

Kirkkokiusatut-kirkkosiunatut. Seurakunta seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen työpaikkana.

Marjo Ehn, pari- ja seksuaaliterapeutti, työnohjaaja, pappi

Kun puhutaan seksuaalisuudesta, on tärkeää osata tunnistaa, mistä kulloinkin puhutaan. Seksuaalisuudesta keskusteltaessa voidaan ajautua helposti kiistelemään mielipiteistä, mikä ei välttämättä rakenna ja luo ymmärrystä.

Ajattelen, että seksuaalisuutta tarkasteltaessa olisi hyvä sisäistää omaan ajatteluun ja ymmärrykseen ainakin neljä ikkunaa seksuaalisuuteen, joiden kautta voisi itse ymmärtää paremmin, mikä on hyvää, hyväksyttävää ja oikein ja mikä taas väärää, ei hyväksyttävää ja lopulta ihan tuomittavaa.

Kun itse aloin opiskella pari- ja seksuaaliterapiaa, aloin opiskella seksuaaliterveyttä. Seksuaalinen terveys hoitaa meitä. Seksuaalinen terveys edistää ihmisen kokonaisvaltaista terveyttä.

Seksuaalinen terveys on sitä, että ihminen tuntee itsensä. Hänellä on lupa olla seksuaalisesti omassa itsessään naisena, miehenä tai ilman sukupuolista määrittelyä. Seksuaalinen terveys on kokonaisvaltaista hyvinvointia omassa elämässä. On lupa elää omassa ainutkeratisessa elämässään päätähtenä, ei sivuroolissa. On vapaus muuttaa asioita, joihin ei voi sitoutua. On lupa ohjata omaa hyvinvointia henkisesti ja fyysisesti. On lupa rakastaa ketä haluaa. On vapaa ja vastuullinen. Seksuaalinen terveys on sitä, ettei käytä muita hyväksi eikä alista.

Seksuaalinen terveys meissä ihmisissä hoitaa koko yhteiskuntaa. Se ei siis ole vain yksilön hyvinvointia vaan vaikuttaa laajemmin parisuhteeseen, vanhemmuuteen, sukuun, ystäviin ja kaikkiin ihmisiin, joiden kanssa on tekemisissä.

Seksuaalisen terveyden vastakohta on seksuaalinen epäterveys. Niin kuin terveyden, niin myös seksuaalisen epäterveyden, vaikutus on laaja. Se ei ole vain yksilöä koskeva.

Seksuaalinen epäterveys on toinen ikkuna, jota kannattaa vähän tarkastella. Seksuaalinen epäterveys on sitä, ettei ole sinut itsensä kanssa eikä oman seksuaalisen identiteettinsä kanssa. On jäänyt vieraaksi itselleen. Ei ole vapautta elää omaa ainutkertaista elämää, ei ole lupaa olla onnellinen, ei ole lupaa olla vapaa. Ei kanna vastuutaan omasta elämästä ja valinnoistaan. On katkera ja kateellinen. Pyrkii säätämään, kontrolloimaan ja hallitsemaan muita, koska ei ole kosketusta itseen eikä osaamista oman ilon ja rakkauden tekemiseen. Epätervettä voidaan muuttaa terveydeksi tietoisuuden kautta. Usein mm. näitä asioita

käsitellään terapiassa.

Kolmas ikkuna, jota voimme tarkastella, on seksuaalinen sairaus. ”Ihan sairasta” on usein tokaisu, joka pääsee suusta, kun kohtaamme itsellemme erilaista, vierasta, seksuaalisuutta. Sairaudesta ei useinkaan ole kysymys, vaan omasta rajallisuudestamme.

Mutta mikä sitten on sairasta? Sairasta on kaikenlainen hyväksikäyttö, jossa tekijä osallistaa muita omaan sairastuneeseen seksuaalisuuteensa. Sellaista on kaikki sellainen, jossa tehdään vääryyttä toiselle. Tekijällä on hämartyntä ymmärrys siitä, että teot vahingoittavat toista. Esimerkiksi itsensä paljastaja pakottaa katsomaan, mutta ei ymmärrä teon vahingollisuutta, koska mitään fyysistä pahaa ei tapahdu. Sairastunut mieli ei ymmärrä eikä kuule rajoja. Seksuaalisesta sairaudesta voi parantua, kun syntyy sairauden tunto eli halu lopettaa epäterve käyttäytyminen.

Neljäs ikkuna on pahuus. Myös pahuus on tunnistettava. Pahuutta ei voi parantaa terapialla, on karkea väittäjä, mutta valitettava tosiasia. Tämä on useassa tapauksessa totta, kun puhumme esim. pedofiileistä, raiskaajista ja kiduttajista. Pahuus on tuomittavaa.

Ajattelemattomissa keskusteluissa nämä neljä seksuaalisuuden ikkunaa menevät joskus sekaisin ja se on loukkaavaa. Puhutaan pedofiileistä eli pahuudesta ja homoseksuaalisuudesta eli lähtökohtaisesti terveestä seksuaalisuudesta, samassa lauseessa. Tarvitaan ymmärrystä, että keskustelu voi olla rakentavaa.

Seksuaalisuus on ihmisen intiimeintä ydintä. Se on yksityisasia. On yksityisasia, miten ihminen kokee itsensä seksuaalisesti ja kenen kanssa hän on rakkaussuhteessa ja kenen kanssa muodostaa perheen.

Jokaisen meistä olisi hyvä tarkastella itseämme näiden neljän ikkunan kautta ja omia käsityksiämme ja ajatuksiamme. Tutkia omaa terveyttään, epäterveyttään, mahdollista sairauttaan ja suhdettaan pahaan.

Hyvä keskustelu edellyttää itsereflektiotaitoa ja halua dialogiin. Dialogi syntyy kunnioittamisesta, kiinnostumisesta ja myönteisestä uteliaisuudesta kuulla, mitä toinen haluaa sanoa.

Jokainen ihminen edustaa itseään seksuaalisesti kaikissa tilanteissa, kaiken aikaa, koko elämänsä. Lapsessa on läsnä lapsen seksuaalisuus ja se on erilaista kuin aikuisen tai vanhuksen seksuaalisuus. Joudumme toistemme kanssa jatkuvasti peilin eteen oman seksuaalisuutemme kanssa. Mitä paremmin tunnemme itsemme, sitä turvallisempia nuo kohtaamiset ovat. Suojellemme lapsia aikuisten

maailmalta, nautimme aikuisuudesta eikä toisen erilaisuus ei ole itselle uhka.

Kirkossa on seksuaalista epäterveyttä. Me ihmiset olemme kirkko. Kirkon ääni ei ole kuitenkaan kaikkien ääni. Kirkossa on myös paljon seksuaalista terveyttä. Kirkko koetaan kuitenkin usein ”perheeksi” ja perheessä halutaan sotkeutua toisten asioihin, tietää ja ohjata ja puuttua.

Kirkossa tarvitaan paljon terveitä rajoja ja viisaita, tietoisia ihmisiä lisää. Seurakunnan eteen työyhteisönä ei voi tehdä työtä, vain itsensä eteen työyhteisössä voi tehdä työtä. Se työ kannattaa, se kantaa, se muuttaa.

Olemme toistemme peilejä. Toisen erilaisuuden hyväksyminen on prosessi. Se on matka. Tätä matkaa voimme ohjata vain itse. Se ei tule määräämällä eikä pakottamalla. Erilaisuutta kohdatessamme meillä on mahdollisuus haastaa itseämme ja ottaa vastaan kasvuhaaste, kääntyä itseemme ja reflektoida. Kohdatessamme itsellemme erilaisista ja vierasta seksuaalisuutta, voimme tehdä merkittäviä löytöjä itsestämme, oppia uutta ja rikastua henkisesti. Elämä on huikea matka. Jos kaikki olisivat itsemme kaltaisia, luulen, että sen me kestäisimme vielä huonommin kuin erilaisuuden.

Marjo Ehn
Pari- ja seksuaaliterapeutti, työnohjaaja, TM
PARINA (T:mi)
p. 050 44 066 44