



## [Minun tarinani](#)

Mä en oo saanu parhaimpia kortteja elämään.

Mä oon tällä hetkellä kohta 17.

Masennuin 12-vuotiaana, kun jouduin lopettamaan jääkiekon kuin seinään selkävamman takia. Se vain syntyi. Ehdin pelata jääkiekkoa täysillä n. 4 kautta, kunnes vamma ilmeni. Olen käynyt jäillä harrastelemassa, mutta se on tuntunut huonolta, koska en ole pystynyt antamaan sitä, mihin pystyn. En saa siitä paljoa mitään irti enää, kuin ennen.

Kuvailen nykytilannettani, työkykyäni ja toimintaani siten, että olen kuin hamsteri, joka haluaa liikkua, mutta suuri käsi (kivut) pysäyttää minut. En enää nauti liikunnasta, koska olen saanut semmoisen kortin, joka kertoo, että ei tällä keholla liikuta täysiä enää. Tämä vamman syntyminen laukaisi masennuksen.

Silloin samoihin aikoihin, joskus vuonna 2011 tai -12 isäni sairastui syöpään. En ymmärtänyt silloin, mitä se tarkoittaa. Elin normaalia arkea.

Kun kävin jäillä, isäni aina vei minut ja katsoi kehittymistäni. Hän rakasti ja kannusti minua todella paljon, pelaamisessa ja kaikessa muussakin. Hän vei minua myös jääkiekkopeleihin. Kiinnostuin asioista, mistä hän piti. Jääkiekko ja musiikki.

Isälleni tehtiin paljon leikkauksia, joissa poistettiin kasvaimia. Asumme pohjoisessa, joten hän joutui matkustamaan paljon Tampereella ja Helsingissä. Isäni voi paremmin.

Minulle yläaste oli hankalaa aikaa. Olin yksinäinen ja masentunut. Jaksoin kumminkin käydä koulussa, mutta olisin voinut saada kokeista ym. parempiakin numeroita.

Minua silloin kiusattiin seksuaalisen suuntautumiseni takia. Olen avoin ihminen. Ysiluokalla kumminkin luokalleni tuli yksi söpö tyttö joka merkitsi minulle erittäin paljon. En ollut enää yksinäinen. Hän oli ensimmäinen ihminen, joka hyväksyi minut täysin ihmisenä. Se vahvisti identiteettiäni ja itsetuntoani. Se juttu kesti kumminkin vain vajaa 8kk kunnes hän lähti opiskelemaan muualle. Jäin yksin.

Sosiaaliset tilanteet ovat minulle edelleen hankalia.

Alkuvuodesta 2016 isäni kuoli muutaman vuoden kestäneen syöpätaistelun jälkeen. Sen jälkeinen

elämä on ollut pimeää, tyhjää ja hiljaista. Tästä sain toisen elämän kortin. Isän kuolema, kun olin nuori, 16.

N. vuosi ennen isän kuolemaa. Kun kävin ammattikoulun ensimmäistä, itkin joka aamu linja-autossa, koska tiesin, että isä kuolee joku päivä. Koulussa oleminen oli tosi hankalaa ja sain paljon (kumminkin sallittuja) poissaoloja. Minua ahdisti ja pelotti. Halusin kuolla.

Jatkoin siis ammattikouluun tietotekniikan alalle. Nyt olen toisella vuodella. Koulussa minulla ei ole kavereita, mutta minulla on hyvä tyttöystävä ja pari muuta hyvää ystävää koulun ulkopuolella.

Ysiluokalla aloin miettimään sukupuoli-identiteettiäni. Se on lapsesta saakka ollut epäselvä. Ysiluokan aikana se selveni. Tässä taas uusi kortti, transsukupuolisuus.

Aloitin kasiluokalla kuraattorin kanssa juttelemisen. Sen kautta siirryin psykiatriseen työryhmään kahdelle työntekijälle. Olen työskennellyt heidän kanssaan nyt n. kolme vuotta. Aloitin psykoterapian hyvän terapeutin kanssa syksyllä 2016. Hän on huippu työssään. Pidän hänestä.

Vaikka elän hankalien asioiden kanssa, jaksan silti. En elä vain muiden takia, vaan myös itseni. Minulla on äiti, sisko ja tyttöystävä ja pari kaveria tukiverkkonani. Olen ollut masentunut jo monta vuotta, mutta parempaan suuntaan olen menossa. Sen eteen teen monenlaista työtä.

Minulla on kaksi mielialälääkitystä. En ole koskaan käyttänyt päihteitä apuna, koska tiedän, että ne eivät auta. Kestän ja käyn läpi kaiken pahan selvinpäin.

Kun on paha olla, minä piirrän, kuuntelen musiikkia, pelaan pleikkaria tai itken. Nykyään pystyn myös käymään lenkillä ja talvella ulkojäillä. Salilla käymisenkin haluaisin aloittaa, mutta se ahdistaa liikaa. Minulla on edelleen itsemurha-ajatuksia, mutta ne pysyvät vain hetkellisinä ajatuksina. Näitä asioita pystyn käsittelemään terapeutini kanssa. Opettelen keskittymään hyviin asioihin.

Minulla on motivaatiota elämään ja mielikuvia hyvään tulevaisuuteen. Minua ei kiinnosta eikä pysäytä ihmiset, jotka eivät ymmärrä. Jätän sellaiset täysin huomiotta.

En ole uskovainen. Se ei tunnu minulle oikealta. Ajattelen vain, että minä olen minä ja juuri tällaiseksi syntynyt. Tämä on minun elämäntarinani. Tällainen se on. Minulla on nämä kortit. Pelaan niillä koko elämäni ajan.

Minä pystyn siihen. Minä pystyn saavuttamaan hyvän elämän.

Kehotan kaikkia ihmisiä ottamaan vastaan ammattiapua mielenterveysongelmissa. Vaikka ensimmäinen ei ole ehkä paras, niin kannattaa jatkaa etsimistä ja löytää semmoista apua, mikä on itselle sopivaa.