

”Joka ilta annan itselleni anteeksi”

JENNA MÄKELÄ, 34, rahoitti pelaamistaan pikavipeillä, joita hän otti myös läheistensä nimiin. Massiiviset velat ja itseinho ajoivat hänet epätoivoiseen ratkaisuun. Nyt hän on toipunut riippuvuudestaan ja opettelee rakastamaan itseään.

TIINA SUOMALAINEN, KUVAT SAMPO KORHONEN

Ensimmäinen nettikasino voitto oli tajunnanräjäyttävä. Elettiin vuotta 2005, kun 21-vuotias porilainen **Jenna Mäkelä** rakastui voittamiseen.

– Ajattelin, että olen keksinyt pyörän uudestaan. Että kukaan muu ei tajua, että on olemassa tällainen nettikasino, josta saa ilmaista rahaa. Vain minä olen niin älykäs!

Jokaista voittoa seurannut adrenaliinipiikki sai Jennan tuntemaan itsensä kaikkivoipaiseksi. Hän on sentään jotain – ei vain pelaamisessa vaan koko elämässä.

Häviön tunne oli voittamisen tunnetta fyysisempi.

– Kun nettikasinon pelitili näyttää nolaa ja tajuaa, että on pelannut kaikki omat ja muiden rahat, tuntuu kuin pää kutistuisi nuppi-neulan kokoiseksi. Alkaa pyörryttää ja henki salpautuu.

Niinpä Jenna haali lisää rahaa ja yritti voittaa, jotta saisi maksettua velat. Ja tokihan jossakin vaiheessa tulisi se jättipotti, jolla saisi velkojen kuittaamisen lisäksi pantua koko elämä uuteen kuosiin ja autettua läheisiäänkin.

– Joka päivä uskoin, että tänään on se hetki, kun voitan.

JENNA PELASI kaikkia mahdollisia rahapelejä kymmenen vuotta. Noina vuosina hän opiskeli ja kävi töissä, sai kolme lasta, erosi ja rakastui. Kulissit pysyivät pystyssä. Päällepäin hän oli napakka ja osaava – ihminen, joka pärjäsi aina.

Alussa Jenna rahoitti pelaamisen omilla tuloillaan; hän työskenteli muun muassa hoitoalalla sijaisena ja Iskelmäradiossa juontajana. Sitten hän alkoi turvautua pikavipeihin.

– Minulle luotolla tai pikavipeillä maksaminen oli ilmaista rahaa. Päähäni ei koskaan mautunut, että laina pitää maksaa takaisin.

Elämää varjosti Jennan isän sairastuminen vakavaan masennukseen. Jenna auttoi paljon vanhempiaan ja pikkuveljeään. Kuorimitusta lisäsi tuhoisa parisuhde, johon Jenna ajautui erottuaan silloisesta aviomiehästään vuonna 2011.

– Pelaaminen oli minulle hengähdyspaikka, lääke, joka esti minua hajoamasta. Pelaamisesta ai-

heutui ihmissuhde- ja rahaongelmia, joita pakenin pelaamiseen, Jenna kuvailee noidankehäänsä.

MAANISTA. Näin Jenna kuvailee pelaamistaan 2010-luvun alussa. Kännykkä mahdollisti pelaamisen kaikkialla – ruokaa laittaessa, vessassa, töissä, leikkipuistossa. Rahoittaakseen pelaamisen hän alkoi ottaa pikavippejä myös läheistensä nimiin.

– Kesällä 2014 päiväni menivät siihen, kun vahdin postilaatikkoani, jotta saisin napattua maksumuistutukset pois, ennen kuin silloinen miesystäväni näkisi ne. Sitten ajoin vanhempieni luokse tyhjentämään heidän postilaatikkonsa karhulaskuista.

Ahdistunut ja masentunut Jenna oli lopulta kuin nurkkaan ajettu eläin. Lokakuussa hän teki epätoivoisen päätöksen: hänen olisi tapettava itsensä. Hän ei nähnyt muuta tietä ulos mahdottomasta tilanteesta.

Eräänä päivänä Jenna kirjoitti jäähyväiskirjeet läheisilleen ja tunnustuskirjeen poliisille, ja sen tehtyään yritti itsemurhaa. Isovanhemmat saivat kuitenkin pelastettua hänet. ▶

Peliriippuvuus aiheutti
Jenna Mäkelälle 160 000
euron velat, eikä hän ole
ainut velkaantunut. Jenna
perää pikavippifirmojen ja
nettikasinoja pyörittävän
Veikkauksen vastuuta.



”Voi luoja, olen edelleen elossa”, Jenna ajatteli, kun hänen tajuntansa palasi. Ambulanssi kiidätti hänet sairaalaan. Järkyttynyt perhe oli hänen tukenaan.

Läheiset olivat olleet tietoisia Jennan pelaamisesta. Heillä ei ollut kuitenkaan ollut aavistustakaan, kuinka paljon Jenna oli pelannut ja että hän oli käyttänyt siihen myös heidän rahojaan.

Silloinen miesystävä halusi eron heti.

Itsemurhayritystä seuraavana päivänä Jenna sai luvan poistua sairaalasta hetkeksi. Hän meni poliisiasemalle tunnustamaan rikoksensa.

– Tunnustus oli minulle todella tärkeä. Vaikka peluri minussa oli hylännyt moraalini, sisälläni oli vielä ihminen, jolla oli oikeamielisyyttä jäljellä.

Sairaalassa Jennaa hoidettiin itsemurhayrityksen vuoksi. Peliriippuvuuteen hän ei saanut apua. Vajaan viikon jälkeen Jenna kotiutettiin psykiatriselta osastolta A-klinikan puhelnummeron ja epikriisin kanssa, jossa luki: ”Fiksu nainen, osaa puhua asioistaan.”

ELÄMÄ ALKOI taas rullata. Arki täytyi töistä ja lastenhoidosta, oikeusprosessi eteni omaa tahtiaan. Sitten Jenna tapasi nuoruuden rakastettunsa **Kimmon** yökerhon eteisessä. He rakastuivat uudelleen ja alkoivat seurustella.

– Kimmo oli kaikkea sitä, mitä minä en osannut olla. Suoraselkäinen, rehellinen ja sinut itsensä kanssa. Hän edusti maailmaa, jossa ei valehdeltu eikä kekkuloitu.

Jenna ei ollut enää omasta mielestään peliriippuvainen. Niinpä hän talletti vähän rahaa nettikasi-

JENNA MÄKELÄ, 34

Työ: Peliriippuvaisten vertaistukiryhmän vetäjä, kokeuskouluttaja ja vapaa kirjoittaja.

Perhe: Uusperheeseen kuuluvat aviomies sekä 12-, 9- ja 2-vuotiaat lapset.

Asuu: Porissa.

Ajankohtaista: Jennan kirjoittama kirja *Kun pelihimo ottaa vallan ilmestyi* elokuussa. Työn alla on uusi kirja ulosotosta, perinnästä ja luottotiedottoman elämästä.

nolle. Jenna kuvailee, että peluri hänessä heräsi kuin talviuniltaan herätetty karhu.

Vuonna 2016 syntyi Jennan ja Kimmon yhteinen lapsi. Jennan sydän oli pakahtua rakkaudesta lasta kohtaan, mutta samalla hänen mielialansa vajosi alaspäin. Lasten syntymät ja pikkulapsiajat ovat aina olleet Jennalle rankkoja, koska äitiys toi mukanaan suorituspainetta.

– Olin masentunut ja kieriskelin itseinhossa. Jos itsemurhayritys tai ihana mies ja lapset eivät saaneet minua lopettamaan pelaamista, niin minähän olin toivoton tapaus enkä ansainnut elää.

Jenna makasi sängyssä, imetti kuopustaan ja pelasi kännykälään. Hän ei syönyt, peseytynyt eikä siivonnut.

Ensin Kimmo ajatteli, että Jenna oli vain väsynyt, koska vauva valvotti. Sitten hän löysi lastenkuryykkiöt, joita Jenna oli piilottanut eri puolille kotia.

”Minä rakastan sinua enkä lähde minnekään. Mutta en rakasta peluria sinussa. Hoida se peluri pois”, sanoi Kimmo.

Hän otti lomaa töistä, varasi Jennalle ajan terveyskeskukseen ja vei hänet lääkärin vastaanotolle.

– **MINULLE OLI** valtavan tärkeää se, että Kimmo eriytti minusta pelurin ja sanoi rakastavansa minua. Riippuvuuden voi lopettaa vain riippuvainen itse. Mutta ihmissuhde, jossa minua ei nähty pelkästään riippuvuuden kautta, auttoi prosessissa.

Terveyskeskuksessa tapahtui toinen käänteentekevä asia: Jenna kohtasi empaattisen ja vilpittömän lääkärin. Lääkäri sanoi Jennalle rehellisesti, ettei tiedä peliriippuvuudesta paljon mitään mutta tekee kaikkensa auttaakseen.

Värisävä Jenna kuunteli lääkärin silmät itkusta turvoksissa.

– Olin aivan loppu. Ensimmäistä kertaa puhuin avoimesti siitä, että olen peliriippuvainen. Tiedän, että ennen pitkää pelihimoni olisi tappanut minut.

Jenna sai masennuslääkityksen ja kotiin perhetyöntekijät. Hän ilmoittautui peliongelmaisia tukevaan Peli poikki -nettiohjelmaan, johon oli neljän kuukauden jono. Odotellessaan hän kävi juttelemassa sairaanhoitajan kanssa.

Jenna haluaa auttaa muita peliriippuvaisia. Siksi hän puhuu julkisesti peliriippuvuudestaan hälventääkseen häpeää, joka aiheen ympärillä on.



”Tunnustus poliisille oli minulle todella tärkeä. Vaikka peluri minussa oli hylännyt moraalini, sisälläni oli vielä ihminen, jolla oli oikeamielisyyttä jäljellä.”

Jenna sai myös peliriippuvuusdiagnoosin.

Kimmo otti Jennalta verkkopankkitunnukset pois, mikä sopi Jennalle hyvin.

– En kokenut, että itsemääräämisoikeuteeni puututtiin. Päinvastoin, Kimmon ratkaisut olivat lohdullisen selkeitä.

Peli poikki -nettiohjelman käyttäen Jenna koulutettiin Pelirajat -vertaistukiryhmän ohjaajaksi ja aloitti ryhmien vetämisen.

– En päässyt Kelan tukemaan terapiaan. Olin kuulemma liian hyvässä kunnossa, koska kykenin käymään töissä. Muilta peliriippuvaisilta saamani vertaistuki on

”Ehkä eniten peliriippuvuuteni kehittymistä selittää heikko impulssikontrolli. Raha on aina polteltu käsissäni, kunnes olen tuhlanut sen.”

ollut minulle kuitenkin kullan-arvoista. Samalla kun autan muita, saan apua itse.

Yksi tärkeä terapiaistunto Jennalle oli kirjan kirjoittaminen peliriippuvuudesta ja omista kokemuksista. *Kun pelihimo ottaa valan* -kirja ilmestyi elokuussa.

TUOMIO PETOSRIKOKSISTA syksyllä 2017 päätti yhden ajanjakson Jennan elämässä.

”Lähipiiri rahoitti tietämättään peliriippuvaisen porilaisen naisen elämää ja huikean kalliiksi käynnystä pelaamista. Vuonna 1984 syntynyt nainen käytti pelaamiseen yli 160 000 euroa vajaan kahden vuoden aikana”, kirjoitti *Satakunnan Kansan* uutisessaan.

Jenna määrättiin maksamaan takaisin kaikki velat. Lisäksi hänet tuomittiin vuoden ja yhdeksän kuukauden ehdolliseen vankeuteen ja 90 tunnin yhdyskuntapalveluun.

– Olin tuomiostani hyvin kiitollinen. Lieventävinä seikkoina oli muun muassa se, että olin hakeutunut hoitoon ja vertaistukiohjajakoulutukseen. Ilman lievennyksiä olisin voinut joutua vankilaan.

Ulosotto vie osan Jennan jokaisesta palkasta. Velka on niin valtava, ettei hän saa sitä koskaan maksettua. Kuitattua se tulee 20 vuoden jälkeen, jolloin rikosperusteiset saatavat lain mukaan vanhenevat. Luottotiedot ovat menneet.

– Olen asian kanssa sinut, en edes ajattele sitä. Olen vihdoon opinut elämään tulojeni mukaan. Niin kauan kuin on katto pään päällä ja lapsilla kaikki hyvin, raha ei merkitse minulle mitään.

Omat vanhemmat ovat antaneet petoksen Jennalle anteeksi.

TOIPUMINEN peliriippuvuudesta vie aikaa. Se ei lopu siihen, kun pelaaminen loppuu. Jennan on pitänyt opetella puhumaan totta ja rakastamaan itseään. Hänen on pitänyt perata läpi koko elämänsä, tunteensa ja toimintamallinsa ymmärtääkseen, miksi näin kävi.

Rahan tajun puuttuminen oli Jennan mukaan yksi syy siihen, että pelihimo otti vallan. Mutta syytä oli muitakin.

– Ehkä eniten peliriippuvuuteni kehittymistä selittää heikko impulssikontrolli. Raha on aina polteltu käsissäni, kunnes olen tuhlanut sen. Olen aina ollut myös miellyttämisenhaluinen. Minun tapani tehdä muut onnelliseksi oli ostaa heille jotakin, ja yritin ansaita siihen rahaa pelaamalla.

Jenna tunnistaa itsessään myös kontrollifriikin. Hän halusi olla tilanteiden herra. Kun elämässä tuli haasteellisia aikoja, hän turvautui pelaamiseen, sillä sen hän kuvitteli hallitsevansa.


Nyt Jenna on opetellut ottamaan aikalisän ja punnitsemaan seurauksia ennen kuin ryntää suin päin tekemään asioita. Siksi hän ei enää joudu niin usein kuormittaviin tilanteisiin.

– Iso asia on sekin, että olen opinut puhumaan. En enää kuvittele, että minun on pärjättävä yksin, hän sanoo.

Jenna on joutunut myös miettimään sitä, miten pelaaminen on vaikuttanut hänen lapsiinsa. Lapsilta ei ole koskaan puuttunut turvaa ja rakkautta, mutta maanisessa pelaamisen vaiheessa Jenna ei ollut läsnä vaikka oli paikalla.

– Joka ilta ennen nukkumaan käymistä annan itselleni anteeksi. Häpeä ja itseinho ovat helpottaneet, ja olen alkanut pitää itsestäni. Ei sitä rakkaudeksi voi vielä kutsua, mutta tulen toimeen peilikuvani kanssa.

Läheistensä ja vertaisten tuella Jenna on taistellut itselleen uuden elämän. Silti Jenna ei vaihtaisi kokemuksiaan pois. Ne ovat tehneet hänestä sen, mikä hän on nyt.

– Olen tavoitellut onnea kaikki nämä vuodet. Jos tämä elämä on tässä, olen valtavan kiitollinen. Olen toipunut peliriippuvainen, mutta myös paljon muuta – Jenna, äiti ja puoliso. Vihdoin, 34-vuotiaana, voin sanoa olevani aika hyvä ihminen. 



UUDET MARJAISAT

KAURA JUOMAT

LAKTOOSITON • MAIDOTON
KASVIPOHJAINEN
C-VITAMINOITU



SÄILÖNTÄAINEETON



www.riitanherkku.fi

