

Juha Kyllönen

Vs. johtava sairaalapastori, työnohjaaja
Sielunhoidon erityispalvelut
OYS
juha.kyllonen@evl.fi



Kohtaamisen tärkeys

Työhuoneeni ja teho-osaston välinen etäisyys ei ole suuri, mutta vaikka matka ei ole fyysisesti pitkä, henkinen taival voi olla mittava.

► Kun kutsu tulee, pyrin tyhjentämään itseni työpäivän aikaisemmista kohtaamisista. Herättelen tyhjää tilaa itseeni, jotta voin ottaa avoimena vastaan sen, mitä minulle seuraavaksi uskotaan. Huokailen, jotta saisin viisauden olla luottamuksen arvoinen elämän isojen haasteiden keskellä. Toivon, että en olisi esteenä kohtaa-

miselle. Mielen malttia, sitä pyydän. Ja hienotunteisuutta.

Tilanteet teholla ovat intensiteetiltään vahvoja, monesti ennalta arvaamattomia. Omassa työssäni kohtaaminen voi olla hyvin lyhyt, esimerkiksi rukoushetki ennen kuolemaa. Toisinaan kuljen mukana pidemmän matkan, jolloin jaetaan yhdessä

huolta, pelkoa ja toivoa paranemisesta. Työni akuutin kriisin keskellä on turvallisen sylin tarjoamista: kriisissä oleva saa olla niin heikko kuin hän juuri sillä hetkellä on. Tarjoan syyliä ja vierihoidtoa, johon särkyneen ihmisen on turvallista asettua kuuntelemaan ajatuksiaan ja tunteitaan. Tehtäväni on kannatella ja sietää kaaosta, joka

>>



Avuttomuuden ja oman pienuuden
kokemukset ovat voimakkaita.

Kuva Ulla
Ahlmén-
Laiho 2018.



Miten olla lähellä ja kuitenkin riittävän kaukana, jotta jaksaa hoitaa työtään?

isojen muutosten keskellä on tullut todeksi.

Miten alastomaksi tämä työ riisuukaan välillä tekijänsä. Läsnä on rajalla olemisen kokemus: on oltava niin lähellä kohtaamisen keskiössä, mutta toisaalta säilytettävä etäisyys omaa ammatillisuutta kuunnellen. Haaste piilee auttajan työn ytimessä: miten olla lähellä ja kuitenkin riittävän kaukana, jotta jaksaa hoitaa työtään. Alkuaikoina työssäni huomasin melkein hyppääväni autettavan rinnalle montun pohjalle saakka auttamisen halussani. Olen oppinut vuosien varrella, kuinka parhaiten autan autettavaani montun reunalta,

en montun pohjalta. Omat rajat pitää tunnistaa ja niitä kuunnella.

Kuoleman varjosta valoon ja toivoon

Vaikka kuljen jatkuvasti saattohoitopotilaiden rinnalla, minusta tuntuu siltä, että kuolemaan on vaikea tottua. Kuolema on toki osa elämää, mutta läheskään aina tätä elämän osaa ei ole helppo sietää. Kuolema piilee kutsumattomana vieraana elämän keskiössä ja ainakin kuoleman odotushuoneissa, joissa saattajina oman vanhemman kuolinvuoteen äärellä on pieniä lapsia. Silloin tulee tunne siitä, kuinka epäreilua elämä

kaikessa karuudessaan voikin olla. Näissä tilanteissa sekä autettava että auttaja on yhtä suurena kysymysmerkinä. Avuttomuuden ja oman pienuuden kokemukset ovat voimakkaita. Kysymyksiä nousee pintaan enemmän kuin selkeitä vastauksia on tarjolla. On suostuttava sietämään todellisuutta, missä kaikkeen ei vain ole rationaalista, tyydyttävää vastausta. Tai ei vastausta alkuunkaan.

Kuoleman edessä olemme samalla viivalla. Jokaisen tänne maailman syntyneen on kuoltava kerran. Kaikki emme saa elää tavoittelemamme hyvää ja ehyttä elämää vanhuuden päiviin asti – toisten polun viitoitus johtaa maalisuoralle varhain. Tämä työ on opettanut hetkestä kiinni tarrautumisen tärkeyttä: on tehtävä tänään se, mitä voidaan tehdä nyt. Asioita ei kannata jättää odottamaan tilaan tuota tuonemmaksi. Itsestäänselvyydet ovat karisseet. Olen saanut opetella, kuinka kaikki elämässä on syvimmältään lahjaa ja lainaa, jota saamme pitää lähelämme määrääjän. Kaikesta meidän on lopulta luovuttava, jopa kaikkein rakkaimmistakin.

Sairaalassa kuljetan tavaroitani vihreässä kassissa, jonka kylkeen on kirjailtu sana *TOIVO*. Eräs omainen totesi kassini nähtyään: ”Nyt sairaalapapilla on oikea tuote mukanaan, toivo!” Saattohoitopotilaani (nyt jo autuaasti perille päässyt kilvoittelija) kuvasi, kuinka häntä on lohduttanut opettamani ajatus siitä, kuinka toivo on aina tallessa. Se voi muuntua tilanteen mukaan, mutta kulkee aina mukana. Kun toivo paranemisesta riisutaan, jää silti jäljelle toivo hyvästä perushoidosta ja kivun lievityksestä. Riisumisen vaiheen pitkittyessä toivo pois pääsystä vahvistuu; elämän näkö vaihtuu toivoon kaikista taakoista vapautumisesta, perille pääsystä ja taivaasta.

Rajallisuuden läksy

Olen kokenut, että vasta omien rajojen tunnistaminen vapauttaa elämään. Kun tiedostamme, ettemme elä loputtomiin, uskallamme rohkeammin elää todeksi omaa arjen rosoisia värejä kantavaa elämää. Silloin käytämme mahdollisuudet,

jotka ovat totta elämässämme tässä ja nyt. Olisiko jopa niin, että opimme sietämään paremmin elämän keskeneräisyyttä ja epätäydellisyyttä? Ensin itsessämme ja sen jälkeen toisissamme.

Onneksi kaikki hoitoomme uskottu potilaat eivät menehdy sairaalareissullaan. Monet perheet saavat toivomansa avun ja hoidon sairaalasta. Miten syvältä nousee kiitos, kun haastavan onnettomuuden jälkeen nuorukainen herää vähitellen ja saa jatkaa elämäänsä. Koko hoitoyhteisössä ilo ja kiitollisuus pulpahtaa pintaan. Tuntuu puhuttelevalta, että vielä vuosien jälkeen perhe saattaa tulla ”näytille” teho-osastolle, missä onnettomuuden jälkeisillä alkumetreillä taisteltiin elämästä ja kuolemasta. Toipumisen ihmeen näkeminen

On suostuttava sietämään todellisuutta, missä kaikkeen ei vain ole rationaalista, tyydyttävää vastausta.

vahvistaa meitä hoitotyössä; työmme ja ponnistelumme ei ole turhaa, ajassamme tapahtuu vielä ihmeitä, toisinaan mahdolltomasta tulee mahdollinen. Moni saa kaipaamansa jatkoajan elämäänsä.

Olen toiminut sairaalapappina viisitoista vuotta ja leikkisästi todennut, että olen laitostunut jo niin vahvasti, että en osaa lähteä tästä työstä mihinkään. Saan tehdä työtä, josta unelmoin jo opiskeluaikoinani. Saan kohdata erilaisia ihmisiä ja perheitä. Tunnen kiitollisuutta hetkistä, joina olen voinut auttaa toista ihmistä kuuntelemalla, rinnalla matkaamalla. Jokainen kohtaamani ihminen opettaa minulle jotakin elämän merkityk-

sestä, kärsimyksestä, kuolemasta. Jokainen kohtaaminen jättää meihin jäljen. Oma rukoukseni on, että jättämäni jälki työssäni olisi täynnä hyväksyntää, armoa ja rakkautta sekä elämän selittämättömyyden ja ennalta arvaamattomuuden sietämistä.

Kuka auttaa auttajaa?

Vastapainona työlle on löydettävä itselle ilon ja toivon lähteitä, itselle tärkeitä paikkoja, joista voi ammentaa voimaa ja lohtua. Oma tilaa ja aikaa, niitä tarvitsen vuodelta enemmän palautuakseni työn kuormituksesta. Omassa, usein hiljaisessa tilassa kuuntelen, mitä minulle itseleni kuuluu, missä menen elämäni kanssa. Kyselen, missä on Jumalani. Kyselen, mitä ikävöin, mitä juuri nyt

kaipaen. En ikävöi suurten massojen tapahtumiin vaan enemmänkin askeeleni johtavat lenkkipolulle metsään tai meren rannalle, missä saan olla yksin.

Yhteys läheisiin ja rakkaisiin on toki kantava voima, jota tarvitsen suojaksi elämääni, mutta työn ja elämän jälkiä itsessäni sulattelen hikenä ulos juostessani tai nyrkkeilyssä

hakatessani kuntosalilla. Musiikki, kirjallisuus, elämän ihmettely, oman hengellisen elämän hoito – siinä voiman lähteitä.

Oma työnohjaus on tärkeää. Oman ammatillisuuden ja työssä jaksamisen tueksi tarvitaan jatkuvaa prosessointia työyhteisön ulkopuolisen ammattilaisen kanssa. Työssämme piilee myötätuntouupumuksen vaara. Vahvankin voimavarat voivat ehtyä. Lyhyessä ajassa elämän kriisin omalle kohdalle osuessa voimamme riisutaan meistä vähiin.

Elämän rajallisuuden läksyä opettelen kipeästi – taas kerran – löydettyäni tällä viikolla nuoruuden ystäväni kuolinilmoituksen kotiseutu-

ni paikallislehdestä. Kirkasotsaisina nuorina miehinä lähdimme varttumaan ja maailmaa valloittamaan Helsinkiin yhdessä 80-luvulla. Löysimme aikanaan paikkamme ja tehtävämme, molemmat hoitamisen ammattilaisina. Suren ystäväni äkillistä kuolemaa. Samalla suren sitä, että minulla ei ole ystävää, jonka kanssa voisin kerrata nuoruuden itsenäistymisen vaiheitamme. Kukaan ei enää pysty muistelemaan juuri tätä vaihetta elämästäni. Jotakin tärkeää on lopullisesti poissa. Ja silti tallessa. ■

Sairaalapappi

Sairaalapapit ovat kaikkien potilaiden, läheisten ja henkilökunnan käytettävissä henkilökohtaista keskustelua, rippiä tai sielunhoitoa varten, ja tarvittaessa kaikki kirkon palvelut voidaan tuoda sairaan luo vihkimisestä rippikouluun. Sairaalapappi on tavoitettavissa myös päivystysluontoisesti vuorokaudenajasta riippumatta. Teologisen peruskoulutuksen lisäksi sairaalapapeilla on tehtävään kuuluva erityiskoulutus. Sairaalapapin kanssa käydyt keskustelut ovat luotamuksellisia eikä niistä tehdä potilasasiakirjamerkintöjä. Heidän työnkuvaansa kuuluvat potilaiden, omaisten ja henkilökunnan yksilökohtaamisten ohella myös kouluttaminen ja työnohjaus.

Lähteet:

1. Suomen Evankelis-luterilaisen kirkon verkkosivut <https://evl.fi/apua-ja-tukea/suru-kriisi/sairaalapappi-kulkee-vierellaskun-olet-sairas>
2. <https://www.tays.fi/fi-FI/Palvelut/Sairaalasielunhoito>