

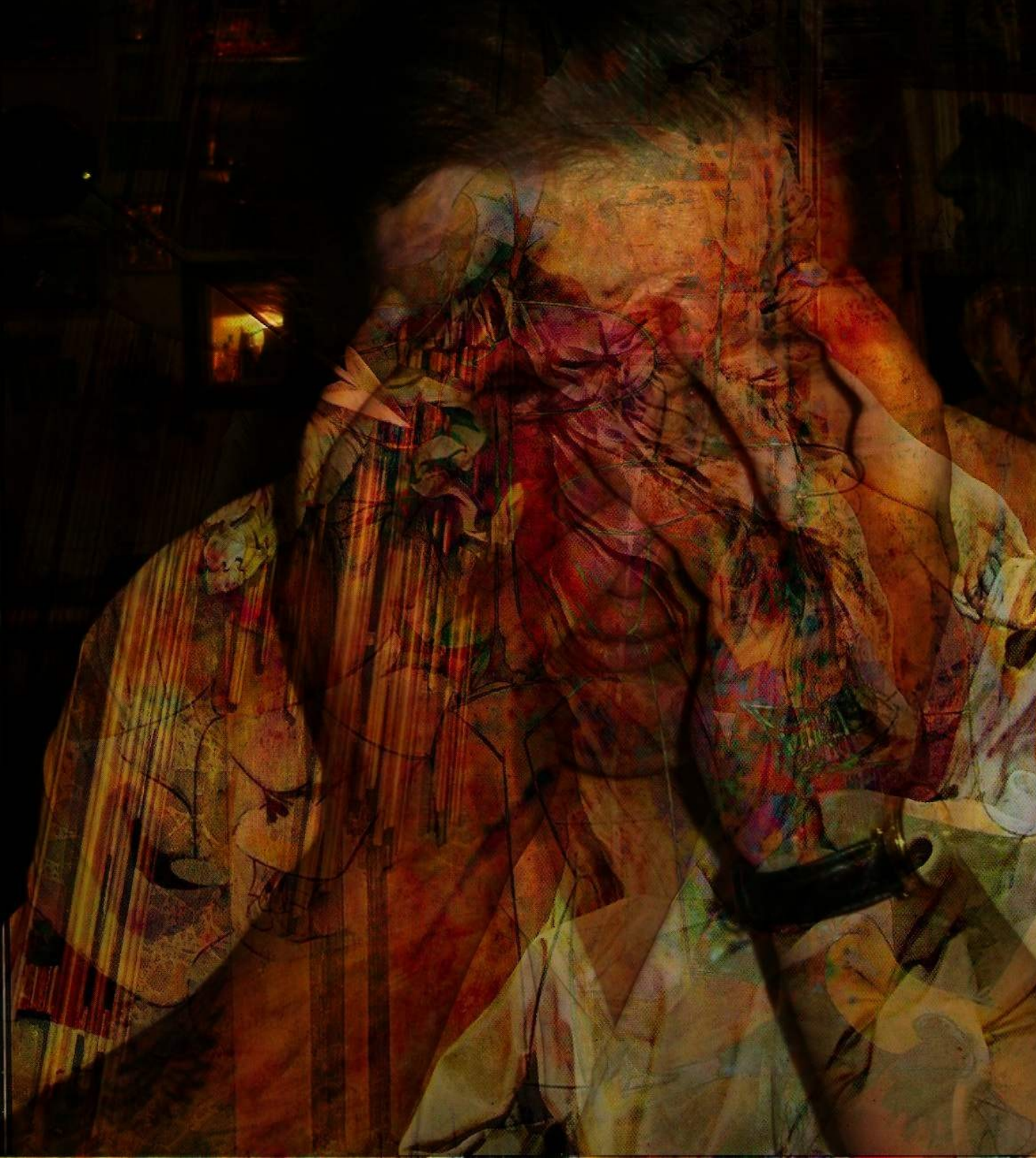


Jorma Heikkinen

Häpeä

Julkaisija: Psykonomiopisto

**Mielisairaan leima on
syvää sosiaalista häpeää,
joka eristää ihmisen
toisten yhteyden ulkopuolelle.**



tarkoittavia sanoja. Niiä ovat mm. seuraavat: aasi, avuton, hassahava, hassu, heikkojärkinen, hessahava, hidas, houkka, houna, hourupää, hullunkurinen, hupeli, hupeltaja, hupsu, hupsunkopsahava, häyrypää, hölmö, höntti, höpsö, hörmönen, höynä, höynäytettävä, höyrypää, Jumalan hullu, jurko, jälkeenjäännyt, (luojalta jälkeen jäänyt), järjenköyhä, järjetön, kaheli, kahjo, kako, kaistapää, konu, kummallinen, kusipää, köyhä, luojalta saanut, löylyntyömä, löysäpäinen, mielenköykä, mieleton, mielipuoli, narrattava, narutettava, omalaatuinen, omituinen, onnellinen (siis mieleltään tärhähtäneen merkityksessä), pimeä (olla vintti pimeänä), pipi pää, pirstomielinen, pähkähullu, päätön, pöhhö, pöljä, pöpi, posilo, pössö, tylmä, tylsä, tylsämielinen, typerys, typerä, tärähtänyt, uuno, uuno-eemeli, viisashullu, vähäjärkinen, vähämielinen, älyton, ääliö, ylenannettu, ylivuusas.

Nykyslangi on vähintään yhtä rikas kuin perinteinen suomalainen kirjallisuus. Lähes jokainen seuraavista sanoista sisältää enemmän tai vähemmän aggressiivisen arvovärietyksen: aivo, aivokääpiö, aivoton, antero, bimbo, ceepee, ceeppari, crazy, debiili, dingdong, dille, doingdoing, dorka, einari, eino, hidas, huuhaa, huuko, hämy, hönö, imbesilli, idis, ilpo, infantiili, inva, invis, jauhupää, kaali, kaheli, kahelo, kahju, kahjo, kaista, kaistapää, kajahtanut, kako, kakslavanen, kehari, keulko, kevारी, kipsi, korni, kreisi, kyrpä, kyylä, lahopää, latvaroso, limapää, limis, luumu, luupää, läski, läskipää, lättäjalka (käytetään myös poliisista), löysä, moka, mulkku, mulkvisti, munapää, mälli, mälsä, mälvä, mäntti, mänttipää, nuija, pahkapää, pahviaivo, palikka, paska, paska-aivo, paskapää, paukapää, paukkupää, pimeä, pipi, pullopersesika, pulunnussija, punapersepaviaani, pälli, pölypallo, rokko, rotta, runkku, saviaivo, sekopoltsi, sekopää, sika (sikaenergia tarkoittanee, että jossakin tai jollakin on mieleton määrä energiaa), siloivo, simppele, skitso, taavi, tahvo, tajuton, taliaivo, taneli, tauhka, tauhko, taukki, tauno, torvi, tymä, tylsä, töppö, törppö, törttö, töyssy, töö, tööt, töötti, tööt-tööt, urpo, vajaa, vamma, viljo, visva, väinö, älykääpiö, älyvapaa, älyvälkky, änkyrä.


Mielisairasta merkitsevät kaksisataa sanaa ovat kaikki häpeän leimoja. Ne ovat stigman sanoja, jotka poltinmerkin tavoin ovat tatuoitu mielen-terveyskuntoutujan ihoon pysyvästi.



***Kohtaisinko oman häpeäni
vai pakenisinko sitä alkoholiin
tai johonkin muuhun? Pääsisinkö
sitä eroon päihteillä tai muutta-
malla uusiin maisemiin?***



Oman häpeän tunnistaminen tai siitä kertominen on vaikeaa. Ihminen joka siihen kykenee on oman itsetuntemuksensa kehittämisessä jo pitkällä.



Mielenterveysongelman hävettävyys aiheuttaa sosiaalista eristytymistä työelämästä, koulutuksesta ja ihmissuhteista. Elämä hylättynä itseään häpeävänä on kärsimyksistä syvin.

Häpeä

Häpeä

Häpeä

Häpeä

Häpeä

Häpeä


Häpeä

Häpeä

Vaikka häpeämättömiä ihmisiä on olemassa, silti häpeä asuu jokaisessa. Häpeän tuoksu leijuu kaikkialla, niin Manhattanin pörssisaleissa kuin Kalkutan hökkelislummeissa, kärsimyksen keskellä.

The background is a complex, abstract painting. It features a grid of dark lines, possibly representing a window or a frame. The colors are highly saturated and varied, including bright greens, yellows, reds, blues, and purples. There are also areas of brown and pink. The overall effect is one of intense energy and visual noise. In the center, there is a faint, almost ghostly figure of a person, possibly a woman, with long dark hair, looking downwards. The figure is partially obscured by the grid and the colorful patterns.


*Häpeä on noidankehä.
Sen vallassa oleva
häpeää omaa häpeäänsä.*



Oman häpeänsä tiedostaminen ja kohtaaminen on avain häpeän noidankehään. Sen kautta häpeän noidankehästä voi vapautua.

A complex collage artwork. The central focus is a hand holding a heart. The background is a dense, layered composition of various textures and colors, including shades of green, purple, blue, and brown. The overall effect is one of depth and emotional resonance.

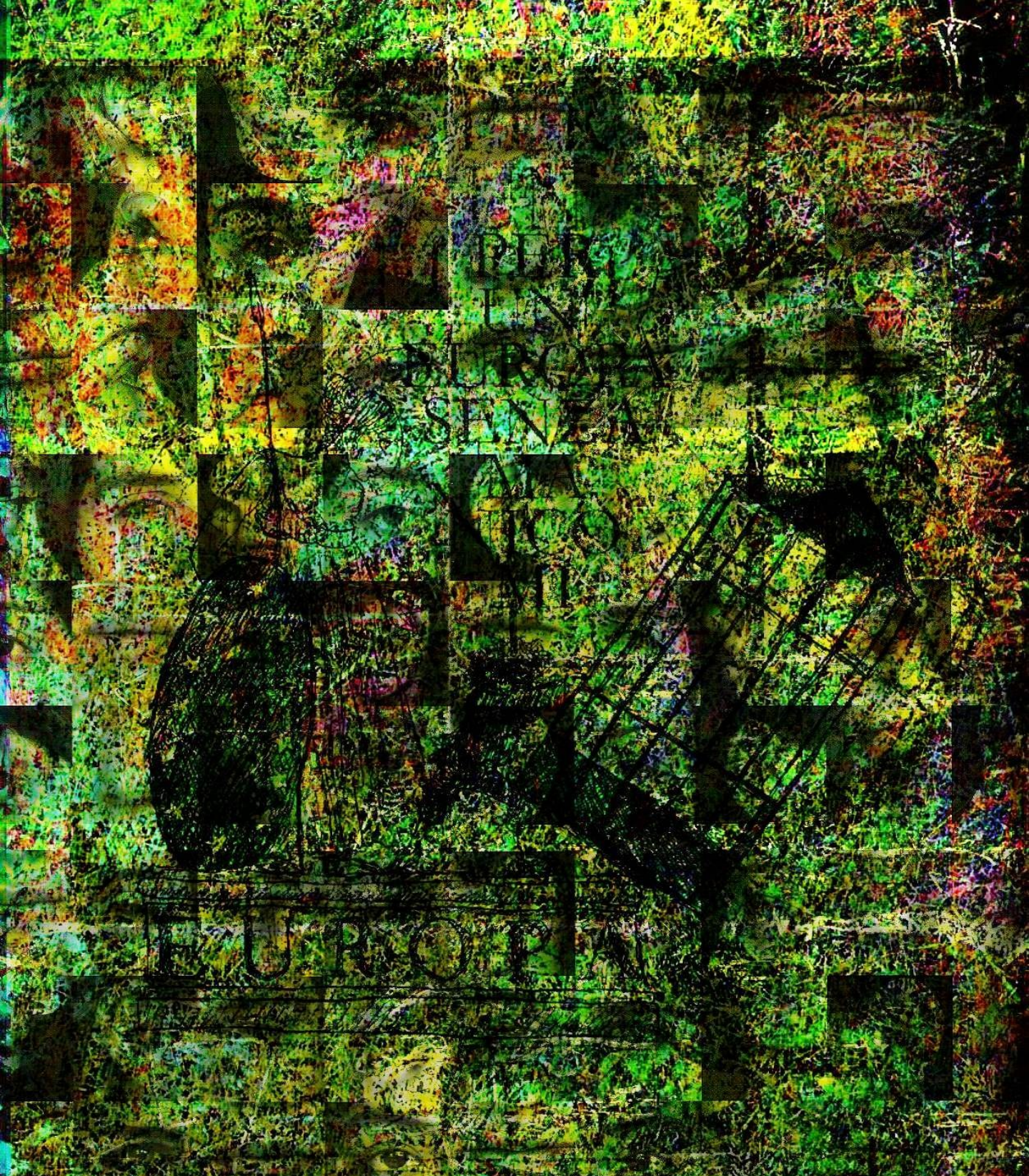
**Minä muistan
lapsuuteni häpeän.**

A close-up photograph of a person's hand touching their forehead. The background is a vibrant, abstract collage of colors including green, purple, red, and yellow, with black lines and shapes overlaid, resembling a digital or artistic composition. The hand is positioned in the lower right quadrant, with fingers spread against the forehead. The overall mood is contemplative or emotional.


Mistä voisin muistaa kaikki
häpeäni hetket, sillä olen jatkuvasti
ja aktiivisesti halunnut unohtaa ne.



**Me oletamme ja luulemme toisten
näkevän häpeämme. Näin ei ole.
Yksilökeskeinen markkinamiesten
maailmamme ei välitä meistä.
Sen sijaan me itse näemme
häpeämme ja pakenemme sitä.**




**Perheen herkin jäsen ottaa kantaakseen
koko perheen sisäisen häpeän. Hänestä
tulee syntipukki, joka läpi elämänsä joutuu
toisten hyväksikäyttämäksi.**



Oman häpeänsä ja syyllisyytensä kieltävä syyttää toisia ja kohdistaa kielteisiä häpeän sävyisiä asenteita lähimmäisiinsä.



Häpeää ja syyllisyyttä kokeva joutuu toisten hyväksikäytön kohteeksi. Hän joutuu kynnyksmatoksi ja sylkykupiksi, johon muut voivat kohdistaa syytöksensä ja henkisen pahoinvointinsa.



Psykonomiopiston toiminnan huomion keskipiste on mielenterveysongelmiin liittyvät voimakkaat kielteiset asenteet ja häpeän tunteet. Psykonomiopisto järjestää opinkerhotoimintaa, jonka keskeinen päämäärä on häpeän tunteiden vähentäminen ja itsetuntemuksen lisääminen.

**Psykonomiopisto
Läntinenpitkätu 35 2.krs.
20100 Turku
puh: 050-4093183
psykonomiopisto.com**