

3 / 2004
Kesäkuu



MIESSAKIT RY

Jäsentiedote

URHO

UUSIA VÄYLIÄ MIEHILLE



WWW.MIESSAKIT.FI

Jäsentiedote 3/2004

TÄSSÄ NUMEROSSA:

sivu 3

Miesnäkökulma

Tomi Timperi

sivu 4

Miesfoorumi 2.6.2004: Mies ja perhe

Jarmo Lindholm

sivu 6

Miehen suru

Juha Ruponen, Risto Räsänen

sivu 9

Isän kesäkokemukset

Heikki Mäntymaa

Ilmestymisaikataulu 2004

4/2004 Syyskuu
aineistopäivä 29.8.2004

5/2004 Marraskuu
aineistopäivä 31.10.2004

6/2004 Joulukuu
aineistopäivä 12.12.2004

1/2005 Helmikuu
aineistopäivä 1.2.2005

2/2005 Huhtikuu
aineistopäivä 4.4. 2005

3/2005 Kesäkuu
aineistopäivä 6.6.2005

URHO - uusia väyliä miehille

Päätoimittaja

Tomi Timperi

Ulkoasu ja taitto

Tomi Lindfors

Toimituksen yhteystiedot

URHO / Miessakit ry

Annankatu 16 B 28

00120 Helsinki

Puh. 09-612 6620

Faksi 09-6126 6210

Sähköposti miessakit@miessakit.fi



Miesnäkökulma

Miesnäkökulman saaminen erilaisiin kehitysprojekteihin ja yhteiskunnan tarjoamiin palveluihin on yksi keskeisistä syistä lähestyä järjestöämme. Tällaiset yhteydenotot ovatkin selvästi lisääntyneet viime aikoina. Joihinkin asioihin olemme ottaneet kantaa virallisen kirjallisen lausunnon muodossa, mutta pääosin aktiivimme ovat antaneet henkilökohtaisen panoksensa olemalla mukana erilaisissa seminaareissa ja kehitystyöryhmissä. Minäkin olen ehtinyt olla mukana jos jonkinmoisisissa tilaisuuksissa, ja niihin osallistuessa olen toki pohtinut, että mitä miesnäkökulma oikeastaan tarkoittaa, ja miltä pohjalta itse keskusteluihin osallistun.

Päätinpä kokeilla rakentaa oman jaottelun erilaisista tavoista tuoda esiin miesnäkökulmaa. Jaottelu ei perustu tutkittuun tietoon, vaan niihin kokemuksiin, mitä olen työni kautta saanut ja itse rivien välistä ymmärtänyt. Asiaa maisteltuani päädyin kolmeen pääkategoriaan, joiden kaikkien tavoitteena tuntuu olevan yhteiskunnan parantaminen kohti tasa-arvoisempaa tulevaisuutta myös miesten kannalta.

Näkökulma 1: Miehet barrikadeille oikeuksiensa puolesta! Tämän usein melko radikaalinkin suuntauksen paras puoli on mielestäni se, että sen avulla saadaan herätettyä keskustelua ja oleelliset epäkohdat tuodaan selkeästi esiin. Suuntauksella on kuitenkin ongelmana hyökkäävyys, joskus jopa vastakkaisen sukupuolen vihaamiselta kuulostava ylireagointi. Suuntauksen edustajat pääsevät harvoin mukaan sellaisiin yhteiskunnallisiin organisaatioihin, joilla olisi mahdollisuus muutoksen aikaansaamiseen. Tyypillistä tälle suuntaukselle tuntuu myös olevan olemassaolon oikeuden etsiminen syyllistämällä vastakkaista sukupuolta.

Näkökulma 2: Miehet edustavat puolta kansakuntaa! Tämä on se omahyväinen ihanen näkökulma, jota haluaisin suurimman osan miesnäkökulman tuottajista edustavan – suu-

rin osa luuleekin kuuluvansa tähän kategoriaan. Lähtökohtana kategoriolla on, että voidaksemme tuoda esiin miesnäkökulmaa, on tiedettävä mitä miehet oikeasti ajattelevat. Eli näkökulmat löytyvät miesten keskinäisistä keskusteluista koostuvasta materiaalista. Näkökulmaa perustava tutkimuspoliittinen lähtökohta on mies/miehet, ei esimerkiksi naistutkimuksen alainen kriittinen miestutkimus. Tämmänkään näkökulman edustajat eivät kuitenkaan kovin helposti pääse – vielä toistaiseksi – mukaan rakentamaan yhteiskuntaa. Monille näkökulman huono puoli on hitaus ja aikaansaamaton kiltteys, hyvänä puolena taas voidaan pitää oman sukupuolen todellista osaamista, jonka jakaminen muille mahdollistaa epäkeinotekoisien yhteiskunnallisen tasa-arvon sukupuolten välille.

Näkökulma 3: Tie miehen sydämeen käy vatsan kautta! Tämä viimeinen suuntaus on mielestäni se vallalla oleva. Suurin osa pyrkimyksistä tukea miestä yhteiskunnassamme on naisten toteuttamaa työryhmissä, joissa miehiä on hyvin harvakseltaan mukana. Hyvänä puolena tällä suuntauksella on vankka kokemus ja kyky viedä asioita eteenpäin. Suuntauksen ongelmana on, että koska se perustuu useimmiten naisten sinänsä pyyteettömiin tavoitteisiin auttaa miehiä, se ei osaa rakentaa tukimuotoja, jotka soveltuvat miehille. Miehiä kun ei mielestäni kannata muuttaa naisiksi. Tämän suuntauksen olemassaolo ei toki-kaan ole naisten syytä, vaan pohjautuu siihen, että miehet eivät vielä osaa kollektiivisesti tukea toisiaan miehille ominaisista lähtökohdista.

Tällaisin miettein haluan toivottaa kaikille miessakkilaisille hauskaa kesää ja kireitä siimoja!

Tomi Timperi
toiminnanjohtaja

Miesfoorumi 2.6.2004: Mies ja perhe

Teksti: Jarmo Lindholm

Miesfoorumissa 2.6.2004 tutustuimme miehen perhemuotojen neljään eri näkökulmaan. Foorumi pidettiin paneelikeskusteluna. Neljä panelistia ottivat aiheeseen mies ja perhe ydin-, etä-, lähi ja uusperheen näkökulmat. Keskustelijoina Juha Leviäkangas, Uusperheellisten liitto; Ahti Hurmalainen, Elatusvelvollisten liitto; Timo Dolk, Yksinhuoltajien ja yhteishuoltajien liitto (JaVa) ; Tero Pulkinen, Vantaan perheasiain neuvottelukeskus.

En pyri mitenkään tarkasti referoimaan keskustelijoita, sillä perheaihe on siihen hyvin laaja, vaan teen oman kokemani kautta yhteenvedon itselleni mielenkiintoisista havainnoista. Päällimmäiseksi vaikutelmaksi jäi erilaisia edustavien näkökulmien välille miehen ystävyys.

Miehet ovat selviytyjiä ja suvaitsevia. Etävanhemmat eivät käy nyrkit ojossa lähivanhempien kimppuun. Eikä ydinperheelliset halveksi eronneita, vaan paremminkin kaikki haluavat ymmärtää toistensa erilaisia elämänehtoja. Usein naisdiskurssi esittää miehet aggressiivisina ja fyysisesti väkivaltaisina. Tämä on virheellinen myytti. Nyt minulla peruste väittää, että diskurssi on kosketuksen todellisuuteen kadottaneiden tutkijaneitseiden väärinystyttä mielikuvitusta.

Lähi-, ydin- ja uusvanhempia yhdistää se, että perheessä asuu lapsia. Etävanhemman lapset ovat kirjoilla eri osoitteissa. Silti hän ja lapset muodostaa perheen siinä missä lähivanhempi, ydin tai uusperheellinen, sillä vanhemmuus on yhä useammin jaettua vanhemmuutta. Se



ei ole helppoa sen enempää isälle kuin äidillekään. Siksi oli lohdutonta kuulla yleisön joukosta esitetty tyrmistyttävä kokemus - viranomaiset, nyt perheneuvolan työntekijät, ovat vailla sydäntä väittäneet etävanhemmalle, että hän on perheetön, sinkku ihminen. Viranomaiset voivat mitätöidä miesten perheen.

Ydinperheen arjesta sai leppoisan mutta monipuolisen vaikutelman. Se on taiteilua vaimon ja lasten kanssa. Uusperheellisen arki vaikuttaa sitäkin mielenkiintoisemmalta, sillä perheeseen kuuluu lapsia, jotka ehkeivät asua samassa osoitteessa, sekä samassa osoitteessa asuvat lapset ovat kenties vain toisen biologisia jälkeläisiä. Se luo yllättäviä jännitteitä pariskunnan välille. Nykyään mieheltä edellytetään muutosta suhteessa perinteisiin isämalliin. Mies hakee perheessä paikkaa.

Vastuunkanto on avainsana kun puhutaan miehestä ja perheestä. Panelistit määrittivät perheellisyytensä vastuuna ihmisistä. Mies kokee itsensä perheelliseksi, kun hänellä on itsensä lisäksi yksi tai monia joista pitää huolta. Miehet keskittyvät viisaaseen huolenpitoon.

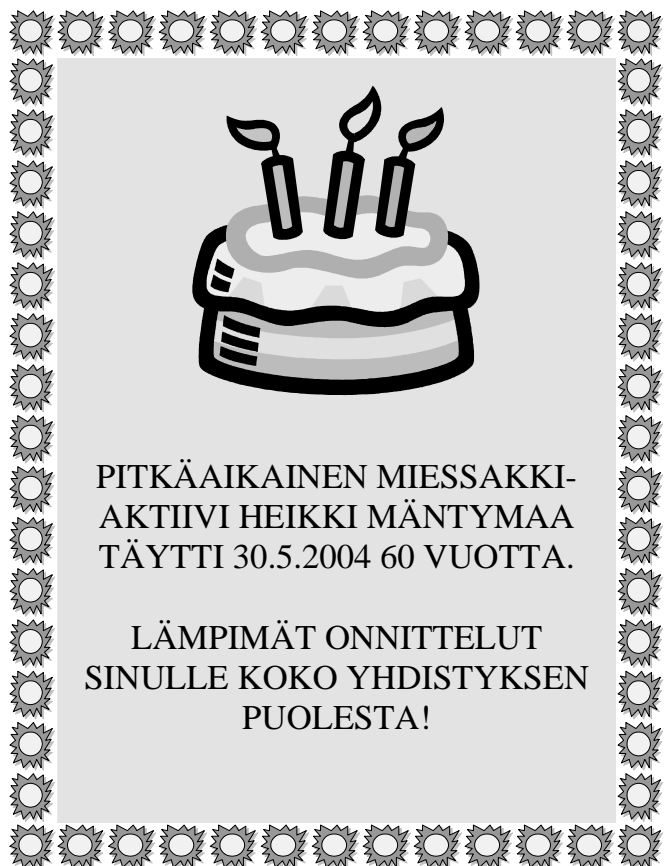
Puhuivatko miehet työstä, autoista ja palkkاپussistaan? Hämmästyin, kuinka kirkkaasti miehiin kohdistetut, naismedian luomat anekdootit helähtivät palasiksi kuin lasikatto, sillä paneelin keskustelijat vaikenivat työstä, palkkاپussista sekä omista harrastuksista. Sen sijaan lasten harrastuksista miehet kantoivat huolta määrätietoisesti ja puhuivat heistä paljon.

Miesten neljä perhetyyppiä ovat hyvin erilaisia, niitä voi verrata toisiinsa miehuuden kokemuksena. Ovatko nämä neljä perhemuotoa peruuttamattomasti ristiriidassa keskenään? Kokeeko lähivanhempi itsensä naiseksi vai mieheksi? Pitääkö etävanhemman irvistää kun puhuu lähivanhemman kanssa, tai pitää-

kö ydinperheensä tulevaisuudesta huolestuneen isän säikähtää uusperheellisiä? Ei, ei ainakaan silloin, kun miehet keskustelevat keskenään, sillä tunnelma oli ystävällinen, miehisen rakentava.

Eri perhemuodot sopivat yhteen suomalaiseen yhteiskuntaan hienosti. Niistä jokainen täydentää toinen toistaan. Miehillä on oikeuksia, usein hän saa valita elämälleen ja arvoilleen parhaan vaihtoehdon, vaikka harvoin saa valita sitä mieleistään vaihtoehtoa. Joskus mieheltä viedään juuri se toivotuin perhe-elämä.

Yhteiskunta menestyy, kun hyvinvoivien miesten perheet menestyvät ja niiden jäsenet ovat tyytyväisiä. Siksi on viisasta antaa näin loppuun neuvo yhteiskunnalle - päättäjien on syytä muistaa perustuslakimme viittaukset perheeseen ja tasa-arvoon. Tasa-arvo ei merkitse yksinomaan naisia, vaan se merkitsee miehiä, panelistien edustamia monia perhemuotoja. ■



Miehen suru

Teksti: Juha Ruponen, Risto Räsänen

Surututkimuksen mukaan miehet surevat eri tavalla kuin naiset. Esimerkiksi useisten ja isien suruun liittyvistä tutkimuksista ilmenee isien surun ominaispiirteinä voimakas halu peittää ja tukahduttaa lapsen kuoleman jälkeiset todelliset tunteet muilta ihmisiltä sekä aktiivisen toiminnan käyttäminen selviytymiskeinona: miehet tyypillisesti välttelevät menetyksen kohtaamista ja ovat taipuvaisia kieltämään surun. Tähän samaan lopputulokseen päätyi pro gradu-tutkielmassaan "Isien suru ja surusta selviytyminen lapsen kuoleman jälkeen" myös Anna Liisa Aho.

Läheisen, tärkeänä pidetyn henkilön menetys on stressitekijä, joka vaikuttaa ihmisen kokonaisuuteen. Sairastumisriski erilaisiin fyysisiin ja psyykkisiin sairauksiin kasvaa ja kuolleisuusriski lisääntyy. Tutkimuksissa on raportoitu mm. mielenterveysongelmia, runsasta tai lisääntynyttä alkoholin käyttöä, työnarkomaniata, yksinäisyyttä, eristäytymistä ja parisuhdeongelmia. Grayn tutkimuksen mukaan isien itsetuhoinen käyttäytyminen lapsen kuoleman jälkeen näkyy myös surevien isien suuren kuolleisuustilastona.

Uudessa surututkimuksessa on erotettu feminiininen ja maskuliininen tapa surra. Tyypillistä naisten surulle on jakaminen kun taas miehet surevat yksin ja toimiessaan. Dokan ja Martinin tutkimuksen mukaan isien tunteiden ilmaiseminen on suorassa yhteydessä perinteiseen miehen rooliin sekä sosiaalisiin, historiallisiin, kulttuurillisiin ja uskonnollisiin odotuksiin, asenteisiin, normeihin ja näkemyksiin miehestä. Miehen perinteinen rooli on olla vahva, suojella vaimoa ja perhettä, jolloin omalle surulle ei ole sijaa.

Yhteiskunta on sirpaloitunut, yhteisöllisyys muuttanut luonnettaan. Kun työtahti työelä-

mässä on erittäin kova ja pyritään suorittamisen kiihtyvään tehokkuuteen ja nopeuteen, myöskään tällöin ei surulle ole sijaa: surevan työmotivaation lasku ja keskittymiskyvyn heikentyminen voivat vaikeuttaa työssä selviytymistä merkittävästi. Surun välttäminen ja tukahduttaminen sekä menetyksen läpikäymättömyys saattaa pitkittyessään pahimmillaan johtaa fyysisiin sairauksiin, mielenterveysongelmiin tai vaikeuksiin arjenhallinnassa jotka puolestaan voivat johtaa edelleen syrjäytymiskehitykseen.

Miesten suruviikonloput

Jyväskylän seudun mielenterveysseuran Tuettu suru -projektin yhteydessä toteutettiin keväällä 2003 ja 2004 yhteistyössä Käpy ry:n ja Jyvässeudun nuoret lesket ry:n kanssa yhteensä kolme miesten suruviikonloppua eräänlaisina pilottiryhminä. Kaksi ryhmistä oli suunnattu isille, joiden lapsi tai lapsia oli kuollut. Kolmas ryhmä oli suunnattu leskimiehille. Ryhmiä voisi luonnehtia terapeuttisesti orientoituneiksi vertaisryhmiksi, terapeutteina toimivat musiikkiterapeutit Juha Ruponen ja Risto Räsänen. Kussakin ryhmässä oli kuusi miestä.

Ryhmissä pääpaino oli ryhmäytymisellä ja ryhmädynamiikalla: miehet johdateltiin erilaisin toiminnallisiin harjoituksiin menetyksensä äärelle, jakamaan viikonlopun aikana menetystään, ilmaisemaan suruaan ja tukemaan toisiaan. Kaikille miehille viikonloppu on merkinnyt merkittävää kokemusta ja edistymistä suruprosessissa eikä ryhmäytymistä ole haitannut se, että miehet ovat olleet hyvin eri ikäisiä ja erilaisista ammateista, "duunareista akateemisiin".

Miesten suruviikonlopputapaamisen yhteydessä miehiltä kysyttiin paitsi halukkuutta



osallistua puolen vuoden päästä järjestettävään seurantaviikonloppuun myös halua jatkaa keskustelua email-rinkinä tai internetissä suljetuilla sivuilla. Seurantaviikonloppuun osallistuminen on käynyt kaikille kahden viimeisen ryhmän jäsenille. Ensimmäisen ryhmän seurantaviikonloppu jouduttiin perumaan ryhmäläisten työesteiden vuoksi.

Kokemus keskustelusivuista on ollut erittäin rohkaiseva ja tällaisten suljettujen keskustelusivujen kehittelyä ja käyttöä tulisi kehittää suruprosessin tueksi. Saadun kokemuksen perusteella se toimii erittäin terapeuttisena foorumina ja keskustelu jatkuu yhtä syvällisellä tasolla kuin suruviikonlopunkin yhteydessä.

Miksi tarvitaan miesten omia sururyhmiä?

Eri yhdistyksiin (Käpy ry, Itsemurhan tehneiden läheiset ry, Henkirikoksen uhrien läheiset ry, Jyvässeudun nuoret lesket ry) on perustettu surutyön tukemiseksi vertaisryhmiä. Vertaisryhmäohjaajien mukaan näihin sekaryhmiin miesten on pääsääntöisesti vaikea tulla ja miehet ovat selvänä vähemmistönä. Sama ilmiö on havaittavissa erilaisissa sururyhmissä.

Tuettu suru -projektin yhteydessä toteutettuihin kolmeen suruviikonloppuun osallistuneiden miesten mielestä miesten oli vaikea ottaa tilaa ja saada ääntään kuuluville osin siksi, että he kokivat naisten pystyvän verbalisoimaan ja ilmaisemaan itseään paremmin. Mikäli miehet kuitenkin uskaltavat mukaan tällaisiin ryhmiin, Anna Liisa Ahonkin tutkimuksen mukaan miehet ovat kokeneet hyötyneensä ryhmistä.

Kaikissa suruviikonlopuista saaduissa palautteissa miehet toivoivat erillisiä sururyhmiä. Miesten kokemus oli, että miesten kesken he tulevat ymmärretyiksi puolesta sanasta. Kun ryhmässä on löytynyt riittävä turvallisuus ja luottamuksellisuus, miehet ovat päässeet jatkamaan menetystään ja ilmaisemaan suruaan laajemmin. Tässä porukassa heidän ei tarvitse pelätä kasvojensa menetyksiä. Vertaisryhmässä kaikki ovat samankaltaisen menetyksen ja surun äärellä, joka on ominaista miehen surussa ja sen ilmaisun eri muodoissa. Toisaalta eräs tyypillinen piirre näyttää olevan se, että surunilmaisun vastapainona miehet käyttävät mustaa huumoria ja kielenkäyttökin saattaa olla karkeaa. Mitä syvemmälle suruun sukelletaan, sitä rankempaa huumoria käytetään. Itku ja nauru vuorottelevat ja ilo ja suru näyttävät emootioina läheisyytensä miesten jakamisessa. Huumorilla on selkeästi myös suojaava ja tunnetasolla oman surun kohtaamista helpottava merkitys: "mies on ja pysyy miehenä".

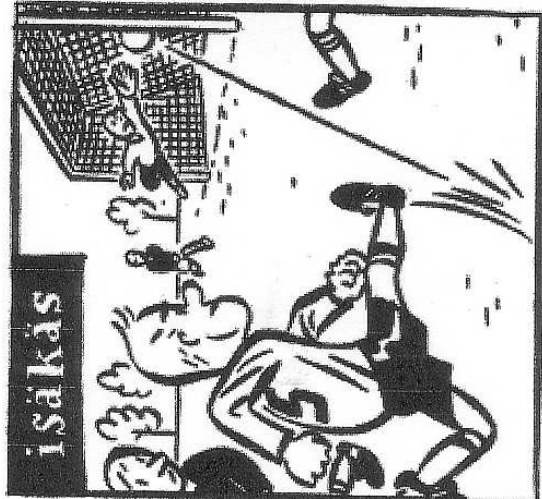
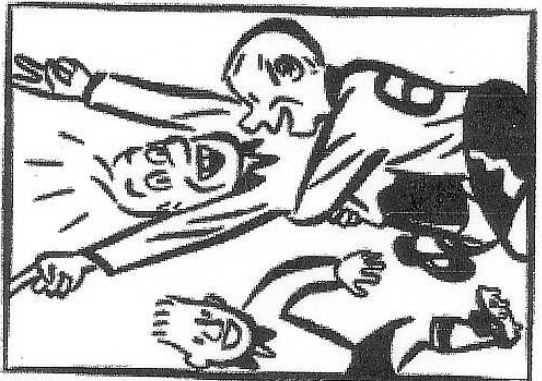
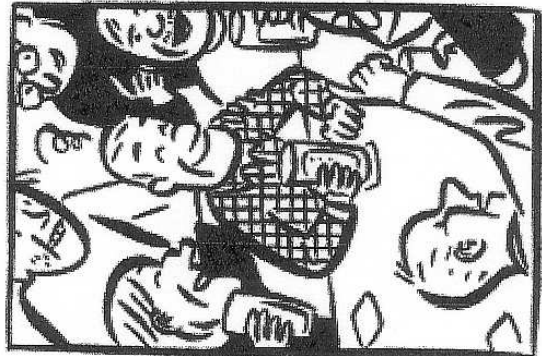
Puoli vuotta ensimmäisen suruviikonlopun jälkeen miehiltä pyydetystä palautteesta kävi ilmi, että kun isän suruprosessi oli edennyt tai isä oli hakenut suruviikonlopun antamien oivallusten jälkeen itselleen omassa surussaan ammattiapua, myös muut perheenjäsenet olivat tulleet autetuiksi: mm. parisuhdeongelmat helpottuivat, lasten ei tarvinnut esittää vahvaa vaan oli lupa ilmaista omaa suruaan. Näin

näyttäisi systeemiteoreettinen näkökulma käyvän toteen. Edellä jo mainittiin, että miesten itsetuhoinen käyttäytyminen, itsemurhariski ja kuolleisuus tutkimustenkin mukaan kasvaa merkittävästi menetyksen jälkeen. Tuettu suru -projektin miesten suruviikonloppuihin osallistuneista 18 miehestä puolet oli miettinyt menetyksen jälkeen itsemurhaa ja neljänneksellä oli havaittavissa selvää itsetuhoista käyttäytymistä.

Tuettu suru -projektiin liittyneiden miesten suruviikonloppujen palautteesta on käynyt selkeästi ilmi ensiksikin miesten **tarve** ja toiseksi miesten **kyky** menetyksen aiheuttaman surun työstämiseen. Näyttää siltä, että kun miehet johdatellaan surun äärelle, ryhmadynamiikka ja miehet yhdessä "hoitaa loput". Ryhmässä tapahtuu jonkinlainen "talvisotailmiö": ollaan yhteisessä rintamassa, yhteiseksi koetun asian äärellä, jossa tuetaan ja autetaan, kysytään ja annetaan palautetta aktiivisesti. Kun kyseessä on vertaisryhmä, jokaisella on takanaan oma menetyksensä, jota taustaa vasten kukin ryhmän jäsen voi peilata oman menetyksensä lisäksi myös sitä, missä vaiheessa hän on oman menetyksensä käsittelyssä sekä omia selviytymiskeinojaan. Oman surun kohtaamisen kautta menetystä on voinut käsitellä uudella tavoin. Muisto menetetystä vahvistuu ja näin suhde menetettyyn säilyy edelleen. Suru on reaalisen suhteen menetettyyn rakkaaseen kuitenkin päättymätön, oman elämän loppuun asti kestävä. ■

Kirjoittajista Juha Ruponen toimii musiikkiterapeutina Kanta-Hämeen keskussairaalassa Hämeenlinnassa ja Risto Räsänen Seinäjoen keskussairaalassa.

Lisätietoja: www.tuettusuru.net



Isän kesäkokemukset

Artikkeli on julkaistu *Elanto* -lehdessä 7-8/81

Kesä on uusiutumisen ja uuden kokemisen aikaa. On aikaa omille ajatuksille, lasten riemulle ja ilonpidolle, reissumiehen eväille.

Istumme kiskojuunassa matkalla maalle. Lapset seuraavat mitä ohjaamossa tapahtuu. Kuljettaja, kaksi rautatieläistä ja muheva maalaisäntä juttelevat niitä näitä. Puhe on pulpuilevaa ja kieli rikasta.

Junassa ja linja-autojen sivuraiteilla tapaa vielä kansanihmisen rehelliset kasvot ja löytää hyvän, kauniin ja oikean todellisen merkityksen. Isäntämiehen käytössä kuluneet kumiteräsaappaat, kantamisesta muokkaantunut reppu ja piipunnysä, siinä elämän makua ja nautintoa.

Nousemme junasta pienellä seisakkeella. Kaunis asemarakennus seisoo tyhjiillään. Aika on ajanut ohi.

Puemme pusakat päällemme ja lähdemme lähteen etsintään, kesämarjan poimintaan, suon kauneutta katsomaan. Istun mättäälle, annan ajatusten kulkea, tajunnan virrata, mielikuvien tulla ja mennä. Asettaudun mukavasti männyn juurakolle, kuusen havuille, koivun oksalle. Levitän sarkapuseroni voikukkaniitylle, repun pääni pehmusteeksi.

Seuraan lasten leikkejä suon laidassa. Elämä jatkuu. Mietin vanhemmuuden vaikeutta, kannustavan otteen puuttumista. Vienkö isänä ja äitinä lapseltani viimeisenkin itsenäisen yrityksen omaan aktiivisuuteen. Autanko toteuttamaan lapsen hyvät ideat vai tukahdutan-ko löytämisen ilot ja luovan tekemisen riemut.

Onko luovaa vapautta olla lasten kanssa kaksi päivää vai kaksi kuukautta kesästä. Tuleeko ahdistamatta tutuksi kahdessa viikossa. Pää-tänkö liikaa lapseni puolesta. Sallinko lasten tulla tyköni. Annanko lapselle luvan ajautua oman mielensä mietteisiin. Tuenko lapsen omaehtoista kykyä tuntea, elää, aistia, pohtia. Heittäydymme heinikkoon ja tähyämme tai-



Heikki Mäntymaan parinkymmenen vuoden takaisia kirjoituksia.

Taustaa: Isän tunteet – palsta vuonna 1979; Mies Mar-
toissa – kolumni useita vuosia 80 –luvulla Marttaliiton Emäntä-lehdessä; Eri puolilla Suomea kysyttynä Martta –puhujana 80 –luvulla; Kes-
kustelun avaajana mm. isän synnytykseen osallistumiselle, isyyspakkaukselle, mies-
terveydenhoitajille, isyysvapaille, lyöville miehille; Isyyden puolestapuhujana eri foorumeilla jo 70 –luvulta; Nykyinen valokuva – ja performanssitaiteilija, Martta edelleen.

vaan rataa. Olo onnellinen ja kaukana kavala maailma.

Mettiäiset mettä hakee, koppiaiset, kuoriaiset, tuhatjalkajuoksiaiset. Mikä heiluu, mihin juoksi, luodevesi virranvuoksi. Tässä ovat metsikköni, männikköni, valkokylkikoivikköni. Tässä heiluu kesäheinä, tunne meissä, lapsosissa levänneissä.

Katselemme luonnon kirjaa avoimin silmin. Pysähdymme, varaamme aikaa ja evästä. Kuuntelemme, keskustelemme, otamme kantaa. Lasta kiehtoo ja kiinnostaa uudet käsitteet, maut ja tuoksut. Herkuttelemme sanoilla ja Mökin Maijan uunituoreella pullalla.

Elämäni on keskipäivässä, lapseni kohta valmiita lehahtamaan pesänsä reunalta. Olisi aika tehokkuuden maksimoimiselle, kunnian laakerikentille. Olisi pätevyyden näyttöjen aika.

Lapset tulevat hakemaan välipalansa, siirtyvät risumajan tekoon. Ymmärrän elämän lyhyden, pääskysensiiven välähdyksen sinitaivaalla. Tunnen saavani tästä hetkestä uutta intoa ja rikkautta päivieni saattoon. Tunne on tyytyväisyyttä, lasten vilpittömyyden kokemista. Ymmärrän elämäni olevan sellaista, minkälaisiksi sen itse teen. Ja matka jatkuu. ■

Kursseja ja koulutusta

RYHMÄNOHJAUKSEN PERUSTEET

Aika

Neljä koulutuspäivää klo 9-16
21.8., 22.8., 28.8. ja 29.8.2004

Paikka

Miessakit ry, Annankatu 16 B 28, Helsinki

Osallistujat

10-12 miestä
aiempaa koulutusta/kokemusta ei tarvita



Tavoite

Osallistujat saavat koulutuksen ryhmänohjauksen ja ryhmädynamiikan perusteista sekä välineitä miesryhmien kanssa työskentelyyn. Koulutuksen jälkeen koulutetuilla on mahdollisuus oman ryhmän kasaamiseen Miessakit ry:n miesryhmätoiminnan puitteissa sekä osallistumiseen pääkaupunkiseudun ryhmänohjaajien säännöllisiin tapaamisiin, joissa käydään läpi ryhmien vetämisestä saatuja kokemuksia ja niistä heränneitä kysymyksiä.

Menetelmä

Koulutuksessa käytetään toiminnallisia menetelmiä ja osallistujat työskentelevät myös henkilökohtaisella ja kokemuksellisella tasolla.

Sisältö

1. Ryhmän vaiheet (aloittaminen, kehittyminen, lopettaminen)
2. Ryhmäroolit
3. Ohjaajan roolimatriisi ja ohjaajana kehittyminen
4. Ryhmäilmiöitä
5. Miesryhmän erityislaatu (erilaiset miesryhmät, harjoituksia, miesten jutut)

Hinta

250 €

Miessakkien jäsenet -20 %, jäsenhintaisia paikkoja rajoitetusti

Kouluttaja

Eero Julkunen, FK, PDO

Ilmoittautumiset 6.8.2004 mennessä

Miessakit ry, Tomi Lindfors, puh. 09-6126620
sähköposti tomi.lindfors@miessakit.fi



Kursseja ja koulutusta

KASVURYHMÄ RAUTAHANNU PSYKODRAAMAN MENETELMIN:

Matka miehuuteen ja Kuninkaan paluu

Mieheksi kasvaminen on tuhansia vuosia ollut isältä pojalle ja isoisältä pojanpojalle siirtyvä initiaatio, joka eri vaiheineen on vienyt vuosia. Suomen historian sodat yhdessä teollisen vallankumouksen kanssa veivät pojilta isät, ja tänä päivänä isät ovat poissa toimistoissaan ja pojat voivat vain arvailla millaista on olla aikuinen mies. Tuhansia vuosia vanha miehisyyden siirtymä on katkennut, ja moni mies vielä nelikymppisenä painii miehisyydetyksymysten kanssa. Isien perintö on jäänyt ohueksi.

Mieheksi kasvaminen on matka, jossa pojasta apupojan ja tuhkatyön tekijän vaiheiden kautta kasvaa soturi ja lopulta Kuningas. Aikuinen mies on Kuningas, joka kykenee suojelemaan itseään ja perhettään ja hallitsemaan luovasti valtakuntaansa.

Puolen vuoden mittaisessa psykodraamakasvuryhmässä kuljetaan Rautahannu -tarinan mukana matka miehuuteen, jossa eri vaiheiden kautta osallistujat voivat tutkia ja kehittää omaa miehuuttaan.

Ryhmä kokoontuu viisi kertaa yhden päivän tapaamisiin (ensimmäinen kerta 2 päivää), joissa teemat ovat: Oman nykytilansa tunnistaminen ja Villimiehen löytäminen, Avaimen varastaminen äidin tyynyn alta, Tuhkatyö, katabasis (omnipotenttiunelmien murskaantuminen ja elämän kriisi) ja puutarhatyö, Soturiksi kasvaminen ja Kuninkaan paluu.

Ryhmä on tarkoitettu kaikille yli 18-vuotiaille miehille, jotka haluavat tutkia ja kehittää miehuuttaan, ihmissuhteitaan ja elämässäselselviämiskeinojaan.

Mitä psykodraama on ja mitä se ei ole

Psykodraama (pd) on keino käsitellä konkreettisesti elämän peruskysymyksiä. Pd ei ole esiintymistä tai teatteria, siinä mielessä nimi on harhaanjohtava. Pd on yksi tehokkaimmista tavoista lisätä itsetuntemusta, työstää vanhoja traumoja, eheyttää ihmissuhteita ja lisätä kykyään vastata elämän haasteisiin. Pd:ssa konkretisoidaan tarkasteltavia asioita tai ihmissuhteita mm. roolien ottamisella. Pd:ssa korostuu tässä ja nyt tapahtuva toiminta.

Ryhmässä työstämme teemoja keskusteluin ja psykodraamalla. Jokainen voi osallistua siinä määrin kuin itse on siihen valmis.

Kurssipäivät

4.-5.9, 16.10, 13.11, 11.12.2004 ja 22.1.2005 (aina klo 9.00 – 17.00).

Hinta

360 €, työttömät, opiskelijat ja eläkeläiset -5 %, miessakkilaiset -20%

Ohjaajat

Jani Roman (TRO, DI, MQ, joogaopettaja) 0500-762 772, jani.roman@zingcompany.com

Jouni Linnankoski (sos.kasvattaja) 050 4607 160, jlinnankoski@surfeu.fi

Ilmoittautuminen

31.8.2004 mennessä, Miessakit, Tomi Lindfors 09-612 6620, tomi.lindfors@miessakit.fi

Mukaan miesryhmään

Miessakit kutsuu miehiä koko maassa paikallisiin vuorovaikutusryhmiin, joissa keskustellaan mieheydestä ja miehen roolista ja vaihdetaan kokemuksia muiden kanssa. Mikäli haluat lisätietoja ryhmien toiminnasta tai haluat mukaan ryhmään, ota yhteyttä!

Helsinki, Espoo, Vantaa, Kauniainen + KOKO SUOMI

Tomi Lindfors / Pertti Andersson

Puh. 09-612 6620

tomi.lindfors@miessakit.fi / pertti.andersson@miessakit.fi

Joensuu

Onni Voutilainen

Puh. 050 365 6138

onni.voutilainen@jns.fi

Lahti / Päijät-Häme

Timo Tikka

Puh. 03-780 1421 / 040 552 3310

timo.tikka@phnet.fi

Somero

Voitto Vieraankivi

Puh. 050 566 4116

voitto.tiimivalmennus@surfeu.fi

Kuopio / Itä-Suomi

Raimo Reinikainen

Puh. 0400 881 166

andracon@hotmail.com

Turku

Esko Vierikko

Puh. 040 503 3891

esko.vierikko@utu.fi

Hyvinkää

Veikko Korhonen

Puh. 040 567 4600

veikko.korhonen@hyvinkaa.fi

Tampere

Simo Ollila

Puh. 03-214 9029

tremies@saunalahti.fi

www.saunalahti.fi/~tremies

Jyväskylä

Jarmo Lindholm

Puh. 040 734 4627

jarmo.lindholm@paino.net

Vihti

Markku Kedrin

Puh. 09-222 5313 / 040 545 7091

markku.kedrin@kolumbus.fi

Nurmijärvi

Seppo Laakso

Puh. 09-8789 9658 / 09-250 1310 /

050 511 7725

laakso.seppo@kolumbus.fi

Hämeenlinna

Alpo Alhonsalo

Puh. 050 563 3719

alpo.alhonsalo@ymparisto.fi

