

PLEASE NOTE! THIS IS SELF-ARCHIVED VERSION OF THE ORIGINAL ARTICLE

**To cite this Article:** Alapoikela, M. & Saarnio, T. (2017) Digitarinat valloittavat ikäihmisiä. Vanhustyö 5, 24-25.

Teksti: Mirva Alapoikela ja Tuula Saarnio, sosiaalialan lehtoreita Laurea-ammattikorkeakoulussa  
Kuvat: Mirva Alapoikela ja Bigstock

# Digitarinat valloittavat ikäihmisiä



Villa Tapiolan asukkaat katsovat yhdessä yhden asukkaan digitarinaa.

Päivän sana ”digitalisaatio” haastaa miettimään miten digitaalisuus ja ikäihmiset saataisiin luontevasti kohtaamaan toisensa? Yksi avain asioiden yhdistämiseen löytyy digitaalisista tarinoista. Tarinat yleensä ovat aina kiehtoneet ihmisiä. Me kaikki kerromme tarinoita ja kuulemme niitä mielellämme.

## Kehittämishankkeiden avulla käytäntöön

Laurea-ammattikorkeakoulu on ollut mukana kahdessa kansainvälisessä hankkeessa liittyen digitarinan tekemiseen ikäihmisten kanssa. Ensimmäisen

hankkeen tavoitteena oli opettaa helpolla ja mukavalla tavalla kotona asuvia ikäihmisiä käyttämään tietokonetta. Toisen hankkeen kohderyhmänä olivat sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset, jotka työskentelevät muistisairaiden ikäihmisten kanssa. Hankkeessa oli mukana yhdeksän partneria kuudesta eri maasta.

Kotona asuville ikäihmisille, jotka kävivät palvelutaloissa, järjestettiin kolme digitarinakoulutusta ja muistisairaiden ikäihmisten kanssa työskenteleville ammattilaisille niin ikään kolme koulutusta. Yhteensä hankkeissa koulutettiin noin 60 ikäihmistä ja sosiaali- ja terveysalan ammattilaista. Tämän lisäksi iso joukko sosionomiopiskelijoi- ta osallistui koulutustilaisuuksiin.



Espoon sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset digitarinakoulutuksessa Laureassa.

## Tarinallisuus ja digitarinat

Tarinankerronta lähtee usein mukavasti liikkeelle ikäihmisten kanssa muistelun avulla. Ikäihmisten ja muistisairaiden on todettu hyötyvän muistelutyöstä moninaisesti; arvokkuuden tunteen lisääntymisenä, ikääntyneen identiteetin ja oman persoonan vahvistumisena sekä muistin virkistymisenä. Muistelua ja tarinan kerrontaa virittävät yleensä aktiviteetit tai konkreettiset asiat, kuten valokuvat, elokuvat, musiikki, maalaukset ja esineet. Tärkeinä virittäjinä voivat toimia myös kokemukset ja erilaiset tapahtumat lapsuudesta, kouluajoista, harrastuksista, työstä, juhlapyhistä, traditioista tai myös traumaattisista kokemuksista.

Ikäihmisillä ja muistisairautta sairastavalla on monenlaisia voimavaroja. Ilon ja onnistumisen kokemuksia tuottavien asioiden etsiminen ja löytäminen on tärkeää. Monelle muistisairaalle keskustelu tämän päivän asioista voi olla hankalaa. Muistellessa menneisyyttä, saattavat sanat löytyä ja muistot palata mieleen. Muistelutyö on arvokasta ja sitä pidetään tärkeänä työmenetelmänä ikäihmisten hoivatyössä.

Digitarina on kaikille soveltuva ja helposti omaksuttava itseilmaisun muoto. Se on parin minuutin mittainen,



henkilökohtainen tarina esimerkiksi videona tai elokuvana. Tämän tekemiseen tarvitaan minimissään tietokone tai iPad. Videolla on useimmiten tekijän itsensä kirjoittama ja äänneen lukema tarinateksti, joka on kuvitettu esimerkiksi omilla valokuvilla tai piirustuksilla. Se voi sisältää myös musiikkia ja videoklippejä, katkelmia. Digitarinaa voi käyttää oman elämäntarinan tai jonkun muun kiinnostavan asian, esimerkiksi harrastuksen, syntymäjuhlien, matkojen jne. kertomiseen.

Ikääntyneen ihmisen voimaantumista lisää konkreettisesti se, että tuotos on näkyvä, oma tarina ja sen voi jakaa muiden kanssa. Oleellista digitarinan tekemisessä on se, että se tehdään ryhmässä ja valmiit tarinat jaetaan muiden ryhmän jäsenten kanssa. On hienoa esittää oma digitarina, mutta myös keskustella muiden tarinoista. Jokaisella on tarina kerrottavanaan, kaikilla ei vain ole ihmistä, joka kuuntelisi tai menetelmällä taltioida ainutlaatuiset tarinat.

### Hankkeista saatuja tuloksia

Molempien hankkeiden tulostenkeruusta vastasi lontoolainen tutkimuskeskus, The Centre for Urban and Com-

munity Research. Koulutukseen osallistujien palautelomakkeen ja kouluttajien itsearviointilomakkeiden lisäksi jälkimmäisessä hankkeessa haastateltiin sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia.

Palauteksyselyn mukaan kotona asuvat ikääntyneet ihmiset nauttivat tarinoiden tekemisestä ja kokivat voimaantumista. Erilaisia aihevalintoja tarinoiden tekemiseen oli omat harrastukset, tarinat ystäville heidän yhteisistä mukavista hetkistään ja omanelämänkertatarinat omille lapsille tai tarinat tekkijöiden omista lapsista. Myös monet tarinantekijöiden ystävät ja lähipiiri antoivat positiivista palautetta tarinoista, joita he olivat saaneet. Ikäihmiset saivat paljon onnistumisen kokemuksia ja tietotekniset taidot kehittyivät.

Sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset työskentelivät espoolaisissa palvelutaloissa tai hoivakodeissa muistisairaiden kanssa. Koulutuksen jälkeen jokainen koulutukseen osallistunut teki digitarinan yhdessä yhden asukkaansa kanssa. He saivat apua asukkaiden puolisoilta ja lapsilta kuvien keräämisessä ja tarinan muokkaamisessa. Koulutukseen osallistuneiden sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten perus- ATK-taidot olivat suhteellisen hyvät.

Koko hankkeen tutkimustulosten mukaan muistisairaiden kanssa työskentely edellyttää hidasta ja intensiivistä etenemistä ja erityisen hyviä sosiaalisia taitoja. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen tulee osata digitarinan kaikki tekniset vaiheet kuten visuaalinen ilme, äänielementit ja tekstimateriaalin työstö. Toinen selkeä tulos oli se, että muistisairaana ihmisen on helpompi työskennellä oman digitarinansa kanssa hänelle tutun ihmisen kanssa.

Omahoitajat kuvasivat asukkaiden tunnelmia ja ajatuksia digitarinan tekemisen jälkeen. Asukkaat olivat selvästi voimaantuneita oman tarinansa valmistuttua. Monet näyttivät hyvin levollisilta ja tyytyväisiltä oman tarinankerrontansa jälkeen. Hymyn näkeminen, usein niin ilmeettömillä kasvoilla, on hyvä saavutus.

Myös omaohjaajat oppivat uutta omista asukkaistaan ja se oli heidän mielestään erityisen koskettavaa. Yksi hankkeen osallistujista, dementia-koti Villa Tapiola, päätti tehdä jokaisesta asukkaastaan jatkossa oman digitarinan. Digitarina näytetään Villa Tapiolassa aina ensimmäisenä uudelle työntekijälle. ♥