

Hohenthal-Antin, L. 2013. Muistellaan Luovat menetelmät muistisairaiden tukena. Jyväskylä: PS-kustannus.

Muistisairaallakin voi vielä olla monia taitoja jäljellä, mutta niiden esiin saamiseksi hän tarvitsee aitoa kiinnostusta, kunnioitusta ja muistelua mahdollistavaa toimintaa. Luova muistelu voi vaikuttaa muistisairaana elämisen laatuun ratkaisevasti. Muistisairaskin ihminen muistaa, vaikka kenties lähimuisti on mennyt, mutta varhaisemmat ja emotionaalisesti tärkeät muistot säilyvät, esimerkiksi kotielämään, harrastuksiin tai ammattiin liittyvät taidot ihminen muistaa pitkään.

Kirjassa esitellään helposti päivittäisessä elämässä toteutettavia toimintamalleja, joiden tavoitteena on lisätä, sanoittaa ja kuvittaa vuorovaikutusta, tuoda iloa, saada aikaan osallisuuden ja vastavuoroisuuden kokemuksia. Aistivirikkeet voivat herättää muistoja, esimerkiksi esineet, valokuvat, tuoksut materiaalit, musiikki, tanssi, kirjallisuus tai erityiset tekniikat kuten muistorasia tai draamalliset menetelmät. Menetelmillä sinällään ei ole niin suurta merkitystä kuin muistisairaana kokemuksella vastaanotetuksi ja ymmärretyksi tulemisesta: kertomisella ja muistelemisella voi vahvistaa ihmisen käsitystä kuka hän on, millaisen elämän hän on elänyt – ja mitä hän vielä toivoo!

Kirjassa on runsaasti eloisesti kuvattuja ja innostavia esimerkkejä. Erityisesti ryhmämuistelun vaikutuksesta on tutkittua tietoa: kuunnellessaan muiden tarinoita omien muistojenkin tunnistaminen helpottuu. ”Muistisairaiden on todettu hyötyvän muistelutyöstä moninkertaisesti: kun muistisairas saa mahdollisuuden kertoa menneestä elämästään, hän voi kokea olevansa arvokas. Varhaisimmat muistot myös ylläpitävät murenevaa identiteettiä. Luova muistelu on kulttuurinen täsmälääke, joka parantaa muistisairaana elämisen laatua ja helpottaa myös omaishoitajan työtä”, kertoo Hohenthal-Antin.

Marja Saarenheimo ehdottaa, että käytännön vanhustyössä voi olla mielekästä tarkastella muistojen sosiaalisia ja yhteisöllisiä merkityksiä. Ikääntyneiden omissa puheissa muistelua ei koeta niinkään keinona säädellä mielialoja kuin keinona vakuuttautua oman eletyn elämän arvosta. Tavoitteena on aktivoida ensisijaisesti myönteisiä ja voimaannuttavia muistoja, vaikka kielteisiä kokemuksia ei voida ohittaa vaan muistelun tehtävä on luoda uutta ymmärrystä. Eletyn elämän läpikäymisellä ja kokemuksella, että joku kuuntelee ja vastaanottaa on merkitystä.

Raskaatkin kokemukset voi hyväksyä omaan elämäänsä kuuluvina, surematon suru voi saada muodon ja muuttua muistoksi ja kaipaukseksi. Ihminen voi liittää itsensä ja oman elämänsä kenties suurempaan yhteiskunnalliseen ja historialliseen kehykseen ja nähdä sen armollisemmassa valossa menneisyyden mahdollisuuksien ja esteiden kautta: miksi teki tiettyjä ratkaisuja tai mihin ei välttämättä ollut vaihtoehtojakaan. Kaikki tämä on merkittävää minuuden eheyden ja identiteetin kannalta.

Kirjoittaja Leonie Hohenthal-Antin toimii Kotkassa Muistojen Talon taiteellisena johtajana ja aineisto perustuu Euroopan muistelutyöverkoston projekteihin, joista Suomessa toteutui Muistoista voimaa omaishoitoon 2010 -2012. Kirja sopii kaikille muistisairaiden parissa työskenteleville ammattilaisille, opiskelijoille ja läheisille. Erityisen ansiokasta on omaishoitajille osoitettu tuki, heidän osallisuutensa ja merkityksen korostaminen. Lisäksi ryhmämuistelun toteutuksesta ja toiminnan arvioinnista on selkeä toimintamalli. Kirjan vakuuttavuutta heikentää kuitenkin käsitteiden sekavuus ja epäohdonmukaisuus; kokonaisuudessaan teos olisi kaivannut jäntevämpää jäsentelyä ja lähteiden päivittämistä.