

---

# MUISTO-

käsintuftauskurssin suunnittelu ja toteutus

---

Hannele Aho

Opinnäytetyö

Ammattikorkeakoulututkinto

Koulutusala Kulttuuriala	
Koulutusohjelma Muotoilun koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Aho Hannele	
Työn nimi Muisto-käsintuftauskurssin suunnittelu ja toteutus	
Päiväys 16.11.2010	Sivumäärä/Liitteet 58/7
Ohjaaja(t) Helena Kauttonen, Riitta Junnila-Savolainen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t)	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön aiheena oli käsintuftauskurssin suunnitteleminen ja toteuttaminen Suokadun palvelutalon päiväkeskuksessa sekä kädentaitojen merkityksen pohtiminen kurssilaisten hyvinvointiin. Aiheeseen perehdytään lähdekirjallisuuden avulla. Kohderyhmänä olivat Suokadun palvelutalon päiväkeskuksen askarteluryhmäläiset. Ennen kurssia laadittiin aloituskysely ja kurssin päätteeksi palautekysely. Kurssilaiset vastasivat aloituskyselyyn, jossa kysyttiin kädentaitojen merkitystä hyvinvointiin sekä palautekyselyyn itse kurssista, tekniikasta ja ohjauksesta. Aloituskyselyllä selvitettiin mitä kädentaitojen tekniikoita ryhmäläiset käyttävät, milloin he ovat aloittaneet kädentaitojen harrastuksen sekä mitä kädentaidot merkitsevät heille.</p> <p>Kädentaitojen merkitystä hyvinvointiin tarkasteltiin yhdessä keskustellen, lähdekirjallisuuden sekä kyselyjen kautta saadun tiedon perusteella. Tulokset sisältävät runsaasti tietoa kädentaitojen positiivisista vaikutuksista hyvinvointiin ja elämään.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena on antaa kurssilaisille oppi uuteen tekniikkaan sekä kehittää ohjaajaa kädentaitokurssin suunnittelemisessa ja toteuttamisessa. Opinnäytetyön aikana saadaan positiivisia tuloksia kädentaitojen merkityksestä vanhusten kurssitoiminnassa.</p>	
Avainsanat	
käsintuftaus, ohjaus, kädentaitokurssi, kädentaitojen merkitys hyvinvointiin, hyvinvointi	

Field of Study Culture			
Degree Programme Degree Programme in Design			
Author(s) Hannele Aho			
Title of Thesis Memory- Planning and Implementing a Handtufting Course			
Date	16.11.2010	Pages/Appendices	58/7
Supervisor(s) Helena Kauttonen, Riitta Junnila-Savolainen			
Project/Partners			
<p>Abstract</p> <p>The objective of the thesis was to plan and implement a handtufting course for the daycentre of the sheltered service house in Suokatu. Another objective was to contemplate the effect of handcrafting on the wellbeing of the participants. The subject was studied from relevant professional literature. The target group was the participants of the craft course in Suokatu. A pre-course inquiry was conducted at the beginning of the course and feedback was collected from the participants at the end of the course. In the pre-course inquiry the participants evaluated the effect of handicraft skills on well-being. In the second inquiry the participants gave feedback of the course, technique and guidance. The pre-inquiry was used to find out which techniques the participants use when they started handcraft as a hobby and what handicraft skills mean to them.</p> <p>The influence of handicraft skills on wellbeing was analyzed together by discussing and with the help of the knowledge acquired from literature and the received feedback. The results include a lot of knowledge of positive effects of handicraft skills on wellbeing and life.</p> <p>The meaning of the thesis was to teach a new technique to the participants and to guide the instructor in planning and implementation of a handcraft course. During the thesis positive feedback was received of the significance of handicraft skills in the course activities for the seniors.</p>			
Keywords			
handicraft course, handicraft, the meaning of handicraft, handtufting			

# Sisältö

1. Johdanto.....	5
2. Taustatekijät.....	6
3. Kädentaidot ja hyvinvointi.....	12
3.1 Kädentaidot ja hyvinvointi vanhuksilla.....	15
3.2 Taiteet ja kädentaidot hyvinvoinnin lähteenä.....	17
4. Opinnäytetyön kulku ja strategia.....	19
5. Muisto-käsintuftauskurssin ennakkovalmistelut.....	21
5.1 Ohjaamiseen valmistautuminen.....	21
5.2 Motivaation lähteellä.....	22
5.3 Käytännöllinen ohjaus.....	23
5.3.1 Kolbin oppimisen kehä.....	23
5.3.2. Morenon toiminnallisten menetelmien malli ja oppiminen.....	24
6. Käsintuftaus.....	26
6.1 Kuinka tuftaan.....	27
6.2 Näytteet.....	31
7. Muisto-käsintuftauskurssilla.....	34
7.1 Ensimmäinen ohjaukerta.....	34
7.2 Aloituskyselyn kysymykset ja tulokset.....	36
7.3 Toinen ohjaukerta.....	42
7.4 Kolmas ohjaukerta.....	43
7.5 Palautekyselyn kysymykset ja tulokset.....	45
8. Valmiit muistot ja niiden taustat.....	47
8.1 Päätäntä Muisto-käsintuftauskurssista.....	55
9. Pohdinta.....	52
<b>KUVALUETTELO.....</b>	<b>54</b>
<b>KUVIOLUETTELO.....</b>	<b>56</b>

<b>LÄHTEET</b> .....	<b>57</b>
----------------------	-----------

<b>Liitteet</b> .....	
-----------------------	--

Liite 1 Tuftattujen näytteiden kuvat .....	
--	--

Liite 2 Ideaalikurssisuunnitelma .....	
--	--

Liite 3 Toteutunut kurssisuunnitelma .....	
--	--

Liite 4 Tuntisuunnitelma 20.4.2010 .....	
--	--

Liite 5 Tuntisuunnitelma 27.4.2010 .....	
--	--

Liite 6 Tuntisuunnitelma 4.5.2010 .....	
---	--

Liite 7 Toikan ohjemoniste: Käsintuftauksen tarvikepaketti .....	
--	--

## 1. JOHDANTO

Opinnäytetyön aiheeksi valitsin minua kiinnostavat aiheet, kuten ohjaamisen ja tuftaamisen. Halusin valita ohjattavalle kurssille tuntemattomamman tekniikan, sellaisen tekniikan jota ei toteuteta kaikilla kansalaisopiston ja askartelupiirien kursseilla. Halusin antaa vanhuksille jonkin uuden työtavan, jota heidän on mahdollista jatkaa. Samalla ohjaajana näen, kuinka kurssilaiset kiinnostuvat ja innostuvat uudesta tekniikasta sekä keksivät, mihin kaikkeen tätä tekniikkaa voi hyödyntää.

Useat vanhukset ovat aloittaneet kädentaitojen harrastamisen jo nuorena. Työelämässä kädentaitojen harrastus on saattanut jäädä, mutta eläkepäivillä harrastus aloitetaan usein uudestaan. Harrastuspiireissä ja – kerhoissa, kuten juuri Suokadun palvelutalon päiväkeskuksen tiistain askartelupiirissä näkee tuttuja ja voi vaihtaa kuulumisia. Näissä piireissä on usein vahva sosiaalinen verkosto.

Opinnäytetyössäni kerron käsintuftauksesta tekniikkana sekä suunnittelen ja toteutan Muisto-käsintuftauskurssin. Kerron ohjauskokemuksistani tarkemmin ja esittelen kurssilla tehdyt valmiit tuftaukset opinnäytetyön raportin lopussa. Opinnäytetyössäni käytän pehmeän systeemisuunnittelun strategiaa. Perehdyn aiheeseen lähdekirjallisuuden ja kyselyjen avulla. Kyselyt suoritan Muisto-käsintuftauskurssin yhteydessä Suokadun palvelutalon päiväkeskuksessa. Kohderyhmänäni ovat tällä kurssilla eläkeikäiset kädentaitojen harrastajat.

Opinnäytetyöni tavoitteeksi olen asettanut tutustuttaa vanhuksia uuteen tekniikkaan Muisto-käsintuftauskurssilla ja auttaa heitä kertomaan omia tuntemuksiaan tekemisen avulla. Ohjaan käsintuftaamisessa ja muistojen etsimisessä. Tavoitteenani on selvittää kädentaitojen merkitystä vanhusten hyvinvointiin.

Kädentaitojen harjoittaminen rentouttaa ja vie ajatuksia muualle esimerkiksi surusta. Usein ajatellaan, että kädentaitoja tehdään vain yksin, mutta kädentaitoja voi tehdä myös ryhmässä ja myös tätä ryhmähenkeä halusin luoda.

Tavoitteenani oli ensin herättää ohjattavissa kiinnostus tunnetilan esilletuomiseen, jonka jälkeen ohjasin heitä pienimuotoisessa suunnitteluprosessissa sekä kokeiluissa käsintuftaamiseen. Taustalla oli myös oma intohimo sekä käsintuftaukseen että ohjaukseen.

## 2. TAUSTATEKIJÄT

Aiemmin opintojeni aikana päätin, että haluan suunnitella ja toteuttaa opinnäytetyökseni jonkin ohjaustilanteen, sillä minulla on kiinnostusta jatkaa opintojani myöhemmin opettajaksi asti. Syksyllä 2009 *Kudonta, punonta ja huopa sisustuksessa* -kurssilla tutustuin käsintuftamiseen ja toteutin menetelmää käyttäen pienen maton. (ks. kuva 1 alla, kuvat 2 ja 3 s.7 sekä kuva 10 s. 11)



KUVA 1. Aiemmin valmistamani käsintuftattu matto.

Ensimmäisen innostuksen tuftamiseen sain jo keväällä 2009 Ruotsin Huonekalumessuilta, jossa katselin kaverini kanssa Hanna Korvelan tuftattuja mattoja. Matot olivat muhkeita ja pehmeitä ja osaston vastaava kertoi, että Hanna Korvelan tuftatut matot valmistetaan Ruotsissa, koska Suomessa on niin vähän tuftauksen taitavia ammattilaisia (kuvat 4 ja 5 s.7). Hän kehotti meitä opettelemaan tuftauksen koneella, sillä alalla olisi töitä tulevaisuudessa, koska osajia on niin harvassa. Sain tästä suuren kipinän ja syksyllä pääsinkin kokeilemaan käsintuftausta.



KUVA 2. Tuftatun maton pinta ennen nukkiä leikkausta.



KUVA 3. Maton pinta nukkiä aukileikkauksen jälkeen.

Tekniikkana käsintuftaus on hieman tuntemattomampi, mutta päätin ottaa riskin ja yrittää saada ohjattavan ryhmän kasaan. Halusin ohjata tällä tekniikalla, sillä itsekkin ihastuin siihen heti ensimmäistä kertaa sitä kokeillessani.



KUVA 4. Hanna Korvelan Ballo Ballo- matto. (Hanna Korvelan Design)



KUVA 5. Hanna Korvelan Tweed-matto. (Hanna Korvela Design)

Kädentaidot ja niiden harrastaminen merkitsevät minulle paljon. Ennen opintojeni aloittamista Muotoiluakatemiassa ompelin, neuloin, kirjoitin ja virkkasin paljon. Olen aina saanut kädentaitojen harrastamisesta lisävoimia työelämään ja muuhun tekemiseen (ks. kuva 6 s. 8). Hengähdys hetki neuleen kanssa illalla sohvalla istuen merkitsee minulle paljon. Neuloessa mieli lepää ja saa tilaa muilta ajatuksilta, kun täytyy keskittyä sillä hetkellä neulottavaan tuotteeseen. Huomaamattani olen kokenut jo aiemmin kädentaitojen parantavaa vaikutusta.





KUVA 6. Minä syksyllä 2009 kokeilemassa uutta tekniikkaa, kehräystä.

Aiheen opinnäytetyöhön sain, kun toteutin aiemmin opinnoissani eräällä kurssilla käsintuftatun maton sekä sekatekniikalla toteutetun taulun omien tunteideni pohjalta (ks. kuvat 8 ja 9 s. 10).

Suunnitellessani tuftattua mattoa ja sekatekniikalla toteutettua taulua lähtökohtanani olivat runoni ja tunteeni entisen ystävän ja poikakaverin petturuudesta sekä kuvakollaasi. (ks. kuva 7 s. 9) Tämä ideointi- ja suunnittelumenetelmä auttoi läpikäymään synkkiä tunteitani sekä vastoinkäymisiä ihmissuhteissa. Tie suunnitteluprosessista valmiiseen mattoon ikään kuin paransi minut. Koin hyvää oloa ja mielihyvää, vaikka suunnittelu oli raskaampaa kuin normaali tuotesuunnittelu. Halusin kokeilla terapeutista tapaa tehdä taidetekstiiliä sekä toteuttaa itseäni. Pahat muistot muokkautuivat prosessin aikana sekä jäivät taakse. Koin eheytymistä ja sain lisävoimia tästä prosessista. Mielestäni osana hyvinvointia ovat myös surun ja synkkien tunteiden käsittely.

Surutyöstä osana tekstiiliprosessissa on tehty myös opinnäytetyö. Sini Sinijärven opinnäytetyö Muistoni gobeliinissa- gobeliinin tekeminen osana surutyöprosessia kertoo siitä, kuinka Sini työstää suruprosessia gobeliinin teossa (Sinijärvi 2008, 6).

Runot Porton asenne (s.9) ja Petturi II (s. 10) tulevat suoraan sydämestäni kun kaveri petti minut kesken juhannusjuhlien. Runot Pelinappula (s. 10) ja Elämän sävel (s. 11) olen

puolestaan kirjoittanut myöhemmin kesällä 2009 sen jälkeen, kun entinen poikaystävä halusi minut takaisin, mutta jätti minut saman tien. Runot kertovat omista tunteistani.

### **Porton asenne**

*Luulee, että vain suuri meri voi erottaa  
ystävyyden juurtuneen.*

*Nuoruuden ja teini-iän yhteiset jaetut salaisuudet,  
hetket kallisarvoiset.*

*Kateus, petturuus  
avainsanoina uuteen vihaan  
ystävyyden katkeamiseen.*

*Edes polvillaan anova pyyntö  
ei voi tuoda takaisin sitä  
mitä joskus oli.*

*Olettamus ikuisesta ystävydestä  
sitä ei ole olemassakaan.  
Kaikki ei ole yhteistä, eikä moraaleja tunneta*

*Porton asenne kertoo kaiken.  
Saisit hävetä.  
(Hannele Aho 21.6.2009)*



KUVA 7. Kuvakollaasi, jota käytin yhtenä lähtökohtana suunnitellessani tuftattua mattoa.

## Petturi II

*Totuutta etsimässä,  
ystävyyttä jättämässä.  
Elämän hetkinä,  
kuopattuina toiveina.*

*Yksi on jättänyt,  
toinen on pettänyt,  
kolmas on valehdellut.*

*Vilpitönkö tämä kolmas  
vai lojaali petturille,  
tunteiden pintaan kuohu  
säälipisteitä ei anneta petetylle.*

*Elämän perusarvot,  
pilarit joihin nojataan,  
huojuvat kahden välillä.*

*Halu luottaa  
halu uskoa, toivoa  
pitää muita rehellisinä.*

*Vaan aina joku tietää enemmän,  
on intuitio sanonut jo aiemmin,  
ei ole uskonut  
että ei kannata luottaa  
siihen mikä ei sanojansa pidä  
ei puheluihin vastaa.  
Ei kahville pyydä.  
( Hannele Aho 22.6.2009)*

## **Pelinappula**

*Sydän karrella  
vain yksinäinen paatti rannalla  
ilman matkustajaa  
vieressä istujaa*

*Ja Lenny Kravitz laulaa Again  
vieläkö muistat ne hetket  
aika kultaa muistot  
sillä jossain on se oikea,  
jonka kanssa ei tarvitse murehtia*

*Tulee vielä päivä jolloin en ole yksin,  
pelinappulana elämän kentässä  
maalaa etsien.  
(Hannele Aho 12.7.2009)*



KUVA 8. Sekatekniikalla toteutettu taulu, jossa käytin myös lähtökohtana tunteitani, runojani sekä lehtikuvia.



KUVA 9. Taulussa oleva nainen ja repaleinen mekko kuvaavat ystävääni, joka petti minut ja lähti elämästäni.

## **Elämän sävel**

*Tummanpuhuvia, kauniita sanoja  
raskaita sointuja  
se on musiikkiani  
joka päiväistä*

*Antaa tunteiden viedä  
sävelten mukana  
tuoda eteen väistämättömän  
elämän vivahteikkaan*

*Hiljaisuus on yhtä kuin kuolema  
keskustelu ilman sanoja  
katse ilman paloa  
suhde ilman tunnetta  
tarina ilman sanoja*

*Suunnannäyttävä  
tunteiden sanelija  
päivien tuuli  
ilon pisara  
(3.7.2009 Hannele Aho)*



KUVA 10. Mittasuhteet tuftatusta matosta.



### 3. KÄDENTAITOT JA HYVINVOINTI

Kädentaitojen osaamisella on pitkät juuret Suomessa. Ennen vaatteet ja asusteet sekä liinavaatteet valmistettiin itse alusta alkaen. Vaihtoehtona ei ollut tehtaissa valmistettuja valmiita vaatteita. Villasukkia neulottiin, koska tarvittiin lämmintä varpaille sekä mattoja ja ryijyjä kudottiin myös lämmikkeeksi.

Kädentaitojen merkitys on muuttunut vuosikymmenten saatossa. Omassa tuttavapiirissäni kädentaitoja tehdään enemmän harrastuspohjalta kuin elinkeinoksi. Kiireisessä elämärytmässä pieni levähdys ja tauko neuleen kera voi tuoda iloa elämän kiireeseen. Lomaviikon voi viettää mökillä kangaspuita paukutellen taikka matonkuteita leikaten. Toki on myös paljon ammatikseen kädentaitoja tekeviä, jotka valmistavat ja myyvät käsintehtyjä tuotteita. Kädentaitoryhmissä ei pyritä jäljittelemään heidän tuotteitaan, vaan pyritään tekemään luovaa työtä käsillä. Tuotteet tehdään yleensä joko itselle tai sukulaisille ja tuttaville lahjoiksi.

Eläkeiässä oleville yhteinen viikoittainen tapaaminen kädentaitojen merkeissä on todella tärkeä. Yhdessä tekemällä he neuvoivat toinen toistaan uuden tekniikan pariin sekä jakoivat onnistumisen iloja. (ks. kuva 11)



KUVA 11. Yhdessä tekemisen ja harjoittelamisen iloa Muisto-tuftauskurssilla Suokadun palvelutalon päiväkeskuksessa.

Käsitteenä sekä tekniikkana kädentaidot on hyvin laaja. Yleisesti kädentaidoilla tarkoitetaan kuitenkin käsillä tehtävää toimintaa. Kädentaidot viittaa enemmän käden toimintaan ja taitoihin, kun taas käsityö puolestaan työhön, jota tehdään käsillä. (ks. kuva 12 ja kuva 13 s. 14)

Kojonkoski-Rännäli (1995) pohtii teoksessa *Ajatus käsissämme*, Käsityön käsitteen merkityssisällön analyysi käsityö-sanan merkitystä. Käsityö-sana on yhdyssana, jonka etuosa käsi viittaa konkreettiseen materiaaliin, jota muokataan. Käsillä ei voida työstää abstraktia materiaalia. Työ-sana puolestaan kertoo toimijana olevan ihmisen. Käsityön materiaalin tulee olla luonnosta peräisin olevaa materiaalia. Työ-sanan merkityksestä seuraa, että käsityö on toimintaa, jota ohjaa ajatus.

*"Käsityöhön sisältyy idea tuotoksesta, siitä, mikä on syntymässä, sekä ajatus ja tieto siitä, miten se voidaan toteuttaa."*(Kojonkoski-Rännäli 1995, 31).



KUVA 12. Liisa tuftaamassa kissaa.

Kädentaitoja voidaan toteuttaa tarkoitusperäisesti tarpeeseen tai alkuidean mukaisesti sekä luovasti kokeilemalla ilman päämäärää. Luova prosessi voi rentouttaa ja tuoda hyvinvointia elämään. Päämäärät puolestaan voivat stressata aikatauluillaan. Toki päämäärätietoinen tekeminenkin voi tuoda hyvinvointia, jos itselle ei ole asetettu aikatauluja ja suuria paineita työn valmistumiselle.

Kädentaitoja harjoittaessa aina kuitenkin ovat mukana kädet. Ilman käsiä kaikki olisi automatisoitua ja koneellista. Tekijällä on välitön yhteys työstämäänsä materiaalin, mukana

voi olla myös koneita ja laitteita työstämisen apuvälineinä. Tuloksena on yleisesti jokin konkreettinen esine, jossa ilmenee kaikkien tekemisvaiheiden laatu. Eräällä tavalla se on tekijänsä persoonallisuuden ulkoinen toteutuma, jonka vuoksi myös tekijälleen usein hyvin tärkeä. Tuotoksella on merkittävä rooli ihmisen minäkuvan rakentajana ja itsetunnon kehittäjänä. (Kojonkoski-Rännäli 1995, 67-68)

*”Käsityö sisältää paitsi tuotteen valmistamisen, myös sen suunnittelun sekä esteettisten ominaisuuksien että teknisten ratkaisujen osalta. Käsityö on siis taitavaa tekemistä ja osaamista ns. toteuttavana työnä, mutta – mikä vielä oleellisempaa – siihen kuuluu myös ideointia, luovaa ongelmanratkaisua, ajattelua sekä suunnittelemisen ja suunnitelmien toimeenpanon tietävää hallitsemista.” (Kojonkoski-Rännäli 1995, 68)*



KUVA 13. Anja tuftaa uniryijyä lapsenlapselleen.

Kädentaitojen harjoittamiseen tarvitaan henkisten, älyllisten, fyysisten sekä motoristen kykyjen käyttöä sekä harjaantumista (Kojonkoski-Rännäli, 1995, 68). Kädentaidot siis vahvistavat tekijänsä älyllisiä, fyysisiä sekä motorisia taitoja. Näin ollen niillä on hyvää tekevää vaikutus elämässä.

Kojonkoski- Rännäli (1995) puhuu teoksessaan Ajatus käsissämme käsityön tekemisen synnyttävän ihmisessä sisäisiä kvalifikaatioita, henkisiä ja fyysisiä kykyjä sekä ominaisuuksia.

Käsityö aktivoi ihmisen kykyjä monipuolisesti sekä kehittää ihmistä tasapuolisesti kaikilla persoonallisuuden alueilla. Kojonkoski-Rännälin mukaan myös käytännön järki kehittyy käsitöitä tehdessä. Käytännön järki on kyky arvioida erillisten asioiden suhteita toisiinsa ja kokonaisuuteen sekä nähdä tapahtumien taustalla olevia tekijöitä ja ennakoida niiden seurauksia.

Käsityöprosessi on terapeuttisesta näkökulmasta katsottuna konkreettinen toiminnallinen muoto ja mentaalinen aktiviteetti, jossa luovien toimintatapojen harjoittaminen auttaa tekijää tuntemaan lopputuloksen kannalta tarpeelliset toimintatavat ja prosessit. Luovassa käsityöprosessissa yhdistyvät myös esteettisen ilmaisun ja rentoutumisen vaikutukset terapeuttisella tavalla. Käsityötä harrastavan henkilön toiminta ja sen tulos voivat vaikuttaa terapeuttisesti tekijään itseensä ja hänen valmiin työn katsojaansakin. (Vähälä 2003, 48-49)

### 3.1 Kädentaidot ja hyvinvointi vanhuksilla

Kädentaitojen sekä harrastusten merkitys on suuri varsinkin työelämän jättäneillä ihmisillä. Työelämän jälkeen vapaa-ajan runsaus voi yllättää, ellei ole jotain harrastuspiiriä, jossa käydä vakituisesti harrastamassa ja jutustelemassa. Rutiinit tuovat elämään järjestystä ja virkeyttä. Keskustellessani Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella käyvien vanhuksien kanssa ilmeni, kuinka kädentaitoja harrastamalla mieli pysyy virkeänä ja kädentaitokursseilla tapaa muita ihmisiä.

Tony Dunderfelt (2004) kertoo teoksessaan Elämänkaaripsykologia, että eläkeiässä on luovuttava monesta. Lisääntynyt vapaa-aika sekä vapautuminen eivät tuo aina kaikkea hienoa ja mahtavaa mukanaan. Kypsyiden ikävaiheessa olevilla on kuitenkin edessään vielä paljon kokemuksia ja kehitystehtäviä sekä mahdollisuuksia kasvuun. Silloin siirrytään yhteiskunnallisista talouden ja työelämän arvoista sisempiin arvoihin. Fyysiset vanhenemisoireet voivat viedä paljon aikaa ja kehitymisvoimaa. Mieli voi muuttua ruumiin rappeutumisen myötä painavaksi. Kypsyiden ikävaiheessa on myös ihmisiä, jotka ovat valoisia ja elämänmyönteisiä. He, jotka ovat löytäneet kaikesta huolimatta positiivisen elämänasenteen.

Uudet tai aiemmin koetut, mutta eläkeiällä uudestaan pintaan nousseet harrastukset tuovat paljon uusia kokemuksia. Uuden oppiminen ei ole mahdotonta eläkeiässä. Oppiminen on tällöin hiukan hitaampaa, mutta onnistuu varmasti. Uuden oppiminen tuo mukanaan



onnistumisen tunteen. Usein kuitenkin ajatellaan, ettei ikäihminen opi mitään uutta. Häntä syrjitään hänen ikänsä vuoksi.

Ikäsyrjintää kohdistetaan usein vanheneviin ihmisiin. Se on ihmisen sortamista, hänen yksilöllisyytensä ja oikeuksiensa unohtamista sekä vähättelyä. Ympäristö saattaa vaatia vanhusta olemaan hiljaa yksin kotonaan, mutta hän saattaa olla hyvissä voimissa tulemaan ihmisten keskuuteen. (Dunderfelt 2004, 214)

Vähälä pohtii artikkelissaan, että käsityön harrastaminen ja merkitys ihmiselle tulee esille monella taholla. Nuorten virkkausinnostuksen lisäksi käsityön harrastamista käytetään psyykkisen hyvinvoinnin lisäämistarkoituksessa, henkisten kriisitilanteiden hoidossa, vammaisien terapiassa, syrjäytyneiden psyykkisessä hoidossa, vanhusten vireystilan ylläpitämisessä, psykosomaattisten vaivojen hoidossa ja kasvatuksessa. Käsityö antaa virikkeitä ja aktivoi ajatustoimintaa. Käsityöprosessi sisältää kokonaisuuden hahmottamista ja visuaalista kuvittelua. Itsetunto kohoaa kun näkee valmiin työn valmistumisen omissa käsissä. Psyykkiset voimavarat kasvavat ja mielihyvä kohoaa samalla. (Vähälä 2006, 12)

Vieno Arvola (henkilökohtainen tiedonanto 20.4.2010) kertoo luovan toiminnan olevan erityisen tärkeää vanhusten hyvinvoinnin kannalta. Ennen ryhmiin tuloa vanhukset voivat suunnitella tuotteitaan etukäteen, jota kautta luovuus pääsee kukoistamaan. Kädentaidot ovat itsestään selvästi tärkeitä vanhuksilla, valmiista tuotteesta tulee iloa ja ryhmässä tutustuu muihin vanhuksiin.

Samoilla linjoilla on Eija Vähälä (2006) artikkelissaan Käsityön tekeminen on niin ihanaa! Hän toteaa luovuuden liittyvän aina käsitöihin. Luova ideointi eri vaiheissa käsityöprosessia on osoitus persoonan riskinottokyvystä, kyvystä kohdata todellisuutta ja itseä avoimesti. Harrastuksena tehtävä käsityö ei tavoittele lopputulosta vaan syntyy henkilön omasta luovuuden tahdosta. Tietämättään käsityön tekijä toimii näin terapeuttisesti. Käsityön tekeminen vaikuttaa tekijäänsä hyvinvointiin, antaa itsenäisyyden tunnetta ja vapautta harrastaa taitojensa mukaista toimintaa. (Vähälä 2006, 12-13)

Ahonen (1994) toteaa teoksessaan Löytöretki itseän, taiteen olevan hyvä itseilmaisun väline vanhusten terapiassa. Vanhuus voi olla aikaa, jolloin työskennellään elämässä keskeneräisiksi jääneiden asioiden kanssa. Tähän läpikertaamiseen tehokkaaksi menetelmäksi sopii taide, koska se mahdollistaa tunteiden purkamisen symbolisesti ja vaikeiden sekä ahdistavien asioiden käsittelyn turvallisesti. Vanhalla iällä ihminen voi päästää luovuutensa valloilleen ja kokeilla asioita, joihin ei ole ennen ollut aikaa tai jota ei ole aiemmin arvostettu.

Kuten tuftauskurssini kyselystäkin käy ilmi, että pääsääntöisesti vanhuksat aloittivat kädentaitojen harrastamisen eläkeikäällä, sillä työssä ollessa niille ei ollut aikaa tai niitä ei arvostettu. (ks. kappale 7.2. Aloituskyselyn kysymykset ja niiden tulokset s.36). Eläkeikäällä elämään tulee uutta aikaa, mutta samalla haluaa edelleen toteuttaa itseään kun ei sitä voi enää työssään tehdä. Itsensä haluaa tuntea edelleen arvostetuksi, minkä kokee valmiiden tuotteiden ja osaamisen kautta. Valmiin tuotteen voi antaa sukulaiselle lahjaksi, joka arvostaa tuotetta ja tulee iloiseksi.

### 3.2 Taiteet ja kädentaidot hyvinvoinnin lähteenä

Kädentaidot ovat yksi taiteenlaji. Kuten maalausta ja piirtämistä myös kädentaitoja tehdään käsillä. Luovuus on mukana, kun tuotetta suunnitellaan etukäteen sekä tekoprosessin aikana. Tuntuu kuitenkin siltä, että kädentaitoja ei arvosteta niin paljon kuin liikunnan harrastamista tai maalaamista ja piirtämistä.

Ahonen (1994) kertoo teoksessaan Löytöretki itseen taiteen olevan tunteiden tulkki. Ihminen voi ilmaista tunteitaan, joita ei voi sanoilla selittää taiteen kautta. Taiteen kautta voi löytää harmoniaa ja tasapainoa sisäiseen maailmaansa. Ahonen kertoo myös musiikin ja piirtämisen kautta ihmisen pystyvän prosessin aikana läpityöskennellä itselleen tärkeitä tunteita ja elämän kysymyksiä voi saman kokea myös kädentaitoja tehdessä.

Taide avaa ihmiselle uusia mahdollisuuksia itsetuntemuksen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen lisäämiseen. Taide on kommunikaatiokeino sekä vuorovaikutuksen väline. Psykkisesti sairaalle taidetoiminta voi olla usein yritys ilmaista ympäristölle omaa pahaa oloaan. Luovassa taideterapiassa on käytetty terapian välineenä taidetta. Itsehoitoprosessissa taiteen harrastaminen voi auttaa ihmistä kasvamaan ja eheytyään. (Ahonen 1994, 16-17)

Taide voi olla tie omiin tunteisiin ja itsetuntemukseen. Taiteen kautta voi löytää oman luovuuden. Luovuuden avulla voi ratkoa elämään ja olemiseen liittyviä ongelmia sekä läpityöskennellä vaikeita ja ahdistavia asioita, eheyttää ja toteuttaa itseään. Sen avulla sairastunut ihminen voi saada voimia koota itsensä jälleen. Luovuus myös ennaltaehkäisee mielenterveystyössä. Luovuuden merkitys on tärkeä ihmisen hyvinvoinnin kannalta. (Ahonen 1994, 19-20)

Omassa elämässäni pidän kädentaitoja hyvin tärkeinä. Ennen tämän tutkinnon aloittamista harrastin valtavasti kädentaitoja. Koulun aloittaessani aikaa ja energiaa ei ollut enää niin paljon harrastuksille. Olen silti tehnyt käsilläni aina jotain.

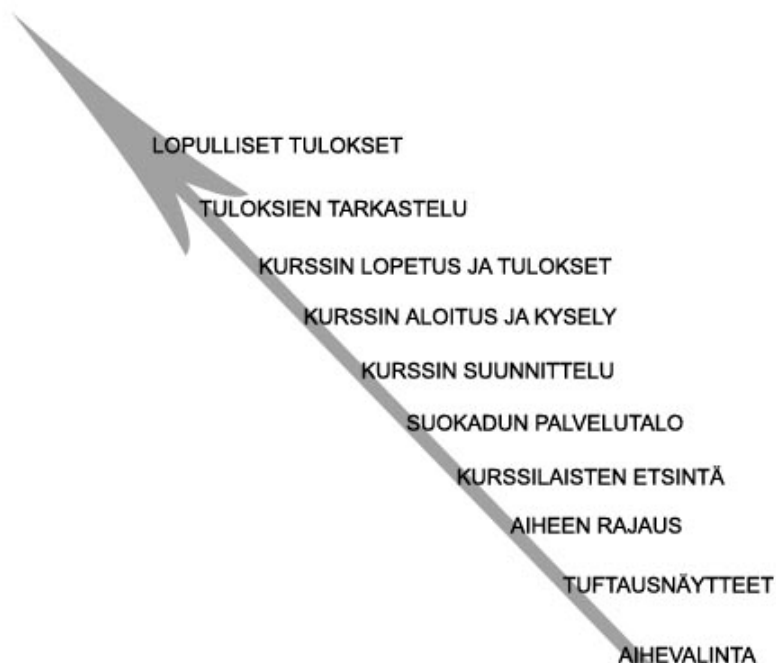
Olen saanut seurata ilolla oman mummuni ja isomummuni kädentaitoharrastuksia. Isomummuni Aune Honkanen asui 92-vuotiaaksi asti kotonaan ja virkkasi sekä neuloi vanhoille päiville asti, vaikka hän ei pystynyt enää laittamaan ruokaa itselleen, niin hän virkkasi. Virkkaus oli ilmeisesti hänelle henkireikä. Aiemmin hän oli kutonut paljon, mutta kunnon huononnettua hän siirtyi helpompaan tekniikkaan.

Myös mummuni Terttu Pietikäinen harrastaa paljon kädentaitoja. Eläkkeellä ollessaan hänellä on aikaa paneutua omiin harrastuksiinsa. Ennen eläkkeelle siirtymistä sikalatyötä tehdessään hänellä ei ollut juurikaan aikaa harrastuksille. Eläkkeelle siirtyessään hän aloitti posliininmaalauksen ja puutarhanhoidon.

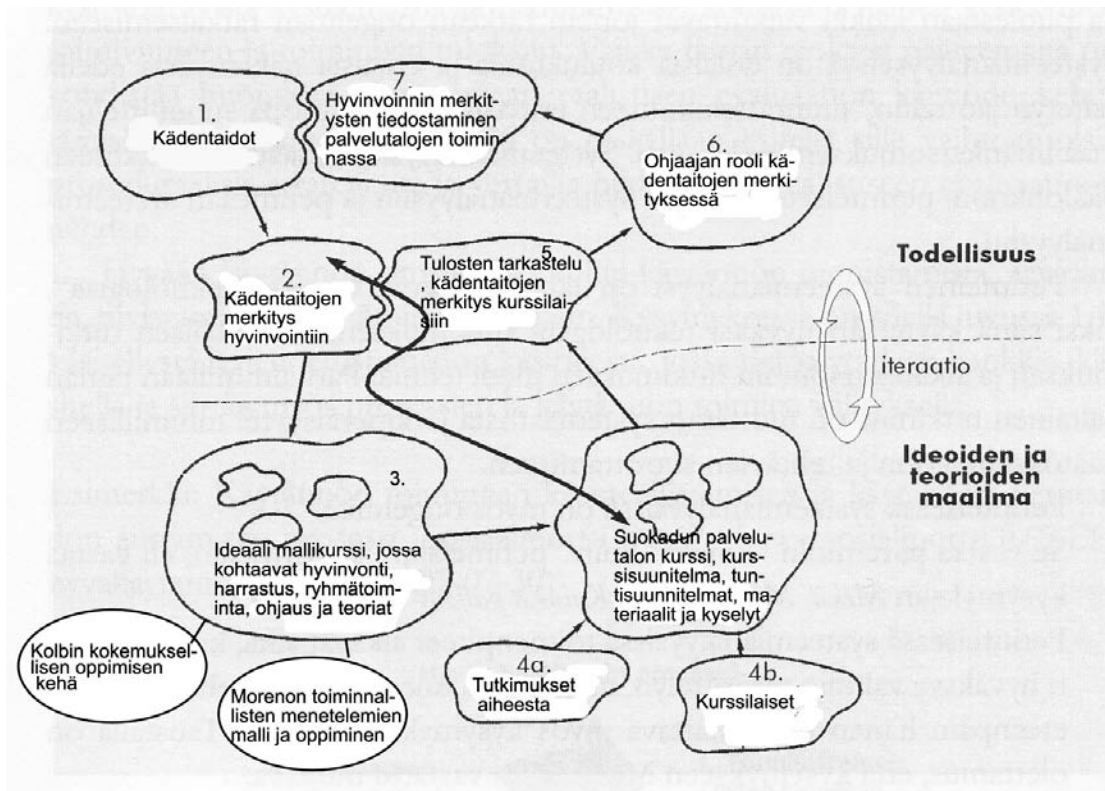
#### 4. OPINNÄYTETYÖN KULKU JA STRATEGIA

Aloittaessani opinnäytetyötä keväällä 2010 valmistin ensimmäiseksi käsintuftatut näytteet, joissa tarkkailin käyttämäni aikaa ja materiaalin menekkiä. Samoihin aikoihin rajasin aiheekseni kädentaidot ja niiden merkityksen hyvinvointiin. (ks. kuvio 1)

Vaikein vaihe näytteiden jälkeen oli ohjausryhmän etsiminen. Ensimmäisenä tiedustelin Kuopion evankelisluterilaisesta Tuomiokirkon seurakunnasta ryhmäläisiä. Toisena ohjauspaikkavaihtoehtona minulla oli Suokadun palvelutalon päiväkeskus. Ohjauspaikan löydyttyä kävin tutustumassa kurssilaisiin ja kerroin heille kurssin tehtävänannon. Ennen kurssin alkua laadin kurssisuunnitelman sekä tuntisuunnitelmat ohjauskerroille. Kurssin aikana pidän aloituskyselyn ja loppuvaiheessa palautekyselyn.



KUVIO 1. Opinnäytetyön kulku



KUVIO 2. Pehmeän systeemisuunnittelun malli (Anttila 2007, 134; soveltanut Aho 2010)

Opinnäytetyössäni käytän pehmeän systeemisuunnittelun mallin strategiaa. (ks. kuvio 2 s. 20) Lähtökohtanani ovat kädentaidot ja tuftaus, josta etenen kädentaitojen merkityksestä hyvinvointiin. Pohdin tämän jälkeen hyvinvoinnin merkitystä, harrastusten lisäämistä ryhmässä sekä ohjattujen ryhmien lisäämistä. Ideaalikirssini on uuden tekniikan opettaminen vanhuksille, jossa kohtaavat hyvinvoinnin merkitys, harrastuneisuus ja ryhmätoiminta. Suokadun palvelutalon päiväkeskuksen kurssin pohjaksi otan oma ideaalikirssini kurssi- ja tuntisuunnitelmiseen. Hyvinvoinnin merkitystä tarkkailen kyselyillä, joiden avulla saan tietoa kädentaitojen merkityksestä kurssilaisille. Lopuksi mietin, voiko kädentaitojen harrastamista ja ohjaamista lisätä palvelutaloissa.

## 5. MUISTO-KÄSINTUFTAUSKURSSIN ENNAKKOVALMISTELUT

Ennen kurssin alkua mietin itse ohjausta ja ohjaustilanteissa toimimista sekä laadin kurssisuunnitelman. Ryhmäläisille kerron ennen kurssin alkua tehtävänannon, jotta he voisivat aloittaa työn suunnittelun jo ennen kurssia.

Yhtenä tärkeimpänä lähtökohtana kurssilla on muisto. Muisto, joka voi olla valokuva, johon sisältyy onnellinen, surullinen tai traaginen tarina. Muiston kautta kurssilaiset piirtävät luonnoksen käsintuftattavasta kuvasta.

Lisäksi kurssilla keskustellaan aiheestani kädentaitojen merkityksestä hyvinvointiin. Pidän aloituskyselyn kädentaitojen merkityksestä hyvinvointiin kurssilaisille ensimmäisellä ohjauskerralla, viimeisellä ohjauskerralla puolestaan pidän palautekyselyn.

Kurssin suunnitteluvaiheessa mietin omaa ideaaliskurssiani sekä ideointimenetelmiä. Kurssilaisten tulisi saada kurssilla jotain uutta tietoa. Ideanani oli lähtökohta, jossa kurssilaiset lähtisivät suunnittelemaan työtä omista tunteistaan. Ensimmäisellä kerralla, kun töitä vielä suunnitellaan, näyttäisin vanhuksille vanhoja kuvia ja soittaisin inspiroivaa musiikkia, jotta heidän muistonsa tulisivat esille. He saisivat tämän jälkeen yhdessä miettiä omia muistojaan ja ottaa omista tai näyttämistäni kuvista mieluiset, joita he lähtisivät luonnostelemaan paperille. (ks. Ideaaliskurssin kurssisuunnitelma liite 2)

### 5.1 Ohjaamiseen valmistautuminen

Lähden toteuttamaan opinnäytetyönä Muisto-käsintuftauskurssia oman ammatillisen kasvun ja kiinnostuksen vuoksi. Asiakaspalvelutilanteissa tiedostamatta ohjaan ihmisiä, mutta tällöin ohjaus on hyvin lyhytkestoista. Vuosia sitten ollessani erilaisissa opettajan sijaisuuksissa nautin ohjaustilanteista ja tulevaisuudessa haluaisin jatkaa opintoja sekä valmistua käsityönopettajaksi.

*Kädentaidot ja tuotteistaminen* -kurssilta sain paljon neuvoja ohjaustilanteisiin ja opettajuuteen. Olen kiinnostunut erilaisista oppimis- ja ohjaustyyleistä.

Ohjauskertojen aikana tutkin itseäni ja menetelmiäni ohjaajana. Eeva-Liisa Nurmi ja Leena Räsänen (2004) toteavat artikkelissaan Yksilöohjaustyöpajat ohjauskoulutuksessa-ohjaustyöpajat peilinä ja reflektiotilana ihmisellä olevan erilaisia rooleja. Meillä on työ-, koti- ja

vapaa-ajan roolit. Myös ohjaajalla on oma roolinsa. Oman ohjaajuuden kehittämisen voi ymmärtää myös ohjaajan roolin vahvistamiseksi sekä kehittämiseksi itsessä. (Onnismaa, Pasanen & Spangar 2004, 80)

Kurssin aikana pyrin kehittämään omaa rooliani ohjaajana olemalla ammattimainen, kuunteleva sekä keskusteleva ohjaaja. Pyrin kysymään palautetta kurssilaisilta ohjauksesta, jotta pystyisin kehittämään omia taitojani. Kehitän niitä kuuntelemalla ja ottamalla palautetta vastaan. Palautteen mukaan yritän kehittää itseäni.

Ohjaajana kehittämisessä reflektiolla on tärkeä rooli. Reflektio on ohjaajan toimimisen edellytys. Omaa ohjaavuutta pyrin kehittämään kysymällä palautetta, jonka mukaan muutan omia tapojani. (Onnismaa, Pasanen & Spangar, 2004, 81)

Ohjaukseen on vaikea valmistautua kurssi- ja tuntisuunnitelmasta huolimatta, sillä etukäteen ei voi ennakoita, mitä ongelmia tulee vastaan. Näin ollen ohjaajan täytyy olla jatkuvasti ohjaustilanteessa vuorovaikutuksessa ryhmän kanssa. Jokaista ryhmässä olevaa yksilöä tulee ohjata omalla tavalla, koska jokaisella ihmisellä on omat arvonsa, pyrkimyksensä ja taitonsa (Vuorinen 1995, 7).

## 5.2 Motivaation lähteellä

Ennen kurssia pelkäsin, että osa kurssilaisista jää kesken kurssin pois. Kolme kertaa kestävä kurssi voi tuntua joistakin liian pitkältä ajalta, varsinkin jos tekniikka ei ole itselle mieleinen.

Vapaaehtoisessa opiskelussa jokaisella kurssilaisella on oma perusmotivaationsa, jonka takia hän on tullut kurssille. Motivaatio voi kuitenkin laskea kesken kurssin. Koko kurssia en voi rajoittaa pelkästään siihen, mitä kurssilaiset haluavat, sillä parhaimmillaan minulla ohjaajana voi olla sellaista annettavaa, jota opiskelijat eivät koskaan osaa kysyä. (Vuorinen 1995, 23)

Vuorinen (1995) neuvoo kirjassaan Tuhat tapaa opettaa motivaation rakentamiseen selvittämällä kurssilaisten tavoitteita kurssin aikana. Ensisijainen vastuu opiskelumotivaatiosta aikuisopetuksessa on kurssilaisella itsellään, mutta osa vastuusta kuuluu aina ohjaajalle, koska monet motivaatiota ylläpitävät tekijät ovat hänen toiminnastaan riippuvaisia.

Pyrin esittämään kurssin aiheen kurssilla mahdollisimman mielenkiintoisesti, mutta asiallisesti. Vanhusten motivaation voi luoda juuri uusi tekniikka sekä uusi ohjaaja.

### 5.3 Käytännöllinen opetus ja ohjaus

Muisto-käsintuftauskurssilla pyrin hyvin käytännölliseen lähestymistapaan. Suunnittelin kurssin siten, että otan mahdollisimman vähän teoriaa ja enemmän käytäntöä. Jokainen kurssilainen saa itse kokeilla laitteita ja niiden langoitusta sekä harjoitella käsintuftausta ennen varsinaisen kuvan tuftaamista.

Kurssin alussa huomioin ryhmän koon, jonka mukaan valitsen työtavan. Aloituskerralla pidin myös ensimmäisen kyselyn sekä pienen keskustelun kädentaidoista ja niiden vaikutuksesta hyvinvointiin.

Esittelen kurssisuunnitelman tunnin aluksi kertomalla kurssin etenemisestä, sekä kerron käytettävistä työvälineistä. Kyselyn ja siitä keskustelun ajan siirryn keskustelemaan opetukseen, jonka jälkeen on vuorossa yksilöllistä opetusta sekä pienryhmäopetusta tuftauskehikkojen ympärillä. (Vuorinen 1995, 78-79, 81-81, 92-100, 107-110)

#### 5.3.1 Kolbin oppimisen kehä

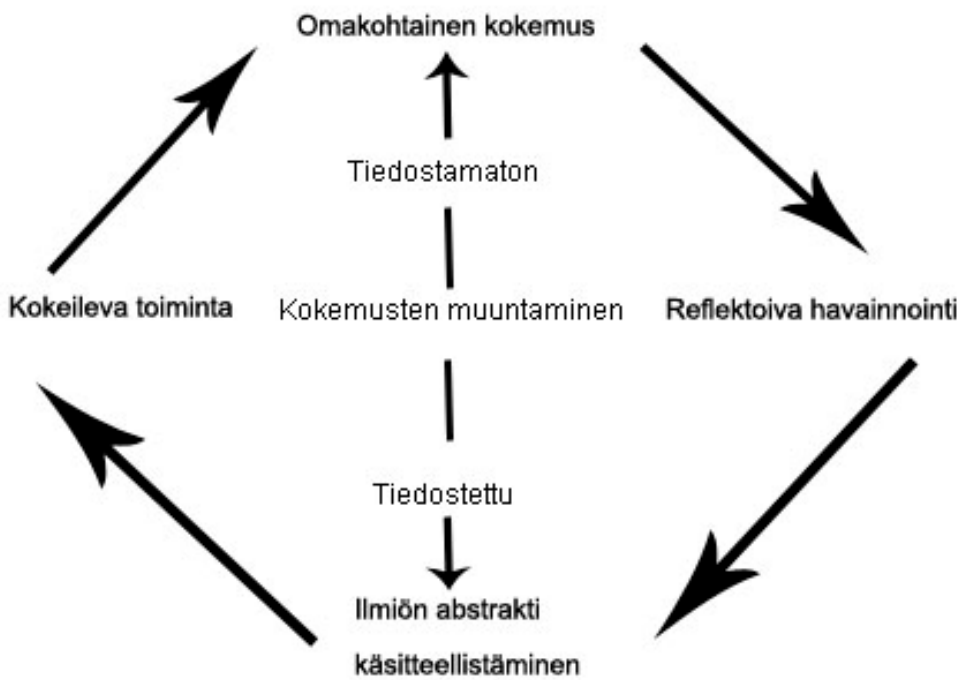
Muisto-käsintuftauskurssilla oppimista voidaan verrata Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehään (ks. kuvio 3 s. 24), jossa on kaksi lähtökohtaa: oppimisen perustuminen aina ihmisen aikaisempaan tietoon sekä tehokkaaseen oppimiseen, jossa lähdetään liikkeelle ongelmallisena koetun kokemuksen tarkastelusta. (Onnismaa, Pasanen & Spangar 2004, 269)

Kaikilla vanhuksilla on jotain aikaisempaa tietoa ainakin kädentaidoista, jollei varsinaisesti ihan ryijyistä. Kurssilla oppiminen on tehokasta, sillä siellä lähdetään liikkeelle kurssilaisen omasta muistosta ja tarinasta. Kokemus voi olla ongelmallinen tai sitten muuten vain muistorikas.

Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehän läpäisee kaksi vastakkaista ulottuvuutta. Pystysuora kehä kuvaa tiedostamaton- tietoinen- ulottuvuutta. Ylhäällä on aisti ja alhaalla teorian tekeminen, mikä näkyy kuviossa 3 sivulla 27. Vaakasuora kehä ulottuvuus kuvaa kokemuksen muuntamista uudeksi käytännöksi eli toisin sanoen reflektoinnin ja aktiivisen toiminnan välistä ulottuvuutta. Oppiminen koostuu neljästä vaiheesta, prosessista: kokemuksesta- reflektoinnista- käsitteellistämisestä- käytännön testaamisesta. (Onnismaa, Pasanen & Spangar 2004, 269)



Kurssilla aistina toimii näkö-, tunto- ja kuuloaisti. Teorian tekeminen on puolestaan käsintuftaamista, kuvan valmistamista. Kurssilaiset pääsevät ensin kokeilemaan käsintuftausta, jonka jälkeen he suunnittelevat valmistettavan kuvan. Aktiivinen toiminta on käsintuftaamista, harjoitteen valmistamista. Ensimmäinen kokemus tapahtuu puolestaan kurssin alussa, kun he kuulevat ensi kertaa käsintuftaamisesta sekä pääsevät kokeilemaan sitä käytännössä.

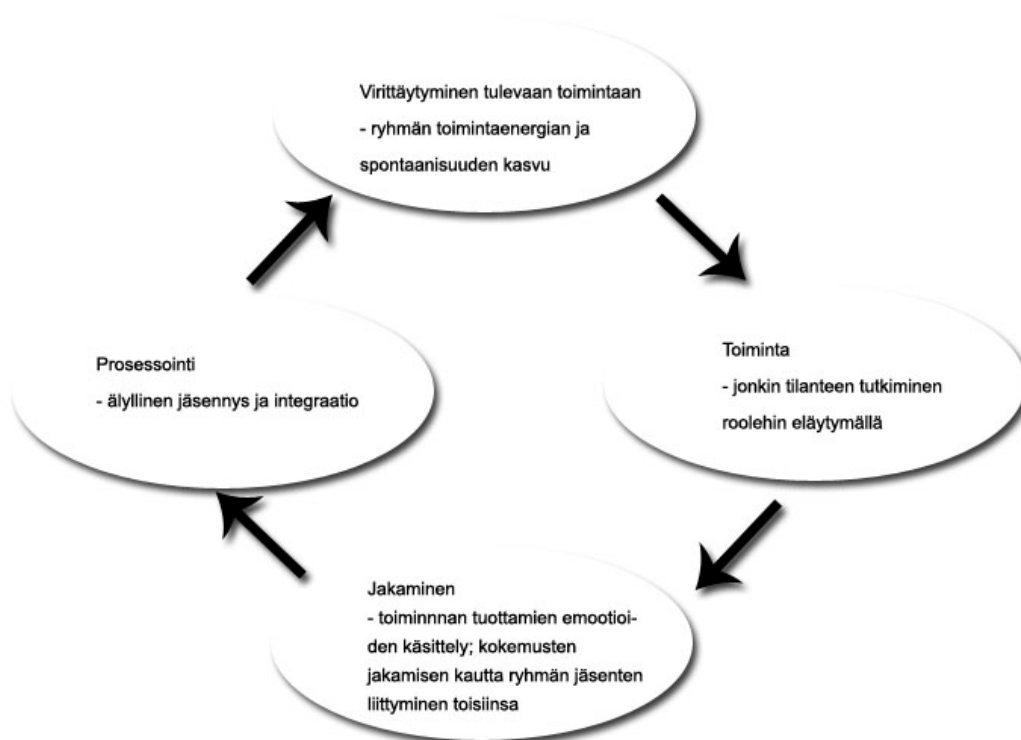


KUVIO 3. Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehä.

### 5.3.2 Morenon toiminnallisten menetelmien malli ja oppiminen

Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehän lisäksi Muisto- käsintuftauskurssin oppimiseen voidaan liittää Morenon toiminnallisten menetelmien malli ja oppiminen. (ks. kuvio 4 s. 25) Morenon malliin liittyy kokonaisvaltainen oppimisen malli, jossa ajattelu, tunne ja tekeminen kehittyvät jatkuvassa vuorovaikutuksessa. Oppimisen edellytyksenä on sopiva virittäytyminen spontaanisuuden tilaan, jota seuraa toimintavaihe. Toimintavaiheen jälkeen sen aiheuttamia reaktioita ja tunnekokemuksia jaetaan, ja vasta tämän jälkeen siirrytään toiminnan analysointiin ja älylliseen erittelyyn. (Onnismaa, Pasanen & Spangar, 2004, 266)

Muisto-käsintuftauskurssi alkaa virittäytymisellä, jolloin pidän pienen kyselyn, aiheesta. Toimintavaiheessa kokeilemme tuftauslaitteita, jonka jälkeen kurssilaiset suunnittelevat muistoista ja tarinoista tuftattavat kuvalliset versiot, samaan aikaan he keskusteleivat omista muistoistaan. Kurssilaiset keskustelevat myös tekniikasta ja omista tunteistaan tätä tekniikkaa kohtaan, esimerkiksi onko tekniikka vaikea vai helppo. Toimintavaihetta on myös se vaihe, jolloin aloitetaan tuftamaan omia muistoja. Toimintaa eli tuftausta analysoidaan ja eritellään aina ohjaustuntien lopussa.



KUVIO 4. Morenon toiminnallisten menetelmien malli ja oppiminen.

## 6. KÄSINTUFTAUS

Käsintuftaus on tekniikka, jossa tuftauslaitetta käyttäen saadaan ryijymäistä nukallista pintaa. Apuvälineenä käytetään kehikkoa, johon on pingotettu harvahko pohjakangas. Työskentely on nopeampaa ja vapaampaa kuin esimerkiksi kangaspuissa ryijyä tehtäessä. Nukkalangoiksi käyvät useat langat ohuesta paksuhkoon lankaan, esimerkiksi puuvilla, villa, pellava, mohair ja efektilangat. Lankana voi käyttää myös jäännöslankoja. Tuftauksella voi valmistaa esimerkiksi seinävaatteita, ryijyjä, pieniä mattoja ja istuinalusia. Tekniikkaa voi soveltaa myös esimerkiksi osana laukkuun ja asusteisiin. Tuftaus viimeistellään kiinnittämällä langanpäät liimalla. (Markkola 2008, 13)

Käsintuftauksesta on tietoa varsin vähän, mutta muutama opinnäytetyö siitä on tehty aiemmin. Lea Markkola perehtyy opinnäytetyössään Ryijy neulalla tuftaten käsintuftaamiseen ja vertailee erilaisia tuftausneuloja. Hän on myös haastatellut ryijyntekijä Vuokko Lemmettyä, jolta hän on saanut paljon tietoa tuftauksesta. Irene Ruhasen päättötyö Käsintehdyn tuftauksen perusteet puolestaan keskittyy kertomaan erilaisista nukkalangoista, pohjakankaista, niiden kiinnittämisestä sekä käsintuftauksesta käyttäen tuftauspistoolia.

Tuftaus on vanha tekniikka, jota on todennäköisesti harrastettu jo yli 100 vuotta. Vuonna 1895 Catherine Evans valmisti ensimmäisen tuftatun päiväpeiton mallinaan perintökalleus. Viisi vuotta myöhemmin hän myi samanlaisen päiväpeiton 2,5 dollarilla. Suosio kasvoi ja hän sai paljon tilauksia. Aluksi hänellä oli apunaan naapurit, jonka jälkeen hän perusti Evans Manufacturing Companyn vuonna 1917. Tehdas toimi vuoteen 1963 asti, jolloin toinen omistajista kuoli. (<16.5.2010>[http://www.kesapirtti.fi/SampolAviisi\\_2009.pdf](http://www.kesapirtti.fi/SampolAviisi_2009.pdf), 15)

## 6.1 Kuinka tuftataan



KUVA 14. Tuftauskankaan pingoittaminen naulalistaan.



KUVA 15. Lähikuva tuftauskankaan pingoittamisesta.

Tuftaukseen tarvitaan kehys, johon harva pohjakangas pingotetaan. Näytteissäni käytin suurta kehystä ja harvaa tekokuituista pohjakangasta. Muita tärkeitä tarvikkeita ovat mittanauha, sakset, kyniä ja tusseja, tuftauslaite, lankaa, liimaa ja sivellin.

Tuftaus aloitetaan pingottamalla kangas kehikkoon. (ks. kuvat 14 ja 15) Naulalista käyttäessä kangas pingotetaan kiinnittämällä se ensin kehikon yläreunaan pingottaen kangasta keskeltä reunoja kohti. Seuraavaksi pingotetaan alareuna ja viimeisenä samalla tavalla sivun reunat. Kangas saadaan lankasuoraan kehikon päälle käyttäen apuna kankaassa olevaa valkoista raitaa. Kiristäminen tapahtuu aina vastakkaisilta puolilta. Esimerkiksi, kun yläreunaa pingotetaan vedetään kangasta vastakkaisesta suunnasta eli alareunasta ja reunoja pingottaessa kangasta vedetään vastakkaisesta reunasta. Naulalista käyttäessä piikkien täytyy olla koko piikkirivin matkalta samassa lankarivissä, jotta kangas on tasakireä. Kankaan täytyy olla napakasti pingotettu, jotta se kestää tuftauslaitteen askeltamisen. (Ruhanen 1994, 18)

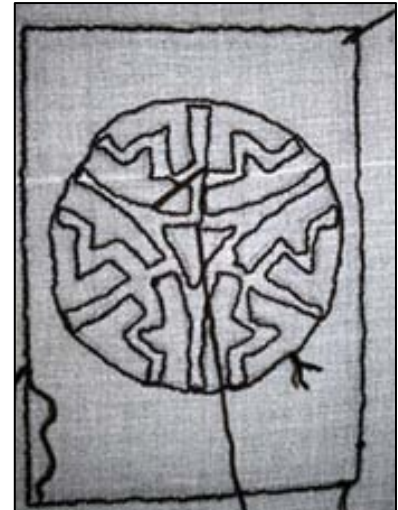
Tämän jälkeen kankaan nurjalle puolelle jäljennetään tussilla tai lyijykynällä tuftattava kuvio peilikuvana. (ks. kuva 20 s. 31 ja kuva 16) Kankaan ja kehikon reunan väliin tulee jättää 2,5 senttimetriä tyhjää tilaa työskentelyalueen helpottamisen vuoksi.



KUVA 16. Lyijykynällä jäljennetty kuva tuftauskankaan nurjalle puolelle.



KUVA 17. Ensimmäiset vaiheet tuftaamisessa. Ääriviivojen tuftaaminen.



KUVA 18. Yksityiskohtien tuftaaminen.

Tuftausneula liikkuu nurjalla puolella ja kankaan oikea eli nukkapuoli on kehiksessä alaspäin. Lankasilmukat muodostuvat kehiksen sisäpuolelle. (Markkola 2008, 14)

Kuviota piirtäessä tulee ottaa huomioon myös se, että kuvio muodostuu oikealle puolelle peilikuvana sekä nukkarivien etäisyys toisistaan. Esimerkiksi paksulla langalla tuftattaessa nukkarivien etäisyys on 0,5 senttimetriä.

Tuftatessa käytin Toika Ky:ltä tilattavaa tuftauslaitetta. Tuftauslaitteessa on nukan pituuden säädin. Säädintä voi pyörittää ruuvimeisseliä apuna käyttäen välillä A-D. Sädöllä A saa lyhyintä nukkaa ja säätö D tekee pisintä nukkaa. Neulan valmiit nukkapituudet ovat 1 cm, 1,5 cm, 2,5 cm ja 3,5 cm. Nukan pituuden voi asettaa myös haluamalleen säädölle valmiiden pituuksien välille. (Markkola 2008, 22)



KUVA 19. Tuftauslaite langoitetaan pujotusneulalla.

Laite langoitetaan työntämällä puinen kahva alas, niin että nukan pituuden säädin ei ole näkyvässä. Laitteen mukana tullut pujotusneula pujotetaan laitteen toisessa päässä olevan onton neulan läpi. (ks. kuva 19) Lanka vedetään pujotusneulan silmukasta läpi ja vedetään onton neulan läpi. Ennen tuftausta lanka kannattaa tasoittaa niin, että lankaa on noin 1,5 senttimetriä näkyvillä neulan kärjestä. (Toikan ohjemoniste, 4)

Tuftaus aloitetaan pitämällä oikealla kädellä laitteen puisesta kahvasta ja vasemmalla kädellä metallisesta U:n mallisesta ulokkeesta. Paininjalka nostetaan ylös nostamalla vasemmalla kädellä metallista uloketta ylös. Neula upotetaan kankaan läpi niin pitkälle kuin se menee, samalla kun paininjalka on ylhäällä. Laite pyritään pitämään koko ajan pystysuorassa asennossa. (ks. kuva 16 s. 28) Paininjalka painetaan seuraavaksi niin alas kuin se menee ja saavuttaa kankaan pinnan. Nukat muodostuvat, kun paininjalka ja neula ovat vuorotellen ylhäällä ja alhaalla. Tuftaus aloitetaan kuvion ääri viivoista (ks. kuva 17 s. 28), jonka jälkeen edetään kuvion pienimpiin yksityiskohtiin. (ks. kuva 18 s. 28) (Toikan ohjemoniste, 5)

Kulmassa kääntyessä neula pidetään ylhäällä (ks. kuva 20) ja paininjalka alhaalla, käännetään laite ja jatketaan tuftaamista. Kun työ on valmis tai lankaa halutaan vaihtaa, katkaistaan lanka vetämällä samalla laitetta varovasti ylös kankaasta. Kun koko työ on valmis, se liimataan nurjalta puolelta.

Liimana voidaan käyttää lateksiliimaa, sillä se kestää vesipesun. Nukan kiinnittämiseen voi käyttää myös 1:4 vedellä laimennettua Erikeeper-liimaa. Erikeeper ei kestä vesipesua. Liima levitetään työn nurjalle puolelle, joko siveltimellä tai sumuttamalla. Liima ei kannata levittää yli tuftattujen alueiden, jotta reunat saa ommeltua siististi. (Ruhanen 1994, 16-17)



KUVA 20. Tuftauslaitteen pitäminen pystysuorassa kohti kangasta.



## 6.2 Näytteet

Ennen Muisto-käsintuftauskurssia tuftasin kolme näytettä tarkistaakseni langan menekin sekä tuftaukseen kuluvan ajan.

Näytteiden kuvina käytin kelttisymboleja (ks. Liite 1 Tuftattujen näytteiden kuvat), koska halusin käyttää itselleni merkityksellisiä kuvia. Olen ollut kiinnostunut kelttiläisyydestä ja kelttikuvista useita vuosia ja haaveilenkin matkasta Irlantiin ja Skotlantiin.

Minun oli tarkoitus tuftata vain kaksi näytettä, mutta innostuin ja tuftasin toisen näytteen kahteen kertaan käyttäen värejä toisinpäin. Kaksi ensimmäistä näytettä tuftasin vain kahdella värillä. Viimeisessä käytin kerien jäännöksiä kokeilumielessä. (ks. kuvat 22 ja 23 s. 32) Langanpäitä tuli paljon enemmän, mutta näytteestä tuli värikkäämpi. Näytteitä tuftatessa laskin lankojen menekkiä viimeistä näytettä lukuun ottamatta. Tarkkailin myös ajankäyttöä, jotta tietäisin, minkä kokoisia töitä olisi realistista tehdä yhdeksän tunnin kurssilla. Menekit näkyvät taulukosta 1 sivulla 33.

Oma tuftauskäsialani on tiheä ja tällöin lankaakin menee suhteessa enemmän kuin harvempaan tuftattaessa. Harvempaan tuftatessa myös aikaa menisi vähemmän kuin minulla. Tiheään tuftatessa oikealla puolella olevia lankalenkkejä on vaikeampi leikata auki. Toisaalta jos pinta on tasaista, voi lenkit jättää leikkaamatta.



KUVA 21. Lyijykynällä jäljennetty kelttipuu.








KUVA 22. Valmis tuftattu kelttipuu nurjalta puolelta ennen langanpäiden tasoitusta.



KUVA 23. Valmis kelttipuu oikealta puolelta ennen nukkien aukileikkaamista.

TAULUKKO 1. Langan ja ajan menekistä.

NÄYTE	KOKO JA TIHEYS	LANGAN MENEKKI JA AIKA	
1.		<p>Koko: 34 cmx25 cm Nukan tiheys 7 lankaa/cm</p>	<p>Ruskeaa villaa 100g, mustaa villaa 50 g Aikaa noin 6h</p>
2.		<p>Koko: 34 cmx25cm Nukan tiheys: 8 lankaa/ cm</p>	<p>Mustaa villaa 100g, ruskeaa villaa 50 g Aikaa noin 6 h</p>
3.		<p>Koko: halkaisija 29 cm Nukan tiheys: 5 lankaa/ cm</p>	<p>Villa- ja sekalaisen lankojen menekkiä yh- teensä noin 200g Aikaa noin 8 h</p>

## 7. MUISTO -KÄSINTUFTAUSKURSSILLA

Pidin kolme ohjauskertaa Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella. Ennen ensimmäistä kertaa annoin kurssilaisille tehtävänannon. Tehtävänantona ja kurssin nimenäkin oli muisto. Muiston kautta kurssilaisten tuli luonnostella tuleva kuva tuftattavasta tekstiilistä. Ensimmäisellä kurssikerralla tuli olla mukana tarina, mutta myös kuva sai olla mukana.

Suunnittelin kurssin ideaaliturssin puitteissa, mutta en voinut toteuttaa kurssia suunnitelmien mukaan Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella. Palvelutalon kädentaitopiireissä käyvät vanhuksat ovat toimineet kädentaitokursseilla aina saman kaavan mukaan. Heillä on ollut joku opettajan antama malli, jonka mukaan he ovat toteuttaneet oman tuotoksensa. He eivät ole tottuneet suunnittelemaan luovasti saati käyttämään omia tunteitaan lähtökohtana suunnitteluprosessissa. He eivät myöskään ole tottuneet uusiin ja nuoriin ihmisiin eivätkä kerro helposti omista asioista varsinkaan vieraille ihmisille saati tutuillekaan. Näin ollen jouduin etenemään Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella kurssilaisten mukaan ja heidän ehdoillaan.

Kurssisuunnitelman tavoitteisiin kuului tufaukseen ja siinä käytettäviin tarvikkeisiin tutustuminen, jonka jälkeen kurssilaiset suunnittelevat tarinan tai kuvan kautta luonnoksen tuftattavasta kuvasta. Luovan tuotesuunnittelun oppimisen jälkeen kurssilaiset osaavat tuftata itsenäisesti. Tuftattavat harjoitteet lisäävät keskittymis- ja toimintakykyä sekä hahmottamista ja koordinaatiota. Tuftauksessa kädet saavat liikuntaa. Kädentaitojen harjoittaminen auttaa masennukseen ja tuo elämyksiä sekä hyvinvointia elämään. Kurssilaiset saavat lopuksi valmiin tuotteen, joka palkitsee tekijänsä. (ks. kurssisuunnitelma liitteestä)

### 7.1 Ensimmäinen ohjauskerta

Ensimmäisellä kerralla vain muutamalla oli tarina mukanaan. Monella kurssilaisella oli vaikeuksia lähteä luonnostelemaan omaa muistoaan kuvan muotoon. Kolme kurssilaista lähti runosta liikkeelle. Lähtökohtia olivat uniruno lapsen lapselle, runo kissasta verraten omaa pahakurista kissaa sekä siiliruno (ks. kuvat 24 ja 25 s.35). Kahdella muulla kurssilaisella ei ollut tekstiä, josta lähteä liikkeelle. En voinut pakottaa tekstin tekoon, vaikka se olikin lähtökohtana kurssilla. Suunnitteluprosessi koettiin vaikeana, sillä yleensä vanhuksat ovat aloittaneet kädentaidoissa valmiista mallista taikka omasta pienestä ideasta. Suunnitelmia ei ole piirretty paperille saati kirjoitettu muistiin.



KUVA 24. Seija tuftaa kuvaa siillistä.



KUVA 25. Liisa jäljentämässä kissan kuvaa tuftauskankaan nurjalle puolelle.



Ensimmäisen ohjauskerran aloitin esittelemällä opinnäytetyöni aiheen sekä itseni. (ks. Liite 3 Tuntisuunnitelma) Tällä kerralla minulla oli mukana esimerkkitoita sekä näytteitä. Lisäksi pidin ensimmäisellä kerralla kyselyn kädentaitojen merkityksestä hyvinvointiin.

Näyttäessäni tuftauslaitteen käyttöä jaksoivat kaikki vielä kuunnella ja katsoa, mutta tuftauslaitteen kokeilun aikana ilmassa oli pientä epätoivoa. Laite koettiin aluksi hankalaksi, ennen kuin kurssilaiset pääsivät oikeaan rytmiin laitteen käytössä. Ennen kuin laite ja rytmi tulivat tutuksi kurssilaiset käyttivät tuftaamiseen voimaa. Epätoivon tunteiden vallitessa osa kurssilaisista hajaantui tekemään muita askartelutoita. Osa jätti tuftaustyön kokeilematta tai kokeili laitetta. Moni ajatteli, ettei pysty toteuttamaan tuftaustyötä tai ei osaa käyttää laitetta. Kannustukseni jälkeen moni kuitenkin kokeili laitetta ja opetukseni jälkeen osasi käyttää sitä. Muisto-tehtävänanto tuotti myös vaikeuksia, sillä kaikki kurssilaiset eivät olleet miettineet koko tehtävänantoa. Osalla oli mielessään kuva tai jopa mukanaan kuva ja yhdellä askartelukerholaisista oli mukanaan runokirja, josta oli valittuna jo valmiiksi yksi runo. Kaksi muuta kurssilaista innostui Anjan tuomasta runokirjasta ja valitsi myös itselleen runon samasta kirjasta tuftattavan työn taustalle. Luonnostelu vei aikaa jonkin verran, sillä suurin osa kurssilaisista olisi halunnut piirtää tuotteen suoraan tuftauskankaalle. Tässä asiassa en kuitenkaan joutanut, vaan vaadin jonkinlaista luonnosta paperilla ennen kuvan jäljentämistä kankaalle.

## 7.2 Aloituskyselyn kysymykset ja tulokset

Keräsin tietoa Muisto-käsintuftauskurssille osallistujilta kyselyn avulla. Tiedonkeruumenetelmäksi otin kyselyn, koska näin sain jokaiselta osallistujalta avointa tietoa. Kaikki eivät välttämättä halua puhua ääneen kokemuksistaan vaan kirjoittavat sen mieluummin paperille.

Kyselytutkimus kuvaa laajojen joukkojen käsityksiä, mielipiteitä ja asenteita. Se on tyypillinen muuttujien välisiä suhteita tarkasteleva menetelmä. Ne soveltuvat parhaiten erilaisten tilanteiden, käytänteiden ja olosuhteiden kartoitukseen sekä vertailujen tekemiseen. Kyselytutkimuksen etuna on sen suoma mahdollisuus tieto- ja intymiteettisuojaan. Kyselyaineiston perusoletuksena on, että vastaajat ovat rehellisiä ja, että vastaukset voidaan saada kokoon täsmällisesti ja luotettavasti. Kysely tapahtuu sitä tarkoitusta varten

suunnitellun lomakkeen avulla ja siihen sisältyy tietty määrä kysymyksiä. (Anttila 1996, 237-238)

Tuftauskurssin osallistujille suunnatussa kyselyssä käytin vain avoimia kysymyksiä. Avoimia kysymyksiä käytettäessä on tietty riski, ettei kysymykseen vastata täydellisesti. Kysymysten asettelussa täytyi ottaa huomioon, ettei kysymykseen pysty vastaamaan vain sanoin kyllä tai ei.

Kysymyksiä miettiessäni pohdin lähdekirjallisuudesta saamaani materiaalia sekä omia kokemuksiani.

Kysymykset:

- Mitä kädentaidot merkitsevät sinulle?
- Kuinka usein harrastat kädentaitoja?
- Mitä tekniikkoja käytät?
- Milloin olet aloittanut kädentaitojen harrastamisen?
- Mikä merkitys kädentaitojen harrastamisella on omaan hyvinvointiisi?

Mitä kädentaidot merkitsevät sinulle- kysymyksen pohjalla on Kojonkoski-Rännälin toteamus siitä, että kädentaitojen harjoittamiseen tarvitaan henkisten, älyllisten, fyysisten sekä motoristen kykyjen käyttöä sekä harjaantumista. Kojonkoski-Rännälin mukaan käsityö aktivoi ihmisen kykyjä monipuolisesti sekä kehittää ihmistä tasapuolisesti kaikilla persoonallisuuden alueilla. (ks. luku 3 s. 36)

Kuinka usein harrastat kädentaitoja -kysymys pohjautuu omiin kokemuksiini kädentaitojen harrastamisesta. Harrastan itse kädentaitoja useita kertoja viikossa ja mielestäni se rentouttaa hyvin muusta maailmasta ja huolista. Toiselle voi riittää kädentaitoja kerta viikossa ohjatussa piirissä, kun taas toinen haluaa tehdä kädentaitoja päivittäin itsenäisesti.

Tekniikkoja halusin kysellä, koska omassa koulutuksessani olen opetellut ja tutustunut hyvin laajaan kirjoon eri tekstiilitekniikoita. Tulevaisuudessa haluan ohjata eri kursseja ja halusin jo nyt selvittää, mistä tekniikoista vanhuksat ovat kiinnostuneet.

Kädentaitojen aloittamisesta kysyin puolestaan, koska olen kiinnostunut tietämään ovatko kaikki vanhuksat harrastaneet kädentaitoja lapsena, nuorena, työikäisenä vai vasta aloittaneet kädentaitojen harrastamisen eläkeiässä.

Kädentaitojen harrastamisen merkitys omaan hyvinvointiin -kysymys pohjautuu Eija Vähälän aineistoon, jossa hän toteaa luovassa käsityöprosessissa yhdistyvän esteettisen ilmaisun ja rentoutumisen vaikutuksen. (ks. luku 3 s. 15)

Kyselyyn vastasi 11 kurssilaista. Kaikki vastaajat olivat eläkeikäisiä naisia. Ikäjakauma oli 63-86 vuoden välissä. Kaikille yhteinen tekijä oli kädentaitojen harrastaminen ja siitä nauttiminen.

Usealle vastaajalle kädentaidot merkitsivät vaihtelua arkeen, rentoutumista, harrastusta ja uuden oppimista.

Esimerkkejä:

Esim. 1. "... henkireikä elämässä... Tuo mielihyvää ja onnistumisen elämyksiä... Yhdessäolo ja keskustelut ryhmässä virkistävät... toisten kannustavat ja kehuvat kommentit tuovat mielihyvää..."

Esim. 2. "... Mieli pysyy virkeänä ja aktivoi aivoja ja käden toimintoja... Itse tehdyt työt aiheuttavat mielihyvää ja kohottavat itsetuntoa..."

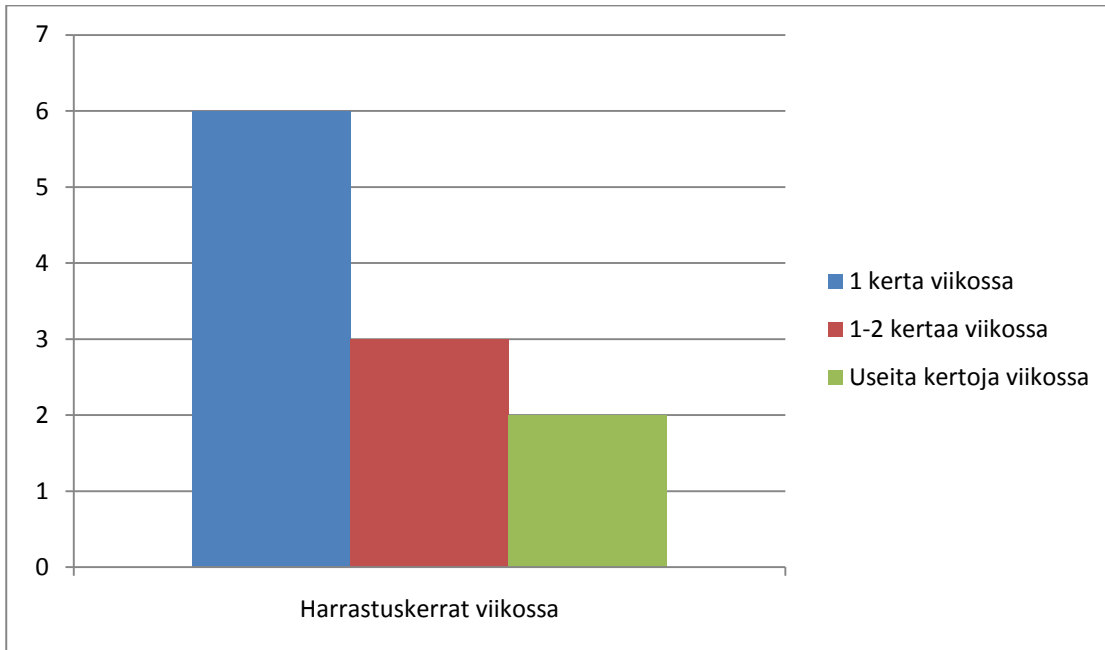
Kuinka usein harrastat kädentaitoja- kysymykseen suurin osa vastasi useita kertoja viikossa. Vain kaksi vastaajista kertoi harrastavansa kädentaitoja kerran viikossa, kolme 1-2 kertaa viikossa ja kuusi vastaajaa useita kertoja viikossa. (ks. kuvio 5 s. 39)

Esimerkkejä:

Esim. 1. "... En "askarrellut" työssäoloaikana, koska työ vei kaiken aikani... nyt teen myös kotona viikoittain jotakin..."

Esim. 2. "...1-2 kertaa ryhmässä... kotona neulon, virkkaan tms. useita kertoja päivässä..."

Vastauksista käy ilmi, että naiset harrastavat kädentaitoja sekä ohjatuissa ryhmissä että kotona pienemmissä ryhmissä tai yksin.



KUVIO 5. Harrastuskerrat viikossa.

Mitä tekniikkoja käytät - kysymyksessä suosituimmaksi tekniikaksi nousi paperiaskartelu, jota suurin osa toteuttaa Suokadun palvelutalolla tiistain askarteluryhmässä. Muita suosittuja tekniikoita olivat kankaanpainanta ja kudonta. Vähän jäljessä tulevat neulonta ja ompelu. Kaksi vastaajista kertoi tekevänsä metallitöitä ja yksi virkkaavansa neulonnan lisäksi. (ks. kuvio 6 s. 40)

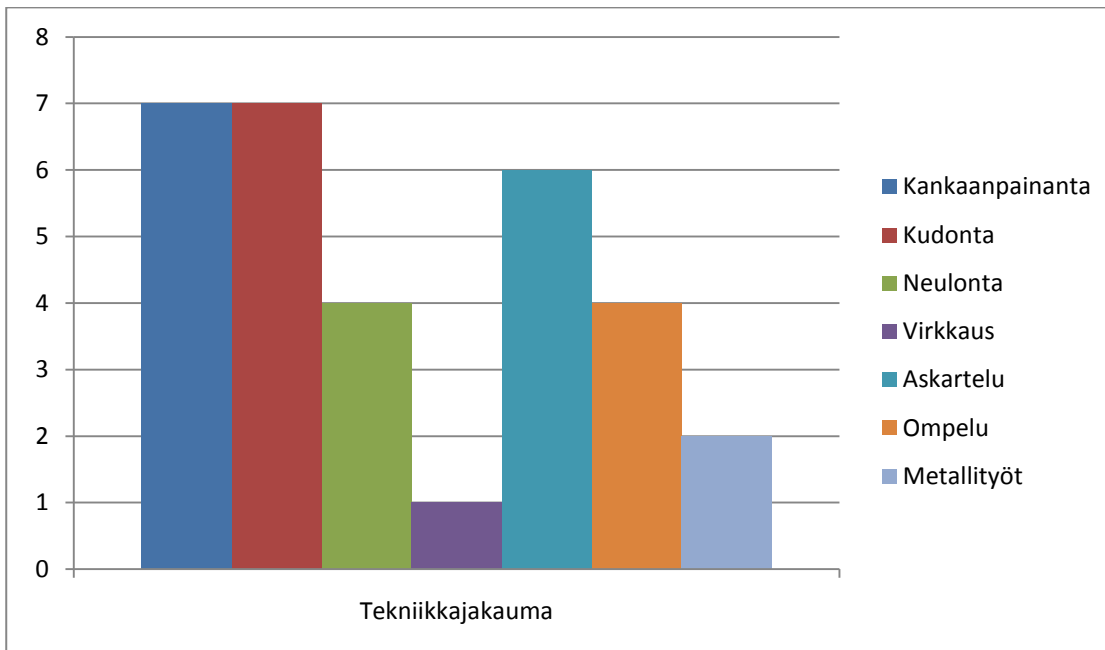
Esimerkkejä:

Esim. 1. "... kaikkea mitä on tarjolla..."

Esim. 2. "... rautalangan vääntämistä koriste-esineiksi..."

Esim. 3. "... kankaanpainantaa pääasiassa..."





KUVIO 6. Tekniikkajakauma

Milloin olet aloittanut kädentaitojen harrastamisen - kysymyksen vastauksia tutkiessa huomaa, että suurin osa vastaajista on harrastanut aina kädentaitoja. Useilla on ollut aktiivisempia ja passiivisempia jaksoja. Moni on aloittanut kädentaitojen aktiivisen harrastamisen eläkkeelle jäätyään. Usea on aloittanut harrastuksen jo nuorena tai sitten aikuisiällä.

Esimerkkejä:

Esim. 1. "... jo nuorena..."

Esim. 2. "... 25 vuotta sitten..."

Esim. 3. "... 10 vuotta sitten..."

Esim. 4. "... 2008 kun jäin eläkkeelle..."

Esim. 5. "... oikeastaan vasta eläkkeelle jäätyäni... olin kyllä koulussa ollessani käsitöissä, mutta sitten se jäi... sukkia ja lapasia tein kyllä aina lapsilleni.."

Esim. 6. "... olen harrastanut kädentaitoja "aina"... välillä aktiivisemmin, välillä passiivisemmin..."

Mikä merkitys kädentaitojen harrastamisella on omaan hyvinvointiisi- kysymykseen tuli runsassanaisempia vastauksia kuin muihin kysymyksiin. Kaikista vastauksista paistaa läpi kädentaitojen suuri merkitys naisten hyvinvointiin. Vain yksi vastaajista kertoi kädentaitoharrastuksia olevan rasitteeksi asti.

Esimerkkejä:

Esim. 1. "... kohottaa mielialaa, ikäviä asioita ei ajattele tehdessään... aktivoi aivoja ja käsiä... sosiaalinen kanssakäyminen... tärkeä merkitys henkiselle hyvinvoinnille..."

Esim. 2. "... pitää elämässä kiinni... tuo mielihyvää..."

Esim. 3. "... virkistystä arkioloon..."

Esim. 4. "... suuri sosiaalinen tapahtuma... palkitsee hyvin monella tavalla..."

Esim. 5. "... liikaa kaikkea... alkaa käydä rasitukseksi..."

Esim. 6 "...hyvinvointini on parantunut... nautin ainakin itse, kun saan jotain valmista aikaan..."

Esim. 7. "... eläkeiässä on tärkeää olla harrastuksia, joissa tapaa muita ihmisiä... pitää vireänä... käsien ja silmien yhteistyö pysyy ja kehittyy..."

### 7.3 Toinen ohjauskerta

Toisella ohjauskerralla paikalla oli yhteensä alle kymmenen askartelukerholaista, joista kolme tuli tuftaamaan ohjaukseeni. Kaikki olivat hiukan malttamattomia pääsemään vauhtiin. Innokkaina he tarttuivat tuftauslaitteisiin. Ensin täytyi kuitenkin jäljentää tuftattava malli kankaalle. (ks. tuntisuunnitelma liitteestä) Tämän jälkeen kurssilaiset pääsivät vauhtiin ja aloittivat innoissaan tuftaamaan. (ks. kuva 26 ja 27) Kurssilaiset epäilivät välillä omaa osaamistaan ja työn jälkeä, mutta rohkaisin heitä.



KUVA 26. Lähikuva siilin tuftaamisesta.



KUVA 27. Langanpäät tasoitetaan ennen työn liimaamista.

Toinen ohjaukerta meni nopeasti. Aika tuntui juoksevan ja minulla oli koko ajan neuvottavaa ja vahdittavaa. Hyvin kurssilaiset kuitenkin osasivat toimia itsenäisesti ja tarpeen tullen he kysyivät neuvoa. Kaikki kolme saivat työnsä valmiiksi. (ks. kuva 28) Välillä malttamattomina he seurasivatkin kelloa, että varmasti ennättävät tehdä tuftaukset valmiiksi. Tuftaukset jätettiin vielä kuitenkin kehikkoihin, koska niihin mahtui paljon muitakin tuftattavia kuvia.



KUVA 28. Työn tausta liimataan maitoliimalla tai erityisellä tuftausliimalla, jotta langanpäät eivät purkautuisi.

#### 7.4 Kolmas ohjaukerta

Kolmannella ja viimeisellä ohjaukerralla kaksi kurssilaista tuftasi. Toisella kurssilaisista oli poikansa ensimmäinen käsityö, pannulappu, johon hän halusi tuftata reunat. (ks. kuva 29 seuraavalla sivulla) Sonjalla oli puolestaan pellavaa mukanaan, josta hän halusi tehdä suorakaiteen muotoisen pienen sydänryijyn. (ks. kuva 30 s. 44) Hänellä oli paikka valmiina jo tälle tekstiilille.

Pellavan tuftaus oli suhteellisen vaikeaa sen jäykkyyden vuoksi. Sydänryijyssä oli muutenkin enemmän tuftattavaa kuin muiden pienissä kuvissa. Silti se tuli valmiiksi ahkeran kurssilaisen motivaation tukemana. Myös viimeinen kerta meni ajallisesti nopeasti. Sain olla neuvomassa kurssilaisia ja pitämässä heidän lankakeriään pöydällä.





KUVA 29. Eeva-Liisa tuftaa Teron muistoryijyä.



KUVA 30. Sonja luonnostelee lehtikuvaa käyttäen sydäntä tuftauskankaalle.

## 7.5 Palautekyselyn kysymykset ja tulokset

Tuftauskurssin jälkeen tein palautekyselyn kurssilaisille. Kyselyn avulla otin selvää kurssilaisten tuntemuksista tekniikkaa ja ohjausta kohtaan. Kysymykset olivat sekä avoimia että suljettuja. Kyselyyn vastasi viisi kurssilaista, jotka olivat tuftanneet ohjauksessani.

Palautekyselyn kysymyksillä halusin saada selville, mitä mieltä vanhukset olivat olleet uudesta tekniikasta sekä ohjauksesta. Rajoitin kaksi kysymystä suljetuiksi kysymyksiksi poissulkien sen mahdollisuuden että kysymyksiin ei vastattaisi ollenkaan. Lisäksi halusin kysyä avoimena kysymyksenä tunnepohjaisen kysymyksen siitä, että mitä vanhuksilla jäi tästä uudesta tekniikasta päällimmäisenä mieleen. Aiotko -tuftata vielä kysymyksellä halusin saada selville sen, olivatko kurssilaiset todella kiinnostuneet tekniikasta sekä sen että sainko innostettua heitä tähän tekniikkaan.

- Oliko tuftaus mielestäsi? Valitse vaihtoehdoista 1-2 sopivinta.

( ) mukavaa

( ) vaikeaa, ei niin kiinnostavaa

( ) kokeilemisen arvoista

- Mitä tuftauksesta jäi päällimmäisenä mieleen?
- Oliko ohjaus mielestäsi? Valitse vaihtoehdoista 1-2 sopivinta.

( ) asiantuntevaa

( ) yksilöllistä

( ) kaipasin enemmän ohjausta

( ) ohjausta oli riittävästi

- Aiotko tuftata vielä tämän jälkeen?
- Vapaa sana palautteelle

Oliko tuftaus mielestäsi - kysymys oli suljettu. Vastausvaihtoehtoina olivat: mukavaa, vaikeaa, ei niin kiinnostavaa ja kokeilemisen arvoista. Kolme vastaajista valitsi kysymykseen vaihtoehdon kokeilemisen arvoista ja kaksi mukavaa. Uusi tekniikka koettiin kokeilemisen arvoiseksi ja mukavaksi, sillä kukaan ei pitänyt sitä vaikeana.

Mitä tuftauksesta jäi päällimmäisenä mieleen - kysymykseen vastattiin yksipuolisesti, Tekniikkaa pidettiin vaikeana, mutta antoisana.

Esimerkkejä:

Esim. 1.” Helppo tekniikka, monenlaisia mahdollisuuksia.”

Esim. 2.” aluksi tuntui vaikealta, mutta sitten opin systeemin ja mukavan nopeasti kuva syntyi...”

Esim. 3.” Aluksi hankalaa pellavalla. Loppu kiitoksen arvoinen.”

Esim. 4.”... Ei niin helppoa miltä näytti... raskasta niskalle ja hartialle, mutta kun tekniikka tuli tutuksi niska-hartia-ongelma helpotti...”

Oliko ohjaus mielestäsi - suljettuun kysymykseen usea valitsi kaksi vaihtoehtoa. Kaksi vastaajista valitsivat vaihtoehdot asiantuntevaa ja ohjausta oli riittävästi. Kaksi muuta vastasivat puolestaan asiantuntevaa ja yksilöllistä. Yksi vastaajista valitsi vaihtoehdon asiantuntevaa.

Aiotko tuftata vielä tämän jälkeen- kysymykseen yllättävän moni vastasi kyllä. Yksi vastaajista pohti opastuksen ja tarvikkeiden tarpeellisuutta myöhempään tuftaukseen.

Pääsääntöisesti kurssista pidettiin ja uusi tekniikka koettiin mielenkiintoisena. Aluksi tekniikkaa pidettiin vaikeana, mutta kokeilemisen jälkeen moni uskalsi käyttää tekniikkaa. Hyvinvoinnin kannalta tekniikka on hiukan huono esimerkki kädentaidoista, koska se rasittaa niskaa ja hartioita sekä vaatii käsiltä voimaa.

## 8. VALMIIT MUISTOT JA NIIDEN TAUSTAT

Viisi kurssilaista aloitti ja sai valmiiksi muisto -tuftauksen. Liisalla omassa muistossaan oli taustalla runo Kissa Krumeluu Kirsi Kunnaan kirjasta Tiitiäisen satupuu. (ks. runo s. 48) Kissamuiston taustalla oli Liisan oma kissa, jonka luonteenpiirteenä oli tunkeutua joka paikkaan, jopa tiskialtaaseen. (ks. kuva 32 s. 48) Samaisesta kirjasta valitsi Seija itselleen runon Tunteellinen siili. (ks. runo s. 48 ja kuva 33) Hänen siilillään ei ollut erityistä tarinaa. Anjan uniruno Aa aa lapsoseni oli myös Tiitiäisen satupuu-kirjasta. (ks. runo ja kuva 34 s. 48) Hän omisti runon ja tuftatun tekstiilin lapsenlapselleen. Sonjan sydänryijyllä ei ollut runoa eikä tekstiä, (ks. kuva 31 alla ja 37 s. 49) kuten ei Eeva-Liisan Teron muistoryijylläkään. (ks. kuva 35 s. 49)



KUVA 31. Sonja tuftaa sydäntä käyttäen pellavalankaa.



"Silkkiturkki, ruususuu,  
pieni kissa Krumeluu,  
pienen pieni kissa  
istuu aatoksissa.

Mietti kissa Krumeluu:  
Missä on se suuri puu,  
jossa niin kuin omenoita  
kasvaa hiiren penikoita.  
Puuta vain kun ravistaa  
sata hiirtä putoaa.

Niitä sitten popsimalla  
söisi pienen sienen alla  
kissa Krumeluu,  
pieni ruususuu."  
(Kunnas 1956, 7)

"Oi sanoi siili,  
Oi, sanoi siili,  
olen tunteellinen siili,  
olen surullinen siili,  
olen hyvä, kiltti, hellä.  
Niin yksinäinen jotta!  
Ja kenellepä, kellä  
Ja se on aivan totta:  
on vastaansanomista?  
Se yksinänsä eli  
Se vain on surullista,  
ja piikein piikitteli,  
että piikkikuoren alla  
ja piikkikuoren alla  
siilin hellyys piili.  
Sitten itkeskeli."  
(Kunnas 1956, 24)

"Aa aa lapsoseni  
tuu tuu tuppuseni  
nuku nuku nuppuseni  
lennä unipilveen.

Paina pääsi pilven syliin,  
pilvi vie sinut tähtien kyliin,  
jo sinne muutkin lapset meni.  
Aa aa lapsoseni."  
(Kunnas 1956, 29)



KUVA 32. Liisan valmis kissa.



KUVA 33. Seijan valmis siili.



KUVA 34. Anjan uniryijy.

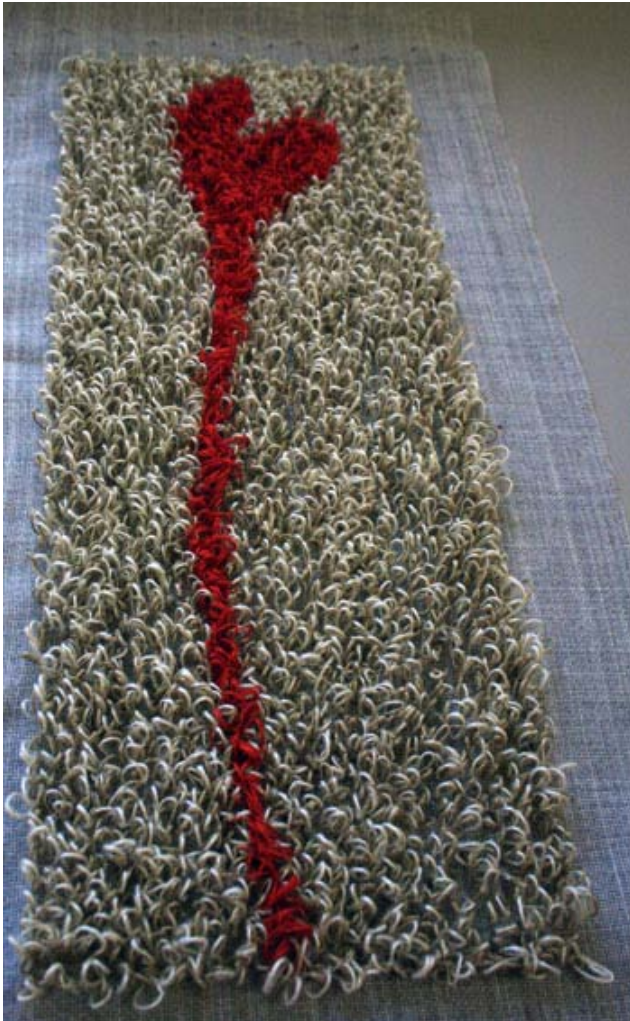




KUVA 35. Eeva-Liisan tuftaama kehys Teron muistoryijyn.



KUVA 36. Eeva-Liisan tuftaama toinen kehys.



KUVA 37. Sonjan sydänryijy.

## 8.1 Päättäntä Muisto-käsintuftauskurssista

Muisto-käsintuftauskurssi onnistui hyvin. Kurssille tuli ihmisiä, joilla oli motivaatiota oppia uusi tekniikka. Pelkäsin aluksi, ettei kukaan tuftaa, mutta lopulta viisi Suokadun palvelutalon askarteluryhmäläistä uskalsi tuftata. Kaikki saivat työnsä valmiiksi ja olivat tyytyväisiä niihin. Erittäin hienoa oli, että niin moni uskalsi tuftata, sillä ensimmäistä kertaa laitteita kokeillessa havaitsin kaikilla epätoivoa. Tekniikka ei ollut heillä silloin vielä hallussa ja usea painoi laitetta liiankin lujasti kangasta vasten.

Suunnitteluprosessi koettiin vaikeaksi. Petyin hiukan siihen, etteivät kurssilaiset uskaltaneet tuoda omia tunteitaan ja syviä muistojaan suunnitteluun mukaan. He valitsivat itselleen helpoimmat kuvat. Ehkä omien tunteiden tuominen kurssille tuntui heistä vaikealta tai he eivät pitäneet sitä edes alun perin vaihtoehtona.

Oma ohjauskokemukseni karttui ja ennakkoluuloni vanhusten ohjaamisessa karisi kokonaan pois. Pidän edelleenkin ohjaamista ja ehkä tulevaisuudessa opettamista omana ammattinani.

Vanhuksia oli helppo ohjata, koska he eivät olleet ihan niin kärsimättömiä kuin pienet lapset. Sain heiltä paljon motivaatiota tulevaisuuteen. Kurssilaiset kannustivat jatkamaan opintojen parissa ja toteuttamaan haaveen opettajan tutkinnosta.

Ihailtavaa oli myös se, kuinka vanhukset innostuivat uudesta tekniikasta. Vain muutama askarteluryhmäläisistä piti tekniikkaa turhana, sillä he eivät tieneet, mitä tuotteita tekniikalla pystyi toteuttamaan. Näyttäessäni omia tuotoksiani ja näytteitä suurin osa askarteluryhmäläisistäkin ihastui tekniikkaan, mutta yksi sinnikkäästi piti mielensä ja piti tuftausta ihan turhana tekniikkana.

Kyselyjen lisäksi keskustelin paljon kädentaitojen vaikutuksesta hyvinvointiin kurssilaisten kanssa. Kaikilla kurssilaisilla oli hyvin vahvat mielipiteet kädentaitojen vaikutuksista. Kädentaitojen harrastaminen lisää hyvinvointia, siinä vetreytyvät kädet ja mieli, kun täytyy suunnitella luovasti sekä ratkoa ongelmia. Lisäksi tapaa muita vanhuksia viikoittaisissa kerhoissa ja piireissä. Kaikki pitivät myös sitä hyvin valitettavana, että ohjattuja ryhmiä supistetaan ja jopa lakkautetaan kokonaan.

Kuullessani kurssilaisilta ohjattujen kädentaitoryhmien olevan vaarassa loppua kokonaan Suokadun palvelutalon päiväkeskukselta olin kauhuissani. Vanhuksien hyvinvoinnista ei

ilmeisesti välitetä. Tulevaisuudessa mennään siihen, että parempikuntoiset vanhukset ohjaavat heikkokuntoisempia vanhuksia, jolloin oikea ammattitaitoinen ohjaaja puuttuu kurssilta. Ymmärrän, että säästöjä halutaan, mutta tällä kertaa säästökohde on täysin väärä.

Tulevaisuudessa kädentaitojen merkitys vain kasvaa, kun suurin osa työelämästä sijoittuu tietokoneen ääressä työskentelyyn. Vastapainoa halutaan harrastuksista. Liikkumisen lisäksi täytyisi harjoittaa ajatustoimintaa ja omaa luovuuttaan. Kädentaidot ovat mielestäni paras tapa toteuttaa omaa luovuuttaan.

## 9. POHDINTA

Toteutin tämän opinnäytetyön niitä lähtökohtia katsoen, joista olin kiinnostunut. Ohjaus ja opettajuus ovat kiinnostaneet minua jo ennen kuin tulin Kuopion Muotoiluakatemiaan opiskelemaan. Muotoilijan koulutus puolestaan toi näihin unelmiin lisää uskomista. Sain myös tietoa ja taitoa eri tekniikoista, joiden kautta kiinnostuin käsintuftauksesta. Kädentaitojen merkitys hyvinvointiin on kiinnostanut minua kauan. Olen itse harrastanut neulomista ja ompelua kymmenen vuoden ajan. Uuden luominen ja suunnittelu antavat virikkeitä. Kädentaitoja harrastaessa unohdetaan oman elämän murheet. Se muistuttaa samaa kuin lukisi kirjaa, se antaa siivet toiseen maailmaan ja ajantaju katoaa. Kirjaa lukiessa ei tule eteen ongelmatilanteita, joita kädentaitoja harrastaessa täytyy ratkoa.

Kädentaitojen merkitystä hyvinvointiin tarkastelin etenkin kohderyhmänäni vanhuksat. Kohderyhmä tuli eteen Muisto-käsintuftauskurssin kohderyhmän mukaan. Kädentaitojen harrastaminen, luova suunnittelu ja etenkin ongelmien ratkominen on todella tärkeää vanhuksille. He tarvitsevat työelämän jälkeen muita virikkeitä elämäänsä täyttämään tuon entisen työajan aukon. Kädentaitopiireissä tapaa muita vanhuksia ja saa iloa elämään onnistumisista, joita voi jakaa myös muiden ryhmäläisten kanssa.

Kurssin onnistumista pohdin erikseen edellisessä luvussa 8.1 Päättäntä Muisto-käsintuftauskurssista. Kyselyjen vastauksien pohjalta analysoin kurssilaisten käyttämiä tekniikoita, heidän motivaatiotaan kädentaitojen harrastamiseen sekä harrastuskertoja. Sain myös tietoa siitä, milloin he ovat aloittaneet harrastuksen. Palautekyselyssä puolestaan sain tietoa oman kurssini ja ohjaukseni onnistumisesta sekä siitä, mitä mieltä kurssilaiset olivat käsintuftauksesta tekniikkana. Olisin saanut kattavamman otoksen kyselyyn jos olisin tehnyt kyselyn useammalle ryhmälle, mutta tämän opinnäytetyön puitteissa en sitä ehtinyt tehdä.

Kyselyihin vastattiin yksipuolisesti. Sain positiivista tietoa kädentaitojen vaikutuksesta hyvinvointiin. Kyselyjen tulokset olivat verrattavissa suoraan Kojonkoski-Rännälin ja Vähälän teoksiin. Kädentaidoilla on siis suuri merkitys vanhusten elämässä.

Onnistuin mielestäni hyvin tässä opinnäytetyössä. Löysin tietoa kädentaitojen vaikutuksesta hyvinvointiin, vaikkei aihetta ole tutkittu paljon. Opin paljon ja kehitin omia taitojani ohjaajana sekä kurssien suunnittelijana.

Muita tämä opinnäytetyö voi hyödyntää kun suunnitellaan kädentaitojen kurssitoimintaa. Useita asioita täytyy ottaa huomioon jo ennen kurssipaketin suunnittelua. Itse voin jatkaa tämän aiheen parissa vielä tulevaisuudessa tulevissa opinnoissani.

## KUVALUETTELO

Kuva 1 Aiemmin valmistamani käsintuftattu matto: Hannele Aho (2009)

Kuva 2 Tuftatun maton pinta ennen nukkien leikkausta: Hannele Aho (2009)

Kuva 3 Maton pinta nukkien aukileikkauksen jälkeen: Hannele Aho (2009)

Kuva 4 Hanna Korvelan Ballo Ballo-matto:<  
[http://www.hannakorveladesign.fi/uploads/files/Balloballo\\_103-101.jpg](http://www.hannakorveladesign.fi/uploads/files/Balloballo_103-101.jpg)> (16.5.2010)

Kuva 5 Hanna Korvelan Tweed-  
matto:<<http://www.hannakorveladesign.fi/uploads/files/tweed099.jpg>> ( 16.5.2010)

Kuva 6 Minä syksyllä 2009 kokeilemassa kehräystä: Pauliina Kostama (2009)

Kuva 7 Kuvakollaasi, jota käytin yhtenä lähtökohtana suunnitellessani tuftattua mattoa: Hannele Aho (2009)

Kuva 8 Sekatekniikalla toteutettu taulu, jossa käytin myös lähtökohtana tunteitani, runojani sekä lehtikuvia: Hannele Aho (2009)

Kuva 9 Taulussa oleva nainen ja repaleinen mekko kuvaavat ystävääni, joka petti minut ja lähti elämästäni: Hannele Aho (2009)

Kuva 10 Mittasuhteet tuftatusta matosta: Hannele Aho (2009)

Kuva 11 Yhdessä tekemisen ja harjoittelemisen iloa Muisto-tuftauskurssilla Suokadun palvelutalon päiväkeskuksessa: Hannele Aho (2010)

Kuva 12 Liisa tuftaamassa kissaa: Hannele Aho (2010)

Kuva 13 Anja tuftaa uniryijyä lapsenlapselleen: Hannele Aho (2010)

Kuva 14 Tuftauskankaan pingoittaminen naulalistaan: Hannele Aho (2010)

Kuva 15 Lähikuva tuftauskankaan pingoittamisesta: Hannele Aho (2010)

Kuva 16 Lyijykynällä jäljennetty kuva tuftauskankaan nurjalle puolelle: Hannele Aho (2010)

Kuva 17 Ensimmäiset vaiheet tuftaamisessa. Ääriviivojen tuftaaminen: Hannele Aho (2010)

Kuva 18 Yksityiskohtien tuftaaminen: Hannele Aho (2010)

Kuva 19 Tuftauslaite langoitetaan pujotusneulalla: Hannele Aho (2010)

Kuva 20 Tuftauslaitteen pitäminen pystysuorassa kohti kangasta: Hannele Aho (2010)

Kuva 21 Lyijykynällä jäljennetty kelttipuu: Hannele Aho (2010)

Kuva 22 Valmis tuftattu kelttipuu nurjalta puolelta: Hannele Aho (2010)

Kuva 23 Valmis kelttipuu oikealta puolelta ennen nukkien aukileikkaamista: Hannele Aho (2010)

Kuva 24 Seija tuftaa kuvaa siillistä: Hannele Aho (2010)

Kuva 25 Liisa jäljentämässä kissan kuvaa tuftauskankaan nurjalle puolelle: Hannele Aho (2010)

Kuva 26 Lähikuva siilin tuftaamisesta: Hannele Aho (2010)

Kuva 27 Langanpäät tasoitetaan ennen työn liimaamista: Hannele Aho (2010)

Kuva 28 Työn tausta liimataan maitoliimalla tai erityisellä tuftausliimalla, jotta langanpäät eivät purkautuisi: Hannele Aho (2010)

Kuva 29 Eeva-Liisa tuftaa Teron muistoryijyä: Hannele Aho (2010)

Kuva 30 Sonja luonnostelee lehtikuvaa käyttäen sydäntä tuftauskankaalle: Hannele Aho (2010)

Kuva 31 Sonja tuftaa sydäntä käyttäen pellavalankaa: Hannele Aho (2010)

Kuva 32 Liisan valmis kissa: Hannele Aho (2010)

Kuva 33 Seijan valmis siili: Hannele Aho (2010)

Kuva 34 Anjan uniryijy: Hannele Aho (2010)

Kuva 35 Eeva-Liisan tuftaama kehys Teron muistoryijyyn: Hannele Aho (2010)

Kuva 36 Eeva-Liisan tuftaama toinen kehys: Hannele Aho (2010)

Kuva 37 Sonjan sydänryijy: Hannele Aho (2010)



## KUVIOLUETTELO

Kuvio 1 Opinnäytetyön kulku: Hannele Aho (2010)

Kuvio 2: Pirkko Anttila 2007, 134; soveltanut Hannele Aho (2010)

Kuvio 3 Kolbin kokemuksellisen oppimisen kehä: Hannele Aho (2010)

Kuvio 4 Morenon toiminnallisten menetelmien malli ja oppiminen: Hannele Aho (2010)

Kuvio 5 Harrastuskerrat viikossa: Hannele Aho (2010)

Kuvio 6 Tekniikkajakauma: Hannele Aho (2010)

## LÄHTEET

### Kirjalliset

Ahonen, Heidi 1994. Löytöretki itseen. Tampere: KIRJAYHTYMÄ OY.

Anttila, Pirkko 2006. Tutkiva toiminta ja ilmaisu, teos, tekeminen. 2. painos. Hamina: AKATIIMI OY.

Anttila, Pirkko 1996. Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. Helsinki: AKATIIMI OY.

Anttila, Pirkko 2007. Realistinen evaluaatio ja tuloksellinen kehittämistyö. Hamina: AKATIIMI OY.

Dunderfelt, Tony 2004. Elämänkaaripsykologia. 9.-12. painos. Porvoo: WS BOOKWELL OY.

Kojonkoski-Rännäli, Seija 1995. Ajatus käsissämme, käsityön käsitteen merkityssisällön analyysi. Turku: Turun yliopisto.

Kunnas, Kirsi 1956. Tiitiäisen satupuu. 38. painos. Hämeenlinna: KARISTON KIRJAPAINO OY.

Markkola, Lea 2008. Ryijy neulalla tuftaten. Opinnäytetyö: Kuopion Muotoiluakatemia.

Nurmi, E-V ja Räsänen, L. 2004. Yksilöohjaustyöpajat ohjauskoulutuksessa- ohjaustyöpajat peilinä ja reflektiotilana. Teoksessa Onnismaa, J & Pasanen, H & Spangar, T (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 3, ohjaustyön välineet. Juva: PS-KUSTANNUS, 79-87.

Ruhanen, Irene 1994. Käsintehtyyn tuftauksen perusteet= Basic hand-tufting techniques. Lopputyö: Kuopion käsi- ja taideteollisuusakatemia.

Sinijärvi, Sini 2008. Muistoni gobeliinissa- gobeliinin tekeminen osana surutyöprosessia. Opinnäytetyö: Kuopion Muotoiluakatemia.

Vuorinen, Ilpo 1993. Tuhat tapaa opettaa. 3. painos. Vammala: VAMMALAN KIRJAPAINO OY.

Vähälä, Eija 2003. Luovan käsityöprosessin yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin. Käsityön aikana koettujen itseraportoitujen emootiokokemusten ja fysiologisten vasteiden väliset yhteydet. Nurmijärvi: KIRJAKAS OY.

Vähälä, E. 2006. Käsityön tekeminen on niin ihanaa! *Luova tiedotuslehti* 1/2006. 12-15.

## Sähköiset

Myllärniemi, U. 2009, muutettu 26.4.2010. Tuftaten yhdessä. Teoksessa Myllärniemi, U, Tolvanen, J & Rivinen, S (toim.) SampolAviisi.Tampereen työväenopiston opiskelijat ry, ESAPRINT, 14-15. <[http://www.kesapirtti.fi/SampolAviisi\\_2009.pdf](http://www.kesapirtti.fi/SampolAviisi_2009.pdf)>(luettu 16.5.2010)

## Suulliset lähteet

Arpola, Vieno. 2010. Kädentaitojen ohjaaja. Suokadun palvelutalon päiväkeskus. Kuopio. 27.04.2010. Henkilökohtainen tiedonanto.

Tuftattujen näytteiden kuvat



Näyte 1



Näyte 2



Näyte 3

## Opinnäytetyönä toteutettavan käsin tuftaus-ohjaustuokioiden ideaalikirrssi suunnitelma

Hannele Aho KUO7ST

Muisto-käsintuftauskurssi Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella

Aika:

tiistaina 20.4.2010	kello 9-12
tiistaina 27.4.2010	kello 9-12
tiistaina 4.5.2010	kello 9-12

Paikka:

Suokadun palvelutalon päiväkeskus

Suokatu 6

70100 KUOPIO

Kohderyhmä:

Suokadun palvelutalon asukkaat ja siellä askartelu- sekä kudontaryhmissä käyvät ihmiset

Tavoitteet:

Kurssin tavoitteena on tutustua tuftaukseen ja siinä käytettäviin tarvikkeisiin. Ennen tuftaukseen tutustumista suunnitellaan luovasti tuftattava kuva. Kuvan taustalla ovat omat tuntemukset, ilot tai surut, joita houkutellessa esille inspiroivalla musiikilla ja valokuvilla sekä tarinankerronnalla. Luovan suunnittelun oppimisen jälkeen kurssilaiset osaavat tuftata itsenäisesti.

Tuftattavat harjoitteet lisäävät keskittymis- ja toimintakykyä sekä hahmottamista ja koordinaatiota. Tuftauksessa kädet saavat liikuntaa ja näköaisti paranee. Kädentaitojen harjoittaminen auttaa masennukseen ja tuo elämyksiä sekä hyvinvointia elämään. Kurssilaiset saavat lopuksi valmiin tuotteen, joka palkitsee tekijänsä.

Sisältö:

- Esittäytyminen
- Kädentaidot ja hyvinvointi-keskustelu sekä pienen kyselyn täyttäminen
- Tuftausnäytteihin tutustuminen
- Perehdytys aiheeseen
- Muistojen ja tarinoiden jakaminen
- Suunnitelmien piirtäminen
- Tuftauskankaan leikkaaminen ja pingoittaminen kehikkoon
- Tuftauslaitteeseen tutustuminen sekä tuftauksen kokeileminen kankaalle
- Luonnosten piirtäminen tuftauskankaalle kehikkoon
- Muiston käsin tuftaaminen
- Valmiiden töiden esittely
- Loppukeskustelu

## Tarvikkeet:

- Paperia, tusseja ja kyniä
- Esimerkkituftaukset
- Ohjeet tuftamiseen
- Tuftauskehikko, tuftauskangasta
- Tuftauslaitteita sekä liimaa

## Opinnäytetyönä toteutettavan Muisto-käsintuftauskurssin toteutunut kurssisuunnitelma

Hannele Aho KUO7ST

Muisto-käsintuftauskurssi Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella

Aika:

tiistaina 20.4.2010 kello 9-12

tiistaina 27.4.2010 kello 9-12

tiistaina 4.5.2010 kello 9-12

Paikka:

Suokadun palvelutalon päiväkeskus

Suokatu 6

70100 KUOPIO

Kohderyhmä: Suokadun palvelutalon asukkaat ja siellä askartelu- sekä kudontaryhmissä käyvät ihmiset

Tavoitteet:

Kurssin tavoitteina on tutustua tuftaukseen ja siinä käytettäviin tarvikkeisiin, jonka jälkeen suunnitellaan tarinan tai kuvan kautta luonnos. Luovan tuotesuunnittelun oppimisen jälkeen kurssilaiset osaavat tuftata itsenäisesti.

Tuftattavat harjoitteet lisäävät keskittymis- ja toimintakykyä sekä hahmottamista ja koordinaatiota. Tuftauksessa kädet saavat liikuntaa. Kädentaitojen harjoittaminen auttaa masennukseen ja tuo elämyksiä sekä hyvinvointia elämään. Kurssilaiset saavat lopuksi valmiin tuotteen, joka palkitsee tekijänsä.

Sisältö:

- Esittäytyminen
- Kädentaidot ja hyvinvointi-keskustelu sekä pienen kyselyn täyttäminen
- Tuftausnäytteihin tutustuminen
- Perehdytys aiheeseen
- Muistojen ja tarinoiden jakaminen
- Suunnitelmien piirtäminen



- Tuftauskankaan leikkaaminen ja pingoittaminen kehikkoon
- Tuftauslaitteeseen tutustuminen sekä tuftauksen kokeileminen kankaalle
- Luonnosten piirtäminen tuftauskankaalle kehikkoon
- Muiston käsin tuftaaminen
- Valmiiden töiden esittely
- Loppukeskustelu

Tarvikkeet:

- Paperia, tusseja ja kyniä
- Esimerkkituftaukset
- Ohjeet tuftaamiseen
- Tuftauskehikko, tuftauskangasta
- Tuftauslaitteita sekä liimaa

## Tuntisuunnitelma 20.4.2010

### Tuntisuunnitelma

#### Muisto-käsintuftauskurssi Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella 20.4.2010

- 9.00 Käsintuftauskurssin aloitus, aiemmin ilmoittautuneet sekä askarteluryhmäläiset saapuvat paikalle
- Esittelyt
- Kerron itsestäni ja opinnäytetyöstäni
  - Kurssilaiset esittelevät itsensä lyhyesti ja kertovat omista kokemuksistaan käsin tuftauksen parissa
  - Kerron kurssilaisille pienestä opinnäytetyön yhteydessä toteutetusta kyselystä, jonka tarkoituksena on tutkia kädentaitojen vaikutusta hyvinvointiin
  - Kurssilaiset vastaavat kyselyyn ja saavat keskustella vapaasti aiheesta
  - Esittelen käsintuftattuja näytteitä sekä kerron yleisesti käsintuftauksesta
- 9.30 Käsintuftaustarvikkeiden esittely
- Tuftauskankaan mittaaminen, leikkaaminen ja pingottaminen kehikkoon
  - Tuftauslaitteiden langoittaminen
  - Tuftauslaitteiden kokeileminen kehikkoon pingotettuun tuftauskankaaseen
- 10.00 Muistot
- Kurssilaiset näyttävät omat muistokuvansa ja halutessaan kertovat tarinansa
  - Luonnosten piirtäminen paperille
  - Luonnosten tarkastelu
- 11.15 Käsintuftaus
- Luonnosten piirtäminen tuftauskankaalle
  - Muiston Käsintuftamisen aloittaminen (Kaikki eivät mahdu samaan aikaan tuftamaan, joten he voivat tehdä odotellessaan askarteluryhmäläisten kanssa muita töitä. Jaan ryhmän pienempiin ryhmiin, jotta kaikki pääsevät tuftamaan. Kaikki eivät ehkä ole saaneet luonnosta samaan aikaan valmiiksi, mutta ne jotka ovat sen saaneet saavat aloittaa muiston tuftamisen.)

## 11.45 Lopetus

- Palautteen kysyminen ryhmäläisiltä tältä ohjauskerralta. Kertaus siitä mitä on tehty ja miten töitä voi jatkaa halutessaan ennen seuraavaa kertaa.
- Annan palautetta ja kannustan ryhmäläisiä jatkamaan kädentaitojen parissa.
- Toivotan kaikki tervetulleeksi seuraavalle kerralle.

## Tuntisuunnitelma 27.4.2010

### Tuntisuunnitelma

#### Muisto-käsintuftauskurssi Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella 27.4.2010

9.00 Käsintuftauskurssi jatkuu siitä mihin edellisellä kerralla on jääty

##### Esittelyt

- Kerron itsestäni ja opinnäytetyöstäni
- Kerron taustoja niille, jotka eivät olleet aiemmilla kerroilla tuftaamassa

9.15 Muisto-luonnosten jäljentäminen kankaalle

- Tarkastan aiemmin tehdyt muisto-luonnokset
- Luonnokset jäljennetään tuftauskankaalle

9.25 Tuftaaminen

- Tuftaaminen aloitetaan tuftaamalla kuvien yksityiskohdat
- Tuftaamista jatketaan täyttämällä isoja pintoja
- Valmiiden tuftausten langanpäät tasoitetaan ja tausta liimataan maitoliimalla

11.45 Lopetus

- Palautteen kysyminen ryhmäläisiltä tältä ohjauskerralta. Kertaus siitä mitä on tehty ja miten töitä voi jatkaa halutessaan ennen seuraavaa kertaa.
- Annan palautetta ja kannustan ryhmäläisiä jatkamaan kädentaitojen parissa.
- Toivotan kaikki tervetulleeksi seuraavalle kerralle.

## Tuntisuunnitelma 04.05.2010

### Tuntisuunnitelma

#### Muisto-käsintuftauskurssi Suokadun palvelutalon päiväkeskuksella 04.5.2010

9.00 Käsintuftauskurssi jatkuu siitä mihin edellisellä kerralla on jääty

##### Esittelyt

- Kerron itsestäni ja opinnäytetyöstäni
- Kerron taustoja niille, jotka eivät olleet aiemmilla kerroilla tuftaamassa

9.15 Muisto-luonnosten jäljentäminen kankaalle

- Käyn läpi edellisellä kerralla tehtyjä tuftaustöitä
- Tarkastan aiemmin tehdyt muisto-luonnokset niiltä, joilla niitä vielä on tai niiltä, jotka eivät ole vielä tuftanneet
- Luonnokset jäljennetään tuftauskankaalle

9.25 Tuftaaminen

- Tuftaaminen aloitetaan tuftaamalla kuvien yksityiskohdat
- Tuftaamista jatketaan täyttämällä isoja pintoja
- Valmiiden tuftausten langanpäät tasoitetaan ja tausta liimataan maitoliimalla

11.30 Lopetus

- Palautteen kysyminen ryhmäläisiltä tältä ohjauskerralta sekä palautekyselyn täyttäminen. Kertaus siitä mitä on tehty ja miten töitä voi jatkaa halutessaan ennen seuraavaa kertaa.
- Annan palautetta ja kannustan ryhmäläisiä jatkamaan kädentaitojen parissa.
- Toivotan kaikki tervetulleeksi seuraavalle kerralle.



TOIKA KY  
PL 25, Haittilantie 4 A  
37801 TOIJALA  
FINLAND

Puh. (03) 542 1095  
Fax: (03) 542 1001  
E-mail: [info@toika.com](mailto:info@toika.com)  
Kotisivut: [www.toika.com](http://www.toika.com)

1

## KÄSINTUFTAUKSEN TARVIKEPAKETTI

Tarvikepaketin sisältö koostuu yhteen tuftattavaan työhön tarvittavasta:

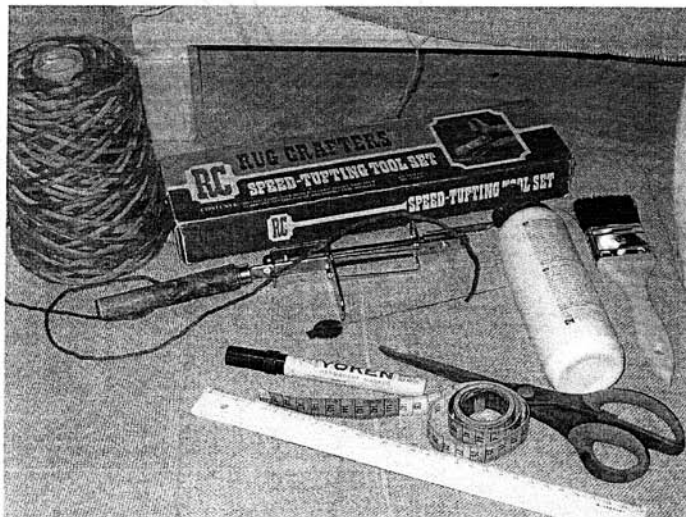
- kankaasta (70 cm x 70 cm),
- langasta (400 g liukuvärjättyä Ruska-villalankaa),
- liimasta sekä
- ohjeesta.

Työn, joka on kooltaan 40 cm x 40 cm, voi joko valmistaa koristetyynyksi, penkin päälliseksi tai sen voi ripustaa seinävaatteeksi.

Lisäksi tarvitset:

- Käsintuftauslaitteen
- Kehikon
- Sakset, mittanauha, viivain, sivellin, vedenkestävä tussi

Toikalta voi ostaa erikseen käsintuftauslaitteen ja kehikon.





TOIKA KY  
PL 25, Haittilantie 4 A  
37801 TOIJALA  
FINLAND

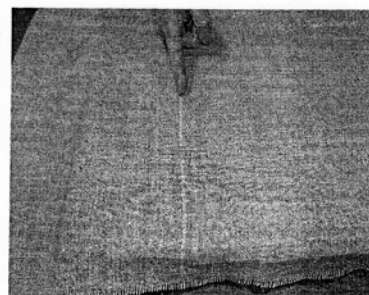
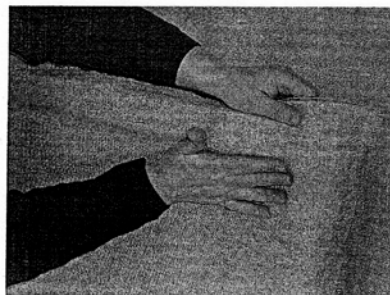
Puh. (03) 542 1095  
Fax: (03) 542 1001  
E-mail: [info@toika.com](mailto:info@toika.com)  
Kotisivut: [www.toika.com](http://www.toika.com)

2

- A. Varaa tarpeeksi pöytätilaa.
- B. Ota huomioon ergonominen työasento. Jos pöytä on matala, voit laittaa kehikon alle korotuksen. Koska kehikon reunoissa on naulauslista ja sen piikit ovat terävät, on suositeltavaa laittaa suojat piikkien päälle. Kangaskaupoista voi ostaa ns. vanulevyä, josta voi leikata piikkien päälle suojat tai voit suojata piikit jollakin pehmeällä kankaalla. Ilman suojausta lanka takertelee nauloihin ja voit saada haavoja käsiisi.
- C. Jos lanka on vyyhdillä, kerä se kerälle. On ehdottoman tärkeää, että lanka pääsee juoksemaan tuftauslaitteen onton neulan läpi kerältä vapaasti. Jotta lankakerä ei lähtisi karkuteille, voit laittaa sen esim. lattialla olevaan sankoon.

### 1. Kankaan pingottaminen kehikkoon

Pingota kangas kehikkoon kiinnittämällä se ensin kehikon sekä vasempaan reunaan että yläreunaan. Pohjakankaan tulee yltää reilusti kehikon reunojen yli (noin 5 cm), jotta kiristäminen onnistuu hyvin.



On tärkeää saada kangas lankasuoraan kehikon päälle. Tässä on apua kankaassa olevasta valkoisesta raidasta. Kiristäminen tapahtuu vastakkaisilta puolilta, siis kiristä vuorotellen oikeasta reunasta ja alareunasta vetämällä kangasta hieman alaviistoon. Tarkkaile lankasuoruutta valkoisen raidan avulla. Kankaan täytyy olla napakasti pingotettuna kehikon päälle, jotta se kestää tuftauslaitteen askeltamisen.





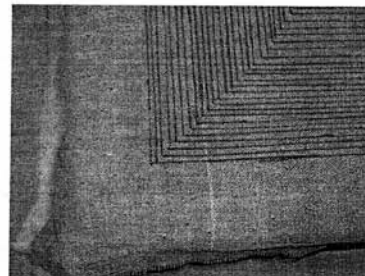
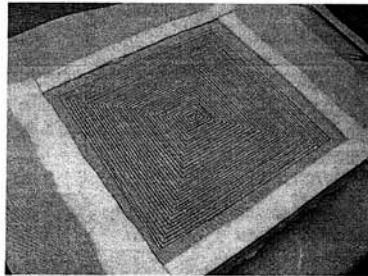
TOIKA KY  
PL 25, Haittilantie 4 A  
37801 TOIJALA  
FINLAND

Puh. (03) 542 1095  
Fax: (03) 542 1001  
E-mail: [info@toika.com](mailto:info@toika.com)  
Kotisivut: [www.toika.com](http://www.toika.com)

3

## 2. Kuvion suunnittelu

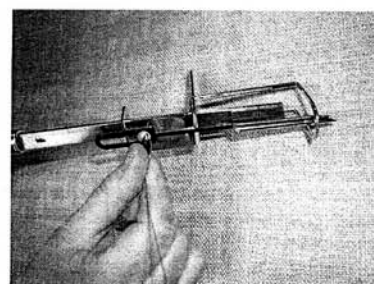
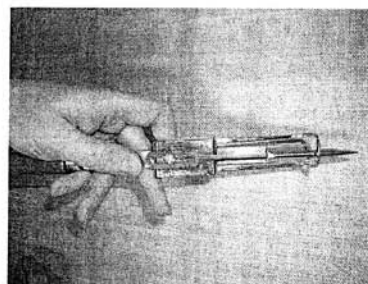
Piirrä haluamasi kuvio pingotettuun kankaaseen veden kestävällä tussilla. Rajaa ensin keskelle 40 cm x 40 cm alue viivainta apuna käyttäen. Kankaan ja kehikon reunan väliin jää 2,5 cm:ä tyhjää tilaa, jota ei pääse kunnolla tuftaamaan laitteen paininjalan vaatiman työskentelyalueen vuoksi.



Suunnittele haluamasi kuvio rajatun alueen sisälle ja huomioi, että kuvio muodostuu oikealle puolelle peilikuvana. Kuvion voi jäljentää esim. luonnolliseen kokoon piirretystä paperikuvasta kankaan läpi tai sen voi piirtää suoraan pohjakankaalle. Huomaa, että nukkarivien etäisyys toisistaan Ruskavillalangalla tuftattaessa on n. 0,5 cm.

## 3. Laitteen nukan pituuden säätäminen

Laitteen mukana tulevassa työkalussa on sekä ruuvimeisseli että pujotusneula. Ruuvimeisselillä säädetään nukan pituutta. Säätöväli on A - D. Näistä säädöllä A saa lyhyintä nukkaa ja säätö D tekee pisintä nukkaa.





TOIKA KY  
PL 25, Haartilantie 4 A  
37801 TOIJALA  
FINLAND

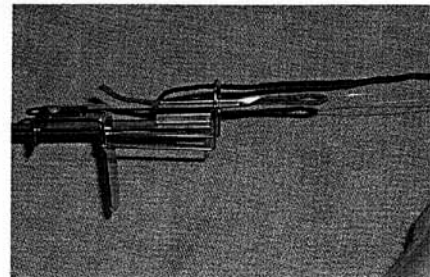
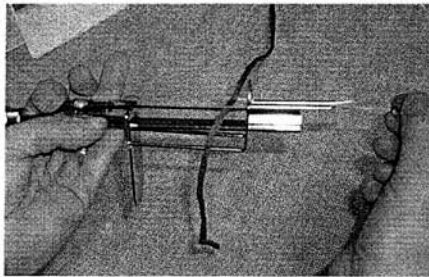
Puh. (03) 542 1095  
Fax: (03) 542 1001  
E-mail: [info@toika.com](mailto:info@toika.com)  
Kotisivut: [www.toika.com](http://www.toika.com)

4

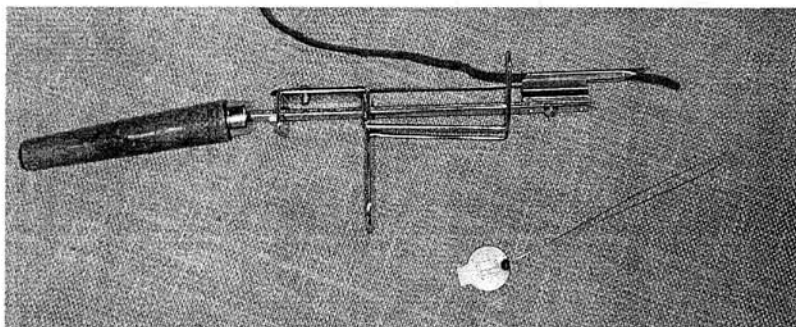
Laitteen mukana tulevassa työkalussa on sekä ruuvimeisseli että pujotusneula. Ruuvimeisselillä säädetään nukan pituutta. Säätoväli on A - D. Näistä säädöllä A saa lyhyintä nukkaa ja säätö D tekee pisintä nukkaa. Tämän tarvikepakettin materiaalimenekki on laskettu säädön C mukaan, joka edustaa keskipitkää nukkaa. Voit säätää nukanpituuden avaamalla nukansäätimen ruuvi ja siirtämällä kirjaimen A - D kohdalla olevan viivan laitteen rungossa olevan viivan kanssa kohdakkain. Muista kiristää ruuvi!

#### 4. Laitteen langoittaminen

Työnnä laitteen puinen kahva alas, niin että nukan pituuden säädin ei ole näkyvissä. Pujota laitteen mukana tulevan työkalun toisessa päässä oleva pujotusneula onton neulan läpi. Laita lanka pujotusneulan silmukkaan ja vedä lanka onton neulan läpi.



Tasoita langan pää vetämällä lankaa takaisin kerälle päin. Jätä lankaa n. 1,5 cm näkyviin neulan kärjestä. Nyt laite on valmis tuftaukseen.





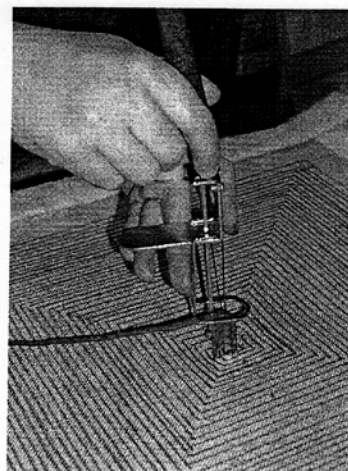
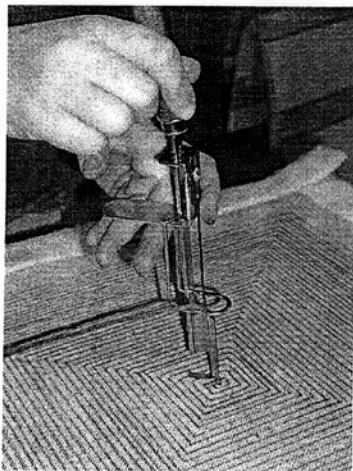
TOIKA KY  
PL 25, Häittilantie 4 A  
37801 TOIJALA  
FINLAND

Puh. (03) 542 1095  
Fax: (03) 542 1001  
E-mail: [info@toika.com](mailto:info@toika.com)  
Kotisivut: [www.toika.com](http://www.toika.com)

5

### 5. Tuftauksen aloittaminen

Tartu oikealla kädelläsi (oletus oikeakätisyys) laitteen puiseen kahvaan ja vasemmalla kädelläsi metalliseen U-malliseen ulokkeeseen. Nosta paininjalka ylös nostamalla vasemmalla kädelläsi metallisesta ulokkeesta. Nukan säätimen rajoitin on nyt laitteen sisällä ja voit upottaa onton neulan kankaan läpi niin pitkälle kuin se menee (nurjalta puolelta). Pyri pitämään laite koko ajan pystysuorassa asennossa. Seuraavaksi paina metallisesta ulokkeesta paininjalka niin alas kuin se menee ja saavuttaa kankaan pinnan. Tämä on ns. aloitusasento. Muista työntää sekä ontto neula että paininjalka aina niin lähelle kankaan pintaa kuin mahdollista. Silmukoiden muodostuminen tapahtuu näiden kahden asennon avulla; kun neula on laskussa, on paininjalka ylhäällä ja päinvastoin. Nukan pituuden säädin huolehtii nukan pituudesta.



Harjoittelemalla löydät oman rytmisi. Muista kurkistaa välillä työn oikealle puolelle. Jos havaitset, että työ on liian harvaa voit tuftata lisärivin jo valmiiden rivien väliin. Jos työhösi muodostaa välillä pitempiä silmukoita, voit tasoittaa ne saksilla liimaamisen jälkeen.



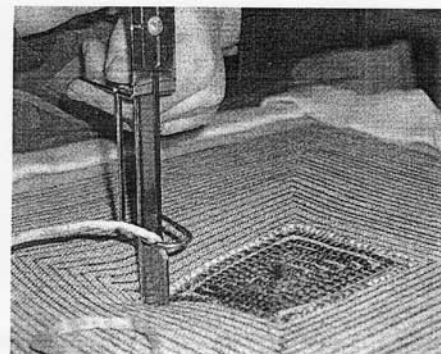
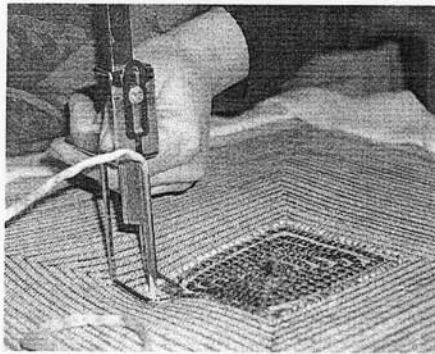
TOIKA KY  
PL 25, Häittilantie 4 A  
37801 TOIJALA  
FINLAND

Puh. (03) 542 1095  
Fax: (03) 542 1001  
E-mail: [info@toika.com](mailto:info@toika.com)  
Kotisivut: [www.toika.com](http://www.toika.com)

6

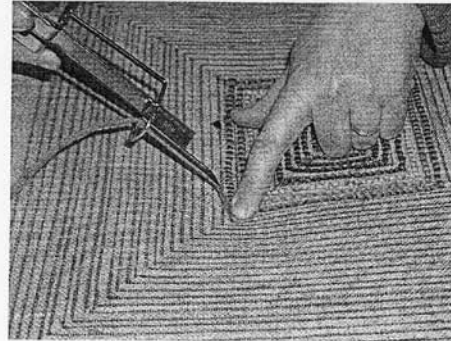
## 6. Kääntyminen

Kulmaan tullessa pidä neula ylhäällä ja paininjalka alhaalla, käännä laite ja jatka tuftaamista. Alhaalla oleva paininjalka pitää jo tehdyt silmukat paikoillaan käännöksen ajan. Pitämällä neula ylhäällä estetään kankaan mahdollinen repeytyminen.



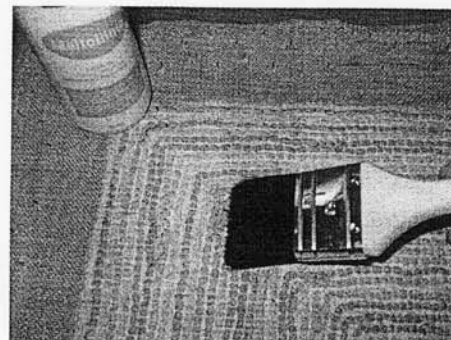
## 7. Langan katkaisu

Kun haluat lopettaa työn tai vaihtaa lankaa, vedä laite varovasti ylös kankaasta ja paina etusormellasi viimeistä silmukkaa, jotta työ ei lähtisi purkautumaan. Tämän jälkeen voit katkaista langan.



## 8. Työn liimaaminen ja nukan viimeistely

Kun olet saanut työsi tuftattua, anna sen edelleen olla pingotettuna kehikossa. Jotta nukka ei irtoaisi kankaasta, on nukka liimattava paikoilleen. Ennen liimaamista tasoita mahdolliset pitkät langan päät työn nurjalta puolelta kankaan tasoon.





TOIKA KY  
PL 25, Haittilantie 4 A  
37801 TOIJALA  
FINLAND

Puh. (03) 542 1095  
Fax: (03) 542 1001  
E-mail: [info@toika.com](mailto:info@toika.com)  
Kotisivut: [www.toika.com](http://www.toika.com)

7

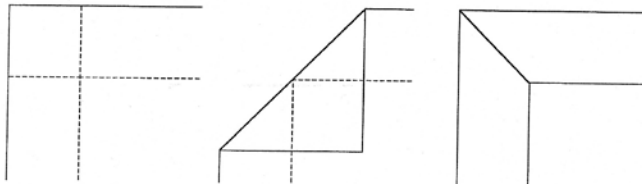
Levitä liimaa tasaisesti työn nurjalle puolelle esim. siveltimellä. Vältä liiman leviäminen reunimmaisen nukkarivin yli, koska liima-alueelle ompelu on erittäin hankalaa. Jätä työ rauhassa kuivumaan kehikkoon. Kun liimattu pinta on kuiva, voit irrottaa työn kehikosta vetämällä kankaan reunoista ensin hieman alaspäin ja sitten nostamalla kangasta ylöspäin.

Voit jättää nukan joko silmukoille tai leikata ne auki. Samassa työssä voi osa nukista olla leikattu ja osa jäädä silmukoille!

### 9. Reunojen huolittelu

Leikkaa ylimääräinen kangas reunoista pois (jätä käännevaraa noin 10 cm) ja huolittle reunat kolmiaskel-siksakilla.

Prässäa reunojen taitteet kostean silityslinän avulla työn nurjalle puolelle. Jätä nukkarivien ja käänteen väliin n. 0,5 cm, muutoin nukat kääntyvät liikaa taitteen suuntaan.



Avaa reunat ja käännä sivujen taiteviivojen kohtaamiskohdasta kulman sisälle päin. Prässäa taite.

Jätä silitetty kolmio paikalleen, käännä ja prässäa reunat teräviksi uudelleen. Muodostuneen vinosauaman reunat ommellaan pienillä pistoilla yhteen. Alle asettava vino osuus voidaan osittain leikata pois.

Jos haluat, voit vielä vuorittaa seinävaatteen esim. pellavakankaalla. Pellavasta voit valmistaa seinävaatteen yläreunaan pujotuskujan tankoa varten. Ompele pellavainen taustakangas työhösi käsin.