

SYKE 10 VUOTTA

Pieni historiikki



SYKSYLLÄ 2023 JUHLITAAN SYKE-VERKOSTON 10-VUOTISPÄIVÄÄ!



Simpukan Yksin ja Kaksin Elävät – SYKE-verkosto – on lopullisesti lapsettomien yhteisö.

Lapsettomuuden lopullisuus tarkoittaa, ettei toivoa lapsesta enää ole. Kaikki lapsiyrittäminen on takana. SYKE-verkostoon päädytään erilaisia polkuja pitkin ja eri kertomuksilla, mutta kaikille on yhteistä lapsihaave, joka ei koskaan saanut toteutua.

Sykeläinen on siis tahtomattaan lapseton.

Sykeläisten tarinoita on yhtä paljon kuin sykeläisiä. Joku tiesi alusta alkaen, ettei voi koskaan saada lapsia ja joku sai tiedon matkan varrella.

Joku ei ole koskaan edes voinut yrittää saada lasta, koska sopiva kumppani ei osunut kohdalle tai kumppani ei halua lapsia. Jonkun piti tehdä raskas päätös yrittämisen lopettamisesta ja jonkun toisen tie oli viitoitettu lääketieteessä.

Olipa kyse elämäntilanteesta, hedelmättömyydestä, adoptiokeskenmenosta tai jostain muusta – SYKE-verkostossa on lopullisen lapsettomuuden moninaisuudelle tilaa. Meitä on monta ja tarinoita on erilaisia.

Kaikessa toiminnassa on yhtenä kantavana teemana matalan kynnyksen osallistuminen. Syke-ryhmä ei aina ole pelkästään vertaistukea vaan ennemminkin vertaisten yhdessä oloa.



PIENI SYKE–HISTORIIKKI



Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:llä on ollut jo pitkään erilaisia vertaistukiryhmiä lapsettomille. Verkkotapaamiset ovat mahdollistaneet entistä enemmän tapaamisia entistä useammalle lapsettomalle henkilölle. Moni lopullisesti lapseton oli vuosien varrella kokenut ulkopuolisuutta ryhmissä, jotka olivat avoimia kaikille lapsettomuutta kokeville henkilöille. Koska muun muassa hedelmöityshoidot ja adoptiokeskustelut eivät koskeneet enää lopullisesti lapsettomia, huomattiin selkeä tarve omalle keskustelufoorumille. Useita lopullisesti lapsettomia oli mukana miettimässä ratkaisua tähän asiaan.

Syksyllä 2013 Simpukka ry perusti ensimmäisen Facebook-ryhmän tälle yhteisölle.

Jäsenet miettivät keskuudessaan nimeä omalle ryhmälleen, ja se muotoutui muotoon Simpukan Yksin ja Kaksin Elävät – SYKE. Verkoston varsinainen toiminta käynnistettiin samana vuonna yhteisen kylpyläloman merkeissä. Vuosien varrella ryhmällä ollut monia erilaisia tapaamisia useilla paikkakunnilla. Sykeläisillä on ollut vuosien varrella teemaan sopivia luentoja sekä tapaamisia taidenäyttelyissä ja teatterissa. Yhdessä on järjestetty muun muassa hopeatyöpaja, Tampereen Tallipihaan tutustuminen, aarrekarttatyöskentelyä ja Ikigai-työpaja.



PIENI SYKE-HISTORIIKKI



Sykkeen jäsenissä on huomattavan aktiivisia toimijoita ja näin ollen toiminta onkin laajentunut ja monipuolistunut monella tavalla viime vuosina.

Vertaistuki-iltoja on järjestetty verkossa alkaen toukokuusta 2020 Katjan toimeenpanemana.

Vuonna 2021 on aloitettu somekahvittelut Syke-aktiivi Lean koolle kutsumana.



Lukupiiri on kokoontunut Annan toimesta jo muutamia kertoja parin viime vuoden aikana. Lukupiirissä kirja valitaan yhteisellä pohdinnalla, useimmiten lapsettomuuden kokemuksen tiimoilta.

PIENI SYKE-HISTORIIKKI



Sykeläisten iso projekti oli muutamien sykeläisten tekemä opasvihko Simpuokka ry:n opasvihkojen sarjaan vuonna 2021. Lopullisesta lapsettomuudesta kertovan opasvihkon nimi on Uutta polkua etsimässä – kun lapsettomuus on lopullista. Vihko julkaistiin Lapsettomien Simpuokka-viikolla 2021. Samalla saatiin Simpuokan www-sivuille Sykkeelle oma alasivu sekä suunniteltiin ja julkaistiin SYKE-logo suuntaa näyttävine kompassineen.

CupOfTherapy®



PIENI SYKE-HISTORIIKKI



Sykkeen aktiivit jäsenet Hanne, Katja ja Kati ovat organisoineet, tallentaneet ja ladanneet YouTubeen hyvin henkilökohtaisia ja paljastavia SYKE-keskusteluita vuonna 2022. Keskusteluissa on ollut mukana muitakin lopullisesti lapsettomia. Keskusteluja on ladattu toistaiseksi kolme teemolla. Keitä ovat sykeläiset?, Mieli ja lopullinen lapsettomuus sekä Lapsenlapsettomuus.

Kaksi Sykkeen jäsentä ovat järjestäneet verkossa kahtena vuonna lapsenlapsettomuutta kokeville vertaistukitapaamisia. Lapsenlapsettomat ovat saaneet oman nimen ja logon myös, he ovat Sydänsimpukoita.



Somen kautta huhuillaan muun muassa kahvi- ja brunssiseuraa. Tanssijatkin ovat löytäneet toisensa.

Varsinaista jäsenrekisteriä ei Sykkeellä ole, mutta somessa on iso joukko suljetussa ryhmässä jakamassa tunteitaan todellisten vertaistensa kanssa. Joillakin paikkakunnilla sykeläiset tapaavat toisiaan ahkerasti yhteisten tekemisten merkeissä.



MITÄ VERKOSTO MERKITSEE SYKELÄISILLE?

“Ryhmässä vallitsee avoin ja luottamuksellinen ilmapiiri, jossa uskalletaan kertoa kipeitäkin asioita.”

“Itselleni oli todella tärkeää löytää vertaisia, joiden kanssa jakaa asioita. Ryhmä on todella tärkeä juuri lopullisesti lapsettomille.”

“Lapsettomuuskokemus on erilainen lopullisesti lapsettomalla, kuin lapsen saaneella, koska itse ei tule koskaan saamaan lapsia.”

“On helppo olla, kun ymmärretään ja tarkoitetaan samaa, kun kerrotaan tunteista.”

“On tärkeää, että ryhmä on sekä yksineläville ja kaksin eläville – kaikki mukaan ottaen.”

“Suljetun Simpukan keskusteluissa minulla oli ulkopuolisuuden tunne ja suru. Täällä ei!”

MITÄ VERKOSTO MERKITSEE SYKELÄISILLE?

“Paras sosiaalisen /
nettieheytyksen paikka on
ollut tämä verkosto ja sen
keskusteluelämä. Maailman
ainoa huojentava,
syventävä, samanlaisten ja
kuitenkin niin erilaisten
tarinoiden laakso. Kiitos joka
ikiselle, joka täällä on! ♥”

“Tuntuu, että yhteiskunnassamme
edelleen tiedostetaan ja ymmärretään
todella huonosti se tosiseikka, että on
ihmisiä, jotka eivät tule koskaan
saamaan tahdostaan huolimatta
lapsia. Monen on elettävä elämänsä
loppuun saakka ilman lapsia. Koen,
että Syke-toiminnan kautta voin jakaa
yleistä tietoutta ja ymmärrystä tästä
tärkeästä asiasta.”

“Vertaisten kanssa teemme ja
juttuamme iloisia ja
riemullisia asioita.
Hemmottelemme itseämme
erilaisilla herkuilla ja
kiireettömyydellä. Ja mikä
tärkeintä, saamme jakaa
onnelliset asiamme
toistemme kanssa!”

“Itse olen saanut verkoston kautta ihan oikeita
ystäviä, joiden seurassa ei tarvitse pelätä
minkäänlaisia vauvauutisia. Tämä lopullinen
lapsettomuus on yksi meitä yhdistävä tekijä,
mutta vuosien varrella on löytynyt myös paljon
muuta yhteistä, enkä koe ystävytemme
rakentuvan 'vain' sykeläisyyden varaan. Iloa
olen saanut myös Helsingin seudun syke-
mimmien porukan isommista tapaamisista -
erityisesti niistä hetkistä, kun mukaan vaikkapa
brunssille on tullut joku, joka kokee tähän
aiheeseen liittyvää yhteisöllisyyttä ensimmäistä
kertaa. ♥”

“Sykkeen tapaamisiin
tullaan omana itsenä omine
tunnelmineen ja
tunteineen. Toiset
ymmärtävät puolesta
sanasta, jos jokin asia
tuntuu vaikealta juuri tässä
ja nyt.”



SYKE–HISTORIIKIN TOTEUTUS

Historiikin koonti: Silja Vepsänrepo ja Katja Helenelund
Kuvitus: Katja Helenelund, Elements Envato, CupOfTherapy
Taitto: Viivi Selin, Simpukka ry

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry, 2023



2023