomioon sekä perusmuoto että monimutkaisempi muoto.

Affektien tunnistamisen perusmuoto on affektien nimeäminen eli sen perusemootion nimeäminen, jonka yksilö kokee. Jotkut potilaat saattavat järjestelmällisesti vältellä affektiansa nimeämistä tai joissain tapauksissa jättää huomiotta tietyt tunteet. Tämä huomiotta jättäminen on eri asia kuin kokea epämiellyttäväksi jostakin tunteesta puhuminen. Jo affektien nimeäminen on monimutkaista, sillä yksilö saattaa olla hämmentynyt siitä, tunteeeko hän yhden tai toisen affektin vai kenties näiden yhdistelmän. Affektien tunnistamisen edelleen kompleksisempi muoto liittyy tunteiden erottamiseen eli joidenkin tunteiden välisiin yhteyksiin. Nämä yhteydet voivat joskus olla ikään kuin piilossa, niin että yksilö esimerkiksi vihastuessaan saattaa muuttuakin vaikkapa ahdistuneeksi. Jotkut yhteydet voivat olla epätavallisempia: joku saattaa esimerkiksi selittää vihansa nopeasti pois keskittymällä sympaattisesti tai jopa lämpimästi siihen henkilöön, joka sai hänet vihastumaan. (Fonagy ym. 2002, 437-438.)

Kirjoita tähän vastauksesi. Voit myös käyttää erillistä vastauspaperia, mikäli tarvitset lisää vastaustilaa tai kirjoitat vastauksesi mieluummin tietokoneella. Muista tällöin merkitä, mihin kysymykseen vastaat.

F) Ole hyvä ja lue ensin pieni teksti mentalisoidusta affektiivisuudesta, joka ilmenee kykyinä ilmaista affekteja. Pohdi sitten, ovatko affekteihin liittyvät, kristillisistä arvoista kumpuavat normit vaikuttaneet joidenkin asiakkaittesi kykyyn ilmaista affektejaan. Ota huomioon sekä perusmuoto että monimutkaisempi muoto.

Affektiivisuuden kolmas osa-alue on affektien ilmaiseminen. Alkeellisin ilmaisun taso on kyky tehdä valinta sen välillä, ilmaistako affekti vai ei. Ilmaiseminen ei kuitenkaan välttämättä merkitse affektin ulkoista ilmaisua, vaan on tärkeää pitää arvossa affektien ilmaisemista myös sisäisesti tai kommunikaatiossa. Sisäinen ilmaiseminen merkitsee omien tunteiden itsereflektiivistä ja introspektiivistä ymmärtämistä sekä yksilön tietoisuutta omista tunteistaan sellaisina, kuin ne ovat edustettuina hänen mielessään (Fonagy ym. 2002, 297–298). Toisinaan valinta olla ilmaisematta affekti voi olla hyödyllinen strategia organismille, jos ulkoinen ilmaisu ei ole suotavaa. Potilaan kyky ilmaista tunteitaan sisäisesti voidaan nähdä psykoterapian edistymisen merkinä. Tärkeintä on yksilön oma kyky tehdä valintoja erilaisten ilmaisutapojen välillä. Monimutkaisempi affektien ilmaisun muoto on affektien viestiminen eli tunneilmaisu kommunikaation muotona. Tällöin ei ole kyse vain ulkoisesta ilmaisusta vaan affektien käsittelystä dialogisessa suhteessa toisiin, jolloin yksilö tiedostaa ja huomioi muut ihmiset affekteja ilmaistessaan. Tällöin hän myös odottaa, että muut ymmärtämisen lisäksi reagoivat hänen affektiinsa. (Fonagy ym. 2002, 439–440.)

Kirjoita tähän vastauksesi. Voit myös käyttää erillistä vastauspaperia, mikäli tarvitset lisää vastaustilaa tai kirjoitat vastauksesi mieluummin tietokoneella. Muista tällöin merkitä, mihin kysymykseen vastaat.

KIITOS AVUSTASI TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMISESSA!

Olellaisimmat lähteet:

Alasuutari, Pertti

1999 *Laadullinen tutkimus*. Tampere: Vastapaino.

Allen, Jon G.

2013 *Restoring Mentalizing in Attachment Relationships: Treating Trauma With Plain Old Therapy*. Arlington: American Psychiatric Publishing.

Barrett, Justin L. & Keil, Frank

1996 Conceptualizing a non-natural entity: Anthropomorphism in god concepts. *Cognitive Psychology* 31(3), 219–247.

Enckell, Henrik

2005 On the metapsychology of affects. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 28(1), 22–30.

Fonagy, Peter & Gergely, György & Jurist, Elliot & Target, Mary

2002 *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. New York: Other Press.

Jurist, Elliot L.

2005 Mentalized Affectivity. *Psychoanalytic Psychology*, 22(3), 426–444.

Kalland, Mirjam

2006 Mentalisaatio, reflektiivinen kyky ja psykoanalyysi Peter Fonagyn ajattelussa. *Psykoanalyysin isät ja äidit*. Helsinki: Therapie-säätiö. 377–395.

Kalliopuska, Mirja

2005 *Psykologian sanasto*. Helsinki: Otava.

Kapogiannis, Dimitrios & Barbey, Aron K. & Su, Michael & Zamboni, Giovanna & Krueger, Frank & Grafman, Jordan
2009 Cognitive and neural foundations of religious belief. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 106(12), 4876–4881.

Kirkpatrick, Lee A.

2005 *Attachment, Evolution and the Psychology of Religion*. New York: The Guilford Press.

Kotkavirta, Jussi

2009 Psykoanalyttinen näkökulma eettisiin ja moraalisiin kysymyksiin. Minna Juutilainen & Ari Takalo (ed.) *Freudin jalanjäljillä*. Helsinki: Teos. 286–307.

Norenzayan, Ara; Gervais, Will M. & Trzesniewski, Kali H.

2012 Mentalizing Deficits Constrain Belief in a Personal God. [<http://www.plosone.org/article/info:doi/10.1371/journal.pone.0036880>]. Luettu 11.2.2013.

Rizzuto, Ana-Maria

1979 *The Birth of the Living God: A Psychoanalytical Study*. Chicago: University of Chicago Press.

Schjoedt, Uffe; Stødkilde-Jørgensen, Hans; Geertz Armin W.; Torben E & Lund & Roepstorff, Andreas

2009 Highly religious participants recruit areas of social cognition in personal prayer. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 4(2), 199–207.

Äärelä, Erkki

2009 Psykoanalyttinen affektin malli ja ruumiilliset oireet. *Psykoterapia*, 28(2), 98–107.