

# Minä ja miehistä puhuvat naiset

Mitä tapahtuu, kun kymmenen toisilleen tuntematonta naista kokoontuu viikonlopuksi selvittämään miessuhteitaan ja avuksi otetaan psykodraama? Silloin ainakin sukellaan syvälle tunteisiin.

TEKSTI Minna Juti KUVITUS Laura Rautahaimo

**R**APPUKÄYTTÄVÄN seinään on kiinnitetty A4:lle tulostettu lappu *Minä ja miehet*. En löydä oikeaa reittiä, kun kulman takaa tulee leveäharteinen rakennusmies huomioliivissään ja viittaa peukalolla olkansa yli: ”Tuonne päin.”

Tunnen vajoavani maan alle. Miten hän näki päälle päin, minne olen menossa?

Leikki sikseen, vaikka onkin huvittavaa, että talo, jossa kolmen päivän mittainen Minä ja miehet -psykodraamaryhmä kokoontuu, vilisee hikisiä remonttimiehiä.

Ajatukseni ovat muutenkin ennakkoluuloisia, kun etsin hissini ovea: naiset kokoontumassa teemalla Minä ja miehet. Voisinko kuvitella miesjoukkoa pohtimaan viikonlopun yli aihetta Minä ja naiset? En.

En oikein tohdi katsoa ketään silmiin, kun astun huoneistoon, jonne saapuu eri ikäisiä naisia yksi kerrallaan. Olen ryhmään ilmoittautuessani sitoutunut anonymiteettiin ja vaihtioon. En voi koskaan paljastaa mitään, mitä saan tietää näiden naisten yksityiselämästä, kun he kohta antautuvat draaman keinoin eli

näyttelemällä tutkimaan elämänsä vaikeita hetkiä ja solmukohtia. Ujostelen ja pohdin, olenko valmis tähän? Pelkään, että joudun todistamaan nolottavaa sinisilmäisyyttä, johon naiset mielestäni usein sortuvat miessuhteissaan.

Ryhmän vetäjät, psykologit ja psykodraamaohjaajat Pirkko Hurme ja Leena Tarkkainen ohjailevat meitä istumaan löhösohville ja nojatuoleille puoliympyrään. Nuorimmat meistä ovat melkein tyttöjä vielä, vanhin kertoo avomielisesti ikänsä heti alkuun. Hän täyttää lähivuosina 70. Katson häntä ensin ihmetellen: eikö tämä miehistä vehtaaminen koskaan lopu? Sitten häpeän ajatustani ja ikärasismia. Rakkaus kuuluu kaikille.

**R**AKKAUDESTA ja parisuhteesta tässä on siis kysymys. Työskentelyn tavoitteena on oppia ymmärtämään, mikä miessuhteissa menee pieleen ja miksi. Kun draaman avulla kerrataan vaikka puolisoitten välisiä riitoja, tutkitaan samalla parin todellisuutta. Mitä riidassa oikein sanotaankaan? Mistä

se pohjimmiltaan kumpuaa? Ehkei se johdukaan siitä, että mies oli liian myöhään töissä. Ehkä todellinen syy on siinä, että nainen ei luota mieheensä, koska ei ole koskaan pystynyt käymään läpi edellisen parisuhteensa pettymystä. Ehkä pettymys juontaa vielä kauempaa jostakin lapsuutta värittäneestä asiasta.

Pirkko ja Leena esittäytyvät meille ensimmäisinä. He kertovat elämäntilanteestaan enemmän kuin odottavat meiltä muilta. Tummasta, komeapiirteinen Pirkko on yli kuudenkymmenen ja naimisissa tanskalaisen miehen kanssa. Hän jakaa aikansa Tanskan ja Suomen välillä. Omia lapsia hänellä ei ole, mutta hänen miehellään on nyt jo aikuisia lapsia aiemmasta liitosta.

Leena on Pirkkoa nuorempi. Siinä missä Pirkko liikehti hyväryhtisesti ja valitsee selkeän kohteen katseelleen, Leena istuu tuoliin, työntää jalkansa eteen, ristii käntensä vatsansa päälle ja nauraa vaaleita kiharoitaan heilautellen. Hän on naimisissa toista kertaa ja kahden lapsen äiti.

Molemmat puhuvat miehistään kauniisti. Ainakin sen perusteella heidän parisuhteitaan voi olettaa onnellisiksi.

Aikaisemmat kokemukseni psykodraamasta eivät ole pelkästään mukavia. Olen ollut joskus mukana tilanteissa, joissa menetelmä on lipsahtanut julmaksi ja vaaralliseksi tunteilla leikkimiseksi. Ohjaaja ei ole silloin ymmärtänyt vastuutaan ja muistanut psykodraaman tärkeää sääntöä: draaman päähenkilöä eli häntä, jonka elämää käydään läpi, ei saa koskaan moittia tai nolata.

*Kohta antaudumme näyttelemällä tutkimaan elämän vaikeita hetkiä ja solmukohtia. Olenko valmis tähän?*

Kun Pirkko ja Leena pääsevät vauhtiin, huomaan kummankin vetävän draamoja selaisella varmuudella ja hienotunteisuudella, etten voi kuin ihaila ammattitaitoa. Tajuan ettei psykodraaman tarvitse olla kiusallista.

**A** LOITAMME haastattele-  
malla toisiamme kahden  
kesken. Sen jälkeen on  
ensimmäinen draama-  
harjoitus, kun esittelemme  
parimme näyttämällä  
häntä. Huvitun kun oma kumppanini ensi-  
mäiseksi ristii käsivartensa rinnalleen. Tunnis-  
tan asentoni.

Ohjaajat lupaavat, että viikonlopun aikana  
ehdimme kokea ehkä viisi henkilökohtaista  
psykodraamaa. Niitä ei ikinä analysoida heti,  
joten seuraavalle päivälle on jätettävä siihen  
aikaa. Ohjaajat eivät huolestu, vaikkei jokainen  
saa mahdollisuutta omaan psykodraamaan,  
sillä harvoin kaikki mukana olevat edes halua-  
vat sitä. Monia jo toisten työskentelyn seura-  
minen auttaa omien ongelmien näkemisessä.

Kuka meistä uskaltaa aloittaa? Joukkomme  
kuopus ilmoittautuu heti halukkaaksi.

Ohjaajat esittelevät psykodraaman perus-  
teita ja kertovat sen vaikutuksesta. Oman  
draamatyöskentelyn jälkeen on syytä ottaa  
rauhallisesti, sillä draama vie voimia. Jopa  
alkoholia kannattaa välttää, sillä se saattaa  
vaikuttaa poikkeavasti, kun elimistö käy yli-  
kierroksilla.

Leena keskustelee kuopuksemme kanssa,  
ja hänen elämäntilanteestaan määrittellen se,  
mitä psykodraamassa lähdetään tutkimaan.  
Tunnistan tarinassa yhtymäkohtia nuoruuden  
kipeään parisuhteeseeni. Olisiko psykodraa-  
masta ollut silloin apua? Kyllä, jos se olisi  
saanut minut uskomaan sen, minkä jo tiesin  
mutta en vain suostunut uskomaan.

Draama alkaa näyttämön lavastamisella,  
johon Leena suhtautuu yllättävän sinnikkäästi.  
Hän kysyy päähenkilöltä yksityiskohtia ja  
tarkistaa sängyn ja pöydän paikkaa. Ymmär-  
rän, että tarkasti suunniteltu näyttämö konk-  
retisoi tapahtumia.

Me muut asetumme yleisöksi. Sitä ennen  
päähenkilö kuitenkin valitsee joukostamme  
apuhenkilöt eli roolittaa oman tarinansa.  
Näyttämölle tarvitaan isää, äitiä, aviomiestä,  
rakastajaa, anoppia, exää... Odotan kauhusta  
kankeana, en viihdy apuhenkilön roolissa.

Kun tarina lähtee vauhtiin, Leena on tark-  
kana. Hän vie draamaa eteenpäin muun muas-  
sa vaihtaen rooleja: päähenkilö joutuu hyp-  
päämään sen henkilön rooliin, jota on juuri  
syyttänyt rajusti. Toisena henkilönä annettu  
vastaus pakottaa katsomaan tilannetta uudes-  
ta kulumasta. Tiukan paikan tullen Leena  
hyppää itse mihin tahansa rooliin.

## *Tunnistan yhtymäkohtia nuoruuden kipeään parisuhteeseeni. Olisiko psykodraamasta ollut silloin apua?*

**R** AJUIMMAN ja kosketa-  
vimman psykodraaman käy  
läpi noin 45-vuotias **Elina**  
(nimi on muutettu). Hän on  
eronnut kahden lapsensa  
isästä puolitoista vuotta  
sitten. Liitto oli tuntunut jo pitkään epätydyt-  
tävältä, mutta silti hän järkyttyi, kun mies  
eräänä päivänä ilmoitti, ettei tule enää kotiin  
vaan on löytänyt uuden kumppanin.

”Eron jälkeen minun on ollut vaikea saada  
kosketusta suruuni. Raivoa ja vihaa osaan kyl-  
lä tuntea. Ajattelin, että ehkä psykodraama  
auttaisi minua saamaan kosketuksen tuntei-  
siin, jotka kiellän. Toivoin, että pääsen sen  
avulla vihaan ja katkeruuteen jähmettyneestä  
tilastani eteenpäin”, Elina selittää.

Pirkko on Elinan draamaohjaaja. Hetkessä  
hän nappaa kiinni tilanteeseen, jossa Elina  
edellisen kerran on tavannut miehensä. Muu-  
taman tuolin avulla he lavastavat tapahtuman  
ja sitten alkaa räiskyä. Tarina haarautuu kah-  
deksi kohtaukseksi: tapaamiseksi kaupungilla  
ja olohuoneessa käytäviksi keskusteluiksi.

”Draama ja sen flow veivät minut täysin  
menessään”, Elina muistelee pari kuukautta  
ryhmän kokoontumisen jälkeen.

”Pystyin eläytymään avioliittoni viimeisten  
vuosien tunkkaiseen ja loputonta turhautunei-  
suutta aiheuttaneisiin tunnelmiin, siihen  
suoranaiseen inhoon, jota jo tuolloin tunsin  
miestäni kohtaan. Olin tavattoman pettynyt  
häneen sekä miehenä, puolisona että varsin-  
kin lasteni isänä.”

Elina koki voimaannuttavaksi, että pystyi  
itse vaikuttamaan draaman etenemiseen ja  
lopputulokseen. Tunteen hän siirtää suoraan  
omaan elämäänsä.

”Ei ole pakko jäädä katsomaan taaksepäin.  
Katseen voi kääntää toiseen suuntaan. Ensin  
ehkä sivulle ja tähän hetkeen ja sitten pikku-  
hiljaa eteenpäin”, hän sanoo.

Jälkeenpäin takki tuntui pitkään tyhjältä.  
”En ajatellut ex-miestäni viikkokausiin  
oikeastaan lainkaan. Vasta lapsen rippijuhlat  
muutamaa viikkoa myöhemmin laukaisivat  
ahdistavat tunteet uudelleen. En mennyt juh-  
laan, koska en voinut kohdata miestäni. Noin  
viikon mittaisen ’repsahduksen’ jälkeen pys-  
tyin kokoamaan itseni. Viime aikoina olen  
jopa onnistunut vähän itkemään ja suremaan  
joutumatta pelottaviin surun syövereihin.”

Draamansa ohjaajaa Elina kiittää.

”Pirkko otti ihailtavasti ohjat käsiinsä,  
mutta antoi minun kuitenkin päättää tärkeistä  
tilanteista, repliikeistä ja lopputuloksesta.  
Minua psykodraama auttoi selvästi. Hyödylli-  
sintä oli havaita, että voin ottaa aktiivisen  
ohjaajan roolin tunne-elämässä ja varsinkin  
suhteessa elämäni miehiin. Ei ole pakko jäädä  
passiiviseksi sivustakatsojaksi, tunteiden ja  
miesten vietäväksi”, Elina sanoo.

**M** IKSI MINÄ LÄHDIN  
psykodraamaryhmään?  
Hain ehkä vahvistusta  
käsitkselleni, että me  
naiset jaksamme vatvoa  
miehiä loputtomasti. Ja  
ongelmamme pysyvä vuodesta toiseen samana:  
miksi hän ei rakasta minua - ei ainakaan niin  
kuin minä haluaisin?

Kurssi toimi myös peilinä. Olen elänyt las-  
teni isän kanssa kohta 30 vuotta. **Erinin Vanha  
nainen hunningolla** -laulun sanoitus saa minut  
yhä miettimään elämäni. Toisten tarinoinhin  
osallistuminen pakotti minut pohtimaan omaa  
tilannettani, mikä on hyvää ja miten voin työ-  
stää huonoa paremmaksi.

Tullessani ujostelin ja epäilin. Pian häm-  
mästyin naisten avoimuutta ja keskinäistä  
vilpittömyyttä. Kaikkeen paljastuneeseen  
suhtauduttiin arvostavasti. Kävimme yhdessä  
lounailla, mutta tauoilla kukaan ei ottanut  
puheeksi mitään, mitä ryhmässä oli puhuttu.

Oman kaksoisroolini Leena ja Pirkko  
paljastivat heti kurssin alussa. Sovimme, että  
jos joku ei halua toimittajaa paikalle, lähdän  
pois. Yksimielisellä päätöksellä sain jäädä.

**P** ÄÄTÖSTEHTÄVÄNÄ  
valitsemme jokainen isosta  
kasasta kuvan, joka  
parhaiten kuvaa toiveittemme  
tulevaisuutta. Kun näytän  
kuvani ja kerron siitä, yksi ryh-  
män jäsenistä tulee luokseni ja halaa minua:

”Olen niin iloinen, että otit juuri tuon  
kuvan”, hän sanoo.

Kuvaa en voi tässä paljastaa. Se kuuluu  
intimiteettisuojaani piiriin. Ryhmäläisistämme  
sanon, että upeita naisia! ♦

► [www.psykodraama.fi](http://www.psykodraama.fi), [www.pirkkohurme.com](http://www.pirkkohurme.com),  
[www.parmake.fi](http://www.parmake.fi)