

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Valtatie, H. (2021) Maski kasvoilla, miten välitän inhimillisyyttä kohtaamisissa muistisairaan ihmisen kanssa? TAMK-blogi, 4.2.2021.

URL: <https://blogs.tuni.fi/tamkblogi/teema2/maski-kasvoilla-miten-valitan-inhimillisyytta-kohtaamisissa-muistisaira-an-ihmisen-kanssa/>

Maski kasvoilla, miten välitän inhimillisyyttä kohtaamisissa muistisaira ihmisen kanssa?

4.2.2021 — Arja Hautala



Muistisaira ihminen kohtaaminen maskeilla ja etäisyyksin vaatii uudenlaista viestintää, vuorovaikutukseen tarvitaan uusia kekonosia. Masked Singer Suomi -ohjelma pyörii tv:ssä ja kisaajien todellista henkilöllisyyttä arvuutellaan kiihkeästi. Kuka on maskin takana? Samaa on arvuuteltu kuluneina kuukausina erilaisissa kohtaamistilanteissa. Erilaisten suojainten käyttö on tuonut eteen odottamattomia vuorovaikutustilanteita, joista selviytymiseen on tarvittu luovuutta, uusia toimintatapoja sekä syvää inhimillisyyttä.

Rosvo vai poliisi?

Hämmentävän vähän olen huomannut kiinnitettävän huomiota siihen, miten maski muuttaa vuorovaikutustilanteita muistisairaiden ihmisten kanssa. Muistisairaus kun vaikuttaa monella tavalla kykyyn toimia tässä uudessa vuorovaikutustodellisuudessa.

Muistisaira ihmiset kysyvät usein: “Miksi sinun pitää käyttää tuota naamaria? Ota se pois!”

Maskin käyttäminen vaikeutuu muistisairauden vuoksi. Muistisairas ihminen hypistelee ja rapsuttaa maskia, jos se tuntuu epämukavalta tai maskin alta kutittaa. Ja kuten olemme voineet havaita, sellaista tapahtuu aika usein. Muistisaira ihmiset reagoivat herkästi ympäristön ärsykkeisiin, heillä kontrollin vaatimat tiedonkäsittelyyn liittyvät aivojen

rakenteet ovat vaurioituneet, ja siksi kasvosuojuksen käyttö ei useinkaan toteudu aivan tarkoituksenmukaisella tavalla. Kun muistisairaus etenee, vaikeutuu kyky palauttaa mieleen aiemmin keskusteltuja asioita ja kyky muistaa pitkiä ohjeita. Keskittyminen herpaantuu herkästi ja liike alkaa korvata puhetta.

Muistisairaus vaikuttaa myös kykyyn tehdä tulkintoja ympäristöstään. Aivojen kyky tunnistaa aistinelimistä tulevaa tietoa vaikeutuu. Esineitä pinnoilta voi olla vaikea hahmottaa, tutut kasvot häipyvät mielestä, äänien suuntaa on vaikea tunnistaa. Muistisairaalla ihmisellä voi esiintyä myös harhaisuutta kuten näköharhoja ja niiden ilmaantuvuus kasvaa hämärässä. Lisäksi vielä mennyt todellisuus ja tapahtumat pyrkivät tulemaan mieleen päällimmäiseksi. Moni muistisairas asiakas on kieltäytynyt päästämästä maskiin pukeutunutta kotihoidon työntekijää kotiinsa.

“En päästä sinua sisään. Olet rosvo!”

Seuraavalla kerralla hoitaja on ehkä sonnustautuneena visiiriin, ja tulija vaikuttaakin muistisairaana asiakkaan silmissä poliisilta. Eräs hoitaja totesikin kokemuksen syvällä rintäänellään:

”Näytän aina kohdatessa ensin koko kasvoni muistisairaalle ihmiselle”.

Muistisairaana ihmisen kokemus rosvoista tai poliiseista liittyy turvattomuuden tunteen horjumiseen. Perusluottamus toisiin ihmisiin, avun saamiseen rakentuu jo varhaisissa vuorovaikutussuhteissa. Vahva lapsuudessa syntynyt perusturva auttaa meitä koko elämän luottamaan toisiin ihmisiin ja siihen, että minulle seuraa hyvää myös vakavan sairauden kohdatessa. Aina perusturvallisuus ei kuitenkaan ole rakentunut parhaalla mahdollisella tavalla ja muistisairaus järkyttää aina elämän perustuksia ja turvallisuuden tunnetta hyvin perustavanlaatuisesti. Turvallisuuden tunteen vahvistaminen korostuu nyt ennen kokemattomalla tavalla.

Kun hymy on piilotettu

Muistisairas ihminen on kuin aalloilla keikkuva kaarnalaiva, joka tarvitsee myötätuulen pehmeää tukea purjehtiakseen eteenpäin. Sairauden edetessä oma identiteetti haurastuu ja muistisairas ihminen tarvitsee toiselta ihmiseltä kaikkinaista vahvistamista. Kyky olla vuorovaikutuksessa säröilee: on yhä vaikeampaa tunnistaa omia tunteitaan ja tarpeitaan, pukea niitä sanoiksi. Muistisairaana henkilön kanssa vuorovaikutus on peilausta – muistisairas näkee itsensä siinä, miten toinen ihminen häneen suhtautuu. Toisen ihmisen kasvot, eleet ja ilmeet ovat peili, jonka kautta muistisairas voi tehdä sisäistä maailmaansa ymmärrettäväksi, saada turvaa ja tukea ja löytää merkityksiä pirstaloituvasta todellisuudestaan. Silloinkin, kun sanat, muistot ja merkitykset katoavat, jokin meissä ymmärtää hymyilevät kasvot ja arvostavan katseen. Näiden kohtaamisten kautta voi tulla nähdyksi, saada vahvistuksen:

“Minä olen yhä tässä omana tärkeänä itsenäni.”

Muistisairas ihminen ei näe hymyilevää suuta maskin takaa, mutta hän näkee silmät. Hän näkee sen, että häntä katsotaan silmiin. Monesti kohtaamisissa jää mieleen juuri katse, etenkin ensikohtaamisista katseen väri ja syvyys tulee lähelle. Millainen katse meihin luotiin – pälyilevä ja nopea vai rauhallinen ja kiinnostunut? Hymyilivätkö silmät? Oliko katseessa

hyväksyntää, rakkautta? Katseen avulla tulemme nähdyksi toisen silmissä. Katseen avulla voidaan sivuuttaa tai nähdä toinen ihminen arvokkaana yksilönä.

Katseella voidaan koskettaa

Muistisairaat ihmiset kokevat usein häpeää sairauden aiheuttamista muutoksista omassa käytöksessä ja erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Häpeä on tunne siitä, ettei tule hyväksytyksi omassa mielessään tai toisten silmissä. Toisen katseen kautta muistisairas ihminen voi kokea hyväksyntää ja arvostusta, vaikka kömmähdyksiä sattuukin.

Viesti koko keholla

Maskista huolimatta toinen vuorovaikutuksen osapuoli voi rauhoittaa ja luoda turvaa kehon kielellä. Kiireettömät, rauhalliset liikkeet ja eleet viestivät, että syytä huolestumiseen ei ole. Aito kiinnostus, eläytyminen ja keskittyminen välittyvät koko olemuksesta, vaikka se olisikin suojavaatteisiin verhottu. Voimme olla selin, häärätä omiamme itseemme uppoutuneena – tai voimme suunnata kehomme muistisairasta ihmistä kohti ja välittää läheisyyden kokemista. Äänensävy voi olla hätäinen tai kiireinen, tai se voi olla tyynnyttävä ja luottamusta herättävä. Kun maskin takaa kuuluu iloinen, mukava jutustelu tai laulelu, maskikin ahdistaa vähemmän.

Muistisairaus vaikeuttaa ihmisen kykyä tuottaa sanoja sekä osallistua nopeasti eteneviin vuorovaikutustilanteisiin. Kun kasvoilla on maski, oman puheenvuoron jälkeen on maltettava pitää riittävä tauko. Sanat voi ääntää tavallista selkeämmin, mutta lämpimällä sävyllä. Turhaa informaatiotulvaa kannattaa välttää ja suosia yksinkertaisia kysymyksiä ja ohjeita, jotka esitetään yksi kerrallaan.

Kun viestintävälineeksi otetaan koko keho, voidaan välittää toivoa maskista huolimatta. Toivo on voimaa, valoa, johon luotamme pimeässä. Toivon avulla voimme sietää nykyhetken ja tulevan epätietoisuutta ja uskoa parempaan tulevaan.

Ihmisillä on syvä kaipuu toistensa yhteyteen. Yhteyttä välillämme voi vaalia myös maski kasvoilla: vaikka sinä et voikaan nähdä minua kokonaan, minä näen sinut. Tämä hassu naamari on tosiaan vähän ankea, mutta kun olemme tässä yhdessä, pärjäämme kyllä.

Vielä tulee aika, jolloin voimme kokea taas olevamme turvassa fyysisesti lähelläkin toista ihmistä ja niiden tuntemattomienkin joukossa.

Me kaikki tarvitsemme inhimillisiä kohtaamisia. Ne vahvistavat minuutta.

Gerontologisen hoitotyön opetus antaa eväitä ymmärtää muistisairaahan ihmisen maailmaa ja rohkaisua luovuuteen kohtaamistilanteissa

Sairaanhoitajakoulutuksen gerontologisen hoitotyön opetukseen TAMKissa sisältyy 10 op laajuinen osa muistisairaahan ihmisen kohtaamisen opetusta. Opetusta toteuttaa ja kehittää rautainen asiantuntijatiimi **Sirpa Salin, Heimo Outinen, Katja Hautsalo ja Heidi Valtatie.**

Opinnoissa tavoitteena on, että opiskelija ymmärtää muistisairauden merkityksiä sairastuneeseen ja hänen läheiseensä yksilöllisessä elämäntilanteessa. Tavoitteena on myös, että opiskelija käytännön hoitotyössä toimiessaan etsii ratkaisuvaihtoehtoja ja soveltaa niitä luovasti erilaisissa kohtaamistilanteissa.

Muistisairaahan ihmisen kohtaamista opetamme käytännönläheisesti autenttisin käytännön esimerkein, keskustelemme paljon ja jaamme näkökulmia erilaisiin kohtaamistilanteisiin ja opetamme erilaisia vuorovaikutusta tukevia menetelmiä. Kannustamme myös opiskelijoita tutustumaan kirjallisuuden avulla muistisairauden kokemukselliseen puoleen. Opiskelijat ovat nostaneet esille, että käytännön hoitotyössä esiintyy monenlaisia haasteita muistisairaahan ihmisen kohtaamistilanteissa. Näissä voi olla kyse esimerkiksi muistisairaahan ihmisen haastavaksi koetusta käyttäytymisestä ja osaamisvajasta näissä tilanteissa toimimiseen tai asenne muistisairasta ihmistä kohtaan saattaa olla toiseutta ilmentävä.

Erityisen tärkeänä pidämme sitä, että opiskelijalle syntyy ymmärrys kunnioittavan ja arvokkaan asenteen merkityksestä muistisairaita ihmisiä ja heidän läheisiään kohdatessa. Korostamme, että sairaanhoitajana voi omalla esimerkillään edistää myönteistä asennoitumista työryhmässä missä sitten ikinä tulevaisuudessa sairaanhoitajana työskenteleekin.



Teksti: Heidi Valtatie, lehtori, terveys, TAMK
Pääkuva: Pixabay