
HUOVUTUS VOIMAUTTAVAN ILMAISUN VÄLINEENÄ



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Lahdensivu, kevät 2014

Elina Laine



HÄMEENLINNA
Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Tekijä	Elina Laine	Vuosi 2014
Työn nimi	Huovutus voimauttavan ilmaisun välineenä	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön keskeisenä tavoitteena oli selvittää huovutuksen käytettävyyttä ja hyödyntämisen tapoja voimauttavassa ilmaisussa. Huovutuksen menetelmiä ja materiaaleja suhteutettiin terapeuttiseen taideilmaisuun etsien ominaisuuksia, jotka tekevät huovutuksesta samantyyppisenä työskentelymuotona käyttökelpoisen ja erityislaatuisen. Työn toimeksiantajana oli Suomen Turner-yhdistys ry. Yhdistyksen jäseniä osallistui Voimauttavaan huovutuspaajaan, joka toi opinnäytetyöhön voimaantumisen kannalta olennaisen yksilöllisen näkökulman.

Taustateorian opinnäytetyössä koottiin yhteen huovutukseen, voimauttavaan ja terapeuttiseen taideilmaisuun sekä käsityön terapeuttisuuteen liittyvää tietoa. Näitä sovellettiin huovutuksen voimauttavuutta kuvaavaksi kokonaisuudeksi. Voimauttavan huovutuspaajan yhteydessä toteutettiin osallistujille kysely, jolla selvitettiin prosessin merkityksiä ja vaikutuksia. Tutkimusmenetelminä käytettiin myös huovutuspaajan havainnointia ja dokumentointia valokuvaamalla. Näiden kautta tuotiin esiin toiminnan aikaansaamia välittömiä ajatuksia ja ilmiöitä. Tämän aineistokokonaisuuden ja sen analysoinnin pohjalta etsittiin kokonaiskuvaa sekä toteutuneita esimerkkejä huovutuksen voimauttavista mahdollisuuksista.

Tutkimuksen tuloksena voidaan todeta, että ilmaisullisuuteen, luovuuteen ja terapeuttiselle taideilmaisulle tyypilliseen teemallisuuteen perustuva työskentely huovutuksessa luo mahdollisuuden voimautumiseen. Monipuoliset menetelmät ja materiaalit avaavat monimuotoisia mahdollisuuksia elämänhallinnan ja psyykkisen hyvinvoinnin vahvistamiseen. Toisaalta huovutuksella on perinteen ja tottumuksen muokkaama erityisluonne, jonka vuoksi sen terapeuttinen hyödyntäminen eroaa muista taidemuodoista. Opinnäytetyö osoittaa, että huovutuksella voi olla terapeuttinen ja voimauttava merkitys käsityön eri tavoin kokeville ja monenlaiset lähtökohdat omaaville yksilöille.

Avainsanat Huovutus, voimautuminen, luovuus, terapeuttinen taideilmaisu

Sivut 43 s. + liitteet 1 s.

HÄMEENLINNA

Degree Programme in Crafts and Recreation

Author	Elina Laine	Year 2014
Subject of Bachelor's thesis	Felting as a Method of Empowering Expression	

ABSTRACT

The main purpose of this thesis was to examine the use and usability of felting in empowering expression. The methods and materials of felting were compared with those of therapeutic art expression to find features that make felting both applicable and unique as a similar working method. The thesis was commissioned by Suomen Turner-yhdistys Ry – a Finnish society to support people with Turner Syndrome. Some members of the society took part in an empowering felting workshop which gave the thesis an individual viewpoint essential to the process of empowerment.

The theoretical basis of the thesis contains information concerning felting, empowering and therapeutic art expression and using crafts for therapeutic purposes. The information was applied to define the empowering use of felting. A client inquiry was organized to examine personal meanings and impact of the process in the empowering felting workshop. Observation and photography were also used as research methods. They indicated spontaneous reactions and effects awakened by felting. All this information was analyzed and utilized to create a general view and to set examples of empowering potential of felting.

As a result of this research it can be stated that a felting process based on self-expression, creativity and themes typical to art therapy provides an opportunity for empowerment. The diverse methods and materials of felting provide versatile opportunities to improve psychical wellbeing and life skills. At the same time, felting has a special nature modified by tradition and habits. Therefore, therapeutic use of felting differs from the other forms of art. The thesis indicates that felting can appear therapeutic and empowering to many individuals regardless of different starting points and ways of experiencing crafts.

Keywords Felting, empowerment, creativity, therapeutic art expression

Pages 43 p. + appendices 1 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
1.1	Työn tavoitteet.....	2
1.2	Tutkimuskysymykset.....	3
2	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	4
2.1	Kysely.....	4
2.2	Havainnointi ja dokumentointi.....	5
2.3	Aineiston käsittely.....	5
3	SUOMEN TURNER-YHDISTYS RY TYÖN TOIMEKSIANTAJANA.....	6
3.1	Turnerin oireyhtymä.....	6
3.2	Voimauttava huovutuspaaja.....	7
4	HUOVUTUS.....	8
4.1	Huovutuksessa käytettävät materiaalit.....	9
4.2	Huovutusmenetelmät.....	11
5	TERAPEUTTINEN TAIDEILMAISU.....	12
5.1	Taideterapia.....	133
5.2	Terapeuttisuus.....	15
5.3	Terapeuttinen taideilmaisu.....	16
5.4	Voimautumisen käsite.....	16
6	HUOVUTUS SUHTEESSA TERAPEUTTISEEN TAIDEILMAISUUN.....	17
6.1	Käsityö terapeuttisen taideilmaisun kontekstissa.....	188
6.2	Huovutus Lusebrinkin jatkumoilla.....	19
6.2.1	Jatkumo juoksevasta vastustavaan.....	20
6.2.2	Jatkumo yksinkertaisesta monimutkaiseen.....	21
6.2.3	Jatkumo ohjatusta vapaaseen.....	222
6.3	Huovutus ekspressiivisen taideterapian monitaiteellisesta näkökulmasta.....	22
6.4	Villan voimauttava alkuperä.....	23
7	HAVAINTOJA HUOVUTUSPAJASTA.....	24
8	HUOVUTUSPAJAN OSALLISTUJEN AJATUKSIA JA TUNTEMUKSIA.....	29
9	HUOVUTUS VOIMAUTTAVAN ILMAISUN VÄLINEENÄ.....	344
9.1	Voimauttavan huovutuksen monet muodot.....	366
9.2	Huovutus terapeuttisen taideilmaisun omaisena työskentelymuotona.....	377
9.3	Menetelmien, materiaalien ja työskentelytapojen mahdollisuudet.....	39
10	ARVIOINTI JA POHDINTA.....	41
	LÄHTEET.....	44

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni käsittelee huovutusta voimauttavan ilmaisun välineenä. Aihe on jatkoa terapeutin ohjaustoiminnan pääaineprojektilleni, jossa suunnittelin ja toteutin voimauttavan huovutuspujan Suomen Turner-yhdistys ry:lle. Opinnäytetyön keskeinen idea on tämän huovutuspujan ja jo olemassa olevan taustatiedon pohjalta selvittää huovutuspujan ja huovutusmenetelmien käytettävyyttä ja hyödyntämisen tapoja voimauttavassa ilmaisussa.

Aiheen valinta liittyy ammatillisiin tavoitteisiini ja kiinnostuksen kohteisiini – käsityön ohjaamiseen, luovan ilmaisun voimauttaviin ja terapeutin mahdollisuuksiin sekä näiden yhdistämiseen. Kiinnostukseni aiheeseen ja sitä myöten opinnäytetyön idea on lähtöisin omakohtaisista havainnoista, kokemuksista ja niiden pohjalta syntyneistä keskusteluista. Läheisten ihmisten, aiemmin kohtaamieni asiakkaiden ja itsenikin kautta olen saanut vihjeitä käsityön mahdollisuuksista pelkän toiminnan sijasta luovana, voimauttavana ja terapeutin toimintana. Olen jäänyt pohtimaan luovan toiminnan merkityksiä mielekkään olemassaolon näkökulmasta.

Kaikki valintani ohjaustoiminnan opiskelijana ovat olleet lähtöisin tavoitteesta ymmärtää käsityötä sen terapeutin ulottuvuuksia tarkastellen. Olen halunnut tutustua moniin käsityömenetelmiin havaitakseni niiden erot ja erojen vaikutukset. Olen halunnut oppia ohjaamista voidakseni auttaa toisia tekemään tärkeitä havaintoja. Terapeutin pääaine oli minulle selvä valinta, joka merkitsi mahdollisuutta ymmärtää ammatillista unelmaani. Aiheen ymmärrystä kasvattava opinnäytetyö on sitä edeltäneen opiskelun looginen jatke.

Aihe on paitsi ammatillisesti ja henkilökohtaisesti kiinnostava, myös pieni lisäys kehittyvään käsityön terapeutin tutkimukseen. Niin arkipuheessa kuin ammatillisissa yhteyksissä ja tiedemaailmassa on viime vuosina ollut havaittavissa lisääntynyt kiinnostus käsityön hyvinvointia parantavaa vaikutusta kohtaan. Nähdäkseni aiheen esiin nostaminen ja tutkimus ovat olennaisia ohjaustoiminnan ammattilaisten, asiakkaiden ja potentiaalisten asiakkaiden näkökulmasta yhteiskunnan tilanteessa, jossa palveluiden saatavuuden ratkaisevat helpoimmin välittömät kulut.

Voimauttava ja terapeutin kulkevat ajatuksissani osittain päällekkäisinä käsitteinä. Opinnäytetyön otsikoinnissa valinta näiden välillä on lähinnä käytännön sanelema. Lähtöoletus oli, että voimauttava teema terapeutin verrattuna madaltaa pääaineprojektin huovutuspujasta osallistumisen kynnyksestä ja tarjoaa näin paremman osallistumisen mahdollisuuden kaikille lähtökohdista riippumatta. Opinnäytetyön tavoitteiden kannalta tämä ei ollut merkittävin tekijä. Uskoakseni käsityön teknisen taitavuuden ylittävät mahdollisuudet voivat saada ilmenemismuotonsa tekijän taustasta ja tilanteesta riippumatta.

Huovutus valikoitui tutkittavaksi menetelmäksi ennen kaikkea siihen usein yhdistettävien mielikuvien ja havaintojen pohjalta. Pitkälti alkuperäisessä olomuodossaan olevan materiaalin käyttö, sen eettisyys, tunto- ja tuoksu-aistimukset, luovan muokkaamisen mahdollisuus, tekniikan käsin koskeltavuus ja toisaalta mahdollisuus työvälineillä työstämiseen ovat kaikki tekijöitä, jotka olen useasti kuullut yhdistettävän huovutuksen inspiroivaan, rauhoittavaan ja voimauttavaan olemukseen. Huovutus on ilmaisun näkökulmasta erityisen monipuolinen käsityömenetelmä. Teknisen osaamisen välttämättömyys näyttelee vain pientä osaa. Silti huovutus antaa mahdollisuuden moniin muunnelmiin sekä pitkälle kehittyneen taidon ja myös työvälineiden käyttöön. Se on yhdistettävissä taideterapian teoriassa kuvattuihin yksinkertaiseen ja monimutkaiseen työskentelyyn tarjoten tilaisuuden niin tunne-, liike- ja aistikokemuksiin eläytymiseen kuin havainnoimiseen ja kognitiivisten taitojen kehittämiseen (Rankanen 2007a, 83).

Voimautuminen tarkoittaa moniulotteista prosessia, jonka kautta ihminen saavuttaa oman elämänsä hallinnan (Empowerment: What Is It? 1999). Käsite on siis henkilökohtainen, eikä sen saavuttamiseen voi olla läheskään yksiselitteistä ja yleispätevää tietä. Tämän vuoksi näen mahdollisuuksien monipuolisuuden opinnäytetyössä tutkittavan käsityömenetelmän tärkeänä valintakriteerinä.

Opinnäytetyöni etsii huovutuksen paikkaa ja merkitystä voimauttavan ilmaisun näkökulmasta. Työ suhteuttaa huovutuksen ja sen materiaalit terapeutin taideilmaisun mahdollisuuksiin teorian tasolla. Samalla se tuo esiin huovutuksen herättelemän voimautumisen yksilöllisiä ilmenemismuotoja.

1.1 Työn tavoitteet

Työn keskeisenä tavoitteena on selvittää huovutusmenetelmien ja huovutusvillan käytettävyyttä ja hyödyntämisen tapoja voimauttavassa ilmaisussa – terapeutin taideilmaisun tyyppisenä työskentelymuotona. Opinnäytetyö suhteuttaa huovutuksen sekä siinä käytetyt materiaalit ja työstötavat voimauttavassa ja terapeutin taideilmaisussa yleisemmin käytettyihin materiaaleihin ja työskentelytapoihin. Tavoitteena on löytää yhtäläisyyksiä ja eroja – ominaisuuksia, jotka tekevät huovutuksesta voimauttavan ja terapeutin ilmaisun näkökulmasta käyttökelpoisen ja erityislaatuisen työskentelymuodon.

Tämän ymmärryksen kautta tavoitteena on kehittää omia valmiuksiani toimia käsityöhön ja terapeutin taideilmaisun suuntautuneena ohjaajana. Työ etsii lähtökohtia ja työskentelytapaa, joka mahdollistaa huovutuksen voimautumisen näkökulmasta mahdollisimman merkityksellisen käytön. Oman ammatillisuuteni lisäksi toivon tämän yleisemmällä tasolla vahvistavan käsityön asemaa hyvinvointiin positiivisesti vaikuttavana toimintana.

Toimeksiantajan tavoitteena on opinnäytetyön ja sitä edeltäneen voimauttavan huovutustyöpajan kautta etsiä luovan toiminnan ja etenkin käsityön paikkaa osana yhdistyksen järjestämää virkistys- ja vertaisryhmätoimintaa

sekä saada käyttöönsä näissä toiminnoissa hyödynnettävää tietoa ja toimintamalleja.

1.2 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön lähtökohtana on arkihavaintojen ja -kokemusten pohjalta syntynyt käsitys siitä, että huovutus voi olla voimauttavaa ja terapeuttista. Tämä huomio puolestaan on herättänyt kiinnostuksen menetelmän hyödyntämiseen terapeuttisen taideilmaisuuden tyyppisenä työskentelymuotona. Opinnäytetyö etsii vastauksia näiden alkuoletuksen pohjalta nouseviin kysymyksiin.

Niin tottuneet huovuttajat kuin monet ensikertalaisetkin kuvaavat käsityökokemustaan terapeuttisena tai voimauttavana. Mikä tekee huovutuksesta voimauttavaa? Opinnäytetyö pyrkii erottelemaan ne huovutuksen ominaisuudet, jotka vaikuttavat usein kuultujen lausahdusten taustalla.

Tuskin mikään on yksiselitteistä. Ei myöskään huovutus. Siinä voidaan hyödyntää monentyyppisiä menetelmiä, materiaaleja, työskentelytapoja ja voimautumisen näkökulmasta ehkä tärkeimpänä työskentelyn lähtökohtia. Millainen huovutus on voimauttavaa? Vai onko se sitä ilmenemismuodostaan riippumatta?

Voimautuminen on henkilökohtainen käsite. Näin ollen myös vastaukset edeltäviin kysymyksiin voivat olla yksilöllisiä. Taideterapian teorioissa on kuitenkin havaittu erityyppisten työskentelymuotojen ja materiaalien merkitys niiden vaikutuksiin. Suuntaavatko myös valittu huovutusmenetelmä ja käytetyt materiaalit työskentelyä tiettyyn suuntaan? Miten huovutusmenetelmä ja materiaalit vaikuttavat voimautumisen näkökulmasta?

Edeltäviä kysymyksiä pyrittiin huomioimaan voimauttavan huovutuspujan suunnittelussa ja toteutuksessa. Opinnäytetyön tehtävänä on arvioida tässä onnistumista. Oliko voimauttava huovutuspuja voimautumisen näkökulmasta toimiva?

Käsityön asemasta taiteen kentässä on keskusteltu jo pitkään. Suhteellisen yksimielisiä ollaan ainakin siitä, että luova, ilmaisuun perustuva ja työohjeisiin perustumaton käsityö voi olla taidetta. Idea opinnäytetyöhön on suurelta osin lähtöisin tästä ajatuksesta – luovan käsityön taiteellista asemaa koskevista pohdinnoista – ja kiinnostuksesta hyödyntää käsityötä terapeuttisen taideilmaisuuden tyyppisenä työskentelymuotona. Miten huovutusmenetelmänä soveltuu voimauttavan ja terapeuttisen taideilmaisuuden väli-neeksi? Miten huovutusvilla materiaalina soveltuu samaan tarkoitukseen?

Työskentelyn tavoilla ja materiaaleilla on taideterapiassa ja sen myötä terapeuttisessa taideilmaisuksessa oma merkittävä roolinsa. Vija Bergs Lusebrink kuvaa kuvallisten työskentelymateriaalien ja työskentelyn ominaisuuksia taideterapiassa kolmena jatkumona. Jatkumot juoksevasta vastustavaan, yksinkertaisesta monimutkaiseen ja ohjatusta vapaaseen kuvaavat materiaalien työstämiseen ja työskentelytapoihin liittyviä piirteitä sekä niiden vaikutusta terapiatyöskentelyn luonteeseen. (Rankanen 2007a, 80–

84.) Miten huovutus materiaaleineen ja menetelmineen asettuu näille jatkumoille? Millainen on huovutuksen ja sen materiaalien suhde terapeutti-
sessa taideilmaisussa yleisesti käytettyihin materiaaleihin ja menetelmiin?

2 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyössä on käytetty kvalitatiivisia tutkimusmenetelmiä. Tämä on perusteltua, koska kvalitatiivisessa tutkimuksessa on tämän työn aiheen tavoin olennaista ilmiön ymmärtäminen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkittava tapaus nähdään esimerkkinä yleisestä. Tämän vuoksi yksittäisenkin tapaus voi olla merkityksellinen. (Rantamaa 2010.) Voimaautuminen on henkilökohtainen prosessi. Sen ilmenemismuodot ja mahdollisuudet ovat siis yksilöllisiä. Oletettavaa onkin, että opinnäytetyön kautta nousee yleistettävän tiedon sijaan esiin esimerkkejä ja mahdollisuuksia huovutuksen voimauttavaan vaikutukseen liittyen.

Opinnäytetyön aineisto on kerätty kyselyllä ja havainnoimalla. Havainnointi on menetelmä, jossa tutkittavasta ilmiöstä kootaan tietoa seuraamalla ja havaintoja tekemällä. Havainnointi kohdistuu ihmisten käyttäytymiseen ja toimintaan. Sen avulla voidaan saada tietoa sekä sanallisesta, että sanattomasta ilmaisusta. Havainnot tekee tutkija, jonka rooli vaihtelee käytettävän tutkimusotteen mukaan. Tutkijan näkökulma suhteessa tutkittavaan kohteeseen voi olla ulkopuolinen, sisäpuolinen tai jokin näiden eriasteinen välimuoto. Havainnointitapoja voidaan jäsentää lisäksi sen suhteen, kuinka strukturoitua havainnointitekniikka on. (Havainnointi eli observointi, n.d.) Havainnoinnin tavasta riippumatta olennaisia ovat objektiivisuus eli kyky erottaa olennainen sekä pyrkimys olla vaikuttamatta havainnointikohteen toimintaan tai toimintaympäristöön (Austin 1997, 155–158).

Kysely tarkoittaa aineistonhankintamenetelmää, jossa tiettyjen kriteerien mukaan valitulta ihmisjoukolta kysytään vastauksia samoihin kysymyksiin. Kyselyn toteuttamistapaan, vastaajajoukon valintaan ja kysymysten sisältöön vaikuttaa se, mitä tutkimuksella halutaan selvittää. Kysely voidaan toteuttaa monilla eri tavoilla. Tehdyillä valinnoilla on kuitenkin merkitystä vastausten informatiivisuuden, kyselyn luotettavuuden, saatavien vastausten ja saavutettavan vastausprosentin kannalta. Tämän vuoksi on tärkeää huomioida mahdolliset ongelmakohdat ennen kyselyn toteuttamista. Kyselyn muodosta riippuen vastausten analysoiminen on mahdollista määrällisesti tai laadullisesti. (Kyselyt, n.d.)

2.1 Kysely

Kaikki voimauttavan huovutuspujan osallistujat, yhteensä neljä henkilöä, osallistui prosessin merkityksiä ja vaikutuksia kartoittavaan kyselyyn. Sähköpostitse toteutettu kysely valikoitui tutkimusmenetelmäksi pitkien välimatkojen ja niistä johtuvien osallistujien toiveiden vuoksi, vaikka kysymykset luonteeltaan olisivat sopineet myös haastatteluksi. Yksi osallistujista nimenomaan toivoi haastattelua puhelimitse. Tämä aiheutti eroavaisuutta kyselyn toteutustapaan eri osallistujien kohdalla.

Kysymykset pysyivät kuitenkin samanlaisina ja jokaisella osallistujalla oli mahdollisuus kertoa myös niihin väljemmin liittyviä ajatuksiaan. Voimautumisen ja sen henkilökohtaisen luonteen näkökulmasta olennainen – yksilölliset havainnot, ajatukset ja prosessit olivat joka tapauksessa pääosassa. Osallistujilla oli mahdollisuus ilmaista ajatuksensa yksilöllisesti miellyttäväksi kokemallaan tavalla, joka lienee luotettavuuden näkökulmasta yksinomaan positiivinen asia.

2.2 Havainnointi ja dokumentointi

Voimauttava huovutuspaaja tarjosi tilaisuuden havainnoida toiminnan aikaansaamia välittömiä ajatuksia ja ilmiöitä. Huovutuspaajan yleinen ilma-
piiri, osallistujien antama palaute, keskustelut, mielipiteet ja spontaanit reaktiot tuovat huomionarvoisen näkökulman huovutuksen herättelemään voimautumiseen ja sen ilmenemismuotoihin.

Havaintojen hyödyntämisessä on otettava huomioon ensisijainen ja havainnoinnin mahdollisuuksia rajoittava roolini toiminnan ohjaajana. Silti tehdyt huomiot laajentavat aineistoa sekä toimivat muiden tutkimusmenetelmien tukena ja vertailukohtana. Havainnoinnin tukena toimi työpajan tapahtumien dokumentointi valokuvaamalla. Prosessin kuluessa se on ennen kaikkea mahdollistanut toiminnan herättämien havaintojen mieleen palauttamisen ja elävöittämisen.

2.3 Aineiston käsittely

Kyselyn ja havainnoinnin keinoin kerättyä tietoa täydentää kirjallisuuskatsaus. Työ yhdistää kirjoitetuista lähteistä tietoa, joka selventää huovutuksen ja sen materiaalien edellytyksiä toimia voimauttavan ilmaisun välineenä. Huovutuksen tai muut tekstiilitekniikat voimauttavaan ilmaisuun yhdistävä tieto osoittautui vähäiseksi. Opinnäytetyö kokoakin yhteen huovutukseen, voimauttavaan ja terapeuttiseen taideilmaisuun sekä käsityön terapeuttisuuteen liittyvää tietoa ja soveltaa näitä huovutuksen voimauttavuutta kuvaavaksi kokonaisuudeksi.

Huovutuspaajan ja haastattelujen aikana koottu aineisto tuo työhön voimautumisen kannalta olennaisen yksilöllisen näkökulman. Tämän aineistokokonaisuuden pohjalta opinnäytetyö etsii kokonaiskuvaa ja toteutuneita esimerkkejä huovutuksen voimauttavista mahdollisuuksista.

Aineiston käsittely perustui yhtäläisyyksien ja erojen etsimiseen. Tavoitteena oli erottaa ne ominaisuudet ja ilmiöt, jotka tekevät huovutuksesta voimauttavan ja terapeuttisen ilmaisun näkökulmasta käyttökelpoisen ja toisaalta erityislaatuisen. Kirjallisuuskatsauksen pohjalta luotiin teoreettinen kuva huovutuksen suhteesta voimauttavuuteen ja terapeuttiseen taideilmaisuun – oletus huovutuksen voimauttavuudesta. Kysely- ja havainnointiaineistosta eroteltiin eroja ja samankaltaisuuksia suhteessa toisiin huovuttajiin ja teoreettiseen tietoperustaan. Teoriataustaa täydennettiin esiin nousseiden ilmiöiden ja uusien oletusten mukaisesti. Näin luotiin ku-

vaa huovutuksen voimauttavuudesta ja sen yksilöllisistä ilmenemismuodoista.

3 SUOMEN TURNER-YHDISTYS RY TYÖN TOIMEKSIANTAJANA

Opinnäytetyön toimeksiantajana on vuonna 1992 perustettu Suomen Turner-yhdistys ry. Yhdistyksen toiminnan yleistavoitteina on jakaa tietoa Turnerin oireyhtymästä ja tarjota oireyhtymää sairastaville mahdollisuus vertaistukeen toisten samassa tilanteessa olevien tapaamisen kautta. Yhdistyksen tavoitteena on myös ajaa oireyhtymää sairastavien etuja erityisesti tietoa jakamalla – sekä tämän kautta ennakkoluuloja ja -asenteita vähentämällä. (Yhdistys n.d.)

3.1 Turnerin oireyhtymä

Turnerin syndrooma on harvinainen sairaus, jota esiintyy vain tytöillä. Elävänä syntyneistä tyttölapsista yhdellä 2500 kohden on Turnerin syndrooma. Sillä tarkoitetaan toisen X-kromosomin puutosta tai mutaatiota. Kromosomivirhe voi esiintyä myös osassa soluja. Turnerin oireyhtymän sanotaan olevan kaikilla, joilla on todettu toinen X kromosomi puuttuvaksi tai poikkeavaksi ja lisäksi ainakin joitain Turnerin oireyhtymään liittyviä rakennepiirteitä. Syytä näihin muutoksiin ei ole löydetty. Kyseessä on periytymätön geenimutaatio. (Invalidiliiton Harvinaiset-yksikkö 2013; Yhdistys n.d.; Lenko n.d.)

Turnerin syndroomaa sairastavat tytöt ja naiset ovat oireiltaan hyvinkin yksilöllisiä. Vaihtelua erityispiirteiden suhteen esiintyy aina terveydellisistä ongelmista pieniin kosmeettisiin haittoihin. Ulkonäköpiirteistä tyypillisintä on lyhytkasvuisuus. Lähes kaikki Turnerin syndroomaa sairastavat ovatkin pienikokoisia. Keskimääräinen syntymäpituus 48 cm poikkeaa vain kahdella senttimetrillä kaikkien syntyneiden keskipituudesta. Pituuskasvu hidastuu kuitenkin asteittain iän myötä ja ero ikätovereihin korostuu murrosiän kasvupyrähdyksen jäädessä väliin. Turnerin syndroomaa sairastavien aikuisiän keskipituus Suomessa on 147 cm. Kasvuhormonihoidolla monien Turner-tyttöjen kasvu nopeutuu ja lisäpituutta saadaan muutama senttimetri. (Invalidiliiton Harvinaiset-yksikkö 2013; Lenko n.d.)

Turner-tyttöjä kuvataan monissa lähteissä leveäharteisiksi, lyhytkaulaisiksi – selvästi poikkeavan näköisiksi. Huomattavan usein Turner-tytöt ovat kuitenkin aivan tavallisen näköisiä tyttöjä. Ulkoisia erityispiirteitä voi huomata lähinnä tarkasti katsomalla. Vastasyntyneillä esiintyy usein imusuoniston kehitysvirheestä johtuvaa jalkapöytien turvotusta. Sama kehitysvirhe aiheuttaa niskapöimun. Vastasyntyneellä on ylimääräistä ihoa niskassaan. Myöhemmin muodostuu kaulan sivuille kaulaa leventävä ihopöimu. Näistä muutoksista johtuen hiusraja niskan puolella on usein tavallista matalammalla. Toisaalta useimmilla oireyhtymää sairastavilla on poikkeuksellisen vahvat ja kauniit hiukset. (Lenko n.d.)

Tavanomainen erityispiirre on myös kapea ja korkea kitalaki, joka johtaa usein hampaiden oikomishoidon tarpeeseen. Nenänielun poikkeava raken-

ne puolestaan altistaa toistuville korvatulehduksille. Tyypillisiä Turnerin syndroomaa sairastaville ovat myös hauraat ja pienet kynnet sekä tavanomaista suurempi määrä pieniä ruskeita syntymämerkkejä. (Lenko n.d.)

Ulkonäköpiirteiden lisäksi Turnerin oireyhtymässä voi esiintyä terveyteen vaikuttavia tekijöitä. Tyypillisiä ovat etenkin sydämen ja verenkierron rakenteelliset poikkeavuudet, jotka Turnerin syndroomassa ovat usein oireettomia, mutta hoitoa, seurantaa ja mahdollisesti leikkauksia vaativia. Tietyt suolistosairaudet – kuten keliakia, Crohnin tauti ja haavainen paksusuolentulehdus – ovat Turner-tyttöillä ja -naisilla muuta väestöä yleisempiä. Myös maksa-arvoissa voi esiintyä poikkeavuutta. Lisäksi Turnerin oireyhtymään liittyy normaalia korkeampi riski sairastua kilpirauhasen vajaatoimintaan. (Invalidiliiton Harvinaiset-yksikkö 2013.)

Useimpien Turner -tyttöjen luonnollinen murrosikä jää puuttumaan tai viivästyy. Tämä johtuu noin 80 %:lla oireyhtymää sairastavista esiintyvistä munasarjojen kehityshäiriöstä, jonka vuoksi normaali hormonituotanto ei ole mahdollinen. Usein tarvitaan hormonilääkitystä, jolla varmistetaan niin murrosiän fyysinen kuin psyykinen kehitys ja luiden vahvistuminen. Munasarjojen kehityshäiriö johtaa lisäksi munasolujen ennenaikaiseen vanhenemiseen ja tämän myötä lapsettomuuteen. Vain noin 2 % Turner-naisista voi saada lapsen luonnollisesti. (Invalidiliiton Harvinaiset-yksikkö 2013; Lenko n.d; Yhdistys n.d.)

Useimmista muista kromosomihäiriöistä poiketen Turnerin syndrooma ei aiheuta henkisen kehityksen hitautta tai psyykkistä kehitysvammaisuutta. Nykytiedon mukaan Turner-tyttöjen ja -naisten älykkyys ei ole muuta väestöä alempi. Tutkimuksissa on kuitenkin ilmennyt, että kielellinen lahjakkuus Turnerin oireyhtymää sairastavilla on vahvempi kuin matemaattinen tai avaruudellinen hahmottaminen. Lieviä oppimisvaikeuksia ja hahmotushäiriöitä voikin esiintyä, mutta yksilöllinen vaihtelu on tämänkin suhteen suurta. Aikuisia Turner-naisia löytyykin kaikenlaisista ammateista. (Lenko n.d; Turnerin oireyhtymä 2013.)

3.2 Voimauttava huovutuspaaja

Tammikuussa 2014 järjestetty voimauttava huovutuspaaja sai innostuneet osanottajansa Pohjois-Karjalan alueella asuvista Suomen Turner-yhdistys Ry:n jäsenistä. Työskentelyaikaa oli yhteensä noin 12 tuntia. Pajaan osallistui neljä naista, joita yhdistää yhdistyksen jäsenyys oman diagnoosin tai läheisen ihmisen sairauden kautta. Osallistujista kaksi sairastaa itse Turnerin syndroomaa. Kaksi puolestaan on tullut yhdistyksen jäseniksi läheisen kautta tutuksi tulleen Turnerin syndrooman myötä.

Voimauttavan huovutuspaajan ideana oli hyödyntää käsityötä luovan ilmaisuuden, itselle tärkeiden teemojen esittämisen ja näiden kautta voimaantumisen välineenä. Huovutus oli muita käsitöitä harrastaville osallistujille entuudestaan lähes tuntematonta, joten työpaja rakentui myös uuden oppimiselle. Ensisijaista ei kuitenkaan ollut tekniikan virheetön hallinta, vaan tilaisuus toteuttaa yksilöllisiä ajatuksia, ideoita ja tavoitteita. Kaiken kaikkiaan työskentelyssä korostui kokeileva tutustuminen huovutukseen.

Osallistujat valmistautuivat työpajaan valitsemalla huovutustöidensä päämateriaaleihin juuri sillä hetkellä omilta, oikeilta ja houkuttelevilta tuntuivat villan värit. Etukäteen pyydettiin miettimään myös itselle tärkeää, ajankohtaista, askarruttavaa tai ajatuksia herättävää aihetta, jota mahdollisesti haluaisi huovuttaessaan ilmaista. Ennen huovutuspaikaa osallistujilta myös kysyttiin yksilöllisiä toiveita toteutettavista töistä, käytettävistä menetelmistä ja käsiteltävistä teemoista.

Ensimmäinen huovutuspäivä pohjautui teemaltaan väreihin – omien tuntemusten mukaan juuri oikeilta, omilta tai muuten houkuttelevilta tuntuviin villan sävyihin. Värimaailmaa ja huovutuksen ilmettä pyrittiin alusta lähtien elävöittämään sävyjä sekoittamalla, villan joukkoon lankoja ja kuituja lisäämällä sekä kuvioiden koristelemalla. Väriteeman lisäksi työskentelyssä korostui yksilöllisten toiveiden mukaisiin työtapoihin ja menetelmiin tutustuminen. Osallistujilla oli jo tullessaan selkeät – aloittelijoille osittain haastavatkin – ajatukset, jotka suuntasivat tekemistä. Alusta alkaen pajalaisia ohjattiin luovaan ja ennakkoluulottomaan työskentelyyn tutustumalla huovutuksen moniin mahdollisuuksiin, korostamalla omia valintoja ja mahdollistamalla haastavatkin ideat.

Huovutuspaikan toisena päivänä osallistujia pyydettiin miettimään, mitä he haluaisivat huovutustyöllään ilmaista. Tämä oli mahdollista toteuttaa uudessa työssä tai edellisen päivän huopatyötä jatkamalla ja muokkaamalla. Edelleen tutustuttiin yksilöllisten toiveiden mukaisiin menetelmiin, joka joidenkin kohdalla tarkoitti edellisen päivän täyttäneen vesihuovutuksen jatkamista toisten tutustuessa myös neulahuovutukseen. Ennen kaikkea jatkettiin huovuttamista kokeilevalla, ennakkoluulottomalla ja yllätykselliselläkin otteella.

Kaiken kaikkiaan huovutuspaikassa etsittiin puhtaasta tekniikoiden harjoittelusta eroavaa lähtökohtaa huovutukselle. Joillekin osallistujille uusi lähestymistapa tuntui vieraalta ja heidän työskentelyssään korostui taitojen oppiminen. Toisille taas itseilmaisuun perustuva lähestymistapa oli helppo ja houkutteleva. Ohjaajan roolina oli toimia enemmän mahdollistajana kuin opettajana, jolloin kaikki näkökulmat pääsivät oikeuksiinsa ja samalla avasivat huovuttamisen ja sen kautta voimaantumisen moninaista luonetta.

Huovuttajien kokemuksia voimaantumisen näkökulmasta käsitellään tutkimustulosten yhteydessä.

4 HUOVUTUS

Huovutuksella tarkoitetaan itse tekniikkaa sekä kaikkia niitä menetelmiä, joilla voidaan valmistaa villakuiduista huopaa eli kangasta, jossa ei ole lointa eikä kudetta. Huovutuksella tarkoitetaan koko huovan valmistusprosessia. Tämä prosessi puolestaan voidaan jakaa kahteen vaiheeseen: huovutukseen ja vanutukseen. (Tetri 2011, 9.)

Huovutusvaiheessa villakuiduista koostuva karstalevy puristuu kosteuden, lämmön, pusertamisen ja mekaanisen liikkeen myötä murto-osaan alkupe- räisestä paksuudestaan. Huovutustyön pituudessa tai leveydessä ei tällöin tapahdu merkittäviä muutoksia. Sen sijaan työ muotoutuu kiinteäksi, ohueksi ja liikuteltavaksi levyksi. Huovutusta seuraa vanuttaminen, jonka aikana huopa kutistuu lopullisiin mittoihinsa ja saa toivotun muodon ja paksuuden. Työskentelymenetelmiä vanutettaessa ovat hankaaminen ja voimankäyttö, kuten huopatyön heittelemine ja lyöminen, epätasaista alustaa vasten hankaaminen tai muuten voimakkailla kädenliikkeillä työskentely. (Tetri 2011, 9.)

Huovutus ilmenee useina erilaisina työtapoina ja perusmateriaalin eli lam- paan villan lisäksi erilaisia ilmeitä luovat monet sen ohella käytettävät ma- teriaalit. Tämä luku käsittelee näitä materiaaleja ja menetelmiä terapeutti- sen taideilmaisun näkökulman huomioiden – ei yksityiskohtaisina ohjeina vaan mahdollisuuksia ja huomionarvoisia ominaisuuksia osoittaen.

4.1 Huovutuksessa käytettävät materiaalit

Ainoa villaksi kutsuttava kuitu saadaan lampaasta. Tämä kuitu eli huovu- tusvilla on huovutuksen perusmateriaali ja edellytys. Kuitenkaan kaikki villa ei ole samanlaista, vaan eri lammasroduista saatavien villojen välillä on työskentelyyn vaikuttavia ja käsinkin kosketeltavia eroja. Villa voi tun- tua karhealta, pehmeältä tai rasvaiselta, kiharalta tai suoralta. Näihin eroi- hin tutustuminen on kokeilua, jonka onnistumiset ja epäonnistumiset ta- soittuvat parhaimpiakin neuvoja paremmin kasvavan kokemuksen myötä. (Tetri 2011, 11.)

Suomalaisille huovuttajille perinteikkäintä materiaalia on suomenlampaan villa. Useimmilta muilta pohjoismaisilta roduilta saatavien villojen tavoin se on hyvälaatuista ja hyvin huopuvaa. Toiseen Suomessa yleisesti käytös- sä olevaan villalajikkeeseen, merinovillaan, verrattuna se on jopa seitse- män kertaa paksumpaa. Australiasta ja Uudesta-Seelannista tuotava me- rinovilla – merinolampaan alusvilla – onkin ohuiden kuitujensa vuoksi kaikkein helpointa ja nopeinta huovutettavaa. Merinovilla on myös poik- keuksellisen pehmeää ja siitä huovutetut työt pinnaltaan hyvin sileitä. (Tetri 2011, 11; Harris 2006, 12.)

Näiden Suomessa yleisimpien villojen lisäksi huovutuksessa voidaan käyt- tää monista muista lammasroduista saatavia kuituja. Kaikki villat huopu- vat ennemmin tai myöhemmin. Kaikilla on kuitenkin omat ominaisuuten- sa, jotka soveltuvat erilaisiin töihin ja erilaisille tekijöille. Villa voi huopua nopeasti tai hitaasti. Se voi olla karkeaa ja kutittavaa tai sileää ja pehmeää. Lopputuloksen ja käyttökohteiden lisäksi erot vaikuttavat työskentelyyn. Villa voi huopua hyvin kevyellä tai vahvalla kosketuksella, nopeissa tai hitaissa käsissä. (Tetri 2011, 11–13; Harris 2006, 12.) Yksiselitteisiä ohjei- ta villan valintaan onkin mahdotonta antaa, mutta materiaalin moninaisuus antaa monille tekijöille mahdollisuuden löytää kokeilemalla omansa.

Erityisen materiaalin villasta tekevät myös sen kiehtovat sävyt. Puhtaassa luonnonmateriaalissa värit toistuvat omanlaisinaan. Villan sävyjä kuulee

usein kuvailtavan syvinä, rauhoittavina ja luonnollisina. Tämä voi vaikuttaa niin huovutuskokemukseen kuin ilmaisun laatuun. Huomattavan usein huovutustöissä toistuvat luonnonaiheet voivat olla seurausta materiaalin alkuperästä. Harmonisella värimaailmalla puolestaan on todennäköisesti osuutensa usein rauhoittavana kuvailtuun huovutuskokemukseen.

Villakuitu on ainoa huopuva kuitu. Silti villan joukkoon on huovutettaessa mahdollista lisätä pieniä määriä muita kuituja tuomaan pehmeyttä, kiiltoa, pörröisyyttä, sileyttä sekä erilaisia ilmeitä, rakenteita ja väripintoja. (Tetri 2011, 20.) Usein kuitujen yhdistely on luovaa kokeilua, itseilmaisua ja leikkittelyä. Se mahdollistaa myös muistojen ja merkitysten, vaikkapa lemmikkieläinten karvojen, tallettamisen huopatyöhön (Tetri 2011, 20).

Eläinkuidut ovat eläinten karvoja ja joidenkin hyönteisten valmistamia kuituja. Esimerkiksi mohairia, alpakkaa, koiran- ja kissankarvoja tai silkkiä voidaan yhdistää huovutustöihin. Kasvikuidut saadaan kasvien eri osista. Lähtökohtansa mukaan ne luokitellaan siemenkuituihin, runkokuituihin, lehtikuituihin ja hedelmäkuituihin. Esimerkiksi pellavaa, puuvilla, ramia ja hampua käytetään luomaan vaihtelevia ilmeitä huovutuksessa. Yhtälailla huopaan on mahdollista yhdistää muitakin kuituja kuten kimalletta. Saatavilla on myös kuitusekoitteita, joissa toinen kuitu on valmiiksi karstattu villan joukkoon. (Tetri 2011, 20–27.)

Myös kaikenlaiset langat yhdistyvät huovutustyöhön mahdollistaen loputtomia erilaisia ilmeitä. Kuitujen tavoin niitä on mahdollista huovuttaa villakuidun sekaan tai yhdistää työhön jälkikäteen esimerkiksi kirjomalla. Ohuet langat kuten ompelu- ja kirjontalangat uppoavat hyvin villan joukkoon ja villakerrosten väliin. Huopuvalla villalangalla on mahdollista kuvioida myös huovutustyön pinta. (Tetri 2011, 28–29.) Kuten erilaisten kuitujen kanssa työskentely, on lankojen käyttö huovutuksessa luovaa ideointia, jossa korostuu itseilmaisua ja yllätyksellisenkin kokeilu.

Kun kangas on ominaisuuksiltaan sopivaa, sitä voidaan yhdistää villaan huovuttamalla. Japaninkielinen sana kankaalle on nuno, josta on johdettu menetelmän nimitykset nunohuovutus ja nunotekniikka. Huovutustyöhön yhdistettävän kankaan olennaiset ominaisuudet ovat harsomaisuus ja taipuisuus. Tällöin villakuitu pääsee huovutettaessa tunkeutumaan kankaan raoista ja huopuu kiinni kankaaseen. (Tetri 2011, 16.) Huovutukseen yhdistettäväksi soveltuvat kiinnittymisen ehdot täyttävät kankaat niin luonnon- kuin tekokuituisina. Kankaan materiaali, tiheys, kuviointi ja paksuus luovat erilaisia ilmeitä ja pintoja. Esimerkiksi jäykkä ja tiheä kangas vetäytyy rypylle villan kutistuessa. Ohut ja harsomainen kangas puolestaan sulautuu villakuitujen joukkoon. (Tetri 2011, 16.)

Materiaalien yhdistely huovutuksessa on luovaan ja sen myötä voimauttavaan ilmaisuun hyvin soveltuvaa ennakkoluulotonta kokeilua. Taitojen lisääntyessä lisääntyvät myös mahdollisuudet vapaaseen ideointiin ja toisaalta materiaalien hallintaan. Huovutustyöhön on mahdollista yhdistää hyvin vaihtelevia muita materiaaleja metallilangoista höyheniin tai helmistä kiviin. Materiaalista, menetelmästä ja ideasta riippuen ne jäävät esille työhön tai kätkettyinä luomaan mielenkiintoisia pintoja. (Tetri 2011, 30.)

Ohjeiden puutteen ja myös mahdottomuuden vuoksi tällaisessa työskentelyssä korostuvat ilmaisu, ideointi, uskallus ja luova ongelmanratkaisu.

4.2 Huovutusmenetelmät

Villa voidaan työstää huovaksi eri menetelmillä, jotka voidaan yksinkertaistaen jakaa hierontatekniikkaan, rullaustekniikkaan, neulahuovutukseen ja pesukonehuovutukseen. Usein on kannattavaa yhdistää eri menetelmiä, joten moni huovuttaja löytää kokeilemalla omat työtapansa ja muunnelmansa perusmenetelmistä. (Talvitie & Tammi 2004, 12–13.) Huovutus työn ei myöskään tarvitse päättyä huopumiseen. Lisää luovuuden ja yksilöllisten sovellusten mahdollisuuksia tarjoaa valmiin huovan koristelu. Uusia ilmeitä syntyy esimerkiksi kankaanpainotekniikoilla, värjäämällä ja erilaisilla kirjontamenetelmillä (Tetri 2011, 77–81). Villa onkin moneen muokkautuva materiaali ja huovutus lähes loputtomien variaatioiden menetelmä. Tämän myötä huovutus on antoisa perusta kokeiluille ja luovuudelle.

Hierontatekniikalla tarkoitetaan villan huovuttamista saippuaveden avulla käsin hieromalla. Kerroksittain ristikkäin aseteltuja villakuituja hierotaan tällöin pyörivällä liikkeellä – kuumaa saippuavettä apuna käyttäen – kunnes työ on huopunut eli muuttunut kiinteäksi ja liikuteltavaksi. Hieroen huovutettu työ voidaan vanuttaa useilla eri työtavoilla, joissa olennaista on voimankäyttö ja hankaaminen. Tasaisin vanutustulos saadaan aikaan rullaamalla ja hieman epätasaisempia pintoja esimerkiksi työtä heittelemällä, lyömällä tai epätasaista alustaa vasten hankaamalla. (Tetri 2011, 9; 49–51).

Hierontatekniikka on parhaimmillaan kolmiulotteisten tuotteiden ja käytöesineiden, kuten hattujen, tossujen ja korujen valmistuksessa. Yhtä lailla se soveltuu tasomaisten tekstiilien työstämiseen, joskin työskentely on tällöin rullaustekniikkaa hitaampaa ja lopputulos on etenkin suurikokoisissa töissä usein pinnaltaan epätasaisempi. (Talvitie & Tammi 2004, 9.) Luovuuden ja voimautumisen näkökulmasta nopeus on kuitenkin toissijaista. Hierontatekniikassa mielenkiintoista on aistikokemuksia herättelevä suora kosketus materiaaliin ja sen muutokseen.

Villakuidut voidaan muokata huovaksi myös alusta loppuun saakka rullaustekniikalla. Tässä menetelmässä kuidut kääretään esimerkiksi kuplamuovin, kankaan tai ruokoverhon sisään kuumalla saippuavedellä kostutettuna. Kääröä rullataan käsin – välillä avaamalla ja suuntaa vaihtamalla – kunnes kuidut ensin huopuvat ja lopulta vanuvat lopulliseen muotoonsa ja mittaansa. (Talvitie & Tammi 2004, 9; Tetri 2011, 52–53.)

Rullaustekniikalla voidaan valmistaa suuriakin tasomaisia tekstiilejä, kuten huopia, seinävaatteita, huiveja ja vaatetusankaita. Myös erityisen ohuet huopatytöt valmistuvat rullaamalla melko vaivattomasti. (Talvitie & Tammi 2004, 9; Tetri 2011, 52.) Rullaamalla saadaan muihin menetelmiin suhteutettuna nopeasti aikaan näyttäviäkin huopatöitä ilman tarvetta omaksua kovinkaan monia erilaisia työvaiheita.

Neulahuovutuksessa – jota kutsutaan myös pistelytekniikaksi tai kuiva-huovutukseksi – ei tarvita lainkaan vettä eikä saippuaa. Sen sijaan huopuminen saadaan aikaan pistelemällä kuituja neulalla, jonka varressa on useita väkäsiä. Väkästen ansiosta neula tarttuu villakuituihin kiinnittäen ne samalla toisiinsa. (Talvitie & Tammi 2004, 12; Wallis 2008, 7; 9.) Neulalla pistellen saadaan villasta muotoiltua monenmuotoisia, kiinteitä kappaleita. Valmiin työn pinta jää pehmeämmäksi kuin vettä ja saippuaa hyödyntävillä työtavoilla toteutettu huopatyö. (Talvitie & Tammi 2004, 12.) Perimmäiseltä käyttötarkoitukseltaan huovutusneula on kuitenkin vain huovan valmistuksen apuväline. Se sekoittaa kuidut toisiinsa mekaanisesti, muttei vanuta niitä. Tämän vuoksi yksistään neulalla valmistetun huopatyön pinta ei ole kiinteä ja sen kuituja on suhteellisen helppo nyppiä irti. (Tetri 2011, 62.)

Neulahuovutus sopiikin parhaiten koriste-esineiden valmistukseen tai enemmän kulutuksenkestoa vaativaan käyttöön lähinnä vesihuovutuksella viimeisteltyinä. Pistelytekniikka soveltuu myös töiden muokkaamiseen, sillä neulahuovuttaen villakuidut tarttuvat myös valmiiksi vanutettuun huopaan. Neulahuovutus laajentaa huovutuksen mahdollisuuksia ja myös huovuttajien joukkoa. Se sopii työtapana monille, joille toiset huovutusmenetelmät ovat liian raskaita tai työskentelyolosuhteiden vuoksi mahdottomia. (Talvitie & Tammi 2004, 12; Tetri 2011, 62.)

Pesukonevanutusta voidaan käyttää työvälineenä vanutettaessa pieniä huopatöitä. Tyypillisimmin tätä tekniikkaa käytetään neuleiden vanutuksessa. Huopuvasta villalangasta neulottu valmis muoto ja langan kierrettävät työt säilyttämään muotonsa ja napakkuutensa pesukoneen käytössä. (Tetri 2011, 61.) Neuleita huovuttamalla – niin käsin kuin pesukoneella – saadaan aikaan monimuotoisia ja perinteisistä tekniikoista poikkeavia huovan kuvioiteja ja tekstuureita (Harris 2006, 75).

Pesukoneessa on mahdollista vanuttaa myös muilla menetelmillä alkuun työstettyjä huopatöitä. Käsin vanutukseen verrattuna huopa kutistuu tällöin enemmän ja usein epätasaisemmin. Pinta voi myös jäädä huokoiseksi tai pörröiseksi tai työhön voi muodostua ennalta arvaamattomia muhкуроita ja taitteita. (Tetri 2011, 61.) Kaiken kaikkiaan vanutus pesukoneessa on kokonaan käsityönä etenevää työskentelyä yllätyksellisempää ja hallitsemattomampaa.

5 TERAPEUTTINEN TAIDEILMAISU

Opinnäytetyö suhteuttaa huovutuksen menetelmät ja materiaalit terapeuttiin taideilmaisuun. Tämä luku avaa teoriaa vertailun taustalla. Taideterapiaa käsitellään etenkin ekspressiivisen taideterapian monitaiteellisesta näkökulmasta. Luku selvittää myös opinnäytetyön kannalta olennaisia terapeutin taideterapian, terapeutin taideilmaisuuden ja voimaantumisen käsitteitä.

5.1 Taideterapia

Taideterapialla tarkoitetaan terapiamuotoa, jossa taiteellisia ilmaisumuotoja hyödynnetään ilman taiteellisia tavoitteita (Lieppinen & Willman 2008, 9). Tässä käyttötarkoituksessa materiaalit, työskentelyprosessi, valmis tuotos ja kokemuksen jakaminen palvelevat terapeuttisessa, kuntouttavassa ja voimauttavassa muodossa (Mantere 2007, 11). Tekeminen itsessään on ajatuksia ja tunteita purkavaa. Se voi olla reitti oivalluksiin ja elämyksiin. Taideterapian menetelmin tämä luontainen toiminta voi näyttäytyä inhimillisen kasvun välineenä. (Lieppinen & Willman 2008, 9.) Taideterapialla pyritään ennen kaikkea lisäämään asiakkaan itseymmärrystä. Tätä päämäärää tavoitellaan ilmaisemalla tunteita ja ajatuksia taiteellisesti ja luovasti. Näin pyritään edistämään asiakkaan persoonallisuuden kehitystä ja luovuutta sekä antamaan keinoja psyykkisistä kriiseistä selviytymiseen. (Halkola 2009, 16.)

Taideterapian menetelmät ovat moninaisia. Taide- ja luovuusterapioiden tunnetuimpia muotoja ovat kuvataide-, tanssi-, musiikki- ja kirjallisuusterapiat. Samantyyppisinä työskentelymuotoina on hyödynnetty ainakin valokuvaa, elokuvaa, teatteria, nukketeatteria ja puutarhanhoitoa. Kaikilla näillä on yhteneviä piirteitä, mutta ne ovat eriytyneet omiksi terapiamuodoiksi. Ilmiötä on lähestytty myös toisesta suunnasta. Ekspressiiviselle taideterapialle ominaista on kuvataiteen, tanssin ja kehotyöskentelyn, musiikin, draaman, runouden ja tarinankerronnan integroiva monitaiteellinen lähestymistapa (Hentinen 2007a, 30).

Ekspressiivinen taideterapia – Expressive Arts Therapy – suuntauksen nimellä viittaa ilmaisuun ja taiteisiin monikkomuodossa (Hentinen 2007a, 30). Suuntaus onkin lähtöisin monitaiteellisuuden pohdinnoista. 1970-luvulla Yhdysvalloissa eri aloja edustavat taideterapeutit Paolo Knill, Shaun McNiff, Norma Canner ja Elizabeth McKim esittivät ajatuksen eri taiteiden käytön asiakasta hyödyttävästä vaikutuksesta. (Girard, Ihanus, Laine & Ropponen 2009, 21.) Tästä ajatuksesta kehittyi ekspressiivinen taideterapia, joka on yksi taidekeskeisten taideterapioiden suuntaus (Hentinen 2007a, 30).

Ekspressiivisessä taideterapiassa taiteen käsitettä käytetään kuvaamaan metaforien kautta tapahtuvaa ei-selittävää ilmaisua sekä ilmaisua, jolle on löydettävissä vastineita eri aistialueilta. Mikä tahansa näihin muotoihin puettu tunne tai ajatus nähdään taiteen kielellä tapahtuvana ilmaisuna. (Hentinen 2007a, 31.) Tämän lähestymistapansa vuoksi ekspressiivisen taideterapian teoria soveltuu lähtökohdaksi etsiessäni huovutuksen paikkaa voimauttavan ja terapeuttisen taideilmaisun näkökulmasta.

Ekspressiivisen taideterapian monitaiteellinen lähestymistapa on johtanut tutkimaan eri taidemuotojen vaikutuksia ja vertaamaan niiden terapeuttisia merkityksiä. Jokaisella taidemuodolla on oma ominaislaatunsa. Samalla ne toimivat toisiaan vahvistaen, joten niiden tulisi tarpeen tullen antaa tilaa toisilleen. Eri taidemuotojen yhteydessä aktivoituvat vahvimmin eri aistialueet. Tämä jakaa taiteet kolmeen ryhmään – kinesteettiseen, visuaaliseen ja audittiiviseen – joiden kautta voidaan parhaiten ilmaista vastaaville aistialueille sijoittuvia kokemuksia. Terapiaprosessin aikainen vierailu toiseen

taidemuotoon voi olla lyhytkin. Usein se on silti prosessia kiteyttävä ja edistävä tapahtuma. (Hentinen 2007b, 150.)

Aistien aktivoitumisen lisäksi taidemuotoja on vertailtu intra- ja interpersoonallisuuden suhteen. Eri taiteiden ominaisuudet toteutuvat parhaiten yksilössä sisäisesti tai inhimillisessä vuorovaikutuksessa. Taiteilla on tässä suhteessa luonnollinen olemuksensa. Esimerkiksi kuvallinen ilmaisu ja kirjoittaminen aikaansaavat luontevasti yksilöllistymisen kokemuksia verrattuna musiikkiin, sillä tilassa tuotettu ääni vaikuttaa välittömästi muihin paikalla olijoihin johtaen jaettuun toimintaan. Tämän vuoksi taidemuodoilla on ominainen merkityksensä individuaation tai sosiaalisuuden edistäjänä. (Hentinen 2007b, 150.) Huovutuksen olemus on tästä näkökulmasta mielenkiintoinen. Visuaalisuudessaan sillä on paljon yhteistä yksilöllistymisen kokemuksia tuottavan kuvallisen työskentelyn kanssa. Huovutusta kuten muita käsitöitä tehdäänkin usein yksin ja yksilöllisyyttä korostaen. Toisaalta käsityöhön on perinteisesti liittynyt yhdessä tekeminen, jakaminen ja yhteisöllisyys. Erilaisten kerhojen, kurssien, käsityökahviloiden ja sosiaalisen median myötä tämä perinne on myös nykypäivää. Millainen on käsityön taideterapeuttista teoriaa mukailevan intrapersoonallisen ominaisuuden ja useampaan suuntaan vaikuttavan tottumuksen suhde toisiinsa? Myös terapiassa taidemuotoja voidaan käyttää mahdollisuuksia monipuolistuen vaihtoehtoiseen suuntaan (Hentinen 2007b, 150).

Ekspressiivisen taideterapian ja sen monitaiteellisuuden näkökulman lisäksi kiinnitän oppinäytetyössä erityistä huomiota Vija Bergs Lusebrinkin esittämiin näkemyksiin työskentelymateriaalien ja -menetelmien ominaisuuksista taideterapiassa. Lusebrinkin kuvataidekeskeinen näkökulma on nähdäkseni toimivasti sovellettavissa huovutukseen. Lusebrink hahmottaa taideterapiatyöskentelyn ja siinä käytettävien materiaalien ominaisuuksia ja merkityksiä jatkumoina juoksevasta vastustavaan, yksinkertaisesta monimutkaiseen ja ohjatusta vapaaseen (Rankanen 2007a, 80).

Materiaalien nestemäisyyden tai kiinteyden perusteella ne voidaan sijoittaa jatkumolle juoksevasta vastustavaan, jolla on terapiatyöskentelyssä merkitystä erityisesti hallinnan ja kontrollin tunteeseen. Kiinteimmät materiaalit kuten puu ovat helpoimmin hallittavissa ja tämän myötä rakennetta sekä rajoja luovia. Juoksevat materiaalit kuten vesivärit tai paperimassa puolestaan ovat vaikeammin hallittavissa, mutta herättävät helpommin eläytymistä ja tunnekokemuksia. Vastustavat ja kiinteät materiaalit mahdollistavat jo työstömenetelmiensä puolesta voimallisemman otteen kun taas juoksevat materiaalit edellyttävät kevyttä kosketusta ja työskentelyn herkkyyttä. Materiaalien ominaisuuksia ja niiden kautta syntyviä aistikokemuksia täydentävät materiaaleille ominainen nopeus tai hitaus. (Rankanen 2007a, 80–81.)

Jatkumo yksinkertaisesta monimutkaiseen viittaa sekä materiaalin käytön vaatimiin fyysisiin että älyllisiin toimintoihin. Yksinkertainen työstäminen ei vaadi työvälineitä. Tämä helpottaa eläytymistä tunne-, liike- ja aistikokemuksiin. Monimutkainen työskentely edellyttää niin työvälineiden kuin erilaisten työvaiheiden hallintaa. Tällöin työskentelyssä korostuvat haavoittaminen ja kognitiivisten taitojen kehittäminen. (Rankanen 2007a, 83.)

Lusebrinkin kolmas jatkumo kuvaa materiaalien sijaan työskentelyn luonnetta. Jatkumo ohjatusta vapaaseen luo merkityksiä sille, kuinka ohjattua on materiaalin tai aiheen valinta, näiden käsittely sekä kuvallinen työskentely taideterapiassa. Jatkumon ääripäitä ovat täysi vapaavalintaisuus ja tarkasti vaihe vaiheelta ohjattu tehtävä. Terapeutin taholta täysin määrittelemätön toiminta voi olla valintoihin kohdistuvan tuen puutteesta johtuen epävarmuutta ja ahdistustakin herättävä työskentelytapa. Tietty aihepiiriin tai materiaalin työstötapaan kohdistuva teema tarjoaa terapialle kiinnostuskohdan, jolloin työskentely tapahtuu tietoisemmin tiettyjen ongelmien parissa. Teemakeskeisyys tosin herättää helpoimmin yllättäviä avautumisia, jotka ovat niin terapeutin, asiakkaan kuin ryhmän näkökulmasta haastavia. Jatkumon ohjattua ääripäätä edustavan työskentelyn tavoitteet eivät ole psykoterapeuttisia. Täysin ohjatun toiminnan kautta voidaan kuitenkin kehittää ja tutkia toiminnallisia ja kognitiivisia kykyjä. (Rankanen 2007a, 84.)

Näiden lähtökohtien kautta on luontevaa lähestyä huovutuksen kokonaiskuvaa terapeuttisen taideilmaisun omaisena työskentelymuotona. Ekspressiivisen taideterapian ja monitaiteellisuuden näkökulman myötä on mahdollista asettaa huovutus paikalleen minkä tahansa luovan ilmaisun tavoin terapeuttisena toimintona. Lusebrinkin jatkumot ja niiden soveltava tulkin-ta puolestaan johtavat tutkimaan huovutuksen erityisluonnetta sekä eri mahdollisuuksia voimauttavassa ja terapeuttisessa ilmaisussa.

5.2 Terapeuttisuus

Terapeuttisuus on väljästi ja monimuotoisesti käytetty käsite. Sillä tarkoitetaan hyvinkin vaihtelevasti hyvinvointiin ja hoitoon liittyviä asioita. (Vähälä 2003, 50). Terapeuttinen voidaan liittää kaikkeen kasvuun, terveyttä ja hyvinvointia lisäävään toimintaan, jossa on pyrkimys toisen ihmisen ymmärtävään auttamiseen. Alkuperäinen kreikankielinen *therapeia*-sana on merkinnyt lääketieteellisen hoitamisen lisäksi palvelemista, hoitamista huolenpitona ja läsnäoloa. (Pöllänen 2008.) Terapeuttisuus liittyy näin ihmisen hyvinvoivaan kokonaisuuteen ja tästä kokonaisuudesta huolehtimiseen. Terapeuttisuus on kaiken kaikkiaan yleisempää, väljempää ja keinoiltaan määrittelemättömämpää kuin terapia (Vähälä 2003, 50).

Tämän opinnäytetyön kannalta olennaista on määritellä terapeuttisuus sen psyykkisten merkitysten näkökulmasta. Näin ymmärrettynä käsite voidaan liittää toimintaan, joka vahvistaa yksilön olemassaoloa ja minuuden rakentumista sekä edistää itsensä ilmaisua ja psyykkistä terveyttä (Pöllänen 2008). Tällöin hyvinvoivasta kokonaisuudesta huolehtiminen kohdistuu henkisiin toimintoihin ja tarpeisiin.

Arkipuheessakin kuulee usein mainintoja mitä erilaisimpien toimintojen terapeuttisuudesta. Käsitteen luonteen huomioiden nämä toteamukset ovat täyden huomion arvoisia. Toiminta voi olla terapeuttista terapeuttisuutta tavoittelematta. Toimijalla ei tarvitse olla terapeuttista lähtökohtaa tai asennetta. Silti toiminta ja sen tulos voivat vaikuttaa terapeuttisesti niin toimijaan itseensä kuin esimerkiksi valmiin työn katsojaan (Vähälä 2003,

49). Taiteelle ja luovalle toiminnalle tämä on erityisen tyypillistä. Taidetta, luovuutta ja terapiaa yhdistävät pyrkimys ymmärtää elämää ja ilmaista sen tärkeitä merkityksiä (Halkola 2009, 16). Yhtenevän luonteensa vuoksi ne kulkevat myös tarkoituksettomasti rinnakkain.

Huovutuksen näkökulmasta ajatus on mielenkiintoinen. Millainen huovutus on terapeutista ja voimauttavaa? Onko se tarkoitukseen erityisesti suunniteltua? Vai yhdistyvätkö huovutus, luovuus ja terapeuttisuus jo perusolemuksessaan?

5.3 Terapeuttinen taideilmaisu

Taideterapia on oma erikoistunut ammattialansa, jossa taiteellista ilmaisua käytetään hoidollisten, kuntouttavien ja ennalta ehkäisevien tavoitteiden saavuttamiseksi. Se palvelee henkilökohtaista kasvua ja voimaantumista sekä toimii ongelman ratkaisun apuna. (Rankanen, Hentinen & Mantere 2007, 9.) Taideterapia on oma ammattialansa, mutta taideilmaisua voivat työssään hyödyntää myös muut hyvinvointialan ammattilaiset. Tätä kutsutaan terapeuttiseksi taideilmaisuksi. (Malchiodi 2011, 39).

Terapian ja terapeuttisuuden käsitteet johtavat ymmärtämään tarkemmin eroa terapeuttisen taideilmaisun ja taideterapian välillä. Terapia sanana viittaa hoitamiseen. Perinteisesti ymmärrettynä se merkitsee ammatillista ja tietoista toimintaa, jossa terapeutti pyrkii hoitamaan asiakkaan ongelmaa tai häiriötä. (Pöllänen 2008.) Psykoterapia puolestaan on yläkäsite, jonka alle mahtuvat monet ilmenemismuodot. Yksi näistä on taideterapia, jonka eri muotojen taustalla vaikuttavat psykoterapian eri suuntauksat (Hentinen 2007c, 23).

Terapeuttisuus on terapiaa määrittelemättömämpää. Terapeuttiselta toiminnalta voi puuttua terapian lähtökohtana oleva hoitaminen ja parantaminen, vaikka vaikutukset voivat olla samansuuntaiset. Terapeuttisen toiminnan voisi ajatella olevan satunnaisempaa ja spontaanimpaa – ikään kuin terapialle käänteistä. Terapiassa toiminta suunnitellaan palvelemaan hoidollisia päämääriä. Terapeuttisen toiminnan seurauksena toteutuvat ennalta määrittelemättömät hyvinvoinnin tavoitteet.

Näin ajateltuna terapeuttinen taideilmaisu on hyvinvointia parantavaa taiteellista ja ilmaisullista toimintaa ilman selkeitä hoidollisia päämääriä. Se on - taide laaja-alaisesti ymmärrettynä - taiteellista toimintaa, joka terapeuttisuuden määritelmää vastaavasti vahvistaa yksilön olemassaoloa, minuutta, itseilmaisua ja psyykkistä terveyttä. Opinnäytetyö kohtaa huovutuksen tästä näkökulmasta. Se asettaa huovutuksen taiteellisen ilmaisun asemaan sen terapeuttisia vaikutuksia havainnoiden.

5.4 Voimautumisen käsite

Voimautuminen on peruskäsite, jonka johdannaisia ovat voimauttava, voimauttaa ja voimautua. Työ yhdistää voimautumisen käsitteen terapeuttisen taideilmaisun ja käsityön terapeuttisuuden teorioihin. Voimautumi-

sen käsite terapeuttilisen tilalla ja rinnalla on työn lähtökohdissa aiemmin kuvatuksi lähinnä käytännön sanelema. Voimautumisella tarkoitetaan moniulotteista prosessia, jonka kautta yksilö saavuttaa oman elämänsä hallinnan (Empowerment: What Is It? 1999). Terapeuttilisuuden käsite puolestaan voidaan liittää toimintaan, joka vahvistaa yksilön olemassaoloa ja minuuden rakentumista sekä edistää itsensä ilmaisua ja psyykkistä terveyttä (Pöllänen 2008). Terapeuttilinen ja voimauttava eivät ole päällekkäisiä käsitteitä. Onnistuneesti terapeuttilisen toiminnan voidaan kuitenkin päätellä olevan voimauttavaa ja voimautumisen terapeuttilista, jonka vuoksi käsitteiden yhteiselo opinnäytetyössä on perusteltua.

Voimautuminen käsitteenä on käänös englannin kielen termistä empowerment. Suomalaisittain käsite ilmenee ainakin valtauttamisen, toimintakyvyn lisäämisen ja voimaantumisen muodoissa. (Savolainen 2009, 212.) Käytetystä sanamuodosta riippumatta useat tutkijat jakavat ajatuksen, jolle perustuu Juha Siitosen (1999, 117) muotoilema voimaantumisteoria: Voimaa ei voi antaa toiselle. Voimaantuminen on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi. Voimaantuminen on itsestä lähtöisin oleva prosessi, jolla on vahva yhteys yksilölliseen haluun ja päämäärien asettamiseen sekä omiin mahdollisuuksiin kohdistuvaan luottamukseen. Siitosen teoriassa ihminen näyttäytyy itselleen päämääriä asettavana aktiivisena, luovana ja vapaana toimijana.

Mielenkiintoista onkin, voiko voimauttavaa toimintaa oikeastaan ohjata ja suunnitella. Kuinka herätellä aidosti voimautumiseen johtavaa, lähtökohdiltaan äärimmäisen henkilökohtaista prosessia? Voimauttavan valokuvan menetelmässä ratkaisuna nähdään tasavertaisuus ja itsemäärittelyn oikeus (Savolainen 2009, 212). Elämme jatkuvassa vuorovaikutuksessa ihmisten ja ympäristön kanssa. Tällä on vaikutuksensa kaikkiin toimintoihimme – perusluonteeltaan yksilöllinen voimautuminen mukaan lukien. Savolainen (2009, 212) näkee merkityksellisenä tämän vuorovaikutuksen luonteen. Nähdynsi tuleminen kokonaisena – persoonan eri puolet ja tarpeet huomioiden – luo tilan, jossa ympäristö ilmenee voimautumisen mahdollistajana. Myös Siitonen (1999, 118) toteaa voimautumisen olevan henkilökohtainen prosessi, johon kuitenkin vaikuttavat toiset ihmiset, olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet. Toinen ihminen ei voi antaa voimaa. Toinen ei voi päättää voimautumisesta. Voimautumisen tukena on silti prosessin luonne ymmärtäen ja huomioiden mahdollista toimia.

Terapeuttilisuuteen verrattuna voimautumisen käsite ilmenee yksilölähtöisempänä oman elämän hallintaa korostaen. Terapeuttilinen käsitteenä painottuu itseilmaisulle sekä oman olemassaolon ja minuuden rakentumiselle. Käsitteily omasta itsestä luo puitteet elämän hallinnalle. Terapeuttilisen toiminnan voisikin ajatella rakentavan voimauttavuuden edellytykset.

6 HUOVUTUS SUHTEESSA TERAPEUTTISEEN TAIDEILMAISUUN

Tämä luku kuvaa huovutusta ja käsityötä laajemmin terapeuttilisen taideilmaisun kontekstissa. Huovutusta ja sen mahdollisuuksia tarkastellaan etenkin ekspressiivisen taideterapian monitaiteellisesta näkökulmasta. Kuvallisten työskentelymateriaalien ja työskentelyn ominaisuuksia taidetera-

piassa kuvaavia Lusebrinkin jatkumolta sovelletaan selvittämään huovutuksen erityisominaisuuksia ja merkityksiä voimauttavassa työskentelyssä. Taideterapeuttisen teorian pohjalta muotoutuvaa voimauttavan huovutuksen kuvaa täydentävät huomiot villan voimauttavasta alkuperästä.

6.1 Käsityö terapeuttisen taideilmaisun kontekstissa

Ajatus tästä opinnäytetyöstä heräsi tutustuttuani taideterapioihin. Kuvataide, tanssi, musiikki ja kirjallisuus löytyivät loogisesti omilta taiteen paikoiltaan. Käsityö loisti poissaolollaan nostattaen ihmetystä ja kevyttä kapinamieltä. Minulle luovuus oli aina merkinnyt terapeuttisuutta. Minulle käsityö oli aina merkinnyt luovuutta. Luovuusterapioiden näkökulmasta siitä näytti puuttuvan jotain olennaista. Aiemmin itsestänselvytyksenä näyttäytynyt ilmiö alkoi ajatteluttaa. Onko käsityö todella terapeuttista? Voisiko käsityöterapia olla luovuusterapia, jos se näin ymmärrettäisiin ja määriteltäisiin?

Asiasta riittää näkemyksiä ja kokemuksia. Käsityön asemaan vaikuttavaa hyväksytyä näyttöä on paljon haastavampaa etsiä. Joensuun yliopiston käsityötieteen laitokselle tekemässään lisensiaatintutkimuksessa Eija Vähälä (2003) hakee tätä uskottavuutta luovan käsityöprosessin ja psyykkisen hyvinvoinnin yhteyksille. Hän etsii tieteellisiä menetelmiä tutkia ilmiöitä, jotka näyttävät haluna tehdä käsitöitä (Vähälä 2003, 7). Mielenkiintoista on, kuinka Vähälä rinnastaa käsityön muuhun taiteeseen ja luovuuteen. Käsityö ja Vähälän tutkimuskohteeksi valikoitunut käsin neulominen nähdään tutkimuksessa mahdollisuutena konkreettiseen luovaan toimintaan, jonka kautta on mahdollista harjoittaa myöhemmän käyttäytymisen kannalta olennaisia hallinta- ja strategiakeinoja. (Vähälä 2003, 48.) Tämän lähtökohdan kautta käsityötä on luontevaa verrata terapeuttisen taideilmaisun teoriaan ja ilmiöihin.

Aina tätä vertailua ei pidetä yhtä luontevana. Käsityötä taiteena kuvaavan on valittava seuransa tai oltava valmis perustelemaan ajatuksiaan. Monessa yhteydessä käsityö todella näyttää taiteen käsitettä arkisempana. Eihän valmiin mallin toistamisessa ja rutiininomaisessa sauman ompelussa ole taiteeseen tai luovuuteenkaan yhdistyvää vapautta ja mystiikkaa. Ei ihme, että käsityöstä on lukuisia käsityksiä lähinnä teknisenä suorituksena (Vähälä 2003, 19).

Kuitenkin on aivan toisenlaista käsityötä. Sitä, jota sana käsityö kuvaa vain vaivalloisesti. Moni käsityö syntyy ilman ohjetta tai tarkkaa ennakkajatustakaan. Se käyttää taitoa ja tekniikkaa ennakkoluulottomalla ja ennen näkemättömällä tavalla. Matkan varrella se ehtii yllättää tekijänsäkin moneen kertaan. Käsityötä kuvataankin tekniselle suoritukselle aivan päinvastaisesti myös luovana taiteellisena ilmaisuna, jota leimaa ainutkertaisuus, subjektiivisuus ja mystisyys (Vähälä 2003, 19). Käsityön luovaa tekemistä voidaan vaivatta verrata taiteelliseen työskentelyyn.

Pohjimmiltaan on kyse vain materiaali- ja menetelmävalinnoista. Luovassa käsityössä tuotetaan prosessin aikana kehittyvä tuote, jolloin tekijään vaikuttavat samat materiaaliset, aistimukselliset ja toiminnalliset ulottu-

vuudet kuin kuvataiteessa. Kosketuksen kautta vaikuttavat materiaalit ja aistimusten kautta värit sekä muodot. Myös prosessin luonne on kuvataiteisiin verrattuna samankaltainen. (Vähälä 2003, 60.) Tästä näkökulmasta katsottuna käsityö on konkreettista, luovaa toimintaa, jossa oman toiminnan tuloksena toteutuvat tilanteiden hallinta- ja strategiakeinot. Tällaisella ongelmaratkaisutilanteiden harjoittamisella on merkitystä myöhemmän käyttäytymisen ja selviytymisen kannalta. (Vähälä 2003, 48.)

Luovan ongelmanratkaisun kautta käsityö opettaa tekijäänsä tunnistamaan, millaiset toimintatavat ja prosessit johtavat toivottuun lopputulokseen. Yksilöllisen työskentelytavan löytäminen ja harjoittaminen lisäävät itsemäärityksen tasoa tarjoten terapeutin välineen. Moneen muuhun taideterapian muotoon käsityön yhdistää myös yhtäaikainen psyykinen ja fyysinen toiminta. Siinä yhdistyvät esteettinen ilmaisu ja rentoutumisen vaikutukset. (Vähälä 2003, 48–49.)

Siveltimellä ja maalilla voi maalata aita. Niillä voi myös maalata taulun. Puikoilla ja langalla voi tehdä huomaamattoman lämmikkeen. Niillä voi myös toteuttaa uniikin teoksen. Kun käsityötä hyödynnetään taiteellisesti, on se minkä tahansa luovan toiminnan tavoin tervehdyttävää. Taiteellinen työskentely on nähty jopa kaiken terveen toiminnan mallina. Taide yhdistää materiaaliset ulottuvuudet, aistimukset, mielikuva-ajattelun, valppaan tietoisuuden tilan ja taidot intuitiivisen toiminnan kokonaisuudeksi. Taide tarjoaa suoran kontaktin muuttuvaan ympäristöön, intensiivisen keskittymisen toimintaan ja sensomotorisen integraation. Nämä yhdessä merkitsevät korkeatasoista henkistä toimintaa. (Mantere 1991, 117.)

Luova käsin tekeminen edustaa kaikkea tätä. Mutta edustaako se jotain muuta? Mikä on käsityön ja ennen kaikkea huovutuksen ominaisluonne ja erityinen merkitys terapeutin taideilmaisun kontekstissa? Kuvataideterapiassa erilaiset materiaalit ja työstötavat tarjoavat eroteltavat mahdollisuutensa. Lusebrink kuvaa kuvallisten työskentelymateriaalien ja työskentelyn ominaisuuksia taideterapiassa kolmena jatkumona, joiden avulla voidaan ymmärtää eri materiaalien, menetelmien ja työskentelymuotojen merkitystä terapeutin prosessin näkökulmasta. Jatkumot juoksevasta vastustavaan, yksinkertaisesta monimutkaiseen ja ohjatusta vapaaseen kuvaavat materiaalien työstämiseen ja työskentelytapoihin liittyviä piirteitä sekä niiden vaikutusta terapiatyöskentelyn luonteeseen. (Rankanen 2007a, 80–84.) Kaikki materiaalit ja menetelmät tarjoavat ainutlaatuiset terapeutit variaationsa – tilaisuuden erilaisiin kokemuksiin ja toisistaan poikkeavien taitojen kehittämiseen. Lusebrinkin teoriaa soveltaen on mahdollista ymmärtää myös huovutuksen erityistä merkitystä ja mahdollisuuksia terapeutin taideilmaisun tyyppisenä toimintamuotona.

6.2 Huovutus Lusebrinkin jatkumoilla

Kuvataiteella ja huovutuksella on monia yhtäläisyyksiä. Niiden ansiosta on mahdollista hahmottaa huovutuksen erityisominaisuuksia ja merkityksiä taideterapeuttisessa työskentelyssä Lusebrinkin jäsentämien jatkumoiden kautta. Villan ja huovutuksen sekä kuvataiteen materiaalien ja työstötapojen ominaisuuksia verraten huovutus asettuu paikalleen jatkumoilla

juoksevasta vastustavaan, yksinkertaisesta monimutkaiseen ja ohjatusta vapaaseen.

Kuten kuvataidetyöskentelyssä, kertovat nämä jatkumot huovutuksen mahdollisuuksista, muttei säännönmukaisuuksista. Kokemukset ovat aina yksilöllisiä. Myös materiaaleilla ja työskentelytavoilla on ominaisuutensa, mutta ominaisuuksien herättämät reaktiot ovat yksilöllisiä (Rankanen 2007a, 81).

6.2.1 Jatkumo juoksevasta vastustavaan

Lusebrinkin teoriassa materiaali sijoittuu nestemäisyytensä tai kiinteytensä perusteella jatkumolle juoksevasta vastustavaan. Terapiatyöskentelyssä tämä on merkityksellistä etenkin hallinnan ja kontrollin tunteen näkökulmasta. Kiinteimmät materiaalit ovat helpoiten hallittavissa, jonka vuoksi niiden käyttö korostaa rakennetta, rajoja ja järjestystä. Vastustavien ja kiinteiden materiaalien työstämisessä korostuu myös voimallinen ote. Juoksevammät materiaalit ovat vaikeammin hallittavissa. Tämän takia ne saavat useammin aikaan eläytymistä ja tunnekokemuksia. Niiden kanssa työskentely edellyttää kevyttä kosketusta ja herkkyyttä. Näitä ominaisuuksia ja niiden kautta syntyviä kokemuksia täydentävät materiaaleille ominainen nopeus tai hitaus, jotka vaikuttavat työskentelyn edellyttämiin liikkeen laatuihin ja aistikokemuksiin. (Rankanen 2007a, 80–81.)

Huovutusmateriaaleja on loogisinta verrata kuvallisen työskentelyn kolmiulotteisiin materiaaleihin, joissa juoksevuus ja vastustavuus liittyvät rakenteen luomisen lisäksi uudelleentyöstämisen mahdollisuuteen. Pehmeitä ja helposti muovautuvia materiaaleja käsiteltäessä muodot eivät ole pysyviä ja kiinteitä. Niitä voi työstää, muokata ja korjata yhä uudelleen. Kovia ja kiinteitä materiaaleja työstetään joko palasia yhdistämällä ja kaivertamalla. Korjaaminen ja muokkaus eivät tällöin ole samassa määrin mahdollista. Poistettuja paloja ei ole mahdollista liittää saumattomasti takaisin. (Rankanen 2007a, 80–82.)

Kolmiulotteisten materiaalien jatkumo juoksevasta vastustavaan kulkee juoksevasta paperimassasta saveen ja muovailuvahan kautta vastustavan puun työstämiseen (Rankanen 2007a, 82). Huovutuksen pääasiallinen materiaali – villakuitu – on varsinkin työstövaiheen alussa helposti muokattavaa. Vielä tiukasti kiinnittymättömiä kuituja on mahdollista poistaa, lisätä, siirtää ja muovata jälkiä jättämättä. Huovutuksen edetessä nämä ominaisuudet vähenevät. Lopulta valmiiksi huovutettu ja vanutettu työ kiinnittyy muodoksi, jonka osien poistaminen on ilman työvälineitä mahdotonta. Lisäämisen ja tietyssä määrin muodon muokkauksenkin mahdollisuus silti säilyy. Vanutettu huopa voi kasvaa ja muuttaa muotoaan esimerkiksi neulahuovutustekniikalla, joka mahdollistaa myös työvälineiden avulla poistettujen kohtien peittämisen.

Näiltä ominaisuuksiltaan villakuitua voi verrata lähinnä saveen, joka on työskentelyn alussa pehmeää ja villakuidun tavoin vapaasti muotoiltavissa. Työskentelyn edetessä materiaali kuitenkin kuivettuu, kovettuu ja löytää pysyvän muotonsa. Villaa vastaavasti joitain muokkauksen mahdollisuuks-

sia kuten savityön pinnan hiominen tai osien lisääminen jää silti jäljelle. Tästä voi päätellä villakuidun työskentelymateriaalina asettuvan juoksevasta vastustavaan kulkevan jatkumon keskivaiheille – kuitenkin juoksevampaan päähän.

Villan työstämisen voikin olettaa herättävän eläytymistä ja tunnekokemuksia – olematta kuitenkaan hallitsematonta. Huovutuksen loppua kohden juoksevuus vähenee. Tämän myötä kontrollin ja hallinnan tunteet työskentelyssä korostuvat. Villan eri työstövaiheissa vuorottelevat myös herkkä kosketus ja voimallinenkin ote. Samoin se perusluonteeltaan hitaana työstettävänä mahdollistaa hetkittäin nopeatkin työvaiheet. Jatkumolle juoksevasta vastustavaan villan kanssa samoin sijoittuvaa savea kuvataan usein erityisen monipuolisena taideterapeuttisen työskentelyn materiaalina. Sama vivahteikkuus näyttäisi olevan ominaista myös villan työstämiselle. Se tarjoaa tilaisuuden moniulotteiseen prosessiin, jonka etenevissä vaiheissa nousevat esiin luonteeltaan vaihtelevat aisti- ja tunnetason kokemukset.

6.2.2 Jatkumo yksinkertaisesta monimutkaiseen

Jatkumo yksinkertaisesta monimutkaiseen viittaa sekä materiaalin käytön vaatimisiin fyysisiin että älyllisiin toimintoihin. Yksinkertaisin työstäminen toteutuu kokonaan ilman työvälineitä. Tämä antaa tilaa tunne-, liike- ja aistikokemuksille, joihin eläytymisen helppous on yksinkertaiselle työskentelylle luonteenomaista. Monimutkainen työskentely edellyttää niin työvälineiden kuin erilaisten työvaiheiden ja niiden oikean järjestyksen hallintaa. Näiden myötä työskentelyssä korostuvat havainnointi ja kognitiivisten taitojen kehittäminen. (Rankanen 2007a, 83.)

Huovutuksen sijoittuminen tälle jatkumolle on käytettävän menetelmän mukaan vaihteleva ja tämän myötä monivivahteinen. Yksinkertaisimmillaan huovutukseen tarvitaan vain huopaneula tai kädet, vettä ja saippuaa. Monimutkaisimmillaan se vaatii erilaisia työvälineitä ja useiden luonteeltaan vaihtelevien työvaiheiden seuraamista sekä myös luovaa ajattelua edellyttävää soveltamista. Lähes loputtomien toteuttamismuotojensa vuoksi huovutukselle on mahdotonta määrittellä yksiselitteistä sijaintia jatkumolla yksinkertaisesta monimutkaiseen.

Tämä korostaa edelleen huovutuksen monipuolisia mahdollisuuksia terapeuttisessa ja voimauttavassa työskentelyssä. Huovutus voi olla eläytymistä korostavaa yksinkertaista toimintaa – ei aivan yksinkertaisimmillaan, mutta lähellä sitä. Se voi olla myös erityisen monimutkainen työtapa, jonka myötä kehittyvät havainnointi ja kognitiiviset taidot. Erityisen mielenkiintoiseksi huovutuksen tekee – edellä kuvatun juoksevasta vastustavaan kulkevan jatkumon tavoin – edetessään luonnettaan muuttava prosessi, jonka lähtökohta on yleensä melko yksinkertainen työskentely. Voisikin ajatella, että huovutuksen tunne-, liike- ja aistikokemuksia herätellen käynnistyvä prosessi mahdollistaa jatkuessaan näiden eläytymiskokemusten havainnoinnin ja kognitiivisen käsittelyn.

6.2.3 Jatkumo ohjatusta vapaaseen

Jatkumo ohjatusta vapaaseen kuvaa materiaalien sijaan työskentelyn luonnetta. Merkityksellistä taideterapiassa on myös se, kuinka ohjattua on materiaalin tai aiheen valinta ja näiden käsittely. Jatkumon ääripäitä ovat täysi vapaavalintaisuus sekä tarkasti vaihe vaiheelta ohjattu tehtävä. Kokonaan terapeutin suunnalta määrittelemätön toiminta voi olla valintoihin kohdistuvan tuen puutteesta johtuen epävarmuutta ja ahdistustakin herättävä työskentelytapa. Aihepiiriin tai materiaalin työstötapaan kohdistuva teema tarjoaa kiinnostuksen, jonka myötä työskentely tapahtuu tietoisemmin tiettyjen ongelmien parissa. Kääntöpuolenaan tämä teemakeskeisyys herättää helpoimmin niin asiakkaan, ryhmän kuin terapeutin näkökulmasta haasteellisia yllättäviä avautumisia. Täysin ohjatun toiminnan tavoitteet eivät ole psykoterapeuttisia. Sen kautta voidaan kuitenkin kehittää ja tutkia niin toiminnallisia kuin kognitiivisia kykyjä. (Rankanen 2007a, 84.)

Koska terapeutin työskentelyn vapaa tai ohjattu luonne ei suoranaisesti liity työskentelyssä käytettäviin materiaaleihin, voidaan huovutus tällä jatkumolla rinnastaa mihin tahansa taiteellisen työskentelyn muotoon. Huovutustyö voi minkä tahansa toiminnan tavoin olla tarkasti määritelty tehtävä. Yhtä lailla huovuttajalla voi olla täysin vapaat kädet kokeilla ja tutkia materiaalia ja sen mahdollisuuksia. Huovutuksella tuskin tässä suhteessa on omaa erityisluonnetta Lusebrinkin jatkumoillaan kuvaamiin kuvallisen työskentelyn muotoihin verrattuna. Kuitenkin jatkumo ohjatusta vapaaseen on edellä kuvattuihin jatkumoihin nähden yhtä olennainen voimauttavan huovutuksen näkökulmasta. Se voi selittää, miksi tietyissä olosuhteissa toteutuneella huovutuksella on voimauttavia vaikutuksia – tai miksi ne puuttuvat. Sen avulla voidaan ymmärtää myös saman toiminnan herättämiä yksilöiden välisiä kokemuseroja.

6.3 Huovutus ekspressiivisen taideterapian monitaiteellisesta näkökulmasta

Ekspressiivisen taideterapian lähtöajatuksena on eri taiteiden terapeutin käytön ja näiden taiteiden toisistaan poikkeavien ominaisuuksien asiakasta hyödyttävä vaikutus (Girard, Ihanus, Laine & Ropponen 2009, 21). Kuva- taiteet, tanssin ja kehotyöskentelyn, musiikin, draaman, runouden ja tarinankerronnan integroiva monitaiteellinen lähestymistapa on huovutuksen terapeutin käytön näkökulmasta mielenkiintoinen taiteen käsitteelle asettamansa määrittelyn vuoksi. Ekspressiivisessä taideterapiassa taiteella tarkoitetaan metaforien kautta toteutuvaa ei-selittävää ilmaisua ja toisaalta ilmaisua, jolle on löydettävissä vastineita eri aistialueilta. (Hentinen 2007a, 30). Tämä määrittely ei monien muiden määritelmien ja käsitysten tavoin aseta vaatimuksia taiteen toteutustavalle tai -tekniikalle. Näin se ei myöskään sulje käsityötä ja sen myötä huovutusta taiteen ulkopuolelle.

Vaikkei huovutus tai käsityö ylipäänsä sisälly ekspressiivisen taideterapian yhdistämiin menetelmiin, sopii suuntaus määrittelyjensä ja eri taidemuotojen vaikutuksia vertaavan teorian puolesta lähtökohdaksi etsittäessä huovutuksen paikkaa terapeutin taideilmaisun ja voimauttavuuden näkökulmasta. Ekspressiivisen taideterapian tutkimuksessa on eritelty eri taidemuotojen terapeutin merkityksiä. Tämän myötä taiteet on jaettu

kolmeen ryhmään – kinesteettiseen, visuaaliseen ja auditiiviseen – joita hyödyntämällä on luontevinta ilmaista vastaaville aistialueille sijoittuvia kokemuksia. Lisäksi taidemuotoja on vertailtu intra- ja interpersoonallisuuden suhteen. Kunkin taiteen mahdollisuudet toteutuvat parhaiten joko yksilössä sisäisesti tai inhimillisessä vuorovaikutuksessa. Näiden ominaisuuksien myötä jokaisella taidemuodolla on oma ominaislaatunsa. (Hentinen 2007b, 150.)

Huovutuksen paikka on näiden jaottelujen myötä mielenkiintoinen. Ekspressiivisen taideterapian yhdistämistä taidemuodoista sillä on visuaalisuudessaan paljon yhteistä kuvataiteen kanssa. Värien ja muotojen keskeillä työskenneltäessä molemmissa ovat aktiivisimmillaan visuaaliset aistialueet, jonka myötä ne soveltuvat parhaiten näönvaraisten kokemusten ilmaisemiseen ja työstämiseen. Kuvallinen ilmaisu nähdään lisäksi intrapersoonallisena taidemuotona, joka saa luonnollisimmin aikaan yksilöllistymisen kokemuksia (Hentinen 2007b, 150). Sen ominaislaadun toteutuminen ei välttämättä vaadi yksilöiden välistä vuorovaikutusta tai jaettua toimintaa.

Myös huovutuksen voisi ajatella olevan intrapersoonallista. Se toteuttaminen ei vaadi persoonien välistä vuorovaikutusta. Se ei myöskään – esimerkiksi äänien tai liikkeen kautta – merkittävästi vaikuta muihin samassa tilassa oleviin. Päinvastoin huovutettaessa tehdyt valinnat ovat lähtökohdaltaan yksilöllisiä. Käsityöhön yleensä liitetään toistuvasti sanat 'tekijänsä näköinen'. Yhtä vahvasti siihen silti liittyy yhteisöllisyyden perinne. Leena Vartiainen on väitöstyössään tutkinut tämän päivän liveroolipelaajien ja historiaharrastajien käsityön tekemistä. Hän kuvaa tätä yhteisöllisenä verkostoitumisena ja vertaistukena sekä sosiaalisen pääoman kasvattamisena ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämisenä, joka edistää yksilöllisen identiteetin ja persoonan kehitystä (Vartiainen 2010, 118–119). Samankaltaisuus parin sukupolven takaisin tarinoihin on huomattava. Ompeluseurat olivat velvollisuus, mutta myös kohtaamisen, jakamisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin mahdollisuus. Tämä perinne on siirtynyt omaan aikaamme käsityökerhoina, -kurseina, -kahviloina ja uusimpana ilmiönä sosiaalisessa mediassa toimivina käsityöyhteisöinä. Yhdessä tekeminen näyttää olevan kulumaton osa käsityötä.

Ekspressiivisen taideterapian teoriaa soveltaen huovutuksen ominaisuudet näyttävät ristiriidassa perinteen ja tottumuksen kanssa. Terapeuttisesta näkökulmasta tämä on ennen kaikkea mahdollisuus. Taideterapiassa eri taidemuotoja voidaan tarkoituksellisesti käyttää myös ominaisluonteensa nähten vastakkaiseen suuntaan terapeuttisia mahdollisuuksia laajentaen (Hentinen 2007b, 150). Käsityössä ja sen myötä huovutuksessa tämä vaihtoehtoinen työskentely on jo perinteen myötä opittu. Huovutuksessa – ikään kuin luonnostaan – yksilölliset ja yksilöllistymisen kokemukset yhdistyvät yhteisesti jaettuun ja sosiaaliseen toimintaan.

6.4 Villan voimauttava alkuperä

Opinnäytetyön tässä osiossa on aiemmin käsitelty villaa suhteessa taideterapeuttisiin teorioihin ja taideterapiassa yleisesti käytettyihin materiaaleihin.

hin. Monia arkipäivän havaintoja ja toteamuksia villan voimauttavuudesta on kuitenkin herättänyt tämän teorian ulkopuolelle jäävä ominaisuus – villan alkuperä. Huovuttajat ja huovutukseen tutustujat tuntevat kerta toisensa jälkeen hämmästelevän villan värejä, tuoksua ja tuntua – elementtejä, joiden taustalla on lähellä alkuperäistä olomuotoaan oleva, luonnonmukainen ja vain vähän prosessoitu materiaali.

Sinikka Pöllänen (2008) määrittelee yhtenä käsityön terapeuttisena ulottuvuutena sen tasapainoa ja harmoniaa tuottavat ominaisuudet. Nämä mahdollisuudet eivät liity asiakkaan tai terapeutin toimintaan tai heidän väliseensä vuorovaikutukseen vaan käsityötuotteisiin tai -materiaaleihin itsessään. Materiaali, väri, käsityötuote, näiden esteettisyys tai kinesteettinen aistimus voidaan kokea esimerkiksi energiaa lisäävänä tai rauhoittavana. Lähtökohtana juuri huovutuksen tutkimiselle tässä työssä oli nimenomaisesti tähän menetelmään ja sen materiaaleihin kohdistuvat olotilaan vaikuttavuuden havainnot.

Huovutusvillassa on jäljellä lähes alkuperäinen villan tuntu. Sen kosketaminen tuo helposti mieleen kosketuksen lampaaseen. Lampaista puolestaan käytetään monien muiden eläinten tavoin apuna kuntoutuksessa, eläinavusteisessa terapiassa. Monet eläinavusteisen terapian vaikutuksista kuten hetkeen rauhoittuminen, vuorovaikutuksen harjoittelu, toiminnan kautta esiin nouseva tunnetason tieto tai tunne elämönhallinnasta perustuvat vuorovaikutukseen eläinten kanssa. Kuitenkin jo eläimen silittäminen lievittää stressiä ja kohottaa mielihyvää lisäävien hormonien – endorfiinin, oksitosiinin, prolaktiinin ja dopamiinin – tasoa elimistössä. (Yli-Viikari, Lilja, Heikkilä, Kirveennummi, Kivinen, Partanen, Rantamäki-Lahtinen & Soini 2009, 21.) Samojen vaikutusten voisi ajatella – mahdollisesti myös mielikuvien kautta – toistuvan kosketuksessa villaan. Lähes autenttisen kosketusaistimuksen lisäksi huovutusvillassa tuntuu usein voimakkaankin lampaan tuoksu, joka voi muistijälkien kautta luoda yhteyden lampaan terapeuttiseen olemukseen.

Tunto- ja tuoksuaistimusten lisäksi villassa kiinnostavat usein huomiota sen poikkeukselliset värisävyt. Luonnonmateriaaleissa värit toistuvat omanlaisinaan, joka avaa mielenkiintoisen lähtökohdan terapeuttiselle työskentelylle. Kuvataideterapiassa muistot, kokemukset, haaveet, mielikuvat ja tunteet saavat näkyvän asun muotoina ja väreinä (Rankanen 2007b, 36). Kun värit näyttäytyvät erilaisina, saa ilmaisukin uuden muodon. Ehkä myös taiteen keinoin kerrottavat asiat ovat tällöin hieman toisenlaisia.

7 HAVAINTOJA HUOVUTUSPAJASTA

Huovutuspaaja tarjosi tilaisuuden havainnoida toiminnan aikaansaamia välittämiä ajatuksia ja ilmiöitä. Havaintojen hyödyntämisessä on otettava huomioon ensisijainen ja havainnoinnin mahdollisuuksia rajoittava roolini pajan ohjaajana. Kuitenkin huovutuspaajan yleinen ilmapiiri, osallistujien antama palaute, keskustelut, mielipiteet ja spontaanit reaktiot ovat huomionarvoisia kyselyn tuottamien vastausten vertailukohtana tutkittaessa huovutusta voimauttavana ilmaisuna. Havainnoinnin tukena toimi työpaajan tapahtumien dokumentointi valokuvaamalla. Prosessin kuluessa se on

ennen kaikkea mahdollistanut toiminnan herättämien havaintojen mieleen palauttamisen ja elävöittämisen.

Jo pajan suunnitteluvaiheessa ilmeni opinnäytetyön lähtöoletukset sellaisenaan haastava huomio. Ennen huovutus pajaa osallistujilta kysyttiin yksilöllisiä toiveita käsiteltävistä teemoista, toteutettavista töistä ja käytettävistä huovutusmenetelmistä. Ennakkoon esitetyt toiveet keskittyivät selkeästi tietynlaisten tuotteiden – patalappujen, kissan lelujen ja koristeiden – toteuttamiseen. Sama ilmiö jatkui huovutus pajan aikana. Toiveet kohdistuivat tuotteiden toteuttamiseen ja menetelmien oppimiseen. Osallistujien toiveissa oli monimutkaisempiakin toteutuksia, kuten hattu ja laukkuja. Huovutusmenetelmistä haluttiin tutustua niin vesi- kuin neulahuovutukseenkin. Huomionarvoista oli, että osallistujien tiedossa olleesta ja heitä osallistumaan innostaneesta voimauttavasta lähtöajatuksesta huolimatta minkäänlainen teemallinen työskentely ei tullut toiveissa esille. Mahdollisesti sitä ei aiemman käsityökokemuksen pohjalta helposti yhdistetty huovutukseen.



Kuva 1. Osallistajat toteuttivat aloittelijoille haasteellisiakin huovutustöitä.

Osallistujilla oli jo tullessaan selkeät – aloittelijoille osittain haasteellisetkin – ajatukset, jotka suuntasivat tekemistä (Kuva 1). Tilaisuus osata ja ylittää uskomuksia omien mahdollisuuksien suhteen osoittautui yllättävänkin tärkeäksi osaksi myönteisesti vaikuttavaa prosessia. Alusta alkaen pajalaisia ohjattiin luovaan ja ennakkoluulottomaan työskentelyyn tutustumalla huovutuksen moniin mahdollisuuksiin, korostamalla omia valinto-

ja ja mahdollistamalla monimutkaisemmatkin ideat. Erityisen myönteisiä reaktioita sai aikaan itsensä haastaminen – niin teknisesti kuin luovasti – ja yllättyminen omasta osaamisesta. Haasteista selviytyminen oli merkittävä osa myönteisesti vaikuttavaa prosessia.

Osallistujat valmistautuivat työpajaan valitsemalla huovutustöidensä päämateriaaleihin juuri sillä hetkellä omilta, oikeilta ja houkuttelevilta tuntuvat villan värit. Värien valinta oli rajoittamatonta, sillä jokainen hankki materiaalit itsenäisesti haluamastaan paikasta. Värimaailmaa oli mahdollista täydentää esimerkiksi langoilla, kankailla ja koristelumateriaaleilla, joita omista varastoista löytyi. Huovutuspujan aikana materiaaleja vaihdeltiin tarpeen ja uusien ajatusten mukaan. Käytössä oli myös ohjaajan tuomia villoja, lankoja villasta metalliin, kankaita sekä helmiä ja paljetteja. Etukäteen pyydettiin miettimään myös itselle tärkeää, ajankohtaista, askaruttavaa tai ajatuksia herättävää aihetta, jota mahdollisesti haluaisi huovuttaessaan ilmaista. Ensimmäisessä tehtävänannossa olennaisinta olivat kuitenkin omat värit. Toteutettavan huopatyön valinta oli täysin vapaata. Ohjaajan esittämänä toiveena oli, että siinä näkyisi tekijää itseään koskettava värimaailma. Itsessä ajatuksia herättävän aiheen mukanaolo ei ollut välttämätöntä.



Kuva 2. Värit herättivät ajatuksia.

Väriteema näkyi työskentelyssä ennen kaikkea tarkkaan harkittuina valintoina. Vaikka kaikki osallistujat olivat huovuttajina aloittelijoita, ei kukaan tehnyt ensimmäistäkään kokeilua vain kokeillakseen. Jo ennen huovutus-

pajaa valitut värit ja mahdollisuus elävöittää niitä erilaisin menetelmin tekivät uuden oppimisesta tavoitteellista. Jo ensimmäiset kokeilut vaikuttivat henkilökohtaisesti merkityksellisiltä ja ajatuksia herättäviltä (Kuva 2). Niillä näytti olevan selkeä tarkoitus ja tavoitteet. Joissakin väriteeman ympärille rakentuneissa huovutustöissä osoittautui tärkeäksi myös omaa elämää koskettava aihe. Villan sävy nosti esille esimerkiksi Turner-yhdistyksen perhossymbolin ja sen myötä osallistujia yhdistävän sairauden. Keskustelu myös värien ympärille syntyi ilman erityistä houkuttelua. Valintoja oli tehty koska omat värit olivat aina samat, koska halusi tehdä jotain erilaista tai koska väri tuntui kutsuvalta. Omien valintojen lisäksi värit itsessään herättivät keskustelua. Villan sävyt nähtiin totutuista materiaaleista poikkeavina ja kiehtovina. Niissä viehättivät monia mielikuvia herättäneet luonnonmukaisuus, syvyys ja elävyys.

Toisen huovutuspäivän temana ollut itselle tärkeän asian ilmaiseminen huovutuksessa vaikutti vaikeammalta kuin väriteema. Toteutettava tuote oli jälleen vapaavalintainen. Osallistujia pyydettiin valitsemaan sen aiheeksi jotain itselle tärkeää, ajankohtaista, askarruttavaa tai muuten ajatuksia herättävää. Aiheen etsiminen oli monelle hankalaa eikä ilmaisullisuus houkuttellut kaikkia. Joillekin osallistujille palkitsevinta oli valmista mallia mukaileva taitava tekeminen ja toivotunlainen lopputulos (Kuva 3). Myös joidenkin osallistujien jo ennen teeman avaamista syntyneet tarkat toiveet päivän suhteen saattoivat suunnata heidän mielenkiintoaan toisalle. Osa huovuttajista kuitenkin otti asian omakseen ja vietti päivän selkeän teeman tai intuition määrittelemien yllätysten keskellä. Teemallisuudessa viehätti sen kehittyminen – ideat, jotka muuttivat muotoaan hetkittäin tekijän ja hetkittäin huovutuksen ehdoilla (Kuva 4). Intensiivisimmillään teemallisuus näytti luovuuden kautta tapahtuvassa merkitysten ilmaisussa ja pohdinnassa saavan terapeuttisen taideilmaisun muodon.



Kuva 3. Osa huovutustöistä syntyi valmista mallia mukaillen.



Kuva 4. Ilmaisullisuus kuljetti aiheita tekijällekin yllätyksellisiin suuntiin.

Oman elämän teema jakoi suhtautumista, mutta herätti samalla mielenkiintoista keskustelua. Sen myötä kävi ilmi, kuinka toisille luovuus ja itseilmaisuus käsitöissä ovat ominaisia ja voimaa-antavia. Toisten kohdalla positiivinen reaktio käsitöihin oli enemmän lähtöisin puhtaasti tekemisestä, osaamisesta tai mahdollisuudesta osoittaa kiintymystään toiselle tekemällä. Pajan aikana käydyissä keskusteluissa nousivat toistuvasti esille myös positiiviset reaktiot huovutukseen – menetelmän viehättävä erilaisuus ja monimuotoisuus osallistujille aiemmin tuttuihin käsitöihin verrattuna.

Vuorovaikutus ja ryhmän tarjoama sosiaalisuus vaikuttivat kaiken kaikkiaan yhtä tärkeiltä kuin huovuttaminen. Käydyissä keskusteluissa vuorottelivat kevyt jutustelu ja käsityöhön liittyvät aiheet sekä syvälliset teemat, kuten elämäkokemukset ja osallistujia yhdistävät tekijät. Samalla huovutus osoitti tässä työssä jo aiemmin pohditusti erityisen olemuksensa. Ekspressiivisen taideterapian teoriaa soveltaen intrapersoonallinen menetelmä näyttäytyi tässä muodossaan yksilöllisinä valintoina ja näkemyksinä sekä tekijänsä näköisinä töinä. Samalla vahva yhteisöllisyys ja osallistujien tärkeänä kokema vuorovaikutus nousivat houkuttelematta esiin. Yksilölliset näkemykset syntyivät yhteisen pöydän ympärillä. Huovutuksella näyttää todellakin olevan taideterapeuttista teoriaa mukailevaa luonnettansa laajentava toinen – interpersoonallinen – luonne.

Kaiken kaikkiaan huovutuspaajassa etsittiin puhtaasta tekniikoiden harjoittelusta eroavaa lähtökohtaa huovutukselle. Joillekin osallistujille uudenlainen, luovuuteen ja itseilmaisuun perustuva lähestymistapa tuntui vieraalta taidon ja oppimisen korostuessa kun taas toisille se oli helppo ja houkutteleva. Havainnoinnin kautta juuri erilaiset näkemykset avasivat huovuttamisen ja sen herättelemän voimautumisen moninaista luonnetta.

8 HUOVUTUSPAJAN OSALLISTUJIEN AJATUKSIA JA TUNTEMUKSIA

Voimauttavaan huovutuspaajaan osallistujille toteutettiin kysely, jonka tavoitteena oli selvittää osallistujien yksilöllisiä ajatuksia ja tunteita huovutuspaajasta ja huovutuksesta; itseilmaisun, ryhmän ja oppimisen merkityksistä sekä mahdollisista voimautumisen kokemuksista (Liite 1). Kyselyyn vastasivat kaikki neljä huovutuspaajan osallistujaa. Kaikki vastaajat olivat naisia. Iältään he olivat noin 35–70 -vuotiaita. Osa heistä oli työssäkäyviä ja osa eläkeläisiä.

Pitkien välimatkojen ja niistä johtuvien osallistujien toiveiden vuoksi kysely toteutettiin sähköpostitse, vaikka kysymykset olisivat luonteeltaan sopineet myös haastatteluksi. Yksi osallistujista nimenomaan toivoi haastattelua puhelimitse. Tämän myötä kyselyn toteutustapa erosi eri osallistujien kohdalla. Kaikille vastaajille esitettiin kuitenkin samat kysymykset. Kyselyn toteutustavasta riippumatta kaikki saivat myös mahdollisuuden kertoa muita aiheeseen liittyviä ajatuksiaan. Kyselyn toteutus antoi mahdollisuuden tuoda ajatuksensa esiin itselleen miellyttävällä tavalla. Tutkimuksen luotettavuuden näkökulmasta tämä on oletettavasti yksinomaan positiivinen asia.

Pohjatietona kyselyssä kartoitettiin huovutuspaajaan osallistujien aiempia kokemuksia huovutuksesta ja muista käsityöistä. Kaiken kaikkiaan huovutus oli osallistujille lähes tuntematon menetelmä. Kaksi heistä oli tehnyt pieniä kokeiluja, kuten joulukoristeita ja palloja yhden illan mittaisella neulahuovutuskurssilla. Toiset kaksi osallistujaa tutustuivat voimauttavan huovutuspaajan aikana itselleen aivan uuteen käsityötapaan. Kaikille vastanneille huovutus näyttäytyi kuitenkin jo ennen huovutuspaajaa lyhyen tutustumisen tai myönteisen mielikuvan pohjalta mielenkiintoisena ja kiehtovana. Kokeilemaan ja oppimaan lähdettiin innostuneena ja myönteisellä mielellä.

Innostusta lisäsi kaikkia osallistujia yhdistävä käsityöharrastus. Harrastuneisuus tai aiempi käsityökokemus ei ollut edellytys osallistumiselle. Tästä huolimatta huovutuspaajaan olivat luonnostaan valikoituneet Turner-yhdistyksen käsityöiden parissa viihtyvät jäsenet. Kaksi heistä keskittyi harrastuksessaan tiettyihin tutuksi tulleisiin tekniikoihin. Kahden muun vastaajan käsityön tekeminen näyttäytyi samoin innostuksena määrättyihin menetelmiin, mutta samalla kokeiluna, loputtomana kiinnostuksena ja uuden etsimisenä.

Seuraavassa käydään läpi kyselyn tuloksia vastausten myötä muotoutuneiden teemojen mukaan jaoteltuina.

Käsityön tekemisen syissä korostui henkinen hyvinvointi.

Jäin eläkkeelle ja käsityöt täyttivät töistä jääneen tyhjiön.

Rentouttaa ja rauhoittaa mieltä.

Ajatukset saa helposti muualle työasioista kun pitää miettiä... Tai sitten voi tehdä sellaista helppoa hommaa... Ja mietiskellä samalla.

Minulle käsityöt ovat tärkeä osa omahoitoa mielenterveydelisiin ongelmiin, joita on ollut nuoresta asti, mutta jotka nyt alkavat olla enemmän jo takanapäin. Käsityöt antavat minulle helpotuksen arkisiin ongelmiin suomalla sen hetken unohdusta, kun luo käsillään ja mielikuvituksellaan.

Vaikutukset henkiseen hyvinvointiin ilmenivät eri muodoissa, mutta niissä näytti toistuvan sama perusajatus – käsityö vastasi yksilöllisiin ja elämäntilannetta peilaaviin tarpeisiin. Käsityöt koettiin rentouttavina, mielekkäinä, rauhoittavina, ajatuksia kanavoivina ja myös suoranaisesti parantavina. Käsityön merkitys sai monta ilmiänsä vahvistaen yhtä monimuotoista psyykkistä hyvinvointia. Tämä vastauksia yhdistänyt tekijä ei kuitenkaan ollut ainoa syy käsin tekemiseen. Käsityö oli vastaajan mukaan vaihdellen myös oman työn tuloksesta iloitsemista, perinteiden jatkamista, kierrättämistä tai mahdollisuus lisätuloihin. Yhdelle vastaajalle sen merkitys näyttäytyi itseilmaisuna ja luovuutena.

Se on minulle iso osa sitä tekemisen iloa, kun sen käten jäljen näkee tavallaan heti ja se palkitsee noita näköelimiä väreillään ja muodoillaan. Mielikuvitus on ihmiselle suunnaton lahja. Jos sitä on vaan valmis käyttämään ja löytyy uskallusta kokeilla, kyllä se palkitsee. Sitten sitä voi nähdä niitä lohikäärmeitäkin.

Näiden merkityksien myötä nousivatkin esille käsityön useat ulottuvuudet. Käsityö ilmeni työnä, tuotteina, perinteenä, ekologisuutena ja taiteena. Mielenkiintoista oli, kuinka näitä kaikkia yhdistivät hyvinvointi ja terapeuttiset vaikutukset.

Käsityön herättämät merkitykset olivat vastaajille tuttuja. Huovutus herätti uusia tuntemuksia. Kysely selvitti huovutuksen kokemista verraten sitä myös muihin käsityömenetelmiin. Huovutuksen luoma tunnelma oli lähtökohtaisesti positiivinen. Huovutus näyttäytyi vastaajille rauhallisena ja luovana toimintana, jossa houkuttelivat niin visuaaliset kuin tuoksu- ja tuntoaistimukset. Huovuttaminen innosti ja inspiroi jatkamaan, kokeilemaan ja oppimaan koko ajan lisää. Toisaalta huovutus nähtiin hieman hankalasti toteutettavana. Työpajassa tekeminen oli houkuttelevaa, mutta

rajoitukset etenkin työtilojen suhteen saivat osan vastaajista epäilemään etenkin vesihuovutuksen jatkamista.

Huovutus nähtiin monilta osin erilaisena kuin muut vastaajille tutut käsityöt – rauhoittavampana, monimutkaisempänä ja luovempänä. Etenkin luovuus jakoi ajatuksia kahteen suuntaan.

Aika luovalta hommalta vaikutti huovuttaminen. Tarkkana minua vähän häiritsi epätasainen pinta, jne. Tässä olisi varmasti hyvä tapa harjoitella semmoista rentoa antaa mennä -asennetta.

Työn tekeminen oli mukavan rauhallista ja mielenkiintoista. En pidä itseäni mitenkään luovana. Yleensä minulla on jokin ohje jonka mukaan osaan tehdä.

Juuri huovutuksessakin oli kiehtovaa yhdistää hieman erityyppisiä materiaaleja yhteen. Esimerkiksi se, kun sinne huovutustyöhön sai upotettua villalankaa ja se siihen kokonaisuuteen kauniisti upposi, vaikka ulkonäön perusteella sitä ei ensin oikein käsittänyt.

Luovuus houkutteli toisia. Toisille se oli ennemmin hankalaa tai hallitsematonta. Tämän myötä ilmeni huovutuksen terapeutin hyödyntämisen rajoituksia ja mahdollisuuksia. Huovutus tarjosi yllätyksiä, elämyksiä ja ilmaisua. Tämän myötä se oli hetkittäin kontrolloimatonta ja muihin menetelmiin verrattuna vaativaa. Mielenkiintoista oli se, että hallitsemattomuutta hieman vieroksuvakin vastaaja näki mahdollisuuksia rennon asenteen harjoitteluun. Huovutus saatettiin nähdä omat ominaisuudet haastavana, muttei tämän vuoksi negatiivisena. Samalla ilmenivät eri huovutusmenetelmien erot. Toisia viehätti vesihuovutus yllätyksineen ja aistikokemuksineen, toisia taas kontrolloidumpi neulahuovutus.

Neulahuovutus on eniten minun juttuni, koska sillä saa tarkkoja rajoja.

Terapeutin taideilmaisun omaisen työskentelyn näkökulmasta tämä osoittaa mahdollisuuksia. Huovutus mahdollistaa niin eläytymisen ja ilmaisun kuin kontrollin ja kognitiivisen työstämisen. Eri muodoissaan se viehättää eri persoonia ja mahdollistaa toisaalta kasvun useampaan suuntaan.

Huovutuspaajaan liittyvät tuntemukset eivät syntyneet pelkästään huovuttamisesta. Villan työstäminen oli osallistujille uuden taidon oppimista ja samalla heidän tavanomaisesta käsityön tekemisestään poikkeavasti ryhmäkokemus. Molemmat vahvistivat positiivista kokemusta. Uuden oppiminen tuntui mukavalta ja mielenkiintoiselta. Se herätti halun oppia ja tehdä lisää. Erityisen myönteisenä oppiminen koettiin, kun se oli muokannut uudelleen näkemystä omasta osaamisesta.

Tuntui ihan ihanalta, hienolta. En olisi hattua ehdottaessani edes uskonut, että pystyisin tekemään. Yksinkertaisemmat työt eivät kuitenkaan innostaneet, vaan halusin vähän haastetta.

Ryhmän merkitys rakentui ennen kaikkea vuorovaikutuksesta, jaetun mielenkiinnon vahvistamasta innostuksesta, myönteisestä yhteishengestä ja uudentlaisista, arvokkaista kokemuksista.

Hirmu kiva oli porukassa tehdä. Muitakin käsitöitä olisi mukava tehdä juuri näin. Yhdessä tekeminen tuntuu kivalta, koska voi tekemisen lomassa vaihtaa mielipiteitä, jutustella ja keskustella. Vaikka sitten keskusteltaisiin vain käsitöihin liittyen. Tässä ryhmässä kaikki olivat tuttuja, joten juteltiin muustakin.

Mahdollisuus vaihtaa ajatuksia teki huovutuskokemuksesta erilaisen vastaajien tavanomaiseen harrastamiseen verrattuna. Vuorovaikutus niin käsityöhön kuin monenlaisiin sen herättämiin ajatuksiin liittyen lisäsi tekemiseen useimmille pajalaisille uuden ulottuvuuden – käsityön perinteeseen liittyvän yhteisöllisyyden – joka nähtiin virkistävänä ja prosessia kannattelevana. Myös huovutukseen liittymättömien ajatusten vaihtoon houkutteli turvallisenä koettu ryhmä. Sama turvallinen ja myönteinen ilmapiiri antoi energiaa, innosti ja lisäsi tyytyväisyyttä oman tekemiseen.

Varmasti olisi ollut eri fiilis, jos kaikki eivät olisi olleet niin innoissaan. Pitkä aika jaksettiin tehdä, eikä missään vaiheessa tuntunut pitkältä ajalta... En kokenut myöskään kilpailua, mikä on hyvä, sillä en ole vähääkään kilpailuhenkinen ihminen... Kaikki olivat tyytyväisiä omiin töihinsä.

Toisaalta nousi esille ryhmän kokemisen yksilöllisyys. Alun perin suunniteltu ryhmä olisi ollut hieman suurempi ja mukana olisi ollut enemmän Turnerin syndroomaa itse sairastavia. Yllättäen muuttunut kokoonpano todennäköisesti vaikutti vuorovaikutuksen sisältöön ja joitakin aiemman vertaisryhmätoiminnan pohjalta nousseita odotuksia jäi toteutumatta. Kääntöpuolena syntyi uudentlaisia kohtaamisia niin uudessa kuin tutussa seurassa.

Yhteinen tekijä nyt jotenkin puuttui, mikä vähän harmittaa. Alkuperäinen ryhmäkokoonpano olisi tuonut sitä puolta esiin.”

Muutoin nautin kovasti siitä, kun päästiin siskon ja äidin kanssa yhdessä tekemään uutta. Se on todella ihana kokemus, joka varmasti jää tuonne mieleen ja josta joskus saa ammennettua hienoja muistoja.

Myös lähestymistapa käsityöhön oli monelle uusi. Ennestään tuntemattomaan työtapaan tutustuttaessa menetelmäoppimisella oli osuutensa. Kaiken kaikkiaan huovutuspaajassa etsittiin kuitenkin puhtaasta tekniikoiden

harjoittelusta eroavaa lähtökohtaa huovutukselle. Ohjauksessa korostui itseilmaisuus ja luovuus, joka monien kohdalla poikkesi aiemmista käsityökemuksista. Joillekin osallistujille lähestymistapa tuntui vieraalta, vaikealta tai vaativalta kun taas toisille se avasi mahdollisuuksia näyttäytyen helppona ja houkuttelevana. Yhtä mieltä oltiin huovutuksen luonteesta, joka tarjosi erityisiä edellytyksiä luovuuteen.

Huovutuksessa saa kyllä olla enemmän luova kuin muussa käsityössä ja koen sen vähän vaikeana, itse suunnittelun. Helpommin saan ohjeiden kanssa tehtyä.

Eli kyllä minulle ainakin jäi vahva tunne siitä, että huovutuksessa pääsee käyttämään sitä luovaa itseilmaisuuta, todellakin.

Ilmaisullisuus ja luovuus olivatkin osa useimpien kokemusta huovutuspa- jasta. Ne näkyivät vapaana toteuttamisena ilman malleja ja kaavoja, mieli- alaa peilaavina värimaailmoina ja alkuepäilyksistä huolimatta mukaansa- tempaavina prosesseina. Huomionarvoista oli, että ryhmän muut jäsenet näkivät luovuutta myös niissä huovutuksissa, joiden tekijät eivät kokeneet ilmaisullisuutta omakseen tai onnistuneeksi. Ehkä omalle luovuudelle ase- tettiin tarpeettomia taidollisia odotuksia.

Ilmaisuus oli minusta vahvasti läsnä. Jokainen lähti mukaan ja luomaan, vaikka kaikki olivatkin suomalaisen tapaan ensin niin epäileviä omaa osaamistaan kohtaan.

Huovutuspaikassa etsittiin ilmaisullisuutta teematyöskentelyn – ensimmäi- senä päivänä värien sekä toisena päivä itselle tärkeän ja ajatuksia herättä- vän asian – kautta. Kaikilla osallistujilla teematyöskentely ei noussut olennaiseksi, lähinnä jo ennen ohjaajan ehdotuksia syntyneestä tietynlai- sen tekemisen halusta tai uuden opettelusta johtuen. Yleisesti ottaen kui- tenkin värit teemana näyttivät houkuttelevan esiin enemmän itseilmaisuuta. Värien ja sävyjen kautta hiipi omakohtaisiakin aiheita esiin vaivihkaa. Toisen huovutuspaikän teema olisi vaatinut luovuuden selkeämpää suun- taamista, joka vaikutti vähemmän inspiroivalta. Värien herättämät ilmaisu- tarpeet ennemmin vahvistuivat ja muodostivat omaa elämää koskettavan aiheen.

Ei oikeastaan. Värit olivat samat kuin aina – itselle tutut pu- nainen ja musta... Toisen päivän huovutus meni niin kuin olin sen ennen aamun ohjetta ajatellutkin.

Huovutuspaikalla aikana ei mieleen noussut erityistä teemaa. Aika kului uuden opetteluun.

Perhonen lähti tulemaan juuri tämän (värien) takia. Perhonen oli sopiva pieni symboli, kun yhdistyksen jutussa oltiin.

Kun sitten niitä erivärisiä materiaaleja näin, niin tuli mieleen tavallaan valon ja luonnon eri ilmiöiden värit. Tavallaan sel-

laiset taivaanrannan värit ja näkymät olivat itsellä siinä heti mielessä.

Vaikkei omakohtaista teemaa olisi huovutuspaikassa syntynyt, saattoi tarve itseä kiehtovien aiheiden esittämiseen saada pajasta alkunsa.

Tekisi mieli tehdä myöhemmin lappiaiheinen taulu tai seinävaate. Ne ihanat maisemat, revontulet ja vaikka mitä. Siinä olisikin tekemistä.

Syntyneet teemat saattoivat näkyä valmiissa töissä ja työskentelyssä niin selkeinä hahmoina, symboleina, kuin värien ja materiaalien yhdistäminä mielikuvina. Huovutuksella ilmaisuvälineenä oli joka tapauksessa osansa ilmiön muotoutumisessa. Jotkin ajatukset eivät toteutuneet toivotunlaisina. Työn muotoutuminen saattoi yllättää. Samalla kuitenkin kehittyi uusia ajatuksia ja ratkaisuja materiaalien ja menetelmien mahdollisuuksia oivaltaen.

Villa esti alkuperäisen ajatukseni, koska se ei huopunut kunolla. Mutta ajatus on toki päässä ja toteutuu kyllä joskus.

Ensin olisin halunnut vain perhosen, mutta sitten keksinkin upottaa sen valmiiseen työhön ja ikään kuin muun työn joukkoon.

Ideat muuttivat vähitellen ja välillä väläyksenomaisesti muotoaan. Värien tutkimisesta ja aistimisesta virinneet ajatukset kehittyivät toisinaan omilla, toisinaan huovutuksen ehdoilla. Prosessin kautta siirrettiin huopaan yllätyksiä, mutta ennen kaikkea asioita, jotka itselle näyttäytyvät tärkeinä.

Itse tarvitsen aivan ehdottomasti käsitöitä juurikin sen takia että niiden kautta pääsee väreillä ja erilaisilla materiaaleilla ilmaisemaan sitä, mitä tuolla mielessä milloinkin liikkuu. Kyllä olisi orpo olo, jos mielikuviutus ja luova ajattelu päästä häviäisivät. Kyllä olisi aivan kauheaa.

9 HUOVUTUS VOIMAUTTAVAN ILMAISUN VÄLINEENÄ

Tämä opinnäytetyö on etsinyt huovutuksen paikkaa ja merkitystä voimauttavan ilmaisun näkökulmasta. Lähtöajatuksena oli, että huovutus voimauttavassa muodossaan ilmenisi terapeuttisen taideilmaisun tyyppisenä työskentelymuotona. Sama ajatus säilyi voimauttavuuden etsinnän yhtenä ulottuvuutena koko prosessin ajan. Teoriataustan – etenkin käsityön ja kuvataiteen merkittävien yhtäläisyyksien – ja voimauttavan huovutuspaikan yhteydessä toteutetun tutkimuksen myötä vaikuttaa selvältä, että luovuuteen ja teemallisuuteen perustuva työskentely on huovutuksen mielenkiintoinen ja olemassa oleva mahdollisuus. Yhtä selkeänä nousi esille käsityön terapeuttisesta taideilmaisusta poikkeava ominaislaatu. Käsityön terapeuttista prosessia on kuvattu kolmen ulottuvuuden – käsityömateriaalien ja tuotteiden, käsityöntekijän itsehavainnoinnin ja sosiaalisuuden terapeuttisen luonteen – avulla. (Pöllänen 2008.) Huovutuspaikan havainnoinnin ja osal-

listujilta saatujen kyselyvastausten perusteella on havaittavissa, kuinka yksilöllistä on näiden ulottuvuuksien osuus huovutuksen voimauttavassa tai terapeutisessa kokemisessa.

Vaikka työn keskeisenä tavoitteena oli selvittää huovutustekniikan ja huovutusvillan käytettävyyttä ja hyödyntämisen tapoja voimauttavassa ilmaisussa nimenomaan terapeutisen taideilmaisuuden tyyppisenä työskentelymuotona, ei havaintoja käsityön erityisestä olemuksesta ole syytä ohittaa. Käsityöllä ja sen myötä huovutuksella näyttää olevan luovuuden, työn, oppimisen ja perinteen yhdistämiä ominaisuuksia, joiden toisistaan erottaminen on yhtä tarpeetonta kuin mahdotonta. Opinnäytetyöprosessin myötä on selkiintynyt, millaista voisi olla huovutuksen hyödyntäminen ja millainen olisi sen erityislaatu terapeutisessa taideilmaisussa. Samalla on noussut esiin, että voimauttava huovutus ja huovutuksen voimauttavuus voivat perustua yhtä lailla moneen muuhunkin ilmiöön, kuten taidon oppimiseen tai yhdessä tekemiseen. Voimauttavuuteen liittyy vahvasti itsemäärittelyn oikeus (Savolainen 2009, 212). Voimautumisen väyliäkään ei näin ollen voi rajoittaa luovuuteen, ilmaisuun ja taiteeseen.

Mielenkiinto aiheen tutkimiseen virisi arkihavainnoista ja -kokemuksista. Käsityön terapeutisuudesta arjen ja puhekielen ilmiönä on totuttu kuulemaan ja ajattelemaan enemmän itsestäänselvyytenä kuin mahdollisuutena. Huovutukseen nämä lausahdukset yhdistyvät usein heti ensimmäisestä kokeilusta lähtien – kuten voimauttavassa huovutuspaikassa tapahtui. Huovutuspaikan yhteydessä toteutetun tutkimuksen perusteella ilmiötä voi selittää Pöllänen (2008) kuvaamien käsityön terapeutisen prosessin kolmen ulottuvuuden monimuotoisina yhdistelminä. Itseilmaisuun perustuva lähestymistapa huovutukseen poikkesi monilta osin huovutuspaikan osallistujien aiemmista käsityökokemuksista. Käsityö oli heille hyvinkin tuttua, samoin tunne sen terapeutisuudesta. Tämä terapeutisuus yhdistyi kuitenkin useimmilla tekemiseen itsessään ja oman kädenjäljen näkemiseen – käsityömateriaalien ja tuotteiden ulottuvuuteen. Huovutuspaikan aikana käydyissä keskusteluissa ilmeni myös yhdessä tekemisen terapeutinen luonne. Pajatyöskentely antoi käsityön tekemiselle uuden positiivisen ulottuvuuden ryhmämuotoisen toiminnan myötä. Tärkeää oli tehdä yhdessä ja jakaa kokemuksia – jopa enemmän muun kuin huovutuksen suhteen.

Käsityöntekijän itsehavainnointiin vahvasti liittyvä ja terapeutisen taideilmaisuuden tyyppisen tekemisen näkökulmasta olennainen ilmaisullisuus puolestaan vaikutti joillekin osallistujille vaikeasti lähestyttävältä. Sen sijaan saatettiin tavoitella tietynlaista tuotetta, taidon oppimista ja menetelmän hallintaa. Aivan päinvastaisesti itsehavainnointi ja -ilmaisuus käsityöprosessin avulla näyttäytyivät osalle huovutuspaikkaan osallistuneista houkuttelevana, helppona, tarpeellisena ja jopa mielekkään olemassaolon kannalta välttämättömänä. Käsityön terapeutisen prosessin kolme ulottuvuutta – käsityömateriaalit ja tuotteet, käsityöntekijän itsehavainnointi ja sosiaalisuus – esiintyivät aineistossa huovutuksen voimauttavuutta selittävinä tekijöinä, kuitenkin hyvin monenlaisissa suhteissa toisiinsa.

Juuri tämä voi olla usein kuultujen käsityön terapeutisuutta ja voimauttavuutta koskevien lausahdusten perusta. Käsityö ei ole vain itseilmaisu, ei

vain työtä ja tuotteita eikä vain perinnettä ja sosiaalista kokemusta. Se on näitä kaikkia, jolloin sen eri ulottuvuudet voivat yhdistyä hyvin erilaisten ihmisten voimautumisen perustaksi. Voimauttavaan muutokseen johtavaa huovutusta onkin syytä katsoa lähtökohtana olleesta taideterapeuttisesta teoriasta poikkeavasti. Taideterapian teoriassa jatkumo ohjatusta vapaaseen kuvaa työskentelyn luonnetta – sitä kuinka ohjattua on materiaalin tai aiheen valinta ja näiden käsittely. Täysin ohjattu toiminta voi kehittää toiminnallisia ja kognitiivisia kykyjä, mutta se ei ole luonteeltaan psykoterapeuttista. (Rankanen 2007a, 84.) Näin ollen mallia jäljentävällä, tiettyyn tuotteeseen tai oppimiseen toistaen tähtäävällä käsityöllä ei voisi olla psyykkisiä, terapeuttisia merkityksiä. Käsityön terapeuttisuuden tutkimuksessa tekemisen lähtökohdat nähdään eri tavalla. Käsityö voi olla mekaanista ja ohjeen mukaista suorittamista tai yhtä hyvin taiteellista luovaa ja vapaata ilmaisua. Molemmat voivat johtaa muutokseen. Suunnittelua sisältävää kokonaisen käsityön prosessia ja luovaa toimintaa voidaan hyödyntää minän rakentamisessa. Mallia jäljentävällä, ositetulla käsityöllä on paikkansa minän eheyttämisessä. (Pöllänen 2006.) Yksilöllinen tilanne, tottumukset ja taipumukset voivatkin määrittää käsityön voimauttavuudelle erilaisia lähtökohtia.

Käsityön terapeuttisuutta ja voimauttavuutta selittävien lähtökohtien voi päätellä koskevan myös huovutusta. Mielikuva terapeuttisuudesta näyttää yhdistyvän siihen jopa muita käsitöitä useammin. Huovutuspaajaan osallistuneet kokivat menetelmän ennen kaikkea rauhoittavampana, ilmaisullisempänä ja yllätyksellisempänä muihin menetelmiin verrattuna. Huovutuksessa tekijää viehättivät aistikokemukset, erilaiset tekstuurit ja menetelmien monimuotoisuus.

9.1 Voimauttavan huovutuksen monet muodot

Aiemmin tässä opinnäytetyössä hahmoteltiin huovutuksen sijoittumista taiteiden ja taidemateriaalien erityisominaisuuksia ja merkityksiä taideterapeuttisessa työskentelyssä määrittäville Lusebrinkin jatkumoille. Tällä hahmottelulla ja huovutuspaajan osallistujien havainnoilla on paljon yhteistä. Jatkumolla juoksevasta vastustavaan villa näyttäytyi materiaalina, jonka voi odottaa herättävän eläytymistä ja tunnekokemuksia hallinnan kuitenkin säilyessä ja lisääntyessä työstämisen loppua kohti. Tämä on verrattavissa huovutuspajalaisten mainitsemiin ilmaisullisuuteen ja yllätyksellisyyteen sekä rauhoittavuuteen, jonka voisi olettaa lisääntyvän huovutuksen loppua kohden hallinnan ja kontrollin kasvaessa. Teoriataustan pohjalta huovutus oli nähtävissä erityisen vivahteikkaana menetelmänä, joka tarjoaa tilaisuuden moniulotteiseen prosessiin. Myös huovutuspajalaiset koroitivat huovutuksen monipuolisuutta. Heitä houkuttelivat toisistaan poikkeavat työstömahdollisuudet, vaihtelevat tekstuurit ja vahvat aistikokemukset. Nämä huomiot selittävät arkitoteamuksia huovutuksen voimauttavuudesta ja terapeuttisuudesta. Huovutuksessa yhdistyy aisteja hermistävä ja huovutuksen edetessä vaihtelevia ominaisuuksia osoittava materiaali luonteeltaan vaihtelevan työstämisen mahdollisuuksiin. Huovutus on moniulotteista niin aisti- ja tunne-elämysten kuin kokemusten prosessoinnin tasolla. Siksi se vetoaa moniin ihmisiin monimuotoisissa tilanteissaan.

Voimautumisen näkökulmasta huovutuksen vahvuus näyttäisi olevan ennen kaikkea sen useissa ulottuvuuksissa. Siinä voidaan hyödyntää monenlaisia tekniikoita, materiaaleja, työskentelytapoja ja tekemisen lähtökohdista, jotka kaikki tarjoavat omanlaisensa mahdollisuudet. Voivatko nämä kaikki edistää voimautumista? Vai onko voimauttava huovutus tietyn muotoista tai tarkoitukseen suunniteltua? Voimauttava huovutus ei ainoastaan ole ainoastaan sitä, mitä sen tätä opinnäytetyötä aloitettaessa odotettiin olevan. On mahdollista suunnitella ja ohjata luovaan ilmaisuun ja itseä koskettaviin teemoihin perustuvaa, terapeutin taideilmaisuuden ajatusmaailmaa soveltavaa huovutusta. Voimauttavassa huovutuspaikassa näistä lähtökohdista suunniteltu toiminta sai joidenkin osallistujien kohdalla tavoitellun muodon. Kuitenkin niin huovutuksessa, sen kokemisessa kuin voimautumisessa kietoutuu yhteen monta asiaa. Voimautumisella tarkoitetaan yksilölähtöistä, oman elämän hallintaan johtavaa prosessia (Siitonen 1999, 117; Empowerment: What Is It? 1999). Voimautumiseen ja sitä edistävään toimintaan kohdistuvat tarpeet ovat näin ollen yksilön mukaan muuttuvia. Huovutus monimuotoisuudessaan voi vastata nimenomaan toisistaan poikkeaviin tarpeisiin. Vaikuttaakin siltä, että huovutus missä tahansa muodossaan voi olla voimauttavaa – olematta sitä kuitenkaan kaikissa muodoissaan kaikille. Yksilön tarpeet ja tavoitteet määräävät toiminnan mielekkyyden. Huovutuksessa lisäksi käsityön perinne työnä ja sosiaalisen toiminnan muotona, tottumus mallin mukaiseen toistamiseen, taidon oppimisen tavoitteet, luovuus ja taiteellinen ilmaisu muodostavat yksilöllisesti koetun kokonaisuuden, joka osaltaan määrittää merkityksellisenä ja voimauttavana koettua toimintaa.

Voimauttava huovutus on osoittanut olevansa paljon muutakin kuin luovuutta ja sen kautta toteutuvaa itseilmaisuja. Huovutuspaikan osallistuneille käsityöharrastus ja uutena tuttavuutena huovutus näyttäytyi yhtä lailla itseilmaisuun, oppimiseen, mielekkääseen tekemiseen kuin vuorovaikutukseen yhdistyksen elämänhallintaa vahvistavana. Voimauttava huovutus on lähtöoletusta laajempi ajatus, jossa korostuu voimautumisen yksilöllinen luonne ja itsemäärätty oikeus. Juha Siitosen (1999, 117) voimaantumisteoriassa ihminen näyttäytyy itselleen päämääriä asettavana aktiivisena ja vapaana toimijana. Aidosti ja kokonaisvaltaisesti voimauttavan huovutuksen voisi ajatella mahdollistavan erilaiset näkemykset ja käsityön kokemisen tavat.

9.2 Huovutus terapeutin taideilmaisuuden omaisena työskentelymuotona

Voimauttavan huovutuksen monimuotoisuus ei vähennä ilmaisullisiin teemoihin ja luovuuteen perustuvan huovutuksen merkitystä. Opinnäytetyöprosessin myötä se on löytänyt paikkansa mahdollisuutena nähdä toisin. Kun luovutaan taidon oppimisen ja taidokkaan tekemisen odotuksista, annetaan tilaa heille, joille huovutus on luontainen ilmaisukanava. Joidenkin huovutuspaikan osallistuneiden tekemisessä näkyi terapeutin taideilmaisuuden olemus vapaana ilmaisuna, kehittyvinä ja yllättävinäkin teemoina sekä ajatusten selkiintymisenä huovutuksen edetessä. Tämä osoitti juuri niitä mahdollisuuksia, joita tutkimuksen alussa lähdettiin tavoittelemaan. Taideterapeutin tietoperustan, havainnoinnin ja kyselyn avaami-

en henkilökohtaisten merkitysten myötä hahmottui kuva huovutuksen olemuksesta terapeuttisen taideilmaisun omaisena työskentelymuotona.

Terapeuttisessa taideilmaisussa yleisesti käytetyistä menetelmistä huovutusta voidaan vaivattomimmin verrata kuvataiteisiin. Näiden menetelmien samankaltaisissa prosesseissa tekijään vaikuttavat samat materiaaliset, aistimukselliset ja toiminnalliset ulottuvuudet. Kosketuksen kautta vaikuttavat materiaalit ja aistimusten kautta värit sekä muodot. Myös prosessit ovat luonteeltaan samankaltaisia. (Vähälä 2003, 60.) Näiden yhtäläisyyksien myötä huovutusta ilmaisullisessa muodossa esiintyessään voidaan ongelmitta pitää terapeuttisen taideilmaisun välineeksi soveltuvana. Aiemmassa vähäisessä hyödyntämisessä lienee kyse ennen kaikkea tottumuksesta ja ehkä perinteen rakentamista rajoituksista nähdä käsityö taiteena. Huovutuksen ei tarvitse olla taidetta tai ilmaisua. Huovutuspaaja ja sitä seurannut kysely osoittivat, kuinka osa käsityön harrastajistakin näkee ajatuksen haastavana. Kuitenkin sillä on täydet edellytykset tuoda näkyväksi ajatuksia, kokemuksia ja tunteita, joiden luova esittäminen on taiteelle ja taideterapialle ominaista. (Halkola 2009, 16.)

Samankaltaisuuksistaan huolimatta on kaikilla taiteellisen ilmaisun menetelmillä oma erityisluonteensa. Huovutus taiteena esittää visuaalisia tunnelmia. Vastaavasti siinä aktivoituvat vahvimmin visuaaliset aistialueet, joille sijoittuvia kokemuksia sillä on luontevinta ilmaista. (Hentinen 2007b, 150.) Myös kyselyyn vastanneita kiehtoivat huovutuksen visuaaliset kokemukset kuten luonteikkaat sävyt, mielenkiintoiset pinnat ja materiaalien sulautuminen toisiinsa. Kokemusta täydensivät poikkeuksellisen merkittävät tuoksu- ja tuntoaistimukset. Tämä laajentaa huovutuksen kuvaa taideterapeuttisessa kontekstissa kuvataiteesta eroavaksi. Vahva visuaalisuus saa omaperäisen olemuksen yhdistyessään tuoksuihin ja fyysisiin tuntemuksiin, joihin pohjautuvat kokemukset voivat myös saada ilmiänsä huovutuksen kautta.

Huovutus eroaa kuvataiteen terapeuttisesta käytöstä ja rakentaa omaa merkitystään lisäksi intra- ja interpersoonallisuuden suhteen. Ekspressiivisessä taideterapiassa ajatellaan taiteiden mahdollisuuksien toteutuvan parhaiten joko yksilössä sisäisesti tai inhimillisessä vuorovaikutuksessa (Hentinen 2007b, 150). Huovutus toteutuakseen ei suoranaisesti vaadi persoonien välistä vuorovaikutusta. Se ei myöskään – esimerkiksi äänien tai liikkeen kautta – merkittävästi vaikuta muihin samassa tilassa oleviin. Huovutus näyttäytyy siihen vahvasti yhdistyvien yksilöllisten ratkaisujen myötä intrapersoonallisena. Huovutuspaajaan osallistuneillekin oli merkityksellistä nähdä omien kätensä jälki, käyttää omaa mielikuvitustaan ja ilmaista omia tunteitaan. Kuitenkin he huovuttaessaan nauttivat vuorovaikutuksesta ja yhteisöllisyydestä – siitä interpersoonallisesta olemuksesta, jonka perinne on käsityölle muovannut.

Vaikka ekspressiivinen taideterapia jaottelee taiteet parhaiten joko yksilössä tai inhimillisessä vuorovaikutuksessa toteutuviksi, ei ristiriita huovutuksen olemukseen nähden ole ylitsepääsemätön. Ennemmin se on mahdollisuus. Taideterapiassa taidemuotoja voidaan käyttää myös ominaisluonteeseensa nähden vastakkaiseen suuntaan terapeuttisia mahdollisuuksia.

sia laajentaen (Hentinen 2007b, 150). Huovutuksessa perinne on muovannut vaihtoehtoisesta työskentelystä luonnollista. Yksilölliset ja yksilöllistymisen kokemukset yhdistyvät yhteisesti jaettuun ja sosiaaliseen toimintaan vaivattomasti luoden edellytykset jo lähtökohdiltaan monimuotoisille mahdollisuuksille.

9.3 Menetelmien, materiaalien ja työskentelytapojen mahdollisuudet

Taidemuodon lisäksi terapeuttisen taideilmaisuuden mahdollisuuksia muokkaavat työskentelyn tavat ja materiaalit taidelajin sisällä. Huovutuksessa voidaan villan lisäksi työstää muita kuituja, lankoja, kankaita ja mielikuvituksen rajoissa soveltaen monia yllättäviäkin materiaaleja. Huopunut pinta voi muodostua hieroen, rullaten, näitä yhdistäen, neulalla pistellen tai vaivattomimmillaan pesukoneessa. Selkeästi toisistaan poikkeavien työstimien tapojen ja lähtökohtien voi olettaa eroavan myös vaikutuksiltaan.

Huovutuspaikassa kokeiltiin niin neulahuovutusta kuin hieronta- ja rullaustekniikkaa, jotka jakoivat mieltymyksiä useampaan suuntaan. Neulahuovutus kiehtoi tarkkuudellaan, hieronta ja rullaus puolestaan tuntoaistimuksillaan, yllätyksillään ja luovuudellaan. Monen osallistujan kohdalla toinen huovutuksen tavoista osoittautui selkeästi miellyttävämmäksi ja houkuttelevammaksi. Tätä voi selittää menetelmien sijoittumisella Lusebrinkin jatkumolle yksinkertaisesta monimutkaiseen ja materiaalin asemalla jatkumolla juoksevasta vastustavaan.

Yksinkertainen työskentely ilman työvälineitä antaa tilaa tunne-, liike- ja aistikokemuksille. Monimutkainen työskentely edellyttää niin työvälineiden kuin erilaisten työvaiheiden ja niiden oikean järjestyksen hallintaa. Näiden myötä työskentelyssä korostuvat havainnointi ja kognitiivisten taitojen kehittäminen. (Rankanen 2007a, 83.) Huovutus vaihtaa paikkaansa tällä jatkumolla käytettävän menetelmän mukaan. Hierontatekniikka yksinkertaisimmillaan kiinnittää huomion aistikokemuksiin herätellen tunteita, spontaaneja ajatuksia ja niiden ilmaisuja. Monimutkaisimmillaan se vaatii erilaisia työvälineitä ja useiden luonteeltaan vaihtelevien työvaiheiden hallintaa sekä myös luovaa ajattelua edellyttävää soveltamista. Neulahuovutus on alusta loppuun toistavaa ja yksinkertaista, mutta kuivana työstetyn villan ominaisuudet ovat erilaisia kuin hierontatekniikassa.

Jatkumo juoksevasta vastustavaan on merkityksellinen etenkin hallinnan tunteen näkökulmasta. Kiinteimmät materiaalit ovat helpoiten hallittavissa, jonka vuoksi niiden käyttö korostaa rakennetta, rajoja ja järjestystä. Juoksevat materiaalit ovat vaikeammin hallittavissa. Tämän takia ne saavat useammin aikaan eläytymistä ja tunnekokemuksia. (Rankanen 2007a, 80–81.) Neulalla huovutettaessa kuiva villa on melko helposti hallittavissa. Tämän vuoksi se mahdollistaa huovutuspaikassakin havaitut selkeät rajat ja tarkkuuden. Vesi tekee villasta vaikeammin hallittavaa. Suunnitelmista huolimatta materiaali tekee myös omia ratkaisujaan, jolloin huovutus toteutuu yllätyksellisenä ja luovana kokemuksena.

Mieltymykset eri menetelmiin voivatkin olla vastauksia tarpeisiin. Huovutuksen menetelmät ja materiaalit voivat suunnata niin eläytymään kuin ra-

kentamaan rajoja. Eri menetelmien, materiaalien ja työvaiheiden myötä nousevat esiin luonteeltaan vaihtelevat aistikokemukset, tuntemukset tai havainnointi ja kognitiivinen prosessointi. Huovutus on tässäkin suhteessa monimuotoista. Se vastaa erilaisiin odotuksiin ja voi haastaa toimimaan totutusta poikkeavasti. Voimautumisen ja sen muuttuvien tarpeiden näkökulmasta huovutus on mahdollisuus yksilöllisiin kokemuksiin.

Materiaalien ja menetelmien lisäksi taideterapeuttisen työskentelyn suuntaa määrittää sen sijoittuminen jatkumolla ohjatusta vapaaseen. Koska terapeuttisen työskentelyn vapaa tai ohjattu luonne ei suoranaisesti liity työskentelyssä käytettäviin materiaaleihin, voidaan huovutus tällä jatkumolla rinnastaa periaatteessa mihin tahansa taiteellisen työskentelyn muotoon. Lähtökohtaisesti voidaankin ajatella, että huovutuksen täysin vapaa kokeilu ja tutkiminen voi olla terapeuttisesti katsoen epävarmuutta herättävää, kokonaan ohjatun toiminnan tavoitteet ovat toiminnallisia tai kognitiivisia ja teemakeskeisyys asettaa kiinnostuksen tietoiselle työskentelylle.

Huovutuspujassa työskentely perustui oman elämän teemoille, jotka herättivät ajatuksia, kehittyivät ja muuttivat muotoaan tekemisen edetessä. Toisaalta teematyöskentely huovutuksessa näyttäytyi vaikeasti lähestyttävänä. Perinteisempi ja ohjatumpi tapa katsoa käsityötä oli osalle selkeästi helpompi omaksua. Silti huovutus koettiin – ainakin puhekielen termein – psyykkisestä näkökulmastaan terapeuttisena. Myös käsityön ja käsityön terapeuttisuuden tutkimus katsoo ohjattua työskentelyä taideterapeuttisesta teoriasta poikkeavasti. Pöllänen (2008) mukaan käsityön terapeuttisuudessa on kyse monivaiheisesta ja myös moniulotteisesta kokonaisuudesta, jossa ulkoiselta, valmistusprosessin osalta ja jopa mekaaniselta näyttävä prosessi tuo tiedostamattoman prosessin esiin tai käynnistää sisäisen prosessin.

Taideterapeuttisesta teoriasta eroavia huovutuksen vaikutustapoja on tässä opinnäytetyössä aiemmin selitetty perinteen ja tottumuksen sävyttämällä käsityön luonteella. Pöllänen (2006) kuvaa terapeuttista käsityötä yksilön omien ehtojensa mukaan ohjaamana elämän osa-alueena, joka tämän vuoksi tukee elämäntunnetta. Huovutuksella on joka tapauksessa yksilölliset tapansa voimauttaa, joita ei voida suoraan johtaa terapeuttisen taideilmaisun yleisesti käytetyistä menetelmistä. Huovutuksen mahdollisuuksia voimauttavan ilmaisun välineenä ja terapeuttisen taideilmaisun menetelmänä on silti tarpeetonta epäillä. Huovutus on – monen muun ilmenemismuotonsa ohella – taidetta ja ilmaisua. Sen välityksellä voi tuoda esiin ajatuksia ja tunteita, oivaltaa, kehittyä ja kulkea kohti elämäntunnetta. Tarpeita, toiveita ja tilannetta kuunnellen huovutus voi ilmetä terapeuttisessa ja voimauttavassa muodossaan käsityön eri tavoin kokeville ja monenlaiset lähtökohdat omaaville yksilöille. Lähtöajatus luovasta ja ilmaisullisesta huovutuksesta voimautumisen edistäjänä osoittautui todelliseksi mahdollisuudeksi. Lisäksi huovutus näyttäytyi voimauttavan toiminnan näkökulmasta erityisen mielenkiintoisena. Monet näkökannat ja ilmenemismuodot avaavat yhtä monimuotoisia mahdollisuuksia psyykkisen hyvinvoinnin vahvistamiseen.

10 ARVIOINTI JA POHDINTA

Opinnäytetyötä aloittaessani mietin, mikä tekee huovutuksesta voimauttavaa. Oletin, että voimautuminen perustuisi terapeutin taideilmaisun tavoin itseilmaisulle ja luovuudelle. Samalla kun ajatus prosessin myötä osoittautui toimivaksi, aukesi alkuvaiheessa ennakoimattomia näkökulmia huovutuksen voimauttavaan ja terapeutin käyttöön. Ei ole lopulta lainkaan yksinkertaista määrittellä, millaista on voimauttava huovutus. Terapeutin taideilmaisun tavoin valitut materiaalit, menetelmät ja työskentelyn lähtökohdat voivat suunnata huovutuksen herättämiä kokemuksia oletettuun suuntaan. Kuitenkin reaktiot ovat yksilöllisiä – kuten taiteen terapeutin käytössä aina. Huovutuksessa niitä ohjaavat myös heikompi asema taiteena sekä vahva perinne työnä ja sosiaalisen olemisen muotona. Voimauttavan huovutuspaikan osanottajien monensuuntaisiin reaktioihin, työskentelytapoihin ja mielipiteisiin sekä käsityön terapeutin tutkimukseen peilaten voimauttavuus voi syntyä luovuudesta ja ilmaisullisuudesta, mutta yhtä hyvin mielekkästä tekemisestä, oman kädenjäljen näkemisestä, oppimisesta tai sosiaalisesta kanssakäymisestä.

Lähtöajatus muuttui, mutta sillä oli lupa muuttua. Tarkoituksena oli etsiä voimauttavaa huovutusta. Se ei löytynyt yksistään odottamaltani suunnalta, vaan huomattavasti monipuolisempaa ja monimuotoisempaa ilmiönä. Edelleen silti – ammatillisena tavoitteenani – haaveilen puhtaasti ilmaisullisten, luovien ja taideterapeutin lähtökohtien soveltamisesta niin huovutukseen kuin monen muun käsityön ohjaamiseen. Ajatukseni ovat osoittaneet olevansa ajattelemisen arvoisia. Kohderyhmän tulisi kuitenkin muun yhdistävän tekijän sijaan perustua mielenkiintoon tai tarpeeseen juuri ilmaisullista käsityötä kohtaan.

Voimauttavaan huovutuspaikkaan osallistuneita yhdisti Suomen Turner-yhdistys ry:n jäsenyys joko omaa itseä tai läheistä ihmistä koskettavan sairauden kautta. Huovutuksella olikin tässä yhteydessä voimauttavuuden tutkimisen lisäksi toinen rooli vertaisryhmätoimintana. Itseilmaisuus ja teemallisuus eivät suunnitellussa muodossa toteutuneet kaikkien osallistujien kohdalla. Oikeastaan ajatus osoittautui jo osallistujien toiveita kuunnellessa aivan sellaisenaan toimimattomaksi. Kuitenkin huovutuspaikasta muotoutui paikka yhdistyksen jäsenten positiiviselle kohtaamiselle ja kokemus uudesta menetelmästä vertaistukitoiminnassa oli myönteinen. Huovutuspaikka ei ollut odotetunlainen. Se oli hieman enemmän. Huovutuksen merkitys hahmottui vertaisryhmälle soveltuvana sosiaalisen toiminnan muotona ja samalla reittinä yksilöllisiin voimautumisen kokemuksiin. Samalla, kun Turner-yhdistys sai käyttöönsä myönteisinä koettuja toimintamalleja, sain itse käyttööni uusia näkökulmia.

Valmiuteni ohjaajana kehittyivät enemmän kuin odotin. Vahvin ammatillinen mielenkiintoni yhdistää edelleen käsityöt, luovuuden, ilmaisun ja terapeutin, joita ymmärrän nyt myös yksittäisinä ilmiöinä tarkemmin. Ymmärrän merkityksiä, jotka tekevät omasta lähestymistavastani toisinaan vaikeasti lähestyttävän. Ennen kaikkea näen kuitenkin vähän käytetyn mahdollisuuden, joka hakee muotoaan. Huovutus, luovuus ja terapeutti-

suus tuskin yhdistyvät perusolemuksessaan. Silti ne ovat monelle todellinen tilaisuus ymmärtää elämää ja ilmaista sen merkityksiä.

Erityisen kiehtovan ajatuksesta tekevät soveltamisen monet mahdollisuudet. Oma ohjaajuuteni on löytänyt lähtökohdan sekä kehittymisen ja kehittämisen haasteen. Voimauttava huovutus – niin ilmaisullisessa kuin käsityön eri ulottuvuudet sisältävissä muodoissaan – on hahmottunut kokonaisuudeksi, jota voin ohjaajan työssä hyödyntää. Mahdollisuudet ulottuvat kuitenkin pidemmälle. Olisi mielenkiintoista nähdä, millaisena näyttäytyisi voimauttava huovutus eri asiakasryhmiä toiveineen, ominaisuuksineen ja kokemisen tapoineen kuunnellen. Opinnäytetyön myötä muotoutunutta lähestymistapaa voisi yhtä lailla soveltaa useiden erilaisten käsityömenetelmien ohjaamisessa. Ekspressiivisen taideterapian monitaiteellinen ajatusmaailma puolestaan lähenisi muita luovia menetelmiä käsityöhön yhdistämällä. Tutkimuksellisuuden ja uutta etsivän käytännön soveltamisen yhdistävä työskentely oli minulle henkilökohtaisesti houkutteleva tapa toimia. Ihmetykset ja ajatukset konkretisoituivat itselleni ominaisena tapana olla ohjaaja

Toivon voivani tarjota mahdollisuuksia. Huovutuksen ja sen ilmaisullisuuden voimauttavuudessa on nähdäkseni kyse ennen kaikkea yksilöllisyydestä ja sen tarpeellisuudesta. Hyvinvoinnille ei voi määritellä yleispäteviä edellytyksiä. Huovutus tuskin on voimauttavaa jokaiselle – mikäpä olisi. Kuitenkin sen merkitys voi olla yksilölle korvaamaton. Jokainen tämänsuuntainen kokemus parantaa pienin askelin käsityön asemaa hyvinvoinnin tekijänä. Ennen kaikkea se parantaa yksilön asemaa.

Työn keskeisenä tavoitteena oli selvittää huovutustekniikan ja huovutusvillan käytettävyyttä ja hyödyntämisen tapoja voimauttavassa ilmaisussa terapeutin taideilmaisun tyypisenä työskentelymuotona. Tähän tavoitteeseen päästiin – ei oletetusti, mutta onnistuneesti. Huovutus osoitti niin menetelmien kuin materiaalien puolesta poikkeuksellisen monipuolisuutensa. Siinä yhdistyvät aistikokemukset ja tietoinen ajattelu, spontaanit tuntemukset ja kontrolli. Näiden monet yhdistelmät sekä huovutuksen samanaikaisesti yksilöllinen ja sosiaalinen luonne ovat otollinen lähtökohta erilaiset terapeuttisuuden tarpeet huomioivalle ilmaisulliselle työskentelylle. Huovutuksella on silti työn ja taiteen yhdistämä erityisluonne, jota ei yksi huovutuspuja, yksi opinnäytetyö tai edes yksi elämäntyö pysty muuttamaan – eikä ole tarpeenkaan.

Lähdin aikanaan ohjaustoiminnan opiskelijaksi tavoitteenani ymmärtää käsityötä sen terapeuttisia ulottuvuuksia tarkastellen. Opinnäytetyöprosessi on opettanut aiheesta enemmän kuin odotin ja vaatinut ymmärtämään senkin, mitä lähtökohtaisesti pidin hieman merkityksettömänä. Voimauttava tai terapeuttinen huovutus ja sen myötä käsityö eivät ole vain luovuutta ja itseilmaisua – näitä edelleenkin yhtään vähättelemättä. Käsityön luonteeseen kuuluvat myös toistaminen, oppiminen ja sosiaalisuus. Yhdessä ilmaisullisuuden kanssa ne muodostavat erityisen kokonaisuuden, josta voivat myös terapeuttisuuden kautta hyötyä hyvinkin eri tavalla suuntautuneet persoonat.

Tämä prosessi ei tullut päätökseen. Se piti sisällään enemmän kuin odotin. Jokaisen vastauksen myötä se herätti uusia, uteliaita ajatuksia. Kiehtovin tapa lopettaa on olla yhtä innostunut kuin aloittaessaan.

LÄHTEET

Austin, D. 1997. *Therapeutic Recreation. Processes and Techniques*. Champaign, IL: Sagamore Publishing.

Empowerment: What Is It? 1999. *Journal of Extention*. Viitattu 8.5.2013.
<http://www.joe.org/joe/1999october/comm1.php>

Girard, L., Ihanus, J., Laine, R. & Ropponen, M. (toim.) 2009. *Suhteessa kuvaan. Kuvataideterapian teoriaa ja käytäntöä*. Helsinki: Kuvataideterapian työhuonekunta Artteli.

Halkola, U. 2009. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. *Valokuvan terapeuttinen voima*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 13–22.

Harris, G. 2006. *Complete Feltmaking. Easy techniques and 25 great projects*. Lontoo, Iso-Britannia: Collins & Brown.

Havainnointi eli observointi. N.d. Koppa. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 22.4.2014.
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-jakenttaetyoe>

Hentinen, H. 2007a. Ekspressiivinen taideterapia. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H., & Mantere, M-H. *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 30–33.

Hentinen, H. 2007b. Monitasoinen merkitysten muotoutuminen. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H., & Mantere, M-H. *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 129–154.

Hentinen 2007c. Taideterapian erilaiset suuntaukset ja lähestymistavat. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H., & Mantere, M-H. *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 21–25.

Invalidiliiton Harvinaiset-yksikkö. 2013. Turner. *Ensitieto-opas vanhemmille. Invalidiliiton julkaisuja*.
http://www.invalidiliitto.fi/files/attachments/harvinaiset-yksikko/turner-opas_2013.pdf

Kyselyt. N.d. Koppa. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 22.4.2014.
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/kyselyt>

Lenko, H-L. N.d. Tietoa Turnerin oireyhtymästä. TAYS lastentautien klinikka.
<http://www.lastenendokrinologit.net/potilaille/turner.html>

Lieppinen, M. & Willman, A. 2008. Utelias puu. Taideterapeuttinen toimintakirja. Helsinki: Lasten keskus.

Malchiodi, C.A. (toim.) 2011. Ilmaisuterapiat. Kuopio: Unipress.

Mantere, M-H. 1991. Mielen kuvat. Kuvallinen ilmaisuus terapeuttisessa kontekstissa. Helsinki: Vapokustannus.

Mantere, M-H. 2007. Taiteen ja terapian yhteinen kuva. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H., & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 11–19.

Pöllänen, S. 2006. Crafts as a way to functional mental health. Teoksessa Rauma, A.-L., Pöllänen, S. & Seitamaa-Hakkarainen, P. (toim.) Human perspectives on sustainable future. Kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia 99, 128–134.

Pöllänen, S. 2008. Käsiyö terapiana ja terapeuttisena toimintana. Teoksessa Oppimista, opetusta, monitieteisyyttä. Kirjoituksia Kuninkaankartanonmäeltä. Joensuun yliopisto, Savonlinnan opettajankoulutuslaitos.

Rankanen, M. 2007a. Kuvataiteen erityispiirteet terapian jäsentäjinä. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H., & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 65–89.

Rankanen, M. 2007b. Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H., & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 35–49.

Rankanen, M., Hentinen, H., & Mantere, M-H. 2007. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Rantamaa, P. 2010. Menetelmät, aineistot ja analysointi. Luentomateriaali. Hämeen ammattikorkeakoulu.

Savolainen, M. 2009. Voimauttava valokuva. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. Valokuvan terapeuttinen voima. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 211–228.

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.

Talvitie, T., Tammi, V. 2004. Huovutus. Hieroen, rullaten ja pistellen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tetri, A-K. 2011. Huovutus. Vantaa: Kustannusosakeyhtiö Moreeni.

Turnerin oireyhtymä. 2013. Vernerinet.net. Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Viitattu 18.12.2013.
[http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/diagnoosit/turnerin-
oireyhtyma.html](http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/diagnoosit/turnerin-oireyhtyma.html)

Vähälä, E. 2003. Luovan käsityöprosessin yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin. Käsityön aikana koettujen itseraportoitujen emootiokokemusten ja fysiologisten vasteiden väliset yhteydet. Nurmijärvi: Kirjakas Ky.

Vartiainen, L. 2010. Yhteisöllinen käsityö. Verkostoja, taitoja ja yhteisiä elämyksiä. Itä-Suomen yliopisto.

Wallis, S. 2008. Huovuta neulalla. Iso-Britannia: Search Press Limited.

Yhdistys. Suomen Turner-yhdistys ry. Viitattu 18.12.2013.

<http://www.turneryhdistys.org/?q=node/4>

Yli-Viikari, A., Lilja, T., Heikkilä, K., Kirveenummi, A., Kivinen, T., Partanen, U., Rantamäki-Lahtinen, L., Soini, K. 2009. Green Care. Terveysttä ja hyvinvointia maatilalta. Jokioinen: Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus.

<http://www.mtt.fi/met/pdf/met141.pdf>

KYSELY VOIMAUTTAVAN HUOVUTUSPAJAN OSALLISTUJILLE

Oliko huovutus sinulle ennestään tuttua?

-Jos oli, niin mitä olit aiemmin huovuttanut?

Millaisia muita käsitöitä harrastat?

Mikä saa sinut tekemään käsitöitä?

Millaisia tunteita ja ajatuksia huovutus herätti?

-Herättivätkö eri työvaiheet erilaisia tunteita ja ajatuksia?

-Entä eri huovutusmenetelmät ja materiaalit?

-Havaitsetko tässä eroa suhteessa muihin käsityömenetelmiin?

Millainen vaikutus ryhmällä oli huovutuskokemukseesi?

Millaisena koit uuden oppimisen?

Antaako huovutus mielestäsi mahdollisuuden luovaan itseilmaisuun?

-Nousiko ilmaisullisuus esille huovutuspaikan aikana? Miten?

Ennen huovutuspaikkaa pyydettiin valitsemaan materiaalien värit sen mukaan, mikä itseä sillä hetkellä houkuttelee. Toisen huovutuspaikan aamuna pyydettiin ajattelemaan asiaa, jonka haluaisi käsityössään tuoda esille. Syntyikö näiden lähtökohtien myötä eroja ensimmäisen ja toisen päivän työskentelyyn?

Nousiko huovutuspaikan aikana mielessäsi esille jokin teema?

-Miten se syntyi?

-Miten se ilmeni työskentelyssä ja valmiissa työssä?

-Miten teema ja siihen liittyvät ajatukset muuttuivat / kehittivät huovutusprosessin aikana? Vai muuttuivatko ne lainkaan?

Tuleeko mieleesi muuta, mitä haluaisit huovutukseen liittyen kertoa?