

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne (kustantajan versio). Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat saattavat poiketa alkuperäisestä julkaisusta.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Kari, H. & Orajärvi, S. 2020. Aistihuone toimii terapiamuotona. Lapin Kansa 13.10.2020, 31.

Aistihuone toimii terapiamuotona

Aistien avulla saamme tietoja ympäristöstämme ja elimistöstämme. Ihmisen viisi perusaistia ovat näkö-, haju-, maku-, kuulo- ja tuntoaisti, jotka auttavat havainnoimaan ympäristöä. Tasapaino- ja asentoaistilla hahmotuu oma keho suhteessa ympäristöönsä. Aistien tuomia vahvistettuja kokemuksia voidaan tuottaa aistihuoneiden avulla.

Aistien-menetelmää käytetään dementiaa sairastavien kuntoutuksessa tuottamalla aistikokemuksia, esimerkiksi musiikkia, kuvaa ja ääntä. Näiden avulla voidaan laukaista miellyttäviä muistoja menneisyydestä. Aistikokemus pyritään saavuttamaan niiden aistien välityksellä, jotka vielä toimivat sairauden edetessä.

Mielenterveyshäiriöiden hoidossa menetelmän on todettu vähentävän tehokkaasti ahdistusta ja käyttäytymishäiriöitä. Aistien-menetelmän käyttö onkin lisääntymässä kansainvälisesti. Positiivisia kokemuksia menetelmän käytöstä on sekä potilailla että henkilökunnalla. Aistihuone koetaan rentouttavana, tunnelmaltaan jopa kodinomaisena.

Aistien-menetelmä ja aistihuone eivät ole uusia keksintöjä, vaan niitä on hyödynnetty osana terapiaa jo 80-luvulla. Aistihuoneita on maailmalla käytössä monipuolisesti sairaaloissa, dementia kodeissa, kehitysvammaisten ja mielenterveysasiakkaisen kuntoutuksessa sekä opetusvälineenä oppilaitoksissa.

Lapin ammattikorkeakoulun (amk) Kemin kampukselle on

hiljattain rakennettu aistihuone, joka on yhteisöllinen kaikkia aisteja virittävä oppimis- ja kokemusympäristö. Aistihuoneessa erilaiset maisemat, äänet, tuoksut, maut ja esineet johdattavat osallistujaa erilaisiin ympäristöihin ja kokemuksiin olematta silti täydellisiä kopioita todellisuudesta.

Aistihuone sisältää liikkuvaa kuvaa, ääntä, erilaisia valoeffektejä, ja muuta monipuolista rekvisiittaa, kuten tuoksua ja makuja. Näillä luodaan erilaisia tunnelmia ja tunnekokemuksia. Ympäristö toimii keskustelun, ajatusten ja oppimisen virittäjänä. Yhteistoiminta ja kokemussellisuus edistävät vuorovaikutusta, hyvinvointia ja oppimista.

Lapin amk:ssa terveystieteiden koulutuksessa aistihuonetta hyödynnetään ikääntyvien hoitotyön opetuksessa ja Hyvinvointipysäkin toiminnassa. Opiskelijat toteuttavat ikäihmisille viriketuokioita ja yhteistyötä ollaan kehittämässä myös kehitysvammaisten neurologisessa kuntoutuksessa sekä mielen-terveysasiakkaille.

Amk:n OmaDigi-hankkeessa kehitetään hyvinvointialan digitaalisten palveluiden ja välineiden käyttöön liittyvää hoitotyön ammattilaisten digiosaamista ja toteutetaan siihen liittyvää koulutusta. Osana hanketta kehitetään virtuaalitodellisuuden ja aistihuoneen hyödyntämistä terveydenhuollossa ja opetuksessa.

HELENA KARI

lehtori

SIRPA ORAJÄRVI

lehtori, Lapin ammattikorkeakoulu