

Muistojen aistipuu



Muistojen aistipuu

Muistojen aistipuun avulla voit koota ylös muistisairauteen sairastuneelle mieluisia tapoja hyödyntää eri aisteja muistelun tukena. Muistelu vahvistaa sairastuneen identiteettiä ja auttaa säilyttämään elämänhistoriaa. Tärkeiden asioiden muistelu tuo lisäksi turvaa ja mielihyvää arkeen.

Anna sairastuneen muistella ja kertoa omin sanoin. Halutessasi voit esittää alla listattuja kysymyksiä keskustelun tueksi. Kirjaa henkilön kertomia aistimuistoja puun omenoihin. Myöhemmin voitte muistella hänelle tärkeitä ja miellyttäviä asioita hyödyntäen eri aisteja.



Kuuloaisti

Mikä ääni muistuttaa sinua kesästä?
Millaista musiikkia kuuntelit nuorena?
Mikä kappale sai sinut tanssimaan?
Mitkä äänet rauhoittavat tai tekevät onnelliseksi?



Tuntoaisti

Mitä esinettä pitelet mielelläsi?
Mikä materiaali tuntuu ihoa vasten mukavalle?
Mikä auttaa ikävään, suruun tai kipuun?
Minkälaisesta kosketuksesta pidät?



Näköaisti

Mikä on lempimaisemasi?
Miltä sinulle tärkeä ihminen näyttää?
Mikä on lempivärisi?
Miltä näyttää sinulle tärkeä juhlapyhä?



Makuaisti

Miltä maistuu onnellisuus?
Mikä on kesän paras maku?
Mikä maku muistuttaa sinua lapsuudestasi?
Mihin makuun et koskaan kyllästy?



Hajuaisti

Mikä tuoksu tuo mieleesi sinulle läheisen ihmisen?
Mikä tuoksuu hyvälle?
Mikä tuoksu tuo sinulle turvallisen olon?
Lempituoksusi kotona?
Vinkki: Voit tuoda tuoksuja henkilön saataville pienissä purkeissa.

