

Tor G. Spiik

Trauma- ja Agapeterapiaa,
Sielunhoitoa,
Uusperheneuvoja, kirjailija,
counselor of trauma.

Terapii på svenska. Therapy in English

Terapia ja sielunhoito

Lapsuuden kokemukset luovat kuvan itsestämme. Ne vaikuttavat vahvasti siihen, mitä ajattelemme ja miten koemme eri tilanteet. Monet ihmiset ja tapahtumat ovat jättäneet meihin pysyvät jäljet. Näiden ymmärtäminen auttaa meitä muuttamaan elämäämme ja suunnistamaan kohti onnellisempaa tulevaisuutta. Voimme saada itsellemme uuden arvon ja merkityksen, huolimatta mahdollisista traumaattisista kokemuksista. Viha, tuska ja katkeruus pitävät meidät kiinni menneisyydessämme. Tietoisuus tapahtumista ja uudet ajatukset auttavat eteenpäin. Me emme pysty muuttamaan menneisyyttä, mutta me pystymme muuttamaan sen vaikutusta meihin. Älä siis anna menneisyytesi varastaa tulevaisuuttasi vaan kohtaa se ja avaa tie uuteen mahdollisuuteen.

Kuka olen

Tor Spiik, s. 1952, puoliso ja kahden aikuisen lapsen isä. Monien kolhujen ja lähes elämän menettämisen kautta olen oppinut ymmärtämään, että jokainen elämä – vaikeakin sellainen - on arvokas ja säilyttämisen arvoinen. Vaiherikas elämä on parhaiten kouluttanut minut terapeutiksi. Olen kulkenut tien, jonka takia voin ymmärtää ja auttaa toisia. Traumatisoituneiden ihmisten kohtaaminen ja kuunteleminen on n. 20 v. koulutuksella ja kokemuksella antanut uusia ja syvempiä näkökulmia kärsivän elämään. Siksi tiedän pystyväni auttamaan ihmisiä eteenpäin elämässään. Kukaan ei tule valmiiksi, mutta elämän laatua voi parantaa ja siitä voi myös nauttia. Nykytutkimuksen mukaan jopa 80 % fyysisistä sairauksista johtuvat henkisestä pahoinvoinnista, jonka taustalta löytyy traumaattisia kokemuksia.

Olen kirjoittanut neljä kirjaa: Häpeän lapset. Hylkäämisestä yhteyteen. Narsisti keskellämme ja Häväisty minuus.

Häpeä on vahva ja traumatisoiva tunne. Se voi lamauttaa tunne-elämän ja tuhota aidot ihmissuhteet lähes kokonaan. Häpeän taustalla on lähes aina syvä hylkääminen. Kohtaamalla nämä vaikeat kokemukset voimme irrottautua menneisyyden kahleista ja elää iloisempaa ja rikkaampaa elämää.

Toimin itsenäisenä yrittäjänä 1977 – 91.

Koulutukset nykyiseen ammattiini:

- Evankelista KRS 1992
- Suomen Elijah ry sielunhoitoterapia 1992-1993
- ESARPAC – European School for Sexual Abuse Related Pastoral Counselling, Tanska 1995-1999 -> [lisätietoa tästä koulutuksesta](#)
- Suomen Uusperheellisten Liitto ry – Uusperheneuvoja 2004-2005

- Iso Kirja opisto – Pastoraalisielunhoitaja 2011-2013

Miksi

Traumatisoitunut ihminen, joka on elänyt elämänsä ilman menneisyyden kohtaamista, on vankilassa, josta ei ole ulospääsyä. Aito minuus on kadoksissa, jolloin avoin ja innostava vuorovaikutus muiden kanssa ei toimi. Epäaitous peittää sisimmät tunteet. Tässä tilassa monet hylkäävät itsensä. Ihminen lakkaa välittämästä sekä fyysisestä että henkisestä hyvinvoinnistaan. Sisimmässään hän kärsii. Elämä on vajaatehoista, koska energiaa kuluu tuskan peittämiseen. Oman itsensä turvallinen kohtaaminen on muutoksen salaisuus.

Astu muutoksen tielle ja vapauteen, turvallisesti ammattiauttajan kanssa!

n. 20 v vuoden terapiatyön aikana olen auttanut:

- seksuaalisesti häväistyjä
- masennuksesta kärsiviä
- traumatisoituja mieliä
- riippuvuuksien uhreja
- seksiriippuvuuksista kärsiviä
- parisuhdekriisejä
- narsistien uhreja
- vihan uhreja
- hylättyjä lapsia
- häpeän lannistamia ja vangitsevia
- huonosta tai olemattomasta itsetunnosta kärsiviä
- kaikenlaisten vaivojen kanssa kamppailevia lapsia ja aikuisia

Myös lyhyempää terapeuttista sielunhoitokeskustelua.

Henkilökuva laajemmin

Itsenäisyyspäivänä joulukuussa 1952 synnyin Turkuun ja sain kutsumanimekseni Tusse. Olen elämäni aikana saanut toteuttaa itseäni monella eri tavalla. Olen pitänyt hauskaa ja elänyt vastuuttomasti, mutta myös murheita ja epäonnistumisia on ollut riittävästi. Jouduin muutama onnettomuuteen joista 1974 tapahtunut oli jäädä viimeiseksi. Jumalan ihme ja lääkärin apu kuitenkin lopulta pelasti elämäni ja siitä alkoi tie jonka päässä nyt saan tehdä terapiatyötä, jakaa kokemuksiani ja viedä viestiä eteenpäin. Onnettomuudesta jäi fyysisiä vammoja, jotka ovat lopunelämäni rasitteita.

Olen ollut yrittäjänä 14 vuotta pääasiassa ravintola-alalla josta aikoinaan sain myös käytännön koulutukseni ja päädyin hovimestarin uralle ennen omia yrityksiäni. Jo nuoresta pojasta alkaen olen tottunut kovaan työntekoon. Olen ollut puita kaatamassa ja karsimassa, tehnyt ja vähäsen "suunnitellut" nahkavaatteita, ollut myyjänä, toteuttanut itseäni DJ:nä, diskon vastaavana, armeijassa sain oman veneen vastuulleni (miehistöä kaksi), olla baarimestari harjoittelijana, tarjoilijana, baarimestarina, hovimestarina, optikkoharjoittelijana, silmälasiasentajana, ravintolan vahtimestarina, urheiluvälineiden myyjänä, squash hallin vetäjänä ja yrittäjänä. Vuonna 1993 sain löytää oman alani ja saan tehdä työtä josta nautin ja jonka tiedän ja tunnen osaavani.

Eri yrityksiäkin minulla oli kaikkiaan 8. Jostain syystä niistäkään ei yksikään tuntunut olevan omaa alaani. Etsin ja etsin aina uudelleen sitä työtä josta olisin saanut muutakin kuin elannon. Kaikki sain hyvin alkuun, mutta intoa ei riittänyt pitkäaikaiseen toimintaan ja siksi kokeilin tälläkin alueella aina vain uusia haasteita ja eksyin yhä syvemmälle omaan kriisiini. Tänä päivänä on siis menossa yhdeksäs yritykseni. Olen siinä onnellisessa asemassa, että nyt todella tunnen työn omak- seni. Olen saanut oppia edellisten yritysten kautta kaikki mahdolliset virheet, jotka nyt voin kääntää voimavaroiksi. Olen ollut mukana perustamassa muutaman harrastepohjaisen yhdistyksen ja muurannut perustuksia Kristilliseen Terveystymiskeskus ry:hyn sen alusta asti 1991.

Railakkaan ja monisäikeisen elämän jättämät kolhut, isättömän perheen elämä ja vuodesta 1992-99 Seppo Jokisen kanssa kokemani tunnekontaktit, ovat kouluttaneet minua enemmän kuin mikään kirjoista opittu. Löysin uskon 1990 ja sitä myötä tasapainon elämääni. Ilman tätä vaihetta, en olisi saanut pitää perhettäni, terveyttäni ja löytänyt työtä jota todella haluan ja osaan tehdä. Olen kesällä 1998 päättänyt 3-vuotisen Kristillisen terapiaopiskelun Tanskassa. Tämän koulutuksen pääaiheena oli ihmisen häpäisy sen eri muodoissa. Koulun nimi on ESARPAC ja löydät siitä lisätietoa sen omalta sivulta. Syksyllä 1998 aloin tekemään terapiatyötä kokopäiväisenä ammatina.

Vuoteen 1990 asti on alkoholi hallinnut hyvin vahvasti elämääni. Nyt olen saanut vapautua siitä ja se ei enää hallitse minua. Tänäkin tunnen eläväni täyttä elämää joka kantaa ja suo kokemuksia joista saan nauttia. Vaikeuksien kohtaaminen ei ole ollut helppoa. Olen joutunut monet taistelut käymään oman itseni kanssa siitä, että onko tämä totta vai ei. Mutta usko, perhe ja tuki ystäviltä on kantanut eteenpäin - päivän kerrallaan. Vaimoni Eijan kanssa olemme taistelleet läpi nyt v 2010, 31 monisäikeistä avioliittovuotta. Enimmäkseen ne ovat olleet hyviä aikoja ja olemme saaneet nauttia yhteisistä hetkistä. Olemme molemmat rikkinäisen kodin ja -taustan omaavia lapsia ja siksi on joskus ollut vaikeita aikoja kohdata ja tukea toinen toisiamme.

Minun täysin isätön ja miehetön elämä sekä Eijan isän kuolema ja muut kohtaamattomat vaikeudet ovat leimanneet elämäämme hyvin voimakkaasti. Yhdessä olemme ne selvittäneet ja muistaneet lupauksen, jonka toisillemme alttarilla ja Jumalan edessä teimme. Olemme ajautuneet muutaman kerran eron partaalle, mutta kuitenkin on järki voittanut ja koetut vaikeudet ovat tulleet vahvuudeksi kantaman liittoamme.

En toivottavasti koskaan unohda sitä mitä eräs terapeutti ystäväni minulle kerran sanoi: "Lähes poikkeuksetta ne ihmiset, jotka yli kymmenen vuoden yhdessäolon jälkeen ovat eronneet, ovat muutaman vuoden jälkeen joko palanneet yhteen tai katuneet syvästi eroaan. Yhdessä koettua elämää ei voi pyyhkiä pois. Se on ja vaikuttaa ja on sitonut puoliset toisiinsa.

Usko Kristuksen sovitustyöhön, lapset Magdalena ja Svante, vaimoni Eija sekä terapiatyöni ovat tärkeimmät asiat elämässäni, joista nyt - selvitettyäni omaa traumaattista taustaani - osaan nauttia ja iloita.