

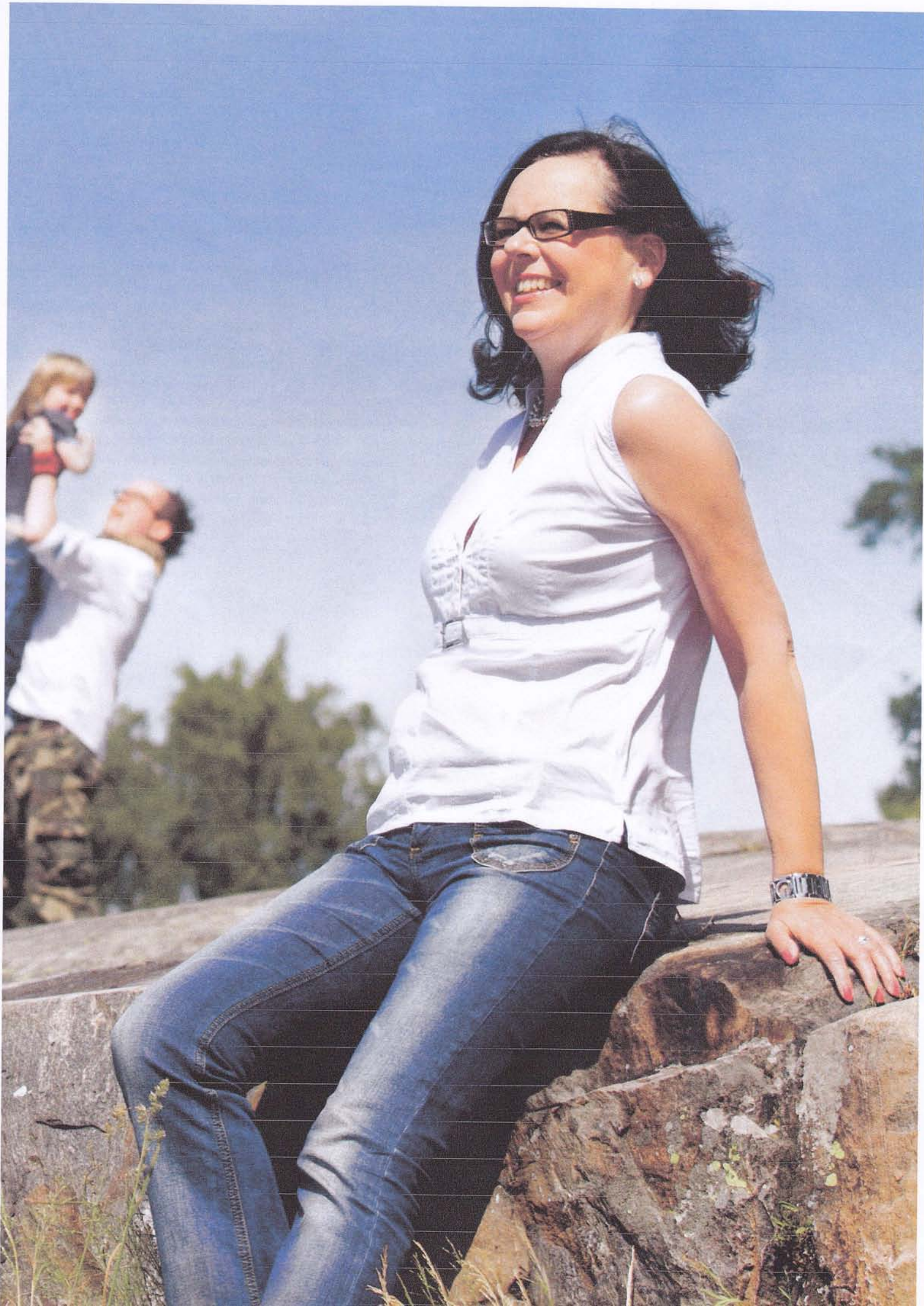
Tässä sarjassa ihmiset kertovat tärkeistä asioista, joista on tullut heille elämäntehtävä.

# ”Lapsi tekee, aina parhaansa”

ADHD-VALMENTAJIEN  
KOULUTTAJA  
KIRSI SAUKKOLA  
SANOO, ETTÄ HÄNEN  
POIKANSA ON  
HÄNEN KÄVELEVÄ  
KORKEAKOULU-  
TUTKINTONSA.

TEKSTI TAINA LAANE KUVAT SATU NYSTRÖM >







CV

KIRSI SAUKKOLA, 60  
SYNTYNYT Asikkalassa  
ASUU Helsingissä

KOULUTUS psykiatrinen sairaanhoitaja,  
ratkaisukeskeinen työnohjaaja

TOIMII kouluttajana, valmentajana  
ja työnohjaajana

HARRASTAA mökkeilyä ja henkisiä  
asioita

[www.neuropsykiatrisetvalmentajat.fi](http://www.neuropsykiatrisetvalmentajat.fi)  
[www.kirsiconsulting.com](http://www.kirsiconsulting.com)

letään aikaa liki kolmekymmentä vuotta sitten Kuusankoskella. **Kirsi Saukkola** on nuori perheenäiti, joka pyörittää kodin arkea ja törmää kiperään kysymykseen kaikessa, mitä tekee. Laskujen maksaminen, pyykin pesu, oikean ratikan löytäminen kaupungissa, päivällisen kokkaaminen, viikonlopun matkajärjestelyt. Tavallisia, melko helppoja asioita tavalliselle aikuiselle, mutta kovin hankalia ihmiselle, jolla on ADHD. Miten ikinä Kirsin **Aleksi**-poika voisi selvitä niistä aikuisena itsenäisesti? Tarmokas äiti päättää hankkia kaiken mahdollisen tiedon, jotta voisi auttaa poikaansa. Tuolloin hän ei vielä osaa aavistaa, että pääsee tulevaisuudessa tarmonsaa ja tiedonhalunsa ansiosta auttamaan myös satoja muita ADHD-lapsia, -nuoria ja -aikuisia.

Kirsi Saukkola kertoo, että hänen tarinansa pitää sisällään ”neljä elämää”. Ensimmäinen elämä alkoi Asikkalassa Päijänteen saarella, jossa hän syntyi viisilapsisen perheen keskimäisenä. Vanhemmat huolehtivat heistä hyvin, ja etenkin isä oli sen ajan isäksi erityisen lapsirakas ja lämmin. Suku tunnettiin lapsirakkaudestaan, ja osansa tästä lahjasta sai myös Kirsi, joka suuntasi ylioppilaaksi tultuaan opettajaksi.

Luontaiset vahvuudet alalle sekä täydentävät opinnot yliopistossa takasivat, että sijaiselle riitti 20 vuoden ajan töitä luokanopettajana ja erityisopettajana. Kirsi kertoo, että tämän elämänvaiheen eli ”toisen elämän” päämerkitys oli huo-

ikäisenä Aleksin ensimmäisen epilepsia-kohtauksensa. Hänet päätettiin viedä yksityislääkärille. Tutkimus seurasi toistaan ja viisivuotiaana Aleksin sai diagnoosin: MBD, lievä aivo- toiminnan häiriö. Nykyisin sama diagnoosi tunnetaan nimellä ADHD eli tarkkaavuus- ja aktiivisuushäiriö. Aleksilla on siitä oireyhtymästä ADD, tarkkaavuuden häiriö ilman ylivilkkausoireita. Vuosien kuluessa hänellä todettiin myös useita liitännäissairauksia, kuten epilepsia, lukihäiriö ja motoriikan heikkous.

Kun Kirsi Saukkola kertoo Aleksin-pojastaan, äänestä kuuluu aina rakkaus, ylpeys ja kiitollisuus.

– En ole kertaakaan kysynyt, miksi juuri minulle kävi näin. Minulle on annettu sellainen lapsi, jonka haluan ja pystyn kasvattamaan onnelliseen elämään.

– Kun olimme Lastenlinnassa tutkimuksissa ja näin monenlaista, olin aina hyvin kiitollinen siitä, että lapseni on näin terve. Hän kävelee, puhuu ja aistit toimivat.

Aleksi syntyi hänelle parhaaseen mahdolliseen perheeseen. Äiti tunsikin koulumaailman ja osasi taistella hänelle oikeanlaiset välineet, hyvän opettajan ja kouluavustajan. Kirsi on myös aina osannut katsoa sitä, mihin Aleksin pystyy, ei toisinpäin, ja puolustanut poikaansa maailmassa, joka vaatii kaikilta samanlaisia taitoja. Hän pani kamppoihin vaikkapa silloin, kun naapurin tädin sääli 8-vuotiaasta apupyörien kanssa pyöräilevää poikaa. ”Eihän tässä ole mitään kauhisteltavaa, Aleksilla on pieni motoriinen juttu ja tässä hän opettelee ajamaan omalla pyörällä”, Kirsi

*”Kiitos kummallekin pojalle, että synnyitte lapsikseni. Kanssanne olen saanut kasvaa viisaammaksi.”*

lehtia oppilaista sekä omasta perheestä, taiteilija-aviomiehensä **Ilkasta** sekä kahdesta pojasta, **Svantesta** ja Aleksista, ja varmistaa heille paras mahdollinen elämä.

**KIRSI MUISTAA**, miten hänen raskaana ollessaan kyseltiin, kumpaa sukupuolta toisen lapsen toivottiin olevan. Vanhempien vastatessa, että eihän sillä ole väliä, kyselijät tokaisivat yleensä ”kunhan lapsi vain on terve”. Kirsi muistaa protestoineensa jo silloin jakoa ”terveisiin” ja ”sairaisiin” ja vastanneensa: ”Ei, lapsi on minulle yhtä rakas, oli terve tai ei.”

Aleksin-kuopuksen syntyessä vanhemmat kuitenkin huolesivat. Vauvan itku kuulosti tavallisesta poikkeavalta, ikään kuin kissanpojan äännähelyltä. Kirsi oli huolissaan vauvan kehityksestä muutenkin – se vaikutti viivästyneeltä.

– En muista olleeni toivoton tai surullinen, sen sijaan tahdoin tietää, mikä lapsella on hätänä ja miten häntä voisi auttaa parhaiten.

Kirsi kertoi pian huolistaan neuvolassakin ja pyysi, että vauva pääsisi tutkimuksiin, mutta terveydenhoitaja oli toista mieltä. Sama toistui myöhemmillä kerroilla, kunnes reilun vuoden

vastasi. Tai silloin, kun opettaja soitti ja patisteli, että kolmasluokkalaista poikaa pitäisi opettaa vapaa-ajallaan luistelemaan.

– Vastasin, että ei käy, me emme rupea väkisin opettelemaan sellaista, mihin hän ei koskaan kuitenkaan kykene, vaan keskitymme tärkeimpiin asioihin. Ettehän te vaadi pyörätuolissa istuvaakaan kiipeämään portaita ylös.

– Ja hyvin on Aleksin pärjännyt ilman luistelutaitoa.

**LASTEN KASVAESSA** Kirsi alkoi opiskella arki-iltaisain ja valmistui viidessä vuodessa ensin lähihoitajaksi ja sen jälkeen psykiatriseksi sairaanhoitajaksi. Hän teki monenlaisia kouluttajan töitä, kunnes ADHD-liitossa aukesi projektisuunnittelijan paikka, jossa tehtävänä oli kehittää ADHD-aikuisille uusia kuntoutusmenetelmiä. Paikkaa varten vaadittiin korkeakoulututkintoa, jota Kirsillä ei ollut, mutta hän haki silti. Ja pääsi.

– Soitin Aleksille ja sanoin, että sinä Aleksin olet äidin kävelevä korkeakoulututkinto, Kirsi nauraa ja vakavoituu sitten. Erityislapsi – ja lapsi yleensäkin – on aina lahja vanhemmalle.

– Kiitos kummallekin pojalle, että synnyitte lapsikseni. Teidän kanssanne olen saanut itsekin kasvaa viisaammaksi. >



Kirsi kertoo lämpimästi myös vanhemmasta pojastaan Svantesta, joka on ollut aina myös pikkuveljelleen tukena. Svanten 8-vuotias poika Severi on mummin silmäterä.

ADHD-liiton vuosina Kirsi pääsi Britanniaan opiskelemaan, miten erityislapset ja -aikuiset voivat hyötyä valmennuksesta. Kirsi toi menetelmän Suomeen ja kehitti sitä yhdessä kollegansa **Leena Mannström-Mäkelän** kanssa hyödyntäen ratkaisukeskeistä osaamistaan. Syntyi neuropsykiatrisia valmentajia kouluttava ohjelma, joka on tuottanut Suomeen satoja alan osaajia. Koulutukseen voivat hakeutua kasvatus-, terveys-

ja sosiaalialan ammattilaiset, jotka haluavat oppia erityislasten ja -aikuisten myönteistä kohtaamista.

- ADHD-valmennuksen avulla voi jakaa tietoa oireyhtymästä, tukea tarkkaavuuden ja arjenhallinnan kehittymistä sekä lisätä valmennettavien itsetuntemusta ja itseluottamusta, rakentaa myönteistä elämänpolkua.

Koulutetun valmentajan vastaanotolle voi saada nykyään maksusitoumuksen terveys- tai sosiaalitoimesta.

- Oma tavoitteeni valmennuksessa on, että asiakas alkaa kukoistaa ja elää itselleen parasta mahdollista elämää.

**NYKYISIN KIRSI SAUKKOLA** on maan tunnetuimpia ADHD-kuntoutuksen asiantuntijoita, ja hänen koulutuksensa ovat olleet ympäri maan valtavia menestyksiä. Sana on kiirynyt, ja luo kat ovat vaihtuneet auditorioiksi. Ylimääräiset tuolit on hädällä lattu käytäviltä, jotta kaikki halukkaat ovat päässeet kuulemaan Kirsiä.

- Jo kolmannen power point -dian kohdalla ihmiset yleensä haukkovat henkeään: "Miksei kukaan ole kertonut tätä meille aiemmin!"

Tämä tarkoittaa faktatietoa ADHD:stä. Useimmille ammattilaisillekin on uutta tietoa se, että hankalan käytöksen takana voi löytyä synnynnäinen aivojen toimintahäiriö, jolle lapsi ei voi mitään. ADHD ei usein näy päällepäin, ja siksi sitä saivatavilta lapsilta odotetaan samaa kuin terveiltä lapsilta, vaikka edellytyksiä ei olisikaan.

ADHD:ta arvioidaan esiintyvän 5-7 prosentilla kouluikäisistä, mutta monelta puuttuu asiallinen diagnoosi. Monet lapset saavat jo päiväkodissa otsaansa ikäviä leimoja "ylivilkas, häirikö, hankala" ja koulumaailmassa lista jatkuu "keskittymättömän, poukkoilevan" kohti aikuisuutta "sählääjää, saamaton, huuhapeli, ongelmatapaus" ... Negatiivisten leimojen ja väärinymmärrysten kehä vie monet ADHD-nuoret ja -aikuiset rikosten ja päihteiden pariin, ja toisaalta monet heidän lahjansa jäävät käyttämättä.

- Monesti saattaa olla, että läheiset ihmettelevät, miksei älykäs ja lahjakas nuori aikuinen huolehdi itsestään ja kodistaan. Usein ADHD voikin tulla esiin vasta aikuisiällä, kun joku toinen ei ole huolehtimassa elämän raameista.

**ADHD-AIKUISILLA** ja -lapsilla on usein monenlaisia taitoja ja vahvuuksia esimerkiksi taiteissa tai ihmisten kanssa toimimisessa, ja useimmat heistä pystyvät kuntoutumaan myönteisen tuen ja oikeiden menetelmien avulla elämään hyvää ja itsenäistä elämää, käymään töissä ja hoitamaan perhettä. Kirsi muistuttaa, että monet ADHD-lapset ja -aikuiset saattavat olla hyvin älykkäitä, mutta heiltä puuttuu kyky ohjata oma toimintaansa: järjestää aikatauluaan ja tekemisiään, suunnitella, asettaa tavoitteita, suunnata tarkkaavaisuutta ja pitää täytyä impulsseista - kun he näkevät jotakin kiinnostavaa, he pongahtavat saman tien sitä kohti.

*"Usein ADHD tulee esiin vasta aikuisena."*

Heillä onkin usein kymmeniä erilaisia projekteja menossa. Toiminnan ohjaamisen taidot saattavat olla huomattavasti alemmat kuin muilla samanikäisillä - esimerkiksi kolmikymppinen voi vasta opetella itsenäisen elämän vaatimia asioita tavallisen kaksikymppisen tasolla.

Kirsin koulutusten ansiosta monet ammattikasvattajat ja vanhemmat ovat ryhtyneet toimimaan erityislasten kanssa toisinaan.



Vaatimisen ja moittimisen sijasta he kiinnostavat tietoisesti huomiota jokaisen lapsen arvostamiseen, pieniin edistysaskeleihin ja onnistumisiin ja siihen, mistä lapsi pitää ja mitä hän jo osaa. Tämä tekee työskentelystä kevyempää myös kasvattajalle itselleen ja välittyy arvostuksen tunteena lapselle. Yhteistyö paranee, ja lapsen taidot karttuvat. Jopa kokonaiset koulut ovat ottaneet lähtökohdikseen arvostamisen, ja sitä kautta sekä lapset että aikuiset viihtyvät paremmin.

- ADHD-aikuisia ja -lapsia tulee tukea ja auttaa elämään heille parasta mahdollista elämää tässä yhteiskunnassa. Suurin työni on saada ihmiset ymmärtämään, että emme voi vaatia kaikilta samaa.

Leijonaomomainen energia ja palo täyttää Kirsin olemuksen, hän nojautuu mustassa jakkupuvussaan yli pöydän ja sanoo:

- ADHD-lapset eivät ole tahallaan sellaisia kuin ovat. He, kuten muutkin ihmiset, tekevät aina parhaansa, sen mikä on mahdollista juuri nyt, niillä kyvyillä ja voimavaroilla, jotka heillä on. Joskus mietin, että miten tämä voi olla joillekin niin vaikeaa ymmärtää!

Kiihtymyksessäänkin Kirsi on arvostava - tekevähän opettajat ja vanhemmatkin parhaansa niillä voimilla ja taidoilla, joita heillä on. Monet kasvattajat tuntevat syyllisyyttä ja avuttomuutta ADHD:n edessä. Siksi tarvitaan lisää tietoa. Esimerkiksi siitä, miten lapset voidaan nähdä myönteisemmin ja minikälaiset toimintatavat auttavat heitä kuntoutumaan ja pärjäämään elämässä.

Kirsin oma iso herääminen myönteisyyden voimaan tuli opettaja-aikoina, kun Kirsi sai seurata viereisessä luokassa opettavaa **Tuula Rikalaa**. Tuula kuunteli lasta, oli läsnä, ei



eivät tuota enää nykyisessä elämässä ongelmia. Hän on löytänyt paikkansa laajassa ystäväpiirissään, ja häntä pyydetään usein tukihenkilön roolissa paikalle, kun jollakin taiteilijajäsenillä on ramppikuume ennen tärkeää esiintymistä tai muu elämäntilanne. Kotoa saatu myönteinen minäkuva ja hyvät sosiaaliset taidot auttavat Aleksia tilanteissa, joissa käytännön asiat eivät suju. Kirsi kertoo esimerkin:

*”Aleksi on oppinut pyytämään apua.”*

korottanut ääntä eikä komentanut. Hänellä oli aina aikaa lapselle, ja hän kohtasi jokaisen myönteisesti.

- Huomasin, miten Tuulan luokassa lapset olivat onnellisia ja hyvinvoivia. Tuula kunnioitti ja arvosti jokaista lasta sellaisena kuin tämä oli, hyväksyi, ei vaatinut enempää mihin lapsi pystyi.

Kun tuli Aleksin aika mennä kouluun, Kirsi vaati, että hän pääsisi Tuulan luokalle.

- Edelleen Aleks puhuu superopettajasta. Tuulan ansios-ta Aleksille muodostui myönteinen kuva koulusta huolimatta kaikista hänen rajoitteistaan.

**ENTÄ MITEN ALEKSI** pärjää nyt, kolmekymppisenä? Hän asuu omassa asunnossaan, osaa kokata ja hoitaa kotia itsenäisesti, mutta tarvitsee silloin tällöin äidin tai muiden läheisten tukea vaativammissa käytännön asioissa. Aleksilla on työkyvyttömyyseläke, sillä säännöllinen työssä käyminen ei onnistuisi. Lapsuusiän epilepsia on parantunut ja muut liitännäisoireet

- Aleks lähti yksin matkalle Aasiaan. Bangkokissa häneltä hukkui pankkikortti ja passi, mutta kumpikin löytyi. Pankkikortin hänelle toi tyttö, joka oli löytänyt sen hänen jälkeensä raha-automaatista, ja passin hän onnistui löytämään itse elokuvateatterista. Joka päivä häneltä tuli kotiin tekstiviesti, jossa hän kertoi matkastaan ja suuresta kiitollisuudestaan. Hän oli kiitollinen siitä, että olin mahdollistanut hänelle tämän matkan, ja hän oli saanut paljon uusia ystäviä. Paikalliset kutsuivat häntä koteihinsa syömään.

Kirsin kertoessa Aleksin matkasta liikituksen kyyneleet nousevat silmiin. Äiti on kantanut huolta poikansa selviytymisestä vuosikausia ja mitä poika tekee - panee paremmaksi, ei vain selviydy vaan elää täysillä, onnellisena ja kiitollisena, taitavammin kuin monet, joilla voidaan ajatella olevan enemmän synnyinlahjoja.

- Aleks on oppinut pyytämään ja vastaanottamaan apua, ja se on hänen voimanaan, mihin hän meneekin. Hän myös puhuu hyvää englantia sekä jonkin verran thain ja laon kieltä. >



Kirsi Saukkolalla on paljon tärkeitä miehiä elämässään. Vasemmalta poika Aleks, pojanpoika Severi, Severin isä Svante sekä Kirsi.

*”Suurin työni on saada ihmiset ymmärtämään, että emme voi vaatia kaikilta samaa.”*

**KIRSI ITSE SANOO** elävänsä nyt kolmatta elämää. Se alkoi kymmenisen vuotta sitten, kun ”lapset ja ensimmäinen aviomies lensivät pesästä” ja Kirsi aloitteli valmentajan uraa omassa yrityksessään KirsiConsultingissa. Levin-matkalla hän tapasi helsinkiläisen **Jukka Myyryläisen**, ja he muuttivat pian yhteiseen kotiin. Tänä vuonna toukokuussa vietettiin häitä. Samalla juhlittiin myös pyöreitä vuosia, Kirsin kuusikymppisiä ja Jukan viisikymppisiä. Morsian häikäisi kullannärisessä iltapuvussaan, eleganttina ja elämäniloisena, kuten aina.

Jukka ja Kirsi elävät työntäyteistä elämää. Jukka toimii kiinteistöalan asiantuntijana omassa yrityksessään ja Kirsi kiertää kouluttamassa ympäri maata liki päivittäin.

– Monet nuoret naiset tulevat sanomaan minulle, että heihin on tehnyt vaikutuksen se, miten voi elää uransa parasta kautta kuusikymppisenä. Mediassa puhutaan, että nelikymppisestä alkaa uralla alamäki, mutta minulla alkoikin se ylämäki. Kun tulin Helsinkiin, isommat ympyrät ja mahdollisuudet avautuivat minulle, lapset olivat aikuisia – ja tuli minun vuoroni!

Kesän tullen Jukka ja Kirsi vetäytyvät mökille Päijänteen saareen, jossa he veneilevät, tekevät mökin askareita ja tuijottelevat auringonlaskuja nauttien. Siinäkin tunnelmassa Kirsin mielessä ja sydämessä on päällimmäisenä tunne kiitollisuudesta, siitä, että asiat ovat niin hyvin.

**KIRSI SAUKKOLALLE** neljäskin elämä häämöttää jo, vaikkeiukaan sitä uskoisikaan. Neljäs elämä tarkoittaa kiireettömiä

eläkepäiviä, joina Kirsi työntää sormensa multaan ja vain on ja aistii maailmaa. Vai niinköhän on? Kirsin häissä sisko **Hannele** piti puheen ja ihmetteli ”Kipan” nuorekkuutta, elämänenergiaa ja tarmoa.

On vaikea kuvitella Kirsiä kiikkustuoliin. Helpompaa sen sijaan on nähdä, että mitä tahansa neljännessä elämässä kohdalle tulee, Kirsi säilyttää lämpimän ja humoristisen otteen ja elegantin tyylin. Paitsi mökiltä, tumman lady’n voinee bongata jostakin Helsingin keskustan kahvilasta korkeissa koroissa ja mustavalkeassa asussa siemailemassa vihreää teetä ja näkemässä ympärillään taitavia ihmisiä ja lukemattomia kiitollisuuden aiheita. ☺

## *Pohdi tätä*

**KIINNITÄ HUOMIOTA TILANTEISIIN**, joissa alat vaatia toiselta ihmiseltä suorituksia tai tekoja. Erityisen tarkkana kannattaa olla, jos vastassasi on lapsi tai aikuinen, jolle suoriutuminen arjen asioista on tavallista haastavampaa. Voitko esittää asiasi kannustavasti ja hyväksyvästi niin, että toinen saa yrittää ja innostua itse. Jakakaa yhdessä tekemisen iloa, vaikka tulokset olisivat toisenlaisia kuin odotit. Muista, että myönteinen tapasi lähestyä tilannetta voi olla toiselle hyvin tärkeä ja kannatteleva kokemus.