

# Tulevaisuus HYMYILEE SALLALLE

TEKSTI JA KUVA: MARI VEHMANEN



**Epilepsiaa sairastavan Salla Aatsingin tulevaisuudensuunnitelmat ovat kuin kenen tahansa 19-vuotiaan. Toiveissa ovat valkolakki, opiskelupaikka ja ehkä joskus tulevaisuudessa oma perhe.**

**A**urinkoinen ilme viihtyy oululaisen 19-vuotiaan **Salla Aatsingin** kasvoilla. Epilepsia ei ole himmentänyt nuoren naisen positiivista elämänasennetta, vaikka arkea onkin suunniteltava osin sairauden ehdoilla.

– Vasta nyt olen alkanut käsittää, kuinka paljon minun on tehtävä töitä terveyteni eteen. Mitä paremmin hoidan itsestäni, sitä tehokkaammin sairaus pysyy kurissa.

Salla kertoo huomanneensa stressin, väsymyksen ja liian matalaksi päässeen verensokerin laukaisevan kohtauksia. Elämäntavat onkin syytä pitää kohtuullisina.

– Yritän syödä terveellisesti ja säännöllisesti. Menen ajoissa nukkumaan, enkä juuri käytä alkoholia, Salla kertoo.

– Välillä tietysti ottaa päähän, kun ei voi valvoa koko yötä kavereiden kanssa tai lähteä baariin. Mutta onneksi suurin osa kaikista kivoista asioista onnistuu sairaudesta huolimatta.

Esimerkiksi liikuntaharrastuksiinsa

Salla ei ole antanut epilepsian vaikuttaa. Hänen valikoimaansa kuuluu varsin vauhdikkaita lajeja: juoksua, rullalautailua, kiipeilyä ja lumilautailua.

## Ei ennako-oletuksia

Sallan sairaus puhkesi seiskaluokkaa edeltäneenä kesänä, eli juuri ennen yläluokille siirtymistä.

– Olin aiemmin ainoastaan kuullut sanan epilepsia, muuten en tiennyt aiheesta yhtään mitään. Mutta niinpä minulla ei myöskään ollut mitään kauheita ennakkoluuloja. Ajattelin vain, että okei minulla on siis sairaus, mutta niin on monella muullakin.

Oikeaa lääkitystä on jouduttu hakemaan harmillisen pitkään. Kun vihdoinkin löytyi valmiste, joka pitäisi kohtaukset poissa, ilmeni vakavia haittavaikutuksia. Aivan täydellisesti Sallalle sopivaa lääkettä ei ole löytynyt vieläkään.

– Kohtauksia tulee edelleen kerran tai kaksi kuussa. Päivisin en juuri ehdi miettiä koko juttua, mutta välillä illalla sängyssä pieni pelko tulee mieleen, Salla tunnustaa.

Kaverit ovat hänen mukaansa suhtautuneet sairauteen mutkattomasti. Ystävät tietävät, millainen epileptinen kohtaus on ja kuinka sen sattuessa pitää toimia. Muuten aiheesta ei ole tarpeen puhua jatkuvasti.

– Kerron kyllä epilepsiastani aika avoimesti. Saatan mainita siitä vähän vieraammallekin ihmiselle, jos asia nousee juttellessa luontevasti esiin.

## Haaveissa psykologia

Tulevaisuuden suhteen Sallalla on selvät suunnitelmat. Ensin on suoritettava kunnialla loppuun jo aloitetut ylioppilaskirjoitukset, ja sen jälkeen on aika hakea opiskelupaikkaa.

Mielessä kangastelee myös muuttoa omaan opiskelijaboksiin, mieluiten Tampereelle.

– Ykköshaaveeni on päästä lukemaan yliopistoon psykologiaa ja valmistua jo-

nain päivänä ehkä nuorten psykologiksi. Varasuunnitelmani on kouluttautua kättilöksi.

Salla kertoo toivovansa tulevalta työltään ennen kaikkea haasteita ja monipuolisuutta. Psykologia on kiehtonut häntä lukion ensimmäisestä luokasta lähtien.

Sallan ei ole juuri tarvinnut ottaa epilepsiaa huomioon eri ammattimahdollisuuksia puntaroidessaan. Esimerkiksi kuljetusala ei kiehtoisi muutenkaan.

– Saan kohtauksia vielä sen verran usein, että tässä vaiheessa minun ei kannata edes haaveilla ajokortista. Mutta eipä asia ole minua haitannut: pyörällä ja bussilla pääsee joka paikkaan.

Sen sijaan mielessä kyllä käy toisinaan sairauden vaikutus perheen perustamiseen joskus tulevaisuudessa.

– Tiedän haluavani jonain päivänä lapsia, jos se vain suinkin on mahdollista, Salla toteaa varmasti.

## Kavereita kursseilta

Koulun ja harrastusten ohessa Salla ehtii puuhata mukana myös järjestötoiminnassa. Hän kuuluu Epilepsialiiton Nuoret liekit -ryhmään ja toimii lisäksi kotikaupungissaan Oulussa liiton nuorisovastaavana.

Järjestökärpänen puraisi Sallaa sopeutusvalmennuskurssilla pari vuotta sitten.

– Sitä ennen en ollut varmaan kuulutkaan Epilepsialiitosta. Onneksi terveydenhoitaja sattui mainitsemaan minulle kursseista. Osallistuminen on oli aivan mahtava kokemus, ja seuraavana vuonna olinkin jo sitten mukana isose-  
na eli vertaisohjaajana.

Sallan mielestä parasta kurssissa on ollut tilaisuus tutustua muihin samassa tilanteessa oleviin ja vaihtaa kokemuksia. Aiemmin hän ei tuntenut ketään toista epilepsiaa sairastavaa nuorta.

Sopeutuskurssilla Salla kohtasi myös nykyisen poikaystävänsä **Kallen**.



**Salla Aatsinki rohkaisee kaikkia epilepsiaa sairastavia nuoria lähtemään mukaan liiton tarjoamaan toimintaan. Itse hän on löytänyt kursseilta paljon uusia ystäviä – ja jopa poikakaverin.**

Tuttavuus kypsyi hiljalleen seurusteluksi viime keväänä.

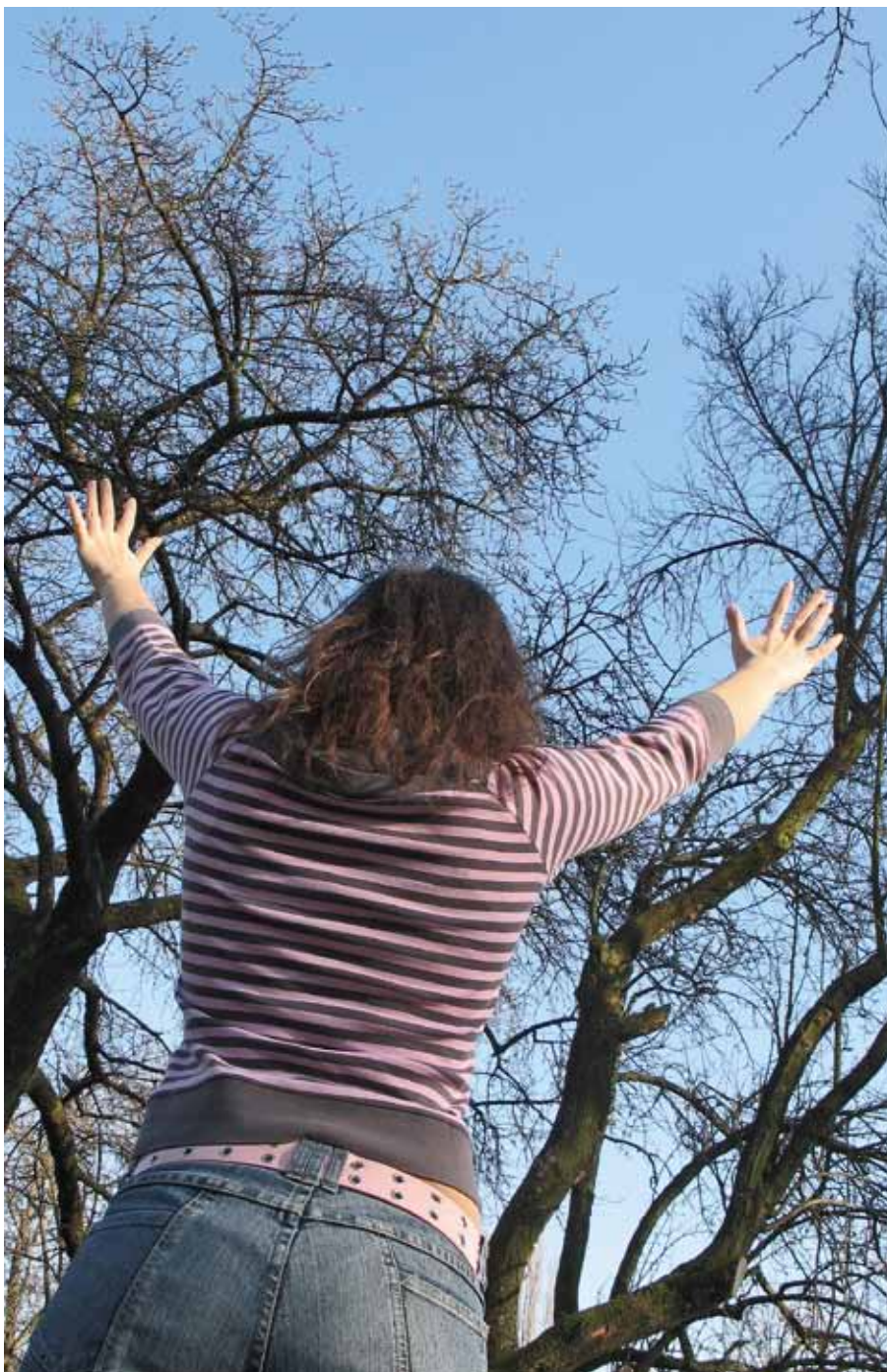
Nuoret liekit kokoontuvat muutama kerran vuodessa ja pohtivat, millaista toimintaa Epilepsialiiton kannattaisi tarjota nuorille. Sallan mielestä suurin haaste on ylipäänsä tavoittaa nämä ja saada perille viesti liiton olemassaolosta.

– Itse olen yrittänyt löytää Oulusta ihmisiä, joiden kautta tietoa voisi levittää. Esimerkiksi kouluterkkarit olisivat hyviä kumppaneita.

– Ja liiton markkinointiin tarvittaisiin jotain uutta, raikasta ja värikästä: esimerkiksi julisteita, joita voisi viedä kouluihin. Ilmoitukset näkisi meidän epilepsiaa sairastavien lisäksi myös moni sellainen, jonka kaveripiiriä epilepsia koskettaa. ■

# Tiellä aikuisuuteen – ASKELEITA

TEKSTI: DOSENTTI PIRKKO NIEMINEN



Murrosiän kasvun ja voimakkaan kuohuntavaiheen jälkeen nuori siirtyy huolettomamman nuoruuden kautta aikuiseen vastuuntuntoiseen elämään. Helpoa eikö vain. Tämä itsenäistymisen ja vähitellen yhteiskunnan täysipainoiseksi jäseneksi asettumisen aika on kuitenkin haasteellista sekä nuorelle itselleen että vanhemmille.

**K**ehityopsykologiassa tätä koulun päättymisen jälkeistä, usein opiskelua sisältävää jaksoa, nimitetään myöhäisnuoruuden ajaksi, jonka jälkeen vasta siirrytään varhaiseen aikuisuuteen. Kehityksen myötä ympäristön odotukset muuttuvat siitä miten nuori käyttäytyy, mitä ratkaisuja hän elämässään tekee ja miten hän maailmaa hahmottaa. Sitä, miten nuori toiminnallaan vastaa näihin ympäristön odotuksiin, sanotaan kehitystehtävien ratkaisemiseksi.

Siirtymässä myöhäisnuoruuteen nuori kohtaa seuraavanlaisia kehitystehtäviä.

*Hän*

- saavuttaa emotionaalisen riippumattomuuden vanhemmista
- valmistautuu kestävään parisuhteeseen; avo- tai avioliittoon
- valmistautuu uran valintaan

# OMAAAN ELÄMÄÄN

*ja valmistuu ammattiin  
- kehittää yksilöllisen eettisen ja  
moraalisen uskomusjärjestelmän.*  
Aikuisuuteen siirtyessään itsenäistymisen konkretisoitu ja nuoresta tulevasuullinen jäsen yhteiskunnassa. Aikui-

läheisyyteen sekä tunne että on sovussa itsensä kanssa. Vaelluksen päättyessä nuoresta on tullut fyysisesti aikuinen, hän on itsenäistynyt vanhemmistaan ja luonut oman arvomaailmansa ja maailmankuvansa. Hän on hankkinut työpai-

malleen alalle ei pääse tai opinnot viivästyvät. Omassa asunnossa tuntee olonsa yksinäiseksi, parisuhde takkuaa eikä työ tyydytä. Irtaantuminen lapsuuden kodista ja itsenäisen elämän aloittaminen voi herättää ristiriitaisia tunteita. Kun unel-

---

## *Irtaantuminen lapsuuden kodista ja itsenäisen elämän aloittaminen voi herättää ristiriitaisia tunteita.*

---

suuteen kuuluu myös erilaisia taloudellisia ja kansalaisoikeudellisia tehtäviä. *Nuoren aikuisen kehitystehtäviksi luetaan:*  
- *elämäntoverin valitseminen*  
- *perheen perustaminen*  
- *oman tai yhteisen talouden hallinta*  
- *osallistuminen työelämään ja työuralla eteneminen*  
- *kansalaisvelvollisuuksien omaksuminen.*

Edellä kuvatut kehitystehtävät (Havighurst 1972) kertovat niistä kaikille yhteisistä haasteista, joita nuori aikuisuuteen siirtyessään kohtaa. Siirtymä nuoruudesta aikuisuuteen ei ole yksi askel, vaan pikemminkin pitkäaikainen vaellus, jossa nämä eri tehtävät ratkaistaan vähitellen, tavallisesti noin 20 – 35 vuoden iässä. Nuoruusvaiheen jäädessä taakse on nuorelle muodostunut identiteetti, johon kuuluu oman seksuaalisuuden hyväksyminen, kyky rakkauteen ja

kan ja hänellä itsenäinen asema perheessä, ystäväpiirissä ja yhteiskunnassa.

### **Aikuistuminen tapahtuu yksilöllisesti**

Nuoret aikuistuvat eri tavoin. Oma elämisen tapa, maailmankatsomus ja pitkäaikaisten kiintymyssuhteiden perusta syntyvät vähitellen kodin, tovereiden, koulutus- ja työyhteisön sekä muun ympäröivän yhteisön parissa toimiesä. Siirtymä aikuisuuteen voi tapahtua huomaamatta: koulutus- ja ammattiura aukenevat vailla pulmia, opiskelu-, harrastus- tai työkaverista löytyy parisuhde ja maailman asioista muotoutuu hiljalleen ehkä yhteinen molempien omaksuma elämäntavotus. Työpaikka luo turvattua tulevaisuuden ja lapsia voidaan alkaa hankkia.

Harvemmin kaikki sujuu aivan näin yksinkertaisesti. Vaikeuksia voi olla useitakin: koulutuspaikka ei löydy tai halua-

mat ja ihanteet joutuvat vastatusten arjen tosiasioiden kanssa, voi nuori ahdistua ja masentua. Joskus nuori saattaa itsenäistymispyrkimyksessään tehdä vanhempien toiveiden vastaisia ratkaisuja.

Oman alan löytäminen voi tarkoittaa useita aloitettuja ja keskeytyneitä koulutusvalintoja. Aikuisuuden korostaminen voi johtaa ensimmäisen rakkaussuhteen huumassa solmittuun liittoon ja itselle sopimattoman koulutuksen valinta myöhempään työpaikanvaihtokseen. Tässä iässä on toisaalta myös tavallista, että kokeillaan erilaisia asioita, suhtaudutaan kriittisesti olevaan ja kyseenalaistetaan vallitsevia olosuhteita ja ajattelutapoja. Oman paikan hakeminen yhteiskunnassa voi vaatia pidempiaikaista etsintää, mutta lopputulos voi silti olla nuoren kannalta ihan hyvä.

Tietynlainen levottomuus, pelottomuus ja huolettomuus, jotka myös kuuluvat nuoruuteen saattavat suojata

nuorta ja auttaa häntä selviämään vaikeuksista. Elämähän on joka tapauksessa edessäpäin.

Nuori kokee elämänsä tässä ja nyt ja katsoo eteenpäin. Vaikka ongelmia jollakin elämänalueella on, niin harvoin kuitenkaan kaikilla. Onnistumisia voi olla harrastuksissa tai toveri- tai parisuhteessa, jos koulutus tai työ ei luista. Huomio kannattaa kiinnittää näihin tyydytystä ja mielihyvää tuottaviin seikkoihin ja kannustaa nuorta niissä. Onnistumiset antavat voimaa ratkaista ongelmia.

### Vanhempia tarvitaan yhä

Paitsi nuorelle itselleen aikuistuminen on haaste myös vanhemmille. Vastuu oman lapsen tekemisistä ei enää ole omassa hallinnassa, vaan hän tekee päätöksensä itse, toimii haluamallaan tavalla ja asettaa tarvittaessa vanhempien arvo ja aatemaailman kyseenalaiseksi muodostaessaan omaa elämäntapaansa ja katsomustaan. Vanhemmilla on taipumus luoda tavoitemielikuvia siitä, minkälainen on omalle lapselle hyvä elämä. Tavallisesti tavoitteena on vielä vähän parempi elämä kuin mitä itsellä on. Voi olla vaikeaa irrottautua omasta suunnitelmasta ja antaa tilaa lapsen itse laatimalle käsikirjoitukselle.

Itsenäistyminen tuo huolta. Miten lapsi pärjää, mitä syö, nukkuukohan tarpeeksi ja siivoakohan edes huonettaan. Yllätyksekseen moni vanhempi joutuu toteamaan, että tuo kotona lojunut sohva-peruna - joka pudotti vaatteet juuri siihen, missä riisui, joka söi chipsejä sängyssään ja jätti pussin lattialle, jonka sänky oli jatkuvasti petaamatta - onkin muuttunut. Kun nuoren omaan asuntoon kutsutaan ensivisiitille, onkin vastassa viimeisen päälle siisti huone ja tuliaisiksi ovelta kuuluu ”kengät pois!”. Vanhempien ja kodin malli useimmiten kantaa, vaikka tietyssä kehityksen vaiheessa nuori sitä vastustaakin.

Yhteiskuntakin on muuttunut siitä, kun vanhemmat olivat nuoria. Se on nopeasti muuttuva, ehkä haastavampi, monimutkaisempi ja vaativampi kuin

maataloussuomi. Toisaalta se tarjoaa enemmän vaihtoehtoja. Koulutusjärjestelmissä ei ole umpiperiä, vaan jatkaminen korkeammanasteen opintoihin on mahdollista ja alan vaihto käy vaikka aikuisena. Harrastusmahdollisuudet ovat monipuolistuneet ja myös parisuhteen muodossa tai perheen muodostamisessa on vaihtoehtonsa. Sinkku ei ole enää vanhapiika tai vanhapiika. Nuoren kannustaminen omiin, itselle sopiviin valintoihin on tärkeää ja nuoren yksilöllisiä ratkaisuja tulee kunnioittaa.

Aikuistuva nuori tarvitsee vanhempiä. Vaikka elämä tapahtuu lapsuuden kodin ulkopuolella, on kodin tuki edelleen tärkeää. Nuori ei odota ohjeita, neuvoja, moitteita ja päivittelyä puhumattakaan. Vanhempien on kuitenkin oltava saatavilla, silloin kun tarvitaan. Vanhemmalle kerrotaan, kun on tarvis. Vanhemmilta kysytään, kun on tarvis ja vanhempien tukea haetaan yhä. Nuoren voi olla vaikea kertoa, että hänellä on ongelma tai jotain on mennyt vikaan. Aikuisenahan täytyy itse pärjätä. Vanhemmuus vaatiikin kuulolaa oloa ja herkkyyttä nuoren tarpeille.

### Epilepsia – uhka aikuistumiselle?

Nuori, jolla on epilepsia kohtaa ja ratkaisee omalla tavallaan samat kehitystehtävät kuin kuka tahansa nuori. Epilepsia tuo mukanaan joitakin huomioitavia asioita kehitystehtävien ratkaisussa, kuten koulutus- ja ammattiuran valinnassa, mutta epilepsia ei ole este kehitystehtävien onnistuneelle ratkaisemiselle. Useissa pitkäaikaissairaita lapsia koskevissa tutkimuksissa on todettu lasten ajattelevan, että sairaus tuo mukanaan jotain hyvääkin. Se mitä se tuo, ilmaistaan usein siten, että ”oppi ymmärtämään, että elämässä on jotakin, mitä on pakko – kuten pakko ottaa lääkettä, että pysyy kunnossa”. Tai että ”oppi ymmärtämään erilaisuutta”. Tällaiset vastuunoton ja erilaisuuden hyväksymisen taidot ovat niitä taitoja, joita siirtymässä nuoruudesta aikuisuuteen tarvitaan.

Vanhemmat ovat luonnollinen tuki aikuistuvalla nuorella. Aina eivät van-

hempien tiedot ja taidot kuitenkaan riitä. Koulutusteiden valinnassa voi apuna olla opinto-ohjaaja ja työvoimatoimiston ammatinvalinnasta löytyy ammatinvalinnanohjaaja, joka on erikoistunut mm. pitkäaikaissairaiden ammatinvalintakysymyksiin. Monissa kunnissa on nuorisoneuvola tai terveyskeskuspsykologi, jonka kanssa voi asioistaan puhua. Kirkon perheasiainneuvottelukeskus voi auttaa parisuhdeongelmissa. Sairaalan poliklinikkakäyntien yhteydessä voi pyytää aikaa sosiaalityöntekijälle tai psykologille ja yhdessä heidän kanssaan keskustellen löytää ratkaisuja ongelmatilanteeseen tai saada neuvoja muista apua tarjoavista paikoista. ■

#### Kirjallisuutta:

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, P., Lyytinen, H., Pulkkinen, L., Ruoppila, I. (2006) *Ihmisen psykologinen kehitys*. WSOY. Helsinki.

Lyytinen, P., Korhokangas, M., Lyytinen, H. (toim.) 2000. *Näkökulmia kehityspsykoologiaan. Kehitys kontekstissaan*. WSOY. Helsinki

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vilhunen, R., Vilen, M. 1999. *Nuoren aika*. WSOY. Helsinki.



Psykologian dosentti Pirkko Nieminen työskentelee Tampereen yliopistossa psykologian lehtorina erikoisalanaan kehitys(neuro)psykologia. Hän on myös Epilepsialiiton toimitusneuvoston jäsen.