

Autamme ihmisiä elämään merkityksellistä elämää

Miina Sillanpään Säätiö -konsernissa tuotetaan palveluasumista ja tehdään kehittämistyötä asukkaiden merkityksellisen elämän eteen. Tärkeänä työkaluna muistikuntoutuksessa on Montessori-filosofia.

Teksti: **Soile Kuitunen** – Kuvat: **OSG Viestintä**

Muistisairaudet koskettavat yhä useampaa suomalaista. Miina Sillanpään säätiössä ja asumispalveluita tarjoavassa Wilhelmiina Palvelut Oy:ssä on panostettu ikääntyneiden muisti- ja aivoterveysten sekä muistikuntoutukseen vuosikymmenten ajan.

Muistikuntoutuksessa hyödynnetään Montessori-filosofiaa. Wilhelmiinan Muisti-Montessori-asiantuntija, toimintaterapeutti **Henna Jalovaaran** mukaan päätarkoituksena on auttaa muistisairaita elämään merkityksellistä elämää arjessa.

– Montessori-filosofian ytimessä ovat yksilö, hänen omat päätöksensä ja päivittäiset valintansa sekä asukkaille sopivat roolit ja toimintakykyä tukeva toiminta. Ne ovat

tärkeitä jokaisen identiteetin, itsetunnon ja merkityksellisyyden tunteen kannalta, kertoo Wilhelmiinan toimitusjohtaja **Minna Saranpää**.

Miten MuistiMontessori käytännössä toimii

Wilhelmiina Tenhola on Wilhelmiinan uusin palveluyksikkö, jossa muistikuntoutus ja Montessori -periaatteet toteutuvat monin tavoin. MuistiMontessoria on käytetty tilojen suunnittelussa ja sisustuksessa, työntekijöiden perehdyttämisessä ja asukkaiden kotiutumisen.

MuistiMontessorin periaatteilla rakennettu ympäristö on muistiystävällinen, esteetön ja esteettinen. Se tarjoaa tehtäviä ja

vihjeitä toimintaan. Wilhelmiina Tenholassa tämä näkyy mm. oleskelutilojen avohyllyissä peleinä ja harrastusvälineinä, palapeleinä pöydillä kuvallisine ohjeineen ja kirjahyllyissä, joissa kirjat ovat näkyvillä kansineen.

– Viihtyisät ja aktiiviseen toimintaan kannustavat tilat ovat ihastuttaneet niin läheisiä kuin Wilhelmiina Tenholan työntekijöitä. Suunnitellun ympäristön merkitys on tärkeä, jotta houkuttelevaa tekemistä on tarjolla helposti. Tavaroita ei tarvitse kaivella kaapeista ja hetken tarttumista tapahtuu usein, esimerkiksi läheiset pysähtyvät värityspöydän äärelle värittämään yhdessä, kertoo Wilhelmiina Tenholan yksiköstä vastaava palvelupäällikkö **Hanna Heiskanen**.

– Opettelemme yhdessä asukkaiden, läheisten ja henkilöstön kanssa valintojen täyteistä elämää, opettelemme ”pois passaavasta” hoitokulttuurista. Jokainen asukkaamme pystyy tekemään hämmästyttävän paljon valintoja, kun siihen vain annetaan tilaisuus, Heiskanen jatkaa.

Wilhelmiinan kodeissa arkipäivän toiminnan lähtökohtana on asukas yksilönä, hänen kiinnostuksen kohteensa, elämänsä ja sen merkitykselliset asiat. Näihin tutustutaan heti ensimmäisistä tapaamisista lähtien asukkaan ja hänen läheistensä kanssa.

Jokaiselle asukkaalle pyritään löytämään oma roolinsa ryhmäkodin yhteisössä. Rooliin liittyvä toiminta, kuten pöydän kattaminen tai ruokalistan lukeminen muille, lisää asukkaan tunnetta osallisuudesta.

Onnistumisen kokemuksia syntyy, kun asukas pääsee roolitehtävissä hyödyntämään elämän varrella oppimiaan taitoja



kaikkien iloksi. On hyvä myös muistaa, että muistisairaskin oppii uutta.

– Eräs asukas esimerkiksi kattaa päivittäin ryhmäkotinsa ruokapöydän. Sen lisäksi, että pöydän kattaminen sujuu vanhasta muistista, asukas on oppinut muistamaan, missä järjestyksessä eri pöydät kannattaa kattaa ja kuinka monta ruokailijaa missäkin istuu. Asukkaan läheiset ovat kertoneet, että asukas on piristynyt kovasti Wilhelmiinaan muuttamisen jälkeen, kun hän saa nyt osallistua päivän askareisiin, Jalovaara kertoo.

MuistiMontessoria voi hyödyntää eri ympäristöissä

MuistiMontessori ei vaadi suuria investointeja. Se ei ole toimintatuokioihin rajoittuva menetelmä, vaan filosofia, joka ohjaa kaikkea toimintaa. MuistiMontessorin periaatteita voi soveltaa missä tahansa ympäristössä sekä kotona että palveluasumisessa.

– Lähdimme pari vuotta sitten liikkeelle kahdesta Wilhelmiinan ryhmäkodista. Teimme valmisteltua ympäristöä tukevia muutoksia sisustukseen ja asukkaille haettiin mielekkäistä arjen tekemisiä, yksilöllisiä rooleja ja vastuita. Samalla aloitimme henkilöstön valmennukset, joista nyt on muotoutunut koko talon MuistiMontessori-valmennus, Saranpää kertoo.

Kuntoutus turvaa ihmisten hyvää ja merkityksellistä elämää.

Muistikuntoutuksen tulevaisuus

Muistikuntoutukselle on kasvava kysyntä. Se on tärkeä osa muistisairauden hoitoa, sillä se hidastaa tutkitusti toimintakyvyn heikkenemistä. Muistikuntoutuksen avulla muistisairas voi elää itsenäisemmin pidempään ja hänen hyvinvointinsa säilyy parempana.

Muistikuntoutuksen tavoitteena on rohkaista ja kannustaa muistisairasta käyttämään ja ylläpitämään olemassa olevia taitojaan kuten kädentaitoja, muistin ja ajattelun taitoja sekä motorisia taitoja. Yhdessäolo ja sosiaalinen kanssakäyminen muiden kanssa on tärkeä osa kuntoutusta.

Muistikuntoutuksen kehittämistä ja hyviä toimintamalleja sekä innovaatioita tarvitaan. Ikääntyneiden kuntoutusjärjestelmä



ei Suomessa toimi. Palvelut ja tuki ovat hajallaan. Palvelusuunnitelmiin ei juuri kirjata kuntoutussuunnitelmaa.

Ikääntyneet ovat myös alueellisesti keskenään eriarvoisessa asemassa siinä, saavatko he tavoitteellista tukea toimintakykyynsä vai eivät.

Ikääntyminen ei ole sairaus, josta voisi tai pitäisi parantua. Kuntoutuksella voidaan kuitenkin vaikuttaa myönteisesti ikääntyneiden toimintakykyyn, terveyteen, hyvinvointiin ja osallisuuteen.

Kuntoutus turvaa ihmisten hyvää ja merkityksellistä elämää. Olisi hienoa, jos kuntoutumisessa yhtenä seurantamittarina oli-

si ihmisen onnellisten ja merkityksellisten hetkien määrä!

Miina Sillanpään Säätiö -konsernissa ikääntyneiden kuntoutus ja toimintakyky ovat tärkeitä strategisia painopisteitä.

– Kuntoutus ei ole erillinen palvelu tai vain joukko sosiaali- ja terveydenhuollon toimenpiteitä. Meille kuntoutus tarkoittaa oikeutta olla osallinen ja täysivaltainen yhteiskunnan jäsen. Myös muistisairaille kuuluu oikeus kuntoutumiseen ja hyvinvointiin. Aiomme jatkaa rohkeaa ja näkyvää työtä ikääntyneiden kuntoutuksen uudistamiseksi, toteaa säätiön konserni- ja toimitusjohtaja **Soile Kuitunen**. ♥