

Ulla Tulisalo:

Uskomattomia tarinoita elämäntyöni varrelta

Elokuva 'Kerro minulle Zorbas' kaiken tarjonnan keskellä pysäytti. Nuori leski yksinäisyydessään rakastuu muukalaiseen ja se saa pienen kylän kateelliset miehet raivoihinsa. Suurella fanaattisuudella nainen lopulta raa'asti tapetaan. Mikään ei pystynyt suojaamaan naista joukon hulluudelta.

Elokuvan kreetalaisen naisen kohtalo toistuu eri puolilla. Viimeistään Afganistanissa tajusi Miten hauras on joskus yhteisön yksilölle antama suoja. Miten tasa-arvo ihmisten kesken on oikeastaan käsite, joka ei ole missään toteutunut. Omatkin kokemukset viranomaisten kanssa auttoivat ymmärtämään ihmisten pelkoja. Juuri naisiin kohdistuva raakuus ja orjuus tuntuvat mielikuvituksellisilta. Taiteelliseen asuun sen on muotoillut myös afganistanilaissyntyinen Khaled Hossein kirjassaan 'Tuhat loistavaa aurinkoa'. Vaikka afganistanilaisnaisissa on vahvoja koko sukua koossapitäviä itsenäisiä naisia, niin kirjankin kuvaama naisten elämä on totisinta totta. Kun istuin afganistanilaiskollegoideni kanssa tapaamassa mielenterveyspotilaita, niin Khaled Hosseinin Mariamin ja Lailan kohtalot olivat vähääkään liioittelematta nähtävissä ilman taiteen suomaa muotoilua - raakana ja väsyttävänä. Isä sanoi silmää räpäyttämättä, että hän ampuu vieressään seisovan tyttärensä jos maniajakso vielä uusiutuu tämän elämässä. Jo muutaman kuukauden kokemuksella saatoin ymmärtää, ettei kukaan olisi tyttären perään kysellyt. – Sitä taustaa vasten saatoin vähän ymmärtää jonkun paikallisen kollegan ratkaisun laittaa potilaalle lääke kaikista psyykenlääkeryhmistä mitä oli saatavilla.

Monestakin syystä puheenvuoroni on varmasti tummasävyinen tänään. Afganistanissa mielenterveysprojekti alkoi naisten polttoitsemurhista. Psykiatrin työssä oman potilaan menettäminen itsemurhan kautta on jotain, mistä jää jonkinlainen arpi mieleen. Se jää suruna muistoihin. Suomalainen lääkäri ehkä vain istuu omaisen viereen ja jakaa surun tuntemuksia mutta Amerikassa APA:n konferenssissa ilmaistiin kokemus selvemmin. Hämmästykseni psykiatrikollegat tai erikoistuvat toisensa jälkeen itkivät kokoussalin kateederilta menettämiään potilaita.

Kun yksityiselämässä olen kokenut kohtuuttomia menetyksiä ovat tuttujen ja tuntemattomien lämpimät osanottokirjeet, kortit ja rukoukset helpottaneet suuresti. Kyllä

Suomessakin ihmiset pysähtyvät lohduttamaan, eikä yhteisön tuki ole yhtään sen vähemmän tuntuva kuin mitä on usein julkisuudessa esiin nouseva yhteisön painostus tai väkivalta.

Työssä jaksamisesta

Olen tehnyt työni pääasiassa Pirkanmaan sairaanhoitopiirissä ja suurimman osan Etelä-Pohjanmaan shp:ssa. Monen muun kollegan tavoin siinä rinnalla olen tehnyt yksityispuolella psykoterapiaa. Ne potilaat, jotka ovat jopa vuosien työkyvyttömyyden jälkeen selvinneet terapeuttisella tuella takaisin työelämään rohkaisevat. Iloa tuo, kun on potilaan kanssa päässyt yhdessä ponnistellen vaikean vaiheen läpi tai kun näkee heidän muuttuvan vahvemmiksi, ja ohittavan solmukohdat omassa kehityksessään.

En tiedä miksi läheisemmältä tuntuu muistaa surua, oman elämän huippuhetket jäävät helposti taka-alalle. Tähtihetkiä oli kun suuresta luentosalillisesta pyrkijöistä juuri minä pääsin toteuttamaan lapsuuteni unelmaa lukea lääkäriksi, päästä esittelemään kansainväliseen kongressiin tutkimustuloksia tai juhlia promootiojuhlassa toisten tohtoreiden rinnalla palkinnoista tai muista saavutuksista. Miksi kuitenkin menneen arvioinnissa tuntuu helpottavammalta muistaa surulla kaltoin kohdeltuja kuin niitä monia, jotka ovat vapautuneet vaikeista oireistaan. Mitä kohtaamieni kidutettujen tai kiusattujen muistaminen vaikuttaa jaksamiseeni? Uskoisin, että kahtalaisesti:

Kohtaamieni ihmisten sanoinkuvaamattomat traumat jäävät joskus kummittelemaan. Töissä väsyn ja tarvitsen lepoa, kun olen omalla eläytymiselläni pyrkinyt ymmärtämään toisen ihmisen pimeitä puolia ja kärsimyksen dynamiikkaa. Se tapahtuu usein kaivamalla omankin mielen syövereistä jotain vastaavaa tai kuuntelemalla omia vastatunteita. Mikä sitten kannattelee ja (päinvastoin) vie eteenpäin? Ehkä se on samanlaista kuin omassa elämässä tapahtuva kuoleman kohtaaminen. Se auttaa arvojärjestyksen tekemisessä. Toisten ihmisten taholta tuleva arvostelu tai arvostuksen puute jää omaan arvoonsa. Arvostus tuntuu mukavalta, mutta ei ylivertaisen tärkeältä.

Yhteys mikä syntyy potilaan kanssa syvien vaikeuksien keskellä on perus inhimillistä. Koettu yhteys vähentää omaa yksinäisyyden tunnetta jota me kaikki koemme. Se on verrattavissa myös vertaistuen tärkeyteen. Sitä potilaat usein arvostavat. On toki iloa siitä

etuoikeudesta että on välineitä helpottaa ammatillisesti kärsivän ihmisen tilannetta. Kuitenkin se luo yhteisyyttä, että on samassa veneessä elämän monien ahdistusten keskellä.

Johtaminen

Työ ihmisen mielen kanssa psykiatrian alalla on vastannut siihen haaveeseen, että oppisin tuntemaan ja ymmärtämään ihmismielen monimutkaisuutta. Afganistanissa osallistuimme ensi töikseen Valittujen palojen 'Strength finder' testiin. Se on tarkoitettu tiimityöskentelyn avuksi. Siinä määritetään ihmisen neljä työskentelytyyliä. Ne on muodostettu kymmeniä tuhansia ihmisiä testaamalla. Yksi minulle osuvista perustyyppityksistä oli 'Learner' tyyppi. Siinä mielessä olen todella löytänyt työstäni sitä mitä opiskelemaan lähtiessä toivoin. Vaikeuksissa oleville ihmisille on yhteistä, ettei ole tultu nähdyksi ja kuulluksi. Elämän varrella on vaadittu enemmän kuin kehityksen sen hetkinen tila on tehnyt mahdolliseksi. On nöyryytystä tai liiallista lojaalisuutta vanhempia kohtaan silloin kun olisi ollut hyvä osata suhtautua kriittisesti. Hyvin monet inhimilliset kriisit syntyvät ulkopuolelle jäämisestä ja hylkäämisestä.

Pohjimmiltani rakastan ideointia, visiointia ja suunnittelua. Koen johdatuksena sen että Etelä-Pohjanmaalla olen saanut osallistua uusiin projekteihin. Menin ensiapopsykiatriseen kokeiluun, toimin ensimmäisenä apulaisopettajana ja olin värväämässä nykyistä professoria Olli Kampmania. Innostuttuani neuropsykiatriasta spontaanisti Lääkäripäivillä, bongasin neuropsykiatri Askon Niemelän konsultantiksi. Saimme sen myötä aloittaa myös aikuisille neuropsykiatrisen poliklinikan. Olin osana joukkoa, joka alkoi värväämään nykyistä psykiatrian johtajaa Antero Lassilaa. Huomaan, että tiimin jäsenenä olen voinut käyttää koko pienen kapasiteettini ja lahjani. On ollut hienoa nähdä se hyvä mitä se on tuonut potilaille että työntekijöille.

Afganistan

Oppimisen halu oli yksi tärkeä syy miksi halusin mennä tapaamaan Leenaa Afganistaniin. Myöhemmin vuorotteluvapaan aikana autoin siellä mielenterveysprojektissa. Leena oli jo opiskeluaikana kirjoittanut kirjeitä Saksasta. Hänen kutsumuksensa myötä Afganistan sai paikan minussa. Sen myötä minun elämäni on liittynyt vuosikymmeniksi Leenan elämään. Haave siitä, että olisin itse siellä pitempään jäi perhesyistä. Jäin työn tukijaksi. Kaksi matkaa

olen tehnyt Afganistaniin yhdessä Tapanin, mieheni kanssa. Hienoa oli nähdä siunaus ja onnistuminen projekteissa, ja työssä ihmisten kanssa ensimmäisellä kerralla Keski-Afganistanissa. Sama toistui sittemmin lännessä mielenterveysprojektissa.

Tukijaksi jääminen on ollut yksi vaikeimmin opittavista asioista. - Tärkeää on oppia antamista jo nuorena. Se ei helpotu sitä mukaa kuin tulot kasvavat. Tottumus on tärkeää. Vielä viime aikoinakin olen kokenut Jumalan painavan sormensa juuri tuon asian päälle. Liian helposti unohtuu opetus: ”lahjaksi olette saaneet lahjaksi antakaa”. Minulle on annettu kaikki mitä minulla on, eikä mitään ole puuttunut. Luopuminen on kuitenkin terveellistä. Tilaa tulee monelle hyvälle asialle. Ahneus on ikävä tosiasia ja hämää aina uudestaan ja uudestaan.

Tätä puheenvuoroa miettiessäni totesin, että olenpa elämässä saanut olla omalla paikallani. En ehkä tämän paremmin olisi näitä rajallisia taipumuksiani ja opiskelujani olisi pystynyt käyttämään missään muualla.

Työllä on oma paikkansa. Ne tarinat ovat kuitenkin vain osa elämää. Minulle elämään merkitystä on tuonut kokemani johdatus. Uskon että Jumalan rakkaudellinen viisaus on ollut Hänen johdatuksessansa.