

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.

Puu kannattaa täyttää jo sairauden alkuvaiheessa tai läheisen tuella. 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. Voit esimerkiksi tuoda tuoksuja henkilön saataville pienissä purkeissa tai koristella huoneen seinät hänelle tärkeillä maisemilla ja väreillä.



Kuuloaisti

Mikä ääni muistuttaa sinua kesästä?
Millaista musiikkia kuuntelit nuorena?
Mikä kappale saa sinut tanssimaan?
Mitkä äänet rauhoittavat sinua?



Tuntoaisti

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



Näköaisti

Mikä on lempimaisemasasi?
Miltä sinulle tärkeä ihminen näyttää?
Mikä on lempivärisi?
Mistä juhlapyhästä pidät eniten?



Makuaisti

Mikä on lohturuokasi?
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?
Mikä on lempituoksusi kotona?

