

Kävin Avominnen läheisintensiivihoidon lokakuussa 2018. Mieheni oli käynyt Avominnen päihdehoidon myös Riihimäellä samana vuonna tammikuusta alkaen.

Tiesin jo aiemmin, että haluan käydä läheisintensiivin läpi ennen kuin mieheni edes oli tullut hoitoon. Olin selaillut tietoa netistä ja se näytti joltain sellaiselta, jota kaipasin. Silti ajankohdan koittaessa jonkinlainen pelko yllätti minut.

Paikanpäällä suurin pelko hävisi. Meitä oli eri-ikäisiä, erilaisista lähtökohdista ja silti voimakkaasti samanlaisten asioiden parissa kamppailevia ihmisiä. Ohjaaja Tupu kaikessa lämpimässä viisaudessaan elämän erinäisten solmukohtien tulkkina oli jotain sellaista, mitä en olisi uskonut saavani läheishoidosta. Olin kuitenkin mennyt Riihimäelle luullen tietäväni ja ymmärtäväni paljon enemmän kuin sitten tajusinkaan.

Päivät olivat tietyllä tapaa rankkoja. Pitkiä ja henkisesti menin pidemmälle itseäni, kuin koskaan aiemmin. Sen mahdollisti se, että päätin jo mennessäni tehdä kaiken niin avoimesti kuin suinkin pystyn.

Oivallusten määrä siellä ollessani oli tilanteena sellainen, että se sai aikaan uskomattoman tunteiden myllerryksen ja ajatusten ketjuja. Ensimmäinen kuukausi kotona oli ehkä rankin, asioiden saadessa uudenlaisia merkityksiä ja käydessäni omia haitallisia toimintatapojani ja ajatusmallejani läpi. Murtaessani omaa kuortani pala kerrallaan sain kuitenkin aina jotain uutta syttymään ja samalla myös vahvistusta omaan ajatteluuni. Muistan jossain kohtaa ajatelleeni myös, että kuinka hankalaa kaikki on ja oliko hyväksi sekoittaa koko siihenastinen elämä. Ja näin jälkikäteen voin sanoa, että todellakin oli! Ne hetket kun tuntuu vaikealta, ovat osa prosessia. Yksi askel eteenpäin ja kaksi taaksepäin kuuluvat asiaan ja niissä hetkissä vertaistuki on äärimmäisen tärkeää.

Me olemme perheenä siinä mielessä onnellisessa asemassa, että olemme kumpikin käyneet läheishoidon ja mieheni myös Avominnen toipumiskeskeisen päihdehoidon. Olemme saaneet työkaluja rakentaa itseämme ja parisuhdettamme tämän kaiken jälkeen tietoisemmassa yhteisymmärryksessä ja ymmärtäen samanlaisia asioita paremmin kuin mitä olisin uskaltanut edes toivoa. Perheen dynamiikkaan tällä on ollut iso vaikutus balanssin ja onnen löytymisessä, jota rakennamme edelleen pala kerrallaan paremmaksi. Lasten elämään tällä on ollut iso merkitys.

Näin vuoden jälkeen hoidosta olen aidosti kiitollinen! Huomaan, että pääni sisältä ei enää putkahtele isoja asioita, joita täytyisi valtavalla energialla prosessoida. Moni asia on asettunut rauhallisempaan ja järkevään muotoon, jolla elämää vien eteenpäin. Elämään on tullut se aito ilo, joka tulee sisältä ja joka oli kadoksissa. Tämä kuitenkin on vaatinut aktiivista työskentelyä ja niihin sain työkaluja Riihimäeltä Avominnestä ja nimenomaan ohjaaja Tupulta.

-Henna, 40