

TYYNEYSMESSU

Jumalanpalvelus kirkosta vieraantuneille
ja riippuvuuksista vahingoittuneille ihmisille

Heidi Mäkimaa,

Jenni Juntunen

Opinnäytetyö, kevät 2014

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön

suuntautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK)+

diakonin virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Juntunen, Jenni & Mäkimaa, Heidi. Tyyneysmessu. Jumalanpalvelus kirkosta vieraantuneille ja riippuvuuksista vahingoittuneille ihmisille. Diak Pohjoinen, Oulu, syksy 2013, 54 s., 4 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalian koulutusohjelma, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tarkoitus oli järjestää onnistunut Tyyneysmessu. Tavoitteena oli tuottaa aineisto, jonka perusteella Tyyneysmessujen toteutus helpottuisi seurakunnissa. Tyyneysmessu on jumalanpalvelus, joka on suunnattu ihmisille, jotka kokevat itsensä vieraantuneiksi kirkosta sekä niille jotka kärsivät riippuvuuksista.

Tyyneysmessua oli suunnittelemassa lisäksi Tornion seurakunnan kirkkoherra, diakonityöntekijöitä, pappi, sekä kanttori. Tyyneysmessun toteutuksessa oli mukana vapaaehtoisten lauluryhmä, todistuspuheenvuorojen pitäjiä, vapaaehtoisia seurakuntalaisia sekä seurakunnan työntekijöitä.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa käsiteltiin Kirkosta vieraantumista, voimaantumista, vertaistukea, syrjäytymistä ja sen ehkäisyä sekä Tyyneysmessua.

Tyyneysmessusta kerätty palaute oli myönteistä. Palautteiden perusteella Tyyneysmessujen tarve on suuri. Jatkossa seurakunnassa voitaisiin kehittää Tyyneysmessujen markkinointia sekä niiden sisältöä.

Asiasanat: kirkosta vieraantuminen, voimaantuminen, vertaistuki, syrjäytyminen, tyyneysmessu

ABSTRACT

Juntunen, Jenni & Mäkimaa, Heidi. A mass of serenity. A worship moment for people who have been estranged from church and for those who have been damaged by dependencies. 54 p., 4 appendices. Language: Finnish. Oulu, spring 2014. Diaconia University of applied sciences Degree programme in Social Services. Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of the thesis was to organize a successful mass of serenity. The goal was to produce material which makes the execution of mass of serenity easier in parishes. A mass of serenity is a worship moment which is targeted for people who feel estranged from church, and for those who suffer from dependencies.

The organizing team included the writers of this thesis and the vicar of Tornio parish, Finland; deacon workers; a priest and a church musician. The mass was put into practice by a voluntary singing choir, testimonial speakers, volunteers from the parish and parish employees.

In the theoretical part of the thesis the estrangement from church, empowerment, peer support, social exclusion and prevention of it, and also the mass of serenity were defined.

The feedback from the mass of serenity was positive. According to the response there is a great need for masses of serenity to be organized. In future the parishes could improve the marketing and the content of masses of serenity.

Keywords: estrangement from church, empowerment, peer support, social exclusion, prevention of social exclusion, mass of serenity.

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ.....	6
ABSTRACT	7
1 JOHDANTO	10
2 KIRKOSTA VIERAANTUMINEN.....	8
3 RIIPPUVUUDET JA NIIDEN VAIKUTUKSET	12
4 SYRJÄYTYMINEN JA SEN EHKÄISY	15
5 TYYNEYSMESSU	17
5.1 Tyyneysmessun historia	17
5.2 Tyyneysmessun sisältö.....	19
5.3 Tyyneysmessun merkitys ja anti	22
5.3.1 Voimaantuminen	23
5.3.2 Vertaistuki	24
6 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖMME TAVOITTEET	26
7 TYYNEYSMESSU TORNIOSSA	28
7.1 Tyyneysmessun suunnittelu.....	28
7.2 Tapahtuma.....	29
8 TYYNEYSMESSUN JA PROSESSIN ARVIOINTI	32
8.1 Osallistujien palaute.....	32
8.2 Oma arviointimme.....	33
9 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS.....	35
10 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS.....	37
10 POHDINTA	39
LÄHTEET	41

LIITTEET.....	47
LIITE 1 Tyyneysmessun esitteet.....	47
LIITE 2 Tyyneysmessun ohjelma.....	49
LIITE 3 Tyyneysmessun palautekysely Syksy 2013	51
LIITE 4 Ohjeistus Tyyneysmessun järjestäjille	52

1 JOHDANTO

Erilaiset riippuvuudet ja niiden seurauksena syntyneet ongelmat ovat lisääntymässä yhteiskunnassamme. Samaan aikaan ajattelutapamme on muuttumassa perinteisestä yhteisöllisyydestä yhä enemmän itsenäistä selviytymistä vaativammaksi. Tämän on hyvin konkreettisesti saanut havaita myös kirkkomme, josta vieraantuminen lisääntyy ja sitä myötä kirkosta eroavien ihmisten määrä kasvaa. Kirkkoa ei enää koeta yhtä tarpeelliseksi kuin aikaisemmin. Ihmiset suhtautuvat erilaisiin instituutioihin aikaisempaa kriittisemmin, lisäksi suhtautuminen kristilliseen perinteeseen ja ylipäätään kristilliseen kulttuuriin on muuttumassa. (Goman 2014, 4.) Kuitenkin kirkon diakoniatyön merkitys kasvaa yhteiskuntamme sosiaalisten palveluiden karsiutuessa ja niiden resurssien jatkuvasti vähentyessä.

Riippuvuuksien ajatellaan usein olevan itse aiheutettuja ja sitä kautta ihmisten suhtautuminen riippuvuuksista vahingoittuneita kohtaan kärjistyy. Erilaiset riippuvuudet lisääntyvät ja niistä seuraavat ongelmat aiheuttavat ihmisille yhä suurempaa kärsimystä. Syrjäytyminen lisääntyy jatkuvasti ja yhteiskunnan arvomaailma sekä taloudelliset resurssit tulevat jatkuvasti tiukemmiksi. Avun hakeminen tulee hetki hetkeltä vaikeammaksi. Diakonian perusajatuksiin kuuluva pyyteetön ihmisten auttaminen riippumatta heidän ongelmistaan on tänä päivänä harvinainen ajattelutapa. Tämän vuoksi diakonian merkitys kasvaa yhä suuremmaksi.

Opinnäytetyömme aihe syntyi Tornion seurakunnan diakoniatyöntekijän ideasta. Ajatus Tyyneysmessun järjestämisestä oli syntynyt hänen pyydettyään erästä päihdeongelmaista henkilöä seurakunnan tilaisuuteen, josta kyseinen henkilö oli kieltäytynyt. Kyseisellä diakoniatyöntekijällä oli tietoa ja kokemusta Ruotsissa järjestetyistä Tyyneysmessuista ja edellä mainittu tilanne herätti idean ja toivon saada kyseiset messut rantautumaan Tornion maaperälle. Hän kertoi meille

ideastaan ja kysyi halukkuudestamme tehdä toiminnallinen opinnäytetyö ja suunnitella sekä järjestää Tyyneysmessu yhteistyössä Tornion seurakunnan kanssa. Olimme molemmat kiinnostuneita kyseisestä aiheesta ja tulevana sosionomi-diakoneina koimme sen myös erittäin tärkeäksi ja ajankohtaiseksi, joten aloitimme yhteistyön.

Tyyneysjumalanpalvelus toteutettiin ehtoollisjumalanpalveluksena eli messuna. Tyyneysmessu sana on käännös ruotsinkielisestä sanasta Sinnesromässa. Ruotsissa Tyyneysmessut ovat hyvin suosittuja ja siellä niitä on järjestetty usean vuoden ajan. Ensimmäinen Tyyneysmessu järjestettiin Ruotsissa vuonna 1992.

2 KIRKOSTA VIERAANTUMINEN

Vuosien 2011 - 2012 vaihteessa Suomen evankelis-luterilaiseen kirkkoon kuului vakinaisesta väestöstä 77,3 prosenttia eli yhteensä 4 173 300 suomalaista (78,2 % vuonna 2010.) Kirkon jäsenyyden jätti vuonna 2011 yhteensä 42 693 henkilöä. Edellisenä vuonna kirkosta erosi 83 097 jäsentä. Suureen määrään eroamisista vaikutti varsinkin lokakuussa 2010 esitetty homoaiheinen televisiokeskustelu. Vuonna 2009 kirkosta erosi 43 650 jäsentä ja vuonna 2008 yli 52 000. (Suomen Evankelis Luterilainen kirkko i.a.)

Kirkosta irtaantuminen liittyy historiallisesti tarkasteltuna yleensä joihinkin yhteiskunnassa tai kirkossa tapahtuneisiin muutoksiin tai kirkon jäsenyyttä koskeviin lainsäädännöllisiin muutoksiin. Tämän tyyppisiä syitä ovat muun muassa taloudellisessa tilanteessa tapahtuneet muutokset kuten lama-aika ja siitä johtuva työttömyyden lisääntyminen, myös tyytymättömyys kirkolliseen päätöksentekoon esimerkiksi naispappeuteen liittyvän päätöksenteon yhteydessä. Vaikuttavia asioita ovat myös uskonnonvapauslain muutokset sekä yleisessä ilmapiirissä tapahtuneet muutokset. (Niemelä 2006, 12.)

Erilaisten tutkimusten mukaan kirkosta eronneiden ja kirkosta eroamistaan todennäköisenä pitävien kuva kirkosta on yleensä neutraali tai perusmyönteinen: 40 %:lla kirkosta eroamista todennäköisenä pitävistä kuva kirkosta on melko myönteinen, 2 %:lla erittäin myönteinen, 38 %:lla kuva ei ole myönteinen eikä kielteinen. 20 %:lla kirkosta eronneella tai eroamista harkitsevalla on melko tai erittäin kielteinen kuva kirkosta. Näissä tapauksissa kirkosta eroamiseen liittyvät yleensä pettymykset kirkkoa kohtaan sekä kokemukset siitä, ettei kirkko ole sellainen kuin yksilö toivoisi. (Niemelä 2006, 208–210.)

Emeritusprofessori Jouko Sihvon mukaan tutkimusten perusteella yli 70 prosenttia pitää kirkossa hyvin tai melko tärkeänä ensimmäiseksi sen hengellistä, toiseksi kulttuurista, kolmanneksi diakonista ja neljänneksi kasvatuksellista tehtävää. Hänen mukaansa yllättävän tärkeitä kirkon jäsenille ovat kirkon kulttuuriset tehtävät. Näihin tehtäviin kuuluvat esimerkiksi hautausmaiden hoito, juhlapyhien kristillinen perinne ja kulttuurihistoriallisesti arvokkaat kirkot ja kirkkomaat. Sihvon mukaan tämä on osoitus kirkon kansankirkollisesta luonteesta ihmisten mielissä. Kirkon diakoniatyöhön luotetaan ja se vaikuttaa jäsenten haluun pysyä kirkon jäsenenä. Myös kasvatus- ja opetustyöhön lasten ja nuorten parissa luotetaan. (Seurakuntalainen 2011.)

Hanne Saxelin on pyrkinyt opinnäytetyössään kartoittamaan Kontulalaisen työikäisen suhdetta kirkkoon ja sen viestintään. Opinnäytetyössä on löydettävissä ihmisten käsityksiä kirkosta. Saxelinin haastattelemien henkilöiden mukaan kokemus kirkosta ja sen työntekijöistä byrokraattisina, etäisinä, ei kansanomaisina sekä ei helposti lähestyttävänä, nostivat kynnystä seurakuntaan hakeutumiselle. Haastateltavat kaipasivat aitoa, ihmiseltä ihmiselle kohtaamista, joiden kanssa samaistumisen tarve tulee mahdolliseksi. Heidän mukaansa Evankelis-luterilainen kirkko pelkää tai ei koe tarpeelliseksi evankeliointia, tai sen evankelioimismuodot ovat sellaisia, etteivät ne kiinnosta ja tavoita ihmisiä. Haastateltavat ilmaisivat myös selkeästi kaipaavansa ihmisten omia kokemuksia, jolloin ne vakuuttaisivat ja mahdollistaisivat samaistumisen. Etäältä ja ylhäältä lausutut korkealentoiset sanat eivät heitä kiinnostaneet. He kaipasivat kirkolta ihmiseltä ihmiselle-puhetta. (Saxelin 2010, 62.)

Seurakunnissa käydään nykyään hyvin paljon keskustelua siitä, miten osallisuuden ja yhteisöllisyyden tulisi toteutua. Työmuodot järjestävät erilaista kokoavaa toimintaa, ryhmiä ja leirejä. Kaiken ikäisille seurakuntalaisille tulisi järjestää mielekkäitä mahdollisuuksia syventää yhteyttä seurakuntaan ja saada eväitä hengelliseen elämään. Eri henkilöillä kaivattu yhteys seurakuntaan syntyy erilaisista asioista, toinen saa tarvitsemansa jumalanpalveluksesta, joku

toinen haluaa ilmaista uskoaan muita auttamalla. Joillekin henkilöille pienryhmäkeskustelut ovat tärkeintä antia. Haasteena onkin synnyttää ja pitää yllä yhteisöllisyyttä, mutta samalla säilyttää avoimuus. (Hauta-aho & Tornivaara 2009, 85,86.)

Sari Nygård tutki opinnäytetyössään päihdeasiakkaiden suhtautumista kristilliseen päihdetyöhön. Hänen mukaansa päihdeasiakkaiden suhtautumiseen vaikuttavat asiakkaiden mielessä oleva turvallisuuden ja vapaudentunne, jotka liittyvät kristilliseen hoitopaikkaan. Osalle kristillisyy ei ollut ajankohtaista tai kristillisyyttä ei koettu kiinnostavaksi. Kristillisyyteen suhtautumiseen vaikutti suuresti senhetkinen elämäntilanne. Vaikeassa elämäntilanteessa ei heti pystytty paneutumaan uskonasioihin, vaan oli saatava aikaa ja edettävä vähän kerrallaan. Hoitopaikassa toiminnalta odotettiin eniten rukousta, kristillisiä tapahtumia, sielunhoitoa sekä hartauksia. Suurin osa haastatelluista halusi kristillistä toimintaa järjestettävän useita kertoja viikossa. Henkilökunnalta asiakkaat odottivat eniten tasa-arvoista kohtelua/hoittoa kristillisestä yhteisöstä sekä keskustelumahdollisuuksia uskonasioiden suhteen. Päihdeongelmaisten koettiin hakevan uskosta tukea erityisesti päihdeongelman hoitoon, päihdekierteestä haluttiin eroon sekä myös elämältä jotain parempaa. (Nygård 2008, 67 -68.)

Susanna Einola tutki opinnäytetyössään asiakkaiden kokemuksia päihdekuntoutuksesta ja havaitsi kristillisyyden vaikuttaneen voimakkaasti heidän arkielämäänsä sekä päihderippuvuudesta vapautumiseen. Asiakkaiden arkeen tuli kuntoutuksen ansiosta kokonaan uusi elementti: hengellisyys ja sen todeksi eläminen. Uskoon tulo muutti arkea ja sen rutiineja. Asiakkaiden arvot löysivät uuden tärkeysjärjestyksen. Omat onnistumiset eivät olleet enää heistä itsestä riippuvaisia, vaan luottamus Jumalaan ja hänen johdatukseensa sekä huolenpitoonsa kasvoi. Käsitys itsestä muuttui pikkuhiljaa kuntoutuksen aikana ja asiakkaat oppivat hyväksymään itsensä kaikkine vikoineen ja onnistumisineen. Kristillinen lähestymistapa syyllisyyteen ja anteeksiantamus antoi asiakkaille vapautuksen tunteen sekä mahdollisuuden itsensä

hyväksymiseen. Uskon kerrottiin pitävän koko nykyistä elämää pystyssä.
(Einola 2010, 36 - 37.)

3 RIIPPUVUUDET JA NIIDEN VAIKUTUKSET

Kaikki ihmiset ovat riippuvaisia jostakin. Osa ihmisten riippuvuuksista on haitallisia ja pahimmillaan kuolemaan johtavia, osa taas hyödyllisiä tai jopa elintärkeitä, kuten riippuvaisuutemme syömisestä, juomisesta, hengittämisestä ja läheisyydestä. Riippuvuus luokitellaan pahaksi tai sairaalloiseksi silloin, kun ihmisellä on pakonomainen tarve toistaa jotain asiaa saadakseen mielihyvää. Sairaallinen riippuvuus eli addiktio voi muodostua mihin tahansa sellaiseen aineeseen tai toimintaan, josta ihminen saa mielihyvän tunteen. Riippuvuuden syntyyn vaikuttavat muun muassa persoonallisuustekijät, kuten impulsiivisuus, sopeutumattomuus, heikko kyky sietää ahdistusta ja pessimistisyys tulevaisuuden suhteen. Myös ympäristötekijät, kuten sosiaalisen ympäristön paineet, toimintamallit ja asenteet vaikuttavat riippuvuuden mahdolliseen syntyyn. Useilla päihteillä on lisäksi itsessään riippuvuutta synnyttävä ominaisuus. Fyysinen riippuvuus syntyy silloin, kun ihmisen elimistö tottuu riippuvuutta aiheuttavan aineen läsnäoloon. Psykkinen riippuvuus syntyy silloin kun toiminta tai tietyn aineen käyttö muuttuu opituksi käyttäytymiseksi, jolloin siitä on tullut tapa hakea pikatydytystä tai pakokeinoa vaikeista asioista. Sosiaalisella riippuvuudella tarkoitetaan riippuvuutta sellaiseen ryhmään, jossa riippuvuutta aiheuttavaa toimintaa harjoitetaan. Riippuvuutta aiheuttavan toiminnan tai aineen puute aiheuttaa esimerkiksi hermostuneisuutta, ahdistuneisuutta, masennusta, passiivisuutta ja aloitekyvyttömyyttä sekä fyysisiä oireita, kuten vapinaa, univaikeuksia, kuumeilua, hikoilua ja kipuja. (Neuvola info, 2011.)

Riippuvuus voi kehittyä päihteiden ohella myös erilaisiin välitöntä tyydytystä tuottaviin toimintoihin, joihin ei liity minkään kemiallisen aineen nauttimista. Tällaisia toimintoja ovat esimerkiksi uhkapelaaminen, jatkuva sukupuolikumppanien vaihtaminen tai seksipuhelimien ylenpalttinen käyttö, buliminen syöpöttely, pakonomainen liikunta, ostovimma tai muut vastaavanlaiset nopeaa tyydytystä tuottavat tekemiset. Päihderiippuvuuden

tavoin toiminnallisiin riippuvuuksiin liittyy voimakasta halua tai pakkoa, kyseisen toiminnan hallinnan heikkenemistä ja sen lopettamisen vaikeutta. Tyypillistä on myös, että toimintaa jatketaan sen tuottamista suuristakin haitoista huolimatta. Vaikka toiminnallisissa riippuvuuksissa ei nautita mitään kemiallista ainetta, aivojen välittäjäaineiden tasolla niiden tuottamat reaktiot ovat samansuuntaisia kuin päihkeitä nautittaessa. Toiminnallisia riippuvuuksia verrataan usein pakkoneuroottiseen käyttäytymiseen. Yhteistä molemmissa on niiden pakonomaisuus, toistuvuus ja se missä määrin ne dominoivat ihmisen muuta toimintaa. Haitoista huolimatta kummastakin on myös vaikea päästä eroon. (Päihdelinkki 14.10.2009.)

Päihdeongelma Suomessa on haastavampi kuin koskaan aikaisemmin. Historiallisesti alkoholin kulutus on huipussaan, lisäksi huumeiden aiheuttamat haitat aiheuttavat lisäkuormitusta monin eri tavoin. Perinteisten päihdepoliittisten keinojen käyttö ei enää riitä. Näin ollen uusien tapojen käyttöä päihdeongelmien ehkäisyssä ja lievittämisessä tulisi etsiä ja arvioida. (Tammi & Aalto 2009, 7.) Suomalaisten päihteidenkäyttöä on pyritty ohjaamaan vuosikymmenten saatossa voimakkaasti erilaisten poliittisten päätösten kautta. Vuoden 1932 päättynyt kieltolaki on hyvä esimerkki kyseisestä toimintatavasta. Alkoholista johtuneiden kuolemien määrä on vähentynyt huippuvuodesta 2007, mutta pitkällä aikavälillä kulutus on kuitenkin jatkuvasti lisääntynyt. (Pihkala 2013, 8-11.)

Alkoholismi on hyvin vakava sairaus. Se on myös krooninen sairaus. Alkoholiriippuvuuteen sairastunut ihminen on menettänyt kykynsä hallita juomistaan loppuiäkseen. Täydellinen raittius on yleensä kaikkein turvallisim ja vaikein tavoite otettavaksi. Jos päihteestä irrottautuminen onnistuu, on henkilöllä edessään suuria vaikeuksia jotka nousevat siitä tosiasiasta, että yhteiskuntamme ei näytä helposti sulattavan ihmisiä jotka eivät käytä alkoholia. Alkoholin lisäksi yleisiä alkavat olla erilaiset resepteillä saatavat mielialaan vaikuttavat psyykenlääkkeet. Huumeiden saatavuus on jatkuvasti helpottunut ja

päihteet kuten kofeiini, nikotiini ja erilaiset liuottimet omaavat omat käyttäjäryhmänsä. (Hellsten 2003, 122 - 124.)

Päihdehoitopopulaatiossa on hyvin tavallista ongelmakäytön nopea uusiutuminen. Erilaisten hoitojen tehoamisesta on tehty paljon tutkimuksia ja tulokset vaihtelevat. Hoitoon hakeutuvat potilaat eivät kuitenkaan aina ole hyviä viiteryhmiä, koska ne poikkeavat olennaisesti käyttäjien enemmistöstä. Hoitopopulaatiot ovatkin eräänlaisia etujoukkoja, joille on kasaantunut erilaisia ongelmia. Pohjois-Amerikassa ja Euroopassa tehtyjen epidemiologisten tutkimusten perusteella noin 70 % alkoholin ongelmakäyttäjistä toipuu ilman ammatillista apua, spontaanisti. Spontaanista toipumista edesauttavat monenlaiset tekijät, kuten henkilön halu välttää alkoholin aiheuttamia sosiaalisia, taloudellisia sekä terveydellisiä haittoja. Näiden lisäksi auttavia tekijöitä ovat muutokset sosiaalisessa verkostossa sekä henkinen tai hengellinen herääminen. (Tammi & Aalto. 2009, 18 - 19.)

Päihdepalvelu on jakaantunut Suomessa hyvin useaan osaan. Ensisijainen päihdepalvelujen muoto on avohoito, jolla pyritään tukemaan päihdeongelmaisen arkea toimeentulosta asumiseen liittyviin kysymyksiin. Jos avohoidon tukitoimet eivät riitä, voidaan henkilö ohjata noin neljä viikkoa kestäväan laitostuntoutukseen. Katkaisuhoidossa pyritään keskeyttämään päihteiden käyttö sekä hoitamaan vieroitusoireita sekä muita päihteiden aiheuttamia haittoja. Hoitoa ja kuntoutusta tukeviin palveluihin kuuluvat esimerkiksi erilaiset hoitokodit sekä tukiasunnot. Yhteisöhoitossa keskeisimpiä hoidon ja kuntoutuksen välineitä ovat ryhmäprosessit. Yhteisöissä asiakkaiden apuna ovat toipumisohjelmansa sekä vertaistukiryhmän tuki. Lähes kaikissa yhteisöhoitopaikoissa käytetään AA:n kahdentoista askeleen toipumisohjelmaa. Matalan kynnyksen hoitopalvelua tarjotaan erilaisissa terveysneuvontapisteissä joissa tarjolla on terveysneuvontaa (Holopainen 2012, 27 - 28.)

4 SYRJÄYTYMINEN JA SEN EHKÄISY

Syrjäytyminen on koettu käsitteenä vaikeaksi eikä sille ole löydetty yhtä ja yleisesti hyväksyttyä määritelmää julkisissa, poliittisissa tai akateemisissa keskusteluissa. Yleisesti syrjäytymisen määritellään olevan yksilöiden, perheiden tai kokonaisten yhteisöjen ajautumisena yhteiskunnassa tavanomaisena ja yleisesti hyväksyttynä pidetyn elämäntavan, resurssien hallinnan ja elintason ulkopuolelle. (Simpura ym. 2008, 251).

Syrjäytymistä pidetään lähes aina negatiivisena asiana. Syrjäytyminen ei kosketa pelkästään yksilöitä vaan voi vaikuttaa myös kokonaiseen ryhmään. Se tarkoittaa sosiaalisista suhteista poisjäämistä, työttömyyttä, kykyä vaikuttaa ympärillä olevaan yhteisöön sekä rajallista vallan käyttöä. Syrjintää harjoitetaan myös mielipiteiden ja kansalaisuuden vuoksi. Henkilö ajautuu syrjäytymiseen vähitellen tai äkisti, jolloin samalla joudutaan luopumaan välttämättömistä elämänehdoista. Kun tällainen tilanne jatkuu pitkään, voidaan puhua syrjäytymisestä. Syrjäytymisen tutkimuksessa käytetään usein valmiita malleja, joilla riskitekijät kyetään tunnistamaan. Stereotypiat vaikuttavat voimakkaasti ihmisten mielikuviin siitä millainen ihminen on syrjäytynyt. Syrjäytyneet kykenevät tunnistamaan hyväosaiset ihmiset ja valtaväestö kykenee tunnistamaan sellaiset ihmiset jotka eivät täytä yhteiskunnan normi vaatimuksia. Leimautuminen syrjäytyneeksi on usein ihmisille suurempi haaste ja se myös vaikuttaa heihin syvemmin kuin esimerkiksi mielenterveysongelmat. (Laine 2010, 11–13.)

Yksilö sekä perhe voivat hyvin silloin kun kodissa riittää työtä, toimeentuloa ja terveyttä. Silloin kun parisuhde, vanhemmuus sekä yksilöiden sosiaalinen verkosto ja asumisolosuhteet ovat kunnossa sekä kaikista perheenjäsenistä pidetään yksilöllisesti ja yhdenvertaisesti huolta, syrjäytymisvaara on vähäinen. Jokaisen ihmisen elämisen edellytykset ja tulevaisuuden mahdollisuudet tulee

turvata, jotta hän ei syrjäytyisi. Syrjäytymisen ehkäisyyn kuuluvat sekä jo syrjäytyneiden tai syrjäytymisvaarassa olevien tai syrjäytymistä syventävien riskitekijöiden tunnistaminen että varhainen puuttuminen havaittuihin ongelmiin. Lisäksi ehkäisyyn olennaisesti kuuluvat katkeamattoman palveluketjun ja riittävän pitkälle aikavälille laaditun toimintaohjelman mukaisten toimenpiteiden toteutumisen seuranta, arviointia ja kehittäminen. (Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen–työryhmä 2011, 7.)

Köyhyyden, eriarvoisuuden ja syrjäytymisen ehkäiseminen on yksi vuosien 2011 - 2015 hallitusohjelman kolmesta painopistealueesta. Syrjäytymistä kyetään ehkäisemään vähentämällä työttömyyttä, köyhyyttä sekä ihmisten näköalattomuutta ja osattomuutta. Tämä edellyttää kuitenkin useiden hallinnonalojen toimia ja yhteistyötä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013.)

5 TYYNEYSMESSU

5.1 Tyyneysmessun historia

Tyyneysmessu nimi on johdettu ruotsinkielisestä sanasta Sinnesromässa. Messu on saanut nimensä Tyyneysrukouksesta, joka on johdettu Sinnesrobön nimestä. Tyyneysrukousta käytetään muun muassa Anonyymien alkoholistien kahdentoista askeleen ohjelmassa. Ensimmäistä Tyyneysmessua vietettiin 27.9.1992 Harry Månsuksen aloitteesta. (Edgardh 2013, 59.)

Ruotsissa on jo satoja kirkkoja ja seurakuntia, jotka käyttävät Vaasassa syntyneen suomenruotsalaisen baptistipastorin, teologin ja kirjailija Harry Månsuksen kehittämiä malleja maallistuneiden ihmisten kohtaamiseen. Hänet tunnetaan 1991 perustamastaan toimintamallista, josta käytetään nimeä Brommadialogen. Månsuksen mukaan tarvitsemme uskonpuhdistusta koko ajan, koska ilman jatkuvaa uudistusta kirkko kuolee. Yhtenä syynä tähän on hänen mukaansa se, että kulttuuri muuttuu niin nopeasti. (Sana 2007; Edgardh 2013, 45.)

Månsuksen mukaan paras löytö kirkkojen ulkopuolelta on rehellisyys elämää kohtaan. Tämän hän on kokenut erityisesti AA-liikkeissä. Hänen mukaansa kristillistä seurakuntaa vaivaa ongelmien kätkeminen hengelliseen sanahelinään. Monet asiat jäävät piiloon hurskaan ulkokuoren alle. Månsus on ollut kehittelemässä työpajoja, joissa rikkinäisyyttä ja ihmisten ongelmia ei väheksytä vaan ne otetaan voimavaraksi. (sana 2007.)

1980 -luvun Ruotsissa kahdentoista askeleen liikkeet kasvoivat räjähdysmäisesti. 1990-luvun lopulla Ruotsissa oli tuhansia ryhmiä, jotka tapasivat säännöllisesti joka viikko. Heidän yhteinen ideologiansa perusta oli

AA:n kaksitoista perinnettä sekä kahdentoista askeleen ohjelma, jotka ovat tulleet tutuksi muun muassa Minnesota -metodin kautta. Lisäksi myös tyyneysrukous on tullut tutuksi yhä laajemmissa piireissä. Tyyneysrukousta käytettiin Ruotsissa ensimmäisen kerran jumalanpalveluksessa Harry Månsuksen ideasta ja toiveesta. Kyseisen jumalanpalveluksen avulla Månsus halusi täyttää salit, ei vain uskovilla ihmisillä vaan kaikilla niillä, jotka ovat vahingoittuneet alkoholista, huumeista tai muista riippuvuutta aiheuttavista aineista tai asioista. Hän halusi näyttää riippuvuuksista kärsiville, että Raamatun sanoma on maanläheinen ja se voi auttaa heitä taistelussaan riippuvuudesta eroon pääsemisessä. (Andersson 1999, 55-56.)

Aluksi Tyyneysmessuista ilmoitettiin vain pienten lappusten avulla. Tieto levisi myös suullisesti kahdentoista askeleen ryhmässä Tukholmassa. Hieman tämän jälkeen kyseisiä messuja alettiin pitää myös monissa eri kirkoissa jolloin niistä ilmoitettiin kyseisten kirkkojen ilmoituksissa. Muutamien vuosien sisällä oli kyseisiä messuja pidetty niin radiossa kuin televisiossa. Toiminta levisi spontaanisti myös eri puolille Tukholman päihdekuntoutuskeskuksia. (Andersson 1999, 57-58.)

Tyyneysmessuja vietettiin 2000-luvun alussa yhdessä neljästä Ruotsin kirkon seurakunnista suhteellisen säännöllisesti. Tästä huolimatta kyseisestä jumalanpalvelusmuodosta on keskusteltu tai teologisesti tutkittu hyvin vähän. Yhtenä syynä on mahdollisesti se, että yhteys kahdentoista askeleen järjestöön on asettanut sen marginaaliin kasvavassa jumalanpalvelustarjonnassa. (Edgardh 2013,1.)

5.2 Tyyneysmessun sisältö

Anderssonin 1999, mukaan on hyvin vaikeaa kuvata Tyyneysmessujen tarkkaa sisältöä tai sen lyhyttä historiallista kehitystä. On hyvin tyypillistä, että historiallista dokumenttimateriaalia puuttuu sellaisesta toiminnasta, jota ei ole päätetty tai johdettu ylemmältä taholta. Tämän vuoksi voi vaikuttaa mahdottomalta antaa ohjeita siitä, miten oikean Tyyneysmessun tulisi olla rakentunut. Vaikkei käsikirjaa siitä mitä Tyyneysmessu on, tai mitä se pitää sisällään voisikaan tehdä, on kuitenkin mahdollista kuvata se miten kyseinen messu on koettu. (Andersson 1999, 59.)

Verrattaessa Tyyneysmessuja muihin messuihin, suurin ero on henkilöissä, ei niinkään sanassa tai järjestyksessä. Sisällöllisesti kohdataan yleensä sama, kuin muissakin jumalanpalveluksissa: musiikkia, laulua, raamatunlukua, saarnaa, hiljaisuutta, rukousta, kynttilöiden sytyttämistä sekä todistuspuheenvuoroja. Tunnelman muodostavat henkilöt, jotka hakeutuvat kyseiseen jumalanpalvelukseen. Heidän kohdatessaan Jumala, jumalanpalvelushuone ja toisensa, muodostuu tunnelma, joka on täynnä vakavuutta ja huumoria, hymyä ja kyyneliä. Tunteita jotka ovat yhteydessä kipeisiin kokemuksiin sekä hengelliseen kaipuuseen. Tämän lisäksi eron voi havaita saarnassa. (Andersson 1999, 60.)

Yleensä niillä papeilla tai diakonityöntekijöillä, jotka osallistuvat messuun, on tietoa tai kokemusta kahdentoista askeleen parantumisesta sekä hengellisestä heräämisestä, kuin myös kahdentoista opetuslapsen vaelluksesta Jeesuksen kanssa. Suurin vaara on, että huomiota herättävää nimeä Tyyneysmessu, käytetään ilman minkäänlaista kontaktia kahdentoista askeleen hengellisyyden kanssa. Tällöin on vaarana, että Tyyneysmessusta tulee toimintametsodi, joka tavoittaa muita kuin aikuisia jotka omasta tahdostaan ja itsensä vuoksi tulevat omien tarpeidensa kanssa. Samalla he etsivät Jumalaa, jotta saisivat tyyneyden ja voimaa epävarmaan huomispäivään. (Andersson 1999, 60-61.)

Tyyneysmessu on positiivinen toivo aitoudesta, kokoavaisuudesta, sovusta ja elämänvoimasta. Monet messuun osallistuvista kantavat mukanaan kokemuksia valheesta, rikkinäisyydestä, konflikteista sekä vallan väärinkäytöstä. Usein voi olla myös myöhäistä oppia keinoja tästä pahuudesta eroon pääsemiseen. Onnettomuus, haavoittuneisuus ja pettymys ovat jo sinällään kipeä asia. Tyyneysmessuun ei tulla peittämään arpia vaan tuntemaan miltä niiden kanssa eläminen ja oleminen tuntuvat. Tyyneysmessun vetovoima ei yleensä ole kristillinen usko sinällään eikä myöskään mielenkiinto jumalanpalvelusten uudistukseen, vaan henkilökohtainen tarve kokoavasta voimasta, parantumisesta sekä päihteettömästä elämästä. Silloin tarvitaan sielunhoidollinen ilmapiiri, tuttuja tekstejä ja lauluja, sellaisten henkilöiden kanssa joihin voi luottaa sekä tieto joka sopii siihen todellisuuteen, missä eletään. (Andersson 1999, 62.)

Yksi edellytys sille että tottumaton kirkossa olija voi tuntea olonsa rennoksi on se, että Tyyneysmessun vetäjät ovat vapautuneita tilanteessa. Ei ole helppoa olla rentoutunut jos vetäjä ei voi olla oma itsensä vaan on huolissaan omasta epävarmuudestaan ja keskittyy siihen, ettei nolaa itseään. Aitous ja yksinkertaisuus ovat välttämättömiä, jotta Tyyneysmessu on onnistunut. Silloin on tärkeää, että noudatetaan yksinkertaisia ja selkeitä periaatteita. (Andersson 1999,63.)

Tyyneysmessua ei saisi myöskään täyttää liialla aktiviteetillä, vaan on jätettävä tilaa siihen, että läsnäolijoilla on mahdollisuus kohdata Jumala niin kuin he itse Hänet ymmärtävät. Tarvitaan siis ilmaa, tyhjyyttä ja hiljaisuutta sekä mahdollisuus omille ajatuksille ja rukoukselle. Tämän voi toteuttaa esimerkiksi kynttilöiden sytyttämisen sekä vaeltamisen yhteydessä. Hiljaisen hetken voi toteuttaa myös tekstinluvun, laulun tai saarnan jälkeen. (Andersson 1999,64.)

Tyyneysmessuille on tyypillistä se, että joku tai jotkut messuun osallistujat jakavat oman elämäntarinansa. Yksi tärkeä inhimillinen tarve on juuri tarve saada jakaa ja samaistua toisten ihmisten elämäntarinoihin. Tämä voidaan toteuttaa myös esirukouksen yhteydessä ottamalla osaa toisten elämäkokemuksiin. Ne esirukouslaput, jotka jätetään eteen taittamattomina, luetaan julki ja ne jotka on taitettu, jätetään lukematta ääneen. Ihmisten kokemukset voivat kertoa niin heidän tarpeistaan, kiitollisuuksistaan kuin ilostaan. Heidän jakaessaan oman elämänsä muiden kanssa on yleensä luontevaa kertoa siitä mitä heille Jumalan kohtaaminen on merkinnyt. (Andersson 1999, 65.)

Tyyneysmessua järjestäessä tulisi koko ajan muistaa, että Tyyneysmessu tähtää tyyneysrukoukseen, jolloin jokaisella läsnäolijalla on jälleen mahdollisuus antaa elämäänsä Jumalan käsiin. Tyyneysmessuun kokoonnutaan, koska halutaan rukoilla tyyneyttä. Tämä on Tyyneysmessun päätavoite ja se tehdään, koska jokainen tarvitsee tyyneyttä, rohkeutta, voimaa, ja ymmärrystä siihen mikä elämässä pitää jättää väliin ja mille voimme tehdä jotakin. Tyyneysmessun jälkeen olisi hyvä, etteivät kaikki heti lähtisi omille teilleen, vaan he voisivat kokoontua ja vaihtaa ajatuksiaan. (Andersson 1999,66.)

Elämän dramatiikkaa ei tulisi piilotella tai idyllisoida kauniilla musiikilla, aplodeilla tai kirkkokahveilla. Monissa paikoissa itse kahvihetki on mennyt jumalanpalveluksen edelle. Tyyneysmessun tarkoituksena on voimien kerääminen todellisuuden vaatimuksia varten, ne pyritään näkemään sellaisina kuin ne ovat. (Andersson 1999,66.)

Heidän jotka suunnittelevat ja toteuttavat Tyyneysmessun tulisi muistaa, että myös he tarvitsevat suurempaa voimaa kuin omansa. Kukaan ei voi tehdä Tyyneysmessua omaksi ohjelmakseen. Ei myöskään kirkko voi tehdä sitä, ilman että kahdentoista askeleen järjestön ihmiset ovat paikalla omien kokemustensa kanssa. Kun tämä on mielessä kaikilla, jotka ovat toteuttamassa

Tyyneysmessua, tulee se värittämään mukana olon niin vakavuudella, huumorilla, kuin lempeydelläkin. Tällöin tuskin voi tehdä virheitä. Kun kaikki lopuksi ottavat toisiaan käsistä kiinni ja rukoilevat tyyneysrukouksen, on sillä voimakas symboli. Me kaikki olemme samanlaisia siinä, että rukoilemme Jumalan johdatusta ja voimaa elämäämme. Kokemus siitä, että me kaikki jaamme samat ehdot elämän hauraudesta ja voimme herkästi eksyä, luo voimakkaan hengellisen ykseyden tunteen. (Andersson 1999, 70.)

5.3 Tyyneysmessun merkitys ja anti

Petra Pousard kiteyttää haastattelututkimuksensa tuloksia seuraavasti: Se asia mikä tekee Tyyneysmessuista kiinnostavia, on niiden avoimuus sekä tervetulleeksi toivottava tyyli. Pousardin mukaan osallistujat kokevat erilaisen yhteyden, aitouden ja yhteisöllisyyden tunteita. Hän on myös sitä mieltä, että Tyyneysmessut voivat kohdata tämän päivän ihmisiä ja heidän tarpeitaan henkilökohtaiseen hengelliseen elämiseen. (Edgardh 2013, 55.)

Sitä mihin Tyyneysmessujen tulevaisuus johtaa on vaikea sanoa. Joka tapauksessa kyseisten messujen ympärillä tapahtuu jatkuvaa diakonista työskentelyä eri tahojen ja erilaisten ihmisten kesken / välillä. Marginaalin ja kristillisen uskon keskuksen täytyy jatkuvasti elää yhteydessä yksinkertaisesti siitä syystä, että kirkon keskus on Jeesus Kristus joka kulki oman yhteiskuntansa ulkoreunalla, samaistui yhteiskuntansa pienimpiin ja nosti esiin heidän näkemyksensä. (Edgardh 2013, 63.)

5.3.1 Voimaantuminen

Voimaantumisesta on alettu puhua Suomessa 1980 – luvulla aloitettujen erilaisten hyvinvointia edistävien hankkeiden kautta. Voimaantuminen, jonka englanninkielisenä käsitteenä on empowerment, on noussut keskeiseksi tavoitteeksi erilaisissa työorganisaatioissa työuupumuksen ja kehittämishankkeiden jatkuvasti lisääntyessä. Voimaantumiseen kuuluu olennaisesti se, että henkilö pohtii asioita miten voi pitää omasta hyvinvoinnistaan huolta ja kuinka hän voisi panostaa huomaamiinsa muutoksiin työyhteisössään. (Räsänen 2002, 18 – 19.)

Voimaantuminen on jokaisen itse työstettävä. Voimaantumisprosesseja on yhtä paljon kuin henkilöitäkin. Jokaiselle voimaantumisprosessi on henkilökohtainen prosessi ja jokainen kokee sen erilaisena. Ryhmässä yhdessä toimien ja toisia tukien prosessi on helpompaa. Voimaantumisen lisääntyessä osallistuminenkin kasvaa, jolloin prosessi on vastavuoroista. Yhteisön tuki on tärkeää voimaantumisessa. Kun voimaantumista tapahtuu, tuottaa se henkilöille lisää motivaatioita ja näin myös työtyytyväisyys lisääntyy. (Heikkilä & Heikkilä 2005, 30 - 31.)

Voimaantuminen näkyy taitona tietoisten valintojen tekemisessä sekä saadun tiedon kriittisenä arviointina. Saavutettu sosiaalinen, taloudellinen sekä kulttuurillinen pääoma antavat henkilölle mahdollisuuden liittyä osaksi omaa yhteisöään sekä yhteiskuntaansa. Koettu terveys liittyy tähän, ihminen voi siis kokea oman terveytensä sairauksista huolimatta hyväksi. Voimaantumisessa on tärkeää se, että ihmisellä on mahdollisuus kontrolloida omaa kohtaloaan ja vaikuttaa elämäänsä koskeviin päätöksiin. Tähän liittyy samalla oman ympäristön kriittinen tiedostaminen sekä aktiivinen liittyminen siihen. Ihmisen voimaantuminen on yksi terveyden edistämisen kulmakivistä. (Rouvinen-Wilenius & Koskinen-Ollonqvist 2011, 122-124.)

Voimaantumiseen vaikuttavat myös yhteisö ja sen ilmapiiri. Yhteisössä toimimisen kautta ihmiselle tulee mahdollisuus tehdä valintoja ja päätöksiä sekä opetella vastuullista toimimista, neuvottelemista sekä oman persoonallisen toimintatavan tunnistamista. Kun ihminen voi vaikuttaa ympäristöönsä, hän tuntee kuuluvansa johonkin ryhmään. Vertaistukitoiminta on voimaantumisen kannalta hyvä tukitoiminta päihderiippuvaisten kuntoutumisessa. Voimaantuminen ja vahvistuminen voivat näkyä elämän muutoksissa hyvin heikkoina, kuten raittiuden alkutaipaleella. (Hiltunen ym. 2005, 122.)

5.3.2 Vertaistuki

Vertaistuen ajatellaan olevan samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten halua jakaa kokemuksiaan ja tietoaan toisia kunnioittavassa ilmapiirissä. Vertaistukitoiminnassa ydinajatuksena on ihmisen oleminen itsensä ja ongelmiansa asiantuntija. Samanlaisia kokemuksia kokenut ihminen saattaa olla parempi tukija kuin ammattilainen. Vertaistuki antaa mahdollisuuden ihmisten kohtaamiseen sekä aitoon dialogiin. Se sopii kaikenikäisille ja sitä voidaan antaa monin eri tavoin. Vertaistukea ei pidetä hoitona, vaan siinä ihminen voimaantuu selvitäkseen paremmin arjen tuomista haasteista. Vertaistukiryhmiä tarjotaan muun muassa mielenterveyskuntoutujille sekä erilaisista riippuvuuksista kärsiville. Vertaistukiryhmät edistävät uusien sosiaalisten suhteiden syntymistä ryhmässä sekä sen ulkopuolella. (Nylund 2005,6-7.)

Kaikkia ryhmään osallistuvia henkilöitä sitoo vaitiolovelvollisuus ja ryhmässä pysytellään anonyymeinä. Vertaistuen keskeinen osa on aktiivinen kuunteleminen. Joissain vertaistuen muodoissa kannustetaan tunteiden avoimeen esiin tuomiseen ja niiden kokemiseen. Vertaistukiryhmiä voidaan käyttää terapian sijasta tai sen tukena. Vertaistuella on osallistujille yleensä terapeutin vaikutus. (Mäkinen 2008, 20.)

Päihdeongelmista toipumisessa vertaistuella on hyvin suuri merkitys. Ongelmista toipuminen on tunnetusti todennäköisempää niillä henkilöillä, jotka kiinnittyvät toipumistaan tukeviin vertaistukiryhmiin, kuin heillä jotka yrittävät ratkaista ongelmansa yksin. (Kujasalo & Nykänen 2005, 157.)

Vertaistuki antaa ryhmässä käyvälle helpotusta ja ymmärrystä. Se vähentää tunnetta syyllisyydestä sekä antaa uutta arvostusta omaa elämää kohtaan. (Pennanen 2007, 66.) Vertaistukiryhmän avulla ihminen saa kuntoutumiseen vaadittavaa sosiaalista tukea, sillä monella kuntoutujalla sosiaalinen tukiverkko on usein pieni tai jopa olematon. Tällöin ryhmästä saatava tuki korvaa ympäristön joka altistaa riippuvuuskäytölle. Joidenkin päihdekuntoutujien identiteetti rakentuu hyvin vahvasti vertaistukiryhmän varaan, jolloin vertaisryhmätoiminta jää pysyvänä osana kuntoutujan elämään. Osa vertaistukiryhmiä käyttävistä jää puolestaan pois ajan mittaan, kokiessaan kykenevänsä jatkamaan raitista elämää itsenäisesti. (Tammi ym. 2009, 40 - 41.)

Juuso Madetoja on havainnut opinnäytetyössään vertaistuen tärkeyden. Hänen mukaansa vertaisjalkapallotoiminnan tärkeyden osallistujille pystyi hahmottamaan puheiden ja tekojen lisäksi harrastusajoista. Pelaajien puheista kävi ilmi, että vaikka he olivat saaneet elämänsä järjestykseen esimerkiksi työn ja perheen muodossa, he osallistuivat silti edelleen toimintaan. Uusien osallistujien kannalta tämä on tärkeää, koska kokeneiden harrastajien elämäntarinat käyvät rohkaisevista esimerkeistä heille. Niiden avulla he voivat havaita heilläkin olevan mahdollisuuksia samaan. (Madetoja 2013, 34.)

6 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖMME TAVOITTEET

Toiminnallinen opinnäytetyö aloitetaan aiheanalyysillä, eli aiheen ideoinnilla. Analyysi aloitetaan pohtimalla niitä asioita, jotka erityisesti kiinnostavat. Aihepiirin valitsemisessa on erityisen tärkeää se, että aihe motivoi tekijää. Tärkeätä on myös se, että tekijä kokee voivansa syventää asiantuntemustaan aiheesta ja se, että se on niin ajankohtainen ja tulevaisuuteen suuntautuva, että se voisi kiinnostaa myös mahdollista toimeksiantajaa. (Vilkka & Airaksinen 2004, 23.) Meidän kohdallamme aihe oli syntynyt alun perin toimeksiantajan/Tornion seurakunnan työntekijän suunnalta ja sitä tarjottiin meille. Olimme molemmat kiinnostuneita aiheesta ja tämä motivoi meitä koko ajan eteenpäin. Tyyneysmessuja ei käsittääksemme ole aikaisemmin järjestetty Suomessa joten aiheemme oli mielestämme erittäin ajankohtainen ja tarpeellinen.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kuvata, miten järjestetään onnistunut Tyyneysmessu. Tavoitteena oli tuottaa aineisto, jonka perusteella Tyyneysmessujen toteutus helpottuisi seurakunnissa. Päädyimme keräämään kokemuksemme messun järjestämisestä powerpoint –esityksen muotoon. Esityksen tarjoaman tiedon perusteella seurakuntien henkilöstö voi halutessaan helposti saada perustietoa järjestämiseen liittyvistä perusteista.

Vilkan ja Airaksisen (2004, 23), mukaan toiminnallisessa opinnäytetyössä on hyvin tärkeää tehdä toimintasuunnitelma ja vastata kysymyksiin mitä tehdään miten tehdään ja miksi tehdään. Toimintasuunnitelmassa tulisi heidän mukaansa selvittää kohderyhmä, aiheeseen liittyvä lähdekirjallisuus sekä tutkimukset. Tämän jälkeen siinä pohditaan idean tavoitteiden saavutettavuutta sekä kuvataan opinnäytetyön aikataulu. Teimme toimintasuunnitelmamme projektisuunnitelman muodossa ja lähetimme sen myös yhteistyötahollemme ja kävimme sitä myös yhdessä läpi heidän kanssaan. Selkeä toimintasuunnitelma

ja säännölliset tapaamiset yhteistyötahomme kanssa auttoi meitä eteenpäin sekä pysymään aikataulussa.

Vilka ja Airaksinen (2004, 42-43), tuovat esille myös, että toiminnallisessa opinnäytetyössä riittää usein teoreettiseksi näkökulmaksi jokin alan käsite ja sen määrittely ja toisinaan teoria kannattaa hänen mukaansa rajata vain joidenkin keskeisten käsitteiden käyttöön. Pohtiessamme opinnäytetyömme viitekehystä rajasimme sen koskemaan niitä käsitteitä joita tarvitaan asian ymmärtämiseksi. Näitä olivat Tyyneysmessu., voimaantuminen, vertaistuki sekä syrjäytyminen

Kokeneet kirkossa kävijät voivat herkästi nähdä seurakunnat ja kirkon suvaitsevana yhteisönä, jotka ottavat vastaan ihmisen juuri sellaisena kuin tämä on. Todellisuudessa monet kokevat jotain aivan muuta. Ihmiselle joka ei koskaan ole käynyt jumalanpalveluksessa ja joka kärsii erilaisista riippuvuuksista, voi kynnyksellä osallistua jumalanpalvelukseen olla ylitsepääsemätön. Tyyneysmessun avulla haluamme yhdessä Tornion seurakunnan työntekijöiden kanssa tehdä tämän kynnyksen mahdollisimman matalaksi.

7 TYYNEYSMESSU TORNIOSSA

7.1 Tyyneysmessun suunnittelu

Toukokuussa 2013 Tornion seurakunnan diakoni tiedusteli halukkuuttamme tehdä toiminnallinen opinnäytetyö sekä suunnitella ja toteuttaa Tyyneysmessu yhteistyössä Tornion seurakunnan kanssa. Meille aihe oli aivan uusi, mutta perehdyttyämme aiheeseen ja kirjallisuuteen olimme todella kiinnostuneita ja innostuneita aiheesta. Meillä on molemmilla harjoittelujen myötä avautunut todellisuus siitä, miten päihteet voivat tuhota yksittäisiä ihmisiä sekä heidän perheitään. Tulevina sosionomi diakoneina aiheeseen perehtyminen antaa meille tietoa niin kahdentoista askeleen hengellisyydestä kuin Tyyneysmessuista itsessään, sekä siitä miten kahdentoista askeleen hengellisyys voi olla apuna riippuvuuksista eroon pääsemiseksi.

Saatuamme opettajiltamme sekä Tornion seurakunnan kirkkoherralta luvan tehdä opinnäytetyö aiheesta, aloimme messun suunnittelun yhteistyössä Tornion seurakunnan työntekijöiden kanssa. Kevään, kesän sekä alkusyksyn aikana tapasimme useita kertoja suunnittelutyön merkeissä. Tapaamisten välissä luimme ja käänsimme Tyyneysmessuista saatavaa kirjallisuutta sekä etsimme muita tarvitsemiamme lähdeteoksia. Lisäksi olimme puhelimitse yhteydessä Tornion ja Haaparannan yhteiseen AA kerhoon. Sovimme heidän kanssaan tapaamisesta ja kävimme heidän kokouksessaan kaksi kertaa.

Lisäksi olimme yhteydessä Tornion A-klinikkaan sekä Tornion päiväkeskukseen. Pyysimme heiltä lupaa tuoda esite tulevasta Tyyneysmessusta heidän ilmoitustaululleen (Liite 1) sekä heitä kertomaan tulevasta messusta asiakkailleen. Olimme yhteydessä myös Tornion A-kiltojen liittoon, tukitoimintaa antavaan Oljenkorsi RY:n perustajaan sekä Haaparannan

diakonityöntekijään. Olimme myös puhelimitse yhteydessä useita kertoja messun toteuttamiseen osallistuneiden ihmisten kanssa.

7.2 Tapahtuma

Tyyneysmessua vietettiin 15. syyskuuta 2013 Tornion kirkossa kello 18.00. Ennen messun alkua teimme tarjottavat valmiiksi seurakuntatalon puolella. Olimme sopineet kaikkien laulajien ja puhujien kanssa olevamme paikalla neljän aikaan. Kun, kaikki olivat paikalla, kävimme tulevan messun kaavan, aikataulun sekä laulut läpi yhdessä. Toteutunut ohjelma on esillä liitteessä 2.

Messu alkoi kellojen soitolla. Olimme kirkon ovella ottamassa messuvieraita vastaan ja jaoimme jokaiselle ohjelman jossa olivat laulujen sanat. Jaoimme myös rukouslaput ja kynät. Lisäksi jokainen sai valita kiven isosta kivikorista. Seuraavaksi siirryimme alttarin eteen, jossa oli pieni puhujakoppi mikrofonilla. Olimme kirjoittaneet tervetulosanat valmiiksi lapuille. Toinen meistä aloitti esitellen itsensä, sanoen: Hei vain kaikille! Minun nimi on Jenni ja seurakunta vastasi: Hei Jenni. Seuraavaksi Heidi esitteli itsensä ja seurakunta vastasi. Toinen meistä toivotti kaikki sydämellisesti tervetulleeksi ensimmäiseen Suomessa järjestettävään Tyyneysmessuun ja yhdessä kerroimme tärkeitä asioita messun kulun kannalta. Näitä olivat muun muassa ehtoollisen alkoholittomuus, rukouslappujen auki jättämisen tai taittamisen mahdollisuus, syntikivien pudottaminen vesiasiaan, pyyntö vastata palautteeseen ja jäämään kahville kirkkoon messun jälkeen.

Tyyneysmessu alkoi yhteislauluna virrellä 681 ”Herra kuuntele” Seuraavaksi oli ensimmäinen todistuspuheenvuoro jonka jälkeen oli lauluryhmän esitys. Esityksen jälkeen oli kaksi muuta todistuspuheenvuoroa joista toinen oli AA-ryhmän jäsenen pitämä. Ennen kirkkoherran puheenvuoroa lauloimme

yhteislauluna laulun ”Pidä minusta kiinni.” Kirkkoherran pitämä puheenvuoro piti sisällään viikon tekstin, sen pohdintaa sekä synnintunnustuksen. Synnintunnustuksen aikana kirkkoherra pyysi seurakuntalaisia pudottamaan heidän ottamansa kiven alttarin edessä olevaan vesiastiaan. Tämän jälkeen kirkkoherra antoi synninpäästön.

Kiitosrukous luettiin vuorolukuna kirkkoherran ja seurakunnan välillä. Kiitosrukousta seurasi virsi 517 ”Herra kädelläsi” Seuraavaksi oli ehtoollisrukouksen ja asetussanojen vuoro ja tämän jälkeen luimme yhdessä Isä meidän rukouksen. Seuraavaksi seurakuntalaiset tervehtivät ja käittelivät toisiaan ja toivottivat Herran rauhaa. Jumalan karitsa korvattiin lauluesityksellä ”Pyhä ja puhdas vapahtaja”. Ehtoollisen aikana seurakuntalaiset lauloivat myös alttarilla tunnettuja virsiä. Ehtoollisen jälkeen oli lauluryhmän esitys ja tätä seurasi kiitosrukous.

Ennen esirukouksen aikana seurakuntalaisille kerrottiin miten esirukous toteutetaan. Seurakuntalaisilla oli mahdollisuus kirjoittaa rukoustoiveensa alussa ottamiinsa rukouslappuihin. Rukouslaput kerättiin ja auki jätetyt rukouslaput luettiin ääneen. Esirukousjakson jälkeen kirkkoherra lausui Herran siunauksen, jonka jälkeen lauloimme yhteislauluna virren 231 ” Oi ihmeellistä armoa”. Virren jälkeen kirkkoherra piti loppupuheenvuoron ja lausui kiitokset osallistujille. Lopuksi oli tyyneysrukouksen vuoro joka toteutettiin käytävällä seisten ja toisia käsistä kiinni pitäen. Tyyneysrukous kuului näin: Jumala, anna minulle tyyneyttä hyväksyä asiat, joita en voi muuttaa, rohkeutta muuttaa ne jotka voin ja viisautta erottaa nämä kaksi toisistaan.

Tyyneysmessu kesti hieman suunniteltua pidempään. Olimme suunnitelleet sen kestävän noin tunnin, mutta se kestitkin puolitoista tuntia. Tyyneysmessun kaikki puheenvuorot sekä esitykset aloitettiin itsensä esittelyllä: ”Hei, olen...” johon seurakunta vastasi tervehtimällä ja sanomalla henkilön nimen: ”Hei,...”. Kaikkien puheenvuorojen ja lauluesitysten jälkeen esiintyjä kiitettiin aplodein.

Messun jälkeen jaoimme palautekyselyt (Liite 3) ja pyysimme kaikkia täyttämään ne. Messun jälkeen oli tarjolla iltapala kirkossa.

8 TYYNEYSMESSUN JA PROSESSIN ARVIOINTI

8.1 Osallistujien palaute

Palautteen kerääminen on erittäin tärkeä osa Tyyneysmessun kehittämistä. Voidaksemme kehittää Tyyneysmessun toteutusta tuli meidän kerätä palautetta suoraan ja tuoreeltaan Tyyneysmessun kävijöiltä. Jaoimme tekemämme palautekyselyt (Liite 3) Tyyneysmessun jälkeen kirkkokahvien aikana. Palautekyselyyn teimme lyhyitä ja helposti käsitettäviä kysymyksiä, jotka koimme merkittäviksi seurakunnan ja messuun osallistuneiden kokemusten kartoittamiseksi. Asiakas sai vastata lomakkeeseen rauhassa ja palauttaa sen nimettömänä. Tällä menettelytavalla halusimme varmistaa, että mahdollinen negatiivinen palaute tulisi myös esille. Palautelomakkeita palautettiin täytettynä 28. Yhteensä Tyyneysmessussa kävijöitä oli 48.

Palautekyselyssä kysyimme osallistujilta mielipidettä kolmeen kysymykseen. Ensimmäisenä kysymyksenä kysyimme, Tunsitko Tyyneysmessun olleen tarkoitettu juuri sinulle? Vastaaajista 22 tunsivat messun tärkeäksi ja yksi ei. Oma mielipidettään ei osannut kertoa 5 vastaajaa. Kysymykseen saiko messusta voimia jaksaksesi arjessa? myöntävästi vastasi 25 vastaajaa ja kolme ei osannut sanoa. Kielteisiä vastauksia tähän kysymykseen ei tullut. Viimeisenä vaihtoehtokysymyksenä kysyimme osallistujilta, Vastasiko messu odotuksiasi? Tähän kysymykseen 24 osallistujaa vastasi myöntävästi ja 4 ei osannut sanoa. Myöskään tähän kysymykseen ei tullut kielteisiä vastauksia.

Palautekyselyn lopussa oli tilaa vapaalle kommentille sekä kehittämisideoille. Negatiivisesta palautteista sekä kehitysideoista nousi keskeiseksi messun mainonta. Tiedotusta eri lehdissä sekä ilmoitusta Tyyneysmessu tapahtumasta

olisi kaivattu enemmän. Myös selkeämpää juontoa ja järjestystä kaivattiin. Osa koki ajallisesti Tyyneysmessun liian pitkäksi.

Tiedottamista voisi tulevaisuudessa aikaistaa.

Ilmoittelua pitäisi lisätä esim. kaupunkilehtiin.

Parempi mainonta, ei samalle päivälle päiväjumalanpalveluksen kanssa.

Tärkeimmiksi asioiksi koettiin musiikin kauniit ja puhuttelevat sanat. Todistuspuheenvuorot koskettivat ja Tyyneysmessu koettiin tunteita herättäväksi. Tyyneysmessun ohjelma yllätti iloisesti sekä Tyyneysmessua tapahtumana toivottiin myös jatkossa.

Tätä olen kaivannut lähelle ihmistä, henkilökohtaiset todistukset hyviä puhuttelevia kaiken muun lisäksi.

Tyyneysmessu oli messu, oli tunteita herättävä. Se oli ihmiseltä ihmiselle, joilla on yhteinen matka elämän polulla kohti ikuisuuden rauhaa.

Siunattu ilta, kiitos Jeesus.

8.2 Oma arviointimme

Tyyneysmessu kokonaisuutena oli meille vieras ja jouduimmekin perehtymään aiheeseen heti alkajaisiksi perinpohjaisesti. Olimme alusta asti tiiviisti yhteistyössä Tornion seurakunnan työntekijöiden kanssa. Erityisesti tahdomme kiittää diakonityöntekijä Johanna Wenneströmiä suuresta avusta ja opastuksesta niin käytännön, kuin teoriatasolla. Yhteistyö osoittautui hyvin

hedelmälliseksi ja hyvin nopeassa aikataulussa saimmekin Tyyneysmessun rakenteen ja tärkeimmät osa-alueet suunniteltua. Työmme käytännön osa-alueiden onnistumisesta kiitämmekin suuresti seurakunnan henkilöstöä.

Itse messu osoittautui hyvin antoisaksi ja merkitykselliseksi tapahtumaksi sekä asiakkaille, että meille kaikille järjestäjille. Asiakkaiden palaute oli hyvin positiivista ja myös seurakunnan edustajien mielestä tapahtuma oli jo heti ensimmäisellä kerralla toimiva ja varmasti hyödyllinen. Kokonaisuuden järjestämisessä riitti paljon puuhaa, mainostamisesta palautteen keräämiseen ja analysointiin. Huolimatta välimatkasta Tornio-Oulu, saimme mielestämme suunnittelun ja toteutuksen hienosti kasaan. Ilman nykyajan teknologiaa olisi välimatka tuottanut huomattavasti enemmän haasteita. Onneksi kännykät ja sähköpostit ovat olemassa. Mielestämme Tyyneysmessu sujui hyvin ja meillä oli kaikilla oikein hyvä mieli. Ihmiset jäivät runsain joukoin kahville ja juttelemaan messusta sekä vastaamaan kyselyyn. Ilmapiiri oli erittäin lämminhenkinen loppuun asti.

9 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS

Tutkimusetiikka voidaan rajata koskemaan ainoastaan tieteen sisäisiä asioita. Se voidaan määritellä myös tutkijoiden ammattietiikaksi, johon sisältyvät ne eettiset periaatteet, normit, arvot ja hyveet, joita tutkijoiden tulee työssään noudattaa. (Kuula 2011, 23.) Opinnäytetyössä tehtävien eettisten ratkaisujen lähtökohtina ovat ihmisarvon kunnioittaminen, tasa-arvoinen vuorovaikutus sekä oikeudenmukaisuuden merkityksen. (Kuokkanen ym. 2005, 30.)

Opinnäytetyössämme pyrimme alusta alkaen ottamaan eettiset kysymykset hyvin tarkkaan huomioon. Samaa ajattelutapaa käytimme koko projektin ajan. Työtä suunnitellessamme ja toteuttaessamme pidimme myös mielessämme diakoniatyöntekijän eettiset ohjeet, jotka ohjasivat toimintaamme. Tarkoituksenamme oli tuottaa tietoa, jonka avulla pystyisimme tarjoamaan uudenlaista lähestymistapaa riippuvuuksista kärsivien hengellisyyteen. Pyrimme siihen, että suunnittelemaamme tapahtumaan olisi kaikilla halukkailla mahdollisuus osallistua riippumatta heidän taustastaan ja historiastaan.

Sosiaalityön tutkimukseen liittyvissä pohdinnoissa ollaan hyvin yksimielisesti sitä mieltä, että tutkimuseettinen arviointi sekä hyvien tutkimuskäytäntöjen huomioiminen pitäisi ulottaa kaikkiin tutkimuksen vaiheisiin ja valintoihin. Toisena perushyveenä korostetaan usein eettisesti kestävän sosiaalityön tutkimuksen pyrkivän olevan hyödyllistä ja rakentavaa tutkimukseen osallistuville ihmisille, ei pelkästään välttävän vahingon aiheuttamista. Tutkittavien henkilöiden itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen on yksi tutkimustoiminnan perusajatuksista. Tutkittavalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa tutkimukseen, osallistua siihen vain haluamallaan tavalla ja esimerkiksi haastattelutilanteissa jättää vastaamatta kysymyksiin. (Rauhala & Vironkangas 2011, 238, 241.)

Kohderyhmäämme kuuluvat asiakkaat ovat hyvin usein siinä tilanteessa, että heidän itsemääräämisoikeuttaan kyseenalaistetaan. Messuun osallistuneista useat olivat joutuneet kohtaamaan syrjivää kohtelua sekä väheksymistä. Pyrimme kohtaamaan jokaisen ryhmäläisen yhtä arvokkaana. Opinnäytetyössämme lähtökohtana oli osallistujien täydellinen vapaus valita oma tapansa osallistua tapahtumaan. He saivat esimerkiksi itse päättää jättivätkö esirukouspyyntöjä ja luettiin ne ääneen, samoin palautekyselyyn sekä lopetuskahvitilaisuuteen osallistuminen oli vapaaehtoista.

10 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS

Toiminnallisessa opinnäytetyössä käytetään tutkivaa otetta, vaikka itse työstä ei toteuteta selvitystä. Tutkivalla otteella tarkoitetaan valintojen tarkastelemista sekä perustelua aiheeseen liittyvän tiedon pohjalta. Tämän tiedon tulee nousta oman alan kirjallisuuden pohjalta. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 151.)

Opinnäytetyön luotettavuus liittyy koko työn prosessiin. Tutkimusmenetelmät, tutkimusprosessi ja tulokset kuuluvat kaikki niihin tekijöihin, joissa luotettavuus tulee ottaa huomioon. Kehitystyössä tulee prosessissa syntyvän tiedon olla todenmukaista ja hyödyllistä (Toikka & Rantanen 2009, 121.)

Opinnäytetyössämme pyrimme alusta alkaen ottamaan luotettavuuden huomioon. Materiaalin ja lähteiden asianmukaisuus sekä tuoreus olivat hyvin merkityksellisessä asemassa. Emme käyttäneet yli kymmenen vuotta vanhoja lähteitä muuten kuin pakottavissa tapauksissa. Muutama lähde oli vanha, mutta aiheesta ei ollut etsinnästä huolimatta saatavissa tuoreempaa tietoa. Tutustuimme myös laajasti aiheen ympäriltä tehtyihin opinnäytetöihin. Teoreettisen viitekehyksen rajaaminen oli vaikeaa, huomasimme tekevämme paljon sellaistaakin työtä, jota ei lopulliseen raporttiin tullutkaan. Tämä kuitenkin laajensi käsitystämme aiheesta ja helpotti lopullisen työn valmistumista.

Lopullisen messun suunnitteluvaiheessa pohdimme myös hyvin paljon sitä, miten saisimme tulokseksi mahdollisimman paljon hyödyllistä tietoa. Mietimme esimerkiksi haastattelun tekemistä, mutta harkinnan jälkeen tulimme siihen tulokseen, että avoimen haastattelulomakkeen täyttäminen toisi tietoa eniten. Tähän päätökseen vaikutti myös käytössämme ollut aika, sekä se, että uskoimme ryhmäläisten antavan rehellisempää palautetta saadessaan täyttää palautelomakkeen halutessaan ja nimettömänä. Messun kohderyhmään

kuuluvat joutuvat elämässään usein tilanteisiin, joissa he eivät itse saa päättää haluamaansa toimintatapaa.

Palautteen kerääminen onnistuikin hyvin ja saimme paljon palautetta sekä hyviä kehittämissuhteita. Palautteen kokoaminen ja analysoiminen oli toisaalta hyvin työlästä. Jouduimme miettimään paljon sitä, ettemme olisi analysoineet palautteita liikaa. Liialla analysoimisella olisimme mahdollisesti saaneet vääränlaisia tuloksia.

10 POHDINTA

Tyyneysmessusta saamiemme vastausten perusteella rohkenemme sanoa, että järjestämämme Tyyneysmessu oli onnistunut. Vastauksista sekä keskusteluista oli selvästi havaittavissa osallistuneiden olleen tyytyväisiä tapahtumaan. Osallistujat toivoivat järjestettäväksi lisää samantapaisia messuja.

Tämän päivän Suomessa evankelisluterilaisten seurakuntien järjestämässä jumalanpalveluksissa käy yhä vain vähemmän ja vähemmän väkeä. Vuonna 2013 kirkosta jäsenmäärä väheni eroamisten vuoksi yli 50 000 henkeä. (Kaleva 3.1.2013.) Yksi syy tähän voi olla juuri se minkä Harry Månsuskin toi esille, eli kirkko ei tavoita ihmisiä omalla tyylillään. Sellainen messu jossa osallisuus, aitous ja välinpitämättömyys maailman antamasta statuksesta ovat läsnä, koskettaa ja kiinnostaa ihmisiä huomattavasti enemmän. Mielestämme Tyyneysmessuille pitäisi ehdottomasti löytyä paikka myös suomen kirkoissa.

Tekemämme opinnäytetyö antoi meille mahdollisuuden lähestyä sellaisia ihmisiä jotka ovat vahingoittuneet erilaisista riippuvuuksista. Lisäksi saimme kohdata paljon myös sellaisia ihmisiä, jotka olivat riippuvuudestaan päässeet eroon. Erittäin mielenkiintoista oli havaita miten moni oli päässyt eroon riippuvuudestaan juuri kahdentoista askeleen toipumishojelman tai uskon avulla. Tyyneysmessun todistuspuheenvuorot olivat mielestämme erittäin koskettavia ja ajatuksia herättäviä. Todistuspuheenvuoroista huokui uskon aitous. Kaksi puhujaa oli päässyt eroon riippuvuudestaan hädän hetkellä huudettuaan avukseen Jeesusta Kristusta. Yksi puhuja oli päässyt riippuvuudestaan kahdentoista askeleen toipumishojelman avulla. Myös hän tunnustautui Jumalan omaksi.

Erilaiset riippuvuudet ovat yhteiskuntamme suurimpia ongelmien sekä syrjäytymisen aiheuttajia. Opintojemme aikana olemme usein joutuneet pohtimaan keinoja, joilla auttaa marginalisoituneita ihmisiä. Vaikka he hyötyvät ja tarvitsevat usein taloudellista ja muutenkin konkreettista apua, ovat he myös mitä suurimmassa määrin myös henkisen tuen tarpeessa. Avun ei aina tarvitse olla suurellista tai sisältää suuria tekoja. Usein pelkkä hyväksyminen ja tunne siitä, että tulee kuulluksi, on suurinta mahdollista apua ja tukea. Tyyneysmessussa merkityksellistä on juuri mahdollisuuden antaminen pysähtymiseen. Rauhallisessa ja turvallisessa ilmapiirissä kohdattu jumalan sana voi antaa meille voimia seuraavan päivän kohtaamiseen.

Sosiaalityössä tulemme kohtaamaan yhä enenevämmässä määrin erilaisista päihdeongelmista kärsiviä ihmisiä. Yhteiskunnassamme taloudellisten resurssien jatkuvasti vähentyessä päihdeongelmat uhkaavat jäädä monien muiden sosiaalisten ongelmien varjoon. Mielipiteiden jyrkentyessä yhteiskuntamme uhkaa jakaantua yhä enemmän hyvin pärjääviin sekä niihin, jotka uhkaavat jäädä tukiverkoston ulkopuolelle. Kuntoutuminen päihdeongelmasta vaatii sekä asiakkaalta että tukevalta verkostolta paljon uskoa tulevaisuuteen, sekä siihen, että toivoa ongelmista eroon pääsemiseen on. Vaikka kuntoutuvasta ihmisestä ei välttämättä tulisikaan yhteiskunnan tuottavaa jäsentä, on hän silti ansainnut mahdollisuuden kaikkeen siihen tukeen mitä meillä on hänelle tarjota.

Tyyneysmessun toteuttaminen antoi meille mahdollisuuden syventää omaa ajatteluaamme näin opiskelujen loppuvaiheessa. Huomasimme molemmat valinneemme oikean alan. Diakoneina voimme auttaa ihmisiä juuri niillä keinoin, jotka koemme itsellemme luonteviksi. Sosiaalialan ihmisläheisyys ja kristillisen uskon henkisyys kohtaavat diakoniassa juuri oikeanlaisella tavalla.

LÄHTEET

Andersson Tomas 1999. Boken om recovery. Bromma: Libris.

Einola, Susanna 2010. "Mä oon ylpeä siitä, että mä oon kuitenkin lähtenyt tällaiseen ja saanut tätä kautta elämän kuntoon"
Asiakkaiden kokemuksia Ankkurin päihdekuntoutuksesta.
Hämeenlinnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.
Opinnäytetyö.

Edgardh, Ninna 2013. Gud, ge mig sinnesro. Om sinnesrogudstjänstens plats i Svenska kyrkans gudstjänstförnyelse. Svensk teologiskt kvartalskrift. Årg.89.

Goman, Antti 2014. Pako kirkosta kiihtyy myös oulussa. Kaleva. 3.1.2014, 4.

Hauta-aho, Henna & Tornivaara, Susanna 2009. Kirkosta kiinni!
Helsinki: Kirjapaja.

Hellsten, Tommy 2003. Virtahepo olohuoneessa. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Heikkilä, Jorma & Heikkilä, Kristiina. 2005. Voimaantuminen työyhteisön haasteena. 1. painos. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Hiltunen, Tarja. Kujala, Virpi. & Pupita-Mattila, Kati. 2005.
Näkyvä piilo. Päihdeongelmaisen naisen matka haavoittuneesta lapsuudesta eheyteen. Jyväskylä: Sininauhaliitto.

Holopainen, Mervi 2012. Päihdetyö -esite päihdetyöstä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille ja työyhteisöille. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu. Joensuu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Kujasalo, Anne & Nykänen, Hannele. 2005. Viinin viemää. Helsinki: Kirjapaja Oy ja Myllyhoitoyhdistys.

Kuula, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: Bookwell Oy.

Kuokkanen, Ritva; Kivirinta, Mervi; Määttänen, Jukka; Ockenström, Leena 2005. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki: Multiprint Oy.

Laine, Terhi; Hyväri, Susanna; Vuokila–Oikkonen, Päivi 2010. Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi

Leino-Kilpi, Helena; Välimäki, Maritta 2003. Etiikka hoitotyössä. Juva: WSOY.

Madetoja, Jussi. 2013. Asunnottomien jalkapallotoiminta osana päihdekuntoutusta- Osallistujien kokemukset toiminnasta. Rovaniemen ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö

Mäkinen, Terhi. 2008, "Mieli kevenee ryhmässä". Tehy 9/2008, 20.

Neuvola.info –Riihimäen seudullinen nuorisotiedotus 2011. Riippuvuudet.

Viitattu 6.1.2014. <http://www.neuvola.info/hyvinvointi/riippuvuudet/>

Niemelä, Kati 2006. Vieraantunut vai pettynyt? Kirkosta eroamisen syyt

Suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa.

Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 95. Tampere:

Kirkon tutkimuskeskus.

Nylund, Maranne. (toim.) 2005. Voimaa vertaistuesta: Mitä on vertaistuki?

Viitattu 23.10.2013

http://www.pakolaisapu.fi/files/116/voimaa_vertaistuesta.pdf

Nygård, Sari 2008. "Puuttuva palanen" kristillinen päihdehuolto

päihdeasiakkaan näkökumasta. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Pennanen, Jatta. (toim.) 2007. Vertaistuen vaikuttavuus: Irti Huumeista ry:n

huumeiden käyttäjien läheisille tarkoitetuissa vertaistukiryhmissä.

Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Yhteis-kuntapolitiikka,

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Pro gradu –tutkielma.

Viitattu 4.1.2014.

[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12790/URN_NBN_fi_jyu-2007476.pdf?sequence=1)

[12790/URN_NBN_fi_jyu-2007476.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12790/URN_NBN_fi_jyu-2007476.pdf?sequence=1)

Pihkala, Esko 2013. Känni kiellon päälle. Kaleva. 20.10., Sunnuntailiite 6-11.

Päihdelinkki 2009. 411 Aine- ja toiminnalliset riippuvuudet. Viitattu 6.1.2014.

<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/411-aine-ja-toiminnalliset-riippuvuudet>

Rauhala, Pirkko-Liisa & Vironkangas, Elina 2011. Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Pehkonen, Anni & Väänänen-Fomin, Marja. Sosiaalityön arvot ja etiikka. Juva: Bookwell Oy. 235-256.

Rouvinen-Wilenius, Päivi & Koskinen-Ollonqvist, Pirjo. 2011.

Tasa-arvo ja osallisuus väylä terveyteen. Järjestöt suunnan näyttäjinä. Terveysten edistämisen keskuksen julkaisuja 9/2011. Helsinki: Terveysten edistämisen keskus.

Räsänen, Juhani. 2002. Voimaantumisen oikeus ja välttämättömyys.

Ammatillisen voimaantumisen edellytykset ja käytäntö.

Lahti: Päijät- Paino oy.

Sana 2007. Harry Månsus: Julkisivuhurskaus karkoittaa etsijät. Viitattu 30.9.2013.

[http://www.sana.fi/i ihmiset/haastattelut/julkisivuhurskaus karkottaa-etsijat](http://www.sana.fi/i ihmiset/haastattelut/julkisivuhurskaus_karkottaa-etsijat).

Saxelin, Hanne 2010. Kontulalaisen työikäisen asukkaan suhtautuminen

evankelis-luteriliseen kirkkoon ja sen viestintään –

kirkko muutosaineissa. Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak etelä. Järvenpään toimipiste. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Opinnäytetyö.

Seurakuntalainen 2011. Emeritusprofessori Jouko Sihvo on huolissaan uskosta vieraantumisesta Suomessa. Viitattu 5.1.2014
http://www.seurakuntalainen.fi/uutiset/kotimaa/2066/emeritusprofessori_jouko_sihvo_on_huolissaan_uskosta_vieraantumisesta_suomessa.

Simpura, Jussi & Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari & Heikkilä, Matti 2008. Uudet ja vanhat sosiaaliset ongelmat. Teoksessa Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari & Simpura, Jussi & Heikkilä, Matti (toim.) Suomalaisien hyvinvointi 2008. Helsinki: Stakes, 250-253.

Suomen ev. lut. kirkko 2012. Luterilaiseen kirkkoon kuuluu 77.3 prosenttia suomalaisista. Viitattu 5.1.2014.
<http://evl.fi/EVLUutiset.nsf/Documents/9999DD0F5FEE7F14C225797900292A1A?OpenDocument&lang=FI>

Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Syrjäytymistä, köyhyyttä ja terveysongelmia vähentävä poikkihallinnollinen toimenpideohjelma. Viitattu 5.1.2013.
http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/syrjaytymisen_ehkaisy

Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen –työryhmä 2009. Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen -työryhmän raportti. Helsingin kaupungin hallintokeskus, turvallisuus- ja valmiuosasto.

Tammi, Tuukka; Aalto, Mauri; Koski-Jännes, Anja (toim.) 2009. Irti päihdeongelmista. Porvoo: Bookwell Oy.

Toikka, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3. Korjattu painos. Tampere: Tampereen yliopistopaino.

Vilkka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö.
Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

LIITTEET

LIITE 1 Tyyneysmessun esitteet



TYYNEYSMESSU

Sunnuntaina 15.9. klo 18
Tornion kirkossa

Tyyneysmessu on avoin, matalan kynnyksen messu sinulle, joka etsit Jumalaa, sisäistä rauhaa ja mielen tyyneyttä. Voit tulla omana itsenäsi eikä sinun tarvitse olla kristitty tai kirkon jäsen voidaksesi osallistua.

Messu toteutetaan 12-askeleen toipumisohjelman hengessä, joka rakentuu osallisuuden ja henkisen kasvun pohjalle. Myös virret, kynttilöiden sytyttäminen ja ehtoollinen kuuluvat messuun. Ehtoollinen on alkoholiton (rypälemehu). Messun aikana on **mahdollisuus henkilökohtaiseen esirukoukseen.**

Tyyneysmessun suunnitteluun ja toteutukseen osallistuvat monet eri ihmiset yhdessä. Messu on yhteistyötä seurakunnan työntekijöiden kanssa sekä sellaisten maallikoiden kanssa, joilla ei ole kirkollista koulutusta tai erityistä seurakuntakokemusta.

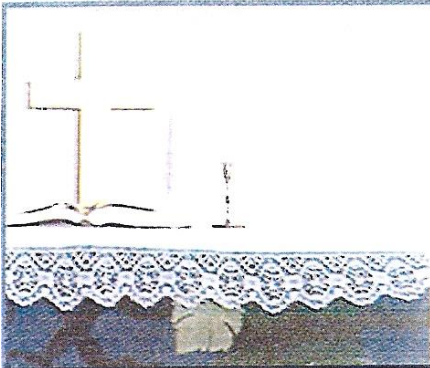
Messun toimittamiseen osallistuvat puhuvat, soittavat laulavat, lukevat ja rukoilevat omien kokemustensa pohjalta ja lähtökohtanaan kaipuu ja halu jakaa kappale omaa elämäänsä myös muiden kanssa.

Tyyneysmessu päätetään lukemalla Tyyneysrukous yhdessä. Tämä on myös 12-askeleen toipumisohjelmalla seuraavien liikkeiden perinne useassa maassa ympäri maailman.

Jumala, anna minulle tyyneyttä hyväksyä asiat, joita en voi muuttaa, rohkeutta muuttaa ne jotka voin ja viisautta erottaa nämä kaksi toisistaan. (R. Niebuhr)

Messu kestää **n. tunnin**, jonka jälkeen voit mielellään jäädä kirkkoon kahvittelemaan ja seurustelemaan. Messun jälkeen on myös **mahdollisuus henkilökohtaiseen sielunhoidolliseen keskusteluun.**





SINNESROMÄSSA

på finska

Torneå kyrka 15 september
kl 17.00 svensk tid

Sinnesrogudstjänsten är öppen för dig som söker Gud, inre lugn eller sinnesro. Du kan komma som du är och behöver inte vara kristen eller medlem i kyrkan för att delta.

Sinnesrogudstjänsten har inspirerats av 12-stepsprogrammen, som bygger på delaktighet och andlig utveckling. Mässan innehåller även psalmer, ljusständning och nattvard. Nattvarden är alkoholfri (druvjuice). Möjlighet till personlig förbön finns för den som önskar det.

Sinnesromässan är ett samarbete mellan församlingens medarbetare samt deltagare utan kyrklig vana och utbildning. Deltagare som pratar, spelar, sjunger, ber och läser gör det utifrån sina erfarenheter, sin längtan och sin vilja att dela med sig av sina liv till varandra.

Sinnesromässan avslutas med att alla får läsa Sinnesrobönen tillsammans. Traditionen är inspirerad av tolvstegsrörelserna som läser Sinnesrobönen i många länder världen över.

Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra,
mod att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden.
(R. Niebuhr)

Varmt välkommen!

Mässan tar ca 1 timme. Efter mässan får du gärna stanna kvar i kyrkan för fika och samvaro. För den som vill, finns det även möjlighet till själavårdssamtal.

Tornion
seurakunta

LIITE 2 Tyyneysmessun ohjelma

1 Kellot: Kirkkomestari

2 Alkusanat

3 Virsi RKV681 ”Herra kuuntele”: Yhteislaulu

4 Todistuspuheenvuoro

- Ensimmäinen todistuspuheenvuoro
- lauluesitys: mieskuoro
- Toinen todistuspuheenvuoro
- Kolmas todistuspuheenvuoro, AA: ryhmän jäsen

5 Laulu NSV ”Pidä minusta kiinni”: Yhteislaulu

6 Papin puheenvuoro: Kirkkoherra

- Viikon teksti
- Tekstin pohdintaa

7 Rukous /Synnintunnustus ja johdatus kivien pudottamiseen.

8 Synninpäästö

9 Kiitosrukous: Vuorolukuna

10 Virsi 517 ”Herra kädelläsi”

11 Ehtoollisrukous ja asetussanat

12 Isä meidän

13 Herran rauha: Seurakuntalaiset tervehtivät ja kättelevät myös toisiaan ja toivottavat rauhaa

14 Jumalan karitsa Lauluesitys: ”Pyhä ja puhdas vapahtaja ”

15 Ehtoollisen viettäminen

16 Lauluesitys: mieskuoro

17 Kiitosrukous: Vuorolukuna

18 Seurakuntalaisille kerrotaan miten esirukous toteutetaan. Jokainen voi kirjoittaa halutessaan esirukouksen saamaansa rukouslappuun. Seurakuntalaisia kehoitetaan jättämään rukouslappu auki jos haluaa, että rukous luetaan ääneen ja jos ei halua sitä ääneen luettavan kehoitetaan se taittamaan.:

19 Esirukous

- Esirukouspalvelu

20 Herran siunaus

21 Virsi 231: oi ihmeellistä armoa”: Yhteislaulu

22 Papin loppupuheenvuoro ja kiitokset osallistujille

23 Tyyneysrukouksen käytävällä seisten ja toisia käsistä kiinni pitäen

LIITE 3 Tyyneysmessun palautekysely Syksy 2013

Tyyneysmessun palautekysely syksy 2013

1. Tunsitko Tyyneysmessun olleen tarkoitettu juuri sinulle?

Kyllä En En osaa sanoa

2. Saitko messusta voimia jaksaksesi arjessa

Kyllä En En osaa sanoa

3. Vastasiko messu odotuksiasi?

Kyllä Ei En osaa sanoa

4. Miten kehittäisit Tyyneysmessua?

5. Vapaa palaute

LIITE 4 Ohjeistus Tyyneysmessun järjestäjille



TYYNEYSMESSUJEN HISTORIA

- Tyyneysmessu sana on käännös ruotsinkielisestä sanasta Sinnesromassa.
- Tyyneysmessuja on ollut kehittämässä Ruotsin kirkolla Tukholmassa pappina työskentelevä Lars-Åke Lunberg sekä suomenruotsalainen baptistipastori, teologi ja kirjailija Harry Månus.
- Tyyneysmessun idea syntyi vastauksena syvään tarpeeseen kaikista syrjäytyneimpien parissa.
- Lunberg ja Månus halusivat Tyyneysmessujen avulla täyttää kirkot ei vain uskovilla ihmisillä vaan kaikilla niillä, jotka ovat vahingoittuneet alkoholista, huumeista tai muista riippuvuutta aiheuttavista aineista tai asioista.
- Kyselytutkimus messuja ei ole aikaisemmin Suomessa järjestetty. Ruotsissa ensimmäinen messu järjestettiin vuonna 1992.

KEHITTÄJIEN MIELESTÄ OLEELLISET ASIAT TYYNEYSMESSUJA JÄRJESTETTÄESSÄ

- Yhteistyö Nimettömien alkoholistien (AA:n) sekä kahdentoista askeleen hengellisyyden kanssa.
- Vetäjien rentous, vapautuneisuus ja aitous.
- Yksinkertaisten ja selkeiden periaatteiden noudattaminen.

- Ei liikaa aktiviteettia. Tarvitaan ilmaa, tyhjyyttä ja hiljaisuutta sekä mahdollisuutta omille ajatuksille ja rukoukselle.
- Tyyneysmessu tähtää tyyneysrukoukseen. Tyyneysmessuun kokoonnutaan, koska halutaan rukoilla tyyneyttä.
- Tyyneysmessun jälkeen olisi hyvä etteivät kaikki heti lähtisi omille teilleen.

MESSUA JÄRJESTETTÄESSÄ MUISTETTAVIA ASIOITA

- Mainostaminen !(Seurakunnan tilaisuuksissa, erilaisissa tukiryhmissä, lehdissä, ym.)
- Tilan valitseminen ja valmistelu ennen messua.
- Sisällön suunnittelu.
- Suunnittelussa tulee ottaa huomioon kahdentoista askeleen hengellisyyden perusteet.
- Toteutuksessa tärkeitä ovat esirukouspaperit, jotka messuun osallistuvat täyttävät halutessaan.
- Pysähtyminen lopun kahvitilaisuudessa on tärkeää, muttei saa muodostua itseisarvoksi.
- Perusasiat ovat tärkeitä, voit kuitenkin muokata sisältöä omanlaiseksesi.

MUISTA !

- Tyyneysmessu tähtää tyyneysrukoukseen jolloin jokaisella läsnäolijalla on jälleen mahdollisuus antaa elämänsä Jumatan käsiin.
- Tyyneysmessuun kokoonnutaan, koska halutaan rukoilla tyyneyttä.
- Elämän dramatiikkaa ei tule piilotella tai idyllisoida kauniilla musiikilla, aplodeilla tai kirkkokahveilla.
- Tyyneysmessun tarkoituksena on voimien kerääminen todellisuuden vaatimuksia varten, ne pyritään näkemään sellaisina kuin ne ovat.

ESIMERKKI TYYNEYSMESSUN OHJELMASTA

- 1 Kiitot: Kirkkomestari
- 2 Aikusanat
- 3 Virsi RKV681 "Herra kuuntelee": Yhteislaulu
- 4 Todistuspuheenvuoro
 - Ensimmäinen todistuspuheenvuoro
 - laulesty: mieskuoro
 - Toinen todistuspuheenvuoro
 - Kolmas todistuspuheenvuoro, AA: ryhmän jäsen
- 5 Laulu NCV "Pida minusta kiinni": Yhteislaulu
- 6 Papin puheenvuoro: Kirkohererra
 - Viikon teksti
 - Tästäkö pohdintaa
- 7 Rukous /Symintamustua ja johdatus kivien pudottamiseen.
- 8 Synninpäästö
- 9 Kiitosrukous: Vuorokuna
- 10 Virsi 517 "Herra kädetään"
- 11 Ehtoollisrukous ja asetussanat
- 12 Iisä meidän

- 13 Herran rauha: Seurakuntalaiset tervehtivät ja käättelevät myös toisaan ja toivottavat rauhaa
- 14 Jumalan karitsa Laulesty: "Pyhä ja puhdas vapahtaja "
- 15 Ehtoollisen viettäminen
- 16 Laulesty: mieskuoro
- 17 Kiitosrukous: Vuorokuna
- 18 Seurakuntalaisille kerrotaan miten esirukous toteutetaan. Jokainen voi kirjoittaa halutessaan esirukouksen saamaansa rukouslappuun. Seurakuntalaisia kehoitetaan jättämään rukouslappu auki jos haluaa, että rukous luetaan ääneen ja jos ei halua sitä ääneen luettavan kehoitetaan se taittamaan.:
- 19 Esirukous
 - Esirukouspalvelu
- 20 Herran stinaus
- 21 Virsi 231: oi ihmeellistä armoa": Yhteislaulu
- 22 Papin loppupuheenvuoro ja kiitokset osallistujille

TYYNEYSRUKOUS

Jumala, anna minulle tyyneyttä hyväksyä asiat,
joita en voi muuttaa, rohkeutta muuttaa ne
jotka voin ja viisautta erottaa nämä kaksi
toisistaan

R. Niebuhr