

Toiminnallisuuden ylläpitäminen erityistilanteessa

Mielekäs toiminta

Itseä kiinnostava toiminta pitää mieltä korkealla ja antaa ajatuksille myös levähdystaukoa poikkeusarjen keskellä. Kaikkia vanhoja toimintoja ei pystytä tarjoamaan kuten aiemmin. Tästä syystä kokosimmekin yhteen helposti toteutettavia toimintoja, joita tehdä asiakkaiden kanssa.

Rutiinit

Rutiinien ylläpito on tärkeää turvallisuudentunteen säilyttämiseksi. Kun vanhat rutiinit murtuvat, eikä arkea pystytä jatkamaan täysin kuin ennen, voi miettiä tarvitaanko uusia rutiineja? Poikkeusajan struktuuria?

Tällaisia voivat olla esimerkiksi yhteinen aamupiiri, jossa kysellään kuulumiset, joka-aamuinen jumppatuokio tai yhteinen televisiohetki iltaisin.

Läheisyys

Usein epävarmuuden keskellä kaipaamme aiempaa enemmän läheisyyttä, hellyyttä ja huomiota. Tällä hetkellä liiallista läheisyyttä joudutaan välttämään. Yksikössä on hyvä miettiä yhteisiä keinoja, miten läheisyyttä voi osoittaa muilla tavoin. Voidaan esimerkiksi kehittää uusi, oma viittoma, joka merkitsee halausta? Kun toinen näyttää tämän viittoman, toinen vastaa tekemällä samoin ja tämä tarkoittaa, että ollaan halattu.

Ulkoilu

Ulkoilua yksin, pienessä ryhmässä, pihalla, metsässä, terassilla. Ulkoilu on lääkettä kaikille aisteille ja aivoille.