

TERO. Itsemurhaa yrittänyt Tero on kiitollinen siitä, että isä sattui paikalle oikealla hetkellä.



Tarinoita harkitusta kuolemasta

• Itsemurhan kohdanneet pääsevät tänä keväänä ääneen kotimaisessa kulttuurissa. Saako oman elämänsä päättää & uskallammeko vihdoinkin puhua siitä?

TEKSTI **HENNA RAATIKAINEN** | KUVAT **J-P PASSI**

J

ON SE VAAN niin hankala puhua, perkele.”

Parrakas mies huokaisee syvään. Katse viipty lattiassa, kameraan hän ei juuri katso. Tero on yksi itsemurhasta kertovan *Näin unta elämästä* -elokuvan päähenkilöistä.

Parikymppinen Tero oli työtön ja juuri eronnut. Elämä oli muuttunut totiseksi ja alkanut tuntua turhalta.

”Ei ollut muuta vaihtoehtoa”, hän toteaa elokuvassa. ”Luojan kiitos olen edelleen elossa.”

Muun muassa *Kovasikajutun* (2012) ohjanneen Jukka Kärkkäisen ja hänen kanssaan *Kansakunnan olohuoneen* (2009) parissa työskennelleen Sini Liimataisen rauhallinen dokumenttielokuva kuuntelee, mitä sanottavaa on itsemurhaa yrittäneillä Terolla ja Maijulla, lapsensa menettäneillä Antilla ja Aulikilla sekä veljen itsemurhan kokeneilla Miinalla ja Marjaanalla.

Näin unta elämästä on ensimmäinen itsemurhaa käsittelevä dokumenttielokuva, jota esite-

tään teattereissa Suomessa.

Aihetta käsitellään nyt myös kirjallisuudessa. Katariina Vuoren ja Jonna Pulkisen maaliskuussa ilmestyvä *Kourallinen tabuja – kertomuksia itsemurhasta* antaa sekin äänen itsemurhaa yrittäneille.

VAIKKA AIHE näyttää nousevan pinnalle, Suomen Mielenterveysseuran sos-kriisikeskuksen johtajan Outi Ruis-halmeen mukaan itsemurha on edelleen tabu.

”Monissa tapauksissa suvussa 50 vuotta sitten tehtyä itsemurhaa kannetaan hiljaa mukana, eikä vielä kutsuta sitä edes oikealla nimellä. Jos ei puhu, ei voi saada apua”, Ruis-halme sanoo.

Itsemurhia tehdään Suomessa päivittäin kahdesta kolmeen, vuodessa vajaat 900. Määrä on vähentynyt selvästi synkstä vuodesta 1990, jolloin peräti 1500 ihmistä riisti itseltään hengen. Silti Suomessa tehdään edelleen noin puolitoista kertaa enemmän itsemurhia kuin muissa EU-maissa keskimäärin.

Psykiatrian emeritusprofessori ja THL:n tutkimusprofessori Jouko Lönnqvist on tehnyt pitkän ja arvostetun uran itsemurhien tutkimuksessa.

Mitä yksittäistä syytä ei itsemurhille voi nimetä, mutta

suomalaisilla on hänen mukaansa tiettyjä sukupolvelta toiselle siirtyviä tulkintoja siitä, miten elämän vaikeudet hoidetaan.

”Jos menettää kasvonsa tai epäonnistuu, se katsotaan täällä huonoksi asiaksi. Itsemurha on yksi ratkaisumalli.”

NÄIN UNTA ELÄMÄSTÄ -elokuvassa esiintyvä Antti Timonen on entinen poliisi ja krp:n tutkija, jonka tradenomiksi opiskeleva 25-vuotias poika Panu teki itsemurhan vuonna 2005.

Eläkkeellä oleva Timonen on aina puhunut asiasta avoimesti, ja kun ohjaaja Jukka Kärkkäinen viisi vuotta sitten pyysi Timosta mu-

vikana. Itsemurhaan päätyneet eivät ole toisen luokan kansalaisia tai rassukoita, eivätkä perheet välttämättä ole mitenkään poikkeavia”, Timonen sanoo kahvilassa Helsingin keskustassa. Hän on saapunut junalla Jonsuusta katsomaan elokuvan ennakkonäytöstä.

”Ehkä elokuva avaa vähän itsemurhien maailmaa. Marginaaliskysymyshän tämä on, mutta kyllä itsemurhissa kuolee ainakin kolme kertaa enemmän ihmisiä kuin liikenteessä.”

ITSEMURHA koskettaa vuosittain suoraan arviolta 10 000 suomalaisen elämää. Miten ihmeessä se paisui väkivaltaisessa kulttuurissamme niin suureksi salaisuudeksi?

Itsemurhakeskustelun ytimessä on ollut kysymys siitä, onko ihmisellä vapaus päättää omasta kuolemastaan.

Albert Camus on sanonut, että itsemurha on ainoa vakava filosofinen ongelma. Vuonna 1755 filosofi David Hume kysyi esseessään *On Suicide*: ”Eikö jokainen ole vapaa hankkiutumaan eroon omasta elämästään?”

Kulttuurissamme elämää pidetään jatkamisen arvoisena – oli se kuinka kurja tahansa. Yksittäisen elämän ääretön arvostaminen on tehnyt sen päättämistä tabun.

SUOMESSA havahduttiin itsemurhien suureen määrään 1970-luvulla, jolloin perustettiin esimerkiksi sos-kriisikeskus. Nyt sieltä saavat keskusteluapua ja vertaistukea itsetuhoisuuden kanssa painivat ja itsemurhan tehneiden läheiset.

Professori Jouko Lönnqvist teki 1970-luvulla itsemurhasta väitöskirjan, ja hänet valittiin valtakunnalliseksi johtajaksi Suomen kansalliseen itsemurhien ehkäisyprojektiin, jonka Lääkintöhallitus käynnisti vuonna 1986.

Kymmenen vuotta kestäneessä projektissa tutkittiin kaikki yhden vuoden aikana tehdyt 1400 itsemurhaa. Tietojen perusteella kehitettiin keinoja masennuksen tunnistamiseen, päihdeongelmien hoitamiseen sekä kriisitilojen käsittelyyn.

Itsemurhaluvut lähtivätkin Suomessa laskuun vuoden 1990 jälkeen. Ulkomailta tultiin ottamaan mallia Suomesta, vaikka Lönnqvistin mukaan täällä käytettyjä keinoja ei voi suoraan siirtää muualle.

”Projektin onnistuminen oli kuitenkin osoitus siitä, että itsemurhiin pystytään vaikuttamaan”, hän sanoo.

SUOMEN Mielenterveysseura teki viime syksynä ehdotuksen kansallisesta itsemurhien ehkäisyohjelmasta,

”Kunnon ihminen tekee töitä. Mä en kyennyt töihin. En kyennyt elättämään itseäni.”

kaan elokuvaan, hän suostui heti. Myös Timosen mielestä läheisen itsemurhaa hävetään edelleen.

”Kai se häpeä tulee siitä, että on ennakkoluuloja. Heti mietitään, että mitä perheessä on

jonka tarkoituksena olisi kerätä systemaattisesti tietoa suomalaisista itsemurhista ja näin tarkentaa kuvaa riskeistä ja ehkäisymahdollisuuksista.

Poliitikot eivät Outi Ruishalmeen mukaan ole ehdotuksesta innoissaan.

Antti Timonen ei osaa sanoa, olisiko hänen poikansa itsemurha voitu ehkäistä. Hänen mukaansa on vaikea auttaa sellaista ihmistä, joka ei kerta kaikkiaan halua apua.

”Me kyllä yritimme puhua, mutta emme me voi tietää, mikälaista apua ihminen tarvitsee, jos ei hän itse kerro. Kulttuuriset tekijät ovat niin syvässä. Panu oli sellainen mies, että hän olisi omasta mielestään menettänyt kasvonsa, jos olisi mennyt kallonkutistajalle.”

SOSIOLOGIAN suurmies Émile Durkheim tutki itsemurhan sosiaalisia tekijöitä jo vuonna 1897 klassikkoteoksessaan *Itsemurha: Sosiologinen tutkimus*.

Hänen mukaansa itsemurhia tehdään yhteiskunnissa, joissa yhdenmukaisuuden paine on

joko liian suuri tai liian pieni, tai joissa korostetaan liikaa tai liian vähän yksilöllisyyttä.

Jouko Lönnqvist kuvailee yksilön ja ympäristön vuorovaikutusta niin, että jos ihminen on esimerkiksi vakavasti masentunut mutta saa tukea lähiympäristöltä ja hoitoa laajemmasta tukiverkosta, hän voi selvitä. Terve ihminen puolestaan selviää ”heikommassakin” ympäristössä.

Suomen tilanteesta Lönnqvist on huolissaan.

”Tällä hetkellä valtio purkaa tukiverkostoaan ja siirtää sitä kunnille. Kunnat taas lisäävät painetta yksilölle ja perheille. Kun tukiverkko yhtäkkiä ohenee voimakkaasti, riskissä ovat ne, joilla on huonot eväät selviytyä yksilönä.”

KATARIINA Vuoren ja Jonna Pulkisen kirjassa monet haastatellut ilmaisevat raivoa mielenterveyshoitoa kohtaan.

”Ihmiset sympatiseeraavat tosi paljon kaltoin kohdeltuja lapsia. Mutta sitten kun tämä lapsi kasvaa aikuiseksi, niin kuin nämä haastateltavat, niin kukaan ei tunne sympatiaa aikuista

mielenterveyspotilasta kohtaan”, Vuori sanoi Kalle Haatasten radio-ohjelmassa helmikuussa.

Turvaverkolla on myös kääntöpuolensa. Yhteiskunnan holhous voi Jouko Lönnqvistin mukaan synnyttää uusavuttomuutta, neuvottomuutta – ja kapinaa.

SUOMESSA JA muissa pohjoismaissa lamat eivät vaikuta suuresti itsemurhien määrään. Päinvastoin: itsemurhia tehdään Lönnqvistin mukaan paljon juuri vahvan kasvun aikoina. Silloin tuloerot kasvavat, ja hyvä- ja huono-osaisten välinen kiulu korostuu.

Pitkäaikaistyöttömät tekevät tutkimusten mukaan enemmän itsemurhia kuin työssä käyvät. Tilapäisesti työttömät päätyvät kuitenkin itsemurhaan harvemmin silloin, kun ympärillä on paljon muita työttömiä. Työttömyyttä ei tuolloin koeta henkilökohtaisena epäonnistumisena.

Itsemurhaa yrittänyt Maiju kertoo *Näin unta elämästä* -elokuvassa menettäneensä elämäntilantansa paniikkihäiriön ja masennuksen takia. Työttö-

myys korosti kelvottomuuden ja arvottomuuden tunteita.

”Se on itsenäiselle ihmiselle kova paikka”, hän sanoo.

”Varsinkin suomalaisessa yhteiskunnassa sanotaan usein, että kunnan ihminen tekee töitä. Mä en kyennyt töihin. En kyennyt elättämään itseäni.”

ELOKUVAN itsemurhaa yrittäneet ja itsemurhan tehneet ovat kaikki nuoria aikuisia. Juuri nuorten itsemurhat huolettavat asiantuntijoita. Suomessa yli 65-vuotiaiden itsemurhien määrä on EU:n keskitasoa, mutta nuorilla ja työikäisillä riski on huomattavasti suurempi.

Myös Antti Timonen pohtii suomalaisia suorituspaineita. Hänen poikansa Panu oli lahjakas perfektionisti, jonka mielestä 10- oli huono arvosana.

”Nuorten suorittamispaineeat ovat hurjia, etenkin niillä, jotka eivät osaa haistattaa paskoja menestykselle. Pitää pärjätä ja pitää jaksaa. Ei saa nostaa käsiä pystyyn. Sen jos tekee, on luuseri”, Timonen sanoo.

Hänen oma tuntumansa on kuitenkin se, että itsemurhia

tehdään yleisemmin pitkäaikaisen kuormituksen kuin hetkellisen mielenhäiriön johdosta.

”Kyllä minusta itsemurhan tehnyttäkin pitää kunnioittaa sillä tavalla, että miettii ratkaisua hänen lähtökohdistaan. Esimerkiksi Panu oli ollut pidemmän aikaa turhautunut elämäänsä.”

VOIVATKO epätoivo ja kuolemantoiveet siis olla mielekäs, jopa rationaalinen reaktio elämäntilanteeseen? Lönnqvistin mukaan voivat olla ja usein ovatkin.

Siksi syyllistämisen sijaan pitäisi pohtia, miten tilannetta voi korjata sellaiseksi, että itsemurha lakkaa olemasta harmitsemisen arvoinen vaihtoehto. Jos itsemurha määritellään mielettömyydeksi, pohdinta on mahdotonta.

Näin unta elämästä elokuvateattereissa 28.3.

Kourallinen tabuja – kertomuksia itsemurhasta ilmestyy maaliskuussa 2014.

Kalle Haatasten Yle Radio 1:llä esitetty radio-ohjelma Itsemurha & omaiset Yle Areenassa.



AULIKKI. Aleksipojan jäähyväiskirje osoitti, ettei itsemurha ollut hetken mielijohde, vaan teko oli ollut mielesä jo vuosia.



MIINA. Kun veli Perttu teki itsemurhan, Miinasta tuntui pitkään, että elämä oli jaettu kahdella: onnelliseen aikaan ennen veljen kuolemaa ja kauheaan aikaan sen jälkeen.



MAIJU. Itsemurhaa yrittänyt Maiju ajatteli, ettei hänestä ollut tähän maailmaan eikä kukaan muu voinut viedä hänen pahaa oloaan pois.

ITSEHALLINTAA

ITSEMURHA ei aina ole ollut leimaava tai pelottava teko. Vuonna 2012 ilmestyneen *Itsemurhan filosofia* -teoksen kirjoittanut Tapani Kilpeläinen toteaa, että antiikissa elämä itsesään oli arkisempi käsite.

Se ei ollut lahja eikä yhteiskunnan kontrolliin kuuluva asia, jota sinänsä olisi pitänyt vaalia. Itsensä tappaminen liitettiin itsensä hallitsemiseen, ja se oli joissain tapauksissa jopa suotavaa.

Kanta itsemurhaan muuttui jyrkemmäksi kristinuskon levittäessä 300-luvulla. Itsemurhan tehneiden puolesta ei enää rukoiltu eikä heille järjestetty kunniallisia hautajaisia. Elämä kun oli Jumalan lahja.

TÄNÄ PÄIVÄNÄ ilmiön skandaalimaisuus liittyy Kilpeläisen mukaan siihen, että itsemurhan tekijä osoittaa pitävänsä kuolemaa parempana kuin elämää. Itsemurha näyttäytyy järjettömänä niin kauan kuin elämän itsestäänselvyyttä ei kyseenalaisteta.

Kilpeläisen mielestä itsemurhasta täytyisi kyetä puhumaan intohimottomammin.

”Monet filosofit ovat kirjoittaneet siitä, että itsemurhan ajatus voi toimia selviytymiskeinona. Ihmisen voi olla helpompaa kestää vaikeuksia, kun hän tietää, että hän voi halutesaan tappaa itsensä.”

USEIMMAT itsemurhat tehdään syistä, joihin voidaan vaikuttaa, ja siksi niiden ehkäiseminen on myös Kilpeläisen mukaan tärkeää. Ehkäisemisen

korostamisessa hän näkee kuitenkin ongelman: se johtaa helposti siihen, että itsemurha tulkitaan heti pelkästään negatiiviseksi ilmiöksi, ”teoksi, johon ryhtyvät vain mieleltään järkyneet”.

”On varsin helppo kuvitella yhteiskunta, jossa itsemurhat pystyttäisiin estämään mutta jossa ihmisillä silti olisi viljalti syitä itsemurhaan.”

KILPELÄINEN muistuttaa, että ihminen luopuu elämästään vain, jos ei hyväksy ympäröivää maailmaa. Hän antaakin päättäjille risuja tekopyhyydestä.

”Esimerkiksi ’vastuullisuus’ ja ’välittäminen’ esiintyvät hallituksen kuin hallituksen ohjelmassa, mutta tosiasiaa yhteiskunta näyttää kohtelevan huomattavaa osaa kansalaisista pelkinä menoerinä tai potentiaalisina häiriöiden lähteenä. Siksi epätoivoistuminen ei ole ihme.”

HENNA RAATIKAINEN

Tapani Kilpeläinen: *Itsemurhan filosofia*. Niin & näin -kirjat 2012. 205 s.

