

# Hengelliset toimintamuodot parisuhteessa – Haastattelututkimus parisuhteen hengellisyydestä

Hannu Ahonen  
Käytännöllisen teologian pro –tutkielma  
Lokakuu 2020



HELSINGIN YLIOPISTO – HELSINGFORS UNIVERSITET		
Tiedekunta/Osasto – Fakultet/Sektion Teologinen tiedekunta	Laitos – Institution Käytännöllinen teologia	
Tekijä – Författare Hannu Ahonen		
Työn nimi – Arbetets titel Hengelliset toimintamuodot parisuhteessa		
Oppiaine – Läroämne Käytännöllinen teologia		
Työn laji – Arbetets art Pro gradu -tutkielma	Aika – Datum Lokakuu 2020	Sivumäärä – Sidoantal 58
Tiivistelmä – Referat <p>Mies ja nainen kertovat kokemuksensa parisuhdekrisisistä ja tiivistävät että rukoileminen ja Jumalan puoleen kääntyminen pelasti heidät avioerolta. Kyseessä on tilanne, jossa pariskunta on hyödyntänyt yhtä hengellisen toimintamuodon menetelmää, joka tässä tapauksessa on ollut rukoileminen.</p> <p>Tämän tutkielman tehtävänä on selvittää, minkälaisia hengellisiä toimintamuotoja parisuhteessa käytetään ja millaisia vaikutuksia näillä hengellisillä toimintamuodoilla on parisuhteessa. <i>Hengellinen toimintamuoto</i> on käytännöllistä toimintaa kuvaava käsite, jonka avulla voidaan tutkia parisuhteen dynamiikkaa hengellisestä näkökulmasta katsottuna. Tutkimuksen hengellisenä kontekstina on kristillinen maailmankuva, jonka välityksellä Jumala ja parit kommunikoiivat ja ylläpitävät hengellistä suhdetta toinen toisiinsa.</p> <p>Tutkimusmetodina on sisällönanalyysi. Haastateltavien parien hengelliset toimintamuodot saavat puheenvuoron, kun hengellisiä toimintamuotoja kuvataan niihin liitettyjen kokemusten ja vaikutusten kautta. Tämä tarkoittaa aineiston sanallista kuvaamista. Tutkielma on toteutettu ryhmähaastatteluilla, haastatteleamalla yhdeksää paria eri puolelta Suomea yhteistyössä Parempi avioliitto ry:n toiminnan kautta.</p> <p>Johdanto luvussa perehdytään tutkimuksen lähtökohtana toimivaan Parempi avioliitto ry:n toimintaan, joka antaa tutkimukselle hengellisen kontekstin, sekä luodaan käsitteet hengellisyydelle ja tarkastellaan tutkimukseen liittyvää aiempaa tutkimusta. Tutkimuksen pääpaino on kansainvälisessä tutkimuksessa, koska parisuhde ja hengellisyys on vähän tutkittu aihe. Kolmannessa luvussa keskitytään analysoimaan parisuhteessa esiintyviä erilaisia hengellisiä toimintamuotoja ja niihin liittyviä kokemuksia. Neljäs luku käsittää tutkimuksessa saavutetut tulokset ja sen, miten tutkimusta parisuhteen hengellisyydestä voisi edistää tulevaisuudessa.</p> <p>Tutkimuksen tuloksista voidaan päätellä, että hengellisyys toimii eräänlaisena voimavarana parisuhteessa arkeen liittyvissä tilanteissa ja ennaltaehkäistä parisuhdekrisisien syntyä. Toisaalta, se voi myös auttaa selviämään parisuhdekriseistä. Tutkimustulosten perusteella hengelliset toimintamuodot luovat yhteyttä parien välillä ja ylläpitävät hengellistä identiteettiä.</p>		
Avainsanat – Nyckelord hengellisyys, parisuhde, rukoileminen, uskonnollisuus		
Säilytyspaikka – Förvaringställe Helsingin yliopiston kirjasto, Keskustakampuksen kirjasto, Teologia		
Muita tietoja		

# Sisällysluettelo

Sisällysluettelo .....	0
1 JOHDANTO .....	1
1.1 Tutkimuksen lähtökohdat.....	1
1.2 Aikaisempi tutkimus .....	3
1.3 Hengellisyyden ja uskonnollisuuden teoreettinen viitekehys .....	8
2. TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	13
2.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuksen esittely.....	13
2.2 Tutkimusaineisto .....	14
2.3 Aineiston analyysi ja tutkimuksen luotettavuus.....	18
3. Hengelliset toimintamuodot parisuhteessa.....	20
3.1 Hengellisyys parisuhteessa .....	20
3.2 Rukoileminen parisuhteessa.....	22
3.3. Rukoilemme yhdessä .....	28
3.4 Rukoileminen kriisitilanteissa.....	33
3.5 Hengellinen yhteisö.....	37
3.6 Raamattu parisuhteessa .....	39
4. Johtopäätökset.....	42
4.1 Hengellisyys ja sen toimintamuodot ovat voimavara parisuhteessa.....	42
Lähdeluettelo.....	46
Kirjallisuus .....	46
5. Liitteet .....	51
Liite 1. Tutkimuksen esittely .....	52
Liite 2. Taustatietolomake.....	53
Liite 3. Haastattelurunko.....	54

# 1 JOHDANTO

## 1.1 Tutkimuksen lähtökohdat

Kristillisen näkemyksen mukaan Jumala antaa rakkautensa avioliiton solmineille. Teologisen käsityksen mukaan avioliiton solmineet puoliset liitetään luomisen kautta Jumalaan ja lunastuksen kautta Kristuksen rakkauteen, joka siunaa liiton ja on läsnä niin myötä- kuin vastoinkäymisissä.<sup>1</sup> Tämän tutkimuksen taustalla on käsitys Jumalasta, joka on immanentti persoona ja on läsnä parisuhteessa hengellisesti esiintyvien hengellisen toimintamuotojen kautta. Hengellisyyden suhde toimintaan näkyy esimerkiksi kristillisyyteen liitettyjen perinteiden kuten kirkon ylläpitämisen toiminnan kautta, joka toimintamuodoillaan ilmaisee ihmisen tahtoa olla yhteydessä Luojaansa ja luottaa tähän elämän kaikissa vaiheissa. Pappi siunaa vainajan, uuden lapsen syntymän tai avioliiton, yhteisessä esirukouksessa seurakunta rukoilee kärsivien ja heikko-osaisten puolesta, rippikoululaiset astuvat ensimmäisen kerran ehtoollisen eteen tai päivän messussa luetaan Raamatusta päivän evankeliumi. Nämä kirkko- ja seurakuntasaleissa näkyvät, jokapäivittäiset hengelliset toimintamuodot ulottuvat myös kirkon ulkopuolelle ns. yksityiselle sektorille. Yksityisen sektorin sisälle lukeutuvat niin yksineläjät, perheet ja pariskunnat.

Kirkon tutkimuskoordinaattori Jussi Sohlbergin mukaan suomalaisen hengellisyyden eräänlainen taitekohta on ollut 2000-luvun alkupuolella, jolloin yhteinen jumalausko tahtuivat jyrkempään suuntaan.<sup>2</sup> Väite tukee ajatusta siitä, että hengellisyys mielletään tärkeäksi tekijäksi yksilön tasolla. Hengellisyys on uskon harjoittamista käytännössä, kuten jumalanpalveluksiin osallistumista, ehtoollisen viettoa, rukoilemista, hengellisen musiikin kuuntelua ja oman uskonnon pyhän kirjan lukemista. Kristillinen hengellisyys on luottamista Jumalaan kaiken elämän luojana ja ylläpitäjänä. Hengellisyys antaa suuntaa ja ohjaa ihmisen toimintaa, luo varmuutta tehdä ja suorittaa vaikeita valintoja. Jos hengellisyys on vaikuttava tekijä yksilön tasolla, voiko se olla sitä myös parisuhteessa ja miten se näkyy?

Tämän tutkimuksen lähtökohtana on tarkastella hengellisyyden ilmenemistä parisuhteessa Parempi avioliitto ry:n toiminnassa mukana olevien vapaaehtoisten ryhmänohjaaja-koulutettavien kokemusten kautta. Tutkimuksen tehtävänä on

---

<sup>1</sup> Yli-Opas 2010, 348.

<sup>2</sup> radiodei.fi

tutkia parisuhteessa ilmeneviä hengellisiä toimintamuotoja ja niiden vaikutuksia parisuhteessa.

Tutkimuksen mahdollistaa vuonna 2013 perustettu valtakunnallista avioliitto- ja perhetyötä tekevä Parempi avioliitto ry. Parempi avioliitto ry:n toimintaa tai sen vaikutuksia käsittelevää tutkimusta on tutkittu vähän. Järjestö kuului vuoteen 2014 asti osaksi Helsingin NMKY:ta kunnes siitä muodostettiin valtakunnallisen avioliitto- ja perhetyön merkityksen kasvun myötä erillinen ja itsenäisesti toimiva yhdistys.<sup>3</sup> Järjestön toiminta perustuu kristilliselle arvopohjalle, vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen, joka sisältää leiritoimintaa, koulutuksia ja ohjausta.<sup>4</sup> Lisäksi Parempi avioliitto järjestää julkaisutoimintaa, ylläpitää yhdistyksen verkkosivuja ja julkaisee perheitä sekä parisuhteita käsittelevää tutkimustyötä. Yhdistyksen säännöissä toimintaa ja tavoitteita kuvataan seuraavalla tavalla:

*Parempi avioliitto ry:n tarkoituksena on edistää perheiden hyvinvointia kristillisen maailmankuvan pohjalta vapaaehtoisuuteen perustuvan vertaistuen avulla sekä toimia voittoa tavoittelematta kristillisen perhe- ja parisuhdetyön sekä mies- ja naistyön edistämiseksi kotimaassa ja ulkomailla.*

Parisuhteen hyvinvointia edistävään toimintaan kuuluvat avioliittoleirit ja –kurssit, sekä mies- ja naistapahtumat. Koulutuksen ja ohjaamisen tavoitteena on kouluttaa luennoitsijoita ja vertaisryhmien ohjaajia yhdistyksen valtakunnalliseen parisuhdetyöhön. Kristillisyyden korostaminen näkyy kysymyksissä, jotka käsittelevät persoonallisuuden kehitystä tai lapsi-, perhe- ja parikeskeisyyttä korostavissa sisällöissä.<sup>5</sup>

Ylläkuvattu Parempi avioliiton toiminta luo minulle tutkijana mahdollisuuden tutkia parisuhteessa esiintyvää hengellistä dynamiikkaa. On luontevaa lähteä hakemaan vastausta parisuhteen hengellisiin toimintamuotoihin kontekstista, jossa hengellisyys ja hengellinen toiminta on ennestään tuttua. Järjestössä mukana olevien ryhmänohjaaja pariskuntien näkemykset ja kokemukset ohjaavat tietä tavoittaa kyseinen toiminta. En aio perehtyä järjestön tai ryhmänohjaajakoulutuksen toimintaan edellä kuvattua pidemmälle, vaan järjestö mahdollistaa hengellisen toiminnan tutkimisen parisuhteissa.

---

<sup>3</sup> Helsingin NMKY:n hallitus laati ydintoimintaryhmän maaliskuussa 2013 suunnittelemaan yhdistyksen tulevaisuutta, joista yksi toimiala käsittelee Helsingin NMKY:n perhetyötä. Parempi avioliitto ry Vuosikertomus 2013, 3.

<sup>4</sup> Helsingin NMKY:n hallitus laati ydintoimintaryhmän maaliskuussa 2013 suunnittelemaan yhdistyksen tulevaisuutta, joista yksi toimiala käsittelee Helsingin NMKY:n perhetyötä. Parempi avioliitto ry Vuosikertomus 2013, 3.

<sup>5</sup> Parempi avioliitto ry Vuosikertomus 2013, 3–4.

Pyrin selvittämään parisuhteessa esiintyviä hengellisiä toimintamuotoja pariskuntien omien kokemusten perusteella. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää parisuhteissa esiintyviä hengellisiä toimintamuotoja. Oletettuja toimintamuotoja ovat yhdessä rukoileminen, raamatun lukeminen, jumalanpalveluselämä kuten kirkossa käynti tai joku muu hengellinen toiminta.

Tutkimuksen kulku on seuraava. Johdannonluvussa esitellään jo alussa mainitut lähtökohdat tutkimukselle. Tämän jälkeen tarkastellaan parisuhdetta ja hengellisyyttä käsittelevää aiempaa tutkimusta. Johdannon viimeisessä luvussa keskitytään tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen.

Toisen luvun aiheena on Tutkimustehtävä ja tutkimuksen toteuttaminen. Toisessa luvussa esitellään tutkimuksen sisältö ja aihe, käydään läpi tutkimustehtävä, tutkimusaineisto ja tutkimuksessa hyödynnetty metodinen puoli sekä tutkimuksen luotettavuus.

Tutkimuksen kolmas luku on pyhitetty aineiston analyysille. Lukujen aikana käydään läpi erilaisia hengellisiä toimintamuotoja ja niiden merkityksiä ja vaikutuksia parisuhteessa.

Neljäs luku sisältää tutkimuksen johtopäätökset. Luvun sisällä käydään läpi tutkimustulokset sekä tutkimuksen hyöty tulevalle tutkimukselle.

## **1.2 Aikaisempi tutkimus**

Oma tutkimukseni sijoittuu parisuhdetutkimuksen kentälle, joka on laajasti tutkittu aihe. Parisuhteen hengellisyyttä on tutkinut mm. Hanna Ranssi-Matikainen väitöskirjassaan *Yhdessä sittenkin: kokemukset erokriiseistä, vertaistuesta ja parisuhteen muutoksista*.<sup>6</sup> Ranssi-Matikainen (2012) tutki erokriisien syitä ja suhdetta parien yhteisen arjen kuormittavuuden välillä, joista nousi esille haastateltavien kokemukset hengellisyydestä suhteessa parisuhteen hyvinvointiin.

Toinen tutkimus, joka osuu lähelle tutkimustani on Sanna Jatun (2005) pro gradu *Vapaaehtoisena kirkon parisuhdetoiminnassa: Virtaa välillämme – Suhdekurssien isäntäparien vapaaehtoisuus ja näkemykset uskonnollisuuden yhteydestä parisuhteeseen*. Jatun tutkimuksessa haastateltiin parisuhdetoimintaan kouluttautuneita vapaaehtoisia pariskuntia ja tutkittiin kouluttautuneiden vapaaehtoisuutta ja näkemyksiä uskonnollisuuden yhteydestä parisuhteeseen ja parisuhdetoimintaan. Tutkimustuloksissa selvisi, että osallistuneita nuoria aikuisia

---

<sup>6</sup> Ranssi-Matikainen 2012.

motivoi parisuhteen ja kristillisyyden välinen suhde, sekä näkemykset kristillisen parisuhdetoiminnan tärkeydestä itselle, puolisolle ja muille kristillisiä arvoja.

Aihetta on myös käsitelty niin kirkon ylläpitämän perheasianeuvottelukeskukseen kuin yksityisten kristillisten järjestöjen toiminnan näkökulmasta.

Kirkon parisuhdetyötä käsittelevää tutkimusta on tehnyt mm. Riina Ranta (2001), joka tutki Vantaan perheasiain neuvottelukeskukseen asiakkaiden asiakassuhdetta ja hakeutumiseen johtaneita syitä ja ongelmia. Kvantitatiivisesti kerätyn aineiston (N=67) tutkimuksen tuloksissa yleisimmäksi parisuhteeseen vaikuttavaksi syyksi nousi parisuhteiden keskusteluvaikeudet ja vähemmän haitallisempina ongelmina uskonnolliset kysymykset. Parisuhteen ongelmien ratkaisemisessa korostettiin perheneuvojan roolia.

Tutkimukset suomen ulkopuolelta osoittavat, että hengellisillä toimintamuodoilla, kuten rukouksella on positiivinen vaikutus parisuhteessa. Parisuhteen vuorovaikutussuhteita tutkivassa tutkimuksessa Lambert et al., (2012) tutkittiin rukoilemisen suhdetta niin parisuhteen kuin ystäväsuhteen näkökulmasta.<sup>7</sup> Tutkimuksissa selvisi, että toisen puolesta rukoileminen ja yhdessä rukoileminen kasvattavat luottamusta yhtenäisessä vuorovaikutussuhteessa. Rukoileminen lisäsi luottamusta ja ykseyden eli yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Lambertin ja kumppaneiden tutkimus siitä, että hengellisillä käytännönharjoituksilla, kuten rukoilemisella on parisuhdetta ylläpitävä vaikutus, on tutkittu myös muidenkin toimesta. Rukoushetket on nähty luottamusta ja hyvinvointia lisäävänä tekijänä parisuhteessa ja vähentävänä piirteitä, jotka ovat vahingollisia ja haitallisia parisuhteelle. Tutkimuksessa Fincham, Lambert & Beach (2010) havaitsivat, että yhteisillä rukoushetkillä oli uskottomuutta riskiä vähentävä vaikutus parisuhteessa. Parit jotka rukoilivat yhdessä, pysyivät enemmän uskollisina toinen toisilleen kuin parit joilla ei ollut yhteisiä rukoushetkiä.

Monoteistiset uskonnot (kristinusko, juutalaisuus ja islami) suosivat näkemystä olla uskollinen omalle aviopuolisolle ja ovat ehdottomia

---

<sup>7</sup> Tutkimus 1 (N=29), Tutkimus 2 (N=210), Tutkimus 3 (N=80). Ensimmäisessä tutkimuksessa, joka oli kohdistettu parisuhteessa oleville, selvisi että yhdessä rukoilu näyttöytyy objektiivisesti katsottuna luottamusta herättävänä tekijänä. Toisessa tutkimuksessa havaittiin huomattava vuorovaikutussuhde puolison kanssa yhdessä rukoilemisen ja luottamuksen välillä, joiden välittävänä tekijänä toimii ykseyden ja yhteenkuulumisen tunne. Kolmas tutkimus osoitti



uskottomuudelle. Uskottomuutta pidetään avioliitossa vääränä ja kumppania vahingoittavana tekona. Henkilöillä, joille uskonnollisuus on merkittävä, mutta aktiivisuus jumalanpalveluksissa matala, on todennäköisempi riski ryhtyä irtosuhteeseen.<sup>8</sup> L. M. Williams et al. (2013) teettämässä tutkimuksessa tutkittiin pariskuntien uskonnollisia taustoja, jossa selvisi, että niillä pariskunnilla, joiden uskonnolliset taustat ovat erilaiset on suurempi riski avioeroon ja alhaisempi tyytyväisyys avioliittoon. Tutkimusten valossa uskottomuus assosioi positiivisesti avioeron kanssa.<sup>9</sup> Uskottomuus saattaa olla viittaus avioliiton huonosta laadusta, joka jo itsessään ennakoii avioeroa.<sup>10</sup> Uskottomuus on parisuhdetta vakavimmin vahingoittava tekijä, jossa luottamuksen menettäminen on seurausta uskottomuudesta. Luottamuksen uudelleen rakentaminen on suhteen parantamisen ratkaisevia vaiheita. Uskonnolliset opetukset ja siihen liitetty hengellisyys alleviivaavat avioliiton tärkeyttä ja uskollisuutta, koska niissä korostuvat anteeksianto ja lähimmäisestä huolehtiminen, jotka puolestaan vahvistavat aviosuhteen merkitystä ja vähentävät vakavia parisuhdekriisejä.<sup>10</sup>

Millaiseksi parisuhdekriisin käsittely perheneuvonnassa muodostuu, on riippuvainen siihen vaikuttavista edesauttavista tai ehkäisevistä toimintamalleista. Valitut toimintamallit ovat siten oleellisessa asemassa, kun ajatellaan akuuttia parisuhdekriisiä ja sen ratkaisemiseksi havaittuja keinoja. Hengellisyys voi näyttäytyä kriisin käsittelyvaiheen aikana merkittävässä roolissa. Rukoileminen yhdessä voidaan nähdä symbolisesti merkityksellisenä ja parisuhdetta ylläpitävänä hengellisenä toimintana, jossa korostuu yhteiset arvot ja kokemus ykseyden tunteesta.<sup>11</sup>

Eckstein & Cohen (2001) mukaan terve parisuhde perustuu kumppanien kahdenkeskiselle luottamukselle. Luottamus kumppania kohtaa lisää uskollisuutta toista kohtaan ja vähentää irtosuhteiden riskiä Dollahite & Lambert (2007). Mahoney et al. (1999) havaitsivat, että pariin välinen yhteinen uskonnollisuus ja avioliiton pyhänä pitäminen olivat yhteydessä positiivisesti kohentuneeseen avioliittoon ja koettuihin hyötyihin avioliitosta. Homogeenisuus millä tahansa uskonnollisuuden ulottuvuudella (esim. kuuluminen tai läsnäolo) edisti yhtäläisyyksiä puolisoitten välillä, jotka edesauttoivat vakaampaa ja

---

vuorovaikutussuhteesta sen, että rukoushetken viettäminen yhdessä ja erikseen lisäävät ykseyden tunnetta, jossa ykseys toimii rukoushetken ja luottamuksen välittäjänä. Lambert et al. 2012, 1, 6.

<sup>8</sup> Atkins et al. 2008, 407.

<sup>9</sup> Atkins et al. 2001, 737

<sup>10</sup>Mahoney et al. 2001, SIVU

tyyydyttävämpää parisuhdetta (Lehrer & Chiswick. 1993; Lichter & Carmalt, 2009). Gordon et al. (2009) totesivat, että luottamus välitti anteeksiannon ja avioliiton tyytyväisyyden suhdetta.

Vastaavasti parisuhteissa, joissa uskonnollinen osallistuminen eroaa merkittävästi kumppanien välillä, on havaittu aiheuttavan ongelmia. Call and Heaton (1997) kertoivat, että avioliiton hajoamisriski on lähes kolme kertaa suurempi, kun vaimo käy säännöllisesti kirkossa ja mies ei. Avioliittojen heterogamisuutta tarkastelleivassa tutkimuksessa keskeisten teologisten uskomusten ja uskonnollisen läsnäolon erot liittyivät lisääntyneeseen avioliiton hajoamisen riskeihin (Curtis & Ellison, 2002).

Lambert et al., (2012) uskovat, että yhteinen rukous lisää parien yhtenäisyyden tunnetta ja luottamusta toisiinsa ja että tämä yhteyttäisyys on avain ymmärtää rukouksen ja luottamuksen välistä suhdetta. Tähän viittaa myös Butler et al. (2002) jotka tarkastelivat fenomenologista kokemusta rukouksesta aviokriisin aikana. Tutkimuksessa selvisi, että rukous kannusti pareja siirtämään keskittymisensä omista yksilöllisistä tarpeistaan suhteen tarpeisiin ja kumppanilleen hyödyllisiin käyttäytymistapoihin. Toisessa laadullisessa tutkimuksessa Lambert & Dollahite (2006) parit ilmoittivat, että kriisin aikana rukoileminen auttoi uudistamaan parisuhdetta. Lisäksi he kertoivat, että uskonnollinen osallistuminen auttoi antamaan heille yhteisen pyhän näkemyksen ja tarkoituksen.

Uskonto tarjoaa myös pareille ohjeita konfliktin ratkaisemiseksi sen puhkeamisen jälkeen (Mahoney, 2005) Useat tutkimukset osoittavat, että suurempi luotettavuus on sidottu rakentavampiin konfliktinratkaisustrategioihin. Esimerkiksi korkeaksi tiedostettu uskonnollisuus korreloi parempien viestintätaitojen kanssa. Yhteistä uskonnollista toimintaa harrastaneet ja avioliittoaan pyhänä pitäneet parit kertoivat lisäksi ratkaisevansa konfliktin useammin yhteistyökeskustelujen kautta. Lisäksi korkeampaa uskonnollisuutta ei ole yhdistetty haitallisiin ongelmanratkaisustrategioihin, kuten huutamiseen tai puhumattomuuteen kumppanille.

Larson & Goltz (1989) näkevät, että kirkossakäynti yhdessä nostaa luottamusta avioliittoon ja Bahr & Chadwick (1985) näkevät korrelaation kirkossakäynnin ja avioliiton tyytyväisyyden välillä. Tutkimustulokset osoittavat yhtenäisesti, että hengellisyys vaikuttaa parisuhteeseen ja sen laatuun

---

<sup>11</sup> Lambert 2012, 7.

positiivisesti. Hengellisyys vaikuttaa avioliitossa eletyn parisuhteen laatuun (Call & Heaton, 1997; Myers, 2006; Wolfinger & Wilcox, 2008). Booth (1995) tutkijakollegoineen pitävät assosiaatioyhteyttä uskonnon ja parisuhteen laadun välillä. Tutkimusnäyttöä löytyy myös siitä, että pareilla jotka jakavat parisuhteessa yhteiset uskonnollisuuteen liittyvät arvot, uskomukset ja siihen liitetyn harjoittamisen muodot on korkeampi parisuhteen laatu. Henkilökohtaiseksi tavoitteeksi asetettu avioliitto tukee uskonnollisuutta.<sup>12</sup>

Lopuksi tutkimustulosten valossa uskonnollisella osallistumisella on positiivinen vaikutus avioliiton tyytyväisyyteen ja onnellisuuteen (Heaton & Pratt, 1990) ja avioliittoon sitoutumiseen ja riippuvuuteen (Wilcox & Wolfinger, 2008). Vastavuoroisesti, uskonnollinen sitoutumattomuus on yhteyksissä avioliiton konflikteihin (Curtis & Ellison, 2002), uskottomuuteen, perheväkivaltaan ja avioeroon.<sup>13</sup>

Uskonnollisuuden ja hengellisyyden vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin on myös tutkittu. Uskonnollisuuden ja hengellisyyden toisiaan tukeva vuorovaikutuksellinen suhde nähdään terveellisempää elämänlaatua ja yksilön hyvinvointia edistävänä tekijänä. Heikoksi koettu uskonnollisuus nähdään viittaavan heikompaan psykologiseen ja fyysiseen hyvinvointiin etenkin niiden keskuudessa, joilla on mielenterveydellisiä häiriöitä.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Ellison et al. 2010, 906, 963.

<sup>13</sup> Ellison 2011, 907.

<sup>14</sup> Exline & Rose 2013, 380–398.

### 1.3 Hengellisyden ja uskonnollisuuden teoreettinen viitekehys

Uskonnollisuus käsitetään yleisesti julkisen toiminnan yhtenä muotona, jossa henkilö on osallisena tai mukana eri uskonnollisten ryhmien toiminnassa (esim. osallistuminen jumalanpalvelukseen), dogmaattisena uskon opin määritelmänä tai uskonnollisina arvoina. Tarkastellessa uskonnollisuuden ja hengellisyden välistä suhdetta ja tutkijoiden niihin liittämiä käsitteitä, ei päällekkäisiltä ja toistaan muistuttavilta merkityksiltä voi vältyä. Koska raja uskonnollisuuden ja hengellisyden välillä on häilyvä, on hyvä avata niihin liittyviä käsitteitä lukijalle. Tässä alaluvussa avaan näiden kahden eri käsitteen välisiä eroja perustuen eri tutkijoiden näkemyksiin sekä niihin liittyviin teorioihin, ja päädyn lopettamaan luvun tarkentamalla siihen, miksi hengellisyys on tämän tutkimuksen kannalta avainsana.

Tutkijat ja teoreetikot ovat viime vuosikymmenet käyneet keskustelua hyväksyttävästä määritelmästä uskonnollisuudelle (eng. *religiousness*) ja hengellisyudelle (eng. *spirituality*).<sup>15</sup> Näiden kahden, toisilleen läheisen käsitteen suhdetta kuvataan mm. toisiaan täydentävinä, rinnakkaisina, päällekkäisinä ja erillisinä rakenteina. Vaikkakin sanoja on historiallisesti usein käytetty keskenään vaihtelevasti, hengellisyttä ja uskontoa pidetään yhä enemmän erillisinä mutta päällekkäisinä konstruktioina (Kapuscinski & Masters, 2010; Piemonte, Ciarrochi, Dy-Liacco, & Williams, 2009; Schlehofer, Omoto, & Adelman, 2008; Zinnbauer et al., 1997). Oman (2013) toteaa, että määritelmän luominen on haasteellista, koska jokainen muodostettu määritelmä luo erimielisyyttä tutkijoiden kesken. Aldwin et al., (2014) toteavat, että käsitteiden päällekkäisyydet korostavat yksilöllisiä eroavaisuuksia ihmisten välillä.<sup>16</sup> Länsimaisen historian aikana termit henkinen ja hengellisyys on tulkittu selvästi uskonnollisina. Sheldraken (2007) mukaan sanan *hengellinen* alkuperä tulee latinankielisestä sanasta *spiritualis*, joka on lähtöisin Kreikan sanasta *pneumatikos*. Sana esiintyy esimerkiksi Paavalin kirjeissä Roomalaisille ja Korinttilaisille, jolla viitataan henkilöön johon ja jonka

---

<sup>15</sup> Katso mm. Aldwin et al. 2014, Oman 2013, Levin et al. 1996, Masters et al. 2013, Nelson et al. 2009, Pargament et al. 2013.

<sup>16</sup> Esimerkiksi mietiskelevien nunnien toiminta voi olla täysin päällekkäistä toimintaa ja siten yhtä tärkeää, kun taas muille uskonnollisuudelle annetaan hengellisyttä suurempi arvo tai päinvastoin. Aldwin et al. 2014, 14.

kanssa ”Jumalan henki” asui tai jonka elämään ”Henki” tavalla tai toisella vaikutti. Sanalla on myös viitattu papistoon.<sup>17</sup>

Hengellisyttä on määritelty eri tavoilla. Tätä kenties tukee ajatus siitä, että hengellisyys ei ole sidottu vain yhteen ja tiettyyn kontekstiin. Yleisen käsityksen mukaan hengellisyys on tietoisuuden ylittävä kokemus tai tila, jossa transsendentti - jumalallinen olento, henki tai Jumala on vuorovaikutuksessa ihmisen kanssa. Hengellisyys pitää yllä elämän merkityksellisyttä, sekä jäsentää elämän tarkoituksenmukaisuutta ja vaikuttaa myös ihmisen hyvinvointiin.<sup>18</sup> Ochs (1997) mukaan hengellisyys heijastelee yksilön näkemystä ja kokemusta, jossa haetaan suhdetta Jumalaan tai korkeampaan voimaan, pyhyiden tunnetta ja elämän merkitystä tai yksilön suhdetta todellisuuteen. Osa tutkijoista puhuu myös relationaalisesta hengellisyydestä eli hengellisten uskomusten ja käyttäytymistapojen vaikutuksesta perhesuhteisiin ja sen hyvinvointiin.<sup>19</sup>

Pargament (2007) määrittelee hengellisyyden olevan matka, jonka ihmiset ottavat löytääkseen ja havaitakseen oman itseytensä ja korkeamman tahon pyrkimykset tai yksinkertaisesti ilmaistuna pyhän etsimistä.<sup>20</sup> Hill et al., (2000) määrittelevät hengellisyyden ajatuksina, tunteina ja käyttäytymismalleina, jotka liittyvät huoleen, etsimiseen tai pyrkimykseen ymmärtää ja samaistua transsendenttiin. Hengellisyys on määritelty myös yksilön sisäiseksi suuntautumiseksi kohti transsendenttista todellisuutta, joka sitoo kaiken yhteen (Dy-Liacco, Piemonte, Murray-Swank, Rodgerson, & Sherman, 2009). Kapuscinski & Masters (2010) havaitsivat, että ehtoollinen pyhän kanssa tai pyhän etsiminen määrittelevät hengellisyttä. Sanalla pyhä viitattiin yleisimmin Jumalaan tai transsendenttiin.<sup>21</sup> Lisäksi Pargament (2013) yhdessä kollegoidensa kanssa määrittelevät hengellisyyden ja uskonnollisuuden laajempina ja toisiaan tukevinä käsitteinä. Heidän tulkintansa on, että hengellisyys on pyhyiden etsintää (search for the sacred), jossa käsitys pyhästä ei rajoitu ainoastaan Jumalaan tai korkeampaan voimaan. Pyhyttä on kaikki elämän asiat, jotka voidaan omaksua jumalallisen manifestaatioina tai jumalallisina ominaisuuksina täydennettyinä, kuten transsendenssi, immanentti, rajattomuus ja ääretön.

---

<sup>17</sup> Sheldrake 2007, 3.

<sup>18</sup> Carlson et al. 2002 159.

<sup>19</sup> Faver 2004, 242., Mahoney 2014, 737.

<sup>20</sup> Pargament 2007, 52, 58.

<sup>21</sup> Kapuscinski & Masters 2010, 194.

Uskonnollisuus on merkityksellisyiden etsimistä, joka ilmenee institutionaaliseen pohjalle perustetuissa yhteisöissä, jotka on rakennettu hengellisyyden edistämiseksi. Merkityksellisyydellä viitataan päämääriin, jotka voivat olla psykologisia, sosiaalisia, fyysisiä ja hengellisiä.<sup>22</sup> Pargament et al., (2013) määrittelevät uskonnollisuuden seuraavasti; uskonnollisuus on merkityksen etsimistä, joka tapahtuu sellaisten vakiintuneiden instituutioiden yhteydessä, jotka on suunniteltu helpottamaan hengellisyyttä. Tässä mielessä uskonnollisuus ja hengellisyys ovat päällekkäisiä ja kulkevat toistensa rajapinnoilla, mutta ovat siitä huolimatta luonteeltaan erilaisia. Pargamentin ja kumppaneiden selityksistä voi todeta, että vaikka hengellisyys on tärkeä osa traditionaalisesti rakentunutta uskonnollista elämää, voi se saada muotonsa myös traditionaalisuuden ulkopuolella, ei-uskonnollisessa kontekstissa.<sup>23</sup>

Del Rio & White (2012) pitävät välttämättömänä hengellisyyden määritelmän tarkentamista. Heidän konseptuaalinen käsitys asettaa hengellisyyden uskonnollisuudesta erilliseksi käsitteeksi. Del Rion ja kumppanien mukaan hengellisyys on elämää eteenpäin kuljettava ja vievä tekijä, josta joka luo elämälle tarkoituksen olla yhteydessä ja ykseydessä transendentin kanssa. Lähtökohtana on, että yksilöt ovat luonteeltaan hengellisiä syntymästään saakka, mutta eivät uskonnollisia. Uskonnollisuus sen sijaan edustaa ja kuvaa yhteisöllisyyttä, joka edesauttaa yksilön sielun halua yhdistyä transendentin kanssa. Hengellisyys on luonteeltaan asia, jonka voi joko hyväksyä tai hylätä.<sup>24</sup> Toisinsanoen, uskonnollisuus<sup>25</sup> on uskomusten ja käytäntöjen noudattamista uskonnollisen yhteisön sisällä, kun taas hengellisyys tarkoittaa vuorovaikutussuhdetta transendentin kanssa, jonka toiminnalle uskonnollinen yhteisö ei ole välttämätön.<sup>26</sup>

Toisistaan erillisinä rakenteina ajattelevat myös Piedmont, Ciarrochi, Dy-Liacco, Williams (2009). Näiden kahden käsitteen rinnakkaisuudesta ja niiden vaikeaselkoisuudesta mainitaan Hill et al. (2000), jossa uskonnollisuutta ja hengellisyyttä käsittelevässä sisällön analyysissä tunnistetaan 31 erilaista uskonnollisuuden määritelmää ja 40 eri määritelmää hengellisyydelle. Carlson

---

<sup>22</sup> Psykologisia ovat: ahdistuksen lievittäminen, tarkoitus, impulssi kontrolli. Sosiaalisia: yhteenkuuluvuus, identiteetti, hallitsevuus. Fyysisiä: pitkäikäisyys, rajallisuuden hyväksyminen, kuolema. Pargament et al. 2013, 15.

<sup>23</sup> Pargament et al. 2013, 16.

<sup>24</sup> Del Rio & White 2012, 123, 130.

<sup>25</sup> Useat tutkijat tulkitsevat, miten uskonnollisuus heijastelee yhteisön sisäisiä sopimuksia. Katso esim. Eggbert et al., 2004; Graham et al., 2001; Hill & Pargament, 2003.

<sup>26</sup> Del Rio & White 2012, 130.

(2002) ja hänen kollegansa näkevät hengellisyydelle annettujen määrittelyjen vaihtelevan uskonnollisesta naturalistiseen näkemykseen. He mainitsevat, että hengellinen ulottuvuus näkyy erityisesti kokemuksellisuudessa, jossa tietoisuus transendenttisesta toimijasta voidaan liittää mihin tahansa luonnossa esiintyvään ja ylliluonnollisena pidettävään tekijään.<sup>27</sup>

Kun hengellisyyden yhteyteen asetetaan käsite uskonnollisuus, hankaloituu yksiselitteinen ja yhteisesti hyväksytty käsitteen muodostaminen entisestään. Jotta hengellisyyttä voidaan havaita ja tulkita, tulee olla tietoinen myös siitä, millaisia käsityksiä ja merkityksiä uskonnollisuudelle on annettu. Uskonnollisuus määrittää sitä, miten henkilö käyttäytyy ja toimii. Tämä käyttäytyminen ja uskonnollisessa yhteisössä, kuten esimerkiksi kristillisessä kontekstissa tapahtuva toiminta perustuu ajan saatossa muodostettuihin uskonjärjestelmiin. Hengellisyys sen sijaan ei rajoitu tiettyyn systeemiin, vaan on avoin kaikille ihmisille ja vapaa kulttuurin tai sukupolven säännönmukaisuuksista.<sup>28</sup>

Aldwin et al., (2014) näkevät hengellisyyden olevan yhteydessä ihmisen tuntemuksiin, joissa ominaisena on Jumalan läheisyyden tunteminen tai transendenttisen-itsen korostaminen meditoinnin tai tietoisuustaidon eli mindfulnessin keinoin.<sup>29</sup> Levin (1996) tarjoama malli uskonnollisuuden ja hengellisyyden suhteesta hyvinvointiin tunnistaa kahdeksan erilaista hyvinvointiin vaikuttavaa uskonnollisuuden ja hengellisyyden muotoa, joita ovat; sitoutuneisuus, identiteetti, osallistuminen, harjoitus, kuuliaisuus, usko ja kokemukset.<sup>30</sup> Esimerkiksi uskonnollisesti sitoutuneen tunnusmerkkeinä ovat terveelliset elämäntavat ja sitä myöten korkeampi hyvinvointi.

Park (2012) tunnistaa kolme uskonnollista ja hengellistä tapaa, jotka vaikuttavat terveyteen. Näitä ovat yleiset uskonnon ja hengellisyyden vaikuttajat (general R/S influences), määrätyt uskomukset ja tulkinnat (Specific beliefs & interpretations) ja vaikutukset kriisiin, sairastumisen tai joku muu elämää kuormittava tapahtuma. Parkin mukaan edellä kuvatut tilanteet voivat pahimmillaan johtaa hengelliseen mielenhäiriöön, jossa henkilö kokee hylkäämisen tunnetta joko Jumalan tai uskonnollisen yhteisön hylkäämänä.<sup>31</sup> Hengellisyyden yhteyttä stressiin tutkinut Nelson (2009) toteaa, että hengellisyys

---

<sup>27</sup> Carlson et al. 2002, 159.

<sup>28</sup> Del Rio & White 2012, 131.

<sup>29</sup> Aldwin et al. 2014, 9.

<sup>30</sup> Levin 1996, 858.

<sup>31</sup> Aldwin et al. 2014, 12.

on yhteydessä stressinsietokykyyn ja että suuri osa hengellisyiden vaikutuksista hyvinvointiin johtuu hengellisyiden ja stressin välisestä suhteesta. Hän erottelee kolme stressiin vaikuttavaa hengellisyiden mallia. Nämä ovat välittäjä-malli (moderator), ehkäisevä-malli (suppressor) ja epäsuora-malli (indirect). Välittäjä-mallissa, hengellisyiden vaikutus suurenee stressin ollessa korkea. Ehkäisevässä-mallissa lisääntyneet ongelmat johtavat lisääntyneeseen uskonnollisuuden harjoittamiseen, joka ehkäisee stressiä. Epäsuorassa-mallissa hengellisyys johtaa parempiin selviytymisen strategioihin, jotka puolestaan vähentävät tai puskuroivat negatiivisia stressin vaikutuksia.<sup>32</sup>

Olen päätenyt käyttämään tutkimuksessa termiä hengellisyys siksi, koska se kuvaa osuvammin ja tarkemmin Jumalan ja ihmisen välistä toimintaa ja suhdetta toisiinsa. Hengellisyydellä viitataan Jumalan läsnäoloon ja tavoittamiseen arjessa. Uskonnollisuutta voi arvioida kirkossakäynnin tai -osallistumisen perusteella, hengellisyyttä voi tarkastella Jumalan läheisyyteen liittyvinä tunteina<sup>33</sup>. Seuraavassa luvussa avaan tutkimuksen tehtävää ja sen toteuttamista, joka myös antaa viitteitä siitä, miksi hengellisyys on tämän tutkimuksen ytimessä.

---

<sup>32</sup> Nelson, 2009 316.

<sup>33</sup> Aldwin 2014, 9.



## 2. TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 2.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuksen esittely

Tutkimuksen tehtävänä on tutkia Parempi avioliitto ry ryhmänohjaajakoulutukseen osallistuneiden avioparien hengellisiä toimintamuotoja parisuhteessa. Huomioitavaa tutkimustehtävän kannalta on, että en käsittele Parempi avioliitto ry:n toimintaan sen tarkemmin. Järjestö toimii tutkimusaineistoa tuottavana kontekstina ja tutkimuksen keskiössä on järjestössä mukana olevien parien jakamat kokemukset hengellisyydestä parisuhteessa.

Tutkimuskysymyksinä on selvittää; millaisia hengellisiä toimintamuotoja parisuhteessa esiintyy, sekä miten hengelliset toimintamuodot koetaan ja vaikuttavat parisuhteessa. Parisuhteen hengellisyyttä tutkitaan perustuen haastateltavien näkemyksiin hengellisyydestä, jotka nousevat parien yhteistä elämäkokemuksista. Tutkimustehtävän tavoittaminen ei olisi mahdollinen ilman Parempi avioliitto ry:n tekemää avioliittotyötä, sillä järjestön toiminnassa korostuva hengellisyys antaa työkalut tavoitella tutkimustehtävää.

Tutkimussuunnitelma on hakenut muotoaan tutkimuksellisen näkökulman vaihtuessa tätä tutkielmaa tehdessä. Tällainen tutkimustehtävän muuttuminen kertoo laadulliselle tutkimukselle tyypillisestä etenemisestä, jolle on luontaista ilmiöiden *prosessiluonne*.<sup>34</sup> Tämä tarkoittaa, että tutkimussuunnitelma elää jatkuvasti ja muotoutuu tutkimuksen edetessä lopulliseen muotoonsa.<sup>35</sup>

Tutkimuksen taustalla on ajatus tulkita hengellisyyttä parisuhteen yhdessäoloa ja hyvinvointia lujittavana ja tukevana tekijänä parisuhdetta koettelevissa ongelma- ja kriisitilanteissa. Tämä ennako-oletus perustuu edellisessä luvussa esittämiini tutkimuksiin hengellisyyden ja ihmisen hyvinvoinnin suhteesta, jotka puoltavat edellä mainitun ajatuksen julkilausumista. Hengellisyydellä on siten perusteltu oletus toimia voimauttavana tekijänä parisuhteessa.

---

<sup>34</sup> Eskola & Suoranta 1999, 15–16; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2003, 114, 155.

<sup>35</sup> Tutkimuksen alkuvaiheessa suunnitelmani oli tutkia sekä parien henkilökohtaisia näkemyksiä hengellisyydestä että uskonnollisen kasvatuksen ja hengellisen identiteetin kehittymisen lähtökohtia suhteessa parisuhteen hengellisyyteen. Suunnitelma osoittautui kuitenkin niin aineistoltaan kuin sen käsittelyltään liian laajaksi, jonka seurauksena luovuin tästä kunnianhimoisesta suunnitelmasta. Tarkasteltuani uudestaan aineistoni painopistettä, päädyin

## **2.2 Tutkimusaineisto**

Tutkimukseni aineistoksi on valikoitunut Parempi avioliitto ry:n koulutettavat ryhmänohjaaja-pariskunnat. Tutkimussuunnitelman valmistuttua, aloin pohtia, mistä ja miten saisin tutkimustehtävääni vastaavaa relevanttia tutkimusaineistoa. Kartoitin erilaisia parisuhde-, perhe- tai avioliittotyöhön keskittyneitä järjestöjä Suomesta. Tietolähteinä käytin apunani internet:iä uusien järjestöjen ja ennalta tietämieni järjestön hakemisessa sekä apunani oli myös opinnäytetyöni ohjaaja Auli Vähänkangas tämän asian suhteen. Keräämistäni vaihtoehtoista valitsin tutkimukseni kontekstiksi lopulta Parempi avioliitto ry:n.

Valintaa järjestön soveltuvuudesta tutkimukseen ohjasi laatimani kolme määritettyä ehtoa; järjestön toiminnan muoto, kristillinen konteksti ja aikataulu. Ensimmäinen vaatimuksista oli, että järjestön toimintakenttänä tuli olla parisuhde-, perhe- tai avioliittotyö. Toiseksi, koska tutkimukseni lähtökohdaksi oli asettunut hengellisyys kristillisessä kontekstissa, järjestön ideologian tuli nojata kristilliseen maailmankuvaan. Kolmanneksi, järjestön toiminnan tuli ajoittua tammikuu—maaliskuu 2015 välille. Vaaditut kolme kriteeriä täytti Parempi avioliitto ry. Otin järjestön toiminnanjohtajaan Hanna Ranssi-Matikaiseen yhteyttä sähköpostitse, joka otti tutkimusaiheeni suurella mielenkiinnolla vastaan, osoittaen samalla yhteistyöhalukkuutta tutkimustani kohtaan. Tämän jälkeen sovimme ajankohdan ja paikan, missä esittelen tutkimusaiheeni kohdeyleisölle, joka täsmentyi vuoden 2015 helmikuun alkupuolelle.

Parempi avioliitto ry:n uusien ryhmänohjaajakoulutettavien pariskuntien koulutusviikonloppu järjestettiin Järvenpään Seurakuntaopistolla 7–8.2.2015. Aineistoni keräämisvaiheessa paikalle saapui eri puolelta suomea, yhteensä 29 paria. Olin etukäteen sopinut Ranssi-Matikaisen kanssa, että tutkimusaiheeni esitetään leirin alkupuheen yhteydessä ja samassa yhteydessä jaetaan kaikille koulutusviikonloppuun osallistuville pariskunnille tutkimuksen esittelyyn liittyvää materiaalia (Liite 1.) tutkimukseni tavoitteista. Koulutusviikonlopun aikana ensisijaisena tehtävänäni oli saada kerättyä haastateltavia pariskuntia tutkimukseeni. Päivystin viikonlopun molempina päivinä aamusta iltaan minulle varatun pöydän vieressä aina koulutuslentojen päätyttyä, jossa vastailin minulle esitettyihin tutkimusta koskeviin kysymyksiin, annoin lisäinformaatiota, sekä jaoin ja vastaanotin haastateltaviksi ilmoittautuneiden pariskuntien

---

johtopäätökseen tarkastella parisuhteen hengellisyyttä sen toimintamuodoista käsin, jolloin tutkimustehtävä tuli selkeästi rajatuksi.

taustatietolomakkeita (Liite 2). Tutkimukseen osallistuneet pariskunnat täyttivät taustatietolomakkeen, joka toimi myös tutkimuslupana.

Kaksi päivää kestäneen koulutusviikonlopun aikana sain kerättyä kaksitoista täytettyä taustatietolomaketta. Yksi täytetty taustatietolomake viittasi pariskunnan halukkuudesta osallistua haastattelututkimukseeni. Jokaiselle taustatietolomakkeen palauttaneelle avioparille korostettiin haastattelun tutkimuseettisiä periaatteita ja sitä, että osallistuminen on täysin vapaaehtoista, eikä taustatietolomake sido mihinkään. Valitsin lopulta tutkimukseni tutkimusaineistoksi yhdeksän avioparia, joista kaksi paria jäi omasta halustaan varasijoille ja käyttämättä.

Tutkielman tutkimusaineisto on kerätty laadullisen tutkimuksen menetelmillä. Laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen vahvuutena on tarkastella määrällisesti pientä kohdejoukkoa ja suorittaa kohdejoukon huolellinen analyysi.<sup>36</sup> Toiseksi, saavuttaakseni tutkimukselle asetetut tavoitteet, aineistossa on oltava riittävästi syvyyttä, jotta voidaan päästä kiinni tutkittavien kokemuksiin ja niille annettuihin merkityksiin kvantitatiivista aineistoa tarkemmin.<sup>37</sup>

Kvalitatiivisen tutkimuksen vahvuutena on etsiä ja tehdä havaintoja ilmiöstä, joista alun perin pystytään kertomaan vähän. Tavoitteena on löytää teemoja ja selityksiä, jotka nousevat puhtaasti tutkimusaineistosta käsin ja kuvaavat tutkittavaa ilmiötä tarkasti ja syvällisesti. Laadullisen tutkimuksen tehtävänä ei ole luoda hypoteesia tai muodostaa kausaalianalyysia, vaan tehtävänä on luoda ymmärrettävästi selitettyjä tulkintoja, jotka perustuvat tutkimukseen, tutkimusaineistoon ja teoreettiseen viitekehykseen.<sup>38</sup>

Haastateltavat olivat iältään 24–67 -vuotiaita ja avioliitossa. Kaikilla tutkimukseen ilmoittautuneilla pariskunnilla oli aiempaa kokemusta muista parisuhde- ja avioliittotyön muodoista, joista valtaosalle Kansan Raamattuseura ja HNMKY eli nykyinen Parempi avioliitto ry olivat tutuksi muodostuneita järjestöjä. Osalla haastatelluista osallistui aktiivisesti ev lut. kirkon järjestämään parisuhdetoimintaan.

### *Haastattelujen suorittaminen*

Haastattelu on tutkimusmenetelmä, jonka avulla tutkimusaineisto kerätään. Käytetyimpiä ja yleisimpiä haastattelumuotoja ovat teemahaastattelu ja

---

<sup>36</sup> Alasuutari 1994, 30; Eskola & Suoranta 1999, 18.

<sup>37</sup> Bryman 1995, 94–95.

<sup>38</sup> Alasuutari 1994, 42; Eskola & Suoranta 1999, 20.

strukturoitu haastattelu. Teemahaastattelussa ja strukturoidussa haastattelussa käydään läpi haastattelun aihealueita eli teemoja *haastateltavien* tai *vastaajien* kanssa. Molempia haastattelun muotoja ohjaa haastattelurunko, joka etenee tutkimustehtävää hahmottavien teemojen mukaisesti. Teemahaastattelussa haastateltava saa vastata vapaamuotoisesti esitettyihin kysymyksiin ja haastattelurungon tarkka sanamuoto ja kysymystenasettelu voivat vaihdella. Strukturoidussa haastattelussa haastattelurunko on luonteeltaan hyvin mekaaninen; se etenee alusta loppuun samanlaisena, sisältäen joskus myös valmiit vastausvaihtoehdot, eikä näin ollen anna haastateltavalle täyttä vapautta vastata miten haluaa. Aineistonkeruumetodiksi valitsin teemahaastattelun, koska sen avulla aineistossa korostuvat vastaajan antamat merkitykset ja kokemukset mahdollisimman tarkasti.<sup>39</sup>

Teemat kohosivat kristillistä maailmankuvaa jäsentävän toiminnan, kehityksen ja niiden keskinäisen suhteen merkityksistä ja kokemuksista parisuhteessa; hengelliset toimintamallit, hengellinen kehitys ja parisuhde ja hengellisyys. Kysymysten muotoilussa hain tukea aiemmasta parisuhdetutkimuksesta ja kristillisen maailmankuvan praxiksesta. Käyttämäni haastattelurunko löytyy Liitteestä 3. Haastattelin parisuhteen osapuolia yhdessä, koska parihaastattelun muoto ja luonne tukivat tutkimustehtävää. Valinta haastatella pariskunnittain perustui lukemaani metodikirjallisuuteen parihaastattelun hyödyistä ja haitoista, sekä hyväksi kokemaani tunteeseen, jonka avulla pystyn keräämään rikkaan ja merkityksellisen aineiston. Koin samalla, että tavoitan vastaukset tutkimuskysymyksiini todennäköisemmin parihaastattelun kuin yksilöhaastattelun kautta. Aineiston kerääminen helpottui myös ajallisesti, kun pystyin haastatella molempia osapuolia samaan aikaan.<sup>40</sup>

Teemahaastattelu soveltuu tutkimustehtäväni ratkaisemiseen, koska hengellisyys ja parisuhde ovat ilmiöinä moniulotteisia ja vahvasti sidoksissa haastateltavien elämään. Minulla oli mahdollista pyytää pareilta selvennystä antamaansa vastaukseen esittämällä yksi tai useampi tarkentava kysymys. Tällä

---

<sup>39</sup> Teemahaastattelu tunnetaan myös puolistrukturoituna menetelmänä. Eskola & Suoranta 1999, 87–88; Hirsjärvi & Hurme 2001, 47–48; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2003, 195.

<sup>40</sup> Parisuhteessa elävien parihaastattelua perustellaan yhteisenä asiana ja ajan säästämiseksi. Lisäksi vapautuneempi tunnelma, muistin virkistäminen ja väärinymmärrysten korjaaminen nähdään parihaastattelun etuina. Parihaastatteluiden litteroiminen voi kuitenkin olla hyvin työlästä. Lisäksi keskustelujen tasapuolisuutta on vaikeampi kontrolloida; toinen kumppani voi olla toista puheliaampi, jolloin toisen läsnäolo saattaa toimia kontrollina vastausten antamisessa. Grönfors 1985, 109; Eskola & Suoranta 1999, 97–99; Hirsjärvi & Hurme 2001, 61, 63; Hirsjärvi, Hurme & Sajavaara 2003, 197–198.

tavoin vastauksesta muodostui mahdollisimman luotettava ja monipuolinen kuva. Tästä syystä, vaikka kävin jokaisen parin kohdalla samat teemat läpi, oli jokainen haastattelu siitä huolimatta yksilöllinen ja erilainen.<sup>41</sup>

Ennen varsinaisia haastatteluja suoritin kaksi pilottihaastattelua yksilöhaastatteluina<sup>42</sup>. Pilottien osapuolet olivat minulle tuttuja jo entuudestaan, eikä heillä ollut kokemuksia parisuhde- perhe tai avioliittotyöstä missään muodossa. Pilottihaastattelut testasivat haastattelurungon toimivuutta, lisäsivät varmuuttani haastattelijana ja aiheuttivat muutoksia lopulliseen haastattelurunkoon.<sup>43</sup> Merkittävimpana muutoksena näen päätökseni vaihtaa haastattelumuotoa, joka konkretisoitui pohtiessani yksilöhaastattelun validiteettia suhteessa asettamaani tutkimuskysymykseen. Tutkimuksen ensimmäinen parihaastattelu näki päivänvalonsa ryhmänohjaajakurssilla.

Pidin haastattelut 7.2–14.3.2015 välisenä aikana. Ilmoitin kaikille tutkimukseen osallistuville, että muutama haastattelu voidaan pitää koulutusviikonlopun aikana, ja sen jälkeisten haastattelujen ajankohta ja paikka sovitaan erikseen sähköpostin välityksellä. Yhteen haastateltavaan otin vielä jälkeinpäin yhteyttä kysyäkseen tutkimusaineistoa tarkentavan kysymyksen.<sup>44</sup> Koulutusviikonloppuna tein kaksi haastattelua samana päivänä, yhden seuraavana päivänä ja kahdelle haastattelulle sovin ajankohdan etukäteen. Keskustelin kaikkien haastateltavien kohdalla muista asioista aina ennen ja jälkeen haastattelun. Tavoitteena oli saada luotua rento ilmapiiri, jossa haastateltavat kokisivat olonsa mukavaksi haastateltavassa ympäristössä ja välttää kiireen tuntu

---

<sup>41</sup> Teemahaastattelu mahdollistaa haastateltavalle haastateltavan eli subjektin tuottamien merkitysten syventymisen haastattelun aikana ja niiden selventämisen haastattelun eli vuorovaikutuksen aikana. Teemahaastattelun etuina ovat myös vastausten ennakoimattomuus ja monipuolisuus, koska vastaukset nousevat haastateltavan näkökulmista. Eskola & Suoranta 1999, 88; Hirsjärvi & Hurme 2001, 48.

<sup>42</sup> Ensimmäisessä pilotissa haastattelin aviopareja erikseen ja toisessa haastattelin vain suhteen toista avioliiton osapuolta. Ensimmäisen pilotissa haastateltavat kokivat kysymykset paikoin hankalina ja asemani haastattelijana passiivisena ja mekaanisena. Ennen toista pilottia lisäsin haastattelurunkoon konkreettisempaa sisältöä. Toinen pilottihaastattelu poiki positiivista palautetta liittyen täysin uudelleen muokattuun haastattelurunkoon ja sen mielekkyyteen, mutta myös rooliini haastattelijana, joka välittyi haastateltavalle kuuntelevana ja responsiivisena olemuksena.

<sup>43</sup> Haastattelijan kokemuksen kartoituksesta esihaastattelijana kts. Eskola & Suoranta 1999, 89–90; Hirsjärvi & Hurme 2001, 72–73.

<sup>44</sup> Neljän pariskunnan kanssa sovittiin haastatteluajankohta ryhmänohjaajakurssin jälkeen. Jäljellä oleviin pariskuntiin otin yhteyttä kahden viikon sisällä sähköpostitse ja sain sovittua ajankohdan ja paikan viikon sisällä kaikkien paitsi yhden pariskunnan kanssa. Lähetin tekstiviestin viikko sähköpostin lähettämisen jälkeen vastaamatta jääneelle parille ja he pahoittelivat kiireistä perhe-elämän arkea, jonka yhteydessä sovimme haastatteluajankohdan, joka pidettiin ajallaan.

haastattelun loputtua. Koen, että tämä tavoite onnistui kaikkien haastattelujen kohdalla.<sup>45</sup>

Haastatteluista kolme oli Järvenpään Seurakuntaopistolla, kaksi julkisessa tilassa ja neljä haastateltavien kodeissa. Haastatteluista viisi keskeytyi hetkeksi johtuen joko ovikellosta, wc-tauosta tai ulkopuolisista häiriötekijöistä. Keskeytyksistä huolimatta sain vietyä kaikki haastattelut loppuun saakka, eivätkä ne vaikuttaneet haastattelun kokonaisuuteen.

Nauhoitin ja tallensin haastatteluaineiston älypuhelimien nauhuritoiminnolla, jonka soveltuvuuden olin testannut aiemmin toteutetuissa pilottihaastatteluissa. Mainitsin haastateltaville, että heidän anonymiteettinsa turvataan koodausjärjestelmän avulla lopullisessa tutkimusraportissa, eikä vastauksia pysty tunnistamaan kuin mahdollisesti ryhmähaastattelussa mukana ollut puoliso. Koodausjärjestelmän käytöllä taataan anonymiteetin säilyminen ja kunnioitetaan haastateltavien yksityisyyttä parhaalla mahdollisella tavalla, kuitenkin niin että heidän vastauksiaan voidaan lainata suoraan aineistosta, ilman että haastateltavan identiteetti paljastuu.<sup>46</sup>

Toteutin haastattelun koodauksen siten, että jokainen haastateltava pariskunta sai oman yhteisen numeron välillä 1-9, jonka perässä oli "N" jos kyseessä oli nainen ja "M" jos kyseessä oli mies. Esimerkiksi "1M" tai "1N". Haastattelijan repliikit on merkitty kirjaimella "H". Kohdat, josta voisi paljastua henkilön identiteetti on merkitty hakasulkeilla, esim. [puolison nimi]. Haastattelut kestivät alle tunnista reiluun kahteen tuntiin.

## 2.3 Aineiston analyysi ja tutkimuksen luotettavuus

Haastattelujen jälkeen purin nauhoitukset eli litteroin aineiston kirjalliseen muotoon. Litteroinnin toteutin sanatarkasti, lisäten myös mahdolliset nonverbaaliset ilmaukset kuten itku tai nauru. Litteroitua tekstiä kertyi 307 sivua, rivivälillä 1, fontti Cambria. Tutkimusaineiston analysointimenetelmänä olen käyttänyt sisällönanalyysia eli aineiston sanallista kuvaamista.<sup>47</sup> Sisällönanalyysi toimii tutkijan työkaluna ja mahdollistaa systemaattisen tarkastelun

---

<sup>45</sup> Sujuvan haastattelun kannalta tärkeää huomioida haastateltavalle paikka, joka on turvallinen, rauhallinen ja häiriötön. Haastattelun alkuun laaditut laajat ja helpot kysymykset ns. *verryttelykysymykset* lisäävät haastateltavan osaamisen tunnetta, haastattelutilanteen kiinnostavuutta ja poistavat jännitystä. Grönfors 1985, 107; Hirsjärvi & Hurme 2001, 74, 107.

<sup>46</sup> Haastattelun tallentaminen eli nauhoittaminen mahdollistaa haastattelun sujuvuuden, haastattelutilanteen tarkan sanamuodon, luontevan keskustelun ilman muistiinpanoja, joista viimeisenä mainittu vähentää valikoimista. Grönfors 1985, 137–138; Hirsjärvi & Hurme 2001, 92.

<sup>47</sup> Sisällönanalyysin eri käyttötapoja kts. Tuomi & Sarajärvi 2002, 106–107.

haastateltavien näkemyksille, merkityksille ja aineiston järjestelyn tiiviiseen muotoon.<sup>48</sup> Aineiston tarkastelun ja -järjestelyn tuloksena aineistosta nousee esille aineistolähtöisiä näkökulmia, jotka ovat kuvaukseltaan tarkkoja, perusteltuja ja joiden pohjalta voi muodostaa relevantteja johtopäätöksiä.

Tutkimuksen metodologinen toteutus jakautui seuraaviin työvaiheisiin; litterointi, teemoittelu, sekä aineiston luku ja koodaus pää- ja alaluokkiin. Litteroinnilla tarkoitetaan aineiston tallentamista kirjalliseen muotoon. Litterointi oli työvaiheista eniten aikaa vievä. Aloitin sisällönanalyysin metodologisen toteutuksen litteroinnista. Litteroinnin jälkeen luin tutkimusaineiston uudemman kerran läpi ja pyrin hahmottamaan aineistosta nousevia teemoja.<sup>49</sup> Teemoittelu on laadullisen analyysin menetelmä, jossa aineistosta pyritään hahmottamaan keskeisiä aihepiirejä eli teemoja. Teemoittelun jälkeen koodasin aineiston teemojen ja kysymysten mukaan lukemani perusteella, jossa apuvälineenä käytin teemahaastattelurunkoa.<sup>50</sup> Ryhmittelyn lopputuloksena muodostui luokiteltu aineisto. Koska analysoitua aineistoa kertyi reilusti, alkoi se loppuvaiheessa toistaan itseään ja saavutti saturaatiopisteensä, jolloin aineisto ei enää tuota uutta tietoa tutkimustehtävän kannalta.<sup>51</sup>

Tutkimusprosessini on ollut objektiivinen. Tutkimusta varten hakeuduin sellaisen kontekstin ympärille, joka pystyy vastaamaan tutkimuskysymykseeni, eikä minulla ollut yhteyttä aiemmin kyseiseen kontekstiin. Pidän tutkimustani luotettavana tarkasteluna hengellisyydestä parisuhteessa. Näkökulmani tutkimusprosessin aikana on pysynyt uskollisena tutkimusaineistolle. Kriittinen näkökulma tutkimuksen kannalta on, että tutkimusaineisto on kerätty varsin lyhyessä ajassa, jolloin tarkempi syventyminen jo tehtyihin haastatteluihin olisi saattanut tuoda uusia havaintoja seuraavaa haastattelua ajatellen. Haastattelut olen pitänyt samanlaisina ensimmäisestä haastattelusta aina viimeiseen saakka.

---

<sup>48</sup> Grönfors 1985, 161; Kyngäs & Vanhanen 1999, 4; Tuomi & Sarajärvi 2002, 107.

<sup>49</sup> Teemoiksi voidaan hahmottaa sellaisia aiheita, jotka toistuvat aineistossa muodossa tai toisessa. Teemoittelu analyysimenetelmänä etenee teemojen muodostamisesta ja ryhmittelystä niiden yksityiskohtaisempaan tarkasteluun. Eskola & Suoranta 1999, 152.

<sup>50</sup> Teemahaastattelurunko rakentuu aiempien tutkimusten teoreettisista näkemyksistä. Eskola & Suoranta 1999, 153.

<sup>51</sup> Alasuutari 1994, 31, 42; Eskola & Suoranta 1999, 65, 151.

### 3. Hengelliset toimintamuodot parisuhteessa

#### 3.1 Hengellisyys parisuhteessa

Kun pareilta kysyi, mitä hengellisyys merkitsee parisuhteessa oli vastausten kirjosta vedettävissä hyvin yhtenäinen ajatus. Haastateltavat kokivat, että hengellisyydessä vaikuttavinta on yhteys oman itsensä, yhteisen parisuhteen ja Jumalan välillä. Hengellisyys oli ”suhde Jumalan kanssa” kuten yksi haastateltavista asian tiivistä.

8M: Mitä se mulle itelleni okei.. sit mä ymmärsin sen oikein.. nii se on niinku suhde Jumalan kanssa, Kolmiyhteisen persoonan kanssa ja se, niinku sen rakkauden kanssa mikä hän niinku on, sitä mä haen

8N: Mulle se on varmast tota kaikkee, mulle se on ilma jota hengitän eli oikeestaan niinku kaikkee, et se on lepoa, se on voimanlähde, se on turva, ilon-, rauhan-, rakkauden lähde, syvä suhde

Jumala koettiin vaikuttavana tekijänä parien välillä, tarkasteltaessa parisuhteen hengellistä dynamiikkaa. Parisuhdetta ei koettu hengellisenä, jos siitä puuttui eksplisiittinen käsitys Jumalasta ja hänen mahdollisuuksistaan vaikuttaa parisuhteeseen. Hengellisyyden omaksuminen tarvitsi ideologian yliluonnollisesta elämään vaikuttavasta tekijästä, jollaisena Jumala nähdään. Parisuhde joka tukeutuu kristilliseen maailmankuvaan kokee Jumalan yhdessä koetun arjen ja toimintojen ylläpitäjänä. Haastateltavat kuvasivat heidän ja Jumalan välistä suhdetta mm. että Jumala ”kuuluu heidän tiimiin” ja on heidän parisuhteen ”kolmas säie<sup>52</sup>”, ”kolmisäikeinen lanka<sup>53</sup>” – johon parisuhteen syvin olemus perustuu. Yksi pareista toi hyvin esille sen mitä Jumala kolmisäikeisenä tekijänä tarkoittaa.

2N: Jumala kuuluu meidän tiimiin myöskin et se on se yks olennainen perustekijä siinä meidän avioliitossa

9M: Kolmisäikeisyys eli tuota sehän on ihan tota sananlaskuissaki tää kolmisäikeisen langan idea esitetty ja se on totta, koska silloin kun me petämme niin hän [Jumala] ei petä silloinkaan, ja tota sitten on sitoutuminen ylempäänsä ja siinä tullaan siihen että, et kysymys ei ole siitä että öö me haluamme, kyse ei ole edes siitä että me tahdomme vaan kysymys siitä että liitto kantaa jopa silloin kun me emme tahdo, meidät on kutsuttu tahtomaan mut se kantaa senki yli ja sitte tietysti on että tota öö liitto on nimenomaan, se on niinku testamentti, se astuu, tai sil on tällanen tietty, siis, jos ajatellaan Vanhaa testamenttia niinku Jumalan kansaa niin sillä liitolla on siis valtava merkitys siis Jumala teki liittoja niinku kansansa kanssa, hän tekee myöski meidän kanssamme niinku me ollaan avioparina ja me olemme sen tehneet niinku keskenämme ja siihen kuuluu uhri ja se tarkoittaa siis sitä että tässä on myös uhrattava, annettava, suostuttava ja sitä ei ehkä olisi helppo tehdä jos ei olisi myös ehkä ihmistä suurempi rakenne siellä takana, et se kutsuu meidät siihen eikä niin että se pakottaa meidät vaan se kutsuu meidät siihen.

---

<sup>52</sup> M3N3; M4N4. Tekijän hallussa.

<sup>53</sup> M5N5; M8N8. Tekijän hallussa.



Jumala nähtiin parisuhteessa kaikkivoipana, ihmisen käsitysrajojen ulkopuolelle ulottuvana tekijänä, joka pystyy vaikuttamaan ja vaikuttaa parisuhteessa, sen arjessa ja toimii parisuhteen yhteisen edun hyväksi. Jumala ennen muuta nähtiin toimivana persoonana erilaisten hengellisten toimintamuotojen kautta. Eräs pariskunta koki hengellisyyden parisuhteessa Jumalan hengen läsnäolona, joka pitää heidät lähellä toisiaan, eikä hylkää heitä koskaan.

H: Mitä se hengellisyys on teidän parisuhteessanne?

9M: Se on, se on jotenkin niinkun Jumalan ja hänen henkensä semmosta läsnäoloa joka niinkun pitää meitä lähekkäin ja piirtää jonkun kehän meidän ympärille sillä tavalla että tää suhteen uniikkisuus on täysin selvä että se ei oo kupla josta ei voi astua ulos mut se on joku sellanen joka niinku

9N: Nii mä kutsuisin sitä kehää kodiksi, nii nii tää siis siinä mielessä jos mä ajattelen että siis se mun koti joka oli siis epämääräinen siinä mielessä että siinä oli mummi ja tati että vaikka siellä oli yksi hengellinen ihminen niin ei se ollut hengellinen koti että tuottaa koska siinä ei ollut sitä yhteyttä ihmisten välillä mutta tuottaa, nyt mulla on hengellinen koti että

9M: Ja sitte se, edelleen vois palata siihen että, et se on se yks pohjavirta ja vahva vaijeri meidän välillä joka ei niinku millään tavalla natise tai pauku silloin ku meille tulee konflikti ja me saatetaan niinku hetkellisesti vaipua jos ei nyt epätoivoon niin kuiteki hyvin hankaliin fiiliksiin nii nii se, se on siinä.. turvallisesti, me tiedämme sen, Jumala ei koskaan hylkää

8N: Mulle se on varmast tota kaikkee, mulle se on ilma jota hengitän eli oikeestaan niinku kaikkee, et se on lepoa, se on voimanlähde, se on turva, ilon-, rauhan-, rakkauden lähde, syvä suhde

Jumalan roolia parisuhteessa kuvattiin mm. sanoilla suojeleva, varjeleva, pelastava, Isä, rinnalla kulkija, kaitselmus. Rukoilemisen esiintyvyyttä parisuhteessa edesauttoivat oman, puolison tai molempien osapuolien uskonnollinen kasvatus lapsuudessa.

7M: Mut se hengellisyyden niinku pohjavire tällä hetkellä kyl se on niinku semmonen tavallaan päivittäinen Jumalaan turvaaminen, tietää sen että tavallaan niinku että, että ylhäältä tulee apu ja Jumala niinkun tavallaan niinkun, varustaa elämässä että, et se Jumalan kaitselmus että on päivittäin läsnä, siinä ku me turvataan häneen, rukoillaan ja jätetään asiat hänen niinku haltuunsa ja tavallaan niinku ihan jokaiseen päivään tarvii sen niinku et, mää rukoilen oman päivän puolesta, [puolison nimi] työpäivän puolesta ja lasten koulupäivän ja näin että tavallaan niinku turvaa siihen niinku Jumalan apuun ja kyl mä uskon et se on se kristityn osa.

8N: Mulle se on varmast tota kaikkee, mulle se on ilma jota hengitän eli oikeestaan niinku kaikkee, et se on lepoa, se on voimanlähde, se on turva, ilon-, rauhan-, rakkauden lähde, syvä suhde.

### **3.2 Rukoileminen parisuhteessa**

Rukoileminen näyttäytyi hengellisenä toimintamuotona, joka tiivistä parisuhdetta ja toimi rinnakkain muiden hengellisten toimintamuotojen rinnalla. Rukoileminen nähtiin parisuhdetta suojaavana tekijänä, jonka toimijana oli parisuhdetta varjeleva ja suojeleva, aktiivisesti läsnä oleva Jumala. Parisuhteessa esiintynyt rukoileminen korosti hengellistä sisältöä parisuhteessa, joka näkyi dialogina Jumalan suuntaan, jossa Jumala toimii parisuhteen hyvinvoinnin puolesta.

7N: - - se, Jumalan huolenpito siinä arjessa nii se on niiku semmonen ikäänku sydäimestä kumpuava laulu, sitä osaa todella arvostaa

7M: semmonen tavallaan päivittäinen Jumalaan turvaaminen, tietää sen että tavallaan niinku että, että ylhäältä tulee apu ja Jumala niinkun tavallaan niinkun, varustaa elämässä että, et se Jumalan kaitselmus että on päivittäin läsnä, siinä ku me turvataan häneen, rukoillaan ja jätetään asiat hänen niinku haltuunsa

Rukoileminen antoi parisuhteelle siunauksen päivään, jonka myötä päivän pystyi aloittamaan ja lopettamaan “Jumalan kasvojen edessä”, kuten yksi haastateltava asian ilmaisi.<sup>54</sup> Rukoilemisen kautta koettiin turvallisuuden ja varjeluksen tunnetta, joka lisäsi hyvinvointia parisuhteessa. Samalla sen myös koettiin lisäävän parien välistä yhteenkuuluvuuden tunnetta, jonka avulla vaikeitakin asioita voidaan tuoda Jumalan eteen.

Rukous nähtiin toimintana, jossa konkreettisesti jokin mieltä painava asia, kuten sairaus tai oman parisuhteen kriisitilanne oli mahdollista tuoda Jumalan eteen. Rukous oli luonteeltaan joko pyytävää tai kiittävää, jotka käsittelivät samoja teemoja. Pyytävä -rukous keskittyi oman puolison, perheen ja lähipiirin hyvinvoinnin ja terveyden puolesta sanoitettuun rukoukseen, kiittävä -rukous nosti esille kiitollisuuden aiheita edellä manituista teemoista, kuten ruokarukous. Rukous koettiin voimavarana, josta puoliset saivat suojaa ja varjelusta niin omaan parisuhteeseensa, kuin myös lähipiiri ja tuttavat kenen puolesta parit rukoilivat.

7M: Mää rukoilen oman päivän puolesta, [puolison nimi] työpäivän puolesta ja lasten koulupäivän ja näin että tavallaan niinku turvaa siihen niinku Jumalan apuun.

Rukoileminen koettiin parisuhteessa positiivisena, sekä puolisojen yhteisen hyvinvoinnin kannalta hyvänä ja tärkeänä parisuhteen osa-alueena. Rukoilemista kuvaaviksi pääluokiksi muodostui neljä rukoustyyppiä; suojeleva rukous, hätärukous, siunaaminen ja muu rukous.

---

<sup>54</sup> N1. Tekijän hallussa.

*Suojeleva rukous* piti sisällään ajatuksen turvallisuuden tunteesta. Sitä esiintyi niin parisuhteen sisällä kotona kuin sen ulkopuolella. Parit rukoilivat varjelusta ja suojelua heidän yhdessä kohtaamiinsa elämän arkitilanteisiin. Suojelevaa rukousta esiintyi parisuhteessa laajalla alueella. Varjelusta pyydettiin alkaneeseen päivään tai viikkoon itselle, puolisolle, perheelle, tutuille ja tuntemattomille, matkalle lähdettäessä, ison tapahtuman tai elämäntilannetta muuttavan asian, kuten uuden työn pyytämisessä. Suojelevan rukouksen alle muodostuivat seuraavat rukoukset: aamu- ja iltarukous, ruokarukous, matkarukous ja kiitosrukous.

Aamu- ja iltarukous oli rukouksen muodoista tyypillisin ja säännöllisimmin toistuva. Sen esiintyvyys aineistossa koettiin merkityksellisenä parisuhteen arjen ja parisuhteen laadun kannalta. Säännöllisesti esiintynyt aamu- ja iltarukous nähtiin myös tärkeänä uskonnollisuutta ylläpitävänä tekijänä. Aamu- ja iltarukous koettiin rukouksena, jonka avulla oli levollista aloittaa ja lopettaa päivä Jumalan siunauksen alla.

H: mitä se rukous antaa sitte siihen parisuhteeseen

1N: Siunauksen päivään mä ainaki aattelen et se on ikään kuin me yhdessä sovimme että tämäkin päivä me alotetaan niinku Jumalan kasvojen edessä ja mulle se on tärkeä.

Samoin mulle on tosi tärkeä se että me yhdessä sovimme illalla että me päätämme tämän päivän Jumalan kasvojen edessä, vaik se on lyhyt nii siitä huolimatta se symbolinen merkitys on must tosi iso.

6N: on sit sitä että illal nukkumaan mennessä aina sillon ku muistetaan nii rukoillaan, rukoillaan yhdessä

Ruokarukous oli tyypiltään toistuva rukous ennen ruokailun aloittamista, joka korosti yhdessäolon tärkeyttä oman perheen sisällä. Koettiin merkityksellisenä, että on mahdollisuus pitää perheen yhteinen ruokahetki ja hiljentyä rukoukseen ennen syömistä.

6N: ennen lapsia niin ruokarukoukset me niinku yleensä rukoiltiin omin sanoin et se oli se meidän yhteinen pieni rukoushetki ennenku syödään mut sit lasten myötä tuli tää tämmönen litaniarukous joka on lasten kans jotenki helpompi, nii sit se tavallaan omin sanoin ruokarukous vähän niinku jäi pois et enemmän se on sit sitä että illal nukkumaan mennessä aina sillon ku muistetaan nii rukoillaan, rukoillaan yhdessä.

Matkarukous oli tyypiltään rukous, jota esiintyi aina kun puoliset matkustivat tai olivat aikeissa matkustaa tai liikkumassa paikasta toiseen. Matkarukous toi pareille levollisuutta ja turvallisuuden tunnetta. Turvallisuuden tunne perustui henkilökohtaiseen ja parien yhteiseen uskoon Jumalasta, joka varjelee heitä aina minne he ovat milloinkin matkalla.

5M: me rukoillaan niinku sit et tavallaan samallalail et voi olla että niinku ollaan autossa menossa johoki - - mihin ollaan nyt sit menossakaan niinku et vaikka oltais menossa tapaamaan ystäviä tai, tai menossa johonki kokoukseen tai mikä nyt sit millonkin mut saattaa niinku et rukoillaan sit sen niinkun mihin ollaan menossa nii sen puolesta - -.

Kiitosrukous oli viesti Jumalalle, joka oli kuullut ja auttanut pariskuntaa selviytymään vaikeasta elämäntilanteesta, joka oli joko tapahtumaisillaan, tapahtumassa tai jo tapahtunut. Kiitoksenaiheisiin liittyi selviytymiskokemukset parisuhdekriisistä, sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hukkuneen esineen löytäminen tai yleisesti jokin mieltä vaivanneen asian ratkeaminen. Kiitosrukouksena saattoi toimia arkeen liittynyt ilonaihe, kuten esimerkiksi kadonneen vihkisormuksen löytyminen tai vaikeaksi koettujen tilanteiden selviäminen.

2N: - - oon muunmuas rukousvastauksena löytäny mun kadonneen vihkisormuksen jäisestä maasta.

5M: - - myöskin niinku kiitosrukousta sillai et ku joku et jos joku niinkun on semmone vaikee asiat et se on niinkun hoitunu - - sillan ku kokee aihetta kiittää jostain, riippumatta tavallaan asiasta niin tota, niin semmonen niinku lyhyt kiitosrukous - - jos on joku niinku vaikee tilanne tai - - joku haastava juttu tai - - sellasta viisauden tai avun pyytämistä tai - - jonku toisen ihmisen puolesta rukoilemista tavallaan

6M: Kiittää siit et asiat on hyvin ja siitä et on saanu suojaa ja varjelusta siitä et voi luottaa et asiat menee jatkossaki hyvin jos on niinku Luojan tahdon mukasta että, semmonen mulla on siinä teema että ja sitten sen perään ne akuutit asiat mitä on mielessä joidenki tuttavien huolia - -.

Tilanteet ennen kiitosrukousta koettiin usein vaikeana, epämiellyttävänä, outona, mahdottomana tai jopa pelkoa herättävinä. Erityisesti kiitosrukous oli hyvin merkityksellinen pariskunnille, jotka kertoivat kokeneensa erityyppisiä vastoinkäymisiä parisuhteessa, kuten ero- ja kriisitilanteita tai pelkoa läheisen ihmisen menetyksestä.

8M: - - myös meidän suhteessa oli hankalaa niin, niin se että meil oli kuitenkin yhteinen rukousyhteys, kun niinku ei mikään toiminu, ei oikein jaksanu mitään, nii oli kuitenkin sit se ja niinku voi niinku yhdessä rukoilla ja sitte.. nii se autto niinku jaksamaan niitte asioitten yli, ja sitte kyl meille tai ainaki mulle on ollu se et me ollaan yhdessä etitty kiitollisuuden aiheita, niin semmonen kiitollisuusrukous on ollu niinkun tavallaan hirveen voimaannuttavaa

Kiitosrukouksen rinnalle liitettiin myös kokemus rukousvastauksesta, jossa Jumalan toiminta esiintyi rukousvastauksena, jota kiitosrukous täydensi. Yksi haastateltavista pareista kertoi, että heillä on tapana pitää kotona konkreettista rukousvastauskirjaa.

8M: No meillähän on sellanen kirja mihin me kirjataan aina semmosia niinku yksinkertasia sanoja mitkä tarkoittaa niinku isompaa asiaa että tän puolest rukoillaan niin onhan se jännä, jännä huomata

että ku siin on se ranskalainen viiva nii sit siihen pannaan niinku plussa ja sit jos on pieni vastaus nii pieni plussa.. mut et hirveen paljon niit on tullu

8N: Varmaan yhekskyt prosenttii niistä ku, me ollaan tehty sitä kymmenen vuotta ni kattoo taaksepäin nii siitä oikeesti tajuu et Jumala vastaa asioihin

8N: se näky liittyy siihen mitä me perheenä tai pariskuntana tehdään - - jännä jotenki miten Jumala on tuonu usein menee kuitenkin sitä kautta et ensin mulle tulee joku selkee näky mut sitte [puolison nimi] tulee eri tavalla, vähä eri kautta nii kuitenkin tulee se sama, et jotenki se, se on hienoo että jotenki se on kauheen rohkasevaa siinä et Jumala haluaa pariskuntia johdattaa.

Eräs haastateltavista jäi pohtimaan lisääntyvien rukousvastausten suhdetta kysymykseen Jumalan olemassaoloon seuraavasti.

7N: - - että voiksä Jumala auttaa? - - kuitenkin ne vastaukset niinku tulee

H: Monesta suunnasta?

7N: Joo, joo ja silleen selkeen yliluonnollisesti et sen niinku näkee et se ei oo vaan nyt et no mä nyt tässä kuvittelen näitä asioita et ku ne on niin, liian usein ja niinkun niin rukousvastaukset lisäänty ku rukoilee ku todennäköisyshän menis päinvastaseen jos Jumalaa ei olisi.

*Hätärukous* oli rukouksen muoto, joka ilmeni eri tyyppisissä kriisitilanteissa. Kriisitilanteita olivat, parisuhdekriisi, pelko läheisen menettämisestä tai muu äkillinen järkytys. Luonteeltaan hätärukous oli impulsiivinen, harkitsematon ja tilanneriippuvainen rukous, johon turvauduttiin aina silloin kun tunnettii hädän tai pelon tunnetta. Hätärukoukselle oli tyypillistä kokemus siitä, että Jumala nähtiin viimekädessä ainoana tilanteen ratkaisijana, joka voi pelastaa ja tuoda rauhan mieltä ahdistavaan tunteeseen. Hätärukous oli yllättävää ja ennakoimatonta toimintaa. Hätärukouksen saattoi aiheuttaa tunne hylätyksi tai jätetyksi tulemisesta, pelko oman puolison tai muun perheen jäsenen menettämisestä tai yllättävän tapahtuman aiheuttama järkytys. Jumalan rooli hätärukouksessa koettiin pelastajana, joka auttaa pareja selviämään heitä koettelevasta sietämättömästä ja epätoivottomasta tilanteesta. Vaikka hätärukouksessa koettiin voimakkaita pelon, ahdistuksen, masennuksen ja toivottomuuden tunteita, liittyi siihen samalla tuntemuksia rauhasta, uskosta, toivosta ja rakkaudesta. Kokemukset hädän keskellä kertoivat, että vaikka kriisitilanteet omaksuttiin ikävinä ja voimavaroja kuluttavina, löytyi luottamusta selvitä tilanteesta silti ja uskoa siihen, että asiat kääntyvät vielä parempaan suuntaan.

Yksi pareista kuvasi hätärukouksen ja Jumalan suhdetta vaikean tilanteen vallitessa seuraavalla tavalla.

7M: Nii ja sitte meillä lapsi syntyy keskosena

7M: sitte mä koen sen jälkeen että Jumala, anto semmosen rohkasan sanan kerran ku mä rukoilin, sillan ku mä olin oikeen epätoivonen että ei täst tuu yhtään mitään ja mun elämä menee kokonaan uusiks ku syntyy tota vammautunu lapsi ja tota, näin sitten rukoilin sitä asiaa ja sitte Jumala tavallaan laski sellasen rauhan että hän tulee täst selviämään et hänelle ei jää ku jotain pieniä

asioita ja, niinhän siin sit käviki että, että hän tosi hyvin selvinny ja kyl sitä monet ihmetelly että miten noin hyvin selvinny

7N: siellä tosiaan lastenteho-osastolla mietittiin että, että mitä me tehään tälle lapselle kun kaikki on tehty ja mitään ei voi enää tehdä - - [puolison nimi] oli ku viilipyty siinä vieressä, mä ajattelin että mä niinku justinsa nyt tässä sekoon, että ei tästä tuu yhtään mitään ja [nimi] hautajaiset olinko mä menossa vai tulossa sinne ja totaa, [puolison nimi] on ku viilipyty että ei mitään hätää, lapsi selviää ni Jumala oli antanu hänelle sit rauhan se jäi niinku pysyvästi kyllä mieleen se.. mä aattelin että joko toi on ihan seinähullu tai sitte se on Jumalasta, sitte mä ajattelin, no se täytyy olla Jumalasta.

Eräs mieshenkilöistä kuvasi parisuhdekriisin keskelle turvautumistaan Jumalaan näin.

7M: - ja siinäki parisuhdekriisissä nii mä ainoastaan turvasin niinku Jumalaan että, että tavallaan niinku että huusin Jumalan puoleen että auta nyt että, että totaa, ei tästä niinku tuu mitään että, jos sä et tuu tähä ja vaikka näytti pitkään toivottamalta nii kuiteki sitte jotenki se apu sieltä tuli viimein että, että kokenu sen että kyllä se rukouksen voima on, on tosi voimakas että, vaikka ei niitä vastauksia heti saa nii on niinkun semmosta pitemmältä ajalta kokemusta että semmonen pitkäkestonen rukous niin se niinku palkitsee että Jumala kyllä kuulee ne rukoukset.

*Siunaaminen* esiintyi toimintamuotona, jota käytettiin erikseen tai yhdessä rukouksen kanssa. Siunaamisella viitattiin Jumalan hyvyyden ja rakkauden läsnäoloon ja suojeluun parisuhteen hyvinvoinnin puolesta. Parit pyysivät siunausta omalle kumppanille ja parisuhteelle, kodille sekä toisinaan siunasivat myös toisia pareja tai perheitä. Siunaaminen nähtiin luonnollisena ja helposti lähestyttävänä toimintamuotona, joka esiintyi rukoilemisen yhteydessä. Siunaaminen tapahtui joko omin sanoin muotoilemalla, rukoilun yhteydessä tai lausumalla Herran siunaus. Kokemus saada siunaus parisuhteelle nähtiin tärkeänä ja parisuhdetta vahvistavana tekijänä, tuli se sitten omalta puolisolta tai joltain muulta henkilöltä.

Yksi siunaamisen muodoista näkyi tavassa siunata omaa puolisoa lausumalla Herran siunaus.<sup>55</sup> Parit, jotka lausuivat toisillensa Herran siunauksen, kokivat voimakkaasti, että Jumala läsnäolollaan vaikuttaa parisuhteessa tavalla, joka siunaa ja varjelee heidän arkeaan. Siunaamisen muotoja oli useita, joista alla muutama tilanteeseen viittaava lainaus.

9M: - - se sama tapahtuu kyllä siinä kun illalla ennen nukkumaan käymistä tai nukahtamista niin sä aina, sinä nimenomaan pidät huolen siitä että annat suukon ja tota mä koen sen samalla tavalla ja kyllähän me sitte niin tehdään että jos mulla on vaikka työmatka tai jotain tällasta taikka sitte muuta niinku jos sä oot aamulla hereillä nii kyllä me toivotetaan siunausta ja musta se on niinku yks selvä tämmönen elementti tässä.

---

<sup>55</sup> Parit vaihtoivat Herran siunauksessa objektiksi puolison nimen. kts alkuperäinen Herran siunaus Jumalanpalvelusten kirjasta. Jumalanpalvelusten kirja. 2000.

Eräs haastatelluista pariskunnista kertoi, että heidän yhteinen rukousyhteytensä, jollaista heillä ei suhteen alussa ollut, avautui hiljalleen Herran siunauksen kautta.

8N: Ja meidän suhteen alussa meillähän ei ollut rukousyhteyttä

8M: Sano vaan, kerro vaan

8N: Niin siis sä tai siis [puolison nimi] kieltäytyi rukoilemasta - - täst omasta taustastaan johtuen, mut et meillähän lähti tietyt teemat avautumaan nimenomaan siitä että ensin tota niin sovittiin että rukoillaan vaan yhdessä Herran siunaus, ei mitään muuta, joka ilta ja sehän oli ihan sellanen merkittävä et me, päästiin myös sitten niinku tämmösten niin sanottujen maallisten asioiden eli teemojen elo parisuhdeteemojen äärelle - - mun mielest se on ollut niinku edellytys sille et me ylipäänsä ollaan tässä - - et varmaan oltas muute erottu niin karulta ku se kuullostaa

8M: Kokonaisuutta ku ajattelee nii joo

Toinen siunaamiseksi koettu muoto oli parien puolesta rukoileminen.

4M: Siunaaminen, yhteinen siunaaminen et meidän puolesta rukoillaan siellä seurakunnassa niinku avioparina ja meidän parisuhteen puolesta ni.. se on semmonen konkreettinen mikä mulle tulee mieleen, toimintamuotona et jos muuten miettii niin meän parisuhteen kannalta niin, nii no sul on noi elementit, mulle ehkä noi elementit on tärkeitä mut se että se siunataan meitä.

Yhteisenä koetun rukoushetken ja siunaamisen aikana, jopa vaikeaksi koetut tilanteet lähtivät avautumaan.

8N: Plus sit tuol leirillä öö, meki ollaan se koettu kun toiset rukoilee puolesta, nii siin on valtava siunaus, et siin on pari kertaa nimenomaan toisten ihmisten esirukouksen takia joku tilanne vaan ihmeellisesti lähteny purkaantumaan.

Parit siunasivat toisiaan arjessa.

9M: - - siinä vaiheessa kun sä kävit mun kanssa töissä niin meillä oli tämä että, joka kerta ku noustiin junasta tampereella, lähetettiin töihin nii me annoimme siinä suikon rautatieasemalla kaikkien nähden ja siunasimme toisemme - -

4M: Siunataan ja sit me rukoillaan kuiteki yhdessä kaikis tapahtumissa mikä on mun mielest aika hauskaa.

Siunaaminen ei rajoittunut vain ihmisiin. Yhdelle pariskunnalle oli merkityksellistä, että heidän uusi koti siunattiin.

9M: he niinku siunasivat sitä kotia ja ylipäänsä me on niinku koettu se et kotia siunataan sillä et siellä käy ja sitten taas siitä siunauksesta esimerkiksi me haluamme nyt jakaa et ku me esimerkiks tähän tai esimerkiks ku ku tähän taloon muutettiin nii me ihan pyydettiin tota luterilaisen kirkon pappi että koti on siunattu ihan niinku avioliittotyötä varten myös, sehän ei oo mikään virallinen muodon.

*Muu rukous*, oli rukouksen muoto, joka erottui toiminnaltaan perinteisistä ääneen tai mielessä puhutuista rukouksista. Muuhun rukoukseen sisältyi ulkoisia elementtejä, kuten musiikkia, laulamista tai tanssimista, sekä hiljentymistä. Yhdellä pariskunnista oli vakiintunut tapa rukoilla tanssin ja liikkeen lailla.

8M: välillä meiän rukoileminen on laulamista, välillä se on tanssimista, välillä se on puhumista.. ja se on aika paljon meiän yhteistä ja enemmän itse asiassa niinku jos aatellaan et on joku ”rukoushetki” nii se on meiän yhteinen ku oma, mä en susta tiedä

8N: Sekä että, varmaan yhtäläillä.

H: Onks siinä mukana sitte ihan semmonen konkreettinen hengellinen kokemus ihan että tulee?

8N: Joo, se on siinä se ydin et se tanssi on niinku toissijanen tai se liike Jumalan puoleen

8M: Mä vähän ajattelen sen semmosena että niinku meiän tytöt tanssii et ”iskä kato” vähän sellasta tai sitte että siin on niitä eri aspekteja et mitä me toinen toistaan on käytetty niin on se et joku liike on niinku joku rukous erilaiset liikkeet

8N: Vähän niinku ristinmerkki on symboli jostain tietystä asiasta

8M: Nii se on vähän erilainen tulokulma rukoukseen ja sit siinä on se musiikki joka on sinänsä jo hengellistä musiikkia, sanoja tai ilman mutta se on niinkun Pyhän Hengen, uskon et Pyhän Hengen vaikutuksesta tehtyä - -

kanava niinkun olla Jumalan läsnäolossa

### Tanssin yhdistäminen osaksi rukousta avasi uudenlaisen tavan hallita mieltä

8M: - - semmonen niinku kehon tuominen mukaan siihen rukoukseen ja Jumalan kans puhumiseen nii mulle se on avannu jotain uutta ja, ja tavallaan keino hallita myös mieltä ja omia sielun karikoita että, et tota kun lähtee vaan koko ruumiilla ylistämään niin jotenkin se mieli tulee mukana

### 3.3. Rukoilemme yhdessä

Edellisessä alaluvussa kävin läpi eri rukoustyyppejä. Tässä kappaleessa keskityn kuvailemaan, millaisena rukoileminen oman kumppanin kanssa koetaan parisuhteessa, sekä mitä haasteita yhdessä rukoilemiseen liittyy. Parisuhteessa esiintyneen rukoilemisen pääluokaksi muodostui *yhdessä rukoileminen*.

Kaikki tutkimukseen haastatellut parit ilmaisivat, että rukoilevat tai ovat rukoilleet joskus yhdessä. Arjen keskellä koettu rukoileminen puolison kanssa vahvisti kumppanien välistä yhteyttä ja kommunikaatiota, molempien henkilökohtaista uskonelämää ja toimi apukeinona parisuhteen kriisitilanteissa.

Tutkimusten mukaan yhdessä rukoilemisella oman puolison kanssa on positiivisia vaikutuksia. Ensinnäkin, se voi toimia luottamusta herättävänä tekijänä parisuhteessa. Parien toisilleen jakamat asiat yhteisessä rukouksessa lisäävät luottamusta toiseen. Toiseksi yhdessä rukoileminen saa aikaan yhteenkuuluvuuden tunnetta parien välillä. Kolmanneksi, puolison puolesta rukoileminen lisää sitoutuneisuutta ja tyytyväisyyttä parisuhteessa. Sen sijaan, puolison puolesta rukoilemisen negatiivisista vaikutuksista ei ole näyttöä.<sup>56</sup>

Yhdessä rukoileminen viittasi puolisoitten yhteisenä pidettyyn hetkelliseen tai pidempiaikaiseen tilanteeseen, jossa puoliset rukoilivat keskenään oman puolison läsnäollessa. Kaikkia tutkimukseen osallistuneita pareja yhdisti yhdessä rukoilemiseen liitetty kristillisuus ja hengellisyys, joiden kautta koettiin tunnetta Jumalan läsnäolosta ja vaikuttamisesta parisuhteessa.

---

<sup>56</sup> Fincham 2008, 362., Lambert et al. 1, 6 2012.



Useille pariskunnille yhdessä rukoileminen oli haastavaa ja vaikeaa. Se oli haasteellista yhtäältä oman puolison kanssa kahdenkesken, sekä julkisesti puolison ja muiden henkilöiden läsnäollessa. Tähän selityksenä oli, että moni kertoi vaikeuksistaan rukoilla ääneen. Äänen rukoileminen viittasi rukouksen ilmaisemiseen tavalla, jossa rukous lausuttiin ääneen puolison läsnäollessa joko kahdenkesken tai tilanteessa jossa parien lisäksi oli muitakin henkilöitä. Ääneen rukoilemisen vaikeus nousi esille kaikkien haastateltavien parien kesken. Usein ääneen rukoilemiseen liittyi epävarmuutta ja epätietoisuutta luottaa omaan itseensä, jolloin rukous tilanteessa koettiin nolostumisen tai häpeän tunteita; ei oltu varmoja siitä, miten tai millä tavoin tulisi rukoilla, mitä sanavalintoja on käytettävä, kuinka kauan rukoilemisen tulisi kestää ja missä ja miten rukoileminen tulisi tapahtua. Epätietoisuus ja epävarmuus kulkivat tässä käsi kädessä. Yksi pari ilmaisi, että koska heidän yhdessä rukoileminen ei ole riittävän syvää, heijastuu se samalla yhdeksi puutteeksi parisuhteessa.

5N: mää kaipaisin sitä (rukousta) kyl ihan eri, kuiteki viel semmoseks erilaiseks niinku syvemmäksi ja elävämmäksi. et se on mun mielest meillä aika iso puute kans täs meiän niinku parisuhteess täl hetkellä.

Eräs haastattelun pareista kuvasi ääneen rukoilemisen olleen vaikeata kumppanin tapaamisesta alkaen, joka kuitenkin on alkanut helpottamaan ajan myötä.

H: Onks muutoksia tapahtunu rukoilemisessa ootko huomannu ite?

2M: Oon siis aluks oli tosi tosi vaikeeta silloin ku me on tavattu ja sa ihan sama mikä tausta meillä on nii ääneen rukoileminen on ollu tosi vaikeeta että... ehkä siinä on vieläki töitä tai tuntuu et siinä on aina töitä et pitäis niinku muistaa ääneen sanoo ne samat asiat mut ei se niin vaikeeta oo. Mut on se helpottunu koko ajan et just näitten kaikki kotikirkot ja koska siellä oli tehtävä sitä ääneen muite kuullen ja näin että kyl se on niinku helpottunu ei se oo sillee että koittakaa mitä mä nyt sanon et se on musta se on niinku aika luonnollista.... mulle

2N: Ääneen rukoileminen sillee et toisia on paikalla sitäkö sä tarkotat?

2M: Nii tai vaikka oltas keskenään oltu silloin mut eihä se enää sillä tavalla kyllä me niinku pidetään lasten ja toistemme kuullen ja... lapset pyytää lapsille on opetettu oma iltarukous minkä ne nyt kyllä ne ei ne niinku meinaa mennä nukkuu jos ne et se pitää vaikei me niinku tuputeta tiekkö niinku.

2N: Nii mä tässä vähän mietiskelin että sitähan on aina rukoillu mutta just tää ääneen rukoileminen varsinkin on ainaki ollu hyvin vaikeeta mulle. Mä muista lapsenaki mä olin ihan sillee et no miten se pitää tehdä kun mä oon sellanen yksityiskohtiin [nauraa] jotenkin kiinnittävä henkilö nii mä en oo osannu sillee vaa tuottaa semmosta ajatusten juoksua ulos niin helposti vaa et siin ois ehkä pitäny olla joku kaava mulle valmiina sitte - -.

Syitä siihen, miksi rukoileminen yksityisesti tai julkisesti koettiin vaikeana viitattiin sanoilla, epävarmuus, itseluottamuksen puute, pelko, häpeä, ääneen lausuminen tai –puhuminen, ilmapiiri ja kokemukset lapsuudesta. Kaikki haastateltavat toivoivat, että rukoilisivat ääneen enemmän heidän parisuhteessaan,

mutta sen ottaminen osaksi parisuhteen arkea koettiin haastavana. Ääneen rukoilemisen vaikeutta selittäviksi alalajeiksi muodostuivat: ajanpuute ja elämäntilanteet, muistot lapsuudesta ja erimielisyydet.

Parien yhteistä aikaa rukoilla yhdessä rajoitti *ajanpuute ja elämäntilanteet*. Ajan järjestäminen parien väliselle yhteiselle rukoukselle koettiin laajasti haastateltavien keskuudessa isona haasteena. Pariskuntien hengellisyys heidän parisuhteessaan näytti riippuvan siitä, minkälaisena parit kuvasivat heidän yhteistä elämäntilannettaan. Haastateltavista yli puolet kertoi, että heidän suurin hengellisyyttä rajoittava tekijä on juuri ajan puute. Ajan ottaminen tai varaaminen hengellisille toiminnoille koettiin hankalana sekä henkilökohtaisesti että parien yhteisessä arjessa, koska aika tuntui kuluvan kaikkeen muuhun. Huolimatta siitä, että rukoileminen yhdessä puolison kanssa koettiin mielekkäänä sekä siihen oltiin halukkaita osallistumaan oman puolison kanssa, ei siihen aina löytynyt aikaa. Sopivan ajan löytäminen ja rukoilla hetki yhdessä puolison kanssa koettiin haasteellisena tehtävänä arjessa, mutta myös parien yhteistä aikaa rajoittavat elämäntilanteet koettiin rukoilemista rajoittavana tekijänä. Elämäntilanne saatettiin kokea niin kiireellisenä, että aikaa rukoilla oman puolison kanssa oli joko niukalti tai ei ollenkaan. Arjen kiireellisyys korostui erityisesti parien kohdalla, joilla oli pieniä lapsia. Kun lapset oli saatu nukkumaan, olivat puoliset myös valmiita itse nukkumaan, eikä rukoilemiselle puolison kanssa ollut enää tilaa tai jaksamista. Ajan riittämättömyyttä ilmaistiin sanoilla kiireinen, työntäyteinen, ruuhkavuodet, kodin pyörittäminen, lasten hoitaminen.

3M:Elämäntilanteetki varmaan vähän vaihdellu. Ihan semmoset käytännönasiatki että jossain kohtaa ni on silleen että on hyvin automaattisesti tulee joku aika illasta että lapset menee nukkumaan ja sitte on meillä joku aika sitte taas jossain elämänvaiheessa niin, me mentäs mielellään nukkumaan ennemmin ku lapset ja nii sitte se rauhallinen aika ei okka siinä kohassa missä se ennen oli ja et semmosetki vaikuttaa.

5N: - - mut me ollaan aika niinku väsyneitä yleensä siin vaiheessa ku rukoillaan nii se on niinku sellasta niinku tavallaan jotenki emmä tiitä.

5M: Nii, nii ja sit se on se on just se et se on tota, ku se hetki on sit yleensä sillon niinku et se on sit se hetki juuri ennen nukkumaan menoa.

5N: Nii, nimenomaan.

2N: Meiän arki on aika kiireistä ja aikatauluttamista nii kireetä, lapset pitää meiät aika pingotettuina ja

2M: ja meillä se oli niiku työ ja... se meni niinku tavallaan kaiken yli ja silloin se hengellisyyskin on hyvin vähissä et se on jossain siellä ja monesti niinku että ei sitä edes jaksata ajatella.

Koska oikeaa aikaa tai sopivaa hetkeä yhteiseen rukoukseen puolison kanssa ei löytynyt, esitettiin ongelman ratkaisuun spontaanista reaktiota asian edistämiseksi.

3M: Ei silleen että joskus tai katotaan aika tai joku vaan nimenomaan se että, tipautat rätin kädestä ja kymmenen sekuntia ja fine, thats it, se riittää mulle - -.

5M: Toinen voi sanoa et rukoiltasko lyhyesti.

5N: Just nii just, otettasko nyt sekunti tähän rukoukseen (nauraa).

5M: Niin tai ei mut, mut siis kumpi vaan voi sanoa että ”hei rukoiltaisko?”.

5N: Tää kuvastaa tätä meiän.

5M: Et rukoiltaisko tän asian puolesta.

5N: Nii, lyhyesti (nauraa)

6M: - - mun mielestä se on aina semmonen aito, spontaani tilanne jos on jotain asiaa Taivaan Isälle haluaa kiittää tai pyytää jotain.

Haastatteluissa korostui, että yhteisen ajan ottaminen vahvistaa rukousyhteyttä oman kumppanin kanssa, joka samalla koetaan yhteisesti tärkeänä osana parisuhdetta.

8M: No se on mun mielestä yks aspekti siihen että tota, kun tuntuu ja puhutaan siitä et aikaa on niin vähän yhteisesti niinku me, me pyritään siihen ja nykyään aika paljonkin on sitä et iltasin ollaan sitte yhdessä nii se on ainakin se hetki kun ollaan yhdessä jaetaan jotain yhteistä et kyllä se sitä [rukous] yhteyttä tuo niinku - - se [rukous] on aika paljon meiän yhteistä ja enemmän itse asiassa niinku jos aatellaan et on joku ”rukoushetki” nii se on meiän yhteinen ku oma

H: Miten te koette tän yhdessä rukoilun, mitä se antaa parisuhteeseen?

2M: Sellasta rauhaa

2N: yhteenkuuluvuuttaki et me tullaan koko perheenä tai kahestaan meiän perheen edustajina Jumalan eteen ja niinku sellasta yhteenkuuluvuutta aika vahvasti

Vaikka yhteistä aikaa löytyisi rukoukselle, tulisi rukoustilanteen tuntua aidolta, eikä pakonomaiselta hetkeltä.

6M: - - se tuntu jotenki epäaidolta ja epärehelliseltä itselle ei se, ei se enää oo aitoa hengellistä etsimistä jos se on semmosta pakonomasta suorittamista ja sit siit tuli ajankäytöllisiä ongelmia ja sit vähän kiistaa siitä mihin se yhteinen aika pitäis käyttää.

*Muistot lapsuudesta* koettiin ääneen rukoilemista vahvistavina tai heikentävinä tekijöinä. Haastateltavista pareista seitsemän kohdalla vaikeudet rukoilla ääneen liitettiin lapsuudesta johtuviksi ongelmiksi joko toisen tai molempien osapuolien kohdalla. Vaikeuksia rukoilla ääneen oman puolison kanssa selitettiin johtuvan lapsuudessa esiintyneen esikuvan tai mallin puutteesta, epämiellyttävästä tai pelottavasta kokemuksesta, tai siitä ettei ole varmuutta siitä, miten tulisi rukoilla.

3N: Mulle on jääny sellanen olo että pitää tietyllä tavalla rukoilla, niinku joteki et sii siihenki pitää opetella tai sillee että se ei vaan ikään kuin ole ihan niin hyvä jos mä vaan jotenkin ihan vaan

muutamalla sanalla. mutta sit se, sit nyt mä ajattelen niin että se on ihan yhtä hyvä tai joskus jopa parempi- -.

3N: - - mutta jotain siinä ehkä ne on just ne kaikki omat taakat mitä siihen rukoukseen liittyy nii, nii ne vaikuttaa itsessään että se ääneen rukoileminen on aika... se ei oo se helpoin asia

Epävarmuutta heijasteli myöhemmin aikuisena havaitut ja haitalliseksi nähdyt uskonnolliset normit. Näihin lukeutui erään haastateltavan syvälinen pohdinta liian lakihenkisestä uskonnollisuudesta lapsuudessa.

6N: No mul on ollu aika uskonnollinen koti - - meil oli aika, aika selkeen hengellinen koti että se oli ihan itsestään selvää että uskotaan Jeesukseen ja rukoillaan iltarukoukset ja luetaan Raamattua ja meil oli niinku sellanen perhehartaus joka ilta että isi luki Raamattua ja sitte kaikki vuorollaan luki ääneen iltarukouksensa ja sitte isä luki vielä, omin sanoin rukoili että ja must se oli hirveen kiva - - nytte aikuisena ja just tän kulttuurin yhteistyön, yhteentörmäyksessä jossain asioissa niin oon ruvennu miettiä et mitkä sitte ku se oli kuitenkin semmosta siihen aikaan aika lakihenkistä siinä mielessä että oli aika tiukat raja, mikä on uskovalle sopivaa ja mikä ei, nii niitä oon joutunu miettiä että, että onko joku asia kiellettyä sen takia että se on oikeesti Jumalan mielestä syntiä vai onko se kiellettyä vaan sen takia että se on meidän kulttuurissa ollu ei-sopivaa uskovaisille että, että tämmöstä, tämmösissä asioissa oon joutunu miettimään että mitä haluaa jättää pois siitä paketista - - ite hengellinen sisältö niin siitä mä oon tosi ilonen mitä oon saanu lapsuuden kodissa ja sitä samaa halunnu tuoda sitte meidänki perheeseen että

Tutkimusaineistosta nousseet viittaukset äänen rukoilemisen vaikeudesta vaikuttivat johtuvan myös alituisesta tunteesta rukoilla väärällä tavalla. Ensimmäisessä viitataan epävarmuuden johtuvan lapsuudessa koetuista taakoista, missä ääneen rukoileminen on näyttäytynyt epämääräisenä ja pelottavana huutona ja toinen epävarmuudesta rukoilla oikein, sekä epävarmasta olost rukoilla oman kumppanin lähellä.

3N: - - jotaki semmosia tapoja ja jotaki sellasia mitä on tullu omasta hengellisestä niinkun tai sieltä ympäristöstä missä on niinku kasvanu nii siellä on paljon sellastaki mitä ei halua, halua niinku säilyttää tai ei halua niinku omistaa itselleen... että jotenkin niinku mä haluan tehdä siitä jollain tavalla yksinkertaisempaa tai oon halunnu tehdä ku mitä ehkä, ehkä niinku siihen on liitetty niinku sellasta jotaki, paljon sellasta mitä mä en niinku ite halua että siihen niinku liitetään et se. Mä koen et se on, se on yksinkertasta juttelua Jumalalle eikä semmosta et siinä tarvii olla kauheesti kaikenlaista huutoa.

2N: Ylipäättään se semmonen et miten pitää rukoilla, mitä osaa sanoa nyt oikein ja, ja se et mitäs toi toinen nyt miettiiki siitä että mä sanon näin ja kaikki semmoset.

2M: Mulla ei oo mitään kulttuuritaustaa tavallaan tai semmosta taustaa siihen et ääneen rukoiltas mut mistään malliakaan että, et se on enemmän niinku pappi on muhuko rukoillu mitä on kun ollaan sillon penkissä istuttu sillon ku istuttii... on se vähän semmonen luonnoton ollu aluks, vaikee sen takia et ei oo ollu mallii... mallia siihen

Yhdessä rukoileminen nähtiin apuvälineenä ja Jumalan lahjana parisuhteen hyvinvoinnin kannalta niin kriisitilanteissa kuin kiitoksen ja ilon aiheissa. Seuraavassa kappaleessa pureudutaan lähemmin siihen, mikä merkitys rukoilemisella koettiin parisuhteen kriisitilanteissa.

### **3.4 Rukoileminen kriisitilanteissa**

Rukoileminen osoittautui aineistossa vahvana parisuhteen hyvinvointia ylläpitävänä tekijänä. Rukoilemisen tuoma merkitys parisuhteelle kasvoi ja oli voimakkaimmillaan parisuhdetta koettelevissa kriiseissä. Kriisi katsottiin tilanteeksi, jossa puoliset kokivat parisuhteessa hyvinvoinnin laskua tai kommunikaation katkosta oman puolison välillä. Parisuhdekriisin saattoi laukaista esimerkiksi riitatilanteet, loukatuksi tuleminen tai toisen huomioimatta jättäminen.

Rukoileminen kriisin aikana nähtiin ja koettiin eräänlaisena pelastusväylänä päästä irti tai selvittää parisuhteen yhteistä hyvinvointia ravistelevasta lyhyestä tai pidempään jatkuneesta elämänvaiheesta. Haastatelluista pariskunnista kaikki ilmaisivat kokeneensa jossain kohtaa jonkin asteisen parisuhdekriisin, jonka vaikutusta he kuvailivat yhdessäoloa ja parisuhdetta horjuttavana tekijänä. Eräs haastateltava kuvasi kokemaansa toivottomalta tuntuvaan parisuhdekriisiä seuraavasti.

7M: - - ja siinäki parisuhdekriisissä nii mä ainoastaan turvasin niinku Jumalaan että, että tavallaan niinku että huusin Jumalan puoleen että auta nyt että, että totaa, ei tästä niinku tuu mitään että, jos sä et tuu tähä ja vaikka näytti pitkään toivottomalta nii kuiteki sitte jotenki se apu sieltä tuli viimein että, että kokenu sen että kyllä se rukouksen voima on, on tosi voimakas että, vaikka ei niitä vastauksia heti saa nii on niinkun semmosta pitemmältä ajalta kokemusta että semmonen pitkäkestonen rukous niin se niinku palkitsee että Jumala kyllä kuulee ne rukoukset

Jumalan rooli parisuhdekriiseissä oli merkittävä, jonka avulla jaksettiin eteenpäin vaikeassa tilanteessa. Tarve rukoiluun vahvistui parisuhdekriiseissä. Parisuhteen kriisitilanteita kuvaaviksi muodoiksi nousi kolme eri tyyppistä rukoilemisen muotoa. Rukoileminen oli joko parien yhteistä toimintaa, erillistä tai parien puolesta rukoiltiin.

Parien yhteinen rukoileminen viittasi toimintaan tilanteessa, jossa parit rukoilivat yhdessä kriisin aikana. Oman kumppanin ja hänen huoliensa ja tunteiden kuuleminen parisuhteessa avasi riidan purkamista ja teki tilaa toisen ymmärtämiselle ja sovinnolle. Auttavana seikkana riidasta selviämisen suhteen koettiin, että Jumala on myös mukana keskustelussa.

8M: - - kyllähän se toinenki sen sitte kuulee ja itekki tulee kuulluksi ja ainaki sitten niinku Jumala, Jumalan kanssa että, et jotenki se kuulluksi tuleminen on salatulla tavalla siin sit tullu niinku läsnäolevaks.

Parisuhteessa koettujen riitojen tuominen Jumalan eteen helpotti oloa.

H: Oliko teillä kokemusta tästä rukouksesta tän kriisitilanteen aikana?

9M: Et siis se Jumalan armahtaminen oli se kaikkein suurin no sitte se oli valtava tahdon työskentely eli siis sitoutuminen, se liitto kanto itse mutta tajus että on sitouduttava ja on pitkäkestoiseen työhön sitouduttava, oli hyväksyttävä myöski epäonnistuminen eli nää

retkahdukset ja kaikki tämä ja puolisolta tuleva armo.. mutta sitten ei sillon me ei rukoiltu yhdessä mutta meillä oli joitaki sellasia kokemuksia että ku meillä oli ollu oikein vaikea riita niin me todellakin [itkuinen] pudottiin polville lattialle ja yhdessä rukoillen niinku vietiin se koko se saasta niinku vaan ristille todettiin että, et et, me ei nyt tätä soppaa edes enää selvitellä että tää ei selvittämisellä enää parane ja se oli hirveän terapeutista ja niinku tärkeää

Harva pareista pystyi kommunikoimaan yhdessä oman puolisonsa kanssa kriisitilanteessa, koska kriisitilanne itsessään aiheutti mielipahaa toista kohtaan, loukatuksi tulemisen tunteen tai reaktiota pitää mykkäkoulua omaa kumppania kohtaan. Eräs pareista kuvasi heidän yhdessä rukoilemista kriisitilanteessa seuraavalla tavalla.

M8: - - mut et se miten se hengellisyys näis näkyy niin on just se että kuitenkin sitte siinä ku molemmat on niinku tahoillaan loukkaantunu tai kiukkusia niin sit kuitenkin pystytty

N8: meille se rukous niinku mikä ois” rukousyhteys, nii se on ollu se avain monella tapaa

M8: se et yhdessä tullaan siihen niinku

H: Millä tavalla sitä on sitte käsitelty

N8: Nii, meille se on

M8: Sit mä oon niinku voinu, voitu sit kuiteki siin rukouksessa. vaikka sä joskus puhut mun päälle nii varsinki semmoses tilanteessa ku ollaan niinku herkillään ja niinku loukkaantuneita nii sit kuitenkin on semmonen sääntö et kun mä puhun Jumalalle nii mä puhun Jumalalle ja mä saatan sit sanoo sen mikä mua jurppii nii kyllähän se toinenki sen sitte kuulee ja itekki tulee kuulluksi ja ainaki sitten niinku Jumala, Jumalan kanssa että, et jotenki se kuulluksi tuleminen on salatulla tavalla siin sit tullu niinku läsnäolevaks.. sit rukoiltu sen et nyt me ei niinku nyt me on tunnustettu ja sit nyt me ei vaan niinku päästä täst eteenpäin, ainaki tuntuu siltä ja sit kuiteki päästää nii onhan se mahtavaa, rohkasevaa

N8: Kyllä

Erillään rukoileminen oli tilanne, jossa parit rukoilivat parisuhteen kriisin puolesta itsenäisesti. Yksi haastateltavista miehistä kertoi hakeutuvansa rukoilemaan itsekseen, jotta pääsisi irti kommunikaation aiheuttamasta harmituksesta.

M6: - - jos mua joku asia harmittaa, joku meiän kommunikaatiossa tai jossain - - sen sijaan et mä harmistun siitä tai ku mä koen sitä harmitusta niin sen sijaan et mä ilmasen sen harmituksen niin meen jonnekin, istukseen ittekseni ja sitten rukoilen et jos vaikka tästä harmin tunteesta pääsisi ylitse - - tämmönen konsti käsitellä asiat.

Rukoileminen saatettiin nähdä kriiseissä hengellisenä aseena, jonka avulla oma mielenterveys ja toimintakyky oli mahdollista säilyttää vaikeassakin tilanteessa.

7N: Ja mä lisäisin tähän vielä karun kommentin että rukous ja ylistys on myös ase

7M: Niinku hengellinen ase?

7N: Nii, hengellinen ase et tota..

H: Haluutko viel tarkentaa jotenki?

7N: - - mä uskon et sillä oli merkitystä jotenki oman jaksamisen sen et ei masentunu että ei ajautunu epätoivoon et jotenki niinku kuvaannollisesti tajus että totaa sit ku äitinä syytti itteesä nii siin oli jotain semmosii juttuja niin tota, niin tajus vaan et semmoset itsesyytöksen pirulaiset nii vaan niinku se rukous leikkas niiltä päät irti että, et se toi niinku Pyhän Hengen vapauden ja sit viimein paranemisen että ja sama tietysti pätee mihin vaan tilanteeseen missä on, on kovilla niin jotenki se, kun Pyhä Henki saa vallan ja tota nii, tulee sillon nii kaikki tämmönen epätoivo, anteeksiantamattomuus, katkeruus, mitkä on usein esimerkiksi avioliitos, avioliittoleireillä niitä

teemoja mitkä yrittää sieltä jyllätä nii jotuu väistymään, ja siihen ehkä liittyy ne ihmeet myöskin että yht' äkkiä, me pystymme keskustelemaan tästä aiheesta, mistä yleensä ei ikinä pystytä

Parit, jotka olivat kokeneet rajusti tulehtuneen parisuhdekriisin, ilmaisivat, että ulkopuolisten rukoilulla on ollut suuri merkitys heidän kriisistä selviytymisen suhteen. Tieto siitä, että muut ihmiset rukoilevat parisuhteen puolesta antoi pareille toivoa paremmasta ja voimaa arjessa. Esimerkkinä yhden parin kriisitilanne, jossa parisuhde olisi saattanut päätyä jopa avioeroon. Tilanteissa, jossa toiset ihmiset rukoilivat parien puolesta, koettiin suurena apuna, vaikkakin molemmat osapuolet rukoilivat erikseen tilanteesta selviämisen puolesta.

H: Rukoilitko tämän asian puolesta että te pysyisitte yhdessä?

7N: Joo, tai siis en sillä mielessä että, et Herra auta et me pysyttäis yhdessä, koska niinkun, en niinkun mitenkään hirveesti koska se [avioero] ihan aidosti ei ollu vaihtoehto silloin , et mä en niinku, siis mä en voinut niinku kuvitella eroavani siis emmä osaa sitä sen paremmin sanoa. Nii emmä mitenkään valtavasti, et enemmän mä rukoilin sitä et ”Herra auta mua kestämään” ihan niinku hetkittäin, päivittäin

7M: Mä siinä sitten tavallaan niinku -

7N: [puolison nimi] murtui

7M: Nii että tavallaan sitte tavallaan niinku tajusin et emmä voi pitää [puolison nimi] itsestäänselvyytenä että, et kyl mun pitää ruveta niinku hänen tarpeistaan huolehtimaan ja tota ja sitte oikeesti niinku, ku oli siinä tilanteessa et voi muuta enää ku niinku et Jumala voi tän pelastaa tän meidän avioliiton

7N: mä en kertonu sitä [puolison nimi] etten mä ehkä iha viimeistä askelta sit kuiteka voinu ottaa.

Että hirveesti mä halusin mutta emmä sitte kuitenkaa voinu ja sitä mä en tahallaan kyllä kertonu koska sitte mä myös ihan oikeasti siinä kohtaa mää todella niinku huusin Jumalan puoleen et anna Herra tää olla nyt se joka niinku todella muuttaa tän meidän parisuhteen että kun näin hirveitä asioita pitää tapahtuu meidän elämässä nii et siit tulis jotaki hyvää sitte edes, et sais niinku, ku ei hyvällä menny tää parisuhde kuntoon nii menis sit nyt ees tällä pahalla

7M: Nii mulle se oli sit semmonen silmiä avaava et tavallaan että et emmä voi niinku pitää tosiaan [puolison nimi] itsestään selvänä ja olettaa et hän pysyy täs loppuun asti jos mä laiminlyön hänen tarpeitaan ja tota niin niin, sit turvasin Jumalaan ja ja Jumala anto sitä - -.

7M: Mä huusin Jumalan puoleen päivittäin ja tavallaan niinku mä aattelin että mä en nyt luovuta että mä teen nyt kaikkeni minkä mä voin pelastaaksen tän liiton ja tota nii nii, rukoilin kovasti ja.. ei mulla semmosta täyttä varmuutta ollu että tai hirveen paljon kamppailin sisimmässäni että, että tota nii nii, että käykö tässä nyt lopulta hyvin vai päättykö tää eroon ja mutta että kyl, emmä niinku siitä rukouksesta luovuttanu ollenkaan et mä niinku sinnikkäästi rukoilin ja huusin Jumalan puoleen

7N: [puolison nim] öö [perhetuttavien nimet] niin he ties tän meidän tilanteen, mä kerroin tai me kerrottiin ja he rukoili todella sitoutuneesti meidän puolesta - - et kyllä oon niinku ihan varma että nää ihmiset rukoili todella palavasti meidän puolesta ja sitte monet ties sen että on niinku oikeesti tosi vaikeeta

Rukoilemista ei kuitenkaan pidetty automaationa, joka ratkaisee ongelmat ilman että itse tekee mitään. Yksi pariskunta tunnusti jossain vaiheessa parisuhdekriisiä luottaneensa liikaa siihen, että rukoileminen itsessään ratkaisisi kaikki ongelmat eikä muuta tarvita ja se toinen osapuolikin muuttuisi samalla.

4M: - -kyl mä täytyy tunnustaa että mä myös luotin siihen aika paljon että nyt ku me rukoillaan nii nyt alkaa tapahtuu itestään et mä en tehny ite mitään ja sit mä tajusin et mun iteki pitää tehdä jotain, vähä ollu liikaa kyllä sellasta luottamista

4N: Nii ja seki oli jännä ku aluks odotti luennoilla vaan että nyt ne kertoo tolle miehelle kuin se on tehny väärin ja mite sen pitäs oikeesti tehdä ja sit alko huomata et sielt tulee itelle asiaa yhtä paljon että, että pitäs tehdä toisin

Toinen pariskunta taas korosti anteeksi antamisen , -pyytämisen ja oman vastuunkannon tärkeyttä parisuhteessa ja niiden riitatilanteissa.

M1: No kyl se niinku ei me niinku Jumalaa minään niinku sellasena -

N1: taika-automaattina pidetä -

M1: niinku mustapekka-korttina käytetä meiän jutuissa et kyllä ne tämmäset asiat hoidetaan tavallaan sillä että jos toinen on loukannu toista niin silloin selvittää ja pyydetään anteeksi ja niin edespäin -

M1: jos se riita on meiän välissä niin se olis vähän teennäistä pyytää siihen että Herra tulis ja selvittäis sen

M1: Tai jos se on oma kasvupaikka nii tietysti sellaiseen ihan samalalaille me voidaa Jumalan puoleen huokasta missä asia tahansa ni voidaan huokasta et ”auta” jossakin asiassa -

N1: kyllä

M1: niin semmosessa toki mutta tosiaan ristiriitatilanne kannattaa ratkaista jollakin muulla tavalla ku sillä että Jumala heittää kiven päähän jos nyt heti tottele mua tässä asiassa

Oleellisena seikkana rukoilemisen ja parisuhdekriisin välisessä yhteydessä nähtiin, että se on parien ja Jumalan välillä vaikuttavaa hengellisyyttä, josta saa voimaa jaksamiseen vaikeassa tilanteessa. Rukoilemisen välityksellä parit luottivat Jumalan johdatukseen siinä, että asia kääntyy vielä parhain päin ja parisuhdetta koettelevasta tilanteesta selvittää. Kriisitilanteesta selviämistä vahvistivat ajatukset avioliiton pyhydestä.

5N: Täs ollaan niinku minä, [puolison nimi] ja Jumala, tää on niinku kolmisäikeinen lanka

5N: et se ei oo vaan jotain, jotain mistä lähetään silloin kun tuntuu että nyt ei oo enää kivaa, vaan et jotenki, et siel on niinku pyhä asia nii sen vois oikeestaan [puolison nimi] tai siis mä niinkun tai siis se on se että avioliitto on pyhä ja siihen se on todella niinku kolmen, kolmen se on tavallaan kolmen liitto, se on meiän ja Jumalan välinen liitto et se ei oo niinku et se, se on niinku siinä on ehkä se mitä mä tarkotin sil et Jumala, et se on se

5N: mä en tiedä mis me oltas jos meil ei olis sitä, siis nää on, me ollaan niin vaikeit asioit käyty läpi et me ei oltas selvitty ilman Jumalaa et se on niinku sellanen, sellanen tota

H: Ollu nii iso apu?

5M: Kyllä

5N: Kyllä siis todellaki

H: Siinä sitte nimenomaan hädän keskellä

5N: Nii nimenomaan

Yksi haastetelvista tiivistä Jumalan läsnäolon parisuhteessa ja koetuissa kriisitilanteissa seuraavasti.

9M: Ja sitte se, edelleen vois palata siihen että, et se on se yks pohjavirta ja vahva vaijeri meidän välillä joka ei niinku millään tavalla natisse tai pauku silloin ku meille tulee konflikti ja me saatetaan niinku hetkellisesti vaipua jos ei nyt epätoivoon niin kuiteki hyvin hankaliin fiiliksiin nii nii se, se on siinä.. turvallisesti, me tiedämme sen, Jumala ei koskaan hylkää



### 3.5 Hengellinen yhteisö

Hengellinen yhteisö muodostui hengellisten toimintamuotojen luokaksi, joka ilmaisi pariskuntien kodin ulkopuolella kokemaa hengellisyyttä. Vastauksissa nousi esille tilanteet, joissa pariskunnat osallistuivat aktiivisesti parisuhdetapahtumiin, jossa parisuhdetta ja avioliittoa käsiteltiin kristilliseen arvopohjaan perustuen. Parisuhdetapahtumat olivat järjestön tai kirkon järjestämiä parisuhteessa eläville pareille tarkoitettuja kokoontumisia, kestoiltaan päivän, viikonlopun tai viikon kestäneitä yhteisöllisiä kokoontumisia. Pariskunnat hakivat vuorovaikutusta ja tukea heidän parisuhteeseen tapahtumista, joiden sisältö oli hengellinen. Hengellisessä yhteisössä korostui yhteenkuuluvuus.

Yhteinen kristillinen arvomaailma, usko Jumalaan ja vertaistuen merkitys yhteistyössä hengellisten työvälineiden kanssa näkyi parisuhdetapahtumille hengellisyyttä tuottavina tekijöinä. Parit kokivat avioliittotapahtumissa kristillisen maailmankuvan sisällön tärkeäksi ja parisuhdetta tukevana, sekä sitä turvaavana tekijänä. Kaikki parit kokivat hengellisyyden vaikutuksen parisuhdetta lähentävänä ja voimaannuttavana. Hengelliseen yhteisöön osallistuminen nähtiin keinona ylläpitää hengellisiä toimintamuotoja ja huolehtia oman parisuhteen hengellisestä annista. Yksi haastateltavista ilmaisi, että hengellisyys näyttäytyy heidän parisuhteessaan juuri heidän vetämiensä avioliittotapahtumien kautta.

1N: Siis käytännössä me vedetään avioliittotapahtumia erilaisissa konteksteissa niinku tosi paljon et se on tällä hetkellä se meidän hengellisyyden muotomme... tai hengellinen ja maallinen muoto myös koska yhtälailla käytännössähän tämä sama opetus voidaan täysin leikata irti hengellisyys ja opettaa vain se osio ja me teen sitä tosi paljon mut sitte voidaan hengellisyys liittää mukaan ja myös sitä että se on se tän hetkinen juttu

H: Ja se hengellisyys on sitä että tuodaan Jumala

1N: tähän juttuun mukaan nii.

Osa pariskunnista koki, että heidän parisuhteessaan kokemansa merkityksellisimmät hengelliset kokemukset ovat peräisin avioliittotapahtumista. Myös vertaistuen merkitys yhdessä hengellisten työkalujen kanssa koettiin tärkeäksi syyksi osallistua avioliittotapahtumiin.

4N: Se [avioliittotyö] on kauheen hienoa mun mielestä tehdä sitä.. se on yhteistä tekemistä ja sitte siinä näkee mitä se Jumalan toiminnan, ja aitiopaikalla on sen muutoksen ihmisissä ja pystyy jakamaan ja mä koen että senki takia on koeteltu myös parisuhteessa että niitä pystyy kääntämään sitte voimavaraks ja siunaukseks ja jakaan eteenpäin että pystyy samaistumaan ihmisiin joilla on monenlaisia ongelmia.

4M: Joo ja sitku tuodaan, tuodaan näkyviin ne ongelmat et voidaan silleen neutraalilla tavalla niitä ei tartte tuoda edes ihmisten eteen vaan Jumalan eteen ja sit Jumalalt pyydetään apua niin, kyl mä ainaki koin että sit alkaa tapahtuu ja (hymähtää) kyl mä täytyy tunnustaa että mä myös luotin siihen aika paljon että nyt ku me rukoillaan nii nyt alkaa tapahtuu itestään et mä en tehny ite mitään (nauraa) ja sit mä tajusin et mun iteki pitää tehdä jotain.. vähä ollu liikaa kyllä sellasta luottamista

5N244: No varmasti noilla avioliittoleireillä

5M: Niin, kyllä se on

5N: Just nimenomaan, sitä me ollaan koettu niin syviä et todella ison, miten nyt vois sanoo, todella syvälle meneviä hengellisiä kokemuksia, yhteisiä

5M: Kyllä

5M: Kyllä ja niinku et ihan, et.. niinkun.. illan, ilta tavallaan et niinku rukouskokouksissa tai mitä nyt onkaan niinku

5N: Nii, siin vois sanoo et se on oikeestaan se koko niinku leiri on yks semmonen iso hengellinen kokemus tavallaan

5M: Nii, kyllä

5N: Joka tulee yhteiseks jollaki tavalla ja menee tosi syvälle siis

3M: - - mä koen ainakin että näistä aviopari-jutuissa nii jotenki sillon alussa nii mä sanoisin että ne oli... ehkä koskettavimpia ja vahvimpia hengellisiä kokemuksia silleen se yhteys ja se semmonen öö hyväksyvä ilmapiiri ja se hengellisyys integroituna siihen

Osa pareista ilmaisi etsivänsä parhaillaan hengellistä yhteisöä johon kuulua ja jossa pystyisi järjestää yhteistoimintaa. Pariskunnat luottivat Jumalan johdatukseen asiassa, eli että he löytävät vielä kaipaamansa hengellisen yhteisön johon kuulua.

5N: me ollaan semmosessa tilanteessa täl hetkel et me niinku rukoillaan sitä et Jumala johdattas meille, meidät jotenki tässä meidän - - mitä tulee niinku seurakuntayhteyteen nii meil ei täl hetkel oo sellasta niinku vakituista ja se on meillä sellanen asia et me ollaan aateltu et me ei oteta siitä mitään stressiä vaan et me ollaan niinku avoimii sille että Jumala johdattaa meidät siin asiassa.

6M: etsitään vähän semmosta omaa hengellistä kotia

et ois kotiseurakunta jos ois oikeesti samanlaista aktiivista porukkaa, voitais niinku tuntee ne ihmiset ja yhdessä tehdä ja järjestää jotain

Hengellinen yhteisö toimi kontekstina, joka loi pareille yhteyden kuulua johonkin heille tärkeään ja vahvistaa heidän hengellisyyttään. Hengelliseen yhteisö tarjoaa myös vertaistukea avioliiton ja parisuhteen ylläpitämiseen. Esko (1997) toteaa, että avioliitto ja perhe kuuluvat ihmiselämän tärkeimpiin instituutioihin. Ihminen kokee tärkeäksi kuulua osaksi jotain pysyvää. Avioliitto edustaa pysyvyydellään kahden ihmisen solmimaa ihmissuhdetta.<sup>57</sup>

---

<sup>57</sup> Esko, 1997, 222.

### 3.6 Raamattu parisuhteessa

Raamattu nähtiin omana hengellisenä toimintamuotona. Sitä luettiin, sekä se toimi ohjenuorana avioliitolle ja toisen kunnioittamiselle. Se ohjasi mm. sitä, miten omaa puolisoa tulee kohdella, rakastaa ja kunnioittaa. Raamattu nähtiin pyhänä kirjana, josta sai viisautta ja elämänohjeita ehjän parisuhteen ylläpitämiseksi.

2M: Onhan siellä suoraan kerrottu se millä tavalla vaimoo tulis rakastaa ja millä vaimon tulis rakastaa miestäni nii kyl ne on puhuttelevia paikkoja

3N: Mä aattelen ainaki silleen että sieltä ainakin nousee mun mielestä tärkeeks just ne että vaikka mitä, että miten mies rakastaa vaimoan, miten vaimo rakastaa miestä et ne on niinku siellä pohjalla olevat ne semmoset niinku mitä Raamattu opettaa.

3M: Erilaisuus myös

3M: miehen naisen erilaisuus on ainaki yks juttu- - sä oot naisena heikompi astia - -

3M: että jos mä ajattelen sua heikompana astiana emmä... mitään aattele et sä jotenki huonompi.

4M: Mä nään sen niinku ohjekirjana avioliitolle ja parisuhteelle myös ja kaikille ihmisten väliselle kanssakäymiselle

Eräs haastateltava kuvaili, että Raamattu antaa ravintoa itselle sekä parisuhteelle ja sitä kautta yhdessä jakamisen tunnetta oman puolison kanssa.

6N: mä koen että sitä kautta mä saan tukea mun hengelliseen elämään koska on, kuitenkin jos lukee Raamattua nii siit saa erilailla irti jos sitä niinku ensinnäki sitä tulee luettua jos toinenki on lukemassa ja sit sitä voi yhdessä jakaa eli se ravitsee mua hengellisesti ja sit toisaalta mä koen et se yhdessä lukeminen ravitsee mun parisuhdetta niin mä koen et mul on jotain yhteistä mieheni kanssa mitä mä saan jakaa eli niinku tavallaan sekä hengellisellä sektorilla että parisuhdesektorilla mä koen saavani siitä paljon

Osalle pareista oli luontevaa lukea Raamattua yhdessä. Raamatun lukemista yhdessä puolison kanssa kuvailtiin yhdessä ihmettelyksi tai tutkiskeluksi. Sen äärellä saatettiin pohtia esimerkiksi jotain tiettyä Raamatun lukua ja sen merkitystä yhdessä.

H: Mites sitte tästä tuli että te illalla saatatte lukea Raamattua yhdessä

9M: Se on vähän samassa roolissa kun me saatetaan joskus lukea romaani sillä tavalla että vuorotellen kumpiki lukee jonku luvun että, et ei, ei se oo semmosta - - se oli enemmän niinku olla sanan valossa ja hoidossa ehkä kuin tutkiskella sitä

Raamatun lukeminen merkitsi myös sitä, että sen kautta haastateltavat kokivat pitävänsä yhteyttä Jumalaan. Yleinen tapa oli lukea Raamattua hiljaa mielessä, mutta osalle oli luontevaa Raamatun ääneen lukeminen tai psalmien

laulamisen. Yksi haastateltava kuvasi Raamatun ääneen lukemista ja sen merkitystä seuraavalla tavalla.

8M: - - eniten mä oon viime aikoina lukenu evankeliumeita silleen ääneen, yks tyyppi joskus sano että hänelle se oli iso tämmönen parantumisen keino tai juttu, ja mä oon kokenu et se on hirveen hyvä, hyvä juttu et mä luen niinkun aiva evankeliumeita koska se on Jeesuksen puhetta ja sitte kun mä luen sen, sitte mä niinkun puhun sen ja sit mä viel kuulen sen nii se tulee tavallaan niin monen aistin kautta mulle sisään, sisäistettynä että mä uskon että jum se on niinkun elävä Sana joka toimii ja parantaa ja vaikuttaa meihin - -.

8N: kirjoista Psalmit, mä laulan psalmeja niin ne on ehkä semmoset, ehkä läheisimmät mut sitte tot, mä oon hirveen huono muistaan ulkoota mul ei oo nyt tässä mukana, mutta tota, mut ainakin on se joku efesolaiskirjeen mikä kohta se on että ”minä annan rajoillenne rauhan..”

2N: Janoan jotakin ehkä vastausta johonkin elämäntilanteeseen tai asiaan tai tai sitte tota ihan vaan tota et haluaa pitää sitäki kautta yhteyttä Jumalaan mut yleensä se on se että et haluaa saada sieltä tavallaan jonkun asian taas mitä pohtia tai miettiä tai saada niinku jopa vastauksen johonkin asiaan

Yhdessä Raamatun lukemisen kanssa näkyi yhteys rukoilemisen välillä.

Parit, jotka yhdistivät Raamatun ja rukoilemisen kesken oli tyyppillistä vapaaehtoisten Raamattupiirien tai rukousiltojen pitäminen.

2M: Meil oli semmonen ryhmä

H: Raamattupiiri?

N: Joo

2M: - - lähinnä sen takia et pitää jotain Raamattukouluu tai Sapatinsanaa mikä se on se Raamatun tutkiskelu meillä yleensä

2M: Mulle jotenki se Raamatun - - mulla siihen liittyy yleensä se että siihen mennään aina rukoilemaan, rukoilemalla et oli se teksti tai kohta mitä tahansa ku lukee tai käsittelee, miettii tai lukee lukeakseen et siin se olis et siit tulis jotaki et mikä on se tarkoitus.

Et eka tavallaan virittäytyy siihen et minkä takia tätä nyt luetaan vai luetaanko vaan lukemisen takia et se... kyllähän ne linkittyy ja sitä kautta ku sitä luetaan jotain niin sitä kautta voi sitte kiitos jos se niiku avas jotaki tai näin - - niiku pyydetään että ”tuu Herra tähän hetkeen, anna Pyhä Henki et me ymmärrettäs jotakin ja kullekin omalla tavalla ja sit me tutkitaan sitä ja sit sen jälkeen vielä loppuun loppu yhteenveto rukouksella että kyl se jotenki sillee menee käsikädessä sitä mä yritän kai sanoo.

2N: Kyllä senku jotaki varsinki ku tämmösiä ahaa-elämyksiä sieltä löytää nii kyllähän se heti linkittyy sitte rukoukseen että sitte joko kiittää tai puhuu sen asian Jumalalle et ai tää on näin, nyt mä tajusin jotakin

Raamattu antoi myös perusteet avioliiton solmimiselle ja liiton olemassaololle. Haastatteluissa painottui liiton merkitys ihmisen, puolison ja Jumalan välillä, sekä oman perheen perustaminen, jota symboloi irtautuminen vanhemmista.

4M: Jos mä alotan tällä kertaa nii yks ihan konkreettinen oli avioliiton raamatulliset perusteet - -.

4M: Raamatussa jo määritellään se miten meidän pitäis elää et miks me ei sit oikeesti oteta niitä oppeja käyttöön arjessa.

4M: asia mistä me ollaan viime aikoinaki keskusteltu niin irtautuminen omista vanhemmista ja liittyminen yheks lihaks

Tutkimustulosten valossa haasteltavien näkemykset kokea parisuhteen ja avioliiton merkitys hengellisenä heijastelevat aihetta käsitteleviä tutkimuksia. Mahoneyn (2009) johtamassa tutkimuksessa selvisi, että vihkimiseen liitetyt käsitteet kuten ”pyhä avioliitto”, ”pyhitetty liitto” sekä ilmaisu kokoontumisesta ”Jumalan kasvojen eteen” heijastelevat parisuhteessa empiirisiä näkemyksiä avioliiton hengellisyydestä. Hengellisyys tarjoaa elämänhallintaa kriisitilanteissa. Krumrei et al. (2009) näkivät mahdollisena, että hengellisyys tarjoaa avun selvittää avioliittoa ravistelevasta avioerosta.

## 4. Johtopäätökset

### **4.1 Hengellisyys ja sen toimintamuodot ovat voimavara parisuhteessa**

Tämän tutkimuksen tehtävänä oli tutkia hengellisiä toimintamuotoja parisuhteessa. Tutkimusaineistosta nousi esille haastateltavien kokemuksiin perustuvia näkökulmia, jotka mahdollistivat parisuhteessa esiintyvien hengellisten toimintamuotojen tarkastelun. Tutkimustulosten perusteella on mahdollista, että hengellisyys voi vaikuttaa pariskuntien elämässä ja parisuhteessa yleisesti, joka ilmenee hengellisen toimintamuotojen kautta.

Tutkimuksessa havaittiin, että parit saivat hengellisyydestä tukea ja voimaa niin henkilökohtaiseen uskonelämään, kuin myös parisuhteeseen. Hengellisyys näkyi päivittäin heidän arkea läpileikkaavana toimijana, jonka funktio oli ylläpitää psyykkistä, fyysistä ja henkistä hyvinvointia. Hengellisyys antoi pariskunnille tilaa hiljentyä, kokea ja jakaa ilon ja surun hetkiä yhdessä. Hengellisyydellä oli kyky tuoda puoliset yhteen ristiriitatilanteiden ja kriisien jälkeen. Pariskunnat ammensivat voimaa heidän parisuhteeseensa hengellisyydestä, jossa kaiken keskellä, suhteen *kolmisäikeisenä lankana* oli Jumala avioliiton ja rakkauden ylläpitäjänä.

Haastateltavat kokivat, että Jumala on heidän parisuhteen kantava voima, joka ohjaa ja johdattaa heitä eteenpäin elämässä. Tukea tälle antoivat ajatukset Jumalan kaikkivoipaisuudesta ja kyvystä vaikuttaa parisuhteen laatuun. Kaikkivoipaisuus näkyi erityisesti parisuhteen välisessä hengellisessä dynamiikassa; Jumala koettiin vahvasti yhtenä osana parisuhdetta, joka kuuluu heidän tiimiin ja ajattelee heidän parasta. Ajatukset parisuhdetta kannattelevasta Jumalasta koettiin erityisesti avioliiton merkityksellisyyden kautta. Avioliiton kautta Jumala on antanut lupauksen siitä, että suojelee ja varjelee parisuhteen molempia osapuolia ja heidän yhteistä arkea hyvässä ja pahassa. Raamatusta nousseet elämänohjeet sekä oman puolison kunnioittaminen ja rakastaminen kiteytyivät avioliittoteologian kautta, joka nähtiin Jumalan hyvänä tahtona ja kutsumuksena ihmiselle. Jumala nähtiin parisuhteessa kaikkivoipana, ihmisen käsitysrajojen ulkopuolelle ulottuvana tekijänä, joka vaikuttaa parisuhteessa, arjessa ja toimii aina parisuhteen yhteisen edun hyväksi.

Tutkimuksen tutkimustehtävänä oli tutkia ja havaita minkälaisia hengellisiä toimintamuotoja parisuhteessa esiintyy. Tutkimustehtävän tavoittamiselle huomionarvoista oli etsiä konteksti, joka lähtökohtaisesti sisältää kristillisen arvomaailman, hengellisyyden ja uskonnollisten perinteiden aineksia. Tämä konteksti oli Parempi avioliitto ry ja heidän toiminnan kautta tavoitetut haastateltavat pariskunnat, jotka kertoivat avoimesti ja häpeilemättä parisuhteessa koetusta hengellisyydestä ja siihen liittyvästä toiminnasta.

Tutkimuskysymyksiä oli kaksi. Yhtenä kysymyksenä oli selvittää, millaisia hengellisiä toimintamuotoja parisuhteessa esiintyy? Ja toiseksi, miten hengelliset toimintamuodot koetaan ja miten hengelliset toimintamuodot vaikuttavat parisuhteessa? Tutkimuksessa havaittiin kolme parisuhteessa esiintyvää hengellistä toimintamuotoa; rukoileminen, hengellinen yhteisö ja Raamattu. Tutkimustulosten valossa, tutkimusaineiston vaikuttavimmaksi hengelliseksi toimintamuodoksi näistä kolmesta osoittautui rukoileminen. Vaikuttavimmalla viittaan siihen, että rukoileminen näkyi eniten aineistossa ja sitä käytettiin muiden hengellisten toimintojen yhteydessä. Rukoileminen esiintyi tutkimusaineistossa haastateltavien kesken useammin kuin muut hengelliset toimintamuodot. Rukoileminen myös vaikutti parisuhteessa muita hengellisiä toimintamuotoja enemmän ja koettiin parisuhteen kannalta voimakkaimmin hyvinvointia lisäävänä tekijänä kuin toiset. Rukoilemisen keskeisyyttä vastauksissa selittänee mahdollisesti kasvatus- painotteiset tekijät kuten lapsuuden kodista omaan perheeseen omaksutut ilta- ja ruokarukoukset. Merkittävää tutkimustulosten kannalta oli, että rukoileminen näyttäytyi päällekkäisenä toimintamuotona muiden hengellisten toimintamuotojen yhteydessä ja toimi näin rinnakkain ja yhdessä muiden hengellisten toimintamuotojen kanssa. Rukoilemiseen liitetyt neljä rukoustyyppiä olivat suojeleva rukous, hätärukous, siunaaminen ja muu rukous.

Rukoileminen yhdessä oman puolison kanssa koettiin haastavana, mutta siihen oltiin valmiita osallistumaan sen vaikeudesta huolimatta. Erityisesti ääneen rukoileminen oman puolison ollessa läsnä ja kuunnellessa koettiin vaikeaksi, johtuen epävarmuudesta ja itseluottamuksen puutteesta. Muita syitä olivat ajanpuute ja elämäntilanteet, muistot lapsuudesta ja erimielisyydet. Ääneen rukoilemisen vaikeuksista huolimatta rukoileminen oman kumppanin kanssa vahvisti puolisoitten välistä kommunikaatiota, emotionaalista yhteyttä, vahvisti molempien henkilökohtaista uskonelämää ja toimi apukeinona parisuhteen kriisitilanteissa. Arjen keskellä koettu yhdessä rukoileminen vahvisti kumppanien

välistä yhteyttä, molempien henkilökohtaista uskonelämää ja toimi apukeinona parisuhteen kriisitilanteissa.

Rukoileminen parisuhteen kriisitilanteissa näkyi kolmella tapaa. Ensinnäkin, rukoileminen saattoi tapahtua omatoimisena rukoilemisena yksin, ilman että toinen puolisoista on läsnä rukoustilanteessa. Toiseksi, rukoileminen kriisitilanteissa koettiin parisuhteessa yhteiseksi asiaksi, jolloin parit rukoilivat parisuhteessa vallitsevan kriisin puolesta yhdessä. Kolmantena, rukoileminen parisuhteen kriisitilanteissa koettiin myös parisuhteen ulkopuolelta tulevana apuna, jolloin ulkopuoliset henkilöt rukoilivat parien parisuhdekriisin puolesta.

Rukoileminen oman puolison kanssa lisäsi luottamusta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta parisuhteessa. Yhdessä rukoilemisen kautta parit kokivat Jumalan läsnäoloa, jolla oli positiivinen vaikutus parisuhteen tyytyväisyyteen ja turvallisuuden tunteeseen. Parit kokivat yhdessä rukoilemisen yhtenä parisuhteen hyvinvointia lisäävänä apuvälineenä, joka oli hyödyksi niin kiitoksen ja ilon, kuin parisuhteessa ilmenevien kriisitilanteiden yhteydessä.

Toinen hengellinen toimintamuoto, joka havaittiin oli hengellisen yhteisön aikaansaamat vaikutukset, joissa myös rukoileminen ja siunaaminen näkyivät. Parit kokivat, että hengellinen yhteisö antaa tukea heidän parisuhteelle ja avioliiton ylläpitämiselle. Kuulumista johonkin hengelliseen yhteisöön arvostettiin, ja parit tunsivat saavansa yhteisön kautta vertaistukea eri elämäntilanteihin liittyen.

Kolmantena hengellisenä toimintamuotona oli Raamattu parisuhteessa. Raamattu antoi tukea avioliitolle ja parisuhteelle, jonka avulla parit pystyivät ammentamaan ajatuksia puolison kunnioittamisesta ja lähimmäisen rakastamisesta. Raamattua joko luettiin ääneen, ihmeteltiin tai tutkittiin yhdessä oman puolison kanssa. Raamatun lukeminen ja rukoileminen linkittyivät usein keskenään yhteen, joka vahvisti yhteyden tunnetta Jumalaan. Raamattua ei pidetty tavallisena kirjana, vaan sen merkitys koettiin pyhänä ja parisuhdetta tasapainottavana tekijänä.

Tutkimustulosten pohjalta voidaan sanoa, että hengellisyys itsessään ja siihen liitetyt toimintamuodot voivat olla merkittävästi parisuhteen hyvinvointia nostava ja ylläpitävä elementti. Hengellisyyden tunnetta sen sijaan laskevat kiire, stressi ja tiivis arki, jolloin hengellisyydelle ei tunnu jäävän riittävästi aikaa.

Tutkimuksen merkittävin havainto on, että hengellisyyden merkitys ja sen toimintamuotoihin tukeutuminen parisuhteessa kasvavat ja lisääntyvät sen



mukaan, mitä vakavampana käsillä oleva kriisi koetaan. Tarve hengellisyydelle kasvaa, kun hädän tunne voimistuu. Tämä näkyy erityisesti vakavissa parisuhdekriiseissä, joiden aikana saatetaan tuntea suurta epätoivoa, mutta silti uskotaan ja luotetaan siihen että Jumala auttaa selviämään tilanteesta kaiken toivottomuuden keskellä. Tunne ja kaipuu tuntea Jumalan vaikutus kasvavat kriisin ytimessä. Hengellisyydellä on siten kyky vaikuttaa parisuhteen käänteisiin positiivisella tavalla. Rukoileminen ja Jumalan puoleen kääntyminen antavat toivoa epätoivon keskellä. Elämän kokemusten myötä omaksuttu hengellisyys ja sen eri toimintamuodot voivat olla voimavara parisuhteessa, ja keino joiden kautta parit ja parisuhde saa virtaa ja voimia läheisiin ihmissuhteisiinsa ja niihin liittyviin ongelmiin, sekä myös aiheita kiittää ja tuntea kiitollisuuden tunnetta. Hengelliset toimintamuodot näkyvät ennen kaikkea kristillisen uskon kautta luottamisena ihmistä suurempaan, ajattomaan, elämän kaikkeutta hallitsevaan Jumalaan.

Toivon, että tästä tutkimuksesta olisi hyötyä kirkon ja muiden kristillisten järjestöjen ehkäisevälle ja korjaavalle parisuhde- ja avioliittotyölle. Tutkielmani tarjoaa tietoa hengellisyyden merkityksestä ja vaikutuksesta parisuhteessa osana edistävää perhetyön kontekstia. Se on tuottanut aineistoa, joka tuo esille uudenlaisen näkökulman parisuhteiden hyvinvointia edistävästä rakenteesta ja antaa viitteitä siitä, millaisena hengellisyys ja hengelliset toimintamuodot koetaan parisuhteissa ja niiden mahdollisissa ongelmakohdissa. Tutkimukseni raapaisee vain pintaa aiheesta, jota ei ole syytä ohittaa nykypäivänä. Parisuhdeneuvonnan ja perhetyön tarve on jatkuvan paineen alla yhteiskunnassa. Lisää tutkimusta hengellisyyden ja parisuhteen välisestä suhteesta kaivataan, jotta kirkolla ja kaikilla muilla perhetyöntekijöillä olisi materiaalia ymmärtää, että hengellisyys voi olla apu eri asiakaskohtaamisia ajatellen. Parisuhteissa nähty hengellisyys osoittaa mahdollista tarvetta pohtia uusia strategioita ja suunnitelmia kirkon perhetyön piirissä.

Lopuksi on tärkeää, että hengellisyyden merkitys ymmärretään parisuhdetyötä tekevien ammattiauttajien piirissä. Johdantoluvussa esitetyt tutkimukset osoittavat, että hengellisyydellä on selkeä yhteys ihmisen hyvinvointiin ja elämän laatuun. Oli kyseessä sitten kirkon pappi, diakoni, perhetyöntekijä tai kirkon sektorin ulkopuolinen työntekijä, on olennaista käsittää, millaisia vaikutuksia hengellisyydellä voi olla identiteetin rakentumisen ja parisuhteiden luomisen ja ylläpitämisen kannalta.

## **Lähdeluettelo**

Jumalanpalvelusten kirja. Suomen evankelis-luterilainen kirkko.

Parempi avioliitto ry Vuosikertomus.

Radiodei.fi <https://www.radiodei.fi/hengellisyys-ei-ole-laskusuunnassa-suomessa/>. Katsottu 28.5.2020.

Yhdeksän tutkimushaastattelua. Haastattelujen litteroinnit tekijän hallussa.

M1, N1

M2, N2

M3, N3

M4, N4

M5, N5

M6, N6

M7, N7

M8, N8

M9, N9

## **Kirjallisuus**

Alasuutari, Pertti

1994 Laadullinen tutkimus. 2. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.

Aldwin, Carolyn M.; Park, Crystal L.; Jeong, YuJin; Nath, Ritwik

2014 Differing Pathways Between Religiousness, Spirituality, and Health: A Self-Regulation Perspective. *Psychology of Religion & Spirituality*, 6–1, 9–21.

Atkins, David, C., Baucom, Donald, H., Jacobson, Neil, S.

2001 Understanding infidelity: Correlates in a national random sample. *Journal of Family Psychology*. 15–4. 735–749.

Atkins, David, C., Kessel, Deborah, E.

2008 Religiousness and Infidelity: Attendance, but not Faith and Prayer, Predict Marital Fidelity. *Journal of Marriage and Family*. 70–2. 407–418.

Atkins, David, C., Kessel, Deborah, E.

2008 Religiousness and Infidelity: Attendance, but not Faith and Prayer, Predict Marital Fidelity. *Journal of Marriage and Family*. 70–2. 407–418.

Booth, A., Johnson, D. R., Branaman, A., & Sica, A.

1995 Belief and behavior: Does religion matter in today's marriage? *Journal of Marriage and the Family*. 57–3. 661–671.

Bryman, Alan

1995 Quantity and Quality in Social Research. Contemporary Social Research 18. London: Unwin Hyman.

Butler, M. H., Stout, J. A., & Gardner, B. C.

- 2002 Prayer as a conflict resolution ritual: Clinical implications of religious couples' report of relationship softening, healing perspective, and change responsibility. *The American Journal of Family Therapy*. 30–1, 19–37.
- Call, V. R., & Heaton, T. B.  
1997 Religious influence on marital stability. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 36–3. 382–392.
- Carlson, Thomas D.; Kirkpatrick, Dwight; Hecker, Lorna; Killmer, Mark  
2002 Religion, spirituality, and marriage and family therapy: A study of family therapists' beliefs about the appropriateness of addressing religious and spiritual issues in therapy. *American Journal of Family Therapy*, 30–2, 157–171.
- Curtis, K. T., & Ellison, C. G.  
2002 Religious heterogamy and marital conflict: Findings from the National Survey of Families and Households. *Journal of Family Issues*. 23–4, 551–576.
- Del Rio, C. M. & White, L. J.  
2012 Separating Spirituality From Religiosity: A Hylomorphic Attitudinal Perspective. *Psychology of Religion and Spirituality*. 4–2. 123–142.
- Dollahite, D. C., & Lambert, N. M.  
2007 Forsaking all others: How religious involvement promotes marital fidelity in Christian, Jewish, and Muslim couples. *Review of Religious Research*. 48–3, 290–307.
- Dy-Liacco, G. S., Piedmont, R. L., Murray-Swank, N. A., Rodgerson, T. E., Sherman, M. F.  
2009 Spirituality and religiosity as cross-cultural aspects of human experience. *Psychology of Religion and Spirituality*. 1–1. 35–52.
- Eckstein, D., & Cohen, L.  
1998 The Couple's relationship satisfaction inventory (CR51): 21 Points to help enhance and build a winning relationship. *The Family Journal*. 6. 155–158.
- Egbert, N., Mickley, J., & Coeling, H.  
2004 A review and application of social measures of religiosity and spirituality: Assessing a missing component in health communication research. *Health Communication*, 16–1, 7–27.
- Ellison, Christopher, G., Burdette, Amy, M., Wilcox, Bradford, W.  
2010 The Couple That Prays Together: Race and Ethnicity, Religion, and Relationship Quality Among Working-Age Adults. *Journal of Marriage and Family*. 72–4. 963–975.
- Ellison, Christopher, G., Burdette, Amy, M., Glenn, Norval, D.

- 2011 Praying for Mr. Right? Religion, Family Background, and Marital Expectations Among College Women. *Journal of Family Issues*. 32–7. 906–931.
- Esko, Martti  
1997 Perheen vaikeudet.– Sielunhoidon käsikirja. Toim. K. Aalto et al. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha  
1999 Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 3. P. Tampere: Vastapaino.
- Exline, J. J., & Rose, E. D.  
2013 Religious and spiritual struggles. 2<sup>nd</sup> ed by R. F. Paloutzian & C. L. Park. – *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. New York, NY. Guilford Press. 380–398.
- 2008 Fincham, Frank D; Beach, Steven R H; Lambert,; Stillman,; Braithwaite, S. Spiritual behaviors and relationship satisfaction: A critical analysis of the role of prayer. *Journal of Social & Clinical Psychology*. 27–4. 362–388.
- Faver, Catherine, A.  
2004 Relational Spirituality and Social Caregiving. *Social Work*. 49–2. 241–249.
- Glass, Shirley, P., Wright, Thomas, L.  
1977 The Relationship of Extramarital Sex, Length of Marriage, and Sex Differences on Marital Satisfaction and Romanticism: Athanasiou's Data Reanalyzed. *Journal of Marriage & Family*. 39–4. 691–703.
- Graham, S., Furr, S., Flowers, C., & Burke, M. T.  
2001 Religion and spirituality in coping with stress. *Counseling and Values*. 46–1, 2–13.
- Grönfors, Martti  
1985 Kvalitatiiviset kenttätutkimukset. 2. painos. Porvoo: WSOY.
- Heaton, T. B., & Pratt, E. L.  
1990 The effects of religious homogamy on marital satisfaction and stability. *Journal of Family Issues*. 11–2. 191–207.
- Hill, P. C., & Pargament, K. I.  
2003 Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58–1, 64–74.
- Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W., McCullough, M. E., Swyers, J. P., Larson, D. B., et al.  
2000 Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 30–1, 51–77.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena

2001 Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula

2003 Tutki ja kirjoita. 6–9. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Jattu, Sanna

2005 *Vapaaehtoisena kirkon parisuhdetoiminnassa. Virtaa välillämme – Suhdekurssien isäntäparien vapaaehtoisuus ja näkemykset uskonnollisuuden yhteydestä parisuhteeseen.* Käytännöllisen teologian pro gradu - tutkielma. Teologinen tiedekunta. Helsingin Yliopisto.

Kapuscinski, A. N., & Masters, K. S.

2010 The current status of measures of spirituality: A critical review of scale development. *Psychology of Religion and Spirituality*. 2–4. 191–205.

Krumrei, Elizabeth, J., Mahoney, Anette., Pargament, Kenneth, I.,

2009 Divorce and the Divine: The Role of Spirituality in Adjustment to Divorce. *Journal of Marriage and Family*. 71–2. 373–383.

Kyngäs, Helvi & Vanhanen, Liisa

1999 Sisällön analyysi. – *Hoitotiede* 11/1. 3–12.

Lambert, N. M., & Dollahite, D. C.

2006 How religiosity helps couples prevent, resolve, and overcome marital conflict. *Family Relations*. 55–4. 439–449.

Lehrer, E. L., & Chiswick, U. C.

1993 Religion as a determinant of marital stability. *Demography*. 30–3. 385–403.

Levin, J. S.

1996 How religion influences morbidity and health: Reflections on natural history, salutogenesis and host resistance. *Social Science & Medicine*. 43–5, 849–864.

Lichter, D. T., & Carmalt, J. H.

2009 Religion and marital quality among low-income couples. *Social Science Research*. 38–1, 168–187.

Mahoney, A., Pargament, K. I., Jewell, T., Swank, A. B., Scott, E., Emery, E., & Rye, M.

1999 Marriage and the spiritual realm: The role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of Family Psychology*. 13–3. 321–338.

Mahoney, A., Pargament, K. L., Tarakeshwar, N., & Swank, A. B.

2001 Religion in the home in the 1980s and 1990s: A meta-analytic review and conceptual analysis of links between religion, marriage, and parenting. *Journal of Family Psychology*. 15–4. 559–596.

Mahoney, Anette & Nalini Tarakeshwar.

2013 Religions's Role in Marriage and Parenting in Daily Life and during Family Crises. 2<sup>nd</sup> ed. by R. F. Paloutzian & C. L. Park. – Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality. New York, NY. Guilford Press. 177–195.

Mahoney, Anette., Cano, Annmarie

2014 Introduction to the special section on religion and spirituality in family life: Pathways between relational spirituality, family relationships and personal well-being. *Journal of Family Psychology*. 28–6. 735–738.

Masters, K. S., & Hooker, S. A.

2013 Religion, spirituality, and health. 2<sup>nd</sup> ed. by R. F. Paloutzian & C. L. Park. – Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality. New York. Guilford Press. 519–539.

McCaffrey, Anne et al.

2004 Prayer for Health Concerns Results of a National Survey on Prevalence and Patterns of Use. *Archives of Internal Medicine*. 164–8. 858–862.

Myers, S. M.

2006 Religious homogamy and marital quality: Historical and generational patterns, 1980–1997. *Journal of Marriage and Family*. 68–2. 292–304.

Nelson, J. M.

2009 Psychology, Religion, and Spirituality. New York. Springer.

Ochs, Carol

1997 Women and spirituality. 2<sup>nd</sup> ed. Totowa, NJ. Rowman & Allanheld.

Oman, D.

2013 Religious and spirituality: Evolving meanings. 2<sup>nd</sup> ed. by R. F Paloutzian & C. L. Park. – Handbook of the psychology of religion and spirituality. New York, NY. Guilford Press. 23–47.

Pargament, K. I.

2007 Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred. New York, NY. Guilford Press.

Pargament, K. I., Exline, J. J., Jones, J., Mahoney, A., & Shafranske, E. P.

2013 APA handbooks in psychology: APA handbook of psychology, religion, and spirituality (Volumes 1 and 2). Washington, DC: American Psychological Association.

Pargament, K. I., Mahoney, A., Exline, J. J., Jones, J., & Shafranske, E.

2014 Envisioning an integrative paradigm for the psychology of religion and spirituality. APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality. Washington, DC. American Psychological Association. 3–19.

Piedmont, R. L., Ciarrochi, J. W., Dy-Liacco, G. S., & Williams, J. E. G.

- 2009 The empirical and conceptual value of the spiritual transcendence and religious involvement scales for personality research. *Psychology of Religion and Spirituality*, 1–3, 162–179.
- Ranta, Riina  
 2001 *Puhumalla parempi parisuhde. Kvantitatiivinen kyselytutkimus Vantaan perheasiain neuvottelukeskukseen asiakkaista sekä heidän asiakassuhteestaan ja hakeutumiseen johtaneista ongelmista.* Käytännöllisen teologian pro gradu – tutkielma. Teologinen tiedekunta. Helsingin Yliopisto.
- Schlehofer, M. M., Omoto, A. M., & Adelman, J. R.  
 2008 How do “religion” and “spirituality” differ? Lay definitions among older adults. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 47–3. 411–425.
- Scott, A. B  
 1997 Categorizing definitions of religion and spirituality in the psychological literature: A content analytic approach. Julkaisematon kirjoitus (unpublished manuscript)
- Sheldrake, P.  
 2007 *A Brief History of Spirituality.* Boston, MA. Blackwell Publishing.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli  
 2002 *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi.* Helsinki. Tammi.
- Williams, L. M., Ulm, N., Banker, J. E.  
 2013 Addressing Religious Differences in Couples: The Two Churches, One Marriage Program. *Journal of Family Psychotherapy*. 24–93–109.
- Wolfinger, N. H., & Wilcox, W. B.  
 2008 Happily ever after? Religion, marital status, gender, and relationship quality in urban families. *Social Forces*. 86–3. 1311–1337.
- Yli-Opas, Antti  
 2010 *Avioliiton teologia Englannin kirkossa ja Suomen evankelisluterilaisessa kirkossa vuosina 1963–2006.* Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja. 112. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cole, B., Rye, M. S., Butter, E. M., Belavich, T. G., Hipp, K. M., Scott, A. B., Kadar, J. L.  
 1997 Religion and spirituality: Unfuzzifying the fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 36–4. 549–564.

## 5. Liitteet

# Liite 1. Tutkimuksen esittely

## Liite 1: TUTKIMUKSEN ESITTELY

Hei Parempi avioliitto – ryhmänohjaajan peruskurssille ilmoittautunut pari!

Olen opinnäytetyötä tekevä opiskelija Helsingin yliopistosta. Teen yhteistyössä Parempi avioliitto ry:n kanssa opintoihini liittyvää pro gradu –tutkielmaa hengellisyiden kokemuksista ja näkemyksistä parisuhteessa. Parempi avioliiton avioliittotyössä korostuu kristillisen maailmankuvan soveltaminen perhe- ja parisuhteiden tueksi niin arjessa kuin parisuhdekeskeisissä keskusteluissa. Tukeutuen tähän kristilliseen kontekstiin, asettaa se hedelmällisen mahdollisuuden tutkia millaisia näkemyksiä parisuhteet antavat kristillisyyden pohjavireenä toimivalle hengellisyydelle.

Tutkimuskohteena parisuhdetta on tutkittu laajasti monesta yhteiskunnallisesta näkökulmasta, monella eri tieteenalalla, mutta tutkimuksia parisuhteiden hengellisyydestä ei ole tutkittu. Tämän tutkimuksen hyöty on suunnattu niin parisuhteessa oleville, kuin sen parissa työtä tai tutkimusta tekeville.

Tutkimukseen osallistuvana henkilönä olet antamassa uutta ja tärkeää tietoa parisuhteiden merkityksestä yliopistotasoiselle tutkimukselle, sekä tukemassa järjestötason kristillisiin arvoihin perustuvaa parisuhdetyötä ja Suomen evankelis-luterilaisen kirkon perhetyön kehittämistä paremman ja eheämmän parisuhteen puolesta.

### Miten voin osallistua tutkimukseen?

Tule tapaamaan tutkijaa A-rakennuksen aulaan. Hän kertoo teille lisää tutkimuksesta, haastattelun sisällöstä ja vastaa mielellään kysymyksiin!

Teidän mielipiteenne ja käsityksenne ovat avainasemassa tämän tutkimuksen onnistumisen kannalta. Jo arvokkaasta mahdollisuudesta kiittäen,

Auli Vähäkangas  
Käytännöllisen teologian yliopistonlehtori  
Tutkimuksen ohjaaja  
02941 23865  
auli.vahakangas@helsinki.fi

Hannu Ahonen  
Teol. yo  
Tutkimuksen tekijä  
040-7248789  
hannu.ahonen@helsinki.fi



## Liite 2. Taustatietolomake

Liite 2: TAUSTATIETOLOMAKE

PAREMPI AVIOLIITTO RY – RYHMÄNOHJAAMISEN PERUSKURSSILLE  
OSALLISTUVIEN PARIEN TAUSTATIETOLOMAKE PARISUHTEEN  
HENGELLISYYDESTÄ TEHTÄVÄÄ OPINNÄYTETYÖTÄ VARTEN (Parit täyttävät yhdessä)

Puolisoiden nimet: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ikä: mies: \_\_\_\_\_

nainen: \_\_\_\_\_

Parisuhteen kesto: avioliitossa: \_\_\_\_\_ vuotta \_\_\_\_\_ kuukautta

yhteensä: \_\_\_\_\_ vuotta \_\_\_\_\_ kuukautta

Lapset:  EI  
 KYLLÄ: Minkä ikäisiä? \_\_\_\_\_

Onko teillä aiempaa kokemusta parisuhdekursseista?

EI  
 KYLLÄ seurakunnan järjestämä

KYLLÄ kristillinen järjestö: \_\_\_\_\_

KYLLÄ muu: \_\_\_\_\_

Yhteystiedot: kaupunki: \_\_\_\_\_

puh: \_\_\_\_\_

sähköposti: \_\_\_\_\_

Puolisoiden allekirjoitukset: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kiitos vastaamisesta!

Hannu Ahonen  
Teol. yo  
Opinnäytetyön tekijä  
040-7248789  
hannu.ahonen@helsinki.fi

### **Liite 3. Haastattelurunko**

#### LIITE 3: HAASTATTELURUNKO

Parit vastaavat teemoissa 1 ja 2 henkilökohtaiselta kannalta (kukin vastaa samaan kysymykseen)

Parit vastaavat teemaan 3 yhteisesti (vastaavat ja pohtivat yhdessä)

**Aloitus** (kurssiviikon jälkeen haastatelluille kysymys imperfektissä)

MIKÄS teidät sai parinne kanssa tulemaan tänne Parempi avioliitto ry:n järjestämälle ryhmänohjaajakurssille?

- Kumpi teistä on ollut päätöksen takana?

MILLAISTA täällä on tähän asti ollut?

MITÄ odotuksia teillä on tältä viikonlopulta?

#### **1. Hengelliset toimintamuodot**

##### Usko

MILLAISENA kuvailisitte uskoa elämässä? Mikä on sen merkitys?

MILLAISISSA tilanteissa usko on noussut erityisen tärkeään asemaan?

##### Rukoileminen/ Rukous

Mitä ajattelet rukoilemisesta?

- Mitä rukoileminen sinulle merkitsee?

Millaisia kokemuksia yksilönä?

Tilanteet?

- Missä rukoilet? Milloin rukoilet (tunnetila)?

Muutokset?

- Onko tapasi rukoilla muuttunut? Miten se on muuttunut?

Rukouksen tyyppi?

- iltarukous, ruokarukous
- joku tietty tai erityinen rukous? Isä Meidän -rukous
- Mitä mainitsemasi rukous sinulle merkitsee?

Miten kuvailisit omaa rukoustasi?

- Mitä asioita liität rukoukseesi (ihmisiä, pyyntöjä, kiitosta)
- Minkälaiset asiat saavat sinut rukoilemaan?

Rukousvastaus?

- Oletko joskus kokenut, että rukoukseesi on tullut vastaus?
- Miten olet kokenut saamasi rukousvastauksen?

##### Raamattu

Merkitys

Suhde

Kuinka usein

Miksi luet

Raamatun hengellisyys: mistä se puhuu sinulle?

Tärkeä Raamatun kohta, Miten löytänyt?

Millaiset tilanteet ajavat Raamatun äärelle?

Rukous+Raamattu (mitä ajattelee?)

##### Rukouksen sovellus+Sakramentit

Rukousillat?

- Kokemus? Mitä on antanut?

Seurakunta?

KASTE JA EHTOOLLINEN?

Hautaan siunaaminen?

Miten Rukous, Raamattu, Kaste ja ehtoollinen toimivat yhdessä?

##### Muut

Virret

Muut hengelliset toiminnan muodot?

## **2. Hengellisyiden kehitys**

### Lapsena koettu uskonnollisuus

- Kasvatus? Kristinuskon merkitys?
- Lapsuuden kodin uskonnolliset eväät?
- USKONNOLLINEN TAUSTA VAPAAKIRKKO? EV.LUT?

### Rippikoulu?

- Vaikutukset uskoon?

### Muutokset uskonnollisuudessa?

- Uskon merkityksen tiedostaminen?
- Kristillinen identiteetti?
- Mikä ja mitä saanut aikaan?
- Missä vaiheessa huomannut hengellisyiden?

### Uskonnollisuus ja hengellisyys

#### Käsitteiden erilaisuus?

#### Hengellisyiden tiedostaminen

- Missä vaiheessa?
- Sisältö?
- No mitä se hengellisyys on?
- Kokemus yksin, joka hengellinen kokemus? Millainen?
- Suhde Jumalaan arjen keskellä? Vuorovaikutus yksilönä, parisuhteessa?
- Jumalan tai sen kaltaisen pyhän vaikutus tietyssä hetkessä Jeesus ja Pyhä Henki, Kolmiyhteinen Jumala
- Merkitys?

## **3. Parisuhde ja hengellisyys**

### Parisuhde

#### Parisuhde arjessa?

- Millaista on teidän arkenne?

#### MILLAINEN ehjä (EHEÄ?) parisuhde?

#### MIKÄ mielestäsi selittää, että olette nyt yhdessä?

#### Puolison uskonnolliset näkemykset

- Miten tärkeää?
- Mitä samanlaista tai erilaista teidän näkemyksissänne?

#### PUHUMINEN parisuhteessa hengellisyydestä ja uskosta?

- Mitä se antaa teille?

#### USKONNOLLISUUDEN JA HENGELLISYYDEN ROOLI parisuhteen eri vaiheissa? (kumppanin valinta, suhteen alku/ tutustuminen, avioituminen, vanhemmuus, ikääntyminen)

### Avioliitto, avoliitto ja kirkko

- Onko asunut avoliitossa?
- Miten koit avoliitossa olemisen?
- Miten koet nyt?

#### OLETKO ollut avoliitossa aiemmin?

- KYLLÄ: Miten tämä avioliitto eroaa edellisestäsi?
- EI: Mitä sinulle merkitsee on että olet avoliitossa?

#### Kirkon merkitys parisuhteessa?

- Ennen avioliittoa?
- Avioliittoon vihkimisen jälkeen?

#### Siirtyminen parisuhteesta avioliittoon?

#### Avioliittoon vihkiminen Jumalan edessä?

### Arvot

#### Parisuhteen arvot tai asiat?

#### Kristillisyyden painottaminen?

#### Rakkaus? Miten hengellisyys näkyy tässä?

### Raamattu

Raamatun asema parisuhteessa?

- Raamatusta puhuminen yhdessä?
- Esimerkki?

Puhuttelevin tai tärkein parisuhdetta käsittelevä Raamatun kohta?

- Tuntemukset, vaikutukset?
- Miten olet löytänyt tämän?

Raamattupiiri?

Rukous

Rukoilemisesta keskusteleminen?

Rukouksen sisällöstä keskusteleminen?

Rukoileminen yhdessä?

Jos KYLLÄ:

- Miten yhdessä rukoileminen tullut osaksi teidän parisuhdettanne?
- Joku tietty yhteinen rukous?
- Millaisena koette? Mitä antaa?
- Missä? Rukouspiiri? Kotona? Autossa? Bussissa?
- Esimerkki?

Jos EI:

- Mitä ajattelet yhdessä rukoilemisen antavan parisuhteelle?
- Oletko joskus ehdottanut puolisollesi tätä? Miten puoliso on tähän reagoinut?

Kirkko

Kirkon, seurakunnan merkitys parisuhteessa?

Jumalanpalvelus

Jos käyvät:

- Kuinka usein?
- Miksi?
  - Mitä yhdessä meneminen merkitsee?
  - Mitä se antaa parisuhteelle?
  - Miten kokevat tilanteen? Pyhyys? Hiljaisuus? Evankeliumi?

Jos eivät:

- Kumpi teistä on se osapuoli, joka käy kirkossa?
- Miten koet kirkon vähäisen käymisen vaikuttaneen parisuhteeseesi?

Kirkolliset toimitukset

Yhteinen puhe sakramenteista ja avioliitosta ja hautaan siunaamisesta?

- Miten kokevat?

Muut

Kristilliset tilaisuudet?

- Millaisia nämä tilaisuudet ovat olleet?
- ONKO teillä joku läheiseksi muodostunut kristillinen tilaisuus, jossa käytte?
- MITÄ tämä on antanut sinun parisuhteellesi?

Hengelliset toiminta muodot kriiseissä

MISTÄ vastoinkäymiset tai ongelmat johtuvat?

Avioliiton myötä lupaus jakaa puolisoasi kanssa myötä ja vastoinkäymiset?

- Merkitys

MILLAINEN rooli Jumalalla on parisuhde ongelmien käsittelyssä?

Parisuhteen myötä ja vastoinkäymiset?

- Käsittelytapa?
- Rukouksen soveltuvuus parisuhteessa koetun kriisitilanteen aikana?
- Raamatun soveltuvuus?
- KRISTILLINEN YHTEISÖ

Hengellisyys merkitys parisuhdetta koettelevissa riidoissa

- 

PERHENEUVONNAN TAI PARITERAPIAN näkyminen parisuhteessa?

- Millaisia kokemuksia?
- Miten arvioisitte saamaanne apua? Hengellisyys?

JOKIN MUU avun muoto, jota hyödyntäneet

HYVINVOINTI parisuhteessa?

- MIKÄ hyvinvoinnin takana? Mikä kantaa suhdetta?  
hengellinen hyvinvointi parisuhteessa?

Olisiko vielä joku asia mielessä, minkä haluatte mainita?

