

JOUKON TARINA – ELÄMÄÄ LUKI –VAIKEUDEN KANSSA

JOUKO RÄSÄNEN

Pari vuotta sitten, kun olin 54-vuotias - neuropsykologin testeissä selvisi, että minulla on lukihäiriö. Erilaisuuteni, jota olin pohdiskellut jo kymmeniä vuosia, sai vihdoinkin nimen. Sitä, onko lukihäiriö – termi oikea ja riittävä nimi ongelmalleni – on vaikea sanoa. Minulla on monia muitakin oireita. Ja jokainen voi tarinani luettuani miettiä, ovatko nuo muut oireet lukihäiriön liitännäisoreita, vaiko päinvastoin.

Jo pienenä lapsena tunsin itseni usein turvattomaksi; pallo oli jotenkin hukassa. Ensimmäiset muistikuvat erilaisuudestani liittyvät puheenkehitykseni viivästymiseen. Ensimmäiset sanani puhuin

n. 3-vuotiaana. Itse en tuolloin ymmärtänyt ongelmani olemassaoloa. Minua vain ihmetytti ihmisten päivittely - ”mikähän tuolla on, kun se ei puhu”.

Seuraava ongelmani aloitti kuitenkin elämän mittaisen alamäen. En oppinut lukemaan samaan tahtiin muiden koululaisten kanssa. Koulussa oli kuitenkin pakko yrittää lukea ääneen vaikken osannutkaan. Se oli hyvin kiusallista ja noloa. Seurauksena oli häpeää ja ahdistusta. Aloin pelätä kouluun menoa. Monet yöt nukuin huonosti ja aamuiset koulumatkat taittuivat itku kirkussa, kun tiesin lukutunnin olevan taas edessä.

Tähän väliin, haluan jo korostaa, että elämäni ei kaatunut suinkaan tähän lukiongelmaan, vaan vaikeuksia tuottivat erityisesti sitä seuranneet toissijaiset ongelmat, kuten itsetuottamuksen puute ja sosiaalinen jännittäminen. Jos vanhemmillani olisi ollut enemmän aikaa tukea ja auttaa minua, itsetuntoni ja minäkuvani eivät ehkä olisi vääristyneet näin pahoin. Mielestäni isälläni oli myös samankaltaisia oireita, kuin minulla. Olen tässä siis syyllistänyt nyt opettajat ja vanhemmat. Seuraavanahan vuorossa olisivat tietenkin psykologit, työnantajat, geenit, kohtalo jne. Ellen ajattelisi, että jossain vaiheessa tulee myös

ottaa vastuuta itse itsestään.

Keskikoulussa olin luokkani paras matematiikassa ja tykkäsin kovasti kuvaamataidosta. Kielissä oli kuitenkin todella heikko. Luku- ja kirjoitusvaikeuksien lisäksi muutkin neurologiset oireeni alkoivat haitata koulunkäyntiäni. Ongelmia tuottivat esimerkiksi kuullun ymmärtäminen ja muistaminen. Työmuistini toimi muutenkin välillä puutteellisesti. Puheen tuottaminen oli vaikeaa, sanoja täytyi hakea ja suun motorikassa oli ongelmia. Ajatteluni oli hidasta, jonomaista ja juuttuvaa. Harjaannuttamista olisivat kaivanneet myös karkeamotoriikkani sekä rytmitajuni.

En ole asiantuntija, mutta olen ymmärtänyt näiden hyvinkin erilaisten ongelmien takana olevan yhteisenä selittäjänä keskushermoston puutteellisen kyvyn käsitellä aistitietoja. Kirjoissa puhutaan sensorisen integraation häiriöstä. Sillä lienee myös vaikutuksensa ajan ja paikan hahmotusongelmiin, minätunteen ja läsnäolon tunteen tiedostamiseen sekä yleisemmin tunteiden ymmärtämiseen ja käsittelyyn. Kun aikaisemmin kerroin lapsena paljon olleen jotenkin hukassa, oletan kyseen olleen juuri tästä – sensorisen integraation häiriöstä, jonka seurauksena koin ”minättömyyttä”. Tietenkin myös kielen kehityksen



Joukon tarina jatkuu...

viivästyminen on voinut vaikuttaa tähän tunteeseen - kun ei ole kieltä tai sanoja, todellisuuden käsittely on puutteellista.

Palatakseni vielä takaisin keskikouluun. Koin koulumaailman muuttuvan entistäkin vastenmielisemmäksi. Seurauksena ongelmia kasaantui ongelmien päälle. Minusta tuli melkoinen kouluhäirikkö. Yritin häiritä varsinkin kielten tunteja, ettei osamattomuuteni olisi paljastunut. Sain kuitenkin keskikoulun - vaivoin - läpäistyä ja suunnistin 16-vuotiaana maalta kaupunkiin työelämään. Kivinen tie jatkui ehkäpä vieläkin kivisempänä. Elämönhallintani oli monin tavoin puutteellista työnteon ja itsestäni huolehtimisen osalta.

Työssä ollaan aina enemmän tai vähemmän tekemisissä ihmisten kanssa. Vuorovaikutus, kommunikointi ja sosiaaliset taidot joutuivat koetukselle - minulta ei "smooltookki" onnistunut. Väärinkäsityksiä tuli työkavereiden kanssa ja pahimmillaan myös asiakkaiden mielenpahoituksia. Kaikkinensa työssä "hoksottimien" pitäisi olla kirkaat ja nopeat. Työelämä on jatkuvassa kehityksessä ja muutoksessa - uutta olisi opittava vaivattomasti. Oppimisvaikeus ja lukihäiriö rinnasteaankin monissa yhteyksissä samaa tarkoittaviksi asioiksi.

Olin jo kouluaikoina omaksunut epävarmuuden ja pelon itselleni. Ne kasvoivat helposti työssä tapahtuvien virheiden ja kammellusten myötä. Jännittämisen ja ihmisten pelkäämisen kierre oli valmis. Itseluottamus oli niin pohjalukemissa,

että se vaikeutti jo normaaleja arkisia toimia - kuten vaikkapa pankissa asiointia tai lääkärissä käyntiä. Alkoholiliiallinen käyttö, sosiaalinen eristäytyminen ja masentuneisuus olivat minulle tuttuja ilmiöitä.

Lopulta, n. 20 vuotta sitten ollessani 35-vuotias jännitys ja paniikkikohtaukset ajoivat minut mielenterveystoimistoon. Sain hieman terapiaa ja lääkkeitä, joiden turvin pystyin jatkamaan työssä käyntiäni. Harmillista asiassa oli se, että hoidossa huomioitiin vain toissijaiset oireeni - jännitys ja masennus, eikä pureuduttu niiden takana oleviin synnynäisiin neurologisiin syihin. Niinpä aikaa kului vielä pari vuosikymmentä, ennen kuin ongelmani sai virallisen nimen - lukihäiriö - monine liitännäisoireineen. Nimi mahdollisteni, että pystyin aloittamaan asian työstämisen ja hyväksymisen. Se oli käännekohta elämässäni - vapauttava, helpottava ilon aihe.

Luki-vertaistoiminnassa olen ollut mukana jonkin aikaa. Kun saa vaihtaa elämäkokemuksia, muiden samoista vaikeuksista kärsivien kanssa, oppii ymmärtämään ja hyväksymään paremmin itsensä. Turvalisessa ilmapiirissä, samanhenkisten ihmisten kanssa on helpompi aloitella taas elämään "ihmisiksi". Saa uusia, elämälle tuiki tärkeitä, sosiaalisia kontakteja, tietoa ja virkistystä.

Minunkin itsetuntoni taitaa olla hieman nousussa - enhän muuten olisi tätä juttuanikaan teille kertonut.

