



# SUUNDUMUSI NÜÜDISAEGSES HINGEHOIUS

---

Tõnu Lehtsaar, Kaido Soom, Olga Schihalejev

## SISSEJUHATUS

Traditsiooniline teoloogia käsitleb hingehoidu praktilise usuteaduse haruna. Muudatused, mis viimaste aastakümnete jooksul on mõjutanud praktilist usuteadust, väljenduvad ka hingehoiu valdkonna uutes suundumustes. Olulisemad nendest on praktilise usuteaduse lähenemine sotsiaalteadustele ning arvestamine pedagoogikaga ja empiiriliste uuringute tulemustega. Artiklis analüüsime, millised on XXI sajandi olulisemad arengusuunad hingehoiust arusaamisel ja hingehoidlikus praktikas. Samas tõdeme, et paljud praegused eripärad on alguse saanud juba möödunud sajandi kuuekümnendatel aastatel.

Eestikeelne mõiste „hingehoid“ tuleneb saksa sõnast *Seelsorge*. Inglise keeles on kasutusel kaks mõistet: hingehoid laiemas tähenduses kui *pastoral care* (pastoraalhooldatus) ja kitsamas tähenduses kui *pastoral counseling* (pastoraalnõustamine). Esimene, laiem mõiste tähendab pastoraalset suhtlemist kõigis selle avaldumisvormides, hõlmates hingehoidlike vestlusi, kodukülastusi ja vaimulikke talitusi. Teine, kitsam mõiste, tähendab ennekõike pastoraalset nõustamist, mille põhivormiks on hingehoidlik vestlus. Selles artiklis vastab mõiste „hingehoid“ pigem laiemale käsitlusele.

Hingehoid on sotsiaalselt tundlik tegevusvaldkond. See tähendab ühelt poolt seda, et igas riigis ja kirikus on hingehoid arenenud omanäoliselt. Teisalt suureneb teemade hulk, millega hingehoid tegeleb. Ennekõike on see tingitud sellest, et kiiresti muutuv maailmas muutuvad ka inimeste probleemid, millega hingehoidja juurde tullakse. Hingehoiulase kirjanduse põhjal saab valdkonnas toimuvad muudatused kokku võtta kolme suundumuse raamesse. Need on hingehoiu tähenduse muutumine, hingehoiu lähenemine psühholoogiale ja uute hingehoiuvormide teke.

Järgnev annabki ülevaate nimetatud suundumustest ja neid kujundavatest konkreetsetest muudatustest.

## HINGEHOIU TÄHENDUSE MUUTUMINE

Muudatused hingehoiu tähenduses väljenduvad selles, **milliste märksõnade** abil hingehoidu määratletakse. Klassikalistes käsitlustes on kasutatud valdavalt usulisi mõisteid, nt abistamine usulistes küsimustes, jumalasuhte toetamine, Kristuse sarnaseks saamine, vaimulik kasvamine. Nüüdisajal määratletakse hingehoidu pigem kui usulisele toimetulekule kaasaaitamist, usulise arengu ja õppimise toetamist, usulise tähenduse loomist. Üldistatult võiks öelda, et hingehoiu määratlused on liikunud jumalakesksuselt inimesekesksuse poole. Üks näiteid on Collinsi määratlus, kes käsitleb hingehoidu kui nõustamise vormi, mille olemuseks on tegelemine muutumise ja muudatusega: tegelemine inimestega, kes tahavad muutuda; kes ei tea, kuidas muutuda; kes vajavad muutumiseks ja muudatustes abi; kes panevad muutumisele ja muudatustele vastu; kes ei tule toime muutustega oma elus ja kes on lihtsalt sattunud muudatuste keerisesse.<sup>1</sup>

Collins seob muutused hingehoius (autor kasutab mõistet „kristlik nõustamine“) ühiskondliku arenguga liikumisel modernismiajast postmodernismi. Tema arvates eristuvad hingehoiu kujunemisel kaks etappi. Esimene nendest oli valdav XIX ja XX sajandil, teine aga XX sajandi lõpuperioodil ja XXI sajandi alguses. Esimest nimetab ta traditsiooniliseks, teist uueks lähenemiseks. Kokkuvõtvalt iseloomustab nende kahe perspektiivi erinevust järgnev tabel.

Traditsiooniline hingehoid	Uus hingehoid
Modernistlik ja teaduslik	Postmodernistlik
Keskendub minevikule	Keskendub olevikule ja tulevikule
Pikaajalised strateegiad	Lühiajaline strateegiline nõustamine

<sup>1</sup> Cary R. Collins, *Christian Counseling. A Comprehensive Guide*. 3. ed. (Nashville: Thomas Nelson, 2005), 3–16.

Traditsiooniline hingehoid	Uus hingehoid
Hierarhiline – nõustaja on ekspert ja nõustatavast üle oma teadmistelt ja ettevalmistuselt	Nõustaja on „haavatud ravija“, kes võib olla väljaõppe saanud, kuid ei ole nõustatavast üle
Eesmärgiks on tervenemine	Eesmärgiks on jõustamine ( <i>empowerment</i> )
Fokuseerutakse faktidele ja andmetele	Fokuseerutakse oma loo rääkimisele ja loomisele
Nõustaja juhib	Nõustaja ja nõustatav suhtlevad omavahel
Nõustaja kraadid ja väljaõpe on olulised	Nõustaja autentsus on tähtsam
Kultuurilised küsimused on tagaplaanil	Kultuurilised küsimused on olulised
Kunst on vähetähtis	Kunst võib olla väga oluline, nt muusika-, kunsti- (sh väljendus-) või tantsuteraapiana
Tehnoloogiat kasutatakse vähe või üldse mitte	Tehnoloogia on väärtustatud
Püha Vaim on valdavalt ignoreeritud	Püha Vaim jõustab
Nõustaja sulgub kirikus	Nõustaja teeb koostööd kirikuga
Piibellik alus	Piibellik alus

Teiseks hingehoiu tähendust muutvaks arenguks on **süsteemse hingehoiu mudeli** kujunemine. Klassikalises hingehoius oli nõustamise keskmes inimene ja tema sisemised probleemid ning põhimeetodiks neljasilmavestlus; süsteemse hingehoiu puhul on keskmes inimese suhted teiste inimestega ja erinevate eluvaldkondadega. Seega ei keskendu hingehoid mitte niivõrd probleemile kui suhetele. Süsteemset hingehoidu on võimalik iseloomustada viie tunnuse alusel.<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Christoph **Morgenthaler**, *Systemische Seelsorge. Impulse der Familien- und Systemtherapie für die kirchliche Praxis*. 4. Aufl. (Stuttgart: Kohlhammer, 2005), 17.

1. Isikut nähakse sotsiaalse ja ökoloogilise süsteemi osana. Nii teoorias kui ka praktikas keskendutakse seostele ja mõjudele inimese ja süsteemi vahel.
2. Patoloogiat ja sümptome käsitletakse kui sotsiaalsete ja ökoloogiliste seoste tulemust.
3. Metoodiliselt tegeleb süsteemne hingehoid nii ennetamise kui ka abistamisega, tehes loovat koostööd abivajaja endaga.
4. Ametialaselt kuulub hingehoidja perekonna ja kiriklike suhete ringi. See võimaldab hoomata inimsuhete erinevaid aspekte.
5. Süsteemse hingehoiu eesmärk on isiku ja tema erinevate suhete koosarenemine, mis aitab tervendada võimalikke tekkivaid hingehaavu.

Süsteemse hingehoiuga on ideelt sarnane ka holistlik ehk terviklik hingehoid. Kui süsteemne hingehoid keskendub suhetele, siis holistlik hingehoid tegeleb inimese eluga kui erinevaid dimensioone hõlmava tervikuga. Selle mõtteviisi üks edendajaid on klassikuks saanud Howard Clinebell, kes räägib terviklikkuse toetamisest seitsmes dimensioonis. Need on vaimsus ja eetika, teadvus ja isiksus, keha, suhted, töö, naer ja mängulisus ning seitsmendaks ühiskond ja loodus. Inimese aitamine peaks rajanema terviklikul inimesekäsitlusel nii nimetatud dimensioonide kaupa kui ka nende dimensioonide üleselt.<sup>3</sup> Clinebelli arvates on klassikalise hingehoiu ülesanneteks tervendamine, toetamine, juhatamine ja lepitamine. Tema arvates on nüüdisaegses hingehoius olulised veel kaks dimensiooni: kasvatav hoolitsus (*nurturing care*) ja prohvetlik hoolitsus (*prophetic care*).

Kasvatav hoolitsus aitab inimesel leida oma unikaalseid oskusi ja võimeid ning neid arendada. Kasvatav hoolitsus seob nii hingehoiu kui ka pedagoogika. Sisuliselt tähendab kasvatav hoolitsus inimese kordumatu toetamist kogu elu vältel. Prohvetlik hoolitsus tähendab inimese toetamist sotsiaalsetest muutustest läbiminekul. Prohvetlik hool tähendab muutustega arvestamist ning inimese toetamist muutustega toimetulekul ja muutuste läbiviimisel.

Nii süsteemset kui ka holistlikku lähenemist hingehoiule rakenda-

<sup>3</sup> Howard **Clinebell**, *Basic Types of Pastoral Care & Counseling. Resources for the Ministry of Healing & Growth*. 3. ed. (Nashville: Abingdon Press, 2011), 40–41.

takse ka koolides tehtavas hingehoiutöös, kus üha enam pööratakse tähelepanu nt kiusamiskäitumise ennetustegevustele ja koostööle pedagoogide, sotsiaaltöötajate, perede ja kogukondadega.<sup>4</sup>

Hingehoiu teoloogias käsitletakse hingehoiusuhet kolmnurgana, milles horisontaalsel tasandil on hingehoidja ja klient ning vertikaalsel tasandil Jumal. Rõhutatakse, et hingehoius tuleb pöörata tähelepanu ühiskondlikule ja kultuurilisele kontekstile, milles hingehoid toimub. Kultuuri muutudes muutuvad inimesed ja nende probleemid ning ka hingehoiutöö meetodid. Kuigi teoloogiliselt peetakse Jumalat muutumatuks, on ajaloos kujunenud hingehoiu mudelid, milles inimese ja Jumala vastutust probleemide lahendamisel on mõistetud erinevalt.<sup>5</sup>

Kiiresti muutavas ajas peab end uuesti määratlema ka hingehoid. See tähendab hingehoiu identiteediotsinguid. Tundub, et üht ja üldtunnustatud hingehoiu käsitlust ei teki. Nii nagu sotsiaalteadusteski defineerib iga koolkond (hingehoiu puhul kirik või erialaühing) põhimõistet oma moodi. Samal aja suureneb uurimuste arv, mis tegelevad otseselt hingehoiu identiteedi küsimustega.<sup>6</sup>

## HINGEHOIU LÄHENEMINE PSÜHHOLOOGIALE

Praktilise usuteaduse lähenemisega sotsiaalteadustele kaasneb kolm arengusuunda. Esiteks lähenevad praktilise usuteaduse alldistsipliinid oma sekulaarsetele partneritele. Hingehoid läheneb psühholoogiale ja psühhoteraapiale, homileetika retoorikale ja kommunikatsiooniteooriale, liturgika arvestab järjest enam sekulaarsete kultuuritrendidega, kateheetika toetub üha enam pedagoogikale, diakoonia seondub üha enam sotsiaaltöoga, küberneetika kui kristlik juhtimisõpetus kasutab üha enam

<sup>4</sup> Nt Noel **Purdy** (ed.) *Pastoral Care 11–16: A Critical Introduction* (London: Bloomsbury, 2014) või Stanley **Tucker**, „Pupil Vulnerability and School Exclusion: Developing Responsive Pastoral Policies and Practices in Secondary Education in the UK“ – *Pastoral Care in Education: An International Journal of Personal, Social and Emotional Development*, 4/31 (2013), 279–291.

<sup>5</sup> Jouko **Kiiski**, *Sielunhoito* (Helsinki: Edita, 2009), 10–11.

<sup>6</sup> Hingehoiu identiteeti käsitlevatele uurimustele on iseloomulik, et küsimust vaadeldakse üldises pastoraalteoloogilises kontekstis. Üheks näiteks on Samuel **Park**, „An Evolving History and Methodology of Pastoral Theology, Care, and Counseling“ – *Journal of Spirituality in Mental Health*, 1/9 (2007), 5–34.

ilmalikke juhtimismeetodeid. Üha laialdasemalt võetakse kasutusele vastava sekulaarse valdkonna mõisteid ja meetodeid. Teiseks arengusuunaks on interdistsiplinaarsuse laienemine. Üha enam uurimusi viivad läbi ja tulemusi avaldavad mitme eriala esindajad koos. Kolmandaks on sotsiaalteaduslike meetodite rakendamine praktilise usuteaduse uurimustes. Siia kuuluvad näiteks ankeedid ja intervjuud, mille tulemusi töödeldakse sotsiaalteaduste paradigmatel lähtuvalt. Omaette nähtuseks on näiteks empiirilise teoloogia tekkimine.<sup>7</sup>

Seega on hingehoiu lähenemine psühholoogiale osa suuremast pildist. Hingehoiu lähenemine psühholoogiale väljendub eri viisidel. Näiteks võib siin tuua psühholoogia teooriate rakendamise, raviplani koostamise ja psühholoogia keele kasutamise teoloogia keele asemel.

**Psühholoogia teooriate rakendamine** tähendab seda, et hingehoius toimuvat seletatakse psühholoogia teooriate mõistete abil. See areng ei ole iseenesest väga uus, sest psühhoanalüüs ehk süvapsühholoogia on eriti Euroopa hingehoiu ka varasemate aastakümnete jooksul tugevalt mõjutanud. Nüüdisaegsetest teooriatest võib nimetada näiteks hingehoiu käsitlemist kiindumusprotsessi<sup>8</sup> reguleerimisena. Sellest vaatenurgast lähtuvalt on Jumal kiindumusobjekt, kellega inimene otsib lähedust. Kiindumusstiili väljakujunemisel on eriline koht lapsepõlvkogemusel. Jumalasuhet puudutavalt on siin püstitatud kaks hüpoteesi: vastavushüpotees ja kompensatsioonihüpotees. Esimene eeldab, et lapsepõlves omandatud seotusstiil laieneb ka jumalasuhtele. See tähendab, et kindla seotusstiiliga inimestel on lähedasem jumalasuhe ja et Jumala armastust suudavad mõista vaid lapsepõlves armastust kogunud inimesed. Teine hüpotees väidab, et ebakindla seotuskogemusega inimesed otsivad usust ja jumalasuhtest aseainet.

Uurimused kinnitavad mõlema hüpoteesi paikapidavust.<sup>9</sup> Vastavus-

<sup>7</sup> Astrid **Dinter**, Hans-Günter **Heimbrock**, Kerstin **Söderblom** (Hg.), *Einführung in die empirische Theologie. Gelebte Religion erforschen* (Stuttgart: Vandenhoeck & Ruprecht, 2007).

<sup>8</sup> Kiindumusteooria (seotusteooria, *attachment theory*) on psühholoogiline teooria, mis uurib kiindumuse ja lähisuhete kujunemist. Seda, kellesse või millesse kiindutakse, nimetatakse kiindumusobjektiks. Seda, kuidas kiindutakse, kirjeldavad kiindumusstiilid.

<sup>9</sup> James M. **Nelson**, *Psychology, Religion and Spirituality* (New York: Springer, 2010), 249–253.

hüpoteesiga seonduvalt selgub, et kindla seotusstiiliga inimestel on positiivsem jumalakujund, nad on usuliselt pühendunumad ja aktiivsemad, tegelevad oma usuliste veendumuste seletamise ja põhjendamisega ning on usuliselt püsivamad. Need, kelle lapsepõlves on puudunud lähedased suhted, tunnevad oma jumalasuhtes sagedamini hirmu ja vältimist. Kompensatsioonihüpoteesi kontrollimine on näidanud, et ebakindlate seotusstiilidega inimesed kogevad kaks korda sagedamini täiesti uut jumalasuhet võrreldes kindla seotusstiiliga inimestega. Ebakindla seotusstiiliga inimesed elavad eluraskustes pöördumiskogemust läbi suhteliselt sagedamini kui kindla seotusstiiliga inimesed.

Psühholoogilised teooriad on mõjutanud ka hingehoidlike juhtumite analüüsi. Üheks näiteks võib siin olla põhistatud teooria (*grounded theory*)<sup>10</sup> kasutamine selle uurimisel, kuidas pastoraalnõustajad mõistavad sõna „pastoraalne“. Townsend leidis, et pastoraalne ehk see, mis peaks eristama hingehoidlikku psühhoterapeutilisest, on defineeritud väga erinevalt. See tähendab, et arusaamine pastoraalsele ainuomasest on pigem mitmekesine kui sarnane. Üheks oluliseks eriarvamusi siduvaks jooneks oli aga see, et vastanud ei määratlenud ennast mitte selle kaudu, mida nad teevad, vaid selle kaudu, kes nad on. Seega pole pastoraalne identiteet mitte tegevuse, vaid olemise kategooria. Sisulised kirjeldused, kes on pastoraalnõustaja, olid aga väga erinevad. Need sõltusid vastaja usulisest taustast, haridusest ja hingehoiu töökohast (kiriklikus struktuuris või väljaspool). Kõige enam levinud oli arvamus, et pastoraalne on üldmõiste, mis on kuidagi seotud kiriku või usuga.<sup>11</sup>

**Raviplaani koostamise** näiteks on püüdlus planeerida hingehoidu psühhiaatrilise nõustamise protseduuri järgides ja psühholoogilise muutuse seaduspärasusi arvestades. Üheks tuntumaks näiteks siin on pastoraalnõustamise raviplaneerija. See lähenemine kujutab endast liikumist üsna kindlapiirilistes diagnostilistes ja meetodilistes raamides. Autorid Kok ja Jongsma juhivad tähelepanu, et kuigi läbivalt kasutatakse Jumala mõistet,

<sup>10</sup> Põhistatud teooria on Glaseri ja Straussi 1967. aastal väljapakutud kvalitatiivne tekstiuurimise meetod. Meetodi sisu on andmete jaotamine sisuühikuteks ja nende ühikute üldistamine kontseptsioonideks. Tulemuseks peaks olema detailidel rajanev tervik-käsitlus, parimal juhul teooria.

<sup>11</sup> Loren L. Townsend, „Research Report: A Grounded Theory Description of Pastoral Counseling” – *Journal of Pastoral Care & Counseling*, 1 (2011), 1–15.

võib see tähendada mistahes kõrgemat jõudu.<sup>12</sup> Kokku kirjeldatakse nende käsiraamatus kolmkümmend ühte hingehoidlikku probleemi ja nende lahendamise võimalusi. Probleemideks on näiteks vananevad vanemad, viha Jumala vastu, üksildus, perekonflikt, töötus ja soovimatu rasedus.

Käsiraamatus kirjeldatakse hingehoidliku probleemi lahendamist astmelise protsessina. Esimeseks astmeks on probleemi kirjeldamine käitumuslike teooriate toel. See tähendab, et probleem tuleb muuta võimalikult objektiivseks, kirjeldades seda käitumuslikes kategooriates. Teiseks astmeks on hingehoiu pikaajaliste eesmärkide määratlemine ehk selle fikseerimine, kuhu tahetakse välja jõuda. Kolmandal astmel määratletakse lühiajalised eesmärgid ja nende saavutamiseks vajalikud terapeutilise sekkumise viisid. Neljas aste tähendab konkreetse abivajaja probleemi arvestades kõige sobivama sekkumisviisi valikut. Nende astmete koondamist üheks tervikuks nimetatakse nõustamisplaani koostamiseks ja teostamiseks.

Näiteks perekonflikti käitumuslikud tunnused<sup>13</sup> on sagedased tülid ja kestav emotsionaalne pinge, haiget tegev käitumine, pereliikmete kontakti vältimine, pinged vanemate ja täiskasvanud laste vahel kontrolli küsimuses, täiskasvanud laste võimetus lahkuda vanematekodust, lastevahe- lised tülid vanemate hooldamise küsimuses, laste valikuline eelistamine vanemate poolt. Pikaajalisteks eesmärkideks on pereliikmete harmooni- lised suhted, vanematekoju jäämise või sealt lahkumise selgepiirilised tingimused, tasakaalustatud suhted laste vahel. Lühiajalised eesmärgid on näiteks pereliikmete kohtumised nõustajaga, pere kui terviku konsultee- rimine, iga pereliikme probleeminägemisse süvenemine. Terapeutilised sekkumised on nõustamise pakkumine pereliikmetele, pere kui terviku nõustamise korraldamine, individuaalkonsultatsioonid pereliikmetega. Nõustamisplaan peaks hõlmama perekriisi käitumuslikku kirjeldust, üle- vaadet pikaajalisest tulemusest ja sellest, mida ning kuidas vahetult saa- vutada püütakse.

<sup>12</sup> Üheks esimeseks sellealaseks teoseks, mida tänaseks on edasi arendatud, on James R. **Kok** ja Arthur E. **Jongsma Jr**, *The Pastoral Counseling Treatment Planner* (New York: John Wiley & Sons, 1998), 1.

<sup>13</sup> Tunnused on siinkohal esitatud lühendatult ja teenivad näitlikustamise eesmärki.



**Psühholoogilise keele kasutamine hingehoius** teoloogilise keele asemel toob endaga kaasa ulatuslikke muudatusi. Gärtner kirjeldab nüüdisaegset hingehoidu kui teoloogilist keelt vältivat nõustamispraktikat. Selle asemel kirjeldatakse hingehoius toimuvat psühholoogia mõistete abil. Hingehoiu psühholoogiseerumisel on tema arvates kuus tulemust.

1. Teoloogiline sisu taandub kultuurikontekstile, mis tähendab, et ka inimese usulised küsimused tulenevad pigem ajastu eripäradest.
2. Rõhutatakse subjektiivsust ja individuaalsust, jättes kõrvale sellised mõisted nagu patt ja lunastus.
3. Abivajaja elukäiku nähakse pigem kui situatsioonide jada, mitte niivõrd kui koostoimivat jumalikku tervikut.
4. Tunded ja kogemused saavad olulisemaks seisukohtadest ja veendumustest. Usulised metafoorid muutuvad raskesti mõistetavaks.
5. Välistatakse igasugune vastasseis ja mittenõustumine nõustatavaga.
6. Muutub hingehoidja identiteet, liikudes jumaliku autoriteedi esindajast kuulajaks, mõistjaks ja aitajaks. Hingehoidja esindab üha enam vaid iseennast.<sup>14</sup>

Seega hõlmab hingehoiu lähenemine psühholoogiale nii teoreetilisi kui ka puhtpraktilisi valdkondi. Tulemuseks on, et tekivad uued hingehoiuvormid, mis otsivad vastust inimeste küsimustele.

## HINGEHOIU UUTE VORMIDE TEKKIMINE

Kiiresti muutuv kultuurikontekst ja inimeste teisenemine vajadused loovad eelduse ka hingehoiu vormide mitmekesisumiseks. Nüüdisajal on sarnaselt psühhoteraapiaga kujunenud välja mitu hingehoiu vormi või alaliiki. Mõnel juhul kannavad uued vormid iseseisvat nime, mõnel juhul käsitletakse neid suundumustena hingehoiu raames. Nende vormide määramise aluseks võib olla hingehoidliku vestluse meetodika, lähtealuseks olev inimesepilt ja probleemvaldkond, millega tegeletakse.

<sup>14</sup> Stefan **Gärtner**, „Staying a Pastor while Talking like a Psychologist? A Proposal for an Integrative Model” – *The Journal of Christian Bioethics*, 16/1 (2010), 48–60.

**Hingehoiu metoodika** uuendused võivad puudutada nii vestluse läbiviimise tehnilist poolt kui ka üldisemaid soovitusi hingehoiu läbiviimiseks. Näiteks võib siinkohal tuua soomlase Irja Kilpeläineni spiraalvestluse ja pastoraalnõustamise mudeli, mis kujunes Soomes oluliseks hingehoiu-meetodiks juba 1960. aastate lõpul.

Hingehoiu juures tõstis Kilpeläinen keskmesse ametioskused, tõedes, et töö eeldab ametioskusi, vastutust ja selle jätkuvat arendamist. Kilpeläinen vältis vahetegemist vaimuliku ja argise vahel, leides, et kõik on võrdselt väärtuslik. Hingehoidliku vestluse meetodina pakkus Kilpeläinen välja spiraalvestlust, kus liitutakse vestleja sõnadega nii, et vestluskett ei katke, ning seda tehakse abistatava lauset korrates. Hingehoiu keskmesse tõusis püüdlus, et inimene leiaks ise lahenduse. Nõustatav peab selleks küpsema, et suudaks teoks teha seda, mida peab õigeks.<sup>15</sup>

Urbaniseerunud ühiskonnale omane kiirustamine on tunginud ka hingehoidu. Nii on hingehoiu üheks suunaks kujunemas lühiajaline hingehoid, mida iseloomustab kerge kättesaadavus, keskendumine ühele probleemile ja piirdumine ühe mõne hingehoidliku vestlusega. Sealjuures ei ole erilist tähelepanu pööratud mitte probleemi läbitöötamisele (nagu see toimub tavapärasel hingehoiul), vaid konkreetsele küsimusele lahenduse leidmisele.

Üheks mõõtuandvaks teoseks selles valdkonnas on H. W. Stone'i toimetatud kogumik lühiajalise hingehoiu strateegiatest.<sup>16</sup> Selles raamatus käsitletakse lühiajalist hingehoidu kogoduslike kontaktide kontekstis. Autorite lähtealus on selles, et hingehoid ei toimu mitte niivõrd professionaalsete hingehoidjate kabinetides või vaimse tervise keskustes, vaid tegelike kogoduslike kohtumiste kaudu. Nendeks kohtumisteks võivad olla perekondlikud sündmused, kodukülastused või ka lihtsalt vestlused. Autorid kohandavad ja mõtestavad lühiajalise (kriisi)nõustamise meetodeid ja põhimõtteid kogoduslikus kontekstis.

Metoodiliselt suhteliselt uueks nähtuseks on mentorlusmudelite rakendamine hingehoius. Erialakirjanduses on kasutusel kaks mõistet, *mentoring* ja *coaching*. Kahjuks ei ole nendele sõnadele veel häid eestikeel-

<sup>15</sup> Irja **Kilpeläinen**, *Osaammeko kuunnella ja auttaa* (Porvoo, Helsinki: Werner Söderström osakeyhtiö, 1969), 31, 60, 145.

<sup>16</sup> Howard W. **Stone** (ed.), *Strategies for Brief Pastoral Counseling* (Minneapolis: Augsburg Fortress, 2001).

seid vasteid. Seepärast on laialt levinud võõrapärased sõnad mentorlus ja *coach*'imine. *Coaching*'u vasteks on pakutud ka arengunõustamist või arengutreeningut. Robbins ja Hunsaker leiavad, et mentorlus ja *coach*'imine on suunatud ennekõike oskustele ja sooritustele, nõustamine (*counseling*) seevastu aga isiklike probleemide lahendamisele.<sup>17</sup>

Mentorlus tähendab üldjuhul töö käigus õppimise toetamist. Hingehoidlikus kontekstis on mentorlust hakatud kasutama kolmes tähenduses: esiteks uute töötajate väljaõpe tugiisikute (mentorite) toel; teiseks koguduse uute liikmete toetamine usulises kasvamises ja kogudusega kohanemises ning kolmandaks noorte toetamine nende sotsiaalses ja emotsionaalses küpemisprotsessis. Sarnane praktika on kogudustes olnud olemas sajandeid. Nüüdisaja eripära on juhtimisalaste mõistete kasutamine nende tegevuste kirjeldamisel ja seletamisel.

Hingehoiu metoodika võib taanduda konkreetsete võtete kasutamisele, olgu selleks nt kuulamisvõtete kasutamine või kontakti loomise strateegiate rakendamine. Samas pole esmatähtsad mitte metoodilised võtted, vaid nende rakendamise tähendus. Kõige üldisemalt tähendab see hingehoiu meetodite mõtestamist selle kaudu, keda aidatakse.

**Inimesepilt** määrab selle, millele keskendub hingehoid. Kui tahame inimest aidata, siis peab meil olema mingi seletus selle kohta, kes inimene on. Inimese määratlemiseks on kasutatud väga erinevaid lähenemisi alates Piibli loomisloost kuni moodsa positiivse psühholoogiani.<sup>18</sup> Järgnevalt mõned inimesepildid nüüdisaegsest hingehoiust.

Siinkohal võiks veel kord nimetada tervikliku inimesekäsitluse väärtustamist nüüdisaegses hingehoius. Näiteks rõhutab Jouko Kiiski oma 2009. aastal ilmunud hingehoiu õpikus, et inimesel on füüsiline, hingeline, vaimulik ja sotsiaalne külg, mis on tugevalt üksteisega seotud. Kuulutav (kerügmaatiline) ja spirituaalne hingehoid rõhutavad inimese jumalasuhet ja seetõttu on pearõhk inimese vaimulikul aitamisel. Pastoraalpsühholoogiliselt ja terapeutiliselt orienteeritud hingehoius leitakse, et vaimu-

<sup>17</sup> Stephen P. Robbins, Philip L. Hunsaker, *Training in Interpersonal Skills. Tips for Managing People at Work*. 5. ed. (London: Pearson, 2009).

<sup>18</sup> Positiivne psühholoogia on aastatuhande vahetusel kujunenud psühholoogia haru. Positiivse psühholoogia rajaja Martin Seligman ja tema mõttekaaslased leiavad, et psühholoogia on liialt keskendunud negatiivsele ja destruktiivsele, selle asemel et uurida, mis teeb inimese õnnelikuks ja aitab tal elus hakkama saada.

lik ja hingeline pool on inimeses nii tugevalt ühte liitunud, et neid ei või teineteisest lahutada. Seetõttu tähendab hingehoid nii inimese hingelist kui ka vaimulikku aitamist. Diakoonilises hingehoius vaadeldakse inimest kui tervikut ning leitakse, et ka inimese füüsiliste põhivajadustega tuleb arvestada. Kõigil nimetatud hingehoiuviisidel on oma õigustused. Need kõik on vajalikud, kui valitud vaatenurk vähendab kõige paremini ligimese kannatusi.<sup>19</sup>

On ka probleemikeskseid määratlusi, mille puhul inimene defineeritakse mõne (moodsa) probleemse tunnuse kaudu. Näiteks Bingaman räägib nüüdisaegsest inimesest kui uuest nartsissistist. Tema põhiväide on, et nüüdisaegsed inimesed ei suuda enam kogeda süütunnet, kuna vale ja eksimuse kategoria on nendele võõras. Selle asemele astub väidetavalt häbitunne<sup>20, 21</sup> Inimese jaoks pole enam niivõrd oluline, kes ta on iseenda jaoks, tähtsamaks saab see, kes ta on teiste jaoks. Bingaman näeb lahen dust selles, et hingehoidja peaks põhjalikult tundma häbitunde psühholoogiat ja oskama inimest aidata sellega toime tulla.

Süütundega seondub otseselt patu mõiste. Klassikalises hingehoius oli fookuseks inimese lepitamine Jumalaga. Patt, millega kaasnes süütunne, vajas andestamist ja lepitamist. Patu ja süü tunnet on nüüdisaegses hingehoius väga erinevalt käsitletud. Patusüüd on peetud neurootiliste häirete allikaks, mille inimesele on peale surunud usuline keskkond (kogudus) või mille inimene on ise endale loonud.<sup>22</sup> Löbujanust kui patu ühest vormist vabanemist on käsitletud enesedistsipliinile ja vastustun dele rajaneva elukäsitluse arenguna.<sup>23</sup> Patu ja süü kogemust on peetud ka valdkonnaks, mida tuleb võtta tõsiselt, et inimene ei satuks pahuksisse iseendaga ega lahutuks Jumalast.<sup>24</sup> Omaette teemaks on saanud mõne

<sup>19</sup> Kiiski, *Sielunhoito*, 13.

<sup>20</sup> Psühholoogias käsitletakse süüd kui sisemiselt omaks võetud normide rikkumise tagajärjel tekkinud tunnet. Häbi seevastu on sotsiaalne tunne, mida tuntakse teiste inimeste ees.

<sup>21</sup> Kirk A. **Bingaman**, „The New Narcissist and Pastoral Counseling” – *Pastoral Psychology*, 5/48 (2000), 349–358.

<sup>22</sup> Religiooni ja neurootilise suhtumise kohta võib leida artikleid aadressilt: <http://de.cyclopaedia.net/wiki/Ekklesiogene-Neurose> (5. juuni 2014)

<sup>23</sup> Ryan **LaMothe**, „Maddening Desire: Understanding Lust in Pastoral Counseling” – *Pastoral Psychology*, 5/54 (2006), 479–495.

<sup>24</sup> Frank J. **Stalfa Jr.**, „The Pastoral Care of Sin: The Enneagram in Pastoral Care and Counseling” – *Journal of Pastoral Care*, 1/48 (1994), 65–74.

konkreetse patuga seotud inimeste hingehoid. Näiteks LaMothe käsitleb uhkuse psühholoogiat ja õpetab, kuidas uhkusega hingehoidlikult toime tulla.<sup>25</sup> See, mida peetakse patuks, oleneb hingehoidja teoloogilisest tautast.

Patu temaatika on kiriklikus praktikas seotud ka pihiga. Soomes on pihi temaatikat põhjalikult uurinud Paavo Kettunen. Tema arvates on pihi vähesuses süüdistatud just nüüdisaegset hingehoidu. Hingehoidlikud ringkonnad on jälle arvanud, et pihi õpetamine pole mitte hingehoiu, vaid hoopis kiriku õpetus- ja kuulutustöö ülesanne.<sup>26</sup> Samuti on pihi valdkonnas vähe analüüsitud, mida tähendab pihile psühholoogia ja teraapia areng. Eestis analüüsib pihi ja hingehoiu seost Urmas Nagel oma 2000. aastal kirjutatud diplomitöös.<sup>27</sup> Üldiselt võib öelda, et pihi rakendamist kasutatakse ennekõike koguduslikus hingehoius.

Hingehoidlikus kirjanduses eristuvad psühholoogilised ja teoloogilised inimesekäsitlused. Torkab silma, et mõlemad suundumused otsivad üksteiselt toetust. See tähendab näiteks seda, et alateadvust juhtivaks jõuks pidav hingehoidja leiab arvukalt piibellikke näiteid sellest, kuidas varjatud tungid inimest tüürivad. Puhtspirituaalne inimesepilt leiab tuge erinevatest suhtlemis- ja kommunikatsioonimehhanismidest, mis algselt tõendavad autori inimesepildi pädevust.

**Probleemvaldkonnad**, millega hingehoidjad tegelevad, laienevad pidevalt. Selles mõttes on hingehoid sotsiaalselt tundlik, pidevalt arenev valdkond. See tähendab, et hingehoid püüab inimest toetada just nendes probleemides, mis tal on. Koos sellega tekivad täiesti uued valdkonnad, nagu nt mängu- või kübersõltuvuse nõustamine, kiusamiskäitumise ohvrite, võlastressi all kannatajate või terroriohvrite nõustamine. Moodsa teaduse areng tõstatab varem tundmatuid bioeetilisi küsimusi.

Sõltumata sellest, mis valdkonna hingehoiuga on tegemist, tähendab inimeste professionaalne nõustamine asjatundlikkust probleemvaldkonnas. Suur hulk nüüdisaegseid hingehoiu õpikuid keskendub just üksiku-

<sup>25</sup> Ryan **LaMothe**, „Reconsidering the Sin of Pride in Pastoral Counseling: The Dynamics of Identification, Valuation, and Faith” – *American Journal of Pastoral Counseling* 6/3 (2003), 47–68.

<sup>26</sup> Paavo **Kettunen**, *Suomalainen rippi* (Helsinki: Kirjapaja, 1998), 14–16.

<sup>27</sup> Urmas **Nagel**, *Piht ja hingehoid. Diplomitöö*. Käsikiri (Tallinn: EELK Usuteaduse Instituut, 2000).

tele probleemidele ja abile nende lahendamisel. Eelduseks on, et hingehoidja tunneb kõnealuse valdkonna psühholoogilisi seaduspärasusi ja see annab talle võimaluse abivajajat mõista ja aidata.

Näiteks Waters käsitleb internetisõltuvuse tekkimise protsessi ja seob selle kristliku vabaduse kontseptsiooniga. Hingehoiu eesmärk on aidata inimest taas olla võimeline otsustama, mida ja mis määral ta internetis n-õ tarbib. See võib puudutada nii mängu- ja pornosõltuvust kui ka teisi internetipõhiseid sõltuvuse liike.<sup>28</sup> Brown käsitleb alkoholisõltuvuse väljakujunemist ja esitab süsteemi, kuidas erinevate erialade esindajad, sh hingehoidjad, suudaksid inimest kujunenud olukorras aidata.<sup>29</sup>

Uueks valdkonnaks, millega puutub kokku üha enam inimesi, on bioeetilised probleemid. Kuigi hingehoidja peab vahetus vestluses sellesisuliste küsimustega tegelema, on nende üldine lahendamine jäänud siiski ka teoloogiliste arutluste objektiks. Küsimused, millal algab elu, kas inimesel on õigust elu lõpetada, kas inimene tohib kunstlikult teist inimest luua (kloonimine) jne, on jätkuvalt palavate arutelude objektiks. Üldarusaam on, et nendes küsimustes peaks iga hingehoidja saama lähtuda oma südametunnistusest, kuid konkreetsed seisukohavõtud peaksid tulema professionaalselt ja usulistelt organisatsioonidelt.

Seega võivad hingehoiu eri vormid tuleneda väga erinevatest teguritest. Uute vormide aluseks võivad olla nii metoodilised lähenemised, inimeste muutuvad vajadused kui ka teisenev inimesepilt. Kõik see näitab, et hingehoid peab ajaga sammu.

## KOKKUVÕTTEKS

Hingehoid on kultuuriomane nähtus. See tähendab, et eri kirikud mõtestavad ja väärtustavad hingehoidu erinevalt. Mitme kiriku kogudustes tegutsevad leinarühmad ja kirikute ruumes käivad koos anonüümsed alkohoolikud. Kaplanaadi kaudu korraldavad kirikud hingehoidu vanglates, kaitseväes ja politseis. Loomisel on haiglakaplanaat. Ühe positiivse näitena võib nimetada Eesti Kristlikku Nelipühikirikut, kus hingehoiu-

<sup>28</sup> Michelle **Waters**, „Internet Addiction Disorder and Pastoral care” – *American Journal of Pastoral Counseling* 8/1 (2005), 3–12.

<sup>29</sup> Charles E. **Brown**, „Pastoral Care of Alcohol Abusers” – *A Journal of Bible & Theology*, 1/65 (2011), 106–107.

töö on hästi organiseeritud, töötavad eraldi perenõustaja, võlanõustaja, ettevõtlusnõustaja, kriisinõustaja ja sotsiaalnõustaja.

Eestis on üheks vaieldamatuks pidepunktiks hingehoidja kutsestandard, millega saab tutvuda Kutsekoja<sup>30</sup> koduleheküljel. Selles dokumendis sedastatakse hingehoidja töö eesmärk alljärgnevalt:

Hingehoidja töö eesmärk on olla kannatavale/kriisis inimesele toeks tema enda vajadustest ja veendumustest lähtuvalt. Hingehoidja hoolitseb inimese kui terviku eest, keskendudes eksistentsiaalsetele ja usulistele teemadele. Hingehoidja kuulub Eesti Kirikute Nõukogu liikmeskirikusse või Eesti Vabariigis registreeritud usuühendusse ning tal on oma kiriku/usuühenduse juhtorgani volitus või nõusolek selleks tööks.

Kutsestandardis leitakse nüüdisaegsetele hingehoiu teooriatele tuginedes, et arvestada tuleb kliendi vajadustega ning hoolt tuleb kanda inimese kui terviku eest. Praegu valmistatakse hingehoidjaid Eestis ette eri kõrgkoolide hingehoiuõppe kaudu, kusjuures Usuteaduse Instituudi rakendus kõrgharidusõppes on võimalik õppida hingehoidu ühe erialana.<sup>31</sup>

Tundub, et muutunud on just usulised probleemid, millega hingehoidja poole pöördutakse. Raamatus „Hingepilk“ on tähtsuse järgi loetletud pastorite arvates nende jaoks teravamad probleemid hingehoiutöös. Need olid 1) suhtlemisprobleemid, 2) usulised probleemid, 3) emotsionaalse toetuse, väljaõppe ja kogemusega seotud probleemid, 4) majandusprobleemid ja 5) ülekoormusega seotud probleemid.<sup>32</sup> Maire Latvala leidis oma doktoritöös paarkümmend aastat hiljem, et pastorid nimetasid suhteliselt sagedamini abivajajatena neid, kellel on suhtlemisprobleeme, pereprobleeme ja sisemisi hingelisi raskusi. Vähenenud on usuliste probleemide osakaal. Sealjuures ei mõisteta hingehoidu mitte enam niivõrd vaimuliku ja koguduseliikme vestlusena, vaid oluliseks on saanud vastutus üksteise eest, vastastikune toetus, julgustamine ja tähelepanelikkus.<sup>33</sup>

<sup>30</sup> <http://www.kutsekoda.ee/et/index> (5. mai 2014)

<sup>31</sup> <http://ui.eelk.ee/index.php/et/usuteaduskond/oppekavad/oppekava1#hingehoidI> EELK Usuteaduse Instituudi kodulehel (25. august 2015.)

<sup>32</sup> Tõnu **Lehtsaar**, *Hingepilk. Kriisiolukordade pastoraalpsühholoogia* (Tallinn: Logos, 1994), 28–40.

<sup>33</sup> Maire **Latvala**, *Koguduslik hingehoid Eesti nelja konfessiooni näitel* (Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus, 2012), 217–223.

Maailm avardub ja see, mis kunagi oli kaugel, astub meile üha lähemale. See tähendab, et ka rahvusvahelised suundumused hingehoius, mis seisnevad nüüdisaegsete teraapiameetodite kasutamises hingehoiutöös ja hingehoiu lähenemises teraapiale, mõjutavad siinset praktikat üha enam. Ilmselt muutub ka meil hingehoiu tähendus ja tekivad hingehoiu erinevad vormid. Võimalik, et tekivad sarnaselt kaplanaadiga kirikust vormiliselt sõltumatud, ent kirikuga sisulist koostööd tegevad hingehoiukeskused. Ei saa välistada ka erakapitalil põhinevaid hingehoiupraksiseid.

Üks suhtlemispsühholoogia põhiväiteid on, et teise ja teistsugusega suudavad suhelda need, kellel endal on tugev identiteet. Selgust iseendas ja edenemisjõudu soovime ka Eesti hingehoiule.