

Poikast | Jakso 3: Nuorten miesten mielenterveys – miksi siitä pitää puhua?

Podcastissa keskustelevat Poikien Puhelimen asiantuntija Samuli, nuorten ääntä edustava Eevert sekä asiantuntijavieraana Helsingin yliopiston poikatutkija Harry Lunabba.

Jakso on lähetetty livenä Poikien Puhelimen YouTube-kanavalla 28. huhtikuuta 2021 ja kestää noin 61 minuuttia.

(funk musiikkia)

Tervetuloa taas Poikastin pariin. Tänään ollaan tärkeän asian äärellä, nimittäin puhutaan nuorten miesten mielenterveydestä.

[Eevert:] Juurikin näin. Minä olen tosiaan Eevert ja ennen kaikkea puhutaan siitä mitä pojille kuuluu ja onko jätkien kesken vähän vaikeaa puhua omasta mielenterveydestä ja jaksamisesta.

[Samuli:] Näinpä. Puhutaan myös siitä, liittyykö avun hakemiseen haasteita ja miten avun hakemista voisi helpottaa, ja milloin ehkä apua olisi syytä hakea. Isoja juttuja, eiks niin?

[Harry:] On. [Samuli:] Onneksi me ei olla täällä kahdestaan, nimittäin meillä on täällä myös asiantuntija paikalla. Tervetuloa poikatutkija Harry Lunabba.

[Harry:] Kiitos, kiitos. Mukava olla täällä.

[Samuli:] Mahtavaa, kun pääsit. Kerro hei Harry vähän kuka olet ja mitä poikatutkija oikein duunailee?

[Harry:] Jes, joo. Mistäs sitä aloittaisi. Poikatutkija työskentelee Helsingin yliopistolla ja opetan yliopistolla sosiaalityötä ja teen lapsi- ja nuorisotutkimusta. Lähtökohtaisesti olen oikeastaan koko tutkijan uran ajanani keskittynyt poikien asioihin enimmäkseen. Tein väitöskirjan aikoinaan yläkoulun pojista ja miten yläkoulun poikia kohdataan ja nyt olen viime aikoina tehnyt enemmän tässä hyvinvointityön kontekstissa ja nuorisotyön kontekstissa poikatutkimusta ja puhunut ennen kaikkea poikien ja nuorten miesten kanssa siitä, että miten haetaan apua ja millaiset nuorten palvelut, ja tällainen hyvinvointityö, mitä se on ja millaisia kokemuksia siitä on.

Jotenkin oleellista tutkimukselleni on kai se, että nimenomaan tutkin sitä yhteistoiminnassa poikien kanssa ja nimenomaan haastatteleamalla ja havainnoimalla arkea. Haastatteleamalla poikia, kuulemalla heidän ääntään ja kohtaamalla heitä arkisissa tilanteissa niin koulussa kuin myös tässä hyvinvointi- ja nuorisotyön saralla.

[Samuli:] Sä olet ollut siellä ihan messissä, olet ollut poikia haastattelemassa ja...

[Harry:] Joo, silloin väitöskirjan mä tein yläkoulussa. Ikään kuin kävin yläkoulun uudestaan. Hengasin sieltä yhden vuoden eka syksyllä 8. luokalla ja keväällä kävin seiskan ja ysiä silleen samanaikaisesti. Ja se oli kaiken kaikkiaan äärimmäisen hieno ja hauska kokemus, että harva pääsee käymään yläasteen aikuisena. Nyt mä olen sitten tehnyt toista tutkimusta, olen tällaisessa nuorisotoiminnassa mukana. Myös seuraamassa sitä toimintaa ihan sieltä sisältä.

Ja yksi on tämmöinen musiikki- pajatoiminta ja toinen on sukupuolisensitiiviseen työhön perustuva toiminta, mitä olen seurannut sieltä ihan läheltä, tutustunut ihmisiin ja sitten kun on tutustunut ja tullut sellainen turvallinen suhde, että voidaan puhua myös niistä vähän vakavimmista asioista niin sitten ollaan myös tehty haastatteluja ja kuultu vähän mitä pojille kuuluu, millaista apua he kaipaavat ja miten sitä apua saadaan.

[Samuli:] Just näin, mahtavaa. Hei, meidän on varmaan tähän alkuun ihan hyvä määritellä tai käydä läpi miksi puhumme nuorten miesten ja poikien mielenterveydestä, miksi siitä on nimenomaan tärkeää puhua? Onko sulla Harry jotain ajatusta tähän?

[Harry:] No siis, mulla on sellainen vaikutelma, että myös monet nuoret miehet kokevat, että siitä pitää puhua ja jonkun tuloksen tässä näinkin, että aika moni on tämän asian nostanut esiin. Ja ylipäänsä mielenterveyskysymyksiin liittyy tosi paljon häpeää ja sellaisia oikeastaan, jotka estävät asioiden käsittelyä.

Ja musta tuntuu, että kun me puhutaan niistä niin niistä tulee vähemmän pelottavia ja ihmeellisiä asioita. Myös, kun tulee tarinoita siitä miten asioista on selvitty, niin ne ovat olleet kauhean tärkeitä. Sitten on kans mielestäni tosi tärkeää miettiä että miten poika asioista puhuu, tai puhutaan ylipäänsä.

Jos omaa tutkimuspuheenvuoroja pohdin niin hyvin paljon olen keskittynyt siihen, että miten pojista puhutaan. Ja mun mielestä esimerkiksi, jos ajatellaan tätä koulukeskustelua, niin se koulukeskustelu on musta aika negatiivista, on tämmöinen Pisa-paniikki päällä koko ajan ja jotenkin sellainen hirveä hätä, että pojilla menee kauhean huonosti.

Ja on toki asioita, liittyen mielenterveyteen ja koulutukseen, jotka ovat vakavia. Niihin pitää suhtautua vakavasti, mutta sellaiseen paniikkiin ei ole syytä. Tosiasiassa, jos ihan tutkimuksia katsoo ja myös Pisa-tutkimuksia niin jos ajatellaan koulua, niin suurin osa pojista pärjää koulussa ihan yhtä hyvin kuin suurin osa tytöistä.

Meillä on poikia, jotka eivät siinä pärjää ja tarvitsevat apua ja meillä on ehkä vähemmän poikia, keitä ikään kuin kannustetaan tällaisiin huipputuloksiin koulussa, ja kouluahkeruuteen.

Tutkimukset esimerkiksi osoittavat sen, että esimerkiksi ahkeruuteen koulussa liittyy häpeää ja se on mun mielestä aika turhaa, että pitää ikään kuin piilotella sitä, että lukee historian kokeeseen ja näin pois päin.

On tällaisia ilmiöitä, jotka ovat vakavia ja valitettavia, mutta sellaiseen paniikin lietsomiseen ei ole mitään syytä. Ja musta tuntuu ennen kaikkea, että meidän pitäisi nimenomaan kuulla mitä pojat itse sanovat ja osallistaa heidät mukaan tähän keskusteluun. Mikä on kenties ongelma ja haaste ja myös kirkastuttaa niitä hyviä ja myönteisiä asioita poikien elämässä.

[Samuli:] Voisko sanoa, että se mielenterveyspuoli on vähän sellaista ongelmakeskeistä ja paniikinomaistakin välillä? Se ei ehkä ole kauhean neutraalia, että ei pysty vaan juttelemaan kuin säästä siitä asiasta, vaan se on aina vähän tällainen?

[Harry:] No kyllä se vähän juuri näin on ja musta tuntuu, että myös hyvinvointityön ammattilaisilla on tietty pulma sen asian kanssa. On hirveän pitkälle menneitä ennakoasenteita ja -asenteita siitä, että pojat eivät ikään kuin osaa puhua. Ja sen poikatyön pitäisi olla jotain aivan erityistä, mutta tosiasia on se, että kun vähän poikien kanssa lähtee sitä suhdetta rakentamaan niin usein se keskustelu lähtee aika hyvinkin käyntiin ja omissa tutkimuksissani ja myös muutkin tutkimukset ovat osoittaneet sen, että kun poikia tutkija lähtee haastattelemaan, niin hyvin monta kertaa pojat kertovat, että tämä on heidän eka kerta, kun joku on kysynyt heiltä näitä asioita, eka kerta, kun joku on suhtautunut vakavasti ikään kuin asiantuntijana ja useimmat pojat pitävät niitä kohtaamisia äärimmäisen miellyttävänä. Kannustaisin kaikkia puhumaan poikien kanssa, se on aika antoisaa ja mukavaa hommaa.

[Samuli:] Kyllä.

[Eevent:] Ja ehkä ihan yleisesti tälleen poikana, jos miettii, niin voisi ehkä tiivistää koko kysymyksen sillä, että monet pojat ovat mun mielestä sitä mieltä, että poikien mielenterveydestä pitäisi puhua enemmän. Ja että siitä ei puhuta tarpeeksi. Ja just se, sitten jos puhutaan niin se on usein tosi ongelmakeskeistä ja tavallaan siitä ei välttämättä ole esimerkiksi pojille mitään apua.

[Samuli:] Tästä me itse asiassa kysyttiin, me aina heitellään tuonne ennen lähetystä kyselyitä, tuonne meidän Tube-kanavalle ja siellä yli 80 % vastaajista sanoi, että siitä puhutaan liian vähän. Ja tuota, se on erittäin huolestuttavaa. Mä kysyn, että miksi siitä puhutaan niin vähän?

[Harry:] No siis, olen juuri eilen antanut, tai ei eilen vaan viime viikolla, huomenna tulee ulos Svenska Ylen juttu, missä kysytään sitä, että miksi miehet puhuvat liian vähän naisiin kohdistuvasta väkivallasta. Ja mun mielestä se on yksi ilmiö, mutta samalla on mun mielestä liian vähän puhetta miesten kokemista epäkohdista ja asioista. Ja se, että miksi ikään kuin näin on, miksi miehet osallistuvat ikään kuin tämmöisiin keskusteluihin, siihen on varmaan todella monta syytä. Mielestäni ylipäättänsä tällainen sukupuolikeskustelu on jollakin tavalla aika hankalaa. Ja se on mun mielestäni monelta osalta aika pelottavaa.

Voin itse sanoa esimerkiksi sen, että olen siis näiden sukupuolikysymysten kanssa tehnyt paljon töitä, tutkinut ja olen aika pätevä tällä saralla, mutta kyllä muakin hirvittää esimerkiksi Twitterissä käydä poika-

asioita ja sukupuoliasioita, lähteä keskustelemaan, koska musta se keskustelukulttuuri ei ole kauhean miellyttävä. Musta tuntuu, että poikien keskuudessa on tiettyä häpeää näihin asioihin liittyen.

On edelleen sellaisia poikakoodeja, mistä puhutaan, että pitää olla kova jätkä, itkeminen on heikkoutta ja kaikkea muuta ikävää meininkiä. Ja sitten musta tuntuu, että on tiettyä vähättelyä. Ihan, jos katsotaan miten poika- asioihin suhtaudutaan.

Mä puhuin esimerkiksi pojista, joita ei oteta vakavasti. Eli meillä on olemassa koulussa aika paljon poikia, jotka alisuoriutuvat ja he ikään kuin saavat alisuoriutua kaikessa rauhassa. Ja ikään kuin sellainen se lähtee siitä, että pojat ovat poikia ja ne kasvavat tuosta, ja tämmöistä se on aina ollut, ettei tarvitse tästä paljoa murehtia. Rönsyt pois ja eteenpäin, mutta välttämättä se ei ihan ole niin, vaan nimenomaan pojatkin tarvitsevat inhimillistä huomiota ja lempeää katsetta, että hei, nämä ovat vakavia juttuja ja ennen kaikkea purkaa sellaisia ennakkokäsityksiä ja ennen kaikkea purkaa sitä häpeää mitä tähän liittyy, kun asiat eivät mene hyvin.

Ylipäänsä musta tuntuu, että miehet haluavat mielellään olla esikuvia, kun asiat menevät hyvin. Ja ollaan sankareita, ollaan saavutettu. Me kaikki tiedetään meidän Teemu Selänteet ja Räikköset, miten he onnistuvat ja ovat aivan supertyyppisiä, mutta me ollaan aika huonoja esikuvia käsittelemään meidän ongelmia ja musta tuntuu, että siätkin puolta pitäisi olla, että nähdään miten voidaan asioista keskustella ja mennä niistä eteenpäin.

[Samuli:] Ettei siinä ole mitään väärää. Jokainen epäonnistuu elämänsä aikana tai on heikko tai haavoittuva. Se on osa normaalia elämää, eikä siinä pitäisi olla minkäänlaisia stigmaa ja ongelmaa. Se on todella surullista, jos sellainen on ja onkin, kyllähän sen pystyy tunnistamaan, että näinhän se menee.

Mites nuorten keskuudessa? Mites koulussa, onko tää ilmiö sun mielestä ihan todellinen?

[Eevert:] Kyllä, siis kyllä olen täysin sitä mieltä, että tämä on todella näkyvä ilmiö, että tavallaan ehkä just se, että kukaan ei oikein, suoraan sanoen ei oikein kukaan kysy, että hei miten menee ja sitten, kun ei tavallaan ole ketään kenelle kertoa, että miten menee niin sitten siitä just tulee näitä muitakin ongelmia. Että tavallaan jos kukaan ei tiedä mitä sinne kuuluu tavallaan mitä meille oikeasti kuuluu niin kyllähän se sitten tuo lisää näitä ongelmia ja just oppimisvaikeuksia varmasti lisää ja kaikkea tällaista.

[Harry:] Joo, siis mitä mä oon yläkoulussa jutellut poikien kanssa niin jos esimerkiksi ajatellaan kuraattoripalveluita niin se meininki oli usein sitä, että sinne joudutaan. Yksi poika kuvasi, että eihän tänne kukaan mene vapaaehtoisesti, kun taas tyttöjen kohdalla se on huomattavasti useammin hakeutumista. Ja tuntuu, että tämä hakeutumisen mahdollistaminen pitäisi olla myös poikien kohdalla, olisi tavoiteltavaa, että poikakulttuuri kehittyisi sitä, että tämä ei olisi häpeällistä.

Mutta musta tuntuu, että tämänhetkisten aikuisten ja hyvinvointityöntekijöiden tehtävä on olla sellainen, mitä sanoit, että pitäisi kysellä aktiivisesti ja sellaista etsivämpää meininkiä. Ei lähdetä siitä, että kaikki on

aina hyvin. Musta se on hyvä lähtökohta, ettei tartte synkistellä, mutta pitäisi arjessa nimenomaan olla sellainen ote, että kysytään miten ihmiset voi ja annetaan tilaisuuksia. Ja monet aikuiset näin tekee. Mulle yksi opettaja kuvasi sitä, että hän joskus huomaa, miten pojat tekevät itsestään tällaisia löydettäviä. Se on usein sitä, että pojathan eivät mene koputtamaan ovea, että hei mulla on hirveä ongelma, vaan se saattaa olla sitä, että ikään kuin hakeudutaan johonkin paikkaan ja toivotaan, että joku tulisi.

Ja tottakai poikia pitäisi kannustaa siihen, että pitäisi uskaltaa ja pitäisi tehdä, että okei, haetaan apua ja näin pois päin, mutta kyllä tämä on sitten myös aikuisten ja ylipäättänsä meidän kaikkien tehtävä kysellä - myös pojilta, nuorilta miehiltä, miksei myös aikuisiltakin miehiltä, että hei, mitä sulle kuuluu, onko kaikki hyvin.

[Samuli:] Niin, kyllä mä ajattelen, että me jokainen pystytään sillä tavalla vaikuttamaan siihen, että sekä ollaan läsnä siellä kysymässä, mutta ollaan myös läsnä kuuntelemassa ja ollaan myös itse kertomassa siitä, että kun kysytään miten menee niin voi jopa sanoa, ettei se ole se perusvastaus, no ihan hyvin tässä menee. Ja tyypillisesti sitten, kun rupeat vähän, että miten sulla oikeasti menee niin sitten siinä alkaakin tulla se 17 juttua, että ei ole mitään tarvetta pitää yllä mitään kulissia. On paljon parempi kaikkien hyvinvoinnin näkökulmasta, että me puhutaan aidosti siitä miten menee.

[Harry:] Jossain vaiheessa Twitterissä oli tällainen hauska vitsi kuin mieskyynel. Ja mä en oikeasti ymmärtänyt miksi se oli hauska. Liittyi siihen, että oliko Alexander Stubb herkistynyt jossain tilanteessa ja siellä sitten koko, tai ei koko kansa, mutta aika monet nauroivat sille, että herkistyy. Ja se on musta osa sellaista tosi valitettavaa, voi sanoa toksista ilmiötä, mitä kohtelua nimenomaan miehet, ja miesten ja nuorten miesten haavoittuvuus. Niistä pitäisi kyllä mun mielestä pikkuhiljaa päästä eroon. Ja ikään kuin ottaa haavoittuvuus ja joskus se itku ja kyynel siihen miesten mahdollisiin repertuaareihin mitä voi olla.

[Samuli:] Miten, jos me havaitaan, että tässä puheissa on ongelmallisuutta niin miten te mietitte, että miten siitä sitten pitäisi puhua? Mikä olisi sellainen oikea tapa? Mitä sä Eevert, miten toivot, että näistä asioista juteltaisi?

[Eevert:] No toivon, että ihan lähtökohtaisesti niistä puhuttaisi. Oikeasti silleen, että juteltaisi vaikka koulussa. Vaikka ihan jotenkin ohjatusti. Vähän kerrotaisi, että miten menee, että tavallaan se ei mene just tuollaiselle vitsitasolle tai jotenkin loukkaavalle tasolle, vaan just silleen, että pystyttäisiin oikeasti jokainen jakamaan niitä omia kokemuksia. Ja just tavallaan siitä tulevaa häpeää pystyisi silleen vähentää.

Mahdollisimman, jotenkin saataisiin sellaisia turvallisia tiloja, missä kaikki pystyisivät kertomaan omia fiiliksiään. Sitten tavallaan just se, että sitten on vaikeaa aloittaa keskustelu siitä, että miten menee, jos kukaan muu ei tavallaan jotenkin..

[Harry:] Aivan.

[Eevert:] Silleen, että jokainen ehkä osaisi tai ainakin yrittäisi parhaansa kertoa omia fiiliksiään. Sitten se varmaan siitä kuitenkin lähtisi.

[Harry:] Ne turvalliset tilat ovat jänniä poikien kanssa, koska olen itse huomannut, kun on tehnyt haastatteluita niin pitää joskus ikään kuin rakentaa sitä tilaa, että siitä tulee vakava. Siitä ei saa tulla liian sellainen, että nyt puhutaan tunteista-fiilis, se tuntuu epämiellyttävältä, mutta se ei myöskään saa mennä sellaiseksi, että heitetään vain vitsiä. Usein tämä vaatii nimenomaan rakentamista ja jotenkin vaikuttaa, että poikien tapa puhua, ja tämä koskee myös miehiä, on se, että se on siinä sivussa - meininkiä. Ja sen takia musta tällaiset toiminnalliset jutut on kauhean keskeisiä. Ja mikä mua vähän huolestuttaa tässä korona- tilanteessa, kun kaikki on vaan kotona.

Eli meillä on hirveän, me ajatellaan hyvinvointipalveluja sellaisina kohdennettuina, spesifinä, että nyt on joku tällainen palvelu mihin mennään tai joku ammattilainen, jolla on joku rajattu osaaminen. Useimmiten musta tuntuu, että näitä elävän elämän ongelmia käsitellään siinä sivussa kalareissulla, jalkapallon yhteydessä, saunassa, missä tahansa. Ja nimenomaan näitä tilaisuuksia pitäisi olla enemmän, ettei kaikki fokusoisi siihen koulut, työhön tai johonkin tiettyyn spesifiin juttuun.

[Samuli:] Mun on pakko tässä vaiheessa nostaa, meille on tullut sinne kommenttia. Eli unohtui tuossa alussa sanoakin, että te katsojathan voitte toki osallistua tähän keskusteluun ja olla sillä tavalla aktiivisia. Ehkä uudelleenrakentamaan ja muokkaamaan tätä koko tapaa millä tästä asiasta keskustellaan. Siellä on kysymys, Niko on kommentoinut, että sellaista kyllä on, että pitäisi pärjätä apua, jos hakee apua. On jotenkin vähemmän mies. Tunnistatteko?

[Harry:] Joo, pakko tunnistaa ja itse pyrin olemaan sellainen mies ja välttämään sitä viestiä. Apua on hyvä hakea. Voin omasta, olen niin pitkään jo elänyt, että on joskus elämä kolhinut ja on joutunut hakemaan apua ja voi sanoa sen, että asiantuntijoita kannattaa käyttää. Ei vaan, kun on kyse autosta tai remonteista vaan myös tällaisista...

[Samuli:] Tuo on tärkeä pointti. Et sä ajattele silloinkaan, kun sulla menee putki rikki, että minäpä itse tässä nyt rupean. Joku varmasti ajattelee ja Aku Ankkojahan me ollaan kaikki luettu, että miten siinä käy, mutta se, että kun joku menee rikki tai elämässä tulee ylipäätään vastoinkäymisiä tai haasteita niin apua voi hakea myös niissä tilanteissa aivan samalla tavalla.

[Harry:] Aivan. Ja musta nimenomaan se ote tähän touhuun, että se ei ole mitään dramaattista, se ei ole mitään ihmeellistä. Elämään kuuluu erinäköisiä haasteita ja sitten, kun jotain tapahtuu, puhelin käteen tai minkä kautta ikinä ottaa yhteyttä, sitten menee tapaamaan, puhuu ammattilaisen kanssa ja käsittelee niitä asioita. Se usein vie huomattavasti paljon enemmän eteenpäin näitäkin asioita helpommaksi.

[Eevert:] Mutta kyllä mä oon kans tosi vahvasti sitä mieltä, että tuo ajatus mikä tänne esimerkiksi on kommentoitu on tosi yleinen ja musta tosi monella miehellä tai pojalla on, ainakin käy sellainen. Ehkä se on myös just siitä, kun siitä ei ole kunnon keskustelua niin paljoa. Kyllä se on iso kynnys hakea apua tai sanoa, että nyt vaikka menee huonommin. Just sen takia, että vaikka sillä ei välttämättä ole mitään syytä tai perusteita, niin todella monet kokee sen heikkoutena.

[Harry:] Jos mä ihan kysyn, kun mä koulutan sosiaalityöntekijöitä, niin mitä sä sanoisit sosiaalityöntekijälle, että ne tekisi sen avun hakemisen helpommaksi? Osaatko sä sanoa, että miten heidän pitäisi olla, tehdä tai minkä pitäisi olla toisin?

[Evert:] Mä ehkä olen sitä mieltä, että se usein menee silleen, että jos vaikka on tosi pohjalla, että on todella huono olla ja sitten se, että pääset vaikka koulupsykologille, niin se on täällä ylhäällä. Ja siitä välistä puuttuu sellaisia askeleita. Jotenkin, että just esimerkiksi koulussa opettajat kyselisi, että hei miten menee. Ja harrastuksissa vaikka valmentajat kyselisi. Ja tavallaan, että jotenkin saisi sellaista pienempääkin tukea, eikä suoraan, että pitäisi itse lähteä ottamaan yhteyttä ammattilaisiin. Se kuitenkin varmasti tuntuu tosi monelle isolta askeleelta, että itse pitäisi hoitaa.

[Harry:] Tuo on musta tosi tärkeä pointti, koska musta ammattilaisuus on aina sitä, että halutaan ikään kuin korkealle. Ollaan niin koulutettuja. Niin sitten näissä asioissa nimenomaan ehkä se mataluus ja elämässä kiinni oleminen on oleellista.

[Samuli:] Toinen, on pakko tuolla on tullut, että koulussa jos pojat on pelkkiä kavereita ja kävelee käsi kädessä niin haukutaan homoiksi, mutta jos tytöt tekee niin, ei sanota mitään. Varmasti tämäkin on ilmiö, jonka jokainen meistä valitettavasti tunnistaa.

[Harry:] Joo, valitettavasti ja nimenomaan tämä homotteluhan on edelleen jostakin syystä joko huumoria tai haukkumasana.

[Samuli:] Musta tuntuu, että se usein liittyy siihen, että sä oot jotenkin vähemmän mies. Ei niinkään siihen sun seksuaaliseen suuntautumiseen vaan jotenkin, että sä et nyt ole mies, kun sä oot homo. Pyritään jotenkin nimenomaan tuottamaan häpeää tai sellaista, että olet vähemmän jotain mitä pitäisi olla. Ja musta se on käsittämätön juttu.

[Harry:] Joo, aivan. Ja ne on nimenomaan ne miehen muotit. Mun mielestä me ollaan toisaalta menossa hyvään suuntaan. Ja jos itse ajattelen, se missä aina näen hyvän kehityksen, jos ajatellaan tätä maailmaa on aina, että miten isät tällä hetkellä hengaillee lasten kanssa ja jos ajatellaan vauvauintia, mikä on silleen, että isät uimahousuissaan lepertelee. Ja mua rupeaa aina naurattamaan, jos ajattelen, että mun faija olisi ollut siellä mun kanssani silleen hiphei, trallalaa. Se ei olisi koskaan onnistunut, tällainen..

[Samuli:] Kuinka mahtavaa se olisi.

[Harry:] Niin, mutta nyt se on mahdollista ja ennen kaikkea mä oon saanut olla isänä siinä sukupolvessa, missä tämä on mahdollista, mutta on näitä edelleen tosi paljon nimenomaan tällaisia, että sukupuoli ja mies tai maskuliinisuus, tai poikuus, miksikä sitä halutaan kutsua, se rajoittaa tavalla, joka ikään kuin vie pois meiltä sellaisia ulottuvuuksia, mitkä ovat inhimillisiä.

Ja meillä on tosi usein tällainen vähän vinoutunut ajatus siitä, että ikään kuin pojat olisi biologisesti jotenkin rajoittuneita, mutta mun mielestä ne ovat enemmänkin sellaisia rajoitteita, jotka estää meitä olemasta biologisesti inhimillisiä. Tunteet ja se, että sattuu joskus ja näin, ne ovat inhimillisiä asioita.

Ja sitten on se poikakulttuuri, joka ikään kuin estää meitä tuntemasta joitain asioita, eikä toisin päin, että miehet olisivat jotenkin luonnollisesti jotain satureita tai machoja. Se on musta ihan höpöpuhetta. Se, että inhimillisyyden ilmaisumuoto pitäisi olla mahdollisimman sallivaa ja mahdollista. Ja ehkä meidän kaikkien tehtävä on mahdollistaa kaikille pojille ja miehille, miksei myös tytöille ja kaikille muille sukupuolille mahdollisuus olla oma itsensä, just sellainen kuin on.

[Samuli:] Jotenkin tuntuu, tuo mitä sanoit, että salli tunteiden tuntemista. Mutta kaikki tuntevat ne tunteet. Se on fakta, että ne tunteet tulevat. Jokainen meistä kokee haavoittuvuutta ja ollaan haavoittuvuutta, asiat tuntuvat pahalle. Asian kieltäminen on faktan kieltäminen. Se, että saako niitä näyttää on eri asia kuin onko niitä tunteita. Usein puhutaan, että mua ei pelota tai mulla ei tunnu mikään niin sehän ei pidä millään tavalla paikkaansa.

[Harry:] Aivan. Tämä on sillä tavalla mun mielestä vakava paikka, koska jos ajatellaan sitä, että lähdetään ikään kuin kieltämään ja rajoittamaan sitä omaa inhimillisyyttä niin usein niitä, kuten sanoit, ne ovat kuitenkin olemassa, mutta se että jos ei haavoittuva saa olla, niin sitten se tunne usein mikä otetaan on katkeruus ja viha.

Nämä ovat sitten kauhean vaarallisia ja epämiellyttäviäkin tunteita. Ja nimenomaan ne ovat vaarallisia sille ihmiselle itselleenkin. En tiedä mitään muuta tunnetta, joka on niin uuvuttavaa, kun on vihainen. Se on aivan kauhea tunne. Ja on huomattavasti helpompi olla, jos voi olla haavoittuva ja murheissaan. Ja jotenkin surullinen, sekin tuntuu paremmalta kuin vihainen. Ja mun mielestä nimenomaan poikien kohdalla pitäisi kannustaa siihen, että päästäisiin pois katkeruuden ja vihan tunteista johonkin muuhun, koska on rakentavampiakin tapoja käsitellä elämän nurjapuolta ja vaikeita kokemuksia.

[Samuli:] Pakko ottaa vielä yksi kysymys tuolta. Mitä eroa on koulu- psykologilla ja kuraattorilla, haluatko sä Harry ottaa tämän?

[Harry:] Joo, siis niillä on eri koulutus. Koulupsykologi siis on lukenut psykologiaa yliopistolla ja kuraattori on joko sosiaaliohjaaja, -työntekijä tai saattaa olla sosiaalipsykologi. Ja niiden työskentely on vähän erilaista. Veikkaan, että psykologi katsoo ehkä enemmän sitä yksilön sisäistä sielunelämää ja kuraattori katsoo enemmän sitä sosiaalista, ympäröivää elämää.

[Samuli:] Just näin, kyllä. Kiitos kysymyksestä. Sitten mun on pakko edetä siihen pisteeseen, me ollaan tässä vähän siitä puhuttukin, että miten pojat voi, mutta mikä on teidän käsitys? Harry sanoi aikaisemmin, että tuntuu, että suurimmalla osalla menee tosi hyvin, mutta onko ehkä niin, että osalle ongelmat ovat enemmän kasaantuneet vai minkälainen tämä teidän mielestä tämä tilanne tänä päivänä on?

[Harry:] Haluatko sä aloittaa?

[Eevert:] Voin aloittaa. Siis joo, kyllä ehkä just tunnistan tuon, että se ainakin nähdään tosi usein kärjistettynä. Joko menee tosi hyvin tai sitten on tosi kasautunut niitä ongelmia ja ei suju ollenkaan, mikä tavallaan voi olla ihan tottakin, mutta sitten just se, että esimerkiksi ulospäin ei kuitenkaan voi nähdä mitä toisen päässä liikkuu. Vaikka joku saattaisi vaikuttaa tosi iloiselta niin ei se silti tarkoita, että kaikki olisi täydellisesti elämässä, kun ei kenelläkään ole.

Kaikilla tulee niitä vastoinkäymisiä, niin tavallaan voi hyvin olla, että jollain tavalla ongelmia on ehkä kasaantunut ja sitten se näkyy enemmän. Monella on elämänvaiheita, ettei ole tavallaan mitään sellaista huonoa tai mihin tarvitsisi sinänsä apua, mutta ei se ehkä silti kuitenkaan tarkoita sitä. Ihan varmasti kaikilla on joskus ollut huono tai surullinen fiilis, tai mitä tahansa. Ihan sama, toiset ehkä tuovat sen näkyvämmiin esille ja toiset eivät, mutta kyllä uskon, että kaikilla on niitä samoja fiiliksiä kuitenkin.

[Harry:] Tärkeä pointti. Joo, siis jotenkin musta lähtökohtaisesti siitä, että vastoinkäymiset on osa elämää ja kaikki ihmiset kokevat vastoinkäymisiä. Jos esimerkiksi puhutaan jostain tutkimuksesta, että pojilla menee ihan hyvin, se ei tarkoita sitä, ettei voisi huomata sitä, että jollakin yksittäisellä ihmisellä voi olla vaikeaa tai vaikea tilanne. Jos vähän tällaista tilastollista kehitystä katsoo, niin itse asiassa nuorten hyvinvointi kehittyy myönteiseen suuntaan, jos katsotaan keskiarvo meininkiä ja kaikki terveystottumukset, eliniänodotteet, tupakointi ja päihteiden käyttö vähenee yhteis- kunnassa tällä hetkellä.

Se kääntöpuoli onkin sitten se, että meillä tuntuu olevan nimenomaan tällainen kuilu kasvamassa. Samaan aikaan, kun kaikilla menee, tai tilastot näyttävät myönteiseltä ja hyvin menee, niin esimerkiksi lastensuojelutilastot, siis että on lapsia ja nuoria, ketkä eivät voi asua kotona, siis se ryhmä kasvaa tällä hetkellä tai on kasvanut jo useamman vuoden ajan.

Ja ennen kaikkea nuorisoikäisten tosi vaikeat tilanteet, missä tarvitaan kodin ulkopuolista toimintaa, se lisääntyy ja mun mielestä tämä on silleen kauhean huolestuttava kehitys, koska tämä on jatkunut trendinä tosi pitkään ja tämä nimenomaan on eriarvoistavaa kehitystä, se että näin menee. Mikä syy tälle on niin tässä on varmaan tosi monia syitä, mutta tuntuu, että meillä on koko ajan sillä tavalla maailma menossa kovempaan suuntaan, että yksilövalinnat vaikuttaa enemmän ja enemmän, pitäisi ikään kuin onnistua aina.

Ja yhteiskunnan solidaariset turvaverkot, niitä karsitaan koko ajan. Ja esimerkiksi eilen on riideltä rahasta ja todennäköisesti se sopu mikä on saatu tulee osittain sillä kustannuksella, että karsitaan esimerkiksi julkisia palveluita. En tarkoita sitä, että kaikki julkiset palvelut, että ikään kuin piikki on auki ja asiat rahalla selviää, mutta musta tuntuu, että meillä on ehkä sellainen, en tiedä huomaatko sä sen koulussa, mä itse oon vanhempana miettinyt sitä, että me käytetään aika paljon aikaa mun puolisoni kanssa lasten koulunkäyntiin ja on aika paljon, oletetaan vanhempien osallistuvan koulunkäyntiin. Mun mielestä se on ihan hyvä ja on hyvä, että vanhemmat ovat kiinnostuneita, mutta se on ongelmallista, koska tiedän sosiaali- työtä tehneenä ja koulua tutkineena, ettei kaikissa perheissä ole sellaisia mahdollisuuksia panostaa tällaisiin asioihin.

Jos ennakko-odotus on se, että koulun lähtökohta on se, että vanhemmat ovat aktiivisia. Jos sulla on sellainen tilanne, että vanhempainresursseja ei löydy, tarkoittaa käytännössä sitä, että sitten sä tiput helpommin kelkasta. Ja tässä pitäisi olla ihan oikeasti solidaarinen, varsinkin jos menee hyvin, niin sitten pitäisi olla solidaarinen ja antaa resurssia muille. Ja tämä on musta sellainen viesti koko suomalaiselle yhteiskunnalle, että meillä oikeasti menee aika hyvin, eikä meidän kannattaisi yhteiskuntana kauheasti synkistellä ja olla pihejä, vaan ennen kaikkea avokätisyyttä ja solidaarisuutta. Se ei tarkoita vain rahaa, vaan myös sitä, että viedään naapurin kaveri myös jalkapalloharjoituksiin tai ihan yksinkertainen asia, että kysytään mitä sulle kuuluu.

Ja sitten ei kytätä toinen toisia, että tuo ei tehnyt tuota ja tuo ei tehnyt tuota, vaan lähdetään siitä, että kaikki ei pelaa samoilla korteilla ja joskus on hyvä antaa pari korttia kaverillekin, että peli jatkuu.

[Samuli:] Nimenomaan. Me tuossa tehtiin vuodenvaihteen tienoilla kysely toisen järjestön, Nyyti ry:n kanssa, jossa selvitettiin 15-29-vuotiaiden poikien ja nuorten miesten jaksamista ja ajatuksia mielenterveydestä. Siellä oli yksi kysymys, missä kysyttiin, että mitkä tekijät vaikuttavat nuorten miesten mielenterveyden mahdolliseen heikentymiseen. Ja siellä ihan selkeitä isompia juttuja olivat yksinäisyys, suorituspaineeet ja muiden odotukset, itseluottamuksen puute. Miltä nämä teistä kuulostavat?

[Harry:] Siis se, että nimenomaan nämä odotukset, että pitäisi olla tietynlainen mies. Ne ovat aika korkeat. Ja sitten ennen kaikkea se, jos niihin ei yllä niin sitten sitä häpeää tarjotaan aika herkästi. Kyllä tämä kertoo jollakin tavalla aika kovasta kulttuurista, missä monet pojat ja miehet edelleen kasvavat. Toivoisin vähän rennompaa meininkiä.

[Samuli:] Mites Eevert? Mitä mieltä?

[Eevert:] Kyllä mä olen aikalailta samoilla linjoilla kuin Harry. Mun mielestä se on usein, että jos ei ihan täysin mene niihin muotteihin tai normeihin, mitä koulussa tai muualla näkee, se häpeän määrä on yleensä tavallaan tosi suuri. Ja sitten se varmasti johtaa helposti itsetunnon laskemiseen. Ja sitten taas sitä kautta siihen, että jos on tosi huono fiilis itsestään, on sellainen olo, että on itse vääränlainen niin siitä askel muihin mielenterveysongelmiin on varmaan paljon kevyempi.

Ja jos on vaikka silleen, että miettii vaikka yläkouluikäistä nuorta poikaa niin yleensä ne sen mallit ovat aika kapeat. Ja jos siihen ei mene, niin kyllä siitä aika nopeasti saa kuulla tai tietää.

[Samuli:] Ja se on aika kova maailma, siellä paljon vertaillaan, haetaan omaa paikkaa ja sitä voidaan hakea jonkun tietyn johtavan tyyppin vetämänä sitä touhua. Ja ylipäätään nämähän voi linkittyä hyvin paljon toisiinsa. Tässä kyselyssä ei pysty mitenkään mitään syy-seuraussuhteita osoittamaan, mutta se, että jos on kovasti paineita ja odotuksia siitä minkälainen pitäisi olla, jos ei koe suoriutuvansa siitä, niin se varmasti vaikuttaa itsetuntoon, joka voi taas aiheuttaa ulkopuolisuuden kokemuksia, joka taas voi näkyä yksinäisyyden kokemuksena. Se, että mä en kuulu tähän jengiin. Se jos joku heikentää hyvinvointia ja

tavallaan se näkyy kaikilla muilla osa-alueilla koulussa, miten miten pärjää siellä, miten uskot omiin kykyihin, se vaan jatkuu ja jatkuu se touhu.

[Harry:] Aivan. Se mitä olen paljon miettinyt on, että usein pojille tarjotaan kilpailullisuutta lääkkeeksi. Pojat ovat lähtökohtaisesti kilpailullisia. Ja tämä esimerkiksi on koulukeskustelussa siitä, että miten koulun tehtävät saataisiin mielekkäämmäksi, voitaisiinko kilpailla samalla tavalla kuin peleissä, mutta olen ruvennut vähän miettimään sitä, että onko tämä kilpailullisuus poikien kohdalla hyvä vai huono. Musta tuntuu, että se ettei ole riittävän hyvä saattaa liittyä tähän kilpailullisuuteen.

Ja havainto perustuu siihen, että mä itse diggaan Fifaa..Fifaa on tosi hauska pelata, mutta tällä hetkellä niiden nuorten poikien kanssa, kenen kanssa pelaan useiten, me emme tällä hetkellä pelata Fifaa, koska siitä tulee niin paha mieli.

[Samuli:] Niin, mä just, että mä en ainakaan tykkää yhtään, kun mä en pärjää siinä yhtään. Ihan hirveetä.

[Harry:] Juuri näin ja sen takia mun mielestä se Tony Hawk ProSkater 2 on paljon hauskempaa, koska siinä voi skabata ja yhdessä rullailla ja pitää hauskaa ja kerätä niitä pisteitä, ikään kuin hengailla siinä. Ja mietin sitä, että pitäisikö nimenomaan tätä kilpailullisuus poikamyttiä vähän purkaa, että onko se kauhean poikamainen olemus vai onko se ehkä nimenomaan tällaisia kielteisiä juttuja, että pitäisikö olla muitakin tapoja olla.

[Samuli:] Ehdottomasti. Siellä on taas todella tärkeä kommentti. Pikkulintu on kirjoittanut, että tuntuu, että joka puolelta tulee malleja millainen pitäisi olla. Etenkin somesta saa sellaisen kuvan, että pitäisi olla menestyvä, komea, hyvä duuni. Ei varmaan ole ihme, jos pojat on niin hukassa. Aika tylyä.

[Eevert:] Aika tylyä, mutta kyllä sanoisin, että todenmukainen.

[Samuli:] Mites toi some, miten sä Eevert koet sen itse? Miten se sun mielestä vaikuttaa mielenterveyteen?

[Eevert:] Mun mielestä sekin on aika jakaantunut. Sekin on aika kaksipäinen, tai joihinkin se varmaan aiheuttaa tosi kovia paineita ja näkee sellaista tosi kärjistettyä, että pitäisi olla kaikki tuollaiset osa-alueet hallinnassa. Ja se, että kun ei esimerkiksi siltä näe, että vaikka näyttäisi siltä, että kaikki sujuu tosi hyvin ja tällaista, niin ei se silti aina tarkoita sitä.

Ja just, kun kaikilla ihmisillä tulee jossain vaiheessa elämässä jotain haasteita tai muita niin ihan varmasti myös niillä ihmisillä on ollut niitä ja niillä on ollut varmasti samanlaisia fiiliksiä ja epävarmuutta, häpeää ja kaikkea tällaista. Tavallaan kyllähän somesta saattaa tosi usein saada sellaisen kuvan ihan yleisesti että joidenkin elämä olisi täydellistä ja kaikki sujuisi, mutta yleensä se ei kuitenkaan ole sellaista, koska kaikki on ihmisiä ja inhimillisiä ja jokaisella on omia haasteitaan. Ja se, että tuodaanko niitä siellä somessa esiin, se riippuu ihmisestä.

[Samuli:] Ja jokainen, joka on koskaan ottanut kameran käteen tietää, että se rajaa aina jotain ulkopuolelle. Se on hirveän harjoiteltua mitä sen edessä tehdään, se on suunniteltua, se otetaan se paras kuva sieltä. Ei se paskin kuva.

[Harry:] Joo ja tämä on äärimmäisen mielenkiintoinen ilmiö, tämä some siis. Mulla on itse, innostuin Twitteristä 2010 ja se oli tosi hauskaa, ja 2017 totesin, että olen riidellyt jo yhden sosiaalijohtajan kanssa keskellä yötä Twitterissä. Ajattelin, että nyt tämä rupesi menemään lapasesta. Mä deaktivoin sen ja täytyy sanoa, että oma mielenterveys ja ainakin vointi parani sen jälkeen. Olen nyt ollut 5-6 kuukautta ilman Facebookia ja se tuntuu ihan hyvältä.

Sitten toisaalta, jos ajatellaan koko tätä kehitystä, niin kyllä some myös antaa, että siellä tavallisetkin ihmiset tavallisilla ruumiillaan pääsee esiin. Musta tämä on vähän sama tähän Idols- ja Voice of Finland -kuvioon. Mun mielestä on tietyllä tavalla ilahduttavaa. Mun nuoruudessa supertähdet olivat madonna ja muita tällaisia superihmisiä ja nykyään on paljon värikkäämpää se, ketkä lyövät läpi ja tulevat kansan tietoisuuteen. Mun mielestä somessa on paljon potentiaalia ja se voisi olla hyvä ja reilu mesta. Tällä hetkellä tilannehan on se, että ikävät jutut leviävät ja hyvät jutut jäävät pois. Ja itse puhuin esimerkiksi sukupuolikeskustelusta, niin provokaatiot elää, mutta analyysit eivät saa, ei kukaan jaksakaan niitä lukea.

Tässä kyllä varmaan jokainen voisi vähän miettiä sitä, että miten feediänsä ruokkii. Jos lähdetään levittämään roasteja ja epäonnistumisia ja tällaisia, niin kyllä aika nopeasti täytyy se ja internet nimenomaan tästä, mutta jos lähtökohtaisesti pyrki siihen, että hyvät jutut leviää, kauniit ja ystävälliset eleet leviävät niin en tiedä voisiko sitä muuttaa. Vaikea sanoa, ne mekanismit ovat tosi voimakkaita siellä ja vähän on usko mennyt. En tiedä oletko nähnyt sen -Social Dilemma -dokumentin?

[Samuli:] Ei tule mieleen.

[Harry:] Netflixissä on hyvä dokumentti, jossa käydään läpi sosiaalisen median riippuvuutta aiheuttavaa kuviota. Ja kun sen katsoo niin katsoo sosiaalista mediaa ihan eri tavalla sen jälkeen, mutta tässä jokainen ihminen voi vähän miettiä sitä, että mitä jakaa ja mihin reagoi. Jos lähtee sellaiseen dissaamiseen ja levittää ikään kuin niitä klippejä, missä ihmiset ovat huonoimmillaan ja epäonnistuvat, niin sitten se aika julmalta näyttää. Mutta jos katsoo sellaisia, levittää hyviä juttuja ja kissavideoita, tottakai.

[Samuli:] Siitähän tämä kaikki on lähtenyt. Palataan niihin kissavideoihin. Mutta onhan se, että kyllähän siellä monesti ääripäät juttelevat ja keskustelu ei ole kauhean hedelmällistä. Se on sellaista aidan puolelta toiselle huutelua, ei siitä tule kauhean hedelmällistä keskustelua. No, mutta ajattelen, että siellä voisi olla myös tätä positiivista mistä sanoit.

On upeaa välillä, kun näkee, että kerrotaan omista haasteista ja tsempataan muita. Siinä on hirveästi muutosvoimaa, mutta se, että kumpaan suuntaan niin se on jotenkin..

[Harry:] No joo, tähän on sosiaalista mediaa missä me nyt olemme. Ja terveisiä sinne, että hyviä juttuja. Ystävällisyyttä ja lempeyttä ja avarakatseisuutta toivotaan tälläkin keskustelulla. Ja se ei tarkoita sitä, ettei voisi ikävistä asioista puhua, mutta jos miettii sitä, että mikä on se energia minkä laitat sinne, jos se on vihaa ja katkeruutta niin se ei välttämättä vie asioita eteenpäin.

[Samuli:] Sieltä on taas tullut kysymyksiä. Tässä on myös se ongelma, että vaikka kysyisi esim. opettajalta avun hakemisesta niin vastaus on usein, että ota itse yhteyttä. Monella voi olla hankalaa keksiä, että miten ilmaista asia kuraattorille. Erittäin tärkeä pointti, todella hyvä kommentti. Että se vastuu annetaan tosi paljon sille nuorelle itselleen, ja näinkin haastavassa aiheessa. Vähän niin kuin ylipäätään se, että jos et sä edes koskaan ole tavannut sitä kuraattoria. Et ole koskaan tavannut sitä koulupsykologia. Jos eivät ne ole siellä sun arjessa, välitunneilla, missään muualla näy, niin voi olla tosi iso kynnyksen ihan jo sen takia pelkästään, ettet sä tiedä kuka se tyyppi on, kysyä siltä neuvoa, koska siinä ei ole sellaista luottamussuhdetta, kun luottamusta nämä usein vaatii. Puhumattakaan siitä, että nämä voi olla hankalia asioita muutenkin puhua ja vielä tuntemattomalle tyypille.

[Harry:] Mun omista tutkimuksissa, kun mä olen tätä asiaa kysynyt, että kenen puoleen nuoret hakeutuu, niin musta tuntuu, että aikuisilla on sellainen lähtökohta, että se on ikään kuin ammatti ja työtehtävä, työnjako, mutta nuorten näkemys ei ole se, vaan se on se, että kenen kanssa on sellainen suhde, että voi jutella.

Jokaisen aikuisen pitäisi kyllä ymmärtää se, että voi olla tosi merkityksellinen. Ja merkityksellisyys ei ole sitä, että otetaan ikään kuin koko lapsi kotiin asumaan, vaan se voi olla sitä, että tässä yhdessä hetkessä olen vähän herkillään ja tiedän jonkun yksittäisen asian, jolla voi olla tosi suuri merkitys. Ja tämä on musta, terveisiä jokaiseen kouluun ja lasten kanssa työskentelevälle, että sä voit olla se, joka on tässä asiassa se avainpelaaja ja mun mielestä se on, itse näkisin sen kunniatehtävänä. Se on äärimmäisen suuri kunnia, jos joku luottaa suhun ja haluaa kertoa jonkun vaikean asian. Siihen kannattaa tarttua. Siitä tulee myös itselle tosi hyvä mieli.

[Eevert:] Joo, todella. Ja just silleen, että yleensä avun hakeminen voi olla nuorelle oikeasti aika iso asia. Vaikka se saattaa aikuiselle tuntua, että käyt vain juttelemassa siellä, niin se voi oikeasti olla nuoresta tosi iso juttu. Ja just siinä voi miettiä vaikka sitä, että ovatko ne ongelmat niin isoja tai osaako puhua niistä, tai mitä tahansa. Se, että jos on vaikka uskaltanut jo opettajalle sanoa, on vaatinut siltä siltä nuorelta paljon. Olisi tosi tärkeää, että jos joku aikuinen saa tietää, sen avulla ohjataan avun luo.

[Samuli:] Kyllä ja siihen avunpyyntöön tartutaan, se on tosi tärkeää. Tähän väliin on pakko nostaa, Tubessa kysyttiin tällaisella kysymyksellä, että kenen kanssa olisi helpoin puhua omasta jaksamisesta ja mielenterveydestä, niin 32 % eli kolmasosa sanoi, ettei kenellekään. Seuraavat, mitä tuli, olisi perheenjäsenet 27 %, kaverit 21 % ja ammattilaiset, eli anonyymit palvelut ja kouluhenkilökunta tuli vasta paljon sen jälkeen. Eli kuitenkin, että asioista voi puhua myös kavereille, läheisille, ihan kuka vaan, joka ottaa sen tiedon, kunhan et jää sen kanssa yksin. Se olisi tosi tärkeää myöskin ymmärtää.

[Harry:] Joo, ja mä olen siis kun olen käynyt kouluissa puhumassa tutkimuksestani, niin tällainen avainhenkilöajatust pitäisi sisäistää siitä. Se tarkoittaa käytännössä sitä, että jokaisella nuorella pitäisi olla pääsy ainakin yhteen turvalliseen suhteeseen aikuisen kanssa. Ja se mitä tämä minusta edellyttää on se, että aikuiset pelaavat yhdessä sellaista peliä, että käydään yhdessä läpi niitä oppilaita ja ollaan kiinnostuneita, kuka on kenen luottopelaaja. Eli se, että on ihan mahdotonta ajatella, että jokainen opettaja pystyy olemaan jokaikiselle 30 oppilaalle läheinen, mutta se on mahdollista, että jokaisella on joku.

[Samuli:] Nimenomaan ja se voi olla kuka vain. Se voi olla valmentaja, kaverin vanhempi tai kuka tahansa, naapuri, kaverin vanhempi, veli, sisko. Mitä vain.

[Harry:] Aivan, ja tätä asiaa voisi mielestäni kysyä, että kenen puoleen käännyt jos on vaikeaa. Jos sellaista ei löydy niin ensimmäinen sosiaalityön tehtävä on etsiä sellainen henkilö.

[Samuli:] Tästä oikeastaan päästään, me ollaan vähän aiheen vierestä puhuttu, ja avun hakemisesta ja kynnyksestä. Ja kysyimme kyselyssä, mistä aikaisemmin puhuin, että onko vaikeaa hakea apua niin yli 85 % on sitä mieltä, että todellakin on vaikea hakea. Ja ne syyt mitä siihen esitettiin olivat just, mistä Eevertkin mainitsi aikaisemmin, että ajatellaan etteivät omat ongelmat ole riittävän vakavia. Se on isoin syy, jonka jälkeen tulee tällaiset ajatukset, että pitää pärjätä yksin tai apua ei kehtaa hakea. Niin nämä ovat todella surullisia ja isoja lukuja, puhutaan että 70 % vastaajista oli tätä mieltä.

[Harry:] Joo. Siis terveisiä kaikille miehille ja pojille, että miesten avun hakemisen rutiinit ja ylipäänsä se tapa miten hoidamme itseämme on kuolemanvakava asia. Tästä on ihan tutkimuksellista näyttöä, on olemassa erinomainen kirja nimeltään Dying to be men, en muista kuka se on kirjoittanut, mutta se on tällainen tutkimuskatsaus, missä käydään läpi sitä mikä on mieskulttuurin yhteys terveyteen. Ja se on kuolemanvakava yhteys, se että se tapa miten hoidamme asioitamme, terveyttämme, itseämme, hakeudutaan apuun, niin se heikentää elinodotustamme.

Ja meidän täytyy yksinkertaisesti muuttaa tämä. Se on jokaisen vastuulla miettiä sitä, että miten asioita hoidetaan. Ja tässäkin nimenomaan tällainen autohuolto meininki voi auttaa. Se, että jos puhutaan vanhemmista miehistä ja mä rupean olemaan siinä iässä, että pitää kolesterolia ja verenpainetta katsoa niin parin vuoden välein vähintään pitää käydä tsiigaamassa, mutta sitten samalla nuorten miehen kohdalla, että kun seuraa omaa nukkumista, syömistä, ja ennen kaikkea sosiaalista verkostoa, että sulla on olemassa ihmisiä ympärillä, kenelle voit kertoa kivoja asioita. Ja jos ei näitä ole niin sitten täytyy näille asioille tehdä jotain.

Mutta kyllä samalla on se, että me olemme äärimmäisen tyytyväisiä tällä hyvinvointisektorilla, me ammattilaiset, kun kehitetään web-palveluita, nettiä ja on etsivää ja dialogisuutta sun muuta. Pitäisi sillä tavalla kiinnostua, että onko se sitä oikeasti, ollaanko me oikeasti helposti lähestyttäviä. Itse koen, että työterveys toimii tällä hetkellä neutraalina, että mun työ, olen keski-ikäinen työelämässä oleva mies, niin musta pidetään huolta työterveyspuolella. Mulla on vähän sellainen vaikutelma, että se on vain meillä kenellä on näin etuoikeutettu asia, vaatii systemaattiset rakenteet että aina pääsee lääkärille. Kyllä pitäisi

ihan oikeasti miettiä siitä, että miten me tehdään ennen kaikkea tällainen ennaltaehkäisevän avun hakeminen mahdollisimman helpoksi kaikille. Se ei välttämättä ole se netti-chat -vaan se todennäköisesti perustuu joihinkin muihin asioihin.

[Samuli:] Kyllä, on se jos joudut kuukausia odottamaan tukea missä tahansa palvelussa niin ei se ole tukea. Se on tekosyy tuelle. Meidän täytyy jotenkin pystyä siihen vaikuttamaan. Toki tämä on tosi vaikea ja monimutkainen kysymys miten siihen vaikutetaan mutta oli se mikä tahansa, se syy on löydettävä. Me menetetään siinä niin paljon nuoria ja ylipäätään aiheutetaan ylimääräistä tuskaa. Apua pitäisi pystyä tarjoamaan mahdollisimman matalalla kynnyksellä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, ei vasta sitten, kun hommat on jo ihan perseellään.

[Harry:] Juuri näin ja hyvä vielä tarkentaa, että ne chat- ja netti- palvelut ovat hyviä ja niitä on hyvä olla, mutta se ei riitä vaan siinä täytyy todennäköisesti olla enemmän. Ja ennen kaikkea se väylä, että kun joku on kertonut huolestaan niin mahdollisimman helpoksi tehtäisiin se, että jos se vaatii jotakin muuta, niin kuin se usein vaatii, niin tehdään se mahdollisimman helpoksi, ettei ole se, että tässä on osoite, soita sinne. Vaan kenties jotenkin fasilitoidaan tuo juttu.

[Samuli:] Kyllä. Pitäisikö sun mielestä opiskelijahuollon, eli kuraattorien ja psykologien ja ylipäätään ehkä meidän mielenterveyden ammattilaisten olla enemmän siellä nuorten maailmassa? Miten sä Eevert näet?

[Eevert:] Kyllä olen just sitä mieltä, että ehkä monet tietävät, että on olemassa tällaisia palveluita ja saattaa nähdä jonkin mainoksen, että on tällaisia numeroita, mutta esimerkiksi vaan se, että koulussa kerrotaisiin näistä enemmän. Kerrotaan miten palvelut toimivat, esimerkiksi olisi vaikka joku ammattilainen esittelemässä niitä ja kertomassa miten se prosessi etenee.

Se on usein ehkä sellainen olo, että tietää, että on olemassa apua mutta silti on sellainen olo, että itse pitää hoitaa se ja hakea apua, mikä on monille tosi paljon suurempi askel kuin se, jos vaikka koulussa tai muualla, vaikka koulupsykologi tai -kuraattori tulisi pitämään tunteja tai esittäytymään tai vaikka välitunnilla tulisi juttelemaan. Niin se, että tehdään mahdollisimman helpoksi, että tietää mitä siellä tapahtuu ja miten se toimii, niin sitten se ei ehkä tunnu niin kaukaiselta ja etäiseltä ajatukselta hakea apua.

[Harry:] Miten sä itse näet, mun mielestä, jos ajattelen miten poikia kohdataan niin se usein vaatii tiettyä aktiivista otetta, eli tarkoitan sitä, että jos ajattelen omia poikiani niin usein on se, että ne tietävät mitä pitää tehdä, mutta ne eivät tee sitä ellei joku sano. Ja tuntuu, että on tällä hetkellä sillä tavalla vanhemmuus muuttunut, että olemme kauhean varovaisia, että nyt tehdään jotain.

Ja ennen kaikkea julkisessa vanhemmuudessa, yhteisöllisessä vanhemmuudessa, nimenomaan sitä, että hakeudut itse, mutta yläastelaisena miten näet, että pitäisikö nuorille miehille enemmän sanoa ja aktiivisesti ohjata, että hei, nyt tulet mun kanssa ja mennään juttelemaan? Näetkö sä sen sellaisena? Vai voiko se sitten ikään kuin sotia sitä tarkoitusta vastaan, että tulee sellainen, että en varmana lähde.

[Eevert:] Niin, ehkä jos se menee just siihen, että nyt me mennään hakemaan tähän apua, että tavallaan sen pitäisi kuitenkin olla itsestä lähtöistä mun mielestä ja pitäisi saada nuorille joku ammattilainen, johon ne voisivat luottaa ja tulla itse puhumaan. Sitten, jos se on pakotettua niin kyllä ajattelen, että siitä tulee haittavaikutuksia. Sitten, jos sä et kuitenkaan, vaikka se on monille nuorille miehille vaikeaa puhua omista ongelmistaan ja hakea apua niin myöskään pakottaminen ei yleensä tuota ihan niin hyvää tulosta ja sitten se tekee siitä aika vaikeaa.

[Harry:] Siinä on sellainen jännä, olen huomannut aikuistenkin miesten kohdalla kun olen tehnyt sosiaalityötä aikuis- palveluissa niin ikään kuin se pakottava tarve sosiaalityöntekijään on raha, mutta sitten siinä sivussa voi jauhaa jostain muusta ja ehkä jotenkin se, että mikä se pakottava tai se ohjaava voima on, täytyy aika tarkasti miettiä. Saan tuosta tosi hyvin kiinni, mutta jotenkin se, että asiakas on aina oikeassa mentaliteetti ei välttämättä tällä osastolla aina pelitä.

[Samuli:] Ja mietin, kun me tehdään terveystarkastuksia vaikka tietyin vuosiväliajoin niin miksei sitten voi tehdä samanlaista tsekkiä, että se on kaikille sama, tasavertainen, että kaikki käyvät vähän jutskailemassa. Käy kerran vuodessa juttelemassa koulupsykologin kanssa ihan muuten vaan. Toki resurssit tulee tässä varmasti vastaan, mutta ajatus siitä, että normalisoidaan siellä käymistä.

Sä puhuit tuossa äsken fyysisestä terveydestä niin meillähän on tämä fyysisen terveyden käyrä mennyt koko ajan ylöspäin, elinikä pitenee, mutta psyykkisen terveyden kohdalla se ei ole mennyt samaa voittokulkua, vaan siellä on haasteita. Meidän pitäisi ylipäättään suhtautua tähän mielen- terveyteen samalla tavalla kuin fyysiseen terveyteen. Käyn siellä kolesterolitsekissä, käyn katsomassa miten mulla menee. Että siinä olisi jokin rutiininomaisuus niin ehkä se arkeistuu sillä tavalla myös.

[Harry:] Monilla aikuisilla on kehitys keskustelut joka vuosi, niin miksei sitten voisi nuorillakin olla.

[Samuli:] Nimenomaan, just näin. Mun on pakko tarttua vielä näihin, kun täällä oli näitä, että pitää pärjätä yksin, apua ei saa hakea, mun ongelmat eivät ole riittävät. Vähättelyä, että pitää pärjätä ja purraan hammasta. Mistä tämmöiset ajatukset tulee? Miten te näette? Nämä on jotenkin sellaisia, tuntuu, että ne ovat sekä ulko- puolelta tulevia, mutta ehkä me myös itse vahvistetaan niitä?

[Harry:] Siis panssaroitu maskuliinisuus...

[Samuli:] No nyt täytyy selittää mitä tällä tarkoitetaan.

[Harry:] Arto Jokinen kirjoitti tällaisen kirjan, missä nimenomaan miehet ovat hyvin pitkään pukeneet haarniskaa. Ja se on osa tämmöistä miehisyiden perinnettä. Mistä se kumpuaa, niin on varmaan monista asioista. Meillä on tätä sotalapsi-taakkaa Suomessa ja jos ihan, olen aika paljon Pohjoismaissa töissä ja käyn työn puolesta Pohjoismaissa ja kyllä jotenkin näkisin sen, että ne sodan arvet tähän vaikuttavat. Ylipäättänsä Suomessa on minusta aika, me ihannoidaan sellaista tiettyä juroutta. Onhan tästä menty paljon eteenpäin, mä olen joskus, musta eri lätkäsukupolvia on hauska katsoa miten se ikään kuin on ollut.

Muistatko silloin aikoinaan, kun Teemu Selänne tuli ulos kaapista, että hän oli ollut päiväkodissa töissä? Niin se oli kauhean iso juttu ja oikeasti ainoa ikään kuin tämmöinen mies siihen aikaan. Sitten, kun katsoo MM-kisa- juhlintoja. Niistä en muista, olin itse silloin bänditreeneissä, kun ei lätkä kiinnostanut yhtään, mutta mikä se seuraava lätkä.

[Samuli:] -11.

[Harry:] -11, silloinhan se oli vähän sellaista överimeininkiä. Ja sellaista, jos nyt sanotaan, äijämeininkiä. Ja nyt viimeisin lätkäjuhlinta oli aika siistiä ja ainakin Kevin Lankinen jäi mieleen ihmisenä, joka on sivistynyt ja lukeva ja haastattelut, mitä luettiin, se ei ollut örveltämistä eikä muuta, vaan kauhean asiallista. Jotenkin tämä, kun katsoo tätä historiikkiä niin kyllähän me olemme niitä haarniskoja jättämässä pois monessa kohtaa. On jotenkin sellainen sallivampi meininki tulossa. Oltaisko me voitu tehdä tämä show 10 vuotta sitten? Olisiko mennyt läpi? Asiat ikään kuin menee eteenpäin.

Ja Hans Rosling, joka on tiedemies, sanoo, että hyvät jutut tai tärkeät asiat kehittyvät hitaasti, mutta ne kehittyvät. Ja ehkä haluaisin ajatella jotenkin näin toiveikkaasti, että kai se suunta on kuitenkin oikea. Toisaalta nämä ovat tämmöisiä, että miten nämä kehittyvät. Meillä on se hyvinvoiva porukka, jossa nämä kehittyvät ja sitten on se porukka, joissa vahvistuu tällaiset perinteiset ajatukset.

Voidaan mennä ihan politiikkaan siis. Kyllä voi olla olemassa samaan aikaan vihreät aatteet, jotka voimistuu, ja sitten on hyvin perinteiset arvot, vahvistuvat samanaikaisesti. Ja tuntuu, että nämä ristiriidat vain kehittyvät tässä niin, että kyllä on huolestuttavia juttuja, jos ikään kuin kehitys on sitä, että ne menevät myös eri suuntiin.

[Samuli:] Mites Eevert, vieläkö nuorten poikien ja miesten keskuudessa on tämmöistä, että pitää hampaat irvessä purra läpi vaikeuksien ja tuskan? Vieläkö tätä esiintyy?

[Eevert:] Kyllä olen sitä mieltä, että tuota esiintyy. Ja se ehkä myös ilmenee silleen, että se nähdään heikkoutena, jos sanoo etten nyt jaksa, vaan tolleen ite painaa läpi, koska se ei ole kuitenkaan se ihmisen ideaali elämäntilanne, että pitää yksin puskea kaiken läpi. Ja tavallaan mitenkään se, että koita puskea tunteet pois tai muuta, ei kuitenkaan ole ihmisellekään hyväksi ja sitten se kuitenkin näkyy muissakin asioissa.

Ehkä tavallaan se, että se usein nähdään just sellaisena, että on jotenkin hieno juttu, jos ei tunne mitään tai muuta, mutta ei se kuitenkaan ole eikä se tee hyvää ihmiselle tuolleen laittaa tunteet pois, mutta toisaalta se on ehkä helpompi vaihtoehto aika usein. Ja ehkä nuorille sellainen, että ajatellaan, jos nyt liikaa alkaa näyttämään tunteitaan niin sitten saa kuulla siitä ja se on jotenkin huono juttu. Tavallaan en tiedä onko siihen mitään ratkaisua, mutta onhan se ehkä sellainen, että kokee, että aika usein on sellaista, että pitäisi vain yksin puskea kaiken läpi, mutta toisaalta ei se nyt aina toimi silleen, eikä se varmasti tee hirveän hyvää ihmiselle.

[Samuli:] Niin, mä ajattelen, että tässä selviytymisessä ei jaeta mitään pisteitä. Sillä ei ole mitään merkitystä miten selviydyt, kunhan selviydyt. Selviydytkö yksin vai toisten tuella, ei näitä kannata arvottaa, ei sillä ole loppupeleissä mitään merkitystä. Tärkeintä, että päästään elämässä eteenpäin ja tuetaan omaa ja muiden jaksamista.

Tavoilla on loppujen lopuksi, se on täysin toissijainen juttu, että kunhan mennään eteenpäin ja voidaan paremmin niin se on tärkeää.

[Harry:] Aivan. Miten me tähän vielä puretaan sitten yhdessä?

[Samuli:] Mä ajattelen, että näin. Me keskustellaan näistä jutuista, myönnetään avoimesti myös tosi-asioita siitä, että jokainen meistä tuntee niitä tunteita. Tuntee pelkoa, häpeää, tuskaa. Se joka sen kieltää, valitettavasti, musta tuntuu, että valehtelee itselleen. Tai on ympäristössä missä ei näitä ole sallittavaa tuoda esille, mutta me ollaan, kun puhuttiin biologisista organismeista. Ne ovat vain meille tosiasioita, me tunnetaan juttuja. Ei sitä voi kieltää. Ja se, että silloin ollaan tosi huolestuttavan keskustelun äärellä, jos puhutaan, että en mä tunne tämmöisiä ja näin pois päin. Mun lempilauseita on se, että rohkeutta ei ole se ettei pelota vaan että toimii pelosta huolimatta. Tämmöisiä juttuja, me tarvitaan näiden asioiden tunnustamista.

[Harry:] Joo, ja sitten varmaan voi jokainen miettiä sitä, että jos joku ilmaisee heikkoutta niin miten sitä kukin siihen suhtautuu. Onko se, että tehdään siitä viitsiä ja vähätellään vai onko se oikeasti sitä, että pysähdytään ja kuunnellaan ja kenties nostetaan jopa jalustalle, että hyvä että tuli tämä asia eteen. Paljonhan on kyllä, musta tuntuu, sellaista että älä nyt. Sellaista mentaliteettia. Tässä varmaan jokainen voi katsoa itseänsä.

[Samuli:] Musta tuntuu, että moni jotenkin välillä ehkä vähättelee, pelkää, että mun pitää nyt ratkaista se sun ongelma. Vähän väistelee, kun useimmiten se riittää, että sä oot läsnä ja otat sen vastaan, sun ei tarvitse sanoa edes siihen välttämättä mitään vaan sä kuuntelet ja oot siinä, että no voi hitto. Ja sitten saattaa yllättäen ruveta siitä ympäristöstä löytymään niitä, jotka sanovat, että hei mullakin on ollut vähän hankalaa, muakin on tässä vituttanut viime aikoina, mullakin on ollut raskasta. Joku kun avaa sen pelin, usein sieltä löytyy paljon näitä tarinoita.

[Eevert:] Ja ehkä se, että nuorilla saattaa olla sellainen fiilis, että kaikki on vähän yksin näiden fiilisten kanssa, koska ei näistä silleen puhuta. Niin kun tavallaan mitä tässäkin on ehkä huomattu, nämä fiilikset on tosi yleisiä, vaikka niitä ei ehkä silleen jotenkin yleisesti näy tai niistä ei ehkä puhuta niin paljon ääneen. Mutta se ehkä myös tekee pahaa nuorille, jos ajatellaan, että jos ajatellaan, että olen ainoa joka kokee tälleen. Kuitenkin, kun suurin osa nuorista, on ollut samanlaisia fiiliksiä.

Ja toisaalta mitä tässä ollaan että se olisi jotenkin vähemmän miehekästä tai just esimerkiksi homous haukkumasanana ja kaikki tällainen. Niin se kuitenkin on myös sellaisia, että monet myös kokee niistä paineita ja tavallaan, että näistä ei vaan puhuta mun mielestä hirveesti, mutta kaikilla on näitä samoja

fiiliksiä monelta kannalta. Ja samat asiat koskee kuitenkin melkein kaikkia meistä ja just se, että näistä pitäisi oikeasti puhua. Saa myös sellaista vertaistukea ja tietää, ettei ole yksin näiden fiilisten kanssa.

[Harry:] Musta jakamisen, mitä just sanoit, että se, että kuulet kun joku muukin sanoo, että hei mulla on ollut vähän vastaava. Ei ihan sama juttu, mut vähän samanlainen, se on kauhean lohdullinen kokemus. Ehkä se varmaan on tässä nimenomaan, kun sanoit, miehethän varmaan haluaa, se on jotenkin miehen logiikan mukaista, että pitää ratkaista. Se varmaan ehkä nimenomaan on se, että ymmärretään se kuuntelu ja tilan antaminen keskeisenä. Ja nimenomaan jaettu kokemus siitä, että mullakin on ollut jossain kohtaa hankalaa.

[Samuli:] Ja jotenkin se, että musta tuntuu, että jos pelätään sitä myöntämistä, että mulla on ollut hankalaa tai mielenterveyden haasteita, että se on nyt tämmöinen asia mitä kannan maailman loppuun asti tai se on taakka, mitä kannan maailman loppuun asti. Oikeasti usein se apu vasta on tarjolla, kun sä pystyt sen asian sanomaan ääneen, kun pystyt kertomaan siitä jollekin, silloin sua pystytään auttamaan. Oli kyse haastavista tunteista tai mielenterveyden ongelmista niin useimmiten niiden asioiden kanssa pystyy elämään tasapainoista, normaalia elämää, kun saa siihen riittävää oikeanlaista tukea. Ei ne ole mikään kuolemantuomio. Se on tärkeää kans ymmärtää.

[Harry:] Joo, se on kyllä jännä, tosissaan se, ettei ole ongelma liian vakava, koska fakta nimenomaan on se, että miesten ongelmat nimenomaan on aika vakavia ja mikäköhän voisi olla sellainen viesti, että missä vaiheessa. Jotenkin pystyisi sanottamaan. Meillähän on valitettavasti, jos ajatellaan meidän palvelujärjestelmää niin usein pitää olla joku diagnoosi tai Wilma-tilastot jonkin tietyn rajan yli mennä, mutta mikä olisi sellainen viesti, että missä vaiheessa voi pyytää apua? Voisiko sen jotenkin sanoa ääneen?

[Samuli:] Kyllä ajattelen, että me ainakin sanoitetaan tuolla, että silloin kun susta siltä tuntuu. Ei siihen ole mitään sellaista mittaria, että silloin kun aloitetaan lauseet sillä, että musta tuntuu tältä, niin ei siihenkukaan voi sanoa, että tuo ei pidä paikkaansa. Se on sun kokemus siitä miten sulla menee ja jos sun kokemus on se, että nyt tuntuu, ettei mene hyvin tai on muuten paha olla niin silloin kannattaa hakea apua. Ei siinä vaiheessa, kun kaikki on mennyt jo päin prinkkalaa. Liian usein kuullaan se tarina, että mulla on nyt tässä mennyt viimeisen 10 vuoden ajan tosi päin persettä. Heti kun tuntuu siltä.

[Harry:] Voisiko myös ajatella siten, että miehet rupeaisi laittamaan itselleen tavoitteita? Siis jos ajatellaan, että ei ole nukkunut, ei syö hyvin tai ei koulussa mene hyvin niin voisiko sen ajatella käänteisesti, että haluan ikään kuin päästä tähän. Ja sitten sekin voisi olla riittävä syy saada apua, että konkreettisesti, jos mä en ole koko seiskalla tehnyt läksyjä ja nyt kasilla pitäisi tehdä läksyjä, niin jotta siinä onnistuisin, pitäisikö mun saada apua siihen.

[Eevert:] Joo. Ja just ehkä verrattavissa siihen, että monesti miehet saattaa olla esimerkiksi johonkin ulkonäköön tai että käyn nyt salilla enemmän, että mun fyysinen terveys paranee. Niin ehkä samalla lailla voisi olla, että käyn puhumassa jollekin, että mun henkinen terveys paranee. Ja just kuitenkin fyysinen ja psyykinen terveys on tavallaan, jos toinen menee huonosti niin sitten myös toinen menee huonosti. Ja

esimerkiksi psyykkinen terveys pitäisi nähdä vähintään yhtä tärkeänä osa-alueena kuin fyysinen terveys. Ja just sen takia samalla lailla pitää huolta siitä ja miettiä voisiko sitä jotenkin parantaa, voisiko siinä kehittyä.

[Samuli:] Olen ihan samaa mieltä. Ylipäätään varmaan kysymys on myös se, että miten voimme auttaa toinen toisiamme. Miten voidaan olla toisillemme läsnä. Kysyimme siinä kyselyssä myös että onko helppo kysyä kaverilta jaksamista, suurin osa sanoi, että ei. Pyritään siihen, että se helpottuisi, koska se voi pelastaa tosi monen nuoren tilanteen heikkenemisen, jopa pelastaa jonkun toisen hengen, että kysytään siltä kaverilta miten menee. Mutta myös, kun toinen kysyy niin koitetaan uskaltaa kertoa, jos menee jotenkin huonosti.

[Harry:] Mä oon paljon miettinyt sitä, kun nykyään meillä on nämä aktiviteettilelut taskuissa. Jos on vähänkin hiljainen hetki ja on tilaa, niin sitten on heti ruutu kädessä. En tiedä onko tämäkin sellainen asia, mihin pitäisi ehkä sillä tavalla miettiä, että siinä arkisessa kanssakäymisessä olisi niitä tiloja, joissa ei ikään kuin tapahdu mitään. Se kaikki ei ikään kuin olisi sitä, että koko ajan tehdään jotain tai katsotaan sitä ruutua, vaan jotenkin näin. Itselle tämä on ehkä konservatiivinen ja vanhan sedän ajatus..

[Samuli:] Mutta kuka tietää.

[Harry:] Olen miettinyt myös tämmöistä asiaa.

[Samuli:] Niinpä. Meillä alkaa loppua aika. Tässä on kuulkaa..

[Harry:] Just, kun päästiin vauhtiin.

[Samuli:] Nimenomaan, tämä oli uskomattoman hyvää keskustelua. Mä haluan jotenkin tähän loppuun vielä rohkaista jokaista kysymään omalta kaverilta, että miten sillä menee, kertomaan sille miten sulla menee että pidetään toisita huolta, koska ei näiden asioiden kanssa tarvitse olla yksin millään tavalla. Jaetaan nämä jutut. Useimmiten taakka joka on jaettu, on helpompi kantaa.

[Eevert:] Ja usein on myös sellainen tilanne, ettei niiden asioiden kanssa ole yksin. Usein monella on samanlaisia ajatuksia. Kuitenkin jos tietää, että jollain muullakin on samanlainen olo niin se yleensä auttaa, että tietää, että on joku muukin joka kokee samalla lailla.

[Samuli:] Ja me laitetaan videon deskiin auttavia tahoja, mihin voitte olla meidän lisäksi yhteydessä, missä voi myös keskustella näistä asioista, jos haluaa anonyymisti asioista jutella niin meihin voi aina olla yhteydessä. Kiitos Harry.

[Harry:] Kiitos. Oli tosi mukavaa.

[Samuli:] Aivan mahtavaa. Kiitos Eevert.

[Eevert:] Kiitos, kiitos.

[Samuli:] Kiitos myöskin katsojat. Ensi kerralla puhutaan sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuudesta. Tulkaa silloin kans mukaan. Pitäkää itsestänne huolta. Ensi kertaan!

(funk musiikkia)