

4 / 2001  
Toukokuu



MIESSAKIT RY

Jäsentiedote

# URHO

UUSIA VÄYLIÄ MIEHILLE



[WWW.MIESSAKIT.FI](http://WWW.MIESSAKIT.FI)

# Jäsentiedote 4/2001

---

Tässä numerossa:

sivu

<b>Valtuusto on puhunut</b> Pääkirjoitus	<b>3</b>
<b>Terapiaa vai kuria?</b>	<b>4</b>
<b>Man-lista - mieskeskustelua verkossa</b>	<b>6</b>
<b>Puoliääneen: Päätä särkee syystä?</b>	<b>8</b>
<b>Miesfoorumi kevät 2001</b>	<b>10</b>
<b>Terapiaa sosiaalisille jännittäjille</b>	<b>10</b>
<b>Mukaan miesryhmään</b>	<b>12</b>

## **URHO - uusia väyliä miehille**

**Päätoimittaja, ulkoasu ja taitto**  
Tomi Timperi

**Vakituinen toimittaja**  
Samuli Koiso-Kanttila

**Toimituksen yhteystiedot**  
URHO / Miessakit ry  
Annankatu 16 B 28  
00120 Helsinki  
Puh. 09-612 6620  
Faksi 09-6126 6210  
Sähköposti [miessakit@miessakit.fi](mailto:miessakit@miessakit.fi)



# Valtuusto on puhunut

Edellisestä numerosta, kuten eräs tarkkasilmäinen jäsenemme huomasi, unohdettiin kokonaan raportti valtuustomme vuosikokouksesta, joka pidettiin toimitiloissamme 31.3.2001.

Tärkein varsinaisessa kokouksessa käsitelty asia oli vuoden 2000 tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen hyväksyminen. Toimintakertomuksessa todetaan yleisesti, että toiminnan perustavoitteet ovat olleet vuodesta toiseen muuttumattomat, eli miesryhmätoiminnan organisointi ja vakiinnuttaminen, kulttuurisen vaikuttamisen laajentaminen ja Lyömättömän Linjan toimintamuotojen kehittäminen entisestään. Näissä tavoitteissa onnistuttiin erityisesti Lyömättömän Linjan osalta työntekijöiden osaamisen ja toiminta-ajatuksen selkeyden ansiosta. Muiden perustavoitteiden osalta pystyttiin säilyttämään jo saavutettu toiminnan taso, mutta varsinainen edistyminen jäi toteutumatta hallinnollisten ongelmien ja Lyömättömän Linjan vahvistamiseen keskittyneen resurssien käytön takia.

Toimintakertomuksessa todetaan myös, että talouden vakiinnuttamiseksi tarvitaan jatkossa Raha-automaattiyhdistyksen rinnalle toinen päärahoittaja sekä oman varainhankinnan kehittämistä edelleen. Tilanne on kuitenkin sinänsä tyydyttävä, sillä RAY:n avustuksilla ja toimitilojen vuokraustoiminnalla pystytään kattamaan toiminnan peruskulut. Uudet ja laajentuvat projektit tarvitsevat kuitenkin aina oman lisärahoituksensa.

Miessakkien valtuusto kokoontuu seuraavan kerran loka-marraskuussa 2001.

Varsinaisen kokouksen jälkeen pidettiin keskustelutilaisuus, jonka aiheena oli Miestutkimuksen haasteita 2000-luvulla. Aiheesta alustivat FT Markku Soikkeli Turun yliopistosta ja tutkimusprofessori Matti Rimpelä. Vilkaassa keskustelussa pohdittiin mm. miksi varsinainen miestut-

kimus on tällä hetkellä lähes olematonta ja jos sitä löytyy, on se sisällytetty osaksi naistutkimusta - ja onko tarpeellista perustaa erillistä miestutkimuksen professuuria. Lisäksi keskustelun pohjaksi esiteltiin miestä tutkivaa koti- ja ulkomaista kirjallisuutta. Paikalla olleet pystyvät varmasti rivien välistä lukemaan, ettei miestutkimuksen olemuksen syvällisempi filosofointi ole ominta alaani. Maalaisjärjellä ajateltuna totean kuitenkin, että mielestäni suomalaista miestä ja tämän yleistä koostumusta ymmärtääksemme ja tukeaksemme, kohdennettu tutkimus on välttämätöntä. Hedelmällisemmällekin pohdinnalle olisi URHOssa sijansa, joten jos Sinulla on aiheeseen liittyviä näkökohtia tahi kysymyksiä, kirjoita!

Miessakit ry on mukana Erä-messuilla 18.-20.5.2001 sekä Poliisimessuilla (Lyömättömän Linja) 16.-18.5.2001. Tulkaa ihmeessä moikkaamaan!

Hyvä Leijonat!

**Tomi Timperi**  
toiminnanjohtaja



**Äitienpäivä**

**13.5.2001**

# Terapiaa vai kuria?

---

Miesfoorumissa 24.04 oli aiheena lähisuuhdeväkivalta ja nimenomaan mitä se merkitsee miehille. Alustajina aiheeseen Kun mies huomaa olevansa väkivaltainen, tarvitaanko kuria vai terapiaa? toimivat Helsingin Lyömättömän Linjan työntekijät Pekka Jolkkonen, Jukka Lampinen ja Panu Varjonen. Jo pelkkä otsikko aiheutti voimakkaita tunteita yleisön joukossa. Seuraavassa lyhennelmä tilaisuudesta.

## Väkivalta on rikos

Väkivalta lähisuhteissa ja perheessä on monimutkainen ongelmakenttä, jossa samojen tapahtumien ympärille kietoutuvat monet muutkin yhteiskunnalliset ongelmat. Tasa-arvo, kulttuuriset traditiot, päihdeongelmat, syrjäytyminen ja mielenterveysongelmat, vain joitakin mainitakseni. Väkivaltaa on myös eriasteista ja ainakin arkisuhtautuminen siihen vaihtelee lievästi paheksuvasta totaalisen tuomitsevaan. Samat ihmiset saattavat hyväksyä lasten fyysisen kurittamisen ja tuomita jyrkästi pariskunnan välisen fyysisen nahistelun. Harva kuitenkaan hyväksyy suoranaisista pahoinpitelyä, oli se sitten naiseen, lapseen tai mieheen kohdistuvaa. Kuitenkin kaikki edellä mainitut ovat rikoksia. Perheväkivaltaan kuolee vuosittain kymmeniä, joista lähes kaikki naisia.

## Epänormaalius ja kurinpito

Panu Varjonen aloitti tilaisuuden luomalla lyhyen yleiskatsauksen yhteiskunnallisen kurinpidon historialliseen syntyyn ranskalaisen yhteiskuntafilosofin Michel Foucaultin perspektiivistä. Rangaistuksen tarkoitus on aiemmin ollut kosto pahoista teoista ja ne kohdistuivat pääasiallisesti rikoksenteijän ruumiiseen. Yhden murroksen tähän konventioon voidaan hahmottaa synty-

neen pienessä piirissä 1700 - 1800 luvun vaihteessa, jolloin herättiin huomaamaan rangaistusten olevan monesti epäsuhdassa tekoihin ja usein merkittävästi hirveämpiä kuin rangaistava teko. Syntyi tarve muuttaa väärintekijää ja muuttaminen ja alistaminen vahvemman tahtoon tuli rangaistuksen pääasialliseksi tarkoitukseksi. Sivistyksestä tuli rangaistuksen sisäistämistä niin, että rangaistus oli olemassa yhteiskunnallisena paheksuntana tekijän päässä huolimatta siitä, oliko teolla jokin ulkopuolinen havainnoija. Alustuksen otsikko sisälsi nimenomaan tämän kysymyksen ja se kannattaa kysyä, sillä usein syy lyömiseen on kyvyttömyys vastata sisäisiin toiveisiin, haluihin ja pakkoihin. "Aggressiota on kaikkialla ja sen kanssa eläminen on yksi vaikeimmista yhteisöllisistä taidoista", sanoo Varjonen.

Jos ei kykene tuntemaan itseään kokonaiseksi on mahdotonta olla kokonaisesti yhteydessä toisiin. Terapiaryhmissä tehdyissä "Hetki ennen väkivaltaa" -töissä, joita Pekka Jolkkonen esitteli, on takana erittäin vahvoja tunteita, haluja ja toiveita. Niitä saatetaan pyrkiä toteuttamaan alkamalla kontrolloida ympäristöä väkivallalla. Joissakin teoksissa oli konkreettisesti esillä loukkaantumisen tunne, joka ei kuulu perinteisesti miehen sanavarastoon. "Miehen on usein hyvin vaikea tunnustaa, että nyt sä sanoit niin pahasti, että sattuu oikein tosissaan," sanoo Jolkkonen. Parisuhde ja lapset ovat ne "suden hetket", jotka voivat tuoda meissä esille puolia, joita emme pysty ymmärtämään. Tästä saattaa seurata itseensä käpertymistä ja pienuuden ja voimattomuuden tunnetta kun ei pysty käsittelemään omia tunteitaan.

Tutkimukset ovat osoittaneet merkkejä väkivaltaisen käyttäytymismallin siirtymi-

---

sestä sukupolvelta toiselle. Kiistatta näin tapahtuukin, mutta kyseessä ei välttämättä ole suinkaan suora mallioppiminen. Paljon ratkaisevampaa voi olla se mitä EI OPITTU. Pahoinpitelijä saattaa esimerkiksi kokea uhkaavana, että hänet "pakotetaan" toimintaan, jota hän "ei osaa", vaikkapa puhumaan tunteistaan.

### **Väkivalta ei tapahdu tyhjiössä**

Maskuliinisessa kulttuurissa väkivallan ilmaiseminen on sallitumpaa kuin feminiinisessä, mutta naisten väkivaltaa lapsia, vanhuksia etc. kohtaan on myös raportoitu paljon. Päästessään lyömisen asteelle, se ei juurikaan eroa miehisestä väkivallasta. Sellainen käsitys, jossa väkivalta esitetään ainoastaan miehisenä ominaisuutena ja jossa mies on väkivallan ainoa lähde ja ilmentäjä, vähättelee sosiaalista kanssakäymistä, toteavat Lyömättömän työntekijät. "Se heijastelee sellaista näkemystä, että väkivalta esiintyisi ikään kuin tyhjiössä. Ikään kuin mitään syitä jotka johtavat, laukaisevat tai ylläpitävät väkivaltaa ei saisi ollakaan", sanoo Jukka Lampinen. Hän väittääkin, että ainoa asia parisuhteessa, jossa ei ole kysymys vuorovaikutuksesta ovat voimakkaat mustasukkaisuuskohtaukset. Tällä ei kuitenkaan tarkoiteta sitä, että lyöminen olisi sallittu vuorovaikutuksen muoto tai naisen syy. Vaikka ongelma kliinisessä mielessä on vasta lyöminen, siihen johtava prosessi on pitkä. Sen dynamiikkaa voisi kuvata "valmiiksi vuorosanoiksi väkivaltaan", sanoo Jolkkonen. Niihin täytyy kyetä puuttua.

### **Keitä kannattaa hoitaa?**

Alustuksen jälkeen liekkiin leimahtaneen keskustelun keskeiseksi teemaksi nousi toisaalta traditioiden erilaisuus ja toisaalta

resurssien allokointi kysymys. Nyt vallalla olevan perheväkivaltahoitokäsityksen mukaan väkivalta saadaan vähenemään tai peräti loppumaan lisäämällä yhteiskunnan puuttumista asiaan. Kovat rangaistukset, alhainen puuttumiskynnys ja pakkohoito ovat oikea tie onneen. Lyömättömien hahmotteleman linjan mukaan kyse on pikemminkin väkivaltaisen yksilön kyvyttömyydestä käsitellä jo nyt säistämiään pakkoja ja rajoitteita. Vaikka ero voi näiden kahden kannan välillä tuntua sovittamattomalta, saattaa se selittyä erilaisella kohderyhmällä. Kun vallalla oleva metodi keskittyy nimenomaan sellaiseen väkivaltaan, josta kantautuu tieto viranomaisille, poliisille yms. niin Lyömättömät käyvät kiinni näkymättömissä olevaan, orastavaan, paljon yleisempään väkivaltaan ennen sen karkaamista käsistä. Siksi keinotkin poikkeavat. Raskaalla yhteiskunnallisella arsenaalilla toteutettava pakkovastuullistaminen ei ole lyömättömässä tarpeen, koska halu vastuunottoon näkyy jo vapaaehtoisena hoitoon hakeutumisena. Lyömättömien metodilla päästään käsiksi sellaiseen väkivaltaan, jonka olemassa olo tiedetään ja myönnetään, mutta johon ei voida muuten puuttua. Lisäksi menetelmä antaa kenties paremman mahdollisuuden väkivallan kierteen katkaisuun isältä pojalle, koska sen perimmäisiin syihin päästään käsiksi ennen totaalista kriisiytymistä. Tästä aiheesta lienee joka tapauksessa syytä keskustella lisää mahdollisimman laajalla rintamalla.

Samuli Koiso-Kanttila



# Man-lista - mieskeskustelua verkossa

---

Jo muutaman vuoden on ollut mahdollista keskustella miesasioista suomeksikin sähköpostin välityksellä. man@kaapeli.fi -keskustelulistalla on tällä hetkellä n. sata henkilöä ja keskusteluaiheina on viimeksi kuluneen vuoden aikana olleet mm. miesryhmät, erilaiset feminismit, homofobia, miehinen ylpeys ja kunnia, machoilu, pehmoilu, tunteiden ilmaisu, isyys, miesliike, mieheys, miehuus, maskulinisuus, miehenmallit, ahdistelu, huumori, avioero, tapaamisoikeus, Claudia Schiffer, doping, Ahde, trafficking, lesboisuus, heterous, feminismin pelottavuus, sukupuolenvaihdos ja patriarkaatti.

Välillä listalla kyllä vaietaankin miehekäästi, kun esim. on tultu liian lähelle jotakin vaikeata asiaa tai joku on polttanut päreensä fleimailuihin - hymiöiden käyttö kun ei ole oikein vielä yleistynyt ja netiketti kun ei ole oikein sisäistetty.

## Tavoite ja kohderyhmä

Man-lista on tasa-arvoasiain miesjaoston vuonna 1997 perustama (eka viesti listalle lähetettiin 1.4.1997) keskustelulista, jonka tarkoituksena oli olla keskustelufoorumi, jossa miestutkijat, erilaiset miesaktivistit, mieskysymysten kanssa tekemisissä olevat ihmiset ja varsinkin mieheydestä kiinnostuneet nk. tavalliset miehet voisivat vaihtaa mielipiteitä ja jakaa kokemuksia miehenä olemisen eri ulottuvuuksista ja joka toimisi myös miehiin liittyvien tilaisuuksien ja tapahtumien tiedotuskanavana.

Tätä tarkemmin man-listan luonnetta ei ole haluttu määritellä. Mielestäni on hyvä kun lista toimii tavallisten ja epätavallistenkin miesten, miesliikkeen ja miestutkijoiden keskustelufoorumina - ja miksei naistenkin, joilla useimmilla on pitkä käytännön kokemus eri miesten mieheydestä.

Man-lista on periaatteessa avoin ja oli pitkään käytännössäkin. Vuonna 1999 se jouduttiin sulkemaan siinä mielessä, että vain listalla olevat henkilöt voivat lähettää siihen viestejä - tähän toimenpiteeseen jouduttiin turvautumaan listalle silloin ilmaantuneiden häirikköviestien estämiseksi.

Listan tämänhetkisistä tilaajista suurimmat ryhmät ovat Tampereen ja Helsingin yliopistojen gendertutkijoita ja opiskelijoita, tasa-arvoasiain neuvottelukunnan miesjaostolaisia ja eri miesryhmiin ja -liikkeisiin kuuluvia miehiä. Arviolta (joistakin s-postiosoitteista ei ilmene sukupuoli) kymmenesosa tilaajista on naisia.

## Tervetuloa mukaan...

Listalla keskustelemisen edellytyksenä on että siihen ilmoittaudutaan lähettämällä listamanagerille tilaus. Jos siis haluat mukaan man-listalle, niin lähetä siitä osoitteesta (koneesta), jota normaalisti käytät sähköpostin lukemiseen ja lähettämiseen listamanagerille, osoitteeseen majordomo@kaapeli.fi, viesti, jonka tekstiosassa on teksti 'subscribe man' (subject-kentässä saa olla mitä vain). Listalta poistutaan lähettämällä vastaavasti listamanagerille viesti jonka tekstiosassa on teksti 'unsubscribe man'. Majordomo, joka on suosituimpia listamanageriohjelmia, hyväksyttää tilauspyynnön listan omistajalla (minä, listan aloitteentekijänä) ja sen jälkeen olet listalla osallistumassa miesasioista käytävään keskusteluun.

Listalle pääsysi jälkeen kaikki viestit, jotka listalle lähetetään, ilmestyvät myös sinun postilaatikkoosi. Suurin osa viesteistä on todennäköisesti sellaisia, joita vain luet (tai olet lukematta) sen kummemmin reagoimatta, mutta jos haluat johonkin

---

vastata, tai jos haluat ottaa jonkun ihan uuden asian keskusteltavaksi, lähetät kontribuutiosi suoraan listalle, osoitteeseen man@kaapeli.fi.

### ...keskustelemaan miehestä

Miehiin liittyviä keskustelunaiheita on tietenkin leegio, vain mielikuvitus asettaa rajat. Ainoana rajoituksena on, että mies siis tässä yhteydessä on käsitettävä sukupuoliseksi olennoksi - ei esim. ihmiseksi yleensä. Toistaiseksi man-listalla käytämättömiä aiheita ovat mm.

- kuinka mieheksi kasvatetaan, ja kuka
- koulutusorganisaatioiden naisistuminen ja sen vaikutukset
- miesten parisuhteet ja niiden toimivuus / toimimattomuus
- miehen keho, seksuaalisuus ja herkkyys
- isät, pojat ja isättömät pojat
- työelämän paineet miehelle, ja palkkiot
- ikääntyvät miehet
- syrjäytyneet ja syrjäytyvät miehet
- miehen samaa kohtelu sosiaalitoimissa
- miehen kuva tiedotusvälineissä (väkivaltainen, tunteeton, huvittava, alkoholisti, perverssi, ahdistunut - onko positiivisiakin piirteitä ?)
- naisten (ja miesten ?) tiedostamaton / avoin miesviha
- miesten keskinäinen viestintä netissä; aggressiivinen argumentaatio, sodankäynti (fleimit, trollaukset), tahallinen väärinymmärtäminen, nimittely

### Netiketistä

Lopuksi; sähköpostitse käytävästä keskustelussa on sitten syytä noudattaa nk. netikettiä, joka on tarpeen, koska sähköposti välineenä on nopea, helposti karkailtava eikä sisällä kehokieltä - kun siis

käyt sähköpostitse keskustelua, esim man-listalla, niin

- ole ensin kuulolla ja vasta päästyäsi selville listalla vallitsevista normeista rupea aktiivisesti ottamaan osaa keskusteluun - eri listoilla saattaa olla hyvinkin erilaisia keskustelukulttuureja

- muista että viestin takana on aina ihminen, joka on tottunut tulkitsemaan myös kehokieltäsi; käytä mielelläsi nk. hymiöitä markkeeraamaan kehokieltä - jos esim. kirjoitat jotain, joka on tarkoitettu 'huuleksi', laita sen perään esim ;-)

- kunnioita toisten ihmisten ajan- ja kais-tankäyttöä; ilmoita viestisi Subjectkentässä mahdollisimman selkeästi asiaksi, älä lähetä viestiäsi listalle jos haluatkin viestiä yksittäiselle ihmiselle, käytä ainoastaan tekstiformaattia (ei html- tms.), älä lähetä mitään liitetiedostoja listalle, lainaa kommentoitavasta viestistä johon vastaat Reply:llä vain ne osat joita haluat todella kommentoida (eikä koko viestiä)

- käytä harkittua ja huolellista kieltä ja muotoile asiaksi yksinkertaisesti, lue tekstisi läpi ennen kuin lähetät sen ja tarkista että esittämäsi tiedot todella pitävät paikkansa

- älä tee provosoinnista itsetarkoitusta äläkä myötävaikuta purkausten (fleimien) jatkumiseen - ne voivat olla kaikille muille kuin osallisille turhauttavia - lähetä vastauksesi sinua ärsyttäviin viesteihin mieluummin vasta seuraavana päivänä

Bert Bjarland  
bjarland@kaapeli.fi

# Päätä särkee syystä?

Huomasitte kai taas vappuna, että kovilla jätkillä ei ollut krapulaa? Paitsi, että he tietenkin ovat keskimääräisesti isompia kuin naiset ja kenties harjaantuneempia alkoholin käyttäjiäkin, pääsyy krapulatuuteen lienee, ettei itse aiheutetusta särystä sovi juuri valittaa. Siitä sen miehen tunnistaa. Vain pojat kehuskelevat krapulallaan todistaakseen jotain joskus juoneensa.

Suomalainen mies on erittäin huono terveyskeskuspalveluiden käyttäjä. Pääasiassa siksi, ettei siinä ole mitään vikaa, ennen kuin moottori pamahtaa viimeisellä kierroksella, sata metriä ennen maalia. Tästä on syy yritetty vierittää usein suomalaisen miehen umpinaiselle luonteelle ja jääräpäiselle puhumattomuudelle. Mikä ettei, osansa voi olla niilläkin. Luulenpa kuitenkin kyseen olevan enemmän siitä, että omasta terveydestä huolehtiminen jatkuvana projektina on niin "akkamaista". Kyllähän sitä kaveritkin alkaa ihmetellä jos kerran kuussa täytyy kesken työpäivän lähteä terveyskeskukseen kuunteluttamaan keuhkoja tai sydäntä. Vielä hullumpaa on huoletua korkeasta verenpaineesta tai allergisesta ihottumasta. Oireet ovat mukopolyyvinylisakkaridin (olen aina toivonut saavani pelata tätä sanaa hirsipuussa!) tai ibuprofeenin puutetta, eivät sairauden alkusoitto tai kehotus hidastaa taktia. Ja kun sairaus sitten iskee, siihen täytyy löytää pilleri tai ihmeitä tekevä kirurgi joka poistaa ongelman kertahetimitellä lopuksi iäksi. Itsestään huolehtiminen ennakoimalla ja kuuntelemalla vähitellen kertyviä oireita on autonhoitoa, ei terveydenhoitoa?

## Naisten mies

Olen äitini poika ja naimisissa vaimoni kanssa. Minulla on isoäidit, kaksi sisarta



Samuli Koiso-Kanttila

ja tytär. Jos haluan tietää mitä minun sukulaisilleni tai naapureilleni kuuluu, kysyn heiltä. Ja huom., JOS haluan tietää! Täytyy totuuden nimissä mainita, että toisinaan päässäni häivähtää kysymys siitä, missähän entiset käpysotakaverit ovat ja mitä heidän elämänsä kuuluu? Varsinkin silloin kun on käsillä kodin vaihto ja muuttolatitot täyttävät eteisen ja kesämökin laiturin tai katto kaipaa remonttia, ja minä talkoomiehiä. Toisinaan ongelma selviää sillä, että soitan parille parhaalle kaverille, jotka, tarkistettuaan ajankohdan sopivuuden vaimoiltaan, kertovat pääsevätkö he auttamaan. Tilanteeni, niin uskon, ei ole mitenkään ainutlaatuinen. Vaikka asiaa karrikoinkin, naiset hallitsevat arkipäivää ja sosiaalisia suhteita, ainakin minun lähipiirissäni.

Miesten maailmassa asiat ovat usein siististi lokeroissa, eikä juuri mitään vaihtoa tapahdu erilaisten työ, koti tai harrastusfäärien välillä. Pitkällisen tuttavuuden jälkeen harvoin tullaan kotiasioista puhuneeksi treenin jälkeen suihkussa ja



jos, niin vitsin muodossa, ohimennen. Työ on sentään helpompi ujuttaa keskusteluun, se kun on "luonnollisemmin" miehistä. Harrastus ja työkaverit myöskin harvemmin ottavat arjessa mitään muita positioita kuin siihen tiettyyn toimintaan sidotun. Tämä asia lienee toisin naisilla, muuten en pysty selittämään sitä, miten vaimoni voi tietää äskettäin tapaamastaan puolitusta enemmän kuin minä viiden vuoden kokemuksella neljä-kertaa-viikossa-samoissa-treeneissä-kaveristani. Vaikka miehet usein vinoilevatkin naisellisesta "informaation vaihdosta", kyllä siinä jotain vaihtuu, olkoonkin, ettei välttämättä juuri siitä aiheesta, jonka tiimoilta ollaan liikkeellä. Tähän samaan merkillisen hyvin toimivaan vaihdon traditioon kuuluvat kaikki munista ja sokerista lasten ja omiin "kaapissa kutistuneisiin" vaatteisiin.

## Ennakkoa elämään

Esko Riihelä on koko minun elämäni ajan puhunut ennakoivasta ajamisesta. Siitä, miten pitäisi kyetä oppimaan yksinkertaisista juhannus = ruuhka, lumisade = liukasta -kausaalisuhteista jotakin. Edes kymmenennellä kerralla. Ennakoinnin opetteluun olisi mielestäni aihetta molemmissa aiemmin esitetyissä yksityiskohdissakin. Sairastumisen ehkäisy, asennemuutos oireita kohtaan, lienee ainoa tapa säästyä dramaattisilta, usein lopullisilta näyttämöltä poistumisilta. Kun selkä tai hartiat ovat niin kipeät, että nukkuminen häiriintyy tai päässä kohisee kovaa jo viidettä vuotta, voisi mielestäni turvallisin mielin jo mennä kysymään alustavaa aikaa omalääkäriltä sortumatta "neiteilyyn". Paitsi oman elämänlaadun paranemiseen, sairauksien ennakoimisella lienee vaikutusta myös lähiympäristön hyvinvointiin.

Myös oman miehisen verkoston kehittämistä voisi mielestäni pitää tärkeänä ennakointina. Perheen, ja usein juuri vaimon kautta toteutuva sosiaalinen verkosto on olemassa vain avioliiton ajan ja työpaikan kahvihuoneen turvallinen kööri vain työsuhteen ajan. Molemmilla suhteilla, kuten tiedämme, on tapana purkautua nykyään yhä useammin. Työttömän ja perheettömän miehen on vaikea lähteä solmimaan avointa ja tasavertaista keskustelusuhdetta toisiin miehiin, joilla verkot kenties ovat vielä paikallaan, jos omat lähtökohdat tuntuivat merkittävästi kehnommilta. Paradoksaalista kyllä, juuri siihen aikaan kun naiset luovat omaa sosiaalista verkkoaan, usein juuri imetyksen, vaipanvaihdon ja muoviastiakekkereidensä voimin, miehet kokevat velvollisuudekseen panna töitä niska limassa ja kenties tahattomastikin eriyttää elämänsä kotiin ja työhön. Ei siinä jää aikaa sosiaaliselle elämälle. Lapsuuden kaverit jäävät unholaan ja työkaverit töihin. Kuitenkin juuri tässä vaiheessa pitäisi jokaisen pyrkiä aktiivisesti luomaan sitä verkostoa, jolla selviää niistä karikoista, joita elämällä on itsekullekin varastossa. Hankkia ystäviä, joilla on pääsy yhtä hyvin kodin, työn kuin harrastustenkin maailmaan.

Samuli Koiso-Kanttila



# Miesfoorumi kevät 2001

---

## MIESFOORUMI Kevät 2001

22.5.2001 klo 18-20

### Miesryhmätoiminnan mahdollisuudet

Tilaisuudessa vaihdetaan kokemuksia miesryhmätoiminnasta ja sen järjestämisestä.

Alustaja: Miesryhmätoiminnan organisaattori Esko Porola, Miessakit ry



Tilaisuus järjestetään Miessakit ry:n koulutussalissa, Annankatu 16 B 28, Helsinki.

Pääsymaksu 20 mk,  
jäsenet ilmaiseksi.

**Tervetuloa kaikki  
asiasta kiinnostuneet!**

## Terapiaa sosiaalisille jännittäjille

---

Psykologipalvelu Fokus ja Miessakit ry keräävät yhteistyössä psykoterapiaryhmää erilaisista sosiaalisista jännitystilanteista kärsiville miehille. Ryhmässä voi olla henkilöitä, joilla on esim. esiintymisjännitystä, erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa jännittämistä, sosiaalisissa tilanteissa esiintyvää paniikkiahdistusta, jne.

Ryhmän kesto on yksi vuosi, yhteensä 40 tapaamista. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa 1½ tuntia kerrallaan keskiviikkoisin 16.00-17.30 alkaen alustavasti ensi syksynä. Ryhmän koko on 8-10 jäsentä.

Tapaamiskerran hinta 200 mk/kerta. Kelan psykoterapiakuntoutukseen oikeutetuilla on mahdollisuus hakea kuntoutustukea. Ryhmä on ns. suljettu ryhmä, eli jäsen sitoutuu ryhmän jäseneksi koko sen keston ajaksi.

Ryhmän psykoterapeuttina toimii psykologi Harri Toivola, joka myös haastattelee ryhmään hakeutuvat. Haastatteluja on 2-3 ja kunkin haastattelun hinta on 200 mk.

Tarkempia tietoja saa Psykologipalvelu Fokuksesta Harri Toivolalta, puh. 02-2332520 tai 0500 864936.

# Liity jäseneksi

---

Miessakit ry:n jäsenenä saat mm. jäsentiedottemme URHOn kotiisi sekä alennuksia järjestämistämme koulutuksista ja yleisötilaisuuksista. Jäsenmaksu on 80 mk/vuosi (opiskelijat, eläkeläiset ja työttömät 40 mk/vuosi).

Leikkaa tämä sivu irti, täytä kysytyt tiedot ja laita lipuke postiin (postimaksu on maksettu puolestasi). Pian saat kotiisi uudelle jäsenelle tarkoitetun aloituspaketin sekä tilisiirtolomakkeen, jolla voit suorittaa jäsenmaksusi.

Tervetuloa mukaan toimintaan!

Haluan liittyä Miessakkien jäseneksi

Haluan lisätietoja toiminnasta

Nimi:

---

Osoite:

---

---

Puhelin:

Syntymävuosi:

---



VASTAUSLÄHETYS  
Sopimus 00100/602  
00003 HELSINKI

MIESSAKIT RY

Vastanottaja maksaa postimaksun



# 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**

Esko Porola / Pertti Andersson

Puh. 09-6126 6216

Sähköposti [esko.porola@miessakit.fi](mailto:esko.porola@miessakit.fi) / [pertti.andersson@miessakit.fi](mailto:pertti.andersson@miessakit.fi)

## **Joensuu**

Onni Voutilainen

Puh. 050 365 6138

Sähköposti [onni.voutilainen@jns.fi](mailto:onni.voutilainen@jns.fi)

## **Lahti / Päijät-Häme**

Timo Tikka

Puh. 03-780 1421 / 040 552 3310

Sähköposti [timo.tikka@phnet.fi](mailto:timo.tikka@phnet.fi)

## **Somero**

Voitto Vieraankivi

Puh. 050 566 4116

Sähköposti [voitto.tiimivalmennus@surfeu.fi](mailto:voitto.tiimivalmennus@surfeu.fi)

## **Kuopio / Itä-Suomi**

Raimo Reinikainen

Puh. 0400 881 166

Sähköposti [andracon@hotmail.com](mailto:andracon@hotmail.com)

## **Turku**

Esko Vierikko

Puh. 040 503 3891

Sähköposti [esko.vierikko@utu.fi](mailto:esko.vierikko@utu.fi)

## **Hyvinkää**

Veikko Korhonen

Puh. 040 593 2505

Sähköposti [veikko.korhonen@hyvinkaa.fi](mailto:veikko.korhonen@hyvinkaa.fi)

## **Tampere**

Simo Ollila

Puh. 03-214 9029

Sähköposti [simo.o@jippii.fi](mailto:simo.o@jippii.fi)

## **Jyväskylä**

Jarmo Lindholm

Puh. 040 734 4627

Sähköposti [kullervokustannus@hotmail.com](mailto:kullervokustannus@hotmail.com)



Pääkaupunkiseudun  
**MIESRYHMIEN VETÄJÄT**  
kokoontuvat

5.6.2001 klo 17.00-18.30  
Miessakkien toimitiloissa  
Annankadulla.

Tervetuloa myös muiden  
paikkakuntien yhdysmiehet ja  
ryhmänvetäjät!