

”Tunteet ovat uskonnon polttoainetta”
Uskonto ja tunteet teologiopiskelijoiden elämänvaiheissa

Jenni Levänen
Kirkkososiologia
Kevät 2022

*Hengen hedelmää taas ovat rakkaus, ilo, rauha, kärsivällisyys,
ystävällisyys, hyvyys, uskollisuus, lempeys ja itsehillintä. (Gal. 5:22-23.)*

Tiivistelmä

Tiedekunta: Teologinen tiedekunta

Koulutusohjelma: Teologian ja uskonnotutkimuksen maisteriohjelma

Opintosuunta: Käytännöllinen teologia

Tekijä: Jenni Levänen

Työn nimi: ”Tunteet ovat uskonnon polttoainetta” Uskonto ja tunteet teologiopiskelijoiden elämänvaiheissa

Työn laji: Maisterin tutkielma

Kuukausi ja vuosi: Toukokuu 2022

Sivumäärä: 46

Avainsanat: uskonto, tunne, koherenssi, elämänhallinta, lapsuus, nuoruus, aikuisuus, elämänkaari

Ohjaaja: Anne Birgitta Pessi

Säilytyspaikka: Helsingin yliopiston kirjasto, Keskustakampuksen kirjasto, Teologia

Tiivistelmä:

Tämä laadullinen tutkimus on aineistolähtöisesti toteutettu katsaus teologiopiskelijoiden muistoihin ja ajatuksiin liittyen uskontoon ja tunteisiin. Tutkimuksen tarkoituksena on löytää opiskelijoiden lapsuudesta, nuoruudesta sekä aikuisuudesta uskontoa ja tunteita yhdistäviä tekijöitä, jotka ovat tarkastelun kohteena juuri tunteiden näkökulmasta. Aiheen valinta on rakentunut henkilökohtaisesta kiinnostuksesta yksilön muokkaantuvasta uskonnollisuudesta eri ikäkausien aikana.

Tutkimuskysymyksenä on: Millaisia uskonnon ja tunteiden yhdistelmään liittyviä muistoja sekä ajatuksia teologian opiskelijoilla on a) lapsuuteen, b) nuoruuteen ja c) aikuisuuteen liittyen. Osana tätä tutkimuskysymystä, aineistoa on käsitelty myös kokoavasti, kolme elämänvaihetta läpi leikaten sen suhteen, miten uskonnon ja tunteiden yhdistelmä on liitettävissä koherenssin tunteeseen.

Ikävaiheita tarkastellaan E.H Eriksonin psykososiaalisen kehitysteorian näkökulmasta, ja lisäksi tutkimuksessa on käytetty Aaron Antonovskyn koherenssin teoriaa, joka on toiminut työkaluna etsittäessä teologiopiskelijoiden ikävaiheista uskontoon liittyviä elämänhallintaa vahvistavia ja toisaalta heikentäviä tekijöitä, ja niihin liittyviä tunteita. Koherenssin tunteen teoria on jakautunut kolmeen määrittelevään osa-alueeseen, ymmärrettävyyteen, hallittavuuteen sekä merkityksellisyyteen. Näiden osa-alueiden välityksellä ihminen kykenee säätelemään omaa elämänhallinnan tunnettaan.

Tutkimusaineiston Helsingin yliopiston teologiopiskelijoista on kerännyt kirkkososiologian professori Anne Birgitta Pessi sekä Helsingin yliopistonlehtori Maija Penttilä vuosina 2018 ja 2019. Kyselyyn on vastannut 282 vapaaehtoista henkilöä, jotka ovat olleet eri ikäisiä sekä eri opintovaiheessa olevia opiskelijoita.

Aineiston pelkistämisen perusteella muodostettiin 11 tekijää, jotka mainittiin liittyväksi uskontoon ja tunteisiin eri ikäkausina. Näitä olivat uskonnon harjoittaminen, toiminta, paikka, musiikki, tuonpuoleinen, sosiaalinen ympäristö, kirkollinen toimitus, opetus, identiteetti ja vakaumuksen muutos, kirkkovuoden tapahtumat sekä media ja kirjallisuus. Kaikki tekijät sisälsivät tunteita, joista eniten mainittiin turvallisuus, yhteisöllisyyden tunne ja yhteenkuuluvuuden tunne, ilo ja lohtu. Tämän tutkimuksen perusteella yleistykseen voidaan pitää koherenssin teorian sekä psykososiaalisen kehitysteorian perusteella, että lapselle iltarukouksen lukeminen lisää turvallisuuden tunnetta ja nuoren yhteenkuuluvuutta sekä yhteisöllisyyden tunnetta vahvistaa merkittävästi rippikoulu. Aikuisuuden osalta yleistys ei ollut mahdollinen aineiston monipuolisuuden vuoksi.

Sisällysluettelo

1. JOHDANTO	1
2. TUTKIMUKSEN TAUSTA	3
2.1 TUNTEIDEN MEKANISMIT	3
2.2 E.H ERIKSONIN TEORIA JA KATSAUS ELÄMÄNKAAREEN LAPSUUDESTA AIKUISUUTEEN	5
2.3 KOHERENSSIN TUNNE.....	9
3.TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	12
3.1 TUTKIMUSTEHTÄVÄ	12
3.2 AINEISTO.....	12
3.3 TUTKIMUKSEN RELIABILITEETTI JA EETTISYYS	13
3.4 AINEISTOSSA ESIINTYNEET TEKIJÄT JA TUNTEET	14
4 TULOKSET	18
4.1 PYHÄKOULUN TARRAT JA ILTARUKOUS LAPSUUDEN MUISTOINA	18
4.2 RIPPIKOULUN KOKONAISVALTAISEN OSALLISUUS NUORUUDESSA	21
4.3 VOIMAANNUTTAVA SUHDE OMAAN USKONNOLLISUUTEEN AIKUISUUDESSA.....	25
4.4 TEOLOGIOPISKELIJOIDEN TUNTEIDEN JA USKONNON YHTEYS KOHERENSSIN NÄKÖKULMA HUOMIOIDEN	29
4.4.1 <i>Turvallisuus versus turvattomuus</i>	30
4.4.2 <i>Yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuus versus ulkopuolisuus</i>	33
4.4.3 <i>Ilo versus suru</i>	35
4.4.4 <i>Lohtu versus pettymys</i>	37
5.POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	39
5.1 TUTKIMUKSEN TOTEUTUKSEN TARKASTELU	39
5.2 USKONNON VÄLITTYMINEN SEKÄ VÄLITTÄMINEN	40
5.3 USKONNON RAJATTOMUUS JA AJATTOMUUS	42
LÄHDE- JA KIRJALLISUUSLUETTELO.....	44
LÄHTEET JA APUNEUVOT	44
KIRJALLISUUS	44
LIITTEET.....	47

1. Johdanto

Ajatukset, kokemukset ja muistot herättävät tunteita, jotka vaeltavat pysähtymättä ihmismielellä. Tunteiden avulla toimitaan sosiaalisissa tilanteissa ja hallitaan omaa elämää, mutta toisaalta ne tekevät myös hyvin haavoittuvaiseksi. Ihminen kokee päivittäin satoja erilaisia tunteita tartuttaen osan niistä ympäristöönsä, mutta osa niistä koskettaa myös hyvin henkilökohtaisesti. Voimakkaita tunteita voi olla vaikea sietää, ja joskus eri tunteiden roolit saattavat muuttua haitallisesti liian suuriksi tai pieniksi. Useat tutkimukset lisäksi osoittavat, että kielteisten tunteiden jatkuva mielessä pyörittely on terveysriski.¹ Tunteet ovat inhimillisen kokemuksen keskiössä koko elämänkaaren ajan, sillä ne kertovat mikä elämässä on arvokasta.²

Kirkkososiologian professori Anne Birgitta Pessi sekä Helsingin yliopistonlehtori Maija Penttilä kysivät Helsingin yliopiston teologiopiskelijoilta heidän ajatuksiaan ja muistojaan uskonnon ja tunteiden yhdistelmästä. Lähes kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että tunteet kuuluvat erottamattomasti uskontoon ja ne kulkevat käsi kädessä. Uskontoa kuvailtiin välineeksi tunteiden käsittelyssä, ja tunteet miellettiin liittyväksi uskonnollisten ilmiöiden tulkintaan. *Ilman tunteita uskonnonkin ajateltiin olevan tyhjää, ja mikäli uskonnollisuus ei sisältäisi tunteita, se tuottaisi kokemuksen siitä, että Jumala on hiljaa.* Rakkauden kuvailtiin liittyvän uskontoon sekä Jumalan ja Jeesuksen rakkauden kokemuksena että lähimmäisen rakkauteen. Jumalan ajateltiin vaikuttavan ihmiseen juuri tunteiden välityksellä ja uskonnollisia kokemuksia kuvailtiin myös hyvin emotionaaliksi. Uskonnon yhdeksi tehtäväksi nimettiin yksilöllisten ja kollektiivisten tunteiden herättäminen erilaisissa tilanteissa ja toimituksissa. Teologiopiskelijat havaitsivat myös negatiivisia mielikuvia, kuten hengellisen väkivallan mahdollisuuden, konfliktit tai yhteisön ”lukitut tunteet”, jotka liitettiin uskonnon ja tunteiden yhdistelmään.³

Terveyden voidaan määritellä olevan kokonaisuus fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista hyvinvointia. Voisiko kirkon hyvä sanoma, evankeliumi, vaikuttaa myös ihmisen johonkin terveyden osa-alueeseen kohentavasti? Terveyden ja uskonnon yhteyttä tutkineen Teinosen mukaan vastaus tähän kysymykseen riippuu pitkälti yksilön omasta maailmankatsomuksesta.⁴ Uskonnon merkitys vähintäänkin stressinhallinnassa sekä terveyttä ylläpitävänä tekijänä on

¹ Nummenmaa, 2019.

² Mustavuori, 2017. 73 – 80.

³ Pessi & Penttilä, 2018-2019. Ote avoimen kyselyaineiston ensimmäisen kysymyksen vastauksista, jotka liittyvät tähän tutkimukseen.

⁴ Teinonen, 2007. 11 – 14.

havaittu viimeisten muutaman vuosikymmenen aikana tehtyjen tutkimusten perusteella.⁵ Tässä tutkimuksessa on käytetty Aaron Antonovskyn koherenssin teoriaa uskonnon ja tunteiden yhdistämisessä hyvinvointiin elämännhallinnallisesta näkökulmasta. Eheyden tunteen, tai toisin sanoen, koherenssin tunteen voimistuminen on merkittävä uskonnon hyvinvointia korostava tekijä identiteettiä vahvistavan uskonnollisen yhteisön lisäksi.⁶ Arkikielessä elämännhallinnalla tarkoitetaan ihmisen itseohjautuvuutta, voimavaroja stressitilanteiden käsittelemiseksi sekä luottamusta niiden selvittämiseen. Erityisiä stressiä aiheuttavia tilanteita ovat kriisitilanteet, joita ihmisen aiempi kokemus ja ymmärrys ei pysty ratkaisemaan.⁷ Tässä tutkimuksessa tarkastellaan teologiopiskelijoiden uskonnon ja tunteiden yhdistelmää, jonka kautta on löydetty hengen hedelmiä, eli uskon myönteisiä vaikutuksia.⁸

Innostuksen tämän tutkielman aiheeseen on antanut henkilökohtainen mielenkiinto tarkastella uskonnon liittymistä elämännhallintaan. Tämä tutkimus sukeltaa teologiopiskelijoiden lapsuuden aikaisista muistoista aikuisuuden ajatuksiin uskonnon ja tunteiden yhdistelmästä. Elämänkaaren tarkastelua tukevana teoriana on käytetty E. H. Eriksonin psykososiaalista kehitysteoriaa ja tutkimuksen keskiössä on teologiopiskelijoiden yhteisö ja yksilön tunteet.

⁵ Räsänen, 2011.

⁶ Räsänen, 2011.

⁷ Keltinkangas-Järvinen.

⁸ Teinonen, 2007. 13.

2. Tutkimuksen tausta

2.1 Tunteiden mekanismit

Ihmisten tunteiden hyödyllisyydestä on tutkijoiden keskuudessa yksimielisyys, ja *tunne-elämällä on havaittu olevan merkittävä vaikutus myös hyvinvointiin*. Myönteisten tunteiden kokeminen johtaa parempaan terveyteen, laajempaan sosiaaliseen verkostoon, sosiaaliseen asemaan sekä koettuun terveyteen. Kielteiset tunteet taas ovat riskitekijöitä psyykkisen terveyden heikentymiselle. Tunnetutkimuksessa on määritelty tunnereaktioiden kestävän muutamasta sekunnista tunteihin, mikä erottaa ne pidempiaikaisista mielialoista. Tunteet ovat automaattisia, mutta ihmisillä on kyky säädellä sekä hallita omia tunteitaan. Kognition kautta tietoinen tunnekokemus, esimerkiksi ahdistus, on mahdollista lievittää ja yrittää etsiä tunteen laukaissut tekijä. Kielteisten tunteiden negatiiviset keholliset tuntemukset saattavat johtua juuri motivaatiosta, joka ihmisellä on päästäkseen eroon kielteisestä tunteesta. Toisaalta rationaalisen tai kognitiivisen päätöksenteon vielä puuttuessa, tunteet voivat olla avuksi päätöksenteossa.⁹ Jokaisella tunteella on omanlainen toimintamekanismi, mikä saattaa selittää erilaiset keholliset tuntemukset. Tunnetutkimus perustuu vielä nykypäivänäkin osittain Charles Darwinin havaintoihin ihmisten järjestelmällisesti käyttämistä tunneilmaisista. Yleismaailmallisiksi perustunteiksi on luokiteltu viha, pelko, inho, ilo (mielihyvä), suru ja hämmästyminen, mutta niihin liittyvissä ilmaisuihin on kulttuurikohtaisia eroja.¹⁰

Jäsentyminen ja ajattelu

Ihmisen jäsentyminen ympäristöön ja omaan kokemukseen on niin luonnollista, että sitä ei tavallisesti huomaa. Lapsuuden maailma on pieni, ja jäsentyminen ympäristöön tapahtuu tiedostamatta. Iän myötä kohdattava todellisuus kasvaa, ja omaksuttavia sekä jäsenettäviä yksityiskohtia tulee koko ajan lisää. Myös aikuisuudessa mieli huolehtii jäsentymisestä pääosin huomaamattomasti. Jäsentyminen on ajattelua alkuperäisempää ydintoimintaa. Aivojen ja tajunnan yksi keskeinen tehtävä on kokemuksen jäsentäminen ja säilyttäminen muistissa. Ajatusolemus rakentaa vastineen kohdatusta maailmasta ja tekee yksilön todellisuuden. *Maailma on sama kaikille, mutta todellisuudet vaihtelevat*, ja se on merkittävä huomio lapsen ja aikuisen mielen sisältöjen eroissa.¹¹

⁹ Nummenmaa, 2019.

¹⁰ Nummenmaa, 2019.

¹¹ Turunen, 2016. 27 – 29.

Uskonnolliset kokemukset

Uskonnon kokemuksellisuudesta puhuttaessa tarkoitetaan erilaisia emotionaalisia sekä kognitiivisia uskonnollisiksi määriteltyjä tiloja. Uskonnolliset kokemukset kytkeytyvät yksilön elämässä tapahtuviin käännekohtiin, ja niiden kautta on mahdollista perustella henkilökohtaisia valintoja sekä elämänmuutosta. Toisaalta kokemukset voivat olla arkielämässä läsnä havainnoimassa sekä tulkitsemassa yksilön ympäristöä jatkuvasti. Eletyn uskonnon¹² kokemuksellisuus perustuu yksilön sisäistämiin merkityksiin, arvoihin sekä uskonnollisen yhteisön osallisuuteen. Uskontopsykologi Nils G. Holm on määritellyt uskonnollisen kokemuksen ihmisen kokonaisvaltaiseksi asennoitumiseksi ylikuonnolliseen ja Ninian Smart on kuvannut uskontoa jakamalla sen seitsemään ulottuvuuteen ja yksi niistä on kokemuksen sekä tunteen ulottuvuus.¹³ Tässä tutkimuksessa uskonnolliset kokemukset on otettu huomioon tunteiden kaltaisina.

Suomalaisten tunnetutkimusta

Tuovila on tutkinut sanojen kautta suomalaisten tapoja käsitteellistää tunteita. Englannin kieltä ei voida ongelmitta pitää yhteismitallisena työvälineenä tutkittaessa eri kielten tunnesanoja, sillä kielet eivät kuvaa tunteita yhtenevästi. Tuovilan koehenkilöinä oli toiminut sata suomalaista, joista noin puolet olivat naisia. Heidän tehtävänä oli luetella tunteita siinä järjestyksessä, missä sanat tulivat heidän mieleensä. Tutkimustulokset osoittivat, että *naisilla oli enemmän tunteita nimettäessä sanoja kuin miehillä*. Sanaston perusteella Tuovilan oletus on, että suomalaisten naisten on helpompi kertoa tunteistaan kuin suomalaisten miesten. Negatiivisia tunnesanoja oli 53% vastauksista, ja niitä oli jonkin verran enemmän miehillä kuin naisilla. Tutkimuksessa eniten sanoitettuja tunteita olivat viha, ilo, rakkaus ja suru, jotka nimetään esimerkeiksi suomalaisten tyypillisimmistä tunnesanoista. Muita tutkimuksessa paljon esiintyneitä tunnesanoja olivat pelko, onnellisuus, kateus ja ahdistus. Tuovila oli havainnut, että tunnesanat jakaantuivat vastakohtaisiin pareihin, kuten ilo ja suru, sekä viha ja rakkaus.¹⁴ Tässä tutkielmassa teologiopiskelijoiden vastaukset on jaoteltu myös tunnepareihin.

¹² lived religion.

¹³ Hovi, 2020.

¹⁴ Määttä, 2006. 14-20.

2.2 E.H Eriksonin teoria ja katsaus elämänkaareen lapsuudesta aikuisuuteen

Elämänkaaripsykologia tarkastelee yksilön kehitystä ja pyrkii samalla löytämään eri ikävaiheille niiden tyypillisiä piirteitä. Erik H. Eriksonin teorian mukaan yksilön on ratkaistava ikäkauteen liittyvä kehityskriisi, joka muotoutuu biologisista syistä, kuten kypsymisestä sekä yhteiskunnan odotuksista. Kehityskriisiin jäämisellä tai sen epäonnistuneella selviytymisellä on haitallinen vaikutus seuraavaan elämänvaiheeseen ja jokaisen kriisin selvittäminen edellyttää uusien taitojen kehittymistä. Seuraavassa taulukossa on esitelty Eriksonin tämän tutkimuksen kannalta keskeiset ikäkausittain esiintyvät kehityskriisit sekä niiden seuraukset.¹⁵

Taulukko 1. Ote E.H Eriksonin psykososiaalisesta kehitysteoriasta.

Ikäkausi	Vaikutusmekanismi	Vaikuttaja	Kehityskriisin onnistunut ratkaisu	Kehityskriisin epäonnistunut ratkaisu
Lapsuus	Hyväksynnän tunne, läsnäolo ja hoiva	Lähipiiri	Perusluottamus, oman toiminnan merkityksellisyys	Syällisyys, perusturvattomuus ja häpeä
Nuoruus	Omat tavoitteet, muiden odotukset	Perhe, kaverit, koulu	Identiteetti	Roolien hajaannus
Aikuisuus	Kyky säilyttää oma yksilöllisyys, omien tarpeiden tyydytys	Ikätoverit	Läheisyys	Eristäytyminen, lamaantuminen

Useat teoretikot ovat yksimielisiä siitä, että uskonnollisuus on ominaisuus, joka kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Uskonnollisuuden kehittymistä on luonnehdittu sosiaaliseksi prosessiksi, joka vanhempien uskonnollisen kiinnostuksen kautta välittyy lapsille uskonnollisen kasvatuksen kautta.¹⁶

Lapsuus

Varhaislapsuus on kasvamisen, kehittymisen ja oppimisen kannalta elämänkaaren merkittävin vaihe. Uusien asioiden omaksuminen on vauhdikasta ja tärkeässä roolissa ovat läheiset vuorovaikutussuhteet. *Edellytys lapsen sosiaaliselle ja emotionaalille kehitykselle on hänen luottamuksensa läheisiin aikuisiin ihmisiin.* Lapselle on tärkeää, että vanhemmat ovat tunnetasolla läsnä vuorovaikutuksessa, jossa lapsella on mahdollisuus kertoa omista

¹⁵ Himberg et al.

¹⁶ Kauppila, 2021.

myönteisistä ja kielteisistä tunteistaan ¹⁷.

Tunteet suuntaavat lapsen huomiota ja sopeuttavat ympäristön muutoksiin. Kavereiden seurassa omaksutaan sukupuolelle tyypillistä käyttäytymistä ja sosiaalisia taitoja. Tämän lisäksi lapsi tarvitsee ystävyyssuhteita, jotka opettavat luottamusta ja herkkyyttä. Itsearvostus kehittyy varhaislapsuudesta alkaen läheisten ihmisten vaikuttaessa niihin käsityksiin, joita lapsi muodostaa itsestään. Itsearvostuksen syntymisessä heijastuu muiden ihmisten hyväksyntä ja myönteinen suhtautuminen. Heikon itsearvostuksen omaava lapsi vähättelee itseään ja vahva itsearvostus lisää kykyä tunnistaa omia henkilökohtaisia vahvuuksia.¹⁸

Koti ja perhe ovat vaikuttavimmat kasvattajat, ja viime vuosina merkittävästi vähentyneellä uskontokasvatuksella on ollut huomattava merkitys suomalaisten elämässä. Vaikka yksilöllisyyden korostaminen näkyy nykypäivän kasvatuskäytännöissä, vanhemmilta opitut arvot ja uskomukset ovat suuressa roolissa koko elinkaaren ajan.¹⁹ Salmelainen on tehnyt tutkimuksen uskonnollisen kotikasvatuksen vaikutuksista elämään, jonka perusteella sitä ei voi yksiselitteisesti nimetä joko taakaksi tai voimavaraksi. Tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden kokemusten perusteella, heillä oli kaksijakoisia vastauksia omasta uskonnolliseksi määrittelemästään kotikasvatuksesta. Turvallisuuden tunne havaittiin tutkimuksessa yhtenäiseksi positiiviseksi kokemukseksi ja kielteisiä tunteita olivat pelko, ahdistus sekä syyllisyys. Ristiriitaisten vastausten taustalla on voinut olla henkilökohtaisia kasvukipuja suhteessa uskontoon, mutta enemmistö kuitenkin piti uskonnollista kotikasvatustaan myöhempänä voimavarana.²⁰

Nuoruus

Nuoruus on haavoittuvaa aikaa, ja ajattelutaidoissa saavutetaan merkittävää kehitystä erityisesti tulevaisuuteen suuntautuvan ajattelun muuttumisessa. Nuoren päätöksentekotaidot lisääntyvät ja suhde vanhempiin muuttuu keskusteleväksi sekä yhteiseen päätöksentekoon perustuvaksi, mikä luo pohjaa moraalille ajattelulle. *Nuoruudessa muodostetaan identiteetti, joka kehittyy yksilöllisen motivaation, sopeutumisen sekä tavoitteiden asettamisen myötä.* Temperamentti, persoonallisuuden piirteet sekä elämäkokemukset aiheuttavat yksilöiden eroavaisuuksia. Nuoren minäkuva vaikuttaa tulevaisuuden suunnitelmiin ja niiden toteuttamiseen, positiivinen minäkuva tuottaa uskomuksen omista vaikutusmahdollisuuksista

¹⁷ Ahonen et al.

¹⁸ Ahonen et al.

¹⁹ Niemelä & Salminen, 2013. 81.

²⁰ Salmelainen, 2012.

ja kielteinen minäkuva puolestaan aiheuttaa heikon luottamuksen omiin kykyihin. Minäkuvan rakentumiseen vaikuttaa olennaisesti ulkoisen palautteen saaminen.²¹

Nuorten huolenaiheiksi on luokiteltu pelko epäonnistumisesta, kuten työpaikan saamisesta tai parisuhteen päättymisestä. Osa nuorista on huolestuneita läheisiään kohtaavista negatiivisista asioista, kuten kuolemasta tai sairastumisesta. Myös globaalit asiat, kuten sodan mahdollisuus sekä ympäristön saastuminen ovat aiheuttaneet huolta. Samoihin kaveriryhmiin kuuluvien nuorten huolien on havaittu olevan samankaltaisia, ja valtaosalla onkin vähintään yksi ryhmä, johon he tuntevat kuuluvansa. Tyypillisimmät nuoruuden tunneperäiset ongelmat ovat masennus ja ahdistuneisuus, joita aiheuttavat ensisijaisesti stressaavat tai traumaattiset elämäntapahtumat. Myös kielteisten elämäntapahtumien kasaantuminen ja perheen konfliktit voidaan katsoa altistavaksi tekijäksi mielenterveyden ongelmille.²²

Hengellisyiden merkitys nuorten aikuisten henkiselle hyvinvoinnille on havaittu olevan suurelta osin voimavara. Bobergin tutkimus paljasti uskon olevan perusta tutkimuksen kohdehenkilöiden elämän merkityksellisyyden kokemuksille, ja he kuvailivat myös hengellisyytensä muuttuneen elämän aikana.²³ Nuoria aikuisia on tutkinut myös Hannikainen, joka on tarkastellut uudenlaisia jumalanpalvelusyhteisöjä. Hän on löytänyt kolmen tyyppisiä osallistujia, joita ovat perinteinen, yhteisöorientoitunut sekä kokemuksellinen. Perinteiset osallistujat edustivat keskimäärin iäkkäämpää aktiivista ja konservatiivista jumalanpalvelusyhteisöä, kun taas yhteisöorientoituneet osallistujat toimivat yhteisössä sosiaalisissa vastuutehtävissä ja kokivat voimakkainta jäsenyyttä yhteisöön. Kokemukselliset osallistujat havaittiin keskimääräistä nuoremmiksi sekä vähiten sitoutuneeksi kirkkoon, ja he arvostivat erityisesti sosiaalisia suhteita yhteisössä. Hannikainen on havainnut, että perinteiset osallistujat olivat tyytyväisimpiä elämässään, kun taas kokemukselliset osallistujat vähiten tyytyväisiä. Yhdistävänä tekijänä jumalanpalvelusyhteisöissä on havaittu olevan kristillinen hengellisyys sekä modernisoitu jumalanpalveluselämä. Tutkimus kertoo nuorten aikuisten dynaamisesta yhteisöllisyyden tarpeesta ja toisaalta individualistisuuden osittaisesta taitumisesta.²⁴

Aikuisuus

Aikuisuutta²⁵ on kuvailtu elämän kokemusten kannalta hedelmällisimmäksi ajaksi. Nuoruudesta lähes 30-vuotiaaksi ominaista on identiteetin etsintä, joka pitää sisällään

²¹ Ahonen et al.

²² Ahonen et al.

²³ Boberg 2020.

²⁴ Hannikainen, 2021.

²⁵ Tässä yhteydessä aikuisuudella tarkoitetaan ikävuosia 20-65.

elämässä avautuvien mahdollisuuksien selvittämistä ja elämänkatsomusta koskevia valintoja. Keski-ikäiset muistelevat elämänsä onnellisimpana aikakautena useimmiten varhaisaikuisuutta²⁶, jolloin muotoutuvat myös elämää suuntaavat perusvalinnat. Tutkimusten perusteella on eroteltu kolme keski-ikäisen persoonallisuuden vaihetta, jotka ovat nouseva vaihe, toimeenpaneva vaihe sekä hyväksymisen vaihe. Näistä ensimmäinen eli nouseva vaihe pyrkii vakiinnuttamaan elämässä esiintyviä rooleja sekä tunne-elämää. Toimeenpaneuvassa vaiheessa kognitiiviset taidot ja tunne-elämän kontrolli lisääntyvät ja hyväksynnän vaiheessa tarkastellaan omaa elämää ja sen merkityksellisyyttä. Aikuisiässä sosiaalinen tyytyväisyys ja sopeutuminen lisääntyvät, mutta sosiaalinen verkosto kutistuu. Keski-ikäiset naiset kuvailevat kokevansa itseluottamusta, itsenäisyyttä sekä korkeaa elämänhallinnan tunnetta. Tätä on selitetty osaksi henkilökohtaisten tavoitteiden sovittamisen onnistumisessa.²⁷

Tutkimus teologiopiskelijoista sekä teologiseen tiedekuntaan pyrkivistä

Teologiseen tiedekuntaan pyrkineiden motiiveista uranvalinnan suhteen on tehty tutkimuksia, joiden mukaan motiivit on jaettavissa eri ulottuvuuksiin. Niemelä on kirjoittanut teologiseen tiedekuntaan pyrkivien uranvalintamotivaatioista väitöskirjan, sekä vuonna 2010 artikkelin koskien samaa aihetta. Hän on jakanut uravalintamotivaation eri osa-alueisiin, ja niitä olivat auttamissuuntautuminen, itsensä toteuttaminen, hengellinen kutsumus, tieteellinen suuntautuminen, välineellinen suuntautuminen ja opiskelupaikan varmistaminen. Miesten ja naisten suurimmat uranvalintamotiivien erot ovat liittyneet hengellisen kutsumuksen merkitykseen, jota miehet ovat korostaneet enemmän, sekä itsensä toteuttamiseen liittyvät tekijät, jotka ovat olleet naisille tärkeämpiä. Auttamissuuntautumisessa ei ole havaittu miesten ja naisten välillä eroa, mutta miehet ovat olleet selkeästi enemmän suuntautuneita papin työhön jo hakutilanteessa. Verrattaessa Helsingin yliopistoon vuonna 2010 pyrkineitä 1990-luvulla hakeneisiin henkilöihin, motivaation taso on ollut jokseenkin samankaltainen, mutta yksi merkittävä ero on vuonna 2010 pyrkineiden vahvempi kiinnostus tutkia uskontoa tieteellisesti. *Teologiselle alalle hakeutuvien on todettu tutkimusten perusteella olevan heterogeeninen joukko.*²⁸

Helsingin yliopiston teologiopiskelijoiden lähdeaineistoa on käytetty aiemmin kahdessa tutkielmassa, joista toinen käsittelee teologiopiskelijoiden aikuisuutta ja toinen lapsuutta. Aikuisuutta koskeva tutkimus on tuonut esiin useita merkittävästi elämänhallintaa vahvistavia tekijöitä, jotka on nimetty hybriditekijöiksi. Hybriditekijä tarkoittaa koherenssin

²⁶ Varhaisaikuisuudella tarkoitetaan ikävuosia 22-28.

²⁷ Ahonen et al.

²⁸ Niemelä, 2010. 55 – 61.

jokaisella osa-alueella vaikuttavaa tunnetta. Näitä ovat aiemmassa kandidaatintutkielmassani löydetty *Jumalan läsnäolo sekä Jumalan rakkaus, luottamus Jumalaan, turvallisuuden tunne, luottamus tulevaisuuteen, johdatuksen kokemus ja ymmärrys siitä, että kaikella on tarkoituksensa*²⁹. Lapsuutta koskeva tutkielma käsittelee teologiopiskelijoiden muistoja sekä tunteita, ja tulosten perusteella tärkeimmät uskonnollisuudesta heräävät muistot liittyvät iltarukoukseen ja sen tuottamaan turvallisuuden tunteeseen. Tulokset kertovat myös, että positiiviset uskontoon liittyvät tunteet koettiin aikuisuudessa voimavarana ja vanhempien esimerkki uskonnon toteuttamisesta auttoi vastaajien omassa myöhemmässä uskonnon ilmaisussa.³⁰ Molempia tutkielmia yhdistää uskonnosta välittyvä turvallisuuden tunne, joka on nimetty yhdeksi hybriditekijäksi elämänhallinnan vahvistajana. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on ollut täydentää ja tarkentaa hyvin vähäisesti tutkittua aihetta, sekä tarkastella teologiopiskelijoiden uskonnollista elämänkaarta lapsuudesta aikuisuuteen.

2.3 Koherenssin tunne

Terveyssosiologi Aaron Antonovskyn vuonna 1979 kehittämä salutogeeninen teoria on lähestymistapana vaihtoehtoinen perinteiselle tautia aiheuttavalle mallille, jolloin voidaan puhua *terveyttä ja hyvinvointia edistävien tekijöiden etsimisestä yksilön ja yhteiskunnan tasoilla*. Salutogeenisen mallin mittarina toimii koherenssin³¹ tunteen teoria, joka on jakautunut kolmeen määrittelevään osa-alueeseen: ymmärrettävyys³², hallittavuus³³ sekä merkityksellisyys³⁴. Näiden osa-alueiden välityksellä yksilöllä on kyky säädellä omaa elämänhallinnan tunnettaan.³⁵ Koherenssin tunteessa on kysymys elämänhallinnan lisäksi myös elämän kokemisesta ymmärrettävänä ja merkityksellisenä. Ihminen, jonka elämän perusasetelmat ovat järjestyksessä, on todennäköisesti löytänyt myös tarkoituksen elämälleen. Koherenssia voidaan lisäksi luonnehtia ihmisen kyvyksi käyttää omia voimavarojaan sekä havainnoida omaa elämäntilannettaan.³⁶ Teoria on määritelty dynaamiseksi osaksi ihmisen persoonallisuutta, mutta lapsuudella on havaittu olevan korostunut vaikutus.³⁷

Antonovsky on havainnut sosiaalisten olosuhteiden vaikuttavan ihmisen terveyteen, ja hän on korostanut ympäristön tarjoamien selviytymiskeinojen tärkeyttä.³⁸ Merkityksellisyys

²⁹ Levänen, 2021.

³⁰ Saali, 2021.

³¹ Sense of Coherence (SOC). Voidaan suomentaa käyttämällä termiä koherenssin tunne tai elämänhallinta.

³² Comprehensibility.

³³ Manageability.

³⁴ Meaningfulness.

³⁵ Antonovsky, 1979, Tuloisela-Rutanen, 2012.

³⁶ Eriksson & Lindström, 2005.

³⁷ Antonovsky 1979, Tuloisela-Rutanen 2012.

³⁸ Eriksson & Lindström 2007.

kuvaa ihmisen tapaa suhtautua kohtaamiinsa ärsykkeisiin ja jos merkityksellisuuden taso on korkea, ne ajatellaan haasteina. Toisaalta jos merkityksellisuuden taso on matala, se laskee motivaatiota ja johtaa ärsykkeiden muuttumiseen taakaksi. Hallittavuudella tarkoitetaan tässä yhteydessä ihmisen kokemusta siitä, että hän itse tai jokin muu, esimerkiksi Jumala, vaikuttaa elämän kulkuun. Ihminen kokee hallittavuuden kautta elämänsä oikeudenmukaiseksi tai epäoikeudenmukaiseksi. Ymmärrettävyyden kautta ihminen osaa suhtautua ärsykkeisiin niin, että ne ovat järkeviä ja selitettävissä olevia. Korkean ymmärrettävyyden kautta ihminen kykenee näkemään merkityksen elämässä tapahtuville asioille, kuten epäonnistumiselle tai kuolemalle. Heikko ymmärrettävyys puolestaan johtaa todennäköisesti tunteeseen elämän kaoottisuudesta. Merkityksellisuutta on luonnehdittu vaikuttavimmaksi tekijäksi koherenssin tunteeseen, mutta kaikki osa-alueet toimivat vaikuttaen toisiinsa.³⁹

Koherenssin tunteen teoriaa on käytetty erityisesti lääketieteessä ja psykologiassa hyvinvointiteorian, jonka mittariksi on kehitetty pisteyttävä haastattelukaavake.⁴⁰ Tavallisimmin käytetty on SOC-13, mutta saatavilla on myös pidempi (SOC-29) että (SOC-3) lyhyempi versio testistä. Saavutettu pistemäärä antaa viitteen ajankohtaisesta koherenssin tunteesta, eli henkilön sisäisistä ja ulkoisista voimavaroista.⁴¹ Tuloisela-Rutanen nimesi tutkimuksessaan korkeimmat koherenssipisteet saavuttaneet ihmiset eheiksi ja heikoimmat pisteet saaneet sinnittelijöiksi.⁴²

Ihmisten koherenssin tunteen heikentyessä myös elämänlaatu laskee ja henkisen hyvinvoinnin tasapainottelu voi vaikeutua.⁴³ *Millaisia elämänhallintaan vaikuttavia tunteita uskonto välittää?* Aikuisuudessa niitä on tutkittu olevan useita⁴⁴. Lapsuuden uskonnollisen kasvatuksen on havaittu auttavan myös aikuisuuden uskonnollisessa ilmaisussa⁴⁵. Lapsuudenaikaisesta rikkonaisuudesta taustasta huolimatta ihminen voi kuitenkin eheytyä ja oppia mielekkäitä selviytymiskeinoja vielä aikuisena.⁴⁶ Tässä tutkimuksessa huomioidaan aikuisuuden lisäksi myös lapsuus ja nuoruus. Tiede ei ole kyennyt luomaan elämänhallinnalle yhtä tiettyä perusperiaatetta, mikä jättää aiheeseen edelleen tutkimusaukon.⁴⁷

³⁹ Tuloisela-Rutanen, 2012.

⁴⁰ Tuloisela-Rutanen, 2012.

⁴¹ Kuusinen, 2010. Esimerkkejä sisäisistä voimavaroista: sosiaaliset taidot, kognitiiviset tiedot ja taidot, psykologiset ominaisuudet, biologiset ominaisuudet. Esimerkkejä ulkoisista voimavaroista: sosiaalinen tuki, taloudelliset resurssit, turvallisuus, kulttuuri.

⁴² Tuloisela-Rutanen, 2012.

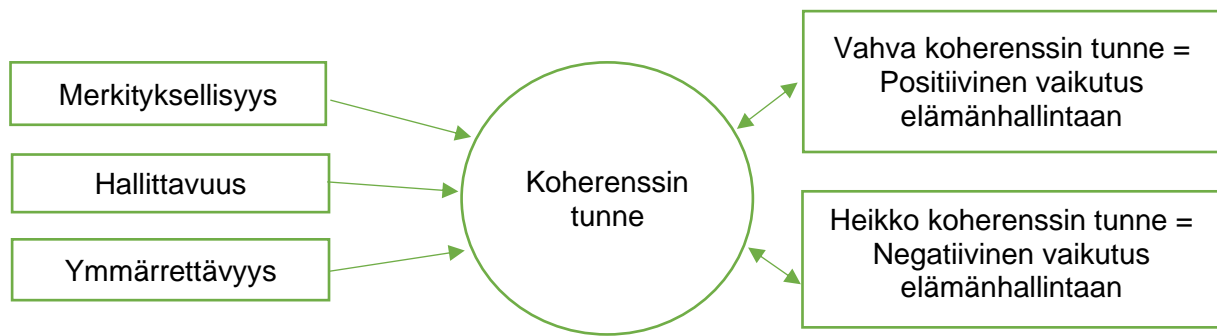
⁴³ Tuloisela-Rutanen, 2012; Eriksson & Lindström 2007.

⁴⁴ Levänen, 2021.

⁴⁵ Saali, 2021.

⁴⁶ Isokorpi & Viitanen, 2001. 80 – 83.

⁴⁷ Tuloisela-Rutanen, 2012.



Kuva 1 Havainnekuva Antonovskyn koherenssin tunteen muodostumisesta ja vaikutuksista elämänhallintaan.

Kulttuuritausta vaikuttaa ihmisen terveystietoiseen, mutta vaikutuksesta koherenssin tunteeseen tiedetään vain vähän. Antonovskyn omat havainnot aiheesta ovat olleet hyvin hajanaisia, mutta hänen mukaansa kannustava kulttuuriympäristö tarjoaa ihmisille resursseja ymmärrettävyyden, hallittavuuden sekä merkityksellisyyden osa-alueilla. Tällaisia kulttuurin tarjoamia elementtejä ovat ympäristön vakaumus, johdonmukaisuus ja ihmisen arvostus. Antonovsky ajatteli kehittämänsä teorian olevan yleisesti sovellettavissa kaikkialla, sillä koherenssin osa-alueet ovat löydettävissä kulttuuritaustasta huolimatta. Merkittävä huomio kuitenkin on, että kaikki kulttuurit eivät kykene tarjoamaan yhtä menestyksekkäitä lähtökohtia. Benz et al. nostaa esiin kulttuuriin integroitumisen ja sen vastakohtana syrjinnän voimakkaina koherenssin vaikuttajina.⁴⁸ Mikäli uskonnon ja kulttuurin voidaan edes väljästi ajatella olevan yhteydessä toisiinsa, myös uskonnon vaikutus koherenssin tunteeseen on ilmeinen. Uskonnollisella vakaumuksella ei tämän tiedon valossa ole merkitystä tutkittavuuden kannalta. Koherenssin tunne ymmärretään synonyymiksi elämänhallinnalle tässä tutkimuksessa, ja lähes tuntematonta aluetta teorialle on uskonto ja tunteet.

Vuonna 2004 kolmessa israelilaisessa yliopistossa on tehty koherenssin tunnetta mittaava tutkimus, johon osallistui yhteensä 261 sattumanvaraisesti valittua yliopisto-opiskelijaa. Heiman on toteuttanut varianssianalyysin, jonka tulokset paljastivat, että nuoremmat opiskelijat käyttivät enemmän emotionaalisia strategioita ja heillä oli enemmän ystävien keskeistä sosiaalista tukea kuin vanhemmilla opiskelijoilla. Työttömät opiskelijat ilmaisivat enemmän stressiä jokapäiväiseen elämään sekä työhön liittyvissä asioissa ja naiset käyttivät miehiä enemmän emotionaalisia selviytymisstrategioita. Heimanin mukaan tehtäväkeskeiset ja emotionaaliset selviytymistilat, työstressi ja perheen tuki selittivät 30 % koherenssin tunteesta. Hän ehdottaakin, että yliopisto-opiskelijoiden vuorovaikutukseen toistensa kanssa tulisi panostaa.⁴⁹

⁴⁸ Benz et al.

⁴⁹ Heiman, 2004.

3. Tutkimuksen toteutus

3.1 Tutkimustehtävä

Tutkimuskysymys on: Millaisia uskonnon ja tunteiden yhdistelmään liittyviä muistoja sekä ajatuksia teologian opiskelijoilla on a) lapsuuteen, b) nuoruuteen ja c) aikuisuuteen liittyen. Ensimmäinen aineistolähtöinen ikäkausiin keskittyvä näkökulma on primaarinen ja toinen teoriapainotteinen näkökulma on sekundaarinen. Analyysiä on lisäksi syvennetty tarkastelemalla tunnetuloksia suhteessa koherenssin tunteeseen. Tämä tutkimus on toteutettu kvalitatiivisella eli laadullisella menetelmällä ja aineiston analyysinä on käytetty aineistolähtöistä sisällönanalyysiä.

Ensimmäisessä vaiheessa on tarkasteltu sekä kategorisoitu kronologisessa järjestyksessä lapsuudessa ja nuoruudessa esiintyneitä muistoja sekä aikuisuudessa olleita ajatuksia uskonnon ja tunteiden yhdistelmästä. Toisessa vaiheessa käsitellään aineiston vastauksia tunteiden näkökulmasta, mikä mahdollistaa myös aiheen tarkastelun suhteessa koherenssin tunteeseen.

Koherenssia on tarkasteltu tässä tutkimuksessa tunteiden kautta. Merkityksellisyys, ymmärrettävyys ja hallittavuus ovat Antonovskyn nimeämiä osa-alueita, joiden perusteella voidaan määritellä koherenssin tasoa.⁵⁰ Tämän tutkimuksen tarkoituksena ei ole ollut määritellä tunnetasoa, vaan löytää koherenssiin yhdistettäviä tunteita, sekä tekijöitä niiden taustalla.

3.2 Aineisto

Tämän tutkimuksen aineistona on käytetty kirkkososiologian professori Anne Birgitta Pessin sekä Helsingin yliopistonlehtori Maija Penttilän tutkimusmateriaalia koskien Helsingin yliopiston teologiopiskelijoiden ajatuksia ja muistoja uskonnon ja tunteiden yhdistelmästä. Aineisto on kerätty vuosina 2018 ja 2019 havaitun vähäisen tutkimuksen vuoksi. Kyselyyn on vastannut 282 vapaaehtoista henkilöä, jotka ovat olleet eri ikäisiä sekä eri opintovaiheessa olevia teologiopiskelijoita. Eniten kyselyyn vastasivat 20–25-vuotiaat opiskelijat, joita oli 129. Yli 50-vuotiaita vastaajia oli 25, joista yli 61-vuotiaita oli neljä.

⁵⁰ Tuloisela-Rutanen 2012.

Taulukko 2 Aineiston sukupuoli-ikäryhmittäin

(N=282)	Alle 20 v.	20–25 v.	26–30 v.	31–40 v.	41–50 v.	51–60 v.	Yli 61 v.
Nainen	16	77	23	26	14	16	3
Mies	4	49	15	20	8	5	1
Muu	0	4	1	0	0	0	0
Yhteensä	20	129	39	46	22	21	4

Opiskelijat ovat sanoittaneet aineistossa uskonnon ja tunteiden yhdistelmää omassa elämässään ja vastaukset vaihtelivat sanan mittaisesta usean lauseen pituisiin. Avoimessa anonymisti täytetyssä kyselylomakkeessa on yhteensä viisi kysymystä, joista kolmea on hyödynnetty tässä tutkimuksessa:⁵¹

Kerro jokin lapsuuteen liittyvä ajatus tai muisto uskonnosta ja tunteista.

Kerro jokin nuoruuteen (12-18v.) liittyvä ajatus tai muisto uskonnosta ja tunteista.

Kerro jokin aikuisuuteen (18v.->) liittyvä ajatus tai muisto uskonnosta ja tunteista.

Kaksi kysymystä aineistosta on rajattu tämän tutkimuksen ulkopuolelle, sillä ne eivät käsittele uskonnon ja tunteiden yhdistelmää ikäkausien näkökulmasta. Tutkimuksen tukena sekä informatiivisena yleiskatsauksena on kuitenkin käytetty kysymystä koskien teologiopiskelijoiden kyselyaineiston teettämisen aikaisia ajatuksia uskonnon ja tunteiden yhdistelmästä.

Mitä sinulle tulee mieleen ilmaisusta: "Uskonto ja tunteet"?

Mitä sukupuoliin liittyviä ajatuksia ilmaisu "uskonto ja tunteet" sinussa herättää?

3.3 Tutkimuksen reliabiliteetti ja eettisyys

Laadullisessa tutkimuksessa pidetään tärkeänä, että vastaajat tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon.⁵² Tästä näkökulmasta on luonnollista, että uskontoon ja tunteisiin liittyviä muistoja ja ajatuksia on kysytty juuri teologiopiskelijoilta. Kokemus aiheesta näkyi myös vastauksissa, sillä ne olivat hyvin kuvailevia sekä syvällisiä. Kuulun itse tarkastelemaani teologiopiskelijoiden yhteisöön, mikä olisi voinut muotoutua ongelmalliseksi

⁵¹ Penttilä & Pessi, 2018-2019.

⁵² Tuomi & Sarajärvi, 2017.

esimerkiksi hypoteesien muodostamisen kannalta. Olen ollut myös itse vastaamassa aineistoon vuonna 2019, mutta koen suhteeni siihen neutraaliksi, enkä ole vaikuttanut esitettäviin kysymyksiin. Avoimet kysymykset ovat antaneet vastaajilleen mahdollisuuden kertoa omista tunteistaan ja muistoistaan juuri itselle sopivan syvällisesti. Mahdollisuutena on ollut myös kertoa, että uskonto ei herätä mitään tunteita. Reliabiliteetin lisäämiseksi aineiston kaikki tulokset on taulukoitu osoittamaan läpinäkyvää tutkimuksen etenemistä.

Anonymiteetin suojaamiseksi vastaukset on nimetty ainoastaan L, N, tai A, osoittamaan mitä ikävaihetta vastaus käsittelee. Tutkimuksessa ei ole määritelty uskontoa, sillä oletuksena jokaisella teologiopiskelijalla on henkilökohtainen käsitys siitä, mitä uskonto heille on. Näin on pyritty välttämään vastauksien vääristyminen ja antamaan huomio vastaajien omille merkityksenannoille.

Reliabiliteetin kannalta on otettava huomioon, että lapsuuden ja nuoruuden muistot on kerrottu aikuisiällä. Ihmisen muisti valikoi ja tulkitsee tietoisesti sekä tiedostamatta, mikä tarkoittaa tiedon vinoutumista. Menneisyys, aiempi tieto sekä hetkellinen tarve vaikuttavat siihen, mitä muistissa säilyy ja mitä on mahdollista palauttaa mieleen. Muistot eivät myöskään pysy muuttumattomina, sillä ne on rakennettava uudestaan joka kerta mieleen palauttamisen yhteydessä. Muiston kertoja lisää usein muistoihin tunteita tai uskomuksia, jotka on hankittu varsinaisen kokemuksen jälkeen.⁵³

3.4 Aineistossa esiintyneet tekijät ja tunteet

Tutkimustehtävän käsittely on aloitettu tarkastelemalla aineistoa kokonaisuutena sekä pelkistämällä vastaukset. Tämän jälkeen uskontoon ja tunteisiin liitetyt tekijät oli mahdollista yhdistää suurempiin kokonaisuuksiin ikäkausittain. Erilaisia osa-alueita muodostettiin aineiston perusteella yhteensä 11, ja ne on nimetty seuraavalla tavalla:

- Uskonnon harjoittaminen
- Toiminta
- Paikka
- Musiikki
- Tuonpuoleinen
- Sosiaalinen ympäristö
- Kirkollinen toimitus
- Opetus

⁵³ Nivala & Mähkä, 2013. 60-62.

- Identiteetti ja vakaumuksen muutos
- Kirkkovuoden tapahtumat
- Media ja kirjallisuus

Tutkimusaineiston ulkopuolelle on jätetty tyhjät vastaukset, sekä sellaiset, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymykseen. Elämänkaareissa liikutaan lapsuudesta aikuisuuteen, eikä vastauksia ole rajattu vastaajien iän perusteella. Jokainen vastaus on käyty läpi niin, että niistä on poimittu sellaiset alkuperäiset ilmaisut, jotka sisältävät uskontoa ja tunteita yhdistävän tekijän, kuten Jumala, rukous, isoäiti, messu, kauneimmat joululaulut tai kirkko. Seuraavaksi esimerkkinä muutama tutkimuksen ulkopuolelle jäänyt vastaus:

L: Ei muistikuvia.

L: Vaikea kysymys.

N: Ei ole.

N: Uskonnon merkityksettömyys elämässä.

N: Luultavasti en ollut tuohon aikaan kovin uskonnollinen ihminen, kun ei mitään erityistä uskontoon ja tunteisiin liittyvää asiaa tule mieleeni.

A: Ei mielenkiintoa osallistua uskonnolliseen toimintaan.

Toimintaan ja uskonnon harjoittamiseen liittyvissä tekijöissä esiintyi päällekkäisyyttä, kuten uskonnollisen yhteisön tapahtuma, jossa harjoitettiin uskontoa. Tällaisessa tapauksessa molemmat yhteydet on huomioitu ja kategorisoitu erikseen. Seuraavassa esimerkissä kristillinen nuorten ilta on yhdistetty toiminnan kategoriaan ja rukoilu uskonnon harjoittamiseen.

N: Muistan yläaste ikäisenä, kun kristillisen nuorten illan lopuksi päätimme rukoilla porukalla. Murruin yhteisrukouksessa kyyneliin, koin syvää rakkautta, hyvyttä ja rauhaa, minkälaista en ollut ennen kokenut.

Raamatun tarinat on sijoitettu lapsuudessa opetuksen kategoriaan, sillä niiden funktio on ollut opetuksellinen, kun taas nuoruudessa ja aikuisuudessa Raamatun lukeminen on sijoitettu median ja kirjallisuuden kategoriaan. Lukuun ottamatta Raamatun tarinoiden kuuntelua tai lukemista tekijät on yhdistetty samankaltaisesti kategorioihin eri elämänvaiheissa. Opetuksen kategoriassa vastaajan rooli on osittain vaihtunut opetettavasta opettajaksi, kuten kesäteologina toimiessa tai uskonnon opettajaksi siirtyessä oppilaan roolista. Ilmauksien

esiintyvyys on laskettu, sekä ryhmitelty eli klusteroitu, jonka jälkeen niistä on luotu yleisemmällä tasolla kuvauksia uskonnon ja tunteiden välisistä yhdistelmistä.⁵⁴

Seuraavaksi on esitelty havainnoiva taulukko aineistosta valittujen alkuperäisten ilmaisujen tulkitsemisesta. Osa-alueet sekä niihin liitetyt tekijät on esitelty tarkemmin tulosluvussa.

Taulukko 3 Esimerkki aineiston redusoinnista.

Alkuperäinen ilmaisu	Tekijä	Uskonnon osa-alue	Tunne/kokemus
”Lapsuudessa muistan kuinka turvallinen olo tuli, kun illalla nukkumaan mennessä luettiin iltarukous. ”	Iltarukous	Uskonnon harjoittaminen	Turvallisuus
” Rippileirillä koin valtavan suurta yhteenkuuluvuuden ja hyväksymisen tunnetta. Leirin jälkeen olin valtavan kiitollinen koetusta.”	Rippileiri	Toiminta	Yhteenkuuluvuuden tunne, hyväksytyksi tuleminen tunne, kiitollisuus
” Ääriuskonnollisten liikkeiden väkivaltaisuudet ovat herättäneet minussa inhotusta. ”	Ääriuskonnolliset liikkeet	Media	Inhon tunne
” Mummon kainalossa kirkossa tuntui turvalliselta. ”	Mummo, kirkko	Sosiaalinen ympäristö, paikka.	Turvallisuus

Tutkimuskysymyksen tunteiden näkökulman tarkastelun pohjana on käytetty myös edellä mainittua taulukkoa, joka on tehty aineiston perusteella. Tunteita käsittelevät vastaukset liittyvät siis aineistosta muodostettuihin uskonnon osa-alueisiin. *Teologiopiskelijoiden elämässä on esiintynyt valtavasti uskontoon liitettyjä tunteita, niin positiivisia kuin negatiivisia.* Tunteiden esiintyvyys lapsuudessa, nuoruudessa sekä aikuisuudessa on laskettu, jolloin jokaiseen osa-alueeseen saatiin eniten sanoitettu tunne koherenssin näkökulmaa ajatellen. Tutkimuksen mielekkyyden kannalta on tärkeää, että tiedämme uskontoon liitetyn tekijän, mikä tunteisiin on vaikuttanut. Koherenssin näkökulmasta voikin kysyä, millaiset

⁵⁴ Tuomi & Sarajärvi, 2017.

asiat lisäävät tai toisaalta vähentävät esimerkiksi uskonnon välittämää turvallisuuden tunnetta. Osa uskontoa ja tunteita yhdistävistä tekijöistä sanoitettiin sekä positiiviseen että negatiiviseen tunteeseen. Aineistosta poimittu esimerkki kahden lähes vastakkaisen tunteen liittämisestä yhteen tekijään lapsuudessa:

L: Jumala oli toisaalta pelottava, toisaalta rakastava.

Esimerkin kaltaisessa vastauksessa sekä pelko että Jumalan rakkaus yhdistetään Jumalaan, joka kuuluu tuonpuoleisen kategoriaan. Koherenssin näkökulmasta positiivisten ja negatiivisten tunteiden määrä on oleellinen, sillä niiden avulla voidaan tarkastella esimerkiksi Jumalan yhteyttä uskonnon kautta yksilön tunteisiin. Kolme ensimmäistä lukua ovat puhtaasti aineistopohjaisia ja tunteita käsittelevä viimeinen tulosluku keskustelee tutkimuksen kanssa tukeakseen koherenssin teoriaa.

4 Tulokset

4.1 Pyhäkoulun tarrat ja iltarukous lapsuuden muistoina

Uskonnon harjoittaminen nousi yksittäisenä kytköksenä selkeästi esiin lapsuuden aineistosta. Useimmiten uskonto ja tunteet yhdistettiin iltarukoukseen, joka saattoi myös olla ainoa uskuntoon liittyvä lapsuuden muisto. Naisopiskelijat sanoittivat iltarukouksen huomattavasti useammin kuin miesopiskelijat. Siihen liitettiin usein myös läheinen, useimmiten äiti tai isoäiti, joka iltarukouksen on lukenut. Iltarukous sanoitettiin perinteeksi, johon liittyi huolien läpi käyminen ja merkityksellinen kahdenkeskinen hetki tärkeän ihmisen kanssa.

L: Joka yö ennen nukkumaanmenoa perheessämme oli tapana rukoilla iltarukous. Iltarukouksessa oli tapana kertoa samalla myös päivän ajatukset ja huolet.

L: Iltarukoukset isomummon kanssa. Muistimme kaikki sukulaiset ja ystävät, sekä lemmikit. Rukoiltiin rimpsuna myös monet lapsuuden rukoukset. Äidiltä opin vielä yhden erilaisen lastenrukouksen.

Toisaalta iltarukouksen unohtaminen tai kertaluontoinen puuttuminen muistettiin negatiivisesti. Rukouksen ja iltarukouksen lisäksi uskonnon harjoittamisena mainittiin jumalanpalvelus, joka koettiin myös turvaa antavana. Pääasiassa lapsuuden aikainen uskonnon harjoittaminen muistettiin positiivisesti, muutamat negatiiviset vastaukset perusteltiin pakollisuudella sekä oman motivaation puuttumisena.

Sosiaalisen ympäristön uskontokytkökset muodostuivat suurimmaksi osaksi lähivanhemmista ja erityisesti isoäidistä, joka yhdistettiin myös kirkkoon. Sosiaalinen ympäristö havaittiin myös sosiaalisen paineen välittäjänä, minkä vuoksi saatettiin osallistua uskonnolliseen toimintaan, joka oli itselle epämiellyttävää. Myös ristiriidat tai jännittynyt ilmapiiri yhteisön sisällä koettiin ahdistavina. Kaksi teologiopiskelijan sanoittamaa vastausta identiteettiin liittyen olivat negatiivisia, ja molemmat liittyivät häpeään omasta uskonnollisuudesta lapsuudessa. Toimintaan liittyvät uskontokytkökset pitivät sisällään pyhäkoulun, seurakunnan päiväkerhon sekä leirit, partion ja suviseurur. Näistä eniten tunteita ja muistoja herättivät pyhäkoulu ja seurakunnan päiväkerho.

L: Kävin pyhäkoulussa pienenä ja siellä koin oloni hyväksi.

L: Tulee mieleen seurakunnan päiväkerho ja siihen liittyvät positiiviset muistot.

Yhteenkuuluvuuden sekä rakastetuksi tulemisen tunne korostui vastauksissa, mutta toiminta muistettiin myös kivoista leikeistä ja lauluista, osallistumistarroista, kavereista, eväistä ja

turvallisesta ilmapiiristä. Vain kaksi negatiivista vastausta liitettiin seurakunnan leirille, jossa aktiviteetti koettiin ahdistavana. Opetukseen ja kouluun liittyvinä uskontokytöksinä pidettiin uskonnon opetusta, joka sisälsi Raamatun tarinoita sekä uskonnollissävytteisiä päivänavauksia. Naisopiskelijat ja miesopiskelijat muistivat molemmat yhtä usein jonkin opetukseen liittyvän tekijän.

L: Ala-asteella opiskeltiin Jeesuksen elämää. Minua kiehtoi enemmän kauniisti piirretyt palmunlehdet ja aasit kuin Jeesuksen sanoma.

Uskonnon opetus sanoitettiin pääosin kiinnostavana, mutta ymmärryksen puute tai turhautuminen antoi muutamisiin vastauksiin negatiivisen otteen. Yhdessä vastauksessa uskonnon opetusta kuvailtiin ahdistavaksi pakkosyöttämiseksi. Päivänavaus koululla koettiin rauhallisena hetkenä, joka rytmitti koulupäivää.

L: Ala-asteen opettaja piti aina hartaushetken aamuisin, sytytti kynttilän ja kertoi jonkun uskonnollisen tarinan.

Mediaan ja kirjallisuuteen on lapsuudessa yhdistetty vain kaksi vastausta. Suviseurojen kuuntelu kesällä radiosta herätti yhdessä vastaajassa turvallisuuden tunnetta ja Joosef lasten elokuvan katselu muistettiin hyvin surullisia tunteita herättävänä.

Musiikki liitettiin useassa yhteydessä uskontoon ja siitä eniten tunteita herättivät kirkossa laulettu Kauneimmat joululaulut, jotka johdattivat joulun aikaan. Näiden lisäksi uskontoon yhdistettiin tunteita herättävinä virret, erityisesti suvivirsi, hengelliset laulut sekä kuoro. Usein musiikin mainitsemisen yhteydessä mainittiin myös laululeikki tai ihmiset, joiden kanssa laulettiin. Virsien veisaamista pidettiin yhdessä vastauksessa vieraannuttavana, mutta suurin enemmistö yhdisti uskonnon ja tunteet positiivisesti musiikkiin.

L: Muistan jo pienenä, että olen liikuttunut hengellisten laulujen äärellä ja kokenut niiden kautta voimakkaita tunteita.

Koti tai lapsuudenkoti mainittiin ainoastaan lapsuudessa uskontokytöksenä, ja siihen liitettiin rakkauden sekä lämmön tunteita. Myös pyhäkoulua kuvailtiin kodinomaisena paikkana, jossa koettiin hyväksytyksi tulemisen tunnetta. Kirkossa käyminen yhdistettiin usein koulun kanssa vierailuun, jolloin se ei pakollisuutensa vuoksi herättänyt positiivisia tunteita. Yhdessä vastauksessa kuvailtiin kirkon krusifiksien aiheuttaneen surua. Vapaa-ajalla kirkossa käyminen kuitenkin yhdistettiin kunnioitukseen Jumalaa kohtaan, rauhan tunteeseen tai turvalliseen ihmiseen.

Tuonpuoleinen nousi lapsuuden aineistosta esiin monipuolisuudellaan sekä tunteiden vastakkain asettelulla. Jeesus kuvailtiin hyvin suurena ja turvallisena, mutta pelkoa aiheutti

ajatus Kristuksen toisesta tulemisesta. Jumalaa pidettiin tuntemattomana, toisaalta pelottavana, mutta rakastavana, eikä Hänen olemassaoloaan kyseenalaistettu.

L: Muistan miettineeni, että Jeesus on tosi suuri. Isompi kuin jättiläiset ja kerrostalot. Se tuntui turvalliselta.

Ajatus Jumalasta tuotti myös syyllisyyden sekä syntisyyden tunteita, mikä koettiin ahdistavana. Enkeleitä puolestaan kuvailtiin lapsia suojelevina, ja tunteita herätti kokemus enkelin näkemisestä. Opiskelijat sanoittivat tunteita herättävinä uskonnollisina asioina myös paratiisin, Helvetin, Saatanan, Taivaan ja Pyhän Hengen.

L: Muslimi-isän opetus paratiisista ja helvetistä ja siihen liittyvä syyllisyyden ja riittämättömyyden tunne. En pysty toimimaan oikein ja pääsemään paratiisiin.

Taivaaseen yhdistettiin pelko sinne eksymisestä sekä pohdinta, että millaista siellä on. Myös riittämättömyys ja ikuisuus yhdistettiin taivaaseen. Vain naisopiskelijat sanoittivat aineistossa kuolemaan liittyviä muistoja, kuusi kertaa. Helvetti ja Saatana kuvailtiin ahdistavina ja pelottavina asioina, etenkin pelko läheisten joutumisesta Helvettiin.

Kirkollisena toimituksena hautajaiset yhdistettiin lähes poikkeuksetta surun tunteeseen. Sen määrää saatettiin kuvailla pieneksi tai suureksi, ja välillä siihen liittyi myös läheisten surun näkeminen itkuna. Hautajaisten lisäksi mainittiin häät muutaman kerran, mutta niihin ei liitetty erityisiä muistoja tai tunteita. Kouluun siunaamista kuvailtiin rauhan sekä ilon tunnetta tuovaksi. Kirkkovuoden tapahtumista joulu sanoitettiin monella eri tavalla, kuten lämminhenkinen joulukirkko sukulaisten seurassa, erilaiset lasten joulujuhlat sekä Pyhän Lucian juhla.

L: Joulujuhla rauhanyhdistyksellä, jossa jaettiin pienet paperipussukat lapsille, siellä oli muun muassa omena ja suklaa ja rusinoita.

Toisaalta joulu muistettiin lahjoista tai joulunäytelmän halutusta roolista, johon vastaaja oli valittu. Pääsiäinen sanoitettiin ainoastaan kertaalleen.

4.2 Rippikoulun kokonaisvaltainen osallisuus nuoruudessa

Nuoruuden aineisto erottautui toimintaan sisältyvillä tekijöillä. Rippikouluun ja rippileiriin yhdistettiin merkittävä määrä muistoja, kuten hartaudet ja ohjelmat, konfirmaatio sekä isosena toimiminen, nämä liitettiin sanapariin uskonto ja tunteet yhteensä 53 kertaa.

N: Rippileiri ja sen jälkeinen toiminta omassa hengellisessä yhteisössä.

N: Rippikoulu, ystävät.

N: Rippileirin iltanuotiot.

Pyhyden tunnetta, uskoon tulemisen kokemuksia ja uskon vahvistumista yhdistettiin rippikouluun. Oivalluksena rippikouluun liittyen koettiin yhdessä vastauksessa Jumalan olemassaolo ja tunne siitä, että Hän on läsnä. Keskenkäisy ihmisenä sanoitettiin kerran rippikoulussa muotoutuneeksi tunteeksi. Iltahartaudet kuvailtiin positiivisena, välillä koskettavanakin kokemuksena. Ristiriitaisia tuntemuksia saattoi aiheuttaa osallistuminen tiettyihin aktiviteetteihin tai konservatiivisuus.

N: Rippikoulussa pienellä paikkakunnalla ilmeni vahvasti kuinka konservatiivinen seurakunta siellä oli. Sen vuoksi suhde uskontoon muuttui kylmäksi.

Pettymys sanoitettiin ennakkokäsitykseen, jonka mukaan odotettiin rippikoulun tarjoavan henkisellä tasolla jotain enemmän mitä todellisuudessa oli saatu. Ahdistus rippikoulusta liitettiin siihen, että osallistuminen ei ollut nuorena oma päätös. Näissä tapauksissa vanhemmat halusivat, että nuori konfirmoidaan. Ulkoa opeteltavat tekstit herättivät ärsytyksen tunnetta, etenkin jos niiden sanomaa ei sisäistetty. Kuitenkin ulkoläksyjen opettelu muistettiin positiivisena yhdessä tekemisenä.

Konfirmaation luonne on uskonnon harjoittamista, mutta samalla se on niin kiinteä osa rippikoulua, että on tästä syystä sijoitettu toiminnan alakategoriaan. Se yhdistettiin onnellisuuteen ja toisaalta epävarmuuteen ja pelkoon riittämättömyydestä ehtoolliselle. Tämän kuvailtiin johtuvaksi siitä, että ei luotettu oman uskon riittävyteen. Toisaalta rippikoulun kautta sanoitettiin myös ymmärrystä omasta uskonnollisuuden tasosta, joka olikin syvempi kuin itse oli ajatellut. Rippijuhlat muistettiin arvokkaana juhlan ja usein positiivisissa rippikouluun liittyvissä vastauksissa oli maininta isostoiminnasta, johon oli hakeuduttu. Rippikoulun lisäksi toimintaan liittyviä uskontokytöksiä olivat seurakunnan nuorisotoiminta, Raamattupiiri sekä seurakunta. Näiden lisäksi yksittäisiä vastauksia olivat kirkon antama kriisityö, partio ja nuorille suunnattu Teenstreet- leiri sekä Maata näkyvissä- festarit.

Toimintaa yhdistivät vahvasti yhteenkuuluvuuden ja yhteisöllisyyden tärkeys, mikä näkyi myös negatiivisissa vastauksissa.

N: Herätysliikkeen tapahtumassa ollessani tunsin oloni surulliseksi ja pettyneeksi, kun ystäväni/tuttavani eivät täysin hyväksyneet arvomaailmaani.

Identiteetti ja vakaumuksen muutos herättivät paljon uskonnon ja tunteiden välisiä ajatuksia nuoruudessa, niin positiivisia kuin negatiivisia. Oman uskon löytäminen mainittiin kymmenen kertaa, uskon hylkääminen pettymyksen tai petetyksi tulemisen seurauksena sekä ateismi sanoitettiin yhteensä kuudesti. Viha uskonnollisia asioita kohtaan mainittiin kahdesti. Ateismia kuvailtiin kapinalliseksi sekä katkeria tunteita sisältäväksi vakaumukseksi elämän vääryyksistä johtuen.

N: Nuorena olin ateisti, tunteeni uskontoon liittyen oli viha, kauna ja katkeruus sekä syvä uhriuden kokemus elämässä. Tunsin että minua oli kohdeltu elämässä väärin ja se oli Jumalan vika, kostoksi kielsin Jumalan.

Uskoon tuleminen herätti vastaajissa myös suuria tunteita, kuten kokemuksen elämän mullistumisesta, rauhasta, voimakkaasta rakastetuksi tulemisen tunteesta ja toisaalta Helvetin pelosta. Nuoruudessa Jumalan etsiminen sanoitettiin viisi kertaa sekä hengellinen etsiminen kolme kertaa. Uskontoon yhdistettiin myös oman identiteetin etsiminen sekä häpeä omasta uskonnollisuudesta tai siihen liittyvistä perinteistä. Merkittävän negatiivisena uskontokytöksenä aineistossa esiintyi seksuaalinen identiteetti tai sen etsintä ja siihen yhdistetty tunne kelpaamattomuudesta. Epäonnistumista sekä häpeää koettiin sukupuolirooliin sopeutumattomuudesta yhteisössä.

Sosiaalinen ympäristö yhdistettiin usein uskonnolliseen yhteisöön, joka sanoitettiin aineistossa kahdeksan kertaa positiivisessa yhteydessä ja neljä kertaa negatiivisessa yhteydessä. Positiivinen yhteys liitettiin poikkeuksetta yhteenkuuluvuuden sekä hyväksytyksi tulemisen tunteeseen tiiviissä uskonnollisessa yhteisössä. Negatiivinen vastaus liittyi epävarmuuteen oman uskon oikeanlaisuudesta tai torjutuksi tulemisen tunteeseen ja hylkäämisen pelkoon. Kymmenessä vastauksessa ystävät herättivät uskontoon liitettäviä tunteita, jotka olivat kaikki positiivisia ja liittyivät kuulumisen tunteeseen. Usein ystävät mainittiin olevan seurakuntalaisia, mikä selittää uskontoon liittyvän yhteyden. Lisäksi isovanhemmat mainittiin viisi kertaa, lähinnä rakkaan ihmisen menetyksen yhteydessä.

N: Isoisän kuolema, olin noin 16-vuotias. Mietin kuolemanjälkeistä elämää lohtua hakien ja ensimmäisiä kertoja elämässäni suorastaan halusin uskoa taivaaseen.

Hautajaiset yhdistettiin suruun kuusi kertaa, ja kerran lohtua tuovaksi. Itkemistä kuvailtiin puhdistavana kokemuksena, jonka avulla jatkuva sureminen muutti muotoaan hautajaisissa.

Nuoruuden aineistossa kuoleman tai kriisin yhteydessä sanoitettiin kyseenalaistamista erityisesti Jumalaa sekä kuoleman jälkeisiä tapahtumia kohtaan. Taivas ja kuoleman jälkeiset tapahtumat sanoitettiin aineistossa kolme kertaa, ja ne yhdistettiin lähinnä toivoon tai epäilykseen.

N: Koin jonkin aikaa tuona aikana uskonnon negatiivisena asiana, mummon kuoleman vuoksi ja heräsi kysymys miksi kaikkivaltias Jumala sallii pahan

Ajatukset siitä, että Jumala ei kuule tai välitä, johtivat hylätyksi tulemisen kokemukseen. Toisaalta henkilökohtaista yhteyttä Jumalaan tavoiteltiin rukouksella, joka koettiin rukousvastauksien välityksellä turvana ja lohtuna. Kahdessa vastauksessa rukoilun sanoitettiin helpottavan yksinäisyyttä ja vähentävän masennusta. Lisäksi uskonnon harjoittamisena mainittiin jumalanpalvelus neljä kertaa ja ehtoollinen kahdesti. Rukoilu mainittiin aineistossa 16 kertaa, ja niistä vain yksi sanoitettiin iltarukoukseksi.

N: Nuoruudessani oli monenlaisia epävarmuutta ja murhetta tuovia tekijöitä ja ympärilläni oli hyvin vähän ihmisiä, joiden puoleen kääntyä vaikeine kysymyksineni. Iltaisin rukoilin ja toin näitä ahdistuksen, epävarmuuden ja pelonkin sekaisia ajatuksia ja tunteita Jumalalle ja koin, että se auttoi elämässä eteenpäin.

Kirkko, luonto ja koulu käsittivät paikkaan sijoittuvat uskonnon ja tunteiden väliset yhteydet nuoruudessa. Toisin kuin lapsuudessa, nuoruudessa ei mainittu kotia. Kirkkoa kuvailtiin rauhoittavana sekä turvallisena paikkana, ja Pyhä henki liitettiin uskoon tulemisen kokemuksen lisäksi myös kirkkoon. Pyhän kokemuksia ja hyvää oloa sanoitettiin myös luontoon.

N: Pyhän tunteukset metsässä liikuessa. Etenkin auringonlaskun katselu metsässä kalliolla. Voimakas hyvä olo, kyky itsetutkiskeluun vahvistunut.

Merkittäviä kirkkovuoden tapahtumia nuoruudessa olivat joulu ja pääsiäinen. Useimpaan jouluun liittyvään vastaukseen ei liitetty tunnetta, mutta mummi, joulukirkko sekä joululaulut niissä mainittiin usein.

N: Yksittäistä muistoa en osaa sanoa, mutta suurten kirkollisten juhlapyhien merkitys on muuttunut hauskoista joulupukki-, pääsiäistipu-juhlista enemmän onnellisiksi, merkityksellisiksi juhliksi.

Musiikki yhdistettiin pääasiassa levollisuuteen kuoron, hengellisten laulujen, Kauneimmat joululaulut- tapahtuman sekä yleisesti musiikin sanoitusten kautta. Myös pyhiä kokemuksia ja yhdessäoloa yhdistettiin musiikkiin.

N: Riihikirkkohymni saa edelleen ihon kananlihalle. En tiedä olenko koskaan sen jälkeen kokenut olevani yhtä lähellä jotain jumalallista.

Media ja kirjallisuus yhdistettiin uskontoon ja tunteisiin nuoruudessa yhdeksän kertaa, ja ne liittyivät neljästi Raamattuun tai sen kertomuksiin. Raamatun koettiin antavan apua ja vastauksia tekstien kautta, mikä sanoitettiin lohduttavaksi ja turvaa antavaksi. Yksi teologiopiskelija kertoi kirjoittaneensa uskonnollisia sävytteitä sisältäviä runoja nuoruudessa. Lisäksi Juuret- kirja sekä The Bible- sarja koettiin ahdistavina, X-Files tv-sarja mielenkiintoisena uskonnollisten asioiden pohdinnoissa ja sosiaalisen median kanava Youtubessa vaikutteita välittävänä.

N: Seurasin Youtubessa erittäin ateistista henkilöä, ja päädyin pohjaamaan omat ajatukseni uskonnosta hänen ajatuksiinsa. En ollut miettinyt omaa suhtautumistani uskontoon joten ikään kuin esitin ateistia sen suuremmin pohtimatta.

Pääasiassa nuoruuden uskonnon opetus yhdistettiin negatiivisiin tunteisiin sekä kyseenalaistamiseen, ja yhdessä vastauksessa kerrottiin, että koulussa syrjittiin. Erityisesti uskonnon opettajaa pidettiin epäpätevänä ja yksi vastaaja koki, että opettaja oli loukannut hänen uskonnonvapauttaan kokeilulla, jossa rukoiltiin tunnilla yhdessä islamin tapaan.

N: Tunteet omaa uskoa kohtaan olivat yläasteaikaan ristiriitaiset, kun niille sai kannatusta ja tukea esim. isostoiminnasta, mutta uskonnon opettaja sai aikaan vain kyseenalaistamista ja negatiivisia tunteita uskontoon liittyen.

N: Sain uskonnosta yläasteella stipendin ja se tuntui hyvältä.

Yhdessä positiivisessa vastauksessa kuitenkin sanoitettiin ihailua juuri uskonnon opettajaa kohtaan, joka omalla innostuksellaan oli lisännyt myös vastaajan kiinnostusta uskonnollisiin asioihin. Toinen positiivinen vastaus liittyi onnistumisen kokemukseen juuri uskonnon tunneilla.

4.3 Voimaannuttava suhde omaan uskonnollisuuteen aikuisuudessa

Aikuisuuden aineistossa uskontoon ja tunteisiin yhdistettiin määrällisesti eniten identiteettiin ja vakaumuksen muutokseen liittyvät tekijät. Merkittävää on, että ainoastaan viisi vastausta olivat negatiivisia. Itsensä vertailu muihin mainittiin kolmesti, ja se liitettiin lähinnä alemmuuden tunteeseen tai pelkoon oman uskonnon harjoittamisen riittävydestä. Myös uskonnon liiallinen vaikuttaminen henkilökohtaisiin moraalikäsitteisiin aiheutti katkeruuden tunteen. Uskon menetys läheisen ihmisen kuoleman vuoksi sanoitettiin kerran ja pettymys Jumalaan kerran, mutta uskosta vapaaehtoisesti luopuminen koettiin positiivisesti vapauttavana. Uskon etsiminen sanoitettiin seitsemän kertaa ja uskon löytäminen kahdeksan kertaa. Uskon löytäminen yhdistettiin tietoisesta etsimisestä tulokseksi tai yllättäen tapahtuneeksi kääntymykseksi. Sitä kuvailtiin myös ristiriitaisten pohdintojen tulokseksi. Myös teologian opinnot sekä opiskelutoverit herättivät useassa vastauksessa pohdintaa omaan uskoon liittyen.

A: Vasta teologian opiskelu on herättänyt minut ajattelemaan suhdettani Jumalaan ja kristinuskoon. Jumalalla on mielestäni hyvin terapeuttinen funktio. Helpottavaa ajatella, että on jotain/joku, joka rakastaa ilman ehtoja.

Suhde omaan uskoon yhdistettiin iloon, hämmennykseen, lohtuun, rauhaan, rakkauteen, luottamukseen, hyväksynnän tunteeseen sekä kiitollisuuteen. Erityisen merkityksellisenä ajatuksena pidettiin sitä, ettei ole yksin ja pääasiassa oma suhde uskontoon koettiin hyvin henkilökohtaisena sekä itseä tyydyttävänä ja voimaannuttavana.

A: Löysin tasapainon siitä, kuka olen uskonnollisena ihmisenä. Uskonnolla on minulle yksilönä suuri merkitys, mutten koe tarvetta piilotella tai tuoda sitä esiin.

Uskonnon koettiin olevan myös moraalikäsitteisiin vaikuttava sekä helpottava tekijä aikuisuudessa kohdattujen kriisien käsittelyssä, kuten vaikean parisuhteen päättymisen aikana. Yhdessä vastauksessa kuvailtiin raskasta elämäntilannetta, johon uskonto antoi toivon elämään. Anteeksiantaminen mainittiin yhtenä asiana, johon usko vaikutti, myös ymmärryksen sekä henkisen kasvun koettiin lisääntyneen sen avulla.

Uskonnon harjoittaminen nousi esiin aineistosta vähemmän kuin lapsuudessa tai nuoruudessa. Ehtoollinen mainittiin seitsemän kertaa, josta kolme kertaa vastaaja toimi itse ehtoollisavustajana. Tehtävä herätti vastaajissa jännittyneisyyden sekä hartauden tunnetta. Ehtoollisen sekä siunauksen saamista kuvailtiin myös helpottavana ahdistukseen, ja niihin liittyi useassa vastauksessa pyhyiden läsnäolon tunne. Varusmiespappina toimiminen sekä avustustehtävät messuissa herättivät tunteita, kuten ylpeyttä sekä arvokkuutta.

A: Toimiessani varusmiespappina koin vaikuttavaksi hetken, kun olin metsässä jakamassa ehtoollista ja näin valtavan joukon tulevan ehtoolliselle.

Vigilia eli ortodoksinen juhlapalvelus, ortodoksinen liturgia, katolisen kirkon messu sekä jumalanpalvelus sanoitettiin kaikki aikuisuuden aineistossa kertaalleen. Näihin kaikkiin kuvailtiin liittyvän yhteisöön kuulumisen tunne. Rukoilun välityksellä pyydettiin apua sekä johdatusta elämään, ja se herätti vastaajissa iloa sekä lohdullisuutta. Perinteiden välittämistä omille lapsille pidettiin myös tärkeänä, kuten iltarukouksen opettamista. Yhdessä vastauksessa kuvailtiin rukoilua ainoaksi asiaksi, joka tuntui mahdolliselta erittäin vaikeassa tilanteessa. Sitä pidettiin myös viimeisenä mahdollisena asiana, jonka voi tehdä toisen ihmisen puolesta.

A: Kun mikään muu ei enää auta, ristiä kätensä ja rukoilee ihmettä. Tein näin äitini kuolinvuoteen äärellä.

Tuonpuoleinen mainittiin aikuisuudessa 15 kertaa, ja liittyi useimmiten Jumalaan sekä rauhan tunteeseen. Koettiin, että Jumala ymmärtää ja on läsnä. Jumalakuvan sanoitettiin muuttuneen rakastavaksi isähahmoksi, joka ei hylkää. Yhdessä vastauksessa kuvailtiin helpotusta siitä, että Jumala tuntui tarpeettomalta. Tunteisiin vaikuttavana pidettiin myös sitä, miten itse Jumalan näkee.

A: Kokemuksiin ja tunteisiin vaikuttaa se millaisena Jumalan näkee, lempeänä ja armahtavana vai tuomitsevana.

Jälleennäkemisen toivoa pidettiin helpottavana läheisen kuolemaa käsiteltäessä, mutta ajatukset kuoleman jälkeisestä ajasta sanoitettiin epäilystä herättävinä ja pelastuksen saavuttaminen vaikeasti tavoitettavana.

Toimintaan liittyviä vastauksia oli vain seitsemän, ja ne käsittelivät toimintaa omissa seurakunnassa, uskonnollista leiriä, Suviseuroja, hyväntekeväisyyttä sekä Paavin tapaamista. Seurakunnan toiminta herätti pääasiassa myönteisiä tunteita, kuten yhteisöllisyyttä ja toisten ihmisten kohtaamista, mutta myös turhautumista tai vastuutehtävistä johtuvaa ahdistusta. Suviseuroissa käyminen koettiin nostalgisena ja iloa tuottavana, vastaajan edellisestä kerrasta tapahtumassa oli kulunut kuusi vuotta. Toiminta tuotti useassa vastauksessa mielihyvää sekä iloa vastaajalle.

A: Kävin Tallinnassa tapaamassa paavia viime syksynä, ja koko reissu oli todella innostava. Löysin sisäisen fanityttöni.

Opetukseen liitetyistä vastauksista osa oli toiminnallista, kuten rippileirin opettajana toimiminen ja nuorten opastaminen heidän uskoon liittyvissä asioissaan. Teologian opiskelu

oli herättänyt yhden vastaajan pohtimaan omaa uskonnollisuuttaan ja yhdessä vastauksessa kerrottiin lukion uskonnon opetuksen olleen hyvää, sekä positiivisia näkökulmia tulevaisuuteen tarjoavaa. Teologiopinnot mainittiin neljä kertaa ja uskontoon liittyvät mielipideasiat kaksi kertaa. Kristillinen kansanopisto sanoitettiin vastauksissa kerran ja islamin opettaminen koulussa kerran, molemmat pitivät sisällään hyvin positiivisia ajatuksia. Yhteensä opetukseen liittyviä vastauksia oli yhdeksän.

A: At the university, I went to Theology faculty and I learned every single details in Islam, after the university I was a Religion and Ethics teacher in Turkey. I was teaching the Islam to the students. In Islam, it is the important to teach someone what you learned. It was a pray for me to teach Islam.

Raamatun sekä uskonnollisia aiheita sisältävien artikkelien lukeminen on sijoitettuna median ja kirjallisuuden alakategoriaan, vaikka yhden kerran Raamatun lukeminen yhdistettiin oivallukseen pelastuksen saavuttamisesta. Kahdessa vastauksessa Raamatun lukemista kuvailtiin toivoa sekä iloa antavana, ja uskonnollisen artikkelin lukeminen herätti kaipauksen tunnetta uskontoa kohtaan. Uskonnollinen kirjallisuus mainittiin aikuisuuden aineistossa yhteensä neljä kertaa. Media yhdistettiin lähes jokaisessa vastauksessa negatiiviseen kokemukseen, joka johtui erimielisyyksistä ja maailmalla tapahtuvista uskontoon liitettävistä ikävistä asioista. Yksi vastaus mainitsi eroakirkosta.fi- sivuston, jonka kautta oli itse päättänyt erota kirkosta.

A: Negatiivisia kokemuksia seurattessani ihmisten päämäärättömiä kinasteluja liittyen uskontoihin joko mediassa tai lähipiirissä.

Kirkollinen toimitus liittyi useimmiten oman lapsen tai lapsenlapsen ristiäisiin, häihin tai läheisen ihmisen hautajaisiin. Ristiäisiin yhdistettiin rakkauden kokemus sekä tunne siitä, että on jotain suurempaa suunnitelmaa. Yhden kerran mainittiin aikuiskaste, jonka vastaaja oli saanut haettuaan tukea elämäänsä uskosta masennuksen vuoksi. Hautajaisiin liitettiin surun lisäksi kuoleman jälkeinen aika, toivo jälleennäkemisestä, turva, sekä itkemisen lohdullisuus.

A: Lohdullisuus. Olin läheisen tuttavani hautajaisissa. Olin luvannut itselleni etten itke, mutta tuntui hyvältä ja lohdulliselta itkeä kirkossa. Näin pääsin irti jatkuvasta surusta.

Kolme vastausta liittyi papin toimintaan kirkollisen toimituksen aikana. Yhdessä vastauksessa puhetta hautajaisissa pidettiin tunteettomana, eikä sen koettu auttavan surun käsittelyssä. Toisessa vastauksessa papin puhetta pidettiin omissa häissä liian kaavamaisena, ja positiivisessa vastauksessa kuvailtiin papin puhe ristiäisissä liikuttavana sekä omaa elämää

koskettavana.

Sosiaalinen ympäristö käsitteli teologiyhteisöä ja uskonnollista yhteisöä ainoastaan seitsemän kertaa, ja ne herättivät sekä positiivisia, että negatiivisia tunteita. Erimielisyydet teologiopiskelijoiden yhteisössä aiheuttivat ihmetystä ja suuttumusta, mutta uusia ystäviä tiedekunnan sisältä arvostettiin ja pidettiin hyvin tärkeinä. Seurakunnan aktiivijäseniä kuvailtiin suvaitsemattomiksi sekä kykenemättömiksi kriittiseen ajatteluun, mutta toisaalta seurakunnan kerrottiin auttavan sopeutumisessa uuteen asuinympäristöön.

A: Koin yhteenkuuluvuutta uudessa seurakunnassani muiden uskovien kanssa kun muutin yksin Helsinkiin.

Musiikki yhdistettynä uskuntoon ja tunteisiin sanoitettiin lähes jokaisessa vastauksessa liikutuksena, herkistymisenä tai itkuna. Musiikki yhdistettiin kuoroon, gospeliin, urkumusiikkiin tai yhteislaulujen laulamiseen ja se sai aikaan voiman tunteen, iloa, empatiaa ja onnellisuutta. Yhdessä vastauksessa musiikin kuuntelu herätti spiritualistisen kokemuksen. Ainoa kirkkovuoden tapahtuma aikuisuuden aineistossa oli joulukirkko, johon liitettiin myös musiikki ja yhteenkuuluvuuden tunne.

A: Gospelmusiikki on puhutellut ja koskettanut, tuonut iloista ja onnellista oloa.

Paikkaan liittyviä vastauksia oli seitsemän, ne liittyivät kirkkoon, luontoon, kaupunkiin sekä alttariin. Johanneksen kirkko mainittiin kahdesti, kaikkia paikkoja yksinäisyyteen liitettyä kaupunkia lukuun ottamatta yhdisti pyhyiden tunne. Kirkkoa kuvailtiin myös kotoisaksi ja rauhalliseksi, merkittävänä koettiin yhteenkuuluvuuden tunne, joka korostui kirkossa samalla tavalla uskovien seurassa.

A: Kirkossa on rauhallista, viileää ja siellä tuoksuu hyvälle.

Seuraavaksi on esitetty tuloksia kokoava taulukko aineistossa esiintyvistä uskuntoa ja tunteita yhdistävistä tekijöistä, sekä niiden esiintyvyys.

Taulukko 4 Kategoriat sekä niiden esiintyvyys aineistossa.

	Lapsuus	Nuoruus	Aikuisuus	Yhteensä
Uskonnon harjoittaminen	73	23	23	119
Toiminta	44	73	7	124
Paikka	22	16	6	44
Musiikki	25	14	9	48
Tuonpuoleinen	58	21	15	72
Sosiaalinen ympäristö	36	30	7	73
Kirkollinen toimitus	6	5	12	23
Opetus	12	5	9	26
Identiteetti ja vakaumuksen muutos	4	32	47	83
Kirkkovuoden tapahtumat	21	10	2	33
Media ja kirjallisuus	2	9	6	19

Uskonnon harjoittaminen ja toiminta olivat selkeästi eniten mainitut uskonnon osa-alueet, joista lapsuudessa uskonnon harjoittaminen ja siihen yhdistetty turvallisuuden tunne, sekä nuoruudessa toiminta ja siihen yhdistetty yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuuden tunne sanoitettiin useimmiten.

4.4 Teologiopiskelijoiden tunteiden ja uskonnon yhteys koherenssin näkökulma huomioiden

Seuraavaksi on käyty läpi aineistossa usein esiintyneitä tunteita niin, että tunneparit on aseteltu positiivinen versus negatiivinen, joka on myös auttanut hahmottamaan ikävaiheille tyypillisimmät uskontoon yhdistetyt tunteet. Lapsuudessa tunnemainintoja oli 140, ja eniten sanoitettu yksittäinen tunne turvallisuus, nuoruudessa tunnemainintoja oli 141 ja eniten sanoitettuja olivat yhteisöllisyys sekä yhteenkuuluvuus ja aikuisuudessa tunnemainintoja oli 168, suosituin niistä onnellisuus. Ilo esiintyi lähes tasaisesti kaikissa ikäluokissa. Näiden tunteiden vastapareiksi on valittu turvattomuus, ulkopuolisuus, suru sekä pettymys. Kaikkien tunneparien yhteyttä koherenssiin on tarkasteltu aiemman tunnetutkimuksen valossa.

4.4.1 Turvallisuus versus turvattomuus

Kaikissa ikävaiheissa uskontoon yhdistettiin paljon turvallisuutta tuovia tunteita. Lapsuuden tunteista 36 % liittyi suoraan turvallisuuteen tai tuotti turvallisuutta muiden tunteiden kautta. Lapsuudessa, nuoruudessa sekä aikuisuudessa turvallisuus ja rauha yhdistettiin useimmiten uskonnon harjoittamiseen. Eniten turvallisuutta välittävä yksittäinen uskontoon liitetty tekijä oli lapsuudessa esiintynyt uskonnon harjoittaminen. Nuoruudessa ja aikuisuudessa turvallisuuden tunnetta välitti usein rauhan tunne.

Turvattomuutta lapsuudessa aiheutti tuonpuoleinen, joka sanoitettiin usein pelkona tuntemattomasta. Toisaalta uskonnon turvattomuutta välittävä elementti kaikkiin lapsuudessa sanoitettuihin tunteisiin nähden oli vähäinen, 8%. Tuonpuoleinen yhdistettiin poikkeuksellisen usein turvattomuutta aiheuttavaan olotilaan, kuten hyläytyksi tulemisen tunteeseen. Myös asioiden ymmärtämättömyydellä oli turvattomuuteen johtavia seurauksia.

L: Äiti oli uskovainen ja turvallinen. Myös nuorena turvani ja uskottuni.

L: Lapsena minua ahdisti ajatus tuomitsevasta Jumalasta. Uskoin tämän olemassaoloon, mutta uskoon liittyi enimmäkseen pelonsekaisia tunteita.

L: Ymmärtämättömyys, jos on uskonnollinen, miksi tapahtuu niin pahoja asioita.

Nuoruudessa turvallisuus yhdistettiin useita kertoja moneen tekijään, mutta ei vaikuttanut olevan ikäkaudelle yhtä merkittävässä roolissa kuin lapsuudessa koettu turvallisuus.

Turvattomuutta sanoitettiin ahdistuksen, pelon ja epävarmuuden kautta.

N: Erityisesti yhteisiin hartauksiin ja iltahetkiin liittyi rauhan, hyvän olon ja turvallisuuden tunne.

N: Kuoleman pelko, suru hautajaisissa, konfirmaatioissa onnellisuus ja merkityksellinen olo.

Kuoleman pelko on hyvin vahvasti pelkoa ja turvattomuutta aiheuttava tunne. Ihminen voi pelätä kuolleena olemisen tilaa, tai kuolevaisuutta eli ajatusta siitä, että elämä loppuu.

Kuoleman pelkoa voi aiheuttaa myös kuoleman ajankohdan pelkääminen, jolloin ihminen kuolisi kokematta kaikkea haluamaansa elämässä. Kuolemisen tapa, kivut tai pitkäaikainen sairaus aiheuttavat pelkoa ja oman kuoleman lisäksi voidaan pelätä läheisen kuolemaa.⁵⁵

Kuoleman pelon voidaan hahmottaa olevan koherenssia laskeva tunne, ja lisäksi se kertoo lähtökohtaisesti hyvin alhaisesta turvallisuuden tunteesta elämässä. Kuoleman pelkoa

⁵⁵ Heikkinen, 2016. 116-117.

uskontoon yhdistettynä tunnettiin lapsuudesta aikuisuuteen erittäin vähän, 0,5%.

Aikuisuudessa sekä nuoruudessa mainittu uskontoon yhdistetty epävarmuuden tunne luokitellaan hyvin merkittäväksi stressitekijäksi elämässä, ja epävarmuuden minimoimiseen käytetään paljon voimavaroja.⁵⁶

Aikuisuudessa turvallisuuden ja uskonnon yhteyttä sanoitettiin monien eri tunteiden kautta, joista eniten sanoitettu oli rauha, 7% kaikista aikuisuuden tunnemaininnoista. Useat turvallisuutta tuottavat tunteet yhdistettiin Jumalaan rakkauden tai Hänen läsnäololleen. Jumalan rakkauden kokemuksen voidaan ajatella tuottavan vahvaa turvallisuuden tunnetta, ja se esiintyi aikuisuuden vastauksissa 5,5% tunnemaininnoista. Kristillisestä viitekehyksestä Jumalan rakkautta voidaan kuvailla Raamatussa esiintyvällä rakkauden sanalla agape, joka tarkoittaa pyyteetöntä, itsensä uhraavaa ja altruistista Jumalan osoittamaa rakkautta. Jumalan rakkauden kokemuksella on ollut pitkälle kantavia vaikutuksia pappien elämässä, ja keskeisin ilmenemismuoto on ollut ihmissuhteisiin liittyvät muutokset ja asenteet. Jumalan rakkaus koettiin myös persoonana, joka ohjaa ihmistä vanhemman roolissa.⁵⁷

A: Jumalalla on mielestäni hyvin terapeuttinen funktio. Helpottavaa ajatella, että on jotain/joku, joka rakastaa ilman ehtoja.

A: Aikuisiällä minulla oli uskonnollinen kokemus, jossa Jumalan rakkaus ja hyvyys tulivat minulle hyvin konkreettisiksi tunnetasolla.

⁵⁶ Nummenmaa, 2019.

⁵⁷ Parviainen, 2017.

Taulukko 5 Aineiston turvallisuutta sekä turvattomuutta tuottavat tunteet ja niiden esiintyvyys.

Ikävaihe	Turvallisuus	%	Turvattomuus	%
Lapsuus	Turvallisuus 37 Rauha 5 Rakkaus 2 Rakastetuksi tulemisen tunne 2 Luottamus 3	36	Pelko 8 Ymmärryksen puute 2 Kuoleman pelko 1	8
Nuoruus	Turvallisuus 9 Rauha 14 Rakkaus 2 Jumalan läsnäolon kokemus 1 Jumalan rakkauden kokemus 1	18	Epävarmuus 1 Pelko 2 Kuoleman pelko 1 Ahdistus 5	6
Aikuisuus	Turvallisuus 5 Rauha 12 Jumalan rakkauden kokemus 9 Rakkaus 6 Luottamus 2 Levollisuus 1 Jumalan läsnäolon kokemus 5 Johdatuksen kokemus 7	28	Ahdistus 1 Pelko 1 Epävarmuus 2 Jumalan pelko 1	3

Antonovskyn teorian mukaan koherenssin tunteen kehityshuippu sijoittuu lapsuuden aikaan, ja E.H Eriksonin psykososiaalisen kehitysteorian valossa lapsen perusluottamus ja turvallisuuden saavuttaminen ovat terveelle kehitykselle edellytys.⁵⁸ Teologiopiskelijat ovat tunteneet tämän tutkimuksen perusteella lapsuudessaan eniten uskontoon yhdistettävää turvallisuutta, ja koherenssia vahvistavina tekijöinä ovat olleet iltarukous ja seurakunnan päiväkerhoon sekä pyhäkouluun osallistuminen. Aikuisuudessa vahvaa turvallisuuden tunnetta kuvailevaksi koettu Jumalan rakkaus on merkittävä uskonnon tuoma ulottuvuus, jonka voidaan sanoa lisäävän koherenssin tunnetta merkityksellisyyden, ymmärrettävyyden sekä hallittavuuden näkökulmista.

Salmelaisen tutkimuksessa on havaittu uskonnollisen kotikasvatuksen tuottaneen tutkimuksen kohdehenkilöille turvallisuutta, pelkoa, ahdistusta ja syyllisyyttä, joka mukailee osittain teologiopiskelijoiden lapsuudessa koettuja uskontoon liittyviä tunteita. Salmelainen ei ole tutkimuksensa perusteella nimennyt uskonnollista kotikasvatusta taakaksi tai voimavaraksi, mutta tämän tutkimuksen perusteella voidaan todeta teologiopiskelijoiden lapsuuden antaneen huomattavasti enemmän uskontoon liitettyä turvallisuutta kuin pelkoa aiheuttavia tunteita. On kuitenkin huomioitavaa, että tämä tutkimus ei ole rajoittunut

⁵⁸ Himberg et al.

lapsuudessa kotikasvatukseen, sillä siinä on otettu huomioon koko lapsuus ja kaikki sen uskoon yhdistetyt tekijät.

4.4.2 Yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuus versus ulkopuolisuus

Teologiopiskelijat ovat elämänvaiheissaan tunteneet enemmän uskoon liitettävää yhteenkuuluvuutta sekä yhteisöllisyyttä kuin ulkopuolisuutta. Lapsuudessa sekä aikuisuudessa yhteisöllisyyttä rakensi uskonnollinen yhteisö ja nuoruudessa ystävät. Lisäksi aikuisuudessa koettiin yhteenkuuluvuutta Jumalan kanssa. Lapsuudessa koettiin saman verran yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta sekä ulkopuolisuutta, 5% kaikista sanoitetuista ikävaiheen tunteista. Positiivisen tunteen vähäistä määrää selittää osin se, että lapsuuden aikana sosiaalinen ympäristö on nimetty ensisijaisesti itselle turvaa antavana, ei niinkään yhteisöllisyyttä edustavana. Ulkopuolisuuden tunne sijoittui usein toimintaan tai paikkaan, johon vastaaja ei mennyt omasta halustaan.

L: Hämmentyneet tuntemukset ja lievä ulkopuolisuuden tunne jumalanpalveluksissa.

Yhteisöllisyyteen ja yhteenkuuluvuuteen liitettiin 24% nuoruuden aikana sanoitetuista tunteista. Toiminnan lisäksi sosiaalisen ympäristön merkitys korostui nuoruudessa, ei niinkään perheeseen, mutta ystäviin liitettynä. Sosiaaliseen ympäristöön yhdistetyistä tunteista 50% liittyivät nuoruudessa koettuun yhteisöllisyyteen ja yhteenkuuluvuuteen. Hyväksytyksi tuleminen ja hylätyksi tuleminen mainittiin molemmat kertaalleen.

N: Tulee mieleen rippikoulu ja siihen kuuluvat nuorten illat, joissa tunsin ensimmäisiä kertoja, että minut hyväksytään sellaisena kuin olen. Sellainen yhteisöllisyyden tunne ja hyväksyntä.

Kaikissa teologiopiskelijoiden ikävaiheissa uskoon on liitetty häpeän tunnetta, mikä on hieman korostunut nuoruudessa. Syyllisyys ja häpeä ovat voimakkaita tunteita, mutta häpeästä on vaikeampi puhua. Se on kokonaisvaltaisempi tunne kuin syyllisyys, ja häpeän tunnetta on kuvattu niin voimakkaaksi, että se uhkaa itsearvostusta. Häpeän tunteessa ihminen on yksin itsensä edessä.⁵⁹ Aikuisuudessa merkityksellisenä pidettiin uskonnollisen yhteisön lisäksi omaa yhteyttä Jumalaan.

⁵⁹ Laitinen, 2007. 13 – 15.

Taulukko 6 Aineiston yhteisöllisyyttä, yhteenkuuluvuutta sekä ulkopuolisuutta kuvaavat tunteet ja niiden esiintyvyys.

Ikävaihe	Yhteisöllisyys/Yhteenkuuluvuus	%	Ulkopuolisuus	%
Lapsuus	Yhteenkuuluvuus 6 Yhteisöllisyys 1	5	Ulkopuolisuuden tunne 2 Sopeutumattomuus 1 Häpeä 2 Riittämättömyyden tunne 2	5
Nuoruus	Yhteenkuuluvuus 15 Yhteisöllisyys 14 Hyväksytyksi tulemisen tunne 4 Tunne siitä, että on osa jotain suurempaa 1	24	Syrjityksi tulemisen tunne 1 Hylätyksi tulemisen tunne 2 Riittämättömyyden tunne 3 Häpeä 4	7
Aikuisuus	Jumalan kohtaamisen kokemus 2 Yhteyden tunne 2 Yhteisöllisyys 5 Yhteenkuuluvuus 5 Jumalan hyväksynnän kokemus 3 Hyväksytyksi tulemisen tunne 2	11	Huijatuksi tulemisen tunne 1 Yksinäisyys 1 Suvaitsemattomuus 2 Hylätyksi tulemisen tunne 1 Alemmuuden tunne 1 Häpeä 1	4

Sosiologi Randall Collinsin mukaan yhteiseen tavoitteeseen suuntautunut toiminta ja sen onnistuminen kohottavat yksilön oman kokemusmaailmansa yläpuolelle kokemukseen yhteydestä toisten kanssa. Tämä puolestaan luo toivoa pärjäämisestä elämän haasteissa. Yhteisöllisyydestä puhuttaessa on myös hyvä muistaa, että jokainen ihmisten muodostama yhteisö kantaa mukanaan ihmisten varjoja. Tämä tarkoittaa sitä, että ihmiset tuottavat toisilleen pettymyksiä ja kohtaavat erimielisyyksiä, eikä ole syytä olettaa uskonnollisen yhteisön olevan poikkeus.⁶⁰

Useat empiiriset tutkimukset kertovat, että isostoiminta, rippikoulu sekä seurakuntien kerhotoiminta auttavat yksilöä monipuolisessa kehityksessä ryhmään osallistumisen kautta. Kehitystä tapahtuu oman pystyvyyden tasolla, mikä tarkoittaa uskoa itseen sekä haasteista selviytymiseen. Samalla omanarvontunto sekä itseluottamus vahvistuvat. Oman osallisuuden kokemuksen kautta yksilön myötätunto kasvaa, sekä halu vaikuttaa myös muiden elämään positiivisella tavalla.⁶¹

Sosiaalinen tuki on koherenssin tunnistettu osa-alue, ja uskonnollisen yhteisön on arveltu tarjoavan syvempää sekä laajempaa tukea kuin maallisen yhteisön.⁶² Tämän tiedon

⁶⁰ Kauppila, 2021.

⁶¹ Kauppila, 2021.

⁶² Teinonen 2007. 34-35.

valossa erityisesti nuoruudessa uskonto on tarjonnut teologiopiskelijoille yhteisöön kiinnittymisen, ja sitä kautta koherenssin vahvistumista. Aikuisuudessa merkittävä, ja ainoastaan uskonnon mahdollistama tunne on ollut yhteyden tunne Jumalaan. Osassa vastauksia luonnehdittiin syvää yhteenkuuluvuutta uskonnolliseen yhteisöön, mutta samalla tunnettiin häpeää tai ulkopuolisuutta suhteessa maallisiin yhteisöihin. On siis huomattava, että yhteisöllisyys ei täysin poissulje saman aikaista ulkopuolisuuden tunnetta. Uskonnollisen yhteisön ulkopuolelle jääminen ei myöskään tarkoita sitä, ettei yksilöllä voisi olla vahvaa yhteenkuuluvuuden tunnetta esimerkiksi omaan työyhteisöön.

4.4.3 Ilo versus suru

Teologiopiskelijat ovat tunteneet uskuntoon yhdistettyä iloa sekä surua tasaisesti eri ikävaiheissa, joskin niissä on hienoista muutosta aikuisuuteen tultaessa. Erityisesti musiikki on yhdistänyt uskontoa sekä iloa, ja onnellisuus lisääntyi huomattavasti lapsuudesta tultaessa aikuisuuteen. Uskuntoon yhdistetty suru käsitteli lähes joka kerta vastausta hautajaisista tai läheisen kuolemasta.

Miesopiskelijat sanoittivat useammin lapsuudessa uskonnon iloon, ja naisopiskelijat taas mainitsivat useammin lapsuudesta surun. Musiikin lisäksi iloa tunnettiin iltarukouksen yhteydessä tai mielekkäässä toiminnassa. Lapsuudessa musiikki mainittiin usein laulamisenä, mutta aikuisuudessa ilo yhdistettiin useammin musiikin kuuntelemiseen.

L: Ilo virsien laulamisesta ykkös- ja kakkosluokalla.

Nuoruudessa koettiin musiikin lisäksi iloa rippikoulusta sekä oman uskon löytämisestä ja onnellisuutta omasta konfirmaatiosta sekä yhteisöllisestä toiminnasta. Osassa vastauksia sanoitettiin sekä ilon, että surun liittyvän uskuntoon. Nuoruuden muistoihin liittyvissä vastauksissa miesopiskelijat käsitelivät huomattavasti naisopiskelijoita vähemmän iloa sekä surua tuottavia tunteita.

N: Rippikoulun jälkeen koin suurta kiittollisuutta, uskoni sai vahvistusta ja opin asioita. Muistan ajatelleeni, että tästä (uskosta, jumalasuhteesta) en luovu.

N: Useammat hautajaiset ja niihin liittyvät tunteet, varsinkin suru.

N: Rippikoulussa vasta tunteet alkoivatkin myllätä, myös uskonnon ja uskon suhteen. Kun usko ja uskonto muuttuivat läheisimmiksi asioiksi, niihin alkoi myös liittämään tunteita ja usko myös näkyi ilossa ja surussa. Se oli todella vapauttavaa.

Ihmisten kokemia uskonnollisia herätyksiä tutkimalla on havaittu suoraan yhteys elämänhallinnan parantumiseen. Myös elämäntarkoitus oli lisääntynyt ja ahdistus vähentynyt. Jokiranta on havainnut tutkimuksessaan, että uskoon tuleminen piirtää viivan nykyisen ja entisen elämän välille, jolloin entistä elämää on usein kuvailtu hankalaksi. Tämä voi osin selittää elämänhallinnan vahvistumisen tunnetta. Myös muissa tutkimuksissa uskoon tuleminen on havaittu lisäävän huomattavasti yksilöiden elämän tarkoituksellisuutta.⁶³ Tässä tutkimuksessa erityisesti nuoruuden ikävaiheessa kuvailtiin koherenssia vahvistavia uskoon tuleminen kokemuksia, jotka mullistivat elämän. Niitä oli myös aikuisuudessa, mutta silloin koettiin myös iloa jo löydetyistä omasta jumalasuhteesta. Oman uskon läsnäolo sekä uskomisen ilo esiintyivät usein aikuisuutta koskevissa vastauksissa ja ylpeys yhdistettiin uskonnolliseen toimitukseen, kuten jälkikasvun ristiäisiin. Ilo ja suru jakaantuivat tasaisesti nais- ja miesopiskelijoiden kesken, ja niiden sisältö käsitteli samankaltaisia asioita.

A: Uskonnon läsnäolo tukea tarvittaessa, johon liittyy onnen tunne.

A: Surun ja kuitenkin lohdun tunne jumalanpalveluksessa ystävän äidin hautajaisissa

Taulukko 7 Aineiston iloa ja surua kuvaavat tunteet ja niiden esiintyvyys.

Ikävaihe	Ilo	%	Suru	%
Lapsuus	Kiitollisuus 1 Ilo 14 Onnellisuus 4	14	Suru 8	6
Nuoruus	Kiitollisuus 3 Ilo 11 Onnellisuus 5 Ylpeys 1	13	Suru 8 Tuska 1	6
Aikuisuus	Kiitollisuus 3 Onnellisuus 14 Ilo 11 Ylpeys 4	19	Suru 6	3,5

Onnellisuus on moniulotteinen käsite, mutta yleisin tutkimuksissa siihen yhdistetty määritelmä on yksilön koettu hyvinvointi. Onnellisuutta on pidetty kaikkein tärkeimpänä hyvinvointia ja hyvää elämää kuvaavana ominaisuutena. Koherenssin kannalta olennaisena havaintona uskonnosta ja onnellisuudesta on se, että Suomen kaltaisessa hyvinvointivaltiossa niiden yhteys on huomattavasti heikompi kuin ongelmista kärsivissä köyhissä maissa.

⁶³ Ojanen 2021.

Hyvinvointivaltio antaa perusturvan, ja edistää onnellisuutta siinä määrin, ettei uskonto tai mikään muu maailmankatsomus sitä merkittävästi enää lisää.⁶⁴ Tutkimusten perusteella uskontoon yhdistetyt iloa tuottavat tunteet eivät vahvista koherenssin tunnetta, vaikka niiden merkitys elämässä onkin oleellinen.

Surututkimusta on tehty paljon, ja nykykäsityksen mukaan surun ei ajatella loppuvan selkeään päätepisteeseen. Surun tehtävänä ei myöskään ole katkaista kiintymyssuhdetta ja tunnesidettä, vaan pikemminkin etsiä niiden jatkamiselle eri tapoja. Suremisen kautta ihminen etsii merkitystä tapahtuneelle, ja suruun liitetään nykyään myös positiivisia kokemuksia, kuten iloa tai kiitollisuutta. Kiintymyssuhde ei katkea, vaan muuttuu muistosuhteeksi ihmisen joutuessa eroon läheisestään. Surua ei itsessään pidetä sairautena, mutta se saattaa tehdä sairaaksi, ja samalla surun on havaittu vaikuttavan heikentävästi ihmisen jaksamiseen sekä kykyyn selvitä arjesta.⁶⁵ Koherenssin näkökulmasta suru on heikentävästi vaikuttava tunne, erityisesti tulevaisuuden kannalta, jolloin ihminen on voinut menettää hetkellisesti kaiken elämän merkityksellisyyden.

4.4.4 Lohtu versus pettymys

Lohtua tuovia uskontoon yhdistettyjä tunteita koettiin useimmiten aikuisuudessa, ja niihin yhdistettiin oma uskonnollisuus ja siinä tasapainon löytäminen sekä kirkolliset toimitukset, kuten hautajaiset. Pettymystä aiheutti seurakunta, sen jäsenet tai pappi. Naisopiskelijat sanoittivat huomattavasti useammin lohtua sekä pettymystä, kuin miesopiskelijat.

A: Lohdullisuus. Olin läheiseni hautajaisissa. Olin luvannut itselleni etten itke, mutta tuntui hyvältä ja lohdulliselta itkeä kirkossa.

A: Uskomisesta saatu lohtu ja hyväksymisen tunne.

A: Myös isäni kuolemaa on ollut helpompi käsitellä kun minulla on usko ja toivo jälleennäkemisestä.

A: Omat häät, pettymys papin puheisiin, tuntui kaavamaiselta ja tylsältä.

Lapsuuden muistoihin lohtu yhdistettiin iltarukoukseen, ja pettymys asioihin, jotka tapahtuivat rukoilusta huolimatta, kuten läheisen kuolema. Tämä tunteiden vastapari esiintyi lapsuuden muistoissa varsin vähäisesti.

L: Iltarukous lapsena tuntui kovin lohduttavalta.

⁶⁴ Ojanen 2018.

⁶⁵ Lahti 2020.

L: Pettymys kun rukoilemisesta huolimatta isoisa kuoli sairauteen.

Nuoruudessa pettymystä tunnettiin lähinnä ikätovereiden tai omien vanhempien vuoksi, jolloin käsitykset omasta uskonnollisuudesta vielä etsivät tasapainoa.

N: Herätysliikkeen tapahtumassa ollessani tunsin oloni surulliseksi ja pettyneeksi, kun ystäväni/tuttavani eivät täysin hyväksyneet arvomaailmaani.

N: Nuoruudessa, ja toisinaan ehkä nykyäänkin, omiin voimakkaisiin tunteisiin saattoi etsiä vastauksia ja apua uskonnosta ja pyhistä teksteistä. Niistä saa usein lohtua ja turvaa.

Taulukko 8 Aineiston lohtua ja pettymystä kuvaavat tunteet sekä niiden esiintyvyys.

Ikävaihe	Lohtu	%	Pettymys	%
Lapsuus	Lohtu 3 Toivo 1	3	Pettymys 4	3
Nuoruus	Lohtu 5 Armo 2	5	Pettymyksen tuottamisen kokemus 1 Pettymys 3 Petetyksi tulemisen tunne 1 Katkeruus 2	5
Aikuisuus	Lohtu 12 Toivo 3 Armo 4 Jälleennäkemisen toivo 3	13	Pettymys 7	4

E.H Eriksonin mukaan nuoruus on ikävaihe, jolloin lähipiirillä on merkittävä vaikutus yksilön hyvinvointiin ja mielipiteisiin. Uskontoon yhdistetty pettymyksen tunne vaikuttaa koherenssin tunteeseen laskemalla elämänhallinnan tunnetta erityisesti nuoruuden aikana, sillä lähes kaikki pettymykseen liittyneet vastaukset on yhdistetty toisiin ihmisiin. Nuoruudessa tunnettu pettymyksen määrä ei kuitenkaan ole merkittävän suuri, ja vastapainoksi lohtua on sanoitettu määrällisesti saman verran. Aikuisuuden aikaisissa vastauksissa lohtu sekä jälleennäkemisen toivo yhdistettiin usein läheisen kuolemaan tai hautajaisiin ja niiden voidaan ajatella tasapainottavan koettua surua ja menetyksen tunnetta.

5. Pohdinta ja johtopäätökset

5.1 Tutkimuksen toteutuksen tarkastelu

Tämän tutkimuksen toteutus oli kokonaisuudessaan kiehtova ja monivaiheinen prosessi, johon teorian antoivat sopivasti syvyyttä ja haastetta. E. H. Eriksonin psykososiaalinen kehitysteoria osoitti ikäkausille merkittävimpiä tunteita kehityskriisien ratkaisemiseksi, ja niitä on peilattu myös teologiopiskelijoiden vastauksiin. Elämänkaaren tarkastelu ikäkausittain helpottaa elämänvaiheiden ikätyypillistä kuvaamista, mutta havaittava heikkous siinä on yleistysten tekeminen. Niitä on kuitenkin mahdoton välttyä tekemästä, mikäli tarkoituksena on löytää keskiarvo jollekin asialle. Aaron Antonovskyn koherenssin teoria on kulkenut mukanaani jo kandidaatin tutkielmassa, jolloin aineisto oli kapeampi sekä näkökulma hieman erilainen. Antonovsky on itse myöntänyt kehittämässään teoriassa olevan puutteita ja erityisesti tunteiden yhteys siihen vaikuttaa keskeneräiseltä. Kaikki tunteet on hahmoteltu merkityksellisyyden osa-alueeseen⁶⁶, mutta olen osoittanut *uskontoon liitetyillä tunteilla ja tekijöillä olevan kokonaisvaltaisempi vaikutus koherenssin tunteeseen*. Huomioitettava seikka toki on se, että uskontoon liitetyt tunteet eivät ole omassa kuplassaan, vaan sekoittuvat ja elävät vuorovaikutuksessa muiden tunteiden kanssa. Antonovskyn teoriasta tekee kiehtovan juuri mahdollisuus sen kehittämiseen, mutta ainoastaan tunteiden yhdistäminen koherenssiin ei vaikuta mielekkäältä. Myöskään sukupuoli-tiedon tuottaminen ei ollut tarkoituksellista, vaikka aineiston esittelyssä onkin kerrottu opiskelijoiden sukupuoli. *Teoriaa kutsutaan tunteeksi, mutta hahmotan sen nyt tutkimuksen jälkeen itsearvostuksen kaltaiseksi suuremmaksi kokonaisuudeksi*.

Yleistettävänä tuloksina voidaan pitää koherenssin sekä psykososiaalisen kehitysteorian näkökulmasta, että lapselle olisi turvallisuuden tunteen vahvistamiseksi hyödyllistä lukea *iltarukous* ja nuoren yhteisöllisyyden sekä yhteenkuuluvuuden tunteen vahvistamiseksi *rippikoulu* on hyvin merkityksellinen ikäkauden kokemus. Aikuisuuden kohdalla selkeää yleistystä ei voi tehdä, sillä vastaukset jakaantuivat huomattavasti laajemmalle alueelle.

Tutkimuksen toteutustapa on otettu huomioon juuri teorian kanssa sopivaksi, ja ymmärrettävästi tulokset näyttäisivät erilaiselta jos koherenssin teorian tilalla olisi esimerkiksi paremmin teologisessa tutkimuksessa tunnettu coping-menetelmä. Huomioon otettavaa on myös se, että tutkimus rajautuu tarkastelemaan ainoastaan uskontoa ja tunteita, jolloin kaikki

⁶⁶ Tuloisela-Rutanen, 2012. 14.

muut elämässä merkittävät tekijät jäävät sen ulkopuolelle. Teoriaa käyttäessä kivijalkana on helppo pitää merkityksellisyyttä, ymmärrettävyyttä sekä hallittavuutta, mutta tutkijalle jää huomattavan paljon tulkinnanvaraa juuri niihin liittyen. Se elämän osa-alue mikä toiselle lisää hallittavuuden tunnetta, voi toiselle lisätä ymmärrettävyyttä.

Aineiston suhteen sekä rikkautena, että rajoituksena voidaan pitää avoimia vastauksia. Toisaalta tulos oli autenttinen, mutta osittain se kaipasi paljon tulkintaa. Erityisesti teologiopiskelijoiden vahva tietämys uskonnosta välittyi termien käytönä, lyhenteinä tai hyvin syvällisinä kuvauksina. Kvantitatiivisella otteella olisi mahdollista toteuttaa jatkotutkimus, joka sisältäisi koherenssin tunteen tasoa mittaavat SOC- kaavakkeet opiskelijoille. Tuloksia voisi vertailla tämän tutkimuksen tuloksiin sekä toisen tiedekunnan opiskelijoiden tuloksiin, jolloin olisi mahdollista saada vastauksia eri tiedekuntien yksilöiden koherenssin tasosta.

5.2 Uskonnon välittyminen sekä välittäminen

Teologiopiskelijoiden lapsuuden muistoina uskontoon ja tunteisiin liittyen mainittiin hyvin usein vanhempien tai isovanhempien lukema iltarukous tai rukoilu yleensä. Porkan ja Valtosen mukaan lapsuuden uskonnollinen kasvatus on ainoa riippumaton muuttuja, jonka perusteella voi ennustaa yksilön myöhempää uskonnollisuutta. Vaikka vanhemmat ikäluokat ovat useiden mittareiden mukaan uskonnollisempia kuin nuoremmat, syntymävuosi ei ole yhtä merkityksellinen tekijä uskonnollisuudelle kuin kasvatus. Tämän tutkimuksen aineistossa mainittiin lapsuudesta iltarukous muistona sellaisissakin vastauksissa, jotka muutoin kuvailivat perheen olleen hyvinkin vähäisesti uskonnollinen. Tutkimusten perusteella yksityinen uskonnonharjoittaminen on Suomessa ollut vuonna 2018 aktiivisempaa kuin julkisesta osallistumisesta voisi päätellä. Yli puolet suomalaisista rukoili vähintään vuosittain ja joka neljäs päivittäin.⁶⁷

Lapsen myönteiseen uskonnolliseen kasvuun vaikuttavat myös pyhäkoulu ja seurakunnan varhaiskasvatustoiminta, sillä ne antavat kokemuksia rukouksesta ja jumalanpalveluselämästä. Mikäli lapselle jää positiivisia miellelyhtymiä uskonnon harjoittamisesta, niiden avulla rakentuu luontevasti myöhempi yhteys uskonnollisuudelle.⁶⁸ Teologiopiskelijoiden aineistossa rukoilun jälkeen suosituin lapsuuden muisto oli pyhäkoulu, johon yhdistettiin hyvin lämpimiä muistoja ja tunteita. Myös seurakunnan päiväkerhot sekä leirit muistettiin useimmiten positiiviseen sävyyn. Ritokoski & Porkka kertovat kristillisen

⁶⁷ Ketola et al. 2018. 106.

⁶⁸ Kauppila, 2021.

leirityön vähäisestä tutkimuksesta, vaikka Suomen seurakunnat järjestävät vuosittain tuhansia leirejä. Ne mahdollistavat yhteisöllisyyden kokemuksen ryhmille ja leireillä koetaan myös vertaisuutta erilaisten ihmisten kanssa. Seurakunnan leiritoimintaa kuvaillaan turvallisuutta tavoittelevaksi niin, että jokainen voisi olla oma itsensä ja tulla hyväksytyksi juuri sellaisena kuin on. Leirien järjestämistä pidetään hyvin tärkeänä niille, jotka tarvitsevat kohtaamista, huolenpitoa, tukea ja onnistumisen kokemuksia enemmän kuin keskimääräisesti muut lapset ja nuoret. Kaupunkisosiologi Ray Oldenburg on kuvaillut leirejä kolmanneksi tilaksi, ne ovat puolueettomia, kodikkaita ja esteettömiä alueita, jossa keskustelu on keskeinen toimintamuoto.⁶⁹ Ritokoski & Porkka esittävät, että leirit tarjoavat mahdollisuuden kokonaisvaltaiseen kasvuun ja hyvinvointiin.⁷⁰ Näiden toimintojen perusteella voi jo todeta, että tähän tutkimukseen vastanneet opiskelijat ovat saaneet lapsuudessaan positiivista uskontokasvatusta monella eri osa-alueella. Saali on havainnut tämän tutkimuksen kanssa samaan aineistoon pohjautuvassa tutkimuksessaan, että lapsuuden aineiston vastaukset myötäilevät pääsääntöisesti lasten uskonnollisuudesta ja kasvatuksesta aiemmin tehtyä tutkimusta. Hän myös huomioi, että uskonnollisen kasvatuksen vastuuhenkilöitä, kummivanhempia, ei mainittu lapsuuden tunteita herättävinä muistoina tai ajatuksina kertaakaan.

Euroopan rippikoulu- ja nuorisotutkimusten mukaan uskonnollinen aktiivisuus näyttää tukevan perhesuhteita, vaikuttavan myönteisesti moraalisen ajattelun kehittymiseen, yhteisölliseen osallistumiseen sekä lisäävän emotionaalista hyvinvointia. Uskonnollisuuden ja hengellisyyden vaikutuksesta nuoret näyttävät löytävän elämälleen tarkoituksen ja hahmottavat elämän arvoja keskimääräistä paremmin.⁷¹ Vuonna 2019 toteutetussa isosten sekä rippikoululaisten itsearviointikyselyssä noin 95%⁷² vastaajista kokivat rippikoulun turvallisenä. Tässä tutkimuksessa erityisesti rippikoulu ja siihen liitetyt tunteet korostuivat nuoruuden aineistossa. Useat vastaajat kertoivat jatkaneensa seurakunnan toiminnassa myös rippikoulun jälkeen, mikä kertoo tyytyväisyydestä ja siitä, että teologiopiskelijat ovat nuoruudessaan kokeneet sekä uskonnon välittämistä, että uskonnon välittämistä rippikoulun ansiosta.

Aikuisuuden vastauksien perusteella teologiopiskelijat toimivat ensisijaisesti uskonnon välittäjinä kesäteologeina, varusmiespappeina ja osa seurakunnan aktiivisina

⁶⁹ Kauppila, 2021.

⁷⁰ Kauppila, 2021.

⁷¹ Kauppila, 2021.

⁷² Kyselyyn vastasi lähes 16 000 nuorta.

jäseninä. Toiset teologiopiskelijat saattoivat myös olla vaikuttamassa positiivisesti tai negatiivisesti omiin tunteisiin uskontoa kohtaan. Liberaalisuus ja avarakatseisuus mainittiin positiivisina vaikuttajina ja konservatiivisuus sekä ahdasmielisyys negatiivisina. Omat lapset kastettiin ylpeydellä ja heille opetettiin tuttu iltarukous omasta lapsuudesta, osa oli jo päässyt lapsenlapsenkin kastetilaisuuteen. Nummenmaan mukaan uskonnolliset rituaalit perustuvat yhdessä tekemiseen, koska tämän kaltainen toiminta vapauttaa aivoissa läheisyyden tunnetta lisäävää endorfiiniä.⁷³ Toisaalta kaikissa ikävaiheissa, lapsuudessa, nuoruudessa sekä aikuisuudessa oli vastauksia, jotka antoivat ymmärtää uskonnon ja tunteiden yhdistelmän olevan vieras tai sitten lapsuudesta ei välttämättä muistettu mitään uskonnollista. Tämän tutkimuksen perusteella näyttää kuitenkin siltä, että teologiopiskelijoiden keskuudessa uskonnon välittyminen sekä välittäminen on keskimääräisesti muuta yhteiskuntaa vahvempaa.

5.3 Uskonnon rajattomuus ja ajattomuus

Tutkimus on toteutettu yhdistämällä tunne siihen liittyneeseen tekijään, jolloin koherenssin tunnekin tarkentui. Turvallisuus oli tässä tutkimuksessa suosituin tunne, mutta vastaajan toivottiin antavan sille itse merkitys. Mikäli turvallisuus liittyi johdatuksen kokemukseen, se oli mahdollista yhdistää kaikkiin koherenssin osa-alueisiin, kun taas rukoilun tuoma turvallisuus yhdistettiin ensisijaisesti merkityksellisyyden lisäämiseen. Erityisesti tuonpuoleiseen liittyvät tunteet on yhdistettävissä helposti kaikkiin osa-alueisiin, kuten Jumalan rakkaus sekä luottamus Jumalaan. *Uskonnon rajattomuuden ja ajattomuuden voi ajatella olevan ratkaiseva tekijä, joka tuo koherenssin tunteeseen ainutlaatuista syvyyttä.* Varmasti elämässä on useampi luotettava sekä rakastava hahmo, kuten äiti. Äidin ei kuitenkaan voida ajatella lisäävän kaikkina ikäkausina elämän kulkuun merkityksellisyyttä, ymmärrettävyyttä tai hallittavuutta, kuten Jumalan. Kuolevaisuus erottaa myös kaiken maallisen Jumalasta, mikä antaa uskonnolle pysyvän aseman. Toisaalta Jumalan pelko voi olla ratkaiseva tekijä haavoittamaan koherenssin tunnetta, jolloin ihminen saattaa elää epävarmuudessa saavuttamatta koskaan vahvaa elämäntilanteen tunnetta.

Koherenssin määritelmän mukaisesti elämän hallittavuus voi näyttäytyä Jumalan vaikutuksen alaisuutena, ja tämä oli huomattavissa myös teologiopiskelijoiden vastauksissa. Johdatuksen kokemusta kuvailtiin helpottavana erityisesti uskon koettelemuksessa tai vaikeassa elämäntilanteessa. Johtopäätöksenä tämän kaltaisista vastauksista voi päätellä, että uskonnon vaikutus vahvistui huomattavasti teologiopiskelijoilla epävakaa elämäntilanteessa.

⁷³ Nummenmaa, 2019.

Räsänen mukaan tarve luottaa ja toisaalta pelko luottamuksen menetyksestä kuuluvat olennaisesti uskonnollisuuteen. Räsänen kertoo, että pelko ja luottamus ovat todennäköisesti voimakkaimmin yhteydessä uskonnollisiin tunteisiin.⁷⁴ Tässä tutkimuksessa pelko on yhdistetty turvattomuuden tunteeseen, jota koettiin uskonnon välityksellä huomattavasti eniten lapsuuden aikana. Pelko yhdistettiin usein tuonpuoleiseen, eli asioihin, jotka voivat olla lapselle vielä vaikeita käsittää. Luottamus yhdistettiin turvallisuuden tunteeseen, joka kulki ikäkausissa tasaisen vahvana kokemuksena. Aikuisuudessa sekä nuoruudessa erottui rauhan tunne ja lapsuudessa turvallisuus. *Teologiopiskelijoiden hengen hedelmiä olivat turvallisuus, yhteenkuuluvuuden tunne, ilo, yhteisöllisyyden tunne ja lohtu.*

⁷⁴ Räsänen, 2002. 83.

Lähde- ja kirjallisuusluettelo

Lähteet ja apuneuvot

- Levänen, Jenni (2021). ”Jumalalla on mielestäni hyvin terapeuttinen funktio”
Teologiopiskelijoiden uskontoon liitetyt koherenssia vahvistavat tekijät. *Helsingin yliopiston kirjasto, teologia*.
- Saali, Sini (2021). ”Miten kaikki mahtuvat Jumalan kämmenelle?” – Tutkielma teologian opiskelijoiden uskonnollisista muistoista ja tunteista lapsuudessa. *Helsingin yliopiston kirjasto, teologia*.
- Penttilä Maija & Pessi Anne Birgitta (2018-2019). Teologiopiskelijoiden haastattelumateriaali. Tutkijoiden hallussa.

Kirjallisuus

- Ahonen, Timo; Lyytinen, Heikki; Lyytinen, Paula; Nurmi, Jari-Erik; Pulkkinen, Lea; Ruoppila, Isto (2014). *Ihmisen psykologinen kehitys*. PS-kustannus.
- Airaksinen, Timo (2012). Yksilöturvallisuutta etsimässä. *SPEKtaakkeli*. 3/2012. s.12-13.
- Benz, Carina; Bull, Torill; Mittelmark, Maurice; Vaandrager, Lenneke (2014). Culture in salutogenesis: the scholarship of Aaron Antonovsky. *IUHPE- Global Health Promotion Vol. 21, No. 4*
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1757975914528550>
- Boberg, Saga (2020). ”Yhtä tärkeä ku syöminen tai liikunta.” Hengellisyden merkitys nuoren aikuisen henkiselte hyvinvoinnille. Pro gradu-tutkielma, Itä-Suomen yliopisto. https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/23283/urn_nbn_fi_uef-20201086.pdf
- Carson, Verna B.; King, Dana E.; Koenig, Harold G. (2012). *Handbook of Religion and Health*. Oxford University press. <https://ebookcentral-proquest-com.libproxy.helsinki.fi/lib/helsinki-ebooks/reader.action?docID=931219>
- Eriksson, Monika & Lindström, Bengt (2005). *J Epidemiol Community Health*. <https://jech.bmj.com/content/jech/59/6/440.full.pdf>
- Eriksson, Monika & Lindström, Bengt (2007). *J Epidemiol Community Health*. <https://www.proquest.com/docview/1779260196/fulltextPDF/8AD48FBC83B844FDPQ/1?accountid=11365>
- Hannikainen, Pietari (2021). Uuden sukupolven yhteisöt. Evankelis-luterilaisen jumalanpalvelusyhteisöliikkeen osallistujien yhteisöllisyys, arvot ja hengellisyys. Väitöskirja. *Helsingin yliopisto*.
- Himberg, Lea, Laakso, Juhani, Peltola, Ritva, Vidjeskog, Jan, Näätänen, Risto (1992). *Psykologia 2, Kehittyvä ihminen*. WSOY.
- Heiman, Tali (2004). Examination of the Salutogenic Model, Support Resources, Coping Style and Stressors Among Israeli University Students. *The Journal of Psychology*. <https://www.proquest.com/docview/213826587/fulltextPDF/560815E61FB240ABPQ/1?accountid=11365>
- Heikkinen, Jouko M.V. (2016). *Kuolema – tie elämään*. Väyläkirjat.

- Hämäläinen, Birgitta (2015). Elämänhallintaa tukemassa. Työntekijöiden ja vapaaehtoisten näkemykset asiakkaiden elämänhallinnan tukemisesta Kampin kappelissa. Pro gradu- tutkielma.
<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/154712/HamalainenBirgittaProGradu.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Innanen, Tapani; Kilpeläinen, Aino-Elina; Lattu, Kanerva (2020). Kirkon varhaiskasvatus ja kotien uskontokasvatus.
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/326208/Innostava.Koht.kasvatus_2020_139.pdf?sequence=1&isAllowed=y (viitattu 25.9.2021)
- Innanen, Tapani & Niemelä, Kati (toim.) (2009). Rippikoulun todellisuus. Kirkon tutkimuskeskus, Tampere.
file:///C:/Users/vilen/Downloads/Rippikoulun%20todellisuus_julkaisuja%20107_pdf.pdf
- Kauppila, Helena (toim.) (2021). Kasvu vapauteen. Nuorten rinnalla seurakunnassa. Kirjapaja. Helsinki. *e- kirja*.
- Keltinkangas-Järvinen, Liisa (2017). *Temperamentti, stressi ja elämänhallinta*. WSOY.
- Ketola, Kimmo, Martikainen, Tuomas, Taira, Teemu (toim.) 2018. Uskontososiologia. Eetos-julkaisuja 20.
- Kupari, Helena. Eletty uskonto. Uskontotieteen ilmiöitä ja näkökulmia.
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/327521/Kupari_H_Eletty_uskonto.pdf?sequence=1 (viitattu 24.9.2021)
- Kuusinen, Anneli (2010). (doi). K-S SHP ja Kanerva-Kaste-hanke.
https://asiakas.kotisivukone.com/files/sydanfysioterapeutit.tiedottaa.net/koherenssin_tunne-_testaaminen_ja_sen_merkitys_ryhmaohjaustilanteissa230410.ppt_vain_luku.pdf (viitattu 20.9.2021)
- Lahti, Tuuli (toim.) (2020). Suru. Kustannus Oy Duodecim. Helsinki. *e-kirja*.
- Laitinen, Jorma (2007). Syyllisyys. Kirjapaja, Helsinki.
- Mustavuori, Jaana-Mirjam (2017). Tunnevirrassa -Ymmärrä tunteita. 21 näkökulmaa tunteisiin. Viisas Elämä Oy, Helsinki.
- Määttä, Kaarina (toim.) (2006). Tunteiden rakkaus ja rikkaus, Avaimia tunteiden tulkintaan. Oy Finn Lectura Ab, Helsinki.
- Niemelä, Kati & Salminen, Veli-Matti (toim.) (2013.) Teologiksi kasvamassa. Koulutusalan valinta, opiskeluprosessi ja ammattiin suuntautuminen. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja/118.
- Nivala, Asko & Mähkä, Rami (toim.) (2013). Tulkinnan polkuja, Kulttuurihistorian tutkimusmenetelmiä. Turku. Tulkinnan polkuja.pdf (utupub.fi)
- Nummenmaa, Lauri (2019). Tunnekartasto: kuinka tunteet tekevät meistä ihmisiä. Tammi. (*E-kirja*).
- Ojanen, Markku (2018). Onnellisuuksien oivaltaja, Mitä tiede kertoo onnesta? PS- kustannus, Jyväskylä.
- Ojanen, Markku (2021). Ilo, onni, hyvinvointi. Saga Egmont. (*E-kirja*).
- Parviainen, Antti (2017). Jumalan rakkauden kokemus ja sen vaikutus pappien elämässä. Ymmärtävän ja selittävän tutkimuksen kohtaaminen uskonnollisen kokemuksen

- kontekstissa. Pro gradu-tutkielma. Helsingin yliopisto.
<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/226005/ParviainenAnttiProGradu.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Pessi, Anne, Birgitta, Pitkänen, Ville, Westinen, Jussi, Grönlund, Henrietta (2018). Pyhyiden ytimessä. Tutkimus suomalaisten arvoista ja pyhyiden kokemisesta.
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/298305/pyhyiden_ytimessa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Räsänen Antti (2002). Aikuisen uskonnollisuus. Tutkimus Fritz Oserin uskonnollisen arvioinnin kehityksen teoriasta ja sen pätevydestä aikuisilla suomalaisilla koehenkilöillä.
<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/21607/aikuisen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Salmelainen, Lea (2012). Taakka vai voimavara? Kokemuksia voimakkaan uskonnollisesta kotikasvatuksesta. Pro gradu-tutkielma.
<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/40436/1/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201211263077.PDF>
- Sarajärvi, Anneli & Tuomi, Jouni (2017). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Tammi
- Teinonen, Timo (2007). Terveys ja usko. Kirjapaja. Helsinki.
- Tuloisela-Rutanen (2012). Elämäkokemukset ja koherenssin tunne- typologinen tutkimus grounded theory- metodologiaa soveltaen. *Turun yliopiston julkaisuja*.
- Turunen, Kari E. (2016). Kokemuksen rakenne, Mielen sisältöjen tunnistaminen. Arator Oy, Tallinna.
- Volanen, Salla-Maarit (2011). Sense of coherence. Determinants and Consequences. Helsingin yliopisto.
<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/24380/senseofc.pdf?sequence=3>

Liitteet

Tunteiden esiintyvyys

Taulukko 9 Tunteiden esiintyvyys aineiston alakategorioissa

Alakategoriat	Lapsuus	Nuoruus	Aikuisuus
Uskonnon harjoittaminen	Rauha 3 Turvallisuus 17 Tylsyyden tunne Kiitollisuus Ilo Harmitus 2 Luottamus 3 Toivo Pettymys 2 Ulkopuolisuus Lämmin olo 4 Lohtu 3 Rakkaus Pyhyiden tunne	Turvallisuus 3 Rauha 5 Lohtu Liikutus Hyvä olo Jumalan läsnäolon kokemus Hämmennys Levollisuus Ilo	Yhteisöllisyys Pyhän tunne Tunne siitä, että ei ole yksin Yhteenkuuluvuus Kokemus Jumalan läsnäolosta Lohtu 7 Tunne uudelleen heränneestä uskonnollisuudesta Kiitollisuus 3 Jännitys Rakkaus 2 Hyvä olo 2 Rauha 4 Hartauden tunne Onnellisuus
Toiminta	Turvallisuus 7 Tylsyyden tunne 2 Ilo 3 Lämmin tunne 2 Yhteenkuuluvuus 2 Rakastetuksi tulemisen tunne 2 Ahdistus 2	Yhteisöllisyys 8 Ärsytys Ilo 4 Onnellisuus 3 Yhteenkuuluvuus 11 Hyväksytyksi tulemisen tunne 3 Kiitollisuus 2 Ylpeys Epävarmuus Pyhyiden tunne 3 Rauha 4 Ahdistus 4 Turvallisuus 3 Hyvä olo 2 Tunne siitä, että on osa jotain suurempaa	Onnellisuus Turvallisuus Rauha Ilo 2 Yhteenkuuluvuus Turhautuminen Pettymys Viha Huijatuksi tulemisen tunne Johdatuksen kokemus Merkityksellisyys Ylpeys
Paikka	Tylsyyden tunne Pyhyiden tunne Suru Ulkopuolisuus Rauhan tunne Yhteenkuuluvuus 3 Turvallisuus 2 Kunnioitus	Ilo Suru Turvallisuus Rauha 3 Hyvä olo Pyhyiden tunne 3 Yhteenkuuluvuus	Rauha 2 Hyvä olo Yksinäisyys Pyhän tunne 4 Yhteenkuuluvuus Luottamus
Musiikki	Pelko Ilo 5 Hyvä olo Yhteenkuuluvuus 3 Turvallisuus	Ilo Pyhä kokemus Yhteisöllisyys 3 Liikutus	Ilo Onnellisuus 2 Spiritualistisuuden kokemus Yhteyden tunne Empatia Pyhän tunne Voimallisuus Merkityksellisyys Yhteisöllisyys

			Lämmön tunne
Tuonpuoleinen	Pelko 8 Ahdistus 5 Riittämättömyyden tunne 2 Turvallisuus 5 Syyllisyys 5 Kunnioitus	Hylätyksi tulemisen tunne Riittämättömyyden tunne 2 Syyllisyys Turvallisuus Pettymyksen tuottaminen Lohtu Jumalan johdatuksen kokemus Kyseenalaistaminen	Rauha 3 Jumalan pelko Lohtu 2 Suru Helpotus Jumalan läsnäolon kokemus 4 Kohtaamisen kokemus Jumalan kanssa 2 Jumalan hyväksyntä 3 Rakkaus 2 Jumalan rakkauden kokemus 7 Pettymys Johdatuksen tunne 3 Jälleennäkemisen toivo Pyhän kosketus
Sosiaalinen ympäristö	Turvallisuus 4 Rakkaus Ahdistus Lämmin olo Sopeutumattomuus	Riittämättömyyden tunne Turvallisuus Pettymys Hyväksytyksi tulemisen tunne Hylätyksi tulemisen tunne Yhteenkuuluvuus 3 Yhteisöllisyys 3 Helpotuksen tunne	Suvaitsemattomuus Yhteisöllisyys 3 Ärsytys 2 Lohtu Pettymys 2 Yhteenkuuluvuus Ahdistus Ilo
Kirkollinen toimitus	Tylsyys Suru 4 Rauha Ilo	Suru 4 Kaipa Kuoleman pelko Pettymys	Rakkaus Kokemus, että on osa suurempaa suunnitelmaa Ilo Jännitys Onnellisuus Turvallisuus Lohtu 5 Ylpeys 2 Jälleennäkemisen toivo Suru Pettymys
Opetus	Turhautuminen 2 Ymmärryksen puute Ilo 2 Ahdistus	Vastenmielisyy Syrjityksi tulemisen tunne Onnistumisen kokemus Ihailun tunne Ristiriitaisuus	Ilo
Identiteetti ja vakaumuksen muutos	Häpeä 2	Hämmennys Petetyksi tulemisen tunne Pettymys Onnellisuus Viha 2 Häpeä 4 Katkeruus 2 Pelko 2 Ilo Vapauden tunne Rauha	Pelko Hylkäämisen tunne Alemmuuden tunne Lohtu 3 Jumalan rakkauden kokemus 2 Hyväksytyksi tulemisen tunne 2 Vapaus 2 Ilo 2 Epävarmuus 2 Armo 2 Rakkaus Rauha 2 Johdatuksen tunne 3 Turvallisuus 3 Merkityksellisyyden tunne Itsensä hyväksyminen Helpotus

			Häpeä Luottamus Pyhän kokemus Onnellisuus 3 Toivo
Kirkkovuoden tapahtumat	Onnellisuus Lämmin olo Levollisuus Ilo Turvallisuus Yhteisöllisyys	Merkityksellisyys	Yhteenkuuluvuus Levollisuus
Media ja kirjallisuus	Lämmin olo	Rakkaus Rauha Ahdistus Ilo 2 Tuska	Negatiivisuus 2 Kaipa Pettymys Toivo Ilo 2