

OPINNÄYTETYÖ

Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen kehittäminen

Jenni Mattila

Yhteisöpedagogi

(210 op)

(12/2021)

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi

Tekijät: Jenni Mattila

Opinnäytetyön nimi: Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen kehittäminen

Sivumäärä: 56 ja 4 liitesivua

Työn ohjaaja: Tarja Jukkala

Työn tilaaja: Helsingin seurakuntayhtymä, yhteinen seurakuntatyö

Opinnäytetyön aiheena on Helsingin seurakuntayhtymän järjestämän Henkisen- ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen kehittäminen. Tavoitteena oli tutkia sitä, mitkä tekijät tukevat hengellisenä ohjaajana toimimista ja kehittää niiden pohjalta koulutusta siten, että yhä useampi kyseisen koulutuksen käynyt henkilö myös toimisi hengellisenä ohjaajana. Opinnäytetyön toivottiin tekevän myös näkyväksi sitä, mikä kyseisessä koulutuksessa toimii ja mikä taas osallistujien mielestä kaipaisi muutosta.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena haastattelemalla koulutuksen käyneitä henkilöitä. Vastaajilla oli mahdollisuus osallistua suulliseen haastatteluun tai kirjalliseen kyselyyn. Vastaajia oli kaiken kaikkiaan viisi. Kolme haastattelua tapahtui kasvokkain puolistrukturoituna haastatteluna ja kaksi kirjallisesti kyselyn muodossa. Kysymysrunko oli molemmissa tavoissa sama. Haastatteluvastaukset analysoitiin soveltuvien osien laadullisen analyysin avulla.

Haastateltavien mielipiteet ja kokemukset olivat hyvin eriäviä, mikä osaltaan kertoo Suomen hengellisyyden kentän monivivahteisuudesta. Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutukseen ei myöskään ole varsinaisia pääsyvaatimuksia, joten koulutusryhmät voivat olla katsomukseltaan hyvin moninaisia. Kuitenkin haastateltavat olivat hyvin yksimielisiä siitä, että avaintekijänä hengellisenä ohjaajana toimimiseen on oma aktiivisuus ja oman ohjausmuodon ideoiminen. Haastattelut tuottivat myös paljon muuta informaatiota koulutuksen hyvistä puolista ja kehittämiskohteista.

Haastatteluanalyysien, teorian ja benchmarkkauksen avulla laadittiin kehittämis ehdotukset kyseiseen koulutukseen. Ehdotuksissa nostettiin esiin muun muassa osallistujan oman ohjaajuuden pohtiminen, koulutuksen rakenne, esittelytekstin muokkaaminen, ryhmäprosessin huomioiminen sekä palautteen kerääminen. Tilaajan kanssa asetetut tavoitteet opinnäytetyölle täyttyivät. Itsetuntemuksen merkitys ohjaustyössä, spirituaalisesti sensitiivinen kohtaaminen sekä ryhmäilmiöihin liittyvät teemat ovat yleistettävissä myös koko ammattialalle.

Asiasanat: hengellinen ohjaus, ignatianinen spiritualiteetti, itsetuntemus

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Community Educator

Author: Jenni Mattila

Title: Developing the Training of Spiritual and Religious Counselors

Number of Pages: 56 and 4 attachment pages

Supervisor: Tarja Jukkala

Commissioned by: Helsinki Parish Consortium

The topic of this thesis is developing the training of spiritual and religious counselors organized by Helsinki Parish Consortium. The goal was to study which factors are beneficial to working as a spiritual counselor and then develop the training in such manner that more and more people who have completed the training would be employed as spiritual counselors. It was also hoped that this thesis would make visible the factors which work in benefit of the training in question and which parts would need changing.

This thesis is based on a qualitative study, which was conducted by interviewing persons who have completed the training in question. The participants could choose between oral or written interview. Five subjects were interviewed altogether. Three of interviews were carried out face to face in a semi-structured manner and two were carried out using a written questionnaire. The question frame was the same in both cases. The answers were analyzed using qualitative analysis, where applicable.

The interviewees' opinions and experiences were very varied, which is indicative of the varied nature of the Finnish religious field. The spiritual and religious counselor training doesn't have very strict application requirements, so training groups can be very diverse in their views. Still, the interviewees all agreed that the key to being a spiritual counselor is one's own initiative and coming up with one's own method of counselling. The interviews also generated lots of additional information about both the training's positive aspects and the areas that need developing.

Suggestions for the development of the training in question were devised using interview analysis, theory, and benchmarking. Suggestions brought up by this include for example reflecting one's own counselorship, the structure of the training, modifying one's presentation text, taking group process into consideration, and collecting feedback. The goals set for this thesis with the commissioner were reached. The significance of self-knowledge in the counselling work, spiritually sensitive encounters and themes related to group phenomenon can be generalized to be applied to the whole professional field.

Keywords: spiritual counseling, ignatian spirituality, self-knowledge

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	6
2	HENKISEN JA HENGELLISEN KASVUN OHJAAJA-KOULUTUS.....	7
3	HENGELLINEN OHJAUS.....	9
	3.1 Pieni pala hengellisen ohjauksen historiaa	9
	3.2 Mikä on hengellisen ohjauksen tavoite?	11
	3.3 Hengellisen ohjauksen erityispiirteitä.....	12
	3.4 Mihin hengellistä ohjausta tarvitaan nykyajan Suomessa?.....	13
4	IGNATIAANINEN SPRITUALITEETTI HENGELLISESSÄ OHJAUKSESSA.....	15
	4.1 Ignatianisen spiritualiteetin synty	15
	4.2 Ignatianinen näkemys maailmasta ja ihmisestä	18
	4.3 Ignatianisen spiritualiteetin haasteet (ja ratkaisut).....	21
5	SPIRITUAALINEN SENSITIIVISYYS – MAHDOLLISUUS PAREMPAAN KOHTAAMISEEN	23
6	KOULUTUSRYHMÄ YKSILÖN KASVUN TUKENA.....	26
	6.1 Luottamus ja vuorovaikutus turvallisuuden rakentajina	26
	6.2 Vuorovaikutuksen kehät ryhmäprosessissa	29
7	OPINNÄYTETYÖSSÄ KÄYTETTÄVÄT TUKIMUSMENETELMÄT..	33
8	HAASTATTELUAINEISTON KERUU	36
9	HAASTATTELUJEN ANALYYSI JA TULOKSET	37
	9.1 Taustatietoa haastatteluista ja analyysistä.....	37
	9.2 Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutukseen liittyvät teemat.....	37

9.3 Hengellisenä ohjaajana toimiminen.....	40
10 HENKISEN JA HENGELLISEN KASVUN OHJAAJA-KOULUTUKSEN KEHITTÄMISEHDOTUKSET	42
10.1 Koulutuksen markkinoiminen ja oman ohjaajuuden vahvistaminen.....	42
10.2 Koulutuksen rakenne ja eteneminen.....	46
10.3 Osallistujien ristiriitaiset kokemukset ryhmäprosessista.....	47
10.4 Palautteen kerääminen	48
11 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN JA LOPPUTULOKSEN ARVIOINTI ...	49
11.1 Itsearviointi opinnäytetyöstä.....	49
11.2 Tilaajan arviointi opinnäytetyön merkityksellisyydestä.....	51
11.3 Opinnäytetyön sovellettavuus ammattialalle.....	52
11.4 Loppusanat	53
LÄHTEET	54
LIITTEET.....	57
Liite 1: Haastattelukysymykset.....	57
Liite 2: Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen kehittämisehdotukset	58
Liite 3: Turvallisemman tilan periaatteet	60

1 JOHDANTO

Suomen evankelis-luterilainen kirkko elää murroksen aikaa. Suomalaisten suhde kirkkoon on muuttunut. Uskonnottomuus on lisääntynyt, mutta samaan aikaan erilaisten katsomusten määrä on kasvanut. (Salomäki, Hytönen, Ketola, Salminen, Sohlberg 2020a, 6.) Hengellisyyden kenttä on tällä hetkellä hyvin monimuotoinen.

Helsingin seurakuntayhtymä on vastannut tähän muutokseen kouluttamalla Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaajia kristillisen ignatiaanisen perinteen mukaan. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kehittää Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutusta siten, että yhä useampi koulutuksen käynyt myös toimisi hengellisenä ohjaajana. Keskeisimpänä tutkimuskysymyksenä onkin selvittää, mitkä tekijät tukeva hengellisenä ohjaajana toimimista. Opinnäytetyö tekee myös näkyväksi sitä, mikä kyseisessä koulutuksessa toimii ja mikä taas osallistujien mielestä kaipaasi muutosta. Kehittämistä varten haastattelen kyseisen koulutuksen käyneitä henkilöitä.

Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutus koostuu aiheeseen liittyvästä teoriasta, jokaisen osallistujan henkilökohtaisesta itsereflektiosta sekä koulutusryhmän yhteisestä ryhmäprosessista. Koulutuksessa painottuu ignatiaanisen spiritualiteetin näkökulma hengellisyyteen ja hengelliseen ohjaukseen. Näistä teemoista olen koonnut opinnäytetyön tietoperustan.

Olen itse käynyt Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen vuosina 2020-2021. Tämä on luonnollisesti vaikuttanut opinnäytetyöni aihevalintaan, mutta olen työssäni nojannut vahvasti lähdeaineistoon ja tutkimukseen. Henkilökohtaiset mielipiteeni olen pyrkinyt jättämään taka-alalle. Olen suuntautumiseltani järjestö- ja nuorisotyön yhteisöpedagogi. Toivon tämän antavan opinnäytetyölleni yhteiskunnallisesti suuntautuvaa visiota ja näkemystä.

Tässä opinnäytetyössä termi ”kristitty” tarkoittaa kaikkien kristillisten kirkkokuntien jäseniä. Termillä ”kirkko” tarkoitetaan Suomen evankelis-luterilaista kirkkoa. Muiden kirkkokuntien yhteydessä olen käyttänyt tarkempia termejä kuten ortodoksinen tai katolinen kirkko.

2 HENKISEN JA HENGELLISEN KASVUN OHJAAJA-KOULUTUS

Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutus on alun perin kehitetty vastamaan kirkon tarpeeseen kouluttaa hengellisiä ohjaajia. Nykyään koulutus on avoin myös kirkon organisaation ulkopuolelta tuleville henkilöille. Monimuotoistuvassa maailmassa ja suomalaisessa yhteiskunnassa kirkon työntekijät sekä muut ihmiset tarvitsevat hengellisen ohjauksen taitoja. (Järvinen 2021a.)

Koulutuksen järjestämisestä vastaa Helsingin seurakuntien yhteinen seurakuntatyö. Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutus on osa laajempaa Hiljainen tila-projektia. Sen tavoitteena on luoda uudenlaisia kontaktipintoja nykyajan hengelliseen maailmaan. (Järvinen 2021a.)

Koulutus sopii ohjaustyössä toimiville henkilöille, joilla on tarve ohjaustaitojensa syventämiseen hengellisyyden osa-alueille. Sen avulla osallistuja saa välineitä hengellisten kysymysten käsittelyyn. Koulutukseen ei ole varsinaisia pääsyvaatimuksia. (Järvinen 2021a.)

Hiljaisen tilan verkkosivustolla koulutuksessa käytettävää metodologiaa kuvaillaan näin:

”Ignatiaanisiin hengellisiin harjoituksiin perustuva menetelmä antaa syvällisiä välineitä omalle henkiselle ja hengelliselle kasvulle sekä herkkyydelle toimia matkakumppanina ja ohjaajana muille. Ignatianinen hengellisyys on kristillisen perinteen dynaaminen läsnäolon tapa, joka tarjoaa sisäistä herkkyyttä tunnistaa ja tuntea paremmin sitä maailmaa, jota arkisessa elämässä kohtaamme.” (Hiljainen tila 2021.)

Koulutuksen sisältö on joka vuosi pääpiirteittäin sama, mutta joitakin painotuseroja voi olla eri koulutusryhmien välillä. Vuosina 2020-2021 koulutuksessa käytiin läpi seuraavia teemoja:

- Oman hengellisen identiteetin peruskysymyksiä ja välineitä niiden tunnistamiseen ja reflektointiin.
- Tunnekeskeisen vuorovaikutusterapian perusteet.
- Ihminen uskonnollisena ja hengellisenä yksilönä.
- Nykyajan hengelliset kysymykset (yksilöt ja yhteisöt).
- Nykyajan hengelliset ja uskonnolliset trendit ja virtaukset.
- Uskonnollisiin yhteisöihin liittyvä problematiikka.

- Ignatiaanisen hengellisyyden perusteet (Hengelliset harjoitukset-kirja, Ignatius Loyolan elämän merkitys, ignatiaanisen spiritualiteetin perusteet, examen, henkien erotteleminen, valinnat sekä consolaatio ja desolaatio).
- Hengellisen ohjauksen erilaiset mallit ja perusteet, erityisesti kristillisessä perinteessä.
- Hiljaisuuden, kontemplatiivisen rukouksen ja yhteisöllisyyden merkitys hengellisessä elämässä.
- Raamatun merkitys hengellisessä ohjauksessa.
- Erilaiset ohjaustaidot ja menetelmät.
- Ohjaukseen liittyvät periaatteet, erityiskysymykset ja ongelmat.
- Oma henkilökohtainen reflektointi ja yhteinen retriitti. (Järvinen 2021b.)

Koulutuksen kesto on yksi opintovuosi eli syksystä kevään loppuun. Koulutuksen laajuus on 10 opintopistettä. Koulutusryhmä kokoontuu joka toinen viikko. Yhden ryhmäistunnon kesto on kaksi tuntia. Lisäksi koulutukseen kuuluu seminaaripäiviä ja kesällä toteutettava päätösrettriitti. Näiden lisäksi osallistujilla on itsenäistä työskentelyä sekä mahdollisuus oman hengellisen tilan syventämiseen. Koulutukseen osallistujilla on myös mahdollisuus henkilökohtaisiin keskusteluihin. (Järvinen 2021b.)

Näin ollen koulutus koostuu aiheeseen liittyvästä teoriasta, jokaisen osallistujan henkilökohtaisesta itsetutkiskelusta sekä koulutusryhmän yhteisestä ryhmäprosessista. Koulutus ei anna valmista kaavaa hengellisen ohjauksen toteuttamiseen, vaan sen sisältö on sovellettavissa erilaisiin ympäristöihin ja kohderyhmiin. Koulutuksen käynyt henkilö voi halutessaan käyttää itsestään nimitystä ignatiaaninen hengellinen ohjaaja.

3 HENGELLINEN OHJAUS

Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutus antaa osallistujalle mahdollisuuden soveltaa hengellistä ohjausta monella eri tavalla, myös seurakuntatyön ulkopuolelle. Tässä luvussa avaan yleisesti hengellisen ohjauksen käsitettä. Kuvailen, miten kristillinen hengellinen ohjaus on syntynyt sekä mitä sillä tarkoitetaan ja tavoitellaan. Käyn myös läpi hengellisen ohjauksen merkitystä ja mahdollisuuksia nykypäivän Suomessa.

3.1 Pieni pala hengellisen ohjauksen historiaa

Käsite ”hengellinen ohjaus” saattaa kuulostaa vieraalta evankelis-luterilaisen kirkon jäsenelle, vaikka termi onkin yleistynyt kirkon piirissä viime vuosikymmenien aikana (Kotila 2009a, 9). Kuitenkin hengellisellä ohjauksella on pitkä traditio kristinuskon varhaisista ajoista asti. Jo 2000-luvulla maallikkokristityt saattoivat vetäytyä erämaihin tavoitteenaan keskittyä hengelliseen harjoittamiseen maallisen elämän sijaan. (Serafim 2006, 25.)

Varhaiset erämaakilvoittelijat eivät välttämättä olleet oppineita henkilöitä. Kuitenkin vuosikymmeniäkin jatkunut maailmasta vetäytyminen, erämaan yhteisöelämä, hengellisyyteen pyrkiminen ja syvälinen itsensä tarkkailu kasvattivat heidän kokemustaan Jumalasta ja hengellisyydestä. Osalla heistä oli myös kyky sanoittaa tätä kokemusta toisille ihmisille. Näin heistä syntyi hengellisiä ohjaajia. (Serafim 2006, 25-26.)

Erämaaisien antama varhainen hengellinen ohjaus sisälsi pääosin lyhyitä hengellisiä viisauksia. Niitä pyydettiin usein sanomalla: ”Abba (=isä), anna sana”. Erämaan hengellisistä ohjaajista käytettiin nimitystä isä tai äiti. Tämä nimitys kuvaa hengelliselle ohjaussuhteelle jo tuolloin ominaista luonnetta. Sen tuli olla rakastava, kasvattava ja viime kädessä myös itsenäistävä. Tällainen ohjaajuus vaati ymmärrystä ja intuitiota ohjattavan yksilöllisestä hengellisestä tilasta, eikä sitä voi irrottaa erilliseksi ohjaamistekniikaksi tai menetelmäksi. (Serafim 2006, 25-27.)

Tästä käy ilmi, että hengelliseltä ohjaajalta on kristillisyyden historian alusta asti vaadittu nimienomaan kokemuksellista tietoa hengellisyydestä. Itsetuntemuksen lisäksi korostetaan intuitiivista herkkyyttä toisen henkilön kohtaamisessa. Vaikka hengellinen ohjaus on modernissa maailmassa löytänyt tiensä myös muodollisen uskonnon harjoittamisen ulkopuolelle, ovat ohjaajalta vaadittavat peruselementit säilyneet samankaltaisina.

Erakkoyhteisöt kehittyivät ajan kuluessa varsinaiseksi luostarilaitokseksi ja hengellisen ohjauksen traditio jatkui sekä kehittyi niistä käsin. Luostarielämää ohjaa edelleen luostarisääntö, joka on kokoelma ohjeita luostarissa eläville. Hengellinen ohjaus sai erilaisia painotuksia eri sääntökunnissa. Esimerkiksi augustinolaisen veljestön sääntö painottaa demokraattista, rakastavaa hengellistä yhteisöä, jossa koko yhteisö huolehtii jäsenten hengellisestä ohjauksesta. Benediktiiniluostareissa hengellinen ohjaus taas tapahtuu apotin eli luostarin johtajan ja yksittäisen jäsenen välisessä suhteessa. Hengellinen ohjaus ei siis ole historiallisestikaan yksiselitteistä vaan siinä voi olla erilaisia painotuksia yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden välillä. (Annala 2006, 46, 58-59.) Tämä kuvastuu myös Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutukseen, joka antaa osallistujalle mahdollisuuden soveltaa hengellistä ohjausta moniin eri toimintamuotoihin.

Aineistosta voidaan päätellä, että kristityillä on ollut vahva hengellisen ohjauksen perinne jo kristillisen kirkon alkuaajoista lähtien. Se on jatkunut ja elää edelleen vahvana joidenkin kirkkokuntien, kuten ortodoksisen kirkon (Serafim 2006, 41) ja katolisen kirkon (Kotila 2006a, 9) piirissä. Miksi sitten suomalainen kirkon jäsen on vieraantunut hengellisestä ohjauksesta?

1500-luvun uskonpuhdistuksessa, jonka seurauksena evankelis-luterilainen kirkko syntyi, korostui puhdasoppisuus ja etiikka. Mystiikka ja uskonnollinen kokemus sivuutettiin. Rippi jäi sakramenteista lähes käyttämättömäksi. Kriittisimmissä kannanotoissa ajatellaan, että luterilaisen kirkon oppi-isä Martti Luther korosti puhdasoppisuutta jopa elävän uskon kustannuksella. (Ghiselli 2006, 70-71.)

Tämän kaltainen ajattelu antaa melko yksipuolisen näkemyksen Lutherin teologiasta (Ghiselli 2006, 71). Vaikka uskonpuhdistuksen painotukset johtivat hengellisen ohjauksen hiipumiseen laajemmassa mittakaavassa evankelis-luterilaisen kirkon piirissä, ei tarve hengelliseen ohjaukseen ole väistynyt. Hengelliset keskustelut ja keskinäinen opastus ovat eläneet toimintamuotoina esimerkiksi protestanttisten herätysliikkeiden keskuudessa (Ghiselli 2006, 70). Myös hiljaisuuden retriiteillä toteutettava kristillinen hengellinen ohjaus on löytänyt luontevan jalansijan retriittiliikkeessä (Kotila 2006b, 11). Nykyajan uudet kristillisyyden harjoittamisen muodot, kuten kristillinen jooga, meditaatio tai pyhä tanssi kertovat myös omaa kieltään elävän hengellisuuden kaipuusta.

3.2 Mikä on hengellisen ohjauksen tavoite?

Hengellinen ohjaus ja spiritualiteetti liittyvät vahvasti toisiinsa (Kotila 2006, 9). Spiritualiteetti käsitteen määrittely ei ole aivan yksiselitteistä. Kristinuskon perinteessä sillä on tarkoitettu kristityn kokonaisvaltaista hengellistä elämää ja kristillisen uskon harjoittamista yksin sekä yhdessä uskonnollisen yhteisön kanssa. Nykyään spiritualiteettiin voidaan ajatella kuuluvan myös yksilön henkilökohtainen katsomus, vaikka hän harjoittaisi uskontoaan yhteisössä. Spiritualiteetilla voidaan tarkoittaa myös varsinaisen uskonnon ulkopuolella olevaa maailmankatsomuksellista pohdintaa. (Hytönen, Ketola & Salminen 2020, 147.)

Jaana Ranttilä toteaa Kotimaa lehden artikkelissa, että ihminen jää helposti 15-vuotiaan rippikoululaisen uskon käsitykseen. Kristillinen näkemys ei kasva ja kehity kokemuksen myötä, vaan moni luopuu uskosta, koska se ei enää vastaa aikuisen ajatuksia ja kysymyksiä. Hengellinen ohjaus voikin auttaa saavuttamaan hengellisen aikuisuuden. (Unkuri 2016.) Hengelliseen aikuisuuteen liittyy lisääntynyt tietoisuus, elämän monikerroksisuuden tunnistaminen sekä kaippuu pyhän ja salatun kohtaamiseen. Aikuisen kypsässä hengellisyydessä kaikki elämän vaiheet ovat läsnä yhtäaikaaisesti ja integroituvat käsillä olevaan hetkeen. (Malmberg 2006, 93.)

Kristillisen hengellinen ohjaus lähteekin tarpeesta löytää kristillisestä perinteestä nouseva elävän hengellisyyden kokemus. Se liittyy ehyesti ihmisen tässä ajassa ja omassa elämässään kokemiin asioihin. (Kotila 2006b, 12.) Avainkysymykseksi muotoutuu se, miten ohjattavan henkilökohtainen elämäntarina liittyy kristinuskon kertomukseen ja näkemykseen (Kotila 2006b, 17).

Hengellisen ohjauksen tulisi tavoitella yksilön henkilökohtaisen elämän kehittymistä ja rikastumista sekä lisätä yksilön tietoisuutta siitä, miten psyykkiset ja hengelliset kokemukset kietoutuvat toisiinsa. Näin ollen hengellinen ohjaus ei jää vain erämaaisien lyhyiden lausahdusten toistamiseksi vaan se avaa uusia näkökulmia kristillisen elämän kokonaisvaltaiseen tarkasteluun. (Kotila 2006b, 18-19.)

Tulkintani mukaan tämän ajattelutavan soveltamien kristinuskon ulkopuolelle merkitsee sitä, että hengellinen ohjaaja auttaa ohjattavaa näkemään ja kokemaan ohjattavan oman spiritualiteetin kokonaisvaltaisena tekijänä. Tällöin spiritualiteetti ei jää yksittäiseksi meditaatiohetkeksi olohuoneen nurkassa vaan siitä tulee koko elämän ja kaikkien elämäkokemusten läpileikkaava näkemys.

3.3 Hengellisen ohjauksen erityispiirteitä

Hengellinen ohjaaja ei ole ammattisuojuattu nimike. Hengellisenä ohjaajana voi toimia pappi, seurakunnan muu työntekijä tai maallikko (Unkuri 2016). Hengellistä ohjausta on saatavilla jonkin verran, mutta kynnys kutsua itseään hengelliseksi ohjaajaksi voi olla suuri. Hengellisen ohjauksen toimintaa on pyritty kehittämään eri hiippakunnissa sekä Hiljaisuuden ystävät ry:n toimesta. (Unkuri 2016.) Toisaalta hengellisyyden kentällä on myös korostunut näkemys, että hengelliseksi ohjaajaksi ei voi hankkia koulutuksellista pätevyyttä. Hengellisen ohjauksen kykyä pidetään näin ollen kutsumuksena ja armolahjana. (Kettunen 2013, 34.)

Virallisten ohjenuorien ja valvonnan puuttuessa hengellisen ohjauksen toimintamalleja voi olla hyvinkin erilaisia ja kenttä on avoin kaikenlaisille yrittäjille. Esittelen kuitenkin seuraavaksi lähdemateriaalista nousevia yleisiä ja eettisiä hengellisen ohjauksen periaatteita. Näiden on tarkoitus tarkentaa hengellisen ohjauksen käsitettä ja kertoa siihen tyypillisesti liittyvistä erityispiirteistä.

Hengellinen ohjaus ei ole sielunhoitoa, terapiaa tai työnohjausta, vaikka ne osittain vaikuttavat kulkevan limittäin ja selkeiden rajapintojen vetäminen on usein vaikeaa (Peura 2006, 108). Sielunhoitoon ja terapiaan liittyy hoidollinen suhde, jota edeltää usein jonkinlainen elämänkriisi tai haaste (Häyrynen 2006, 163). Työnohjauksen tavoitteena taas on kehittyä työntekijänä olemisessa ja toimimisessa. Siihen, kuten hengelliseen ohjaukseenkaan, ei liity hoidollista asetelmaa. (Peura 2006, 108.)

Yhteistä sielunhoidolle, terapialle ja työnohjaukselle on, että ne antavat usein vastauksia moniin kysymyksiin. Ne saattava kuitenkin herättää myös toisenlaisia kysymyksiä, jotka eivät kuulu niiden yhteyteen. Usein ihminen hakeutuu hengelliseen ohjaukseen sen jälkeen, kun on ensin hakenut apua jostakin edellä mainitusta auttamistavasta. (Peura 2006, 109.)

Ignatiaanisisessa perinteessä hengellistä ohjausta verrataan usein matkakumppanuuteen. Ohjaaja ja ohjattava ovat tasa-arvoisia ja ikään kuin yhteisellä matkalla tai samalla tiellä. (Sievers 2012, 32.) On kuitenkin äärimmäisen tärkeää ymmärtää, että hengellisessä ohjauksessa on aina kyse ammatillisesta asetelmasta, jota ei saa sekoittaa vain kristillisestä lähimmäisen rakkaudesta nousevaan kanssakulkijuuteen (Peura 2006, 104). Roolit, ohjaaja ja ohjattava, ovat selkeät ja molempien osapuolten tiedossa (Häyrynen 2006, 163). Hengellinen ohjaaja ei saarnaa, kääntänyt tai yritä vaikuttaa ohjattavaan. Hänen tärkein työkalunsa on aktiivinen kuunteleminen. Hyvä hengellinen ohjaaja kuuntelee 90 prosenttia ja puhuu 10 prosenttia. (Sievers 2012, 56.)

Kristillisessä hengellisessä ohjauksessa ajatellaan mukana olevan kolme osapuolta; ohjaaja, ohjattava ja Jumala. Ohjaajan tehtävä on ikään kuin pitää väylää auki kaikkiin suuntiin. Näin Jumala vaikuttaa sekä ohjaajan, että ohjattavan toimintaan. (Sievers 2012, 32-33.)

Ajatus korkeamman voiman läsnäolosta on oleellinen seikka, mikä erottaa hengellisen ohjauksen terapiasta tai työnohjauksesta. Tästä voidaan päätellä, että myös kristillisen näkemyksen ulkopuolella toteutettava hengellinen ohjaus vaatii ajatuksen jonkin korkeamman voiman toiminnasta, ainakin ohjaajalta. Ilman tätä elementtiä hengellinen ohjaus on vaarassa supistua life coachingiksi tai muuksi vastaavaksi elämänhallintavalmennukseksi.

3.4 Mihin hengellistä ohjausta tarvitaan nykyajan Suomessa?

Suomalaisten hengellisyyden harjoittamisessa painottuu tällä hetkellä yksityinen rukous, meditaatio, vapaaehtoistyö ja hiljentyminen (Hytönen ym. 2020, 179-180). Luonnon merkitys pyhyiden kokemis- ja kohtaamispaikkana on korostunut. Kotona sijaitsevan hiljentymisnurkkauksen lisäksi suomalaiset hiljentyvät mielellään esimerkiksi kalliolla, puun juurella tai ikkunan ääressä. Hiljentymispaikkoja löytyy mökeiltä ja puutarhoista. Luonnossa liikkuminen tuo tunteen Jumalan tai muun korkeamman voiman läsnäolosta. (Hytönen ym. 2020, 159.) Muodollisen uskonnon harjoittamisen väheneminen ei näin ollen ole poistanut suomalaisten tarvetta hengellisyyden harjoittamiseen.

Suomalaisten mielenterveysongelmat ovat viime vuosina lisääntyneet. Joka viidennellä nuorella on jonkinlaisia mielenterveyden ongelmia. Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt ovat syynä lähes puoleen kaikista työkyvyttömyyseläkkeistä. (Mieli 2020.) Luontoa, kuten puistoja ja puutarhoja, on perinteisesti käytetty hyväksi mielenterveyskuntoutuksessa. Luonnossa liikkuminen ja oleilu voivat helpottaa masennusta, ahdistusta ja stressiä. Luontoliikkuminen voi auttaa painonhallinnassa sekä hyvän mielialan ylläpidossa. Myös fyysiset oireet, kuten kipu, voivat hälventyä tai unohtua kun huomio kiinnittyy luontoon ja sen tarjoamiin aistielämyksiin. (Ojala & Tyrväinen 2015.)

Kuten tässä luvussa on aiemmin todettu, hengellisen ohjauksen tavoitteena on luoda syvyyttä arkipäivän kokemuksiin ja löytää pyhän läsnäolo omasta elämästä. Moderni hengellinen ohjaus voisikin johdatella uskonnosta vieraantunutta suomalaista pyhän äärelle juuri luonnon avulla.

Pyhyys ja eheytyminen vaikuttavat nousevan luonnosta itsestään ja kutsuvan ihmistä sisäsyntyisesti. Tähän konseptiin yhdistettynä taitava hengellinen ohjaus voisi kuljettaa ihmisen vielä syvemmälle itsetuntemukseen ja elämän perimmäisten kysymysten äärelle. Näin kristillisestä perinteestä nouseva hengellinen ohjaus voisi luontevasti löytää paikkansa nykyaikaisena auttamismenetelmänä muiden menetelmien joukossa ja omalta osaltaan vastata nyky-yhteiskuntamme kipukysymyksiin.

4 IGNATIAANINEN SPRITUALITEETTI HENGELISESSÄ OHJAUKSESSA

Ignatiaaninen spiritualiteetti toimii viitekehyksenä Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaajakoulutukselle. Ignatiaanisen spiritualiteetin luoja oli 1491 vuonna syntynyt Ignatius Loyola (Sievers 2012,13) jonka elämästä, kokemuksista ja ajatuksista ignatiaaninen perinne muodostuu (Jesuits 2021a). Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen käynyt henkilö voi halutessaan käyttää itsestään nimitystä ignatiaaninen hengellinen ohjaaja.

Teorian ja ryhmäistuntojen lisäksi koulutuksen osallistujat reflektoivat omaa hengellisyyttään itsetutkiskelun kautta, johon ignatiaaninen perinne antaa erilaisia työkaluja. Itsetutkiskelun avulla osallistuja voi reflektoida omaa suhdettaan itseensä, muihin ihmisiin ja maailmaan hengellisestä kontekstista käsin. Niistä muodostuu osallistujan oma hengellinen kasvuprosessi, joka on merkittävä osa hengellisenä ohjaajana toimista.

4.1 Ignatiaanisen spiritualiteetin synty

Ignatiaaninen spiritualiteetti pohjaa yleisen kristillisen spiritualiteetin lisäksi Ignatius Loyolan kokemuksiin ja elämäntarinaa (Jesuits 2021a). Niiden ymmärtäminen auttaa ignatiaanisen perinteen hahmottamisessa. Kerron seuraavaksi lyhyen version Ignatius Loyolan elämästä.

Iñigo Lopez de Loyola syntyi 1491 Pohjois-Espanjassa aatelisterheeseen. Hänen äitinsä menehtyi Iñigon ollessa vielä imeväisikäinen, joten paikallinen seppä otti hänet kasvatiksi perheeseensä. Sepän vaimo opetti pienelle Iñigolle ensimmäiset rukoukset ja kristillisiä tapoja. Iñigon isovelji kuitenkin avioitui Iñigon ollessa noin seitsemänvuotias. Näin ollen hän sai muuttaa takaisin kotilinjaansa, koska linnassa oli taas nainen huolehtimassa taloudenpidosta ja lasten kasvatuksesta. (Sievers 2012,13.)

Nuoresta Iñigosta kasvoi hurjastelija, joka piti naisista, juhlimisesta ja taisteluista. Hän siirtyi 16-vuotiaana kuningaskunnan varainhoitajan palvelukseen. Siellä hänestä koulutettiin ”hidalgoa” eli aateli- ja hovimestä. Iñigo piti myös lukemisesta. Hänen lempikirjojaan olivat ritariromantiikasta kertovat romaanit. (Sievers 2012, 13.)

Myöhemmin Iñigo siirtyi Pamploaan sukulaisensa Navarran herttuan luokse. Vuonna 1521 Iñigo toimi upseerina Pamploan taistelussa ja haavoittui siellä molempiin jalkoihinsa vakavasti. Tuon haavoittumisen seurauksena Iñigon sotilaselämä oli ohitse. (Sievers 2012, 13-14.)

Iñigo siirrettiin toipumaan takaisin kotiseudulleen. Hänen tilansa oli haavoittumisen seurauksena kriittinen. Iñigo alkoi kuitenkin hitaasti toipua, vaikka joutuikin useiden kivuliaiden kirurgisten toimenpiteiden kohteeksi. Hän paranteli jalkojaan makuulla ollen ja pyysi luettavakseen ritariromaaneja. Niitä ei kuitenkaan isäntäväellä ollut, joten näiden puuttuessa hän alkoi lukea talosta löytyvää kirjallisuutta eli pyhien ihmisten elämäkertoja. (Loyola 1979, 22-24.)

Iñigo inspiroitui pyhien ihmisten elämäntarinoista. Hän alkoi kuvitella oman elämänsä omistamista Jumalalla samaan tapaan kuin pyhimyksetkin olivat tehneet. Toisaalta hänen mielessään risteilivät maalliset ajatukset ja etenkin eräs tietty aatelisnainen, jonka palvelukseen hän toivoi pääsevänsä. (Loyola 1979, 24-25.)

Nämä erilaiset ajatukset johdattivat Iñigon itsetutkiskeluun. Hän koki maallisen päiväunelmoinnin nautinnollisena, mutta sen jälkeen hänen mielensä oli tyhjä ja levoton. Kun hän taas keskittyi Kristukseen ja pyhien elämäkertoihin, hän oli jälkeenpäinkin tyytyväinen, iloinen ja elämä tuntui merkitykselliseltä. (Sievers 2012, 14; Loyola 1979, 24-25.) Iñigo tuli siihen tulokseen, että ihmisen sisällä on kaksi voimaa (Loyola 1979, 25). Toinen vie lähemmäs Jumalaa ja toinen kauemmas Hänestä. Ihmisen tulisikin oppi tunnistamaan, mikä häntä ”liikuttaa” eli motivoi ja minkälaisia mielenliikkeitä hän lähtee seuraamaan. (Sievers, 2012, 26.) Näin sai alkunsa ignatiaanisessa spiritualiteetissa korostuva itsetutkiskelun muoto, discernment, eli henkien erottelemisen kyky (Sievers 2012, 14-15).

Pamplonan haavoittumista seurannut toipumisaika oli syvästi merkityksellinen Iñigon loppuelämän kannalta. Haaveet hidalgon elämästä vaihtuivat pyhimysten seuraamiseen. Iñigo jakoi näitä kokemuksiaan perheenjäsenille, mietiskeli ja rukoili. Toivuttuaan hän lähti pyhiinvaellukselle Jerusalemiin. (Sievers 2012, 15.)

Matkan aikana Iñigo asettui asumaan luolaan Manresaan. Tällöin hän teki vaikeita, fyysisiä ja henkisiä, katumusharjoituksia noin vuoden ajan. Niihin kuuluva raskas paasto pilasi hänen ruuansulatuskanavansa toiminnan. Iñigo pyrki myös tyhjentämään mielensä synneistä suorittamalla täydellisen ripin eli synnintunnustuksen ja rukoilemalla voimakkaasti. (Sievers 2012, 1516.)

Vahvat katumusharjoitukset horjuttivat hänen mielenterveyttään ja Iñigo päätyi lähes itsemurhaan. Tämän elämänvaiheen seurauksena Iñigo tuli siihen tulokseen, että myös liiallinen synnintunto, liikahuolet, eivät viekään häntä lähemmäs Jumalaa. Iñigon sanoin ilmaistuna ne ovat paholaisen toimintaa sielussa. Näihin aikoihin Iñigo näki myös voimakkaita hengellisiä näkyjä

esimerkiksi Jumalan todellisesta olemuksesta. Hän uskoi saavansa näkyjen kautta kokemuksellista tietoa Kristuksen inhimillisestä puolesta. Iñigo koki eräänlaisen valaistumisen. (Sievers 2012, 15-16.)

Iñigo jatkoi vaellustaan ja pääsikin Jerusalemiin. Matka oli vaikea ja Jerusalemissa oli turvaton. Iñigo olisi halunnut jäädä työskentelemään pyhään maahan, mutta paikalliset viranomaiset eivät antaneet hänelle lupaa. Paluumatkalla Jerusalemissa vahvistui Iñigon seuraava kutsu eli sielujen auttaminen. Tätä varten hän hakeutui yliopisto-opintoihin. (Sievers 2012, 16.)

Aluksi Iñigo opiskeli latinaa Barcelonassa, josta myöhemmin siirtyi Alcatan yliopistoon. 33vuotias Iñigo oli tässä vaiheessa jo saanut seuraajia nuoremmista opiskelijoista, joiden kanssa hän evankelioi ja työskenteli sairaalassa opintojen ohella. Iñigon toiminta ja ajatukset huolestuttivat katolista kirkkoa ja Iñigo vangittiin yli kuukaudeksi. Inkvisitio määräsi Iñigon lopettamaan opettamisen. Kiellon takia Iñigo siirtyi Salamancaan, jossa hän jatkoi toimintaansa ja päätyi uudelleen Inkvisition eteen. Tällöin Iñigon toimintaa ei kokonaan kielletty, mutta hänen opetuksilleen asetettiin rajoituksia. Iñigo ei pitänyt rajoituksista, joten vuonna 1528 hän matkusti Pariisiin. (Sievers 2012, 16-17.)

Pariisin vuosina Inigo antoi hengellistä ohjausta seuraajilleen, vaikka opinnot veivätkin suurimman osan hänen ajastaan. Iñigo otti käyttöönsä nimen Ignatius, valmistuttuaan maisteriksi vuonna 1534. Papiksi Ignatius vihittiin vasta 46-vuotiaana vuonna 1537. Noina vuosina hän viimeisteli kirjansa Hengelliset harjoitukset. (Sievers 2012, 17.) Hengelliset harjoitukset on teos, josta tämän päivän elävä ignatiaaninen spiritualiteetti edelleen nousee ja ammentaa sisältönsä (Sievers 2012, 6).

Vuonna 1540 Ignatius ja hänen seuraajansa perustivat paavin vahvistuksella jesuiittaveljestön eli sääntökunnan. Hengelliset harjoitukset kirja sai paavin hyväksynnän vuonna 1548. Ignatius kuoli vuonna 1556 ja hänet julistettiin pyhimyksi vuonna 1622. (Sievers 2012, 17-18.)

Jesuiittaveljestö on alusta alkaen ollut yhteiskunnallisesti suuntautunut. Jesuiitat perustivat muun muassa kouluja, lastenkoteja ja sen aikaisia turvakoteja, esimerkiksi prostituutiosta luopuneille naisille, ympäri Eurooppaa. (Sievers 2012, 18.) Jesuiitat ovat edelleen vuonna 2021 suurin katolisen kirkon miehille tarkoitettu sääntökunta. Sillä on yli 16 000 jäsentä. (Jesuits 2021c.) Jesuiitat ovat omistautuneet katolisen uskon palvelemiseen, mutta sen lisäksi järjestön ydintehtävänä pidetään yhteiskunnan oikeudenmukaisuuden edistämistä. Jesuiitoilla on edel-

leen useita kouluja, lukioita, yliopistoja, seurakuntia ja retiriittikeskuksia ympäri maailman. Lisäksi jesuiitat tarjoavat humanitääristä apua ja tekevät hyväntekeväisyyttä. (Jesuits 2021e.) Jesuiittaveljet työskentelevät muun muassa pappeina, opettajina, lääkäreinä ja lakimiehinä (Jesuits 2021c). Jesuiittakoulutus kestää useita vuosia, sisältäen niin hengellisiä kuin akateemisia opintojakin ja käytännön työtä. Koulutus kehittää kokonaisvaltaisesti ruumista, mieltä ja henkeä. Tavoitteena on, että valmistuttuaan jesuiittaveli voidaan lähettää mihin tahansa tehtävään. (Jesuits 2021b.) Nykyinen Paavi Franciscus I on myös taustaltaan jesuiitta (Halminen 2013).

Ignatiuksen elämäntarina toimii edelleen inspiraationa ja esimerkkinä moderneille hengellisille ohjaajille. Siinä on nähtävissä hengellisiä kokemuksia, joihin yhä edelleen hengelliset etsijät samaistuvat. Esimerkiksi haavoittumisensa jälkeen Ignatius kokee vahvan sisäisen kutsumuksen pyhimysten seuraamisesta, joka muuttaa koko hänen elämänsä suunnan. Usein juuri vakaumukselliset päätökset, kuten papiksi ryhtyminen, tehdäänkin tällaisen sisäisen tiedon perusteella (Fleming 2008, 91). Myös hengellistä ohjaajuutta pidetään edelleen vahvasti kutsumustehtävänä (Kettunen 2013, 34).

Ignatiuksen toimintaa myös kyseenalaistettiin vahvasti yhteiskunnassa valtaa pitävien taholta. Se antaa paljon samaistuttavaa nykyajan hengellisellä kentällä toimiville henkilöille, jotka joutuvat vastaamaan vaikeisiin eettisiin kysymyksiin erilaisten arvojen ja moraalisääntöjen ristiriidakossa. Toisaalta Ignatiuksen jättämä valtava hengellinen perintö, jota jesuiittaveljestö edelleen ylläpitää, antaa toivoa. Hengellisellä harjoittamisella ja toisten ohjaamisella voi olla suurempi merkitys kuin mitä henkilö on eläessään osannut edes ajatella.

4.2 Ignatianinen näkemys maailmasta ja ihmisestä

Hengellisessä ohjauksessa korostuu hengellisen ohjaajan itsetuntemus sekä siihen liittyen omien asenteiden, arvojen, tunteiden ja oman hengellisen tradition reflektointi. Hengellisen ohjauksen näkökulmasta on merkityksellistä, mitä ohjaaja itse ajattelee esimerkiksi Jumalan olemassaolosta, toiminnasta tai minkälaisen ihmiskuvan kautta hän kohtaa ohjattavansa. Vaikka hän ei varsinaisessa ohjaustyössä tuo näitä asioita esille, ne muodostavat ohjaajalle ikään kuin silmälasit, joiden kautta hän katsoo ohjattavaansa. Esittelen seuraavaksi Ignatius Loyolan ih-

mis- ja Jumalakuvaa ja kerron, miksi ne edelleen ovat toimivia lähtökohtia ihmisen kohtaamiseen modernin hengellisen ohjauksen kontekstissa. Käyn myös läpi joitakin ignatiaanisesta perinteestä nousevia hengellisiä menetelmiä.

Ignatiaaninen näkökulma Jumalaan on, että Jumala on itse rakkaus ja rakastava. Jumala on persoonallinen, aktiivinen ja antelias. Jumalan rakkautta ei voi ansaita tai ostaa. Se on ehdotonta rakkautta. Jumala on luonut maailman ja rakastaa kaikkia luotujaan. (Fleming 2008, 8-9.) Ignatiuksen mukaan Jumalan näkeminen rakkautena ja maailman näkeminen hänen luomanaan lahjana vaikuttaa ihmisen toimintaan. Ihminen alkaa tehdä elämässään valintoja, jotka johtavat kasvuun ja kypsyytteen sekä haluun pitää huolta maailmasta ja kaikista luoduista. (Fleming 2008, 9-11.)

Näin ollen Ignatiaaniset hengelliset harjoitukset eivät tavoittele valaistumista, mysteerien ymmärtämistä tai älyllisiä oivalluksia. Niiden tarkoitus on vahvistaa ja tukea ihmistä siinä, että hän vastaa yhä uskollisemmin Jumalan osoittamaan rakkauteen. Ignatius itse koki tällaisen perustavanlaisen kääntymisen kokemuksen parannellessaan kehoaan haavoittumisen jälkeen. Kyse ei ollut älyllisestä ymmärtämisestä tai tahdonvoimasta vaan ihmisen syvimpien kaipauksien kohtaamisesta ja niistä tietoiseksi tulemisesta. Kääntymys tapahtui syvällä hänen persoonansa ytimessä. Tätä voidaan kutsua sydämen transformaatioksi. (Fleming 2008, 13-15.) Kuten Ignatiuksen elämäntarinassaan on todettu, kyseinen kokemus muutti hänen koko loppuelämänsä suunnan.

Ignatiaaniseen ihmiskuvaan kuuluu, että ihminen on aktiivinen toimija, joka vapaasta tahdosta käsin valitsee toimia yhdessä Jumalan kanssa. Ihminen oppii havaitsemaan Jumalan toiminnan omassa elämässään ja omista kokemuksistaan käsin. Examen on Ignatiuksen laatima reflektiivinen rukoustapa, jonka jesuiitat suorittavat päivittäin. Se on hetki hiljentymiselle ja pysähtymiselle. Siinä ihminen käy läpi päivän tapahtumat pyrkien näkemään Jumalan toiminnan ja läsnäolon niissä, suoraan omassa elämässään. (Fleming 2008, 19-21.) Examen termille ei ole vakiintunutta suomenkielistä vastinetta, mutta sitä on käännetty esimerkiksi päivän katseluksi.

Hengelliselle ohjaajalle päivän katselu antaa mahdollisuuden reflektoida omaa arkielämäänsä hengellisestä kontekstia käsin. Toisaalta hän voi käyttää sitä myös ohjausmuotona omassa työssään. Tämän kaltaiset menetelmät auttavat sekä ohjaajaa, että ohjattavaa hahmottamaan arkielämän pyhyttä, jonka löytäminen onkin yksi hengellisen ohjauksen päätavoitteista.

Ignatiuksen Jumalakuvassa Jumala on luoja, joka on antanut ihmisille koko elämämme ja koko maailman. Ignatiaaninen perinne laittaaakin ihmisen kysymään itseltään, mitä olen valmis antamaan takaisin? (Fleming 2008, 27-28.) Kohti Jumalaa liikkuminen onkin koko elämän mittainen prosessi, jossa ihminen kasvaa ja kehittyy (Fleming 2008, 39). Näin ollen hengellinen ohjaaja ei voi ajatella olevansa koskaan hengellisesti valmis tai tietävänsä kaikki vastaukset. Hän kulkee ikään kuin samaa tietä ohjattaviensa kanssa. Ohjaajan ja ohjattavan roolit ovat erilaiset, mutta he ovat tasa-arvoisia suhteessa toisiinsa. Tämän kaltainen maailmankuva auttaa ehkäisemään uskonnollisissa konteksteissa helposti syntyviä haitallisia valtasuhteita, jotka voivat pahimmillaan vaurioittaa ohjattavan psyykettä.

Mistä sitten ihminen voi tietää, mitä Jumala haluaa ihmiseltä? Ignatiaanisessa spiritualiteetissa kuunteleminen on avainsana. Jumalan ääni on kuin hiljainen kuiskaus ihmisen sisimmässä. Aivan liian usein ihminen keskittyy rukouksessa puhumiseen. Sen sijaan hänen tulisi hiljentyä ja keskittyä kuuntelemiseen. (Fleming 2008, 44.) Ignatiaanisen näkemyksen mukaan Jumala puhuu ihmiselle tämän syvimpien kaipausten kautta. Syvimmät kaipaukset kertovat ihmiselle, mitä hänen tulee elämässään tehdä. Tunnistaessaan omat kaipauksensa sydämessään, ihminen tunnistaa Jumalan tahdon elämässään. (Martin 2010, 58-59.)

Näin ollen ignatiaanisessa hengellisessä ohjauksessa korostuu ohjaajan kyky kuunnella aktiivisesti. Ohjaaja ei määritä ohjattavan päämääriä, eikä pyri manipuloimaan häntä mihinkään suuntaan. Ohjaaja ei kommentoi toisen uskon kokemuksia ja puhuessaan hänen on hyvä käyttää ohjattavan omia ajatuksia niin paljon kuin mahdollista. Aktiivinen kuuntelu vaatii ohjaajalta vahvaa kurinalaisuutta. (Lehtiö 2006, 215-216.) Ohjaajan tehtävä onkin johdattaa ohjattava lempeästi syvällisen itsetutkiskelun prosessiin.

Ignatiaanisessa maailmankuvassa koko elämä nähdään matkana tai tienä, ikään kuin pyhiinvaelluksena. Ignatiaaninen tapa tarkastella elämää sekä ilmiöitä on mukautuva ja joustava. Jumala on siinä läsnä ja pyrkii kommunikoidaan ihmisen kanssa monin tavoin päivittäisessä elämässä (Fleming 2008, 35). Koko ihmiselämän repertuaari; työ, ihmissuhteet, yritykset ja epäonnistumiset, toiveet ja unelmat, muodostavat mahdollisuuden käydä keskusteluja Jumalan kanssa (Fleming 2008, 53). Ignatiaaninen spiritualiteetti onkin toimintatapa, joka vie ihmisen lähemmäs omaa henkisyttään sen sijaan, että ohjaisi ihmistä tiettyyn hengelliseen muottiin (Fleming 2008, 35). Siksi se on edelleen 2020-luvulla toimiva hengellisen ohjauksen taustateoria, jonka menetelmiä voi soveltaa ohjaajan omaan hengelliseen kasvuun kuin varsinaiseen ohjaustyöhönkin.

Mikä sitten on ignatiaanisen spiritualiteetin suhde uskontoon? Jesuiitta pappi James Martin toteaa kirjassaan *The Jesuit Guide to (almost) Everything*, että uskontoa ja spiritualiteettia ei voi erottaa toisistaan (2020, 50). Uskonto ilman spiritualiteettia on vain sarja dogmaattisia oppeja ilman elävää hengellisyyttä. Toisaalta Martin varoittaa, että ilman uskontoa spiritualiteetista saattaa muodostua itsekeskeinen näkemys, joka ei pysty hyödyntämään yhteisön tarjoamaa viisautta. (Martin 2020, 50.)

Ignatius Loyola oli sekä uskonnollinen, että hengellinen. Ignatiuksen näkemyksen mukaan Jumala toimii kuitenkin kaikkialla, ei vain itsensä uskonnolliseksi luokittelevien ihmisten parissa. Näin ollen ignatiaanista harjoituksista voi hyötyä, vaikka ei olisi katolinen, kristitty tai edes mitenkään erityisen hengellinen. (Martin 2020, 27-28.)

Ignatiaanista näkökulmasta käsin ihmisen tulisikin kasvaa sellaiseksi, kuin hän jo pohjimmiltaan on. Kaikilla ihmisillä on elämässään yksilöllinen kutsumus, jonka Jumala on istuttanut ihmisen sisimpään, josta se ilmenee ihmisen syvimpinä kaipauksina. Ihmisen taidot, lahjat ja persoonallisuus ovat myös Jumalan luomia ominaisuuksia. Kaikki tarvittava on jo ihmisessä valmiina. Syvimpien kaipauksien toteuttaminen tuottaa iloa ihmiselle itselleen sekä koko maailmalle. Elämän suurin kutsumus onkin, että ihminen kasvaa todelliseksi itsekseen. (Martin 2010, 378-379.)

Ignatiaaninen perinne antaa hengelliselle ohjaajalle hyvin joustavan, mukautuvan ja myötätuntoisen tavan tarkastella ohjattaviaan ja olosuhteita, joissa he elävät. Se ei erottele uskonnollisia tai ei-uskonnollisia etsijöitä vaan tarjoaa molemmille ryhmille mahdollisuuden spiritualiteetin syvenemiseen. Näin ollen se myös vapauttaa ohjaajan oman opillisen agendan jakamisesta ja luo hengelliselle ohjaukselle moderniin maailmaan soveltuvat puitteet.

4.3 Ignatiaanisen spiritualiteetin haasteet (ja ratkaisut)

Ignatius Loyola syntyi 1400-luvun lopussa (Sievers 2012, 13). Hänen kirjoituksensa, niissä käytetty kieli ja ajatukset, luonnollisesti pohjaavat kyseiseen aikakauteen. Tuosta ajasta nousevat termistöt, kuten henkien erotteleminen, saattavat tuntua modernista ihmisestä vieraille.

Ignatiuksen perintö kuitenkin elää Jesuiittaveljestön keskuudessa. Esimerkiksi Loyola Press kustantamo julkaisee ignatiaanista spiritualiteetista ammentavaa kirjallisuutta, jotta ihmiset voisivat edelleen modernissa maailmassa Ignatiuksen inspiroimana löytää Jumalan kaikkialta

(Loyola Press 2021). Suomessa kokemusperäisesti ignatiaanista spiritualiteettia voi elää todeksi erilaisissa koulutuksissa, tapahtumissa ja retriiteissä. Näistä löytyy tietoa esimerkiksi hiljainetila.fi ja hiljaisuudenystavat.fi sivuustoilta. Ulkomailla on mahdollisuus osallistua myös Jesuiittojen retriittikeskuksissa järjestettäviin retriitteihin (Jesuits 2021d).

Termistön ja kielen lisäksi toinen haaste nousee Ignatiuksen maailmankuvasta. Ignatius eli maailmanaikaa, jolloin Jumalan olemassaoloa ei varsinaisesti kyseenalaistettu. Justin Barretin mukaan ateismi syntyi varsinaisesti vasta teollisen vallankumouksen jälkeen eli 1700 ja 1800 lukujen vaihteessa (Sillfors 2014, 10). Vaikka ihmiset ennen tuota aikaa olisivat eronneet organisoidusta uskonnosta, he säilyttivät kuitenkin uskon yliluonnolliseen (Sillfors 2014, 10). Näin ollen Ignatius ei varsinaisesti ota kantaa ateistiseen ajatteluun.

Ignatius Loyola oli myös katolinen, joten alun perin hengelliset harjoituksetkin olivat sidoksissa katolisen kirkon oppiin (Lehtiö 2006, 218). Tämä voi henkilökohtaisella tasolla muodostua ongelmaksi luterilaisen (tai jonkin muun) kirkon jäsenelle. Kuitenkaan harjoituksia käytettäessä tunnustuskunta ja opilliset kysymykset eivät ole olennaisia, eivätkä varsinaisesti nouse esiin (Lehtiö 2006, 218). Ignatiuksen kokemusmaailmassa spiritualiteetti ja uskonto liittyivät kiinteästi yhteen (Martin 2010, 27-28). On mahdollista, että hengellinen, ei-uskonnollinen etsijä kaivaa valtauskonnosta nousevaa oppia ja siihen liittyvää uskonnollista kielenkäyttöä.

Ignatiaanisen hengellisen ohjauksen näkökulmasta käsin erilaiset katsomukset eivät kuitenkaan ole ongelma. Kuka tahansa voi hyötyä ignatiaanisesta spiritualiteetista (Martin 2010, 28). Ignatiaaninen spiritualiteetti ei ole myöskään arkielämästä erillinen asia (Lehtiö 2006, 218). Näin ollen kysymys on pohjimmiltaan siitä, haluaako moderni ihminen antaa ignatiaaniselle spiritualiteetille mahdollisuuden.

5 SPIRITUAALINEN SENSITIIVISYYS – MAHDOLLI- SUUS PAREMPAAN KOHTAAMISEEN

Hengellisyiden kenttä on tällä hetkellä Suomessa hyvin monimuotoinen. Vaikka uskonnottoisuus on lisääntynyt, samaan aikaan erilaisten katsomusten määrä on kasvanut (Salomäki, Hytönen, Ketola, Salminen, Sohlberg 2020a, 6). Tällaisessa ympäristössä toimiminen vaatii monipuolisia vuorovaikutus- ja kohtaamistaitoja. Näin ollen spirituaalinen sensitiivisyys ja uskonnonlukutaito ovatkin hengellisen ohjaajan tärkeimpiä työkaluja. Niistä voivat kuitenkin hyötyä kaikki muutkin ihmisten parissa työskentelevät henkilöt. Tässä luvussa avaan näitä käsitteitä sekä niiden merkitystä tarkemmin. Myös edellisessä luvussa esitelty ignatiaaninen perinne tarjoaa monia helposti sovellettavia menetelmiä, jotka tukevat spirituaalisesti sensitiivistä kohtaamista.

Uskontolukutaito auttaa erilaisten uskontojen ymmärtämisessä ja tulkitsemisessä. Uskontolukutaito pitää sisällään kaiken sen osaamisen ja tiedon, mikä liittyy erilaisten uskontojen ymmärtämiseen sekä tulkitsemiseen. Sen edellytyksenä ovat tiedot eri uskonnoista, moraalisesta mielikuvituksesta ja uskonnollisen kielen ymmärtämisestä. Katsomuslukutaito tarkoittaa käytännössä samaa asiaa, mutta sisältää myös virallisten uskontojen ulkopuolelle jäävät katsomukset. Katsomus- ja uskontolukutaidon avulla voidaan luoda yhteyksiä eri uskontoperinteiden, ja sitä kautta yksilöiden, välille. Niiden ajatellaan tukevan sosiaalista osallisuutta. (Nikkanen 2020, 50-51.)

Spirituaalinen sensitiivisyys liittyy vahvasti katsomus- ja uskontolukutaitoon. Sillä tarkoitetaan herkkyyttä ja osaamista, jonka avulla toisen ihmisen hengellisyys tai vakaumus kohdataan ja huomioidaan kunnioittavasti. Spirituaalisesti sensitiivisessä työotteessa työntekijä käyttää uskonnonlukutaitoa, kunnioittaa asiakkaan vakaumusta ja kohtaa asiakkaan kokonaisvaltaisesti ja myötätuntoisesti. Tähän päästäkseen työntekijällä on oltava riittävä itsetuntemus omasta vakaumuksestaan ja hengellisyydestään. Hänen tulisi osata reflektoida omaa hengellisyyttään, tiedostaa vahvuuksiaan ja heikkouksiaan sekä voimavarojaan. (Nikkanen 2020, 52.)

Megatrendillä tarkoitetaan eri ilmiöistä koostuvaa laajaa muutosta, jonka kehityssuunnan uskotaan pysyvän samankaltaisena tulevaisuudessakin (Dufva 2020, 3). Sitran selvityksen mukaan yksi tulevaisuuden megatrendeistä on uskontojen ja ideologioiden merkityksen kasvu (Dufva 2020, 23). Länsimaalainen maallistumisprosessi ei ole globaali ilmiö. Perinteiset uskonnot ovat edelleen hyvin, vaikka niiden maantieteelliset painopisteet ovat muuttuneet (Sohlberg &

Ketola 2020, 45). Uskontojen moninaistuminen näkyy myös Suomen tilastoissa. Rekisteröityneiden uskonnollisten yhdyskuntien määrä on kasvanut Suomessa koko 2000 luvun ajan (Sohlberg, Ketola 2020, 48).

Spirituaalisesti sensitiivistä työtettä pidetään seurakunnan työntekijän keskeisenä osaamisena (Nikkanen 2020, 52). Vuoden 2020 diakoniabarometrissä todetaan, että uskontolukutaidon tarve tulee kasvamaan tulevaisuuden diakoniatyössä (Nikkanen 2020, 74). Globaaleita ilmiöitä tarkastellessa voidaan päätellä, että näille taidoille on tarvetta myös muiden ihmisten kanssa toimivien ammattilaisten keskuudessa. Esimerkiksi yhteisöpedagogin osaamiskompetensseissa mainitaan kyky työskennellä monialaisissa ja monikulttuurissa työympäristöissä (Humanistinen ammattikorkeakoulu 2021a). Spirituaalisesti sensitiivinen työote voi toimia yhtenä tärkeänä työvälineenä maahanmuuttajataustaisten nuorten ja työyhteisönjäsenten kohtaamisessa.

Spirituaalisesti sensitiivistä työtettä tarvitaan myös kantaväestön keskuudessa. Peppi Sievers kertoo väitöskirjassa ”Uskonnollisten ja hengellisten kysymysten käsittely suomalaisissa psykoterapioissa”, että usein terapiaan hakeutuvan asiakkaan huolena on, pystyykö psykoterapeutti käsittelemään hänen kanssaan uskontoon liittyviä kysymyksiä, mikäli ne ovat asiakkaan elämän kannalta oleellisia (Sievers 2016,1). Samanlainen huoli terapiasuhteen onnistumisesta ei nouse esiin esimerkiksi seksuaalisuuteen tai aggressioon liittyvissä kysymyksissä (Sievers 2016,1).

Jos uskontoon liittyvien asioiden käsittely koetaan asiakkaan puolelta haastavana terapiasuhteessa, voidaankin kysyä, miten vaikeaa näistä asioista puhuminen on lyhyemmissä kohtaamisissa, esimerkiksi nuoren ja nuorisotyöntekijä välillä? Osaako nuorisotyöntekijä kohdata nuoren kokonaisuutena, johon kuuluu myös spirituaalinen tai uskonnollinen puoli? Tunnistaako organisoidusta uskonnosta vieraantunut suomalaisnuori itsekään omaa spiritualiteettiaan?

Tämän opinnäytetyön kehittämistehtävänä on Helsingin seurakunnan järjestämän Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen kehittäminen. Ignatiaanisesta spiritualiteetista ammentava koulutus tarjoaa osallistujalle mahdollisuuden oman hengellisyytensä tutkimiseen ja kykyyn ymmärtää spiritualiteettiin liittyviä kysymyksiä. Tunnustukselliset näkemykset eivät nouse oleellisesti esiin ignatiaanisia menetelmiä käytettäessä (Lehtiä 2006, 218). Niitä voidaan sujuvasti soveltaa erilaisista kulttuuritaustoista tai katsomuksista tuleviin henkilöihin.

Näin ollen kyseinen koulutus sopii myös lisäkoulutukseksi kaikille, jotka haluavat oppia lisää spiritualiteettiin liittyvistä kysymyksistä, siihen liittyvistä ilmiöistä ja niistä puhumisesta. Hen-

gellisen ja henkisen kasvun ohjaaja-koulutus antaa osallistujalle lisätaitoja spirituaalisesti sensitiiviseen kohtaamiseen esimerkiksi monikulttuurisessa työssä ja auttaa ihmisen kokonaisvaltaisten voimavarojen tukemisessa.

Ilman riittävää ymmärrystä spiritualiteetista, uskonnoista ja niihin liittyvistä ilmiöistä, on hengellisenä ohjaajan toimiminen lähes mahdotonta. Nykyajan liberaalit asenteet ovat usein vastakkain perinteisten uskonnollisten traditioiden kanssa. Tämä näkyy tällä hetkellä vuonna 2021 esimerkiksi julkisessa keskustelussa, jossa pohditaan kirkon suhdetta seksuaalivähemmistöihin. Riittävä ymmärrys edellä mainituista ilmiöistä auttaa hengellistä ohjaajaa kestämaan uskonnollisella kentällä vallitsevaa arvoriistiriitaa ja kohtaamaan ihmiset tasa-arvoisesti ja myötätuntoisesti, riippumatta heidän mielipiteistään tai edustamistaan asioista.

6 KOULUTUSRYHMÄ YKSILÖN KASVUN TUKENA

Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutus sisältää teorian lisäksi itsereflektiota ja ryhmäistuntoja. Käyn tässä luvussa yleisellä tasolla läpi joitakin ryhmäprosessiin liittyviä ilmiöitä, jotka määrittelevät sen, miltä ryhmässä työskentely osallistujasta tuntuu. Ryhmänohjaajan tulisi tunnistaa näitä ilmiöitä ja auttaa ryhmää kasvamaan yksilöä tukevaksi elementiksi. Tässä luvussa käytetty teoria on yhteisötyönohjauksen teoriaa. Vaikka se käsittelee ensisijaisesti työyhteisöjen ohjausta, on se sovellettavissa hyvin tämänkaltaiseen koulutukseen, missä ryhmäprosessi ja itsetuntemus nousevat yhtä tärkeälle sijalle kuin sisällöllisesti opiskeltavat asiat. Ryhmäilmiöt ovat myös lähtökohtaisesti yleistettävissä kaikenlaisiin ryhmiin.

6.1 Luottamus ja vuorovaikutus turvallisuuden rakentajina

Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksessa jaetaan hengellisyyteen liittyviä asioita ryhmässä. Niihin liittyvät kokemukset ovat usein hyvin henkilökohtaisia ja syvällisiä. Jotta jakaminen onnistuu luontevasti, tarvitsee ryhmä keskinäistä luottamusta. Luottamus onkin yksi ryhmässä tapahtuvan työskentelyn perusedellytyksistä (Kaasalainen 2019, 15). Luottamusta rakennetaan henkilöiden välillä tapahtuvassa vuorovaikutussuhteessa. Luottamus ja vuorovaikutussuhteet rakentuvat samankaltaisista elementeistä. Ne eivät kuitenkaan ole automaatioita, vaan niitä on ylläpidettävä aktiivisesti. (Kaasalainen 2019, 15.)

Yhteisöjen sisällä esiintyy usein erilaisia vuorovaikutussuhteita. Toiset ovat toimivia ja ne edistävät ryhmän sisäistä yhteistyötä. Toiset taas ovat toimimattomia ja ne heikentävät ryhmän toimintaa. Luottamus luonnollisesti rakentuu helpommin toimivissa vuorovaikutussuhteissa. Toimiva vuorovaikutus suhde ei kuitenkaan takaa ikuista luottamusta, vaan siihen voi tulla säröjä tai se saatetaan menettää kokonaan. (Kaasalainen 2019, 15.)

Luottamus, tai sen puute, rakentuu ryhmässä joka tapauksessa. Se voi olla tiedostettua tai tiedostamatonta. Ohjaajan tehtävänä onkin ryhmäprosessin onnistumiseksi tehdä tästä prosessista mahdollisimman tiedostettu. Näin ne seikat, jotka vaikuttavat luottamuksen syntyyn tai kokeamiseen tulisi saattaa ryhmän tietoisuuteen. (Kaasalainen 2019, 15.)

Vaikka vuorovaikutus ja luottamus liittyvät vahvasti yhteen, hyvä vuorovaikutus ei ole taatellista luottamuksesta. Ryhmän sisäinen vuorovaikutus voi näyttäytyä mukautuvana, pol-

veilevana ja joustavana, mutta ryhmä ei pysty kuitenkaan asettumaan syvälliseen asioiden tarkastelemiseen tai kehittämiseen. Keskustelu tapahtuu yleisellä tasolla, eikä omista mielipiteistä, tunteista tai kokemuksista uskalleta puhua. Tällöin on kyse luottamuksen puutteesta johtuvasta turvattomuudesta. Silloin ryhmä pelkää, että asioiden nostaminen yhteiseen tarkasteluun vain lisää turvattomuuden tunnetta. (Kaasalainen 2019, 15-16.) Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutukseen ei ole varsinaisia pääsyaatimuksia, joten osallistujat saattavat edustaa hyvinkin erilaisia katsomuksia. Ryhmän sisäisen luottamuksen rakentaminen onkin välttämätöntä, jos keskustelussa halutaan saavuttaa pintaa syvällisempi taso.

Vastaavasti taas ryhmässä voi vallita todellinen luottamus, mutta ryhmän vuorovaikutustaidot saattavat olla puutteelliset. Tällöin ryhmä uskalttaa nostaa esiin kiperiäkin pulmia, mutta todennäköisesti joutuu sen seurauksena selvittämään erilaisia väärinymmärryksiä ja tulkintoja. Tällöin ryhmä hyötyy vuorovaikutustaitojen opettelemisesta. Näitä ovat esimerkiksi kuuntelu sekä palautteen antaminen ja vastaanottaminen. (Kaasalainen 2019, 16.) Ryhmänvetäjä voi tarvittaessa lisätä näihin liittyviä harjoitteita esimerkiksi pienryhmissä.

Yhteisöohjaaja Anu Kaasalaisen kokemuksen mukaan vuorovaikutukseen liittyviä, tai siitä johtuvia, pulmia on helpompi ratkaista kuin luottamuksen puutteesta nousevia ongelmia. Tämä voisi selittyä sillä, että luottamus sekä sen rakentuminen liittyvät vahvasti koko yhteisön ja sen jäsenten arvoihin. Mitä lähempänä ollaan yksilön arvomaailmaa, sitä merkityksellisempinä asiat koetaan. Jos yhteisön jäsen toimii arvojen vastaisesti, saattaa hän menettää luottamuksen pitkäksi aikaa tai jopa kokonaan. (Kaasalainen 2019, 17.)

Luottamus ja sen luoma turvallisuus liittyvät näin ollen vahvasti ryhmän jakamiin arvoihin. Yhteisöllisyyttä, vastavuoroisuutta ja luottamusta edistäviä arvoja ovat esimerkiksi tasavertaisuus, osallisuus, vastuullisuus, läpinäkyvyys ja johdonmukaisuus. Kaikkien ryhmän jäsenten tulisi sitoutua näihin arvoihin. Ryhmän ohjaaja toimii esimerkkinä ryhmälle perustaen oman toimintansa tälle arvopohjalle ja ohjaa myös ryhmää toimimaan sen mukaan. (Kaasalainen 2019, 17.) Käytännössä arvoja voidaan tuoda esiin kirjaamalla niitä ylös huoneentauluksi tai keskustelemalla niistä. Erilaisia turvallisemman tilan-periaatteita on kirjattu paljon ja niistä voi muokata omalle koulutusryhmälle sopivan paketin.

Yksilön kokemat tunteet vaikuttavat myös vahvasti luottamuksen syntyyn. Luottamus syntyy helpommin sellaisiin henkilöihin, joita kohtaan koetaan positiivisia tunteita. Negatiiviset tunteet taas vaikeuttavat luottamuksen syntymistä. Luottamuksen puute heijastelee usein taustalla

olevaa turvattomuuden tunnetta. Turvattomuus johtaa siihen, että ryhmässä ei uskalleta ottaa puheeksi niitä asioita, jotka olisivat ryhmän kehittymisen kannalta kaikkein merkityksellisimpiä. (Kaasalainen 2019, 17.)

Tavoitteellinen ryhmäohjaus tarkoittaa, että ryhmä on kokoontunut yhteen jonkin määrätyn asian takia. Tässä tapauksessa kyseessä on koulutusryhmä. Tällöin ryhmän jäsenet ovat mukana omasta roolistaan käsin, koulutuksen osanottajina. Kuitenkin roolin ulkopuolisten, henkilökoh- taisten asioiden, jakaminen vahvistaa tuttuuden tunnetta ryhmän sisällä (Kaasalainen 2019, 18). Tuttuudella taas on merkittävä vaikutus ryhmän sisäisen luottamuksen vahvistamiseen. Ohjaaja ei voi vaatia ryhmän jäseniä kertomaan itsestään muulle ryhmälle yhtään sen enempää, kuin jäsen itse haluaa. Erilaiset toiminnalliset menetelmät voivat kuitenkin tarjota mahdollisuuden siihen, että ryhmä voi jakaa itsestään myös henkilökohtaisempia asioita ja näin kasvattaa ryh- män sisäistä turvallisuuden tunnetta. (Kaasalainen 2019, 18.) Vuosina 2020-2021 Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutus sisälsi myös toiminnallisia menetelmiä, kuten yhteistä me- ditaatiota, kuvatyöskentelyä ja tekstien pohdiskelua. Nämä ovatkin hyviä keinoja tuttuuden ja sitä kautta turvallisuuden vahvistamiseen.

Eräs luottamukseen vahvasti liittyvä ilmiö, josta ohjaajan tulee olla tietoinen, on niin sanottu syytetyn penkki. Tällöin ryhmä ei käsittele asioita tai tapahtumia olemassa olevina ilmiöinä, vaan niille halutaan löytää syyllinen. Tällöin ryhmä nostaa esiin yhden henkilön, jonka ajatel- laan olevan vastuussa jostakin epäkohdasta. Hänestä tulee syyllinen. Pohja-ajatuksena on, että jos kyseinen henkilö vain toimisi toisin, kaikki muuttuisi paremmaksi. (Kaasalainen 2019, 21.)

Tällainen ajattelu tai toiminta kuitenkin pohjimmiltaan lisää ryhmän turvattomuutta. Syytetty henkilö syyllistyy ja kokee, että ryhmä ei luota häneen. Toisaalta hän ei myöskään itse pysty enää luottamaan ryhmään. Usein näissä tilanteissa myöskään syyttäjät eivät pysty näkemään oman toimintansa vaikutusta vaan syyttävä sormi kohdistuu ainoastaan yhteen henkilöön. Syy- tetyn penkille saattaa joutua myös ryhmän ohjaaja, jolloin ryhmä ikään kuin ulkoistaa sisäiset ongelmansa hänelle. (Kaasalainen 2019, 21-22.)

Ohjausprosessissa ohjaajan tulee osata ottaa vastaan tämänkaltaiset syytteet, mutta hänen tulisi myös ohjata ryhmän jäseniä tarkastelemaan sekä arvioimaan omaa toimintaansa ja osuuttaan tapahtuneeseen. Ohjaajan ammattitaitoa on nostaa käsittelyyn kipeät aiheet, joita tarkastellaan

objektiivisesti ja faktaperusteisesti. Ohjaajan tulee osoittaa oikeanlaista empatiaa ja ymmärrystä. Ryhmää ohjataan ratkaisukeskeiseen ja tulevaisuusorientoituneeseen toimintaan. Tällainen toiminta rakentaa pikkuhiljaa ryhmän luottamusta. (Kaasalainen 2019, 22.)

Hengellisessä ohjauksessa niin tärkeät elementit; kuuntelu, itsetuntemus ja oman toiminnan reflektio, nousevatkin avaintekijöiksi myös silloin, kun koulutusryhmä ajautuu tilanteeseen, jossa se ei löydä yhteistä säveltä. Niiden avulla voidaan vapauttaa yksittäiset henkilöt syytetyn penkiltä ja ryhmä voi kehittyä kohti sisäistä turvallisuutta. Samalla yksilöt harjaantuvat myös hengellisen ohjauksen ydintaitojen käyttämisessä.

6.2 Vuorovaikutuksen kehät ryhmäprosessissa

Dialogisuus ja taitava keskustelu muodostavat tärkeän lähtökohdan yksilön ja yhteisön kasvulle sekä kehittymiselle (Kekkonen 2019, 63). Yhteisöjen tai organisaatioiden oppimiseen liittyy kolme tekijää: yksilöt, konteksti ja prosessi. Kaikkein oleellisimpia ovat yksilöt. He ovat niitä, jotka vuorovaikuttavat ja oppivat. Yhteisö on se konteksti, jossa oppiminen tapahtuu. Yksilöiden ja kontekstin välisestä vuorovaikutussuhteesta muodostuu oppimisprosessi. (Kekkonen 2019, 64). Yhteisöissä tapahtuvaa oppimisprosessin tasoa voidaan kuvailla yksi-, kaksi-, tai kolmikehäiseksi (Kekkonen 2019, 63-64).

Yksikehäisessä vuorovaikutuksessa yksilö pyrkii toimimaan entisen toimintamallinsa mukaisesti. Yksilö ajattelee itse olevansa oikeassa. Tästä seuraa, että jos joku on hänen kanssaan eri mieltä, yksilö tulkitsee heti toisen olevan väärässä. Yksilö etsii koko ajan lisää argumentteja, joilla voi todistaa toisen ajatukset vääriksi ja omansa oikeiksi. Tähän tapaan orientoitunut ihminen ei etsi uusia toimintamalleja tai ratkaisuja. Yksikehäisessä toimintamallissa ihminen ei koskaan kyseenalaista omaa toimintaansa tai perustele sitä. Hän ei myöskään kysele perusteluja toisen vastakkaiselle mielipiteelle. Tällöin ihmisen tulkintaa toisesta ohjaavat hänen omat uskomuksensa, asenteensa ja ajattelumallinsa. (Kekkonen 2019, 64.)

Yksikehäisessä vuorovaikutuksessa korostuu yksilön tarve ratkaista ongelmat syyttämällä muita. Ihminen ei hahmota oman toimintansa vaikutuksia, eikä ole kiinnostunut reflektoimaan niitä. Hän kokee epäonnistumiset ikään kuin kasvojen menettämisenä ja häpeänä. Pahimmillaan tällainen kokemus aktivoi tunneprosessin, jossa syyllisyys ja epäonnistuminen muuttavat ihmisen minäkäsitystä. Yksikehäinen vuorovaikutus liittyykin vahvasti oman minän turvaamiseen

ja suojaamiseen. Ihminen pystyy sen avulla säilyttämään käsityksensä itsestä ja toisista. (Kekkonen 2019, 64-65.)

Yksikehaisellä oppimismallilla asiat koetaan hyvin henkilökohtaisina. Tällöin ihminen ei koe, että ryhmässä keskustellaan asioista ja ilmiöistä yleisellä tasolla vaan ne henkilöityvät juuri häneen. Asioiden esiin ottaminen tuottaa häpeää ja kasvojen menetystä. Tämä johtaa ryhmässä tapahtuvan rakentavan vuorovaikutuksen puuttumiseen. Yksikehaisellä vuorovaikutusmallilla toimiva ihminen etsii tuekseen muut samalla tavalla ajattelevat ihmiset. Tällöin ryhmässä syntyy valta-asetelmia, joissa puolet on valittu ja toista osapuolta pidetään syyllisenä ryhmässä tapahtuviin ongelmiin. (Kekkonen 2019, 65-66.) Ykköskehällä toimiminen on ryhmäprosessissa helposti turhauttavaa ja tuhoavaa. Sen keskiössä on minä-keskeinen ajattelu. (Humala 2019, 73.)

Kun keskustelussa ovat uskontoon ja hengellisyysen liittyvät asiat, ollaan keskustelussa hyvin lähellä ihmisen ydinarvoja ja sitä kautta ihmisen ydinminuutta. Tarve itsensä ja ominen käsitystensä suojelemiseen syntyy helposti. Jotta ryhmä pääse pois yksikehaisen oppimisen ja vuorovaikutuksen tasolta täytyy ihmisen reflektoida itseään, tunnistaa omia toimintamallejaan, asenteitaan ja ajattelutapojaan (Kekkonen 2019, 66). Oma minäkäsitys ja toiminta tulee asettaa tarkasteltavaksi. Tämän onnistuminen vaatii riittävän turvallisen ryhmän tai yhteisön. Turvallisen tilan lisääminen vaatii yhteisössä aitoa kohtaamista ja vuorovaikutusta. Tämä vaatii ymmärrystä edellä kuvatusta yksikehaisestä vuorovaikutuksen tasosta. Hyvä ohjaus auttaa yhteisöä ja yksilöä tutkimaan toimintaansa ilman syyllisyyttä. Tällöin asioista ja ilmiöistä voidaan puhua ilman, että ne koetaan henkilökohtaisina syytöksinä. (Kekkonen 2019, 66-67.)

Kaksikehaisessä vuorovaikutuksessa ryhmä pystyy kyseenalaistamaan vallitsevia toimintatapoja, normeja, arvoja tai olosuhteita. Kaksikehäinen vuorovaikutus perustuu ajatukselle, että toisilla voi olla parempia näkemyksiä, kuin henkilöllä itsellään. Kuuntelemisen merkitys vuorovaikutuksessa on korostunut. Asioiden, ilmiöiden ja tilanteiden läpikäyminen ryhmässä on vakiintunut toimintatapa. Vaikka aiheet saattaisivat herättää aluksi vahvojakin tunteita, pääse ryhmä niistä yli ja keskustelusta muotoutuu lopulta hyvä prosessi. (Kekkonen 2019, 67.)

Kaksikehaisessä vuorovaikutuksessa ihmiset eivät etsi syyllisiä vaan ratkaisuja. Toista ihmistä ei koeta uhkana, vaikka hän ajattelisi eri tavalla, kuin henkilö itse. Parhaimmillaan tämä johtaa siihen, että ryhmässä tai yhteisössä syntyy yhteinen kieli ja yhteinen ymmärrys asioista. Ryhmä luo jaetun käsityksen todellisuudesta ja heille kehittyy yhteinen näkemys. Tällainen ryhmä on

turvallinen. Ihmisen ei tarvitse suojautua, puolustautua tai torjua muita. Turvallisessa tilassa ihminen uskaltautuu tutkimaan erilaisia ilmiöitä ja hän voi oppia omasta sekä muiden toiminnasta. (Kekkonen 2019, 68.)

Kaksikehäisen vuorovaikutuksen tasolle pääseminen vaatii, että ihmisen käsitys itsestä on vakaa. Toisen ihmisen mielipide ei vaikuta siihen. Myöskään oma mielipide ei ole minuutta. Tällöin ihminen osaa nähdä myös asioiden laajemmat ja monimuotoisemmat yhteydet. Ihminen kykenee kuuntelemaan toisia aidosti ja pystyy oivaltamaan asioiden taustalla olevia uskomuksia, käsityksiä, arvoja, asenteita ja näkemyksiä. Omaa mielipidettä voi myös muuttaa. Toisen, mahdollisesti omista eriävät näkemykset, nähdään yhteisöä rikastuttavana tekijänä. Ihminen ei koe hylätyksi tulemisen tai hajoamisen kokemuksia, vaikka yhteisö ei kannata hänen ajatuksiinsa tai jopa kyseenalaistaa hänen mielipiteensä. Jos vuorovaikutustilanteessa on päästy kahden kehän palautejärjestelmän tasolle, poistuvat ihmiset sieltä aidosti hyvällä mielellä ja voimaantuneina. (Kekkonen 2019, 69-70.) Kakkoskehää kuvataan ryhmäprosessissa ravitsevaksi ja ruokkivaksi. Sen keskiössä on me-ajattelu. (Humala 2019, 73.)

Kolmikehäisessä vuorovaikutusjärjestelmässä toimittaessa oppimisesta tulee ihmistä uudistavaa. Ihminen haastaa itsensä näkemyksensä ja perusolettamuksensa syvälliseen tutkimiseen. Asioiden ja ilmiöiden syvälinen reflektointi vapauttaa ihmisen hänen uskomuksistaan, asenteistaan, arvoistaan ja tunteistaan, jotka ovat aiemmin rajoittaneet häntä ja vääristäneet hänen elämäkokemustensa tulkintaa. (Kekkonen 2019, 70.)

Tämä lisää ihmisen sisäistä vapautta liittyä toisten näkemyksiin, kokemuksiin ja toimintaan. Hän on toisten seurassa luontevasti. Kolmoskehällä ihmisen ajattelu liikkuu vapaana asioiden, toimintojen, toimintatapojen, käsitysten, arvojen, asenteiden, uskomusten, yhteisön ja kontekstin sisälle ja ulkopuolelle. Ulkoiset ja sisäiset tekijät eivät tällöin rajoita ihmisen vuorovaikutusta tai luovaa ilmiöiden tarkastelua. (Kekkonen 2019, 70.)

Kolmikehäisessä palautejärjestelmässä ryhmä tutkii ja tarkastelee asioita yhdessä. Ilmiöitä hahmotetaan kokonaisvaltaisesti helikopteriperspektiivistä. Asioista keskustellaan asioina. Tämä johtaa ryhmässä luovaan oppimiseen ja uuden ajattelutavan löytämiseen. (Kekkonen 2019, 71.)

Jotta ryhmä saavuttaisi tämänkaltaisen dialogin tulee sen olla joustava, sen täytyy kyetä muuttamaan arvojaan ja asenteitaan, jotta ryhmän tunteet muuttuvat. Tunteiden muuttuminen johtaa tekemisen ja toiminnan muuttumiseen. Tällaisessa ryhmässä yksilö on valmis muuttamaan omaa näkökulmaansa. Hän on yksilötasolla valmis ottamaan vastuuta prosessin etenemisestä ja

luo yhteistä sosiaalista todellisuutta yhdessä muiden kanssa. Parhaimmillaan ryhmä saavuttaa jaetun Flow-tilan. Vastakkaiset totuudet eivät aiheuta pelkoa tai ristiriitaa, vaan ne ovat mahdollisuus rakentaa jotain aivan uutta. Pelko onkin yksi suurimpia dialogin esteitä. Jos ihminen pelkää toisissa syntyviä tunteita tai niiden ilmaisuja, ei ryhmä pääse keskustelemaan todellisella kolmikehäisen vuorovaikutuksen tasolla. (Kekkonen 2019, 71-72.)

Kolmoskehällä asioiden käsittely on refleктоivaa ja pyrkii tulevaisuuden ennakoimiseen. Asioihin puututaan ajoissa, jotta ne eivät muodostu ongelmiksi tulevaisuudessa. Oppiminen tällä tasolla on pohjimmiltaan oman maailmasuhteen muuttumista dialogin avulla. Toisten hyväksyminen realisoituu voimauttavassa vuorovaikutuksessa. (Kekkonen 2019, 72.) Kolmoskehää kuvataan kasvun ja kehityksen kehänä. Sen kantavana näkemyksenä onkin ”yhdessä”. (Humala 2019, 73.) Tällaisen ryhmäkokemuksen jakaminen on yksilöille terapeutista ja tukee yksilön omaa hengellistä kasvua.

Näin ollen ryhmän saavuttama vuorovaikutuksen, dialogisuuden ja voimaantumisen taso riipuvat monesta asiasta. Onnistunut ryhmäprosessi koulutuksen yhteydessä vaatii yksilöiltä kykyä reflektoida omaa toimintaansa ja kykyä kohdata toinen ihminen avoimesti. Kuten edellä todettu, turvallisuuden tunne on avaintekijä onnistuneeseen ryhmäprosessiin. Ryhmänohjaajan tärkeimpiä tehtäviä onkin tunnistaa ryhmässä tapahtuvia ilmiöitä, edistää ryhmän turvallisuuden tunnetta ja vastuuttaa jokaista ryhmän jäsentä omasta roolistaan ryhmässä. Turvallisen ryhmän muodostuminen ei ole yksin ohjaajan vaan kaikkien ryhmän jäsenten vastuulla.

Ryhmäprosessi tarjoaa osallistujalle myös mahdollisuuden reflektoida siinä saatuja kokemuksia suhteessa omaan ohjaajuuteensa. Koulutusryhmä ei aina saavuta syvällistä ja turvallista jakamisen tasoa, joka toisi kokemuksen siitä, että ryhmä kantaa yksilöä. Tällöin kuitenkin osallistujan henkilökohtainen reflektio siitä, mikä meni pieleen, mahdollistaa sen, että hän voi tulevaisuudessa omassa ohjaustyössään pyrkiä välttämään näitä sudenkuoppia. Toisaalta kokemus onnistuneesta prosessista tarjoaa maalin, jota kohti voi kuljettaa omia ohjattaviaan. Hengellisen ohjauksen yksi hienouksista onkin siinä, että kaikkia elämäkokemuksia, olivatpa ne positiivisia tai negatiivisia, voidaan käyttää tukena omassa kasvuprosessissa ja oman ohjaajuuden vahvistamisessa.

7 OPINNÄYTETYÖSSÄ KÄYTETTÄVÄT TUKIMUSMENETELMÄT

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kehittää Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutusta siten, että yhä useampi koulutuksen käynyt myös toimisi hengellisenä ohjaajana. Perimäinen tutkimuskysymys onkin löytää ne tekijät, jotka tukevat hengellisenä ohjaajana toimimista. Tarkoituksena on myös tehdä näkyväksi sitä, miten kyseinen koulutus koetaan tällä hetkellä eli mikä siinä on toimivaa ja mikä taas osallistujien mielestä kaipaisi muutosta.

Kyseessä on laadullinen tutkimus, jossa haastatellaan Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaajakoulutuksen käyneitä henkilöitä. Vaihtoehtoina osallistujille on joko kasvokkain tapahtuvan henkilöhaastattelu tai kirjallinen kysely. Kirjallisen vaihtoehdon tarjoamisen tavoitteena tässä opinnäytetyössä on lisätä osallistujien määrää ja madaltaa osallistumiskynnystä. Opinnäytetyön toteutuksen aikaan vuonna 2021 koronapandemia oli edelleen voimissaan, joten ihmisten halukkuus kasvokkain tapahtuviin haastatteluihin ei välttämättä ollut kovin suurta.

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena yleisesti ottaen on kuvata ilmiöitä tai tapahtumia (Tuomi & Sarajärvi 2018, 73). Sillä voidaan pyrkiä myös toiminnan ymmärtämiseen tai ilmiön teoreettiseen tulkintaan (Tuomi ym. 2018, 73). Näin ollen se sopii menetelmäksi tähän opinnäytetyöhön, jossa pyritään ymmärtämään mitkä tekijät tukevat hengellisenä ohjaajana toimimista.

Haastattelu ja kysely ovat yleisiä laadullisen tutkimuksen aineistonkeruu menetelmiä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 62). Haastattelua ja kyselyä käytetään sen selvittämiseen, mitä ihminen ajattelee tai miksi hän toimii tietyllä tavalla (Tuomi ym. 2018, 63). Kysely ja haastattelu ovat samankaltaisia, mutta niissä on kuitenkin eroavaisuuksia. Haastattelussa haastatteli esittää suullisesti kysymykset ja merkitsee vastaukset muistiin. Kyselyn osallistuja voi täyttää kotonaan ilman vuorovaikutustilannetta haastattelijan kanssa. Haastattelu on kyselyä joustavampi vaihtoehto ja mahdollistaa asioiden toistamisen, tarkentamisen tai uudelleen muotoilun. (Tuomi ym. 2018, 63.) Kyselyssä oletetaan, että vastaajalla on riittävä kyky kirjalliseen tuottamiseen ja kysymysten ymmärtämiseen (Tuomi ym. 2018, 64). Haastateltavilla tulee olla riittävästi tietoa tai kokemusta tutkittavasta asiasta (Tuomi ym. 2018, 73).

Haastattelun muodoksi valitsin puolistrukturoidun haastattelun. Siinä kysymykset on laadittu ennakoon, mutta niiden järjestystä voi muuttaa (Ojasalo & Moilanen & Ritalahti 2015, 108).

Lisäksi sanamuodot voivat vaihdella ja haastatteliija voi jättää soveltumattomat kysymykset kysymättä. Vastauksista voi nousta esiin uusia kysymyksiä, jotka haastatteliija esittää. (Ojasalo ym. 2015, 108.)

Nauhoitan ja litteroin suulliset haastattelut. Litteroinnissa käytän kirjakieltä, koska tässä opinnäytetyössä haastattelujen sisältö on tärkeämpi kuin se, miten asiat sanotaan. Opinnäytetyön valmistuttua hävitän litteroinnit. Litteroinnin jälkeen pyrin aineiston tiivistämiseen ja tutkimuskysymysten kannalta olennaisten pelkistettyjen ilmauksien tai toistuvien teemojen etsimiseen. Vertailen näitä toisiinsa ja pyrin analysoimaan yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia.

Suurempia teemoja käsittelen varsinaisen aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla. Siinä pelkistetyt ilmaukset ryhmitellään ja niistä muodostetaan alaluokkia (Tuomi ym. 2018, 92). Tämän jälkeen alaluokat yhdistetään ja niistä muodostetaan yläluokkia, jotka lopulta yhdistyvät pääluokaksi ja siitä yhdistäväksi luokaksi, josta muodostetaan kokoava käsite. (Tuomi ym. 2018, 92). Luokkien määrän muotoutuminen riippuu aineistosta. Kaikista aineistoista pitäisi kuitenkin löytyä alaluokat ja kokoava käsite. (Tuomi ym. 2018, 94.)

Tämän jälkeen käyn läpi analysoinnin tulokset. Analysoinnin tavoitteena on tehdä näkyväksi henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutuksen hyvät sekä kehittämistä vaativat puolet. Laadin haastattelujen sisällön ja teorian pohjalta kehittämisehdotukset Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutukseen.

Näiden lisäksi käytän myös bechmarkkauksen eli vertailukehittämisen menetelmää. Benchmarkkauksessa pyritään oppimaan muilta saman alan toimijoilta ja soveltamaan omaan organisaatioon hyväksi havaittuja toimintatapoja (Ojasalo ym. 2015, 186). Tässä tapauksessa tutkin pienimuotoisesti, miten tämän kaltaisia yksityisiä ohjaajakoulutuksia Suomessa järjestetään. Pyrin löytämään vertailuun koulutuksia, joihin liittyy teorian lisäksi myös osallistujan oma kasvuprosessi.

Haastattelutilanteessa pyrin olemaan puolueeton ja antamaan haastateltavalle tilaa puhumiseen. Kuitenkin haastattelijan persoona ja olemus vaikuttavat aina haastattelun kulkuun sekä vuorovaikutustilanteeseen. Tälle asialle ei käytännössä voi mitään, mutta olen siitä itse tietoinen. Informoin haastateltavia myös omasta positiostani aiheeseen eli he tietävät, että olen myös itse käynyt Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutuksen. Tämä voi haastateltavien näkökulmasta olla negatiivinen tai positiivinen asia. He voivat ajatella, että aihe on liian lähellä minua tai, että minulla on siitä vahvoja omia mielipiteitä. Toisaalta taas se, että tunnen kyseisen

koulutuksen voi herättää haastateltavissa luottamusta ja turvallisuutta. Tutkimuksen tekemisessä pyrin eettisyyteen ja avoimuuteen.

8 HAASTATTELUAINEISTON KERUU

Opinnäytetyön kehittämisosio toteutettiin vuonna 2021. Keväällä lähetin silloisen Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen ryhmälle sähköpostiin viestin, jossa kerroin opinnäytetyöstä ja pyysin ihmisiä haastateltavaksi. Koronapandemia oli keväällä 2021 edelleen voimissaan, joten haastateltaville tarjottiin myös mahdollisuus osallistua kirjallisesti sähköpostin välityksellä tai etänä esimerkiksi Zoom-sovelluksen kautta.

Lisäksi lähetin heinäkuun alussa kutsun osallistua opinnäytetyöhön Hengelliset ohjaajat Helsingissä Facebook-ryhmään. Kyseiseen ryhmään on lisätty Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen käyneistä henkilöistä ne, jotka ovat sinne halunneet. Tällöin olin luonut valmiin kyselylomakkeen Google Forms-sovellukseen sähköpostin sijaan. Tämän toivoin madaltavan osallistumisen kynnystä, koska Formsin kautta vastaaminen tapahtui täysin anonyymisti. Kysely oli auki heinäkuun loppuun asti.

Sain mukaan kaiken kaikkiaan viisi osallistujaa. Kesällä 2021 tein kolme haastattelua kasvo- tusten ja kaksi henkilöä osallistui kirjallisesti. Humanistisen ammattikorkeakoulun opinnäyte- työoppaan mukaan viisi haastattelua on ammattikorkeakoulun perustutkinnossa riittävä ai- neisto, mikäli ne ovat sisällöllisesti relevantteja ja ovat keskeinen kehittämistyössä käytettävä aineisto (Humanistinen ammattikorkeakoulu 2021b).

9 HAASTATTELUIJEN ANALYYSI JA TULOKSET

9.1 Taustatietoa haastatteluista ja analyysistä

Jaoin haastattelukysymykset kolmeen osaan; taustakysymyksiin, kysymyksiin Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksesta sekä kysymyksiin hengellisenä ohjaajana toimisesta. Kysymykset löytyvät liitteestä 1. Niiden esittämisjärjestys vaihteli, eikä kaikilta haastateltavilta kysytty kaikkia kysymyksiä, jos ne eivät olleet sopivia. Joidenkin haastateltavien kanssa pysähdyttiin toisiin teemoihin pitemmäksi aikaa vapaasti muotoiltujen kysymysten kautta. Kasvokkain tapahtuvat haastattelut rönsyilivät aika paljon. Pyrin kuitenkin tässä analyysissä koamaan asiat oikeiden teemojen alle, riippumatta siitä, missä kohtaa haastattelua haastateltava otti asian esiin. Lajittelin teemat opinnäytetyötä tukevaan järjestykseen. Ne eivät välttämättä seuraa haastattelukysymysten järjestystä.

Esittelen seuraavaksi aineiston analyysia ja tuloksia siltä osin, kuin se tutkimuskysymyksen kannalta on merkittävää. Käytän tekstissä vastaajista sanaa haastateltava tai osallistuja riippumatta siitä ovatko he vastanneet kysymyksiin kirjallisesti kyselyn kautta vai suullisissa haastatteluissa. En myöskään tässä luvussa erittele erikseen haastatteluja ja kyselyitä vaan puhun yleisesti ottaen haastatteluista.

Kaikki viidestä vastaajasta kuuluivat evankelis-luterilaiseen kirkkoon, mutta kukaan heistä ei ollut seurakunnan työntekijä. Kaikki kuitenkin tekivät työtä, jossa toimitaan jollakin tavalla ihmisten parissa. Neljällä viidestä vastaajasta oli yleistä ohjauskokemusta ja kolme vastaajista toimi myös hengellisinä ohjaajina. Neljä vastaajista piti hyvin todennäköisenä, että he tulevaisuudessakin toimivat hengellisinä ohjaajina. Yksi piti sitä melko todennäköisenä.

9.2 Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutukseen liittyvät teemat

Syitä hakautua Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutukseen oli monia, mutta ne olivat ryhmiteltävissä neljään pääluokkaan; itsetuntemuksen lisääntyminen, ryhmäprosessiin osallistuminen, ohjaamisen oppiminen sekä yleinen mielenkiinto kyseistä koulutusta ja aihetta kohtaan. Kuten eräs osallistuja toteaa: ”Hengellisen ohjauksen asiat vetivät puoleensa.”

Merkittävimmät oivallukset, joita osallistujat kokivat koulutuksen aikana, jakautuivat kolmeen pääluokkaan. Nämä olivat itsetuntemus ja itsensä kehittäminen, toisten ymmärtäminen sekä ignatianisen spiritualiteetin ajatukset. Avaan näitä seuraavaksi hieman enemmän.

Itsetuntemus liittyi osallistujan tietoisuuteen omasta hengellisestä polusta, omien kipukohtien tunnistamisesta ja oman hengellisen tai henkisen viiteryhmän etsimiseen. Haastattelussa myös kuvattiin sitä, miten koulutuksen asiat ja teemat pystyi yhdistämään haastateltavan aiempaan kokemukseen ja jonka kautta pystyisi luomaan jotakin uutta: ”...tällainen missä yhdistyy luovuus ja hengellisyys. Mistä saisi mielenkiintoisen paketin, jota tarjota ihmisille.”

Esiin nousi myös oivallus, että henkiseksi ohjaajaksi kasvetaan ohjaustyön kautta, eikä niinkään koulutuksissa. Ohjaajuuteen ja toisten ymmärtämiseen liittyi myös näkemys siitä, että ohjauksen tehtävä ei ole ”korjata” ihmisiä vaan nähdä heissä olemassa olevat resurssit.

Sukupolviteema nousi haastattelussa esiin: nuorten kokema henkinen ja hengellinen kasvuympäristö on hyvin erilainen kuin oma. Toisten ymmärtäminen nivoutui myös laajemmin Suomen henkisen ja hengellisen kentän hahmottamiseen. Ymmärrys siitä, että hengellisyys ulottuu myös seurakunnan ulkopuolelle, oli tärkeä: ”... ihmiset on ihan tutkimustenkin mukaan aika uskontoallergisia ja ne ei halua kuulua mihinkään uskontoon, mutta ne haluaa kuitenkin etsiä jotain suurempaa ja syvempää. Tämä oli minulle ihan uusi oivallus.”

Yksi haastateltava nosti esiin tärkeimpänä ignatiaanisen spiritualiteetin ajatukset. Hän ei eritellyt niitä tarkemmin, mutta käytti ignatiaanisista periaatteita ja ajatuksia soveltaen omassa ohjaustyössään.

Haastatteluissa pyysin haastateltavia nostamaan esiin koulutuksen hyviä puolia. Eniten vastauksissa viitattiin koulutuksesta saatua tietoon ja teoriaan: ”...oli paljon sitä tietoa, että mistä tässä on ylipäättään kysymys.” Lisäksi useasti toistuivat ryhmä ja sen hyvä ilmapiiri sekä koulutuksen vetäjän ammattitaitoisuus: ”... (koulutuksen vetäjä) on kokenut ohjaaja ja liikkuu maastossa, jonka hän tuntee hyvin itse. Ja pystyi luomaan sellaisen turvallisen jakamisen ilmapiirin, jossa jokainen pystyi olemaan oma itsensä.”

Muita toistuvia teemoja hyvien puolien joukossa olivat ryhmän sisäiset keskustelut ja koulutuksen päätösretriitti Valamon luostarissa. Yksittäisinä mainintoina esiintyivät myös koulutuksen sujuva eteneminen, konkretisoituminen loppua kohden, seurakuntayhteyden luominen, vierailivat luennoitsijat ja ne sisällöt, jotka liittyivät suoraan ohjaustyöhön. ”Tykkäsin niistä vierailuvista luennoitsijoista, oikeastaan kaikista, koska he toivat sitä ristivalotusta siihen aiheeseen ja ikään kuin näyttivät, että tämä liittyy myös muuhun (kuin ignatiaaniseen spiritualiteettiin). ”

Käsittelin myös koulutuksen haasteita ja kehittämistä. Yksi iso koulutukseen liittyvistä haasteista, joka nousi esiin, oli oma elämäntilanne ja siihen liittyvät asiat. Vuoden mittainen koulutus on aika pitkä ja paikalle pääsy ei aina ollut mahdollista. Myös omien voimavarojen riittävyys pitkään sitoutumiseen mietitytti.

Toinen haaste oli koronaviruspandemia, jonka takia koulutus toteutettiin osittain etänä. Eräs osallistuja ei ollut varautunut tähän, koska alun perin kyse oli lähikoulutuksesta. Näin ollen kotoa ei löytynyt rauhallista paikkaa osallistumiseen. Sama teema esiintyi osassa muitakin haastatteluja. Tähän liittyen koettiin, että ryhmän sisäinen ryhmäytymisprosessi jäi vajaavaiseksi, koska livetapaamisia ei ollut suunnitellusti: ”...keskustelut ehkä oli vähän typistyneempiä kun oli tämä etäyhteys.”

Muita haasteita olivat koulutuksen sisältö ja ilmapiiri. Eräs haastateltava nosti esiin, että koulutus sisälsi ”liikaa Loyolaa.” Ignatianisen spiritualiteetin lisäksi olisi kaivattu myös muuta hengellisyyttä. Koettiin, että koulutus sisälsi liian vähän konkreettista ohjaamista, sekä liikaa teoriaa. Yhdellä haastateltavalla oli myös kokemus, että keskusteluilmapiiri oli ahdas ja kristillinen arvopohja oli ikään kuin parempi kuin muut. Toisessa haastattelussa nousi esiin, että ryhmäläisten omien hengellisten asioiden äärelle ei syvennytty tarpeeksi. Tässä kohtaa haastateltavat olivat hyvinkin erimielisiä, sillä juuri nämä asiat eli teoria ja ilmapiiri, oli osassa haastateltuita mainittu kyseisen koulutuksen parhaina puolina.

Koulutuksen rakenteessa koettiin myös osin haasteita. Koulutukseen kaivattiin selkeämpää teemarunkoa, josta voisi seurata koulutuksen etenemistä. Esiin nousi, että yleinen tarkastelu Suomen henkisestä kentästä olisi ollut hyvä olla heti syksyllä, eikä vasta keväällä. Myös se, että yksi henkilö vastaa koulutuksen sisällöstä kokonaisuudessaan, eikä koulutusta valvota kirkon taholta mitenkään otettiin esille. Omien aikataulujen kannalta haastetta lisäsi se, että koulutus alkoi usein myöhässä ja meni lähes aina yliajalle.

Käsittelin myös sitä, sisälsikö koulutus tarpeeksi tietoa ja työkaluja hengellisenä ohjaajana toimimiseen. Kolme vastaajista koki, että sisälsi, mutta myös he kaikki korostivat, että ilman muualta hankittua ohjauskokemusta, koulutus ei olisi ollut riittävä. Kaksi muuta vastaajaa, jotka kokivat koulutuksen riittämättömäksi, nostivat myös esiin konkreettisten ohjausharjoitusten ja menetelmien pienen määrän.

Kehittämistoiveina nousi esiin toive saada koulutusmateriaali fyysisenä kansiona. Toivottiin myös enemmän yhteistä rukousta ryhmän kanssa sekä ”elävän elämän pyhää”, joka nousisi

ryhmän jakaessa luottamuksellisuuden ilmapiirissä asioita keskenään. Toiveissa oli myös enemmän meditaatiota ja hiljaisuutta. Kehollinen päivä olisi myös ollut hyvä.

Lisäksi toivottiin lisää tietoa erilaisten ihmisten kohtaamiseen, silloin kun heidän henkinen näkemyksensä eroaa vahvasti ohjaajan omasta näkemyksestä. Konkreettista ohjausharjoittelua ja metodeja kaivattiin lisää. Muita mainittuja teemoja olivat yksilöllisyys, yhteisöllisyys ja verkostoituminen.

Kehittämistoiveissa nousi esiin myös, että koulutus ei vastannut esittelytekstiä. Tähän toivottiin selkeyttä. Lisäksi toivottiin, että koulutuksessa käytäisiin enemmän läpi, mihin sitä voisi käyttää, jos ei ole kirkon työntekijä. Toiveita nousi myös jatkokoulutuksesta, jotka voisivat liittyä vaikkapa ekoteologiaan tai feministiteologiaan.

9.3 Hengellisenä ohjaajana toimiminen

Haastatelluista kolme oli toiminut hengellisenä ohjaajana. Käytetyt toimintamuodot olivat moninaiset. Mukana oli seurakunnan yhteydessä toimivan hengellisen ryhmän vetämistä, yksilöohjausta, henkistä valmennusta, kirjoittamista, hiljaisuuden päivässä käytäviä keskusteluja sekä hengellisen ohjauksen elementtien käyttämistä muissa työmuodoissa. Myös kaksi muuta haastateltavaa aikoi tulevaisuudessa toimia hengellisenä ohjaajana. Heillä ei ollut vielä täysin konkreettista suunnitelmaa ohjauksen toteutuksesta, mutta kummallakin oli selkeä visio, minkä tyypillisesti he haluaisivat tulevaisuudessa toimia.

Kaikki vastaajat kokivat, että olivat pystyneet soveltamaan koulutuksen antia myös muihin elämän osa-alueisiin: ”Ajoittain tietyt teoriat, puhutut asiat ja omat pohdinnat auttavat myös kirjoitustyössä eteenpäin.” Kaikki vastaajat eivät kuitenkaan osanneet antaa kovin konkreettisia esimerkkejä soveltamisesta. Yhtenä elementtinä nousi kuitenkin esiin oman hengellisen elämän vahvistamiseen ja aihepiirin tiedostaminen: ”Se on tuonut minulle paljon iloa saada olla näiden kysymysten tai asioiden äärellä niin jo varmasti sitä kautta on ollut vaikutusta.”

Neljä viidestä vastaajasta piti tärkeänä, että hengellinen ohjaaja käyttää itse jotakin menetelmiä oman hengellisyytensä tukemiseen. Heidän itsensä käyttämiä menetelmiä olivat esimerkiksi meditaatio, rukous, säännölliset hiljaisuuden retriitit, päivittäinen hiljentyminen, Raamatun lukeminen, pyhät laulut, itsereflektio, kontemplaatio, itse ohjattavana oleminen sekä kasvu- ja

vertaisryhmät. Yksi vastaaja nosti menetelmiä merkittävämmäksi tekijäksi ohjaajan oman hengellisen tradition tuntemisen. Hänen mielestään myös ohjattavan on tärkeää tietää, mitä traditiota ohjaaja edustaa.

Hengellisen ohjaajan tärkeimmäksi ominaisuudeksi nousi haastateltavien mielestä kyky kuunnella. Herkkyys ja intuitiivisuus olivat myös tärkeitä. Lisäksi muut vuorovaikutukseen liittyvät taidot tulivat esiin. Tällaisia olivat esimerkiksi empatiakyky, myötätunto, läsnäolo, usko toiseen ihmiseen ja kannustus. Tärkeänä pidettiin myös epävarmuuden sietämistä, keskeneräisyyden ja inhimillisyyden hyväksymistä (myös itsessä) sekä rohkeutta olla tietämättä vastauksia. Esiin nousivat myös uteliaisuus ihmisyyttä kohtaan sekä kyky tehdä myös konkreettisia ehdotuksia ohjattavalle.

Kristillisistä teemoista nousivat esiin omakohtainen kokemus hengellisestä polusta ja kristittyinä olemisesta: ”... että tuntee sen polun, johon on muita johdattamassa.” Kristillisessä itsetuntemuksessa oli tärkeää kyky oman voiman, mutta myös synnin, tunnistamiseen. Näiden kautta syntyvät armo ja kristinuskon totuus. Tähän teemaan liittyi haastattelussa myös yleisen elämäkokemuksen mukanaan tuoma tieto siitä, mitä ihmisenä oleminen ylipäättään on. Uskonollisista teemoista käsin pidettiin tärkeänä myös sitä, että ohjaajalla ei saa olla omaa opillista agenda, joka heijastuu ohjattavaan.

Haastateltavat eivät pitäneet tärkeänä, että hengellinen ohjaaja käyttää tarkasti jotakin tiettyä ohjausmenetelmää. Menetelmien tuntemus oli hyvä olla, mutta varsinaisessa ohjauksessa intuitiivinen soveltaminen nähtiin avaintekijänä. Yksi haastateltava korosti kuitenkin rakenteiden tärkeyttä etenkin ryhmätilanteessa. Ne loivat turvallisen ilmapiirin osallistujille. Tässä yhteydessä hän toi myös esiin, että seurakunnan tuki hengellisen ohjauksen ryhmälle oli ensiarvoisen tärkeä.

10 HENKISEN JA HENGELLISEN KASVUN OHJAAJA-KOULUTUKSEN KEHITTÄMISEHDOTUKSET

Tämän opinnäyte työn tavoitteena oli kehittää koulutusta siten, että yhä useampi koulutuksen käynyt myös toimisi hengellisenä ohjaajana eli löytää hengellistä ohjaajuutta tukevat avaintekijät. Laadin kehittämisehdotukset koulutukseen haastattelujen sisällön sekä aiheeseen liittyvän teorian pohjalta. Käytin myös vertailukehittämistä ehdottaessani vaihtoehtoisia rakennetta koulutukselle. Haastattelut olivat luonteelta melko heterogeenisiä ja haastateltavat korostivat eri asioita. Olen kuitenkin pyrkinyt nostamaan esiin toistuvat teemat ja sellaiset asiat, jotka on mahdollista toteuttaa kyseisen koulutuksen puitteissa kohtuullisilla mukautuksilla. Kehittämisehdotukset listattuna ilman perusteluja löytyvät liitteestä 2.

10.1 Koulutuksen markkinoiminen ja oman ohjaajuuden vahvistaminen

Selkeimpänä kehittämisteemana itse koulutusta koskien haastatteluista nousi esiin konkreettisten ohjausharjoitusten vähäinen määrä. Myös ne kolme vastaajaa, jotka kokivat, että saivat koulutuksesta riittävästi tietoa ja työkaluja hengellisenä ohjaajana toimimiseen nostivat esiin, että ilman muualta hankittua ohjauskokemusta koulutus ei olisi ollut riittävä. Vaikka tämä nopeasti katsottuna vaikuttaa konkreettiselta kehittämiskohteelta, siihen liittyy hengellisen ohjauksen erityislaatuisuudesta nouseva iso dilemma.

Kun kysyin haastatteluissa hengellisen ohjaajan tärkeimpiä ominaisuuksia, kukaan haastateltavista ei nostanut suoraan esiin ohjauskokemusta. Sen sijaan tärkeimmäksi työkaluksi tai ominaisuudeksi nousi kyky kuunnella. Haastatteluissa nousi esiin myös ohjaajalta vaadittava syvällinen itsetuntemus, johon liittyy tietoisuus omasta henkisestä polusta ja riittävä tieto omasta traditiosta. Näihin liittyvät myös yleinen elämäkokemus sekä kokemus hengellisestä harjoittamisesta. Ohjaajan on itse tunnettava polku, johon hän ohjattavaa johdattaa. Pirkko Lehtiö nostaa esiin kaikki samat ohjaajalta vaadittavat ominaisuudet tekstissään Ignatiaaninen hengellinen ohjaus (Lehtiö 2006, 215). Haastateltavat korostivat toki vuorovaikutus- ja kohtaamistaitoja monella eri tavalla, mutta varsinainen ohjauskokemus ei kuitenkaan noussut esiin.

Olen tämän opinnäytetyön ensimmäisessä luvussa käsitellyt hengellisen ohjauksen historiaa ai-erämaa isistä ja äideistä alkaen. Aina sieltä käsin johtavana ajatuksena hengellisessä ohjauksessa nousee esiin, että henkilöstä tulee hengellinen ohjaaja siinä vaiheessa, kun hän on itse

tarpeeksi kehittynyt ihmisyyden ja hengellisyiden alueella. Kuten aikaisemmin todettu, hengellisyiden kentällä elää myös näkemys, että hengelliseksi ohjaajaksi ei voi hankkia koulutuksellista pätevyyttä (Kettunen 2013, 34). Myös Ignatius Loyolan elämäntarina, joka on kerrottu luvussa kaksi, tuo esiin miten henkilö itse ensin kulkee hengellisyiden polulla ja vasta sen jälkeen aloittaa toisten ohjaamisen. Kuitenkin tämä vähäinen ohjausharjoittelu nousee esiin ikään kuin pettymyksenä kyseistä koulutusta kohtaan joissakin haastatteluissa. Tosiasia on myös se, että yleistä elämäntokokemusta ei voi hankkia kuin elämällä.

Näiden teemojen osalta nousee myös esiin, että koulutus ei tältä osin vastannut esittelytekstiä, jonka perusteella koulutukseen on hakeuduttu. Koulutukseen tulijat uskoivat koulutuksen sisältävän enemmän konkreettista ohjausta. Esittelytekstin merkitys nousi esiin myös muissa yhteyksissä. Osa haastatelluista koki pettymystä siinä, että koulutus koostui lähes kokonaan ignatiaanisen spiritualiteetin ajatuksista. Tätä ei ollut ymmärretty koulutukseen hakeutuessa. Markkinointi ja viestintä ovatkin merkittäviä seikkoja koulutuksen suunnittelussa, jotta koulutukseen hakeutuu juuri se kohderyhmä, jolle koulutus on tarkoitettu (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020). Näin ollen ensimmäisenä kehittämiskohteena selkiyttäisin koulutuksen esittelytekstiä, jotta koulutuksen sisältö avautuisi paremmin koulutukseen haketuville henkilöille.

Esittelytekstissä tulisi olla selkeästi avattuna, että ignatiaaninen spiritualiteetti ja sen hahmottaminen on koulutuksen pääajatus. Lisäksi siinä tulisi olla maininta, että jos henkilö jo valmiiksi omaa riittävästi ohjauskokemusta sekä yleistä elämäntokokemusta, hän voi koulutuksen jälkeen toimia hengellisenä ohjaajana toisille. Muille osallistujille koulutus tarjoaa mahdollisuuden syventää ja tutkia omaa spiritualiteettiaan sekä ymmärtää yleisesti spiritualiteettiin liittyviä ilmiöitä. Tästä näkökulmasta käsin tarjoaisin koulutusta myös lisäkoulutukseksi ihmisten kanssa työtä tekeville henkilöille, jotka haluavat oppia lisää spirituaalisesti sensitiivisistä kohtaamisesta. Näin koulutus voitaisiin edelleen pitää kaikille avoimena ja ilman varsinaisia pääsyvaatimuksia, kuten koulutuksen järjestäjä on tähänkin asti halunnut.

Eräässä haastattelussa nousi myös esiin, että koulutuksen aikana ei tullut selväksi mihin kyseistä koulutusta voi käyttää, jos ei ole kirkon työntekijä tai ei halua vetää seurakunnan alla toimivaa piiriä. Haastateltavat, jotka koulutuksen käytyään toimivat hengellisinä ohjaajina, olivatkin soveltaneet hengellistä ohjausta varsin moninaisiin muotoihin aina henkisestä valmennuksesta erilasiin ryhmiin. Kuten eräs haastateltava toteaa: ”...tällä on avoin työpaikka, että haluatko tulla hengelliseksi ohjaajaksi, niin ei se mene sitä kautta ... se pitää itse synnyttää.”

Myös historiallisesti hengellinen ohjaus ei ole ollut yksiselitteistä vaan siinä on ollut erilaisia painotuksia yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden välillä (Annala 2006, 46, 58-59).

Näin ollen valmista sapluunaa koulutuksen käyttöön on hyvin vaikea antaa. Lisäisin koulutukseen kuitenkin pohdintaa omasta ohjaajuudesta ja koulutuksen hyödyntämisestä. Jo koulutuksen alussa olisi hyvä nousta esiin, että koulutus ei tarjoa mitään valmiiksi pureskeltua mallia hengellisen ohjauksen tekemiseen. Osallistuja voisivat heti koulutuksen alussa miettiä esimerkiksi pienryhmätyöskentelyssä sitä, millaisia hengellisiä ohjaajia he haluaisivat olla. Koulutuksen puolellavälissä voisi osallistujille esittää kotitehtäväksi kysymyksen, ”Mihin minä aion käyttää tätä koulutusta? Minkälainen hengellinen ohjaaja minusta tulee?”. Vastauksia voitaisiin yhteisesti purkaa pienryhmissä seuraavalla kerralla ja ehkä saada tätä kautta toisten ajatuksista ideoita omaan toimintaan. Henkilökohtaisten asioiden jakaminen lisää myös tuttuuden tunnetta ja sitä kautta parantaa ryhmän sisäistä turvallisuutta (Kaasalainen 2019, 18).

Tähän kysymykseen voitaisiin vielä palata koulutuksen päätösretriitissä, jolloin ideat ovat jo ehkä konkretisoituneet. Jos osallistuja kokee, että hän ei ole vielä valmis toimimaan hengellisenä ohjaajana, hän voisi tehdä tässä kohtaa suunnitelman siitä, miten aikoo jatkaa hengellisyyden polulla. Hakeutuuko hän itse ohjaukseen tai lisäkoulutukseen vai käyttääkö hän muita menetelmiä oman hengellisyytensä tukemiseen? Parhaassa tapauksessa ryhmä on lähes vuoden kestävä prosessin aikana löytänyt rakentavan, vuorovaikutteisen dialogin, joka tukee yksilön kehittymistä. Tällöin osallistuja uskaltaa haastaa itsensä, näkemyksensä ja perusolettamuksensa syvälliseen tutkimiseen (Kekkonen 2019, 70). Turvallisessa ympäristössä oma ohjaajuus ja sen toteutuminen on löydettävissä.

Haastatteluissa koulutuksen haasteina nousi esiin sitoutumien pitkään koulutukseen. Myöskään tästä syystä en lisäisi pakollisia ohjausharjoituksia koulutukseen, koska osallistujien voi olla hankala löytää niihin aikaan. Vuoden mittainen koulutus on jo itsessään aika sitova. Riittävän ohjauskokemuksen omaavat osallistujat eivät myöskään varsinaisesti kaivanneet lisää ohjausharjoituksia. Antaisin kuitenkin mahdollisuuden konkreettisen ohjaamisen harjoitteluun niille, joilla on siihen aikaa ja resursseja.

Vuosina 2020-2021 koulutuksessa käytiin keväällä läpi triad-ohjausharjoitusmenetelmää. Ehdotan tämän (tai jonkin vastaavan) menetelmän käsittelyä jo syyslukukauden lopulla. Keväällä ne, jotka haluavat harjoitella ohjaamista voisivat itse perustaa haluamallaan tavalla toimivia

triad-harjoitusryhmiä. Seurakunta voisi tarjota tilat ryhmien toimintaan. Tarvittaessa tai ongelmien noustessa, ryhmät voisivat olla yhteydessä koulutuksen vetäjään ja saada sitä kautta tukea ilman, että se syö muuhun koulutukseen varattua aikaa. Mahdollisuus omien harjoitusryhmien perustamiseen on syytä mainita myös esittelytekstissä, jotta niiden vaatima lisäaika ei tule osallistujille yllätyksenä.

Kysymys siitä, mitkä tekijät tukevat hengellisenä ohjaajana toimimista, oli yksi työn tilaajan suurimpia kysymyksiä. Haastatteluissa nousi selkeästi esiin oma aktivisuus toiminnan aloittamiseksi ja oman ohjausmuodon ideoiminen. Näin ollen näiden tekijöiden painottaminen, esiin nostaminen ja niille ajan antaminen koulutuksen puitteissa voisi olla ratkaisu tähän kysymykseen. Oman ohjaajuuden teemaa tulisi kuljettaa esimerkiksi edellä mainitulla tavalla mukana läpi koko koulutuksen.

Osallistujien vastuuttaminen omasta ohjaajuudesta nousee myös suoraan ignatiaanisen spiritualiteetin ajatuksesta, jossa elämän suurin kutsumus on, että ihminen kasvaa todelliseksi itsekseen (Martin 2010, 378-379). Hiljentyminen oman ohjaajuuden äärelle tuo tästä näkökulmasta käsin vastauksen kysymykseen, minkälainen hengellinen ohjaaja minä olen?

Vaihtoehtoinen näkökulma olisi rakentaa koulutus kokonaan uudella tavalla. Käytin vertailukehittämisen eli benchmarkkauksen menetelmää ja tutkin, miten muita ohjaajakoulutuksia Suomessa toteutetaan. Yksi käytetty tapa on jakaa koulutus kahteen osaan eli perus- ja jatko-osaan. Tätä rakennetta käytetään esimerkiksi Ihminen tavattavissa koulutuskokonaisuudessa (Tommy Hellsten-instituutti 2021). Siinä osallistujat suorittavat ensin Ihminen tavattavissa kasvuohjelmakoulutukseen. Sen loppupuolella heillä on mahdollisuus hakeutua Ihminen tavattavissa-terapeutti koulutukseen. Ensimmäisen osan käyminen on edellytys jatkokoulutukseen hakautumiselle. (Tommy Hellsten-instituutti 2021.)

Näin ollen Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen voisi jakaa kahteen osaan. Perusosassa osallistujat käsittelevät itsetutkiskelun, ryhmässä jakamisen ja ignatiaaniseen perinteeseen nojaavan teorian kautta omaa spiritualiteettiaan sekä spiritualiteettiin yleisesti liittyviä ilmiöitä. Koulutus antaisi taitoja spirituaalisesti sensitiiviseen kohtaamiseen sekä antaisi mahdollisuuden osallistujan oman hengellisyyden syvenemiseen, joka luo pohjaa tulevaisuudessa hengellisenä ohjaajana toimimiselle.

Jatko-osa olisi tarkoitettu perusosan käyneille henkilöille, joilla on riittävä pohjakokemus ohjaamisesta ja hengellisestä harjoittamisesta sekä tarpeeksi yleistä elämänkokemusta. Koulutus

painottuisi hengellisen ohjauksen erityispiirteisiin ja oman ohjaajuuden pohtimiseen. Tämän koulutuksen käyneet henkilöt valmistuisivat hengellisiksi ohjaajiksi. Tällä tavalla rakennettuna koulutus olisi helpompi esitellä sisällöllisesti, jolloin koulutus todennäköisemmin vastaisi osallistujan toiveita ja odotuksia. Tällöin kirkastuisivat myös koulutuksen järjestäjän strategia, koulutuksen oppimistavoite ja osallistujien tavoitteet, joiden määrittely on keskeinen osa laadukkaan koulutuksen suunnittelua (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020).

10.2 Koulutuksen rakenne ja eteneminen

Kahdessa haastattelussa nousi positiivisessa valossa esiin vierailevan luennoitsijan esitys Suomen hengellisyyden kentästä. Se oli avannut uusia näkökulmia ja oivalluksia aiheeseen. Yksi haastateltava esitti, että tämän luennon tulisi olla heti koulutuksen alussa, jotta voisi ymmärtää Suomen ja suomalaisten hengellisyyttä. Tämä voisi olla hyvä ajatus, jolloin myös omat kokemukset yhdistyisivät laajemmin yhteiskunnalliseen ilmiöön.

Suomalaisten hengellisyyden harjoittamisessa painottuu tällä hetkellä yksityinen rukous, meditaatio, vapaaehtoistyö ja hiljentyminen (Hytönen ym. 2020, 179-180). Näitä usein virallisten uskonnollisten yhdyskuntien ulkopuolella tapahtuvia toimintoja voi olla vaikea hahmottaa hengellisyyden osa-alueiksi, jos ei ole perehtynyt aiheesta tehtyyn tutkimukseen. Niiden läpi käyminen heti koulutuksen alussa voisi antaa osallistujille myös ideoita omaan toimintaan hengellisinä ohjaajina. Voi olla vaikea ohjata tai löytää ohjattavia, jos ei itsekään ymmärrä mihin kaiken hengellisyys modernissa Suomessa liittyy.

Koulutukseen toivottiin lisää myös yhteistä rukousta, jakamista, meditaatiota, hiljaisuutta ja kehollisia menetelmiä. Koulutusvuosina 2020-2021 koulutus aloitettiin joko hiljaisuudella tai luetun tekstin mietiskelyllä. Tätä yhteistä aloitusta voisi varioida siten, että siinä käytettäisiin monipuolisesti erilaisia, esimerkiksi yllä mainittuja, hengellisyyden menetelmiä.

Osallistujille voisi myös tarjota mahdollisuutta siihen, että halutessaan joku heistä voisi vetää yhteisen aloituksen. Tämä lisää osallisuuden kokemusta ja antaa myös mahdollisuuden harjoitella ryhmän vetämistä turvallisessa ympäristössä. Osallistujien oma osaaminen saadaan tällä tavoin näkyväksi ja hyödynnettyä ryhmän yhteiseen käyttöön.

Erilaisten menetelmien kokeileminen toisi osallistujille kokemusta ja ehkä ideoita myös muista menetelmistä kuin niistä, joita itse käyttävät. Lähes kaikki haastateltavat pitivät tärkeänä sitä, että hengellinen ohjaaja käyttää itse jotakin menetelmää oman hengellisyytensä tukemiseen.

Tätä kautta eri menetelmien esittely voisi vahvistaa hengellisenä ohjaajana toimimista. Toiminnalliset menetelmät mahdollistavat myös henkilökohtaisen kokemusten jakamista ja lisäävät sitä kautta ryhmän sisäistä turvallisuutta (Kaasalainen 2019, 18).

Lisäksi toivottiin selkeää kirjallista runkoa koulutuksen etenemisestä, johon osallistuja voisi tarvittaessa palata. Koulutusmateriaalista toivottiin myös fyysistä versiota sähköisen lisäksi. Nämä lienevät toteutettavissa olevia asioita, koska kirjallinen koulutusmateriaali on jo sähköisessä muodossa olemassa.

10.3 Osallistujien ristiriitaiset kokemukset ryhmäprosessista

Useammassa haastattelussa korostettiin koulutuksen hyvää ryhmää, ilmapiiriä ja vetäjän ammattimaisuutta. Kuitenkin esiin nousi myös vastakkainen mielipide siitä, että koulutuksen ilmapiiri oli ahdas ja kristillinen arvopohja oli ikään kuin parempi muut. Esiin nousi myös kritiikin muodossa se, että yksittäinen henkilö vastaa lähes kokonaisuudessaan koulutuksen sisällöistä.

Luvussa kuusi olen käsitellyt ryhmäprosessia vuorovaikutuskehien teorian kautta. Mielipiteiden polarisoituminen ja vastakkainasettelu on merkki siitä, että ryhmä ei ole edennyt syvällisen vuorovaikutuksen ja dialogin tasolle. Tällöin ryhmä on turvaton ja toisen vastakkainen näkemys tuntuu henkilökohtaiselta uhalta. Tällaisessa ryhmäprosessissa mukana oleminen on turhauttavaa ja tuhoavaa (Humala 2019, 73). Ihminen keskittyy itsensä suojelemiseen (Kekkonen 2019, 65). Ryhmä ei kehity, eikä yhteishenki pääse muodostumaan. Vaarana on kuppikuntien syntyminen.

Ohjaajan tehtävä on tällöin pyrkiä parantamaan ryhmän keskinäistä vuorovaikutusta ja nostaa ryhmän turvallisuuden tunnetta. Koulutuksen alussa on hyvä käydä läpi Turvallisemman tilan periaatteet ja pyytää osallistuja sitoutumaan näihin. Allianssin laatimat Turvallisemman tilan periaatteet löytyvät liitteestä 3.

Syvällisemmän dialogin saavuttamiseksi ryhmän jäsenten täytyy myös reflektoida itseään, tunnistaa omia toimintamallejaan, asenteitaan ja ajattelutapojaan (Kekkonen 2019, 66). Ohjaajan tulisikin laittaa yksilöt pohtimaan sitä, miksi toisen vastakkainen mielipide herättää minussa vahvoja tunteita? Miksi koen sen uhkana, enkä mahdollisuutena dialogiin? Näin jokainen herätetään kantamaan vastuuta ryhmäprosessin onnistumisesta.

Mikäli resurssit antavat myöten, koulutuksessa tulisi harkita myös ohjaajaparin käyttämistä. Tällöin koulutus ei toteutuksen tai sisällön puolesta pääsisi niin vahvasti henkilöitymään yhteen vetäjään. Ohjaajapari pystyy myös keskenään refleктоimaan ryhmäprosessia ja ilmapiiriä sekä tarttumaan ajoissa ryhmässä ilmeneviin ongelmiin, jotta ryhmäprosessi muodostuisi yksilön kehitystä tukevaksi.

10.4 Palautteen kerääminen

Palautteen kerääminen ja refleктоiminen on yksi hyvän koulutuksen kulmakivistä (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020). Palautetta kannattaisi kerätä järjestelmällisesti jokaiselta koulutusryhmältä. Palautteen kerääminen auttaa tulevaisuudessa koulutuksen kehittämisessä. Haastatteluissa nousi ikään kuin rivien välistä esiin, että etenkin kriittisen palautteen antaminen koettiin hieman vaikeana, koska koulutus henkilöityy yhteen vetäjään.

Tästä syystä ehdotan palautteen antamisen mahdollisuutta myös anonyymisti esimerkiksi Google Formsin tai jonkin muun vastaavan sovelluksen kautta. Palautetta voi kerätä ensimmäisen kerran koulutuksen puolella välissä, jolloin kouluttajan on mahdollista vastata palautteeseen ryhmäistunnossa yleisellä tasolla. Myös koulutuksen lopussa saatu palaute on arvokasta koulutuksen kehittämisen kannalta, vaikka siihen ei enää pystyisikään vastaamaan suoraan. Koulutuksen järjestäjän tulee kuitenkin itse muistaa refleктоida saatu palaute (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020).

Mikäli koulutusta lähdetään kehittämään näiden ajatusten perusteella, kannattaa ensimmäisessä palautekyselyssä painottaa tässä opinnäytetyössä esiin nousseita teemoja eli vastasiko koulutus odotuksia, oman ohjaajuuden tunnistaminen, koulutuksen rakenne, ryhmäprosessin onnistuminen, ilmapiiri ja ohjaajaparin työskentelyn arvioiminen.

11 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN JA LOPPUTULOKSEN ARVIOINTI

Tässä luvussa teen itsearviointin opinnäytetyöprosessista. Mukana on myös tilaajan arvio. Loppussa pohdin opinnäytetyön sovellettavuutta koko ammattialalle.

11.1 Itsearviointi opinnäytetyöstä

En ole seurakunnan työntekijä tai aktiivivapaaehtoinen, joten siinä mielessä aihevalinta oli iso hyppäys tuntemattomaan. Kehittämistehtävän toteuttaminen vieraalle organisaatiolle tuntui haastavalta. Olen itse kuitenkin osallistunut Henkisen- ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutukseen, joten minulla oli näkemys siitä, minkälainen koulutus on ja mitä sen puitteissa on ylipäättään mahdollisuus kehittää. Minulla on myös pitkä kokemus yleisestä ohjaustyöstä ja ihmisten parissa toimimisesta. Toisaalta myös kehittämiseen liittyvät lainalaisuudet pätevät kaikissa instituutioissa, joten niiden kokeileminen käytännössä itselle vieraaseen yhteisöön oli mielenkiintoista.

Aihevalinnan suuri haaste oli myös se, että siihen liittyvät teemat, hengellinen ohjaus ja ignatianinen spiritualiteetti, ovat Suomessa suurelle yleisölle aika tuntemattomia. Niiden avaaminen riittävästi tämän kokoisessa työssä vaati paljon pohtimista ja jäsentelyä. Niihin liittyy kuitenkin monia laajemminkin nyky-yhteiskuntaa koskettavia teemoja. Näitä ovat esimerkiksi uskonnonlisuuden väheneminen, katsomusten lisääntyminen, monikulttuurisuus, erilaisuuden kohtaaminen, oman hengellisyyden tunnistaminen ja sen hyödyntäminen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseksi. Ryhmäprosessi, ihmisten välinen vuorovaikutus sekä niihin liittyvät ilmiöt ovat myös aina yhtä mielenkiintoisia ja universaaleja.

Alkuperäisessä suunnitelmassani oli ryhmäkeskustelun järjestäminen Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja ryhmälle keväällä 2021. Siihen ei kuitenkaan löytynyt halukkaita osallistujia, joten se jäi pitämättä. Syitä tähän olivat todennäköisesti koronapandemia ja ihmisten ajankäytön haasteet. Lopulliset kehitysehdotukset oli tarkoitus myös laatia työpajamuotoisesti syksyllä 2021, mutta edelleen koronasta johtuen päätin jättää tämän tilaisuuden järjestämättä. Näin ollen ryhmän vetämisen ja fasilitoinnin osaaminen jäi näyttämättä tämän opinnäytetyön osalta.

Tein aiheeseen liittyvät haastattelut kesällä 2021. Edelleen koronapandemiasta johtuen osallistujilla oli mahdollisuus myös vastata haastattelun sijaan kirjalliseen kyselyyn. Näiden kahden

metodin erot tulivat selvästi esiin. Kirjalliset kyselyt olivat informatiivisia, mutta varsinaisissa haastatteluissa päästiin paljon syvemmälle aiheeseen. Tässä opinnäytetyössä näitä vastauksia on käsitelty samanarvoisina ja uskon, että ne tuottivat tilaajalle riittävästi tietoa. Kuitenkin kasvokkain tapahtuvan haastattelun edut menetelmänä verrattuna kyselyyn nousivat selvästi esiin.

Osallistujien mukaan saaminen oli oma haasteensa. Yleisten haastattelupyyntöjen lähettäminen sähköpostilistoille tai foorumeille ei osoittautunut kovin hyväksi tavaksi hankkia haastateltavia, vaikka sainkin heitä riittävästi. Henkilökohtainen suora kontaktointi, vaikka vain sähköpostin välityksellä, olisi varmasti toimivampi keino.

Varsinaiset haastattelutilanteet sujuivat hyvässä vuorovaikutuksessa ja koin, että haastateltavat puhuivat mielellään. Kaikki laatimani kysymykset eivät olleet avoimia kysymyksiä ja tämä osoittautui hieman ongelmalliseksi laadullisen aineiston analyysin käytössä. Osittain jouduin vain vertaamaan vastauksia keskenään ja luettelemaan niissä mainittuja asioita. Näissä kohdin varsinainen laadullinen analyysi jäi puuttumaan.

Haastattelun käyttö tieteellisenä menetelmänä oli minulle uusi ja muodostui paljolti oppimiskokemukseksi. Ihannetapauksessa olisin rakentanut haastattelut suoraan teemahaastatteluiksi, joissa haastattelija vain johdattaa haastateltavan puhumaan aiheeseen liittyvistä teemoista. Näiden käsittelyyn laadullisen aineiston analyysi menetelmänä olisi ollut toimiva. Haastattelutilanteista sain varmuutta siihen, että omat vuorovaikutustaidot olisivat riittäneet tällaisen menetelmän toteuttamiseen.

Haastatteluja sain kaiken kaikkiaan viisi. Haastattelujen litterointi ja analysointi veivät todella paljon aikaa. Viisi haastattelua oli täysin riittävä määrä, jotta opinnäytetyöhön käytetty aika ei kasvanut liian suureksi suhteessa opintopisteiden määrään. Analyysivaiheessa luin tekstejä yhä uudelleen ja uudelleen läpi. Pyrin tasapuolisuuteen vastausten käsittelyssä, mutta etenkin täysin eriävät mielipiteet hyvin tärkeistä aiheista aiheuttivat päänvaivaa. Tavoitteenani oli pitää itseni ulkopuolisen tutkijan roolissa, vaikka aihepiirin läheisyys toki toi mukanaan sen, että myös minulla itseltäni olisi löytynyt mielipide kaikkiin kysyttyihin asioihin.

Loppujen lopuksi ignatiaanisessa hengellisessä ohjauksessa käytetty aktiivinen kuunteleminen nousi avaintekijäksi myös aineiston analyysissä. Pysähdyin tekstien äärelle yhä uudestaan niitä lukien ja pyrin ikään kuin kuulemaan, mitä haastateltava halusi minulle kertoa. Koin, että asiat sanojen takana nousivat esiin.

Lopulta olin tyytyväinen siihen, että olin perunut kehittämis ehdotuksia varten suunnittelemani työpajan. Syvällistä aineistoon perehtymistä olisi ollut hankala organisoida työpajassa. Materiaalia oli myös niin paljon, että sen järjestäminen työpajaa varten olisi ollut todella suuri työ. Tätä en ollut osannut ajatella ennakoon. Kehittämis ehdotuksien tueksi olisin voinut hankkia vielä lisää akateemista tietoperustaa ja tutkimusta. Kuitenkin koen, että myös tällä tavalla laadittuna kehittämis ehdotukset olivat relevantteja ja mahdollisia toteuttaa.

Haastattelujen käyttöön tutkimusmenetelmänä liittyy myös haasteita. Haastattelija ei ole täysin anonymi. Hänen persoonansa vaikuttaa haastattelutilanteeseen. On myös riski, että laadullisessa analyysissä tulee virhetulkintoja, etenkin jos aihe on itselle läheinen. Tässä onnistumista on hyvin vaikea arvioida. Olen kuitenkin pitänyt nämä seikat mielessäni koko haastatteluprosessin ajan ja tehnyt parhaani välttääkseni niitä.

11.2 Tilaajan arviointi opinnäytetyön merkityksellisyydestä

Jenni Mattila on tehnyt opinnäytetyönsä koskien Helsingin seurakuntayhtymän järjestämää koulutusta ”Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutus”. Hänen paneutumisensa aiheeseen on ollut ansiokasta ja syvällistä. Tutkimukseen valmistautuessa kävimme läpi seikkaperäisesti koulutukseen liittyviä teemoja ja mahdollisia kehittämiskohteita. Mattila teki hyvän ja selkeän tutkimussuunnitelman, jonka esitteli meille ja jo siinä kohdin kävi selväksi, että kyseessä oli tarpeellinen tutkimus aiheeseen liittyen.

Olemme käyneet läpi Jenni Mattilan kanssa tutkimuksen tuloksia ja sen pohjalta tehtyjä kehittämis haasteita. Nämä huomiot tulevat osaksi laajempaa Seurakuntayhtymän kehittämisen arviointia, kun otetaan huomioon hengellisen ohjauksen toiminta ja sen mahdollisuudet. Mattilan tutkimus nosti esiin erittäin tarpeellisia huomioita ja palautteita kurssista sekä kehittämis ehdotuksia. Varsinkin kehittämiseen tehdyt huomiot ovat suuressa roolissa, kun pohdimme hengellisen ohjauksen toiminnan strategista suuntaa. Voisi sanoa, että ilman Mattilan tutkimusta tietomme näistä mahdollisuuksista olisi jäänyt huomattavan paljon vähäisemmäksi. Kaikki tutkimuksen tarjoama tieto oli tarpeellista ja tärkeää, tutkimusyhteistyö oli mutkatonta ja tutkimuksen tekijän toiminta ammattitaitoista ja vuorovaikutteista.

Kiitos tutkimuksen tekijälle, ohjaaville opettajille ja koulutustaholle yhteistyöstä.

Henri Järvinen, kehittämistyön asiantuntija. Helsingin seurakuntayhtymä, yhteinen seurakuntatyö.

11.3 Opinnäytetyön sovellettavuus ammattialalle

Tämä opinnäytetyön taustalla kulkevana suurempana yhteiskunnallisena teemana on Suomen hengellisyyden kenttään liittyvä muutos ja pirstaloituminen. Kuten aikaisemmin mainittu, tilastollisesti uskonnottomuus kasvaa Suomessa, mutta pinnan alla kyttee kuitenkin tarve myös hengelliseen eheytymiseen. Pyhyys ei kuitenkaan välttämättä löydy kirkosta vaan se voi löytyä metsästä, tuntuilta tai kesämökin laiturilta. Näiden ilmiöiden tiedostaminen auttaa ohjaustyössä toimimista ja asiakkaiden ymmärtämistä.

Yksi nuoriso- tai aikuiskasvatuksen teemoja voisi yhteisöpedagogisesta näkökulmasta olla oman hengellisyyden löytyminen sekä syventyminen ja sitä kautta kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisääntyminen. Hengellistä ohjausta voi periaatteessa soveltaa mihin tahansa kohderyhmään. Ohjaajalla tulee kuitenkin olla riittävät taidot tämän kaltaisen hengellisen ohjauksen toteuttamiseen. Kyseessä ei saa olla ohjaajan omasta uskonnollisesta agendasta nouseva toimintamuoto.

Toisaalta esimerkiksi nuorisotyöntekijä voi kohdata uskonnollisuutta jopa huomiota herättävän näkyvänä. Nuorisotilaan saattaa astella nuori, joka on pukeutunut hijabiin, kantaa malaa eli buddhalaista rukousnauhaa tai on tatuoinut käsivarteensa suuren ristin. Suomessa yleistynyt ”uskonto on jokaisen henkilökohtainen asia” lause ei välttämättä enää käytännössä toteudukaan. Vastakkainasettelu tapahtuu helposti. Ihmisten kanssa tehtävässä työssä spirituaalisesti sensitiivisen kohtaamisen taitoja tarvitaan, vaikka ei itse kokisikaan olevansa erityisen hengellinen.

Tässä opinnäytetyössä laaditut kehittämis ehdotukset on räätälöity Henkisen- ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutukseen. Kuitenkin niissä käytetyt taustateoriat onnistuneesta ryhmäprosessista sekä siihen liittyvistä ilmiöistä ovat sovellettavissa mihin tahansa ryhmäkontekstiin. Ryhmän ohjaajan on tunnistettava ryhmässä tapahtuvia ilmiöitä ja osattava reagoida niihin oikein, jotta ryhmän muodostama yhteisö voi kasvaa ja kehittyä yksilöitä tukevaksi.

Hengellisessä ohjauksessa korostuu vahvasti itsetuntemus ja siihen liittyvä omien ajatusten, arvojen ja asenteiden reflektointi. Ohjaajan on ensin itse kuljettava tämä tie, jotta voi ohjata myös toisia sille. Mitä selkeämmin ihminen tiedostaa suhteen itseensä, toisiin ja ympäröivään maailmaan, sitä paremmin hän pystyy toimimaan siinä. Tämä pätee kaikkeen ohjaustyöhön, tapahtuipa se sitten hengellisessä kontekstissa tai sen ulkopuolella.

11.4 Loppusanat

Tämä opinnäytetyö oli mielenkiintoinen prosessi, jonka tekemisessä korostui yhteisöpedagogitutkinnon generalistinen luonne. Generalistilla tarkoitetaan toimijaa, joka pystyy soveltamaan asioita eri tieteenaloilta ja luomaan tai soveltamaan niistä uusia kokonaisuuksia käytäntöön (Kirjoittavat generalistit 2021). Monialaisuutta ja moniosaamista tarvitaan yksilöiden osallisuuden, toimijuuden ja hyvinvoinnin tukemisessa.

Tässä opinnäytetyössä pääsin perehtymään teoriaan ja tutkimukseen, kohtaamaan syvällisesti erilaisia ihmisiä, soveltamaan kehittämistyön oppeja ja jopa hieman visioimaan tulevaisuuden tarpeita. Astuin myös vahvasti oman mukavuusalueeni ulkopuolelle. Koin, että pystyin soveltamaan yhteisöpedagogitutkinnon mukanaan tuomaa teoriaa sekä aikaisempaa kokemustani työuralta ja erilaisista koulutuksista.

Näen tässä opinnäytetyössä paljon aiheita, joista voisi tehdä jatkotutkimusta tai siirtää niitä käytäntöön. Yksi mielenkiintoisemmista on luontoyhteyden ja hengellisen ohjauksen yhdistäminen mielenterveyden tukemiseksi. Toivon, että voisin tulevaisuudessa työurallani päästä konkreettisesti kiinni tähän aiheeseen. Tämän opinnäytetyön puitteissa ei ollut mahdollista toteuttaa varsinaista kehittämistä vaan tuloksena olivat kehittämis ehdotukset. Mielenkiinnolla kuitenkin seuraan, mitkä ehdotuksistani lopulta päätyvät käytäntöön.

LÄHTEET

- Annala, Pauli 2006. Hengellinen ohjaus lännen kirkon luostariperinteessä. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 42-69.
- Dufva, Mikko 2020. Megatrendit 2020. Sitran selvityksiä 162. Sitra. Viitattu 31.8.2020. <https://media.sitra.fi/2019/12/15143428/megatrendit-2020.pdf>
- Fleming, Davi L SJ 2008. What is Ignatian Spirituality? Chicago: LoyolaPress.
- Ghiselli, Anja 2006. Martti Lutherin perintö ja hengellinen ohjaus psykokirkon aikakaudella. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 70-86.
- Halminen, Laura 2013. Uusi paavi on mustakaapu – jesuiitat ovat kirkon sivistäjien keihäänkärki. Helsingin sanomat. Verkkoartikkeli. Viitattu 12.8.2021. <https://www.hs.fi/ulkomaat/art-2000002620266.html>
- Hiljainen tila 2021. Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-valmennus 2021-2022. Verkkosivusto. Kirkko Helsingissä. Viitattu 15.10.2021. <http://www.hiljainentila.fi/tapahtumakalenteri/2019/5/31/henkisen-ja-hengellisen-kasvun-ohjaaja-valmennus-2019-20-5tctf>
- Humala, Tarja 2019. Kuvio 4. Vuorovaikutuksen kehät Tarja Humalan tulkitsemana. Teoksessa Hietala, Ulla & Huovinen, Mika & Kekkonen, Reetta (toim.) Rantapallosta ratkaisuun. Työnohjaajien näkemyksiä ja kokemuksia yhteisöistä. Jyväskylä: Huippuyhteisöt oy, 73.
- Humanistinen ammattikorkeakoulu 2021a. Koulutuskohtaiset kompetenssit. Yhteisöpedagogi (AMK). Humak 2021. Verkkosivusto. Viitattu 31.8.2021. https://opiskelijanopas.humak.fi/?page_id=920#Tutkintojen_vaatavuustasot_ja_kompetenssit
- Humanistinen ammattikorkeakoulu 2021b. Humakin opinnäytetyöopas, AMK-perustutkinto. Humak 2021. Verkkosivusto. Viitattu 14.9.2021. <https://humak.libguides.com/c.php?g=684696&p=4899508>
- Hytönen, Maarit & Ketola, Kimmo & Veli-Matti Salminen 2020. Arjen uskonnolliset käytännöt. Julkaisussa Uskonto arjessa ja juhlassa. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2016–2019. Kirkon tutkimuskeskus, 147-179.
- Häyrynen, Seppo 2006. Hengellinen ohjaaja ja yksilöllinen vuorovaikutussuhde. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 153-168.
- Jesuits 2021a. FAQs. What is Ignatian Spirituality? Jesuits. Verkkosivusto. Viitattu 13.8.2021. <https://www.jesuits.org/about-us/faqs/>
- Jesuits 2021b. FAQs. Why is the Jesuit training/formation so long? Jesuits. Verkkosivusto. Viitattu 12.8.2021. <https://www.jesuits.org/about-us/faqs/>
- Jesuits 2021c. The Jesuits. Jesuits. Verkkosivusto. Viitattu 12.8.2021. <https://www.jesuits.org/about-us/the-jesuits/>
- Jesuits 2021d. What are the Spirituality Exercises of St. Ignatius? Jesuits. Verkkosivusto. Viitattu 24.8.2021. <https://www.jesuits.org/about-us/faqs/>

- Jesuits 2021e. What We Do. The Service of Faith and the Promotion of Justice. Jesuits. Verkkosivusto. Viitattu 12.8.2021. <https://www.jesuits.org/our-work/what-we-do/>
- Järvinen, Henri 2021a. Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja koulutus. Suullinen tiedoksianto 5.10.2021. Helsinki: Seurakuntien talo.
- Järvinen, Henri 2021b. Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja valmennus 2020-21. Koulutuksen sisältö. Helsinki: Helsingin seurakuntayhtymä.
- Kaasalainen, Anu 2019. Havaintoja luottamuksesta yhteisötyönohjauksessa. Teoksessa Hietala, Ulla & Huovinen, Mika & Kekkonen, Reetta (toim.) Rantapallosta ratkaisuun. Työnohjaajien näkemyksiä ja kokemuksia yhteisöistä. Espoo: Huippuyhteisöt oy, 15-25.
- Kekkonen, Reetta 2019. Vuorovaikutuskehät. Teoksessa Hietala, Ulla & Huovinen, Mika & Kekkonen, Reetta (toim.) Rantapallosta ratkaisuun. Työnohjaajien näkemyksiä ja kokemuksia yhteisöistä. Espoo: Huippuyhteisöt oy, 63-73.
- Kettunen, Paavo 2013. Auttava kohtaaminen 1. Sielunhoidon perusteet ja teologia. Helsinki: Kirjapaja oy.
- Kirjottavat generalistit 2021. Mikä on generalisti? Verkkootikkeli. Viitattu 29.11.2021. <https://generalistit.fi/generalistit/mika-on-generalisti/>
- Kotila, Heikki 2006a. Lukijalle. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 9.
- Kotila, Heikki 2006b. Miksi nyt on hengellisen ohjauksen aika? Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 11-19.
- Lehtiö, Pirkko 2006. Ignatianinen hengellinen ohjaus. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 203-219.
- Loyola, Ignatius de 1979. Pyhiinvaeltajan kertomus. Suom. Seppo A. Teinonen. Helsinki: Kirjaneliö.
- Loyola Press 2021. About Loyola Press. Loyola Press. Verkkootikkeli. Viitattu 30.8.2021. <https://www.loyolapress.com/general/about-us/>
- Malmberg, Marjatta 2006. Hengellinen kokemus postmodernissa maailmassa. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 89-102
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020. Koulutuksen suunnittelu ja toteutus. Verkkosivusto. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 15.10.2021. <https://www.mll.fi/kouluttajanopas/koulutuksen-suunnittelu-ja-toteutus/>
- Martin, James SJ 2010. The Jesuit Guide to (almost) everything. New York: HarperOne.
- Mieli 2020. Suomalaisten mielenterveys ei ole kohentunut fyysisen terveyden tahtiin. Suomen Mielenterveys ry. Verkkootikkeli. Viitattu 9.8.2020. <https://mieli.fi/fi/yhteiskunta/suomalaisten-mielenterveys-ei-ole-kohentunut-fyysisten-terveyden-tahtiin>
- Nikkanen, Anni 2020. Tuttu, vieras uskontolukutaito. Julkaisussa diakoniabarometri 2020. Aina uuden edessä. Kirkkohallitus, 48-74.

- Ojala, Ann & Tyrväinen, Liisa 2015. Luonto hoitaa mieltä ja kehoa. Suomen mielenterveys ry. Verkkosivustossa Mieli. Viitattu 9.8.2021. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/hyvinvointi/ymp%C3%A4rist%C3%B6-ja-luonto/luontohoivaa-mielt%C3%A4-ja-kehoa>
- Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät: Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3.-4. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Peura, Mikko 2006. Kuka etsii hengellistä ohjausta. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 103-113.
- Salomäki, Hanna & Hytönen, Maarit & Ketola, Kimmo & Salminen, Veli-Matti & Sohlberg, Jussi 2020a. Esipuhe. Julkaisussa Uskonto arjessa ja juhlassa. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2016–2019. Kirkon tutkimuskeskus, 6.
- Salomäki, Hanna & Hytönen, Maarit & Ketola, Kimmo & Salminen, Veli-Matti & Sohlberg, Jussi 2020b. Johtopäätökset. Julkaisussa Uskonto arjessa ja juhlassa. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2016–2019. Kirkon tutkimuskeskus, 251-264.
- Serafim, Munkki 2006. Idän erämaaisät hengellisinä ohjaajina. Teoksessa Heikki Kotila (toim.) Hengellisen ohjauksen kirja. Helsinki: Kirjapaja oy, 23-41.
- Sievers, Peppi 2012. Kaipaus Jumalan luo. Pieni opaskirja ignatiaanisisista retriiteistä. Sinapinsiemen ry.
- Sievers, Peppi 2016. Uskonnollisten ja hengellisten kysymysten käsittely suomalaisissa psykoterapioissa. Itä-Suomen yliopisto. Joensuu: Itä-Suomen yliopisto.
- Sillfors, Mikko 2014. Ateismin lähteillä: Jumalattomuuden alkuperän ja yleistymisen tarkastelua. Uskonnontutkija (3)1/2014. Verkkojulkaisu. Viitattu 30.8.2021. <https://journal.fi/uskonnontutkija/article/view/64583>
- Sohlberg, Jussi & Ketola, Kimmo 2020. Uskonnolliset yhteisöt Suomessa. Julkaisussa Uskonto arjessa ja juhlassa. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2016–2019. Kirkon tutkimuskeskus, 45-66.
- Tommy Hellsten-instituutti 2021. Ihminen tavattavissa. Tommy Hellsten-instituutti. Verkkosivusto. Viitattu 7.10.2021. <https://ihminentavattavissa.fi/>
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Unkuri, Juhana 2016. Hengellinen ohjaus vahvistaa tunnesuhdetta Jumalaan. Kotimaa. Verkkoartikkeli. Viitattu 6.8.2021. <https://www.kotimaa.fi/artikkeli/hengellinen-ohjausvahvistaa-tunnesuhdetta-jumalaan/>

LIITTEET

Liite 1: Haastattelukysymykset

Taustakysymykset:

- Kuulutko evankelis-luterilaiseen kirkkoon?
- Jos et, kuulutko johonkin muuhun uskonnolliseen yhteisöön?
- Oletko seurakunnan työntekijä?
- Jos et, teetkö muuta työtä, jossa toimitaan ihmisten kanssa? Mitä?

Henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutus:

- Miksi aikanaan hakeuduit mukaan Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutukseen?
- Oliko sinulla ennen koulutukseen hakeutumista kokemusta ohjaajana toimimisesta?
- Mitkä olivat merkittävimmät oivallukset, joita koit koulutuksen aikana?
- Mitkä asiat koit haastaviksi koulutuksen aikana?
- Saitko koulutuksesta tarpeeksi tietoa ja työkaluja hengellisenä ohjaajana toimimiseen?
- Jos et, mitä olisit toivonut lisää?
- Mikä koulutuksessa oli mielestäsi hyvää ja toimivaa?

Hengellisenä ohjaajana toimiminen:

- Oletko toiminut hengellisenä ohjaajana?
- Jos olet, kerro minkälaista hengellistä ohjausta olet tehnyt?
- Käytätkö ohjauksessa jotakin tiettyä menetelmää?
- Pidätkö tärkeänä sitä, että ohjaajalla on tietty menetelmä, jota hän käyttää?
- Jos et vielä ole toiminut hengellisenä ohjaajana, mitä pitäisi tapahtua, että alkaisit toimia hengellisenä ohjaajana?

- Miten todennäköisenä pidät sitä, että tulevaisuudessa(kin) toimit hengellisenä ohjaajana?

Vastausvaihtoehdot: erittäin epätodennäköisenä, melko todennäköisenä, hyvin todennäköisenä.

-Oletko pystynyt soveltamaan henkisen ja hengellisen kasvun-ohjaaja koulutusta muulla tavoin? Miten?

-Pidätkö tärkeänä sitä, että hengellinen ohjaaja käyttää itse hengellisiä menetelmiä (=meditaatio, rukous, kirkossa käyminen, jne.) oman henkisyytensä tukemiseen? Käytätkö itse jotain menetelmää?

-Mitkä ovat mielestäsi hengellisen ohjaajan tärkeimmät ominaisuudet?

-Minkälainen olisi unelmiesi hengellisen ohjaajan koulutus, joka parhaiten tukisi sinua toimimaan hengellisenä ohjaajana?

Haluatko kertoa vielä jotain muuta aiheeseen liittyvää?

Liite 2: Henkisen ja hengellisen kasvun ohjaaja-koulutuksen kehittämisedotukset

1. Esittelyteksti muokkaaminen:

Selkeä korostus, että koulutuksessa opiskellaan ignatianisen spiritualiteetin ajatuksia. Lisäksi maininta, että jos henkilö jo valmiiksi omaa riittävästi ohjauskokemusta sekä yleistä elämäkokemusta, hän voi koulutuksen jälkeen toimia hengellisenä ohjaajana toisille. Muille koulutus tarjoaa mahdollisuuden syventää ja tutkia omaa spiritualiteettiaan sekä ymmärtää yleisesti spiritualiteettiin liittyviä ilmiöitä ignatianisen spiritualiteetin näkökulmasta käsin. Koulutus soveltuu myös lisäkoulutukseksi ihmisten kanssa työtä tekeville henkilöille, jotka haluavat oppia lisää spirituaalisesti sensitiivisistä kohtaamisesta.

2. Oman ohjaajuuden pohtiminen koulutuksen alusta alkaen:

Osallistuja voisivat koulutuksen alussa miettiä esimerkiksi pienryhmätyöskentelyssä sitä, millaisia hengellisiä ohjaajia he haluaisivat olla. Koulutuksen puolessavälissä osallistujille esitetään kotitehtäväksi kysymys, ”Mihin minä aion käyttää tätä koulutusta? Minkälainen hengellinen ohjaaja minusta tulee?” Vastauksia puretaan yhteisesti pienryhmissä seuraavalla kerralla. Tähän kysymykseen palataan vielä päätösretriitissä. Jos osallistuja kokee, että hän ei ole vielä valmis toimimaan hengellisenä ohjaajana, hän tekee tässä kohtaa suunnitelman siitä, miten aikoo jatkaa hengellisyyden polulla. Hakeutuuko hän itse ohjaukseen tai lisäkoulutukseen vai käyttääkö hän muita menetelmiä oman hengellisyytensä tukemiseen?

3. Vapaaehtoisten ohjausharjoitusten lisääminen:

Triad-menetelmän läpikäyminen syksyn lopussa. Kevään alussa mahdollisuus muodostaa triad-harjoitusryhmiä, joiden toimintaan seurakunta tarjoaa tilan. Ryhmät päättävät muuten toiminnastaan ja aikatauluistaan itsenäisesti.

4. Koulutuksen uudelleen rakentaminen eli sen jakaminen perus- ja jatko-osaan. (vaihtoehto ehdotuksille 1-3):

Perusosassa osallistujat käsittelevät itsetutkiskelun, ryhmässä jakamisen ja ignatianiseen perinteeseen nojaavan teorian kautta omaa spiritualiteettiaan sekä spiritualiteettiä yleisesti liittyviä ilmiöitä. Koulutus antaisi taitoja spirituaalisesti sensitiiviseen kohtaamiseen.

Jatko-osa olisi tarkoitettu perusosan käyneille henkilöille, joilla on riittävä pohjakokemus ohjaamisesta ja henkisestä harjoittamisesta sekä tarpeeksi yleistä elämäkokemusta. Koulutus painottuisi hengellisen ohjauksen erityispiirteisiin ja oman ohjaajuuden pohtimiseen. Tämän koulutuksen käyneet valmistuisivat hengellisiksi ohjaajiksi.

5. Katsaus Suomen hengelliseen kenttään heti koulutuksen alussa.

6. Tutustuminen hengellisyyden harjoittamisen menetelmiin monipuolisesti. Koulutuskerran aloittaminen eri menetelmin kuten yhteisellä rukouksella, kokemusten jakamisella, meditaatiolla, hiljaisuudella tai kehollisilla menetelmillä. Myös osallistujat voivat vetää aloituksen.

7. Selkeä kirjallinen runko koulutuksen etenemisestä osallistujille.

8. Koulutusmateriaalin tuottaminen sähköisen lisäksi myös fyysiseen muotoon.

9. Turvallisemman tilan periaatteiden läpi käyminen koulutuksen alussa ja osallistujien sitouttaminen näihin. Vastakkainasettelun ilmetessä lisätään ryhmäläisten omaa reflektointia siitä, miksi toisen mielipide aiheuttaa minussa vahvan tunnereaktion. Näin vastuutetaan koko ryhmää prosessin onnistumisesta.

10. Toisen vetäjän mukaan ottaminen eli koulutuksen toteuttaminen ohjaajaparin kanssa.

11. Palautteen järjestelmällinen kerääminen ja palautteen antamisen mahdollisuus myös anonyymisti.

Liite 3: Turvallisemman tilan periaatteet

Ole avoin.

Kohtaa uudet aiheet ja henkilöt ennakkoluulottomasti, ota jokainen vastaantuleva asia ja tilanne mahdollisuutena oppia uutta ja kehittyä.

Kunnioita.

Anna toisille tilaa, kiinnitä huomiota sanavalintoihisi ja muista tapahtumien osallistujien moninaisuus.

Älä oleta.

Kunnioita jokaisen itsemäärittelyoikeutta äläkä tee oletuksia esimerkiksi toisten sukupuolesta, taustasta tai perhesuhteista.

Puutu.

Mikäli todistat häirintää tai muuta epäasiallista kohtelua, älä jää sivustakatsojaksi.

Kannusta.

Ota vastuuta myös muiden osallistujien kokemuksesta. Kuuntele ja kannusta.

Rentoudu.

Erehtyminen ja kysyminen on sallittua.

Lähde: Suomen nuorisovaltuustojen kattojärjestö Allianssi. Viitattu 2.9.2021

<https://alli.fi/palvelut/tyokaluja-nuorisovaltuustolle/turvallisemman-tilan-periaatteet-javihapuheesta-vapaan-keskustelun-saannot/>