

# olon **t**ila

Paikka työskentelyn ja opiskelun vastapainoksi

**Marjo Vartiainen-Losoi**

**Opinnäytetyö**



|  |                         |
|--|-------------------------|
| Koulutusala<br>Kulttuuriala  |                         |
| Koulutusohjelma<br>Muotoilun koulutusohjelma, Tila- ja kalustemuotoilu   |                         |
| Työn tekijä(t)<br>Marjo Vartiainen-Losoi   |                         |
| Työn nimi<br>Olontila, Paikka työskentelyn ja opiskelun vastapainoksi  |                         |
| Päiväys 5.4.2012   | Sivumäärä/Liitteet 52/2 |
| Ohjaaja(t)<br>Jarmo Ruokonen, Antti Kares  |                         |
| Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t)  |                         |
| Tiivistelmä<br>Opinnäytetyössä olontila on osin mielentila, jossa hetkellisesti irrottaudutaan tuottavasta työskentelystä. Toisille se on sosiaalisia kohtaamisia, toisille omaa rauhaa ja hiljaisuutta. Jotta voimme työskennellä, saada uusia ideoita ja olla hyvällä mielellä koko päivän ajan, tarvitsemme paikan, jonne voi heittäytyä hetkeksi. Olontila muodostaa konseptin oleskelutilasta, joka on muokattavissa eri toimijoiden tarpeisiin työskentely- tai opiskeluympäristössä. Suunnitelmassa on pyrkimyksenä toteuttaa aistikokemuksilla ja liikettä tunnistaen olontila, joka mahdollistaa hyvän ja rentoutuneen hetken työskentelyn lomassa. Taukotilan analyysi pohjautuu keskusteluihin, kyselyihin, ergonomiaan ja omaan pohdintaan. Opinnäytetyö sisältää protosuunnitelman Opiskelijoiden olohuoneesta, joka mahdollistaa myös tilan käytön havainnoimisen ja lopputuloksen arvioinnin käytännössä. Lopullinen olontila suunnitelma on muutamia mahdollisuuksia keventää taakkaa hetkeksi työpäivän aikana. |                         |
| Avainsanat<br>rauhottuminen, toiminta, aistit, rentoutuminen, liike  |                         |

|   |          |                  |      |
|---|----------|------------------|------|
| Field of Study<br>Culture   |          |                  |      |
| Degree Programme<br>Degree Programme in Design, Interior and furniture design   |          |                  |      |
| Author(s)<br>Marjo Vartiainen-Losoi   |          |                  |      |
| Title of Thesis<br>Equilibrium, place of equipoise for work and studying  |          |                  |      |
| Date  | 5.4.2012 | Pages/Appendices | 52/2 |
| Supervisor(s)<br>Jarmo Ruokonen, Antti Kares  |          |                  |      |
| Client Organisation /Partners   |          |                  |      |
| <p>Abstract</p> <p>In this thesis equilibrium is partly a state of mind, wherein one momentarily cuts loose from productive work. It is to some, social encounters, and to others their own peace and silence.</p> <p>In order to be able to work, get new ideas and be in a good mood throughout the day, we need a place, where you can indulge a moment.</p> <p>Equilibrium creates a concept of parlour, which can be customized to the needs of different actors in work or education environment.</p> <p>Through a sensory experience and by identifying movement the plan aspires to achieve a good and relaxing moment while working. The analysis of a recreation room is based on discussions, surveys, ergonomics and the author's reasoning. The thesis includes a prototype plan for a students' living room. The plan enables one to observe the space and evaluate the result in practice</p> <p>The objective of the final plan for the equilibrium is to provide opportunities to lighten the stress during the working day.</p> |          |                  |      |
| <p>Keywords</p> <p>tranquilization, activity, senses, relaxation, motion</p>  |          |                  |      |

# Sisällys

|  |    |   |    |
|--|----|---|----|
| 1. Alusta uuteen tilaan                  | 6  | 5. Ergonomia ja käyttäjälähtöinen suunnittelu | 30 |
| 1.1 Taustaa ja sisältöä                  | 8  | 5.1 Ergonominen tauko                         | 33 |
| 2. Hyvä olo työpäivän aikana             | 10 | 5.2 Ergonomian havainnointia                  | 34 |
| 2.1 Pysähtyminen kiireen keskellä        | 12 | 5.3 Liikkeelle ja tekemään                    | 37 |
| 2.2 Itsensä kuuntelu                     | 13 | 6. Idea konseptista                           | 38 |
| 2.3 Aistimalla                           | 14 | 6.1 Olontila                                  | 41 |
| 2.4 Aistien käyttöä suunnittelussa       | 15 | 6.2 Rauhoittavaa oleilua                      | 42 |
| 3. Tulevaisuuden näkymiä                 | 16 | 6.3 Tekemisen meininkiä                       | 44 |
| 3.1 Oppimis- ja työskentelyympäristössä  | 17 | 7. Oma olo                                    | 46 |
| 3.2 Sisällä ulkotilassa                  | 19 | Kuvaluettelo                                  | 49 |
| 3.3 Tilatuote                            | 20 | Lähteet                                       |    |
| 4. Oleskelutila                          | 21 | Liitteet                                      |    |
| 4.1 Keskustelut ja kyselyt               | 23 |   |    |
| 4.2 Olohuoneen suunnittelu               | 26 |   |    |
| 4.3 Keskustelujen vaikutus suunnitelmaan | 28 |   |    |

*Hyppy toiseen paikkaan,  
toisiin ajatuksiin hetkeksi.  
Tekemistä keholle, virikkeitä mielelle.  
Olla yhdessä tai omassa rauhassa.  
Aistia.  
Nähdä, tuntea ja kuulla.  
Keinua uudistumiseen ja inspiraatioon.*



# 1. Alusta

## uuteen tilaan

Työskentelyssäni olennaista on asioiden yhdistely ja yhdistelyn kautta saatu tulos. Omasta elämästä saadut kokemukset ja asenteet luovat pohjaa, jolle on hyvä lähteä luomaan. Toiminta tilanteissa tuo alun kehittelylle. Mukaan täytyy kuitenkin saada monenlaisia näkökulmia, jotta ei sortuisi lyhytnäköiseen omantien viitoitukseen.

Maaretta Tukiainen (2010) käsittelee kirjassaan Luova tila tulevaisuuden työpaikkaa kokonaisuutena. Haluan keskittää oman työskentelyni oleskelutilaan, työskentelyympäristön taukopaikan tärkeyden takia. Käytän tietopohjana mm. Tukiaisen keräämää aineistoa sekä aihemaailmaa lähellä olevia, jo tehtyjä opinnäytetöitä.

Kun käsittelen tekstissäni työskentelyä, tarkoitan toimintaa työpaikalla. Haluan kuitenkin lukijoiden huomioivan myös opiskelun työskentelynä. Iästä tai asemasta riippuen työskentelyä tapahtuu alakoulusta lähtien, elämänvalintojen mukaisesti. Nostan esille mielenkiintoisten idearikkautta lisäävien paikkojen tärkeyden ympäristöissä, joissa tuotamme jotakin. Tuottavuuden ja tehokkuuden maksimointi, jota pidetään hyveenä yhteiskunnassamme, kasvaa itsestään, kun tekijöiden oloiloista pidetään huolta.

Rentoutumisen etsiminen liikkumisen ja luonnon kautta on itselleni luontevaa, mutta se miten toiset kokevat asian on olennainen.

Muuntautuvuus on tärkeä silloin kuin tila on tarkoitettu useiden ihmisten käyttöön. Tarkoituksena on yltää ajattelemaan aihetta mahdollisimman monin silmin.

Ergonomisen näkökulman nostaminen työskentelyni tueksi on ihmisen oman kehon huomioinnin kannalta tärkeää. Kehon liikuttelu vastapainona paikallaan työskentelylle pitäisi olla luontevaa. Olemmeko kuitenkin niin pingottuneessa tilassa, etteivät kehon viestit kuulu korviimme? Ajatukseni on herätellä tilassa oleskelevat ihmiset kehon käyttöön, luontaisin keinoin, liikkuvuudella ja aistein.

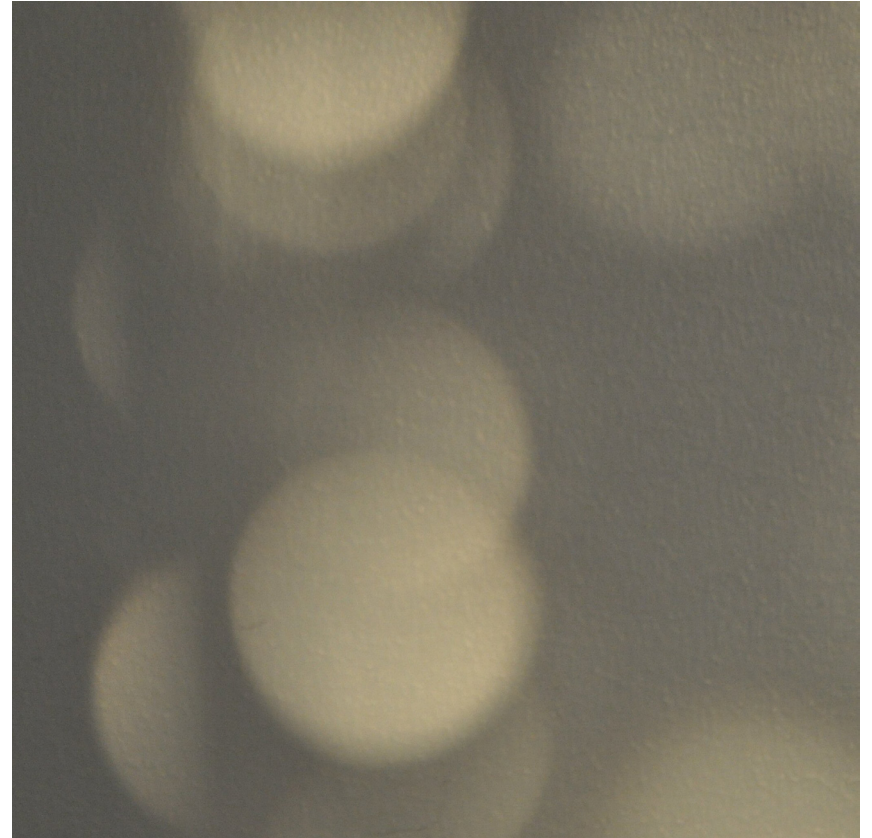
# 1.1 Taustaa ja sisältöä

Opinnäytetyöni käsittelee olontilaa työskentely- ja opiskeluympäristössä, tuottavan työskentelyn ohessa. Se on virikkeitä ja rauhoittumista omissa oloissa sekä mahdollisuuksia viettää aikaa yhdessä istahtaen saman pöydän ääressä. Jutustellen, pelaten tai vaikkapa ideoiden yhteistä projektia.

Olontila luo ympäristön, jossa on pyrkimyksenä huomioida oleminen moniulotteisesti, erilaisten ihmisten tarpeisiin vastaten. Suunnitelma ottaa kantaa toiminnoillaan tilankäyttäjien arkipäivän kuluttavuuteen. Se tarjoaa mahdollisuuden siirtää ajatukset hetkeksi kehoon ja sen vireyttämiseen eri toimintojen avulla. Tavoitteena vireystilan nousu ja työpäivän jatkaminen energisempänä.

Sijoitan suunnitelmani tulevan Savonia-ammattikorkeakoulun kampusalueen tiloihin kaikkien oppilaitoksen tiloja käyttäviä ajatellen. Ajatuksia, jotka tuon suunnitelmani kautta esille on mahdollista monistaa muihinkin työskentely- ja opiskeluympäristöihin työntekoa voimaannuttavina elementteinä ja ratkaisuinä.

Olen valinnut päättötyöni kohderyhmäksi opiskelijat ja istumatyöntekijät, tietotyötä tekevät.



Kuva 1. *Valo*

Työskennellessäni syksyllä 2011 Savonia-ammattikorkeakoulun tilapalveluilla, minulla oli mahdollisuus perehtyä opiskelijoiden toiveisiin ryhmäkeskustelujen avulla. Keskusteluista syntyneen aineiston avulla suunnittelin yhteistyössä Savonia-ammattikorkeakoulun tilapalvelujen kanssa opiskelijoiden olohuoneen.

Menetelmänä työskentelyni aikana oli käyttäjiä osallistava tiedonkeruusuunnitelmaa varten Ois-toiminnan mukaisesti (Open innovation space). Opiskelijoiden oleskelutilat toteutettiin suunnitelmien perusteella loppuvuodesta 2011.

Jatkoin aineiston kartuttamista ergonomian näkökulmasta monialaisesti, fysioterapian toisen vuosikurssin opiskelijan kanssa.

Kerätyn aineiston ja tehdyn suunnittelutyön perustella on loogista jatkaa opinnäytetyötä työskentely- ja opiskeluympäristöjen parissa. Suunniteltu ja toteutunut opiskelijoiden olohuone toimii opinnäytetyössäni protomallina, jonka kehittelyä jatkan varsinaisessa olontila suunnitelmassa.

Keskityn olon tilan suunnittelussa kehoa voimaannuttavien elementtien ideointiin työskentely-ympäristössä. Määrittelen kalusteet ja materiaalit yleisesti tilan toimivuutta ja käyttöä tukeviksi. Kaikki suunnitelmat ovat idealuonnoksia konseptin mahdollista jatkotyöstöä varten.



Kaavio 1.

2



## 2. Hyvä olo työpäivän aikana

Halusin lähteä käsittelemään työpaikkojen ja opiskeluympäristöjen taukokulttuuria meneillään olevan suorituskeskeisyyden vastapainoksi. Pysähtyminen hetkellisesti rutinoituneen työskentelyn keskellä ei enää ole itsestään selvyys.

*Vanhassa ajassa heinäpellolla laitettiin haravat ja hangot pois, syötiin evästä ja juotiin kahvia, ehkäpä otettiin vielä ruokaleivot päälle. Ja työnteko sai jatkua. Ahkeruus oli arvossaan, mutta jollakin tavalla irtaannuttiin, joko ruuan ääreen, nokosille tai jutustelulle. Pellolla oli melkein koko suku ja kyläläisiäkin apuna. Yhdessä tekemistä parhaillaan, auringon paahtaessa ja sateen pelossa.*

Tänään kilpaillaan omasta paikasta työn määrällä ja tuloksellisuudella. Istutaan konttorilla työskentelypisteessä ja juodaan kahvit työpöydän ääressä. Väsyneenä, hieman ylitöitä tehneenä raahaudutaan kotiin. Vaihtoehtoisesti töitä tehdään kotoa etänä. Etätyössäkin piilee vaara, työt ja kotiaskareet sekä kaikki muu kotona oleva sekoittuvat. Työskentelyyn käytettävä aika hämärtyy ja se voi jopa siirtyä yöhön.

Missä välissä ehdimme pitää kunnon hengähdystauon? Juoda kupillisen kahvia, tuoksutella kahvin aromia ja nauttia siitä. Irrottaa ajatukset hetkeksi työskentelystä, rentoutua. Hetken levähtäneenä, kukin omalla tavallaan, mieli virkistyy. Inspiroidumme, saamme uusia ideoita, työskentelymme tehostuu ja pääsemme tavoitteeseemme.

Tarinoissa on toinenkin eroavaisuus, yhdessä ja yksin tekeminen. Tähän ollaan onneksi herätty, koska yksin ei enää alati muuttuvassa maailmassa pärjää, yhdessä tekemisessä on voimaa ja laatua. (Leinonen 2011)

Käsittelen aiheitani tilasuunnittelun avulla, käyttäjän hyvinvoinnin huomioiden. Miten tila voi vaikuttaa käyttäjänsä hetkellisesti pysäyttäen, tavoitteena rentoutunut ja mukava olo?

Työskennellessäni olen hakeutunut toimimaan yhdessä, ammentamaan näkökulmia toisilta opiskelijoilta ja kaikesta ympäröivästä, joka vastaan tulee.

## 2.1 Pysähtyminen kiireen keskellä

Tietotekniikan tutkimuslaitos HIIT:n johtavana tutkijana sekä Taideteollisen korkeakoulun ja Oxfordin yliopiston osa-aikaisena professorina työskentelevä Pekka Himanen on kiteyttänyt työelämän problematiikkaa sanoin, *"informaatiotekniikan tärkein tuotannontekijä on luovuus. Ei ole mahdollista olla luova jatkuvassa kiireessä tai ulkopuolelta säädellyllä tavalla yhdeksästä viiteen. On tärkeä antaa tilaa leikkisyydelle ja luovuuden yksilöllisille tyyleille, sillä informaatiotaloudessa oleskelun valvonnan kulttuuri kääntyy helposti tavoitteitaan vastaan"*. (Himanen 2000.)

Tukiainen (2010,30.) kirjoittaa teoksessaan *Luova tila: "kvartaalitalouden lainalaisuuksista johtuvan työsuorituksen jatkuvan parantamisen ja kasvun vaatimuksen aiheuttavan yhteiskuntamme lisääntyneen pakkotahtisuuden ja paineentunteen"*. Uran etenemisen kannalta paremmat suoritteet lisäävät stressiä, johon vastaavat mm. Anja Kulo-vesi, teoksellaan *Kesyttä kiire* (2007) ja Carl Honore, kirjassaan *Elä hitaammin* (2006).

Kansainvälinen luovuustutkijakollegion mielestä stressi ja luovuus eivät sovi yhteen. Kiire vähentää merkittävästi kykyä luovaan ajatteluun, eli yhtälö on mahdoton. Yrityksiltä odotetaan jatkuvaa uudistumista ja innovaatioita, edellytykset näihin prosesseihin ovat huonommat kuin koskaan. Stressittömyyden huomioiminen on tärkeä luovuutta edistävän tilan suunnittelussa.

Työympäristössä on useita tekijöitä jotka vaikuttavat stressitasoon. Tilan häilyisyys, työn keskeytykset, valon häikäisy ja tilan sekä ihmisten fyysiseen sijoitteluun liittyvät tekijät. (Tukiainen 2010,53.)

Mielenkiintoinen ajatusmalli on myös mystinen fengshui, jossa ihminen ja ympäristö ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Ympäristöä muokataan niin, että "hyvä energia" on maksimaalinen ja "huono" minimoitu. Keskeistä on eri elementtien, kuten tulen, veden, ilman ja maan yhdistäminen sekä hyödyntäminen tiloissa. (Tukiainen 2010,53.)

Stressittömään tilaan perehtyy myös Margit Sjöroos konseptissaan, *Stress free area* (Seuri, *rauhaisan tien kulkija*). Sjöroosin mukaan väärin suunnitellut, aistiärsykeitä pursuavat ympäristöt uuvuttavat. Uupumuksesta seuraa riitoja ja lopulta kärsii luovuus. Pehmeät valot, kaarevat muodot ja rauhoittavat värit ovat ratkaisu tilasuunnittelun tasapainottamiseksi. (Seuri, *rauhaisan tien kulkija*)

Tavoitteena konseptissa on vähentää aistiärsykeitä fyysisestä ja digitaalisesta ympäristöstä, jotka vaikuttavat tunteisiimme ja siten tunnelmiin, tarkkaavaisuuteen, muistamiseen ja terveyteen. (Seuri, *rauhaisan tien kulkija*) Konsepti käyttää tunnelmia ja vireystiloja moniaistillisesti ja aistiystävällisesti tukeakseen ihmisen hyvinvointia. (Seuri, *rauhaisan tien kulkija*)

## 2.2 Itsensä kuuntelu

Aistien monipuolinen käyttö on parhaimmillaan lapsena, kun opettelemme hahmottamaan ympäröivää maailmaa. Maistelemme, haistelemme, tunnustelemme ja ihmettelemme kaiken tarkkaan. Mihin menetämme "lapsen aistimme"? Viekö aikuisuus ja tietyt rutiinit elämän rikkautta tuovat havainnointielementit? Aistimalla kehomme ja mieleemme rentoutuu. Mutta ehdimmekö kokea sitä, ellei siihen ole otettu erikseen aikaa? Oman kehon kuuntelu on tärkeintä mitä itsemme hyväksi voimme tehdä.

Siiri Murtomäen päättötyönä tehty *Hyvätyö konsepti (2011)*, käsittelee hyvinvoinnin lisäämistä työympäristössä. Ryhmätyöskentelytila stimuloi aisteja ja muuntautuu erilaisten työympäristön tarpeiden mukaisesti. Tila soveltuu neuvottelujen ja kokousten pitoon, yhteisideointiin sekä brainstorm-tilaisuuksien viettoon. Tilassa on mahdollista myös rentoutua kiireen keskellä. (Murtomäki 2011)

Ambient designia Siiri on käyttänyt suunnitelmassaan värien, valojen, tuoksujen, äänien ja muotojen avulla. Siirin työskentelytila on rauhallinen kokonaisuus ja voisinkin kuvitella viihtyvänä sekä inspiroituvana kyseisessä tilassa. Kiinnostus hyvinvointia lisäävään työympäristöön ambient designin kautta yhdistää ajatuksiamme.

Aistien stimulointi oikeissa tilanteissa lisää tilankäytön mielekkyyttä ja aistimalla monipuolisesti moniulotteinen oleminen tilassa mahdollistuu oman kehon kautta. Parhaimmillaan löytyy rauhallinen ja tasapainoinen olo, joka vie stressiä kauemmas ja mahdollisesti estää sen syntymisen.



Kuva 2. *Jatkumo*

## 2.3 Aistimalla

*(08.11.2011 Viretori,  
Savon ammatti- ja aikuisopisto)*

Sain mahdollisuuden tutustua Savonian ammattioppilaitoksessa sijaitsevaan Viretorin ylläpitämään aistihuoneeseen. Ilman mitään odotuksia ja ennakkotietoa tilan tulevista tapahtumista, heittäydyin aistien vietäväksi.

*"Vaalea, pehmein tekstiilein varustettu tila avasi mielen heti sisään tullessa. Lattialla odottavat säkkituolit peittoineen ja tyynyineen olivat kutsuva näky. Tilassa oli säkkituolien lisäksi kaksi lepotuolia ja prinsessasänky verhoineen. Ainoa häiriötekijä, johon olisin itse kiinnittänyt tilaa suunniteltaessa huomiota, oli kaappirivistö tilan toisella seinustalla. Se loi laitosmaisuuutta, muuten mukavasti rakennettuun kokonaisuuteen. Tila on ilmeisesti toiminut aikaisemmin luokkatilana, josta kaapiston ja altaiden sijoittuminen johtuu. Vesi- ja luontoaihe oli tuotu pulputtavana ja höyryävänä lähteenä, joka oli kiva lisä kokonaisuudessa.*

*Valojen hämähäryttyä yllä oleva tähtitaivas ja seinustoilla olevat muut valaisiin elementit rauhoittivat tunnelman unimaiseksi. Ohjaajan hidas puhe ja musiikki rentoutti olon melkein nukahtamiseen saakka.*

*Silmissä välähti kuitenkin valo, joka oli tarkastettava. Valo johtui kirkkaasta kuvasarjaheijasteesta valkokankaalle. Kuvat olivat vesi ja luontoaiheisia, jotka sopivat konseptiin. Tekstejä kuvissa ei mielestäni olisi tarvittu ja heijasteen kirkkaus oli häiriötekijä rentoutuksen aikaan saamiseksi. Tämä herpaannutti sen verran, että tarkkailin loppuajan mitä tulee tapahtumaan.*

*Musiikki loppui kuin seinään ja ohjaaja alkoi herätellä ryhmäämme. Ideana ja toteutuksena aistihuone oli hieno kokea Kuopiossa. Hieman hiomista tekniseen toteutukseen konsepti kuitenkin vaatisi".*

*Aistihuoneessa vierailee erityisryhmiä, vanhuksia, tyky-päivän viettäjiä ja päiväkotiryhmiä. Lisäksi tilassa järjestetään juhlia.*

*Savonia-ammattikorkeakoulun ja ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoiden tarjoamalla Viretorilla Kuopiossa voi käydä pötköttelemässä pehmeässä sängyssä tähtitaivaan tuikkeessa ja kuunnella rauhoittavaa musiikkia. Menetelmällä vähennetään mm. stressiä.  
(Heikkinen, aistihuone lataa akkuja)*

## 2.4 Aistien käyttöä suunnittelussa

Tuoksuja on käytetty päivittäistavarakauppaa edistävänä elementtinä jonkin aikaa. Leipää paistetaan kaupan omassa uunissa, jonka avulla se myy paremmin. Hajuaisti on hankalimmin hallittavissa, saatu informaatio on luonteeltaan muuntuva ja sattumanvaraista. Lähes kaikilla tiloilla on ominaistuoksu, mutta sitä ei vielä pystytä hyödyntämään systemaattisesti. Hajuihin tottuminen myös heikentää niiden havaittavuutta. Positiiviset hetkelliset tuoksut luovat tilasta miellyttävän ja negatiiviset hajut saavat tilan käyttäjän vaihtamaan helposti suuntaa. (Tukiainen 2010,92.)

Hajuaisti vaikuttaa tunteisiin voimakkaimmin, siksi tuoksujen käyttö on muodostumassa merkittäväksi osaksi tuotteiden brändäystä. Tutkittuja rentouttavia tuoksuja ovat mm. basilika, kaneli ja sitrushedelmät. Virkistäviä puolestaan piparminttu, timjami ja rosmariini. Ruusuntuoksu auttaa alkavaan masennukseen ja sydänsuruihin. (Tukiainen 2010,92.)

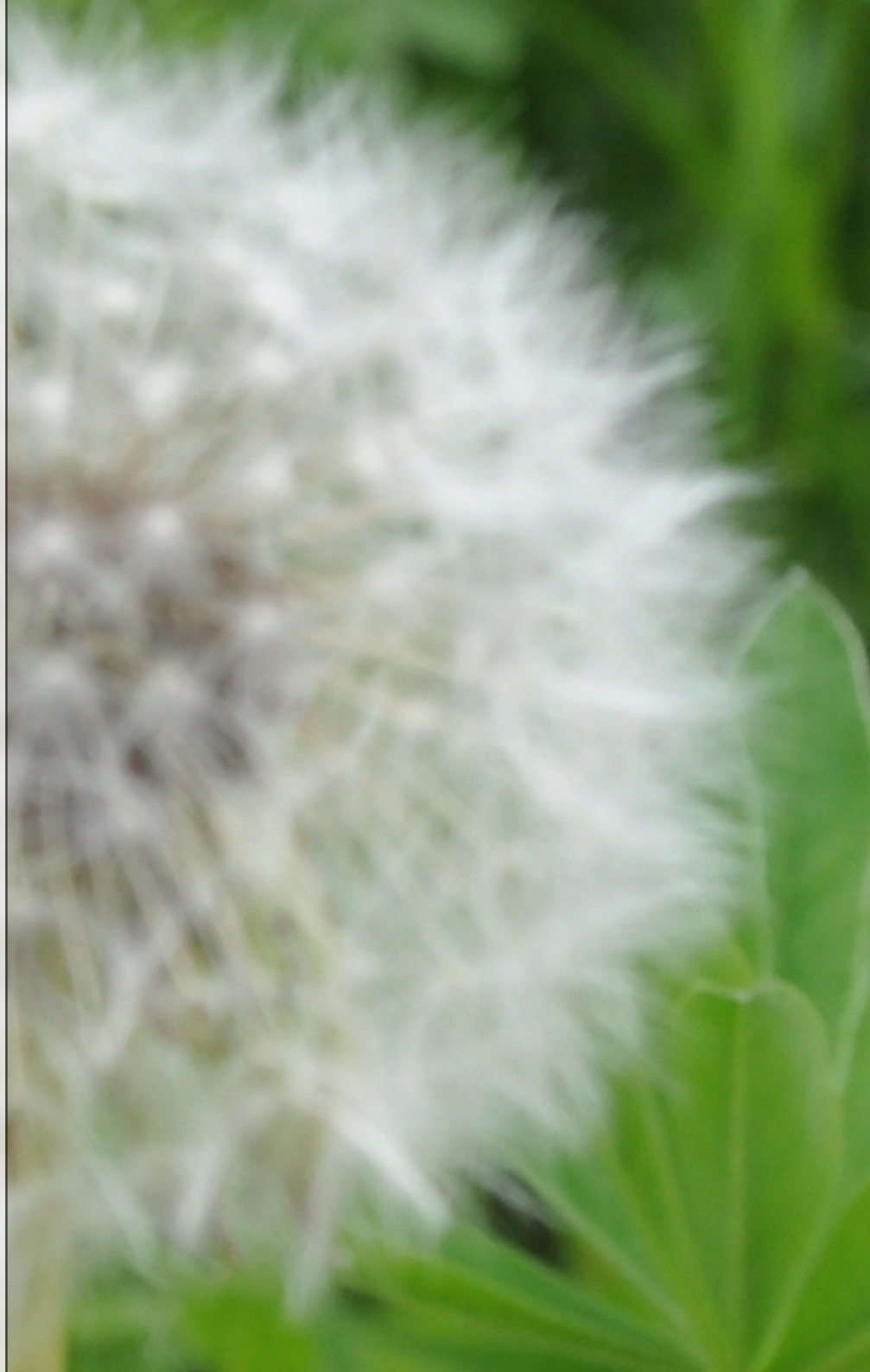
Kosketus välittää hyvinkin hienovaraisia ja nyansoituja viestejä. Kun näkökyky ei ole käytössämme, turvaudumme koskettamiseen varmistaaksemme mitä ympärillämme tapahtuu. Haptisia käyttöliittymiä ovat mm. värähtelevät kännykät ja kosketusnäytöt. (Tukiainen 2010,92.)

Melun ympäröidessä elämäämme voisi ajatella että, hiljaisuus olisi tavoiteltavin tila. Mielenkiintoinen ja omaperäinen äänimaailman voi kuitenkin muodostua rentouttavaksi kokemukseksi. Tilojen rytmittelyn voi toteuttaa myös akustiikkaa hyväksi käyttäen. Äänimaisemoinnilla voidaan tuoda luontoa sisätiloihin. Linnun laulua elvyttävänä elementtinä on käyttänyt mm. Stockmannin parkkihallit ja Japani liikennevaloissa digitaalisen piippauksen sijaan. Merten kohinaa ja delfiinien ääntelyä voi kokea esoteerisissä liikkeissä. Kansainvälisillä ravintolaketjuilla on oma CD-kombinaationsa: tietynlaisen sisustustyylin lisäksi konsepti on formatoitu kuunneltavaa äänitapettia myöten. (Tukiainen 2010,92.)

Voidakseen koskettaa musiikin on otettava vapauksia ja systemaattisesti petettävä antamansa odotukset. Organisoidun äänen on sisällettävä yllättäviä elementtejä, jotka yllättävät ja koskettavat kuulijaansa. (Tukiainen 2010,92,93.)

Aistimaailman käyttöä tarkastellessa huomio kiinnittyy siihen, että se on pitkälle suunniteltua oheispalvelua. Ehkäpä se toimii tuottavuuden osatekijänä juuri sen takia, ettei suurin osa käyttäjistä miellä sitä sen erikoisemmaksi elämykseksi.

Э



## 3. Tulevaisuuden näkymiä

Työskentely ja opiskelutavat muuttuvat, ihmiset tarvitsevat tulevaisuuden toimintaa tukevia tilaratkaisuja. Teknologian eteneminen mahdollistaa tilojen muunneltavuuden käyttötarkoituksen mukaan monikäyttöisesti. Tulevaisuuteen kannattaa satsata investoimalla ratkaisuihin, jotka palvelevat paremmin käyttäjiä.

Julkisissa ympäristöissä käyttäjät ovat jokainen omia persoonia, joiden toimintaa arjen työssä ja opiskelussa olisi tuettava. Tilojen monikäyttöisyys ja ymmärrys erilaisista tarpeista on huomionarvoinen asia tulevaisuuden suunnittelussa. Tilojen mukavuus, ehkä kodinomaisuuskin lisäävät jaksamista päivän aikana. Inspiroivat hyvin suunnitellut tilat lisäävät aktiivisuutta ja sen kautta tuottavuus kasvaa.

### 3.1 Oppimis- ja työskentely-ympäristöissä

Tiloja suunnitellaan toiminnallisista lähtökohdista. Elinkaari ajattelu on huomioitava suunnittelu- ja rakennusvaiheessa. Rakennuksen suunnitteluvaiheessa mm. viihtyvyys ja hyvinvoinnin lisääminen on ratkaistavissa oleva seikka. (Mattila & Miettunen 2009.)

Uusia ajatuksia tarvitaan, kun puhutaan ilmiöpohjaisuudesta opetuksessa ja oppimisessa, tutkivasta oppimisesta, luovasta ongelmanratkaisusta, yhteistoiminnallisuudesta ja yhteisöllisyydestä.

Avoin oppimisympäristö, toimintaan muokkautuvat kalusteet, muuntuva valaistus sekä tieto- ja viestintäteknologian hyödyntäminen tukevat yksilöllisiin oppimistyyleihin. Avoimet oppimisympäristöt mahdollistavat uudenlaiset sekä vanhat oppimis- ja opetustyyliä. Ne ovat muunneltavuudessaan käytössä aamusta iltaan, viikonloppuisin sekä kesäisin. Tilojen täytyy toimia kaikille käyttäjille, arjessa ja juhlassa. Käyttäjätutkimus on avainasemassa tilasuunnittelun alkuvaiheissa. (Mattila & Miettunen 2009.)

Rento, viihtyisä ja kodinomainen oppimisympäristö parantaa oppimismotivaatiota ja vaikuttaa oppimistuloksiin positiivisesti. Hanke nimeltä InnoAula tulevaisuuden oppimisympäristönä on toteuttanut Pohjankartanon koulun tiloihin innovatiivisia ratkaisuja. Käyttäjinä monitoimitalolla on yläkoulu, lukio, kansalaisopisto, messu- ja tapahtumakäyttö. Tiloissa on mm. verhoilla rajattuja oppimispesä, jotka sulkevat sisäänsä oman tilan. Tila luo puitteet keskittyneeseen ryhmätyöskentelyyn ja oppimiseen. Kun verhot vedetään auki pesät ovat osa aulatilaa. *(Mattila & Miettunen 2009.)*

Valaistus on suunniteltu häikäisemättömäksi ja jakamaan valoa laajalti alaspäin. Valaistusta on mahdollista muunnella himmentäen. Irtokalustuksena pesissä on pöydät ja pehmeät rahat sekä oppimispisteen toimintoja tukeva teknologiakaluste. Pesäratkaisua on mahdollista käyttää myös luokkatilassa tai oppimisympäristössä tilaa rajaavana. *(Mattila & Miettunen 2009.)*

InnoAulaan on tehty myös oppimispeli- ja hyvinvointipiste. Pelien käyttö oppimisen välineenä lisää mielekkyyttä ja motivaatiota oppimisessa. Piste on koottu uusimmista pelillisistä oppimisympäristöistä tai peleistä. Pelit tarjoavat tarinan muodossa sisään rakennettuja ongelmanratkaisutilanteita, jotka edistävät uusien asioiden omaksumista. Ne ovat myös rikkaita vuorovaikutusympäristöjä, jotka kannustavat vieraankielen käyttöön. *(Mattila & Miettunen 2009.)*

InnoAulassa käytettyjä oppimistilojen uudenlaisia ajatuksia voi yhtä hyvin toteuttaa työympäristössäänkin. Oppiminen on työskentelyä siinä missä työntekokin ja se, joka toimii lapsille toimii myös aikuisille.

## 3.2 Sisällä ulkotilassa

Luonnon ja kasvien merkitys voimaannuttavina elementteinä on ymmärretty useissa yrityksissä. Roomalainen sisustusarkkitehti Kevin Walzi kerää ajatuksiaan työskentelyn välissä sisäpihan puutarhassa. *(Tukiainen 2010,34.)*

Mainostoimisto TBWA/ Hakuhodo on rakennettu entiseen keilahalliin. Tilan jakaa puupäällysteinen promenadi, jota reunustaa suuret fiikukset. Niiden katveessa on istuinryhmiä ja promenadeilta erkanevia mutkittelevia kyläteitä. Toimistossa on aidon tuntuinen yhteys luontoon, vaikka luonnon valoa ei ole ja ruoho on synteettistä. Korkeatila on rajattu katoksilla työpistemajoiksi turvallisuuden tunteen lisäämiseksi. *(Tukiainen 2010,34.)*

Ulkotilojen merkitys sisätiloja suunniteltaessa on noussut ennennäkemättömään arvoon. Muotibrändi Dieselin uusi hanke on Pohjois-Italiaan Molvenaen rakentuva uusi pääkonttori. Energiaomavarainen rakennus muodostuu puistosta, jota toimistot ja työtilat ympäröivät. *(Tukiainen 2010,35.)*

Botanisti Patrick Black on kehittänyt kasviseinäkonseptin, joka muodostuu pystysuoralle pinnalle vierekkäin istutetuista kasveista. Konseptia on käytetty mm. pariisilaisissa hotelleissa, bangkokilaisessa ostoskeskuksessa ja losangelesilaisissa ravintoloissa.

Vapauden fiilistä tavoittelee myös Micael Jager bränditoimistossaan JDK:ssa. Tilassa on keskellä skeittiramppi ja pihalla pallokenttä, muita toimintoja ovat silkkipaino, punttisali, puutavarakauppa ja kaksi galleriaa. "liike antaa kaikille taiteen aloille mahdollisuuden virrata", kertoo Jager. *(Tukiainen 2010,58,59.)*

On tärkeää ymmärtää ulkotilan merkitys työtilaan kuuluvana olennaisena osana sekä työn laatuun vaikuttavana meditatiivisena elementtinä ja voimavarana. On todettu, että aukea maisema voi olla apukeino saavuttaa mietiskelyä vastaava tila. Mieliala ja keskittymiskyky paranee puistoa katsellessa enemmän kuin elementtitaloja katsellessa. Viheralueiden lähellä asuvat kokevat itsensä terveemmiksi, joka puolustaa stressinhallinnan näkökulmasta elvyttävien ympäristöjen luomisen tärkeyttä. *(Tukiainen 2010,58,59.)*

Sisä- ja ulkotilojen välinen merkitys on keskeistä Itämaisessä tilasuunnittelussa. Idässä puutarha on kautta historian koettu hyvin vointia tuottavaksi elementiksi. Aasialaisessa sisustusarkkitehtuurissa ulkotilalla on keskeinen merkitys ja puutarhamuotoilu lähestyy sisätilojen muotoilua. *(Tukiainen 2010,58,59.)*

### 3.3 Tila tuotteena

Tulevaisuudessa tutkitaan tekijöitä, jotka vaikuttavat ihmisen ja tuotteen välisen suhteen laatuun, tuotetta voidaan ajatella "elävänä olentona", jonka kanssa ihmisillä on vuorovaikutussuhde. Tuotteet voivat tuoda käyttäjälleen iloa, vihaa, ylpeyttä, häpeää, epävarmuutta tai varmuutta. Tuotteen ja käyttäjän väliseen suhteeseen vaikuttavat ulkonäkö, teknisten ominaisuuksien sopivuus, toimivuus sekä tuotteeseen kohdistetut odotukset ja arvostukset. Täytyy tarkastella myös tunnekokemuksia ja nautintoa, jota tuotteet voivat tarjota käyttäjälleen, lisäksi kannattaa tutkia mitä vaikutuksia edellä mainituilla on tuotteen suunnitteluun ja arviointiin. (Väyrynen, Nevala & Päivinen, 2004, 15.)

Kuluttajat ja käyttäjät arvostavat tuotetta, joka hyödyttää heitä käytännöllisellä ja järkevällä tasolla, mutta myös kokemuksen tasolla. Puhutaan tuotteen toiminnallisuus-, suorituskyky- sekä mieluisuusominaisuuksista. Tuotetta tarkastellessa mielihyvä määritellään emotionaaliseksi, hedonistiseksi ja käytännölliseksi hyödyiksi. Fyysinen mielihyvä liittyy kehoon ja aisteihin. Sosiaalinen mielihyvä on ihmisten välisiä sosiaalisia suhteita. Psykologisen mielihyvän voi yhdistää ajatukseen ja mieleen, kun taas ideologinen mielihyvä liittyy arvoihin. (Väyrynen, Nevala & Päivinen, 2004, 15.)

Käyttäjien tapa toimia tilassa määräytyy fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten tarpeiden kautta. Tauon sosiaalisia ominaisuuksia voi olla tapaamiset, kohtaamiset, keskustelut ja tiedonjako. Fysiologisia ominaisuuksia taas ovat liike, rentoutuminen, kehon asentojen muuttuminen, ruokailu ja kahvittelu. Psykologiseksi ominaisuuksiksi voisi määritellä levon, rentoutumisen, rauhoittumisen ja ajatuskatkoksen.



Kuva 3. Tila.  
Marika Mäkelän teos "Jungle Fever"  
Art & Design Villas, Anttolanhovi

# 4



## 4.Oleskelu tila

Sain elokuussa 2011 kuulla tilasuunnittelun tarpeesta Technopoliksella sijaitsevaan Savonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoille tarkoitettuun oleskelutilaan. Tarkoituksena oli toimia Savonia-ammattikorkeakoulun tilapalveluilla Paula Leinosen kanssa yhteistyössä.

Keskusteluissamme projektin läpiviemisestä, oli heti selvää että hyödyntäisimme opiskelijoiden ajatuksia, heille tarkoitettussa tilassa. Ois-tilasuunnittelijana toimiva Paula Leinonen on perehtynyt laajasti Ois-toimintaan ja toteuttanut sitä omassa opinnäytetyössään. *(Leinonen 2011)*

Ois-toiminnan tavoitteena on tieteellisen tiedon ja käytännön integrointi. Savonia-ammattikorkeakoulun ja Itä-Suomen yliopiston yhteisen Ois-toimintamallin kehitys, jossa tutkimus ja kehittämistoiminnan avulla tuotetaan kysyntälähtöisiä tuotteita sekä palveluja osana opetustoimintaa, yhteistyössä alueen työ- ja elinkeinoelämän kanssa. *(Ois-hankkeen blogi, Mikä on OIS-hanke?)*

Aloitimme Ois-toiminnan keskustelemalla Ois-projektipäällikkö Marja-Liisa Gröhn-Rissasen kanssa. Sovimme menetelmämme tavoitteista ja käyttäjärühmien kokoamisista. Marja-Liisalla oli paljon ideoita toimintamallin jalkauttamiseksi ja työskentelylläni osallistun omalta osaltani sen toteutukseen.

Saimme järjestettyä opiskelijoiden kanssa käydyt keskustelut nopealla aikataululla, joka oli tavoitteenamme kokonaisprojektin etenemisen kannalta. Marja-Liisan sekä muiden sosiaalioppilaitoksen opettajien suhtautuminen kannustavasti keskustelujen järjestämiseen auttoi työskentelyvaiheemme toteutumisessa.

Keskusteluista syntyneen materiaalin avulla saimme ideoita tilasuunnitteluun ja vahvistusta omille ajatuksillemme. Pystyimme myös esittämään suunnitelmat perustellusti eteenpäin Savonia-ammattikorkeakoulun tilapalveluille ja asioista päättävälle henkilölle. *(Palaveri vararehtori Mervi Vidgrenin ja kiinteistöpäällikkö Ahti Huotarin kassa.)*

## 4.1 Keskustelut ja kyselyt

*OIS-yhteistyö, (prosessi)*

Valitsin tilasuunnittelua tukevaksi tiedonkeruumenetelmäksi käyttäjäryhmien kanssa tehdyt kirjalliset kyselyt ja niiden pohjalta syntyneet keskustelut. Keskustelujen tarkoituksena oli saada monialaisia näkökulmia tilasuunnitteluun opiskelijoiden olohuonetta sekä myöhemmin tehtävää olontila- suunnitelmaa varten.

Menetelmänä keskustelut ovat OIS-toimintaa (Open Innovation Space), jota toteutan monialaisesti ja opiskelijakeskeisesti opinnäytetyössäni. Halusin painottaa ryhmien valintaa terveystalalla opintoja suorittaviin opiskelijoihin. Hyvinvointinäkökulma on heidän vahvuuksiaan ja se on suunnitelmani kantava ajatus.

Menetelmänä kyselyn täyttäminen ja myöhemmin siitä keskustelu on nopea ja materiaalia tuottava työkalu. Ryhmän kokoon saaminen takaa aina jotakin lisätietoa. Haastavaa keskustelujen järjestämisessä on sen läpivieminen ja ohjaaminen oikealla tavalla. Tarkoituksena olisi pystyä reagoimaan nopeasti kiinnostavaan aiheeseen ja tarttua siihen lisäkysymyksillä, jolloin keskustelun hyöty maksimoituisi.

Apunani suunnittelemassa ja toteuttamassa keskusteluja oli OIS-tilasuunnittelija Paula Leinonen. Yhdessä tilaisuuksia pitäessämme keskustelun vieminen muuttui sujuvaksi ja toinen pystyi kommentoimaan tai lisäämään aihepiiriä

koskevia ajatuksia. tilanteen luonne muuttui oikeanlaiseen suuntaan ja keskustelusta saatu anti oli enemmän.

Halusin toteuttaa keskustelutilanteen aistimaailmaa huomioiden. Tavoitteenani oli luoda mukava ja rento tilanne kaikille osallistujille, myös meille ohjaajille. Ratkaisin ajatuksen esitystekniikan keinoin, vaihtuvalla virikkeitä tuovalla kuvasarjalla sekä musiikilla, joka yleensä tekee tilanteesta, kuin tilanteesta rennomman.

Suunnittelimme kyselyflyerin "Energinen olo opiskelupäivän aikana", jonka toteutti Savonia-ammattikorkeakoulun viestinnän graafinen suunnittelija Niina Lautiainen. Flyerissa oli neljä taukoa käsittelevää kysymystä. *(Liite 1 ja 2, flyer Energinen Olo opiskelupäivän aikana)*

Aloitimme helpolla, asiaan virittelevällä kysymyksellä, milloin olet virkeimmilläsi? Halusimme kartoittaa käyttäjien omia keinoja vireystason säilyttämiseen sekä tuntien välissä olevan vapaa-ajan käyttöön. Tieto siitä miten tila vaikuttaa hyvinvointiin ja jaksamiseen ja millainen olisi hyvä oleskeluun tarkoitettu tila on olennainen suunnitteluun vaikuttava asia.

Aikaa lomakkeen täyttämiseen sessiossamme oli n.10min, jonka jälkeen keskustelimme kysymyksistä. Pyrimme pääsemään kysymyksissä eteenpäin ja herättämään aiheesta lisäkeskustelua. Tilannetta tukevana elementtinä käytimme vaihtuvaa kuvasarjaa screenillä sekä taustamusiikkia. Yhteiskeskustelun kokonaiskesto muotoutui n. 45minuutiksi.

Keskustelujen jatkotyöstöä varten videoimme ja nauhoitimme tilaisuudet. (aineisto, video ja puhelinnauhoitteet)

keskustelut

1.9.2011

Pidin ensimmäisen keskustelutuokion taukoajattelusta Muotoiluakatemia 2. Vuoden aikuisopiskelijoiden kanssa.

Ryhmän koko oli n. 10 henkilöä, joista kaikki olivat työssä käyviä, elämäkokemusta omaavia henkilöitä.

Kysymykset olivat tulostettuina paperille, johon oli tarkoitus kirjoittaa oma mielipide kysymykseen. Valitsin taustamusiikiksi nettiradion Space dreams (<http://www.di.fm>) musiikkia, koska musiikki on pääsääntöisesti instrumentaalista ja helppoa kuunneltavaa taustalla.

Keskustelu oli innokasta ja vilkasta, joten sain ryhmältä paljon arvokasta tietoa henkilökohtaisista mieltymyksistä taukokäyttäytymisen analysointia varten. Ensimmäisen kerran ongelmana oli oma jännitys, sekä musiikin liiallinen rauhallisuus.

Keskustelussa tärkeintä mielestäni oli huumorin ja ilon muistaminen voimavaroja tuovina tunteina. Mielipiteiden jakautuminen on persoonasta riippuvaista, kun kysymyksessä on tauon viettämistä yhdessä tai yksin. Selkeä tarve tekemiselle tai toiminnalle on nähtävissä, jonka vastakohtana on omassa rauhassa oleskelu ja hiljaisuus. Erilaisten materiaalien käyttö piristävänä elementtinä ja vaihtelun tuojana on hyvän oleskelutilan ominaisuuksia, jotka stimuloivat aisteja kehon omalla alkukantaisella tavalla.

14.9.2011 Toisen keskustelun pidimme Paulan kanssa yhdessä. Ryhmä koostui n. 20: ta, kolmannen vuosikurssin fysioterapian opiskelijasta.

Ensimmäisestä kerrasta viisastuneena vaihdoin taustamusiikin samaisen nettiradion chillout musiikkiin, jonka totesin hiukan nopea tempoisemmaksi. Vaikutelmaltaan tyyli säilyi samana.

Terveysalan opiskelijoilta saama materiaali toi esille pehmeän istuimen tärkeiden rentouden antajana. Yhdessä tekeminen on tärkeää, johon siihen tarkoitettujen tilojen täytyy soveltua. Hyvän ilman laatuun kiinnitettiin myös huomiota. Ohjasimme keskustelua liikkumiseen ja liikkeen tuomaan kehon asentojen muutoksiin.

16.9.2011 Camp päivä  
Pidimme keskustelun kahdessa osassa n. 30 henkilön ryhmissä. Ryhmät koostuivat terveystalon päättävistä opiskelijoista.

Haasteeksi muodostui opiskelijoiden mielenkiinnon ylläpitäminen, kun kyseessä ei ollut luokkatilanne.

Istuin ja sen pehmeys oli jälleen suosituin taukoon liittyvä asia. Sisäilman laatu oli tärkeä seikka, johon kiinnitettiin myös huomiota.

Moni opiskelijoista kertoi tekemisen, jonkinlaisen toiminnan olevan energian purkamismuoto. Liikkuminen ja jutustelut tauolla ovat yleisesti käytetty tapa ajanviettoon. Keskustelimme myös musiikista rauhoittavana elementtinä. Opiskelijoiden mielestä oleskeluun tarkoitettun tilan täytyisi olla erilainen kuin luokkatilan ja vain opiskelijoille tarkoitettu.

5.10.2011

Viimeisen keskustelun pidimme uuden OIS-tilan avajaisissa. Ajatuksena oli, että ryhmämme koostuisi mahdollisimman monialaisesti, mutta tilanteessa oli suurin osa Muotoiluakatemian opiskelijoita. Ryhmässä oli n. 10 henkilöä.

Yhteisenä ajatuksena opiskelijoilla oli hengailutila, jossa olisi pehmeitä istuimia, värejä, muotoja ja materiaaleja. Liikkumisen tarve esiintyi keskustelussa. Sosiaalisten kohtaamisten tuoma katkos opiskelupäivän aikana muodostui tärkeäksi huomioksi keskustelussa.

## 4.2 Olohuoneen suunnittelu

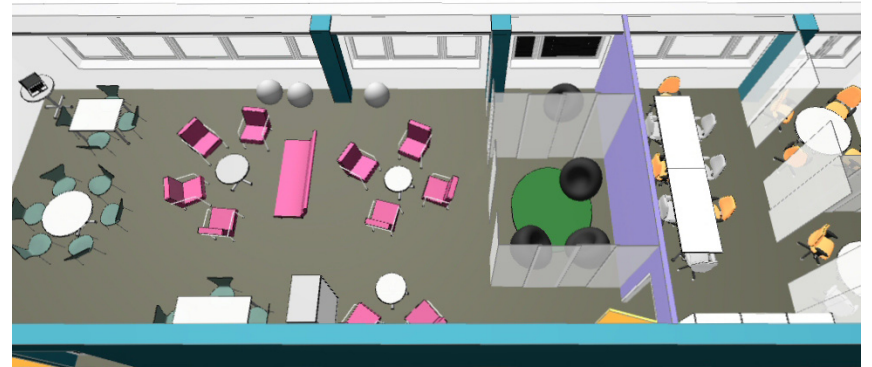
Opiskelijoiden olohuoneen suunnittelua aloittaessa kävimme lävitse asiat, jotka vaikuttavat olennaisesti työskentelyymme. Aikataulu oli nopea, syyskuun loppuun mennessä oli suunnitelmat oltava valmiit. Aikataulu muodosti raamit tekemiselle ja selkeytti työskentelyn määrittelyä.

Työnjako muodostui niin, että mietimme yhdessä kokonaisuutta, jonka jälkeen tein suunnitelmasta ehdotuksen, jota muokkasin yhteisten ajatustemme mukaisesti.

Ajatus kierrätyksestä kiinnosti, koska käyttökelpoista tavaraa on maailma täynnä. Niin myös Savonian varastotiloissa olevat ylimääräiset kalusteet sekä Sosiaalioppilaitoksen käytöstä poistuvien tilojen kalusteet ja tarvikkeet. Kävimme kalusteet läpi ja päätimme mitä haluaisimme tuoda tilaan, joka oli käytössämme.

Suunnittelussa hyödynsimme käyttäjälähtöisyyttä sekä Ois-toimintaa. Opiskelijoiden olohuoneen toiminnaksi oli määriteltä oleskelu sekä projektityöskentely.

Tila joka oli käytössämme muodostui kolmesta osasta; pienehköstä edus-/aulatilasta, isommasta ja pienemmästä luokkahuoneesta. Samassa siivessä ennen luokkahuoneita on syksyllä avattu opiskelijoiden käytössä oleva Savotta kahvio, joka vaikuttaa tilankäyttöön olennaisesti. Toiminnaksi muodostuu oletettavasti myös kahvittelu.  
(Liite 1, Technopoliksen asemakaavakuva)



Kuva 4. Perspektiivikuva opiskelijoiden olohuoneesta

Oleskelu sijoittui selkeästi isompaan luokkahuoneeseen ja projektityöskentely suljettavan oven taakse pienempään luokkahuoneeseen. Päädyimme aulatilaa ja isomman luokkahuoneen välisen seinän purkuun, joka avaa oleskelutilan kahvilasta katsottuna.

Määrittelimme oleskelutilan tarkemmiksi toiminnoiksi oleskelun pienemmissä ja isommissa ryhmissä, pelaamisen sekä lukemisen. Ehdotin jo alkuvaiheessa pienempää suljettavaa luokkatilaa rauhoittumistilaksi, josta muokkaisimme lukusalimaisen hiljaisen tilan. Ajatus oli mielestäni hyvä, mutta tilapalvelun yhteisen palaverin tuloksena projektitila oli tarpeellisempi opiskelijoiden ryhmätöiden tekopaikkana.

Toimme rauhoittumiseen tarkoitettua sopit isompaan tilaan, jossa rajasimme ne verhoilla. Näin toteutuu avoin olohuone, jossa on tilaa myös yksin oleilulle.

Projektitila on jaettu kolmeen verhoilla, kuten sopeissa. Tällä tavoin kolme erikokoista ryhmää voi työskennellä samassa tilassa, "omissa oloissaan". Tilassa on mahdollista työskennellä tietokoneella, joita on varattu isoimpaan tilaan kuusi kappaletta.



Kuva 5. Afrikan tähti



Kuva 6. Opiskelijoiden olohuone

## 4.3 Keskustelujen vaikutus suunnitelmaan

Materiaali, joka syntyi keskustelujen tuloksena, alkoi heti muokkautua tilasuunnitelmaksi. Sopit, jotka olin ajatellut henkilökohtaiseen rauhoittumiseen, saivat vahvistusta. Tila ohjaa avoimella olemuksellaan kohtaamisiin, jolloin tuntemattomat voivat tutustua toisiinsa.

Värimaailman raikkaus piristää ja virkistää oppituntien välisenä aikana. Oleskelutilan valaisimina toimii siellä olevat loisteputkivalaisimet. Joskin uudentyyppisellä valaistuksella olisi tilaan saatu oleskelutilan vaatimaa tunnelmaa. Soppeihin sijoitimme riippuvat valaisimet, joissa on hämyisempi valo rauhoittumista varten. Laskettu valaisin madaltaa soppeja intiimiksi, koska tarkoitus on istua säkkituolilla.

Kalustus on mukavaa, oleiluun tarkoitettua, mutta kuitenkin helposti puhdistettavaa. Verhoilun ja pintakäsittelyjen tarkoituksena oli saada käytöstä poistettu kaluste uudelleen käyttöön ja sopimaan kokonaisuuteen uusilla sävyillä ja materiaaleilla.

Kun keskusteluissamme kysimme, mikä tekee hyvän taukotilan, oli melkein jokaisen vastaus mukava ja pehmeä istuin. Valitsimme siksi tilaan erityyppiseen istumiseen tarkoitettuja istuimia.

Pöytäryhmiin löysimme koulutuolit, joissa oli tilaan sopiva sävy jo valmiina.

Kalusteryhmät toimivat esim. lautapelien pelaamiseen tai muun tyyppiseen istuskeluun ryhmässä tehden. Rennompaan istumiseen valikoimme tilassa aiemminkin olleet pehmeämmät kädensijalliset tuolit ja sohvan. Tuolit ja sohva verhoiltiin aniiliinpunaisella kankaalla. Pehmeät istuinryhmät kutsuvat keskusteluun ja oleiluun.

Rauhoittumisopit saivat istuimekseen tummanharmaat säkkituolit. Säkkituoleissa voi rauhassa levähtää ja antaa ajatusten lentää.

Keskustelutilanteissamme toistui useampaan kertaan tarve liikkua. Mietimme mitä kaikkea liikkuminen tarkoittaa tilassa kävelyn lisäksi? Keinumista, riippumista, kehon eri asentoja. Keinutuoli tilaan oli yksi vaihtoehto, josta muovautui ajatus jumppapalloista. Projektissa tilasuunnittelulla on tarkoitus kannustaa käyttäjiä omatoimiseen kehonhuoltoon, samalla voi testata miten opiskelijat ottavat pallot vastaan.

Olohuoneen materiaalimaailman kanssa emme voineet paljoa revitellä. Julkisen tilan materiaalivaatimukset ovat tarkat, joten ehdotukset on harkittava tarkkaan.

Toiveena käyttäjillä on pehmeyttä ja erilaisten materiaalien yhdistelmiä. Ehdotin mattoa kokoamaan istuskeluryhmiä ja tuomaan pehmeyttä soppeihin, mutta mattojen erikoissiivouksen tarve rajoitti mattojen määrää. Tilaan oli mahdollista hankkia yksi suurempi matto yhdistämään sopit toisiinsa.

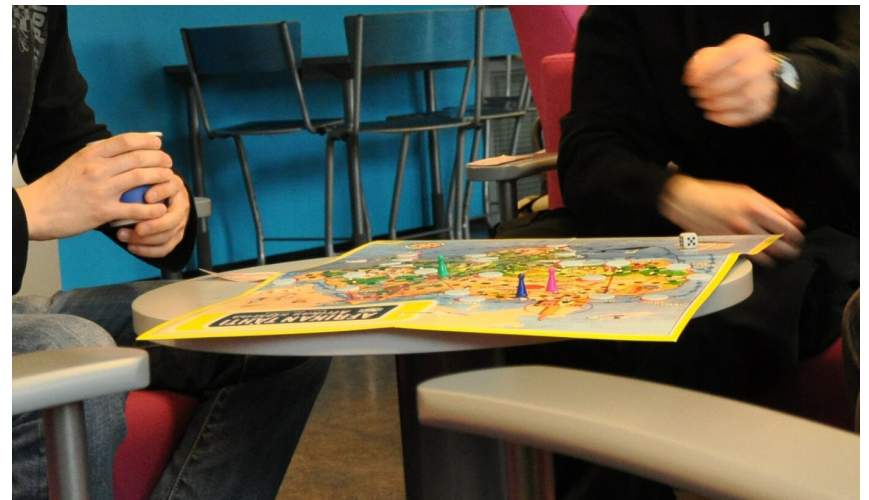
Valitsimme tilanjakajiksi paneeliverhot siksi, että avoimuus säilyisi ja tila ohjaisi käyttäjiä erityyppiseen olemiseen. Alunperin ajatukseni tilanjakajaksi oli lankaverhot, jotka muodostaisivat läpinäkyvän väreilevän elementin. Kustannussyistä muutimme materiaalin puuvillakangas paneeliksi, joka toimii tehtävässään. Tunnelma on vain erilainen. Verhot tekstiilinä tuovat olohuone ja projektitilaan hieman pehmeyttä ja osittain akustoivuutta tiloihin.

Tilan valmistuttua mietimme mitä tilasta puuttuu. Silkkikasvit olivat ehdotuksessamme jo alkuvaiheessa, jätimme kuitenkin kustannussyistä ne pois. Ehdotin verhoiksi printtikappaa ikkunoiden eteen ja saman idean jatkumista maalauksena tilassa olevaan sisäkaton alaslaskun otsapintaan. Printit toteutuu todennäköisesti tekstiilimuotoilua opiskelevien opiskelijoiden toimesta. Seinät ovat myös vielä paljaat, joihin printti ja julisteajatusta voisi jatka jollakin muotoa.

Kokonaisuus on olkkarissa hallussa ja somistukselliset seikat toteutetaan myöhemmin. Tekstiilit ja kuvat seinillä viimeistelevät tilan opiskelijoille tarkoitettuun rentoon oleskeluun.



Kuva 7. Opiskelijoiden olohuone



Kuva 8. Opiskelijoiden olohuone

5



# 5. Ergonomia

## ja käyttäjälähtöinen suunnittelu

Työskentely on yhä useammin paikoillaan istumista, tietokonetta tuijottaen ja sitä käyttäen. Työskentelylle on tehty säädökset, joiden mukaisesti noin 45 minuutin istumisen jälkeen olisi hyvä pitää tauko, nousta ylös ja venytellä. Usein kuitenkin huomaamme istuneen kolmekin tuntia tehden jotakin, mikä ei voi odottaa. Ei ole ihme että, paikkoja kolottaa ja luontainen asentomme on ryhdytön ja jännitteinen.

Ergonomian tieteenalana on ihmisen ja toimintajärjestelmän muiden osien vuorovaikutuksien ymmärtäminen. Se soveltaa teoriaa, periaatteita, tietoja ja menetelmiä käytännön suunnitteluun ihmisen hyvinvoinnin ja järjestelmän kokonais suorituskyvyn optimoimiseksi. Ergonomian hyödyntäminen on tehtävien, työn, menetelmien, työvälineiden, tuotteiden, organisaatioiden, toimintajärjestelmien ja käyttöympäristöjen suunnittelua, toteuttamista ja arviointia ihmisten tarpeiden, kykyjen ja rajoitusten mukaisesti.

*(Väyrynen, Nevala, Päivinen, 2004,15.)*

Käytettävyys tarkoittaa miten tuote saavuttaa tavoitteet tuloksellisesti, tehokkaasti ja miellyttävästi. Tehokkuus kuvaa ihmisen voimavarojen käyttötarpeen suhdetta tavoitteiden saavuttamiseksi. Miellyttävyyttä edeltää tyytyväisyys, joka tarkoittaa epämukavuuden puuttumista ja myönteistä suhdetta tuotteen käyttöön. *(Väyrynen, Nevala, Päivinen, 2004,15.)*

Olemme vaiheessa, jossa tietoteknologian rooli välineenä ja välineissä korostuu entisestään. Ihminen on komponenttina sekä toimiva tekijä että vastaanottava kohde. Tavoitteena on tuottaa esim. mahdollisimman tehokkaasti tavara- ja palvelutuotteita. Ergonomisesti suunnitellut tuotteet lisäävät turvallisuutta, tehokkuutta ja suorituskykyä, ne kohentavat työ- ja elinoloja sekä vähentävät terveyteen ja suoritukseen haitallisesti vaikuttavia tekijöitä.

*(Väyrynen, Nevala, Päivinen, 2004,15.)*

Empiirisellä tutkimuksella havainnoidaan käyttäjiä ja heidän toimintaa, tutkimus tehdään tuotekehitysprosessin alussa. Tutkimuksessa voidaan havainnoida mm. käyttäjien ominaisuuksia, tehtäviä, toimintatapoja ja rooleja sekä tarpeita ja ympäristöä. Käyttäjakeskeinen suunnittelu lyhentää kokonaissuunnittelu-aikaa vähentämällä projektin loppuvaiheessa tehtäviä suuria ja työläitäkin muutoksia. Kuluttajat ovat myös valmiita maksamaan enemmän ergonomialtaan paremmista tuotteista. Käyttäjakeskeisellä suunnittelulla parannetaan tuotteen laatua markkinoilla, joka tarkoittaa tuotteen tai järjestelmän toimivuuteen, kokonaissuunnitteluun, käyttöliittymän suunnitteluun, valmistusprosessiin ja tuotteen elinkaareen viittaamista.  
(Väyrynen, Nevala, Päivinen, 2004,15.)

Työskentelyssäni käyttäjakeskeisesti olen perehtynyt käyttäjiin ja heidän toimintaan kehitysprosessin alussa. Olen suunnitellut osallistavasti ottaen käyttäjäedustajia mielipiteineen mukaan suunnitelman kehittämiseen. Kokeellinen suunnitelma muodostui tilasuunnitelmasta, johon sisältyy mm. käytön arviointia ja toiminnallista pohtimista.



Kuva 9. Moniulotteisesti

## 5.1 Ergonominen tauko

*Monialainen yhteistyö Riikka Korkeakoski, fysioterapian 2. Vuosikurssin opiskelija*

Työskentelimme Riikan kanssa keskustellen ergonomiasta yleisellä tasolla ja taukopaikkojen havainnointien yhteydessä. Halusin yhteistyöltämme terveysalan näkökulmia ergonomiasta. Ajattelumallien eroavaisuudet tulivat ilmi heti aloittaessamme. Itse laajemmin ergonomiia ajattelevana, huomasin hyötyväni Riikan ihmisen kehon käytön ja toiminnan tarkastelusta yksityiskohtaisemmin.

Jatkoimme työskentelyämme, siitä mihin tulokseen ryhmäkyselyjen ja keskustelujen kautta mielestäni päädyimme. Liikkeen tuottamaan kehon palautumiseen ja istumisen tarkasteluun rentouttavana toimintona työskentelyn välissä.

Ihmisen ja tilan välisessä vuorovaikutuksessa ympäristön ja kalusteiden on tuettava toimintaa ergonomisesti. Kaikki minkä kokee hyväksi ei välttämättä ole ergonomista. Tämän ajatuksen takana on se, että välillä koemme jonkin tietyn asennon olevan luonteva, joka kuitenkin kuormittaa kehoamme. Muutamme asentoa vaistomaisesti kehon rasittuessa. Kun istuin on ergonominen se ohjaa oikean istuma-asennon löytämiseen. Esimerkiksi säkkituoli kertoo olemuksellaan löhöilyn mahdollisuudesta.

Keskustelimme Riikan kanssa säkkituolista, koska sellaiset oli tulossa opiskelijoiden olkkarin soppeihin. Säkkituolin pintakankaan alla oleva rakeinen styroks-materiaali tekee istuimesta muokattavan ja kaikille sopivan. Sen on oltava kuitenkin tarpeeksi suuri, että istuimen voi muotoilla esimerkiksi niskaa tukevaksi. Lepoistuimena säkkituoli johtaa myös kehon lämpöä materiaalinsa ansiosta. Tämä mahdollistaa istuimen käytön myös viileämmissä tiloissa ja ulkona kesäaikaan.

Fatboy on kehitelty versio perinteisemmästä säkkituolissa. Suorakulmainen patjamainen muoto, trendikkäissä väreissään mahdollistaa makuuasennossa lepäilyn ja sivussa olevin nauhoihin koottuna istumisen. Pintakangas on suunniteltu soveltuvaksi myös ulkokäyttöön.

Yhteistyömme selkeyttämiseksi ehdotin, että Riikka havainnoisi tilan käyttöä ja käyttäjiä joissakin tiloissa, jossa ollaan tauolla. Valitsimme tiloiksi Sosiaali ja terveydenhuolto-oppilaitoksen ruokalan ja oppilaitoksen käytössä olevan Savotta-kahvion. Havainnoimme yhdessä opiskelijoiden olohuonetta, jotta saisimme kumpikin toisen näkökulman käyttöömme. Samalla tuon käyttöön menetelmän, jota Riikka voi hyödyntää myöhemmin opinnoissaan tai työelämässä.

## 5.2 Ergonomian havainnointia

*Savonian ruokala ja Sairaalakadun Cafe Savotta*

Riikka kuvaa tauon viettäjäien istuma-asentoa "rönötys-asennoksi". Istuminen tapahtuu pöydän ääressä, siihen nojaten kyynärpäillä, jalat usein ristissä tuolin alla. Selkä on kuormitettuna kumarassa, ryhti huono ja ylävartalon paino kyynärpäiden varassa.

Rönötyksestä seuraa vasta-asento, kun jäsenet alkavat ilmoittaa väsymisen merkkejä. Silloin istutaan yleisesti tuolin uloimmalla reunalla jalat suorina, tuolilta luistaen.

Kahvittelupaikka Cafe Savotassa istuinmalleja on kahdenlaisia, jakkarat ja sohva. Jakkaralla istuessa kahvittelijat jatkavat "rönötystä" ja upottava sohva taas on huono istuttava selän riittävän tuen puuttuessa.

Pitkiä aikoja ruokalassa ja kahvilassa ei vietetä, ne ovat käytössä yksittäisellä henkilöllä noin 30 minuuttia kerrallaan. Olisiko tämä syynä myös istuin valintaan? Tilassa vietetty aika on ajateltu lyhyt kestoiseksi.

Riikka pohtii voisiko syynä taukojen huonoihin asentoihin olla tunnilla suoraryhtisesti istuminen, jota lysähtäminen kasaan helpottaa vai kertooko rönötys vireystason laskusta, jolloin hyvän asennon löytämiseen ei jaksa kiinnittää huomiota.

Itse ajattelin "rönötyksen" olevan esimerkiksi oman tilan hakemista. Luentojen välissä on mahdollisuus rentoutua ja hengähtää. Taukoa vietetään yleensä porukalla, joten tilanteissa tarjoutuu mahdollisuus tietynlaiseen omanarvon esiin tuomiseen.

*Tarkastelussa opiskelijoiden olkkari*

Sohva ja pehmeämmät tuolit ovat istuimista, ne joka ovat käytössä eniten. Sohva on malliltaan erikoinen, selkänoja on keskiosassa ja maksimissaan neljän ihmisen käytössä, lisäksi sivuille mahtuu istumaan vielä kummallekin puolelle yksi henkilö. Sohvan selkänojan muoto tukee selkää hyvin ja yleisestikin rakenne on tukeva istua. Sohvatuolit ovat pehmeähköt ja napakat istua, selkänoja on tukeva ja sen vuoksi tuolissa jaksaisi istua pidempäänkin. Tuoleissa on käsinojat, joiden käyttömukavuus riippuu käyttäjän pituudesta, eli yhteistilassa käyttäisin mieluummin käsinojattomia tuoleja rennon istumisen takaamiseksi. Myös istumakorkeus täytyy julkisissa tiloissa olla tarkkaan mietitty, eri pituisten käyttäjien vuoksi.

Riikan huomioissa oli samoja asentoja kuin muissakin havainnoitavissa tiloissa. Ehkä ryhdikkäämpää istumista kokonaisuudessaan, mikä oli mukavaa huomata. Sopit säkkituoleilla varustettuna on otettu myös hyvin käyttöön, oli joku ottanut siellä jopa pienet nokoset. On hienoa kuulla tällaista viestiä, koska silloin ollaan tilan suunnittelussa onnistuttu.



Kuva 10. *Opiskelijoiden olohuone*



Kuva 11. *Opiskelijoiden olohuone, Soppi*

Opiskelijakyselyissä vallinneen istumisrentoutumisen perustella nostin keskustelumme aiheeksi istumisen mukavuuden ja ergonomisuuden.

Perinteinen säkkituoli-istuimena ohjaa istujaansa rentoon olemiseen. Riikan mielestä säkin on oltava riittävän tukeva, jotta siinä on mahdollista istua hyvässä ryhdissä. Fatboy on iso kokoinen, tukeva ja sitä on mahdollista muokata haluamaansa asentoon myös jopa nukkumistarkoitukseen. Mielestämme taukotilassa sohva on hyvä ratkaisu, koska siinä voi viettää aikaa useampikin istuja.

Keskustelimme myös keinumisen rentouttavasta vaikutuksesta. Erityyppiset roikkuvat istuimet ja riippumatot mahdollistavat liikeaistin ja tasapainoaistin stimuloimisen.

Mitkä keinot sitten saavat tilan tuntumaan rentouttavalta? Keskustelimme vesielementistä tilassa ja veden äänen rentouttavasta vaikutuksesta. Ikkunan tärkeys luonnonvalon tuojana ja näkymä, mahdollisesti kasvillisuudesta tuo sisätilaan palan luontoa, väreinä ja muotoina.

Mietimme Riikan kanssa miten tauolla tulisi olla ja mitkä asennot tukisivat ergonomian kannalta tauon viettäjiä. Riikka ehdotti lattiapinnan hyödyntämistä oleskeluun. Lattialla voi istua ja liikutella helpommin kehoaan, kuin istuimessa. Lattia mahdollistaa myös perinteisen venyttelyn ja selällään makaamisen. Kysymys kuuluukin miten tästä lattialla olemisesta tekee trendikästä?

Fysioterapian kannalta Riikka kertoi pilates-putkien käytön venyttelyssä olevan tehokas apuväline. Hänen mielestään lattialla makaaminen jalat ylös nostettuina olisi hyväksi pitkän istumisen vastapainona. Näitä asioita tukisi pehmustettu alusta tai matto. Itse ajattelin vanhan ajan puolapuita tai jotakin roikkumiseen tarkoitettua rekkiä, venyttelyn avuksi. Pohdimme myös tilan jatkokäyttöä iltaisin esim. joogan muodossa.

Ulkotilan läheisyys olisi tauon kannalta varteen otettava seikka. Raitisilma piristää ja ulkotila mahdollistaa, joitakin erityyppisiä ratkaisuja.

Riikka oli aiemmin opinnoissaan tehnyt havainnointia Kuopiossa sijaitsevassa Hapenlähteen puistossa. Puisto on tarkoitettu lapsille ja senioreille. Oma ajatukseni puiston tuomisesta sisälle herätti keskustelua puiston ominaisuuksista. Puistossa on perinteiset lapsille suunnatut kiipeily, mäenlasku ja keinumisvälineet. Lisätoimintoina aikuisille oli puistoon tuotu askelluslaiteita ja tasapainoiluun liittyviä kokonaisuuksia. Puiston yhteydessä on myös erikokoiset kentät pelejä varten.

## 5.3 Liikkeelle ja tekemään

On selvää, että pitkiä aikoja istuttaessa olisi vastapainoksi hyvä seisoa ja liikkua. Kyselyjen kautta oli vastauksena tauon viettämistä istuen pehmeällä istuimella.

Miten siis saamme ihmiset liikkeelle ja tekemään jotakin? Voisiko jumppasaleilta tuoda välineistöä työ- ja opiskeluympäristöjen käyttöön? Venyttelyyn ja riippumiseen tarkoitettut tangot, rekit tai puolapuut voisivat olla oikein tuotuna osa taukotilan sisustusta. Venyttelyn tuoma apu kehon jännitetilojen poistoon on helppoa taukoliikuntaa. Mutta kuinka usealla tulee tehtyä venytyksiä päivän aikana?

Kehon hallinta, koordinaatiokyky on tärkeä ja meidän kaikkien oma sijoitus tulevaisuutta varten. Ryhtimme pysyy oikeanlaisena ja kehon virheasennot jäävät syntymättä tai niitä voi hoitaa liikkumisen keinoin. Tasapainoilu on yksi keuhhallintaa kehittävä liikkumisen muoto. Jumppa-, pilatespallo, tasapainolauta hoitavat kaikki kehon eri alueita. Keskivartalonkannatus on tärkeä hyvän ryhdin ja hyvän olon perusteita, johon edellä mainituilla välineillä voi vaikuttaa.

Lattia on pinta, joka voi yksinkertaisuudessaan olla alusta venyttelyyn, joogaan, tasapainoiluun ja rentoutumiseen. Liikettä keholle voi tuoda myös askellin laite. Sykäys tekemiseen täytyy vain tulla jostakin.

Ehkäpä tulevaisuuden työympäristö olisi sekoitus kuntosalia, tai normaalisti ulkona olevia elementtejä, kuten keinuja ja kiipeilytelineitä. Tilankäytön maksimoimiseksi olisi hienoa, jos työ- ja opiskeluympäristöissä taukotilalla olisi käyttöä ilta-aikaan vaikka venyttely ja joogatuntien muodossa.



Kuva 12. Keinuen



## 6. Idea konseptista

Maaret Tukiainen kertoo kirjassaan tilasta, jossa tunnelma on kohdallaan (2010). Tilassa ihmiset kuulevat keitä he pohjimmiltaan ovat, ympäristö antaa eleettömästi ja hiljaa tukensa sille miten siellä toimitaan. Hyvässä tilassa ajatukset virtaavat ja työ etenee, tila ohjaa myös näkökulmien etsimiseen silloin kuin sellaiselle on tarve. (Tukiainen,150.)

Kirjassa on mainittu mielenkiintoinen seikka, joka vastaa suoraan oman ajatusmaailmani ja suunnitteluni keskeiseen sisältöön. Ajatus, jossa kohdennetaan suunnittelu siihen miten työntekijät voisivat paremmin kohdata itsensä ja toinen toisensa, tuottaisi työelämä mahdollisesti enemmän uusia ideoita stressin ja uupumuksien sijaan. Luovuuden edistäminen ja työympäristön elvyttävyyys ovat taloudellisesti merkittäviä seikkoja, joita ei ole varaa ohittaa. (Tukiainen,150.)

Ihmisen oman kehon liikkuvuuden hyödyntämisestä tauon aikana yhdistää ajatukseni Tukiaisen kirjoituksiin. Ideani tilasta, joka ohjaa käyttäjiä tekemään asioita tai vaan olemaan, mutta samalla kuulemaan itseään, aistimaan asioita. Virkistämään kehoaan huomaamatta, jonkin toiminnan ohessa tai tarjoamalla mahdollisuuksia tietoisesti harjoittaa esimerkiksi kehon tarvitsemaa venytystä työskentelyn vastapainoksi.

Aistisuunnittelussa keskityn liikeaistin kautta kehoa stimuloivaan rentoutuneeseen olotilaan. Liikeaistin tuoma tekeminen tai olotila antaa aivoille lepoa työnteon ohessa. Yksinkertaisuudessaan keinuminen, musiikki ja äänet rytminä, kävely jalkoja stimuloivalla tai pehmeällä pinnalla. Venyttelyn voimaan taukoliikuntamuotona, siihen tarkoitettuilla puolapuilla yms. välineillä, huomioimalla tilamahdollisuus ohjattuun tai omatoimiseen joogahetkeen.

Kaikki tämä tekeminen ja ajatuksen siirtäminen omaan kehoon katkaisee työn tuoman kuormituksen hetkeksi. Hetki riittää puhdistamaan mielen, jos siihen voi yhdistää vastaliikkeen esimerkiksi istumiselle tai käsien asennolle näppäimistöllä, verenkierto jäsenissä aktivoituu ja lihasjännitys helpottaa. Kun kehon kuormitusta vähennetään hiukankin, päivän tehtävät ja olotila helpottuu.

Ideani takana on mahdollinen aistien tuomien olotilojen tarve ruokkia itse itseään. Jos keho alkaisi vaatia liikettä lisää vapaa-ajalla, olisi terveellisen ja liikunnallisen elämänelun tavoite saavutettu. Stressin ja uupumusten uhka olisi helpommin selätettävissä ja hyvinvointi arkipäivässä lisääntyisi.

Dosentti, ympäristöpsykologi Liisa Horelli on tutkinut paikan henkeä ja ns. henkireikätilaa. Asunnot sisältävät tilan lisäksi aikaa ja ajallista suuntautumista. Parhaimmillaan kodista löytyy hetkittäisen vapauden ja elvytyksen kokemuksia suovia "henkireikätiloja", jossa oleminen mahdollistaa siirtymisen hetkeksi luovuuden valtakuntaan. Liisa Horelli mainitsee henkireikätilan olevan usein sauna tai puutarha. Niille on ominaista ajattomuus tai syklinen aika ja kutsumus pakottomaan leikinomaiseen toimintaan. (Horelli 2007, 19,20,21,22.)

Mieleen tuli Liisa Horellin tekstejä lukiessa, että yhä useammin "henkireikätila" on tekniikkaa: tietokone, netti, pelit, puhelin, iphone. Mietin miten puolustelen alkukantaista ympärille fyysisesti ja psyykkisesti muodostuvaa tilaa. Omista tarpeista tulevaa, jopa henkistä hurmoksen kaltaista hetkeä. Kaikki tekniikka tuntuu myös kattavan nämä ominaisuudet. Maailma on muuttunut ja ihmiset käyttäjinä myös, mutta omaa kehoa ei silti saisi unohtaa. Jos aika menee iphonen pelejä näpytellessä tai netissä surffatessa, on syytä katsoa peiliin. Mutta olennainen havainto on, että henkireikätilojen sisälle täytyy syntyä uusia sisäisiä henkireikätiloja.



Kuva 13. Tila



Kuva 14. Valot ja varjot

## 6.1 Olontila

*Pehmeyttä, rauhoittavuutta ja akustoiavuutta. Vastakohdaksi kiven kovuutta ja rouheista pintaa.*

Tilasuunnitelman lähtökohtana on pintojen moniulotteisuus. Lattiapinnasta askelman nousevat tasanteet, materiaalivaihdoilla aikaan saadut tilarajaukset. Alaslaskut, jotka luovat intiimiyttä. Erityyppiset istumis- ja oleskelu vaihtoehdot. Huovan käyttö akustoitavana elementtinä. Luontoaiheet tapetin ja kasvien muodossa.

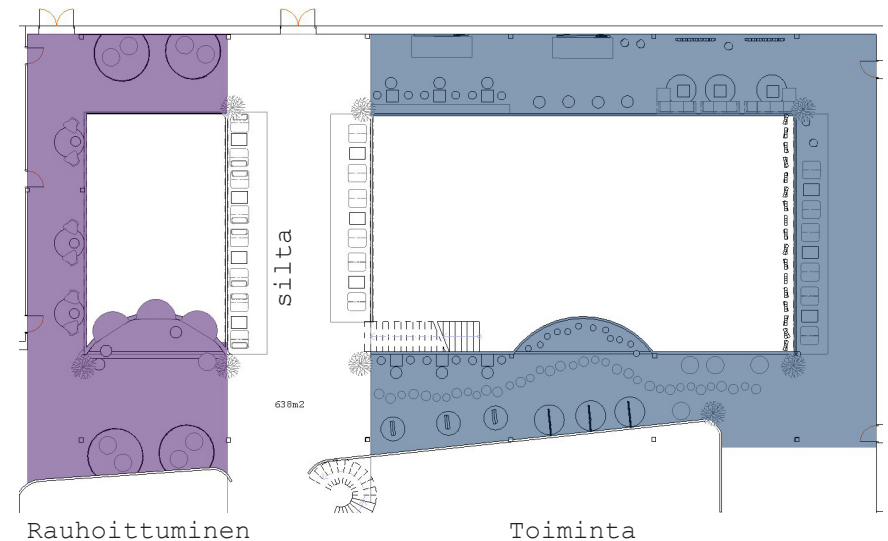
Tila, jonne oleskeluelementit sijoittuvat on suuri aula- ja läpikulkutila suunnittelulla olevaan Savonia-ammattikorkeakoulun kampukseen Technopoliksella. Työskentely ja opiskeluympäristöissä käytävät ovat tiloja, joissa olisi mahdollista ajatella oleskelua ja tauon viettämistä enemmän. Suunnitelmassa on vaihtoehtoisia ratkaisuja läpikulkutilassa tauon viettämistä varten.

Käytössä oleva lattiapinta-ala on n. 643m<sup>2</sup>. Tilan keskelle jää korkeat avoimet tilat alaspäin. Tämä asettaa akustoinnille vaatimuksia, koska alapuoleinen tila on kahvila.

Aloitin suunnittelutyöntilajaon määrittelyllä. Ympäröivät toiminnot auttoivat sijoittelemaan tauon vieton ja oleskelun eri mahdollisuudet tilassa. Rauhoittumiselle rajatulla alueella on viereisinä tiloina kirjasto, auditorio sekä ryhmätyöskentelytila, jonka voisi erottaa seinällä tai verhoilla aulatilasta.

Aktiivisemmän toiminnan alueenviereisinä tiloina jatkuu kirjasto, päädyssä oppimistiloja sekä neuvottelutiloja.

Keskelle jää siltatila, joka on läpikulkua varten. Se toimii myös yhdistävänä kerrosten välillä alakerroksesta nousevien portaiden ansiosta. Silta on toimintoja erottava elementti suunnitelmassani.



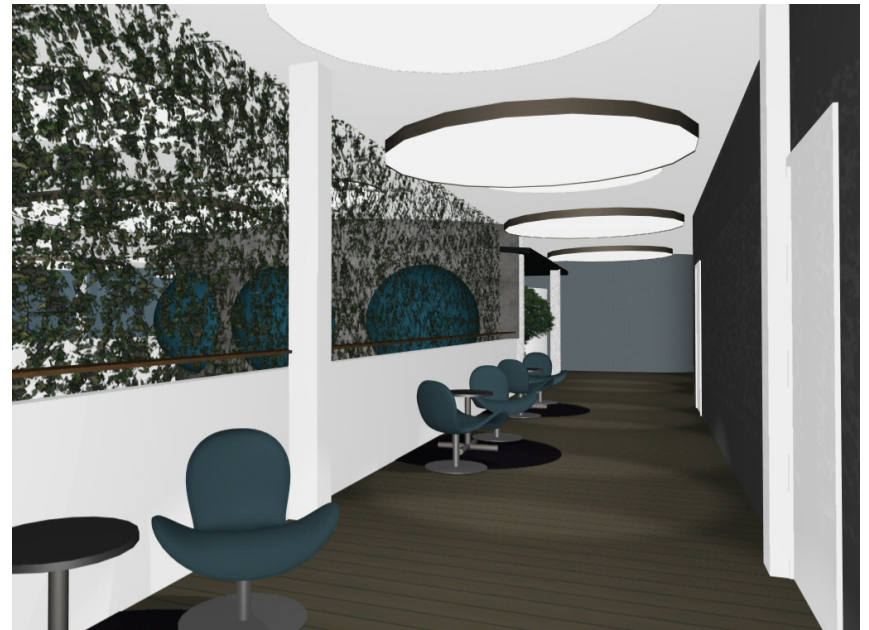
Kuva 15. Pohjakuva olontilasta

## 6.2 Rauhoittavaa oleilua

Rauhoittumiseen on tarkoitettu tilasta rajattuja soppeja, jotka määrittelen tarkemmin seuraavassa luvussa.

Sopit muodostuvat säkkituolein ja tyynyin sisustetuista alueista. Väliin jää avoin tila alas, jonka toiselta puolelta laskeutuu akustointia varten ohut huovutettu verho. Avoimen tilan toiselle puolelle sijoitin rouheisen betoni seinäkkeen. Seinäkkeeseen on upotettu puolikkaita kuplia, joden sisällä voi istuskella. Kuplien seinustat ovat huopapinnoitteiset ja istuinosa pehmustettu.

Auditorion sisäänkäyntien edustalle sijoittuu tuoliryhmät. Istuinryhmien taustaksi alas kahvioon alas laskeutuvan aukon seinustaksi sijoittuu kasviseinä. Seinämä alkaa katosta ja laskeutuu aukkoa pitkin alimmaisen kerroksen alakattoa kohden. Kasvit toimivat myös akustoivana elementtinä, samalla seinä on osa luontoa sisätilassa, jossa ei ole ikkunoita. Lattiamateriaaliksi valitsin lankkumaisen laminaatin.



Kuva 16. Havainnekuva - istuskelua

### *Soppi*

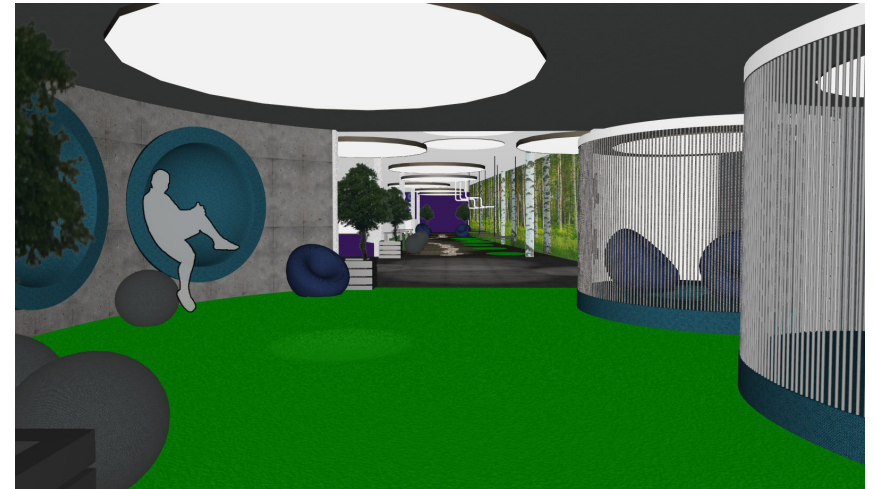
Edellisessä kappaleessa mainittu oleskeluelementti sisältää pienimmillään tuolin, joka on mahdollista sijoittaa minne vaan. Soppi, seuraava tila- kokonaisuus muodostuu istuinryhmästä, jossa voi tarvittaessa olla myös pöytä. Ryhmää rajaa matto tai askelman ylöspäin nouseva tasanne.

Tarkoituksena suunnitelmassani on huomioida myös esteetön liikkuminen, joten kaikki oleskeluvaihtoehdot eivät nouse lattiasta.

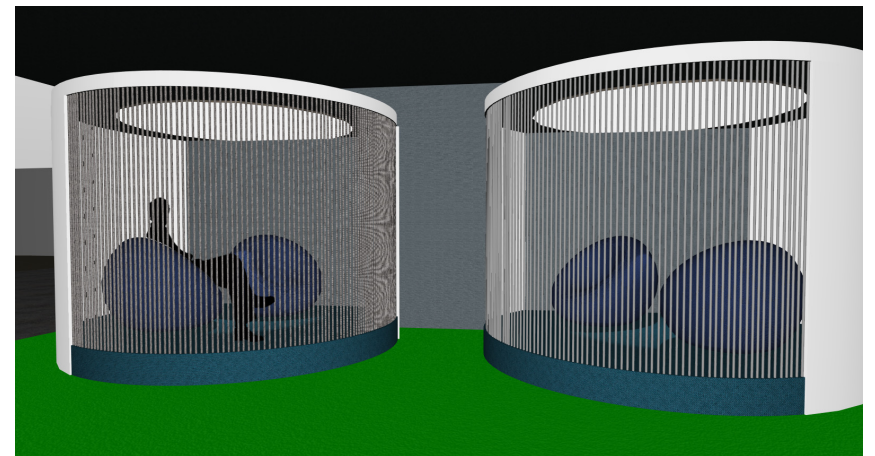
Maton tai tasanteen pyöreää muotoa jatkaa päällä oleva alaslasku, joka rajaa tilan ylhäältä. Alaslaskua kiertää reunoista osittain verhokisko ja siitä laskeutuu lankaverhot rajaamaan tila sivuilta. Verhot voi vetää myös nippuun, jolloin tila on avoin tai osittain suljettu.

Alaslaskuun tulee sijoitettavaksi myös valaistus, jota voi säätää himmeämmäksi ja mahdollisuus on myös luoda soppiin värillisillä valoilla erilaisia tunnelmia.

Alaslaskussa on myös tilaan mahdollistavan äänimaailman syntymistä varten kaiutintratkaisut. Oman äänimaailman luominen esim. omalta usb-tikulta tai valikoitavista rauhoittavista äänimaisemista luo soppiin tunnelman, joka osin hiljentää ympäröivän tilan ääniä. Häly suuressa tilassa, muodostaa ongelman rauhoittumiselle, mutta omien kuulokkeiden käytöllä voi varmistaa levähdysten omilla maailmoissaan.



Kuva 17. Havainnekuva olontila - Rauhoittuminen



Kuva 18. Havainnekuva olontila - Sopit

## 6.3 Tekemisen meininkiä

Suunnitelmani toinen puoli keskittyy toiminnan mahdollisuuksiin oleskelutilassa. Tilassa on paljon eri kokoisia istuin- pöytäryhmiä, olemista, pelaamista, yhteisten projektien tekemistä varten.

Seinustalle tulee suuret näytöt, joita on mahdollista hyödyntää pelikonsolien käytössä. Liikkeen hyödyn tauolla voi saada esim. Wii-peliä pelatessa. Tuon suunnitelmaan myös tasapainolautoja sekä erityyppisiä venyttely ja roikkumistankoja. Tilassa on myös alue, jossa on perinteisiä keinuja. Alueella on pyöreistä matoista koottu kivi polku n. 1-2cm kokoisista pyöristetyistä kivistä, jonka on tarkoitus stimuloida jalkapohjia sukat jalassa käveltyinä.

Seinustoille on sijoitettu myös seinäpelilaudat, jotka toimivat myös tilanjakajana. Neljänsuora-peli toteutuu isommassa koossa, joka tuo liikettä keholle istumisen vastapainoksi. Nopeatempoisen pelin pelaaminen onnistuu kaikilta. Laudan alta nostetaan huopakiekkoja, jotka pudotetaan ylhäältä haluttuun paikkaan. Tilanjakaja toimii akustoisivana elementtinä, runko toteutetaan vanerista ja kiekot ovat muotoiltua huopaa.

Huopakiekkoja on käytetty myös taidetekstiilin muodossa. Tekstiiliteos toimii akustoisivana elementtinä toiminnallisen tilan päädyssä.



Kuva 19. Havainnekuva olontila - Toiminta



Kuva 20. Havainnekuva olontila - Toiminta

### *Tila kokonaisuus*

Suunnitelmassa on tarkoitus kannustaa lattiankäyttöön istuma ja venyttelypintana. Säkkituolien käyttö kalusteena ohjaa myös lähemmäs lattiapintaa. Tämän vuoksi olen nostanut osan istumaryhmistä korotetuille tasanteelle. Tasanteet ovat mattopintaiset kauttaaltaan ja näin myös yksi akustoiva elementti. Elementtirakenteet rakennettuina lattian päälle mahdollistaa niiden helpon poiston tai siirtämisen toiseen paikkaan. Alle on hyvä sijoittaa tekniikkaa, jota tarvitaan esimerkiksi kannettavia tietokoneita varten pöytiin. Alustila voi myös olla säilytyspaikka ylimääräisille matalaan tilaan sopiville tavaroille.

Ajatuksena oli sijoittaa tilassa eri paikkoihin pesämäisiä tuoleja, jotka toimivat puhelinkoppiajatuksella. Yksi tuolivaihtoehto voisi olla Eero Aarnion Kupla, jossa istuessa olisi mukana myös liikkeen tuoma aistimus.

Tuolin kanssa toimisi kehitysideo Martelan acutyöpistekaiutin. Kaiutin olisi visiirimäisesti kuplanpäälle laskettavissa. Kaiuttimessa olennaista olisi äänen tuottaminen sekä sisäpuolelle, että ulkopuolelle, jolloin maksimoitaisiin ajatus tilan sisäpuoleisen toiminnan rauhoittamisesta.

Sama kahteensuuntaan toimiva kaiutinajatus toimisi soppien Alaslasketuissa kattorakenteissa. Tämä idea vaatisi teknistä lisäkehittelyä kaiutinasiantuntijoilta.



Kuva 21. Havainnekuva olontila - Silta



Kuva 22. Kupla rauhoittumiseen  
- Visio Eero Aarnion kuplatuolista



# 7. Oma olo

## *Suunnittelua yhteiseksi hyväksi*

Julkiset tilat suunnittelukohteena ovat meille kaikille suunnattuja. Tiloja ajatellessa on huomioitava käyttäjät laajemmin ja toiminta suhteutettava monen eri käyttäjän näkökulmaan sopivaksi.

Opinnäytetyö herättelee ajattelemaan työhyvinvointia, niin työskentely-, kuin opiskeluympäristöissäkin. Arkipäivän toimintojen tuoman kehon ja mielen rasituksen ennalta ehkäisy on tavoite tilasuunnittelussani. Mielestäni työskentely- ja opiskelukulttuuriin on hyvä puuttua tuoden käyttöön enemmän arkipäivää voimaannuttavia elementtejä. Motivaatio ja tehokkuus kasvavat siinä sivussa.

Konseptini pohjautuu ajatuksiin, mitä tapahtuu kun on hetken tauko työnteon tai opiskelun lomassa? Mitä tarvitaan, että päivä jatkuisi energisenä? Onko taukotiloissa huomioitu persoonaerot?

Käyttäjiltä kysymällä ja itse vastaamalla olen saanut ideoita suunnitelmani toteutukseen. Suunnitelmassa on mentävä hengähtämään hetkeksi jonnekin paikkaan, joka on työpisteen tai opiskelutilojen ulkopuolella. Jo pelkästään siirtyminen paikasta toiseen tuo tarpeellisen katkoksen.

Tarjoan levähdystä ja liikettä, jotka ovat osin sovellettu ulkopuistojen leikkielementeistä, ajatuksena sisä- sekä ulkokäytön mahdollisuus.

Opiskelijoiden kanssa pidettyjen keskustelujen perusteella suunniteltu opiskelijoiden olohuone on yksi esimerkki tilaratkaisusta, jossa on huomioitu erityyppiset mahdollisuudet viettää taukoa. Tilan toteutuksen myötä voi todeta, että suunnitelma toimii käytännössä.

Olontila konsepti jatkaa suunnittelutyötä virikkeiden ja rauhoittumisen eri mahdollisuuksilla arkipäivässä. Olontila suunnitelmassa olen vienyt olohuoneessa toteutettuja ajatuksia eteenpäin ja lisännyt uusia elementtejä, jotka voisivat toimia käyttäjien kehon energiaa lisäten. Opiskelu ympäristöt ovat tiloja, joissa kokeileva toteutus on mahdollista ja käyttäjät vastaanottavia. Olisi mielenkiintoista päästä näkemään kehiteltyjä ajatuksia käytännössä.

Käyttäjälähtöinen suunnittelu on muotoiltavan tuotteen alku. Kun etsii näkökulmia mahdollisimman monista eri lähtökohdista tuotteelle saadaan sisältö, joka palvelee parhaiten ja tekee tuotteesta myyvän. Yhteistyö käyttäjien ja eri alojen ammattilaisten kanssa tuo käyttöön monialaisia ajatuksia, joita hyödyntämällä on mahdollista päästä haluttuun tulokseen.

Suunnitteluni tulos on yksi etappi, josta voisi lähteä seuraavaa kohti. Olen mielestäni onnistunut löytämään ratkaisuja hyvinvoinnin lisäämiseksi arkipäivään työnteon vastapainoksi. Ratkaisut ovat ideoita, joita lisäkehittämällä olisi mahdollista tuoda työskentelykulttuuriimme ripaus jotakin uutta.

Toivon, että löydän kanavan, jonka kautta voin toteuttaa käyttäjän persoonaan kohdentuvaa, hyvinvointia tukevaa suunnittelua ja ideointia. On ensiarvoisen tärkeää, että voimme kokea miellyttävän olontilan arjen keskellä, missä ikinä olemmekin.

*Ajatuksen virtaa...*

Työpöydän paikka on vaihtunut useaan kertaan, jotta ajatus virtaa. Inspiroituminen on tärkeintä missä tahansa työskentelyssä. On oltava paikka, jossa työskentely sujuu, mutta aina ei ole mahdollista vaihtaa pöydän paikkaa.

Prosessi on ollut erittäin tärkeä suunnittelijaksi kehittymisen kannalta. Työskentelyyn on liittynyt monenlaista toimintatapaa, joka on tuonut tekemiseen sekä haastetta, että rikkautta. Paulan kanssa työskentely ohjasi opinnäytetyöni oikeaan suuntaan ja toi mahdollisuudet moniulotteiselle tekemiselle Ois:n toteutusmallin kautta. Sain hyvän alun työlleni Savonian tilapalveluilla, josta oli helppo jatkaa itsenäisesti raportoiden ja aineistoa kartuttaen.

Oman työskentelyn johtaminen on haasteellista ja motivaatiota on saanut etsiä prosessin aikana kilometri tolkulla, lenkkareita kuluttaen. Luovassa työssä epävarmuutta täytyy sietää ja uskoa, että ehkä huomenna löytyy jokin sysäys ajatuksille, jos ei jo tänään.

Työskentely eri alojen ammattilaisten kanssa on yksi tärkeimmistä asioista, joita tämä työ sisälleen kätkee ja jota ei välttämättä osaa kirjoittaa sanoa. Jokainen keskustelu on tuonut aina jotakin uutta miettimisen aihetta ja uusia näkökulmia punnittavaksi.

Kiitos siis kaikille, jotka ovat jollakin tapaa vaikuttaneet opinnäytetyöni etenemiseen.

# Kuvaluettelo

Kappale 1. hyppy, <http://www.flickr.com/>  
 Kappale 2. lehti, Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kappale 3. pehmeys, Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kappale 4. jatkumo, Marjo Vartiainen-Losoi  
 kappale 5. liike, Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kappale 6. oksisto, Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kappale 7. kasvu, Marjo Vartiainen-Losoi

Kuva 1. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 2. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 3. Jani Losoi  
 Kuva 4. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 5. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 6. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 7. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 8. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 9. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 10. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 11. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 12. Jani Losoi  
 Kuva 13. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 14. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 15. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 16. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 17. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 18. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 19. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 20. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 21. Marjo Vartiainen-Losoi  
 Kuva 22. Marjo Vartiainen-Losoi (alkuperäinen  
 kuva: <http://www.boumbang.com/wp-content/uploads/2011/08/Eero-Aarnio-Bubble-Chair.jpg>, viitattu 23.04.2012)

# Kaavio

Kaavio 1. Työskentely. s. 9

# Lähteet

Himananen, P. 2000. *Hakkerietiiikkaa ja informaatioajan henki*. Helsinki: WSOY.

Johansson, F. 2005. *Medici-ilmiö Huippuoivalluksia alojen välimaastossa*. Talentum Media.

Leinonen, P. 2011. *Parempi Ois monialainen yhteistyö avoimessa innovaatio ympäristössä*. Kuopio: Savonia-ammattikorkeakoulu, Kuopion Muotoiluakatemia, muotoilun koulutusohjelma, tuotemuotoilu. Opinnäytetyö.

Luukkonen, S. 2011. *Kirjasto mielenpaikka*. Kuopio: Savonia-ammattikorkeakoulu, Kuopion Muotoiluakatemia, muotoilun koulutusohjelma, tuotemuotoilu. Opinnäytetyö.

Murtola, S. 2011. *HyväTYÖ - työtilasuunnittelua ambient designin keinoin*. Kuopio: Savonia-ammattikorkeakoulu, Kuopion Muotoiluakatemia, muotoilun koulutusohjelma, tuotemuotoilu. Opinnäytetyö.

Mattila, P., Miettunen, J. 2009. *Innoaula tulevaisuuden oppimisympäristönä, tulevaisuuden luokkahuonessa muutoksen voi aistia*, Future school of Finland. Pdf.

Mattila, P., Miettunen, J. 2009. *2000-luvun oppimisympäristöt, perinteisen kouluympäristön evoluutio toimivaksi tulevaisuuden oppimisympäristöksi*, Future school of Finland. Pdf.

Tukiainen, M. 2010. *Luova tila tulevaisuuden työpaikka*. Helsinki: Rakennustieto.

Väyrynen, S., Nevala, N., Päivinen, M. 2004. *Ergonomia ja käytettävyys suunnittelussa*. Pdf.

# Internet-lähteet

Seuri, V. 2006. *Rauhaisan tien kulkija*. [viitattu 17.12.2011] Saatavissa: <http://ylioppilaslehti.fi/2006/10/rauhaisan-tien-kulkija>

Heikkinen, A. 2010. *Aistihuone lataa akkuja*. [viitattu 11.11.2011] Saatavissa: <http://www.kantti.net/artikkeli/2010/02/aistihuone-lataa-akkuja>

Anteroinen, P. 2008. *Mistä löytää omaa tilaa*. [viitattu 06.01.2012] Saatavissa: <http://ellit.fi/koti-ja-sisustus/sisustus-ja-puutarha/mista-loytaa-omaa-tilaa>)

Tukiainen, M. 2009. *Ryhmien luovuutta edistävä tilakonsepti*. [viitattu 13.09.2011] Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200905253186>

Mattila, P., Miettunen, J. 2009. *Pohjankartanon InnoAula luo standardit tulevaisuuden oppimiselle!* [viitattu 19.10.2011] Saatavissa: <http://www.scribd.com/eopetus/d/24114659-INNOAULA>

Ois-hankkeen blogi, *Mikä on OIS- hanke?* [viitattu 08.09.2011] Saatavissa: <http://ois10.blogit.fi/mita-on-ois/>

Martela *www-sivut* [viitattu 02.10.2011]  
*Työpistekaiutin ja ilmansuodatin -Martela*.  
Saatavissa: [http://www.martela.fi/Suomeksi/Tuotteet/Toimistokalusteet/Tyopistekaiutin\\_ja\\_ilmansuodatin/acu](http://www.martela.fi/Suomeksi/Tuotteet/Toimistokalusteet/Tyopistekaiutin_ja_ilmansuodatin/acu)

# Aineisto

Video ja puhelin nauhoitteet keskusteluista

1.9.2011 Muotoiluakatemia  
14.9.2011 Sosiaalioppilaitos, Kuopio  
16.9.2011 Sosiaalioppilaitos, Kuopio  
5.10.2011 Technopolis, Ois-tilan avajaiset

Keskustelumuistiot  
Keskusteluflyerit osallistujilta

Keskustelumuistiot  
1.10 - 20.12. 2011 Yhteistyö Riikka Korkeakoski

Luennot;

*08.11.2011 Aistihuone.  
Savon ammatti- ja aikuisopisto, Savonia-  
ammattikorkeakoulu. Viretori.*

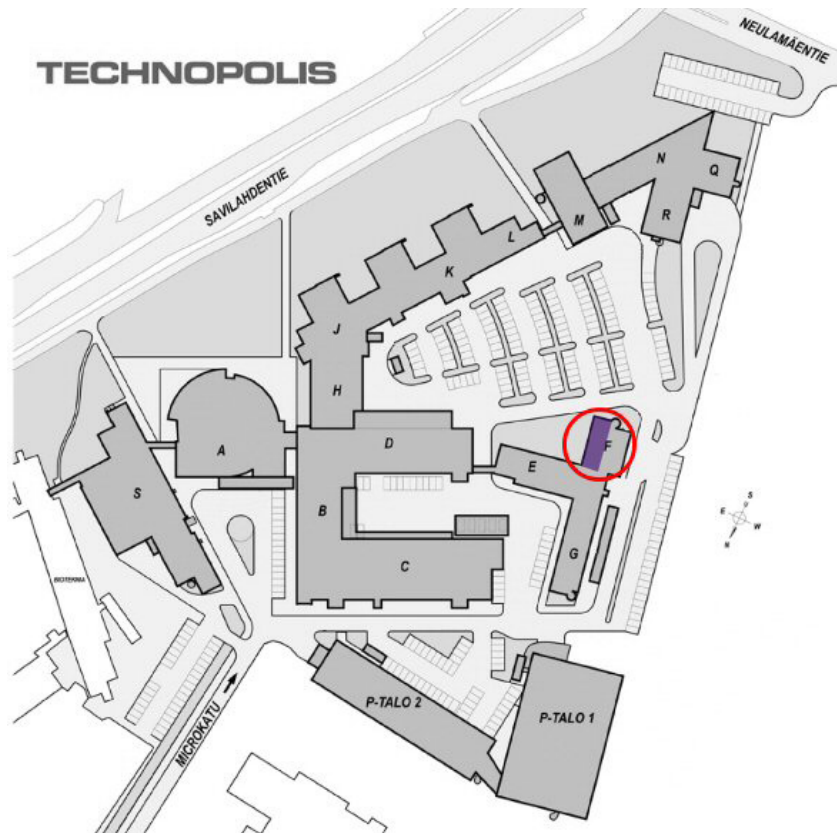
17.04.2012 *Fysioakustinen tuoli ja  
musiikkiterapia.* Heikki Myöhänen.  
Savonia Ammattikorkeakoulu. Viretorin tilat.

18.04.2012 *Elävää Tilaa.*  
Tapio Laukkanen, Suli Havas,  
Jaana Partanen, Heikki Lamusuo, Eeva Keto.  
Kuopion Muotoiluakatemia auditorio.

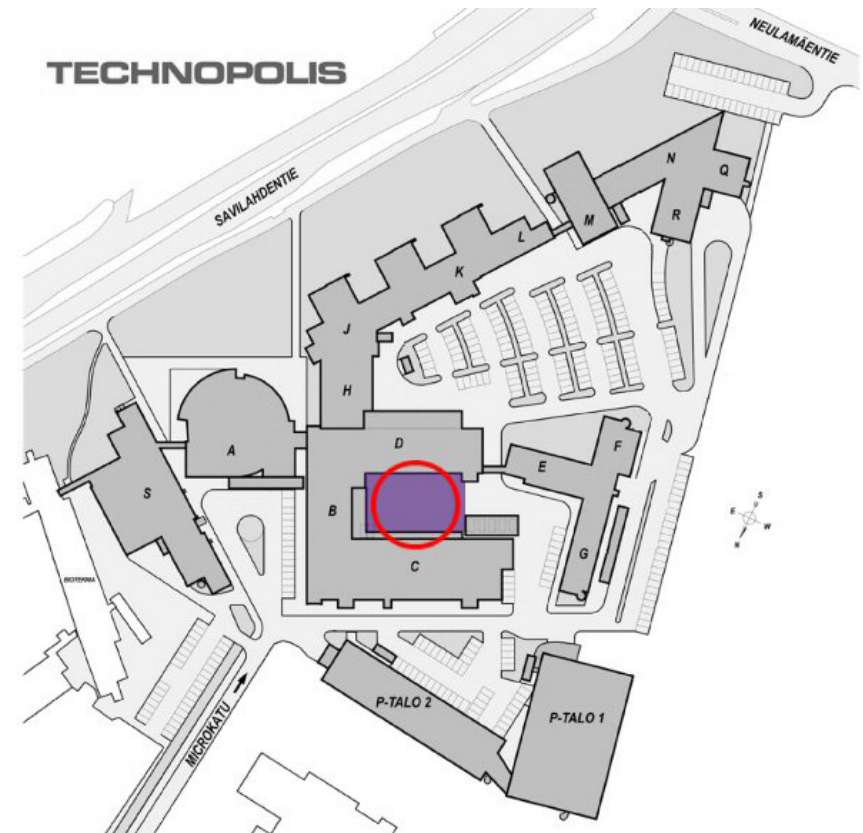
Lehdet;

Savon Sanomat  
Hyvä Terveys  
Juoksija





Liite 3. Technopoliksen asemakaava,  
F- rakennus, opiskelijoiden  
olohuone



Liite 4. Technopoliksen asemakaava  
Savonia-ammattikorkeakoulun  
kampusalueen uudisrakennusalue,  
olontila

