

Tämä on rinnakkaistallennettu versio alkuperäisestä julkaisusta.

Tämä on julkaisun kustantajan pdf.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Arvio, J. & Eloranta, S. 2019. Onnea ja pitkää ikää virtuaalivälinein. Talk-verkkolehti, Hyve 15.4.2019.

URL: <https://talk.turkuamk.fi/hyve/onnea-ja-pitkaa-ikaa-virtuaalivalinein/>

Kaikki julkaisut Turun AMK:n rinnakkaistallennettujen julkaisujen kokoelmassa Theseuksessa ovat tekijänoikeussäännösten alaisia. Kokoelman tai sen osien käyttö on sallittu sähköisessä muodossa tai tulosteena vain henkilökohtaiseen, ei-kaupalliseen tutkimus- ja opetuskäyttöön. Muuhun käyttöön on hankittava tekijänoikeuden haltijan lupa.

This is a self-archived version of the original publication.

The self-archived version is a publisher's pdf of the original publication.

To cite this, use the original publication:

Arvio, J. & Eloranta, S. 2019. Onnea ja pitkää ikää virtuaalivälinein. Online Magazine Talk, Health and Well-being 15.4.2019.

URL: <https://talk.turkuamk.fi/hyve/onnea-ja-pitkaa-ikaa-virtuaalivalinein/>

All material supplied via TUAS self-archived publications collection in Theseus repository is protected by copyright laws. Use of all or part of any of the repository collections is permitted only for personal non-commercial, research or educational purposes in digital and print form. You must obtain permission for any other use.

Jussi Arvio

Mediasuunnittelija, projektipäällikkö / Virtuaalinen elämyslääke, Turun ammattikorkeakoulu, Taideakatemia

Sini Eloranta

TtT, Dosentti, Yliopettaja, Turun ammattikorkeakoulu

Onnea ja pitkää ikää virtuaalivälinein

Avainsanat: **digitaalisuus, vanhustenhoito**

Tämän päivän mediajulkisuuden valossa onnellisen vanhuuden toivottamiseen liittyy valitettavia lisäsävyjä. Lehtiä lukemalla saa käsityksen, että nimenomaan onnea kaivataan, mikäli ikää sattuu kertymään. Erityisesti, mikäli kunto edellyttää tukeutumista palveluihin ja tukeen.

On olemassa toinenkin totuus. Kulissien takana tehdään valtavasti töitä, jotta ihmisen elinkaaren ehto olisi laadukasta aikaa. Olenneisen tärkeää on hoitotyön lisäksi teknologian kehitys, uudet ja innovatiiviset toimintatavat sekä monialainen yhteistyö.

Kun taannoin vierailimme eräässä palvelutalossa muistisairaiden vanhusten luona, saimme elää lyhyen tuokion heidän arkeaan. Yhdessä terveysalan kollegani kanssa lähestyimme asukkaita tarjoten heille virtuaalisia elämyksiä ja kokemuksia. Näiden virikkeiden kautta asukkaat saivat kokea jotakin uutta ja erilaista tai jopa elää muistojaan uudestaan.



Virtuaalilaseilla toiseen todellisuuteen

Virtuaalilaseit mielletään helposti nuorison huuhaaksi. Samaisella viihde-elektronikalla on kuitenkin myös terapeuttisia ominaisuuksia. Kohtaamistemme perusteella uskomme, että oman elämän aiempia kokemuksia vahvistava tai uusia tarjoava elämys voi lisätä onnellisuutta ja henkistä hyvinvointia.

Saimme todistaa esimerkiksi hetkeä, jossa nuorempana laskuvarjohyppäämistä harrastanut henkilö koki virtuaalisen vapaapudotuksen. Näimme, kuinka hän käsien ja lihaskuistin avulla jarrutti varjon vauhtia ja ohjasi laskun turvallisesti nurmelle. Kuulimme, kuinka hän kuvaili muistiin palaavia kokemuksia. Kaikki tämä onnistui turvallisesti pyörätuolissa kahvipöydän äärellä istuen

Kun liikkuminen käy hankalaksi, kapenee maailma. Monille meillä tavanomaiset asiat, kuten metsä, meri ja vaikkapa lumi ovat itsestäänselvyyksiä. Vuoteessa makaava tai pyörätuolissa istuva ikäihminen ei näitä virikkeitä välttämättä tavoita. Jaoimme eräänkin riemukkaan tuokion, kun palvelutalon asukki ihasteli virtuaalilasein kautta talvista kuusimetsämaisemaa. Toinen taas viihtyi paremmin sukkelleten koralliriutalla, kolmas kesellä savannia leijonien kanssa neljännen tutustuessa Buckinghamin palatsiin.

Mikään ei kuitenkaan korvaa ihmisten välistä kontaktia. Sitä kokemusta, että joku on läsnä ja valmis jakamaan aikaansa toisen kanssa. Inhimillisyydelle ei ole olemassa vaihtoehtoa ja hyvä niin. Vaikka robotiikalla on oma viihdearvonsa ja virtuaalisuus vie haluttuun paikkaan, niin kokemusten jakamiseksi kosketuksen konkreettinen rajapinta on edelleen se ainoa oikea, humaani ulottuvuus.





Teknologialla parempaa elämänlaatua

Vaikka teknologia ei siis ratkaise automaattisesti kaikkia ongelmia, on se osaavissa käsissä ja oikeassa paikassa hyvä renki. Tuon käyntimme jälkeen haluamme uskoa, että sen avulla onnistuimme ainakin hetkellisesti parantamaan näiden kokeilusta innostuneiden ihmisten elämänlaatua; onnellisuutta ja henkistä hyvinvointia. Eräs ikäihminen totesi kokeilun lopuksi, että se oli elämys.

Elämyksellisyys on meille kaikille tärkeä asia. Se ei välttämättä tarkoita arkkikokemuksia ylittäviä superkokemuksia tai todellisuutta makeuttavia sivuaskelia. Erityisesti tämä tuntuisi korostuvan kokijan iän mukana. Tiedustelimme jo ennakkoon, millaisia asioita kohderyhmä vierailulta kaipaisi. Useimmat toivoivat tavallisia asioita, joiden tavoittaminen oli jo käynyt haasteelliseksi; kävelyä metsässä, luonnon kohtaamista, kotikaupungin tutuissa paikoissa vierailua ja niin edelleen. Tuttuja asioita, turvallisiakin.

Ikäihmisten parissa työskentelevän valiojoukon huomioiminen on oleellinen osa uuden teknologian jalkauttamisessa kentälle. Kun ymmärretään välineen mahdollisuudet, niin nyt kenties eksotiksiksikin koettu tekniikka arkipäiväistyy ja lunastaa roolinsa osana arjen työvälineistöä. Tämä vaatii aikaa.

Kuinka sitten tiivistäisimme käynnin lopputulokset? Ensinnäkin vierailu herätti toivoa ja uskoa. Iän ei tarvitse olla este kokemuksellisuudelle. Pelkkä väline ei kuitenkaan riitä. Inhimillinen tekijä on tärkeässä roolissa. Joku, joka on fyysisesti läsnä virtuaalisen kokemuksen aikana.

Toisaalta osa potentiaalisista kokeilijoista vierasti tilannetta ja teknologiaa siinä määrin, että kokeilu jäi kokematta. Vahva polarisaatio uutta teknologiaa kohtaan on ymmärrettävää. Virtuaalinen elämyslääke vaatiikin erilaisia reseptejä. Yksi ratkaisu ei toimi kaikkeen tai kaikille.

Toivommekin rohkeutta teille hoiva-arjen kehittäjille. Toivottavasti he kokeilevat rohkeasti arjessa virtuaalisen teknologian uudenlaisia mahdollisuuksia. Oma kokemuksemme oli vähintäänkin rohkaiseva. Teknologia tarjosi ikäihmisille ennen kaikkea elämänlaatua parantavia ulottuvuuksia.

kuvat: Jussi Arvio