



# FinFami

MIELENTERVEYSOMAISET  
Pirkanmaa



## TAMPERE

*Kaikkille  
EVAÄT  
elämään*



Kuva: Iris Hyvönen

# TOIVOSTA TURVAA -HANKE

## LAURAN TARINA

Olen Laura (-86), kolmen vilkkaan pojan äiti ja mielenterveysomainen.

Esikoiseni sairastui lapsuusiän kaksisuuntaiseen mielialahäiriöön ollessaan 10-vuotias. Sairastumistaan ennen hänellä oli hankalia neuropsykiatrisia haasteita, joten koen olleeni omainen jo ennen varsinaista diagnoosia. Mielenterveys ja päihdeongelmia löytyy myös läheisiltäni, joten tarttumapintaa aiheeseen on muutenkin kuin äidin roolista.

Oman lapsen sairastuminen on vaatinut arjen järjestelyjä. Tein muutaman vuoden osa-aikatöitä ja olin omaishoitajana lapselleni. Nyt lapseni on sijoitettuna kodin ulkopuolelle, koska jatkuva valvonta ei enää mahdollistunut meidän kolmelapsisessa perheessä. Lastensuojelu on

tehnyt hyvää työtä perheemme hyväksi, vaikka avun vastaanottaminen on välillä ollut hankalaa.

Poikani sairastumisen hyväksytyäni ja erilaisia tunteita läpikäyneenä löysin FinFamin omaisyhdistyksen. Kävin kokemusasiantuntijakoulutuksen syksyllä 2016. Sain ryhmästä työkaluja omaan elämäni ja itsetuntoni vahvistui. Vertaisten tarinoita oli voimaannuttava kuulla ja oli helpottavaa huomata, etten ole yksin. Syyllisyys jäi, mutta uskon hyväksyneeni poikani sairastumisen osana elämääni.

Aloitin syyskuussa 2017 Toivosta turvaa -hankkeen omaiskokemusasiantuntijana. Toivon ja uskon, että vaikeat kokemukseni ja niistä selviäminen kannustaa toisiakin ottamaan apua vastaan ja selviämään vaikeista elämäntilanteista eteenpäin.