

”Olemme kristittyjä ja kyselemme ja etsimme yhdessä vastauksia siihen, mikä on nyt Jumalan lohdutus tässä tilanteessa. Rukoilen yhdessä sitä toivovien kanssa. Rukous on kuin elämää tuovaa hengitystä”. Tekstissä psykiatrisilla osastoilla työskentelevä johtava sairaalapappi Katriina Ilvesmäki kertoo työstään potilaiden ja heidän läheistensä kanssa.

Novakunnossa?

Psykiatristen osastojen pappina

Kutsu papin tehtävään psykiatrisille osastoille tuli minulle tilanteessa, jossa toinen työntekijä oli siirtymässä virkavapaalle ja työlle tarvittiin tekijä. En ollut innostunut, vaan monella tapaa huolissani. Osaanko mitään, tiedäkö tarpeeksi psyykkisistä sairauksista? Näitä mielessäni kyselin. Olin myös hieman peloissani. Pärjääkö mieleltään sekavan ihmisen kanssa, tätä pelkäsin.

Tehtävään kuitenkin suostuin ja otin haasteen vastaan. Sairaalsielunhoidon erityiskoulutuksen myötä sain käsiini ja luettavaksi paksun, lääkärien koulutukseen kuuluvan Psykiatria- kirjan. Sen lukemisen myötä koin saavani asiaa vähitellen hallintaan. Ihmisen mieli ja sen sairastuminen alkoi näyttäytyä asiana, jonka parissa tahdoinkin tehdä työtä.

Vuosia on nyt kulunut. Olen tavannut tänä aikana ihmisiä, jotka kamppailevat mielensä kanssa. Toisilla se on ollut yksittäinen elämänvaihe, pahempi kriisi, josta toipuminen on vaatinut osastohoidon. Toisilla se on elämänosa, jossa sairauden kanssa eletään. Työelämä on jäänyt ja omasta voinnista huolehtiminen käy työstä. Sairauden kanssa päivät vaihtelevat, toisinaan taakka on kevyempi, toisinaan raskaampi. Palvelen pappina uudessa sairaala Novassa. Asenne sairaalaan joutumiseen tai pääsemiseen vaihtelee tapaamieni ihmisten tilanteen ja voinnin suhteen. Kun novakuntoaan tarkkailevan tuska käy ylivoimaiseksi, sairaala on turvapaikka, johon toivoo pääsevänsä lepäämään ja vahvistumaan. Toinen taas toivoo voivansa jatkaa kotona, rakkaitensa parissa, tutuissa ympyröissä ja pelkää joutuvansa sairaalahoitoon.

Tässä kaikessa olen lopulta kokenut, että sairauksia minun ei niin tarvitsekaan tuntea, se ei ole tehtäväni. Lääkärit ja hoitajat hoitavat sairauden. Minun tehtäväni on olla hengellisen matkan kanssakulkija, jossain tilanteessa myös ohjaaja. Tilanne on hyvin tasa-arvoinen, kun kohtaamme sairaalan potilaan kanssa. Olemme kristittyjä ja kyselemme ja etsimme yhdessä vastauksia siihen, mikä on nyt Jumalan lohdutus tässä tilanteessa. Toki opiskelemani tieto psyykkisistä oireista ja sairauksista auttaa siten, että pystyn paremmin kuuntelemaan, kun minulle kerrotaan myös sairauden oireista ja niiden vaikutuksesta elämään. Toisinaan mielessäni muodostan käsitystä diagnoosista ja toisaalta pyrin pitämään omat johtopäätökseni visusti omana tietonani. Lääkkeiden nimet ovat myös ajan myötä tulleet tutuiksi, mutta usein totean, että en hallitse tuota puolta lainkaan enkä siten ota lääkitykseen kantaa. Ymmärrän kuitenkin, että lääkehoidosta kertominen on osa yleisvoinnin kuvausta, niin paljon joko onnistunut tai toimimaton lääkitys siihen vaikuttaa.

Hengellinen matkakumppanuus saman ihmisen kanssa saattaa kestää kauan, hyvinkin eläkeikään saakka, mikäli on mahdollista palvella samalla paikalla pitkään. Olen oppinut sen, että psyykkisesti

sairaana hengellisyys voi olla terve osa ihmisessä ja valtava voimavara. Kun ahdistus valtaa mielen yhä uudelleen ja mieliala painuu alas masennuksen myötä, Raamatun sanat antavat toivon. Rukous on kuin elämää tuovaa hengitystä. Olen tässä tukena, rukousystävä. Minulta pyydetään rukousta ja rukoilen yhdessä sitä toivovien kanssa. Seurakunnan toimintaan osallistuminen voi olla vaikeaa sairauden oireiden takia. Sairauden pakottaessa taas sairaalahoitoon, tapaan tuttuja potilaita uudelleen. Myös ehtoollisenvietto onnistuu sairaalassa, kun kirkkoon jumalanpalvelukseen ei ole mahdollista mennä. Yhteydenpito voi jatkua myös sairausjaksojen välillä puhelimitse ja toisinaan siten, että tapaan työhuoneessa kotoa käsin käyvän potilaan tai joissakin tilanteissa käyn kotikäynnin.

Näiden vuosien varrella olen pitänyt hengellisiä ryhmiä. Olen kokenut, että minun osaamiseni ja ammattitaitoni on hengellisessä jakamisessa ja ryhmät ovat olleet raamattu- ja rukouspiirejä. Sielunhoidollisuus on toteutunut ryhmissä keskustelun kautta. Kävijöitä on ollut pieni joukko kerrallaan. Jeesuksen sana Matt. 18:20 on näissä hetkissä tullut monesti mieleen: ”Sillä missä kaksi tai kolme on koolla minun nimessäni, siellä minä olen heidän keskellään.” Ryhmissä on pienessä joukossa ollut mahdollista jakaa ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Toisinaan potilaan raamatuntutustus on parempi kuin papin, mutta tästä olen oppinut vain iloitsemaan. Kun Raamattu kuuluu käsissä, sen sanat vahvistavat ja uudistavat. Ne ovat voima lääkkeiden, terapian ja muun hoidon rinnalla.

Psykiatrisia sairaspaiikkoja on vähennetty ja hoito on siirtynyt avopuolelle. Olen tässä muutoksessa kirkon työntekijänä terveydenhuollon työntekijöiden rinnalla työssä mukana. Toimin arkena virkaajassa, mutta joustaan. Toisinaan huomaan iltaisin työpuhelimeen tulleen yhteydenottopyynnön ja pyrin vastaamaan viipymättä ehdottaen päiväaikaa puhelulle tai tapaamiselle. Henkinen ahdistus on vaikea ja toivon, että en omalla toiminnallani sitä lisää, vaan voin edes jotenkin olla avuksi. Omassa työkiireessäni ja paineen alla koen myös myötätuntoa terveydenhuollon resurssipulan painamia työntekijöitä kohtaan. Kun sairaalan osastopaikkaa ei ole tarjota kaikille, on rajausta tehtävä. Terapia-aikoja ei ole antaa aina tarvitseville ja henkisen kärsimyksen kuorma aiheuttaa painetta. Omassa työssäni on myös muita haasteita ja myös minulle riittämättömyyden tunne on tullut tutuksi. Mieleissäni on ollut joitakin ideoita papin työni kehittämiseksi tällä alueella, mutta toistaiseksi olen joutunut vielä odottamaan aikaa parempaa.

Päihteet ja itsemurhat vievät monen hautaan varhain. Tämä on arkipäivää psykiatrisessa hoidossa, mutta asia on niin murheellinen, että siihen ei totu. Päihdetyötä ja itsemurhia ehkäisevää työtä tehdään kaiken aikaa. Valitettavasti nämä ponnistelut eivät tuota jokaisen kohdalla tulosta ja taistelu menetetään usein, kuolema vie voiton. Teen sairaalapapin työtä viikoittain myös sairaalan kappelissa. Tässä työssä toki kohtaan vainajien omaisia hyvin erilaisista tilanteista, kaikki eivät ole psykiatristen potilaiden siunaamisissa. Hautaan siunaamisissa kohtaan omaiset, se on omaistyötä ja erittäin tärkeä mahdollisuus kulkea rinnalla viimeistään tässä vaiheessa, jos se ei ole ollut mahdollista aiemmin. Samalla, kun valmistellaan tulevia hautajaisia, käydään läpi vainajan elämänvaiheet ja paljon yhdessä koettua. Moni asia on tarpeen kertoa. Elämä sairaan läheisen kanssa on jättänyt sellaisia muistoja, joita ei siunauspuheessa kerrota, mutta jotka ovat tarpeen sanoa ääneen. Jäljellä on kristillinen toivo poisnukkuneen kohdalla. Jälkeenjäävillä surevilla on vielä oma elämäntaipaleensa kuljettavana ja eteenpäin on mentävä. Kun jonkin hyvin raskaan asian voi

jakaa, sen paino ehkä hieman kevenee ja on parempi jatkaa elämää. Näin omaistyön hautaan siunaamisissa ajattelen ja näin olen sen kokenut olevan.

Pieni ikkunaton sairaalan kappeli, jossa vainajan lähimmät kokoontuvat saattamaan tärkeää ihmistään, on ajatuksissani muuttunut kuin Jeesuksen haudaksi. Täällä me julistamme evankeliumia ylösnousemuksesta ja syntien sovituksista, muuta meillä ei ole. Arkun päässä seisoessani omaiset ja heidän murheensa on lähellä. Olen huomannut, että on hyvä pitää lukulasit päässä koko toimituksen ajan. Silloin näkö on kirkkokäsikirjan yli katsoessa sopivasti hämärä eikä omaisten surua niin näe, vaikka heihin katsoisikin ja ehkä itse siten selviää toimituksen loppuun itkemättä.

Sielunhoidon koulutus on valmistanut minua kohtaamaan elämän rikkinaisyyttä sen kaikissa muodoissaan ja antanut tiedollisia valmiuksia työhön. Kaikki elämäkokemus, myös ne tapahtumat, jotka olisivat mieluiten saaneet jäädä tapahtumatta, ovat tässä hyödyksi. Jos olet kokenut masennusta, uupumusta, surua, häpeää, hylkäämistä tai sairautta omassa elämässäsi, voit hyödyntää sen sielunhoitotyössä myötätuntona näitä elämän varjopuolia kohtaavia ihmisiä kohtaan. Jos minulla ei ole enää myötätuntoa, on mielestäni syytä miettiä kahdesti, miksi haluan tätä työtä tehdä. Saman kehotuksen rohkenisin sanoa jokaiselle.

Kelan korvaamaan kuntoutuspsykoterapiaa on tarjolla vain osalle psyykkisesti sairastuneista. Vaikka korvaukseen ja kuntoutusterapiaan olisi mahdollisuuskin, kaikilla ei ole elämän muissa haasteissa siihen lopulta kuitenkaan varaa tai voimavaroja. Elämän kehityskriisit hoituvat usein myös ajan kanssa ja ystävien tuella. Kirkon sielunhoitotyötä tekevänä olen kokenut olevani tärkeällä paikalla. Minulla on osaamista ja tietoa, joten voin olla turvallisin mielin tukemassa paineen alla eläviä, puoleeni kääntyviä seurakuntalaisia. Näin ajattelen olevan kaikkien kirkon sielunhoitokoulutuksen läpi käyneiden kohdalla. Meidät on varustettu työhön, lopusta pitää huolen Herramme, joka johtaa työtään Henkensä kautta. Tässä työssä olen kohdannut johdatusta. Riittää, kun ottaa tehtävän vastaan ja pyrkii sen hoitamaan tunnollisesti, tarvittavat ovet kyllä avautuvat.

Työhön psykiatrisille osastoille en lähtenyt innokkaasti ja vaan pikemminkin tilanteen pakosta. Jälkeenpäin olen kyllä nähnyt elämässäni asioita, jotka ovat tähän valmistaneet ja ymmärtäneet puhuttelua, joka minut on elämäni vaiheissa kohdannut. Mieleeni on tullut myös Johanneksen evankeliumin lopusta Jeesuksen ja Pietarin kohtaaminen, jossa Jeesus kolmesti kysyy Pietarin rakkautta. Jeesuksen kehotukset Pietarin myöntävien vastausten jälkeen ovat: Ruoki minun karitsoitani, kaitse minun lampaistani, ruoki minun lampaistani. Pietari lähtee tielle, jolle hetki sitten ei halunnut, epäonnistumisensa jälkeen. ”Kun olit nuori, sinä sidoit itse vyösi ja menit minne tahdoit. Mutta, kun tulet vanhaksi, sinä ojennat kätesi ja sinut vyöttää toinen, joka vie sinut minne et tahdo.” Joh. 21:18. Kirkon työssä, sielunhoidossa ja vastuun kantamisessa, tehtäviä annetaan vähitellen lisää, sen mukaan kuin on mahdollista kantaa. Kun vastuulle on annettu heikot ja sairaat, vastuulle on annettu paljon.

Katriina Ilvesmäki, Johtava sairaalapastori, työnohjaaja STOrY

Jyväskylän seurakunta, seurakuntien erityispalvelut