

OMA KUVA

voimaannuttava käsityöprojekti taidepajalaisille



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Lahdensivu, Hämeenlinna
Ohjaustoiminnan koulutusohjelma
Sosiaalialan koulutusohjelma

Syksy, 2017

Minna Jaakola
Tiina Takkunen

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma, Sosiaalialan koulutusohjelma
Lahdensivu

Tekijät Minna Jaakola, Tiina Takkunen **Vuosi** 2017

Työn nimi OMA KUVA – voimaannuttava käsityöprojekti taidepajalaisille

Työn ohjaaja Paula Rantamaa

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön toiminnallisena tavoitteena oli toteuttaa voimaantumisen prosessia tukeva käsityömenetelmin toteutettu omakuvaprojekti. Tutkimuksellisenä tavoitteena oli tuottaa tietoa siitä, miten käsityömenetelmin toteutettu omakuvan tekoprosessi kytkeytyy nuorten voimaantumiseen. Työssä tarkasteltiin myös tällaisen projektin ohjaamiseen liittyviä näkökulmia. Projekti toteutettiin Tampereen kaupungin nuorisopalvelujen taidepainotteisen työkokeilupaikan nuorten (N=10) kanssa helmi-huhtikuussa 2017. Projektin aikana valmistettiin luovin käsityömenetelmin omakuva ja tehtiin voimaantumista tukevia harjoituksia.

Tutkimuksen näkökulma oli laadullinen. Opinnäytetyön aineistona käytettiin havainnointia sekä kirjoitelmia, joiden runkona oli Hentisen ja Wilhelmuksen teosta taideprosessin näkökulmasta tarkasteleva esteettisen analyysin malli. Kirjoitelma-aineistoa analysoitiin teorialähtöisesti luokitellen vastauksia Siitosen voimaantumisteorian osaprosessien mukaisesti teemoihin, joista muodostettiin näkemys osallistujien voimaantumisen prosessin kytköksistä omakuvaprojektiin.

Opinnäytetyön mukaan omakuvan tekeminen käsityönä tarjoaa voimaantumisen kokemuksia nuorille. Voimaantumisen kannalta oli tärkeää, että työskentelyn tavoitteet olivat henkilön itse asettamia, ja että hän sai pyrkiä niitä kohti omien toiveidensa ja halujensa mukaisesti. Johtopäätöksenä voi todeta, että käsityöllä, taidetyöskentelyllä ja omakuvan teolla on mahdollisuuksia tukea voimaantumista. Parhaiten tätä voidaan mahdollistaa ympärillä, joka tukee itseohjautuvaa intuitiivista taidetyöskentelyä ottaen huomioon tekijöiden erilaiset työskentelytavat ja tarpeet.

Avainsanat voimaantuminen, nuoret, käsityö, omakuva

Sivut 58 sivua, joista liitteitä 14 sivua

Degree Programme in Crafts and Recreation, Degree Programme in Social Services
Lahdensivu

Authors	Minna Jaakola, Tiina Takkunen	Year 2017
Subject	SELF-PORTRAIT - an empowering project for the participants of an arts and crafts workshop	
Supervisor	Paula Rantamaa	

ABSTRACT

The functional objective of the present study was to organize a self-portrait workshop to support the process of empowerment by employing methods of arts and crafts. The research-oriented aim was to produce information about the significance of self-portraits and arts and crafts in supporting the process of empowerment of the young people attending the workshop. Another aim was to understand how projects like this should be led. The project was actualized between February and April 2017 in connection with the city of Tampere youth services and its Pajasto arts and crafts workshop participants (N=10). During the project the participants created self-portraits and did exercises that support empowerment.

The study was conducted with a qualitative point of view. The data used in the analysis were observations and essays based on the model of aesthetic analysis by Hentinen and Wilhelmus, in which the object is evaluated from the point of view of an artistic process. The written data were analysed by categorizing the essays according to a set of themes defined by Siitonen in his theory of empowerment and its partial processes. Finally, an analysis was formed on how the empowerment processes of the participants connected to the self-portrait workshop.

According to the present study, a handcrafted self-portrait provided the participants with a sense of empowerment. It was deemed important that the goals of participation were set by the participants themselves and that they were able to work towards said goals according to their own wishes. A conclusion can be drawn that arts and crafts, art projects and self-portraits have potential to support empowerment. This can be best achieved by providing an environment where self-imposed, intuitive artistic work is supported. Moreover, the different working habits and needs of the participants must be taken into account.

Keywords empowerment, youth, arts and crafts, self-portrait

Pages 58 pages including appendices 14 pages

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	2
3	TYÖELÄMÄYHTEYS.....	4
4	OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA.....	6
4.1	Keskeiset käsitteet	6
4.2	Kulttuuri ja hyvinvointi	7
4.3	Käsityö ja hyvinvointi	8
4.4	Terapeuttinen taide ja taideterapia	9
4.5	Voimaantuminen.....	10
4.6	Aiemmat opinnäytetyöt	14
5	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	16
5.1	Opinnäytetyön tavoitteet.....	16
5.2	Tutkimusongelma ja tutkimusote	17
5.3	Aineistonkeruumenetelmät	18
5.3.1	Kysely	18
5.3.2	Havainnointi	19
5.3.3	Kirjoitelmat	20
5.4	Aineiston analyysi.....	21
6	OMAKUVAPROJEKTIN TOTEUTUS	22
6.1	Työskentely ja kuvaus projektitapaamisista	23
6.2	Taideterapeuttisen prosessin soveltaminen	24
6.3	Luovan prosessin soveltaminen	26
7	ANALYYSIN TULOKSET	28
7.1	Päämäärät	29
7.2	Kykyuskomukset.....	29
7.3	Kontekstiuskomukset	30
7.4	Emootiot.....	31
8	JOHTOPÄÄTÖKSET	32
8.1	Voimaantumiseen liittyvät kokemukset	32
8.2	Voimaantumiseen tähtäävän projektin ohjaaminen	34
9	ARVIOINTI JA POHDINTA	37
	LÄHTEET	40

Liitteet

Liite 1	Alkukysely
Liite 2	Kirjoitelma-ohje
Liite 3	Loppukysely
Liite 4	Ohjaukertojen sisällöt
Liite 5	Voimaantumisen määrittelyä
Liite 6	Omakuvateokset

1 JOHDANTO

Jyrki Kataisen vuoden 2011 hallitusohjelmassa todetaan, että jokaiselle peruskoulun päättäneelle taataan koulutuspaikka oppilaitoksessa, oppisopimuksella, työpajassa, kuntoutuksessa tai muulla tavoin (Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelma 2011, 33). Tätä tavoitetta toteuttamaan käynnistettiin vuonna 2013 nuorten yhteiskuntatakuu eli nuorisotakuu. Nuorisotakuu koskee kaikkia alle 25-vuotiaita, joilla ei ole koulutusta tai työtä, sekä alle 29-vuotiaita vastavalmistuneita. Nuorisotakuun tarkoituksena on tarjota jokaiselle kohderyhmään kuuluvalla työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikka kolmen kuukauden kuluessa työttömäksi ilmoittautumisesta. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2013, 3; Tietoa nuorisotakuusta n.d.)

Nuorisotakuun piiriin kuuluvien nuorten työpajojen tavoitteena on ehkäistä nuorten yhteiskunnasta syrjäytymistä, edistää nuorten elämäntilannetta sekä ohjata koulutukseen ja/tai auttaa löytämään reittejä työelämään. Työpajoilla tuetaan elämän- ja arjentaitoja sekä yhteisöllisyyttä, harjoitellaan sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja suunnitellaan tulevaisuutta. Tekemällä oppiminen on tärkeä osa työskentelyä. Pajoilla harjoitellaan eri alojen työtehtäviä sekä opetellaan työelämässä tarvittavia taitoja ja valmiuksia yhdessä muiden kanssa, työ- ja yksilövalmentajien ohjauksessa. (Nuorten työpajat n.d.; Aluehallintovirasto 2013). Työpajoihin osallistuneista yli 90 % on kokenut sosiaalista vahvistumista vähintään jonkin verran pajajakson aikana. (Valtakunnallinen työpajayhdistys ry n.d.)

Vuonna 2015 työpajoilla oli valtakunnallisesti 14 733 alle 29-vuotiasta nuorta, joista Pirkanmaalla 1 579 henkilöä. Vuonna 2015 työpajajakson jälkeen positiiviseen palveluun (koulutus, työ, työpaja, muu palvelu, tai muu esimerkiksi armeija tai perhevapaa) sijoittuneita ikäryhmässä oli lähes 70 %. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 7, 23.) Nuorisotyöttömyys on kääntynyt hieman laskuun (alle 25-vuotiaita työttömiä oli helmikuussa 2017 yli 5 000 vähemmän kuin vuotta aiemmin), mutta silti helmikuussa 2017 alle 29-vuotiaita työttömiä oli noin 75 000 henkilöä (Työ- ja elinkeinoministeriö 2017).

Yksi edellä mainitun kaltaisista työttömille nuorille suunnatuista työpajoista on Tampereen kaupungin nuorisopalvelujen alla toimiva työkokeilu- paikka Pajasto, jonka Taidepajalle opinnäytetyömme sijoittuu. Pajan kohderyhmänä ovat 18–29-vuotiaat työttömät nuoret. Työssä suunnittelimme ja ohjasimme omakuvateosprojektin taidepajalaisille sekä tutkimme, miten teoksen tekoprosessi kytkeytyy nuorten voimaantumiseen. Näin tuotimme tietoa käsityömenetelmin toteutetun omakuvan ja voimaantumisen prosessin yhteyksistä. Projektin aikana valmistettiin käsityönä omakuva sekä tehtiin voimaantumista tukevia harjoituksia yksin ja yhdessä. Ta-

pasimme pajalaisten kanssa helmi-huhtikuun 2017 aikana kahdeksan kertaa. Omakuvaprojektin ohjauksen taustateorianä käytettiin taideterapeuttisen prosessin sekä luovan prosessin ohjaamisen teoriaa.

Tässä opinnäytetyössä tarkoitamme käsityöllä käsin valmistettua eri materiaaleja ja tekniikoita yhdistävää teosta, artefaktia, jolla nuoret pyrkivät ilmaisemaan itseään omakuvana. Painopiste omakuvan tekemisessä ei kuitenkaan ollut käsityön tekniikassa, materiaalin käsittelyn taitavuudessa tai edes lopullisessa teoksessa, vaan prosessissa, jossa nuori pohtii itseään ja tekee valintoja sen suhteen, kuinka kuvata itseään käsityömateriaaleilla.

Opinnäytetyössämme esittelemme ensin työmme lähtökohtia ja tämän jälkeen työelämäyhteyden. Seuraavassa luvussa perehdymme opinnäytetyömme tietoperustaan. Aloitamme käymällä lyhyesti läpi työssämme käytetyt keskeiset käsitteet, jonka jälkeen tarkastelemme lähemmin työmme teoreettisia lähtökohtia: kulttuurin ja käsityön yhteyttä hyvinvointiin, terapeutista taidetoimintaa ja sen soveltamista taideterapeutistavoitteisesti sekä voimaantumista. Teemme myös katsauksen aiheesta aiemmin tehtyihin opinnäytetöihin. Viidennessä luvussa esittelemme opinnäytetyömme toteutuksen: käymme läpi tavoitteet, tutkimusongelman ja -kysymykset, tutkimusotteen sekä aineistonkeruumenetelmät. Esittelemme myös analyysiä. Tämän jälkeen kuvaamme omakuvaprojektin toteutuksen. Seitsemäs luku käsittelee opinnäytetyön tuloksia. Johtopäätökset seuraavat tämän jälkeen. Viimeiseksi vuorossa on pohdinta- ja arviointiosio.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Nuorten työpajoissa käytetään monenlaista toimintaa tavoitteisiin pääsemiseksi. Pajasto keskittyy erityisesti media- ja kulttuurialan työtehtäviin tutustumiseen, ja Taidepajan työskentelyn ytimen muodostaa teatteri-ilmaistointi. Kuten työpajatoiminnassa yleensä, myös Pajastolla työskentelyn tavoitteet ovat työelämätaitojen harjaannuttamisen ja polun löytämisen kohti työelämää lisäksi voimaannuttavat: nuorten hyvinvoinnin, itsetunnon, itseilmaisun ja osaamisen tukeminen. (Suorsa 2016.)

Työpajojen tavoitteet voidaan nähdä tarkoitukseltaan voimaannuttavina, vaikka tätä sanaa ei työpajojen yhteydessä tavallisesti käytetäkään. Työpajatoimintaa säätelee Nuorisolaki (1285/2016). Nuorisolaissa säädetään, että koulutus- ja työelämävalmiuksien parantamisen lisäksi toiminnan tarkoituksena on ”parantaa nuoren elämänhallintataitoja sekä edistää hänen kasvuaan, itsenäistymistään ja osallisuutta yhteiskuntaan” (Nuorisolaki 1285/2016).

Työpajan perusajatus on saattaa nuori sellaisen polun alkuun, jonka toisessa päässä on työelämä. Ilman sisäistä oman voiman ja kyvykkyyden tunnetta oman polkunsu alun löytäminen voi olla liian haastavaa. Työpajojen

tavoitteissa mainitaan myös elämänhallinnan ja yhteisöllisyyden tukeminen sekä tulevaisuuden suunnittelu. Samoista teemoista puhutaan voimaantumisen yhteydessä, esimerkiksi de Koning (2007) jakaa voimaantumisen kuuteen osa-alueeseen, joita ovat osaaminen, itsemääräämisoikeus, vaikuttavuus, merkityksen kokeminen, positiivinen minäkuva sekä yhteisöllisyys. Nämä vaikuttavat suoraan ihmisen kykyyn tarkastella realistisesti omia taitojaan, tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä sekä kokea yhteenkuuluvuutta yhteisöönsä ja yhteiskuntaan (Karvonen 2011, 125).

Myös Siitonen (1999) kuvailee voimaantumisen prosessin olevan yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämäärien asettamiseen, luottamukseen omiin mahdollisuuksiinsa sekä näkemykseen itsestään ja omasta tehokkuudestaan. Nämä itseä ja omia mahdollisuuksia koskevat uskomukset rakentuvat pitkälti sosiaalisissa kanssakäymisissä, joten voimaantumiseen vaikuttavat toiset ihmiset, ympäröivät olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet, ja voimaantumista voidaan yrittää tukea, vaikka prosessi onkin henkilökohtainen. (Siitonen 1999, 117–118.)

Olemme kiinnostuneita käsityön ja taiteen yhdistämisestä sosiaalityöhön ja terapeutiseen ohjaustoimintaan. Erilaisten luovien ja terapeutistavoitteisten menetelmien hyödyntäminen on ohjaustoiminnan artenomien perustyötä sekä myös perusteltu osa sosionomin ammatillista työkalupakkia. Useimmiten menetelmien tavoitteena on asiakkaan osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen, joka on sosiaalialan työn tavoitteiden ydintä. Olemme erityisesti kiinnostuneita siitä, miten käsityötä, taiteellista toimintaa ja omakuvatyoäskentelyä voidaan käyttää yhdessä voimaantumisen edistämiseksi.

Olemme omassa elämässämme ja opinnoissamme huomanneet taide- ja kulttuurilähtöisen sekä käsityömenetelmiin perustuvan toiminnan hyvinvointia edistävät vaikutukset. Myös aiheista tehdyissä tutkimuksissa on päädytty samoihin johtopäätöksiin. Kulttuurin, käsityön ja hyvinvoinnin yhteyksiä ovat tutkineet muun muassa Markku T. Hyyppä ja Hanna-Liisa Liikanen (2005), Eija Vähälä (2003) ja Sinikka Pöllänen (2008, 2013).

Opetusministeriön Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2015 -julkaisussa Liikanen (2010, 65–66) kirjoittaa Kulttuuri, hyvinvointi ja terveys – tutkimustiedon nykytilan kuvauksen. Liikasen raportti vetää yhteen Suomessa, Ruotsissa ja Englannissa tehtyjä tutkimuksia ja kokoaa niiden perusteella kulttuurin hyvinvointi- ja terveysvaikutuksia. Näitä ovat muun muassa yhteisöön kuulumisen tunne, tilanteen ja ympäristön parantunut hallinta, itsetunnon vahvistuminen sekä koetun hyvinvoinnin ja elämänlaadun lisääntyminen. Perehdymme opinnäytetyömme teoreettiseen viitekehykseen tarkemmin luvussa 4.

Lähdimme suunnittelemaan opinnäytetyötä näiden ajatustemme ja kokemustemme pohjalta. Otimme yhteyttä Pajastolle, ja kysyimme olisiko

heillä kiinnostusta yhteistyöhön meidän kanssamme. Taidepajan ohjaaja innostui ideastamme, ja totesi sen tukevan pajan yleisiä tavoitteita. Sovittuamme aikatauluista aloimme suunnitella ohjauskokonaisuutta ja työtämme yksityiskohtaisemmin.

Halusimme toteuttaa ohjauskokonaisuuden, jonka lopputulemana olisi jonkinlainen käsin tehty teos. Päädyimme siihen, että käsityönä toteutettava teos olisi omakuva, sillä aiemman tiedon ja tutkimuksen perusteella minäkäsityksen tarkastelun ja sitä kautta itsetunnon vahvistumisen voi olettaa olevan erityisen tärkeää pajalla käyville nuorille, huomioiden muun muassa nuorisolain säätämän työpajan tavoitteen tukea nuoren kasvua.

Laaksovirta (2013, 18–19) viittaa Kujansivun ja Saarenmaan (2007) toimitamaan teokseen Tunnustus ja todistus, joka käsittelee tunnustamista ja todistamista omaeläkerrallisuuden kahtena esittämisen muotona. Omakuva voidaan nähdä (itsensä) tunnustamisen tekona, joka on merkityksellinen ja totuudellinen. Tehty kuva asetetaan ikään kuin todisteeksi esille, yhdessä muiden ryhmäläisten kanssa. (Laaksovirta 2013, 18.) Nähdäksytuleminen voi osaltaan tukea nuoren itsetunnon ja itseilmaisun kehittymistä, sekä yhteisöllisyyttä, ja näin vastata Pajaston työpajalle asettamiin tavoitteisiin.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli voimaantumisen tarkastelu, ja kuten voimaantuminen myös omakuvan valmistaminen on hyvin henkilökohtainen prosessi. Tämän voimaantumista ja omakuvaa yhdistävän henkilökohtaisuuden kautta ajatuksemme omakuvan käytöstä opinnäytetyössämme vahvistui edelleen.

3 TYÖELÄMÄYHTEYS

Toteutimme käsityömenetelmiin painottuvan omakuvaprojektin Tampereen nuorisopalvelujen Taidepajalla. Työpajalla työkokeilussa olevat nuoret olivat 18–29-vuotiaita, ja heitä oli 10 henkeä.

Pajasto on Tampereella toimiva 18–29-vuotiaiden työttömien nuorten työkokeilupaiikka, jossa käy vuosittain noin 50 nuorta. Nuorten viikkotyöaika pajalla on 30 tuntia. Pajasto toimii Tampereen keskustassa Monitoimitalo 13:ssa, ja työpajoja on kolme: Mediapaja, AVee-paja sekä Taidepaja. Toimintaa rahoittaa ja hallinnoi Tampereen kaupungin nuorisopalvelut, osan rahoituksesta tullessa elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskukselta (ELY-keskus). Pajastolla työskentelee neljä työntekijää: kolme työvalmentajaa ja yksi yksilövalmentaja. (Suorsa 2016.)

Pajaston toiminnan tavoitteena on työelämän pelisääntöjen opettelu mahdollistaminen työttömille nuorille, tukien kohti elämänhallintaa, opin-
toja ja avoimia työmarkkinoita. Työskentelyssä keskitytään syrjäytymisen

ehkäisyyn, osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistamiseen sekä itseilmainsun vahvistumiseen. (Suorsa 2016.)

Pajan toimintamalli on suunniteltu siten, että nuoret kohtaavat työkokoilunsa aikana uusia haasteita ja sitoutuvat pajalla tehtäviin projekteihin saaden työkokemusta media- ja kulttuurialalta. Työskentelyn tarkoituksena on tukea nuoren hyvinvointia sekä vahvistaa itsetuntoa, itseilmaisua, työkykyä ja osaamista. (Suorsa 2016.)

Osalla nuorista on haasteita elämänhallinnassa ja myös mielenterveys- ja päihdeongelmia. Työttömyyden pitkittyminen voi aiheuttaa näiden ongelmien pahenemista. Pajasto pyrkiikin vastaamaan näihin nuorten tarpeisiin sekä myös yhteiskunnan heille asettamiin haasteisiin. Tavoitteisiin pyritään työ- ja yksilövalmentajien tiiviillä yhteistyöllä, jolla tavoitellaan myös pitkäjänteistä vaikuttamista nuoren elämäntilanteeseen ja elämänhallintaan sekä jatkoon kohti opintoja ja työmarkkinoita. (Suorsa 2016.)

Pajaston toimintaa valvotaan seurantaryhmän toimesta, joka koostuu Tampereen kaupungin nuorisopalveluista, Tampereen kaupungin tilaajaryhmästä sekä Pirkanmaan työ- ja elinkeinopalveluista. Ryhmä kokoontuu noin neljä kertaa vuodessa. (Suorsa 2016.)

Pajaston työmenetelmiin kuuluu ensimmäisenä tekemällä oppiminen, eli media- ja kulttuurialaan tutustutaan käytännön kautta itse tehden. Pajalla tehdään sekä harjoitus- että tilaustöitä, ja työtehtävät on suunniteltu käytännöllisiksi ja mielenkiintoisiksi. Erilaiset työtaidot, kuten välineiden hallinta, luova osaaminen, asiakaspalvelu sekä projektityöskentely kehittyvät työtehtävien avulla. Tekeminen ja siitä saatu palaute tuovat työelämän sääntöjä tutuksi ja myös työmoraali kehittyy. (Suorsa 2016.)

Myös ryhmä on tärkeä osa Pajaston toimintaa ja ryhmäytymiseen panostetaan. Ryhmässä toimimisen tarkoituksena on tutustuttaa ihmisiä toisiinsa ja laajentaa siten sosiaalisia verkostoja. Ryhmässä työskentely kehittää vuorovaikutukseen ja itsetuntemukseen liittyviä taitoja, ja nuori tulee kuulluksi ja nähdyksi. Nuoren kiinnittyessä ja sitoutuessa ryhmään hänen toimijuutensa omassa ympäristössään kasvaa, ja tätä kautta myös nuoren kuuluminen yhteiskuntaan vahvistuu. Ryhmässä toimiminen kehittää myös minäkuvaa ja itsetuntemusta, jolloin ryhmän tuella oma henkilökohtainen kasvu mahdollistuu. Pajalla voi kehittää itseään ja tutkia omia mahdollisuuksien ohjatusti ja tuella. (Suorsa 2016.)

Pajaston säännöt ovat lähellä työelämän sääntöjä, esimerkiksi myöhästymisiin ja poissaoloihin puututaan. Tarkoituksena on muun muassa nuoren päivärytmiin vaikuttaminen. (Suorsa 2016.)

Työpajajakson aikana nuoren elämäntilannetta tarkastellaan ja selvitetään kokonaisvaltaisesti. Ongelmia esimerkiksi talouden, päihteiden, mielenter-

veyden ja oppimisvaikeuksien kanssa pyritään huomaamaan ja nuorta tuetaan näiden haasteiden käsittelyssä henkilökohtaisten keskustelujen sekä ryhmätilanteiden avulla. Tarvittaessa nuori ohjataan eteenpäin tarkoituksenmukaisen tahon luo. Usein työkokeilun aikana nuoren elämä tasoittuu, kun työttömyysaika päättyy. (Suorsa 2016.)

Pajalla keskitytään myös tulevaisuuden suunnitteluun. Nuoren omia vahvuuksia, mahdollisuuksia ja mielenkiinnon kohteita pyritään kartoittamaan ja tuomaan esille, esimerkiksi nuorta tuetaan opintoihin hakeutumisessa. Pajalta tehdään myös vierailuja oppilaitoksiin ja työpaikoille. (Suorsa 2016.)

4 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA

Tässä luvussa tutustumme ensin työmme keskeisiin käsitteisiin, joita ovat käsityö, omakuva ja voimaantuminen. Seuraavaksi esittelemme työmme taustateoriat, jolloin perehdymme kulttuurin, käsityön ja taiteen hyvinvointivaikutuksiin sekä voimaantumisteoriaan. Lopuksi teemme vielä katsauksen aiheesta aiemmin tehtyihin opinnäytetöihin.

4.1 Keskeiset käsitteet

Tässä opinnäytetyössä tarkoitamme käsityöllä perinteisiä käsityötekniikoita (kuten neulominen, virkkaaminen, kudonta, ompelu, huovutus) sekä luovaa askartelua, eli materiaalien ja tekniikoiden vapaasti yhdistelemistä käsin. Tällaista käsien työnä syntyvää luovaa yhdistelemistä, jossa pyritään taiteelliseen ilmaisullisuuteen, voi kutsua myös taidekäsityöksi (Haveri 2016, 83).

Yhden perinteisimmistä omakuvan muodoista ajatellaan olevan taiteilijan itsestään peilin kautta maalaama muotokuva, jossa hän tarkastelee itseään peilin kautta ja siirtää tulkintansa omakuvateokseen. Laaksovirta (2013, 18) viittaa artikkelissaan Altti Kuusamon (2010) mielenkiintoiseen väitteeseen, että omakuvassa kommunikoidaan samaan aikaan sekä itselle että yleisölle. Taideteokseen ikuistettua kuvaa ja sen merkityksiä voi tarkastella sekä käyttää identiteetin tutkimisen ja jäsentämisen välineenä. Omakuvatyöskentelyn omaelämäkerrallisuuden voi yhdistää myös taideterapian narratiiviseen suuntaukseen, jossa pyritään tarinoita kertomalla muokkaamaan kuvaa itsestä ja elämän tapahtumista. (Laaksovirta 2013, 14–15, 18, 22.)

Voimaantuminen on Juha Siitosen (1999) käyttönottama termi, jonka lisäksi voidaan puhua myös valtautumisesta, valtaistamisesta tai valtaistumisesta (Siitonen 1999, 60). Karvonen (2011, 121) viittaa Siitoseen ja Robinsoniin (2001), ja kuvailee voimaantumista sisäisenä voimantunteena ja

yksilön toimintakyvyn vahvistumisena. Voimaantuminen merkitsee tunnetta elämänhallinnasta ja kokemusta toiveikkuudesta tulevaisuuden suhteen. (Karvonen 2011, 121.)

4.2 Kulttuuri ja hyvinvointi

Kulttuurikokemusten ja taide-elämysten vaikutuksesta terveyteen ovat kirjoittaneet Markku T. Hyypä ja Hanna-Liisa Liikanen teoksessaan *Kulttuuri ja terveys* (2005). He käsittelevät kulttuuria sekä laajassa merkityksessä arkisena ihmisten välisenä elämäntapajärjestelmänä että kulttuuri- ja taide-elämyksiä tarjoavana korkeakulttuurina. He kirjoittavat kulttuurin ja hyvinvoinnin välillä löytämistään yhteyksistä ja arvelevat, että nimenomaan kulttuuriin liittyvä sosiaalisuus edistää terveyttä. Hyypä ja Liikanen kertovat taide- ja kulttuuritoiminnan menneestä ja tulevasta roolista sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä suosittelevat taide- ja kulttuuriharrastusten lisäämistä väestölle, koska niillä on tehokas myönteinen vaikutus terveyteen, eikä niillä ole todettu olevan haitallisia sivuvaikutuksia. (Hyypä & Liikanen 2005, 182.)

Opetusministeriön Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimitaohjelmaksi 2010–2015 -julkaisussa Liikanen (2010, 65–66) kirjoittaa *Kulttuuri, hyvinvointi ja terveys* – tutkimustiedon nykytilan kuvauksen. Liikasen raportti vetää yhteen Suomessa, Ruotsissa ja Englannissa tehtyjä tutkimuksia ja kokoaa niiden perusteella kymmenen kohdan luettelon kulttuurin hyvinvointi- ja terveysvaikutuksista. Nämä vaikutukset ovat:

1. Koettu hyvinvointi ja elämänlaatu lisääntyvät kulttuuritoiminnan myötä.
2. Kulttuuri lisää sosiaalista yhdessäoloa, sosiaalista pääomaa ja aktiivi kanssakäymiseen.
3. Osallistumalla kulttuuriharrastuksiin ihminen tuntee kuuluvansa johonkin itseään tukevaan yhteisöön.
4. Osallistumalla kulttuuritoimintaan ihminen tuntee saavuttavansa jotakin sekä hallitsevansa tilanteita ja ympäristöään paremmin.
5. Itsetunto vahvistuu taide- ja kulttuuriharrastusten myötä saatujen uusien kokemusten, kommunikoinnin, avoimuuden ja empatian tunteiden myötä.
6. Aktiivinen kulttuuriharrastaminen vaikuttaa elinajanodotetta pidentävästi.
7. Kulttuuriin osallistumisen seurauksena on mitattu fysiologisia muutoksia stressitasossa, verenpaineen laskuna ja hormonaalisina tasoina.
8. Kulttuuri, taide ja sosiokulttuurinen toiminta vaikuttavat myönteisesti muisti- ja aivotoimintoihin.
9. Työhyvinvointi lisääntyy kulttuurin myötä.
10. Luonnolla ja rakennetulla ympäristöllä (myös hoitoympäristöllä) on vaikutuksia hyvinvoinnille.

(Liikanen 2010, 65–66.)

4.3 Käsityö ja hyvinvointi

Käsillä tekeminen on ihmiselle lajina luontaista. Ennen teollistumista käsityöiden tekeminen oli myös elinehto, sillä kaikki käyttötavarat valmistettiin saatavilla olevista materiaaleista itse. Käsityötä ei voitu erottaa muusta työstä (Ihatsu 2007, 19). Nykyaikana käyttötavarat pitkälti ostetaan valmiina kaupasta, ja käsityön merkitykset ovat siirtyneet lähinnä harrastamiseen: tekemisen ilon, luovuuden ja mielihyvän kokemiseen. Käsityö toimii itsehoidollisena psyykkisen hyvinvoinnin tukijana, mutta sillä voidaan nähdä mahdollisuuksia myös tavoitteellisesti hyvinvointia edistävänä ja potentiaalisena terapiana ja terapeuttisena toimintana. (Pöllänen 2008, 91)

Käsityötä on käytetty esimerkiksi toimintaterapiassa kuntouttavana menetelmänä. Yhdysvalloissa psykiatriset potilaat ovat tehneet erilaisia käsityöitä ainakin 1900-luvun alusta lähtien, ja Suomessa vuonna 1841 perustetussa Lapinlahden sairaalassa potilaille tarjottiin alusta alkaen mahdollisuus ompelemiseen, kankaan kutomiseen ja sukkiin neulomiseen. Jo varhain havainnoitiin, että toiminnallisuus ja käsillä tekeminen auttavat ihmistä kuntoutumaan ja voimaan paremmin. (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2013, 325–334.)

Tässä opinnäytetyössä käsityö on menetelmänä terapeuttistavoitteisen toiminnan ohjaamisessa. Vaikka taidetta ja käsityötä on käytetty virkistävänä ja hyvinvointia edistävänä toimintana (esimerkiksi taideterapia, käsityötä hyödyntävä toimintaterapia, erilaiset viriketoiminnot kuten ohjattu askartelu, terapeuttinen ja pedagoginen ohjaustoiminta) on tieteellisiä tutkimuksia käsityön konkreettisista fyysisistä hyvinvointivaikutuksista vähän.

Eija Vähälä (2003) on tutkinut luovan käsityöprosessin yhteyksiä psyykkiseen hyvinvointiin tutkimalla käsityön aikana koettujen itseraportoitujen emootiokokemusten ja fysiologisten vasteiden välisiä yhteyksiä. Vähälä mittasi koehenkilöiden EKG:sta sydämen sykkeen vaihtelua päivätyötä, kotiaskareita ja luovaa käsityötä tehdessä. Mittaustulokset osoittivat neuletyön muun muassa rauhoittavan koehenkilöiden sykettä. Vähälä (2003, 6) mittasi myös luovan prosessin vaikutuksia aivojen fysiologiaan, ja sitä kautta tutki käsityön vaikutuksia ihmisen elintoimintoihin ja aivotoiminnan pysyviin muutoksiin, jotka aiheutuivat luovan käyttäytymisen oppimisesta.

Käsityö vaikuttaa tekijäänsä toiminnallisen moniaistillisen kokemuksen kautta: materiaalien, värien ja muotojen kanssa työskentelyn kautta (Vähälä 2003, 187). Käsityön tekemiseen tarvitaan tekijältä luovuutta, mielikuvituksen ja aistien käyttöä sekä monenlaisia kognitiivisia ja sensomotorisia taitoja (Pöllänen 2008, 99–100). Myös taideterapian teho perustuu juuri kehon ja mielen työskentelemiseen yhdessä, kun teosta tehdessä yhdistyvät sensomotorinen integraatio ja psyykkinen intensiteetti (Mantere 2007, 12). Pöllänen (2008, 91) viittaa Shütztiin (2004) ja Pölläseen (2006a)

kirjoittaessaan, että käsityön terapeuttisuuden keskeiseksi lähtökohdaksi voidaan mainita myös sen sisältämä psyykkinen prosessointi sekä mahdollisuus asioiden ajalliseen etäännyttämiseen ja symboliseen erittelyyn.

Tutkimustiedon mukaan käsityö voi olla tekijälleen yksi terapeuttinen väline subjektiivisen hyvinvoinnin ja elämänlaadun lisäämisessä. Käsityö tarjoaa terapeuttisen muutoksen kontekstin, joka tukee hyvinvointia tai kuntoutusta. Käsityöprosessia ja luovan toiminnan prosessia voi hyödyntää minän rakentamisessa ja eheyttämisessä. (Pöllänen 2008, 91, 100–101; Pöllänen 2013.)

4.4 Terapeuttinen taide ja taideterapia

Taidetta on tutkittu ja käytetty modernina terapeuttisena menetelmänä 1900-luvun alusta lähtien, Suomessa säännöllistä terapeuttista taidetoimintaa alettiin tarjota psykiatrisissa sairaaloissa 1950-luvulla (Hentinen & Mantere 2007, 26). Mantereen (2007, 11) mukaan taideterapiassa työskentelyprosessin, käytettyjen materiaalien, ja valmiin kuvan sekä kokemuksen jakamisella pyritään voimaannuttaviin, kuntouttaviin ja terapeutisiin päämääriin. Tässä opinnäytetyössä taideterapeuttista prosessia sovellettiin taideterapeuttistavoitteisen toiminnan ohjaamisessa.

Taideterapiaprosessi voidaan jakaa kuuteen vaiheeseen, jotka toistuvat syklisesti vuorotellen ja välillä myös päällekkäin jokaisella työskentelykerralla. Vaiheet ovat aloitus, virittäytyminen, taidetyöskentely, jakaminen, liittämisen ja lopetus. (Rankanen 2007, 92.) Näitä vaiheita sovellettiin myös tässä taideterapeuttistavoitteisessa omakuvaprojektissa.

Vaiheet voi löytää myös taideterapeuttisten tapaamiskertojen kokonaisuuden kaaresta niin, että vaikka joka kerralla käydään taideterapeuttisen työskentelyn kaikki kuusi vaihetta läpi, kaaren alussa aikaa käytetään enemmän aloitukseen ja virittäytymiseen, keskimmaisilla tapaamiskerroilla korostuu taidetyöskentely ja jakaminen, ja viimeisillä tapaamiskerroilla käytetään enemmän aikaa liittämiseen ja lopetukseen. (Rankanen 2007, 92–93.) Taideterapiaprosessiin tutustutaan tarkemmin vielä luvussa 6.2.

Pöllänen (2008, 91) mukaan terapiaksi voi kutsua systemaattista ja tietoista interventioiden sarjaa, jossa pyritään terapeuttiseen muutokseen terapian kohteena olevan henkilön ajattelumalleissa, tunteissa, toiminnoissa ja elämässä. Terapeutti on asianmukaisesti koulutettu ammattilainen. Varsinainen terapia on kokonaisvaltaisempaa kuin terapeuttistavoitteinen toiminta. Terapeuttistavoitteisessa toiminnassa pyritään tukemaan hyvinvointia ja vähentämään haasteita. Terapeuttisella tarkoitetaan lähtökohteisesti ”hoitavaa” ja ”hyvinvointia edistävää”.

Sosiaalialan ja ohjaustoiminnan pian valmistuvina ammattilaisina meillä on valmiudet terapeuttistavoitteisen toiminnan tarjoamiseen asiakkaillemme. Suunnittelimme asiakastarpeet huomioon ottavan tavoitteellisen ohjauskokonaisuuden, jossa pyrimme ohjaajina tukemaan omakuvateoksen tekijöitä voimaantumiseen tähtäävässä toiminnassa niin yksilöinä kuin ryhmänä.

Ilmaisullisiin terapioihin luetaan taideterapia, musiikkiterapia, draamate-
rapia, tanssiterapia ja kirjoitusterapia. Käsityöterapia ei ole (vielä) käsite, mutta vuonna 2008 julkaistussa artikkelissaan Käsityö terapiana ja terapeuttisena toimintana käsityötieteen professori Sinikka Pöllänen määrittelee käsityöterapiaa. Pöllänen (2008, 91) rinnastaa ja vertaa käsityön terapeuttisia mahdollisuuksia musiikki- ja taideterapiaan, sillä katsoo näissä kaikissa olevan ”peruslähtökohtana taide- ja taitolähtöisyyden ilmeneminen luovuuden ja toiminnallisuuden hyödyntämisessä”.

Vaikka ohjaamamme projekti ei ollutkaan terapiatoimintaa, olivat tavoitteemme terapeuttisia, ja pyrimme juuri tähän Pölläsen yllä kuvaamaan terapeuttiseen muutokseen tarjoamalla suunniteltu ryhmätapaamisten kokonaisuus, jossa tavoiteltiin osallistujien voimaantumisen kokemuksen tukemista omakuvan tekemisellä käsityömenetelmin.

4.5 Voimaantuminen

Voimaantuminen on Juha Siitosen (1999) käyttönottama termi, jonka lisäksi voidaan puhua myös valtautumisesta, valtaistamisesta, valtaistumisesta tai sisäisestä voimantunteesta (Siitonen 1999, 60).

Voimaantumista voidaan kutsua myös sisäiseksi johtajuudeksi. Voimaantuminen auttaa tehokkaasti hyödyntämään omia kykyjä ja lahjoja ja itsevarmasti tulkitsemaan omia tekoja, vahvistaa suorituskykyä, aloittekykyä ja luovuutta sekä mahdollistaa vastuunottamisen, johtaa tehokkaihin ihmissuhteisiin, motivoi ja luo tilaa luovuudelle ja uudistumiselle, johtaa suurempaan itsenäisyyteen ja rohkaisee tekemään omia, itsenäisiä päätöksiä, sekä kasvattaa mahdollisuuksia saada ja säilyttää menestyksekkäästi oma paikka yhteiskunnassa tai työmarkkinoilla. (de Koning 2007.)

Siitonen (1999, 93) päätyy määrittelemään voimaantumisen kahtiajakoisesti: 1) voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi, jolle ympäristön olosuhteet voivat olla merkityksellisiä, ja siten voimaantuminen voi olla todennäköisempää jossain toisessa ympäristössä kuin toisessa; 2) voimaantunut ihminen on löytänyt omat voimavaransa, hän määrää itse itsensä ja on vapaa ulkoisesta pakosta.

Voimaantumisen prosessi on yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämäärien asettamiseen, luottamukseen omiin mahdollisuuksiinsa sekä näkemykseen itsestään ja omasta tehokkuudestaan. Keskeistä voimaantu-

misessa on se, että toista ihmistä ei voi voimaannuttaa. Näin toteaa Siitonen tukenaan laaja joukko asiaan perehtyneitä tutkijoita: "Voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään – voimaa ei voi antaa toiselle". Itseä ja omia mahdollisuuksia koskevat uskomukset rakentuvat kuitenkin pitkälti sosiaalisissa kanssakäymisissä. Näin voimaantumiseen vaikuttavat toiset ihmiset, ympäröivät olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet, ja voimaantumista voidaan yrittää tukea, vaikka prosessi onkin henkilökohtainen. (Siitonen 1999, 91, 117–118.)

Voimaantumisteoriassa voimaantuminen jaetaan osaprosesseihin, jotka jäsentävät voimaantumisen kokonaisuutta. Näillä osaprosesseilla, sekä niiden keskinäisillä suhteilla, on keskeinen merkitys voimaantumisessa. Siitonen soveltaa osaprosessien kuvaamiseen Martin Fordin (1992) motivoivien järjestelmien teorian motivaatiokäsitystä, jonka pääkohtia ovat päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset ja emootiot. Nämä pääkategoriat voidaan eritellä edelleen pienempiin osiin. Olemme koonneet nämä osaprosessit ja niiden alakäsitteet oheiseen taulukkoon. (Siitonen 1999, 109–158.)

Taulukko 1. Voimaantumisen osaprosessit. (Lähde: Siitonen 1999, 158.)

Päämäärät	Toivotut tulevaisuuden tilat
	Vapaus
	Arvot
Kykyuskomukset	Minäkäsitys
	Itseluottamus, itsearvostus
	Tehokkuususkomukset, itsesäätely
	Vastuu
Kontekstiuskomukset	Hyväksyntä
	Arvostus, luottamus, kunnioitus
	Ilmapiiri
	Toimintavapaus
	Autenttisuus
	Yhteistoiminta, kollegiaalisuus, tasa-arvoisuus
Emootiot	Säätelevä, energisoiva toiminta
	Positiivinen lataus
	Toiveikkaus
	Onnistuminen, epäonnistuminen
	Eettisyys

Toivotuilla tulevaisuuden tiloilla viitataan ensisijaisesti unelmiin ja konkreettisiin päämääriin. Päämääriä voivat olla esimerkiksi toivotut sisäiset seuraukset kuten tunnepäämäärät, kognitiiviset päämäärät tai subjektiiviset organisointipäämäärät, jotka tarkoittavat erityisten tai harvinaisten tilojen tavoittelua tai välttämistä. Päämäärät voivat olla myös toivottuja ihmisen-ympäristö -seurauksia, jolloin pyritään sosiaaliin ihmissuhdepää-

määriin, kuten yksilöllisyyteen, itsemääräämisoikeuteen tai oikeudenmukaisuuteen, tai tehtävämääriin, kuten tiettyihin suhteisiin yksilön ja ympäristön eri kohteiden välillä. (Siitonen 1999, 120.)

Voimaantumisen kannalta olennaista on, että yksilö saa asettaa itse omat päämääränsä ja pyrkiä niitä kohti omien toiveiden ja halujen mukaisesti. Tämä merkitsee vapaaehtoisuutta, joka pätee myös prosessia mahdollistamaan pyrkivään, meidän tapauksessamme ohjaajaan. Päämääriä arvioidaan erilaisin kriteerein: relevanttiuden, tärkeyden, saavutettavuuden sekä emotionaalisen tärkeyden perusteilla. Vasta arvioinnin jälkeen päämäärän tavoitteluun sitoutuminen on mahdollista. Voimaantumisen prosessille sopivan päämäärän löytäminen ja siihen sitoutuminen ovat hyvin tärkeitä. Sitoutumiseen vaikuttavat myönteisesti päämäärän julkisuus, oma tarve pyrkiä päämäärään, mahdollisuus kontrolloida prosessia itse ja arvio päämäärän sekä saavutettavuudesta että riittävästä haastavuudesta. (Siitonen, 121–122.)

Vapaus on voimaantumisen kannalta tärkeää. Mikäli kokemus on saatu itsenäisen valinnan pohjalta ja turvallisessa ympäristössä, pidetään sitä todennäköisemmin myönteisenä. Mikäli konteksti pysyy edelleen turvallisena, on mahdollista pyrkiä monimutkaisempaan kokemukseen. Tämänkaltaiset kokemukset tukevat varmuuden ja oman kyvykkyyden tunteita sekä vahvistavat itseluottamusta ja -arvostusta. Valinnanvapaus johtaa itsetuntemuksen kasvuun. Itsemäärääminen on olennaista myös motivaation ja sitoutumisen kannalta. Vapauteen liittyy olennaisesti myös vastuu. Nämä kaksi ovat vuorovaikutuksessa voimaantumisen kanssa. (Siitonen 1999, 124–128, 141.)

Voimaantumista edistäviä toimintoja suunniteltaessa tulee kiinnittää huomiota erityisesti itsemääräämisoikeuden, oikeudenmukaisuuden ja tasa-arvoisuuden sekä kollaboratiivisen ja demokraattisen osallistumisen arvoihin. Myös valinnanvapauden arvo sekä oikeus vapaasti itse määrätä oman elämän suunnasta ovat merkityksellisiä päämäärien asettamiselle, sillä näiden arvojen ja oikeuksien kokeminen mahdollistaa myös voimaantumisen prosessia. (Siitonen 1999, 128–129.)

Kykyuskomukset pitävät sisällään uskomukset omiin kykyihin, itseluottamuksen, minäkuvan, tyytyväisyyden, itsetunnon sekä mahdollisuuden tehdä vastuullisesti itsenäisiä päätöksiä ja ratkaisuja. Myönteiset kykyuskomukset johtavat voimaantumiseen ja positiivisen latauksen vahvistumiseen. Kykyuskomusten avulla ihminen arvioi mahdollisuuksiaan ja omia kykyjään saavuttaa asettamansa tavoitteet. (Siitonen 1999, 129–130.)

Myönteinen käsitys itsestä edesauttaa optimistista suhtautumista tulevaisuuteen sekä mahdollistaa realististen tavoitteiden asettamisen. Tiedostettu käsitys itsestä on merkityksellinen erityisesti päämäärien asettamisen ja niiden saavuttamisessa tarvittavien voimavarojen kannalta. Myön-

teinen palaute vahvistaa itsetuntemusta, josta seuraa realististen tavoitteiden asettaminen. Realistiset tavoitteet on helpompi saavuttaa, jolloin onnistuminen on todennäköisempää. Tämä puolestaan vahvistaa itseluottamuksen sekä kompetenssin tunnetta ja rohkaisee asettamaan uusia päämääriä. Näiden tavoitteiden saavuttaminen johtaa uusiin merkittäviin kokemuksiin ja positiiviseen minäkuvaan. Selkiytynyt minäkuva ja vahvistunut itseluottamus kasvattavat positiivista latausta ja vapauttavat voimavaroja. (Siitonen 1999, 130–136.)

Kontekstilla viitataan voimaantumista mahdollistavaan tai estävään toimintaympäristöön. Kontekstiin liittyvät uskomukset ovat arvioita ympäristön mahdollistavuudesta ja vastaanottavuudesta. Voimaantumista tukeva toimintaympäristö on hyväksyvä (ihmiset kokevat itsensä tervetulleiksi), arvostava, luottamuksellinen ja kunnioittava. Ympäristön ilmapiiri on turvallinen, avoin, ennakkoluuloton, rohkaiseva ja tukeva. Ilmapiirin turvallisuuteen liittyvät tapahtumien ennakoitavuus sekä luottamus ja usko tulevaisuuteen ja selviytymisen mahdollisuuksiin. Kannustava ilmapiiri lisää itseluottamusta, itsearvostusta ja positiivista asennoitumista. Kuten jo edellä on mainittu, toimintavapauden mahdollistava ympäristö on ensiarvoisen tärkeää luovuuden ja voimavarojen vapautumisen kannalta. Aidot kokemukset vapaasti valitussa ympäristössä, todelliseen vastuuseen ja yrittämisen haluun liittyneinä ovat hyvin tärkeitä voimaantumisen prosessille. (Siitonen 1999, 142–151.)

Emootiot eli tunteet antavat ihmisille tietoja ja vihjeitä muun muassa toimintaympäristön voimaantumista edistävistä tai estävistä mahdollisuuksista. Positiivinen lataus on lähellä flow-kokemusta, joka on mahdollista mikäli konteksti on arvioitu voimaantumisen kannalta mahdollistavaksi. Innostuneisuus on yksi flow'n tunnusmerkeistä ja keskeinen voimaantuneen ihmisen piirre. Toiveikkuus vapauttaa voimavaroja ja antaa voimaa pyrkiä asetettuihin tavoitteisiin. Onnistumisen kokemukset energisoivat kyky- ja kontekstiuskomuksia, mikä mahdollistaa myös epäonnistumisen pelon lievenemisen tai häviämisen. Voimaantumisen kannalta on tärkeää huomioida myös oman ajattelun vaikutus kyvykkyyteen: on esitetty, että onnistumisesta 10 % perustuisi osaamiseen, kun taas loput 90 % riippuisi ajattelusta ja asenteista. Eettinen toiminta antaa ihmisen äänen kuulua. Rakentava kuuntelu, oman elämän hallinta ja saman hallinnan salliminen muille sekä kunnioitus ryhmän jäseniä kohtaan ovat voimaantumisen ominaisia piirteitä. (Siitonen 1999, 151–157.)

Myös muut Siitosen lisäksi ovat tutkineet voimaantumista, ja jakaneet voimaantumisen prosessia ja prosessin ilmentäjiä eri osa-alueisiin. Tomi Järvinen (2009) on tarkastellut voimaantumisen indikaattoreita Beirston (2000) mukaan. Voimaantumista ilmaisevat tekijät voidaan jakaa kolmeen eri luokkaan: kognitiivisiin, konatiivisiin ja affektiivisiin tekijöihin. Olemme koonneet nämä indikaattorit oheiseen taulukkoon. (Järvinen 2009, 9–10.)

Taulukko 2. Voimaantumisen indikaattorit. (Lähde: Järvinen 2009, 10.)

Kognitiiviset tekijät	Tieto
	Ymmärrys
	Ajattelukyky
	Näkemyks (tiedon perusteella)
	Kyky hallita sisäisiä kognitiivisia prosesseja
Konatiiviset tekijät	Itsesäätely
	Päätäväisyys
	Halu oppia
	Itsearviokyky
	Motivaation hallintakyky
	Päämäärätietoisuus
	Tehokkuususkomukset
Affektiiviset tekijät	Uteliaisuus
	Rehellisyys
	Optimismi
	Rohkeus

Jan de Koning (2007) jakaa voimaantumisen kuuteen osa-alueeseen, joita ovat osaaminen, itsemääräämisoikeus, vaikuttavuus, merkityksen kokeminen, positiivinen minäkuva sekä yhteisöllisyys. Osaaminen merkitsee itsevarmuutta ja kykyä suoriutua tietystä tehtävästä. Itsemääräämisoikeus kuvaa kyvykkyyttä ja rohkeutta tehdä omaa elämää koskevia päätöksiä. Vaikuttavuudella tarkoitetaan tunnetta siitä, että omilla valinnoilla on vaikutusta oman prosessin kehitykseen. Merkityksen kokeminen on tunnetta oman työn tärkeydestä. Toiminta on myös omien arvojen, mielipiteiden ja käyttäytymisen mukaista. Positiivinen minäkuva merkitsee itsensä hyväksymistä sellaisena kuin on. Yhteisöllisyys pitää sisällään kokemuksen yhteenkuuluvuuden tunteesta ja ymmärryksen siitä, että yksilö toimii sosiaalisessa ympäristössä vaikuttaen muihin.

4.6 Aiemmat opinnäytetyöt

Tässä alaluvussa tutustumme käsityön hyvinvointivaikutuksia, omakuva-työskentelyä sekä voimaantumista käsitteleviin opinnäytetöihin.

Tiina Kivistön (2009) Turun yliopistossa kirjoittama Asklepios-ohjelman lopputyö Terapeuttinen käsityö keskittyy tarkastelemaan käsityön terapeuttisia vaikutuksia. Kivistö tutki käsitöitä tekevien kokemuksia käsityöstä sekä harrastuksena että terapeuttisena itsehoitomuotona. Kivistön tutkimuksen mukaan käsityöharrastusta voi käyttää apuna elämänhallinnassa: käsityön tekeminen rentouttaa, antaa iloa ja onnistumisen kokemuksia, auttaa käsittelemään vaikeita asioita, purkaa aggressiota, lievittää stressiä, antaa kokemuksen haasteiden voittamisesta ja voi auttaa luomaan positiivista mielikuvaa itsestä.

Sanna Sormusen (2011) ohjaustoiminnan opinnäytetyö Hyvää oloa käsityöstä – mielenterveyskuntoutujien kokemuksia Kädentaitoryhmästä selvitti kädentaidollisen ryhmän sekä ositetun ja kokonaisen käsityön vaikutuksia mielenterveyskuntoutujien hyvinvointiin. Kädentaitoryhmän vaikutuksia olivat muun muassa onnistumisen, ilon, huojennuksen ja helpotuksen tunteet, ryhmään kuulumisen ja tarpeellisuuden kokemus, uuden oppiminen sekä lääkehoitoon verrattava rauhoittava vaikutus. Tutkimuksen johtopäätöksenä oli, että kädentaidollisesta toiminnasta kiinnostuneille Kädentaitoryhmällä oli hyvinvointia edistäviä vaikutuksia ja he toivoivat ryhmätoimintaa myös jatkossa.

Maria Serrano-Jäntin (2015) ohjaustoiminnan opinnäytetyö Olipa kerran minä – omakuvanukketyöskentelyn mahdollisuudet ohjaustyössä kuvaa henkilökohtaista taideterapeuttista prosessia. Serrano-Jäntti kuvaa opinnäytetyössään yhdentoista omaelämänkerrallisen omakuvan tekemisen prosessia. Serrano-Jäntti kuvaa omakuvanukkien suunnittelua, toteutusta, niiden herättämiä tunteita ja ajatuksia sekä koko taideprosessin merkitystä omakuvan käsittelemisessä. Hän toteaa, että taidenukkien tekeminen käsityönä taiteellisena omakuvana sopii monenlaisille asiakasryhmille, kunhan suunnittelussa otetaan huomioon ryhmän erityispiirteet ja tarpeet. Serrano-Jäntin opinnäytetyö antoi meille mahdollisuuden tutustua omakuvan tekemisen prosessiin sekä tekijän että ohjaajan näkökulmasta.

Turun ollessa Euroopan kulttuuripääkaupunki vuonna 2011 käynnistettiin omakuvahanke 2000 & 11 OMAKUVAA. Emilia Laaksovirta tutki hanketta pro gradussaan Taidetta vai terapiaa (2013). Laaksovirta tutki hankkeen hyvinvointivaikutuksia ja yhteyttä taideterapiaan ja yhteisötaitteeseen sekä taiteellisen omakuvaprojektin vaikutuksia hyvinvointiin. Merkityksellisen omakuvatyöskentelyn aikaansaamia hyvinvointia edistäviä ja terapeuttisia sisäisiä prosesseja olivat muun muassa identiteetin tutkiminen, muistojen rakentaminen ja eheytyminen. Sosiaalisia ulottuvuuksia olivat muun muassa voimaantuminen ja osallistaminen.

Pauliina Pulkin (2015) sosiaalialan opinnäytetyö Ihana Minä -työpajat – tyttöjen voimaantumisen tukeminen luovan toiminnan kautta hyödynsi monenlaisia toiminnallisia taiteellisia ja luovia menetelmiä nuorten tyttöjen voimaantumisen tukemisessa. Toiminta käsitti erilaista askartelua, kuten unelmien aarrekartan, kukkaseppelekruunun, ilmapallotaiteen sekä voimakivien työstämistä. Työpajat aktivoivat nuoria, antoivat mahdollisuuksia itseilmaisuun sekä synnytti voimaantumiseen viittaavia kokemuksia. Pulkki peilasi työpajoista saamaansa palautetta sekä omia havaintojaan Juha Siitosen (1999) voimaantumisteoriaan.

Nanna Papu-Kivimäen (2009) hoitotyön opinnäytetyö Taideterapeuttisen kuvanteon voimaannuttavat vaikutukset mielenterveyskuntoutujan kuntoutumisprosessissa tarkastelee narratiivisen lähestymistavan kautta tai-

deterapeuttista kuvanteonprosessia sekä siinä ilmenneitä voimaantumisen kokemuksia. Tutkimuksessa käytettiin puolistrukturoitua haastattelua, joka perustui Hentisen ja Wilhelmuksen esteettisen analyysin malliin. Tutkimuksen mukaan taideterapeuttinen prosessi sai aikaan voimaannuttavia vaikutuksia. Tärkeimpinä tekijöinä voimaantumiselle nähtiin kyvykkyyden ja onnistumisen kokemukset, minäkäsityksen ja identiteetin eheytyminen sekä tunteiden kokeminen.

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Tässä luvussa esittelemme opinnäytetyömme toteutuksen. Aloitamme määrittelemällä opinnäytetyön tavoitteet. Tämän jälkeen esittelemme tutkimusongelman ja -kysymykset sekä tutkimusotteen. Seuraavaksi vuorossa on aineistonkeruumenetelmien esittely sekä lopuksi aineiston analyysitapa.

5.1 Opinnäytetyön tavoitteet

Opinnäytetyömme tavoitteet olivat kahtaalla, sillä kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö, joka sisältää sekä toiminnallisen että tutkimuksellisen osuuden (Hämeen ammattikorkeakoulu 2017, 5, 7). Toiminnallisen osuuden tavoitteena oli toteuttaa käsityötä ja toiminnallisia harjoituksia hyödyntävä projektinomainen kokonaisuus, joka tukee ryhmäläisten voimaantumisen prosessia. Tutkimuksellisen osuuden tarkoituksena oli tuottaa tietoa siitä, miten käsityömenetelmin toteutettu omakuvan tekoprosessi kytkeytyy nuorten voimaantumiseen.

Opinnäytetyössämme toteutimme taiteellisen työskentelyn, jossa tarkasteltiin ja tutkittiin käsityömenetelmien ja omakuvan tekemisen merkityksiä. Kuten edellisissä luvuissa on kerrottu, käsityöllä, taidetyöskentelyllä ja omakuvan teolla on suuret mahdollisuudet toimia yksilöiden hyvinvoinnin ja voimaantumisen edistämisen tukena.

Käsitteiden määrittelyn ja taustateoriaan tutustumisen perusteella päätimme, että omakuvan tekeminen vaatii tekijältä itsetutkiskelua ja pohdintaa siitä, mitä hän haluaa teoksessaan kertoa itsestään. Opinnäytetyössämme olemme kiinnostuneita käsityönä toteutetun omakuvan tekemisen merkityksestä Taidepajan työkokeilijoiden voimaantumisen prosessin tukemisessa.

Useammassa käyttämässämme lähdekirjallisuudessa viitataan taiteen voimaan. Esimerkiksi taideterapiassa taiteen ajatellaan kehollisuuden, toiminnallisuuden ja aistikokemusten yhdistämisen mahdollistavan yhteyden non-verbaaliin tasoon ihmisessä (Hentinen 2007a, 23). Laaksovirran (2013, 42) mukaan Vick (2010) kirjoittaa, että taide heijastaa taiteilijan psyykeä kielellisen tason ”ohi tai yli”. Tulkitsimme tällä tarkoitettavan, että kuvalla

voi saada yhteyden tunteisiin, muistoihin ja aavistuksiin, joita voi olla vaikea tavoittaa kielellisin keinoin, sanoin. Laaksovirran (2013, 45) mukaan taiteen kautta päästään tietoon, joka on piilotettua tai tiedostamatonta, tai jopa jollain tavalla totuudellisempaa. Olemme kiinnostuneita siitä, voidaanko tällä taiteen voimalla ja omakuvatyöskentelyllä lisätä voimaantumisen kokemuksia.

5.2 Tutkimusongelma ja tutkimusote

Tutkimusongelmamme oli, miten käsityömenetelmin toteutettu omakuvan tekoprosessi kytkeytyy nuorten voimaantumiseen. Tätä pyrimme avaamaan tutkimalla sitä, millaisia voimaantumisen kokemuksia omakuvantekoprosessissa ilmeni.

Päätutkimuskysymyksemme oli, millaisia voimaantumisen kokemuksia käsityömenetelmin toteutettu omakuvaprosessi tuottaa. Tutkiaksemme tämänkaltaisen toiminnan tulevia soveltamismahdollisuuksia tarkastelimme myös sitä, millä tavoin voimaantumiseen tähtäviä käsityö- ja omakuvamenetelmiä tulee ohjata.

Opinnäytetyömme näkökulmaksi valitsimme laadullisen lähestymistavan, koska tutkimuksemme keskittyy tarkastelemaan nuorten kokemuksia. Myös narratiivisuuden näkökulmaa voi löytää erityisesti kirjoitelma-aineiston keruun ja käsittelyn vaiheissa.

Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka (2006a) mukailevat Töttöä (2004) ja nimitävät laadullisen tutkimuksen elementeiksi aiemmat aiheesta tehdyt tutkimukset ja muodostetut teoriat, empiiriset aineistot sekä tutkijan oman ajattelun ja päättelyn. Määrällinen tutkimus taas perustuu pääasiassa kerätystä aineistosta saatuihin mittaustuloksiin yhdistettynä tutkijan ajatteluun.

Edellä mainitut laadullisen tutkimuksen elementit näkyvät opinnäytetyösämme selkeästi. Aiemmista tutkimuksista korostuu erityisesti Siitosen (1999) voimaantumisteoria, empiiristä aineistoa ovat osallistujien kirjoitelmat sekä työskentelyn aikana tehdyt ohjaajien havainnot ja nämä on vedetty yhteen omaa ajattelua ja päättelyä käyttäen.

Yhtenä tämän opinnäytetyön tausta-ajatuksena on myös ajatus tiedon narratiivisuudesta. Narratiivisessa tutkimustavassa lähdetään liikkeelle siitä ajatuksesta, että ihminen kertoo tarinoita kaiken aikaa, ja kertominen kuuluu olennaisesti ihmisyyteen. Voidaan jopa sanoa tiedon ylipäätään olevan luonteeltaan tarinallista, kokoelma kertomuksia, jotka muokkautuvat sosiaalisessa kanssakäymisessä. Erityisesti inhimillinen kokemus voidaan nähdä tarinallisena, joka muokkautuu vuorovaikutuksessa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006b; Liikka 2003, 18).

Tutkimuksessa narratiivisuutta voidaan käyttää monin tavoin, ja sitä voidaan myös määritellä monella tapaa. Narratiivisuus voi tarkoittaa tarinoiden käyttämistä ymmärryksen lisäämisen välineenä tai sillä voidaan viitata lähestymistapaan, jossa kertomukset ovat keskeisiä ajattelun ja elämän jäsentämisen tapoja. Tutkimuksessa käytettyjen narratiivien voidaan edellyttää olevan muodoltaan tietynlaisia (rakenne, juoni), tai ne voivat olla hyvin vapaamuotoisia, joskin riittävän laajoja. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006b; Liikka 2003, 19).

Tässä tutkimuksessa narratiivisuus liittyy erityisesti keräämämme kirjoitelma-aineiston ominaisuuteen. Näemme kertomukset keinona oman elämän ja sen tapahtumien jäsentämisessä ja ymmärtämisessä. Keräämämme kertomukset tuottavat tietoa ja välittävät sitä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2015, 218).

5.3 Aineistonkeruumenetelmät

Tutkimuksen kirjoitelma-aineisto (N=10, liite 2) kerättiin työskentelyyn osallistuneilta taidepajalaisilta. Näissä teksteissä he tarkastelivat omaa taide työskentelyn prosessiaan esteettisen analyysin askelmien avulla. Projektin toteutukseen liittynyt havainnointi tuotti aineistoa, jossa kiinnitimme erityistä huomiota siihen, millä tavoin voimaantumisen prosessia voi ohjaajan näkökulmasta edistää. Havainnoinnilla myös täydennettiin kirjoitelmien tuottamaa aineistoa analyysin tulos- ja johtopäätösvaiheissa.

Pyysimme nuoria täyttämään toiminnan alussa alkukyselyn (liite 1), jossa kartoitimme nuorten kokemuksia ja toiveita työskentelylle. Lopussa nuoret vastasivat myös loppukyselyyn (liite 3). Loppukyselyn tuottamaa aineistoa ei voitu hyödyntää tutkimuksessa, sillä se tuhoutui opinnäytetyön tekijöistä johtumattomista syistä.

5.3.1 Kysely

Alkukyselyssä kartoitimme nuorten odotuksia, toiveita ja ehdotuksia projektiin ja tapaamisiin liittyen. Loppukyselyyn vastaaminen oli osa ryhmän päättämistä sekä mahdollisuus nuorille antaa työskentelyn puitteista palautetta.

Kysely tarkoittaa aineistonkeruun muotoa, jossa tietoa kerätään standardoidusti tietystä kohdejoukosta. Standardoituus tarkoittaa sitä, että samoja asioita kysytään kaikilta vastaajilta samalla tavalla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2015, 193.) Kyselylomakkeen laatimisessa on huomioitava lomakkeen laajuus, ulkoasu, kokonaisrakenne ja loogisuus, kysymyksenasettelu, vastausohjeet sekä vastaajien ominaisuudet ja luottamuksen herättäminen. (KvantiMOTV n.d.)

Kyselylomakkeen suunnittelussa on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, ettei kyselylomakkeesta tule liian laaja. Mikäli lomake on liian pitkä, vastushalukkuus laskee. Ulkoasun tulee olla selkeä, jotta kaikki kysymykset tulevat huomatuksi sekä vastaajan että tiedon tallentajan taholta. Kokonaisrakenteen pohtiminen on tärkeää, sillä vastaamista helpottaa olennaisesti looginen järjestys, jolloin samaan aiheeseen liittyvät kysymykset ovat lomakkeessa peräkkäin. Kysymyksenasettelua tarkastellaan sen perusteella, miten tarkasti kysymyksiin halutaan vastattavan. Hyvin yksityiskohtaista vastausta voi analysivaiheessa tiivistää, mutta ylimalkaiseen vastaukseen ei enää myöhemmässä vaiheessa voi lisätä mitään. (KvantiMOTV n.d.)

Vastausohjeet ovat myös tärkeitä, jotta kyselyyn vastaaminen olisi mahdollisimman vaivatonta. Vastaajien ominaisuuksien huomioiminen tarkoittaa sitä, että kysymykset ovat riittävän yksinkertaisia ja helpotajaisia, jotta vastaajat ymmärtäisivät kysymykset sekä ylipäättään että mahdollisimman samankaltaisesti. Luottamuksen herättäminen merkitsee sitä, ettei kyselyyn vastanneiden tarvitse huolehtia tietojensa ja vastaustensa väärinkäyttömahdollisuuksista. (KvantiMOTV n.d.) Kyselymme koostui ainoastaan avoimista kysymyksistä. Avoimet kysymykset antavat vastaajille mahdollisuuden kertoa omin sanoin, mitä hänellä on mielessään (Hirsjärvi ym. 2015, 201).

5.3.2 Havainnointi

Havainnoimme nuoria työskentelyn aikana, ja kiinnitimme erityisesti huomiota siihen, millä tavoin voimaantumiseen tähtäävää prosessia tulisi ohjata tavoitteisiin pääsemiseksi. Havainnoinnin merkitys korostui tässä näkökulmassa erityisesti siksi, että loppukyselyjen tarjoama aineisto ei ollut käytettävissä. Havainnointi antoi meille myös muuta tietoa ryhmäläisistä ja heidän toiminnastaan, joka on täydentänyt kirjoitelmista saatua aineistoa. Kävimme jokaisen ohjauskerran jälkeen keskustelua siitä, miten tapaaminen oli mennyt, missä koimme onnistuneemme ja missä olisi vielä kehitettävää.

Siinä missä kysely ja haastattelu kertovat siitä, mitä ihmiset ajattelevat, tuntevat ja uskovat, havainnoinnin avulla saadaan tietoa siitä, mitä todellisuudessa tapahtuu. Havainnointi ei kuitenkaan ole vain asioiden ja tapahtumien näkemistä, vaan systemaattista tarkkailua. Havainnoinnin tärkeimpänä etuna pidetään sitä, että sen avulla on mahdollista saada välitöntä ja suoraa tietoa kohderyhmän toiminnasta ja käyttäytymisestä. (Hirsjärvi ym. 2015, 212–213; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006c.)

Havainnoinnin suurimpana haittana pidetään sitä, että havainnoija saattaa häiritä tutkimustilannetta tai jopa vaikuttaa tilanteen kulkuun ja tapahtumiin. Haittana on pidetty myös sitä, että havainnoija saattaa kiinnittyä havainnoitavaan ryhmään tai tilanteeseen tunteen tasolla niin, että tutki-

muksen objektiivisuus kärsii. Joissain tilanteissa havaintojen ylöskirjaaminen täytyy jättää myöhemmäksi, jolloin tutkijan täytyy toimia muistinvaraisesti. Havainnointi on myös hyvin paljon aikaa vievä tutkimusmenetelmä. (Hirsjärvi ym. 2015, 213–214.)

Havainnoinnin lajien ääripäissä ovat hyvin systemaattinen ja tarkasti jäsenely tarkkailu sekä täysin vapaamuotoinen ja toimintaan mukautuva havainnointi. Havainnoinnin eri tapojen määrittelyyn vaikuttaa myös havainnoijan rooli: onko hän osa tarkkailtavaa ryhmää vai täysin ulkopuolinen. Puhutaan systemaattisesta tai osallistuvasta havainnoinnista. (Hirsjärvi ym. 2015, 214.)

Koska jaoimme osallistujien kanssa jossain määrin heidän prosessiaan ohjaamisen ja siihen kuuluvan myötäelämisen kautta, oli väistämätöntä, että havainnointimme oli luonteeltaan osallistuvaa. Osallistuvan havainnoinnin alalajeja on runsaasti, vaihdellen sen mukaan, miten kokonaisvaltaisesti tutkija osallistuu kohderyhmän toimintaan (Hirsjärvi ym. 2015, 216).

Työmme kohdalla voidaan puhua osallistumisen asteesta, jossa osallistuja toimii havainnoijana. Tällöin ryhmälle on alusta alkaen selvää, että ryhmässä on havaintojen tekijä. Havainnoija pyrkii rakentamaan kohdehenkilöihin hyvät suhteet, osallistuu ryhmän toimintaan, mutta tekee heille myös kysymyksiä. Havainnoinnin kohteena voivat olla määrättyt asiat ryhmän toiminnassa tai tavoitteena voi olla kokonaisvaltaisen kuvan rakentaminen tutkimushenkilöiden elämästä. Tätä havainnointimenetelmää käytettäessä on hyvä kiinnittää huomiota siihen, että tutkija erottaa toisistaan tekemänsä havainnot ja omat tulkintansa näistä tekemistään havainnoista. (Hirsjärvi ym. 2015, 217.)

Jotta voimme ohjaajina toimia mahdollisimman hyvin ryhmän tukena heidän sekä yhteisten että omien tavoitteidensa saavuttamisessa, tuli meidän pyrkiä saavuttamaan ryhmän ja sen jäsenten luottamus. Onkin huomioitava se, että samalla kun pyrimme luottamuksen ilmapiirin mahdollistamaan yhteyteen ryhmän kanssa, meidän täytyi havainnoinnin objektiivisuuden kannalta pyrkiä säilyttämään myös jonkinasteinen etäisyys. Tässä tukeuduimme sekä toisiimme että henkilökohtaiseen reflektointiin.

5.3.3 Kirjoitelmat

Tutkimuksemme pääaineistona käytimme ryhmäläisten kirjoitelmia, joiden ohjeistuksena (liite 2) sovelsimme Hentisen ja Wilhelmuksen sovelusta Paolo Knillin (2005) kehittämän esteettisen analyysin menetelmästä. Esteettisessä analyysissä reflektointi aloitetaan taidetyöskentelyn alueelta (mitä teoksessa on), josta vähitellen siirrytään omaan elämään ja arkeen (miten työskentely koettiin, mistä työ kertoo). Oman työskentelyn tarkastelu voi tuoda ymmärrystä omiin toimintatapoihin, nostaa esille työskentelyn yksityiskohtia ja vahvistaa taiteellista tekoa. Näin reflektointi etenee taidekokemuksen konkreettiselta tasolta tulkintaan. Analyysimenetelmän

neljä askelmaa ovat 1) työn pinta, eli mitä näet valmiissa työssä, mitä teit, mitä ilmaisun aikana tapahtui? 2) muodon antaminen, eli mitä tavoittelit, mihin pyrit? 3) tekemisen kokemus, eli mitä koit, mitä aistit, mitä tunsit? ja 4) merkityksen anto, eli mitä työ sanoo, millä tavalla se on tärkeä? (Hentinen 2007b, 164–169.)

Kirjoitelmien tarkoituksena oli tutkimusongelmamme mukaisesti antaa meille vastauksia siihen, miten käsityömenetelmin toteutettu omakuvan tekoprosessi kytkeytyi nuorten voimaantumiseen, eli millaisia voimaantumisen kokemuksia omakuvantekoprosessissa ilmeni. Pysimme osallistujia kirjoittamaan esteettisen analyysin neljään askelmaan pohjautuvan vapaa-muotoisen tekstin, jossa he tarkastelivat omakuvatyöskentelyn etene- mistä ja sen herättämiä tunteita ja ajatuksia.

5.4 Aineiston analyysi

Laadullisen tutkimuksen analyysivaiheen voidaan katsoa koostuvan kahdesta eri vaiheesta: havaintojen pelkistämisestä sekä arvoituksen ratkaisemisesta. Havaintojen pelkistämisen vaiheessa aineistoa tarkastellaan tietyistä teoreettisista näkökulmista, ja huomiota kiinnitetään vain teoreettisen viitekehyksen sekä tutkimusongelman kannalta olennaiseen. Seuraavaksi nämä olennaisiksi havaitut poiminnat yhdistetään. (Alasuutari 2011, 39–40.)

Arvoituksen ratkaisemisen vaiheesta voidaan puhua myös tulkinnan vaiheena. Tämä tarkoittaa merkitystulkinnan tekemistä tutkittavasta ilmiöstä saatujen tietojen perusteella. Tulkintavaiheesta voidaan puhua myös selittämisen vaiheena, johon kuuluu myös muihin tutkimuksiin ja taustateoriaan viittaamista. Laadullisessa tutkimuksessa käytetään usein myös yksittäisiä viittauksia aineistoon, kuten sitaatteja, jotka havainnollistavat tehtyä tulkintaa. (Alasuutari 2011, 44, 52.)

Sisällönanalyysiä voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä. Tähän analyysitapaan voidaan suhtautua joko yksittäisenä metodina tai laajempuna teoreettisena kehyksenä, joka liitetään erilaisiin analyysikonaisuuksiin. Mukailtu kuvaus Timo Laineen laadullisen tutkimuksen analyysin vaiheista mainitsee aloitusvaiheeksi siitä päättämisen, mikä kyseisessä aineistossa kiinnostaa. Tämän jälkeen aineisto käydään läpi ja ne asiat, jotka kiinnostavat, erotellaan ja merkitään. Seuraavaksi nämä asiat kerätään yhteen ja erilleen aineistosta. Seuraavassa vaiheessa kerätyt asiat luokitellaan, teemoitellaan tai tyyppitellään valitun tavan ja tutkimustehtävän mukaisesti. Lopuksi kirjoitetaan yhteenveto. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 93–94.)

Käytimme analyysitapana teorialähtöistä sisällönanalyysia. Kirjoitelmat olivat pääaineistomme, jota analysoimme. Teorialähtöisessä analyysissä aineisto luokitellaan teorian antamaan viitekehykseen. Tässä opinnäyte- työssä tarkastelimme tutkimustehtävän mukaisesti kirjoitelma-aineiston

suhdetta Siitosen voimaantumisteorian osaprosesseihin (Siitonen 1999, 109–158). Kirjoitelmien analyysi aloitettiin kirjoittamalla aineisto eli nuorten kirjoitelmat puhtaaksi yhteen tiedostoon. Tämän jälkeen aineistoa luettiin useaan otteeseen. Lukemisen jälkeen aineistosta ryhdyttiin poimimaan asioita Siitosen osaprosessien mukaisten alaotsikoiden alle. Tässä analyysin vaiheessa pyritään poimimaan aineistosta erityisen mielenkiintoisia kohtia ja sitaatteja, jotka jollain tapaa vastaavat tutkimusongelmaan ja -kysymyksiin (Eskola 2010, 193). Osaprosessit ovat päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset ja emotiot. Alaotsikoiden alle keräsimme pääasiassa kokonaisia lauseita.

Teemoittamisen jälkeen vuorossa oli analyysin syventäminen. Luimme poimimiamme tekstilainauksia suhteessa voimaantumisteorian osaprosesseihin ja pyrimme muodostamaan tulkintoja siitä, mitä nuoret kyseisestä teemasta sanoivat.

Tässä analyysin vaiheessa hyödynnettiin myös havainnoinnin tuottamaa aineistoa. Kävimme läpi havaintopäiväkirjojamme ja poimimme aineistosta sekä voimaantumisen osaprosesseihin että taideterapeuttiseen ja luovaan prosessiin liittyviä asioita. Taideterapeuttisen ja luovan prosessin teorioista ja vaiheista kerromme lisää luvuissa 6.2 ja 6.3.

6 OMAKUVAPROJEKTIN TOTEUTUS

Projektin suunnittelun lähtökohtina olivat omakohtaiset kokemukset käsityön ja taidetoiminnan hyvinvointia edistävästä vaikutuksesta. Pidimme tavoitteidemme saavuttamisen kannalta erityisen tärkeänä sitä, että nuoret osallistuisivat projektiin omasta halustaan ja että saisimme heidät innostumaan aiheesta sen sijaan, että tekisivät omakuvansa vain, koska projekti oli osa pajan toimintaa. Halusimme suunnitella projektin, joka olisi ehyt kokonaisuus ja kulkisi luontevasti prosessin eri vaiheesta toiseen.

Tutustuimme Ursula Hallaksen ja Sanni Sihvolan (n.d.) Omakuva N.Y.T. -ryhmämenetelmän luonnoskirjaan, joka kuvaa ehdotuksen taiteellisen kasvuryhmän prosessiksi. Luonnoskirjasta saimme paljon hyviä ideoita sekä siihen, miten rakentaa toimiva kokonaisuus, että siihen, millaisia harjoituksia voisimme pajalaisten kanssa kokeilla. Suunnitteluvaihe oli innostava ja valmisteluiden teko kävi vaivatta. Teimme suunnitelman riittävän tarkaksi, jotta saimme itsellemme mielenrauhan, sillä kummallakaan meistä ei ollut valtavasti ohjauskokemusta ennen projektia, mutta myös riittävän väljäksi, jotta voisimme reagoida nuorten toiveisiin sekä mahdollisiin yllättäviin tilanteisiin.

Omakuva projektin yksittäisten tapaamiskertojen sekä koko ohjauskokonaisuuden suunnittelussa otimme soveltavasti huomioon taideterapeutti-

sen työskentelyn sekä luovan prosessin vaiheet (ks. Luvut 6.2 ja 6.3). Molempien teorioiden vaiheet näkyivätkin sekä yksittäisillä kerroilla että projektikonaisuuden kaassa.

Tässä luvussa kerromme projektin käytännön toteutuksesta. Ensimmäisessä alaluvussa 6.1 kuvataan projektin työskentelyn etenemistä. Tämän jälkeen tarkastelemme luvuissa projektin toteutusta ja työskentelyn aikana kerättyjä havaintoja suhteessa taideterapeutukseen ja luovaan prosessiin.

6.1 Työskentely ja kuvaus projektitapaamisista

Ohjasimme helmi-huhtikuussa 2017 kahdeksan projektitapaamista, joita oli kerran viikossa. Kunkin tapaamiskerran kesto oli kaksi tuntia.

Suunnittelimme omakuvaprojektin kahdeksalle tapaamiskerralle rungon, josta hahmottui projektin kaari (liite 4). Runko muuttui ohjauskertojen alettua ja kuluessa, sillä oli tarkoituksenmukaista, että korjaamme ja tarkennamme ohjauskertojen sisältöjä ohjattavien tarpeiden ja toiveiden mukaiseksi. Kullakin tapaamiskerralla oli oma kokonaisuutta tukeva teemansa.

Ensimmäisen tapaamiskerran teema oli tutustuminen, lisäksi kerroimme projektista käytännön asioita sekä muuta tietoa ja aloitimme omakuvateosten suunnittelun. Toisen kerran teemana olivat värit. Kolmannella tapaamisella tunnustelimme kehoa ja tutkimme liikettä. Neljännellä kerralla mietimme vahvuuksia, ja viidennellä tapaamisella tehtiin retki taidemuseoon. Kuudes kokoontuminen keskittyi työskentelyyn ja teosten viimeistelyyn. Seitsemännellä kerralla oli omakuvateosnäyttelyn avajaiset, ja kahdeksannella projektin yhteenveto ja lopetus.

Toiminnan aikana annoimme nuorten määritellä prosessin keskeisenä käsitteenä olevan voimaantumisen itse ryhmässä keskustellen ja oman ymmärryksensä yhteiselle paperille kirjatun (liite 5). Tarkoituksena oli helpottaa oman kokemuksen jäsentelyä, kun ryhmässä jaettiin ymmärrys keskeisestä käsitteestä.

Lähes jokaisella tapaamiskerralla tehtiin aluksi lämmittelytehtävä, suunniteltiin ja työstettiin omakuvateosta ja lopetettiin yhdessä fiilisringillä. Käsi-työmenetelmänä käytimme luovaa ja soveltavaa askartelua. Omakuvatyöskentelyn alussa pyrimme rajaamaan käytettävät materiaalit lähinnä tekstiileihin ja pehmeisiin materiaaleihin, jotta nuoret pääsisivät työskentelyssään alkuun. Tarkoitus oli välttää ”runsaudenpulaa” ja mahdollistaa kohdennetumpi ohjaaminen rajatuilla materiaali- ja tekniikkavaihtoehdoilla. Nuoret halusivat kuitenkin käyttää teoksissaan myös muita kuin edellä mainittuja materiaaleja, ja annoimme tähän vapaat kädet. Koska työskentelyn tarkoituksena oli rakentaa omakuva, pidimme itselle sopivien materiaalien ja tekniikoiden vapaasti valitsemista erityisen tärkeänä.

Materiaalivalintoihin vaikuttivat nuorten oma kiinnostus ja tekniikoiden tuttuus ja lähestyttävyyys. Omakuvateoksissa käytettyjä materiaaleja olivat muun muassa rautalanka, kangas, lanka, paperi, peilin palat, napit sekä erilaiset arkiesineet, jotka löysivät teoksissa uusia merkityksiä. Emme rajoittaneet sitä, millä tavoin kukin valitsemiaan materiaaleja käsitteli ja yhdisteli, vaan niitä oli mahdollista vapaasti esimerkiksi ommella, neuloa, kutoa, virkata, solmia, kirjailla, huovuttaa, liimata, ripustaa, mytätä, repiä tai kie-toa. Kannustimme luovuuteen materiaalien yhdistelemisessä ilmaisul-liseksi kokonaisuudeksi.

Kuvia projektissa syntyneistä valmiista omakuvateoksista liitteenä (liite 6). Kuvista voi nähdä, että valmiit teokset olivat hyvin erilaisia keskenään ja erilaisia materiaaleja ja tekniikoita käytettiin sekä yhdisteltiin luovasti il-mentämään omaa kuvaa.

Lämmittelytehtävissä käytettiin kaksi- ja kolmiulotteisia materiaaleja, joi-den tarkoituksena oli sekä orientoida omakuvan tekoon että keventää tun-nelmaa. Lämmittelytehtävissä pyrittiin käyttämään yllättäviä materiaaleja ja tehtävänantoja, kuten omakuvan piirtäminen väärällä kädellä tai oma-kuvateoksen rakentaminen muovisista vaahtomuovipaloista ja cocktailti-kuista. Yllättävillä materiaaleilla pyrimme avaamaan ajattelua sekä mate-riaalien laajoihin mahdollisuuksiin että minäkuvan ja itsen näkemiseen eri-laisista näkökulmista.

Erikoisten ja haastavienkin materiaalien ja tehtävänantojen tarkoitus oli myös häivyttää ajatusta hyvästä ja huonosta tai onnistuneesta ja epäon-nistuneesta ja saada nuoret keskittymään tekemiseen ja oman itsen poh-timiseen. Pyysimme osallistujia säilyttämään lämmittelyharjoitukset aina-kin projektin ajan. Lämmittelypiirroksia ja -teoksia sai myös asettaa näyt-teille omakuvanäyttelyyn halutessaan.

6.2 Taideterapeuttisen prosessin soveltaminen

Seuraavaksi kuvaamme lyhyesti taideterapiatyöskentelyn etenemisvai-heitä Rankasen (2007, 92–97) mukaan ja kerromme, kuinka vaiheet näkyi-vät taideterapeuttistavoitteisessa omakuvaprojektissamme. Omakuvapro-jektiin osallistuvien nuorten taideterapeuttiset prosessit olivat keskenään erilaisia ja taideterapeuttisen prosessin liittämisessä omaan elämään oli havaittavissa syvyyseroja. Taideterapeuttisen työskentelyn vaiheet ovat aloitus, virittäytyminen, taidetyöskentely, jakaminen, liittäminen ja lope-tus.

Taideterapeuttisen työskentelyn aloitusvaiheessa ja tapaamisen alussa py-sähdytään tunnustelemaan oloa, senhetkisiä tunnelmia sekä yritetään luoda rauhallinen, keskusteleva ja turvallinen tunnelma (Rankanen 2007, 93). Omakuvatyöskentelyssä tämä tapahtui useimmiten asettumalla istu-

maan yhdessä pöydän ympärille. Pyrimme luomaan turvallisen tilan ottamalla nuoret huomioon, kysymällä kuulumisia ja jutustelemalla niitä näitä. Saatoimme keskustella nuorten mielessä olevista asioista hieman, mutta johdatimme ajatuksia tähän hetkeen, työn alla oleviin teoksiin ja tulevaan työskentelyyn.

Virittäytymisvaiheessa valmistaudutaan tulevaan luovaan työskentelyyn (Rankanen 2007, 93–94). Projektissamme virittäydyimme tekemällä lämmittelytehtävä, jossa piirrettiin tai askarrettiin nopea omakuva. Tehtävänannot oli suunniteltu niin, että materiaaliin tarttuminen olisi helppoa, tehtävät olivat leikkilisiä ja pyrkivät vähentämään itsekriittisyyttä, esimerkiksi omakuvan piirtäminen vasemmalla kädellä. Materiaaleja ja välineitä kannustettiin käyttämään yllättävästi tai epätyypillisesti, esimerkiksi sakilla leikkaamisen sijaan paperia kehoitettiin repimään. Tekijöitä kannustettiin tekemään luovia ratkaisuja aloitustehtävässä tulevaan työskentelyyn virittäytymiseksi.

Varsinaisessa taidetyöskentelyvaiheessa tapahtuu samaan aikaan sekä psyykkistä (sanatonta) että fyysistä ja aistillista työskentelyä (Rankanen 2007, 94–95). Omakuvaprojektissa tämä vaihe oli vapaata työskentelyä ja nuoret suunnittelivat ja tekivät omia töitään omassa tahdissaan. Ohjaajina kiertelimme tarpeen mukaan neuvomassa materiaalien kanssa ja pysähdyimme välillä keskustelemaan. Tämä vaati ohjaajalta herkkyyttä aistia kuka kaipaa apua ja kuka rauhaan jättämistä. Tässä vaiheessa pyrimme tukemaan kunkin prosessia tarpeen mukaan, mahdollistamaan työskentelyä sekä käytännön toteutuksen että mielen tasolla ja olemaan läsnä.

Jakamisvaiheessa teosta katsotaan ja sen merkityksiä mietitään, tutkitaan ja sanallistetaan. Työskentelyprosessin aikana mieleen nousseita asioita avataan itselle ja muille (Rankanen 2007, 95). Tämä vaihe meni projektissamme usein päällekkäin työskentelyvaiheen kanssa: työskentelyn aikana mieleen tulleista asioista keskusteltiin. Myös seuraavan vaiheen, liittämisen, piirteitä havaittiin usein työskentelyvaiheen ja jakamisen kanssa. Työskennellessä syntyi usein hyviä keskusteluita vaikeistakin aiheista, esimerkiksi elämän tarkoituksesta.

Taideterapiatyöskentelyn liittämisvaiheessa luovan prosessin ja sen jakamisen aikana koettu pyritään ymmärtämään ja liittämään tietoisella tasolla omaan elämään ja arkitodellisuuteen (Rankanen 2007, 96–97). Osa pajalaisista liitti prosessin omaan elämäänsä voimakkaammin kuin toiset. Lopukirjoitelmien teksteissä kävi ilmi esimerkiksi, että tekijä oli joko tietoisesti tai tiedostamattaan liittännyt teokseensa (ks. kuvat omakuvateoksista, liite 6) itselleen tärkeitä asioita tai arvoja edustavia symboleja. Tällaisia olivat esimerkiksi lempivärien käyttö, vapautta symboloiva linnun kuva, tärkeän harrastuksen symbolit tai jopa omat hiukset liimattuna omakuvateoksen päähän. Joistain omakuvista muotoutui hahmoja, tekijänsä kuvia. Omakuva saattoi olla myös niin sanottu voimaeläin. Omakuvatyöskentelyn

taideterapeuttisen prosessin liittämistä vaihetta käytiin läpi projektin viimeisillä tapaamiskerroilla, mutta se saattoi jatkua nuorilla vielä projektin tapaamisten loppumisen jälkeenkin.

Taideterapiatyöskentelyn lopetusvaiheessa pohditaan, onko oma näkökulma tai olotila muuttunut verrattuna aloitustilanteeseen. Prosessin vaiheita voidaan muistella ja voidaan tutkia miten opittuja/havaittuja asioita voidaan jatkossa siirtää elämään (Rankanen 2007, 92–97). Tätä vaihetta käytiin läpi varsinkin toiseksi viimeisellä tapaamiskerralla, kun teoksia viimeisteltiin, sekä viimeisellä kerralla, kun oli projektin päätöskerta. Jotkut miettivät omakuvateoksensa nimeämistä tarkkaan ja pohtivat ehkä samalla teoksen merkitystä ja sanomaa itselleen sekä yleisölle. Avajaisissa kutakin nuorta kehoitettiin kertomaan vapaasti teoksestaan ja kertomaan ajatuksia tekoprosessista ja valmiista teoksestaan. Koska olimme vieraita ohjaajia, emme tiedä keskusteltiin omakuvaprojektista sen päätyttyä. Muistona jokaisella projektillisella on kuitenkin fyysinen omakuva, jonka avulla voi muistella prosessia.

6.3 Luovan prosessin soveltaminen

Seuraavaksi kerromme luovan prosessin vaiheista Rankasen (2007, 91–92) mukaan. Luova prosessi tapahtuu samanaikaisesti ja limittäin aiemmassa alaluvussa (6.2) esitellyn taideterapeuttisen prosessin kanssa. Kerromme myös omia ammattiopintoihimme pohjautuvia ajatuksia siitä, kuinka ohjaajina tuimme asiakkaiden luovaa prosessia kussakin vaiheessa. Luova prosessi etenee aina yksilöllisesti ja vaiheet vuorottelevat, vaihtelevat ja limittyvät päällekkäin, eikä niitä voi aina erottaa toisistaan. Jotta taidetyöskentelyn mielikuvakokemus saadaan liitettyä arkielämän todellisuuteen, on luovan prosessin kaikki vaiheet käytävä läpi. Luovan prosessin vaiheet ovat valmistautumisvaihe, hautomisvaihe, oivallusvaihe, arviointivaihe ja päätösvaihe.

Luovan prosessin valmistautumisvaiheessa herätellään uteliaisuutta ja herkistytään erilaisille tehtävänannon herättämille tunteille. Tässä vaiheessa ohjaajan on annettava asiakkaalle riittävästi aikaa ja tukea esiin nousevien tunteiden ja ajatusten prosessointiin (Rankanen 2007, 91–92). Otimme tämän ohjauksessa huomioon antamalla valmistautumisvaiheelle aikaa, kävimme rauhassa läpi omakuvan suunnittelun ohjeita ja annoimme tilaa kysymyksille ja keskustelulle. Valmistautumisvaiheeseen liittyi myös tutustumista ja asiakkaiden erilaisten työskentelytapojen ja ohjaustarpeiden tunnistelua. Nuorten yhteisestä toiveesta kuuntelimme ohjauskerroilla musiikkia.

Rankasen (2007, 91) mukaan ohjaamisessa itsekriittisyyden vähentäminen sekä leikkilisen ja kokeilemisen kannustavan ilmapiirin luominen on työskentelyn alkuvaiheessa tärkeää. Tätä tuettiin luomalla rauhallista (turvallista) ja innostavaa (aktiiviseen luovuuteen kannustavaa) ilmapiiriä lämmittelevällä ja keskustelulla. Pyrimme ohjaajina pitämään yllä ryhmän

yhteistä omakuvien suunnittelemiseen liittyvää keskustelua ja tarvittaessa ohjaamaan keskustelua muista puheenaiheista takaisin omakuviin.

Hautomisvaiheessa mielessä muodostuu ideoita ja yhteyksiä, vaikka varsinaista toimintaa ei välttämättä vielä tapahdu. Ohjaajalta ja ohjattavalta vaaditaan kärsivällisyyttä antaa aikaa käynnistyneille prosesseille (Rankanen 2007, 91). Nuorten työskentelytavat ja prosessit olivat hyvin erilaisia temmoltaan. Osalla hautomisvaihe oli todella lyhyt, osalla se kesti useita ohjauksetoimia. Jotkut ohjattavat ilmaisivat sanallisesti huolensa siitä, onko heidän työtahtinsa liian hidas ja rohkaisimme kutakin etenemään itselleen hyvältä tuntuvaan tahtiin, mutta silti myös tekemään rohkeita intuitiivisia ratkaisuja. Olimme ohjaajina nuorten omaan kuvaan syntyvät vilsimmätkin ideat ja ajatukset vakavasti ja pyrimme auttamaan heitä siirtämään omaa itseä kuvaavat ideat käsityömateriaaleihin. Kannustimme nuoria poimimaan laajan käytettävissä olevan materiaalin kirjosta aineksia, jotka puhuttelivat heitä.

Eräessä loppukirjoittelussa omakuvan tekijä kertoi, että aloitti työskentelyn kokoamalla yhteen kaiken materiaalin, mikä näyttää häneltä. Näin alkoi usean projektillaisen omakuvantekoprosessi. Rankasen (2007, 91) mukaan hautomisvaiheessa tulee varoa vaatimasta ideoiden analysointia ja merkitysten etsimistä liian varhain, jotta luova prosessi saa edetä ja syventyä painollaan. Tässä vaiheessa ideoita ei lähdetty vielä analysoimaan, vaan erilaisten ideoiden annettiin tulla ja kehittyä.

Oivallusvaiheessa aiemmin irralliselta tuntuneet ideat tai osat muodostavat merkityksellisen kokonaisuuden. Tunteiden osuva ilmaisu voi ilmetä puhdistavana ja vapauttavana kokemuksena. Tässä vaiheessa ohjaajan on rohkaistava taidetyöskentelijää kohtaamaan ja ilmaisemaan todellista omaa itseään ja tuettava kohtaamaan ja käsittelemään esiin nousevia ongelmia (Rankanen 2007, 91–92). Varsinkin tässä vaiheessa yritimme rohkaista nuoria pohtimaan ideoidensa ja ratkaisuidensa syvempiä merkityksiä. Teimme tämän esittämällä kysymyksiä kuten ”mitä tämä kuvaa?” ja ”miksi valitsit juuri tämän materiaalin?” ja ”mitä yrität tällä viestittää?”. Kysymyksiä esitettäessä tehtiin selväksi, että ohjaajat eivät välttämättä odottaneet nuorelta vastauksia, vaan kysymykset toimivat omakuvaprosessissa ajattelun herättäjinä. Teimme kuitenkin myös selväksi, että keskustelu olisi sen tullessa tervetullutta.

Työskentelyn lomassa käytiin kahdenkeskisiä (nuori-nuori sekä ohjaaja-nuori), pienryhmien ja koko ryhmän välisiä syvällisiäkin omaan kuvaan liittyviä keskusteluja. Tässä oivallusvaiheessa kerättiin yhteen ja tutkittiin nuorten työhönsä valitsemaa käsityömateriaaleja, ja mietimme niiden konkreettista yhdistelemistä kokonaisuudeksi sekä muotoilun teknisiä mahdollisuuksia.

Arviointivaiheessa tekijä työstää teostaan, arvioi ratkaisujaan ja valitsee edelleen työstettävät ideat. Teosta peilataan omaan tunne- ja ajatusmaailmaan ja liitetään taidetyöskentely todellisuuteen ja omiin toimintatapoihin (Rankanen 2007, 92). Tässä vaiheessa teoksen muoto eli eri materiaalien yhdistelytavat eri tekniikoin merkitykselliseksi kokonaisuudeksi selkeni tekijälle, vaikka joskus työstäminen oli myös intuitiivista, joidenkin tekijöiden omien sanojen mukaan sattumanvaraista tai kuten eräässä loppukirjoittelussa kerrottiin, ”tapahtui itsestään”.

Käsityötä tehdessä teoksia pohdittiin ja tarkasteltiin, ja teokseen liitettiin symboleja itsestä, omista harrastuksista tai arvoista. Joistain omakuvateoksista alkoi muodostua hahmoja, joilla on tarina. Rankasen (2007, 92) mukaan tässä työskentelyn vaiheessa ohjaaja tukee ja kannustaa liittämään taidetyöskentelyssä heränneet tunteet, ajatukset ja mahdolliset oivallukset sisäiseen ja ulkoiseen todellisuuteen. Jotkut eivät avanneet työskentelyn prosessiaan ohjaajille ja muille ryhmäläisille juuri ollenkaan, kun taas toiset keskustelivat omakuvansa liittämistä ajatuksista ja tunteista avoimemmin mielellään. Tämä kertoo tekijöiden ja työskentelyprosessien erilaisuudesta.

Päätösvaiheessa taidetyöskentelyn prosessi saatetaan loppuun. Onnistuneen työskentelyn jälkeen voi olla tunne lisääntyneestä ymmärryksestä ja eheytymisestä (Rankanen 2007, 92). Omakuvateoksia kannustettiin tarkastelemaan ja pohtimaan merkityksiä ja puhumaan niistä. Kaikilla päätösvaiheen prosessi oli hieman erilainen. Tässä omakuvaprojektissa saamiemme kokemusten ja tekemiemme havaintojen mukaan omakuvan tekeminen on henkilökohtainen, joskus vaikea ja raskas prosessi, johon ryhtymiseen tarvitaan rohkeutta ja luottamusta. Kaikki projektiin osallistujat saivat omanlaisensa omakuvateoksen valmiiksi. Omakuvatyöskentelyn ohjaaja voi auttaa liittämään taidetyöskentelyn kokemuksia arkielämän todellisuuteen tukemalla taidetyöskentelyn prosessin eri vaiheiden ja niihin liittyneiden tunteiden ja ajatusten muistelemista eli havainnoimaan ja arvioimaan koko prosessia.

7 ANALYYSIN TULOKSET

Tässä luvussa esittelemme kirjoitelma-aineiston analyysin tulokset. Tulokset esitellään teemoiteltuna Siitosen (1999) voimaantumisteorian osaprosessien mukaan. Kategorioita ovat päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset sekä emootiot (ks. luku 4.5). Analyysia on osin rikastettu havaintojen tuottamaa aineistoa hyödyntäen.

Tuloksista käy ilmi tutkimusongelmamme mukaisesti, miten käsityömenetelmin toteutettu omakuvaprosessi kytkeytyy nuorten voimaantumiseen. Johtopäätöksissä perehdymme myös siihen, millä tavoin voimaantumiseen tähtääviä käsityö- ja omakuvamenetelmiä tulisi mahdollisesti ohjata.

Tulosten osana olevia sitaatteja ei ole henkilöity, sillä näin haluttiin varmistaa vastaajien anonymiteetti.

7.1 Päämäärät

Päämäärillä tarkoitetaan tulevaisuuteen suuntautuvia unelmia ja konkreettisia tavoitteita. Ne voivat olla sisäiseen tai yksilö-ympäristö -suhteen seurauksiin tähtääviä. Voimaantumisen kannalta on tärkeää, että tavoitteet ovat henkilön itse asettamia, ja että hän saa pyrkiä niitä kohti omien toiveidensa ja halujensa mukaisesti. Päämäärä-kategoriaan kuuluvat toivotut tulevaisuuden tilat, jonka alla ovat henkilökohtaisten päämäärien asettaminen, halu ymmärtämiseen, halu menestyä sekä osallistuminen yhteisten päämäärien asettamiseen. Toisena alakohtana on vapaus, joka kattaa valinnanvapauden, vapaaehtoisuuden, itsemääräämisen ja autonomisuuden. Viimeisenä ovat arvot. (Siitonen 1999, 119–129.)

Nuorten päämääräsuuntautuneisuus oli vaihtelevaa. Osalla oli heti selkeä idea ja visio siitä, millainen omakuvasta tulisi ja mitä materiaaleja siihen käytettäisiin. Toiset pyörittivät omakuva-ajatusta tovin ennen kuin ryhtyivät työhön. Jotkut aloittivat suoraan tekemisen, ja visio muotoutui hiljalleen työn edetessä. Omassa tahdissa ja omalla tavalla työskentely vaikutti erityisen merkittävältä päämäärän löytymisen ja siihen pyrkimiseen motivoitumisen kannalta.

Idea syntyi heti ensimmäisellä kerralla.

Halusin teokseni muistuttavan jollakin tapaa ihmistä. Halusin että joka materiaalilla ja värillä on jokin merkitys minulle.

siinä ei alun perin ollut mitään ideaa vaan työn tekeminen ohjasi aina vaihe kerrallaan ja valmis työ oli siinä.

Jossain vaiheessa kun sain ajatuksen siitä, mitä haluaisin tehdä, myös suhtautuminen työhön muuttui. Se vain vaati oman aikansa.

mikä tuntui tärkeältä? omaantahtiin työskentely

7.2 Kykyuskomukset

Kykyuskomuksilla tarkoitetaan nimensä mukaisesti ihmisen uskoa omiin kykyihinsä. Näiden uskomusten perusteella arvioidaan mahdollisuuksia saavuttaa asetettu päämäärä. Kykyuskomukseen kuuluu minäkäsitys, joka kattaa minäkuvan, itsetunnon ja identiteetin. Muita osa-alueita ovat itseluottamus ja itsearvostus, tehokkuususkomukset ja itsesääteley sekä vastuu. (Siitonen 1999, 129–142.)

Nuorten työskentelyä seuratessa oli havaittavissa, että heillä oli vahva käsitys itsestään, kyvyistään ja mieltymyksistään. Omakuvan suunnittelua ja työstämistä ohjasivat käsitykset omista kyvyistä ja kiinnostuksen kohteista. Osa halusi tiedostaen haastaa itseään, vaikka kokonaan uuden tekniikan opettelu omakuvaprojektia varten ei juuri saanut kannatusta. Useimmat nuoret yhdistelivät ennestään tuttuja tekniikoita ja materiaaleja itselleen sopivilta tuntuvilla tavoilla. Itsenäisten päätösten tekeminen ja omannäköisen lopputuloksen tavoittelu korostuivat vastauksissa. Itsesäätelytaidoista, sitoutumisesta prosessiin ja vastuuntunnosta kertoi se, että monet kertoivat prosessin alun olleen haastava, mutta jokainen teki työn loppuun ja asetti esille näyttelyyn.

Turhautti, koska en ole hyvä tekemään mitään askartelujuttuja, ja päätin tehdä homman mahd. yksinkertaisesti.

Päälimmäisin pyrkimykseni työssä oli poistua omalta mukavuusalueelta ja ylittää itseni.

Työstä tuli luontoa kuvaava, sillä se ehkä kertoo minusta kuitenkin enemmän, kuin jonkinlainen tarkempaan muotoon työstetty työ.

Valmis työni toimii omakuvana monella tasolla, heijastaen muuttuneen tavoitteen ja materiaalien vaihdon kautta omaa joustavuutta ja lopullisessa rujoudessaan henkilökohtaista huumorintajua sekä itseironiaa.

Halusin että joka materiaalilla ja värillä on jokin merkitys minulle.

7.3 Kontekstiuskomukset

Kontekstiuskomukset liittyvät arviointiin siitä, onko toimintaympäristö vastaanottavainen ja tehokkaan toiminnan ja päämääriin pääsyn mahdollistava. Kontekstiuskomuksiin liittyvät hyväksyntä, jonka sisältää tervetulleeksi kokemisen, arvostuksen, luottamuksen ja kunnioituksen sekä ilmaisiin, jonka tulee olla turvallinen, avoin, ennakkoluuloton, rohkaiseva ja tukeva. Kontekstiuskomuksiin kuuluvat myös toimintavapaus sisältäen oman kontrollin, autenttisuuden sekä yhteistoiminnan, kollegiaalisuuden ja tasa-arvoisuuden. (Siitonen 1999, 142–151.)

Kirjoitelman kirjoittamista ohjanneet esteettisen analyysin kysymykset keskittyivät pääasiassa oman henkilökohtaisen prosessin ja työn tekemisen analysointiin toimintaympäristöön liittyvän pohdinnan jäädessä vähemmälle. Tästä johtuen emme saaneet kirjoitelmista kovin paljon tietoa kontekstiuskomusten osaprosessiin liittyen. Ryhmän jäsenten kanssa tutustuminen ja keskustelut olivat monelle prosessin etenemisen kannalta

tärkeitä. Myös ohjaajien tuella oli merkitystä. Yhdessä tekeminen ja mahdollisuus päättää kenen seurassa työskentelee tai kuinka paljon ja millaista ohjausta saa ohjaajilta, oli tärkeää.

Eteenpäin työnteossa auttoi työkavereiden tsemppi ja ohjaajien iloinen asenne ja apu.

Lähennyin myös ryhmäläisteni kanssa ja uskon tuntevani heidät nyt paremmin.

7.4 Emootiot

Tunteiden avulla arvioidaan, onko asetettuihin tavoitteisiin mahdollista päästä. Erityisesti toimintaympäristöä ja sen ominaisuuksia tarkastellaan tunneperäisesti. Voimaantumisteorian emootioihin luetaan säätelevä ja energisoiva toiminta, positiivinen lataus pitäen sisällään innostuneisuuden, toiveikkaus, onnistuminen ja epäonnistuminen sekä eettisyys, joka voimaantumisen kontekstissa merkitsee erityisesti ihmisen äänen kuulamista eli mahdollisuutta ilmaista itseään turvallisesti ja rakentavasti. (Siitonen 1999, 151–157.)

Omakuvaprojekti sai aikaan onnistumisen kokemuksia, osalla haasteiden kautta. Jopa flow-kokemuksista kerrottiin. Materiaaleja, työtapoja ja aiheita omiin töihin etsittiin intuitiivisesti, tunnustelemalla, mikä tuntui itsestä hyvältä ja sopivalta.

Alku oli haasteellinen ja asenne ”ei kiinnosta”. Kuitenkin kun lähdin suunnittelemaan työtä, löytyi oma juttu.

Loppujen lopuksi työskentely oli kaikkien mutkien kautta oikein mukavaa.

mitä koit, mitä aistit? Heittäytymistä, keskittymistä.

Rautalanka tuntui itsestä hyvältä, mielenkiintoiselta ja helposti lähestyttävältä ja -työstettävältä materiaaalilta.

Tuntui luonnolliselta käyttää itselle tärkeitä asioita omakuvan työstämiseen.

Valitsinkin työhöni lempivärejä ja kädessä mukavalta tuntuvia materiaaleja.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa esittelemme opinnäytetyömme johtopäätökset. Aloitamme tarkastelemalla sitä, millaisia kokemuksia nuorilla oli projektista ja miten nämä kokemukset liittyivät voimaantumiseen. Johtopäätökset seuraavat tulosten mukaista Siitosen (1999) voimaantumisteorian osaprosessijaotteleua (päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset sekä emootiot).

Seuraavaksi käymme läpi tämänkaltaisen projektin ohjaamiseen liittyviä johtopäätöksiä. Tässä alaluvussa kerromme kuinka tällaista käsityönä toteutettavaa omakuvaprojektia kannattaa tässä projektissa tekemiemme havaintojen mukaan suunnitella ja ohjata, ja mitä materiaaleihin ja tekniikoihin liittyen tulisi huomioida. Näin syvennämme kuvauksia projektin työskentelystä (luku 6.1), taideterapeuttisen prosessin (luku 6.2) soveltamisesta taideterapeuttistavoitteisesti sekä luovasta prosessista (luku 6.3).

Tämän opinnäytetyön perusteella omakuvan tekeminen käsityönä antaa mahdollisuuksia voimaantumiseen. Kirjoitelmien ja työskentelyn aikana tehdyn havainnoinnin perusteella voidaan eritellä joitain asioita, jotka erityisesti nousivat prosessissa esille.

8.1 Voimaantumiseen liittyvät kokemukset

Päämäärän asettamiselle ja sen saavuttamiseen motivoitumiselle oli erittäin tärkeää, että tavoitteet olivat henkilön itse asettamia ja hän sai pyrkiä niitä kohti omien toiveidensa ja halujensa mukaisesti. Voimaantumisen kannalta nähtiin olennaiseksi, että työstä tulee omanlainen ja se tehdään omalla tavalla ja omaan tahtiin. Siitosen (1999, 117–118) voimaantumisteoriassa määritelläänkin voimaantumisen prosessin olevan yhteydessä ihmisen omaan haluun, omien päämäärien asettamiseen, luottamukseen omiin mahdollisuuksiinsa sekä näkemykseen itsestään ja omasta tehokkuudestaan, ja keskeistä voimaantumiselle on se, että toista ihmistä ei voi voimaannuttaa.

Käsityömenetelmin toteutetussa omakuvaprosessissa on väistämättä pohdittava, millä tavalla omakuvaansa haluaa lähestyä ja käsitellä. Valintoja on tehtävä tekniikoiden ja materiaalien sekä työskentelytavan suhteen. Projektissamme ilmeni monenlaisia tapoja löytää oma näkökulma. Osa tarttui heti kutsuvilta tuntuviin materiaaleihin, kun taas osa pohti poissulkutekniikan kautta tekniikoita tai materiaaleja, joita ei ainakaan halunnut hyödyntää. Toiset ryhtyivät suoraan työhön ja tekeminen kulki virtaviivaisesti vaiheesta toiseen kuin itsestään.

Pajalaisten prosessi saattoi myös kulkea usean eri suunnitelman ja työskentelyn kautta lopulta yksinkertaiseen lopputulokseen. Suunniteltuja, mutta lopullisessa teoksessa käyttämättä jääneitä tekniikoita olivat vesi-

väri, valokuvaaminen, installaatio, äänimaisema, laulu (säveltäminen ja sanoittaminen), paperilapuille kirjoitetut viestit/ajatukset sekä performanssi. Tässä käy hyvin ilmi prosessin tärkeys: pelkkää teosta katsoessa voi nähdä vain murto-osan siitä, mitä työskentelyn aikana tapahtui. Tästä mainittiin myös yhdessä kirjoitelmassa, jossa tekijä sanoi ”valmis työni toimii omakuvana monella tasolla, heijastaen muuttuneen tavoitteen ja materiaalien vaihdon kautta omaa joustavuutta” - teoksen lisäksi myös prosessi oli tekijänsä näköinen.

Konkreettinen käsityömateriaalien ja -tekniikoiden käyttäminen ei ollut monellekaan ominainen tapa ilmaista itseään. Käsityö käsitteenä oli osallistujille toki tuttu, mutta se nähtiin melko suppeana valikoimana tekniikoita. Osalla myös liittyi käsityöhön huonoja muistoja aikaisempien kokemusten perusteella. Uudenlaisella työtavalla on hyvät mahdollisuudet auttaa tunnistamaan omia mieltymyksiä, vahvuuksia, kehittämisen kohteita ja voimavaroja, sillä uuden ja oudon edessä on pakko miettiä omaa suhtautumistaan käsillä olevaan. Tällainen pohdinta, joka voi olla hyvin intuitiivistakin, kehittää omalta osaltaan itsetuntemusta. Hyvä itsetuntemus johtaa realistisempien tavoitteiden asettamiseen, jolloin onnistuminen on todennäköisempää, ja onnistuminen taas vahvistaa itseluottamusta.

Kontekstin saattoi päätellä olleen työskentelyn mahdollistava, sillä kaikki osallistujat saivat teoksensa valmiiksi ja halusivat laittaa sen esille näyttelyyn. Voimaantumista tukeva ympäristö on Siitosen (1999, 142–151) mukaan hyväksyvä, arvostava, luottamuksellinen ja kunnioittava, ja siellä vallitseva ilmapiiri on turvallinen, avoin, ennakkoluuloton, rohkaiseva ja tukeva. Kontekstiin vaikuttaa myös toimintavapaus, autenttisuus, yhteistointa, kollegiaalisuus sekä tasa-arvoisuus (Siitonen 1999, 142–151). Ympäristöön vaikutti meidän toimintamme lisäksi suuresti osallistujien keskinäinen vuorovaikutus ja ryhmäytyminen. Vietimme nuorten kanssa vain kaksi tuntia viikossa, kun he työskentelivät yhdessä kuusi tuntia päivässä viitenä päivänä viikossa. Omalta osaltamme pyrimme kuitenkin saamaan kontekstista voimaantumista tukevan. Pyrimme huomioimaan osallistujien erilaiset halut ja tarpeet ympäristön suhteen. Osa oli myös oma-aloitteisia ja siirtyi esimerkiksi käytävään työskentelemään halutessaan omaa tilaa.

Voimaantumisen emootioiden osaprosessiin liittyy mahdollisuus ilmaista itseään turvallisesti ja rakentavasti (Siitonen 1999, 151–157). Materiaali- ja tekniikkavalinnoilla henkilö teki itseään näkyväksi sekä itselleen että muille. Käsityöomakuvaan liitettiin persoonallisuuden piirteitä ja itselle tärkeiden asioiden ja arvojen symboleita. Omakuvan tekeminen toimi työkaluna näkyväksi tulemisessa. Omalla teoksella kerrottiin siitä, millä tavoin itse näkee itsensä, mutta myös siitä, millä tavoin koetaan muiden näkevän itsensä. Nähdyksi tuleminen omana itsenään on tärkeää voimaantumisen ja hyvinvoinnin kannalta. Nähdyksi tulemisesta saatu hyväksyntä ja positiivinen palaute vahvistavat voimaantumisen prosessia.

Omakuvatyöskentelyn voi tehdä haastavaksi itsensä tarkastelemisen, tutkimisen ja työstämisen tuntuminen raskaalta. Yhdessä kirjoitelmassa mainittiin, että projektin aloittaminen tuntui erittäin hankalalta ja omakuva aiheena haastavalta, mikä herätti alussa paljon vastustuksen tunteita työskentelyä kohtaan. Hankalien tunteiden käsittely on kuitenkin terapeuttis-tavoitteisen työskentelyn yksi tavoite. Ohjaajalta vaaditaan ammattitaitoa luoda turvallinen tila, jossa kohdata hankalaltakin tuntuvia asioita. Haastavien asioiden käsittely ja työskentelyn jatkaminen voivat saada aikaan onnistumisen tunteita, joka osaltaan edesauttaa voimaantumista.

8.2 Voimaantumiseen tähtäävän projektin ohjaaminen

Voimaantumiseen tähtäävää omakuvaprojektia suunnitellessa on hyvä huomioida osallistujien erilaiset tavat työskennellä ja työstää omaa prosessiaan. Tässä projektissa huomattiin, että nuorten omakuvaproessit, työskentelytavat ja siten myös voimaantumisen prosessit olivat hyvin erilaisia keskenään. Erilaiset suhtautumisen tavat tehtävänantoa, suunnittelua ja työntekoa kohtaan tuleekin huomioida voimaantumisen mahdollistavien olosuhteiden luomiseksi. Kuten edellä kävi ilmi, voimaantumisen kannalta huomattiin hyvin olennaiseksi, että osallistuja saa toteuttaa teoksen itselleen sopivimmalta tuntuvalta tavalla. Useimmissa ryhmissä on monenlaisia jäseniä. Ohjaajilla tulee olla taitoja huomioida kunkin tarpeet ja vastata niihin riittävällä tavalla. Asiasta voi myös keskustella avoimesti, mutta herkkyyttä tarvitaan löytämään ne hetket, jolloin tukea tarvitaan enemmän ja ne, jolloin tarvitaan omaa tilaa.

Ennen omakuvaprojektin ohjauksia tekemämme suunnitelmat projektin sisällöstä sekä käytettävistä materiaaleista ja tekniikoista muuttuivat ohjausten alettua ja kuluessa. Kyky joustavasti muuttaa suunnitelmia ohjauskertojen käytäntöihin ja ohjattavien tarpeisiin sopivaksi nähtiin tärkeäksi prosessin muotoutumiselle ryhmän näköiseksi. Suunnitelma on tarpeen olla olemassa, mutta siihen kirjattuihin asioihin ei kannata takertua. Jokaisen osallistujan prosessi on omanlaisensa ja sille tulee antaa riittävästi liikkumatilaa. Yksilöiden lisäksi myös ryhmän muotoutumisen prosessi on hyvä huomioida, jotta suunnitelmiin voidaan tarvittaessa tehdä muutoksia ryhmästä nousseita tarpeita vastaamaan.

Olimme omakuvateosten suunnittelun alusta asti painottaneet, että omakuvateosten tekemisessä ei ollut olennaista käsityötekniikoiden taitava hallinta, vaan kannustimme käyttämään materiaaleja ja tekniikoita kukin omalla tavallaan haluttuun lopputulokseen pääsemiseksi. Ennen ohjausten alkamista olimme kaavailleet, että omakuvateoksissa käytettäisiin pehmeitä materiaaleja ja tekstiilejä. Teimme tämän rajauksen, koska ajattelimme rajauksen estävän ”runsaudenpulaa” ja tekijöiden olisi helpompi valita vähemmistä vaihtoehdoista.

Ohjaukset alkaessa suunnitella teoksiaan tuli kuitenkin selväksi, että teoksiin käytettäisiin muitakin materiaaleja ja tekniikoita ja osaa kaavailemistamme ei käytettäisi ollenkaan. Tämä oli hieman odottamatonta, mutta koska omakuvaprojektissa oli tavoitteena tehdä nimenomaan omannäköinen käsityöteos, annoimme tekijöille vapaat kädet materiaalien ja tekniikoiden valinnassa. Tämä olikin hyvä päätös, joka varmistti, että teoksista tuli tekijöidensä näköisiä. Eräässä kirjoitelmassa kerrottiin työskentelyn alkaneen sillä ajatuksella, että hän kokoaa siihen kaiken, minkä koki ”näyttävän” häneltä.

Materiaalien ja tekniikoiden valinnassa huomasimme myös, että käyttöön valikoitui jollain tapaa helposti lähestyttäviä tai tekijälle jo tuttuja tekniikoita ja materiaaleja. Uuden opetteleminen tai kokeileminen ei tuntunut houkuttavan osallistujia. Omakuvan tekemisen henkilökohtainen ja keskittymistä vaativa luonne voi vaikuttaa siihen, että käytettävät materiaalit ja tekniikat valikoituvat ”oman” ja jo tutun mukaiseksi, sen sijaan että opetelisi uutta ja aiemmin tuntematonta kuvaamaan itseään. Suosituimmiksi omakuvateoksien materiaaleiksi valikoituivat esineet (uuteen käyttöön kierrättäminen ja tuunaus), kangas, rautalanka, akryylimaalit, vaatteet (uuteen käyttöön kierrättäminen ja tuunaus) sekä lanka. Tekniikoista suosituimpia olivat maalaaminen, liimaaminen, ompeleminen, langalla sitominen, kankaalla päällystäminen ja rypistäminen.

Omakuvaprojektissa saamamme kokemuksen mukaan tällaista toimintaa ohjaavan tärkeitä käytännön taitoja on osata kartoittaa ja selittää materiaalien ja tekniikoiden mahdollisuuksia ja rajoitteita sekä ennen kaikkea yrittää mahdollistaa osallistujalle se, että hän saa yhdisteltä ja muotoiltua valitsemistaan materiaaleista sellaisen omakuvan kuin on suunnitellut. Tietojen ja kokemusten lisäksi tarvitaan uskallusta kokeilemaan luovaan käsityöhön ja improvisoituun tekemiseen sekä valmiutta myöntää, ettei valmiita toimivia ratkaisuja välttämättä ole eivätkä kaikki tekijöiden ideat aina onnistu. Ohjaajan oma innostuneisuus on hyvin tärkeää, sillä jos ohjaaja ei usko projektiin, eivät myöskään osanottajat motivoitu.

Tässä opinnäytetyössä ohjauksemme painottui varsinkin prosessin loppua kohden teknisten pulmien ratkaisuun nuorten ollessa hyvin itseohjautuvia omien töidensä suunnittelun suhteen. Osallistujat tukeutuivat myös paljon toisiinsa, mikä oli ymmärrettävää, sillä ryhmän kesken vietettiin paljon aikaa, kun taas me vierailimme pajalla vain kaksi tuntia viikossa.

Materiaalien ja tekniikoiden hallinnan lisäksi on kuitenkin huomioitava, että mikäli projektilla on fyysisen käsityön tekemisen lisäksi voimaantumisen tähtääviä tavoitteita, täytyy myös tähän tavoitteeseen pyrkimiseen olla valmiuksia. Ohjaajien ominaisuuksissa korostuvat tällöin kyky luoda voimaantumisen mahdollistava konteksti sekä taito käynnistää, ylläpitää ja päättää voimaantumiseen tähtäävä prosessi. Jos kyseessä on valmis ryhmä, jonka jäsenet tuntevat jo toisensa, on hyvä varata aikaa ryhmään tutustumiselle.

Uutta ryhmää aloitettaessa taas ryhmäytymiseen on kiinnitettävä huomiota, esimerkiksi yhteisten sääntöjen laatiminen voi olla tarpeen, jotta ilmapiiri säilyy kunnioittavana, tasa-arvoisena ja kullekin yksilölle työskentelyn mahdollistavana. Omakuvatyöskentely voi herättää voimakkaita tunteita, joiden käsittelyyn tulee varautua. Ryhmän sisällä voi tulla konfliktitilanteita tai ryhmä kokee jonkinlaista ulkopuolista uhkaa. Nämä tilanteet täytyy kyetä ratkaisemaan rakentavasti ja asiallisesti, jotta ympäristön turvallisuus ja luottamuksellisuus eivät vaarannu.

Omakuvan tekeminen on hyvin henkilökohtainen luomisprosessi ja ohjaajan on varottava vaikuttamasta tekijän valintoihin. On hyvä pidättäytyä tekemästä ja ilmaisemasta tulkintoja toisen omakuvateoksesta, jotta tekijän omien ideoiden muotoutumiselle on tilaa. Voimaantumisen tavoitteen kannalta voidaan nähdä olennaiseksi tekijän vapaus määritellä itse oman teoksensa merkitys ja tulkinta. Omakuvaprojektin ohjaaja neuvoo ja mahdollistaa käytännön materiaali- ja tekniikkaratkaisuisissa ja rohkaisee omakuvan tekijää tekemään itsenäisesti omakuvaan liittyviä ilmaisullisia ratkaisuja. Tekijä voi tarvita paljonkin rohkaisua ja kannustusta toiminnan kaikissa vaiheissa. Työskentely voi lähteä liikkeelle vauhdikkaasti, mutta lopauttaa ensimmäiseen vastoinkäymiseen tai suunnitelman muutokseen tai alkuun pääseminen osoittautuu hankalaksi. Voimavaralähtöinen työskentelyote auttaa keskittymään onnistumisiin ja mahdollisuuksiin haasteiden sijaan. Myös itsensä haastaminen on tärkeää, ja omalla esimerkillään ohjaaja voi myös rohkaista tähän.

Osallistujien tuntemus korostuu erityisesti silloin, kun pyritään tekemään jotain uutta ja astumaan mukavuusalueen ulkopuolelle. Harppausten ei tule olla liian pitkiä, vaan haaste tulee muotoilla sopivaksi - ei liian helpoksi eikä liian vaikeaksi. Mitä isompi ryhmä on, sitä useammanlaisia osallistujat ovat ja sitä haastavampi ohjaajan on löytää jokaiselle sopivat ratkaisut. Kohderyhmämme kaltainen kymmenen hengen ryhmä on nähdäksemme lähellä maksimiosanottajamäärää voimaantumisen tavoitteen mahdollistamisen näkökulmasta.

Tämänkaltaisen projektin ohjaajan on myös hyvä huomioida, että voimaantuminen käsitteenä voi olla vaikea hahmottaa eikä sitä ole välttämättä helppo tunnistaa itsessä tai ryhmässä. Jokaisen kokemus itsestään on omanlainen eikä se välttämättä ole linjassa ohjaajan havaintojen kanssa. Ohjaajalla on kuitenkin mahdollisuus pyrkiä tukemaan osallistujaa näkemään positiivisia muutoksia itsessään ja ympäristössään. Joskus muutoksen parempaan näkee vasta pidemmän ajan kuluttua. Ohjaajan on hyvä ottaa huomioon prosessien kesto: sisäinen työskentely saattaa jatkua vielä projektin päätyttyä ja kantaa hedelmää vasta paljon myöhemmin.

9 ARVIOINTI JA POHDINTA

Opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden tavoitteena oli toteuttaa käsityötä ja toiminnallisia harjoituksia hyödyntävä projektinomaisen kokonaisuus, joka tukee Taidepajan nuorten voimaantumisen prosessia. Tutkimuksellisen osuuden tarkoituksena oli tuottaa tietoa siitä, miten käsityömenetelmin toteutettu omakuvan tekoprosessi kytkeytyy nuorten voimaantumiseen.

Saavutimme toiminnallisen tavoitteen toteuttamalla projektin helmi-huhtikuussa 2017. Projekti päättyi yhteisnäyttelyyn, johon jokainen projektiin osallistunut laittoi esille oman omakuvateoksensa. Opinnäytetyön tilaajan palautteen mukaan projektin sisällöt toivat pajan kokonaisuuteen hyvän lisän, joka voitaisiin myös vakiinnuttaa osaksi pajan toimintaa. Työskentely nähtiin itsetuntemusta kehittäväksi ja loppuun saatettu prosessi onnistumisen kokemuksen antavaksi. Ryhmä osallistui ja sitoutui projektiin, ja yhteisnäyttely koettiin osoitukseksi suunnitelmallisesti ohjatusta prosessista. Ohjaajien työskentelyä kuvailtiin aktiiviseksi ja aiheesta innostuneiksi. Projekti nähtiin ehyenä kokonaisuutena.

Opinnäytetyö myös tuotti tietoa tutkimustehtävän mukaisesti taiteellisen työskentelyn, käsityön ja omakuvan yhdistämisestä ja hyödyntämisestä voimaannuttavana menetelmänä. Katsomme, että tutkimus on lisännyt tietoa tutkittavasta alueesta ja toivomme näitä rohkaisevia tuloksia hyödynnettävän jatkossa voimaantumiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen tähtäävässä ohjaustyössä. Toivomme, että opinnäytetyömme tulokset antavat eri alojen ohjaajille rohkeutta voimaantumiseen tähtäävien käsityömenetelmien käyttöön.

Tutkimusongelmamme oli, miten käsityömenetelmin toteutettu omakuvan tekoprosessi kytkeytyy nuorten voimaantumiseen. Tätä pyrimme avaamaan tutkimalla sitä, millaisia voimaantumisen kokemuksia omakuvantekoprosessissa ilmeni. Päättökysymyksemme oli, millaisia voimaantumisen kokemuksia käsityömenetelmin toteutettu omakuvaprosessi tuottaa. Lähtökohtanamme oli saada nuorten oma ääni kuuluviin, ja kuunnella miten he kuvaavat omaa prosessiaan. Valitsimme aineistonkeruumenetelmät tämä mielessä pitäen. Vaihtoehtoisena menetelmänä kirjoitelmien sijaan olisi voinut olla haastattelu, mutta koimme, että omassa rauhassa ja itse valittuun aikaan kirjoitettu teksti toisi nuorille mahdollisuuden kertoa omasta kokemuksestaan vapaasti ja rennosti. Haastattelu-tilanne voi olla monelle jännittävä, ja rehellisen vastauksen antaminen voi olla haastavaa.

Kirjoitelman käyttämistä voidaan perustella myös sillä, että se tuki koko prosessin tavoitetta, ollen jopa olennainen osa sitä. Kirjoittaessaan nuori pysähtyi pohtimaan, mitä projektin aikana oli tapahtunut ja mitä tunteita

se oli herättänyt. Kirjoitelmien laajuus vaihteli. Osa vastaajista avasi kokemuksiaan ja tunteuksiaan hyvinkin pitkästi ja avoimesti, osa ilmaisi itseään ytimekkäämmin. Jokainen projektiin osallistunut nuori kuitenkin palautti vastauksen eli kirjoitelma-aineistomme käsitti kymmenen tekstiä.

Havainnointia käytettiin kirjoitelma-aineiston lisänä siksi, että kirjoitelmien pohjana käytetty esteettisen analyysin menetelmä keskittyi prosessin sisäiseen ulottuvuuteen ohjaajien toiminnan ja kontekstin arvioinnin jäädessä vähemmälle. Tässä kohtaa myös loppukyselyn vastausten hyödyntäminen olisi ollut paikallaan, mutta aineiston tuhouduttua se ei ollut mahdollista.

Projektin toteuttamisen yksi haaste oli ohjaajien jääminen jokseenkin ryhmän rakentumisen ulkopuolelle. Kahdeksan tapaamiskertaa ajoittuivat kymmenen viikon ajalle ja kahden tunnin viikkotapaamiset olivat vain pieni osa koko pajan toimintaa. Jatkossa voisikin ajatella, että tämänkaltaisen projekti toteutuisi esimerkiksi viikon intensiivijaksona, jolloin ohjaajat tutustuisivat ryhmään ja ryhmäläiset ohjaajiin paremmin. Toisaalta osa selkeästi kaipasi väliin kypsyttely- ja pohdinta-aikaa, joten pidempi ajanjakso voi olla myös perusteltu.

Jatkotutkimusaiheena olisi kiinnostavaa tutkia syvemmin omakuvahahmoin liitettyjä piirteitä, teoksissa käytettyjä symboleita sekä tekijöiden omakuvista kertomiaan tarinoita ja kaikkien näiden suhdetta voimaantumiseen. Myös erilaisia käsityö-, taide- ja ilmaisullisia menetelmiä voisi liittää omakuvatyöskentelyyn ja tutkia, miten ne voisivat toimia voimaantumisen tukena. Omakuvateokset voisivat olla nukkeja, joiden avulla tehtäisiin nukketeatteriesitys. Omakuvateokseen voisi liittää kirjoitettuja tarinoita ja siten edelleen syventää itsetuntemusta. Tarinoiden ja kertomusten avulla voitaisiin tutkia esimerkiksi omia vahvuuksia tai rakentaa toivotuja tulevaisuuden tiloja, haavekuvia ja unelmaelämiä.

Omakuvatyöskentelyä on nähdäksemme mahdollistaa toteuttaa monenlaisin tavoin ja monenlaisille kohderyhmille. Opinnäytetyömme tuloksia voi soveltaa kaikenlaiseen luovaan ja taiteelliseen käsityötoiminnan ohjaamiseen ottaen huomioon ohjauksen tavoitteet. Työskentelyn tapoja voidaan valikoida käytettävissä olevien resurssien, kuten käsityömateriaalien, työvälineiden, tilojen, ajan ja budjetin sekä ohjaajien käsityö- ja kohderyhmätuntemuksen mukaisesti. Projektia voi kehitellä loputtomiin: laajentaa pidempikestoiseksi, supistaa muutaman tunnin lyhytkurssiksi, soveltaa vammais-, vanhus- tai mielenterveyskuntoutujien kohderyhmille tai vaikkapa työhyvinvointipäivän ohjelmaksi.

Tämä opinnäytetyö on lisännyt molempien ohjaajien ammatillista kokemusta projektin suunnittelemisesta, toteuttamisesta ja arvioinnista sekä konkreettisesta ohjaustyöstä. Kehityimme projektin aikana ammatillisesti ja saimme käytännön kokemusta asiakkaisen tarpeiden arvioinnista ja huo-

mioon ottamisesta. Ammatti-identiteettimme saivat vahvistusta selviytyessämme haasteista ja kokiessamme onnistumisia. Saimme myös vahvistusta omille kokemuksillemme luovien menetelmien mahdollisuuksista vahvistaa hyvinvointia ja tukea voimaantumisen prosessia. Saimme myös entisestään rohkeutta käyttää käsityö- ja muita luovia menetelmiä ohjauksessa. Opinnäytetyö on kokoava lopetus molempien ammattiopinnoille.

Eriytinen havaintomme oli huomata sosionomin ja ohjaustoiminnan arton sopivan erinomaisesti työpariksi ohjaamaan tämänkaltaista työkentelyä. Nämä ammatit täydentävät toistensa ammatillista osaamista ja ovat yhdessä enemmän kuin osiensa summa. Erittäin tärkeäksi koettiin myös tilaajan puolelta tullut ammatillinen (sekä käytännöllinen) tuki.

LÄHTEET

Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0*. 4. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.

Aluehallintovirasto. (2013). *Nuorten työpajatoiminta*. Opetus ja kulttuuri. Nuoriso. Haettu 24.4.2017 osoitteesta <https://www.avi.fi/web/avi/avustukset-nuorten-tyopajatoimintaan#.WP8rwlJDzVp>

de Koning, J. (2007). *Empowerment and the empowering environment*. VrijBaan. Publicaties. English. Empowerment, Empowering Environment. Haettu 2.2.2017 osoitteesta http://www.vrijbaan.com/upload/alinea_455.pdf

Eskola J. (2010). Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat – Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II*. 3. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 179–203.

Haveri, M. (2016). *Pehmeä taide – Lankatekniikat kuvataideilmaisussa*. Helsinki: Maahenki Oy.

Hallas, U. & Sihvola, S. (2016). *Omakuva N.Y.T. Luonnoskirja – Ehdotus taiteellisen kasvuryhmän prosessiksi*. FinFami Uusimaa ry, Mimi-projekti 2012–2015. Haettu 1.9.2016 osoitteesta <http://www.otu.fi/imaget/pdf/aineistopankki/loppuraportit/luonnoskirjaomakuvanyt.pdf>

Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä L., & Rusi-Pyykkönen, M. (2013). *Toiminnan voimaa – toimintaterapia käytännössä*. 3. uudistettu painos. Porvoo: Bookwell Oy.

Hentinen, H. (2007a). Taideterapian erilaiset suuntaukset ja lähestymistavat. Teoksessa M. Rankanen, M.-H. Mantere & H. Hentinen (toim.) *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 21–25.

Hentinen, H. (2007b). Valmiiden taidetöiden tarkastelu ja reflektio. Teoksessa M. Rankanen, M.-H. Mantere & H. Hentinen (toim.) *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 157–169.

Hentinen, H. & Mantere, M.-H. (2007). Suomalaisen taideterapian lyhyt historia. Teoksessa M. Rankanen, M.-H. Mantere & H. Hentinen (toim.) *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 26–29.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2015). *Tutki ja kirjoita*. 20. painos. Helsinki: Tammi.

Hyyppä, M. & Liikanen, H-L. (2005). *Kulttuuri ja terveys*. Helsinki: Edita Prima Oy.

Hämeen ammattikorkeakoulu. (2017). *Opinnäytetyöopas*. Haettu 21.9.2017 osoitteesta https://hameenamk.sharepoint.com/yhteiset-sisallot/laatukasikirja/koulutus/amk/Opinnäytety/HAMK_opinnäytetyöopas.pdf

Ihatsu, A.-M. (2007). Käsiyö suomalaisessa kulttuurissa: käsiyö – uusiutuva luonnonvara. Teoksessa Kaukinen, L. & Collanus, M. (toim.) *Tekstejä ja kangastuksia. Puheenvuoroja käsiyöstä ja sen tulevaisuudesta*. Tampere: Akatiimi, 19–77.

Järvinen, T. (2009). Voimaantumisen (empowerment) arvioinnin haasteita. *Ammattikasvatuksen aikakauskirja*. 11 (1), 8–17. Haettu osoitteesta 12.2.2017 http://www.okka-saatio.com/aikakauskirja/arkisto/2009-1/Ammatti09_Jarvinen8_17_2.pdf

Karvonen, R. (2011). Voimaantumista ei voi opettaa, mutta sen voi mahdollistaa. Teoksessa Lämsä, A-L. (toim.) *Mieli maasta – masentuneen nuoren kohtaaminen ja tukeminen*. Jyväskylä: PS-kustannus, 120–129.

Kivistö, T. (2009). *Terapeuttinen käsiyö*. Lopputyö. Asklepios-ohjelma. Turun yliopisto. Haettu 21.2.2017 osoitteesta https://www.utu.fi/fi/yksikot/med/opiskelu/koulutustarjonta/muut_opinnot/asklepios/Documents/tiina_kivisto_terapeuttinen_kasityo.pdf

KvantiMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. (n.d.). *Kyselylomakkeen laatiminen*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Haettu 15.2.2017 osoitteesta <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kyselylomake/laatiminen.html>

Laaksovirta, E. (2013). *Taidetta vai terapiaa? – Yhteisötaiteen, taideterapian ja hyvinvointiajattelun rajankäyntiä Turun kulttuuripääkaupunkivuoden 2000 & 11 OMAKUVAA -hankkeessa*. Pro gradu -tutkielma. Taidehistorian oppiaine. Historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos. Turun yliopisto. Haettu 22.1.2017 osoitteesta <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/103843/Emilia%20Laaksovirta%20Progradu.pdf?sequence=2>

Liikanen, H-L. (2010). *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014*. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. Haettu 30.1.2017 osoitteesta <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/OPM1.pdf?lang=fi>

Liikka, M. (2003). *Tarinallinen lähestymistapa yksilön ja yhteisön suhteen tutkimiseen – Yksilöiden identiteetti- ja organisaation kollektiiviseen narratiiviseen identiteettiin*. Pro gradu -tutkielma. Kasvatustieteen

laitos. Jyväskylän yliopisto. Haettu 22.1.2017 osoitteesta <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8920/G0000147.pdf?sequence=1>

Mantere, M-H. (2007). Taiteen ja terapian yhteinen kuva. Teoksessa Rannan, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. (toim.) *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 11–19.

Nuorisolaki 1285/2016. (2016). 21.12.2016. Haettu 24.4.2017 osoitteesta <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285#Lidm2202672>

Nuorten työpajat. (n.d.). Nuorisotakuu. Nuorisotyö. Haettu 24.4.2017 osoitteesta <http://nuorisotakuu.fi/nuorten-tyopajat>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2016). *Työpajatoiminta*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:26. Haettu 24.4.2017 osoitteesta <https://www.tpy.fi/site/assets/files/1376/okm26.pdf>

Papu-Kivimäki, N. (2009). *Taideterapeuttisen kuvanteon voimaannuttavat vaikutukset mielenterveyskuntoutujan kuntoutusprosessissa*. Opinnäytetyö. Hoitotyön koulutusohjelma. Vaasan ammattikorkeakoulu. Haettu 22.2.2017 osoitteesta https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/6645/papu-kivimaki_nanna.pdf?sequence=1

Pulkki, P. (2015). *Ihana Minä -työpajat. Tyttöjen voimaantumisen tukeminen luovan toiminnan kautta*. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Laurea-ammattikorkeakoulu. Haettu 22.2.2017 osoitteesta http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/104645/Pulkki_Pauliina_IhanaMinatyopajat.pdf?sequence=1

Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelma. (2011). Hallitusohjelma. Valtioneuvoston kanslia. Hallituksen julkaisusarja 1/2011. Haettu 24.4.2017 osoitteesta http://vnk.fi/documents/10616/622966/H0111_Pääministeri+Jyrki+Kataisen+hallituksen+ohjelma.pdf/a49b3eb5-9e98-44c6-bd92-b054bea36f61?version=1.0

Pöllänen, S. (2008). Käsityö terapiana ja terapeuttisena toimintana. Teoksessa A. Niikko, I. Pellikka & E. Savolainen (toim.) *Oppimista, opetusta ja monitieteisyyttä – kirjoituksia Kuninkaankartanonmäeltä*. Savonlinnan opettajankoulutuslaitos. Joensuun yliopisto, 91–105. Haettu 22.1.2017 osoitteesta <http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/pollanen.htm>

Pöllänen, S. (2013). *Käsityö elämässä*. Haettu 12.9.2017 osoitteesta <http://www.craftmuseum.fi/projektit/kasityoelamassa/8-nakukulmaakasityohon/kasityotiede-tutkimusmatkalla-kasin-tekemisen-hyvinvointi-kokemuksiin/>

Rankanen, M. (2007). Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa M. Rankanen, M.-H. Mantere & H. Hentinen (toim.) *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 91–97.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006a). *KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Laadullisen tutkimuksen elementit. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Haettu 24.9.2017 osoitteesta http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L1_2_2.html

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006b). *KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Narratiiviset tarkastelutavat. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Haettu 22.1.2017 osoitteesta http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_6_4.html

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006c). *KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Havainnointi. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Haettu 22.1.2017 osoitteesta http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_4.html

Serrano-Jäntti, M. (2015). *Olipa kerran minä – omakuvanukketyöskentelyn mahdollisuudet ohjaustyössä*. Opinnäytetyö. Ohjaustoiminnan koulutusohjelma. Hämeen ammattikorkeakoulu. Haettu 21.2.2017 osoitteesta <https://www.theseus.fi/handle/10024/103136>

Siitonen, J. (1999). *Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua*. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pdf-tiedosto. Haettu 4.2.2017 osoitteesta <http://herku-les.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>

Sormunen, S. (2011). *Hyvää oloa käsityöstä – mielenterveyskuntoutujien kokemuksia Kädentaitoryhmässä*. Opinnäytetyö. Ohjaustoiminta. Hämeen ammattikorkeakoulu. Haettu 21.2.2017 osoitteesta https://www.utu.fi/fi/yksikot/med/opiskelu/koulutustarjonta/muut_opinnot/asklepios/Documents/tiina_kivisto_terapeuttinen_kasityo.pdf

Suorsa, S-E. (2016). *Pajastoinfo*. Sähköpostiviesti tekijöille 22.11.2016.

Tietoa nuorisotakuusta. (n.d.). Nuorisotakuu. Haettu 24.4.2017 osoitteesta <http://nuorisotakuu.fi/tietoa-nuorisotakuusta>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2002). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. 1.–4. painos. Helsinki: Tammi.

Työ- ja elinkeinoministeriö. (2013). *Työ- ja elinkeinoministeriön linjaukset nuorisotakuun toteuttamisesta TE-hallinnossa*. 8.1.2013. TEM/2905/03.01.04/2012. Haettu 24.4.2017 osoitteesta <http://www.tepalvelut.fi/te/fi/tyonhakijalle/nuoret/nuorisotakuu/index.html>

Työ- ja elinkeinoministeriö. (2017). *Työllisyyskatsaus. Helmikuu 2017*. Haettu 24.4.2017 osoitteesta http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79473/TKAT_Helmi_2017.pdf?sequence=1

Valtakunnallinen työpajayhdistys ry. (n.d.). *Työpajatoiminta Suomessa*. Etusivu. Haettu 24.4.2017 osoitteesta <https://www.tpy.fi/tyopajatoiminta-suomessa/>

Vähälä, E. (2003). *Luovan käsityöprosessin yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin – Käsityön aikana koettujen itseraportoitujen emotionaalisten ja fysiologisten vasteiden väliset yhteydet*. Lisensiaattityö. Käsityötieteet. Kasvatustieteiden tiedekunta. Käsityöopettajan koulutuslinja. Joensuu yliopisto.

Alkukysely

1. Minkälaisia odotuksia sinulla on omakuvaprojektiin ja näihin tapaamisiin liittyen?
2. Onko sinulle erityisiä toiveita tai ehdotuksia tapaamisten sisältöä ajatellen?
3. Minkälainen on oma kokemuksesi voimaantumisestasi? Voit hyödyntää pohdinnassa yhdessä muodostettua käsitystä voimaantumisesta sekä siihen vaikuttavista asioista.

Kirjoitelma-ohje

Kirjoita omin sanoin omakuvateoksestasi. Toivomme, että tarkastelet työtäsi ja prosessiasi alla olevien kysymysten avulla, mutta kirjoitat omalla tavallasi siten, kuin itsellesi tuntuu hyvältä ja sopivalta.

Tulemme hakemaan valmiit tekstit tiistaina 11.4. Voit palauttaa sen myös sähköpostilla tiina.takkunen@student.hamk.fi.

Kiitos vastauksestasi!

1. PINTA

- a. Mitä näet valmiissa työssä?
- b. Mitä teit työskentelyn aikana?
- c. Mistä aloitit?
- d. Mitä sen jälkeen teit?
- e. Mitä materiaaleja käytit? Vaihdoitko kesken värejä, työvälineitä tai työskentelytapaa?

2. MUOTO

- a. Mitä tavoittelit, mihin pyrit?
- b. Mitä odotit tai toivoit syntyvän työskentelyn alussa?
- c. Muuttuiko alkuodotus?
- d. Mikä oli yllättävää? Mitä et osannut ottaa huomioon?
- e. Oliko esteitä, haasteita, epäonnistumisia?
- f. Mitä kaikkea kokeilit/mikä toimi?
- g. Mikä auttoi eteenpäin tai esti jatkamasta?

3. KOKEMUS

- a. Mitä koit, mitä aistit?
- b. Mitä tunsit? Millaisia ajatuksia mieleesi tuli?
- c. Vaihteliko olotilasi?
- d. Tunsitko jossain vaiheessa jotain erityistä?

4. MERKITYS

- a. Mitä työsi sanoo? Millä tavalla se on tärkeä?
- b. Kun katsot työskentelyä taaksepäin, minkälaisia asioita nousee mieleesi?
- c. Mitkä asiat tuntuvat työskentelyssä tai valmiissa työssä tärkeiltä?
- d. Voitko nimetä työsi tai kuvata sitä lauseella tai sanoilla?
- e. Onko työskentelylläsi/työlläsi ollut vaikutusta muuhun elämääsi ja arkeesi?

Loppukysely

Mitä mieltä olet

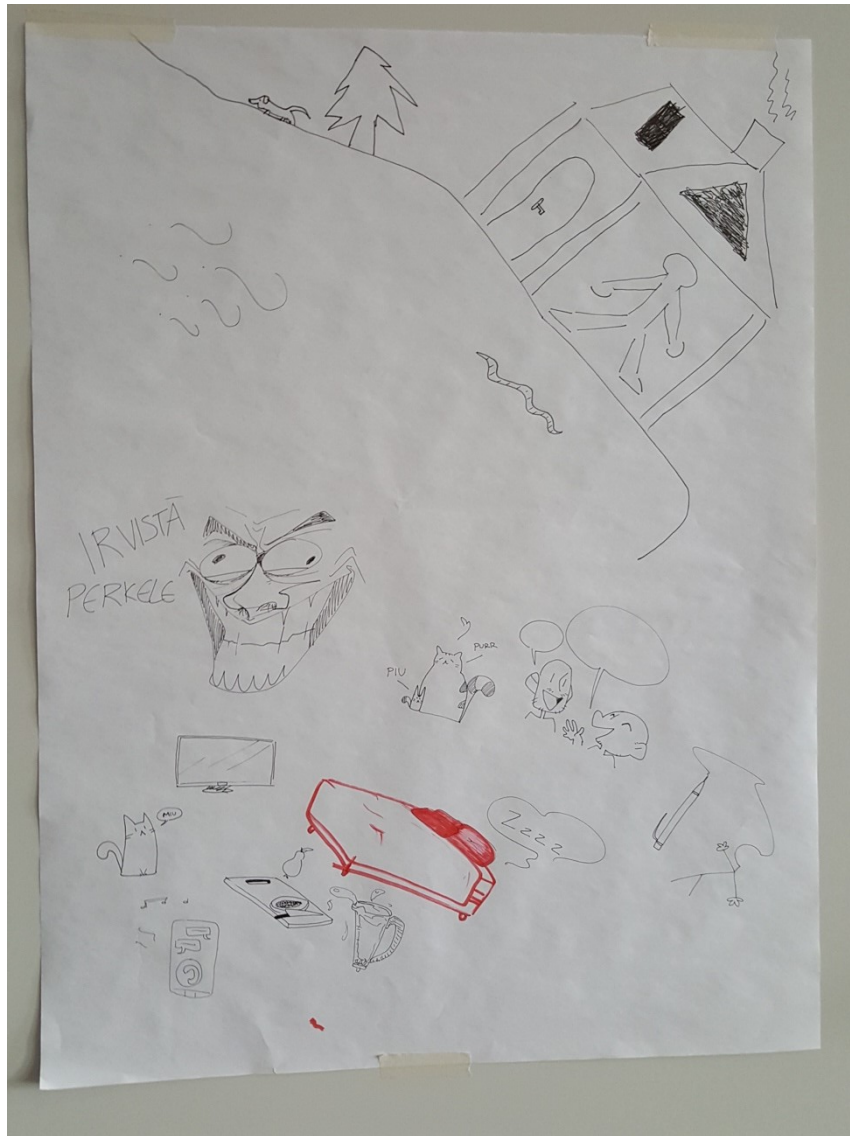
1. Harjoituksista? (Lämmittelytehtävät, teemoihin syventävät harjoitukset.)
2. Materiaalivalikoimista ja työvälineistä? (Liikaa/sopivasti/jotain puuttui.)
3. Ohjaajien työskentelystä? (Asenne/ammattitaito/muut ominaisuudet.)
4. Koko omakuvaprojektista kokonaisuutena?
5. Kuinka projekti sopi Taidepajakokonaisuuteen?
6. Saitko omakuvan tekemisestä käsityömenetelmin voimaannuttavia kokemuksia?

OHJAUSKERTOJEN SISÄLLÖT

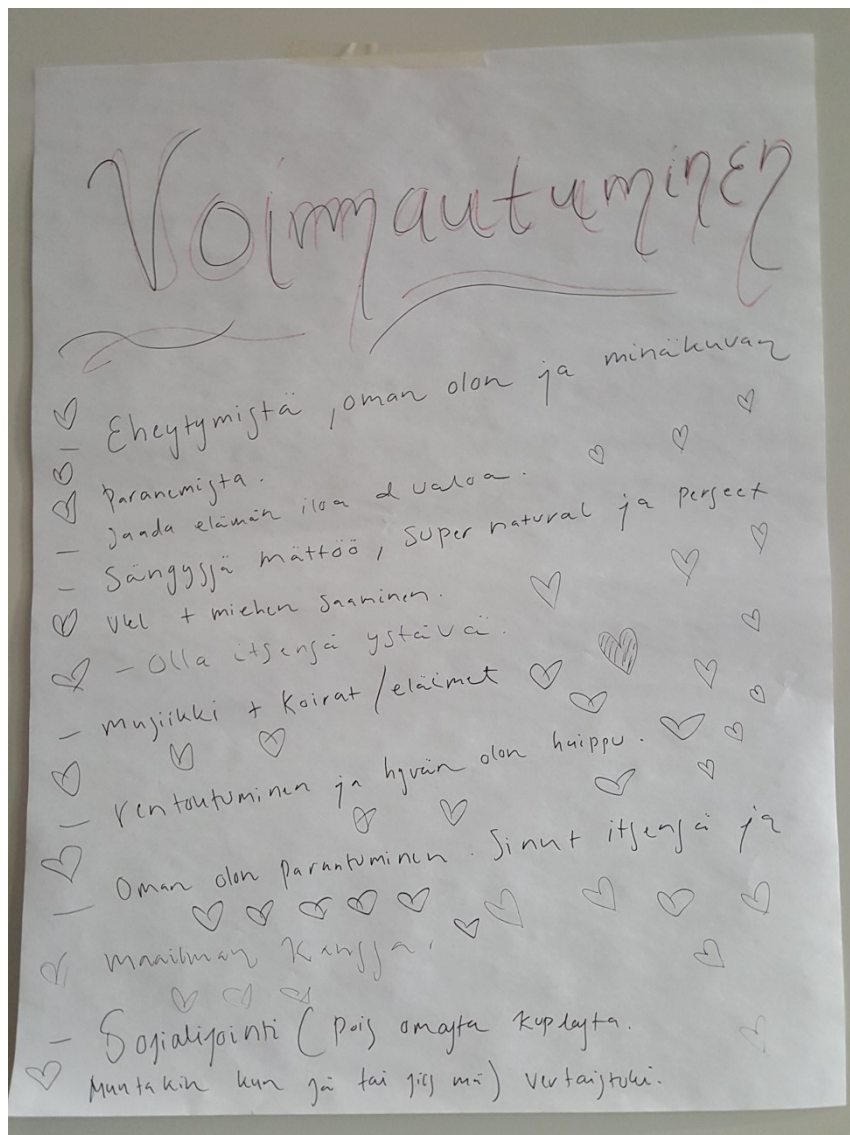
Työpajakokonaisuuden runko:

1. Tutustuminen, info, suunnittelu
 - Lämmittelytehtävä: omakuva cocktailtikuista ja palleroista
 - Tutkimuslupainfo ja allekirjoitukset, alkukyselyn täyttäminen
 - Materiaaleihin tutustuminen
 - Omakuvateoksen suunnittelu
2. Värit, omakuvatyöskentely
 - Lämmittelytehtävä: omakuva värilastuista
 - Värien merkitykset
 - Voimaantumisen käsitteen määrittäminen yhdessä. Pienryhmätyöskentely + keskustelu
 - Omakuvatyöskentely
3. Keho/liike, omakuvatyöskentely
 - Kehollinen harjoitus: läsnäolo, eläytyminen
 - Lämmittelytehtävä: Hupiselfie
 - Omakuvatyöskentely
4. Vahvuudet, omakuvatyöskentely
 - Lämmittelytehtävä: omakuvan piirtäminen "väärällä" kädellä
 - Listaa omia vahvuuksia ja hyviä puolia omakuvaan
 - Omakuvatyöskentely
5. Retki Taidemuseoon
 - Valitse sinua puhutteleva teos (esteettinen analyysi)
 - Katsotaan yhdessä valitut teokset, keskustelu
6. Teosten viimeistely
 - näyttelytilan valmistelu, oman teoksen ripustuksen suunnittelu
 - Omakuvateosten viimeistely
7. Avajaiset
 - Omakuvateosten asettaminen näyttille
 - Avajaiset
 - Tekijöiden puheenvuorot
 - Kirjoitelmaohje
8. Lopetus
 - Keskustelu
 - Loppupalautelappujen täyttäminen
 - Jokaiselle nuorelle henkilökohtainen kiitos postikortilla
 - Kiitos ja lopetus

Voimaantumisen määrittelyä



Voimaantumisen määrittelyä



Omakuvateokset



Omakuvateokset



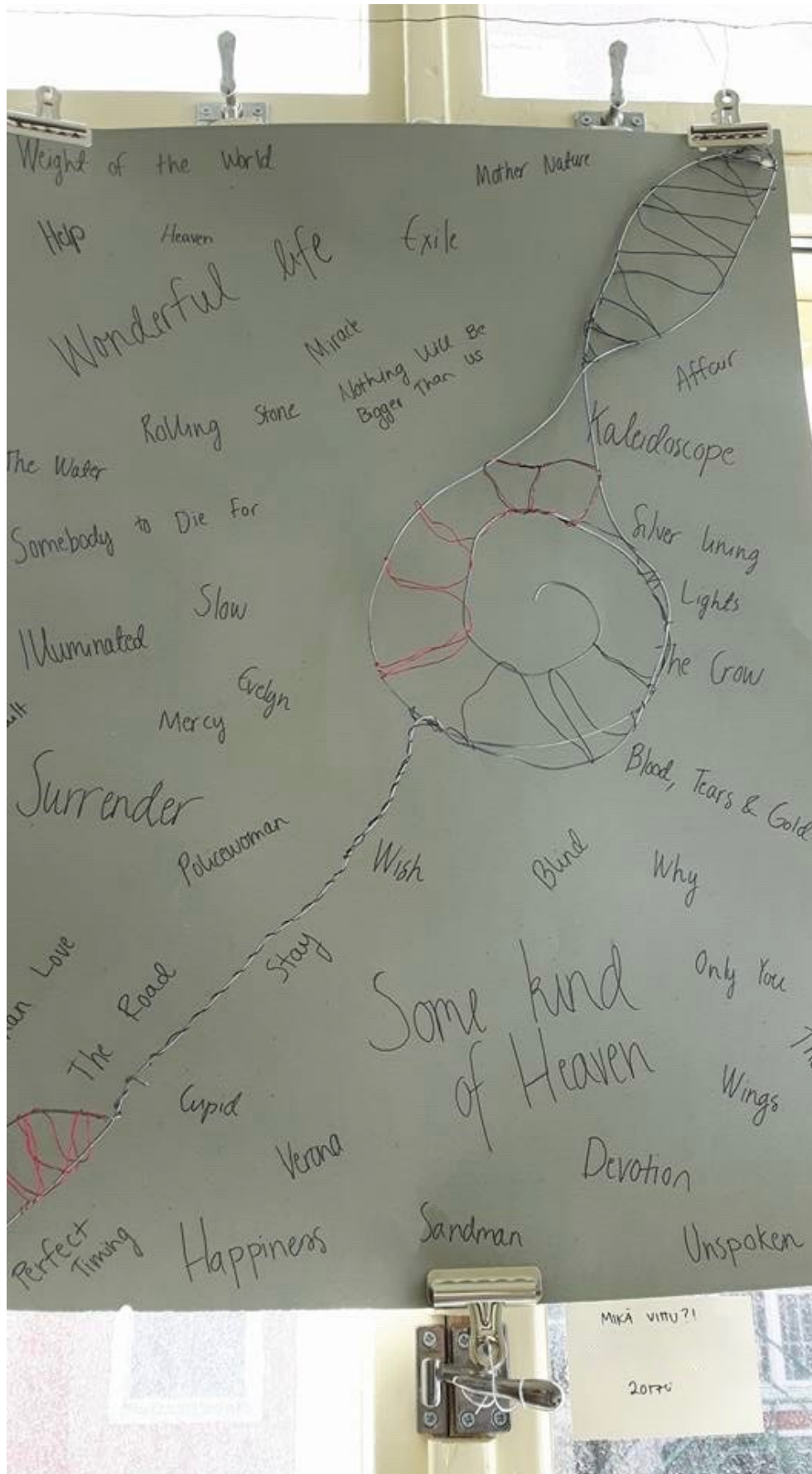
Omakuvateokset



Omakuvateokset



Omakuvateokset



Omakuvateokset



Omakuvateokset

