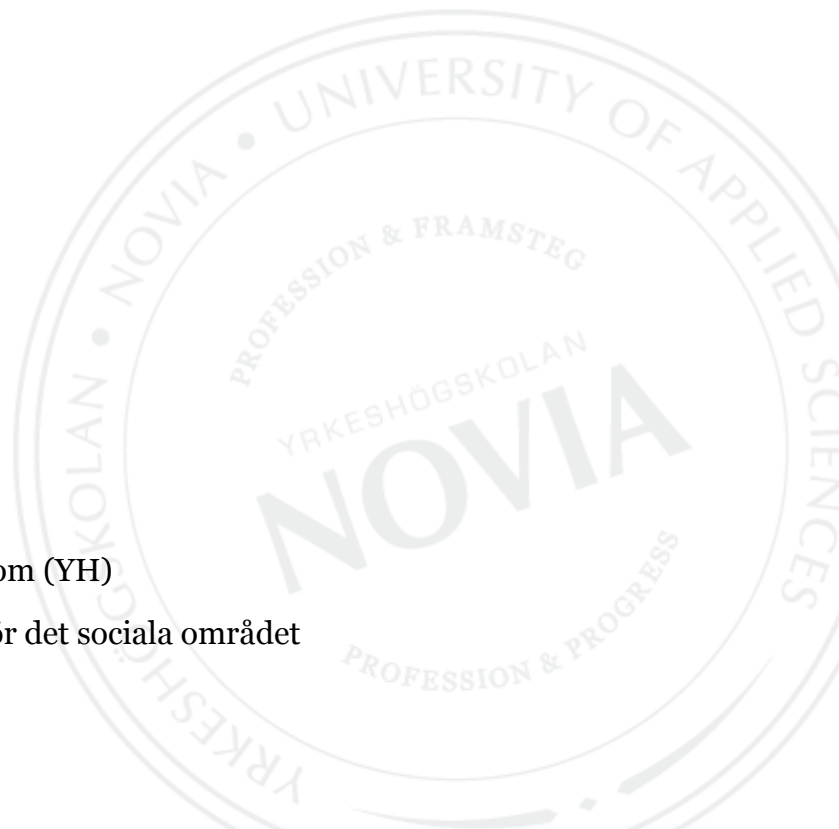


## **Att tuga är inte guld!**

### **Samtalsmötet mellan mansklienten och socionomen (YH).**

Charlotta Hagman

Examensarbete för socionom (YH)  
Utbildningsprogrammet för det sociala området  
Åbo 2010





## EXAMENSARBETE

Författare: Charlotta Hagman

Utbildningsprogram och ort: Det sociala området, Åbo

Inriktning/alternativ/Fördjupning: Socionom (YH)

Handledare: Christine Welander

**Titel: Att tiga är inte guld! – Samtalsmötet mellan mansklienten och socionomen (YH)**

---

Datum 11.10.2010 Sidantal 31 Bilagor 1

---

### Sammanfattning

Mitt examensarbete tillhör projektet *Familjen i centrum – Mannens hälsa och välbefinnande* i vilket det har ingått en internationell kurs *Wellman – Mannens Hälsa och Välbefinnande ur ett Europeiskt Perspektiv*. Utgående från projektet och kursen har jag valt att fördjupa mig i ämnet *Män och kommunikation*. Syftet med examensarbetet är att få en förståelse för den finländska mannens kommunikationssätt med fokus på dialogen mellan mansklienten och den professionella, i detta fall socionomen (YH). Målgruppen är 36-49 åriga finsk- och svenskspråkiga män.

*Vad är bakgrunden till den finländska mannens sätt att kommunicera samt hur bemöta mannen som klient* har varit genomgående frågeställningar i examensarbetet. På basen av litteraturstudier har det framkommit att mansklienten behöver uppmuntran för att börja samtala vilket resulterade i tillverkandet av en egen produkt, *Rohkaisuryyppy – kort*, som fungerar som ett stöd både för mansklienten och för socionomen i samtalsmötet.

Utvärderingen av samtalskortet bestod av att presentera produkten för fem män i samma ålder med målgruppen. Utgående från utvärderingen har samtalskortet fått positiv kritik samt några möjliga förbättringsförslag. Produkten har därmed visat sig vara ett fungerande redskap för de män som deltagit i utvärderingen.

---

Språk: Svenska Nyckelord: Män, kommunikation, dialog, samtalsmöte, bemötande

---

Förvaras: Examensarbetet finns tillgängligt antingen i webbiblioteket Theseus.fi eller i biblioteket.

## OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Charlotta Hagman

Koulutusohjelma ja paikkakunta: Sosiaaliala, Turku

Suuntautumisvaihtoehto/Syventävät opinnot: Sosionomi (AMK)

Ohjaaja: Christine Welanders

### **Nimike: Vaikeneminen ei ole kultaa! – Miesasiakkaan ja sosionomin (AMK) välinen keskustelu ja kohtaaminen**

---

Päivämäärä 11.10.2010

Sivumäärä 31

Liitteet 1

---

#### **Tiivistelmä**

Opinnäytetyö kuuluu ruotsinkieliseen projektiin *Familjen i centrum – Mannens hälsa och välbefinnande* johon kuului myös kansainvälinen kurssi nimeltään *Wellman – Men's Wellbeing and Health in a European Perspective*. Projektin ja kurssin perusteella on valittu aihe *mies ja kommunikaatio*. Opinnäytetyön tavoitteena on saada käsitys suomalaisen miehen kommunikaatiotavoista ja keskittyä miesasiakkaan ja sosionomin väliseen vuoropuheluun. Kohderyhmänä on ruotsin- ja suomenkielisiä 36-49-vuotiaita miehiä.

Opinnäytetyön kysymyksenasettelussa kysytään *mikä on taustana suomalaiseen miehen tavassa kommunikoida sekä miten kohdata mies asiakkaana*. Kirjallisuuden perusteella saadaan selville että mies tarvitsee rohkaisua puhumisen aloittamisessa minkä johdosta opinnäytetyössä kehitetään tuote, *Rohkaisuryppy-kortit*, jotka toimivat tukena keskustelussa sekä miesasiakkaalle että sosionomille.

Keskustelukorttien toimivuuden arviointi tapahtui esittämällä niitä viidelle miehelle, jotka olivat samassa iässä kuin kohderyhmä. Arvioinnista on saatu positiivista palautetta sekä pari parannusehdotusta. Työssä käy ilmi, että keskustelukortit voisivat olla toimiva työväline.

---

Kieli: Ruotsi Avainsanat: Mies, kommunikaatio, dialogi, keskustelutapaaminen, kohtaaminen

---

Arkistoidaan: Opinnäytetyö on saatavilla joko ammattikorkeakoulujen verkkokirjastossa Theseus.fi tai kirjastossa.

## **BACHELOR'S THESIS**

Author: Charlotta Hagman

Degree Programme: Social Service, Turku

Specialization: Social care

Supervisor: Christine Welander

**Title: Silence is not golden! – The dialogue between the man client and the social worker**

---

Date 11.10.2010 Number of pages 31 Appendices 1

---

### **Summary**

My Bachelor's Thesis belongs to the project *The family in center – The man's health and wellbeing* which involved an international course *Wellman – Men's Wellbeing and Health in a European Perspective*. From the project and the course I decided to write about *men* and *communication*. The aim of my Bachelor's Thesis is to get an understanding for the Finnish man's way of communicating; focusing on the dialogue between the male client and the professional. The target group is Finnish and Swedish speaking men between 36-49 years.

General questions at issue in the Bachelor's Thesis are: 'What is the background to the Finnish mans way of communicating' and 'How to approach the man as a client'. Based on literature studies, my conclusion was that men need encouragement to start talking. This resulted in my own product, *Rohkaisuryyppy*-cards, which works as a support for both the male client and the professional in the conversation situation.

The evaluation of the product took place by presenting it to five men in the same age as the target group. The discussion cards got positive feedback and a few improvement suggestions during the evaluation. The product could be a working tool.

---

Language: Swedish  
situation, approach

Key words: Men, communication, dialogue, conversation

---

Filed at: The examination work is available either at the electronic library Theseus.fi or in the library.

# Innehållsförteckning

1 Inledning.....	1
2 Tidigare forskning .....	3
3 Kommunikationens betydelse och funktion.....	4
4 Kommunikation är mer än ord .....	5
5 Kännetecken för den finländska mannen .....	6
6 Bakgrunden till den finländska mannens kommunikationssätt.....	8
7 Krigets spår syns i kommunikationen .....	9
8 Familjen och kulturen inverkar på kommunikationen .....	10
9 Samtalskultur och känslouttryck bland finländska män .....	11
10 Samtalsmötet med mansklienten.....	13
11 Mannen som klient.....	14
12 Dialog i klientmötet .....	15
13 Handlingsnivåer i dialogen .....	16
14 Den professionella i samtalsmötet .....	17
15 Ett professionellt bemötande av mansklienten.....	19
16 Utbud av service riktad till män.....	20
17 Produktpresentation.....	21
18 Val av bilder och frågor .....	22
19 Förverkligande av idén om samtalskort.....	24
20 Etiska aspekter .....	26
21 Utvärdering av samtalskort.....	27
22 Kritisk granskning och diskussion.....	29

Källförteckning

Bilaga

## 1 Inledning

Mitt examensarbete tillhör projektet *Familjen i centrum – mannens hälsa och välbefinnande* som har bestått av en intensivkurs i samarbete med olika yrkeshögskolor från Europa. Intensivkursen som pågick i början av maj 2010 hette *Well Man – Men's Wellbeing and Health in a European Perspective* och bestod av att förbereda en portfolio om den finska mannen, som sedan presenterades för de andra yrkeshögskolorna. I transnationella grupper delgavs kunskap som resulterade i en helhetsbild av den europeiska mannens hälsa och välbefinnande. Målsättningen med projektet var att kunna se mannen från ett bredare perspektiv, främja ett tvärvetenskapligt samarbete samt stöda den egna professionella arbetsrollen. Förutsättningarna för projektet var att studeranden målmedvetet skulle stöda och handleda klienter i vardagen samt vid olika livssituationer, vilket också är fokus i mitt examensarbete.

Sambandet *män och kommunikation* är problemområdet i mitt examensarbete, med intresse för att utreda stereotypin om den tystlåtna finländska mannen. Serviceutbudet för män som är i behov av samtalshjälp är snävt samtidigt som branschen inom vård och det sociala området fortfarande är väldigt kvinnodominerat vilket gör det svårt för mannen att kliva in i det kvinnliga reviret. Därav är syftet med mitt examensarbete att genom litteraturstudier få en förståelse för den manliga kommunikationen med fokus på samtalsmötet och dialogen mellan socionomen (YH) och mansklienten. De genomgående frågeställningarna i arbetet lyder på följande sätt:

1. Vad är bakgrunden till den finländska mannens sätt att kommunicera?
2. Hur bemöta mannen som klient?

Målgruppen som jag har valt att fokusera på är finländska män i ålder 36-49. Orsaken till avgränsningen kom från en undersökning gjord av Kriscentret för män eftersom åldersgruppen 36-49 åriga män var de som mest tog kontakt till kriscentret i behov av att samtala om problem och kriser (Nyqvist 2006:107). I examensarbetet tar jag inte ställning till kommunikationsskillnader mellan finsk- och svenskspråkiga män i Finland.

Rubrikvalet *Att tiga är inte guld!* har uppstått från att ifrågasätta ordspråket *Tala är silver men tiga är guld* eftersom innebörden av ordspråket är olämpligt i samtalsmötet mellan mansklienten och socionomen (YH). Målet är att mansklienten kommunikativt skall öppna sig i samtalsmötet med den professionella och därför har jag valt att omformulera ordspråket och göra det till ett påstående.

Genom fördjupning i litteraturen uppstod produkten, *Rohkaisuryyppy – kort*, som består av utarbetade samtalskort vilka fungerar som stöd för mansklienten och socionomen (YH) i samtalsmötet, vilket innebär fokus på hur den professionella inom det sociala området bör bemöta mannen för att åstadkomma en fungerande växelverkan och uppnå konsensus.

Med tanke på mitt blivande yrke socionom (YH) kommer jag att bemöta män i många olika livssituationer. Detta examensarbete kommer att ge mig en bättre förståelse för mannens inre värld samt en uppfattning om nödvändiga samtalsämnen för att gynna mannens välbefinnande och att i framtiden kunna utveckla service som är lämplig för män. Mitt examensarbete riktar sig till alla professionella inom det sociala området som bemöter mansklienter i arbetet. Dock önskar jag även att andra yrkesområden uppfattar mitt examensarbete läsvärt.



## 2 Tidigare forskning

Vid materialsökningen framkom det att mansforskning har blivit ett mycket aktuellt ämne, men trots det var det svårt att hitta litteratur om *män* och *kommunikation*, speciellt i samband med mannen som klient. Arbetsprocessen blev därmed mer krävande samtidigt som möjligheten var att åstadkomma något nytt. Det snäva utbudet av relevant litteratur resulterade i användandet av några äldre källor. Trots att det väsentliga i examensarbetet är *dialogen* och *samtalsmötet* mellan mannen och den professionella har jag uppmärksammat att information om mansgruppsverksamhet har varit användbar, speciellt vid beskrivandet av mannens sätt att samtala om problem och känslor.

Informationssamlingen om Kriscentret för män har varit mycket givande och har därför varit genomgående i mitt examensarbete, så som också deras undersökningar. Kriscentret i Helsingfors öppnades år 2003 och var enbart avsedd för män, projektet var den första verksamheten av detta slag i Finland. Penningautomatföreningen stod för den finansiella delen av projektet och målet var att erbjuda service åt män, med låg tröskel, som befann sig i olika livskriser eller i behov av att få samtala om problem. Projektet visade sig vara lyckat eftersom det åren 2003-2006 fanns över 2000 män som tog kontakt i behov av stöd och hjälp. Hjälpbehovet tydliggjorde den finländska mannens behov av psykosocial service. Framgången av projektet synliggjordes av männens respons eftersom största delen av klienterna var mycket nöjda med stödet och servicen från kriscentret (Pulli 2006:7).

Under hösten 2010 kommer det av organisationen *Miessakit*, som är mycket aktiv i utvecklandet av mansforskning, att ordnas kurser i bemötandet av mannen som klient. Genom upplevelser och erfarenheter försöker organisationen förverkliga mansarbete samt tillvägagångssätt för att informera om ett mansvänligt bemötande genom att samt sprida information och kunskap om hur mannen bör bemötas vid olika serviceformer för att mannen skall kunna ta del av offentlig service som finns tillgänglig. Avsikten är att tydliggöra mansarbetets verksamhetsområde samt finna nya metoder för att främja välbefinnande (Miessakit ry). Medvetenheten om kurserna tydliggjorde att ämnet i mitt examensarbete är relevant och aktuellt.

### 3 Kommunikationens betydelse och funktion

Kommunikation är ett av det vanligaste, äldsta och framförallt viktigaste människobeteendet. Mänsklig samvaro kännetecknas av kommunikation samtidigt som den är avgörande för att lösa både praktiska och teoretiska problem, vilket sker genom att samla kunskap om omvärlden och om sig själv. Ordet kommunikation kommer från latinets *communis* som betyder *gemenskap*, vilket tydliggör att kommunikation är en social process i samverkan med andra människor (Hård af Segerstad 2002:34,27). Begreppet kommunikation utgör ett system för samarbete eftersom det påverkar människans liv i alla tänkbara aspekter som familjeliv, arbetsliv och kulturliv. Kommunikationen är viktig eftersom den kan leda till att personen förverkligar sig själv samt tillfredsställer sociala och psykologiska behov som glädje, tillit och tröst. Därför är kommunikation avgörande för känsloutveckling, relationer samt identitetsutveckling. De viktigaste kommunikativa färdigheterna är att utveckla, upprätta och bevara sociala relationer (Hård af Segerstad 2002:28–29).

Goda kommunikationsfärdigheter är sällan medfödda och därför är det viktigt att öva upp dem, dessutom är kommunikation starkt bunden till kultur. I en radiointervju om parförhållande och kommunikation påstod Heli Vaaranen att människor talar mest ovårdat till personer som står dem känslomässigt nära. Det skulle därför vara viktigt att förbättra kommunikationsfärdigheterna för att gynna goda relationer till familj och vänner samt låta närstående personer bli medvetna om hur betydelsefulla de är för en själv. En fungerande kommunikation kan leda till en positiv kedjereaktion som resulterar i att människor i omgivningen kommunikativt öppnar sig och med tiden blir samhället också mer kommunikativt (Vaaranen 2010).

Kommunikation är en källa till fördjupad självkänedom och kan ge upphov till relationer baserade på förtroende. Vid situationer eller möten inom den sociala servicesektorn handlar det dock främst inte om att skapa nya relationer utan snarare fokusera på och stimulera de relationer som redan finns (Edlund, Erson & Milles 2007:73). Kommunikation inverkar på upprätthållandet av hälsa och välbefinnande eftersom det krävs livsmod, självförverkligande samt pålitlighet till det egna livet och andra människor för att personen skall känna sig frisk. Dessa faktorer påverkar både den psykiska och fysiska hälsan samt upplevelsen att känna sig välmående (Mattila 2010:73).

Kommunikationsproblem kan i grova drag förklaras på två olika sätt. Den första förklaringsmodellen handlar om att kommunikationsproblemet egentligen är ett relationsproblem. Personen som lyssnar kan uppfatta vad den andra personen förklarar men har inget intresse för att uppnå en gemensam förståelse, vilket kan bero på att den lyssnande personen irriterar sig på den andra personens attityd. Den andra förklaringen till kommunikationsproblem handlar om svårigheten att påverka en annan persons beteende genom ord och argument. Genom att koncentrera sig på att kritiskt granska sig själv och förändra det egna beteendet kan personen lyckas uppnå förändring och skapa samförstånd med den andra personen (Hård af Segerstad 2002:33).

## **4 Kommunikation är mer än ord**

I radiointervjun som handlade om kommunikation berättade Aino Antin att ungefär 80 % av all kommunikation är ordlös. Nonverbal kommunikation innebär att personen uttrycker sig via kroppen i form av gester och rörelser specificerat till klädstil, avståndsrevir och ansiktsminer (Antin 2010). Samspelet mellan kropp, tonfall, doft och andningsrytm indikerar på att allt som lever kommunicerar och att det mänskliga livet är en salig blandning av kommunikativa budskap (Ekenberg 2007:7).

På basen av ordlös kommunikation kan det inre livet, tankesätt, känslor och upplevelser bli synligt vilket innebär att den non-verbala kommunikationen påverkar stämningen i sammanhanget eftersom värderingar, avsikter och attityder avspeglas. Non-verbala budskap fungerar därför i samtalssituationer som ett tillägg till det som sägs (Nilsson & Waldemarson 1994:80–81). Sinnesintryck är känslomässigt betydelsefulla eftersom de bekräftar att den andra personen är närvarande vid samtalssituationen. Ögonen är själens spegel och fungerar som det första steget till kommunikation (Nilsson & Waldemarson 1994:84–85). Kroppen är en del av personligheten så som också gester, avstånd och personligt utrymme, klädsel och röst, dessa sammanlänkas och bidrar till en helhet av människan (Nilsson & Waldemarson 1994:86–91).

Genom kroppsläsning kan personens livshistoria eller bakgrund iakttas medan kroppsspråket visar vad personen tänker och känner för tillfället (Ekenberg 2007: 12). Om personen skall vara trovärdig i sitt budskap krävs det att både kroppen och

orden uttrycker samma information (Ekenberg 2007:13–14). Fysiologiskt förklarar ansvarar hjärnans yngre delar för den verbala kommunikationen medan de äldre delarna i hjärnan kontrollerar kroppsspråket, dessa två måste samverka för att personen skall övertyga sig själv och andra människor i det som sägs (Ekenberg 2007:14).

## **5 Kännetecknen för den finländska mannen**

Finländska män anses vara slutna, självförsörjande och styrda av arbetet (Roos 1994; Kortteinen 1994; Siltala 1994). Den traditionella mansbilden i Finland har varit mycket trångsynt, begränsad och maskulin medan manlighet ofta har kopplats till undvikandet av femininitet, bemästrad känslolisning, aggressivitet och homofobi, vilket har lett till att känslor främst visas i anknytning till aggressivitet och alkohol. Den tidigare uppfattningen håller dock på att förändras men uppmärksammas fortfarande hos unga pappor som är osäkra och söker modell för att förverkliga faderskapet (Salonen & Säävälä 2006:159). Finländska män har svårt att visa svaghet vilket gör att hjälplöshet, besvikelse och sårbarhet kan förvandlas till raseri och våld i hopp om att behärska och kontrollera andra människor (Kaufman 1995:21, Nyqvist 2006:91–92).

I den finländska manskulturen har det varit allmänt för mannen att bemöta svårigheter genom självständighet och lugn i form av fiske eller skogsvandring. För att vara en "riktig" man måste han inte bevisa det enbart för sig själv utan också för andra män. Seidler (1999:184) anser att manlighet inte är något som ges utan att det är något som måste bevisas vilket leder till att mannen börjar ifrågasätta sig själv om han är tillräckligt manlig. Känslösamhet och förlorandet av självkontrollen förknippas med omanlighet vilket leder till problematiska situationer för många män (Nyqvist:93–94). Alon Gratch menar vid beaktandet av mannens inre värld att det är allmänt att stöta på maskulinitetens centrala paradox, vilket innebär att mannens könsidentitet försvåras av hans feminina förväntningar och inte av de maskulina (Gratch 2003:13)

När mannen förlorar sin prestige uppstår ofta ambivalens som innebär konflikt mellan motstridiga känslor eller föreställningar. Mannen känner krav i det personliga livet och i social växelverkan. Krävda manliga beteendemodeller leder ofta till

osäkerhet i den sociala omgivningen (Nyqvist 2006:94,96). Dessutom anses det vara en svaghet för mannen att erkänna oförmåga eller att be om hjälp vilket upplevs som ett hot för den egna manligheten och är en av de främsta orsakerna till att den finländska mannen många gånger har svårt att bemöta problem och söka hjälp i tid (Peitsalo 2008:17). På en allmän nivå kan mannens problemsituation förklaras som brist på möjlighet och rädsla för att lösa problem. Det kan vara fråga om fantiserade maskulinitetsförväntningar eller inre konflikter i den egna manliga identiteten (Nyqvist 2006:89)

Begreppet *multipla maskuliniteter* innebär att män är olika beroende på arbetarklass, etnicitet och sexualitet (Connell 1999). Connell och Campbell (1993) menar att våld tillhör skapandet av maskulinitet samtidigt som det är ett sätt att upprätthålla positionen i genusordningen och öka makten i relation till kvinnor och andra män. Maskuliniteten kan vara mångdimensionell hos en och samma man (Hoffer 2008:235, 239). Robert Connell (1995) anser att det finns många olika maskuliniteter och att den *hegemoniska maskuliniteten* är den högst värderade maskulinitetstypen i samhället eftersom den styr över samhället och andra grupper av män. Denna maskulinitetstyp är den ledande manligheten men är trots det inte stabil i tid och rum utan skapas och omformas i samverkan med samhället (Edlund, Erson & Milles 2007:42). Det maskulina idealet kännetecknas av hög status, sexism och oberoende (Hoffer 2008:239).

Förändring av manliga könsroller har lett till nya krav i två olika former. Dels har mannen färre naturliga sociala nätverk där han kan bearbeta och diskutera manlighetens förändring samt känslan av emotionellt stöd. Tidigare generationer har inte upplevelser och erfarenheter om dagens situation som sedan gör att utbudet av hjälp blir litet. Bristen på manlig samtalskultur har gjort att män inte är förmögna att reflektera och fundera kring problematik angående könsroller. Den andra orsaken handlar om att det är svårt att acceptera den nya mansrollen i den finländska kulturen, eftersom den ständigt förknippas och jämförs med den gamla mansrollen. Det kan leda till identitetskriser för män när den gamla mansrollen inte passar in i det nuvarande samhället och uppfyller dess förväntningar och krav (Peitsalo 2008:16–17).

## **6 Bakgrunden till den finländska mannens kommunikationssätt**

Ur psykologisk synvinkel bidrar kulturen till befolkningslynnets vilket innebär att personer föds som olika till sinnet men finner gemenskap i kulturen. Kulturen bidrar till befolkningsamhörighet i tankesätt, dignitet, ideal och beteende. Personer från samma kultur kan förstå och acceptera varandra samt har en förmåga att förutspå andra personers beslut och beteende, därmed är kulturen grunden till trygghet och säkerhet när befolkningen kan leva tillsammans. Det finländska tänkesättet fungerar som en nyckel till att förstå den finländska kulturen och fungerar som ett sammandrag av värdegrunder, normer och gott beteende. Tänkesättet förs vidare från generation till generation (Keltikangas-Järvinen 2000:22).

Kommunikation är betydande vid socialt umgänge vilket många gånger blir motstridigt till det finländska idealet, tystlåtenhet, eftersom tanken är att det inte uppstår strid genom att hålla sig tyst och tillbakadragen. Känslor uttrycks beroende på den individuella biologin, kulturen eller uppfostran samt i vilken situation känslan uppstår (Keltikangas-Järvinen 2000:178,183).

Alla personer är unika i form av personlighet och egna erfarenheter, vilket innebär att det inte går att förutsäga hur personen tänker och handlar. Olikhet mellan människor resulterar i att kommunikationen och samspelet mellan människor inte alltid är lätt att tolka och därför kan det ske missförstånd (Nilsson & Waldemarson 1994:11). Erfarenheter formar omvärlden till en helhet, utgående från den tar personer ställning, tolkar och visionerar. Eftersom alla människor har olika bakgrund, erfarenheter, personlighet och meningsskiljaktigheter ses världen ur olika synvinklar (Nilsson & Waldemarson 1994:39).

## 7 Krigets spår syns i kommunikationen

Vinterkriget (1939-1940) och Fortsättningskriget (1941-1944) var traumatiska upplevelser för de finländska soldaterna men också för kvinnorna, ungdomarna och barnen. Kriget lämnade efter sig djupa spår som inte går att radera från de finländska familjerna, samhället och traditionerna. Sari Näre, författare till boken *Ruma sota* (2008) påstår att "krigets känslöarv fortfarande lever" (Kalamaa 2010).

Kriget bestod av många negativa överraskningar, obekväma situationer samt ovisshet inför framtiden. Barnen, som idag är åldersstigna människor, fick ingen tröst vid behov och det mest chockerande var att det ansågs förbjudet att tala om egna förnödenheter och problem. De som upplevde kriget lärde sig snabbt att behoven inte tillfredsställdes genom att visa känslor, vilket resulterade i självständighet och oberoende bland barnen. Diskuterandet av känslor kom inte ens på frågan. I den ytterst känslolokalla atmosfären var det enda alternativet att bearbeta sorgen på egen hand. Känslorna av förluster behandlades inte och kriget lämnade djupa psykosociala spår. Krigsupplevelserna bearbetades inte tillräckligt eftersom det under den tiden inte fanns någon psykisk hjälp för veteraner vilket resulterade i alkoholmissbruk och våld samt tysta och inåtvända män (Kalamaa 2010).

Genast efter kriget började uppbyggandet av samhället, befolkningen ville erbjuda ett materiellt skydd samt goda yttre omständigheter för de kommande generationerna. Det emotionella och mentala stödet för barnen blev defekt, vilket har lett till en så kallad *infriaridentitet* hos den finländska befolkningen som kännetecknar svårigheter att lita på människor, be om hjälp samt att försvara sig själv. Anne Schützenbergers (2007) teori förklarar hur trauman som undertryckts kommer att börja spöka bland den tredje generationen som lever idag (Kalamaa 2010), i form av en känslööverföring från en generation till en annan (Näre & Krives 2008:99).

## 8 Familjen och kulturen inverkar på kommunikationen

Enligt Goleman (2005) lär sig söner i jämförelse med döttrar inte lika mycket att bearbeta känslor av sina mödrar, som senare resulterar i att söner växer upp till män som uttrycker känslor genom olika aktiviteter. Följderna av det osociala känslobeteendet bearbetas inte. Brist på psykosociala färdigheter är en biologisk orsak till mannens svårighet att uttrycka sin inre värld med ord. Den finländska mannen är i behov av att få mer förmåga att ta ansvar över sig själv och andra människor (Peitsalo 2008:18). Dessutom visar forskning (Korhonen 1999) att många män har haft ett distant förhållande till sina fäder eftersom relationen har varit mer sak- och handlingsorienterad än känslomässig (Kilpiä 2006:24–25).

Barndomens familjemodeller samt växelverkan inom familjen är mycket betydande eftersom de förs vidare och finns som en grund vid bildandet av egen familj. Om det inte har diskuterats känslor och problem i barndomsfamiljen är sannolikheten stor att det inte görs i den nya familjen heller (Vaaranen 2010). Dessutom anses finländare ha ett mycket stort personligt revir som dock håller på att förändras eftersom personer och andra kulturer med våld tränger sig in i reviret och på detta sätt utvidgas det sakta men säkert. Det finländska personliga reviret är störst av länderna i Norden (Vaaranen 2010).

Självkänsla är betydelsefullt för kommunikation eftersom den fungerar som en grund och ifrån den utvecklas relationer till andra människor (Nilsson & Waldemarson 1994:43). Problemet med dålig självkänsla härstammar egentligen inte från personen själv, utan kulturen tillåter inte människor att uttrycka sig själv, vilket har lett till att finländare lider av personlighetsfel eftersom denna befolkning innehar den mångsidigaste samlingen av negativa känslor. Hat är en viktigare känsla än glädje. Ibland är det dessutom en stolthet för den finländska befolkningen att vara den dystra, avundsjuka och pessimistiska nationaliteten (Kaaria 2007).

Det lämpar sig inte för en finländare att skryta med sig själv. Enbart genom arbetsinsats kan finländaren visa sin duglighet men får berömmas endast när han underskattar sig själv. Verkligheten är inte lika dyster längre eftersom finländare har blivit en aning bättre på att berömma sig själva (Kaarina 2007). Det största hotet mot självkänslan är arbetslöshet. Det är allmänt för en finländare att alltid jämföra sig med personer som uppfattas bättre. En dålig självkänsla kan förbättras på äldre dagar



vilket innebär att personen inte behöver vara stämplad med en dålig självkänsla hela livet trots att ungdomen inte var lyckad. Det gäller dock att minnas att många personer lever ett bra liv trots dålig självkänsla (Kaaria 2007)

## **9 Samtalskultur och känslouttryck bland finländska män**

I dagens samhälle kännetecknas vuxenliv av att personen kan bemästra känslouttryck. Dock är det många personer som förtrycker känslor, exempelvis osäkerhet. I denna situation tar personen ett kort andetag uppe i bröstkorgen och om han sedan inte får trygghet vid känslosituationen uppstår oförlösta känslor som fysiskt resulterar i en spänd och trött kropp. När personen saknar kunskap om egna känslor och behov leder det till en irriterande attityd mot omgivningen och grundläggande behov blir otillfredsställda (Ekenberg 2007:15). Ämnen som död, sorg, förlust, skuld och besvikelse är en naturlig del av livet, men om personen inte kan bearbeta känslorna och situationerna när de uppkommer försvinner livsglädjen och livsmodet (Mattila 2010:149).

Samhället har blivit mer jämställt och parförhållandet samt familjen har blivit kraftkällan i livet. Befolkningen i Finland har börjat inse att man måste kämpa för att må bra. Finländska män har förändrats och de har börjat tala om känslor, vilket ofta kommer som en stor överraskning för den andra parten speciellt i parförhållandet. Även äldre män har börjat uppleva livet med ord, eftersom finländarna har blivit en beläst befolkning och har börjat uppleva olika kulturer. Öppenhet betonas och samhället förespråkar människor att utveckla en god förmåga till kommunikation med stöd av vänner och arbetskamrater (Vaaranen 2010).

I ett välfungerande socialt nätverk är ömsesidiga och varierande relationer de viktigaste egenskaperna. Sambandet mellan välbefinnande och nätverkets storlek är betydande. Enligt Phillips (1981) förväntar sig samhället att mannen försörjer familjen och tar hand om ekonomin vilket innebär att mannen lätt kan undvika sociala situationer utan att det uppstår problem, vilket sedan leder till att mannen förlorar möjligheten till ett betydande och värdefullt socialt stöd (Seikkula 1996:44). Män uppmanas till djupare diskussioner i bekantskapskretsarna för att kunna bygga upp ett tryggt socialt stödnätverk för kommande problemsituationer och kriser (Pusa 2006:24).

För att mannen skall känna sig värdefull krävs det att han blir hörd och accepterad. Mannen väljer mycket noggrant ut vem han delar sina bekymmer med och om det gäller att uttrycka sig i en grupp är det viktigt att gruppen enbart består av män, eftersom han då känner sig tryggare. Genom att lyfta fram problem blir det möjligt att bearbeta dem och när problem har blivit bearbetade är det lättare att handskas med liknande situationer i framtiden (Kilpiä 2006:57).

Tanken föregår och dominerar känslor, därför är det allmännaste att undertrycka känslor trots att det gör livet tyngre. Speciellt vid svåra situationer lägger mannen mer fokus på att lösa problem än att uttrycka känslor. Genom att undvika känslor och problem försöker mannen skydda sig själv vilket kan kännas tryggt i början men senare blir det till en börda. De känslor som finländska män uttrycker berör ofta hat och/eller skuld och bearbetning av sorg görs ofta genom aktivitet. Svåra känslor uttrycks privat och mannen är ofta emot tanken att prata om känslor med andra. Därför är tröskeln fortfarande mycket hög för den finländska mannen att delta i gruppverksamhet (Ensi- ja turvakotien liitto 2006:57,61,67,147).

Manskulturen håller på att förändras, men att dela med sig av personliga tankar och erfarenheter om relationsproblem känns fortfarande främmande för den finländska mannen. Mannen är rädd för att uppleva förtvivlan samt att behöva försvara det egna jaget (Schulman 2004). Enligt den allmänna uppfattningen tillhör det inte den dominerande manskulturen att vara i behov av hjälp och om mannen begär hjälp måste han ha ett problem som är "tillräckligt" allvarligt. Kriscentrets motto "det är aldrig för tidigt att söka hjälp" borde därför börja tillämpas i verkligheten (Palmu 2006:73-74, 76).

Mannen talar på ett sätt som aldrig sätter honom i underläge, samtidigt som han har en motvilja att be om ursäkt och erkänna fel. Den manliga samtalsstilen kännetecknas av att han är rapporterande och försöker aktivt lösa konflikter. Talet är föreläsande och mannen tenderar ofta att samtala i monologform. Män och kvinnor deltar inte på samma villkor i samtal (Edlund, Erson & Milles 2007:57,63,156). Pamela Fishman (1983) har forskat kring skillnader i män och kvinnors sätt att samtala. Hennes resultat är mycket entydiga: "Det är kvinnorna som står för de största arbetsinsatserna i samtal, men det är männen som kontrollerar samtalet." Mannen inleder samtalet med ett påstående och förväntar sig inget svar, samtidigt som han uppvisar ett ointresse för responsen av samtalet (Edlund, Erson & Milles 2007:85).

## 10 Samtalsmötet med mansklienten

Betydelsefulla upplevelser och insikter sker i människorelationer genom växelverkan mellan två personer. I dessa relationer är människan som skörast eftersom situationen kombinerar och ifrågasätter den egna bakgrunden, kulturen och tron (Mönkkänen 2007:16). Det dialogiska klientarbetet grundar sig på växelverkan mellan två jämlika parter som tillsammans definierar situationen och söker en problemlösning, men den dialogiska växelverkan kan dock aldrig förutsägas (Mönkkänen 2007:18,29).

Vid behov av förändring och insikt av möjligheter är det viktigt att ta i beaktande individen och befolkningens självkänsla och tron på den inre dugligheten samt livsmod vid olika livsskeden och styrkan att leva sitt eget liv. Ifall personen är medveten om kunskap och förändring samt valet till ett meningsfullt liv krävs det en inre styrka samt okomplicerade tillvägagångssätt. Den inre styrkan gör att personen börjar tro på att lyckas, inser sitt eget värde och möjligheter samt konsekvenser av val. Självkänslan får personen att lita på egna uppfattningar, känslor, tankar, beslut och val, då är personen inte lika beroende av vad omgivningen förväntar sig av honom (Mattila 2010:73–74).

Klienten har gjort tidigare val i livet och ibland har livssituationen och handlingarna inte varit självvalda. När personen gör val i livet inverkar faktorer som barndom, ekonomi och händelser i samhället. Som professionell gäller det att informera klienten om olika alternativ som finns till förfogande. När klienten har fått tillräcklig information gör han sitt eget val, vilket är hans rätt och bör därför accepteras. Valet påverkas dock av klientens tidigare livserfarenheter, känslor och möjliga beroenden (Mattila 2010:75–76). Alla personer är tvungna att besegra egna strider och göra egna val för att klara sig i livet. Det underlättar dock om det finns klara riktlinjer och professionell vägledning vid sidan om situationen. Svårigheter måste genomgå och i dessa situationer är det mer hjälpsamt med stöd och uppmuntran än stränga krav (Mattila 2010:77).

Det är viktigt för klienten i samtalsmötet att bli medveten om vilka tankar och känslor hans berättelse väcker hos den professionella. På detta sätt kan klienten få en objektiv syn på sig själv samtidigt som det kan bekräfta klientens egna tankar och lyfta fram nya synsätt (Palmu 2006:77). Genom att få en positiv upplevelse av

samtalsmötet med den professionella kan det kännas tryggare att söka hjälp i framtiden och besöket kan dessutom bygga broar till andra offentliga tjänster. Genom att tänkesätt förändras förbättras prestationen och kontakten till omvärlden. Kommentarer om upplevelserna från kriscentret visar att män upplever att det är en lättnad att få dela med sig av problem trots att den svåra situationen inte skulle förändras. Redan efter ett kort samtal kan klienten få en ny synvinkel på livet och börjar acceptera förändring (Ensi- ja turvakotien liitto 2006:41,47,70,78).

## **11 Mannen som klient**

Mannen, till skillnad från vad det påstås, talar gärna när han är i ett pålitligt och tryggt sällskap (Peitsalo 2008:36). Män har behov och förmåga att tala om problem, osäkerhet och skörhet, men det krävs ett tryggt utrymme för detta som inte hotar den manliga identiteten. Mannen har svårt att söka sig till hjälpkretsen och orsaken förknippas med mannens anlag för att betona självkontroll och vara rädd för en manlig förödelse. I en undersökning från Kriscentret kom det fram att män inte visste vart de skulle söka sig för att få samtala, de upplevde sig enbart få stöd från det sociala nätverket ifall någon bekant var i samma livssituation. Dessutom påstod många män att de upplevde att det inte fanns något alternativ för att få hjälp, den enda möjligheten var att bita ihop och försöka stå ut (Ensi- ja turvakotien liitto 2006:33,40,166,171,169).

Det är viktigt att mansklienten lär känna de egna känslö- och kroppsreaktionerna som förekommer under samtalet. Klienten bör dock själv få välja vad han vill samtala om för att han inte skall känna sig påtvingad. Genom att bli medveten om känslor ökar klientens förmåga till empati (Ensi- ja turvakotien liitto 2006:64–65). Det kan vara en lärorik och givande stund för klienten om han får uppleva att den professionella blir rörd av hans historia menar Koski-Jännes och Hänninen (Mönkkänen 2007:17). Klienten har ofta behov av att få berätta om tidigare livserfarenheter och upplevelser (Hopiavuori 2006:63). Dessutom har det framkommit att mannens problem ofta finns hos honom själv (Nyqvist 2004). Dessutom behöver mannen uppmuntran för att tala, dock har det visat sig att många män anser att de kan diskutera med vänner och att de inte själv anser att de lider av kommunikationsbrist (Holma & Wahlström, Peitsalo 2008:36,44).

Nödvändiga egenskaper som krävs av klienten för att uppnå förändring är att idas och att anstränga sig, dessutom krävs det personligt mod eftersom det inte går att kräva eller begära att klienten skall öppna sig. Självreflektion kan upplevas svårt och omöjligt i början men kan bli givande och avgörande för klientens psykosociala utveckling (Heikkilä & Heikkilä 2000:82). Det krävs skörhet av mansklienten för att kunna lyfta fram den psykiska smärtan som sedan resulterar i ett modigt bemötande av den egna livssituationen. För att kunna lösa problem bör klienten bli medveten om de egna plågorna och börja acceptera att det är tillåtet att visa skörhet, först då kan klienten ta kontroll över det egna livet och få en objektiv syn på vad som pågår i livet (Mattila 2007:19,44).

## 12 Dialog i klientmötet

Samtalet är en process som åstadkommer förändring. Dialog kan definieras som "ett samtal med centrum och inte i marginalen" eftersom dialogen är ett stöd för att uppnå mål. Målet med dialogen blir att utveckla en ny förståelse som sedan blir som grund för vidareutveckling av tankar och handlingar. Orden *dia* och *logos* kommer från grekiskan och betyder *genom* och *mening* vilket innebär att dialogen skapar innebörd. I dialogen löser personer inte problem, utan problemen upplöses (Isaacs 2008:43–44).

Genom att tänka tillsammans ser inte längre klienten den nuvarande situationen som den slutgiltiga, utan börjar uppfatta sig själv på väg mot målet. Personen är inte längre lika koncentrerad på den egna sakkunnigheten utan ser tänkbara möjligheter som framkommer i relation till andra personer. Situationer, tankesätt och sammankopplingar som personen inte tidigare uppmärksammat blir plötsligt synliga. Detta innebär inte att personen måste förändras för att kunna se nya möjligheter. Genom dialog simuleras den helhet som redan finns och från den uppstår nya möjligheter och dialogprocessen förhindrar liknande problem att uppstå i framtiden (Isaacs 2008:45).

Svårigheter i att samtala orsakas inte längre av att personer har en svag vilja eller brist på kunskap. Orsakerna är mycket mer djupgående i form av personlighet, inre modeller, omvärldens reaktion samt förväntningar (Heikkilä & Heikkilä 2000:70). Det är viktigt att finna frihet i samtalet eftersom "problemet med vår oförmåga att tala

tillsammans beror inte på att vi saknar ord". Det vore önskvärt att kombinera innebördens språk, känslornas språk och handlingens språk för att uppnå en helhet i kommunikationen (Isaacs 2008:38,67).

En fungerande dialog expanderar helhetssynen och förändrar inre modeller för att bli mer passande i nutid. De inre modellerna ligger djupt undagömda bakom medvetandet (Heikkilä & Heikkilä 2000:72). Det är värt att diskutera i dialogen trots att diskussion strävar efter att fatta beslut medan dialogen handlar om att reflektera och pröva valets förutsättningar, med hjälp av dialog fås insikt och kunskapen rekonstrueras (Isaacs 2008:66).

### **13 Handlingsnivåer i dialogen**

"Vi behöver bli så medvetna om vad vi gör, att vi kan bli allt bättre och dela med oss av våra nya erfarenheter till varandra" (Isaacs 2008:91). Dialogen består av tre olika handlingsnivåer i mänskligt samspel vilka står som grund för att tänka tillsammans. Genom handlingsnivåerna fås en förståelse för hur personer skall agera för att befämja dialogen, skapa dialoger med personer som inte ser den som en möjlighet samt få personer att förändra vanor (Isaacs 2008:53).

*Ta i beaktande konsekvenserna.* En av de vanligaste mänskliga egenskaperna är att åstadkomma resultat som egentligen inte med avsikt skall uppnås, handlingar leder till konsekvenser som inte varit avsedda. Därför är det viktigt att uppmärksamma vad personen egentligen säger eftersom det sällan överensstämmer med hur personer handlar. Det är viktigt att öva upp de fyra principerna deltagande, gestaltning, uppmärksamhet och sammanhang eftersom personer genom dessa kan uppnå de mål som eftersträvas (Isaacs 2008:53).

*Uppnå simpla samtalsstrukturer.* Under samtalsytan befinner sig förmågor som sällan beaktas. Därför sker ofta feltolkning av personer samt den egna inverkan på andra människor. För att undvika feltolkningar är det mycket viktigt att båda personerna i dialogen har samma medvetna mål. Med hjälp av övning kan feltolkningssituationer förutses och påverkas. När personen är medveten om förmågorna upptäcks de fortare och det går att motverka låsta situationer, frigöra krafter samt skapa medel för att effektivare tänka och arbeta tillsammans (Isaacs 2008:53).

*Ge dialogen tillit.* Samtalet äger rum innanför en mental inhägnad som kan ses som en "kultur" som effektivt påverkar tankar och handlingar. Inhägnaden består av tänkesätt, normer och förväntningar som påverkar insikten, tankeskärpan och känslodjupet. När inhägnaden synliggörs finns det möjlighet att påverka agerandet (Isaacs 2008:53–54).

## **14 Den professionella i samtalsmötet**

I klientcentrerat socialt servicearbete uppmanas den professionella till ett likvärdigt bemötande av klienter samt fokusering på klientens egen definition av problemet. Det finns många olika modeller för den professionella att uppnå positiv växelverkan med klienten. En del av modellerna kan fungera som stöd vid bemötandet av klienten, men ingen modell fungerar i alla situationer. Alla klienter är olika vilket gör att det inte finns tillförlitliga instruktioner för att lösa specifika situationer, det gäller för den professionella att följa den egna intuitionen och lösa situationen så som hon anser lämpligast. Dessutom bör det tas i beaktande att det är både klienten och den professionella som påverkar att växelverkan blir fungerande (Mönkkönen 2007:14–15,17).

För att uppnå ett lyckat samtalsmöte med klienten krävs det av den professionella tre olika kunnande vilka är substanskunnande i form av att vara medveten om fakta kring problemområdet, processkunnande innebär handledningsfärdigheter och förmågan att se processen i mötet med klienten. Det sista kunnandet innebär förståelse för växelverkan eftersom den berör förmågan att skapa en god kommunikation och klientrelation (Mönkkönen 2007:31).

Den professionella behöver nödvändigtvis inte alltid vara den enda professionella som är närvarande vid samtalsmötet, i projektet kriscentret har det visat sig vara en fördel med professionellt pararbete vid samtalssituationer i form av både en man och en kvinna som professionella. Problemet bearbetas då både från en manlig och från en kvinnlig synvinkel som samtidigt vilket leder till mångsidig service med olika infallsvinklar. Det är dock fast i klienten vad han anser att lämpar sig bäst för honom (Palmu 2006:75).

Den professionellas moraliska och kategoriserande attityder försvårar uppskattningen och accepterandet av klienten eftersom hon på basen av dessa

omedvetet stämplar eller klassificerar klienten. Ibland kan den professionellas egen livssituation och bekymmer påverka henne så att hon bli dömande mot klienten. Svåra personliga livserfarenheter kan föda gamla minnen till liv och det uppkommer en dispyt. Det kan kännas tungt för den professionella att bli påmind om besvärliga situationer, men konflikten kan också ha positiv inverkan genom att den professionella förstår klienten och känner sympati (Mattila 2007:16).

När det uppstår psykiskt svåra situationer för den professionella bör hon fråga sig själv vilka känslor som väcks och varför de uppstår. Svaret bör den professionella bevara för sig själv, men det är viktigt att hon tar ansvar för de egna känslorna så att de inte blir ett problem för klienten. Klienten får inte anklagas för känslorna, trots att de har uppstått i växelverkan med klienten. Om de starka känslorna blir svåra att hantera bör den professionella bearbeta känslorna för att problemfritt kunna arbeta vidare med klienten (Mattila 2007:18).

Den professionellas självförtroende är avgörande för ett lyckat och professionellt samtalsmöte med mansklienten. Självförtroendet grundar sig på personens självförtroende och inre handledningsförmåga. Från självförtroendet stadgas egna synsätt samt förmågan att klassificera ärenden i viktighetsgrad samt hålla sig själv stark vid både krav och förväntningar. Som professionell gäller det dock att påminna sig själv om att alla förväntningar och krav inte kan uppfyllas och det är omöjligt att vara alla personer till lags (Mattila 2010:94).

Den professionella ansvarar för att samtalet inte går fram för fort eftersom det kan leda till att klienten känner sig obekvämt i situationen (Ensi- ja turvakotien liitto 2006:67). Samtalssituationen kan bli rörande för den professionella. Jaakko Seikkula (1995) menar att den professionella kan ta del av klientens känslor utan att det på något sätt skulle försämra kvaliteten på hjälpen (Mönkkönen 2007:17). Trots att samtalet och växelverkan har gått bra är det oberoende viktigt att den professionella i slutet av samtalsmötet frågar klienten hur han mår, vad diskussionerna väckte hos honom, hur han fysiskt känner sig samt hur han föreställer sig tillbringa de kommande dagarna (Palmu 2006:62).



## 15 Ett professionellt bemötande av mansklienten

Den professionellas attityd är avgörande vid ett lyckat bemötande. Vid samtalsmötet är det opassande om den professionellas stereotyper påverkar dialogen med mansklienten. Arbetet i kriscentret har bevisat att det inte finns ett speciellt sätt för att bemöta mansklienter men utgångspunkten för ett gott bemötande är att klienten själv får definiera orsaken till hjälpbehovet och vilken typ av hjälp han behöver (Palmu 2006:72,73).

Det är väsentligt att den professionella är yrkesmässigt kunnig samtidigt som hon bör vara mänsklig och förstående, utan dessa faktorer uppstår inte ett betydelsefullt bemötande. Professionaliteten kan ibland användas som en täckmantel bakom vilken den professionella gömmer sig för att skydda den egna personligheten. Det här kan leda till att klienten enbart ser den yrkesmässiga rollen och inte personen bakom yrket. Då blir relationen stel mellan klienten och den professionella. Den professionella kan uppleva trygghet i situationen men det sker inget värdigt bemötande av klienten (Mattila 2007:12).

Vid ett gott bemötande bör den professionella underlåta prestationen och målet som skall uppnås vid samtalsmötet. Det går inte att uppmärksamma vad klienten säger ifall den professionella redan har ett färdigt uttänkt svar. Den professionella kan inte heller koncentrera sig på situationen om hon ständigt tänker på vilka råd som bör ges till mansklienten. Därför gäller det som professionell att klara av att vara lugn och sansad, ge utrymme för samtalet samt dela med sig av egna erfarenheter och visa förståelse. Klienten bör känna att den professionella bryr sig. Dessutom är det viktigt att komma ihåg att det inte finns rätta ord som skall sägas vid specifika tillfällen eller sammanhang. Det finns inte färdiga instruktioner om det rätta tillvägagångssättet för att lösa problem, det gäller för den professionella att vara kreativ och lösa situationen som hon anser vara bäst (Mattila 2007:12).

Ödmjukhet är viktigt vid bemötandet av mansklienten eftersom det är ett kännetecken på tacksamhet, förståelse och delaktighet. När den professionella respekterar mansklienten blir också mannens personlighet synlig. Därför är det viktigt att ge utrymme åt klienten, få en helhetsbild av personen samt acceptera misstag och skörhet. Det är avgörande vid bemötandet att den professionella är psykiskt närvarande som indikerar på ett förtroende i relationen samt att klienten

känner att den professionella bryr sig om honom, vilket är viktigt för att mansklienten skall kunna dela med sig av sin livssituation och bakgrund (Mattila 2007:13,16,19).

## **16 Utbud av service riktad till män**

Det finns fortfarande ett relativt litet utbud av vårdande och stödande verksamhet riktade till män i Finland (Ensi- ja turvakotien liitto 2006:50). Miessakit ry är dock en organisation som arbetar för att stöda män både psykiskt och socialt samt utveckla service för män. Från deras hemsida finns ett utbud av service, några exempel är följande (Miessakit ry):

Mansgruppsverksamhet. Idén är att samla ihop män i små grupper för att diskutera ämnen som berör dem. Genom att bilda en referensgrupp och öppet tala om tankar och känslor får männen bättre självkänsla och blir modigare att tala om problem (Miessakit ry).

Stöd för att avstå från våld. Denna verksamhet riktar sig till män som använder psykiskt eller fysiskt våld i nära relationer. Målsättningen är att mannen skall avsluta sitt våldsamma beteende genom psykoterapeutisk bearbetning. Samarbetet förutsätter dock att mannen med egen vilja vill avstå från beteendet (Miessakit ry).

Pappaverksamhet. Denna utbildning ordnas för att stöda mannen i faderskapet. Verksamheten började eftersom män allt oftare deltar i förlossningen och småbarnsfostran, därför är det viktigt att mannens särkaraktär blir ett inslag i familjen (Miessakit ry).

Stöd vid äktenskapsskillnad. Verksamheten erbjuder rådgivning och stöd för män som är i behov av hjälp vid äktenskapsskillnad. Genom individuella samtal och referensgrupper får mannen svar på frågor han funderar över. Genom att ta del av andras erfarenheter kan den egna situationen kännas lättare att handskas med. En viktig punkt är att bevara relationen till barnen efter äktenskapsskillnaden. Det finns också möjlighet att få hjälp per telefon eller e-post (Miessakit ry).

## 17 Produktpresentation

Produkten består av samtalskort som fungerar som stöd för både mansklienten och för den professionella vid samtalsmötet. Korten heter *Rohkaisuryyppy - kort* och är runda till formen för att avvika från de traditionella rektangulära korten. På framsidan finns en bild som symboliserar ett av de tio olika teman och på baksidan finns en omfattande fråga kring samtalsämnet både på svenska och på finska. Bilderna på korten bidrar till att mansklienten har frihet att själv välja vilket tema han vill samtala om. Genom att använda samtalskortet får den professionella en helhetsbild av mansklienten vid första samtalsmötet och därför kan samtalskortet också ses som en bekantningsprocess.

Kortens temaområden är parförhållande, socialt nätverk, vändpunkter i livet, kommunikationsfärdigheter, faderskap, aggressivitet, skam/skuld, framtidsvision, personlighet och arbete. Frågorna är formulerade så att mansklienten inte enbart kan besvara *ja* eller *nej* på dem, dessutom är avsikten med frågorna på samtalskortet att mansklienten är tvungen att se sig själv objektivt. Frågorna är mycket enkelt formulerade eftersom de inte skall begränsa mansklienten att samtala samtidigt som det ger rum för den professionella att ställa följdfrågor. Temat på frågekortet finns inte utskrivet eftersom det inte heller skall styra samtalet, mansklienten skall känna sig fri att berätta vad han känner att han vill dela med sig av.

*Rohkaisuryyppy - korten* är mångsidiga och kan användas på olika sätt, traditionellt kan den professionella sprida ut de tio olika korten på bordet varefter mansklienten väljer ett kort och samtalet börjar. Exempelvis kan också den professionella låta mansklienten ordna bilderna på korten enligt viktighetsgrad för honom eller forma korten till en berättelse och sedan motivera valet. Ett annat alternativ är att diskutera vad korten symboliserar för mannen eftersom bilderna på korten ger frihet att tänka vidare. Samtalskortet ger därför också en frihet och förmåga till kreativitet åt den professionella.

Samtalskortet förvaras i en rund och grå trädlåda. Etiketten med namnet *Rohkaisuryyppy - kort/kortit* finns under locket på lådan för att det inte skall vara för uppenbart vad som finns i lådan, och väcker på så sätt intresse. På detta sätt är förvaringslådan samtidigt mer estetisk och kan fungera som ett neutralt objekt i den professionellas arbetsrum.

## 18 Val av bilder och frågor

Teman till samtalskortet har uppstått genom en sammanställning av allmänna samtalsämnen från Kriscentret för män samt ämnen som uppkommit under arbetsprocessen. Erfarenheter från kriscentret visar att de vanligaste samtalsämnena och problem som män hade berörde olika former av relationsproblem, äktenskapsskillnad, faderskap och våld (Ensi- ja turvakotien liitto 2006). Samtalskortens frågor och bilder är noggrant utvalda och uttänkta. I samarbete med Victoria Hagman har bilderna tillverkats och de finns även som bilaga i examensarbetet. Motiveringarna till frågorna och bilderna lyder på följande sätt:

**Parförhållande.** *Vad är ett fungerande parförhållande?* Bilden består av två händer som rör varandra vilket symboliserar närhet och trygghet. Mannen funderar på sitt eget parförhållande, vad som är bra och vad som skulle kunna förbättras. Han ser sig själv som partner och funderar på den andra parten. Ifall mansklienten inte är i ett parförhållande kan han oberoende fundera hur han skulle vilja att parförhållandet skulle se ut. I samtalet kan uppkomma äktenskapsskillnad, svartsjuka och otrohet. Den professionella kan fråga vilka förändringar mannen skulle uppskatta i parförhållandet och hur dessa skulle kunna uppnås.

**Socialt nätverk.** *Beskriv ditt sociala nätverk.* På bilden finns en linje med olika människor som indikerar på att sociala nätverk kan se ut på olika sätt och bestå av olika människor. Mannen funderar på bekantskapskretsen samt vem som är viktig för honom och får en helhetsbild av den sociala omgivningen. En tänkbar följdfråga som den professionella kan ställa är om mansklienten upplever att han kan diskutera känslor och problem med personerna i det sociala nätverket. Den professionella får en bild av klientens bekantskapskrets och hans trygga relationer.

**Vändpunkter i livet.** *Vilka händelser har påverkat ditt liv?* Symbolen på kortet är en återvändsgränd inspirerad av trafikmärket. Bilden kännetecknar situationer i livet som har gjort att mansklienten har varit tvungen att stanna upp och fundera på vad som bör göras i situationen. Mannen funderar på det förflutna, positiva och negativa erfarenheter, varav mannen bearbetar det som varit eller upplever trygghet att situationen är över. Den professionella kan närmare fråga om de minnen som uppstår hos mansklienten.

**Arbete.** *Vad betyder arbete för dig?* Bilden kännetecknar pengar som är en stor orsak till arbete. Pengar är också ett intressant och lockande ämne för många. Den professionella får en bild av klienten som yrkesverksam, mannen funderar på om han spenderar för mycket tid på arbetet och om han trivs med sitt arbete vilket också kan vara en följdfråga av den professionella.

**Faderskap.** *Hurdan är en god far?* På samtalskortet finns en bild på en man som håller upp ett barn vilket symboliserar föräldra- och barnrelationen. Mannen funderar på hans egen relation till barnet/barnen och den egna fadern. Ifall mannen inte har egna barn kan han trots allt fundera på hur han skulle vilja vara som far. Den professionella kan ställa frågor angående relationerna.

**Aggressivitet.** *Vad gör dig arg?* Bilden symboliserar en arg person som visar knytnäven. Mannen funderar på situationer som har gjort honom arg och får en uppfattning om hur han bearbetar sin aggressivitet och funderar på vad han skulle kunna göra annorlunda genom följdfrågorna som den professionella ställer.

**Framtidsvision.** *Hur ser ditt liv ut om fem år?* På samtalskortet finns en man som promenerar på en bro vilket symboliserar att mannen är på väg mot framtiden. Mannen funderar på den realistiska bilden och drömbilden av framtidsvisionen och får en objektiv syn på vad han skulle vilja förverkliga inom fem år. Den professionella kan fråga hur mannen skall uppnå målen och förväntningarna för att framtidsvisionen skulle kunna förverkligas.

**Personlighet.** *Hurdan är du som person?* Bilden föreställer ett hopsatt pussel där ena pusselbiten skiljer sig från mängden vilket indikerar på att det finns många olika personligheter men att dessa sammanlänkas och blir till en helhet. Mannen funderar på den egna personligheten och förklarar hur han ser sig själv, den professionella får en helhetsbild av mansklienten som person och kan fråga om eventuella styrkor/svagheter eller hur mansklienten uppfattar att andra människor ser honom.

**Kommunikativa färdigheter.** *Vad anser du om dina kommunikativa färdigheter?* På bilden finns en samling av en tankebubbla, utropstecken, punkter och frågetecken för att symbolisera temat kommunikation. Mannen uttrycker tankar om de egna kommunikativa färdigheterna och den professionella kan förstå mannen bättre och får en bild av hur mannen uppfattar sig själv som en kommunikativ varelse.

**Skam/skuld.** *När har du känt skam/skuld?* Bilden symboliserar en ledsen och fundersam man. Mansklienten funderar på tidigare situationer. Ämnet kan vara känsligt för mansklienten eftersom den professionella får en bild av den "sköra" mannen.

## 19 Förverkligande av idén om samtalskort

I intensivkursen hade vi som uppgift att intervjua män om manligt ideal och hur de uppfattar manlighet. Intervjuerna resulterade i intressanta diskussioner vilket övertygade mig om att jag hade valt ett passande ämne till mitt examensarbete. Fördjupningen i litteraturen var en tidskrävande process men bidrag till en helhetsbild av den finländska mannen och bakgrunden till kommunikationssättet. Orsakerna till kommunikationssättet skulle kunnat vara oändliga, men med tanke på begränsat sidantal och att fokus på examensarbetet inte skall vara en uppställning av orsaker. Därför avgränsades orsakerna till de som jag ansåg passande till sammanhanget och därför skrev jag om orsaker som jag ansåg vara relativt heltäckande i form av historia, kultur och familj i vilket det ingår självkänsla. Dessa ämnen påverkar dessutom varandra vilket övertygar att det är en lämplig avgränsning för ämnet.

Intresset för att göra en kreativ produkt har varit genomgående under hela arbetsprocessen, när idén om samtalskorterna uppkom kändes det som det enda rätta alternativet eftersom samtalskorterna skulle kunna uppmuntra män till samtal. Namnförslaget *Rohkaisuryyppy* blev passande redan från första stund. Samtalskorterna började bearbetas med hjälp av den teoretiska bakgrunden med ett perspektiv av den medelålders finländska mannen.

Målgruppen i examensarbetet blev finsk- och svenskspråkiga män i åldern 36-49 vilket kändes som ett naturligt val eftersom det framkom från Kriscentret för män att den nämnda åldersgruppen var de som mest var i behov av samtalservice. På grund av etiska skäl var det viktigt att språket inte skulle begränsa användandet av samtalskorterna vilket resulterade i frågor formulerade på båda inhemska språken. Tanken var också att samtalskorterna skulle bli användbara för ett större antal personer ifall frågorna var på svenska och finska.

Eftersom mansklienten i samtalsmötet själv bör ha valmöjlighet till samtalsämnet var det viktigt att bilderna på samtalskortet skulle symbolisera temat i fråga. På detta sätt skulle mansklienten ha kontroll över hur samtalsmötet framskrider. Utgångspunkten med frågorna på samtalskortet var att de inte kunde besvaras med *ja* eller *nej* svar. Det var samtidigt viktigt att frågorna formulerades så att mansklienten skulle se sig själv från en objektiv synvinkel. Frågorna skulle vara neutrala och inte begränsa mannen från att samtala. Därför är inte heller samtalskortets tema utskrivet på kortet eftersom mansklienten inte behöver känna sig tvungen att samtala inom ett visst ämne. På detta sätt formas samtalet på basen av mansklientens vilja.

Visuellt utformades kortet i samarbete med Victoria Hagman. Jag berättade om tanken med samtalskortet samt temaområden och tänkbara bilder. Det var viktigt att samtalskortet skulle vara stilrena och maskulina för att vara tilltalande för målgruppen, därför valdes färgen på kortet till grå och figurerna skulle vara svarta. Kortet skulle heller inte bli tråkiga vilket resulterade i att formen på kortet blev rund med 15 cm diameter. Kontaktandet av lamineringsfirman Top Print bidrog till att produkten kunde förverkligas. Det var viktigt att samtalskortet skulle lamineras för att bli hållbara, valet blev ett matt laminat med grov storlek.

Den svenska översättningen av ordet *rohkaisuryyppy* är *styrketår* vilket inte ansågs passande eftersom det förstörde innebörden med samtalskortet. Därför blev valet att döpa samtalskortet till Rohkaisuryyppy - kort/kortit. Eftersom svenskspråkiga i Finland är bekanta med det finska språket har de därmed möjlighet att förstå innebörden av namnet.

## 20 Etiska aspekter

Avsikten med ämnet i examensarbetet har inte varit att förolämpa den finländska mannen. Intresset för ämnet har lockat mig av orsaken för att få förståelse för den finländska mannens sätt att kommunicera för att sedan stärka min yrkesroll och därmed ha möjligheten att erbjuda ett lämpligt bemötande av mansklienten i samtalsmöten, eftersom det framgår i Nyqvist utredning att Säävälä (2006:15) anser att det psykosociala mansarbetet bör ses som en rättighet för män (Nyqvist 2006:171). Trots att mitt examensarbete i första hand riktar sig till socionomer (YH) har jag valt att använda benämningen *den professionella* genomgående i texten för att de som läser mitt examensarbete skall kunna föreställa sig som den yrkesverksamma oberoende av yrkesområde.

Frågorna eller uppmaningen på samtalskortet är formulerade både på finska och svenska för att inte skilja eller stämpla språkgrupper. Språket skall inte inverka på användandet av samtalskortet som verktyg. Dessutom är frågorna väl uttänkta och formulerade för att mansklienten inte behöver känna krav för att han inte skulle ha möjlighet att besvara frågan. Frågorna är mycket vida och enkla så att alla klienter har något svar på frågorna. Livssituationen eller relationsstatus är inte heller ett hinder för besvarandet av frågorna. Exempelvis kan frågan om faderskap besvaras av män som inte själv har barn eftersom mansklienten kan utgå ifrån hans egna uppfattningar om en god far. Frågan om parförhållande är också formulerad så att personer som inte för tillfället är i ett parförhållande eller möjligtvis inte har erfarenhet av parförhållande trots allt kan besvara frågan eftersom förväntningen av ett fungerande parförhållande kan vara utgångspunkten. Därför är frågorna opartiska.

Verktyget samtalskort är en helt egen utarbetad produkt i samarbete med Victoria Hagman vilket innebär att idén om samtalskort inte har efterhämtats från någon annan produkt. Victoria Hagman har utarbetat kortet på basen av mina idéer så bilderna är också en helt egen produktion samtidigt som frågorna också har byggts upp på basen av mina egna idéer genom funderingar kring litteraturen om ämnet.



## 21 Utvärdering av samtalskortet

Utvärderingen av samtalskortet gjordes genom att slumpmässigt välja fem män, fyra svenskspråkiga och en finskspråkig man i åldrarna 36, 42, 43, 48 och 49 år, dock har männen i sammanhanget inte varit klienter. Jag har upplevt att männen har kunnat utvärdera samtalskortet eftersom mitt syfte med utvärderingen har varit att få reda på vad männen har haft för åsikt om kortens utseende samt hur de upplever frågorna och om de uppfattar samtalskortet som ett redskap som de skulle kunna tänka sig att använda. Därför har den huvudsakliga orsaken till utvärderingen varit att få en realistisk bild om mina samtalskort skulle kunna vara en fungerande metod och verktyg vid samtalsmötet samt om männen skulle känna sig trygga i att använda korten för att börja samtala, samt vad männen anser om själva idén om samtalskort.

Utvärderingen skedde genom att intervjua varje man enskilt i ett ostört rum. Alla män hade samma första reaktion när jag frågade om de kunde ställa upp vid utvärderingen, de blev osäkra och rädda för att kommunikativt behöva uttala sig vilket jag kunde koppla ihop med litteraturen som beskriver mannens rädsla för att öppna sig kommunikativt. Männens osäkra reaktion försvann dock genast när vi satte oss till bords och de började bekanta sig med korten. Jag placerade ut korten på bordet och först fokuserade vi på vad bilderna symboliserade. Jag valde att inte anteckna männens svar under utvärderingen eftersom jag inte ville att det skulle bli ett störande moment för männen. De frågor som jag ställde alla män var:

- Vad är din första uppfattning om bilderna på korten?
- Hur tycker du att korten ser ut, tycker du att bilderna är tillräckligt tydliga. Vad tänker du på när du ser korten?
- Vad anser du om frågorna, är det lätta att besvara?
- Vad tycker du om själva idén om samtalskort, tycker du att det skulle kunna vara ett bra verktyg för att börja samtala vid ett klientmöte med den professionella?

När männen förklarade vad bilderna symboliserade för dem insåg jag att några av korten var mycket självklara för alla, dessa var parförhållande, skuld/skam, aggressivitet och faderskap. Bilderna om personlighet, kommunikation och framtidsvision upplevdes på olika sätt vilket indikerade på att de inte var lika tydliga

som de andra bilderna. Kortet som kännetecknade pengar väckte intresse hos alla män.

Männen hade alla mycket positiva åsikter om korten och trots att jag under presentationen av samtalskortet klargjorde för männen att de inte behövde besvara frågorna var det en överraskning när alla män blev intresserade av frågorna och började självmant besvara dem. Alla män tyckte att korten var mycket annorlunda från varandra eftersom männen hade en tendens att försöka koppla ihop korten. De kommentarerna som var samma för alla män var att korten inte var naiva, de uppfattades stilrena, frågorna lättförstådda och de var inte begränsande. Namnet på korten, Rohkaisuryyppy, ansågs vara humoristiskt, intressant och passande.

Med tanke på att alla män öppnade sig och utvärderingen resulterade i mycket djupgående samtal om känslor insåg jag att korten fungerade med de män som jag hade intervjuat. I slutet av samtalen påstod också männen att korten var ett fungerande verktyg och att de bidrog till att tänka djupt. Eftersom jag i samtalssituationerna hade rollen som professionell upplevde jag att korten var en trygghet samtidigt som jag inte behövde vara den som bestämde hur samtalet skulle utformas, männen bidrog med egna funderingar och tankar vilket resulterade i fem personliga och olika samtalssituationer.

Jag blev även mer övertygad om kortens funktion och positivt överraskad när en man sade: "Frågorna får mig att tänka utgående från mig själv" vilket indikerar på den objektiva synen på sig själv. Dessutom ansåg en man att det ligger något i det att män har svårt att öppna sig. Vid slutet av samtalet med en man konstaterade han: "Så här djupa diskussioner skulle vi aldrig haft utan korten" vilket övertygade mig om att korten hade fungerat som ett övergångsobjekt genom vilket mannen hade delat med sig av sin inre värld.

Förbättringsförslagen som kom under samtalssituationerna var att förändra bilden med temat kommunikation eftersom denna bild upplevdes svårförstådd och gav inte mannen en förmåga att tänka längre och abstrakt. Dessutom fick jag ett förslag på att det kanske skulle vara naturligare om bilden vändpunkter i livet skulle symbolisera en stolpe med olika vägskyltar för att symbolisera att situationen har lett till att mannen måste välja vilken riktning han skall ta. Frågan till samma kort uppfattades

också av en man som mycket vid och han gav förslaget att specificera vilka händelser det är frågan om.

## 22 Kritisk granskning och diskussion

Utgående från litteraturstudierna har frågeställningarna besvarats. Den första frågeställningen *vad är bakgrunden till den finländska mannens sätt att kommunicera* har visat sig ha många olika orsaker som grund för kommunikationssättet, men de som är de mest avgörande är barndomen, uppfostran, kultur, självkänslan och historia i form av krig. Den andra frågeställningen *hur bemöta mannen som klient?* har visat sig vara en svårare fråga att besvara eftersom enligt Kriscentret för män har det framkommit att det inte finns ett speciellt sätt för att bemöta mannen, men det gäller att ha en förståelse för mannens bakgrund och situation samt typiska manlighetsdrag som könsroller och manlighetsideal för att förstå vilka ämnen det är nödvändigt att tala om med mansklienten. Den professionella bör följa sin intuition och på bästa sätt försöka uppnå ett gott bemötande samt vara uthållig för att få mansklienten att samtala. Mansklienten bör själv få definiera problemet och välja vad han vill diskutera. Den professionella bör visa respekt åt mansklienten samt bilda ett tryggt utrymme för att mannen skall öppna sig. Hon bör noggrant lyssna till mansklienten och hennes egna attityder och upplevelser får inte påverka klientrelationen.

Teorin kopplades till den praktiska delen och de kompletterar varandra. Det kändes som ett naturligt val att producera samtalskort för detta passade väl in i ämnet *män och kommunikation*. Slutresultatet av samtalskortet är mycket positivt och de uppfyllde förväntningarna. Utvärderingen visade sig vara mycket nödvändig eftersom den resulterade i en helhet av examensarbetet. Förväntningen med utvärderingen var att få enkla svar på kortens utseende och frågor, samtalsituationen visade sig dock bli en mycket positiv upplevelse. Utvärderingen skulle kunna göras på ett större antal män, men trots det få antal män som deltog i utvärderingen uppkom känslan och uppfattningen om att samtalskortet som idé och verktyg är fungerande, speciellt för de män som deltog i utvärderingen. Förbättringsförslagen var sakliga och tänkbara förbättringar.

## Källförteckning

Antin, A.(2010). Parisuhde ja kommunikaatio. *Päiväntasaaja 22.04.2010*. Yle Puhe.

Edlund, A-C., Erson, E. & Milles, K. (2007). Språk och kön. Falun: Nordstedts Akademiska Förlag

Ekenberg, J. (2007). *Kroppsläsning*. Västerås: Ica bokförlag

Ensi- ja turvakotien liitto. (2006). *Sanasta miestä – kokemuksia miehen kriisityöstä*. Helsinki: Pekan Offset

Gratch, A. (2003). *Jos miehet puhuisivat...* Keuruu: Otava

Heikkilä, J. & Heikkilä, K. (2001). *Dialogi – Avain innovatiivisuuteen*. Helsinki: WSOY

Hoffer, R. (2008). Mångdimensionella maskuliniteter? – en intervjustudie om skapandet av maskuliniteter i en svensk kontext. *Socialmedicinsk tidskrift 3/2008*, s. 235,239

Holma, J.M & Wahlström, J. (2005). *Iskuryhmä – Miesten puhetta Vaihtoehto väkivallalle – ryhmässä*. Helsinki: Yliopistopaino

Hopiavuori, S. (2006). *Häpeä, syyllisyys ja suru – kriisityön peruselementit*. Ingår i: Ensi- ja turvakotien liitto. (2006). *Sanasta miestä – kokemuksia miehen kriisityöstä*. Helsinki: Pekan Offset

Hård af Segerstad, P.(2002). *Kommunikation och information – en bok om människans förmåga att tänka, tala och förstå*. Uppsala: Uppsala publishing house

Isaacs, W. (1999). *Dialogen och konsten att tänka tillsammans*. (2:a uppl.) Stockholm: Bookhouse Publishing AB

Kaaria, S. (2007). Meillä on oikein hyvä itsetunto. *Helsingin sanomat 15.10.2007*.  
Tillgänglig:<http://www.hs.fi/omaelama/artikkeli/Meill%C3%A4+on+oikein+hyv%C3%A4+itsetunto/1135231042712>

Kalamaa, P. (2010). Sodan tunneperintö selittää väkivaltaa. *Esikko 1/2010*, s. 20-22

Keltikangas-Järvinen, L. (2000). *Tunne itsesi, suomalainen*. Helsinki: WSOY

Kilpi, J. (2006). *Mies kriisissä – isyys kriisissä*. Ingår i: Ensi- ja turvakotien liitto. (2006). Sanasta miestä – kokemuksia miehen kriisityöstä. Helsinki: Pekan Offset

Mattila, K-P. (2007). *Arvostava kohtaaminen – arjessa, auttamistyössä ja työyhteisössä*. Jyväskylä: PS-Kustannus

Mattila, K-P. (2010). *Asiakkaana ihminen – Työnä huolenpito ja auttaminen*. Juva: PS-Kustannus

*Miessakit ry*. Tillgänglig: [http://www.miessakit.fi/fi/pa\\_svenska](http://www.miessakit.fi/fi/pa_svenska)

Mönkkönen, K. (2007). *Vuorovaikutus – Dialoginen asiakastyö*. Helsinki: Edita

Nyqvist, L. (2006). *Miesten kriisikeskuksen loppuarviointi*. Ingår i: Ensi- ja turvakotien liitto. (2006). Sanasta miestä – kokemuksia miehen kriisityöstä. Helsinki: Pekan Offset

Nilsson, B & Waldemarson, A-K. (1994). *Kommunikation – Samspel mellan människor*. 2 uppl. Lund: Studentlitteratur

Näre, S. & Kirves, J. (2008). *Ruma sota – Talvi- ja jatkosodan vaiettu historia*. Juva: Johnny Kniga Publishing

Peitsalo, P. (2008). *Miesryhmät – teoista sanoihin*. Miessakit ry:n julkaisuja 2008:1. Helsinki: Edita Prima Oy

Pulli, J. (2006). *Johdanto*. Ingår i: Ensi- ja turvakotien liitto. (2006). Sanasta miestä – kokemuksia miehen kriisityöstä. Helsinki: Pekan Offset

Pusa, A. (2006). *Miehen ero*. Ingår i: Ensi- ja turvakotien liitto. (2006). Sanasta miestä – kokemuksia miehen kriisityöstä. Helsinki: Pekan Offset

Seikkula, J. (1996). *Öppna samtal- Från monolog till levande dialog i sociala nätverk*. Stockholm: Mareld

Vaaranen, H. (2010). Parisuhde ja kommunikaatio. *Päiväntasaaja 22.04.2010*. Yle Puhe.



## Bilaga



**Hur ser ditt liv ut om fem år?**

**Miltä elämäsi näyttää viiden vuoden kuluttua?**



**Vad är ett fungerande parförhållande?**

**Millainen on toimiva parisuhde?**



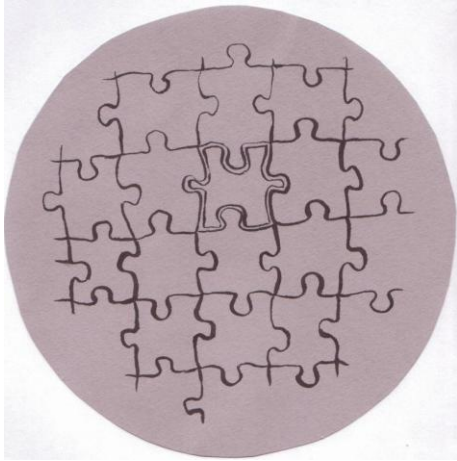
**Vilka händelser har påverkat ditt liv?**

**Mitkä tapahtumat ovat vaikuttaneet elämääsi?**



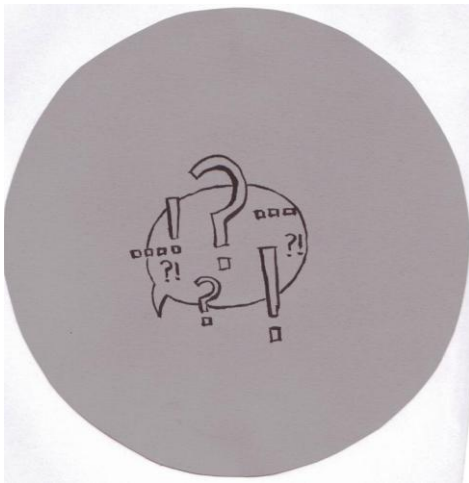
**När har du känt skam/skuld?**

**Milloin olet tuntenut häpeää/syällisyyttä?**



**Hurdan är du som person?**

**Millainen olet ihmisenä?**



**Vad anser du om dina kommunikativa färdigheter?**

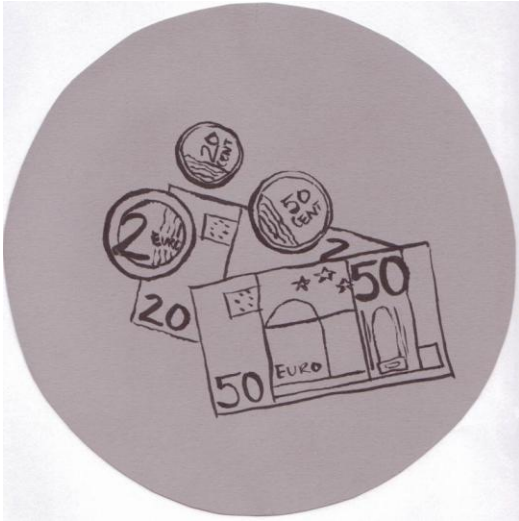
**Mitä ajattelet kommunikaatio-  
taidoistasi?**



**Beskriv ditt sociala nätverk.**

**Kuvaile sosiaalista verkostoasi.**





**Vad betyder arbete  
för dig?**

**Mitä työ merkitsee  
sinulle?**



**Vad gör dig arg?**

**Mikä tekee sinut  
vihaiseksi?**



**Hurdan är en god  
far?**

**Millainen on hyvä  
isä?**