

Mikä aivovamma? -podcast

Jakso: Maailman onnellisin kansa / Lähisuhdeväkivalta

(Podcast-sarjan tunnusmusiikki ja siihen kuuluvat puheosuudet alkavat.)

Juontaja: Mikä aivovamma?

(taustalta kuuluu tunnusmusiikkia)

Henna: Pystyykö aivovamman saanut harrastamaan seksiä?

Anna: Miksi lätkässä ei esiinny aivovammoja?

Henna ja Anna: Vai esiintyykö?

Henna: Moi, minä olen Henna!

Anna: Moi, minä olen Anna!

Henna: Me olemme psykologi...

Anna: Ja elokuvantekijä...

Henna: Ja meitä kiinnostaa, millaista on elää aivovamman kanssa. Siksi me teimme tämän podcastin.

Juontaja: Mikä aivovamma?

(Tunnusmusiikki päättyy.)

Anne: Aloin miettimään, että sanoisinko tässä "moi", "moro" vai "moikka". Moi, olen Anne, ja minulla on aivovamma.

(taustalta kuuluu taustamusiiikkia)

Juontaja: Mitä haluaisit sanoa muille ihmisille, joilla on elämässään mahdollisesti läsnä väkivallan uhka?

Anne: Että "juokse". Juokse todella lujaa, koska et voi ikinä tietää, mitä tapahtuu.

(taustalta kuuluu taustamusiiikkia)

Anne: Joku alkaa joskus taivastelemaan sitä, että minulla on ollut suojeleusemmeitän mukana. Siihen totean vain, että ei, vaan entinen kumppanini on vain ollut huono tähtäämään.

(taustalta kuuluu taustamusiiikkia)

Anne: Jos kuulijat miettivät, että mitä täällä taustalla tapahtuu, niin teen käsitöitä tässä jakson ohella. Siksi saattaa välillä kuulua naksumista ja kilinää. Käsiyöt auttavat minua keskittymään. Pahoittelut, jos häiriinnytte kaikista oudoista äänistä.

(taustalta kuuluu taustamusiiikkia)

Juontaja: Milloin te tapasitte sinun silloisen kumppanisi kanssa? Jos aloitetaan ihan siitä, että miten teidän suhteenne alkoi? Tai mistä se lähti liikkeelle?

Anne: Kauheaa, kun täytyy oikeasti ajatella. Vuonna 2016 olen vammautunut, joten olemme tavanneet vuonna 2014 loppuvuodesta. Tapasimme yhteisen tuttavien kautta. Hän, eli entinen kumppanini, tuli siis minun luokseni. Hän oli jo kertonut kiinnostuksestaan minuun ennen kuin olimme edes tavanneet. Olin nuori ja naiivi, joten en osannut vastustaa sitä, että joku oli kiinnostunut minusta. Itsetuntoni ei ollut kaikista paras siihen aikaan. Ei se varmaan ole nytkään, mutta ei varsinkaan silloin. Minulla on taustalla esimerkiksi koulukiusaamista, mikä on vaikuttanut itsetuntooni. Mutta palataan kysymykseen. Hän tuli siis minun luokseni. Minulle tuli jotenkin sellainen intuitio, että kaikki ei ole aivan kunnossa. Joku takaraivossa koitti varoittaa, mutta en kuunnellut sitä ääntä. Koska onhan se ihanaa, jos joku kertoo pitävänsä sinusta.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Suomi on YK:n raportin mukaan maailman onnellisin maa, mutta Euroopan unionin toiseksi väkivaltaisim maa naisille. Lähes joka toinen suomalaisnainen on kokenut fyysistä tai seksuaalista väkivaltaa Euroopan keskiarvon ollessa joka kolmas. Lähisuhdeväkivallassa tekijänä on usein nykyinen tai entinen perheenjäsen tai muu läheinen. Tilastojen valossa naiset kokevat lähisuhdeväkivaltaa Suomessa huomattavasti enemmän. Aikuisista uhreista 77 % on naisia ja suurin osa lähisuhdeväkivallasta on nykyisen tai entisen miespuolisen kumppanin tekemää.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Anne: Nyt myöhemminkin olen huomannut miehiä tavatessani, että jos ihminen tulee alussa liian lähelle minua, minulle tulee sellainen olo, ettei hän kuulu vielä siihen. Ettei hän kuulu vielä reviirilleni. Entinen kumppanini teki myös niin, että oli jollain tapaa liian lähellä liian nopeasti. Mutta en kuunnellut silloin itseäni ja sitä tunnettani. Muutimme hänen kanssaan yhteen melko nopeasti, koska niin on halvempaa. Haporradiossa jossain biisissä sanotaan juuri tuolla tavalla, että ”koska niin on halvempaa”. Ja niinhän se oli. (taustalta kuuluu taustamusiikkia) Pidin hänestä, rakastuin ja rakastin myös. Ja väitän, että hän on myös ainakin jollain tasolla rakastanut minua. Tällaisessa epäterveessä tai jopa narsistisessa parisuhteessa ei ole outoa, että toinen osapuoli uhkaa satuttavansa itseään, mikäli hänet jätettäisiin. Tämä ei ole siis pelkästään minun kokemuksen. Meidänkin kohdallamme oli juuri niin, että entinen kumppanini ilmaisi tekevänsä itselleen jotain, jos minä lähden. Siinä tilanteessa saadaan se toinen osapuoli jäämään ja löydetään oikeat keinot siihen, mitä sanoa ja miten tehdä. Tämä minun entinen parisuhteeni ei ole tosiaan ollut kovinkaan terveellä pohjalla, ja fyysisen väkivallan lisäksi esiintyi myös henkistä väkivaltaa. Siinä osataan vetää oikeista naruista ja tehdä asiat niin, ettei uhri lähde. Aluksi tietenkin asiat olivat suurin piirtein normaaleja. Aika nopeasti kuitenkin alkoivat riidat, jotka eivät olleet kovinkaan kypsiä ja joita ei osattu selvittää. Tilanne muuttui siihen, että riidat olivat aina minun syytäni. Lopulta kuvioihin tuli myös fyysinen väkivalta. Ei minua ole koskaan lyöty nyrkillä naamaan, mutta entinen kumppanini saattoi riitojen yhteydessä pitää minua väkisin kiinni lattialla olevinaan rauhoittaakseen minua. En ole päässyt lähtemään omasta kodistani, vaan hän on fyysisesti estänyt sen.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Väkivaltaiseen suhteeseen voi ajautua kuka tahansa sukupuolesta, taloudellisesta tilanteesta, koulutustaustasta tai kasvatuksesta riippumatta. Väkivalta voi etenkin aluksi olla niin hienovaraista, että sitä on vaikea tunnistaa. Se voi olla fyysistä rajojen rikkomista, mutta myös nimittelyä, mitätöintiä, taloudellista kontrollointia, uhkailua ja muista ihmissuhteista eristämistä. Vallankäyttö ja kontrollointi yhdistävät kaikkia väkivallan muotoja.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Anne: Harva ihminen, joka ei ole koskaan ollut minkäänlaisen väkivallan kohteena, ymmärtää sitä. Kun olen esimerkiksi puhunut tästä kokemuksestani, olen saanut kommentteja, joissa ihmetellään, että miksen lähtenyt suhteesta. Ei se ole oikeastaan niin helppoa. Ja entinen kumppanini teki myös selväksi sen, että vaikka asuimme minun nimissäni olleessa asunnossa, hän ei suostuisi lähtemään. Jos minä haluaisin erota, minä saisin myös lähteä. Suhteesta lähteminen tehdään todella vaikeaksi. (taustalta kuuluu taustamusiikkia) Olin aloittanut opintojeni toiseksi viimeisen harjoittelun. Minulla oli ollut ensimmäinen päivä harjoittelussa, jonka jälkeen olin sopinut tapaavani erään ihmisen. Kyseinen tuttu oli kuitenkin myöhässä, joten kävin pyörimässä kauppakeskuksessa häntä odotellessani. Entinen kumppanini käveli sattumalta minua vastaan, ja minulle tuli heti sellainen olo, että seuraako hän minua. Olin hieman ahdistunut. Tapasin lopulta tuttu, mutta minulla oli sellainen olo, etten halunnut mennä kotiin. Olin todella ahdistunut, enkä oikein tiennyt, että miksi. Olimme siis eronneet entisen kumppanini kanssa pari viikkoa aiemmin, mutta hän asui edelleen asunnossani. Kukapa nyt nauttisi siitä, että menee viettämään iltaa entisen kumppaninsa kanssa? Asuimme edelleen yhdessä, koska minulla oli enää kaksi työharjoittelua jäljellä. Minun piti siis asua silloisella kotipaikkakunnallani enää vain kymmenen viikon ajan, ja sen jälkeen minulla oli työpaikka sovittuna toiseen kaupunkiin, jolloin muuttaisin pois. Entisellä kumppanillani oli myös omat syynsä jäädä kaupunkiin vielä pari kuukautta. Ajattelin, että kaksi aikuista ihmistä kyllä selviävät kymmenestä viikosta saman katon alla. Mutta ei se sitten mennytkään ihan niin. (taustalta kuuluu taustamusiikkia) Tulin sinä iltana kotiin joskus kymmenen aikaan. Minulla oli seuraavana päivänä aamuvuoro sairaalalla, joten halusin nukkumaan enkä jäädä keskustelemaan entisen kumppanini kanssa. Hän olisi kuitenkin halunnut keskustella kanssani ja kysyi, että onko minulla joku uusi kumppani. Aiemmin hän oli sanonut, ettei haluaisi tietää uusista suhteistani. Olimme myös yhdessä sopineet, että emme toisi vielä yhteiseen kotiimme uusia kumppaneitamme. Mutta sinä iltana hän kuitenkin kysyi asiasta. Vastasin hänelle, että minulla ei ole uutta kumppania, mutta vaikka olisikin, asia ei kuuluisi hänelle. Sen jälkeen menimme nukkumaan. Entinen kumppanini nukkui patjalla lattialla, ja minä nukuin sängyssä. Hän oli siirtänyt patjansa sänkyyni viereen. Muistan kuulleen yöllä, kuinka hän nousi sängystään ja käveli keittiöön. Kuulin myös jääkaapin oven aukeavan. Ja sitten heräsin siihen, kun hän puukottaa minua. (taustalta kuuluu taustamusiikkia) En tiedä mihin hän puukotti minua ensimmäisenä. Arvelisin, että päähän, sillä päässäni soi. Muistan lapsuudestani, kun äitini leikkasi jäätelöä ja veitsi katkesi jäätelöön. Veitsestä kuului silloin sellainen helähdys, ja samanlainen kaiku soi puukotukseen herätessäni päässäni. Maistoin oman vereni suussani. Tiedän, että minua osui oikeaan käteen. Tunsin, kuinka minuun osui jokin, mutta en osannut sanoa, mikä. Samaan aikaan entinen kumppanini huusi

yläpuolellani, että "olet valehdellut minulle, minä tapan sinut". Oikea silmäni oli muurautunut umpeen niin, etten nähnyt sillä mitään. Seuraavan kerran havahduin siihen, että olin lattialla. Me molemmat, minä ja entinen kumppanini, pidimme siitä samasta veitsestä kiinni. Muistan, kuinka pidin veitsestä kiinni ja tajusin, ettei se ollut kokonainen. Veitsi oli palasina. Entinen kumppanini koitti vetää veistä käsistäni, mutta en päästänyt siitä irti. Hän nousi osittain ylös, ja minä pyysin häntä soittamaan ambulanssin. Hän otti puhelimen, joka oli laturissa sängyn alla, nousi seisomaan ja käveli rappukäytävään odottamaan ambulanssin ja poliisin saapumista.

Juontaja: Mutta hän soitti kuitenkin?

Anne: Hän soitti, koska minä käskin ja kerroin hänelle myös meidän osoitteemme. Eli sen verran ymmärrystä minulla on vielä silloinkin ollut päässäni, että olen tiennyt, missä asun. Minulla ei ollut mitään tietoa siitä, mitä oikeasti oli tapahtunut ja oliko se kuinka vakavaa. Tiesin vain sen, että nyt täytyy sanoa juuri nämä sanat. Poliisi saapui ensimmäisenä, ja sen jälkeen ambulanssi. Muistan kuulleen, kuinka he puhuivat ylläni siitä, pitäisikö meidän mennä yliopistolliseen sairaalaan vai läheiseen keskussairaalaan. Ja mietin itseseni, että miksi me muka lähtisimme suoraan yliopistolliseen sairaalaan 80 kilometrin päähän. Jollain tavalla tajusin, että selvästi jotain vakavaa on tapahtunut. Mutta en tiennyt, että mitä tai miksi. Minulla oli sellainen olo, että ylitseni puhuttiin, enkä itse ollut täysin perillä siitä, mitä tapahtui. Olin kuitenkin tajuissani, enkä tietääkseni edes hirveän sekava. Muistan sen puukotuksen päivän kuitenkin ihan hyvin, mikä on aivovamman kohdalla käsitteekseni aika harvinaista. Monella voi olla päivän sijaan jopa kuukausien tai vuosienkin muistiaukkoja, mutta minulla on vain pieni pätkä. Puhutaan ehkä muutamista minuuteista, joita en muista. Lähdimme sitten kotoamme ambulanssilla. Muistan, että minua huvitti se, miten minua kuljetettiin paareilla jalat edellä. Ruumiita kuljetetaan aina jalat edellä. Muistan miettineeni sitä, että olinko muka kuollut. Tietääkseni olin vielä hengissä. Olen naiseksi aika pitkä, 175 senttimetriä, ja muistan, että nilkkani menivät paarien reunan yli. Ja minua pelotti, että valunko alas paareilta rappusissa.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Amnesty ja YK ovat nostaneet esiin toistuvasti Suomen väkivaltilastot ja riittämättömät tukipalvelut. Vaikka esimerkiksi turvapaikkoja on lisätty, on niitä edelleen puolet liian vähän tarpeeseen nähden. Suurin osa lähisuhdeväkivallasta tapahtuu kotona, joten kotoa poistuminen on suurelle osalle uhreista tärkeä askel. Aivovamman saa Suomessa vuosittain noin 20 000 ihmistä. Väkivallan seurauksena syntyy noin 5 % kaikista aivovammoista, eli väkivaltaisista aivovammoista on yhteensä noin tuhat tapausta vuosittain. Tarkkaa määrää ei kuitenkaan tiedetä, sillä sairaalassa hoidetaan vain noin 25 % kaikista aivovammatapauksista, ja jopa kymmeniä prosentteja aivovammoista jää kokonaan diagnosoimatta.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Anne: Minulta on poistettu oikean korvani yläpuolelta veitsen kärki, joka on ollut puolentoista sentin mittainen pala. Lisäksi oikean silmäni yläpuolelta on poistettu veitsen terästä irronnut sirpale. Onkin hyvä kysymys, että miten Fiskarsin yleiskeittiöveitsi

käytännössä murtuu. Mutta se veitsi oli myös aivan käyrä, vaikka normaalisti veitset ovat suorina. Jos laittaa ne veitsestä irronneet palaset yhteen, näkee, että sen terä on käyrä. Minulle kerrottiin silloin hyvin nopeasti, että veitsi on takavarikoitu valtiolle, koska se oli tekoväline. He ajattelivat, että veitsi kuului entiselle kumppanilleni, vaikka oikeasti se kuului minulle. Minä kysyin, että saanko sen takaisin. Hain veitsen itselleni, ja se on edelleen tallessa keittiöni kaapissa. Se on vähän kuin sotasaalis. Olen välillä miettinyt mitä tapahtuu, jos entinen vuokranantajani myy sen asunnon, jossa minua puukotettiin, eikä kerro uusille omistajille asunnon tapahtumista. Jos uudet asukkaat alkavat tekemään asunnossa remonttia ja ottavat listat pois, niin kuinkahan paljon listojen alta paljastuu verta. Olen totta kai käynyt asunnossa ennen kuin se siivottiin. Verta oli roiskunut oikeasti korkealle, ja kaikki patjat ja petivaatteet olivat aivan verestä koppuraisina. Asunto näytti murhapaikalta. Olen myöhemmin laskenut, että minulle on jäänyt noin kuusikymmentä arpea. Sormista alkaen minulla on molemmat käsivarret täynnä arpia. Pään alueella on myös aika paljon. Arvista osa on hiusten alla, joten en pysty laskemaan niitä kovinkaan tarkasti. Lisäksi arpia on myös kasvoissa, vasemmassa kyljessä ja rintakehässä sekä jotain yläselässäkin. Olen nähnyt ne kuvat, mitä poliisi on minusta ottanut tapahtuman aikaan. Olen myöhemmin laskenut niistä kuvistakin haavojani ja huomannut, että arpia löytyy sellaisistakin paikoista, joita en ole ennen huomannut. Enhän minä näe omaa selkääni, joten en tiedä, mitä siellä on. Minuun on osuttu veitsellä kuusikymmentä kertaa. Ne eivät välttämättä kaikki ole olleet suorina puukotuksia, vaan osa on varmasti ollut myös viiltoja, jotka ovat osuneet ihoon. Se saa kuitenkin miettimään, että miten ihminen ei kuole tällaiseen. Joku alkaa joskus taivastelemaan sitä, että minulla on ollut suojelusenkeleitä mukana. Siihen totean vain, että ei, vaan entinen kumppanini on vain ollut huono tähtäämään. Hän osui minua puukolla vasemmalle puolelle rintakehään, ja vasemmalla puolellahan on sydän ja suurimmat verisuonet. Hän on osunut keuhkoon, mutta ei sydämeen tai mihinkään isoon verisuoneen. Lääkäri sanoi oikeudenkäynnissä, että jos vasempaan keuhkoon osunut isku olisi osunut sentinkin mihin tahansa toiseen suuntaan, olisin kuollut siihen paikkaan. Eli jos haluat tappaa jonkun ihmisen, viillä kurkku auki, äläkä ala hakkaamaan veitsellä sattumanvaraisesti. Ihminen ei nimittäin välttämättä kuole siihen.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Aivovammat jaotellaan vaikeusasteensa mukaan lieviin, keskivaikeisiin ja vaikeisiin aivovammoihin. Kun aivovamman vakavuutta arvioidaan, mitataan tajuttomuuden kesto ja syvyyttä, vamman jälkeisen muistiaukon pituutta, neurologisia oireita sekä aivojen kuvantamistutkimusten tuloksia. Vamman vakavuutta ei usein voidakaan todeta välittömästi sairaalassa, vaan vasta päivien tai jopa viikkojen kuluttua. Kun aivoihin työntyy jokin esine, on kyseessä lävistävä aivovamma, ja se on useimmiten luokituksestaan vakava. Näitä tapahtuu Suomessa harvoin, ja suurin osa niistä liittyy henkirikoksiin, itsemurhayrityksiin tai työtapaturmiin. Näissä vammoissa toipumisen ennuste riippuu siitä, mihin kohtaan aivoja esine on työntynyt. Useimmiten, jos tajunnan taso on hyvä lävistävän vamman jälkeen, on ennuste toipumiseenkin melko hyvä. On arvioitu, että vaikka väkivallan vuoksi kuolevien naisten määrä on Suomessa laskenut, ei naisiin kohdistuva väkivalta ole kuitenkaan vähentynyt, vaan se jää piiloon. Kaikki tapaukset eivät tule viranomaisten, tai edes läheisten, tietoon. Silti tilastojen valossa jokaisen lähipiirissä, suvussa tai vähintään työpaikalla on tälläkin hetkellä joku, joka kokee lähisuhdeväkivaltaa.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Anne: Minun aivovammani tarina on siis vähän erilainen. Toki minun aivovammani on myös aika paikallinen. Jos esimerkiksi on vaikka autokolarissa, voi olla, että pää saa jopa kymmeniäkin iskuja. Minua on vain isketty päähän todella kovaa. Minulla on siis ollut vasemman korvan yläpuolella se puukotuksessa käytetyn veitsen terä. Potilastiedoissani lukee, että ”paljain silmin nähtävissä aivokontuusio, eli aivoruhje, eli aivovamman vakavuus on vähintään vakava aivovamma”. Ensimmäinen asia, joka on tuntunut kivuliaalta, on ollut se hetki, kun ambulanssikuski laittaa minulle kanyyliä. Puukottaminen ei sattunut. Jos ihminen tuntisi sellaisessa tilanteessa kipua, ihminen lamaantuisi. Sen takia sellaisessa tilanteessa ei ole evoluution kannalta järkeä tuntea kipua, koska lamaantuneena ei osaa paeta tai taistella vastaan. Kuvitellaan, että eletään 20 000 vuotta sitten. Ihminen metsästää karhuja, mutta karhu hyökkääkin ihmisen kimppuun ja onnistuu viiltämään ihmistä kynsillään. Jos ihminen jää lamaantuneena seisomaan, ehtii karhu syödä ihmisen. Itse se puukotus ei siis minusta tuntunut kipeältä. Voisin taas sanoa mustan huumorin kautta, että meillä on oikein hyvät välit entisen kumppanini kanssa nyt, kun meillä ei ole välejä. Emme ole missään tekemisissä hänen kanssaan. Siitä asti, kun hän meni rappuun odottamaan poliisia ja ambulanssia, on hän ollut poliisin huostassa. Hän oli ensin tutkintavankeudessa. Sen jälkeen hänelle tehtiin mielentilatutkimus, jonka jälkeen hän oli taas vangittuna. Kun lopullinen tuomio tuli, hän pysyi vangittuna. Sen jälkeen, kun hän on vapautunut vankilasta, emme ole olleet missään tekemisissä. Olenko katkera? Totta kai jollain tasolla. Eihän se niin mene, että toiselle ihmiselle voi tehdä mitä tahansa. Hän on yrittänyt tappaa minut. Kyllä, jollain tavalla olen katkera, mutta en voi velloa siinä katkeruudessa ikuisesti. Jos tekisin niin, en pääsisi ikinä eteenpäin elämässäni. Eihän kukaan sellaista halua kokea. Ei fyysistä eikä henkistä väkivaltaa. Pahin asia on juuri se, että siinä oppii syyttämään itseään. Ajattelee, että ”tämä on minun syytäni ja minä olen ansainnut tämän”. Ihan kuin kukaan oikeasti ansaitsisi fyysistä, henkistä tai minkäänlaista väkivaltaa. Mutta siihen väkivallan teemaan kuuluu usein se, että uhri saadaan syyllistettyä. Minäkin olen kokenut sen syyllisyyden, että tämä olisi ollut minun vikani. Olen kokenut, että puukotuskin olisi ollut oikeasti minun syytäni. Eihän se tietenkään oikeasti ole. Ei kukaan ole oikeutettu sellaiseen. Ei minun tarvitse itkeä ja raivota tästä asiasta aina sitä miettiessäni, koska jos tekisin niin, eihän minun elämästäni tulisi mitään. Kun näen itseni esimerkiksi peilistä, näen totta kai kaikki omat arpeni. Jos kokisin joka kerta saman tunnelatauksen, olisi elämäni varmaan niin kuormittavaa, etten voisi edes tehdä mitään. Elän koko loppuelämäni elämäni niin, etten ole ikinä enää terve. Elän sellaisten haasteiden kanssa, mitä en koskaan ajatellutkaan. Mutta lopputulos on se, että selvisin hengissä. Yritän sanoa sitä, että se puukotukseni ei ole se pahin asia. Sehän oli vain kymmenen minuuttia elämästäni. Ei se puukotus ole niin paha asia kuin aivovamman kanssa eläminen on. Olen myös sairastunut masennukseen, posttraumaattiseen stressihäiriöön ja ahdistuneisuushäiriöön, ja sitten on se aivovamma. Nämä neljä diagnoosia ovat pahempi asia, kuin mitä kokemani kymmenen minuutin puukotustilanne oli. Elän tässä ihan kivaa elämää kuitenkin edelleen. Minulla on koti ja koira, ja minulla on edelleen ajokortti ja autokin. Voin mennä ja matkustaa, ja kävellä ihan omin jaloin. Elämäni ei siis ole kaikista kamalin. Toki se voisi olla erilaista. Ihmiset eivät tunnu näkevän aivovammaa, vaan he näkevät vaan sen puukotuksen.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Mitä haluaisit sanoa muille ihmisille, joilla on elämässään mahdollisesti läsnä väkivallan uhka?

Anne: "Juokse". Juokse todella lujaa, koska et voi ikinä tietää, mitä tapahtuu. Ei minunkaan entinen kumppanini ollut sillä tavalla väkivaltainen, että hän olisi yrittänyt murhata minut. Mitä hän sitten lopuksi kuitenkin yritti. Liian pitkään annoin olla ja annoin anteeksi. Se on hyvä lukea Naistenhuone-nimisen Facebook-ryhmän nimettömiä julkaisuja, joissa ihmiset kertovat esimerkiksi sellaisia tarinoita kuin: "Mieheni heitti kissamme seinään. Mitä teen, kun ero ei ole vaihtoehto?" Mietin aina, että jos mies on heittänyt jo kissan päin seinää, heittää hän kohta kumppaninsakin. Minun entinen kumppanini oli sitä mieltä, että kukaan muu kuin hän ei haluaisi olla minun kanssani. Eli joko olen hänen kanssaan, tai ikuisesti yksin. Lopulta erosin, koska tajusin, että ikuisesti yksin oleminenkin kuulostaa paremmalta vaihtoehdolta kuin hänen kanssaan jatkaminen. Mieluummin elää yksin elämää ja on edes vähän onnellinen, kuin jatkaa niin, että toinen lyttää jatkuvasti henkisesti ja fyysisesti vieressä. Sen verran voi kunnioittaa itseään ja välittää itsestään, että ei jää väkivaltaiseen parisuhteeseen. Oli kyseessä sitten fyysinen, henkinen, sosiaalinen, taloudellinen tai seksuaalinen väkivalta. Sinulle löytyy varmasti joku parempikin ihminen sen sijaan, että jäisit huonoon parisuhteeseen. Koska ei se koskaan lopu, jos siihen suhteeseen jää. Mieluummin sitä elää yksin kuin sellaisessa parisuhteessa.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)

Juontaja: Jos koet, että tämä jakso herätti sinussa tarvetta pyytää apua, neuvoa tai tukea itsellesi tai jollekin läheiselle, otathan jakson kuvauksesta ylös yhteystiedot auttaviin tahoihin. (taustalta kuuluu taustamusiikkia) Tämä oli Mikä aiovamma? -podcast, jonka sinulle tarjosi Aiovammaliiton Kypärätempu-hanke ja Artlab.

(taustalta kuuluu taustamusiikkia)