

SISÄLLYS

Aluksi.....	9
-------------	---

OSA I LUOVAN MUISTELUTYÖN LÄHTÖKOHDAT

Muistot meissä ja nykyajassa.....	15
Muistojen eheyttävä vaikutus.....	15
Henkinen esteettömyys.....	17
Luova muistelutyö ja sen osatekijät.....	23
Luova muistelutyö.....	23
Luovan muistelutyön osatekijät.....	24
Luovuus: itsensä näköinen "taide".....	24
Elämyksellisyys: yksilölliset elämäntarinat.....	27
Toiminnallisuus: omaehtoinen tekeminen.....	30
Yhteisöllisyys: jaettavat kokemukset ja me-henki.....	31

OSA 2
LUOVAN MUISTELUTYÖN
MENETELMIÄ

Muisto- ja teemarasiatyöskentely	39
Yksilöllinen, yhteisöhistoriallinen ja taiteellinen	41
Tekijöitä ja kokijoita	43
Elämän huippuhetkestä	43
Ammatista, työstä ja poliittisesta elämästä	45
Elämäntyylistä, luovuudesta ja kauneudenkaipuusta	48
Yhteisestä selviytymiskokemuksesta	50
Projektiesimerkki ja tehtäviä	52
Virittäytymistä muistojen maailmaan	55
Rakennetaan teemarasia	55
 Muistojen teatteri	 57
Muuntuva, osallistava ja tutkiva	59
Tekijöitä ja kokijoita	66
Ammattilaiset ja ikäihmiset yhdessä	66
Lapset, nuoret ja ikäihmiset yhdessä	72
Ikäihmiset esittävät omat muistonsa	75
Projektiesimerkki ja tehtäviä	81
Lämmittelyä	81
Muistiherättäjät	82
Keho muistaa	82
Tutkimme teemoja	83
Elämysmatka rakkausmuistoihin	83

Tarinallisia ja visuaalisia muistelutyön menetelmiä	87
Sadutus	87
Sarjakuvatyöskentely	90
Skräppäys eli scrapbooking	92
Kuva- ja värityöskentely	95
Teemanäyttelyt	96
Kirjavinkkejä	98

OSA 3

LUOVAN MUISTELUTYÖN SOVELTAMINEN JA OHJAAMINEN

Esimerkkejä luovan muistelutyön mahdollisuuksista	101
Ihmisiä yhdistävä toiminta	101
Vanhat ja lapset yhteen	102
Vanhat ja nuoret yhteen	106
Kulttuurit yhteen	111
Henkilökohtaisiin muutoksiin sopeutuminen	115
Surun käsitteleminen	115
Traumaattisten muistojen käsitteleminen	118
Elämä taitekohdassa	122
Eläkkeelle siirtyminen	124
Elämän loppusuoralla	125
Laitoshoidossa eläminen ja muistivaikeudet	127
Uuden oppiminen	128
Työyhteisön kehittäminen	128
Oman ammattitaidon lisääminen	129
Kulttuuriperinnön välittäminen	133

Luovan muistelutyön ohjaamisen eväitä	137
Huolehdi ryhmäilmastosta	140
Käytä apuna tutustumis-, lämmittely- ja virittäytymisharjoitteita	142
Kehitä vuorovaikutustaitojasi	142
Unohda oma taiteellinen kunnianhimosi	142
Hanki riittävä historiatieto ja esineistö.....	143
Kirjavinkkejä	144
Lopuksi	145
Kirjailija kertoo itsestään	147
Kirjallisuus.....	149
Liitteet	
Liite 1 Kirjassa esiteltyjen muistorasioiden tekijöitä.....	155
Liite 2 Esimerkki muistelutyössä käytettävästä kysymyssarjasta	163