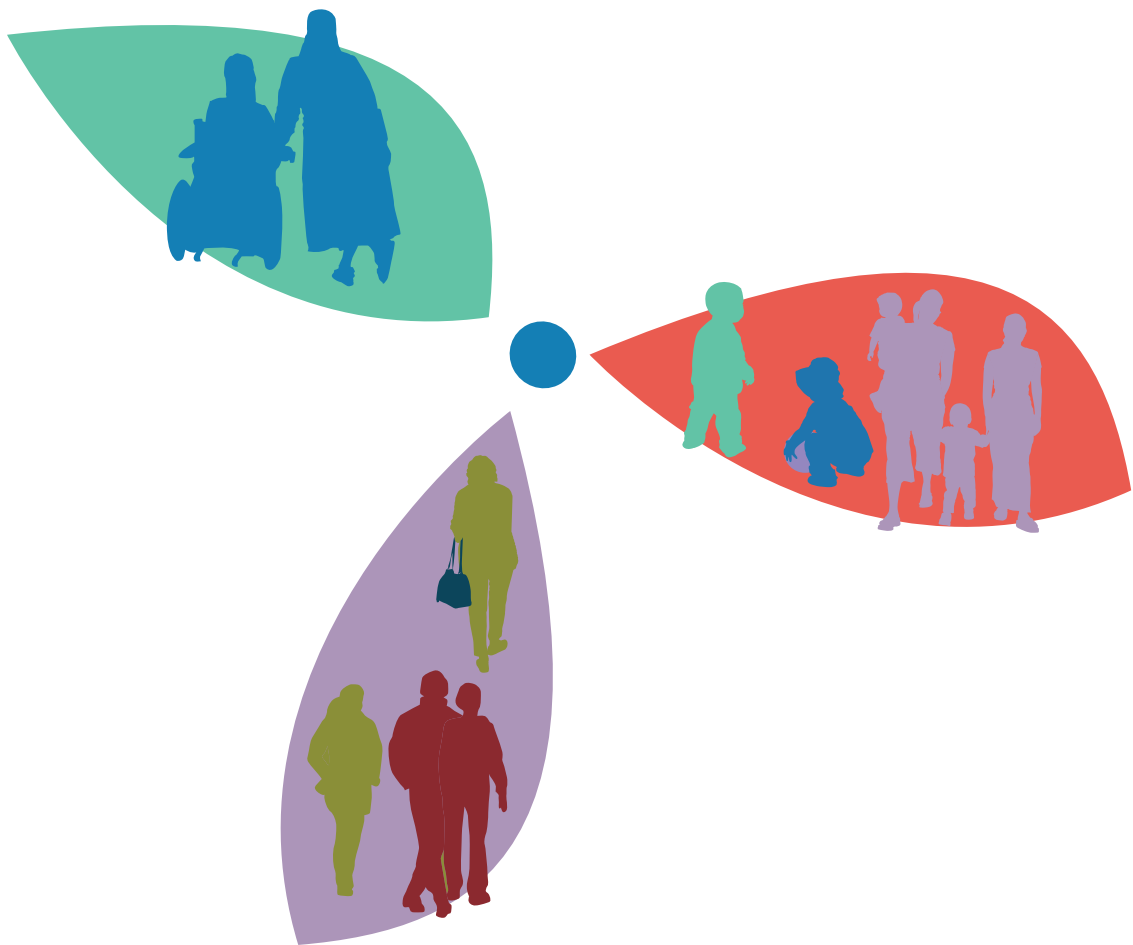


Minun elämäni tarina





Sisällys

4 Sinulle joka kirjoitat elämäntarinasi

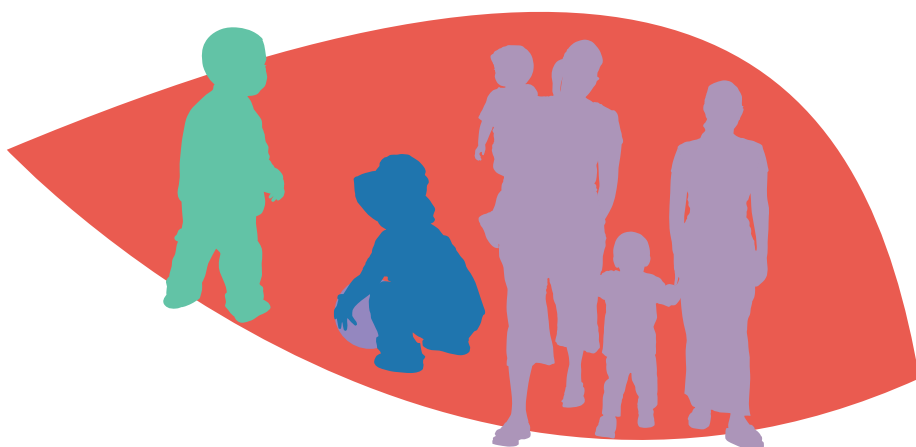
5 Minun elämäni tarina

6 Elämäni tänä päivänä

9 Lapsuus ja nuoruus

11 Katsaus aikuiselämään

15 Suostumus



Sinulle joka kirjoitat elämäntarinasi

Mikä elämäntarina on?

Kun kirjoitat elämäntarinaasi, sinulla on tilaisuus kertoa, kuka olet. Voit kirjoittaa tarinasi itse, yhdessä jonkun sinulle läheisen ihmisen tai yhteyshenkilösi kanssa.

Elämäntarina jakautuu kolmeen osaan:

Elämäni tänä päivänä

Lapsuus ja nuoruus

Katsaus aikuiselämään

Eri osien vastauksista kertyy henkilökohtaista tietoa elämäsi merkittävistä tapahtumista, kaikesta siitä mikä on ollut sinulle tärkeää ja on vieläkin. Elämäntarinan tarkoituksena on auttaa hoito- ja hoivatyöntekijöitä huomioimaan juuri sinun tarpeesi. Elämäntarina ei korvaa hyvää keskusteluyhteyttä vaan se täydentää sitä ja rikastuttaa yhdessäoloa.

Elämäntarinasi tuntevilla työntekijöillä on vaitiolovelvollisuus.

Minun

elämäni tarina

Nimi: _____

Avustava täyttäjä (nimi ja suhde elämäntarinan kertojaan):

Elämäntarinan aloituspäivämäärä: _____

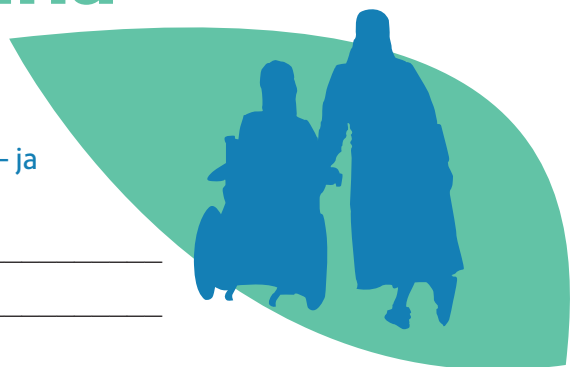
Elämäntarinani lukijalle

Haluan että elämäntarinani opastaa sinua kohtaamaan minut. Toivon, että se auttaa ymmärtämään minua yksilönä ja että siihen suhtaudutaan kunnioittavasti ilman arvostelua. Kerron oman tarinani, ja olen itse valinnut mitä haluan kertoa.

Elämäni tänä päivänä

Suluissa olevien vihjeiden tarkoituksena on innostaa sinua muistelemaan ja kertomaan tarinaasi.

Minulle tärkeät arkipäivän rutiinit ja tavat (vaatetyyli, ruoka- ja juomatottumukset, aamu- vai iltaihminen):



Arkipäiväni tärkeät tavarat ja esineet (koriste-esineet, kokoelmat, valokuvat, huonekalut, muut tavarat):

Lempiruokani ja -juomani:

Minulle tärkeät henkilöt ja ihmissuhteet (perhe, naapurit, ystävät):

Harrastukset (joita harrastan aktiivisesti tai joihin osallistun muilla tavoin):

Miten seuraan yhteiskunnan asioita ja uutisia (lehdet, TV, radio, tietokone):

Tuttavapiirini (lapsuudenystävät ja harrastustoverit; esimerkiksi metsästys- ja kalastus, golf ja kuoro):

Elämäntyylini (ulkoiluihminen, kiinnostunut kulttuurista tai matkailusta, mukavuudenhaluinen, nautiskelija):

Juhlat joita vietän, omat erityiset juhlat ja perinteiset juhlapäivät:

Suhde uskontoon:

Elämäkatsomus:

Elämäni ylellisyydet, erityiset nautinnot:

Lapsuus ja nuoruus



Täällä vietin lapsuus- ja nuoruusvuoteni:

Nämä olivat kasvinkumppaneitani (ihmiset, kotieläimet):

Muita lapsuuteni ja nuoruuteni tärkeitä ihmisiä (sukulaiset, ystävät, naapurit):

Lapsuus- ja nuoruusajan harrastukset (urheilu, musiikki, kulttuuri, käsityöt, moottorit, puusepäntyöt, askartelu):

Koulut ja koulutukset (perus- ja ammattikoulu, lukio ja erikoiskoulutukset, sotilaspalvelu):

Minuun lapsuus- ja nuoruusvuosinani erityisesti vaikuttaneet tapahtumat ja elämykset, sekä iloiset että surulliset:

Katsaus aikuiselämäni



Tällainen oli työelämäni:

Muita rooleja tai tehtäviä elämäni aikana
(vapaa-ajalla, yhdistyselämässä, perhepiirissä, työelämässä):

Entiset harrastukset, joita en enää harrasta):

Elämäni tärkeät tapahtumat ja kokemukset, jotka ovat vaikuttaneet minuun
henkilönä. Sekä iloiset että surulliset:



[illegible]

[illegible]

Suostumus elämäntarinani käyttöön

hoito- ja hoivatyössä

Pyydämme tätä suostumusta jokaiselta elämäntarinansa kertojalta. Elämäntarinan tarkoituksena on auttaa hoito- ja hoivatyöntekijöitä huomioimaan juuri sinun tarpeesi. Elämäntarina ei korvaa hyvää keskusteluyhteyttä vaan se täydentää sitä ja rikastuttaa yhdessäoloa. Elämäntarinasu tuuntevilla työntekijöillä on vaitiolovelvollisuus.

Suostumus tarkoittaa sitä:

- Että sinua hoitava ja avustava henkilökunta saa tutustua elämäntarinaasi.
- Että kotipalvelun, päivätoiminnan ja vanhainkodin/erityisasumisen hoito- ja hoivahenkilökunta saa tarvittaessa kopioida ja päivittää elämäntarinasu tietoja.

Voit milloin tahansa perua suostumuksesi. Täytä silloin näistä kahdesta lomakkeesta jälkimmäinen.

Annan suostumukseni (kyllä tai ei):

☐ Kyllä

☐ Ei

Paikka ja aika: _____

Nimikirjoitus: _____

Nimenselvennys: _____

Perun suostumukseni:

Paikka ja aika: _____

Nimikirjoitus: _____

Nimenselvennys: _____



Nestor FoU-centerin omistavat yhteisesti seuraavat kunnat:
Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nacka, Nykvarn, Nynäshamn,
Salem, Södertälje, Tyresö ja Värmdö, sekä Tukholman läänin
maakäräjät.

Teemme käytännönläheistä tutkimusta ja kehitystyötä
vanhushoidon ja -hoivan laadun parantamiseksi.

Lisätietoa www.nestorfou.se

©Nestor FoU-center