**Häpeästä hyväksyntään**

30.10.2014

Häpeätutkijana tunnettu professori **Paavo Kettunen** pohtii uudessa teoksessaan häpeästä selviytymisen keinoja. ***Häpeästä hyväksyntään*** (Kirjapaja) pyrkii viitoittamaan teitä kohti hyväksyntää ja sitä, että ihminen kokisi tulleensa nähdyksi kokonaisena, omana itsenään. Samalla se on opas kohti vapaampaa henkilökohtaista elämää.

”Sukupuoli ja seksuaalisuus ovat keskeisiä ihmisen häpeäkokemuksissa sen tähden, että juuri niillä alueilla odotamme hyväksytyksi tulemista.” Paitsi seksuaalisuuteen yleisemmin Kettunen ottaa esiin myös homoseksuaalisuuteen ja transsukupuolisuuteen liittyvät häpeäkokemukset. ”On hyvin ymmärrettävää, että homoseksuaalit ovat toivoneet rekisteröityjen parisuhteidensa tunnustamista ja hyväksyntää myös kirkon piirissä.” Kettusen mukaan taustalla on kuultavissa häpeään liittyvät kysymykset: saanko olla se, mikä olen, hyväksytäänkö minut, kelpaanko minä tällaisena?

Häpeä on erityisesti meidän aikamme ihmisten kysymys. Häpeä voi näkyä noloutena, riittämättömyytenä ja vierauden kokemuksena, uupumisena. Häpeän ja syyllisyyden tunteet vaikuttavat sekä sosiaaliseen elämäämme ja ihmissuhteisiimme että jumalasuhteeseemme. Niitä käsitellään naistenlehdissä, psykologien vastaanotoilla ja sielunhoitokeskusteluissa.

”Huonoutensa tunnistavaa ja kelpaamattomuutta kokevaa ei paljon auta oman olemisensa pohjamudissa kieriskely. Ei kuitenkaan voida määrätä lääkkeitä, ellei ensin kartoiteta ihmisen tilannetta. Siksi kirja ei ole vain häpeästä selviytymiskertomus, vaan myös raportti häpeästä kärsimisen moninaisesta viidakosta”, Paavo Kettunen kirjoittaa.

Paavo Kettunen: Häpeästä hyväksyntään, Kirjapaja 2014. 223 s. Kl 17.3/25.4. ISBN 978-952-288-120-5. Ovh. 32,90

Teologian tohtori **Paavo Kettunen** on käytännöllisen teologian professori Itä-Suomen yliopistossa. Hän on tutkinut mm. sielunhoitoa, spiritualiteettia ja diakoniaa sekä kysymyksiä, joissa liikutaan teologian ja psykologian rajalla. Hänen aiempia teoksiaan ovat mm. *Kätketty ja vaiettu – Suomalainen hengellinen häpeä*, *Auttava kohtaaminen I: sielunhoidon perusteet ja teologia*, *Suomalainen rippi* ja *Leipää vai läsnäoloa?*

**Lisätietoja ja haastattelupyynnöt:** Kirjapaja/viestintäpäällikkö Marja-Liisa Saraste, [marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi](mailto:marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi); 040 553 4757 tai Paavo Kettunen, paavo.kettunen@uef.fi; 050 3805627

**Arvostelukappaleet:** Minna Vatja, [minna.vatja@kirjapaja.fi](mailto:minna.vatja@kirjapaja.fi)

