
PIKA PAKKI PUUTYÖHÖN

Työkalupakki puukäsityöhön aivoverenkiertohäiriökuntoutujille

Enni Ruuskanen
Tanja Ursin

Opinnäytetyö

Ammattikorkeakoulututkinto

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Toimintaterapian koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Enni Ruuskanen, Tanja Ursin	
Työn nimi Pika Pakki Puutyöhön- Työkalupakki puukäsityöhön aivoverenkiertohäiriökuntoutujille	
Päiväys 22.11.2011	Sivumäärä/Liitteet 45/13
Ohjaaja(t) Anne Kanto-Ronkanen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kuntoutuskeskus Kunnanpaikka	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Käsityöt ovat yksi terapeuttisen toiminnan muoto toimintaterapiassa. Käytettävissä olevat käsityöt ovat olleet pääsääntöisesti naisille kohdennettuja käsitöitä, kuten kankaanpainantaa. Puukäsitöitä, jotka mielletään yleisesti miesten käsitöiksi, on ollut käytettävissä vähän. Lisäksi niiden toteuttaminen laitosolosuhteissa on koettu haasteellisenä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää ratkaisu tähän ongelmaan.</p> <p>Opinnäytetyö oli toiminnallinen opinnäytetyö, jonka toiminnallisena osuutena suunniteltiin ja toteutettiin Pika Pakki Puutyöhön -niminen materiaali- ja välinepaketti, erityisesti aivoverenkiertohäiriökuntoutujien toimintaterapiaan. Pikapakki puutyöhön sisältää erilaisia työkaluja, materiaaleja sekä kuvalliset ohjeet pienen puukäsityön tekemiseen. Työn toteutuksessa huomioitiin kohderyhmän tyypillisimmät oireet ja niiden aiheuttamat muutokset toimintakyvyssä. Yhteistyökumppanina toimi Kuntoutumiskeskus Kunnanpaikka, jossa kuntoutustoiminnan pääpaino on työikäisten ammatillisessa ja lääkinnällisessä kuntoutuksessa, työkykyä ylläpitävässä toiminnassa, geriatrisessa kuntoutuksessa sekä vaikeavammaisten kuntoutuksessa.</p> <p>Opinnäytetyössä toimintaterapian teoreettisena viitekehyksenä oli Inhimillisen Toiminnan Malli, jonka käsitteiden avulla voidaan ymmärtää toimintaan motivoitumista, toimintojen jäsentymistä sekä ihmisen, toiminnan ja ympäristön välisiä vuorovaikutussuhteita. Opinnäytetyössä tarkasteltiin käsityön tekemistä Inhimillisen Toiminnan Mallin keskeisien käsitteiden kautta. Lähtökohtana oli käsitöiden, erityisesti puukäsitöiden, monipuolinen hyödynnettävyys toimintaterapiassa, jossa ne mahdollistavat mielekkään ja motivoivan toiminnan tarjoamisen ja erilaisten taitojen harjoittamisen. Opinnäytetyössä käytettiin toiminnan analyysia, jonka avulla tuotiin esille mitä taitoja puukäsityön tekeminen vaatii tekijältään. Toiminnan analyysissa hyödynnettiin ICF-toimintakyvyn luokittelun suoritus- ja osallistumisen osa-alueita toiminnan vaatimusten kuvaamisessa. ICF-luokitus on kansainvälinen standardi väestön toimintaedellytysten kuvaamiseen.</p> <p>Pika Pakki Puutyöhön -työkalupakista kerättiin palautetta Kunnanpaikan työntekijöiltä, jotka kokivat Pakin kokonaisuudessaan monipuolisena ja asianmukaisena. Käyttökokemuksista sekä pakin välineistön ja valitun pienen puukäsityön sopivuudesta kerättiin palautetta kolmelta miespuoliselta aivoverenkiertohäiriökuntoutujalta. Kuntoutujat kokivat Pakilla tehtävän toiminnan ja työkalujen käyttämisen mielenkiintoisena ja haasteellisenä.</p> <p>Jatkotutkimusaiheena voisi olla Pakin käyttökokemusten laajempi kartoittaminen. Pakkiin voitaisiin laatia myös kehittämistyönä lisää kuvallisia ohjeita puukäsitöiden tekemistä varten.</p>	
Avainsanat puukäsityöt, aivoverenkiertohäiriöt, toimintaterapia	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme of Occupational Therapy			
Author(s) Enni Ruuskanen, Tanja Ursin			
Title of Thesis Pika Pakki Puutyöhön - tool box to woodwork for the patients who are recovering from a stroke			
Date	22.11.2011	Pages/Appendices	45/13
Supervisor(s) Anne Kanto-Ronkanen, Senior lecturer			
Project/Partners Kuntoutuskeskus Kunnonpaikka			
<p>Abstract</p> <p>Handicrafts are a form of therapeutic function in occupational therapy. Typically the handicrafts in use, such as cloth printing, have been considered more as female handicrafts. Woodwork, that is usually associated with men, has been limitedly available. In addition, its implementation in institutional environments has been experienced as challenging. The aim of this thesis was to develop a solution for that problem.</p> <p>The thesis was a functional study, where the functional part was to plan and execute a package called Pika Pakki Puutyöhön including materials and tools directed especially for rehabilitation patients who are recovering from a stroke. Pika Pakki Puutyöhön includes different kinds of tools, materials and a descriptive guide for doing a small woodwork. The most common symptoms and changes of capacity in the target group were also taken into account in the execution of the study. The partner in the study was the rehabilitation center Kunnonpaikka, where the emphasis of the rehabilitation operations is on the professional and medical rehabilitation of people of working age, geriatric rehabilitation and the rehabilitation of seriously disabled patients.</p> <p>The theoretical framework of the study was The Model of Human Occupation. The concepts of the model can be used to understand motivation for occupation, function-organizing and the interdependencies of human, functions and the environment. In the study, handicrafts were viewed through the concepts of The Model of Human Occupation. The starting point of the study was to utilize handicrafts, especially woodwork, diversely in occupational therapy, and use them as meaningful and motivating way to offer occupation and train different skills. Occupational analysis was used in the thesis to highlight the skills that the woodwork requires from its maker. To model the requirements of the functions in the occupational analysis, the division of performance and involvement in the ICF-classification was used. The ICF-classification is an international standard for modelling operational preconditions of the population.</p> <p>The feedback from the Pika Pakki Puutyöhön was collected from the employees of the Kunnonpaikka. As a whole, they experienced the Pika Pakki Puutyöhön as versatile and proper for its use. The experiences from using the Pakki and its tools and the suitability of the small woodwork were collected from three male patients who were recovering from a stroke. They experienced the functions of Pakki and the tools as interesting and challenging.</p> <p>As a further study, a wider research of the experiences of using the Pika Pakki Puutyöhön could be executed. Also as a development, more illustrated guide to making the woodwork could be devised.</p>			
<p>Keywords woodwork, stroke, occupational therapy</p>			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	7
2	AIVOVERENKIERTOHAIRIÖT	9
2.1	Aivoverenkiertohäiriöiden esiintyvyys	9
2.2	Aivoverenkiertohäiriön aiheuttamat oireet	9
2.2.1	Motoriset häiriöt.....	10
2.2.2	Neuropsykologiset ja psyykkiset häiriöt	10
3	AIVOVERENKIERTOHAIRIÖT JA TOIMINTATERAPIA.....	12
3.1	Toimintaterapia.....	12
3.2	Pakin käyttäminen toimintaterapiassa.....	13
4	KÄSITYÖT TERAPEUTTISENA TOIMINTANA	15
4.1	Käsitöiden terapeuttisuus	15
4.2	Käsityöt toimintaterapiassa	16
4.3	Miehille suunnatut käsityöt.....	17
5	TOIMINNAN ANALYYSI	18
5.1	Toiminnan analyysi tehtävästä.....	18
5.2	Toiminnan analyysi tekemisestä ICF-luokituksen mukaan	19
6	KÄSITYÖN TEKEMINEN INHIMILLISEN TOIMINNAN MALLIN NÄKÖKULMASTA	23
6.1	Tahto	24
6.2	Tottumus	25
6.3	Suorituskyky	26
6.4	Eletty keho.....	27
6.5	Ympäristö	28
6.6	Tekeminen.....	28
7	TYÖPROSESSIN KUVAUS.....	30
7.1	Ideointivaihe	30
7.2	Suunnitteluvaihe	31
7.3	Toteutusvaihe	32
7.4	Valmiin pakin esittely	34
7.5	Kokemuksia työelämästä.....	34
8	POHDINTA.....	37
8.1	Tavoitteet ja tulokset.....	37
8.2	Työtä ohjaavat teoriat	38
8.3	Luotettavuus ja eettisyys	40
8.4	Oma oppiminen	41
	LÄHTEET.....	43

LIITTEET

Liite 1 Pika Pakki Puutyöhön- kuvalliset ohjeet avainnaulakon tekemiseen

1 JOHDANTO

Suunnittelimme ja toteutimme opinnäytetyönämme Pika Pakki Puutyöhön- nimisen työkalu- ja materiaalipaketin aivoverenkiertohäiriökuntoutujien toimintaterapiaan. Opinnäytetyömme koostuu toiminnallisesta ja kirjallisesta osuudesta. Opinnäytetyömme tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa monipuolinen ja motivoiva, puukäsityön tekemisen laitosolosuhteissa mahdollistava, väline- ja materiaalipaketti toimintaterapiaan, erityisesti miespuolisia aivoverenkiertohäiriökuntoutujia ajatellen.

Opinnäytetyömme lähtökohtana on käsityön terapeuttisuus ja hyödynnettävyys erityisesti aivoverenkiertohäiriökuntoutujien toimintaterapiassa. Käsitöiden käyttö on ollut keskeinen menetelmä toimintaterapiassa ammatin alusta lähtien. Käsitöitä käytettiin sotainvalidien kuntoutuksessa ensimmäisen maailmansodan jälkeen, jolloin huomattiin käsitöiden vaikutukset fyysiseen ja psyykkiseen eheytymiseen. (Bissell & Mailloux 1981, 370.) Toimintaterapiassa käsityöt ovat yksi terapeuttinen menetelmä, missä ne mahdollistavat erilaisten taitojen harjoittamisen mielekkään toiminnan avulla. Harjoittelujaksoillamme olemme kuitenkin huomanneet, että miehille suunnattuja käsitöitä, kuten puukäsitöitä on tarjolla vähän, vaikka niille olisi tarvetta. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli vastata tähän tarpeeseen.

Aivoverenkiertohäiriöiden esiintyvyys Suomessa vuonna 2009 on arviolta 82 000. Vuosittain aivoinfarktiin sairastuu noin 14 600 suomalaista (Aivoliitto 2011). Valitsimme kohderyhmän sen yleisen esiintyvyyden ja oman mielenkiintomme vuoksi. Tässä työssä käytämme aivoverenkiertohäiriöstä lyhennettä AVH.

Yhteistyökumppanimme toimi Kuntoutumiskeskus Kunnanpaikka ja siellä työskentelevä toimintaterapeutti Ulla Miettinen. Kunnanpaikan kuntoutustoiminnan pääpaino on työikäisten ammatillisessa ja lääkinällisessä kuntoutuksessa, työkykyä ylläpitävässä toiminnassa, geriatrisessa kuntoutuksessa sekä vaikeavammaisten kuntoutuksessa (Kunnanpaikka 2010).

Opinnäytetyömme toiminnallisessa osuudessa tuottamamme Pika Pakki Puutyöhön on työkalupakki, joka sisältää erilaisia valitsemiamme työkaluja ja materiaaleja pienen puukäsitöiden tekemistä varten. Opinnäytetyössämme käytämme tästä nimeä Pakki. Pakkiin laadimme myös kuvalliset ohjeet avainnaulakon valmistamista varten sekä vinkkejä muihin pieniin puukäsitöihin.

Kirjallisessa osuudessa esittelemme AVH:n aiheuttamat oireet ja toimintaterapian periaatteet. Avainnaulakon tekeminen yksittäisenä tehtävänä on analysoitu käyttämällä osia tehtävä suuntautuneesta toiminnan analyysistä. Avainnaulakon tekemisen vaatimukset on kuvattu käyttämällä ICF-toimintakyvyn luokittelua, josta hyödynnämme suoritusten ja osallistumisen osa-aluetta.

Työmme taustalla on toimintaterapian teoria Inhimillisen Toiminnan Malli, jonka avulla kuvaamme yksilön, toiminnan ja ympäristön välisiä suhteita ja tarkastelemme käsityötä, erityisesti puukäsityötä monipuolisena terapeuttisena toimintana. Lisäksi tarkastelemme avainnaulakon tekemistä Inhimillisen Toiminnan Mallin keskeisten käsitteiden kautta.

Lisäksi esittelemme opinnäytetyömme työprosessin, valmiin tuotoksen sekä sen käytöstä saatuja käyttökokemuksia, joita keräsimme harjoittelujaksollamme Kunnanpajassa. Lopuksi pohdimme työn tavoitteiden ja tuloksien toteutumista, teorioiden käyttöä, luotettavuutta ja eettisyyttä sekä omaa oppimistamme opinnäytetyöprosessissa. Liitteenä ovat laatimamme kuvalliset ohjeet avainnaulakon tekemisestä.

2 AIVOVERENKIERTOHAIRIÖT

Opinnäytetyössämme olemme rajanneet asiakasryhmäksi aivoverenkiertohäiriökuntoutujat. Valitsimme kohderyhmän sairauden yleisyyden ja oman kiinnostuksemme vuoksi. Ajattelimme myös Pakin sopivan hyvin käytettäväksi kohderyhmän toimintaterapiassa. Esittelemme työssämme yleisesti aivoverenkiertohäiriön määritelmän ja sen aiheuttamia toimintakyvyn muutoksia, jotka olemme huomioineet pakin sisältöä valitessamme.

Aivoverenkiertohäiriö on aivojen toimintahäiriö, jossa aivokudos vaurioituu. Aivoverenkiertohäiriö aiheutuu aivoverisuonen tukoksesta eli aivoinfarktista tai aivoverisuonen repeämän synnyttämästä verenvuodosta. (Aivoliitto 2011.)

2.1 Aivoverenkiertohäiriöiden esiintyvyys

Aivoverenkiertohäiriöiden esiintyvyys Suomessa vuonna 2009 on arviolta 82 000. Vuosittain aivoinfarktiin sairastuu noin 14 600 suomalaista. Arviolta puolelle heistä jää neurologisia vaurioita, jotka haittaavat päivittäistä toimintakykyä. Joka kolmas toipuu kokonaan oireettomaksi, kolme neljästä pärjää omatoimisesti ja 15 % tarvitsee pysyvää laitoshoidoa. AVH:n sairastaneista noin 40 % tarvitsee pitkäkestoista kuntoutushoidoa. (Aivoliitto 2011.)

Aivoverenkiertohäiriöiden esiintyvyys kasvaa jyrkästi ikäryhmästä 20–44 vuotta ikäryhmään yli 75-vuotiaat. Aivoverenkiertohäiriöitä esiintyykin suurimmaksi osaksi ikääntyneillä ihmisillä, sillä kaksi kolmasosaa sairastuneista on yli 65-vuotiaita. Noin neljännes sairastuneista on työikäisiä. (Kaste ym. 2006, 271, 276.)

2.2 Aivoverenkiertohäiriön aiheuttamat oireet

Aivoverenkiertohäiriöt vaikuttavat kokonaisvaltaisesti sairastuneen koko persoonaan, kuten persoonalliseen ilmaisuun, vastaanottokykyyn ja psyykkiseen prosessointiin. Kognitiivisten kykyjen, persoonallisen ilmaisun sekä liikuntavajeiden takia AVH:n aiheuttama vammaisuus on monisäikeinen kokonaisuus, jonka sairastunut lähiympäristöineen joutuu kohtaamaan. (Korpelainen, Leino, Sivenius & Kallanranta 2008, 251.)

2.2.1 Motoriset häiriöt

Aivoinfarktin aiheuttama tyypillinen oire on hemipareesi eli toispuolihalvaus, joka on yleensä vaikeampi yläraajassa kuin alaraajassa. Vartalon toisen puolen täydellinen tai osittainen toimimattomuus johtuu aivojen ja lihasten välisen yhteyden katkeamisesta. Halvaantuneessa raajassa on aluksi tavallisesti liian vähän lihasjänteitä, mutta vähitellen se voi kehittyä liialliseksi jäykkyydeksi eli spastisuudeksi, joka johtuu liiallisesta lihasjänteestä. Spastisuus vaikeuttaa liikkeiden sujuvuutta, esimerkiksi otteen irrottamista esineestä. (Korpelainen ym. 2008, 253; Laine 2010.)

AVH:n seurauksena tuntopalautteen saaminen voi muuttua tai estyä kokonaan, mikä aiheuttaa tuntoaistimusten korostumista tai heikentymistä. Tuntoaistin muutosten vuoksi, tuttuja esineiden tunnistaminen ilman näköhavaintoa voi olla vaikeaa ja esineet saattavat pudota kädestä helpommin. (Laine 2010.)

2.2.2 Neuropsykologiset ja psyykkiset häiriöt

Aivoverenkiertohäiriöt heikentävät henkistä suorituskykyä. Nämä häiriöt vaikeuttavat sairastuneen selviytymistä arkipäivän toimista, ja jo lievemmätkin häiriöt voivat heikentää merkittävästi työ- ja toimintakykyä. Erityisesti sairastumisen alkuvaiheessa esiintyy voimakasta henkisen suorituskyvyn yleisoireistoa, joka aiheuttaa väsyvyyttä, tarkkaavuuden ja muistitoimintojen heikentymistä sekä kognitiivisen prosessoinnin ja päättelytoimintojen hidastumista. Yleisoireiston ohella oirekuvassa esiintyy myös neuropsykologisia erityisoireita, jotka näkyvät heikentyneenä suorituskykynä kielellisissä ja hahmotustoiminnoissa, muistitoiminnoissa sekä toiminnan tavoitteellisuuden ja tahdonalaisten liiketoimintojen säätelyssä. (Kaste ym. 2006, 327; Laine 2010.)

Aivotoimintojen häiriöt heikentävät herkästi tarkkaavaisuutta, joka tarkoittaa kykyä keskittyä tavoitteen kannalta oleellisiin asioihin. Tarkkaavaisuuden säätelyyn kuuluu kyky valikoida tavoitteen kannalta oleelliset asiat epäoleellisista. Aivoverenkiertohäiriön aiheuttamat häiriöt vireydessä sekä lisääntyneet ahdistuneisuus ja masentuneisuus vaikeuttavat tahdonalaisen tarkkaavuuden säätelyä. (Laine 2010.)

Kolmasosalla potilaista esiintyy afasiaa eli osittaista tai täydellistä kielellisen toiminnan häiriötä, joka voi aiheuttaa häiriöitä puheen tuotossa, ymmärtämisessä ja lukemisessa. Afaattisen oireyhtymän lisäksi saattaa esiintyä myös kirjoittamis- ja laskemishäiriöitä. (Kaste ym. 2006, 327.) Koska afasia haittaa kaikenlaista sosiaalista kanssa-

käymistä, haittaa se usein myös arjessa selviytymistä ja oman elämän hallintaa (Aivoliitto 2011).

Muistihäiriöt ovat aivoverenkiertohäiriön aiheuttamia yleisoireita. Erityisesti eriaisteiset lyhytkestoisen muistin häiriöt ovat yleisiä, mikä voi vaikeuttaa esimerkiksi uusien asioiden oppimista ja ohjeiden muistamista. Vanhat tiedot ja taidot muistetaan usein paremmin. (Laine 2010.)

Aivoverenkiertohäiriö voi aiheuttaa hahmottamisenhäiriöitä, kuten visuaalisen agnosian, jolloin henkilö ei tunnista näköhavainnon varassa aiemmin tuttuja asioita ja henkilöitä. Visuospatiaalinen hahmottamisen häiriö taas vaikeuttaa esimerkiksi mittasuhteiden hahmottamista ja kellon ajan tunnistamista. Visuokonstruktivisen toiminnan eli moniosaisen, suunnittelua vaativan toiminnan, vaikeudessa henkilön voi olla vaikea hahmottaa ja suorittaa erilaisia tavallisiakin asioita, kuten keittää kahvia. (Aivoliitto 2011.)

Aivoverenkiertohäiriö voi aiheuttaa neglect-oireita eli kyvyttömyyttä havainnoida aivoaurion vastakkaiselta puolelta tulevia ärsykeitä. Häiriö voi koskea sekä omaa kehoa että ympäristön ärsykeitä, ja se voi ilmetä myös kuulo- ja tuntoaistien alueella. Henkilö, joka ei huomioi ympäristöään kokonaisuudessaan törmäilee herkästi esimerkiksi oven karmeihin, ja myös esineiden havaitseminen hyllyltä voi olla vaikeaa. (Laine 2010.)

Apraksiassa eli tahdonalaisten liikkeiden vaikeudessa henkilö ei kykene toimimaan tarkoituksen mukaisesti, koska hän ei hahmota tutussakaan toiminnassa tarvittavia välineitä ja toiminnan etenemisen vaiheita. Apraksia voi haitata selvästi päivittäisiä toimia, harrastuksia, töitä ja monenlaista tarkasta käden käytöstä selviytymistä. (Laine 2010.)

AVH voi akuuttivaiheessa aiheuttaa epävarmuutta, ahdistusta, mielialaherkkyttä ja lisääntyvää masentuneisuutta. Toipumisen edistyessä voi tulla esille yliaktiivisuutta ja epärealistista toipumisen odotusta. Masennus on kaikkein yleisin aivoverenkiertohäiriön jälkeinen psykiatrinen oireyhtymä, joka osaltaan pidentää ja vaikeuttaa aivoverenkiertohäiriöstä toipumista. Mitä vaikeampi on AVH:n aiheuttama neurologinen ja päivittäisten toimien haitta, sitä useammin potilaalle kehittyy myös masennusta. (Korpelainen ym. 2008, 256.)

3 AIVOVERENKIERTOHAIRIÖT JA TOIMINTATERAPIA

AVH-kuntoutujien toimintaterapiassa keskeistä on toimintakyvyn kohentaminen. Harjoittelu tapahtuu käyttämällä erilaisia merkityksellisiä ja motivoivia toimintoja, jollainen voi olla, esimerkiksi Pakilla tehtävän puukäsityön tekeminen. Woodsonin (2002, 1029) mukaan on kasvavaa näyttöä siitä, että interventiot jotka kytkeytyvät merkitykselliseen toimintaan, ovat paljon hyödyllisempiä kuin rutiiniluontoiset ja passiiviset toiminnot.

Tuomme esille Pakilla tehtävän puukäsityön hyödynnettävyyttä osana tavoitteellista toimintaterapiaa. Pakin käyttämisessä toimintaterapeutilla on keskeinen rooli ohjauksessa, jotta työskentely olisi mahdollisimman kuntouttavaa.

3.1 Toimintaterapia

Aivoverenkiertohäiriökuntoutujan toimintaterapia on osa moniammatillista kuntoutusta. Kuntoutus on pitkäaikainen prosessi. Kuntoutujan laajan oirekuvan ja erilaisten vajaatoimintojen vuoksi kuntoutus muodostuu fysio-, toiminta- ja puheterapiasta sekä neuropsykologisesta kuntoutuksesta. (Kaste ym. 2006, 327.)

Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen kuntoutustarve perustuu kolmeen asiaan. Ensimmäiseksi sairastunut on menettänyt äkillisesti ja pitkäaikaisesti keskeisiä osia toimintakyvystään ja tarvitsee apua tullaan toimeen elämässään. Toiseksi aivojen plastiisuuden takia toimintamahdollisuuksia on palautettavissa uudelleen oppimisen ja organisoitumisen kautta. Kolmanneksi sairastunut on joutunut uuteen tilanteeseen, missä kyse on toimintojen kompensoimisen lisäksi sosiaalisesta uudelleen jäsentymisestä. (Korpelainen ym. 2008, 253.)

Toimintaterapia aloitetaan akuutin vaiheen jälkeisessä kuntoutuksessa (Korpelainen ym. 2008, 264). Toimintaterapia on toimintakykyä kohentava kuntoutusmuoto, jonka keskeisenä lähtökohtana on toimintakyvyn vahvuuksien, rajoitusten, yksilöllisten toiveiden, elinympäristön vaatimusten ja sen luomien mahdollisuuksien huomioon ottaminen. Kuntoutujan tavat, tottumukset, mielenkiinnon kohteet ja sosiaalinen ympäristö huomioon ottaen luodaan pohja asiakaslähtöisyydelle ja kuntoutusmotivaatiolle. (Baumann 2009.)

Toimintaterapian ensisijainen tavoite AVH-kuntoutuksessa on lisätä itsenäistä selviytymistä päivittäisistä toiminnoista ja siten kohottaa kuntoutujan elämänlaatua. Jos kuntoutujalla on pysyviä toiminnallisia ongelmia, tulee hänelle opettaa ja ohjata kompensoivia tapoja selviytyä tärkeistä tehtävistä ja toiminnoista, esimerkiksi käyttämällä halvaantunutta raajaa aina kun mahdollista. Toimintaterapiassa yhdistyvät kompensoivat ja uudelleen oppimista tukevat terapiamenetelmät, joissa yritetään vähentää toimintakyvyn ongelmia, sitouttamalla kuntoutuja merkityksellisiin toimintoihin. (Woodson 2008, 1024.) Baumannin (2009) mukaan AVH-kuntoutujan toimintaterapian tavoitteena on toimintakyvyn kohentuminen siten, että päivittäisistä toimista selviytyminen olisi mahdollisimman omatoimista. Harjoittelua tehdään päivittäisten askareiden yhteydessä sekä erilaisten toimintojen avulla, jotka toimintaterapeutti ja kuntoutuja valitsevat yhdessä. Toiminta valitaan siten, että sillä harjoitellaan sensomotorisia, kognitiivisia, psyykkisiä ja sosiaalisia valmiuksia ja taitoja.

AVH- kuntoutuja tarvitsee toimintaterapiassa usein yläraajan kuntoutusta, joka voi muodostua esimerkiksi passiivisista tai aktiivisista liikeharjoituksista sekä toiminnallisista oteharjoituksista. Yläraajan kuntoutuksessa yksi harjoittelun muoto ovat käden toiminnalliset harjoitukset, joissa voidaan käyttää erikokoisia otepalikoita, arkipäivän esineitä, työvälineitä ja pelejä. Harjoitus on mahdollista siirtää työ- tai harrastustoimintaan. Mielekkään ja innostavan toiminnan kautta tulee huomaamatta harjoiteltua muun muassa yläraajan hallintaa, voimaa, liikeratoja, hienomotoriikkaa, otteita ja kaksikätsyyttä. (Baumann 2009.)

3.2 Pakin käyttäminen toimintaterapiassa

Pakin käyttämisessä toimintaterapiassa on huomioitava AVH-kuntoutujan ohjaamisen pääperiaatteet. Tuomme esille myös omia huomioitamme toimintaterapeutin roolista Pakin käytön ohjaamisessa.

AVH-kuntoutujan ohjaamisessa toimintojen olisi tapahduttava halvaantuneelta puolelta, koska silloin se tulee huomioiduksi (Numminen 1991, 36). Neglectin kuntoutuksessa kiinnitetään huomiota toisen puolen huomioimattomuuteen (Woodson 2002, 1035). Pakkia käytettäessä osa työkaluista ja materiaaleista kannattaa sijoittaa työtasolla kuntoutujan halvaantuneelle kehon puolelle, jolloin tämän puolen huomioimista voidaan harjoitella.

Jos yläraajan toiminta ei palaudu, tulee sitä harjoittaa niin, että se voi toimia tuki- tai apukätenä. Yläraajan nivelliikkuvuuksien säilyttäminen on tärkeää (Numminen 1991,

42). Pakin käytössä työkaluja ja välineitä voidaan sijoittaa siten, että kuntoutuja joutuu, esimerkiksi kurottamaan ja samalla harjoittamaan nivelliikkuvuuksia. Kaksikäti-syyttä harjoitellaan, esimerkiksi puupalan hiomisessa ja maalipurkin avaamisessa. Näissä toiminnoissa ohjataan ottamaan halvaantunut käsi apukädeksi.

Lähes kaikkeen toimintaan vaaditaan koordinaatiota. Käden toimintakyvyn kannalta on tärkeää rohkaista käyttämään vaurioitunutta kättä itsestä huolehtimisen ja vapaa-ajantoiminnoissa. Terapiaan kuuluvat myös hienomotoristen taitojen arviointi ja terapia, joihin lukeutuvat käden- ja sormien otteet. (Woodson 2002, 1028.) Pakilla tehtävän puukäsityön avulla voidaan harjoittaa monipuolisesti erilaisia taitoja, jotka voivat auttaa päivittäisistä toiminnoista selviytymisessä. Pakkia voi hyödyntää osa harjoitteina siten, että Pakin materiaaleilla harjoitellaan otteita ilman varsinaista työn tekemistä, esimerkiksi kaivertimen pitäminen kädessä. Toimintakyvyn ollessa sopiva työn tekemiseen, on varsinaisen konkreettisen puutyön tekeminen tavoiteltavaa.

Jos kuntoutujan kädessä on jäljellä toiminnallisuutta, on käden aktiiviseen käyttöön kannustettava toiminnallisissa tehtävissä, tarjoamalla liikuntaa ja toiminnallisia harjoitteita. Tavoitteena on voiman ja motoriikan kontrolli, uudelleenoppiminen sensomotoriikan kautta sekä toiminnallisen suoriutumisen parantuminen. (Woodson 2002, 1028.) Työn tekeminen on monipuolinen harjoite, jossa yhdistyvät ihmisen henkinen ja fyysinen puoli. Puutyön tekemisessä tarvittavien taitojen harjoittaminen voi näkyä päivittäisten toimintojen helpottumisessa, sillä puutyön tekemisessä tarvitaan tietyn asteista käden ja sormien karkea- ja hienomotoriikkaa ja voimaa, joita tarvitaan myös, esimerkiksi paidan napittamisessa tai haarukan pitelemisessä.

Toimintaterapeutin suhtautuminen kuntoutujaan ohjaamistilanteessa on merkittävä. Toimintaterapeutin kannustava asenne rohkaisee kuntoutujaa työskentelyn aloittamiseen ja madaltaa kynnystä kokeilla itselleen vieraampaakin toimintaa sekä saattamaan työskentelyn loppuun sen haastavuudesta huolimatta.

Työkalujen käytön turvallinen ohjaaminen vaatii, että niiden käytöstä omakohtaista kokemusta. Kuntoutujalle on tärkeää kertoa, että työskentely ei tapahdu täysin itsenäisesti, vaan toimintaterapeutin tuki ja ohjaus ovat koko ajan saatavilla. Pakin käytössä on tärkeää, että kuntoutuja saa ottaa toimintakykynsä resurssit täyteen käyttöön, toimimalla mahdollisimman itsenäisesti ja keksimällä itse tai toimintaterapeutin kanssa ratkaisuja haastaviin tilanteisiin toiminnassa, joita voivat olla, esimerkiksi maalipurkin avaaminen, hiomapaperin repäiseminen ja terän vaihtaminen ruuvinvääntimeen.

4 KÄSITYÖT TERAPEUTTISENA TOIMINTANA

Esittelemme käsityön määritelmän ja sen terapeuttisuutta. Lisäksi tuomme esille käsityöiden käytön historiaa toimintaterapiassa, jotta Pakilla tehtävän toiminnan eli puukäsityön terapeuttisuutta voidaan ymmärtää laajemmin. Perustelemme myös käsityöiden sukupuolittuneisuuden avulla, miksi olemme valinneet juuri puukäsityön tekemisen miehille sopivaksi toiminnaksi.

4.1 Käsityöiden terapeuttisuus

Käytämme opinnäytetyössämme termejä käsityö ja puukäsityö, jotka molemmat sopivat Anttilan määritelmään käsityöstä. Anttilan (1996, 10) mukaan käsityöllä on monia merkityksiä, sillä tarkoitetaan käsin tai käsissä pidettävien työkaluin suoritettua työtä ja myös käsin tehdyn työn tuotetta.

Pöllänen (2008, 91) toteaa, että käsityö on terapiaa silloin, kun siinä on kyse systemaattisesta ja tietoisesta interventioiden sarjasta. Intervention tavoitteena on terapian kohteena olevan henkilön toimintoihin, ajattelumalleihin, tunteisiin ja elämään liittyvä terapeuttinen muutos.

Käsityön suunnittelu- ja valmistusprosessi aktivoi tekijän erilaiset persoonallisuuden osa-alueet, sen kognitiiviset, sensomotoriset, emotionaaliset ja sosiaaliset tekijät. Käsityö voi tyydyttää ihmisen omaa luomistarvetta ja olla terapeuttista tai viihdyttävää. (Anttila 1996, 32, 38.)

Pölläsen (2008, 100–101) mukaan käsityöiden terapeuttisuus perustuu siihen, että yksilö luo itse käsityöhön tai terapeutti luo yksilöön sellaisen käsityösuhteen, että terapeutti voi tämän käsityösuhteen avulla ymmärtää yksilön ongelmia ja auttaa. Pöllänen toteaa käsityön tarjoavan terapeuttisen muutoksen kontekstin, jossa tarjotaan hyvinvointia tai kuntoutusta tukevaa ohjausta käsityön keinoin. Tämä voi toteutua toisen henkilön ohjaamana tai itsehoidollisena, itseohjaavana prosessina.

Kun käsityötä käytetään terapiana tai terapeuttisena välineenä, on Pölläsen (2008, 100–101) mukaan fokus käsityössä, itse toiminnassa ja siihen kytkeytyvissä tunteissa, kokemuksissa ja kielessä, ei vammassa, sairaudessa, kivussa, huonommuuden

tunteessa tai muussa vaikeutena koettavassa asiassa. Käsityö toimii aktiivisena kokonaisvaltaisena toimintana, jossa käsityön suunnittelu- ja valmistusprosessi tai käsityön koskettaminen tai katseleminen tuottaa erilaisia psykofyysisiä merkityksiä.

Anttilan (1996, 10, 70) mukaan käsityöhön liittyy myös aina luovuus. Käsityö voi olla tekijälleen itselleen syvä tyydytyksen aihe, koska sitä tehdessä voi olla luova ja ilmaista itseään. Toisaalta se voi olla myös aivan tavallista viihtymistä ilman tietoisia määrällisiä tavoitteita. Luovana toimintana käsityöstä voi saada myös henkistä pääomaa, jolla on uutta annettavaa tekijälle itselleen automaattistuvan ja taloudellisilta perusteiltaan horjuvan yhteiskuntamme rakenteellisesta muutoksesta selviytymiseksi.

4.2 Käsityöt toimintaterapiassa

Käsitöiden käyttö on ollut keskeinen menetelmä toimintaterapiassa ammatin alusta lähtien. Käsitöitä käytettiin sotainvalidien kuntoutuksessa ensimmäisen maailmansodan jälkeen, jolloin huomattiin käsitöiden vaikutukset fyysiseen ja psyykkiseen eheytymiseen. (Bissell & Mailloux, 1981, 370.) Joutsivuo (2005, 30) toteaa, että sodan jälkeen sairaaloissa potilaille tarjolla olevat toiminnat olivat pääsääntöisesti käsitöitä, jotka valittiin pitkälti potilaan sukupuolen mukaan. Tätä toimintaa kutsuttiin työterapiaksi, jossa käsityöt olivat yksi konkreettinen toiminnan muoto. Käsitöinä tehtiin esimerkiksi pajukoreja ja puutöitä, luonnonmateriaaleja suosien.

Käsitöiden käytölle toimintaterapiassa on aina ollut monia haasteita. Bissell & Mailloux (1981, 372) tekemässä tutkimuksessa 28 % vastanneista toimintaterapeuteista ei sisällyttänyt käsitöitä terapiaohjelmaan. He perustelivat vastaustaan sillä, että käsitöiden käytön perustelu terapiakeinona oli vaikeaa sekä potilaille että heille itselleen. Muita perusteluja käsitöiden käytön pois jättämiselle olivat niiden käytön kirjaamisen vaikeus, sopivien tilojen puuttuminen, taloudelliset säästötoimet ja henkilökunnan vähyyys.

Käsitöiden käytön haasteet terapiakeinona ovat nykyään osittain samankaltaisia. Harris (2008, 133–134) mukaan toimintaterapeutit eivät valitse käsitöitä terapiakeinoksi niiden alhaisen teknologisen aseman vuoksi. Hänen mukaansa käsitöiden käytön terapeuttinen arvo on herättänyt keskustelua toimintaterapeutin ammatin alkuajoista lähtien. Hän korostaakin, että käsitöiden käytön merkityksestä tarvittaisiin lisää tutkimuksia.

4.3 Miehillä suunnatut käsityöt

Käsityöillä on tietty sukupuolittuneisuus. Yhteiskunnassamme vallitsee tietynlainen ajattelutapa siitä, mitkä käsityöt ovat miehille suunnattuja, ja mitkä mielletään enemmänkin naisten käsityöiksi. Tähän kahtiajakoon on ollut vaikuttamassa peruskoulun käsityöopetuksen perinteet. Käsityö on oppiaineen yleisnimi, joka aluksi jakaantui sukupuolen mukaan tytöille tarkoitettuun naiskäsityöhön ja poikien käsityöhön eli veistoon. (Simpanen 2003, 7.) Tasa-arvokasvatuksen periaate on sisällytetty opetuksen tavoitteisiin parinkymmenen vuoden ajan. Tästä huolimatta muutosta on tapahtunut vain vähän. Tytöt valitsevat tekstiilityön ja pojat teknisentyön. (Isaksson 1990, 84.)

Ihmisen ja kulttuurin kehityksellä on käsityöiden sukupuolittuneisuuteen oma osansa. Vuosisatojen saatossa tietyt käsityöt on liitetty sukupuolisuuteen, eettisyyteen tai sosioekonomiseen asemaan. Teollistumisen myötä monet käsityöt hävisivät, mutta toiset jäivät. Ompelu ja maalaus kohdentuivat naisille, ja miehet ottivat puutöiden tekemisen omakseen. Tästä voimme päätellä, että käsityöiden sukupuolittuneisuus elää ja se on muuttuva ilmiö. Yhteiskunnan muutokset näkyvät siinä, mitkä mielletään naisten töiksi ja mitkä miesten töiksi. (Tubbs & Drake 2007, 2.)

5 TOIMINNAN ANALYYSI

Toimintaterapiassa valitaan toiminnan analyysin ja soveltamisen perusteella toiminta, jonka tavoitteena on vaikuttaa kuntoutujan toimintaedellytyksiin (Rissanen 2008, 678). Toiminnan analysointi, soveltaminen ja porrastaminen ovat toimintaterapeutin ydinosajärjestelmää. Toiminnan analyysissa toimintaterapeutti sovittaa yhteen asiakkaan kyvyt ja taidot sekä toiminnan vaatimukset ja ympäristön olosuhteet. (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2011,139.) Käytimme toiminnan analyysia tuodaksemme esille tehtävän eli avainnaulakon tekemisen eri vaiheet sekä vaatimukset tekijältään ja ympäristöltään. Käytimme toiminnan analyysissa ICF-luokitusta sekä osia tehtäväsuuntautuneesta toiminnan analyysista. Analysoimamme toiminta on Pakilla valmistettavan avainnaulakon tekeminen. Puukäsityön tekemisen moniulotteisempia hyötyjä analysoimme ja kuvaamme Inhimillisen Toiminnan Mallin näkökulmasta kappaleessa 6.

5.1 Toiminnananalyysi tehtävästä

Toiminnan analysoimisessa käytimme hyödyksi osia tehtävä suuntautuneesta toiminnan analyysista. Tehtäväsuuntautuneessa toiminnan analyysissa toiminta pilkotaan pieniin osiin, joita tarkastellaan toiminnan vaatimusten näkökulmasta. Ensiksi nimitetään ja kuvataan analysoitava toiminta. Sitten kuvataan toiminnan tekijään liittyviä piirteitä, esimerkiksi ikä ja sukupuoli. Seuraavaksi kuvataan vaadittava fyysinen ympäristö sekä tarvittavat välineet ja materiaalit. Valittu toiminta jaetaan pienempiin osatehtäviin, joista toiminnan kokonaisuus koostuu. (Hautala ym. 2011, 141–142.) Kuviossa yksi olemme nimenneet analysoitavan toiminnan avainnaulakon tekemiseksi. Kuvaamme toiminnan tekijään liittyviä piirteitä sekä fyysisen ympäristön vaatimuksia materiaaleineen ja välineineen. Tuomme myös esille toiminnan osatehtävät eli ne toiminnan vaiheet, joista avainnaulakon tekeminen kokonaisuutena koostuu.

TEKEMISEN KUVAUS	<ul style="list-style-type: none"> • Avainnaulakko, joka tehdään valmiista puupohjasta käyttämällä erilaisia työkaluja.
KENELLE SOPII	<ul style="list-style-type: none"> • Erilaisille asiakasryhmille, muun muassa AVH- kuntoutujille • Eri ikäryhmille, kouluikäisistä ikääntyneisiin. • Erityisesti miehille, joilla mielenkiinnon kohteena ovat puukäsityöt.
YMPÄRISTÖN VAA- TIMUKSET, TYÖKA- LUT JA VÄLINEET, MATERIAALIT JA TARVIKKEET	<ul style="list-style-type: none"> • Työskentelytilana voi olla työhuone, esimerkiksi toimintaterapeutin työhuone. Työskentely ei vaadi erityistä puukäsityö- tai verstastilaa. • Vaatii ympäristöltä riittävän suuren työtason, jotta työkaluja voi käsitellä turvallisesti. • Ympäristön suojaamiseen tarvitaan liina, sanomalehtiä tai puualusta • Poraamisessa tarvitaan työn alle laitettava puualusta • Naulakon tekemiseen tarvittavia välineitä: sähkökäyttöinen ruuvinväännin+vaihtopäät, sähkökäyttöinen kaiverrin+vaihtoterät, vasara, ruuvimeisseleitä, sivuleikkurit, pistopuikko, pensseleitä, maaliastia, hiomapaperia, maalarinteippi, lyijykynä • Naulakon tekemiseen tarvittavia materiaaleja: puupohja, nauvoja, ruuveja, koukkuja, maalia, rautalankaa • Suojalasit • Kuvalliset ohjeet naulakon tekemiseen
OSATEHTÄVÄT	<ul style="list-style-type: none"> • Työn aloitus ja pakin sisältöön ja ohjeisiin tutustuminen • Kaiverrus ja koristelu (kaiverrin, vaihtoterät) • Puuosan hiominen (hiomapaperi) • Reikien poraaminen ripustusta varten (ruuvinväännin, vaihtoterät, lyijykynä) • Maalaaminen (pensselit, maaliastia, maalit) • Ripustimien kiinnittäminen (pistopuikko, ruuvit, naulat, koukut, vasara, ruuvinväännin) • Rautalangan pujottaminen (rautalanka, sivuleikkurit) • Työn lopetus ja siivoaminen

KUVIO 1. Toiminnan analyysi avainnaulakosta tehtävänä.

5.2 Toiminnan analyysi tekemisestä ICF-luokituksen mukaan

Toiminnan tekemisen analysoinnissa hyödynsimme ICF-toimintakyvyn, toimintarajoitusten ja terveyden kansainvälistä luokitusta. Tekemisen analysoiminen kertoo, mitä avainnaulakon tekeminen vaatii tekijältään. Toisaalta se kertoo myös mitä taitoja tekemisen avulla voidaan harjoittaa.

Toimintaterapeutit hyödyntävät ICF-luokitusta moniammatillisessa kuntoutustyössä. Bowyerin, Kielhofnerin & Kramerin (2008, 520) mukaan ICF-luokitus antaa raamit kansainväliseen ja tieteiden väliseen keskusteluun terveydestä ja sairauksista. Kansainvälisesti toimintaterapeutit käyttävät ICF-luokitusta vuoropuhelussa asiakkaasta muiden ammattilaisten kanssa.

ICF-luokitus on käytössä kansainvälisesti. ICF-luokitus on kansainvälinen standardi väestön toimintaedellytysten kuvaamiseen. ICF kuvaa tilanteita ihmisen toimintaky-

vyn ja sen rajoitteiden kannalta. Se toimii viitekehyksenä, joka jäsentää tätä tietoa mielekkäällä ja helppokäyttöisellä tavalla. ICF-luokituksen aihealueita ovat ruumiin ja kehon toiminnot, suoritukset ja osallistuminen sekä näihin liittyvät kontekstuaaliset tekijät. ICF-luokitus on alfanumeerinen, jossa kirjain d viittaa suoritukseen ja osallistumiseen. Kirjainta seuraa numerokoodi, joka koostuu pääluokan numerosta sekä sitä seuraavista toisen, kolmannen ja neljännen luokitusportaan numeromerkeistä. (WHO 2004, 3, 7–8, 21.)

Hyödynnämme ICF-luokituksen suoritusten ja osallistumisen osa-alueita. Valitsimme nämä osa-alueet yhteistyökumppanimme kanssa, toimintaterapeutin työnkuvaa ajatellen. Olemme valinneet toiminnan kuvaamiseen mielestämme parhaiten puukäsityön tekemiseen sopivat ICF-luokituksen alaotsikot suoritusten ja osallistumisen osa-alueelta. Olemme kuvanneet ICF-luokituksen otsikot ja koodit sekä avainnaulakon tekemisen vaatimukset kuvioissa 2.–5.

Kuviossa kaksi kuvaamme oppimiseen ja tiedon soveltamiseen liittyvät avainnaulakon tekemisen vaatimukset. Oppiminen ja tiedon soveltamisen pääluokka käsittelee oppimista, opitun tiedon soveltamista, ajattelemista, ongelman ratkaisua ja päätöksen tekemistä. (WHO 2004, 125.)

OPPIMINEN JA TIEDON SOVELTAMINEN	ICF-KOODI	AVAINNAULAKON TEKEMINEN
<i>Perusoppiminen</i>		
Taitojen hankkiminen	d155	Peruskykyjen ja monimutkaisempien kykyjen hankkiminen toimien ja tekojen sarjoina, joita tarvitaan taidon saavuttamiseen alkuvaiheesta taidon lopulliseen hallitsemiseen, kuten erilaisten työkalujen käsittely
Perustaitojen hankkiminen	d1550	Yksinkertaisen työkalun, kuten vasaran käyttäminen tarkoituksenmukaisesti.
Monimutkaisten taitojen hankkiminen	d1551	Toisiinsa liittyvien toimien oppiminen ohjeiden seuraamiseksi sekä liikkeiden jaksottamiseksi ja yhteensovittamiseksi, kuten monimutkaisia työkaluja (ruuvinväännin, kaiverrin) käytettäessä.
<i>Tiedon soveltaminen</i>		
Tarkkaavuuden kohdentaminen	d160	Keskittyminen tarkoituksellisesti ärsykeisiin, työn tekemiseen liittyvien äänien sietäminen.
Ajatteleminen	d163	Tavoitteisiin suunnattujen ajatusten, käsitteiden ja mielikuvien muodostaminen ja käsitteleminen, kuten mielikuvien luominen omasta työstä ja työn ideointi.
Lukeminen	d166	Ohjeiden lukeminen ja ymmärtäminen.
Laskeminen	d172	Laskutoimituksen suorittaminen ripustimien paikkojen mittaamisessa viivoittimen avulla
Ongelman ratkaiseminen	d175	Ratkaisun löytäminen työn etenemisen kannalta ongelmallisissa tilanteissa arvioimalla eri vaihtoehtoja ja toimimalla sen mukaan, esim. vinoon mennyt ruuvi.
Päätöksen tekeminen	d177	Työn etenemiseen liittyvien valintojen tekeminen, esim. koristelun, värien ja ripustimien valitseminen.

KUVIO 2. Oppiminen ja tiedon soveltaminen avainnaulakon tekemisessä

Kuviossa kolme kuvaamme avainnaulakon tekemistä tehtävän ja vaatimusten näkökulmasta. Yleisluontoisten tehtävien ja vaateiden osalta olemme valinneet kuvioon yksittäisten tai useampien tehtävien tekemistä koskevat alaotsikot.

YLEISLUONTOISET TEHTÄVÄT JA VAATEET	ICF-KOODI	AVAINNAULAKON TEKEMINEN
Yksittäisen tehtävän tekeminen	d210	Työn psyykkisiin ja fyysisiin osatekijöihin liittyvien yksinkertaisten tai monimutkaisten ja koordinoitujen toimien suorittaminen, kuten työn aloittaminen, toteuttaminen, lopettaminen ja jatkaminen.
Yksinkertaisen tehtävän tekeminen	d2100	Yksinkertaisen vähän vaiheita sisältävän osatehtävän tekeminen, kuten puupalan hiominen tai maalaaminen.
Monimutkaisen tehtävän tekeminen	d2101	Yksittäisen, monimutkaisen, monia vaiheita sisältävän tehtävän tekeminen, kuten kaivertimella koristelemine ja reikien poraaminen ruuvinvääntimellä.
Yksittäisen tehtävän tekeminen itsenäisesti	d2102	Yksinkertaisen tai monimutkaisen tehtävän itsenäisesti, ilman muiden apua.

KUVIO 3. Yleisluontoiset tehtävät ja vaateet avainnaulakon tekemisessä

Kuviossa neljä tuomme esille kommunikoinnin vaatimukset avainnaulakon tekemisessä. Kommunikointi käsittää viestien tuottamisen ja ymmärtämisen kielellä, merkeillä tai symboleilla (WHO 2004, 133.)

KOMMUNIKOINTI	ICF-KOODI	AVAINNAULAKON TEKEMINEN
<i>Kommunikointi-viestien ymmärtäminen</i>		
Puhuttujen viestien ymmärtäminen	d310	Työn suullisten ohjeiden ymmärtäminen.
Ei-kielellisten viestien ymmärtäminen	d315	Eleillä, symboleilla ja piirroksilla välitettyjen viestien ymmärtäminen.
Piirrosten ja valokuvien ymmärtäminen	d3152	Työn ohjeiden valokuvien merkitysten ymmärtäminen.
<i>Kommunikointi-viestien tuottaminen</i>		
Puhuminen	d330	Sanojen ja lauseiden esittäminen merkityksiä sisältävillä puhutuilla viesteillä, kuten asian ilmaiseminen.
Ei-kielellisten viestien tuottaminen	d335	Eleiden käyttäminen viestin välittämisessä, esim. jos puheen tuottamisen vaikeutta.

KUVIO 4. Kommunikointi avainnaulakon tekemisessä

Kuviossa viisi kuvaamme avainnaulakon tekemisen vaatimaa liikkumista. Liikkumisen pääluokka sisältää liikkumisen kehon asentoa tai sijaintia muutettaessa tai siirryttäessä. Lisäksi siihen kuuluvat kantaminen, esineiden liikuttelemine ja käsitteleminen. (WHO 2004, 137.)

LIKKUMINEN	ICF-KOODI	AVAINNAULAKON TEKEMINEN
Asennon vaihtaminen ja ylläpitäminen		
Asennon ylläpitäminen	d415	Samassa asennossa pysyminen työskentelyn edellyttämällä tavalla, kuten istuminen
Istuma-asennon ylläpitäminen	d4153	Istuma-asennossa pysyminen tuolilla pöydän ääressä työskentelyn edellyttävän ajan.
Esineiden kantaminen, liikuttaminen ja käsitteleminen		
Nostaminen ja kantaminen	d430	Työkalujen ja materiaalien nostaminen, niihin tarttuminen ja siirtäminen paikasta toiseen.
Nostaminen	d4300	Työkalun nostaminen pakista sen siirtämiseksi pöydälle
Käsillä kantaminen	d4301	Pakin kantaminen.
Käden hienomotorinen käyttäminen	d440	Koordinoitua liikkeitä työkalujen ja materiaalien käsittelemiseksi, poimimiseksi, pitämiseksi ja irrottamiseksi kättä, peukaloa ja sormia käyttäen.
Poimiminen	d4400	Pieneen esineeseen tarttuminen tai sen nostaminen, kuten nauhojen ja ruuvien poimiminen.
Tarttuminen	d4401	Työkaluihin tarttuminen ja niistä kiinnittäminen toista tai molempia käsiä käyttäen.
Käsitteleminen	d4402	Sormien ja käsien käyttäminen työkalun säätämiseksi, suuntaamiseksi ja ohjaamiseksi.
Irrottaminen	d4403	Työkaluista tai materiaaleista irtipäästäminen.
Käden ja käsivarren käyttäminen	d445	Koordinoitua liikkeitä, joita tarvitaan työkalujen liikuttamisessa ja käsittelemisessä käsiä ja käsivarsia käyttäen.
Vetäminen	d4450	Pakin liikuttaminen itseän päin tai paikasta toiseen.
Työntäminen	d4451	Pakin liikuttaminen itsestä pois päin tai paikasta toiseen
Kurkottaminen	d4452	Työkalujen ja materiaalien tavoittelu, koskminen ja tarttuminen pakista tai pöydältä kurkottamalla.
Käsien tai käsivarsien kääntäminen tai kiertäminen	d4453	Työkalujen ja materiaalien, esim. ruuvien käsittelemisessä pyörittäminen, kääntäminen tai taivuttaminen.

KUVIO 5. Liikkuminen avainnaulakon tekemisessä

6 KÄSITYÖN TEKEMINEN INHIMILLISEN TOIMINNAN MALLIN NÄKÖKULMASTA

Työmme taustalla on Inhimillisen Toiminnan Malli eli Model of Human Occupation (MOHO). Mallin käsitteiden avulla voidaan ymmärtää toimintaan motivoitumista, toimintojen jäsentymistä sekä ihmisen, toiminnan ja ympäristön välisiä vuorovaikutussuhteita. Inhimillisen toiminnan malli on asiakaslähtöinen ja se ohjaa toimintaterapeutteja tarkastelemaan asiakasta ainutkertaisena henkilönä, huomioiden yksilöllisen elämäntilanteen ja näkemykset. Mallissa ihminen nähdään holistisena, jakamattomana kokonaisuutena. (Hautala ym. 2011, 235.)

Inhimillisen toiminnan mallin mukaan ihminen nähdään kokonaisvaltaisena ja jatkuvasti muuttavana yksilönä. Osallistuessaan työhön, leikkiin ja arjen tehtäviin ihminen ylläpitää, vahvistaa, muokkaa ja muuttaa omaa pätevyyttään sekä uskomuksiaan ja mieltymyksiään. Inhimillisen Toiminnan Mallissa yksilöön liittyvät kolme keskeistä käsitettä ovat tahto, tottumus ja suorituskyky, joista toiminnallinen suoriutuminen koostuu. Lisäksi mallissa on käsite eletty keho. Nämä käsitteet yhdessä ympäristön kanssa vaikuttavat henkilön toiminnalliseen osallistumiseen. (Kielhofner 2008, 5, 12, 70) Valitsimme opinnäytetyöhömme Inhimillisen toiminnan mallin sen asiakaslähtöisyyden ja kokonaisvaltaisen ihmiskäsityksen vuoksi. Mallin avulla pystymme tarkastelemaan ihmisen toimintaa laajasti ja syvällisesti.

Tarkastelemme käsityön ja puutyön tekemistä Inhimillisen Toiminnan Mallin käsitteiden kautta. Mielestämme Inhimillisen Toiminnan Malli sopii hyvin yksilön eli kuntoutujan, toiminnan eli käsityön tekemisen ja ympäristön vaikutusten tarkasteluun. Tubbs:n & Draken (2007, 21) mukaan Inhimillisen Toiminnan Malli sopii hyvin minkä tahansa käsityön tarkasteluun. Vaatimuksena on, että toiminta on merkityksellistä ja tarjoaa tekijälleen positiivisessa ympäristössä sosiaalisen, kulttuurisen ja psyykkisen vuorovaikutuskokemuksen.

Täydennämme tämän mallin keskeisien käsitteiden avulla ICF-luokituksen käsitteitä. Monet MOHO:n käsitteet ovat edustettuina myös ICF-luokituksessa, mutta MOHO:n määritelmä kulttuurista on paremmin edustettuna, koska se huomioi yhteiskunnalliset asenteet, sosiaaliset normit, käytännöt ja ideologiat. (Bowyer ym. 2008, 520.)

6.1 Tahto

Mallissa tahto määritellään ajatusten ja tunteiden mallina siitä, miten ihminen kokee itsensä toimijana. Tahto ilmenee siinä, kuinka ihminen osallistuu, valitsee, kokee ja tulkitsee toimintaansa. Tahdon osa-alueita ovat henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot ja mielenkiinnon kohteet. (Kielhofner 2008, 13–14.)

Käsityön tekemisessä ihminen voi ilmentää tahtoaan valinnoillaan. Inhimillisen Toiminnan Mallissa tahto muodostuu niistä ajatuksista ja tunteista, jotka ovat yhteydessä ihmisen kykyihin ja tehokkuuteen, nautintoon ja tyytyväisyyteen ja siihen, mikä on hänelle tärkeää ja merkityksellistä. Kun ihminen voi tahdollaan vaikuttaa tekemisen valintaan, hän kokee sen nautittavana, tärkeänä ja miellyttävänä. (Hautala ym. 2011, 236-237.) Aikuisille käsityöt mahdollistavat valintojen tekemisen ja kontrolloimisen, lisäksi ne edistävät tuotteliasta roolia (Tubbs & Drake 2007, 5).

Käsityön tekeminen antaa ihmiselle käsityksen itsestä toimijana. Inhimillisen Toiminnan Mallissa henkilökohtainen vaikuttaminen tarkoittaa henkilön käsitystä itsestä toimijana, tähän sisältyvät tieto omista kyvyistä ja tunne toiminnan tehokkuudesta. Tieto omista kyvyistä käsittää tietoisuuden, omista fyysisistä, sosiaalisista ja älyllisistä kyvyistä sekä vaikutusmahdollisuuksista. Tunne toiminnan tehokkuudesta sisältää ihmisen omat kokemukset siitä, miten hallitsee suoriutumista ja saavuttaa toivomiaan tuloksia. (Kielhofner 2008, 35–36.) Käsityön tekeminen ja siitä saatava tuotos voivat antaa tekijälleen toivoa ja tunteen olemasta olost. Omilla käsillä tekeminen ja itse valmistettu käsityö antavat tunteen omasta kyvykkyydestä ja siten toiminnan tehokkuudesta. (Harris 2007, 137.)

Arvot ja vallitseva kulttuuri vaikuttavat käsillä tekemisen ja käsin tehdyn tuotoksen arvostamiseen. Inhimillisen Toiminnan Mallissa arvot ovat sitoumuksia ja uskomuksia siitä, mikä on hyvää, oikein ja tärkeää tehdä (Kielhofner 2008, 39). Arvot vaikuttavat merkittävästi elämään, sillä ihmisellä on usein vahva halu toimia niiden mukaisesti. Oman kulttuurin arvojen mukaan toimiminen saa aikaan johonkin kuulumisen tunteen, kun taas kulttuurin arvojen vastainen toiminta saattaa aiheuttaa häpeän ja syyllisyyden tunteita. (Hautala ym. 2011, 236.) Puutyöt liitetään perinteisesti maskuliinisuuteen, joten ne voivat olla arvokkaita toimintoja miehille, joiden toimintakyky on heikentynyt (Tubbs & Drake 2007, 243). Pakin avulla erityisesti mieskuntoutujille tarjotaan heidän arvojensa mukaista toimintaa, joka on vahvasti sidoksissa maskuliiniseen kulttuuriin. Harjoittelupaikoissamme olemme huomanneet, että mieskuntoutujat

ovat kokeneet naisille suunnatut käsityöt, esimerkiksi kankaanpainannan ja helmityöt omaan kulttuuriinsa sopimattomiksi ja itselleen vieraisiksi.

Käsitöiden kuuluessa mielenkiinnonkohteisiin niiden tekeminen tuottaa mielihyvää ja nautintoa, jolloin toiminta on myös motivoivaa. Inhimillisen Toiminnan Mallissa mielenkiinnon kohteet ovat sitä, mitä henkilö pitää miellyttävänä ja tyydyttävänä toimintana. Mielenkiinnonkohteet ovat niitä asioita, joista henkilö nauttii ja saa tyytyväisyyden tunnetta. Tekemisen nautinto vaihtelee pienistä päivittäistä askareista johtuvasta yksinkertaisesta tyytyväisyydestä voimakkaaseen mielihyvään, jota ihmiset tuntevat harrastaessaan omia intohimojaan. Toimintarajoitukset saattavat vaikuttaa yksilön kykyyn kokea tyydytystä ja mielihyvää tekemistään toiminnoista. (Kielhofner 2008, 42–44.) Asiakas motivoituu toimintaan, kun se on hänelle mielekästä ja, kun se tukee hänen toiminnallisia valintojaan joksikin tulemisen prosessissa (Vähälä 2003, 58). Pakilla kuntoutujilla on mahdollisuus toteuttaa mielenkiinnonkohteista lähtevää toimintaa toimintarajoituksista huolimatta. Pakissa olevien mielenkiintoisten työvälineiden käsittely itsessään voi olla mielekästä ja motivoivaa.

Mielenkiinnonkohteisiin kuuluvat yleensä ne toiminnat, jotka ihminen on kokenut elämänsä aikana positiivisina, tällainen toiminta voi olla esimerkiksi käsitöiden harrastaminen. Inhimillisen Toiminnan Mallin mukaan ihmiset ovat kiinnostuneita tekemisestä, jotka he ovat aiemminkin kokeneet miellyttävinä ja tyydyttävinä. Tämän vuoksi ihmisellä on luontainen taipumus kokea tietyntyypiset toiminnat toisia miellyttävimpinä. (Hautala ym. 2011, 236.) Käsityötä tehneellä ja sitä uudelleen toistavalla henkilöllä on luultavammin muistoja käsityön tekemiseen liittyvistä mielihyvän tunteista, omien käsien aikaan saannosten näkemisestä ja konkretisoitumisesta (Vähälä, 2003, 73). Jos puukäsityön tekeminen on ollut kuntoutujalle mielihyvää tuottava toiminta ennen sairastumista, voi kuntoutuja pakin avulla tehdä tätä toimintaa uudestaan sairastumisen jälkeenkin ja saada siitä jälleen mielihyvän tunteita.

6.2 Tottumus

Jokaisella ihmisellä on oma tapansa tehdä käsillä ja toimia. Inhimillisen Toiminnan Mallin mukaan henkilön jokapäiväisessä elämässä on toistuvia toiminnallisen suoriutumisen malleja, joita säätelevät tavat eli rutiinit ja roolit. Tavat ilmentävät sitä, miten henkilö tekee rutiininomaisia toimintoja, miten hän käyttää aikaa sekä minkälainen on henkilön toiminnallinen tyyli. Tavat ovat merkittävässä osassa silloin, kun ihminen sairastuu tai vammautuu. Tavat voivat luoda tällöin rajoituksia tai kompensoida vammasta aiheutuneita rajoitteita. Ihmisen sairastuttua tavat joutuvat uudelleen järjeste-

lyn kohteeksi, jolloin osa tavoista on hylättävä ja rakennettava uusia tilalle. (Kielhofner 2008, 54–58.) Aivoverenkiertohäiriö vaikuttaa merkittävästi ihmisen toimintakykyyn, jolloin omia toimintatapojaan joutuu muokkaamaan uudelleen. Pakin avulla kuntoutuja voi löytää uusia tapoja tehdä käsityötä, esimerkiksi harjoitella puukäsityön tekemistä yhdellä kädellä toimien.

Käsityötä tekevä ihminen on itse tekijän roolissa ja osallistuu toimintaan aktiivisesti. Inhimillisen Toiminnan Mallissa roolit ovat sitä, miten henkilö toimii erilaisissa tilanteissa. Roolit luovat odotuksia toiminnalliselle suoriutumiselle. Sairastuminen vaikuttaa voimakkaasti rooleihimme. Sairastuminen voi poistaa entisiä rooleja ja tuoda tilalle uusia. Uusi rooli voi olla sairaan tai hoidettavan rooli, joka voi lisätä passiivisuutta ja riippuvaisuutta. Sairaana ja hoidettavana roolin tilalle on ajan kuluessa löydettävä positiivisempi rooli. (Kielhofner 2008, 61–64.) Ihmisen itsenäisen ja omatoimisen toimijan rooli vahvistuu, kun hän kokee tyytyväisyyttä tekemisestään ja onnistumisestaan. Käsityötä tekevä henkilö voi kokea hallinnantunnetta, kun materiaali, välineet, tekniikka ja omat kädet tottelevat. Käsityö voi auttaa hetkeksi unohtamaan potilaan roolin tai kivuntunteen. Se tarjoaa myös mahdollisuuden kokea merkityksellisyyden kokemuksia tilanteessa, jossa niitä ei muutoin saa. (Pöllänen 2008, 97–98.) Kokemus puukäsityön tekemisestä ja siitä saadut onnistumisen kokemukset voivat vahvistaa kuntoutujan omatoimista tekijän roolia.

6.3 Suorituskyky

Inhimillisen Toiminnan Mallin mukaan suorituskyky koostuu ulkoa päin arvioituista fyysisistä ja psyykkisistä tekijöistä. Fyysisiä tekijöitä ovat esimerkiksi lihakset, luusto, hermot ja aivot. Psyykkisiä tekijöitä ovat muun muassa muisti, hahmottaminen ja kognitio. Nämä tekijät yhdessä muodostavat järjestelmiä, kuten verenkierron. Nämä rakenteet ja kehon toiminnon ovat suorituksen perusta. (Hautala ym. 2011, 239.) Esitteleme käsityön tekemisen vaikutuksia suorituskykyyn.

Käsityön tekeminen voi vaikuttaa kehonhallintaan. Pöllänen (2008, 96, 99) mukaan käsin työskentelyyn liittyvä suora istuma-asento voi työskentelyasentona harjoittaa pään ja vartalon hallintaa sekä tasapainoa, kun samalla itse käsityön tekeminen vaatii muita aktiivisia liikkeitä. Erilaiset työotteet ja -asennot auttavat kehon asennon ja hallinnan tukemisessa. Teknisesti taitavasti hallittu käsityö vaatii aistien ja lihasten yhteistyötä.

Käsityön, myös puukäsityön tekemisellä voidaan harjoittaa käden suorituskykyä. Pöllänen (2008, 99–100) mukaan käsityö perustuu tarttumaotteeseen ja sen hyödyntämiseen ja kehittämiseen. Käsin tekemisessä harjoitetaan kaikessa toiminnassa tarttumaotetta, hienomotorisia taitoja sekä silmän ja käden välistä yhteistyötä. Koneiden ja työvälineiden käyttäminen puolestaan vahvistaa karkeamotoriikkaa, liikkeiden organisointia ja sujuvuutta, käsien yhteiskäyttöä ja eriyttämistä vuoroliikkeisiin. Tubbs:n & Draken (2007, 5) mukaan käsityöt myös parantavat aiempia taitoja, kuten käden näppäryyttä, keskittymistä, ohjeiden noudattamista sekä luovuutta. Thompsonin & Morganin (1990, 91–92) mukaan käsityöissä erilaisten materiaalien, kuten helmien, villan ja nahan käyttö kehittävät käsien tuntoa, sormien koordinaatiota ja näppäryyttä. Pakilla tehtävän puutyön avulla voidaan harjoittaa ja havainnoida yllä kuvattuja asioita, esimerkiksi tarttumaotteita ja käden näppäryyttä.

Erityisesti puukäsityötä tekemällä voidaan hyvin harjoittaa käden suorituskykyä. Tubbs:n ja Draken (2007, 244) toteavat, että puutyön tekeminen kehittää käden liikelajuuksia ja näppäryyttä. Vasaralla hakkaaminen vaatii ranteen koukistus- ojennus liikkeitä sekä ulnaarideviaatiota. Poraaminen, hiominen, kaivertaminen ja maalaaminen vaativat eriasteista käsivarren koukistus- ojennus liikkeitä sekä olkapään koukistus- ojennus liikkeitä ja kiertoliikkeitä sekä lavan lähennys- loitonnuksia liikkeitä. Thompsonin & Morganin (1990, 92) mukaan työpajalla tehtävät raskaammat toiminnot, kuten sahaus, maalaus, lakkaus, hionta ja yleinen työkalujen käyttö kehittävät yleistä liikkuvuutta, tasapainoa ja yläraajan koordinaatio- ja kontrollikykyä. Näiden toimintojen tarjoaminen voi kohentaa myös motivaatiota. Pakin välineistön avulla voidaan harjoittaa monipuolisesti käden toimintakykyä tukevia liikkeitä.

6.4 Eletty keho

Käsityön tekeminen aktivoi kehon kaikkia aisteja. Inhimillisen Toiminnan Mallin mukaan eletty keho käsitteenä tarkoittaa kehon kautta saavutettuja kokemuksia olemassaolosta sekä kehollista tietoa maailmasta. Kokemus kehosta liittyy olennaisesti tekemiseen, joka tiedostetaan mielen ja kehon kautta. Ihminen saa tietoa maailmasta koskettamalla, tarttumalla, nostamalla ja työntämällä asioita sekä kehon eri aistien kautta. (Hautala ym. 2011, 239.) Pöllänen (2008, 99–100) toteaa, että käsityö on multisensorinen kokemus. Käsin koskettaminen, valmistettavan tuotteen muodon, koon ja pinnan havaitseminen silmin sekä kosketus- ja tuntoaistin avulla sekä omista liikkeistä tuleva kinesteettinen, visuaalinen ja auditiivinen palaute aktivoivat useiden aistien yhtäaikaista toimintaa. Käsityö voi toimia multisensorisena kokemuksena kehon aisti- ja havaintotoimintojen stimuloijana sekä tukijana. Pakissa olevien välinei-

den ja materiaalien avulla kuntoutuja voi saada multisensorisen kokemuksen, koskettamalla materiaaleja, kuuntelemalla työkalujen ääniä, näkemällä puukäsityön vaiheita ja haistamalla kaivertamisessa syntyvän puupölyn.

6.5 Ympäristö

Ympäristö sisältää fyysiset, sosiaaliset, kulttuuriset, taloudelliset ja poliittiset osa-alueet, jotka vaikuttavat motivaatioon, toiminnan jäsentymiseen ja suorituskyykyyn. Ympäristö voi rajoittaa tai mahdollistaa ihmisen toimintaa. Toimintaa mahdollistavia tekijöitä ovat ympäristön tarjoamat materiaalit, ohjeet ja sosiaalinen tuki. (Kielhofner 2008, 86–87.) Pakki mahdollistaa materiaalien, kuvallisten ohjeiden ja ohjauksen avulla puukäsityön tekemisen laitospäristössä, sillä se ei vaadi erityistä verstastilaa. Tuetussa ympäristössä suoritettu puukäsityö voi antaa kuntoutujalle rohkeutta aloittaa, esimerkiksi puukäsityöiden harrastaminen kotiympäristössä.

6.6 Tekeminen

Inhimillisen Toiminnan Mallissa tekemiseen kuuluu kolme osa-aluetta, jotka ovat toiminnallinen osallistuminen, toiminnallinen suoriutuminen ja toiminnalliset taidot (Kielhofner 2008, 101).

Toiminnallinen osallistuminen on työn tekemistä, vapaa-ajan viettämistä ja itsestä huolehtimista ympäristön mukaisesti. Nämä sisältävät erilaisia tekoja ja tehtäviä, joita ihminen toteuttaa sekä oman valintansa että ympäristön odotusten mukaisesti. Toiminnalliseen osallistumiseen vaikuttavat suorituskyyky, tavat, tottumukset ja ympäristö. (Kielhofner 2008, 102–102.) Puukäsityön tekeminen ja ohjaus tukevat kuntoutujan toiminnallista osallistumista. Pakin avulla kynnyksellä puutyön tekemistä sairastumisen jälkeen madaltuu, sillä sitä tarjotaan tehtäväksi tuetussa ympäristössä ammattilaisen ohjaamana. Toiminnan mukauttaminen kuntoutujan tarpeisiin sopivaksi onnistuu pakin sisältämän välineistön avulla, koska sillä voi tehdä helpomman tai vaikeamman puukäsityön. Toiminnassa huomioidaan jokaisen yksilöllisyys, johon kuuluvat tavat, tottumukset ja suorituskyykyyn taso.

Toiminnallinen suoriutuminen tarkoittaa itsestä huolehtimiseen, työhön ja vapaa-aikaan kuuluvien toiminnan muotojen tekemistä. Toiminnan muodot ovat kulttuurisesti tunnistettavia, yhteisesti hyväksytyjä ja tarkoituksenmukaisia asioita, joita tehdään tietyssä ympäristössä ja tilanteessa, esimerkiksi pullan leipominen. Suorituskyykyllä, tahdolla ja ympäristöllä on vahva vaikutus suoriutumiseen. (Hautala ym. 2011, 242,

244.) Puukäsityön tekemisessä vaikuttaa kuntoutujan tahto suoriutua mahdollisesti haastavastakin tehtävästä. Puukäsityön ollessa mielekästä ja motivoivaa toiminnallinen suoriutuminenkin voi olla tehokkaampaa. Toiminnalliseen suoriutumiseen vaikuttaa merkittävästi ympäristön tuki, joka puukäsityötä tehdessä on ohjaajan tuki.

Toiminnallisiin taitoihin sisältyvät motoriset-, prosessuaaliset- sekä viestintä- ja vuorovaikutustaidot. Taidot ovat konkreettisia, tarkoituksenmukaisia ja päämääräsuuntauneita tekoja, joita tarvitaan eri tehtäviä suoritettaessa. (Kielhofner 2008, 103–104.) Pakilla tehtävä puutyö vaatii monia motorisia- ja prosessuaalisia sekä viestintä- ja vuorovaikutustaitoja.

Toiminnallisen identiteetti rakentuu toiminnallisesta osallistumisesta, joka vaikuttaa ihmisen tulevaisuuden valintoihin ja siihen millaiseksi hän haluaa elämänsä muodostuvan. Toiminnalliseen identiteettiin kuuluu käsitys omasta suorituskyvystä, elämän rutiineista sekä käsitys omasta itsestä ja siitä, mitä pitää tyydyttävänä ja mielenkiintoisena. Tähän liittyy myös käsitys ympäristöstä ja sen tuesta sekä odotuksista toiminnalle. (Hautala ym. 2011, 246–247.) Puukäsityön tekeminen tukee ihmisen toiminnallista identiteettiä, koska toiminnallinen osallistuminen mahdollistuu. Omin käsin tehty, valmiiksi saatettu, konkreettinen tuotos on ikään kuin todiste omasta suorituskyvystä.

Toiminnallinen pätevyys syntyy, kun ihminen pääsee toteuttamaan omaa toiminnallista identiteettiään rooliodotusten, omien arvojen ja vaatimustason mukaisessa toiminnassa. Toiminnallinen pätevyys on osallistumista niihin toimintoihin, jotka tuottavat tyydytystä ja tuottavat käsityksen kyvystä sekä hallinnan ja täyttymyksen tunteesta. (Hautala ym. 2011, 248.) Pakilla tehtävä puukäsityö voi auttaa toiminnallisen pätevyyden syntymisessä, mikäli toiminta tuottaa tyydytystä tekijälleen. Tyydytystä voi tuottaa, esimerkiksi onnistumisen kokemusten saaminen omasta työskentelystä.

7 TYÖPROSESSIN KUVAUS

Prosessin vaiheiden kuvaaminen on tärkeä keino jäsentää erilaisten ilmiöiden prosessuaalista luonnetta tai jonkin työtehtävän työvaiheiden etenemistä (Virtuaali AMK, 2004). Esittelemme opinnäytetyömme työprosessin ideointi-, suunnittelu- ja toteutus sekä tuotteen esittely- vaiheiden kautta, jotka mukaileva Pirkko Anttilan (1996, 386) projektityön vaiheita.

7.1 Ideointivaihe

Opinnäytetyömme ideointi alkoi syksyllä 2010. Opinnäytetyön aihetta miettiessämme päätimme, että haluamme tehdä käytännönläheisen ja konkreettisen opinnäytetyön. Toiveenamme oli myös, että opinnäytetyöstä olisi meille hyötyä tulevaisuuden työelämässä.

Alkuperäinen idea opinnäytetyöhömmä on peräisin harjoittelupaikkojemme kokemuk-
sista, ja kiinnostuksestamme käsityön käyttöön toimintaterapiassa. Kohtasimme har-
joittelupaikoissamme aivoverenkiertohäiriöihin sairastuneita kuntoutujia, joille oli
haastavaa löytää mielenkiintoista ja motivoivaa toimintaa. Toimintaterapiassa käytet-
tävät kädentaitoihin liittyvät toiminnat olivat naisille suunnattuja käsitöitä, kuten kan-
kaanpainanta, huovutus ja askartelu. Miehille suunnattuja käsitöitä, esimerkiksi puu-
käsitöitä oli tarjolla vähän. Harjoittelupaikoissamme toimintaterapeutit toivat esille,
että miehille suunnattuja käsitöitä tarvittaisiin, koska monella kuntoutujalla oli ennen
sairastumista ollut jokin puukäsitöihin liittyvä vapaa-ajan toiminta. Myös mies kuntou-
tujen suusta saattoi kuulla: ” Onko muita vaihtoehtoja, kun vaan näitä naisten räätitöi-
tä”.

Harjoittelukokemustemme perusteella saimme idean vastata tähän tarpeeseen, ja
idea kuntoutuksessa käytettävästä työkalupakista syntyi. Tästä saimme aiheen opin-
näytetyölle. Päädyimme toiminnalliseen opinnäytetyöhön, jossa toiminnallinen osuus
olisi työkalusalkun kokoaminen. Ajatuksenamme oli, että työkalupakki mahdollistaisi
pienen puukäsityön tekemisen toimintaterapiatiloissa, eikä vaatisi erillisiä puukäsityö-
ja verstaatioita. Keskustelimme opinnäytetyömme ideasta muidenkin kuntoutustyötä
tekevien ihmisten, esimerkiksi vapaa-ajanohjaajan, fysioterapeutin ja vanhustyön
erityistyöntekijän kanssa, joilta saimme vahvistusta aiheeseen. Saimme tukea opin-
näytetyöhömmä myös siitä, ettei vastaavaa ideaa työkalupakista ole vielä käytöstä.

Tehdessämme aineistohakuja opinnäytetyömme aiheesta, ei mistään löytynyt vastaavanlaista.

7.2 Suunnitteluvaihe

Suunnitteluvaiheeseen pääsimme talven ja kevään 2011 aikana. Suunnittelimme ja valitsimme työkalupakin kohderyhmän, jonka mukaan lähdimme suunnittelemaan pakin sisältöä. Teimme myös alustavan kustannuskartoituksen ja laadimme työkalusalkun välineistölle budjetin. Suunnitteluvaiheessa saimme ajatuksen kysyä yhteistyökumppaniksi Kuntoutumiskeskus Kunnanpaikkaa, sillä toinen meistä oli ollut siellä aiemmin harjoittelussa.

Kohderyhmäksi rajasimme aivoverenkiertohäiriökuntoutujat, tarkemmin juuri miehet. Kohderyhmän valitsimme, koska molempia kiinnosti AVH-kuntoutus, ja käsitöiden käyttö toimintaterapiassa juuri tämän kohderyhmän kanssa. Lisäksi valintaamme vaikuttivat harjoittelupaikkojemme kokemukset ja sairauden yleisyys Suomessa.

Pakin välineistö valittiin AVH-oireisto ja toimintakyvyn muutokset huomioiden. Lisäksi tähän vaikutti välineiden käytettävyyden sisätiloissa, turvallisuus asiat huomioiden. Teimme tarvittavista välineistä listan, johon valitsimme sopivia välineitä. Valintoihin vaikutti myös välineiden hinnat ja hinta-laatusuhde. Tässä vaiheessa tarkentui se, että välineistöllä voisi valmistaa pienen puukäsityön. Valitsimme työkalut ja materiaalit Pakkiin omaa ammattitaitoa ja tietämystä aivoverenkiertohäiriöstä sekä puukäsistöistä hyödyntämällä.

Suunnittelimme, että Pakin tulisi olla helposti mukana kannettava ja helppokäyttöinen. Lisäksi ajattelimme, että pakissa olisi erilaisia säilytyslokeroita, koska näitä aukaisemalla ja sulkemalla voi harjoittaa käden karkea- ja hienomotoriikkaa ja liikelaajuuksia.

Työkalut valitsimme hyvän ergonomian perusteella, koska työkalujen käsittelyssä on tärkeää hyvän ja pitävän otteen saaminen, mikä lisää työskentelyn turvallisuutta. Mielestämme tällaisilla työkaluilla toimiminen on myös miellyttävämpää tuntuista.

Valitsimme työkalut huomioiden aivoverenkiertohäiriöiden aiheuttamat ongelmat suorituskyvyssä. Valitsimme salkkuun erilaisia pieniä esineitä, kuten ruuveja ja nauvoja, koska mielestämme käden toimintakyvyn kannalta on tärkeää harjoittaa hienomoto-

riikkaa, poimimalla pieniä esineitä erilaisilla sormien eriytyneillä otteilla, esimerkiksi pinsettioitteella

Valitsimme Pakkiin myös eri tuntuisia materiaaleja, koska näiden avulla voi saada erilaisia tunnonaistimuksia, joiden ajattelimme olevan tärkeitä, jos kuntoutujan käden ja sormien tuntoaisti on muuttunut.

Valitsimme työkalupakkiin mahdollisimman erilaisia, kuten perus- ja sähkökäyttöisiä työkaluja, koska ajattelimme niiden herättävän mahdollisimman monen kuntoutujan mielenkiinnon. Halusimme, että työkalut ovat ”oikeita työkaluja”, eivätkä esimerkiksi askarteluun tarkoitettuja. Ajattelimme, että oikeilla työkaluilla työskentely tuo todennukaisen puukäsityön tekemisen tunningun. Huuomiomme myös sen, että erilaiset työkalut mahdollistavat toiminnan soveltamisen eritasoisten toimintakykyjen mukaan.

Otimme yhteyttä Kunnonpaikan toimintaterapeutti Ulla Miettiseen. Sovimme palaverin, jossa esittelimme opinnäytetyömme aiheen, tarkentuneen työkalupakin sisällön ja sen tavoitteet. Tässä palaverissa esitimme myös alustavan budjetin. Vastanotto oli myönteinen ja innostuva. Palaverissa sovittiin, että toimintaterapeutti tekee ehdotuksen opinnäytetyöstämme kuntoutusylilääkärille. Viikon päästä palaverista, saimme suostumuksen rahoitukseen ja yhteistyökumppanuuteen Kunnonpaikan kuntoutusylilääkäriltä. Kunnonpaikkaan haluttiin kolme suunnittelemaamme pakkia, yksi toimintaterapeutille, toinen vanhustyön erityistyöntekijälle ja kolmas ammatilliseen kuntoutukseen.

Aluksi tarkoituksena oli, että Pakkiin tulisi useampi ohje pienen puutyön tekemiseen. Päädyimme kuitenkin liittämään työkalupakkiin vain yhden puutyön tekemiseen tarvittavat ohjeet, koska ajattelimme ohjeiden laatimisen olevan aikaa vievää. Suunnittelu- vaiheessa mietimme eri vaihtoehtoja, mistä puutyöstä ohjeet laaditaan. Suunnittelimme kuvalliset ohjeet avainnaulakon tekemisestä.

7.3 Toteutusvaihe

Opinnäytetyön toteutusvaiheessa kesällä ja syksyllä 2011 hankimme suunnittelemaamme tuotteet pakkeihin. Tässä vaiheessa tarkentui se, että Pakkiin tulisi materiaalit, työvälineet ja ohjeet avainnaulakon tekemistä varten. Suurin osa tuotteista hankittiin liikkeestä, jonne saimme Kunnonpaikalta maksusitoumuksen. Kaikkia sopivia tuotteita ei löytynyt kyseisestä liikkeestä, joten teimme muutamia hankintoja eri liik-

keistä. Nimesimme opinnäytetyömme Pika Pakki Puutyöhön -nimiseksi. Ajattelimme nimen kuvaavan työmme käyttötarkoitusta, helppokäyttöisyyttä ja sisältöä.

Testasimme sähkökäyttöisten työkalujen toimivuutta. Puunkaivertimen päädyimme vaihtamaan alun perin suunnitellusta tuotteesta edullisempaan versioon. Alun perin suunniteltu tuote osoittautui liian kovaaääniseksi laitosolosuhteissa käytettäväksi. Ruuvinväännin oli helppokäyttöinen ja sopiva kohderyhmän käyttöön. Testasimme kaikki työkalut tehdessämme mallikappaleita puutöistä.

Toteutusvaiheessa laadimme ohjeet avainnaulakon tekemiseen. Ohjeiden tavoitteeksi asetimme soveltuvuuden AVH- kuntoutujalle. Tavoitteena oli tuoda naulakon tekemisen vaiheet esille sekä kirjallisen että kuvallisen vihjeen avulla. Ohjeiden laatiminen alkoi alustavalla naulakon tekemisen työvaiheiden mietinnällä. Pilkoimme työvaiheet ja niissä tarvittavat välineet pieniin osiin analysoimalla toiminnan. Lauseista laadimme mahdollisimman helppolukuisia ja yksinkertaisia. Työvaiheet jaottelimme työn hahmottamista helpottaaksemme aloitus-, työstämis- ja lopetusvaiheiksi.

Toiminnan analysoinnin jälkeen otimme ohjeisiin kuvat. Halusimme, että kuvissa näkyy mieluummin miehen kuin naisen kädet. Toinen meistä otti kuvat miehestään. Kuvien otto vaiheessa naulakon teon työvaiheet tarkentuivat ja järjestyivät johdonmukaisesti eteneviksi. Kuvista teimme mahdollisimman hyvin meneillään olevaa työvaihetta kuvaavia ja selkeitä. Kuvien ottamisvaiheessa avainnaulakon teki mieshenkilö, joten saimme miehen näkökulmaa valitsemastamme toiminnasta. Palaute oli kannustavaa ja tuki työkalu- ja materiaali valintojamme. Hyödynsimme kuvien ottamisessa selkokuvien periaatteita.

Lopuksi yhdistimme kuvat ja sanalliset ohjeet. Ohjeet koottiin A4- kokoisille sivuille ja yhdistettiin nipuksi. Ohjeisiin tuli laminoitu kansi. Ohjeiden loppuun lisäsimme ideasi-vun, jossa esittelimme muita pakilla tehtäviä pieniä puutöitä ja erilaisia koristelutekniikoita.

Kunnonpaikan harjoittelujakson aikana Pakkien kokoamisvaiheessa lisäsimme Pakkien lokerikkojen kohdalle vielä omat tarralaput nauloille, ruuveille ja koukuille. Ajattelimme tämän helpottavan materiaalien löytymistä. Tulostimme Pakkien kylkiin vielä Pika Pakki Puutyöhön-tarrat.

7.4 Valmiin pakin esittely

Valmis Pika Pakki Puutyöhön sisältää kuviossa 6. luetellut työkalut ja välineet sekä materiaalit. Pakissa on lista sen sisällöstä, jotta esimerkiksi materiaalien määrä on helppo tarkistaa. Kuvia pakista ja sen sisällöstä on liitteenä olevissa ohjeissa. (liite 1)

TYÖKALUT JA VÄLINEET	työkalupakki, ruuvinväännin (Ryobi), monitoimityökalu/kaiverrin (Cotech) + vaihtopäät,hiomapäitä ja jrsinterä (Dremel), vasara (Bahco), 225g, ristipäinen ruuvitaltta, tasapäinen ruvitaltta, pistopuikko, sivuleikkurit, hiomapaperi 115mm x 2,5m, maalarinteippi 25mm x 50m, timpurinkynä, maalikaukalo, yleissivellinsarja 3kpl + tasottaja (pieni pensseli), kertakäyttölusikat, suojalasit, hengityssuojain, kuvalliset ohjeet.
MATERIAALIT	kalustemaal Helmi, iso ja pieni purkki, lankanauvoja 25 x 15, 0,5kg/pkt, kattokoukku 6kpl, kulmakoukku 6kpl, puuruuveja erilaisilla päillä, liimapuulevy, rautalanka 0,7mm ,100g.

KUVIO 6. Valmiin pakin sisältö

7.5 Kokemuksia työelämästä

Keräsimme palautetta Pakeista Kunnonpaikan kolmelta työntekijältä. Esittelimme Pakit harjoittelujaksollamme Kunnonpaikassa syksyllä 2011. Esittelimme Pakit toimintaterapeutti Ulla Miettiselle, vanhustyön erityistyöntekijä Arja Mielikäiselle ja ammatillisen kuntoutuksen ohjaaja Reijo Kettuselle. Esittely sisälsi välineistöön tutustumisen, työkalujen käytön ohjaamisen ja ohjeiden läpi käymisen. Esittelyssä oli mukana mallikappaleet Pakilla tehtävistä avainnaulakosta ja ovikyltistä. Keskustelimme sähkötyökalujen turvallisesta käyttämisestä. Työntekijät kokeilivat itse työkaluja saadakseen niistä käyttökokemuksia. Keräsimme harjoittelun jälkeen palautetta Pakeista sähköpostitse. Kysyimme palautteesta työntekijöiden mielipiteitä Pakkien sisällöstä, ohjeista, kehittämisideoista sekä käytettävyydestä asiakasryhmien kanssa. Lisäksi kysyimme luvan työntekijöiden nimien mainitsemiseen opinnäytetyössä.

Toimintaterapeutti koki Pakin sisällön hyvänä ja ohjeet käyttökelpoisina sekä selkeinä. Hänen mielestään oli hyvä, että ohjeiden mukaan kuntoutujan omatoiminen työs-

kentely onnistuu kognitiivisista puutteista huolimatta. Hän koki Pakin soveltuvan neurologisille kuntoutujille, reumakuntoutujille, iäkkäille sekä esimerkiksi sairausryhmäkohtaisille kuntoutusryhmille. Hänen mukaansa Pakin avulla kuntoutujille voidaan tarjota uudenlaista toimintaa. Hänen mielestään Pakki sopisi hyvin muun muassa AMPS-tehtäväksi. Kehittämideoita olivat useampien ohjeiden tuottaminen sekä nykyisten ohjeiden muuttaminen pienempään, vihkomaiseen muotoon.

Vanhustyön erityistyöntekijä koki, että Pakin sisältö oli monipuolinen ja siinä oli huomioitu kaikki tarpeellinen. Ohjeet olivat hänen mielestään selkokiekiset ja edesauttavat toimimisen saattamista loppuun. Pakki oli hänen mukaansa odotettu uutuuus. Pakin soveltuvuuden asiakasryhmälleen eli iäkkäille hän koki erittäin hyvänä. Hän oli saanut Pakin käytöstä asiakkaiden kanssa positiivisia kokemuksia. Hän koki että, se oli tukenut kädentaidoissa miehistä työskentelyä ja saanut miehet innostumaan kädentaitopajaan osallistumisesta. Hän ei esittänyt kehittämideoita.

Ammatillisen kuntoutuksen ohjaaja koki Pakin sisällön asianmukaisena ja riittävänä pienen puutyön tekemiseen. Hän piti tärkeänä, että turvallisuusnäkökulmat oli huomioitu. Selkeyttä Pakkiin toivat hänen mukaansa muun muassa naulojen ja ruuvien taralapuim nimetyt omat paikat ja lokerikot. Hän koki Pakin vähän tilaa vievänä ja ”helpona pitää hallinnassa”. Ohjeet olivat hänen mielestään yksityiskohtaiset ja hyvin havainnollistettu. Hänenkin mielestään ne tukivat kuntoutujien omatoimista työskentelyä. Hän koki, että Pakille oli asiakasryhmässä tarvetta, koska juuri puualan ”askartelutehtäviä” oli kaivattu. Hänestä Pakki mahdollistaa kuntoutujille monenlaisten tehtävien ideoimisen ja, esimerkiksi puun pintakäsittelyn eri tavoin. Kehittämiskohteita olivat joidenkin Pakkiin varattujen tuotteiden, kuten koukkujen vähyys sekä Pakin sisällysluettelon kiinnittäminen työkalupakin sisälle, mikä voisi helpottaa puuttuvien materiaalien huomaamista.

Keräsimme palautetta myös AVH-kuntoutujilta. Kokeilimme Pakkia harjoittelujaksollamme Kunnonpaikassa kolmen miespuolisen AVH-kuntoutujan kanssa yksilöllisillä toimintaterapia-ajoilla, jotka olivat kestoltaan tunnin mittaisia. Aikoja työskentelyyn käytettiin kahdesta neljään kertaan. Kuntoutujat kuuluivat kohderyhmäämme, olivat miehiä ja suostuivat mielellään kokeilemaan Pakkia sekä antamaan suullista palautetta siitä. Laadimme etukäteen kysymykset, joita käytimme suullisen palautteen pohjana. Kysyimme kuntoutujin mielipiteitä ja tuntemuksia Pakin sisällöstä, työskentelystä ja kehittämis ehdotuksista. Lisäksi kysyimme heidän aiempia kokemuksiaan puukäsityön tekemisestä. Teimme palautteista muistiinpanot. Saimme kuntoutujilta suostumuksen palautteen hyödyntämiseen opinnäytetyössämme.

Kuntoutujien sairastumisesta oli 4–10 vuotta aikaa. Heillä kaikilla oli hemipareesista johtuen halvaantunut yläraaja. Kuntoutujat toimivat siis pääosin yksikäsisesti tehdesään puukäsityötä, jolloin halvaantunut käsi toimi lähinnä apukätenä. Kaikki kolme kuntoutujaa valmistivat ohjattuna kuvallisten ohjeiden avulla avainnaulakon.

Puukäsitöiden tekeminen oli kaikille kolmelle kuntoutujalle tuttua toimintaa ennen sairastumista, mutta kukaan heistä ei ollut tehnyt puukäsitöitä sairastumisen jälkeen. Kaikki kokivat työskentelyn mukavana ja mielenkiintoisena.

”On tuttua, mutta en ole halvauksen jälkeen tehnyt.”

”En ole sairastumisen jälkeen tehnyt.”

”Aika kivalta tuntui tehdä.”

”Hyvin mielenkiintoiselta ja mukavalta tuntui tehdä.”

Pakin välineistö oli kuntoutujille pääosin tuttu, mutta kaiverrin oli kaikille vieras työkalu. Yksi kuntoutuja koki ruuvinvääntimellä työskentelyn erityisen mielekkäänä. Toisen mielestä kaivertaminen ja maalaaminen olivat mieleisintä, koska ne vaativat keskittymistä.

”Hiomakone vieras, muut välineet ovat tuttuja.”

”Porakoneella oli kiva tehdä.”

”Maalaaminen ja kaivertaminen mukavaa, vaativat keskittymistä.”

Kuntoutujat kokivat työskentelyn haastavana. Kaivertaminen, erityisesti kaivertimella puupalaan kirjoittaminen koettiin haastavimpana. Yksi kuntoutuja koki työskentelyn vaikeana, mutta silti mukavana. Sama kuntoutuja, joka koki kaivertamisen haastavana, koki sen samalla myös mielenkiintoisena ja mukavana.

”Kyllä oli haasteellista saada kirjaimet pysymään raiteillaan.”

”Kyllä oli vaikeaa.”

Yksi kuntoutuja antoi kehittämisideoita. Hänen mielestään käytettävissä ollut tunnin mittainen aika oli liian lyhyt työn tekemiseen. Kuntoutuja koki, että ohjeiden työvaiheisiin tulisi lisätä tarkentavat kohdat kirjaimin, jotta niitä olisi helpompi seurata.

8 POHDINTA

8.1 Tavoitteet ja tulokset

Pääsimme asettamaamme tavoitteeseen tuottaa konkreettinen ja käytännönläheinen opinnäytetyö. Tuotoksemme Pika Pakki Puutyöhön on käytössä Kunnanpaikassa, joten työmme on vastannut työelämän tarpeisiin. Opinnäytetyömme on mielestämme ajankohtainen, sillä yhä edelleenkin toimintaterapiassa ja kuntoutuksen sektorilla on juuri miehille suunnattuja käsitöitä vain vähän tarjolla. On erittäin tärkeää, että toimintaterapiassa voidaan tarjota kuntoutujille mielekästä tavoitteellista toimintaa, joka motivoi kuntoutujaa sitoutumaan kuntoutukseen paremmin. Olemme siis saaneet luotua uuden idean ja tuotoksen omalle alallemme. Opinnäytetyömme on vahvasti sidoksissa perinteisiin ja nykyisiin toimintaterapiassa käytettäviin menetelmiin.

Tärkeimpänä saavutuksena pidämme sitä, että Pakki on asiakaslähtöinen, sillä kipinä ideaan tuli miespuolisilta kuntoutujilta itseltään. Toimintaterapian ollessa asiakaslähtöistä, siinä edistetään osapuolten osallistumista ja keskinäistä tietojen vaihtamista. Asiakkaan arvoihin ja päätöksentekoon suhtaudutaan kunnioittavasti ja valintojen mukaista toimintaa edistetään. Asiakaslähtöisyydellä varmistetaan, että terapiassa käytettävät toiminnot ovat asiakkaalle mielekkäitä ja tarkoituksenmukaisia. (Toimintaterapianimikkeistö 2003, 17.)

Pakin sisältöön kuuluvat ohjeet, eivät olleet ulkoasultaan suunnitelmamme mukaiset. Alun perin ohjeiden ulkoasun muokkaamisessa oli tarkoitus käyttää graafisen alan asiantuntijaa, esimerkiksi muotoilualalta. Työmme olisikin voinut olla moniammatillinen opinnäytetyö. Pakin kokoaminen ja työkalujen hankkiminen oli yllättävän aikaa vievää, jouduimme tekemään tuotepalautuksia ja odottamaan tilalle uusia. Olisimme myös voineet valita puumateriaaliksi pehmeämpää puuta, sillä siihen kaivertaminen olisi ollut helpompaa.

Käytännössä testaamiseen perustuen Pika Pakki Puutyöhön osoittautui hyödylliseksi ja toimivaksi kokonaisuudeksi. Mielestämme Pakin seuraava vaihe voisikin olla tuotteistaminen oikeaksi tuotteeksi, sillä kysyntää Pakille löytyy. Olemme saaneet kyselyitä Pakin ostoon liittyen.

Pakki sisältöineen oli tarkoituksenmukainen ja käyttökokemuksien perusteella kohderyhmälle sopiva toiminnan muoto. Se on sovellettavissa yksilöllisesti kuntoutujien

toimintakyvyn mukaan. Pakin monipuolinen hyödyntäminen vaatii toimintaterapeutilta itseltään innokkuutta ja asiaan perehtyneisyyttä.

Jatkotutkimusaiheena näkisimme Pakin käyttämisen laajemman testaamisen ja palautteen keräämisen. Käyttökokemuksia voitaisiin kerätä sekä kuntoutujilta että Pakkia käyttäneiltä työntekijöiltä. Pakkiin voitaisiin myös laatia kehittämistyönä lisää kuvallisia ohjeita erilaisten puukäsitöiden tekemisestä.

Saimme tavoitteemme mukaisesti kerättyä käyttökokemuksia kuntoutujilta sekä kuntoutustyöntekijöiltä. Saamamme palaute sekä kuntoutujilta että henkilökunnalta tuki omia näkemyksiämme Pakin käytettävyydestä ja hyödynnettävyydestä. Palaute vahvisti ajatuksiamme Pakin soveltuvuudesta eri asiakasryhmille ja eri ympäristöistä käytettäväksi. Palautteen mukaan myös valintamme välineistä ja materiaaleista olivat onnistuneita. Saimme toimintaterapeutilta kehittämisideoita Pakin kuvallisten ohjeiden ulkoasusta. Ohjeet olisivat voineet olla hänen mielestään vihkomaisessa muodossa käytettävyyden helpottamiseksi. Kokonaisuudessaan palautteesta ja vastaanotosta tuli ilmi, että opinnäytetyöllemme on tarvetta.

Ennaltaehkäisevän näkökulman kautta tarkasteltuna mielekäs tekeminen Pakin avulla voi torjua alakuloa ja masennusta, joka on yleisin aivoverenkiertohäiriön jälkeinen psykiatrinen oireyhtymä. Mielestämme Pakkia voi hyödyntää mielenterveysasiakkaiden ja kehitysvammaisten asiakkaiden kanssa. Lisäksi pakkia voi hyödyntää veteraanien kuntoutuksessa ja esimerkiksi nuorten pajoissa. Kotikäyntejä tekevät toimintaterapeutit voivat hyödyntää Pakkia, koska se on helppo ottaa mukaan.

8.2 Työtä ohjaavat teoriat

Toiminnan analyysi oli tärkeä lähtökohta työllemme. Valitsemamme osa tehtäväsuuntauneesta toiminnan analyysistä, toi selkeästi esille toiminnan osatehtävät, ympäristön vaatimukset ja vaadittavat materiaalit ja välineet. Toiminnan vaatimusten kuvaamiseen valitsimme ICF-luokituksen suoritusten ja osallistumisen osa-alueen, koska se on käytössä Kunnanpaikassa. Valitsimme sen myös, koska mielestämme sillä voidaan kuvata ja luokitella toimintaa selkeästi ja ymmärrettävästi. Sen kautta ei kuitenkaan voida kuvata toimintaa syvällisemmin. Tämän vuoksi valitsimme työhömmme myös toimintaterapian oman mallin eli Inhimillisen Toiminnan Mallin ICF-luokituksen rinnalle. MOHO:n kautta tarkasteltuna käsityön tekeminen ja ihmisen toiminta kokonaisuudessaan voidaan nähdä syvällisemmin. MOHO:n avulla käsityön tekemiseen liittyvät positiiviset vaikutukset voidaan luonnollisesti tuoda esille. Pelkän ICF-

luokituksen mukaan tarkasteltuna käsityön tekemiseen liittyvät moniulotteisemmat hyödyt olisivat saattaneet jäädä näkemättä, sillä ICF kuvaa enemmänkin ihmiset fyysisiin ominaisuuksiin liittyviä tekijöitä. MOHO:n kautta saimme työhömmе syvällisempää otetta ja pystyimme paremmin ymmärtämään ihmisen toimintaan motivoitumiseen liittyviä osatekijöitä. Käytimme työssämme MOHO:n käsitteitä, niin kuin se oli tarkoituksenmukaista käsityön tekemisen tarkastelun ja työn rajaamisen suhteen.

Valitsemillamme teorioilla on erilaiset teoreettiset lähtökohdat. Bowyerin ym. (2008, 521) mukaan MOHO ei ole täydellisesti edustettuna ICF-luokituksessa, sillä viitekehysillä on erilaiset teoreettiset lähtökohdat. MOHO on toimintaterapian malli, joka pääasiallisesti on kiinnostunut ihmisen merkitykselliseen toimintaan osallistumisesta kulttuurisesti ja henkilökohtaisesti asiaankuuluvassa toiminnassa. ICF taas luokittelee toiminnot suhteessa terveyteen, johtuen biopsykologisesta näkökulmasta, jonka avulla pyritään ymmärtämään sairauden vaikutuksia toimintaan.

Teorioilla on myös muita eroavaisuuksia. Bowyerin (2008, 521) mukaan suurimmat erot näissä kahdessa viitekehyksessä ovat, että MOHO:n kautta tarkasteltuna kiinnitetään huomiota kokemukseen ja merkityksiin sekä siihen, että ihminen on oman itsensä asiantuntija. Kun taas ICF ei huomioi kokemuksia toiminnasta, vaan se tarkastelee toimintaa suoraan luokituksen mukaan. ICF on hyvä tieteidenvälinen työkalu, ja MOHO on erityisesti toimintaterapian työkalu. MOHO pyrkii selittämään ja kuvaamaan kuinka toiminnallinen sopeutuminen tapahtuu. ICF-luokitus puolestaan kuvaa terveyttä ja sen vaikutuksia osallistumiseen.

Inhimillisen Toiminnan Mallin käyttäminen opinnäytetyössä on tuonut lisää ymmärrystä sen käytettävyydestä ja moniulotteisuudesta. Koemmekin, että olemme saaneet rohkeutta käyttää MOHO:a jatkossa tulevassa työssämme. Koemme, että ICF-luokituksen ja MOHON:n käyttäminen yhdessä toimii hyvin, koska ne täydensivät toisiansa hyvin. ICF-luokitus toi työhön moniammatillisuutta yhteisten käsitteiden kautta.

Pakin testaamistilanteissa havainnoimme kuntoutujan toimintaa ICF-luokitusta hyödyntäen. Kiinnitimme huomioita kuvioissa 2.–5. esittämiimme asioihin. MOHO:n teoria vaikutti havainnoinnin ja kuntoutujien kanssa käytyjen palautekeskustelujen taustalla. Toimintaterapeutti arvioi muun muassa havainnointiin perustuen kuntoutujan selviytymistä erilaisista tehtävistä (Toimintaterapianimikkeistö 2003, 19).

Kuntoutujilta kerätyn henkilökohtaisen palautteen ja mallin käsitteiden avulla pystyimme ymmärtämään paremmin toimintaan motivoitumista, ja mielekkään toiminnan

merkitystä. Kokemustemme perusteella ymmärrämme myös paremmin toiminnallisen historian merkitystä toimintaan motivoitumisessa. Esimerkiksi, ne kuntoutujat, joilla oli kokemuksia puukäsitöiden tekemisestä ennen sairastumista, halusivat mielellään kokeilla Pakilla tehtävää työtä.

8.3 Luotettavuus ja eettisyys

Lähdekritiikkiä toteutimme tarkastelemalla lähteiden luotettavuutta huomioimalla julkaisun iän, kirjoittajan sekä sen mihin tarkoitukseen aineisto on tuotettu. Pohdimme lähdekirjallisuuden sisällön sopivuutta opinnäytetyöhömmе. Saimme kokemusta myös lähteiden ja viitteiden merkitsemisestä. Harkitusti käytimme hieman vanhempia lähteitä arvioimalla niiden sopivuutta asiayhteyteen, esimerkiksi käsitöiden ja toimintaterapian historian kuvauksessa. Onnistuimme käyttämään lähteitä monipuolisesti. Aiheemme vaati sekä ulkomaalaisten että kotimaisten lähteiden käyttöä, joita haimme eri tietokannoista.

Yksi tieteellisen tutkimuksen eettisen hyväksyttävyyden sekä luotettavuuden ja tulosten uskottavuuden edellytys on, että tutkimus on suoritettu hyviä tieteellisiä käytäntöjä noudattamalla (Suomen Akatemia 2007). Käytännönläheisessä opinnäytetyössämme tämä tarkoittaa sitä, että etenimme laatimamme suunnitelman mukaisesti, toteutimme opinnäytetyömme ja raportoimme siitä Savonia Ammattikorkeakoulun raportointiohjeiden mukaisesti.

Kuntoutujien kanssa loimme luottamuksellisen ja vastavuoroisen suhteen, jossa huomioimme avoimuutta ja rehellisyyttä. Hyviin eettisiin periaatteisiin lukeutuen, kysyimme kuntoutujilta heidän suostumuksensa käyttää keräämäämme palautetta opinnäytetyössämme. Olimme etukäteen kertoneet, että kokemukset tulevat kirjalliseen työhön nimettöminä. Kysyimme luvan myös työntekijöiden nimien mainitsemiseen ja palautteiden hyödyntämiseen opinnäytetyössä.

Kokosimme Pakin välineistön omaa toimintaterapeutin ammattitaitoa ja aiempaa tietämystä puukäsitöistä hyödyntämällä sekä lähteisiin perustuen. Luotettavuutta lisäsi Pakin testaaminen käytännössä, mutta toisaalta testiryhmä oli melko suppea. Mielestämme se, että Pakkia on kuitenkin testannut kolme ihmistä lisää sen luotettavuutta. Luotettavuutta lisää henkilökunnalta keräämämme palaute.

8.4 Oma oppiminen

Kirjallisella työllä voimme perustella Pika Pakki Puutyöhön liittyviä valintoja, ja sen tarkoituksenmukaista käyttämistä toimintaterapiassa. Aineistoon perehtyminen lisäsi myös ymmärrystämme käsityön käytön hyödynnettävyydestä ja monipuolisuudesta. Opinnäytetyöprosessin aikana opimme peilaamaan omia ajatuksiamme, teorian tietoa ja käytäntöä toisiinsa. Kirjallisen osuuden tekemisessä haastavinta oli kirjoittaa omat ajatuksensa sellaiseen muotoon, että muutkin saivat kiinni punaisesta langasta.

Opinnäytetyöprosessin aikana arvioimme työn etenemistä ja tuloksia tarkastelemalla asetettuja tavoitteita ja aikatauluja. Aktiivinen keskustelu oli pohjana opinnäytetyön etenemiselle ja lopulliselle tulosten saavuttamiselle. Opinnäytetyöprosessin edetessä kehityimme tiimityöskentelyssä ja vastuunjakamisessa. Koemme, että englanninkielisten lähteiden lukeminen ja kääntäminen on prosessin aikana helpottunut, ja tästä uskomme olevan hyötyä työelämässä, sillä alamme uusin tutkimustieto on pääosin englanninkielistä. Oman ammattisanaston hallinta on tämän myötä vahvistunut.

Opinnäytetyöprosessissa saimme kokemusta ideoinnista, sisällön suunnittelusta ja lähdeaineiston käyttämisestä. Aikataulutuksen suhteen jouduimme tekemään kompromisseja. Tämän aiheutti alkuperäisestä suunnitelmasta poikkeaminen ja rajaamisen vaikeus. Opimme myös miten tärkeää ja työtä helpottavaa on asioiden huolellinen muistiin merkitseminen. Opimme päätöksentekoa, pitkäjänteisyyttä ja keskeneräisyyden sietokykyämme kasvoi.

Toiminnallinen osuus sisälsi Pika Pakki Puutyöhön esittelyn, ja tästä saimme hyvää kokemusta uuden idean markkinoimisesta. Olisimme voineet enemmän perehtyä tuotekehitykseen ja tuotteistamiseen, mutta resurssit asettivat tietyt raamit.

Harjoittelujakson aikana Pakin testaamisesta saadut kokemukset kehittivät ohjaamistaitojemme. Opimme paremmin ohjaamaan AVH-kuntoutujaa ja ottamaan huomioon erilaiset toimintakyvyn muutokset toiminnan aikana. Tässä tukena oli teorian tieto AVH-kuntoutuksesta.

Prosessin aikana oma ammatillinen identiteettimme on vahvistunut. Työprosessi vahvisti käsitystämme käsitöiden monipuolisuudesta ja terapeuttisuudesta. Tästä saavutetun tietämyksen hyödynnämme tulevaisuudessa terapiatyötä tehdessämme. Lisäksi koemme, että työprosessi on tukenut omaa tapaamme tehdä toimintaterapeutin työtä.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessi on ollut uuden opettelemista, tämä on sisältänyt onnistumisia ja epäonnistumisia. Aiheemme motivoi meitä molempia, joten tämä vei meitä eteenpäin prosessissa kohdatuista hankaluuksista huolimatta. Oman innostuksemme kautta saimme työskentelyyn mielekkyyttä ja jatkumoa.

LÄHTEET

- Aivoliitto. 2011. *Aivoverenkiertohäiriö* [verkkosivu]. [viitattu 25.08.2011]. Saatavissa: [http://www.aivoliitto.fi/aivoverenkiertohairio_\(avh\)/aivoverenkiertohairio](http://www.aivoliitto.fi/aivoverenkiertohairio_(avh)/aivoverenkiertohairio)
- Anttila, P. 1996. *Käsityön ja muotoilun teoreettiset perusteet*. 1. –2. painos. Porvoo: WSOY.
- Anttila, P. 2000. *Tutkimisen taito ja tiedon hankinta: Taito-, taide- ja muotoilualojen tutkimuksen työvälineet*. 3. painos. Hamina: Akatiimi.
- Baumann, S. 2009. Toimintaterapia [verkkajulkaisu]. Työterveyshuollon tietokannat. Terveysportti. [viitattu 08.08.2011]. Saatavissa: p://www.terveysportti.fi.ezproxy.savonia-amk.fi:2048/dtk/tyt/koti?p_artikkeli=fys00029&p
- Bissel, J. C. & Mailloux, Z. 1981. The use of crafts in occupational therapy for physically disabled. *The American Journal of Occupational Therapy*. 1981 nro 6, 369–374.
- Bowyer, P., Kielhofner, G. & Kramer, J. 2008. Teoksessa: *Model of Human Occupation. Theory and application*. Neljäs painos. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Harris, E. 2008. The meanings of craft to an occupational therapist. *Australian Occupational Therapy Journal*. 2008 nro 55, 133–142.
- Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2011. *Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä*. Helsinki: Edita.
- Isaksson, V. 1990. *Kehrää, kehrää tyttönen*. Jyväskylä: Koivu ja tähti Oy.
- Joutsivuo, T. 2005. *Mistä toi on tullut? Suomalaisen toimintaterapian historia*. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Kaste, M., Hernesniemi, J., Kotila, M., Lepäntalo, M., Lindsberg, P., Palomäki, H., Roine, R. & Sivenius, J. 2006. Aivoverenkiertohäiriöt. Teoksessa Soimila, S., Kaste, M., Somer, H. (toim.) *Neurologia*. Toinen, uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 271–331.

Kielhofner, G. 2008. *Model of Human Occupation. Theory and application*. Neljäs painos. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.

Korpelainen, J., Leino, E., Sivenius, J. & Kallanranta, T. 2008. Aivoverenkiertohäiriöt. Teoksessa Rissanen, P., Kallanranta, T. & Suikkanen, A. (toim.). 2008. *Kuntoutus*. Toinen, uudistettu painos. Helsinki: Duodecim. 251–273.

Kunnonpaikka, 2010. *Mikä on Kunnonpaikka?* [verkkosivut]. [viitattu 20.03.2011].
Saataavissa: <http://www.kunnonpaikka.com/>

Laine, S. 2010. *Tietoa kuntoutuksesta. Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneen opas. Oireet ja seuraukset* [verkkosivu]. Varsinais- Suomen sairaanhoitopiiri, Tampereen yliopistollinen keskussairaala. Kuntoutus ja neurologia. [viitattu 01.09.2011]. Saataavissa: <http://ohjepankki.vsshp.fi/fi/2814>

Numminen, H. (toim.) 1990. *Aivoverenkiertohäiriöt ja kuntoutus- opas potilaille ja heidän omaisilleen*. Helsinki: Suomen Sydäntautiliitto Ry.

Pöllänen, S. 2008. *Käsityö terapiana ja terapeuttisena toimintana*. [verkkoartikkeli]. Joensuun yliopisto, Savonlinnan opettajankoulutuslaitos. [viitattu 01.09.2011]. Saataavissa: <http://sokl.joensuu.fi/verkkojulkaisut/monitiet/pdf/pollanen.pdf>, 91–105.

Rissanen, P. 2008. Terapiaa vai kuntoutusta?. Teoksessa Rissanen, P., Kallanranta, T., & Suikkanen, A. (toim.). *Kuntoutus*. Toinen, uudistettu painos. Helsinki: Duodecim. 673– 682.

Simpanen, M. R., 2003. Käsityönopeus suomalaiskouluissa 1800-luvulta nykypäiviin [verkkoartikkeli]. Suomen käsityön museo. [viitattu: 08.08.2011.] Saataavissa: <http://www.craftmuseum.fi/kassaatko/simpanen.pdf>. 7–30.

Suomen Akatemia. 2007. Eettiset ohjeet [verkkosivu]. Hyvä tieteellinen käytäntö. [viitattu 13.11.2011]. Saataavissa:
<http://www.aka.fi/fi/A/Tutkijalle/Rahoituksen-kaytto/Eettiset-ohjeet/1-Hyva-tieteellinen-kaytanto/>

Thompson, S. & Morgan, M. 1990. *Occupational therapy for stroke rehabilitation. Therapy in practice 11*. Lontoo: Chapman and hall.

Toimintaterapianimikkeistö 2003. Helsinki: Suomen kuntaliitto.

Tubbs, C. & Drake, M. 2007. *Crafts and creative media in therapy*. 3. painos. Thorofare (NJ): Slack Incorporated.

Virtuaali AMK. 2004. Prosessin vaiheiden kuvaus [verkkosivu]. Oppimisaihiot. [viitattu 05.11.2011]. Saatavissa:
<http://www.amk.fi/opintojaksot/041005/1075719519840/1081109216987/1081109825313/1082322496331.html>

Vähälä, E. 2003. *Luovan käsityöprosessin yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin: Käsityön aikana koettujen itseraportoitujen emootiokokemusten ja fysiologisten vasteiden väliset yhteydet*. Käsityötieteen lisensiaattitutkimus. Joensuun Yliopisto. Kuopio: Kuopion Muotoiluakatemia.

Woodson, A. M. 2008. Treatment to Promote Occupational Function for Selected Diagnostic Categories. Stroke. Teoksessa Radomski, M. & Trombly Latham, C. A. *Occupational Therapy for Physical Dysfunction*. 6. painos. Philadelphia: Lippincott William & Wilkins. 1001-1041.

WHO. 2004. *ICF- Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus*. Suomenkielinen painos. Suomentanut Stakes. Helsinki: World Health Organisation: Stakes.

PIKA PAKKI PUUTYÖHÖN

Ohjeet naulakon tekemiseen

&

Vinkkejä pieniin puutöihin

1. Työn aloitus

a. Ota pakki esille

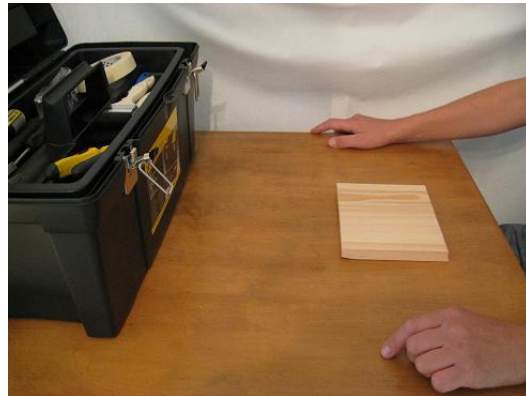
Avaa pakki soljista ja aukaise kansi

Katso mitä pakki sisältää



2. Kaiverrus ja koristelu

a. Ota naulakon puinen pohjapala 20cmx16cm.



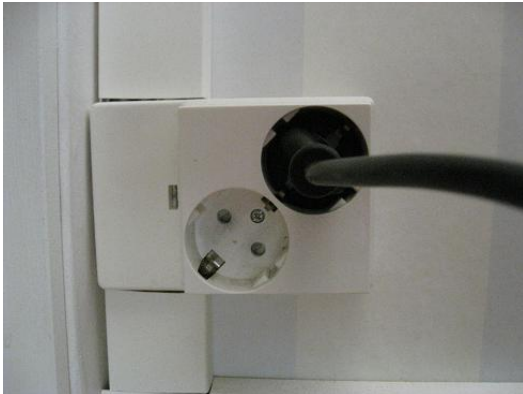
b. Ota puunkaiverrin (Cotech) esille. Valitse pyöreäpäinen jyrksinterä laatikosta ja liitä terä kaivertimeen.



c. Työnnä terä istukkaan n.1cm:n syvyyteen. Kiristyksessä käytä apuna pientä kiintoavainta.



- d. Laita johto pistorasiaan. Kytke virta kaivertimeen ja säädä teho sopivaksi. Teho vaikuttaa jyrksinnän syvyyteen ja purevuuteen.



- e. Koristele työ kaivertamalla haluamiasi kuvioita puupintaan. Voit hahmotella kuviot timpurinkynällä.



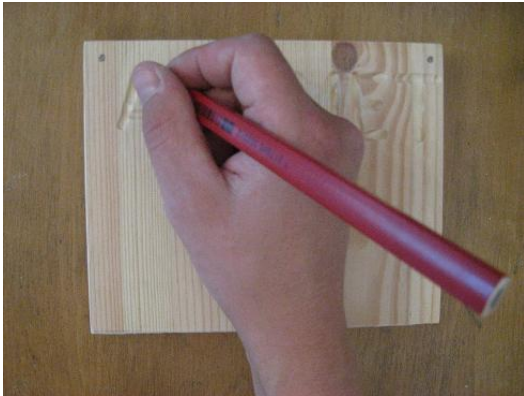
3. Hiominen

- a. Repäise sopivan kokoinen pala hiomapaperia ja hio puupalan reunat ja kaiverrusjälki siistiksi.



4. Reikien poraaminen ripustusta varten

a. Merkkää timpurinkynällä puupalan yläkulmiin reikien paikat.



b. Ota esille ruuvinväänin (Ryobi). Valitse sopivan kokoinen poraterä. Liitä terä ruuvinväättimeen pikalukituksella. Rautalangan tulee mahtua rei'istä läpi.



c. Poraaja kaksi reikää.



5. Maalaaminen

a. Muista suojata työtila sanomalehdellä.

Ota maalipurkki ja avaa kansi tasapääruuvimeisselillä. Annostele sopiva määrä maalia punaiseen astiaan kertakäyttölusikalla. Sulje maalipurkin kansi.



b. Ota sopivan kokoinen pensseli ja maalaa puupalan etuosa ja sivut. Pese pensselit, lusikka ja maaliastia vedellä.

Anna työn kuivua.

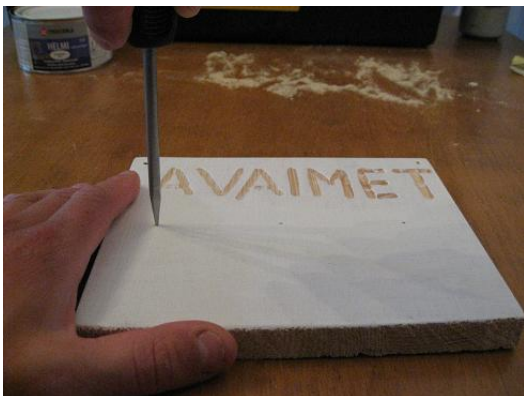


6. Ripustimien kiinnittäminen

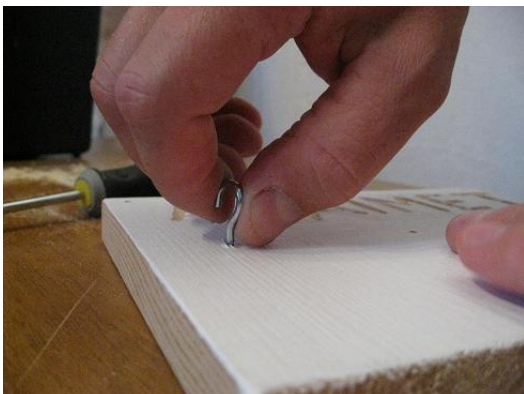
- a. Merkkää timpurin kynällä naulakkoon ripustuskoukkujen kohdat valitsemiisi kohtiin. Ripustimina voit käyttää koukkuja, ruuveja tai nauloja.



- b. Ota pistopuikko ja paina sillä pienet kolot merkitsemiisi kohtiin.



Koukut: Valitse koukut ja kierrä ne paikoilleen kolojen kohdalle. Voit käyttää ruuvimeisseliä vipuvartena.



Naulat: Ota esille vasara ja naulat. Vasaroi naulat noin puoleenväliin puun paksuudesta.

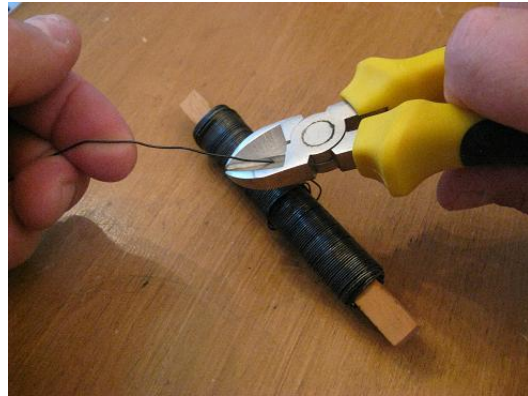
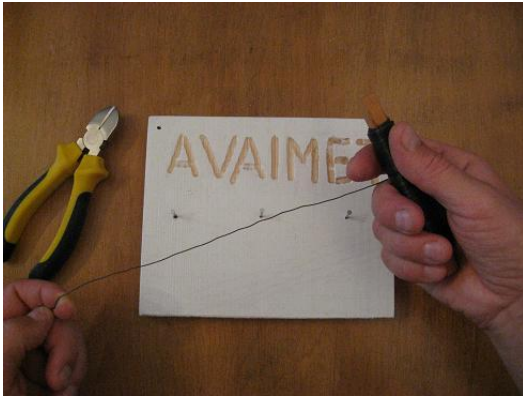


Ruuvit: Valitse ruuvit. Ota esille ruuvinväännin (Ryobi) ja valitse ruuvinkantaan sopiva vaihtopää. Aseta ruuvi koloon ja kierrä se ruuvinvääntimellä noin puoleenväliin puun paksuudesta. Voit kiertää ruuvit paikoilleen myös ristipääruuvimeisselillä.

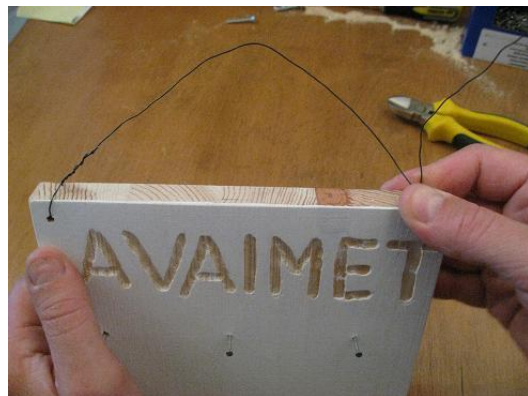
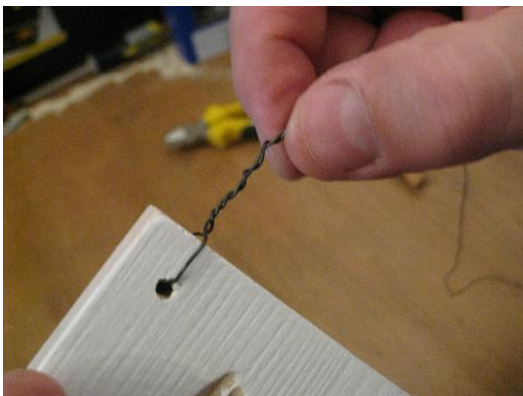
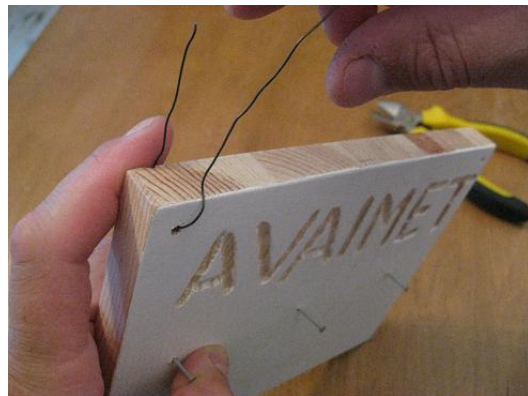
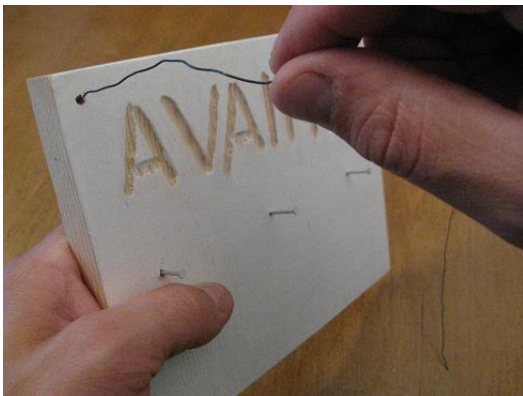


7. Rautalangan pujottaminen

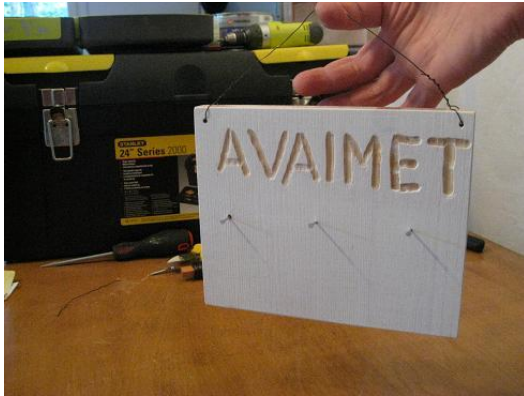
- a. Ota rautalankaa ja katkaise sivuleikkureilla siitä sopiva määrä.



- b. Pujota rautalanka rei'istä naulakon etupuolelta takapuolelle. Solmi rautalanka yhteen naulakon takaosaan.

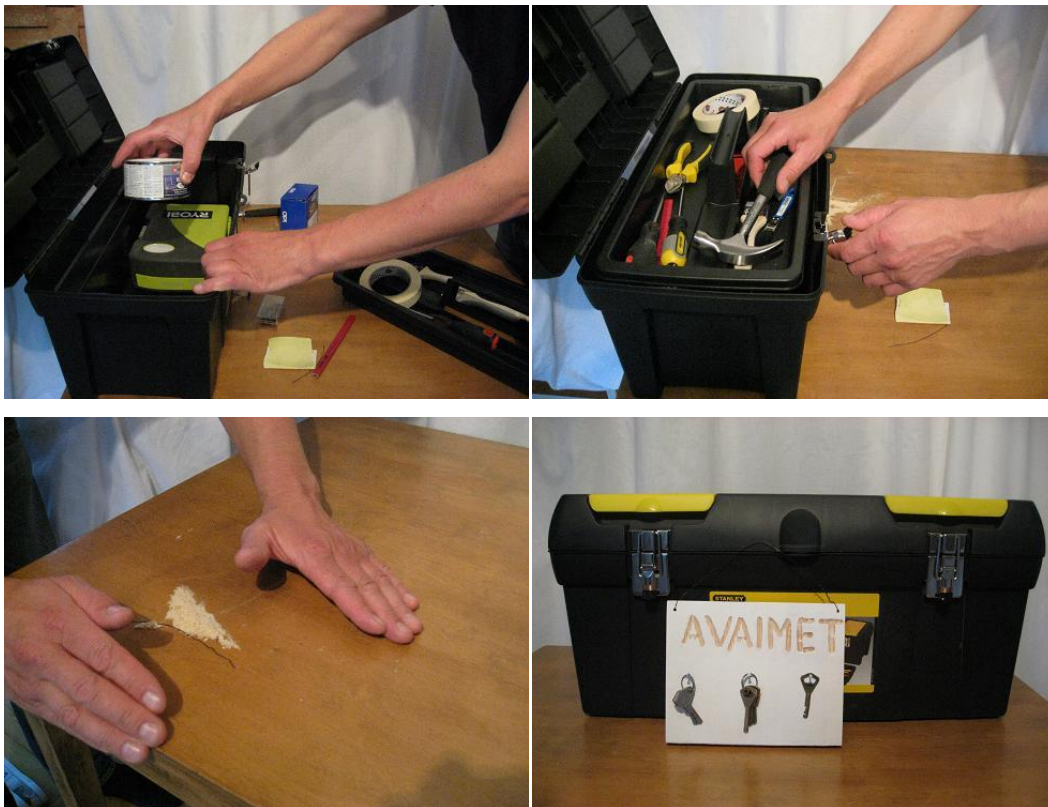


Nyt naulakko on valmis!



8. Työn lopetus ja siivoaminen

a. Lopuksi siivoa jälkesi. Laita työkalut ja tarvikkeet omille paikoilleen.



Naulakko käytössä!



VINKKEJÄ

Käsittelytekniikoita

- Voit jättää puupalan myös maalaamatta ja käsitellä sen esimerkiksi ruokaöljyllä (ei sisälly pakkiin). Puun syyt tulevat näin kauniisti esille.
- Voit maalata työn ensin ja kuivumisen jälkeen kaivertaa mieleisiä kuvioita.
-
- Voit käyttää maalarinteippiä maalaamisen apuna rajaamalla esimerkiksi puupalan reunat, jolloin nämä kohdat jäävät puun väriksi. Tällä tekniikalla voit tehdä myös esimerkiksi siksak-kuvion tai vaikka ruudukon.
- Maalit ovat vesiohenteisia, joten voit halutessasi ohentaa niitä käyttötarkoitukseesi sopiviksi. Ohentaminen tapahtuu lisäämällä vettä maaliin, käytä punaista maaliastiaa.
- Voit halutessasi ”kihartaa” ripustimena olevan rautalangan. Kierrä kevyesti rautalankaa esimerkiksi kynän ympärille ja vedä kynä pois.
- Voit tehdä kaivertimella yksinkertaisia kuvioita esimerkiksi pisteitä ja viivoja.
- Voit myös kaivertaa koukeroita ja muita kuvioita.
- Kaivertamisen syvyyteen ja purevuuteen vaikuttaa säädetty pyörimisnopeus/teho ja käden voiman käyttö. Tehokkaammalla säädöllä kaiverrus on syvempää ja pienemmällä teholla kaiverrusjälki on matalampaa.

Pienet puutyöt

- Taulu: Maalaa puupalaan kuva.
- Taulu: Vasaroi puupalaan nauvoja kuvioksi (esim. sydän) tai siikin sokin (esim. siksak-kuvio). Vasaroi noin puoleen väliin naulan pituudesta. Pingota rautalankaa naulojen välille kieputtamalla sitä naulan varteen.
- Ovikyltti: Kaiverra tai maalaa puupalaan teksti esim. WC, sauna, tervetuloa, oma koti yms.
- Pannunalunen: Kaiverra kuvioita puupalaan. Voit käsitellä työn esim. ruokaöljyllä (ei sisälly pakkiin).

Mielikuvitus rajana!

Ohjeiden tekijät: Toimintaterapeuttiopiskelijat Enni Ruuskanen ja Tanja Ursin, Savonia Ammattikorkeakoulu. Ohjeet ovat osa PIKA PAKKI PUUTYÖHÖN-opinnäytetyötä. Valokuvat ottanut Tanja Ursin.

www.savonia.fi

