

Polkuni HEROssa

Tulin mukaan HEROn Nuorten toimintaan etsivän nuorisotyöntekijän kautta. Hän näytti minulle HEROn nettisivuja, sillä joku oli käynyt esittelemässä heille toimintaa ja Kite-kurssi löytyi nettisivujen kautta. Sovimme etsivän kanssa, että ilmoitaudun itsenäisesti kurssille. Minulla oli siihen aikaan sellainen elämäntilanne, että kaipasin päiväohjelmaa ja sisältöä arkeen. Kite-kurssi kuulosti siinä kohtaa sopivalta. ADHD-diagnoosini oli tuore, ja mahdollisesti sen vuoksi HEROn toiminta oli tullut etsivälle mieleen.

Kite oli alkanut aiemmin keväällä, joten tulin kurssille kesken kauden. Ehdin käydä muutaman kerran kurssilla ennen kuin lähdimme viikoksi Lappiin leirille. Reissu jännitti kovasti, mutta Lappi kiinnosti niin paljon, että päätin kuitenkin rohkaistua ja lähteä mukaan. Ja kannatti lähteä! Ryhmätoiminta jatkui leirin jälkeen Kite-kurssin muodossa kolme kertaa viikossa, mikä tuntui itselleni sopivalle määrälle. Minulle oli tärkeää lähteä kotoa näkemään ihmisiä muualle.

Osallistuin myös kesätoimintaan, Seikkailukesä-kurssille. Tämä kokoontui kaksi kertaa viikossa. Ohjelmassa oli kiipeilyä, melontaa, retkeilytaitoja ja lisäksi kolmen päivän leiri Vartiosaassa. Kurssilla oli paljon uutta toimintaa, ja siellä pääsi kokeilemaan uusia lajeja, joita yksin ei uskaltaisi kokeilla. Tuntui, että sain rohkeutta kokeilla uusia asioita. Olen ollut kokeilunhaluinen erityisesti kiipeilyaktiviteettia kohtaan. Oli hyvä, että päivissä riitti ohjelmaa, koska muuten kesä olisi ollut aika tyhjä. Kahden Kite-kurssin väliin mahtui pitkä tauko, joten oli tärkeää, että väliajalla oli myös kurssitoimintaa.

Pääsin mukaan vielä syksyn Kite-kurssille, sillä tulin kevään kurssille kesken kauden. Mielelläni jäin syksyksi, jotta saisin kokonaisen kurssikokemuksen. Syksyn aikana kävin myös HEROn Vapari-koulutukset etäyhteyden välityksellä. HEROssa vapaaehtoisille olisi ollut tarjolla monenlaista avustavaa tehtävää esimerkiksi HEROn pikkujouluissa, Educa-messuilla, vertaisryhmien vetämisessä sekä tietyillä iltakursseilla apuohjaajana toimimisessa.

Loppuvuodesta tuli eräässä ohjauskeskustelussa puheeksi HEROssa helmikuussa vapautuva Paikka auki-työpaikka. Paikka auki-työpaikka on suunnattu alle 30-vuotiaille, joilla on haasteita työllistymisessä. Hankkeen tarkoituksena on antaa heille matalampi kynnyksensä päästä kiinni työelämään. Olin varovaisen kiinnostunut paikasta heti, sillä olin ollut niin pitkään toiminnassa mukana. Se, ettei kyseessä ollut mikään täysin uusi paikka, madalsi kynnystä vastata myöntävästi. Tiesin, että ympärillä tulisi olemaan tutut ihmiset ja ympäristö, joten aloittaminen ei jännittänyt liikaa. Nuorten vertaisryhmän eli Vertsun vetäminen jännitti eniten.

HEROn merkitys omassa elämässäni on ollut iso, sillä toiminta oli juuri sopivaa siinä kyseisessä elämäntilanteessa. HEROn KITE- ja Seikkailukesä-ryhmien toiminnallisuus ja arkisuus sopivat minulle hyvin. Tuntui, että olin siinä kohtaa ollut pitkään kotona ja kynnys lähteä sieltä pois oli suuri. Mutta kun löytyi itselleni sopivanlainen toiminta, kotoa lähteminen muuttui helpommaksi. Jatkuvuus on osaltaan vaikuttanut tämän opitun taidon ylläpitoon. Olen huomannut, miten suuri merkitys tukiverkoilla ja sosiaalisilla ympyröillä sittenkin on minulle, vaikka aiemmin ehkä vähättelin asiaa. Ajattelin ennen, että muiden ihmisten näkeminen ja heidän kanssaan oleminen tai suhteiden ylläpitäminen ei ole minulle tärkeää. Olen kuitenkin huomannut, että vaikka olisi kuinka introvertti, niin ihmisiä ei kannata paeta loputtomiin. Muista eristäytyminen ei tee hyvää. Sosiaalisten taitojen ylläpito on tärkeä asia myös oman mielenterveyden kannalta.

Yleinen ilmapiiri HEROlla oli tosi hyvä, rento, hyväksyvä ja huomioonottava, eikä siellä painostettu liikaa olemaan tietynlainen. Ei tullut koskaan sellainen olo, etten sopisi joukkoon. Olin aiemmin tottunut siihen, että ihmisillä on herkästi ennakkoluuloja, varsinkin, jos puheeksi tulee nepsy-asiat tai jos sosiaaliset taidot ovat ruosteessa. Nuorten ryhmissä ei tarvinnut esittää tietynlaista tai niin sanotusti "normaalista", vaan sai vaikka mököttää rauhassa, jos siltä tuntui. Ilmapiiri osaltaan madalsi kynnystä kertoa, jos jokin vaivasi tai oli jotain mielen päällä. Tuntui helpommalta ottaa asioita puheeksi, kun tiesi, että ei tarvitse pelätä reaktioita tai painostamista. HEROn työsuhteen päättymisen jälkeen kiinnostuin HEROn hallituksen toiminnasta ja lopulta tulinkin valituksi sinne. Jatkan siis polkuani HEROssa toistaiseksi sitä kautta. Olen todella kiitollinen HEROLle, että olen tullut hyväksytyksi omana itsenäni.

-Laura

Teksti: Anu Kinnunen