

Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä. Julk. 16.3.2007.
www.koyhyyskirjoitukset.org Kirjoittaja: Marko From

Erään köyhän mielenterveyskuntoutujan tarina

Olen vuonna -67 syntynyt turkulainen mielenterveyskuntoutuja. Taustaltani olen keskiluokkaisesta, hyvin toimeen tulleesta perheestä. Niin kauan kuin muistan suvussamme on arvostettu kovaa työntekoa, säästäväisyyttä ja tarkkuutta. Kasvoin kohti aikuisuutta siinä uskossa, että kun kovasti itse yrittää, menestyy ja vaurastuu. Koulussa pärjää, kun lukee ja panttää, ja rahaa saa kun tekee yötä päivää ahkerasti töitä eikä laiskottele.

Elin hyvin suojatun lapsuuden. Näin harvoin, jos koskaan, elämässään epäonnistuneita, murtuneita tai maahan lyötyjä ihmisiä. Ensimmäiset, ja kai samalla lapsuuteni ainoat muistikuvani köyhistä, päihdeongelmaisista tai sairaista, sain luultavasti kävellessäni isoäitini kanssa keskikaupungilla. Isoäitini kieltäytyi päättäväisesti oikaisemasta puistojen poikki, koska puistojen penkeillä istui puliäijjiä. Kun kysyin, mitä puliäijät on, isoäitini kertoi miehestä joka istui paikallaan, huitoi käsillään ilmaan ja yritti siepata pieniä miehiä kiinni. Siitä lukien opin pelkäämään sairaita, juoppoja ja köyhiä. Olin varma että köyhät ovat omituisia olioita jotka istuvat puistojen penkeillä räkäkännissä huitomassa tyhjä katse silmissään tyhjä.

Tiesin jo peruskoulussa että minussa on jotain vialla. En pystynyt keskittymään opetukseen ollenkaan, en niihinkään aineisiin jotka itse asiassa tuntuivat minusta hauskoilta. Olin hyvin umpimielinen, herkkä ja haavoittuvainen lapsi. Pillahdin itkemään vähimmästäkin mahdollisesta syystä. Elin enimmäkseen omissa maailmoissani, ja paras ystäväni oli vilkas mielikuviutus. Yläasteella olin pudonnut kelkasta jo aivan kokonaan. Suurin osa siitä mitä opettajat puhuivat oli minulle aivan käsittämätöntä siansaksaa, ja tiesin jo että ylioppilasta minusta ei tulisi koskaan. Fysiikka? Kemia? Imperfekti? Preesens?

Elettiin -80 luvun puoltaväliä. Arvosanani olivat pohjalukemissa - hyvä kun selvisin luokalta toiselle. Mitään erityisopetusta en saanut, eikä opettajia tuntunut kiinnostavan selvisinkö koulutehtävistäni tai kokeista, vaiko en. Koulun terveysisar sen sijaan poimi minut mukaansa aina silloin tällöin. Useimmiten emme puhuneet mitään. Terveysisar mittasi verenpaineeni, kuunteli sydäntäni ja punnitsi minut, siinä kaikki. Olin jyrkästi alipainoinen ja hyvin hiljainen.

En koskaan häirinnyt opetustunteja - jos olisin häirinnyt, olisin luultavasti saanut apuakin. Ainakin näin monen väkivaltaisen ja kovaäänisen häirikköoppilaan pääsevän pienempiin opetusryhmiin. Itse en päässyt niihin mukaan koskaan.

Aloitin ammattikoulun vuonna -83. Erinäisten sattumien kautta päädyin opiskelemaan kirjapainoalaa, vaikka tiesin että en koskaan tulisi toimimaan päivääkään painajana - kuten en ole toiminutkaan. Ammattikoulu sujui minulta yhtä heikoin tuloksin kuin oli sujunut peruskoulukin. Pelkäsin koneita ja moottoreita. Vain hyvin harvat painotyöt valmistuivat onnistuneesti minun käsieni kautta. Koulusta oli tosin se hyöty että myöhemmin kun aloin tehdä omakustannekirjoja, minulla oli kohtalaiset valmiudet ymmärtää ainakin jotakin siitä, mitä hyvän painotuotteen aikaan saamiseksi tarvi-

taan.

Tarvitsin apua, mutta en tiennyt mistä sitä hakea. Etsiydyin kirkon piiriin. Osallistuin parin vuoden ajan aktiivisesti seurakuntanuorten toimintaan, ja päädyin töihin leiriohjaajaksi erääseen leirikeskukseen. Tein siellä pisimmän yhtäjaksoisen työjaksoni, mitä milloinkaan olen tehnyt, yli vuoden ja nautin työstäni kovasti. Toimenkuvaani kuului leikittäminen, laulattaminen, pissattaminen, pyörätuolipotilaiden nostelu, liikuntavammaisten tukeminen ja kävelyttäminen jne. Sain palkkaa kuukausittain, eikä raha ollut minulle ongelma. Rahaahan oli aina. Asuin vielä kotona, ja saatoin huoletta ostaa yhtä ja toista nuorelle ihmiselle tärkeitä asioita: kasetteja, levyjä, runokirjoja, värikkäitä vaatteita, hienoja kenkiä tai vaikkapa käydä syömässä ulkona ravintolassa.

Rinnakkain kyseisen työn kanssa aloitin terapian Nuorisoasemalla. Halusin kiihkeästi selvittää, mikä minun on, sillä korvieni välissä tunsin oloni jatkuvasti kaikesta huolimattakin koko ajan huonontuvan. En ollut normaali. Olin erilainen, vaistosin ja tunsin sen selvästi. Seurakuntien suunnalta oli tullut viestiä että työtä ei olisi enää pitkään tarjolla, ja se painoi mieltäni kovasti. Olin tuntenut olevani luonnon kauniilla paikalla Kaksikerrassa meren rannalla sijaitsevassa leirikeskuksessa suojassa pahalta ja pelottavalta oikealta maailmalta kuin herran kukkarossa. Tiesin, että normaalielämä ei tulisi minulta leiriohjaajan työn loputtua sujumaan - kuten ei sitten tullutkaan. Minun oli muutettava pois lapsuudenkodistani.

Etsin omaa asuntoa, ja lyhyen etsiskelyn jälkeen päädyin pieneen kahdenkymmenen viiden neliön hellahuoneeseen asumaan. Vuokra oli viisisataa sen aikaista markkaa kuukaudessa. Minulla ei ollut omaa vessaa eikä suihkua. Lämmintä vettä ei tullut. Talvella huoneen lämpötila saattoi laskea - 15 asteeseen, jopa alemmas, vaikka olisi kakluunissa polttanut puita kuinka.

Ilmoittauduin työttömäksi työnhakijaksi työvoimatoimistoon ja vähän myöhemmin sosiaalikeskuksen asiakkaaksi. Terapiani eteni kompuroiden, enkä kokenut saavani siitä sellaista apua jota olisin kaivannut. Minut vapautettiin armeijasta paniikkihäiriön ja jonkinlaisen epämääräisen yliherkkyyden vuoksi, joka sinänsä oli helpotus, mutta toisaalta olin huomaamattani päätenyt aste asteelta elämään elämää jossa en kulunut mihinkään, enkä kokenut itseäni tervetulleeksi minnekään. Kukaan ei tuntunut kiinnostävän huomiota siihen, mitä minulle tapahtui. Olin vasta kahdenkymmenen, mutta ulkonäköni alkoi rapistua. Vähäiset tukirahani menivät kaikki vuokraan, lämmityskuluihin ja ruokaan.

Elettiin Kourin ja Tuunasten aikoja. Oli nousukausi ja töitä ja mahdollisuuksia oli tarjolla vaikka kuinka, niille joista johonkin oli. Minusta ei ollut mihinkään. Kolme ja puoli vuotta terapiaakaan ei ollut tehnyt minusta yhtään entistä terveempää, pikemminkin vointini oli vain heikentymistään heikentynyt, ja lääkitykset joita sain olivat aina tilapäislääkityksiä, vaikka selkeästi olisin tarvinnut pysyvän psyykelääkityksen, plus terveydentilani uudelleen arvioinnin kaiken kaikkiaan.

En usko terapeuttini ymmärtäneen ahdistukseni, tuskani ja masennukseni syvyyttä. Minua hoidettiin pikemminkin myöhäismurrosiän ongelmista kärsivänä keskenkasvuisena pojakoltiaisena, kuin oikeana mielisairaana. Sen puolesta puhuu sekin, että

vielä noihin aikoihin en kertaakaan ollut sairaspäivärahalla tai missään kuntoutuksessa Laitoshoitoon minua ei liioin ohjattu. Mielensterveysyhdistyksistä ja niiden toiminnasta en myöskään saanut mitään tietoja.

Aloin linnoittautua yhä pidemmiksi ajoiksi kämppääni. Terapiani loppui, terapeutini jäätyä äitiyslomalle.

Omia huonekaluja minulla ei ollut, enkä minä niistä haaveillutkaan. Edellisten asukkaitten jäljiltä oli jäänyt jotain vanhaa roinaa. Istuin päivät pitkät ikkunan edessä tupakoiden ja kirjoittaen ja lukien, täyttelin aina välillä apurahakaavakkeita, ja yritin rustailla kokoon pieniä omakustannerunokokoelmia ja mietin että voiko tästä mitenkään ponnistaa eteenpäin. Voiko?

Tein joitakin tilapäistöitä. Olin mm. purjopellolla, mansikkapellolla, varastomiehenä, kotiaavustajana ja laitosapulaisena eri päiväkodeissa. Kaikki tienamani rahat meni kuitenkin siinä kohtaa jo syntyneisiin velkoihin, erääntyviin laskuihin tai alkoholiin ja peleihin.

Minulle oli alkanut kaiken sivussa kehittyä hyvin vaikea päihde- ja uhkapeli ongelma.

Tasaisin väliajoin otin yhteyttä eri mielensterveystoimistoihin, terveyskeskuslääkäriin ym. mutta joka kerta apu jäi tilapäiseksi. Minulle ei viestitetty että tilanteeni saattaisi kaivata jotain syvempääkin tutkiskelua, ei, vaikka itse kaipasin kovasti kunnollista diagnoosia siitä että mikä minua vaivasi. Miksi en kyennyt suoriutumaan arjesta kuten tavalliset ihmiset?

Kehitin monia keinoja selviytyäkseni ilman rahaa. Jos kengistä esimerkiksi petti pohja, löin sen vasaralla ja naulalla takaisin kiinni. Kaikki lukemani lehdet hain roskalaukosta, ja tyhjiä pulloja keräilin periaatteessa vähintäänkin puolipäätoimisesti. Syksyisin noukin mustikkaa ja puolukkaa, ja kalastelin aina kun siihen tarjoutui tilaisuus. Viljelin tuttavien tontilla porkkanaa, punajuurta, sipulia, lanttua, selleriä, palsternakkaa jne.

Mistään avustusjärjestöistä en vielä tuolloin, alle kolmekymppisenä tiennyt mitään. Tosin työttömien ruokalan löysin vähää myöhemmin, ja kävinkin siellä muutaman kerran.

Vuodet vierivät. Pääsin asumaan parempaan asuntoon. Sain kaksion Halisista itäisestä Turusta.. Nyt minulla oli oma suihku, vessa ja lämmin koti. Terveysteni oli kuitenkin entistä heikompi. Täytettyäni kolmekymmentä vuotta, oli henkisen puolen lisäksi pettänyt jo fysiikkakin. Yritin hoitaa itseäni vähentämällä juomista ja tupakointia, ja kuntoilemalla parin vuoden ajan aktiivisesti, mutta pitkällä tähtäimellä siitä ei ollut apua. Mielensterveyteni oli romahtanut tyystin. En hallinnut oireitani enkä itseäni enää lainkaan. Pahimmassa vaiheessa näin jo näkyjäkin, erityisesti öisin. Kaikki mahdolliset karvaiset eläimet ja enkelit ja pirut tuli tutuiksi.

Raha-asiani olivat edenneet perintätoimistoilta voudille, jonne oli kertynyt maksetta-

vaa n. 16.000 mk + henkilökohtaiset vipit ja lainat päälle, joita oli varmasti saman verran. Millään ei tuntunut olevan enää mitään väliä. Laskuja tuli tasaiseen tahtiin, mutta olin jo ajat sitten lakannut avaamasta edes kirjekuoria. Oikeita ystäviä minulla ei ollut jäljellä ollenkaan, tai ne jotka oli, olivat yhtä pahassa jamassa kuin minäkin. Vaimoni oli pakannut kuuden vuoden yhteiselon jälkeen laukkunsa ja lähtenyt.

Mutta tapahtui jotain hyvääkin sentään. Pääsin melko pitkälle laitospulaisen sijaisuudelle päiväkotiin ja tein voudin kanssa maksusopimuksen. Minulle oli kunniasia selvittää kaikki rahasotkut niin pitkälle kuin suinkin.

Vuoden -94 tai -95 (?) olin kokopäivätyössä tauotta. Palkastani meni kolmasosa velan lyhennykseen, mutta työn loputtua olin voudin silmissä velaton mies. Tosin olin entistä köyhempi toisesta päästä. Palkastani oli jäänyt niin vähän omaan käyttöni rahaa, että periaatteessa isoäitini oli enimmäkseen auttanut minua kaikissa tavallisiin laskuihin ja ruokamenoihin liittyvissä asioissa. Mitään vaatteita, pesukoneita, mikroja, huonekaluja ym. en ollut voinut kuvitellakaan hankkivani. Päinvastoin, olin joutunut myymään kaikki levyini, kirjani, stereot, kitaran jne. osto- ja myyntiliikkeisiin.

Asuntoni oli koruton näky. Pahimmassa vaiheessa minulla oli siellä melkein pelkääntään pirttipöytä ja rämä televisio, joka olisi saattanut syttyä palamaan hetkenä minä hyvänsä.

Miten nyt? Viisi vuotta sitten tutustuin nykyiseen vaimooni, joka on myöskin köyhä. Yhdessä olemme kuitenkin kyenneet luomaan kauniin ja turvallisen kodin, vaikka meillä ei olekaan rahaa. Ristikkäin tutustumisemme kanssa minä pääsin hyvään hoitoon Kupittaaan mielenterveyskeskukseen, ja sain lääkityksen joka on toiminut minulla jo kolmen vuoden ajan. Olen ollut viisi vuotta pelaamatta ja neljä vuotta juomatta. Kirjoitan ja luen nykyisin ahkerasti, ja seuraan aktiivisesti aikaani. Kuulumme tällä hetkellä molemmat vaimoni kanssa työvoimatoimistossa työttömiin työnhakijoihin, mutta näyttää siltä että minut siirretään lähiaikoina sairaspäivärahalle.

Kaksisuuntainen mielialahäiriö, lienee lähimpänä oikeaa kuvausta siitä, mitä tautia minä sairastan. Lääkkeiden avulla olen nyt kuitenkin kyennyt suhteellisen normaaliin elämään, enkä nykyisin tee sellaisia asioita, jotka vaikeuttaisivat elämäntilannettani entisestään. Vaimoni on tässä paras tuki ja turvani. Meillä on hyvä ja lämmin suhde. Kunnioitamme ja rakastamme toisiamme. Puhumme kaikista asioista avoimesti. Katsoimme tarkkaan jokaisen euron, mihin sen panemme. Elämme päivän kerrallaan. Emme haaveile suuria. Olemme hakeneet ruokakasseja työttömien tiloista aina joskus, ja niistä on ollut suuri apu. Sinnittelemme korvauksesta toiseen. Velkaa ei onneksi ole, ja sen olemme päättäneet yhdessä että sitä ei tule olemaankaan. Olen kirjoittanut ja julkaissut viimeisen parin vuoden aikana kirjoja sekä lehtiartikkeleita syrjäytyneiden ja mielenterveyskuntoutujien asioista ja saanut siitä elämän sisältöä kovasti. Jonkin aikaa saatoin olla poissa kortistostakin saamieni pienien apurahojen vuoksi.

Mitä odotan tulevaisuudelta? Sitä että pysyisin kunnossa, enkä tekisi mitään tyhmyyksiä. Sairauteni on petollista laatua. Sen kanssa voi kyllä elää, mutta koskaan ei

voi olla huomista varma että mitä se pitää sisällään. Koko ajan on oltava tarkkana. Pillerit on muistettava ottaa ajallaan. Emme kärsi vaimoni kanssa nälkää, mutta mitään luksusta emme voi tehdä juuri lainkaan. Ulkona emme ole käyneet syömässä aikoihin, ja uusia vaatteita hankimme vain jos on ehdoton pakko. Kierrätys toimii, tällä alueella jolla asumme, tehokkaasti. Jos joku esim. hylkää jonkin huonekalun muuttaessaan pois, katsomme tarkkaan, siinä missä naapuritkin, että olisiko tuosta tuolista tai sohvasta tai hyllystä vielä meille jotakin hyötyä.

Miten hemmottelemme itseämme? Olemalla uskollisia, ja painautumalla toisiamme vasten.