

*Kirjoitus on VarmaStartti-hankkeen nuoren kirjoittama kuvaus saamastaan tuesta.
Teksti on julkaistu nuoren luvalla.*

Oma tarina

Aloitin Startissa käynnin maaliskuussa 2019. TE-toimiston työntekijä ja sosiaaliohjaajan suosituksesta. Aluksi VarmaStarttiin tulo jännitti (jännittäjä kun olen muutenkin), vaikka olin saanut hieman pohjatietoa hankkeesta en ollut varma mitä tämä kokonaisuudessaan sisältää. Ensimmäisellä tutustumiskäynnillä sain lisätietoa ja kerrottiin kumman ohjaajan luona alan käymään. Ohjaajakseni tuli Lotta. Ensimmäinen yksilökeskustelu Lotan kanssa oli haastatteluluonteinen, joka oli hämmentävää koska itsestäni puhuminen oli vielä vaikeaa. Vaikka Lotan kanssa oli yllätyksekseni helppo puhua, vaikealta se tuntui mutta **minun annettiin omaan tahtiin puhua eikä pakotettu avautumaan**, jos se itselleni oli vaikeaa tai epämukavaa.

VarmaStarttiin tullessani olin täysin hukassa itseni ja elämäni kanssa. Itsetuntoni oli nollassa enkä pitänyt itseäni missään arvossa. Näitä itsetuntoasioita (tulevaisuuden suunnitelmien lisäksi) alettiin sitten Lotan kanssa purkamaan ja ”kaivelemaan” ja näin jälkepäin katsottuna niitä todellakin kaivettiin **ensimmäistä kertaa elämässäni kunnolla**. Tunteiden kanssa paljon ylä- ja alamäkiä joita pidin itselläni jakamatta kenellekään. Mutta tämän n. vuoden aikana olen alkanut avautumaan ja osa johtuu siitä, että **minun ei tarvitse pelätä sitä millä mielellä menen VarmaStarttiin, aina olen kokenut olevani tervetullut**. On erilaista, että **minun kuulumisistani ollaan oikeasti kiinnostuneita**. Startissa käynnistä on tullut minulle osa arkea ja vaikea nyt kuvitella, ettei täällä ole joskus käynyt.

Olen saanut täällä käymisestä enemmän irti mitä osasin edes ajatella. **Olen saanut lisää itseluottamusta ja uskallusta takaisin**. Puhuminen vaikeammista asioista on helpompaa ainakin VarmaStartissa puhuessani. Olen jatkailijaluonne ja minun on vaikea tehdä päätöksiä (ainakin pysyviä) ilman vaikeuksia, mikä vaikeutti itselleni oman tulevaisuuden näkemistä ja suunnittelemista. Yleensä ihmiset ympärilläni turhautuvat minussa tähän, mutta VarmaStartti käynneillä **sain jähkailla ja vaihtaa suunnitelmia ilman että olisi tarvinnut pelätä, että minuun turhaudutaan**. Tämän vuoksi asiat valaistuivat itselleni enemmän (helpompi tunnistaa mitä halusi ja mitä en) ja **koen että tänä päivänä minulla on paljon selkeämmät ja mielekkäämmät suunnitelmat lähitulevaisuudelle** (esim. opiskelupaikkojen valinnat ovat vaihdelleet tiuhaan mutta nyt on päästy selkeämpään suunnitelmaan).

Omista asioista ja tunteista puhuminen on ollut joka käynnillä aina vain helpompaa, vaikka samaan aikaan oman pään tutkiskelu on ollut uuvuttavaa. Sitä on kyllä helpottanut sen, että **olen saanut startti käynneillä puhua asioistani ilman että tarvitsee varoa sanojaan**. **Olen saanut ilmaista itseäni siten, miten itsestäni on tuntunut luontevimmalta** (olen tässä samaan aikaan käynyt psykiatrisen sairaanhoitajan tykönä juttelemassa ja minusta kummatkin käynnit ovat tukeneet toisiaan). Myös Lotan antamat kotitehtävät (itsetuntoon ja tulevaisuuteen liittyviä) ovat olleet itselleni avaavia ja olen muutenkin niistä yllättävän paljon pitänyt. Tällä hetkellä teen tehtäviä jotka auttavat puutteissani pääsykokeita koskien (matikka esim.)

*Kirjoitus on VarmaStartti-hankkeen nuoren kirjoittama kuvaus saamastaan tuesta.
Teksti on julkaistu nuoren luvalla.*

Tämä apu (pääsykokeita varten) on minulle uutta koska en koskaan ole saanut apua kouluasioissa ja nyt sitä saan ja saan sitä vapaasti pyytää. VarmaStarttiin tullessani olin varma, että puhumme vain tulevaisuuden suunnitelmistani ja tavoitteistani, mutta sain huomata yllätyksekseni, kuinka paljon puhuimme menneisyydestäni joka on vaikeimpia asioita puida. **Näin jälkeempäin katsottuna se on ollut enemmän kuin tarpeellista ja kun olen saanut käynneillä niistä puhua omaan tahtiini, se on päivä päivältä helpottanut.** Näin jälkeempäin ajateltuna minusta on hauska ajatella sitä, kuinka VarmaStartissa käydessäni hain myös sairaanhoitajan (psykiatrisen) juttusille joka minua pelotti ja Lotta ehdotti että kirjoittaisin itsestäni tiivistetyn tarinan (ja elämästäni) ja antaisin sen sh:lle (joka auttoi paljon ja nopeutti alkuprosessia) joka johti siihen että sairaanhoitaja alkoi epäilemään, olisiko minulla jokin neurologinen ongelma joka on vaikeuttanut elämäni ja pitkän prosessin jälkeen marraskuussa 2019 minulla diagnosoitiin ADD. Enpä ollut koskaan ajatellut, että minulla voisi jotain olla ja näin se selvisi näiden kummankin käyntien tuella.

Koen muuttuneeni (parempaan suuntaan omasta mielestäni) tämän vuoden aikana, en niinkään "uudeksi" ihmiseksi vaan **saanut takaisin sen kadonneen uskalluksen, mielenkiinnon elämään ja sen suuntaamiseen. Ja eritoten itseeni ja terveyteeni. Uskallan taas suunnitella tulevaisuutta ja uskallan ajatella asioita hieman enemmän positiiviseen sävyyn.** VarmaStarttiin tuleminen oli minulle aluksi kokeilu ja koen että nämä yksilökeskustelut olivatkin juuri sitä mitä tarvitsin. **En enää niin pahasi ole tämänhetkisestä elämäntilanteestani häpeissäni ja osaan olla ehkä hieman enemmän armollinen itseäni kohtaan.**

On mukava saada kehuja ja tunnustusta Lotalta asioista joita en ole itse ajatellut olevan kehumisen tai ylpeydenaiheita. **On mukava ajatella jälkikäteen, että en ehkä olekaan menetetty tapaus. On outoa, kuinka näistä yksilökeskusteluista on tullut itselleni tärkeitä hetkiä, vaikka tällaisia olen aikaisemmin mahdollisimman tehokkaasti vältellyt.**

Alussa olin hukassa enkä kokenut, että minulla olisi tulevaisuudessa mitään. Näistä keskustelu ja toisen ihmisen näkökannan kuuleminen on tuonut siihen, että toivo on hieman palannut. **Tunnen tulevani kuulluksi ja tuntuu että asioistani ollaan yksilökeskusteluissa kiinnostuttu** ja minulle annetaan aina mahdollisuus kertoa, jos haluan jotain tiettyjä tehtyjä (kuten tämän pääsykokeisiin valmistautuminen) tai puhua. Olen ollut todella tyytyväinen.

Suurin asia mistä pidän, on se turvallinen tunne mikä käynneistä tulee. Ei tarvitse pelätä tuomitsemiseksi tulemista. Koen että olen saanut paljon näistä käynneistä tämän vuoden aikana ja eritoten pidän Lotasta, jota on helppo lähestyä ja jonka kanssa on rauhallista olla. 😊