

Muslimiasiakkaan hengellinen / uskonnollinen kamppailu seksuaaliterapiassa

*Suosituksia ja islamin uskonnon coping-menetelmiä
asiakastyöhön*

Tiina-Kaisa Alakärppä
Uskontotieteen väitöskirjatutkija,
Turun yliopisto
Teologian maisteri
Auktorisoitu seksuaalineuvoja (SSS)
puhujapussaa.fi

Seksuaaliterapian lopputyö, Väestöliitto
28.2.2020

Sisällysluettelo

1. Johdanto	3
2. Islamin ja muslimien moninaisuus	5
3. Hengellinen ja uskonnollinen kamppailu	6
3.1. Käsitteet	6
3.2. Mitä H/U kamppailu on ja ketä se koskee?.....	7
3.3. Islam, masturbointi ja H/U kamppailu	9
3.4. H/U kamppailun vaikutuksia	10
4. H/U kamppailu seksuaaliterapiassa	11
4.1. Terapeuttien ja muslimiasiakkaiden haasteet terapiaan liittyen	12
4.2. Koottuja suosituksia muslimiasiakkaiden kanssa tehtävään (seksuaali)terapiatyöhön.....	13
4.2.1. Oman hengellisen / uskonnollisen historian pohtiminen.....	13
4.2.2. Suosituksia muslimiasiakkaiden kanssa tehtävään seksuaaliterapiatyöhön	14
4.2.3. Hengellisyyden / uskonnollisuuden puheeksiottaminen	17
4.2.4. H/U kamppailun puheeksiottaminen ja arvioiminen	20
4.2.5. Hengellisyys / uskonnollisuus osana terapiaprosessia – esimerkkinä <i>Lighting the Way: A Spiritual Journey to Wholeness</i> -malli	22
4.3. Islamin uskonto osana seksuaaliterapiaprosessia.....	24
4.3.1. Sydämen (<i>qalb</i>) huomioiminen seksuaaliterapiassa	25
4.3.2. Anteeksi pyytäminen (<i>tawbah</i>) ja Allahin 99 kaunista nimeä seksuaaliterapiassa	27
4.3.3. Islamin <i>coping</i> -menetelmät.....	28
4.3.4. Meditaatio ja profeetta Muhammadin opetukset	33
4.3.5. Islamin uskonnon opetukset psykoedukaationa	34
5. Eettisyys	36
Lähteet ja kirjallisuus	46

1. Johdanto

Seksuaaliterapiaopintojeni aikana olen tehnyt terapiatyötä pääasiassa Lähi-idästä kotoisin olevien muslimimiesten parissa. Terapiassa on käsitelty muun muassa asiakkaan omaa seksuaalihistoriaa, tunteita, seksiriippuvuutta ja seksuaalista hyväksikäyttöä. Lisäksi islamin uskonto on ollut keskusteluissa paikoitellen isossakin roolissa. Välillä miehet ovat kertoneet elämästään ristiriitaisten seksuaaliopetusten välissä: Yhdellä puolella muun muassa rohkaistaan tutkimaan omaa kehoaan ja masturboimaan. Toisella puolella taas saatetaan nähdä näiden olevan syntiä. Tällaisten ristiriitaisten seksuaaliopetusten välissä elävällä saattaa herätä monia kysymyksiä: Mikä on oikein? Miten tulisi ajatella näistä asioista, ja kumpaa puolta tulisi kuunnella?

Terapiavastaanotolla asiakas saattaakin kertoa: ”Olen huono ja kelvoton muslimi, koska teen koko ajan syntiä. Joudun helvettiin.” Lisäksi, että hän kokee olevansa huono ja kelvoton muslimi, hän saattaa kokea huonommuutta suhteessa muslimiyhteisöönsä ja vihaa¹ jumalaansa² kohtaan. Tätä voidaan kutsua myös hengelliseksi / uskonnolliseksi kamppailuksi. Käytän tässä lopputyössäni tästä lyhennelmää H/U kamppailu.

Opintotaustani ja päivätyöni³ vuoksi H/U kamppailun käsittely ei ole ollut minulle uutta. Seksuaalivoukko- ja seksuaaliterapiaopinnoissa näistä teemoista ei kuitenkaan keskusteltu, minkä vuoksi halusin paneutua teemaan syvällisemmin oman terapeuttisen osaamiseni syventämiseksi.

H/U kamppailuun liittyvää tutkimusta on tehty pääosin psykologian alalla⁴ Yhdysvalloissa kristittyjen parissa⁵. Tämä on tärkeää pitää mielessä, kun lukee tässä lopputyössä esiteltäviä tutkimuksia. Kuitenkin vasta viime aikoina on alettu miettiä, miten psykoterapiassa voitaisiin auttaa asiakasta käsittelemään ja ratkaisemaan haasteita, joita H/U kamppailu aiheuttaa.⁶

¹ Islamissa opetetaan, että se, mitä ihmiselle tulee vastaan elämässään, on se sitten hänen mielestään hyvää tai pahaa, on hänelle lopulta hyväksi. Eli kamppailukin, vaikka se tuntuu henkilöstä todella pahalta, voi lopulta olla hänelle hyväksi. Tämän vuoksi ”viha jumalaa kohtaan” on islamissa hieman ongelmallinen ajatus. Käytännössä henkilö voi kuitenkin sanoa vihaavansa jumalaansa.

² Tässä lopputyössä puhutaan pääasiassa ’jumalasta’, vaikka muslimien jumalaa kutsutaan nimellä ’Allah’.

³ Työskentelen hankepäällikkönä Sosped-säätiön VIGOR-hankkeessa, jossa edistetään seksuaaliterveyttä erityisesti arabian, darin, kurdin, persian ja somalin kieliryhmissä mentorointitoiminnan avulla (www.vigorhanke.fi).

⁴ Gibbel et al. 2019.

⁵ Padgett et al. 2015, 288.

⁶ Gibbel et al. 2019.

Seksuaaliterapiakirjallisuudessa puolestaan on puhuttu hengellisyyden ja uskonnon huomioimisen tärkeydestä⁷, mutta kirjallisuutta ja tutkimusta (uskontoaan harjoittavan muslimiasiakkaan) H/U kamppailun huomioimisesta osana seksuaaliterapiaa ei juurikaan ole. Puhun muslimiasiakkaista tässä lopputyössäni ”harjoittavina muslimeina”, koska tämä on yleinen termi, jota kohderyhmä itse käyttää.

Vaikka lopputyöni ei ole tieteellinen tutkimus, vaan enemmänkin alustavaa pohdintaa ja tutkitun tiedon yhdistämistä monesta eri suunnasta, ja se on rajattu koskemaan muslimiasiakkaita, se voi hyödyntää myös muiden hengellisten / uskonnollisten ihmisten kanssa tehtävää terapia-/ muuta asiakastyötä. Lopputyössäni painotan terapeutin omaa hengellisen / uskonnollisen historian sekä muslimiasiakkaisiin liittyen asenteiden ja ennakkoluulojen pohdinnan tärkeyttä. Käyn myös läpi erilaisia tapoja kysyä uskonnollisesta vakaumuksesta, jolloin terapeutti kuulee yksilölliset tarpeet hengellisyyden / uskonnollisuuden käsittelemiseen osana terapiaprosessia.

Lisäksi esittelen erilaisia islamin uskonnon mukaisia *coping*-menetelmiä, joita ei-muslimi terapeutti voi käyttää osana omaa työskentelyään erityisesti toivon ylläpitämiseksi. Eräs muslimimies kerran sanoi minulle: *”On tärkeää kannustaa nuorta olla vaipumatta epätoivoisuuteen, joka on todella yleistä, kun nuori kokee tehneensä paljon syntiä. Positiivisuus ja toiveikkaus eivät ole ristiriidassa sen kanssa, että kokee teon olevan väärä ja syntinen. Näiden kahden välillä tasapainotteleminen ei aina kuitenkaan ole helppoa.”*

Islamin uskonnon näkyminen terapiavastaanotoilla tulee todennäköisesti tulevaisuudessa lisääntymään, koska terapiatyö tulee muslimeille koko ajan tutummaksi. Tutkimuksissa on kuitenkin nostettu esiin, että ei-muslimi ammattilaiset kaipaavat lisää osaamista ja ymmärrystä muslimiasiakkaiden kanssa työskentelyyn.⁸ Tämän vuoksi uskon, että lopputyöni tuo tärkeää lisätietoa terapiatyön ammattilaisten keskuuteen.

Lopputyöni tarkoituksena ei kuitenkaan ole luoda paineita, vaan antaa ammattilaisille työkaluja terapiatyöhön muslimiasiakkaan kanssa. Lyhyesti voisi sanoa, että terapeutin on tärkeintä miettiä omaa suhdettaan uskontoon ja islamiin / muslimeihin. Jos terapeutti pystyy kunnioittamaan muslimeita ja heidän uskoaan, uskonto on hyvä ottaa puheeksi ja olla valmis käsittelemään muslimien elämän haasteita myös uskonnollisesta näkökulmasta käsin.

⁷ Killawi 2012.

⁸ Rassool 2016, 11.